



Familie Aktiv

Juli - Dezember 2019



Angebote für Familienbildung im
Landkreis Bernkastel-Wittlich

Liebe Eltern, liebe Leserinnen und Leser,

unser Landkreis fördert Familien! Mit vielfältigen Angeboten, unterstützt unser Landkreis Familien dort, wo Familien sich Angebote wünschen – in der Nähe ihrer Wohnorte. Mit der Fachstelle Familienbildung, den Familienbildungsfachkräften vor Ort und dem Netzwerk Familienbildung finden immer mehr Angebote der Familienbildung in Ihrer Nähe statt. Familienbildung will Anregungen für die Fragen von Eltern zu Themen wie Erziehung, Beziehungsfragen, Gesundheit, Medien und vieles mehr liefern.

Neben Vorträgen, Kursen und Elternabenden sucht Familienbildung im Landkreis Bernkastel-Wittlich auch nach neuen Wegen, um Familien zu erreichen.

Fragen Sie gerne auch unsere Fachstelle Familienbildung an. Diese hilft bei der Vermittlung von Referentinnen und Referenten für Ihre Familienthemen und unterstützt Ihr Anliegen für Familienbildung.

In der vorliegenden Ausgabe der halbjährlich erscheinenden Broschüre „Familie aktiv“ finden Sie wieder viele bekannte Themen, aber auch Neues! Ich hoffe, dass unser Angebot bei den Antworten auf Ihre persönlichen Fragen zur Erziehung und Gesundheit Ihrer Kinder unterstützen kann.

Im Landkreis Bernkastel-Wittlich wollen wir mit diesem Angebot möglichst viele Eltern erreichen. Dazu brauchen wir Ihre Unterstützung! Machen Sie mit: verteilen Sie bitte weitere Exemplare bei Verwandten und in Ihrem Freundeskreis.

Als aktive Familie denken Sie vielleicht auch an Sport?! Sportliche Angebote fördern die Gesundheit! Die zahlreichen und vielfältigen Angebote der Sportvereine erfragen Sie bitte vor Ort.

Ich wünsche Ihnen, dass Sie als Eltern und Familie aktiv und gesund bleiben!

Ihr Stephan Rother
Kinder- und Jugendschutz/Familienbildung
Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich

Was Familien wollen – Wir sind für Sie vor Ort Ihre Fachstelle Familienbildung

Sie wollen wissen, wie Sie als „Leitwolf“ die Bildung Ihrer Kinder positiv gestalten? Welche „Energieräuber und Tankstellen“ Ihr Familienleben bestimmen? Wann ein deutliches „Nein – aus Liebe“ angebracht ist? Wer begleitet und unterstützt mich, wenn es Fragen gibt? Was kann ich mit meiner Familie unternehmen? Wo finde ich Freunde und Gleichgesinnte?

Die „Fachstelle Familienbildung“ in Trägerschaft des Dt. Kinderschutzbundes Bernkastel-Wittlich ist ein Projekt des Landkreises für seine Familien in allen Lebenslagen. Genau dort, wo es gebraucht wird: in Ihrem Wohnort, Ihrer Krabbelgruppe, Kindertagesstätte, Schule oder Bürgerhaus. Das Pädagoginnen Team Nathalie Vinzens und Hannah Bartenstein bietet Ihnen:

- Fachveranstaltungen, Vorträge, Praxis-Seminare
- Aktionstage, Mitmach-Angebote, Offene Elterncafés
- Methoden, Schulung, Aufbau und Begleitung von Eltern-Kind-Gruppen,
- Vermittlung von Referenten im Netzwerk Familienbildung
- Elternberatung zu Bildungsverläufen von Kindern
- Expert/-innenwissen, Teambegleitung von Kindertagesstätten und Schulen
- Zusammenarbeit mit den Elternbeiräten der KiTa oder Grundschule

Sie wollen keine Information verpassen oder haben noch Fragen? Nehmen Sie Kontakt mit uns auf oder abonnieren Sie unseren regelmäßigen Newsletter. Einfach eine E-Mail senden und schon sind Sie auf dem neuesten Stand. Besuchen Sie auch unsere neue Homepage für Familienbildung unter www.fachstelle-familienbildung.de

Nathalie Vinzens/Hannah Bartenstein
Fachstelle Familienbildung
Dt. Kinderschutzbund –MehrGenerationenHaus
Kurfürstenstr.10 – 54516 Wittlich
Tel.: 06571 2110
nathalie.vinzens@dksb-wittlich.de
hannah.bartenstein@dksb-wittlich.de



Schwangerschaft/Geburt

Auf den Anfang kommt es an

Kurse für werdende und junge Eltern mit Kindern.

Die Kurse richten sich speziell an Familien in der Schwangerschaft und im ersten Lebensjahr. Aktuelle Informationen und praktische Tipps, der Austausch in der Gruppe und die eigenen Erfahrungen unterstützen und stärken Eltern für den Alltag. Themen sind u.a. Kindergesundheit, Ernährung, Entwicklungsschübe, Schlafen, Bedürfnisse des Kindes.

Termin I: 26.08. – 30.09.2019

Zeit: Montag, 10:00 – 11:30 h

Dauer: 6 x Gebühr: 30.- €

Ort: Caritas –Geschäftsstelle Wittlich,
Kurfürstenstraße 6, 54516 Wittlich

Termin II: 28.10. – 02.12.2019

Zeit: Montag, 10:00 – 11:30 h

Dauer: 6 x Gebühr: 30.- €

Ort: Caritas –Geschäftsstelle Wittlich,
Kurfürstenstraße 6, 54516 Wittlich

Termin III: 21.08. – 25.09.2019

Zeit: Mittwoch, 10:00 – 11:30 h

Dauer: 6 x Gebühr: 30.- €

Ort: Caritas–Geschäftsstelle Bernkastel-Kues,
Gartenstr. 20, 54470 Bernkastel-Kues

Termin IV: 30.10. – 04.12.2019

Zeit: Mittwoch, 10:00 – 11:30 h

Dauer: 6 x Gebühr: 30.- €

Ort: Caritas–Geschäftsstelle Bernkastel-Kues,
Gartenstr. 20, 54470 Bernkastel-Kues

Leitung: Melanie Lames, Kinderkrankenschwester/
Familien-Gesundheits-und Kinderkrankenpflegerin

E-Mail: info@caritas-wittlich.de
kikra.melanielames@web.de

Tel.: 01522 1020244 (Fr. Lames) oder 06571 9155-0

Internet: www.caritas-wittlich.de

Babysprechstunde

In allen Fragen, die sich um die Entwicklung Ihres Säuglings und Kleinkindes (0-2 Jahre) oder Ihrer neuen Lebenssituation als Eltern drehen, steht Ihnen eine erfahrene Beraterin zur Verfügung.

Termin: jeden Montag
Zeit: 14:00 – 15:00 Uhr
Gebühr: kostenfrei
Ort: Krankenhaus Wittlich, Geburtsstation
Kontakt: Dipl. Psychologin Ursula Günther
Organisation: Lebensberatung Wittlich
E-Mail: lb.wittlich@bistum-trier.de
Tel.: 06571 4061
Internet: www.wittlich.lebensberatung.info



„Mobile Familien- und Stillberatung“

Bedarfsorientierte Beratung, Tipps, Unterstützung, Stärkung der Elternkompetenz in der Schwangerschaft und im ersten Lebensjahr, Themen u.a.: Stillen, Beikost, Familientisch, Flaschenernährung, Schlafen, kindliche Entwicklung, Tragen/Tragehilfen, Mutter-Kind-Bindung, Pflege, kindliche Unruhe, etc. individuelle Einzelberatung bei Ihnen zu Hause oder bei Frau Lotz, Beratung auch in Kleingruppen bis zu 3 Müttern möglich.

Termin:	nach Vereinbarung
Dauer:	nach Bedarf
Ort:	bei Ihnen zu Hause oder bei Frau Lotz
Gebühr:	50.- €/Stunde zzgl. Fahrtkosten (0,50 €/km)
Leitung:	Christa Lotz, Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin
E-Mail:	info@mobile-stillberatung.de
Tel.:	06531 915867
Internet:	www.mobile-stillberatung.de

„Der beste Start ins Leben“

Informationen für werdende & junge Eltern sowie Großeltern mit Tipps für einen guten Start in die Eltern- bzw. Großelternzeit! Die Abteilung für Gynäkologie und Geburtshilfe präsentiert Ihnen einen Informationsabend zu folgenden Themen:

- Wie gelingt eine feste Eltern-Kind-Bindung?
- Glückliche Stillzeit
- Hungerzeichen beim Säugling
- Einblicke in den neuen Alltag mit Baby
- Wochenbett: die ersten Tage nach der Geburt
- ... u.v.a.

Bereichert wird der Informationsabend durch ausgewählte Filmausschnitte aus dem Film „Mamas Milch“.

Hier besteht die Möglichkeit mit erfahrenen Still- und Laktationsberaterinnen und einer Hebamme ihre individuellen Fragen und Probleme zu besprechen. Es werden hilfreiche Tipps weitergegeben und gemeinsam Themen über das Leben mit dem Baby besprochen

Termine: 17.07.2019, 11.09.2019, 13.11.2019
Zeit: jeweils 18:00 Uhr (ca. 2 h)
Gebühr: kostenfrei
Leitung: Judith Haydecker
E-Mail: ibf@verbund-krankenhaus.de
Tel.: 06571 15-34550
Ort: St. Elisabeth Krankenhaus, Wittlich,
Kleiner Konferenzraum (1. UG)
Anbieter: Abteilung für Gynäkologie und Geburtshilfe am
Verbundkrankenhaus Bernkastel/Wittlich
Internet: www.verbund-krankenhaus.de



Vorsorge, Geburt und nachgeburtliche Betreuung

Informationen rund um Vorsorge, Geburt und nachgeburtliche Betreuung durch das Hebammenteam Wittlich, das Pfl egeteam sowie die Fachärzte für Frauenheilkunde/Geburtshilfe und für Kinderheilkunde. Sie sind herzlich eingeladen, sich allein, mit Ihrem Partner oder der Familie einen genauen Eindruck von unseren Räumlichkeiten und Angeboten zu machen. Die Entscheidung, wo Sie Ihr Kind entbinden, ist eine sehr persönliche Entscheidung. Gerne möchten wir Sie in Ihrer Entscheidungsfindung unterstützen und Ihnen unser qualifiziertes Geburtshilfliches Team, die Ausstattung und die Räumlichkeiten sowie unsere ganzheitlichen Bemühungen für Sie und Ihre Familie darstellen. Neben Besichtigungen unserer Kreißsäle und Wochenstation erhalten Sie wesentliche Informationen zu unseren Vorsorgeangeboten, den Möglichkeiten zur Gestaltung der Geburt, den Wegen zur Kontrolle und Reduzierung der Geburtsschmerzen, zu den Vorsorgeuntersuchungen bei Neugeborenen sowie zu Ihrer umfassenden Betreuung auf der Wochenstation u.v.m.

- Ort: St. Elisabeth Krankenhaus Wittlich, Großer Konferenzraum
(1. UG)
- Zeit: jeweils 1. Freitag im Monat, 18.30 Uhr
- Gebühr: Eintritt frei. Keine Anmeldung erforderlich!
- Termine: 05.07.2019, 02.08.2019, 06.09.2019, 11.10.2019, 08.11.2019, 06.12.2019
- Anbieter: Verbundkrankenhaus Bernkastel/Wittlich, Koblenzer Str. 91, 54516 Wittlich
- Internet: www.verbund-krankenhaus.de

Mit Ihrem Baby kommunizieren – die Signale der Körpersprache im ersten Lebensjahr kennen und verstehen lernen

Eine Informations- und Beratungsveranstaltung in der Weltstillwoche für werdende Mütter und junge Mütter mit Babys.

Motto der diesjährigen Weltstillwoche: „Eltern stärken für das Stillen“

Es erwartet Sie zunächst ein spannender Vortrag über die Körpersprache von Säuglingen innerhalb des ersten Lebensjahres. Frau Ursula Günther, Diplom-Psychologin der Lebensberatung in Wittlich, wird Ihnen anhand vieler Beispiele, die Sprache von Babys näherbringen und Ihnen damit die Deutung vieler nonverbaler Signale erleichtern. Je besser sie die Signale Ihres Babys erkennen und differenzieren können, desto besser funktioniert die frühe Verständigung. Somit können sie es oft vermeiden, dass Ihr Baby zu schreien beginnt.

Im Anschluss daran stehen Ihnen unsere Still- oder Laktationsberaterinnen Frau Christa Lotz und Frau Marietheres Lindgens zur individuellen Stillberatung zur Verfügung.

Termin: 01.10.2019

Zeit: 09:00 – 11:30 Uhr

Gebühr: kostenfrei. Um Anmeldung zur Informations- und Beratungsveranstaltung wird gebeten.

Kontakt: Emmerich Berg; Lehrer für Gesundheitsfachberufe

Ort: St. Elisabeth-Krankenhaus, Wittlich,
großer Konferenzraum

Anbieter: Verbundkrankenhaus Bernkastel/Wittlich,
Koblenzer Str. 91, 54516 Wittlich

E-Mail: ibf@verbund-krankenhaus.de

Tel.: 06571 15-34550

Internet: www.verbund-krankenhaus.de

Geburtsvorbereitung, Rückbildung, Babymassage,

Fit und Step in der Schwangerschaft, Fitness für Mütter. Verschiedene Angebote für die Zeit vor und nach der Geburt ihres Kindes

Termine: Geburtsvorbereitung (mit Partner): Montag 22.07. - 22.08.2019, 18:00 – 20:00 Uhr

Fit und Step in der Schwangerschaft: Mittwoch, 03.07.2019, 19:00 – 20:15 Uhr, fortlaufend

Rückbildungsgymnastik: Mittwoch, 10.07. - 21.08.2019, 10:00 – 11:30 Uhr

Fitness für Mütter: Dienstag, 02.07.2019, 19:00 – 20:00 Uhr

weitere Termine im Internet

Gebühr: Kosten werden teilweise von der Krankenkasse übernommen

Ort: Hebammenpraxis „Bauchgefühl“, Nikolausufer 30, 54470 Bernkastel-Kues

Kursleitung: Ina Heinemann

E-Mail: ina@heinemann-hebamme.de

Tel.: 06531 972245

Internet: www.heinemann-hebamme.de

Genuss für Zwei – Ernährung in der Schwangerschaft, für Stillende und Babys

Termin: Mo, 04.11.2019

Zeit: 18:00 – 19:30 Uhr

Dauer: 1 x

Gebühr: keine

Anmeldung erforderlich unter: www.aok-kurse.de

Ort: AOK-Haus, Beethovenstr. 30, 54516 Wittlich

Leitung: Ursula Elsen

Anbieter: AOK – Die Gesundheitskasse

E-Mail: ursula.elsen@rps.aok.de

Tel.: 06571 919-260

Internet: www.aok.de

Geschwisterkurs im Verbundkrankenhaus Wittlich

Der Kurs informiert die bald werdenden Geschwisterkinder spielerisch & kindgerecht wie das Kind im Bauch ihrer Mutter heranwächst und was sie nach der Geburt des Bruders/der Schwester erwartet. Sie lernen die Bedürfnisse der Neugeborenen kennen und auch die Räumlichkeiten der Wochenstation können angeschaut werden. Ziel ist es eine positive Einstellung gegenüber den Veränderungen zu entwickeln.

Kinder ab 4 Jahre

Termine: 10.08.2019, 12.10.2019, 14.12.2019

Zeit: samstags je von 9:30 – 11:30 Uhr

Dauer: 1 x 2 Std.

Teilnehmer: 6 Kinder (Anmeldung erforderlich)

Kinder von 2 bis 3 Jahre mit Mama

Termine: 07.09.2019, 09.11.2019

Zeit: samstags je von 9:30 – 11:00 Uhr

Dauer: 1 x 1,5 Std.

Teilnehmer: 4 Kinder (Anmeldung erforderlich)

Ort: Verbundkrankenhaus Wittlich,
Raum: Elternschule 3. Stockwerk

Kosten: 20 Euro (Getränke beinhaltet)

Kontakt: Melanie Lames, Kinderkrankenschwester &
Familien-, Gesundheits- & Kinderkrankenpflegerin

E-Mail: kikra.melanielames@web.de

Tel.: 01522 1020244



Mobile Trageberatung

Vermitteln von theoretischem & praktischem Wissen über das Tragen von Babys und Kleinkindern mit Tragetuch und/oder Tragehilfe. Zusammen schauen wir, was am besten zu Dir und Deinem Kind passt. Einzelberatungen, Paarberatungen, Gruppenberatungen, Schwangerschaftsberatungen, Gutscheine (z.B. zur Geburt oder Taufe).

Termin/Ort: nach Vereinbarung

Gebühr: 30.- €/Stunde zzgl. Fahrtkosten (0,25 €/km)
bei Hausbesuchen

Kontakt: Bianca Komes (gepr. Trageberaterin der
Trageschule Hamburg)

E-Mail: info@trageberatung-wittlich.de

Tel.: 0176 83019688

Internet: www.trageberatung-wittlich.de

Mobile Stillberatung

Individuelle Unterstützung bei allen Fragen rund ums Stillen und zum Thema Muttermilch.

Termin und Ort: nach Vereinbarung

Gebühr: 30.- €/Stunde zzgl. Fahrtkosten (0,25 €/km)
bei Hausbesuchen

Kontakt: Bianca Komes (Stillberaterin, DAIS)

E-Mail: info@trageberatung-wittlich.de

Tel.: 0176 83019688

Internet: www.stillberatung-wittlich.de

Das erste Jahr

Gesund und Lecker - was Babys gerne essen Start mit der Beikost

Termin: Mo., 04.11.2019
Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr
Dauer: 1 x
Ort: AOK-Haus, Beethovenstr. 30, 54516 Wittlich
Gebühr: keine
Anmeldung: erforderlich unter: www.aok-kurse.de
Leitung: Ursula Elsen
Anbieter: AOK- Die Gesundheitskasse
E-Mail: ursula.elsen@rps.aok.de
Tel.: 06571 919-260
Internet: www.aok.de

„Wie das Baby mit uns spricht“ - Ein Feinfühligkeitstraining für Eltern

Elterliche Feinfühligkeit ist eine der wichtigsten Voraussetzungen für eine gute Eltern-Kind-Beziehung. Durch ein kompetentes Verhalten gegenüber dem Kind, können Eltern einen bedeutenden Beitrag zu einer psychisch und körperlich gesunden Entwicklung ihres Kindes leisten. Eltern sind Experten für ihr Kind. Geeignet für Mütter/ Väter mit Kindern im Alter von 0-12 Monaten.

Termine: Mittwoch, 24.07.19, 31.07.19 und 07.08.19
Zeit: 10:00 – 11:30 Uhr
Gebühr: kostenfrei
Ort: Lebensberatung Wittlich,
Kontakt: Dipl. Psychologin Ursula Günther
Organisation: Lebensberatung Wittlich
E-Mail: lb.wittlich@bistum-trier.de
Tel.: 06571 4061
Internet: www.wittlich.lebensberatung.info



„FamilienZeit“ – Babys erleben und fördern

Die verschiedenen Module der Kinderschutzbund-Kurse „Familienzeit (FamZeit)“- verstehen sich als Entwicklungsbegleitung von ca. 3 bis 12 Monaten. Durch Sinnes- und Bewegungsanregung wird die körperliche, geistige und soziale Entwicklung des Kindes gefördert. In das besondere Kursprogramm fließt die Erfahrung des PEKiP-Programms und der zertifizierten Elternschule „Starke Eltern - starke Kinder“ des Dt. Kinderschutzbundes ein. Die Kurs Teilnehmer haben darüber hinaus die Möglichkeit kostenfrei eine „Elternberatung in Bildungsverläufen“ in Anspruch zu nehmen und ein erstes „Portfolio“ ihres Kindes zu erstellen.

- Datum:** Die Kurse werden Mi. und Do vormittags, fortlaufend jeweils immer bis zu den Ferien angeboten. (Einteilung in die Kurse je nach Alter der Kinder)
- Dauer:** 1,5 Std.
- Kosten:** 8 € pro Treffen/Dauer des Kurses von Ferien zu Ferien. Familien in besonderen Lebenslagen können einen Preisnachlass durch Bildungspatenschaften erhalten.
- Kontakt:** M. Brixius, Pädagogin und Systemische Familienberaterin
- Anbieter:** Dt. Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.
- E-Mail:** info@dksb-wittlich.de
- Tel.:** 06571 2110
- Internet:** www.dksb-wittlich.de

Kinder- und Familiengesundheit

Erste Hilfe am Kind

Das Kindesalter birgt viele Gefahren für Unfälle und Notfallsituationen. Daher ist es wichtig im Umgang mit Kindern immer bestmöglich über Unfallverhütungsmaßnahmen aufgeklärt zu sein. Tritt der Ernstfall dennoch ein, sollte jeder in der Lage sein, Hilfe leisten zu können. Unsere Kursleitung wird in diesem Seminar auf mögliche Gefahren hinweisen und den Teilnehmern die wichtigsten Grundlagen für die erste Hilfe am Kind vermitteln.

Termin I: 27.07.2019
Zeit: 08:30 – 16:30 Uhr

Termin II: 16.11.2019
Zeit: 08:30 – 16:30 Uhr

Dauer: jeweils 9 Unterrichtseinheiten
Gebühr: 35,00 € je Termin
Kursleitung: Ausbilder der Ersten Hilfe am Kind
Ort: DRK-Heim Wittlich, Kurfürstenstraße 7a,
54516 Wittlich
Anbieter: DRK-Bildungswerk Eifel-Mosel-Hunsrück e.V.
E-Mail: bernd.breuer@bildungswerk.drk.de
Tel.: 06571 697716
Internet: www.bildungswerk.drk.de



Erste Hilfe bei Babys und Kleinkindern (bis zum 3. Lebensjahr)

- Termin: Mo., 14.10.2019 und 21.10.2019
Zeit: 18:30- 21:30 Uhr
Dauer: 2x
Gebühr: AOK-Kunden kostenfrei,
andere Interessierte bitte anfragen!
Kursleitung: Malteser Hilfsdienst e. V.
Ort: AOK-Haus, Beethovenstr. 30, 54516 Wittlich
Anbieter: AOK- Die Gesundheitskasse
Anmeldung: Bitte telefonisch oder per Mail anmelden!
E-Mail: Pia.Spang@rps.aok.de
Tel.: 0651 2095360
Internet: www.aok.de

Richtig reagieren bei Kindernotfällen

Dies ist ein „Crash-Kurs“ für Erste Hilfe am Kind. Der Kurs beinhaltet geeignete Maßnahmen bei typischen Unfällen im Kindesalter (Ertrinken, Verbrennungen, Vergiftungen, Sturzunfälle usw.) und häufigen krankheitsbedingten Notfallsituationen (Krupp-Anfälle, Fieberkrämpfe u.a.) Außerdem werden wichtige Hinweise zur Prävention von Kinderunfällen gegeben. Der Kurs wendet sich an Eltern mit Kindern im Alter von 0-6 Jahren, werdende Eltern und andere Interessierte.

- Termin I: 16.11.2019, 14:00 – 17:00 Uhr
Gebühr: jeweils 20.- €/Person
Kursleiterin: Mechthild Hoehl, Kinderkrankenschwester, Erste Hilfe-Trainerin, Präventionsassistentin
Ort: Hebammenpraxis „Bauchgefühl“, Nikolausufer 30, 54470 Bernkastel-Kues
E-Mail: ina@heinemann-hebamme.de
Tel.: 06531 972245
Internet: www.heinemann-hebamme.de
Internet: www.kindergesundheit-trier.de

Sprechstunde der AGZ Jugendzahnpflege Bernkastel-Wittlich

Beratung in Fragen der Mund- und Zahnhygiene bei Schwangeren, Säuglingen, Kinder und Jugendlichen.

Durchführung von Aktionen zur Förderung der Zahngesundheit:

- in Hebammenpraxen
- in Krabbel-, PEKIP- und Nestgruppen
- in Kindertagesstätten
- in Schulen
- sowie Fortbildungsveranstaltungen für Multiplikatoren

Termin: nach Vereinbarung

Dauer: ca. 1 Stunde

Gebühr: kostenfrei

Kontakt: Christine Rink oder Ellen Erken-Müller

Ort: nach Absprache

Anbieter: Arbeitsgemeinschaft Jugendzahnpflege (AGZ)
Bernkastel-Wittlich

E-Mail: agz.bernkastelwittlich@lagz-rlp.de
oder

Christine.rink@lagz-rlp.de

Tel.: 06508 917948

Internet: www.lagz-rlp.de

Internet: www.max-schrubbel.de

Gesunde Zähne von Anfang an

Wie pflege ich Milchzähne richtig? Weitere Themen: Schnuller und Trinkflaschen, Fluoride und ihre Wirkung, (Zahn-)gesundes Essen und Trinken.

Termin: 25.10.2019, 17:00 – 18:00 Uhr

Dauer: 1 Stunde

Gebühr: kostenfrei

Kursleiterin: Christine Rink, Gesundheitspädagogin

Ort: Hebammenpraxis „Bauchgefühl“, Nikolausufer 30,
54470 Bernkastel-Kues

E-Mail: ina@heinemann-hebamme.de

Tel.: 06531 972245

Internet: www.heinemann-hebamme.de

Schmecken soll's – Kinderernährung in der Familie“

Vortrag für Eltern von 1–6jährigen Kindern

Termin: Di., 10.12.2019
Zeit: 18:00 – 19:30 Uhr
Ort: AOK-Haus, Beethovenstr. 30, 54516 Wittlich
Leitung: Karin Wendenius-Leuthner
Dauer: 1 x
Gebühr: keine
Anmeldung: erforderlich unter www.aok-kurse.de
Anbieter: AOK- Die Gesundheitskasse
E-Mail: ursula.elsen@rps.aok.de
Tel.: 06571 919-260
Internet: www.aok.de

Bleib doch locker! Umgang mit Stress

Schon Kinder erleben Stress zum Beispiel in der Schule, im Elternhaus und bei Freizeitaktivitäten. Auf spielerische Weise lernen die Kinder, Stress zu erkennen und mit ihm umzugehen. Alter: 8 - 10 Jahre.

Termin: 23.08.2019, 20.09.2019, 25.10.2019, 29.11.2019
Zeit: 15:30 – 16:30 Uhr
Dauer: 1 Stunde
Gebühr: kostenfrei, Anmeldung unbedingt erforderlich bis 12.08.2019, Teilnehmerzahl ist begrenzt
Kursleiterin: Bettina Jondral
Ort: Ev. Beratungsstelle der Kirchenkreise Trier und Simmern-Trarbach, Maiweg 150, 56841 Traben-Trarbach/Wolf (Gelände Ev. Jugendhof)
Anbieterin: Ev. Beratungsstelle der Kirchenkreise Trier, Simmern-Trarbach, Maiweg 150, 56841 Traben-Trarbach/Wolf
E-Mail: self.wolf@diakoniehilft.de
Tel.: 06541 6030
Internet: www.diakoniehilft.de

Einschlafprobleme bei Kindern und Jugendlichen

Immer mehr Kinder und Jugendliche zeigen Symptome eines unregelmäßigen Schlaf-Wach-Rhythmus wie z.B. Tagesmüdigkeit oder Konzentrationsstörungen. Im Vortrag werden Schlafhygieneregeln vorgestellt, die für Eltern hilfreich sein können.

Termin: 28.11.2019

Zeit: 18:30 Uhr

Dauer: ca. 1,5 Stunden

Gebühr: kostenfrei

Anmeldung unbedingt erforderlich bis zum 18.11.2019

Kursleiterin: Bettina Jondral

Ort: Ev. Beratungsstelle, Maiweg 150, 56841 Traben-Trarbach/Wolf (Gelände Ev. Jugendhof)

Anbieterin: Ev. Beratungsstelle der Kirchenkreise Trier und Simmern-Trarbach, Maiweg 155, 56841 Traben-Trarbach/Wolf

E-Mail: self.wolf@diakoniehilft.de

Tel.: 06541 6030

Internet: www.diakoniehilft.de



Kinder stark machen (4,5 - 6 Jahre)

In diesem Kurs erlernen die Kinder: richtiges Verhalten in Gefahrensituationen, Selbstverteidigungstechniken, Selbstbehauptungsstrategien für Schule und Alltag, Deeskalationstechniken zur Vermeidung von Streit, soziales Verhalten, Techniken des WingTsun.

- Termin: 22.10. - 12.11.2019
Zeit: dienstags, 15:30 - 16:15 Uhr
Dauer: 4 Kurseinheiten à 45 Minuten
Gebühr: 45,00 € pro Teilnehmer
Kursleiter: Alexander Singh
Ort: DRK-Haus Wittlich, Kurfürstenstraße 7a,
54516 Wittlich
Anbieter: DRK-Bildungswerk Eifel-Mosel-Hunsrück e.V.
E-Mail: dws@bildungswerk.drk.de
Tel.: 06592 950017
Internet: www.bildungswerk.drk.de



Kinder stark machen (7 bis 12 Jahre)

In diesem Kurs erlernen die Kinder: richtiges Verhalten in Gefahrensituationen, Selbstverteidigungstechniken, Selbstbehauptungsstrategien für Schule und Alltag, Deeskalationstechniken zur Vermeidung von Streit, soziales Verhalten, Techniken des WingTsun.

Termin: 22.10. - 12.11.2019
Zeit: dienstags: 16:30 - 17:30 Uhr
Dauer: 4 Einheiten je 1 Stunde
Gebühr: 45,00 €
Kursleiter: Alexander Singh
Ort: DRK-Heim Wittlich, Kurfürstenstraße 7a,
54516 Wittlich
Anbieter: DRK-Bildungswerk Eifel-Mosel-Hunsrück e.V.
E-Mail: dws@bildungswerk.drk.de
Tel.: 06592 950017
Internet: www.bildungswerk.drk.de

Kompetenz- und Deeskalations- training für Kinder (8- 12 Jahre)

In dem Seminar werden Kinder und Jugendliche unterstützt, auf Stress, Beleidigungen oder Überforderung sozial angemessen zu reagieren. Wege zur Impuls- und Selbstkontrolle werden im Zusammenspiel mit Spaß und Bewegung erlernt. Bewegungsgrundlage sind Elemente des Bujinkan (Kampfkunst).

Termine: 24.09.2019, 01.10.2019, 08.10.2019, 15.10.2019
Zeit: 17:00 – 18:30
Dauer: 1,5 h
Gebühr: einmalig 40 Euro
Ort: Römersaal Veldenz , Hauptstr. 30, 54472 Veldenz
Kursleitung: Herr Patrick Götzke (Ohne-Faust
Gewaltpräventionstrainer, Survivaltrainer)
Anbieter: Ohne Faust
E-Mail: finn.fautlos@gmail.com
Internet: www.ohne-faust.com

Paula – Vorschulkinder lernen helfen

Das Projekt „PAULA“ ist eine Idee mit Hilfe der Handpuppe Paula Kindern im Alter zwischen 5 und 6 Jahren spielerisch und kindgerecht an die Themen „Hilfsbereitschaft“ und „Erste Hilfe“ heranzuführen. Das Augenmerk liegt vor allem auf der pädagogischen (Zusammen-)Arbeit mit den Kindern. Es geht nicht darum die Kinder tatsächlich in Erste Hilfe-Maßnahmen zu schulen, sondern ihnen vielmehr umsichtiges und unfallvermeidendes Verhalten nahezubringen und soziale Kompetenzen zu vermitteln.

- Termin: Auf Anfrage der Kita
Dauer: zwei Termine a 2 Stunden
Gebühr: 88 € je Kita-Gruppe, 2 Gruppen 150 €,
3 Gruppen 210 €
Kursleiter: Sascha Singh
Ort: In der jeweiligen Kita
Anbieter: DRK-Bildungswerk Eifel-Mosel-Hunsrück e.V.
E-Mail: sascha.singh@bildungswerk.drk.de
Tel.: 06592 950023
Internet: www.bildungswerk.drk.de

Bonussysteme und Kurse anderer Kassen

Viele Krankenkassen bieten weitere, individuelle Kurse an oder vergüten die Teilnahme an Kursangeboten mit eigenen Angeboten. Bitte informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse.

Eltern-/Kind-Angebote

Krabbelgruppe – Eltern-Kind-Gruppe

Familien treffen sich mit ihren Kindern im Alter von 0- 4 Jahren. Es wird gemeinsam gespielt, gebastelt, gesungen, gelesen u. v. m. Neben der Förderung der Kinder spielen der Spaß am Miteinander und die gegenseitige Unterstützung der Eltern eine wichtige Rolle. Darüber hinaus gibt es diese Gruppen in verschiedenen Orten im Landkreis. Einstieg jederzeit möglich, gerne unterstützen wir sie in der Gründung einer Krabbelgruppe und begleiten Sie bei Bedarf.

- Orte:** MGH/Dt. Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V., 54516 Wittlich, Kurfürstenstr. 10 (Termine bitte tel. erfragen)
KiTa St. Stephanus, 54472 Monzelfeld, Raiffeisenstraße 3 (Zeit: jeweils 15:00 – 16:30 Uhr).
Termine erfragen Sie bitte in der Kita (Tel.: 06531 4262) oder unter 06571 2110.
- Dauer:** fortlaufend
- Gebühr:** kostenfrei
- Kontakt:** Nathalie Vinzens/Hannah Bartenstein (Fachstelle Familienbildung Dt. Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich)
- Ort:** Dt. Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich/Mehr- generationenhaus – Haus der Familie Wittlich, Kurfürstenstr. 10, 54516 Wittlich oder in der teil- nehmenden Kita
- E-Mail:** info@dksb-wittlich.de
- Tel.:** 06571 2110
- Internet:** www.dksb-wittlich.de

Krabbelgruppen Wittlich

Junge Eltern treffen sich mit ihren Babys oder Kleinkindern in festen Gruppen zum gegenseitigen Austausch, um mit den Kindern zu spielen und zu singen, um Gemeinschaft zu erleben.

Die Gruppen treffen sich eigenverantwortlich. Sie werden auf Anfrage von Gemeindereferentin Jana Diefenbach beraten und unterstützt. Es wurde ein Raum mit entsprechenden Spielsachen und Mobiliar eingerichtet, der den Krabbelgruppen zur Verfügung steht.

- Termine: täglich nach Absprache
Dauer: 1,5 – 2 Std.
Gebühr: 6.- € Jahresbeitrag
Ort: Jugendheim St. Markus, Mittlere Kordel,
54516 Wittlich
Kontakt: Gemeindereferentin Jana Diefenbach
E-Mail: jana.diefenbach@pfarreien-wittlich.de
Tel.: 06571 1472995
Internet: www.pfarreiengemeinschaft-wittlich.de

Krabbelkindertreff für Familien im Kindertreff Midale Manderscheid

Ungefähr zwischen dem sechsten und zehnten Monat lernen die meisten Babys das Krabbeln. Voller Begeisterung erweitern sie nun ihren Radius und gehen auf Entdeckungstour. Jetzt werden auch andere Kinder interessant – und Sie selber finden es wahrscheinlich auch gut, sich mit Eltern in der gleichen Situation austauschen zu können. Der ideale Zeitpunkt in unsere Krabbelgruppe zu kommen. Die Treffen sind kostenlos.

- Termin: mittwochs, 15:30 – 17:00 Uhr
Dauer: 1 x pro Woche
Gebühr: keine
Ort: Kath. Kindertageseinrichtung Kindertreff Midale,
Schulweg 10, 54531 Manderscheid
kontakt: Frau Löhr
Tel.: 06572 4164
E-Mail: midale-manderscheid@kita-ggmbh-trier.de
Internet: www.kindertreff-midale.de

Krabbelkindertreff in der Kath. Kindertagesstätte in Reil

Jeden Mittwoch besuchen uns die Eltern mit Ihren Kindern von 0,6 - 3 Jahren mittwochs von 15:00 Uhr – 16:00 Uhr in unserer Zwergengruppe der katholischen Kindertagesstätte in Reil. Die Eltern und Kleinkinder erleben die Einrichtung als harmonisches Umfeld, lernen sich und die Kita kennen und kommen untereinander oder mit den pädagogischen Fachkräften über Bildungs-, Erziehungs- und Entwicklungsfragen ins Gespräch. Durch die gute Zusammenarbeit mit der Krabbelgruppe wird von Anfang an eine gute Basis zu den Erzieherinnen aufgebaut. Die Kinder nehmen ihre Umgebung interessiert wahr, machen ihre ersten Bekanntschaften mit Gleichaltrigen und erleben die Kita als vertraute Umgebung. Die Eltern und Erzieherinnen bauen eine Brücke der Zufriedenheit und Akzeptanz auf. Das erleichtert allen Beteiligten und besonders den zukünftigen Kindergartenkindern den Einstieg in den Kindergartenalltag.

Alle Eltern mit Ihren Kindern ab dem 0,6 Lebensjahr sind herzlich zu diesem Treffen eingeladen. Wir freuen uns auf euer Kommen. Die Krabbelgruppe und das KiTa-Team

Zeit: mittwochs, 15:00 – 16:00 Uhr
Ort: Kath. Kindertagesstätte Maria Heimsuchung Reil,
Kirchplatz 15, 56861 Reil
Kontakt: Elena Schuh
E-Mail: maria-heimsuchung-reil@kita-ggmbh-trier.de
Tel.: 06542 2351



Offene Bühne am Kindertag der Verbandsgemeinde Bernkastel-Kues

Von sportlichen Darbietungen, musikalischen und tänzerischen Auftritten bis zu kleinen Vorträgen, kann alles präsentiert werden.

Termin: 08.09.2019
Zeit: 11:00 - 18:00 Uhr (Offene Bühne Beginn 17:00 Uhr)
Gebühr: keine
Ort: 54470 Bernkastel-Kues Güterhalle/Forumsplatz
Kontakt: Herr Patrick Götzke (Orga Kindertrag)
Anbieterin: Verbandsgemeinde Bernkastel Kues, Organisations-
team: Jugendpfleger Guido Moll und Patrick Götzke
E-Mail: Anmeldung unter kita-grenzenlos@t-online.de
Tel.: 06534 8225

Weltkindertag in Traben-Trarbach

Unter dem Motto „Wir Kinder haben Rechte“ laden Kindergärten, Schulen, Kirchen, die Stadtbücherei, Vereine und andere an diesem Nachmittag alle Kinder und ihre Eltern zum Mitmachen und Spaß haben ein. Begonnen wird mit einem kurzen ökumenischen Gottesdienst.

Termin: 20.09.2019
Zeit: 14:30 – 17:00 Uhr
Gebühr: keine
Ort: Moselufer im Stadteil Trarbach, rund um den Musikpavillion
Anbieterin: Kita „Schatzinsel“, Traben-Trarbach
E-Mail: kita-schatzinsel@traben-trarbach.de
Tel.: 06541 4380

„Café Vielfalt“ – Offenes Elterncafé

Offene Treffs für Eltern, Großeltern, Pflegeeltern aller Kulturen mit ihren Kindern (ab 4 Monate) machen Familien stark. Weniger Erziehungs- und Terminstress, dafür mehr Kontakte, Spaß, gegenseitige Entlastung und Bildung bei Kaffee oder Tee, das finden Sie in den Offenen Elterncafés der Fachstelle Familienbildung und im MehrGenerationenHaus-Haus der Familie Wittlich. Fachkräfte beraten Sie vor Ort auf Wunsch in Fragen rund um die Erziehung.

Ort: MGH Wittlich, Kurfürstenstr. 10
Termin: jeden Dienstag, 10:00 – 11:30 Uhr
Gebühr: kostenfrei

Sie finden unsere Angebote in Zusammenarbeit mit den jeweiligen Elternausschüssen hier:

Kita „St. Martin“ Piesport, Tel.: 06507 2120

Kita „St. Andreas“ Longkamp, Tel.: 06531 3598

Bitte erfragen Sie die aktuellen Termine in Ihrer Kindertageseinrichtung vor Ort. Weitere Treffpunkte im Aufbau. Fortlaufend weitere Termine auf der Internetseite: www.fachstelle-familienbildung.de

Kontakt: Nathalie Vinzens/Hannah Bartenstein,
Fachstelle Familienbildung Wittlich
Ort: Mehrgenerationenhaus/Haus der Familie,
Kurfürstenstr. 10, 54516 Wittlich
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de



Internationales Frauenfrühstück

Ein „Muss“ für Frauen aus allen Nationen. Beim monatlichen Begegnungsfrühstück aller Nationen, Kulturen und Altersgruppen lernen sie voneinander und erweitern den eigenen Horizont. Berührungsängste und Fremdsein sind lange in Vertrautheit übergegangen, Freundschaften geschlossen. Wir laden ein, einen vergnügten Vormittag miteinander zu erleben. Kinder selbstverständlich gern gesehen.

- Termin: Jeden 2. Donnerstag im Monat von 9:00 – 11:00
Uhr: 12.09.2019, 14.11.2019, 12.12.2019
- Dauer: fortlaufend
- Gebühr: kostenfrei
- Kontakt: Annette Weinand, Golnaz Ramadan
- Anbieter: Dt. Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V./
Landfrauenverband Bernkastel-Wittlich e. V.
- Ort: Dt. Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich/Mehrge-
nerationenhaus – Haus der Familie Wittlich, Kurfür-
stenstr. 10, 54516 Wittlich
- E-Mail: info@dksb-wittlich.de
- Tel.: 06571 2110
- Internet: www.dksb-wittlich.de

Internationales Frühstück für Frauen in Traben-Trarbach

Jeden ersten Donnerstagvormittag im Monat bietet sich im AWO-Eck in Traben -Trarbach für alle zugezogenen und einheimischen Frauen die Möglichkeit zu einem zwanglosen Treffen. Die Veranstaltung ist ohne Voranmeldung. Wenn Sie Lust und Zeit haben, können Sie spontan daran teilnehmen. Babys und Kinder können gerne mitgebracht werden. Am bunt gedeckten Frühstückstisch ist Zeit sich auszutauschen und kennenzulernen.

- Termin: jeden ersten Donnerstag im Monat
- Zeit: 9:30 Uhr - 11:30 Uhr
- Dauer: 2 Stunden
- Gebühr: kostenfrei
- Ort: AWO-Eck in Traben –Trarbach, Kirchstraße 54,
- Anbieterin: Kindertagesstätten „Schatzinsel“ und „Rappelkiste“.
- Tel.: 06541 4380 und 06541 4120

Wittlicher Herbst-Ferienakademie für Jung & Alt

Erlebniswoche: Spielend fit – Powerkid
„Vom Feld auf den Tisch in die Muckies“

Unter dem Motto „Gesunde Ernährung und Nachhaltigkeit“ findet von Montag, 07. Oktober bis Freitag, 11. Oktober unsere Erlebniswoche statt. Diese ist nur als Paket buchbar. Die Workshops starten um 9 Uhr und enden um 13 Uhr - eine Betreuungszeit bieten wir von 07.30 bis 16.00 Uhr (bitte bei der Anmeldung angeben) an. Die Teilnehmer/-innen werden unter der Leitung von pädagogischen Fachkräften nach dem Grundsatz „Lernen-Bildung-Förderung und viel Spaß“ an das Thema herangeführt. Wir starten mit einer kniffligen Quizshow als Einführung ins Thema. Weiter geht es mit kreativen Upcycling-Projekten und einem Besuch bei der SoLaWi (Solidarische Landwirtschaft) auf dem Hof Breit. Dort erfahren die Kinder hautnah, wie regionale und nachhaltige Ernährung aussehen kann. Abgerundet wird die Woche durch vielfältige Bewegungs- und Kochangebote.

Termin: 07. - 11. Oktober 2019
Gebühr: 50 Euro für 5 Tage (incl. Verpflegung: Frühstück, Getränke, Snacks und Mittagessen)
Kontakt: Annette Weinand, Jutta Merrem
Anbieter: MehrGenerationenHaus – Haus der Familie Wittlich, Kurfürstenstr. 10, 54516 Wittlich
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de

„Kaufen mit Herz“ –Treffpunkt Familienbildung

„Kaufen mit Herz“ - ein besonderes soziales Projekt in Wittlich. Neben dem Verkauf von kostengünstigen Kleidungs- und Bedarfsartikeln hat sich der Laden in der Burgstraße 49 in Wittlich zu dem Treffpunkt für Familien aus aller Herren Länder entwickelt. Die gemütliche Begegnungsecke lädt Jung und Alt zum Verweilen ein und Kinder finden hier einen schönen Ort, um während des Einkaufsbummels der Eltern zu spielen und sich auszuruhen. Eine pädagogische Fachkraft steht für alle Fragen zu Familienthemen bereit.

Gebühr: kostenfrei
Kontakt: Soz.-Päd. A. Weinand
Ort: Burgstraße 49, 54516 Wittlich
Anbieter: MehrGenerationenHaus – Haus der Familie Wittlich, Kurfürstenstr. 10, 54516 Wittlich
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de



Familiengarten - Gartenprojekte für Eltern und Kinder

Der Garten ist ein idealer Ort für die ganze Familie. So vieles gibt es zu entdecken und gemeinsam zu tun. Kinder lieben es, in der Erde zu „wühlen“, zu pflanzen und zu gießen. Und wenn die Pflanzen dann wachsen und gedeihen, kennt ihr Stolz keine Grenzen. Die Beschäftigung in und mit der Natur tut Körper und Seele gleichermaßen gut - Kindern genauso, wie ihren Eltern/ Großeltern.

- Termin: Samstag: 14. September 2019
Thema: Wir ernten Kartoffeln und machen ein Kartoffel-Picknick
Zeit: 10:00 – 12:00 Uhr
Gebühr: kostenfrei; mit Anmeldung
Kontakt: Hannah Bartenstein (Fachstelle Familienbildung Wittlich)
Ort: Im Hof des Mehrgenerationenhauses, Kurfürstenstraße 10, 54516 Wittlich
Anbieter: Dt. Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de

Drachen selber basteln – Wie Müllsäcke zu Drachen werden

Auch Müllsäcke können fliegen, zumindest dann, wenn sie zu einem Drachen umgebaut werden. Diese Möglichkeit bieten wir Ihnen an diesem Nachmittag. Gemeinsam mit Ihrem Kind können Sie einen Drachen bauen, der sich zum Einsatz an windigen Herbsttagen eignet.

- Termin: Freitag, 18.10.2019
Zeit: 14:00 – 16:00 Uhr
Gebühr: kostenlos
Kursleiterin: Nina Schmitz
Ort: KiTa St. Michael, Mandatstraße 8, Bernkastel-Kues
Anbieterin: Nina Schmitz, „Kita!Plus“ Familienbildung in Bernkastel-Kues und Umgebung
E-Mail: kitaplus.st-michael@kita-ggmbh-trier.de
Tel.: 06531 4892

Nachtwanderung für Familien

Familien – Eltern oder ein Elternteil mit Kind oder Kindern, Oma, Opa – sind zu einer gemeinsamen Nachtwanderung mit religiösen Impulsen eingeladen. Zusammen wollen wir die Nacht und Dunkelheit entdecken. Wer mag, kann gerne eine Taschenlampe mitbringen. Die Veranstaltung richtet sich bewusst auch an Familien mit bereits älteren Kindern.

- Termin: 19.10.2019
Zeit: 18:00 Uhr
Dauer: 1,5 bis 2 Stunden
Gebühr: keine
kontakt: Gemeindereferentin Jana Diefenbach
Ort: Der Ausgangsort der Wanderung wird noch über die Homepage bekannt gegeben.
Anbieterin: Pfarreiengemeinschaft Wittlich,
Sachausschuss Familie
E-Mail: jana.diefenbach@pfarreien-wittlich.de
Tel.: 06571 1472995
Internet: www.pfarreiengemeinschaft-wittlich.de

(Vor-)Lesen baut Brücken – Interkultureller Nachmittag mit Geschichten und Büchern

An diesem Nachmittag sind Eltern verschiedener Nationen und Kulturen in die Kita eingeladen, um Märchen und Geschichten aus ihrer Heimat zu erzählen und Bücher in ihrer Muttersprache vorzustellen.

- Termin: 19.11.2019
Zeit: 15:00 Uhr
Dauer: ca. 1,5 Std.
Gebühr: keine
Ort: Kita „Schatzinsel“, 56841 Traben-Trarbach, Im Kirchengarten 1
Kursleitung: Interkulturelle Fachkräfte der Kita „Schatzinsel“
Anbieterin: Doris Singer-Wendhut, Kita!Plus Traben-Trarbach
E-Mail: singer-wendhut@ev-erziehungshilfe-veldenz.de
Tel.: 0160 90526207

Kreativer Adventsnachmittag

Sie sind herzlich eingeladen, diesen Nachmittag mit Ihren Kindern zu verbringen. Wir bieten einen Bastelworkshop an, in dem sie Weihnachtliches herstellen können. Außerdem haben Sie die Gelegenheit bei einer Tasse Kaffee und Weihnachtsgebäck mit anderen Eltern ins Gespräch zu kommen.

Termin: Dienstag, 03.12.2019
Zeit: 14:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: kostenlos
Ort: KiTa St. Michael, Mandatstr. 8, 54470 Bernkastel-Kues
Anbieter: KiTa!Plus Familienbildung in Bernkastel-Kues und Umgebung
E-Mail: kita-plus.st-michael@kita-ggmbh-trier.de
Tel.: 06531 4892



Waldpädagogik: Willkommen im Zauberwald

Hier dürfen Eltern und Kinder zusammen mit unserem Waldpädagogen den Wald erkunden und die Natur erleben. Ein gemeinsames Abenteuer, das die Eltern-Kind-Beziehung stärkt und gleichzeitig ein Bewusstsein für die Verbundenheit mit der Natur schafft. Während des Projekttagess wird den Kids Wissenswertes über den Wald spielerisch vermittelt. So können wir kleine „Beschützer des Zauberwaldes“ ausbilden und den Kindern das nötige „Rüstzeug“ mit auf den Weg geben, um nachhaltiges Denken und Handeln auch künftig beizubehalten.

- Termin: Auf Anfrage der Kita
Dauer: 3 bis 4 Stunden
Gebühr: 150,00 € pro Gruppe
Kursleiterin: Denise Wagner-Schumann
Ort: In der jeweiligen Kita (angrenzender Wald)
Anbieter: DRK-Bildungswerk Eifel-Mosel-Hunsrück e.V.
E-Mail: dws@bildungswerk.drk.de
Tel.: 06592 950017
Internet: www.bildungswerk.drk.de



Erziehungskompetenz fördern

Elternberatung

Die „Elternberatung in der Familienbildung“ bietet Informationen rund um die kindliche Bildung und Entwicklung. Sie unterstützt in Fragen der Erziehung, rund um das Thema Familie und Kinder und ist da, wenn der Alltag zu Hause, in der Kindertagesstätte oder der Schule mal wieder so richtig anstrengend ist.

- Termin: nach Vereinbarung
Gebühr: Kostenfrei
Dauer: ca. 1 Stunde
Kursleiterin: zertifizierte Elternberaterinnen im Bundesprogramm „Elternchance ist Kinderchance“
Ort: Dt. Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich, Mehrgenerationenhaus/Haus der Familie, Fachstelle Familienbildung im Landkreis, Kurfürstenstr. 10, 54516 Wittlich
E-Mail: michaele.schneider@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de

Kita!Plus - Elternberatung und Elternbegleitung

Gesprächsangebot zu Fragen der Entwicklung, Bildung und Erziehung Ihres Kindes und erste Beratung zu Unterstützungsmöglichkeiten für Familien.

Bernkastel-Kues:

- Termin: Jeden Montag: 8:30 - 13:00 Uhr
Jeden Dienstag: 8:30 - 16:30 Uhr
Jeden Mittwoch: 8:30 - 11:00 Uhr
Ort: KiTa!Plus-Büro, KiTa St. Michael, Mandatstr. 8, 54470 Bernkastel-Kues. Nach telefonischer Vereinbarung auch in Kues möglich.
Kontakt: Nina Schmitz (Familienbildungsfachkraft)

E-Mail: kitaplus.st-michael@kita-ggmbh-trier.de
Tel.: 06531 4892

Traben-Trarbach:

Termin: Di, 8:00 – 11:30 Uhr
Ort: KiTa „Schatzinsel“ in Traben-Trarbach und
Termin: Do, 8:00 – 10:00 Uhr in der KiTa „Rappelkiste“
in Traben-Trarbach oder nach telefonischer Vereinbarung.
Kontakt: Doris Singer-Wendhut (Familienbildungsfachkraft)
E-Mail: singer-wendhut@ev-erziehungshilfe-veldenz.de
Tel.: 0160 90526207

Wittlich:

Termin: Montag: 10:00 – 12:00 Uhr
Dienstag: 14:00 - 16:00 Uhr
Mittwoch: 10:00 - 13:00 Uhr
Donnerstag: 14:00 - 16:00 Uhr
Ort: Ev. Kindergarten Vitelliuspark, Römerstraße 80,
54516 Wittlich
Kontakt: Andrea Praum (Familienbildungsfachkraft) - Wittlich
E-Mail: praum@ev-erziehungshilfe-veldenz.de
Tel.: 0160 3666959

Offene Sprechstunde der Lebensberatung Wittlich in verschiedenen Kindertagesstätten

Bei Fragen zur Erziehung und Schule, zum Zusammenleben in der Familie, bei Trennung und Scheidung, zur Lebensbewältigung können Sie das Angebot der Lebensberatung Wittlich in den verschiedenen Kindertagesstätten wahrnehmen. Die „Offene Sprechstunde“ der Lebensberatung Wittlich ist für die Eltern freiwillig, vertraulich und kostenfrei. Die Mitarbeiter/-innen der jeweiligen Kindertagesstätte nehmen Ihre Anmeldung entgegen. Weitere Termine finden Sie auf der Homepage: www.wittlich.lebensberatung.info

Sprechstunden finden in folgenden Einrichtungen statt:

Kindertagesstätte Bausendorf

Tel.: 06532 4772

Mo. 14.10.2019

14:30 - 16:30 Uhr

Städt. Kindertagesstätte Wittlich-Neuerburg

Tel.: 06571 4506

Di. 12.11.2019

14:30 - 16:30 Uhr

Kath. integrative Kindertagesstätte

St. Peter, Wittlich-Wengerohr

Tel.: 06571 1472735

Di. 17.09.2019

15:00 – 17:00 Uhr

Kath. Kindertagesstätte St. Raphael,
Landscheid

Telefon: 06575 4979

Mo. 14.10.2019

14:00 – 16:00 Uhr

Kath. Kindertagesstätte St. Antonius,
Bernkastel-Kues

Telefon: 06531 6290

Di, 14.05.2019 und Di, 12.11.2019

14:00 – 16:00 Uhr

Kita Erlebniswelt, Greimerath,

Telefon: 06574 292

Di. 22.10.2019

14:30 – 16:30 Uhr

Kindertagesstätte Grenzenlos, Veldenz

Tel: 06534 8225

Mi., 23.10.2019

9:00 – 11:00 Uhr

Informationen und Termine: Lebensberatungsstelle, Kasernenstr.
37, 54516 Wittlich sowie in den teilnehmenden Kindertagesstät-
ten

E-Mail: lb.wittlich@bistum-trier.de

Tel.: 06571 4061

Internet: www.wittlich.lebensberatung.info

Offene Sprechstunde der ev. Beratungsstelle Wolf in der Realschule plus Traben-Trarbach

Wenn sich das Zusammenleben in der Familie schwierig gestaltet, bei Fragen zur Erziehung und Schule, zu Trennung und Scheidung sowie zur Lebensbewältigung, steht Ihnen die Beratung in der Realschule plus zur Verfügung. Die offene Sprechstunde ist - auch für nicht-schulansässige Personen - kostenfrei und vertraulich.

Termine: 10.09.2019, 14:30 – 16:30 Uhr
14.11.2019, 14:30 – 16:30 Uhr
Ort: Realschule plus Traben-Trarbach, Köveniger Straße, 56841 Traben-Trarbach
E-Mail: self.wolf@diakoniehilft.de
Tel.: 06541 6030
Anbieter: Ev. Beratungsstelle der Kirchenkreise Trier und Simmern-Trarbach, Maiweg 150, 56841 Traben-Trarbach

Offene Sprechstunde der ev. Beratungsstelle Wolf in der Grundschule Traben-Trarbach

Wenn sich das Zusammenleben in der Familie schwierig gestaltet, bei Fragen zu Erziehung und Schule, zu Trennung und Scheidung sowie zur allgemeinen Lebensbewältigung, steht Ihnen die ev. Beratungsstelle in Wolf zur Verfügung. Das Beratungsangebot richtet sich auch an Personen, Eltern, Freunde, Bekannte, Mitmenschen, die nichts mit der Grundschule Traben-Trarbach zu tun haben. Unverbindlich, vertraulich, auf Wunsch anonym.

Termine: 24.09.2019, 14:30 - 16:30 Uhr
21.11.2019, 14.30 - 16.30 Uhr
Ort: Grundschule Traben-Trarbach, Allwies 20, 56841 Traben-Trarbach
Gebühr: kostenfrei
E-Mail: self.wolf@diakoniehilft.de
Tel.: 06541 6030

Anbieter: Ev. Beratungsstelle der Kirchenkreise Trier und Simmern-Trarbach, Maiweg 150, 56841 Traben-Trarbach

„Vielfalt – Frauen.Treff für alle“

Willkommen in Deutschland, was bedeutet das für Frauen aus anderen Nationen? In den Treffen besteht die Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen, Frauen mit deutscher Muttersprache und Frauen aus aller Welt kennenlernen. Am Programm stehen nicht nur das Kennenlernen, sondern auch spontaner Sprachunterricht in beiden Richtungen, der Austausch über die gegenwärtige Lebenssituation, Frauenthemen, Erziehung und kulturelle Identität und Religion. Kinder selbstverständlich erwünscht.

Termin: dienstags, 14:00 bis 15:30 Uhr

Dauer: fortlaufend

Kosten: ohne Anmeldung, kostenfrei

Kontakt: Annette Weinand, Michaela Schneider

Anbieter: Dt. Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V., Fachstelle Familienbildung, Mehrgenerationenhaus – Haus der Familie Wittlich, Kurfürstenstr. 10, 54516 Wittlich

E-Mail: info@dksb-wittlich.de

Tel.: 06571 2110

Internet: www.dksb-wittlich.de



Eltern als Leitwölfe

Immer mehr Eltern haben Angst, ihren Kinder durch Regeln und Grenzen zu schaden oder sie zu verletzen. Eltern führen nicht, sie „streifen orientierungslos durch den Wald“. Auf Grundlage des Konzeptes des Familientherapeuten Jesper Juul, wird bei diesem Vortrag die Bedeutung einer Führungskompetenz für die Bindung und damit auch die Bildung der Kinder anschaulich dargestellt.

Gebühr: kostenfrei

Kontakt: Nathalie Vinzens/Hannah Bartenstein (Fachstelle Familienbildung Wittlich)

Termin/Ort: Montag, 02. September, 14:30 Uhr: Kita „Auf der Huhf“ Morbach (Anmeldung unter: 06533 9589669)

Montag, 16. September, 19:30 Uhr: Kita „Villa Kunterbunt“ Niersbach (Anmeldung unter: 06575 4823)

Mittwoch, 16. Oktober, 19:30 Uhr: Kita Lüxem (Anmeldung unter: 06571 4500)

Montag, 21. Oktober, 16:00 Uhr: Kita „St. Marien“ Klausen (Anmeldung unter: 06578 593)

Anbieter: Dt. Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.

E-Mail: info@dksb-wittlich.de

Tel.: 06571 2110

Internet: www.dksb-wittlich.de

Hurra, ich bin ein Schulkind!

Der Übergang vom Kindergarten in die Schule ist ein großer Schritt, für die Kinder aber auch für die Eltern. Häufig stehen Fragen und Befürchtungen im Raum. Ist mein Kind schon so weit? Was muss mein Kind können, um in die Schule gehen zu können und wie kann ich es dabei unterstützen? Es werden ganz praktische Tipps erarbeitet, wie Eltern Fähigkeiten ihrer Kinder im Alltag fördern können, die im Schulalltag von großer Bedeutung sind. Dazu zählen unter anderem Selbstständigkeit, Hand und Fingermotorik, Frustrationstoleranz und Konzentration.

Gebühr: kostenfrei, mit Anmeldung
Kontakt: Nathalie Vinzens/Hannah Bartenstein (Fachstelle Familienbildung Wittlich)
Termin/Ort: Montag, 23.09.2019, Fortlaufend weitere Termine auf der Internetseite: www.fachstelle-familienbildung.de
Zeit: 19:30 Uhr
Ort: Grundschule Zeltingen (Florentiner Str. 8, 54492 Zeltingen-Rachtig)
Anmeldung: Kita Zeltingen-Rachtig (06532 9559877)
Anbieter: Dt. Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de

„Zufriedene Dreckspatzen“

Warum Kinder Natur und Matsch brauchen.

Termin: 19.09.2019, 19:00 Uhr
Ort: Ev. Kindergarten Vitelliuspark, Römerstraße 80, 54516 Wittlich
Referentin: Ergotherapeutin Mona Caspari-Klemm
Gastgeber: Petra Becker und Team, Andrea Praum, KiTa!Plus

„Liebevoll und konsequent – Grenzen setzen“

Die Balance zwischen liebevoller und konsequenter Erziehung ist oft nicht leicht. Wie können Eltern ihre Kinder auf diesem Weg begleiten und unterstützen?

Termin: 10.10.2019, 19.30 Uhr
Ort: Kath. KiTa St. Andreas, Andreasstraße 31, 54472 Longkamp
Referentin: Diplom Sozial-Pädagogin (FH) Annette Weber, Lebensberatung Wittlich
Gastgeber: Abigail Brown, Longkamp und Team

„Du schaffst das! – Widerstandskräftig werden: Aber wie?“

Autorenlesung und thematische Vertiefung, wie Kinder für herausfordernde und belastende Zeiten Widerstandskraft entwickeln können

Termin: 15.11.2019, 19:30 Uhr

Ort: Kita St. Edeltrudis, Edeltrudisstraße 17,
54533 Niederöfflingen

Referent: Pastoralreferent Armin Surkus-Anzenhofer

Gastgeber: Andrea Götten, Niederöfflingen und Team

„Fördern? Spielen? Langeweile? – Alltagsgestaltung, die Kindern guttut“

Ein entlastender Abend gegen die Annahme, Kindern für eine gute Entwicklung möglichst viel bieten und sie möglichst viel fördern zu müssen – ein Plädoyer für freies Spiel, Bindungsaufbau und Ruhe.

Termin: 19.11.2019, 17:00 Uhr

Ort: Kath. KiTa St. Martin, Kirchstr. 17, 54518 Dreis

Gastgeber: Carolin Seitz, Lisa Gansen und Team

Referentin: Psychologin (M.Sc.) und systemische Beraterin i.A.
Melene Wissemann



Feinmotorik – Auf dem Weg zum Schreiben

Gelingendes Schreiben beginnt nicht erst in der Grundschule, schon vorher müssen die feinmotorischen Grundlagen malend, kreativ und spielend gelegt werden. Wie können Sie, als Eltern, Ihr Kind dabei unterstützen?

- Termin: 06.11.2019
Zeit: 18:00 – 20:00
Dauer: 2 h
Gebühr: keine
Ort: KiTa Grenzenlos, Gartenstr.4b, 54472 Veldenz
Kursleitung: Frau Jeanette Hesse (Lehrerin); Herr Patrick Götzke (KiTa Leitung)
Anbieterin: GS Veldenz in Kooperation KiTa Grenzenlos, Veldenz
E-Mail: kita-grenzenlos@t-online.de
Tel.: 06534 8225
Internet: www.kita-grenzenlos.de

Elterncafés machen Eltern stark!

Die Familie stellt das erste und zunächst wichtigste Lebensfeld für Kinder dar. Daher bietet das DRK-Bildungswerk allen Kitas verschiedene Elterncafés (am Morgen, Mittag oder Abend) an, um die elterlichen Erziehungskompetenzen zu stärken. Themen für die Elterncafés sind unter anderem: Fit für die Schule, Kleine Trotzköpfe, Gesunde Aggression, Stärken sehen und weiterentwickeln, Liebe, Grenzen, Konsequenzen, Digitale Medien und Kinderschutz. Alle Veranstaltungen werden von qualifizierten Fachkräften geleitet und direkt in der Kita durchgeführt.

- Termin: Auf Anfrage der Kita
Dauer: 1,5 Stunden
Gebühr: 200,00 € pro Gruppe
Kursleiterin: Denise Wagner-Schumann
Ort: In der jeweiligen Kita
Anbieter: DRK-Bildungswerk Eifel-Mosel-Hunsrück e.V.
E-Mail: dws@bildungswerk.drk.de
Tel.: 06592 950017
Internet: www.bildungswerk.drk.de

Kindern eine Chance geben – Pflegeeltern werden

Überforderung, Schicksalsschläge, psychische Probleme oder Krankheiten können dazu führen, dass ein Kind oder Jugendlicher vorübergehend oder länger nicht bei seinen Eltern bleiben kann. Für manche ist es dann eine gute Lösung, in einer Pflegefamilie zu leben, in der sie Liebe und Zuwendung erfahren, aber auch einen geregelten Rahmen, indem sich Kinder entfalten und entwickeln können. Der Pflegekinderdienst in Kooperation mit dem Fachbereich Jugend der Kreisverwaltung sucht fortlaufend Paare, die sich für Kinder engagieren möchten. Die Seminare richten sich an alle Personen und Paare, die sich mit dem Gedanken auseinandersetzen, Pflegeeltern zu werden. Ziel ist es, entsprechendes Hintergrundwissen zu erwerben, um eine gute Entscheidung treffen zu können. Ein Film auf unserer Homepage und auf der Internetplattform YouTube gibt Ihnen einen Einblick zu diesem Thema. Folgen Sie dem Link www.youtube.com/watch?v=9w77UfsEIKa

Termine: Samstag: 26.10.2019 und 09.11.2019

Anmeldung: ab sofort möglich.

Dauer: zweitägig, jeweils 9:00-17:30 Uhr

Gebühr: kostenfrei

Kontakt: Dipl. Päd. Julia Kern

Ort: Dt. Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich/Mehr-
generationenhaus – Haus der Familie Wittlich

E-Mail: pflegekinderdienst@dksb-wittlich.de

Tel.: 06571 969262

Internet: www.dksb-wittlich.de

Babysitten – aber richtig – Startset

Nach einem Einführungsgespräch: „Was sollte ein Babysitter können?“ geht es um „kleine Notfälle“: Wie verhalte ich mich bei Wundversorgung, Krampfkinder, Insektenstiche, Vergiftungen, Verschlucken von Fremdkörpern? Im Schulungsteil „Säuglingspflege“ unterrichtet eine Fachkraft über Entwicklungsphasen, Körperpflege, Füttern und Umgang mit dem Baby. Im Modul „Spielen, Singen, Basteln mit dem Kleinkind“ erhalten die angehenden Babysitter Handreichungen zu den Themen „Wie entwickeln sich Kinder? Welche sinnvollen Beschäftigungen brauchen sie? Was können sie spielen, singen und basteln.“

Termin: Mittwoch, 9. Oktober 2019

Zeit: 9:00 – 16:00 Uhr

Gebühr: 25, --Euro einschl. Teilnehmerzertifikat

Kursleiterin: Nathalie Vinzens (päd. Fachkraft); Marion Becker-Hofer (Krankenschwester)

Ort: MehrGenerationenHaus – Haus der Familie Wittlich, Kurfürstenstr. 10, Wittlich

Anbieter: Dt. Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V.

E-Mail: info@dksb-wittlich.de

Tel.: 06571 2110

Internet: www.dksb-wittlich.de



Medienkompetenz fördern

Datenspuren im Internet

Viele Fragen rund um Datenschutz und Datenspuren beschäftigen Eltern. Was muss ich beachten, welche Risiken kommen auf uns zu? Wofür werden Daten gesammelt, was kann ich tun um mein Kind bestmöglich zu schützen? In Zusammenarbeit mit dem Landesbeauftragten für Datenschutz bietet Referentin Janine Sostmann Antworten und führt die Eltern in interaktiven Sequenzen in die digitale Medienwelt ein. Auch Eltern anderer Kindertageseinrichtungen sind eingeladen.

Termin I: 22.08.2019
Zeit: 15:00 Uhr
Ort: Kaufen mit Herz – Burgstr. 49, Wittlich

Termin II: 23.10.2019
Zeit: 20:00 Uhr
Ort: KiTa St. Stephanus, Moselweinstr. 23, Wintrich

Termin III: 24.10.2019
Zeit: 20:00 Uhr
Ort: KiTa Maria Himmelfahrt, St. Helenastraße 9,
Neumagen-Dhron

Gebühr: kostenfrei, gefördert vom Land Rheinland-Pfalz
Kontakt: Nathalie Vinzens/Hannah Bartenstein (Fachstelle
Familienbildung Wittlich)

Anbieter: Dt. Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de

App in die Medienwelt - zum Umgang mit Handy, Tablet und Co

Was gilt es zu bedenken, wenn Kindern der Zugang zu digitalen Medien eröffnet wird? Ab wann braucht mein Kind ein Smartphone? Sowohl die positiven, arbeitserleichternden, als auch die negativen bzw. potentiell gefährlichen Aspekte der medialen Welt werden diskutiert. Eines wird aber auch deutlich: die Verantwortung darüber, wie Kinder an digitale Medien herangeführt werden und wie die Handhabung gestaltet wird, liegt immer in der Verantwortung der Eltern.

Termin: Dienstag, 10.09.2019
Zeit: 19:30 Uhr
Ort: Kita „Regenbogen“ Thalfang (Anmeldung unter: 06504-381)
Gebühr: kostenfrei mit Anmeldung in der Kita
Kontakt: Nathalie Vinzens/Hannah Bartenstein (Fachstelle Familienbildung Wittlich)
Anbieter: Dt. Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de

Zukunft der digitalen Gesellschaft

Neben vielen Fragen zum Datenschutz geht es um Themen wie Chancen und Risiken bei intelligenten Spielzeugen, Fitness-Trackern, Sprachassistenten im vernetzten Zuhause. In Zusammenarbeit mit dem Landesdatenschutz stellt Referentin Janine Sostmann die neuen gesellschaftlichen Entwicklungen vor.

Termin: Mittwoch, 13.11.2019
Zeit: 19:30 Uhr
Ort: MehrGenerationenHaus – Haus der Familie Wittlich, Kurfürstenstr. 10, Wittlich
Gebühr: kostenfrei, gefördert vom Land Rheinland-Pfalz
Kontakt: Nathalie Vinzens/Hannah Bartenstein (Fachstelle Familienbildung Wittlich)
Anbieter: Dt. Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de

Angebote für Alleinerziehende

Alleinerziehend aber nicht allein – Gemeinsam stark!

Offene Gruppe für alleinerziehende Mütter und Väter:

- Erfahrungsaustausch
- Kontakte knüpfen
- Gemeinsame Freizeitgestaltung
- Gespräche mit Fachkräften

Termin: donnerstags, alle 14 Tage (nach Absprache)

Zeit: 14:30 Uhr

Gebühr: keine

Ort: Stadthaus "Alter Bahnhof", Traben-Trarbach

Anbieterin: Doris Singer-Wendhut, Kita!Plus Traben-Trarbach,
Katja Arentz

E-Mail: singer-wendhut@ev-erziehungshilfe-veldenz.de

Tel: 0176 83040659 (K. Arentz)

0160 90526207 (D. Singer-Wendhut)



Familienalltag

Stressfrei im Familienalltag – Workshop für Eltern

Bei diesem Workshop erwarten Sie Entschleunigung, gesunde Snacks, sowie ein Austausch zum Thema „Stressfrei im Familienalltag“. Schwerpunkt ist es, Eltern zu zeigen, wie sie ihre Gesundheit in die eigene Hand nehmen können, ohne dabei ihr gesamtes Familienleben umkrepeln zu müssen. Davon sollen vor allem die Kleinsten profitieren, denn der Grundstein für ein gesundheitsbewusstes Verhalten wird bereits im Kindesalter gelegt. Es werden Denkanstöße, Übungen und Impulse zu folgenden Inhalten geboten:

- Mehr freie Zeit in deinem Leben mit der Zeitfresser-Liste.
- Die Top 3 Tipps zum Entschleunigen des Familienalltags.
- Vom „Stressesser“ zum Stressweg-Esser – Entspannung kann man essen.

Wir freuen uns auf den gemeinsamen Vormittag der Entschleunigung.

Termin: Samstag, 24.08.2019

Zeit: 10:00 Uhr

Gebühr: kostenlos

Kursleitung: Jenny und Tim Weber von Preventlia,
Gesundheitswissenschaftler/-in

Ort: KiTa St. Michael, Mandatstraße 8, Bernkastel-Kues

Anbieterin: Nina Schmitz, „Kita!Plus“ Familienbildung in Bernkastel-Kues und Umgebung

E-Mail: kita.plus.st-michael@kita-ggmbh-trier.de

Tel.: 06531 4892

Kleine Auszeit – Abschalten und Auftanken

Bei der kleinen Auszeit haben Sie die Möglichkeit in dieser schnelllebigen Zeit einmal innezuhalten, abzuschalten und aufzutanken. Die Entspannungspädagogin Maria Aurich schafft Ihnen die Möglichkeit in einer Wohlfühlumgebung durch Phantasie Reisen und angeleitete Übungen zur Ruhe zu kommen und mehr zum Thema „Entspannung“ zu erfahren. Die Anzahl der teilnehmenden Personen ist begrenzt. Bitte melden Sie sich bis zum 05.10. per E-Mail an. Mitzubringen sind: Matte, Decke, Kissen und warme Socken. Wir laden Sie recht herzlich zu dieser kleinen Pause vom Alltag ein.

Termin: Freitag, 15.11.2019

Zeit: 17:00 - 19:15 Uhr

Gebühr: kostenlos

Kursleiterin: Frau Maria Aurich, Entspannungspädagogin

Ort: KiTa St. Michael, Mandatstraße 8, Bernkastel-Kues

Anbieterin: Nina Schmitz, „Kita!Plus“ Familienbildung in
Bernkastel-Kues und Umgebung

E-Mail: kitaplus.st-michael@kita-ggmbh-trier.de

Tel.: 06531 4892



Kinder im Blick – Ein Kurs für Eltern in Trennung oder Scheidung

Wenn Eltern sich trennen, verändert sich vieles, auch für die Kinder. Sie brauchen in dieser Zeit besonders viel Zuwendung und Aufmerksamkeit. Das ist für Eltern meist nicht leicht, denn finanzielle Probleme, Konflikte mit dem anderen Elternteil und Stress durch Veränderungen in der Lebensgestaltung fordern Kraft, Nerven und Zeit – oft zu Lasten der Kinder, aber auch des eigenen Wohlbefindens. Drei grundlegende Fragen leiten die Kursinhalte:

- Wie kann ich die Beziehung zu meinem Kind positiv gestalten und seine Entwicklung fördern?
- Was kann ich tun, um Stress zu vermeiden und abzubauen?
- Wie kann ich den Kontakt zum anderen Elternteil im Sinne meines Kindes gestalten?

Termine: Montag, 09.09.2019 bis 28.10.2019 (Schulferien ausgenommen)
Zeit: 17:30 – 20:30 Uhr
Dauer: 6 Termine à 3 Stunden
Maximal 10 Teilnehmer
Gebühr: 70 € pro Person incl. Kursmaterial und Verpflegung
Kursleitung: Ursula Günther (Dipl.-Psychologin); Yvonne Eltze (Dipl.-Psychologin)
Ort: Lebensberatung Wittlich, Kasernenstr.37, 54516 Wittlich
E-Mail: lb.wittlich@bistum-trier.de
Tel.: 06571 4061
Internet: www.wittlich.lebensberatung.info

Familienseminare

Familienwochenende

Mal raus aus dem Alltag, die Beine baumeln lassen und rasten. Gleichzeitig aber neue Impulse und Anregungen bekommen und gestärkt in den Alltag gehen. Teilnehmer sagen nach diesem Wochenende: „Es war eine tolle Gruppe, die über das Wochenende zusammengewachsen ist.“ „Der Austausch mit anderen Eltern gab mir neue Denkanstöße“ „Die Zeit, die wir als Paar hatten, hat gutgetan.“ „Das gemeinsame Spiel hat uns als Familie zusammenschweißt.“

Schenken Sie sich und Ihrer Familie dieses Erholungs- und Impulswochenende. Für die Kinder gibt es am Samstag ein eigenes altersgerechtes Programm mit der Kinderbetreuung. Weitere Informationen und Anmeldung bei Gemeindereferentin Jana Diefenbach.

- Termin: 06.09.2019 - 08.09.2019
Dauer: 1 Wochenende
Gebühr: 170 bis 200 Euro. Zahlen Sie, was Sie geben können.
Kontakt: Gemeindereferentin Jana Diefenbach
Ort: Jugendherberge Daun
Anbieter: Pfarreiengemeinschaft Wittlich, Sachausschuss Familie
E-Mail: jana.diefenbach@pfarreien-wittlich.de
Tel.: 06571 1472995
Internet: www.pfarreiengemeinschaft-wittlich.de

Elternbriefe

Kostenfreie Erziehungs-Ratgeber für Familien im Landkreis Bernkastel-Wittlich

Die Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich bietet einen ganz besonderen Service für Familien an: Passend zur Entwicklung des Kindes, können Ratgeber für Erziehungsthemen bestellt werden – und das kostenfrei! Hierzu ist nur eine Bestellung mit Anschrift der Familie und Geburtsdatum des jüngsten Kindes (ohne Namensangabe) erforderlich. Im passenden Format mit kurzen, aber wichtigen Informationen zur Entwicklung des Kindes oder Fragen der Erziehung, werden die Tipps des „Arbeitskreises Neue Erziehung (ANE) e. V.“ versendet. Im ersten Lebensjahr eines Kindes, erhalten die Familien monatlich eine Information in Briefform. Danach verändern sich die Zeitabstände. Den letzten „Elternbrief“ erhalten die Eltern, wenn ihr Kind acht Jahre alt wird. Wer die kostenfreien Ratgeber erhalten möchte, sendet bitte nachfolgenden Bestellabschnitt mit der eigenen Anschrift und dem Geburtsdatum des (jüngsten) Kindes, unterschrieben zurück an:

Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich, Servicestelle Kinderschutz,
Kurfürstenstr. 16, 54516 Wittlich, per Fax an die Kinderschutz-
Stelle 06571 14-42265 oder per E-Mail an gudrun.weber@bernkastel-wittlich.de.

Einverständnis und Bestellung:

- Ja, bitte senden Sie mir den **Ratgeber** „Kinder - Wegweiser für werdende und junge Eltern im Landkreis Bernkastel-Wittlich“ kostenfrei zu.
- Ja, bitte senden Sie mir ab sofort regelmäßig und kostenfrei die „Elternbriefe“ Nr. 1 - 46 mit nützlichen Tipps zur Förderung und Entwicklung meines Kindes zu.

Bitte senden Sie mir die gewünschten Informationen an folgende Anschrift (bitte in Blockschrift ausfüllen):

Vorname, Name:

Straße, Hausnummer:

Postleitzahl, Ort:

Geburtsdatum des Kindes *:

Datum, Ort:

Unterschrift einer/eines Sorgeberechtigten:

* Diese Information dient der Versendung entsprechend der Lebensphase ihres Kindes.

Bitte senden an: Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich, Service-
stelle Kinderschutz, Kurfürstenstr. 16, 54516 Wittlich.

Per Fax an 06571 14-42265 oder per E-Mail an gudrun.weber@bernkastel-wittlich.de.

Impressum

Herausgeber: Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich
Kinderschutz
Fachbereich Jugend und Familie
Kurfürstenstr. 16
54516 Wittlich

Druck: Druckerei WIRmachenDRUCK GmbH
Mühlbachstr. 7, 71522 Backnang

Internet: www.bernkastel-wittlich.de

Fotos: © - Fotolia.com und
Clipdealer.com (Titelbild)

„Familie Aktiv“ ist eine Broschüre für Sorgeberechtigte im Landkreis Bernkastel-Wittlich, finanziert von Ihrer Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich.

Angabe gem. § 9 (4) Landesmediengesetz: Die Broschüre „Familie Aktiv“ ist 100% durch die Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich finanziert.

Stand: Juni 2019
Auflage: 5.000 Exemplare

Über Erfahrungen mit der Broschüre und Anregungen würden wir uns freuen: Stephan.Rother@Bernkastel-Wittlich.de, Telefon: 06571 14-2220

Verantwortlich für den Inhalt der hier veröffentlichten Angebote sind die Bildungsanbieter. Die Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich prüft und aktualisiert die Informationen dieser Broschüre. Trotz aller Sorgfalt können sich die Daten verändert haben. Ein Anspruch auf Veröffentlichung uns bekannter Termine und Informationen besteht nicht. Die Redaktion behält sich die Auswahl und Bearbeitung der Informationen vor. Daher kann kein Rechtsanspruch aus veröffentlichten oder nicht dargestellten Informationen abgeleitet werden. Druck und Vervielfältigung von Daten dieser Broschüre bedürfen der vorherigen Zustimmung der Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich.

Hinweis: Die Begriffe „Eltern“ und „Familie“ umfassen alleine oder gemeinsam erziehende Sorgeberechtigte, in den unterschiedlichen Familienkonstellationen und gemeinsamen Lebensformen.

Redaktionsschluss für die Ausgabe 2020-I: Fr, 15.11.2019

FAMILIE AKTIV - Wir sind dabei:

- AOK – Die Gesundheitskasse
- Arbeitsgemeinschaft Jugendzahnpflege für den Kreis Bernkastel-Wittlich
- Arbeitskreis Jugendschutz/Suchtprävention im Landkreis Bernkastel-Wittlich
- Bistum Trier – Dekanat Wittlich
- Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e. V.
- Deutscher Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V. – Fachstelle Familienbildung im Landkreis
- DRK-Bildungswerk Eifel-Mosel-Hunsrück e. V.
- Ev. Beratungsstelle der Kirchenkreise Simmern-Trarbach
- Hebammenpraxis „Bauchgefühl“, Bernkastel-Kues
- Kath. Dekanat Wittlich
- Kath. Erwachsenenbildung (KEB) Mittelmosel
- Kath. Kindertagesstätten der Kath. KiTa gGmbH Trier
- Kath. Lebensberatung Wittlich
- Kath. Pfarreiengemeinschaft Wittlich
- Kita „Grenzenlos“, Veldenz
- Kita!Plus – Bernkastel-Kues
- Kita!Plus – Traben-Trarbach
- Kita!Plus – Wittlich
- Komes, Bianca - Trageberatung
- Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich
- Lames, Melanie: Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin
- Lotz, Christa: Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin/Stillberaterin (IBCLC)
- Verbundkrankenhaus - St. Elisabeth Krankenhaus Wittlich



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR FAMILIE,
FRAUEN, JUGEND, INTEGRATION
UND VERBRAUCHERSCHUTZ



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR BILDUNG



Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich

Kurfürstenstraße 16, 54516 Wittlich

Telefon: 06571 14-0

E-Mail: info@Bernkastel-Wittlich.de

Internet: www.familie.bernkastel-wittlich.de