



Familie Aktiv

August - Dezember 2020



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.

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.

In der aktuellen Situation finden Sie neue digitale Angebote sowie Hinweise auf telefonische Beratungsmöglichkeiten. Dort wo Angebote im direkten Kontakt möglich sind, erhalten Sie weiterführende Informationen zu den Hygiene- und Abstandsvorgaben. Bitte erkundigen Sie sich jeweils nach den jeweiligen Vorgaben und aktuellen Terminhinweisen auf den Internetseiten der Anbieterinnen und Anbieter bzw. telefonisch. 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.

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

Fachstelle Familienbildung im Landkreis

Sie wollen wissen, wie Sie als „Leitwolf“ die Bildung Ihrer Kinder positiv gestalten? Welche „Energieräuber und Tankstellen“ Ihr Familienleben bestimmen? Wer begleitet und unterstützt mich, wenn es Fragen gibt? Wie kann ich gute Zeit mit meinem Kind verbringen? Was kann ich mit meiner Familie unternehmen? Wo finde ich Freunde und Gleichgesinnte?

Die „Fachstelle Familienbildung“, in Trägerschaft des Kinderschutzbundes Bernkastel-Wittlich, ist ein Angebot 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 Annette Neeb und Nathalie Vinzens-Wellems bietet Ihnen:

- Vorträge, Praxis-Seminare rund um Ihre Erziehungsfragen
- Aktionstage, Mitmach-Angebote wie die Kleinen Forscher
- Offene Eltern-Cafés;
- Aufbau und Begleitung von Eltern-Kind-Gruppen,
- Vermittlung von Referent*innen im Netzwerk
- Familienbildung Expert*innenwissen,
- Zusammenarbeit mit den Elternbeiräten KiTa oder Grundschule

Sie wollen keine Information verpassen oder haben noch Fragen? Besuchen Sie uns www.fachstelle-familienbildung.de auf Facebook oder schreiben Sie uns.

Annette Neeb/Nathalie Vinzens-Wellems

Fachstelle Familienbildung

Kinderschutzbund – MehrGenerationenHaus,

Kurfürstenstr. 10, 54516 Wittlich

Tel.: 06571 2110

annette.neeb@dksb-wittlich.de

nathalie.vinzens@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, Entwicklungsschritte, Bindung und Erkennen von Bedürfnissen des Kindes, Motorische Entwicklung, Schlafverhalten.

Termin I: 31.08. – 05.10.2020
Zeit: Montag, 10:00 – 11:30 Uhr
Dauer: 6 x Gebühr: 30 Euro
Ort: Caritas – Geschäftsstelle Wittlich,
Kurfürstenstraße 6, 54516 Wittlich

Termin II: 02.09. – 07.10.2020
Zeit: Mittwoch, 10:00 – 11:30 Uhr
Dauer: 6 x Gebühr: 30 Euro
Ort: Caritas – Außenstelle Bernkastel-Kues,
Gartenstr. 20, 54470 Bernkastel-Kues

Termin III: 26.10. – 30.11.2020
Zeit: Montag, 10:00 – 11:30 Uhr
Dauer: 6 x Gebühr: 30 Euro
Ort: Caritas – Geschäftsstelle Wittlich,
Kurfürstenstraße 6, 54516 Wittlich

Termin IV: 28.10. – 02.12.2020
Zeit: Mittwoch, 10:00 – 11:30 Uhr
Dauer: 6 x Gebühr: 30 Euro
Ort: Caritas – Außenstelle Bernkastel-Kues,
Gartenstr. 20, 54470 Bernkastel-Kues

Leitung: Melanie Lames, Kinderkrankenschwester/
Familien-Gesundheits-und Kinderkrankenpflegerin
E-Mail: info-wittlich@caritas-meh.de
kikra.melanielames@web.de
Tel.: 01522 1020244 (Fr. Lames) oder 06571 9155-0
Internet: www.caritas-wittlich.de

Offene Sprechstunde Neugeborenenstation Krankenhaus Wittlich

(für Patientinnen der Neugeborenenstation
und der Kinderstation sowie Angehörige)

Das Angebot der Offenen Sprechstunde im Krankenhaus Wittlich - jeweils montags von 14:00 bis 15:00 Uhr – findet derzeit wegen Corona nicht vor Ort statt. Wir bieten Ihnen daher zu Fragen rund um das Baby ab 15.06.2020 jeweils montags von 14:00 bis 15:00 Uhr eine telefonische Beratung an: Telefon Lebensberatung Wittlich: 06571 4061.

Gerne können Eltern dieses Angebot auch nutzen, wenn sie und das Baby nicht mehr im Krankenhaus, sondern wieder zuhause sind.

Termin: jeden Montag (telefonisch)

Zeit: 14:00 – 15:00 Uhr

Gebühr: kostenfrei

Ort: Krankenhaus Wittlich, Geburtsstation

Kontakt: Dipl. Psychologin Ursula Günther, Gianna Werhan,
Pädagogin (B.A)

Organisation: Lebensberatung Wittlich

E-Mail: sekretariat.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 Euro pro Stunde, zzgl. Fahrtkosten (0,50 Euro/km)
Leitung:	Christa Lotz, Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin
E-Mail:	info@mobile-stillberatung.de
Tel.:	06531 915867, Mobil: 0172 6690772
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: 15.07.2020, 16.09.2020, 11.11.2020
Zeit: jeweils 18:00 Uhr
Dauer: 2 Stunden
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 Pflorgeteam 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:** 03.07.2020, 07.08.2020, 04.09.2020,
09.10.2020, 06.11.2020, 04.12.2020
- 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. Es erwartet Sie ein spannender Vortrag über die Körpersprache von Säuglingen innerhalb des ersten Lebensjahres. Frau Günther, Diplom-Psychologin der Lebensberatung 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 Judith Haydecker und Frau Marietheres Lindgens zur individuellen Stillberatung zur Verfügung.

Termin: 29.09.2020 (um Anmeldung wird gebeten)

Zeit: 09:00 – 12:00 Uhr

Dauer: 3 Stunden

Gebühr: kostenfrei

Anmeldung bitte an: Herrn Emmerich Berg

E-Mail: ibf@verbund-krankenhaus.de

Tel.: 06571 15-34550

Ort: St. Elisabeth Krankenhaus, Wittlich,
Großer Konferenzraum (1. UG)

Internet: www.verbund-krankenhaus.de

Geburtsvorbereitung (mit Partner)

Termine: Montag, 06.07.2020 - 10.08.2020

Montag, 14.09.2020 - 19.10.2020

Montag, 26.10.2020 - 30.11.2020

Montag, 07.12.2020 - 18.01.2021

Zeit: 18:00 – 20:00 Uhr

Gebühr: Kosten werden von den gesetzlichen Krankenkassen getragen.

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

Yoga in der Schwangerschaft

ab der 12. Schwangerschaftswoche

- Termine: Dienstag, 15.09. - 03.11.2020, 18:00 - 19.30 Uhr
Dienstag, 10.11. - 29.12.2020, 18:00 - 19.30 Uhr
- Gebühr: 120 €, die Kosten werden nicht generell von der Krankenkasse getragen
- 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

Rückbildungsgymnastik

- Termine: Mittwoch, 01.07. - 12.08.2020, 10:00 - 11:30 Uhr
Mittwoch, 16.09. - 28.10.2020, 10:00 - 11:30 Uhr
Mittwoch, 04.11. - 16.12.2020, 10:00 - 11:30 Uhr
- Gebühr: Die Kosten werden von den gesetzlichen Krankenkassen getragen.
- 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

Webinar Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit

Sie erfahren, wie Ihre Ernährung in den verschiedenen Phasen der Schwangerschaft und in der Stillzeit aussehen soll. Wissenswertes, und Tipps rund um das Stillen runden das Webinar ab.

- Dauer: 1 X
- Gebühr: keine
- Anmeldung: erforderlich unter www.webinare.aok-kurse.de
- Anbieterin: AOK- Die Gesundheitskasse in Kooperation mit „Gesund ins Leben-Netzwerk Junge Familie“

Geschwisterkurs im Verbundkrankenhaus Wittlich

Der Kurs informiert die bald werdenden Geschwisterkinder spielerisch und 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: 10.10.2020, 12.12.2020

Zeit: samstags je von 09:30 – 11:30 Uhr

Dauer: 1 x 2 Std.

Teilnehmer: 6 Kinder (Anmeldung erforderlich)

Kinder von 2,5 bis 4 Jahre mit Mama

Termine: 05.09.2020, 07.11.2020

Zeit: samstags je von 09:30 – 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 Euro/Stunde zzgl. Fahrtkosten (0,25 Euro/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/Ort: nach Vereinbarung

Gebühr: 30 Euro/Stunde zzgl. Fahrtkosten (0,25 Euro/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

Webinar Gesund und Lecker – Babykost

Wir informieren Sie über den besten Umstellungszeitpunkt und darüber wann ihr Baby was braucht sowie Pro und Kontra von Gläschenkost.

Dauer: 1 X

Gebühr: keine

Anmeldung: erforderlich unter: www.webinare.aok-kurse.de

Anbieterin: AOK- Die Gesundheitskasse in Kooperation mit
„Gesund ins Leben-Netzwerk Junge Familie“

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, 14.10.2020, 21.10.2020, 28.10.2020

Zeit: 10:00 – 11:30 Uhr

Gebühr: kostenfrei

Ort: Lebensberatung Wittlich,

Kontakt: Dipl. Psychologin Ursula Günther, Gianna Werhan,
Pädagogin (B.A)

Organisation: Lebensberatung Wittlich

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

Tel.: 06571 4061

Internet: www.wittlich.lebensberatung.info

FamilienZeit – Babys erleben und fördern

Die verschiedenen Module der „Familienzeit (FamZ)“ verstehen sich als Entwicklungsbegleitung von ca. 3 bis 12 Monaten, in kleinen Gruppen in einem eigens liebevoll gestalteten Seminarraum. Durch Sinnes- und Bewegungsanregung wird die gesamte Entwicklung des Kindes gefördert. Tragen, Greifen, Tasten, Krabbeln, Lieder singen, Laufen, Massagen, Entspannungsübungen stehen auf dem Programm. Auf der Basis der „anleitenden Erziehung“ erhalten die Eltern Antworten auf Fragen rund um Stillen, Ernährung, Schlaf- und Schreiverhalten, Veränderungen des Lebens und der Partnerschaft, Werte und Erziehungsziele. Auch der Austausch mit anderen Müttern oder Vätern ist wichtig: nicht nur ich allein bin manchmal total müde, ausgelaugt und deshalb „mies drauf“. Es geht anderen Eltern ganz genauso. In das besondere Kursprogramm des Kinderschutzbundes fließt die Erfahrung des PEKiP-Programms und der zertifizierten Elternschule „Starke Eltern - starke Kinder“ ein. Die Kursteilnehmer*innen haben darüber hinaus die Möglichkeit kostenfrei eine „Elternberatung in Bildungsverläufen“ in Anspruch zu nehmen und ein erstes „Portfolio“ ihres Kindes zu erstellen. Die Module richten sich nach dem jeweiligen Alter der Kinder und sind einzeln buchbar. Gerne können Sie sich auch per Mail: info@dksb-wittlich.de mit Ihrer Anschrift, Telefonnummer und dem Geburtsdatum Ihres Kindes direkt anmelden. Wir rufen Sie zurück. Sollten die Zeiten nicht in Ihren Familienalltag passen oder es besondere Fragen geben, sprechen Sie uns bitte an. Tel.: 06571 2110.

- Termine:** werden auf der Homepage www.dksb-wittlich.de nach den Sommerferien bekannt gegeben.
- Dauer:** ca. 6 – 8 Termine pro Modul
- Kosten:** 9 Euro pro Treffen, je nach Dauer des Kurses von Ferien zu Ferien. Die Kurse sind nur als Gesamtmodul buchbar. Familien in besonderen Lebenslagen erhalten Nachlass. Bitte sprechen Sie uns an. Ansonsten gelten die AGB unseres Vereins.
- Kontakt:** Annette Neeb, Dipl. Pädagogin und Spieltherapeutin, Katharina Raskob, M.A. Sozialanthropologin
- Anbieter:** 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: 11.07.2020
Termin II: 29.08.2020
Termin III: 24.10.2020
Zeit: 08:30 – 16:30 Uhr
Dauer: je 9 UE
Gebühr: 55 Euro je Termin
Kursleitung: Ausbilder der Ersten Hilfe am Kind
Ort: DRK-Haus 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 am Kind

- Termine: Montag, 24.08.2020, 18:00 – 21:00 Uhr
Samstag, 07.11.2020, 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: 20 Euro pro Person
Ort: Hebammenpraxis „Bauchgefühl“, Nikolausufer 30,
54470 Bernkastel-Kues
Kursleitung: Kursleitung Mechthild Hoehl
E-Mail: ina@heinemann-hebamme.de
Tel.: 06531 972245
Internet: www.heinemann-hebamme.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

Webinar: Schmecken soll's – Übergang zum Familientisch

Der Übergang von Beikost auf feste Lebensmittel kann bis ins zweite Lebensjahr hinein dauern. Wir geben Ihnen Anregungen und praktische Tipps, wie das gemeinsame Essen gut gelingt.

Dauer: 1 X
Gebühr: keine
Anmeldung: erforderlich unter: www.webinare.aok-kurse.de
Anbieterin: AOK- Die Gesundheitskasse in Kooperation mit
„Gesund ins Leben-Netzwerk Junge Familie“

Webinar: Wie du als Mama zu mehr Balance und metime findest

- Entspannung – Ich zeige dir, warum du es nicht allen recht machen musst. So wirst du leichter über Dinge hinwegsehen, die dich regelmäßig stressen.
- Struktur – Wie du es schaffst deinen Alltag gelassener und entspannter zu regeln.

Termin: monatlich
Dauer: ca. 45 Minuten
Gebühr: kostenfrei
Ort: Online
Kursleitung: Jenny Weber
Anbieter: Preventlia
E-Mail: info@preventlia.de
Tel.: 0163 6079890
Anmeldung: www.preventlia.de/webinar



Online Gesundheits-Plattform

Dein Online Kurs für eine gesunde Ernährung, mehr Entspannung und einen gesundheitsorientierten Lebensstil.

- Termin: jederzeit online buchbar unter: <https://www.preventlia.de/start/gesundzufriedenheits-akademie/>
Gebühr: mit dem Gutscheincode „familieaktiv“ 19 Euro/Monat
Anbieter: Jennifer und Tim Weber von Preventlia aus Wittlich (BA/MA Gesundheitsmanagement)
E-Mail: info@preventlia.de
Internet: www.preventlia.de
Telefon: 0163 6079890

Elternpodcast Gesund und entspannt im Familienalltag

Themen rund um die Familiengesundheit, wertvolle Tipps und Übungen und spannende Interviewpartner.

- Termin: jederzeit
Gebühr: kostenfrei
Ort: itunes oder spotify
Kursleitung: Jenny Weber
Anbieter: Preventlia
E-Mail: info@preventlia.de
Tel.: 0163 6079890
Anmeldung: www.preventlia.de/podcast



Gesundheitsberatung

Ein kostenfreies Erstgespräch bei dem ich mit dir 2 konkrete Herausforderungen in eurem Familienalltag bespreche. Und eine wirksame Gegenstrategie mit dir aufstelle.

Termin: jederzeit
Dauer: 30 Minuten
Gebühr: kostenfrei
Ort: online bzw. telefonisch
Kursleitung: Jenny Weber
Anbieter: Preventlia
E-Mail: info@preventlia.de
Tel.: 0163 6079890
Anmeldung: www.terminland.de/preventlia

Gratis Rezeptbuch für die gesunde Familienküche

In diesem Rezeptbuch findest du:

- Ausgewogene Familienrezepte die schnell zubereitet sind.
- Damit sparst du Zeit in der Küche und gewinnst somit mehr "Ich-Zeit" für Entspannung und Ausgleich.
- Zahlreiche Zubereitungsvarianten für mehr Abwechslung und jeden Geschmack.
- Gemeinsames Kochen: Rezepte, die Spaß machen und deinen Kindern eine gesunde Ernährung näherbringen.
- Frische Mahlzeiten, die in jeden Familienalltag passen.

Termin: jederzeit
Gebühr: kostenfreies eBook
Ort: online
Kursleitung: Jenny Weber
Anbieter: Preventlia
E-Mail: info@preventlia.de
Tel.: 0163 6079890
Anmeldung: www.preventlia.de/rezeptbuch

Kinder stark machen (4,5 bis 6 Jahre)

In diesem Kurs erlernen die Kinder richtiges Verhalten in Gefahrensituationen. Konkretes Thema: Es werden Selbstverteidigungstechniken und Selbstbehauptungsstrategien für Schule und Alltag, sowie Deeskalationstechniken zur Streitvermeidung und soziales Verhalten vermittelt.

Termin: 15.09. – 06.10.2020
Zeit: dienstags, 15:30 - 16:15 Uhr
Dauer: 4 Kurseinheiten à 45 Minuten
Gebühr: 45 Euro 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. Konkretes Thema: Es werden Selbstverteidigungstechniken und Selbstbehauptungsstrategien für Schule und Alltag, sowie Deeskalationstechniken zur Streitvermeidung und soziales Verhalten vermittelt.

Termin: 15.09. – 06.10.2020
Zeit: dienstags: 16:30 - 17:30 Uhr
Dauer: 4 Einheiten je 1 Stunde
Gebühr: 45 Euro
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

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.

- Termine: Auf Anfrage in der Kita
Dauer: zwei Termine a 2 Stunden
Gebühr: 88 Euro je Kita-Gruppe, 2 Gruppen 150 Euro,
3 Gruppen 210 Euro
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.

- Termine: erfragen Sie bitte in der teilnehmenden Kita oder unter 06571 2110.
- Dauer: fortlaufend
- Gebühr: kostenfrei
- Kontakt: Nathalie Vinzens-Wellems/Annette Neeb
(Fachstelle Familienbildung)
- Ort: Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich -
Mehrgenerationenhaus – Haus der Familie Wittlich,
Kurfürstenstr. 10, 54516 Wittlich oder in der
teilnehmenden Kita
- E-Mail: info@dksbwittlich.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: Bitte fragen Sie, welche Gruppen wann aktuell möglich sind
- Dauer: 1,5 – 2 Std.
- Gebühr: 6 Euro Jahresbeitrag
- Ort: Jugendheim St. Bernhard, Auf'm Geifen 12, 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 Brigitte 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: dienstags, 15:00 – 16:00 Uhr
Ort: Kath. Kindertagesstätte Maria Heimsuchung Reil,
Kirchplatz 15, 56861 Reil
Kontakt: Elena Schier
E-Mail: maria-heimsuchung-reil@kita-ggmbh-trier.de
Tel.: 06542 2351

Online-Familien-Spieltag

„Stadt-Land-Spielt!“ ist ein Projekt zur Förderung des Kulturguts Spiel. Es geht um Glück, es geht um Strategie, um das Einhalten von Regeln, Aushalten von Verlust und Wettkampf, vor allem aber um den gemeinsamen Spaß- diesmal in einer Onlineplattform. Online-Familie Spieltag am 13.09.2020 im Rahmen von Stadt-Land spielt Weitere Infos erhalten sie auf www.stadt-land-spielt.de oder unserer Homepage www.dksb-wittlich.de

Termin: 13.09.2020
Gebühr: kostenfrei

Anbieter: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V. –
Fachstelle Familienbildung, Mehrgenerationen-
haus- Haus der Familie in Wittlich
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.
Internet: www.stadt-land-spielt.de

Die „Kleine Forscher“/ MINT-Angebote

Die Online-Werkstatt: Experimente zum Nach- und Mitmachen!
Die Fachstelle Familienbildung/Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich, bietet Eltern und Kindern die Möglichkeit gemeinsam zu forschen, zu experimentieren und jede Menge Fragen zu beantworten. Ganz nebenbei verbringen die Familien bewusst gelebte Zeit miteinander. Eine kostbare Seltenheit in einer schnelllebigen Zeit.

Themen:

- Licht und Schatten
- Meine Welt im Schuhkarton
- Strom und Energie
- Magnetismus
- Sprudelgas
- Technik
- Wasser

Kontakt: Annette Neeb & Nathalie Vinzens-Wellems
Termin: digitale Formate unter www.dksb-wittlich.de sowie
über Facebook
Gebühr: kostenfrei
Anbieter: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V. –
Fachstelle Familienbildung, Mehrgenerationen-
haus- Haus der Familie in Wittlich
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich

Erziehungskompetenz stärken

Kita!Plus - Elternberatung und Elternbegleitung

Gesprächsangebot zu Fragen der Entwicklung, Bildung und Erziehung Ihres Kindes und erste Beratung zu Unterstützungsmöglichkeiten für Familien. Sobald die Kindertagesstätten regulär wieder geöffnet sind, erreichen Sie die Familienbildungsfachkräfte:

Bernkastel-Kues:

Termin Jeden Montag: 08:30 – 11:30 Uhr
 Jeden Dienstag: 08:30 – 14:00 Uhr
Ort: KiTa!Plus-Büro, KiTa St. Michael, Mandatstr. 8,
 54470 Bernkastel-Kues. Nach telefonischer Verein-
 barung auch in Kues möglich.
Kontakt: Nina Schmitz (Familienbildungsfachkraft)
E-Mail: kitaplus.st-michael@kita-ggmbh-trier.de
Tel.: 0160 2605501

Thalfang:

Termin: Donnerstag: 08:30 - 11:30 Uhr
 Freitag: 08:30 - 10:45 Uhr
Ort: Kita Arche Noah oder nach telefonischer Vereinba-
 rung
Kontakt: Nina Schmitz (Familienbildungsfachkraft)
E-Mail: kitaplus@arche-noah-thalfang.de
Tel.: 0160 2605501

Traben-Trarbach: Telefonberatung

Termin: Dienstag und Mittwoch
Zeit: 9:00 – 12:00 Uhr
Kontakt: Konstanze Wallenborn (Familienbildungsfachkraft)
E-Mail: wallenborn@jh-veldenz-wolf.de
Tel.: 0160 96993122

Die persönlichen Beratungszeiten für die KiTa „Schatzinsel“ und die KiTa „Rappelkiste“ in Traben-Trarbach erfragen Sie bitte telefonisch oder per E-Mail sobald die Kitas regulär wieder geöffnet sind.

Wittlich: Telefonberatung

Termin: Montag - Freitag

Zeit: 9.00 - 11.00 Uhr sowie nach Vereinbarung

Kontakt: Bettina Hoff (Familienbildungsfachkraft) - Wittlich

E-Mail: hoff@ev-erziehungshilfe-veldenz.de

Tel.: 0160 3666959

Persönliche Beratungszeiten in der Kita Vitelliuspark (sobald regulär geöffnet):

Termin: Montag: 10:00 – 12:00 Uhr

Donnerstag: 14:00 - 16:00 Uhr

Ort: Ev. Kindergarten Vitelliuspark, Römerstraße 80,
54516 Wittlich

Telefon-Beratung: Kita!Plus – Ein Plus für Familien

Gerade ist eine besondere Zeit für uns alle. Die Schulen und Kitas haben seit Ende März geschlossen und öffnen mittlerweile schrittweise. Für Sie als Familien bedeutet das, dass gerade vieles anders ist, als sie es gewohnt sind. Die Kinder werden zu Hause betreut, vielleicht sogar beschult, Sie selber erleben eine starke Belastung aufgrund Ihrer Arbeitssituation, die Kontakte zu Freunden, Familie und anderen Bezugspersonen sind weiter nur begrenzt möglich. Vermutlich haben Sie in den letzten Wochen schon einige Möglichkeiten gefunden, mit der neuen Situation umzugehen. Vielleicht haben Sie trotzdem den Wunsch nach Beratung, Unterstützung oder Tipps? Sie fragen sich vielleicht:

- Wie kann ich meine Kinder zu Hause gut beschäftigen?
- Was können wir gegen Langeweile tun?
- Wie geht ich mit Geschwisterkonflikten in dieser besonderen Zeit um?
- Was kann ich tun, damit ich nicht so gestresst bin?

Bei diesen und ähnlichen Fragen sind die Kita!Plus Familienbildungsfachkräfte (auch anonym) telefonisch oder per E-Mail erreichbar. Darüber hinaus sind wir interessiert daran zu erfahren, welche Erfahrungen Sie in ihrer Familie in den vergangenen Wochen gemacht haben? Wie ist es Ihnen ergangen? Die Kita!Plus-Familienbildungsfachkräfte begleiten Sie und freuen sich von Ihnen zu hören:

Bettina Hoff

Kita!Plus Wittlich

Tel.: 0160 3666959
E-Mail: hoff@ev-erziehungshilfe-veldenz.de
Telefonsprechzeit: Montag bis Freitag zwischen 9:00 Uhr und 11:00 Uhr oder nach individueller Absprache

Nina Schmitz
Kita!Plus Thalfang und Bernkastel-Kues
Tel.: 0160 2605501
E-Mail: kitaplus.st-michael@kita-ggmbh-trier.de
oder kitaplus@arche-noah-thalfang.de
Telefonsprechzeit: Montag bis Freitag zwischen 8.00 Uhr und 11.30 Uhr oder nach individueller Absprache

Konstanze Wallenborn
Kita!Plus Traben-Trarbach
Tel.: 06541-7009-151
E-Mail: wallenborn@jh-veldenz-wolf.de
Telefonsprechzeit: Dienstag und Mittwoch von 9.00 bis 12.00 Uhr

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:

Kath. Kindertagesstätte St. Antonius, Bernkastel-Kues
Tel.: 06531 6290
Di. 22.09.2020
14:00 – 16:00 Uhr

Kindertagesstätte „Erlebniswelt“, Greimerath,
Tel.: 06574 292
Di. 20.10.2020
14:30 – 16:30 Uhr

Kindertagesstätte „Zauberwald“, Kinderbeuern

Tel.: 06532 2881

Mi., 07.10.2020

14:00 – 16:00 Uhr

Kath. Kindertagesstätte St. Raphael, Landscheid

Tel.: 06575 4979

Mo. 09.11.2020

14:00 – 16:00 Uhr

Kath. Kindertagesstätte Grenzenlos, Veldenz

Tel.: 06534 8225

Mi. 21.10.2020

09:00 – 11:00 Uhr

Städt. Kindertagesstätte Wittlich-Neuerburg

Tel.: 06571 4506

Di. 03.11.2020

14:30 – 16:30 Uhr

Kath. integrative Kindertagesstätte St. Peter, Wittlich-Wengerohr

Tel.: 06571 6123

Di. 08.09.2020

14:30 – 17:30 Uhr

Informationen und Termine: Lebensberatungsstelle, Kasernenstr. 37, 54516 Wittlich sowie in den teilnehmenden Kindertagesstätten

E-Mail: sekretariat.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: 03.09.2020, 14:30 – 16:30 Uhr
24.11.2020, 14:30 – 16:30 Uhr
(bitte erkundigen Sie sich, ob der Termin aufgrund aktueller Entwicklungen stattfinden kann)
- 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: 06.10.2020, 14:30 - 16:30 Uhr
10.12.2020, 14.30 - 16.30 Uhr
(bitte erkundigen Sie sich, ob der Termin aufgrund

aktueller Entwicklungen stattfinden kann)
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

Kindergruppe – Soziale Interaktionsgruppe 7 - 11jähriger Kinder

Soziales Lernen in der Gruppe macht das Lernen an sich oft einfacher. Gemeinsam können so Konfliktlösungsstrategien entwickelt, soziale Kompetenzen und Empathiefähigkeit gefördert, das Selbstwertgefühl sowie Abgrenzungsfähigkeit gestärkt werden. Die Themen der Gruppe entwickeln sich aus den Themen der einzelnen teilnehmenden Kinder, spielerisch und kreativ. Fordern Sie bei Interesse weitere Informationen an. Anmeldung unbedingt erforderlich. Begrenzte Teilnehmerzahl.

Termin: ab 14.09.2020
Zeit: 16:00 - 17:30 Uhr
Alle 3 - 4 Wochen (Unter Vorbehalt!)
Dauer: 1,5 Stunden
Gebühr: keine
Kursleitung: Sozialpädagogin (BA) Carmen Löwen
Ort: Ev. Beratungsstelle des diakonischen Werkes, Außenstelle Wolf, Maiweg 150, Traben-Trarbach/Wolf (Durchführung unter Vorbehalt)
Anbieter: Ev. Lebensberatungsstelle
E-Mail: loewen@diakoniehilft.de
Tel.: 06541 6030

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:** Termin wird in der Presse und auf www.dksb-wittlich.de veröffentlicht
- Zeit:** 09:00 – 16:00 Uhr
- Gebühr:** 30 Euro ermäßigt für Jugendliche, einschl. Teilnehmerzertifikat
- Kursleiterin:** Nathalie Vinzens-Wellems (päd. Fachkraft); Marion Becker-Hofer (Krankenschwester)
- Ort:** MehrGenerationenHaus – Haus der Familie Wittlich, Kurfürstenstr. 10, Wittlich
- Anbieter:** Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V.
- E-Mail:** info@dksb-wittlich.de
- Tel.:** 06571 2110
- Internet:** www.dksb-wittlich.de



Wege aus der Brüllfalle

Der Elternvortrag mit Filmvorführung „Wege aus der Brüllfalle“ (W. Brüning) zeigt, wie Eltern Konfliktsituationen mit ihren Kindern ohne Streit und Androhung von Strafen besser bewältigen können. Gemeinsam mit der pädagogischen Fachkraft geht es in diesem Seminar nicht darum, über Fehlverhalten zu sprechen. Gemeinsam sollen praktische und nachvollziehbare Lösungen für alltägliche Erziehungsprobleme gesucht werden.

- Termine: www.fachstelle-familienbildung.de
Gebühr: kostenfrei; Anmeldung in der jeweiligen Kita
Kontakt: Nathalie Vinzens-Wellems, Annette Neeb;
Fachstelle Familienbildung Wittlich
Anbieter: 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

Café Vielfalt-Offenes Elterncafé

Der Offene Treff für Eltern, Großeltern, Pflegeeltern aller Kulturen mit ihren Kindern (ab 4 Monate) macht 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.

- Termin: dienstags, 10:00 bis 11:30 Uhr (vierzehntägig)
Weitere Termine: www.fachstelle-familienbildung.de
Beginn: Aufgrund der aktuellen Situation, entnehmen sie bitte auf der Homepage www.dksb-wittlich.de den Start bzw. die Nutzungsbedingungen.
Kosten: ohne Anmeldung, kostenfrei
Kontakt: Michaele Schneider
Anbieter: Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V., Mehrgenerationenhaus – Haus der Familie Wittlich, Kurfürstenstr. 10, 54516 Wittlich

E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de

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 (vierzehntägig)
Beginn: wird auf der Homepage www.dksb-wittlich.de veröffentlicht.
Kosten: ohne Anmeldung, kostenfrei
Kontakt: Michaela Schneider, Annette Neeb, Katharina Rasch
Anbieter: Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V., Mehr-
generationenhaus – Haus der Familie Wittlich, Kur-
fürstenstr. 10, 54516 Wittlich
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de

Die Trotzphase ist kein Ponyhof - kleine Helden liebevoll begleiten

Das sogenannte Trotzalter zwischen zwei und sechs Jahren ist für alle Eltern eine besondere Herausforderung. „Trotzen“ ist ein wichtiger Schritt in der Persönlichkeitsentwicklung des Kindes. Doch wie sollen Eltern mit dem Gefühlschaos ihrer Kinder umgehen? In welchem Maß sind Aufmerksamkeit, Zuwendung, Grenzen setzen, Trösten, Nachgeben für das Begleiten in dieser oft sehr anstrengenden Zeit richtig, überhaupt möglich und für Eltern und Kinder hilfreich? Neben einer fachlichen Einführung das Thema bietet der Abend vor allem Gelegenheit zum Austausch.

Gebühr: kostenfrei, Anmeldung in der jeweiligen Kita
Kontakt: Nathalie Vinzens-Wellems/Annette Neeb (Fachstelle Familienbildung Wittlich).
Anmeldung: am Veranstaltungsort:

Termin I: Dienstag, 15.09.2020, 19:30 Uhr
Kita Lötzbeuren

Termin II: Dienstag, 27.10.2020, 19:30 Uhr
Kita Zeltingen-Rachtig
Weitere Termine: www.fachstelle-familienbildung.de

Dauer: ca. 2 Std.

Gebühr: kostenfrei; Anmeldung in der jeweiligen Kita
Kursleitung: Nathalie Vinzens-Wellems, Annette Neeb;
Fachstelle Familienbildung Wittlich

Anbieter: 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.fachstelle-familienbildung.de
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.

- Termin: Dienstag, 29.09.2020, weitere Termine: www.fachstelle-familienbildung.de
Zeit: 14:30 Uhr
Ort: Kita Morscheid
Gebühr: kostenfrei, Anmeldung in der jeweiligen Kita
Kontakt: Nathalie Vinzens-Wellems/Annette Neeb (Fachstelle Familienbildung Wittlich)
Anbieter: Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V.
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.fachstelle-familienbildung.de
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?

In diesem Elternabend geht es darum zum einen, den eigenen Übergang in die Grundschule zu reflektieren und Wünsche für den Übergang der eigenen Kinder zu formulieren. Zum anderen werden ganz praktische Tipps erarbeitet, wie Eltern Fähigkeiten ihrer Kinder im Alltag fördern können, die im Schulalltag von großer Bedeutung sind.

Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Kinder- und Jugendärztlichen Gesundheitsdienst/Gesundheitsamt Wittlich statt.

- Termin: finden sie auf www.fachstelle-familienbildung.de
Ort: wird bekannt gegeben
Gebühr: kostenfrei, mit Anmeldung

Kontakt: Nathalie Vinzens-Wellems, Annette Neeb
(Fachstelle Familienbildung Wittlich)
Anbieter: Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V.
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.fachstelle-familienbildung.de
Internet: www.dksb-wittlich.de

Muss ich immer alles müssen?

Wenn erzieherische Vorstellung mit Kinderrechten kollidiert. Wie schaffe ich es, durch respektvollen Umgang meinem Kind gerecht zu werden und es damit für sein Leben stärken?

Termin: 18.11.2020, weitere Termine:
www.fachstelle-familienbildung.de
Zeit: 20:00 Uhr
Ort: Kita Altrich
Dauer: ca. 2 Std.
Gebühr: kostenfrei, Anmeldung in der jeweiligen Kita
Kursleitung: Nathalie Vinzens-Wellems, Annette Neeb;
Fachstelle Familienbildung Wittlich
Anbieter: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V. -
Fachstelle Familienbildung
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.fachstelle-familienbildung.de
Internet: www.dksb-wittlich.de



Elternwerkstatt

Rund um`s Taschengeld

Eltern sollten ihren Kindern schon früh die Verantwortung für bestimmte Geldbeträge überlassen. Wie hoch sollte ein Taschengeld sein? Wie lernen Kinder mit Geldbeträgen altersentsprechend umzugehen? Auf diese Fragen erarbeiten Eltern gemeinsam mit den Elternberaterinnen des Kinderschutzbundes nach der Methode „Blink-Feuer“-CurVe gemeinsam Antworten. Ein Angebot im Rahmen des Programmes Finanzielle Grundbildung. Um Anmeldung wird gebeten.

- Termine: www.fachstelle-familienbildung.de und www.dksb-wittlich.de
- Dauer: 14:00 – 17:00 Uhr
- Gebühr: kostenfrei – gefördert durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung, AlphaBund u. a.
- Ort: Mehrgenerationenhaus – Haus der Familie, Wittlich, Kurfürstenstr. 10
- Kursleitung: Michaela Schneider
- Anbieter/in: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V.
- E-Mail: info@dksb-wittlich.de
- Tel.: 06571 2110
- Internet: www.dksb-wittlich.de

Der Beipackzettel für Enkel/ Enkelin – Auffrischungsseminar für Großeltern

In diesem Seminar erfahren Sie, was aus heutiger Sicht die wichtigsten Entwicklungsthemen der Kinder in den ersten Lebensjahren sind. Dabei werden Sie sowohl Neues hören, als auch Altbewährtes bestätigt finden. Außerdem erhalten Sie viele Anregungen für Ihre (neue) Rolle als Großeltern. Sie frischen Ihre Kenntnisse in ErsteHilfe auf und erfahren, wie Sie Konfliktthemen mit den Eltern des Kindes gut ansprechen. Spielanleitungen und Hinweise zu kindgerechtem Spielzeug stehen ebenso auf dem Programm.

Termin: Termin wird in der Presse und auf www.dksb-wittlich.de bekannt gegeben.
Dauer: 10:00 – 16:00 Uhr (eintägig)
Gebühr: 45 Euro einschl. Teilnehmerzertifikat
Ort: MehrGenerationenHaus – Haus der Familie Wittlich, Kurfürstenstr. 10, Wittlich
Kursleitung: Michaela Schneider, Annette Neeb (päd. Fachkraft)
Anbieter: Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V.
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de

Du schaffst das! – Widerstandskräftig werden: Aber wie?

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

Termin I: Montag, 07.09.2020, 19:30 Uhr (bitte erkundigen Sie sich, ob der Termin aufgrund aktueller Entwicklungen stattfinden kann)
Ort: Kita Bausendorf, Trierer Str. 20, 54538 Bausendorf
Tel.: 06532 4772
E-Mail: kita@bausendorf.de
Gastgeber: Simone Wächter-Ziltz und Team
Referent: Pastoralreferent Armin Surkus-Anzenhofer

Termin II: Dienstag, 08.09.2020, 19:30 Uhr (bitte erkundigen Sie sich, ob der Termin aufgrund aktueller Entwicklungen stattfinden kann)
Ort: Kindertreff Midale, Schulweg 10, 54531 Manderscheid
Tel.: 06572 4164
E-Mail: midale-manderscheid@kita-ggmbh-trier.de
Gastgeberin: Brigitte Löhr und Team
Referent: Pastoralreferent Armin Surkus-Anzenhofer

Wo fängt eigentlich Mobbing an?

Meinungsmache auf dem Schulhof und im Internet. Die Grenzen zwischen alltäglichen Hänseleien und Mobbing sind fließend. Die Anonymität des Internet senkt die Hemmschwelle für Bloßstellungen, Schikane und Verbreitung falscher Behauptungen. Da Mobbing in allen Altersstufen und Schulformen stattfindet, sollte Mobbing frühzeitig erkannt werden, um ihm aktiv zu begegnen. Wie können wir Mobbing erkennen und verhindern? Wie können wir Kinder seelisch stark und selbstsicher machen, damit sie nicht zu Mobbing-Tätern oder Opfern werden?

- Termin: Montag, 14.09.2020, 18:30 Uhr (bitte erkundigen Sie sich, ob der Termin aufgrund aktueller Entwicklungen stattfinden kann)
- Ort: „Saal Morbach“, Baldenauhalle Morbach, Jahnstraße 5, 54497 Morbach
- Anmeldung: nicht erforderlich
- Gebühr: kostenfrei
- Gastgeberin: Grundschule Morbach, Schulsozialarbeiterin Claudia Schnauß
- Tel.: 0172 5802047
- E-Mail: claudia.schnauss@wittlich.palais-ev.de
- Referentin: Marie-Christine Kees, Dipl. Psychologin, Schulpsychologisches Beratungszentrum Wittlich

Gut in Sport? Gut in der Schule?

Wie Sport, Konzentration und Feinmotorik in Zusammenhang stehen.

- Termin: Montag, 04.11.2020, 19:30 Uhr (bitte erkundigen Sie sich, ob der Termin aufgrund aktueller Entwicklungen stattfinden kann)
- Gebühr: kostenfrei
- Ort: Grundschule Piesport, Schulstraße 16, 54498 Piesport
- Tel.: 06507 5115
- E-Mail: gs.piesport@t-online.de
- Gastgeberin: Schulleiterin Maria Pritzen

Medienkompetenz fördern

Kinder zwischen zwei Welten- Kinder im medialen Zeitalter

Kinder werden heutzutage in zwei Welten geboren: Der virtuellen und der realen Welt. Wie können Erwachsene es schaffen, eine Balance zwischen diesen Welten zu halten? Der Filmvortrag von Wilfried Brüning knüpft an den Erfolg von „Wege aus der Brüllfalle“ an und ist für Eltern geeignet, deren Kinder im Kindergartenalter sind. In der anschließenden Gesprächsrunde mit der Fachkraft und Elternberaterin können konkrete Fragen beantwortet werden.

- Termin: finden Sie auf www.fachstelle-familienbildung.de
Dauer: ca. 2 Std.
Gebühr: kostenfrei, Anmeldung in der jeweiligen Kita
Kursleitung: Nathalie Vizens-Wellems, Annette Neeb; Fachstelle Familienbildung Wittlich
Anbieter: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V. -
Fachstelle Familienbildung
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.fachstelle-familienbildung.de
Internet: www.dksb-wittlich.de



Angebote für Alleinerziehende

Hilfe, ich kriege die Kurve nicht! Alleinerziehend – Wie schaffe ich ein gutes Zeitmanagement?

Alleinerziehende haben es in vielerlei Hinsicht schwerer als jene, die in einer Partnerschaft leben. Der Spagat zwischen Kindererziehung und Beruf zehrt an den Kräften. Wir bieten einen kurzen Vortrag mit anschließender Gesprächsrunde über Möglichkeiten der Stressbewältigung und Achtsamkeit auf sich selbst.

Termin: 29.11.2020

Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Dauer: 1,5 Stunden

Gebühr: keine

Referentin: Diplom-Sozialpädagogin Bettina Jondral

Ort: Ev. Beratungsstelle des Diakonischen Werkes, Außenstelle Wolf, Maiweg 150, Traben-Trarbach/Wolf
(Dieses Angebot kann auch per Videoschaltung angeboten werden)

Anbieter: Ev. Lebensberatungsstelle

E-Mail: jondral@diakoniehilft.de

Tel.: 06541 6030

Alleinerziehende – gemeinsam stark!

Die Gruppe für Alleinerziehende, getrennte Eltern und Einelternfamilien ist offen für Mütter und Väter, die in ihrer besonderen Familiensituation Kontakte knüpfen und Erfahrungen austauschen möchten oder persönliche und fachliche Unterstützung suchen. Das Programm gestaltet sich nach dem Bedarf und den Wünschen der Teilnehmer/innen.

- Termin:** jeden zweiten Samstag im Monat 10:00 – 12:00 Uhr
Dauer: fortlaufend
Gebühr: kostenfrei
Kontakt: Katja Arenz als Initiatorin der Gruppe unter 0172 5964603
Kursleitung: Bettina Hoff (Familienbildungsfachkraft) Kita!Plus Wittlich
Ort: in Wittlich. Entsprechend der Teilnehmerzahl wird kurzfristig festgelegt in welchem Rahmen die Veranstaltung stattfindet, um die Hygienevorschriften einzuhalten.
Anbieter: Ev. Erziehungshilfe Veldenz
E-Mail: hoff@ev-erziehungshilfe-veldenz.de
Tel.: 0160 3666959



Familienalltag

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, 21.09.2020, 17:30 – 20:30 Uhr
Montag, 28.09.2020, 17:30 – 20:30 Uhr
Montag, 05.10.2020, 17:30 – 20:30 Uhr
Montag, 26.10.2020, 17:30 – 20:30 Uhr
Montag, 02.11.2020, 17:30 – 20:30 Uhr
Montag, 09.11.2020, 17:30 – 20:30 Uhr
- Dauer: 6 Termine à 3 Stunden
- Maximal 10 Teilnehmer
- Gebühr: 60 Euro pro Person incl. Kursmaterial und Verpflegung
- Kursleitung: Ursula Günther (Dipl.-Psychologin); Ludger Brünnetzte, (Dipl.-Psychologe)
- Ort: Lebensberatung Wittlich, Kasernenstr.37, 54516 Wittlich
- E-Mail: sekretariat.lb.wittlich@bistum-trier.de
- Tel.: 06571 4061
- Internet: www.wittlich.lebensberatung.info

Gibt es den Tanz auf der Nase?

Vom positiven Umgang mit einer herausfordernden Entwicklungsphase. Häufig wollen oder brauchen unsere Kinder etwas Anderes als wir Eltern. Wie schaffen wir es, dann überlegt zu handeln statt impulsiv zu reagieren? Was, wenn das Badezimmer als

der einzig mögliche Zufluchtsort erscheint? Woher nehmen wir die Kraft, wenn es anstrengend wird? Wie gehen wir mit Konflikten um? Wie handeln wir so, dass wir in Beziehung zu unserem Kind bleiben? Und was passiert, wenn wir dem Kind gegenüber Fehler machen?

Auf solche und ähnliche Fragen sollen an diesem Abend hilfreiche Antworten gefunden. Es muss je nach aktuellem Stand der Coronakrise entschieden werden, ob und in welchem Rahmen die Veranstaltung stattfinden kann. Eine Anmeldung bis zum 23. Oktober ist deshalb erforderlich.

Termin: Dienstag, 27.10.2020, 19:30 Uhr
Dauer: Ca. 2 Stunden
Gebühr: Kostenlos
Ort: KiTa Regenbogen, Poststraße 12, 54424 Thalfang
Kursleitung: Melene Wissemann (Psychologin, SAFE-Mentorin, Systemische Beraterin)
Anbieter/in: Nina Schmitz, Kita!Plus Thalfang und das Team der KiTa Regenbogen Thalfang
E-Mail: kitaplus@arche-noah-thalfang.de
Tel.: 0160 2605501

Energieräuber und Tankstellen

Nervt Sie der tägliche Einkauf auch? Würden Sie gerne manchmal Ihre Schwiegermutter in die Wüste schicken? Schon kleine Veränderungen im Alltag können helfen, den Stress in der Familie zu verringern und Zeit zu schaffen für Entspannung und gelingendes Miteinander. Zeit- und Familienmanagement, Achtsamkeit und vieles mehr werden in diesem Elternseminar miteinander erarbeitet.

Termin: Montag, 05.10.2020, 17:00 Uhr. Fortlaufend weitere Termine auf der Internetseite www.fachstelle-familienbildung.de
Dauer: ca. 2 Stunden
Gebühr: kostenfrei
Kontakt: Annette Neeb/Nathalie Vinzens-Wellems- (Fachstelle Familienbildung)
Ort: Kita Ürzig (bitte hier anmelden)
Anbieter: Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V.
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de

Ressourcen erkennen - Stärken entwickeln

Als Eltern war das Jahr 2020 von sozialem Rückzug geprägt, gleichzeitig war in hohem Maße Eigeninitiative und Engagement für die Familie gefragt. Die Kita- und Schulschließungen sowie der Umgang mit aktuell angepassten Vorgaben waren eine große Herausforderung im Familienalltag. Lassen Sie uns gemeinsam auf die vergangenen Monate schauen: Gab es in Ihrem Familienalltag besondere, positive Effekte? Woran denken Sie gerne zurück und was davon möchten Sie sich bewahren? Wie haben Sie Ihre Kinder erlebt?

- Termin I:** 19. November 2020, 18:00 – 20:00 Uhr
Ort: Wittlich, Raum wird zeitnah bekanntgegeben.
Gebühr: kostenfrei. Anmeldung bei der Familienbildungsfachkraft
Kontakt: Bettina Hoff (Familienbildungsfachkraft) Kita!Plus Wittlich
Anbieter: Ev. Erziehungshilfe Veldenz
E-Mail: hoff@ev-erziehungshilfe-veldenz.de
Tel.: 0160 3666959
- Termin II:** 10. Dezember 2020, 19:00 – 21:00 Uhr
Ort: Traben-Trarbach, Raum wird zeitnah bekanntgegeben
Gebühr: kostenfrei, Anmeldung bei der Familienbildungsfachkraft
Kontakt: Konstanze Wallenborn (Familienbildungsfachkraft) KiTa!Plus Traben-Trarbach
Anbieter: Ev. Erziehungshilfe Veldenz/Ev. Jugendhof MLK
E-Mail: wallenborn@jh-veldenz-wolf.de
Tel.: 06541 7009-151
- Termin III:** 24. November 2020, 19:00-21:00 Uhr
Ort: Bernkastel-Kues, Raum wird zeitnah bekanntgegeben
Gebühr: kostenfrei, Anmeldung bei der Familienbildungsfachkraft
Kontakt: Nina Schmitz (Familienbildungsfachkraft)
Anbieter: KiTa!Plus Bernkastel-Kues
E-Mail: kitaplus.st-michael@kita-ggmbh-trier.de
Tel.: 0160 2605501

Termin IV: November/Dezember 2020, 19:00-21:00 Uhr
Ort: Thalfang, Raum wird zeitnah bekannt gegeben
Gebühr: kostenfrei, Anmeldung bei der Familienbildungsfachkraft
Kontakt: Nina Schmitz (Familienbildungsfachkraft)
Anbieter: KiTa!Plus Thalfang
E-Mail: kitaplus@arche-noah-thalfang.de
Tel.: 0160 2605501

Es muss je nach aktuellem Stand der Coronakrise entschieden werden, in welchem Rahmen die Veranstaltung stattfinden kann. Um die Hygienevorschriften einzuhalten, ist eine Anmeldung spätestens drei Tage vor der geplanten Veranstaltung erforderlich und die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Kein Stress mit dem Stress

Stress erleben wir alle. Mal mehr, mal weniger. In den letzten Monaten brachte die Coronakrise nochmals besondere Belastungen und neue Stresserlebnisse mit sich. Die Referentin Sabine Eberhardt hilft uns das eigene Stressempfinden nochmals besser zu verstehen und gibt Impulse, wie wir uns und unseren Kindern in für uns stressigen Situationen etwas Entspannung und Gelassenheit zurückgeben können.

Termin: 14.09.2020, 19:00 Uhr – 21:00 Uhr
Dauer: 2 Stunden
Gebühr: kostenlos
Ort: Es muss je nach aktuellem Stand der Coronakrise entschieden werden, in welchem Rahmen die Veranstaltung stattfinden kann. Eine Anmeldung bis zum 8. September ist erforderlich. Um die Hygienevorschriften einzuhalten, ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Mögliche Veranstaltungsorte
• KiTa „Schatzinsel“, Traben-Trarbach, Im Kirschengarten 1
• Ev. Jugendhof MLK, Maiweg 155 in Traben-Trarbach/Wolf
Kursleitung: Sabine Eberhardt, Zentrum für Lebenslanges Lernen der Rheinischen Gesellschaft für Innere Mission
Anbieter: Kita!Plus Familienbildung Konstanze Wallenborn
E-Mail: wallenborn@jh-veldenz-wolf.de
Tel.: 06541 7009-151

Widerstandskraft in Zeiten von Corona entwickeln

Wir wünschen uns, dass unsere Kinder Widerstandskraft entwickeln – resiliert auf besondere Belastungen reagieren. Derzeit sind wir und unsere Kinder aufgrund der Coronakrise einer weltweiten Belastung ausgesetzt. Wie können wir unsere Kinder dennoch stärken? Wie gehen Sie als Eltern und erziehende Bezugspersonen mit dieser Krise um? Was hat die Widerstandskraft Ihrer Kinder gefördert? Was hilft Ihnen als Eltern in der Krise mit den derzeitigen besonderen Herausforderungen? Lassen Sie uns gemeinsam mit der Psychologin Sonja Franziska Schröter über Resilienz/Widerstandskraft in der Coronakrise sprechen.

Termin: 16.11.2020, 19:00 Uhr

Dauer: 2 Stunden

Gebühr: kostenlos

Ort: Es muss je nach aktuellem Stand der Coronakrise entschieden werden, in welchem Rahmen die Veranstaltung stattfinden kann. Eine Anmeldung bis zum 11. November ist erforderlich. Um die Hygienevorschriften einzuhalten, ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Mögliche Veranstaltungsorte:

- KiTa „Schatzinsel“, Traben-Trarbach, Im Kirschengarten 1
- Ev. Jugendhof MLK, Wolf, Maiweg 155

Kursleitung: Sonja Franziska Schröter, Leitung des Psychologischen Dienstes der Rheinischen Gesellschaft für Innere Mission

Anbieter: Kita!Plus Familienbildung Konstanze Wallenborn

E-Mail: wallenborn@jh-veldenz-wolf.de

Tel.: 06541 7009-151

Podcastreihe „Familienleben in Zeiten von Corona“

In Zeiten von Corona verändert sich die Herausforderung an das Familienleben. In dieser Podcastreihe versuchen die Kita!Plus Familienbildungsfachkräfte des Kreises Bernkastel-Wittlich mit ihren InterviewpartnerInnen Antworten auf die Fragen dieser besonderen Zeit zu finden.

Im Podcast kommen neben Fachkräften auch Familien zu Wort. Bei Fragen oder Anmerkungen zu der Podcastreihe wenden Sie sich gerne an die Kita!Plus Familienbildungsfachkräfte:

Bettina Hoff
Kita!Plus Wittlich
E-Mail: hoff@ev-erziehungshilfe-veldenz.de

Nina Schmitz
Kita!Plus Thalfang
E-Mail: Kitaplus@arche-noah-thalfang.de

Nina Schmitz
Kita!Plus Bernkastel-Kues
E-Mail: kitaplus.st-michael@kita-ggmbh-trier.de

Konstanze Wallenborn
Kita!Plus Traben-Trarbach
E-Mail: wallenborn@jh-veldenz-wolf.de

Link zum Podcast:
<https://www.youtube.com/playlist?list=PLFmJumPlx3hS4yLlz5i5hSwSYzToZ7g5e>

„Kaufen mit Herz“ – Treffpunkt Familienbildung

Gutes für Geldbeutel und Umwelt tun, Freunde treffen oder sich über wichtige Themen informieren sind für Familien gute Gründe das besondere, soziale Projekt in Wittlich „Kaufen mit Herz“ zu besuchen. Neben dem Verkauf von kostengünstigen Kleidungs- und Bedarfsartikeln hat sich der Laden in der Burgstraße zu dem Treffpunkt für Familien aus aller Herren Länder entwickelt. Es gibt regelmäßige kostenfreie Vorträge, sowie eine Kinderkreativwerkstatt.

Ein viel beachtetes, ausschließlich ehrenamtliches Angebot innovatives „Good Practice“ Beispiel auf dem Familienkongress des Landes vorgestellt und mit dem Klimaschutzpreis ausgezeichnet.

Termine: Termine für Kinderkreativwerkstatt und Vorträge werden auf unserer Internetseite www.dksb-wittlich.de bekannt geben

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

„So i(s)t Wittlich“ – Frauen-Kochtreff & mehr

Kochbegeisterte Teilnehmerinnen verschiedener Kulturen treffen sich 14tägig am Samstag von 14:00 – 17:00 Uhr um neue Rezepte kennenzulernen. Es wird gekocht und garniert, Neues rund um Ernährung und Haushalt ausprobiert. Gemeinsam legen wir eine Rezepte-Sammlung für das Projekt „So i(s)t Wittlich an und lernen so auf einfache Weise neue Worte. Neue Teilnehmerinnen jederzeit herzlich willkommen. Anmeldung zur Planung bitte unter Tel. 06571 2110. Kinder können bei Bedarf zeitgleich am Kinderprogramm teilnehmen. Ein Angebot im Rahmen der Initiative „Buchstäblich fit“ des Bundeszentrums für Ernährung (BZfE)-Grundbildung Rheinland-Pfalz.

Termin: wird auf der Homepage www.dksb-wittlich.de veröffentlicht.
Dauer: 14:00 – 17:00 Uhr
Gebühr: kostenfrei
Ort: Mehrgenerationenhaus – Haus der Familie, Wittlich, Kurfürstenstr. 10
Kursleitung: Michaela Schneider, Annette Neeb, Katharina Rasch
Anbieter: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V.
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de

Familienseminare

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: 31.10.2020 und 14.11.2020
Dauer: zweitägig, jeweils 09:00 - 17:30 Uhr
Gebühr: kostenfrei
Kontakt: Dipl. Päd. Julia Kern
Ort: Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich/Mehrgenerationenhaus – Haus der Familie Wittlich
E-Mail: pfegekinderdienst@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 969262
Internet: www.dksb-wittlich.de



Fortbildung für Fachkräfte und Pflegeeltern: Besuchskontakte: Belastung oder Chance

Kontakte zur Herkunftsfamilie ist eines der kompliziertesten Themen im Pflegekinderbereich. Viele Kinder werden unruhig, aggressiv, schlafen schlecht, nassen wieder ein oder fallen in andere alte Verhaltensweisen zurück. Doch es gibt auch Pflegekinder, die vor, während und nach Besuchen ihrer Angehörigen zufrieden sind. Welche Hilfen brauchen Kinder und Jugendliche bei der Bewältigung ihrer besonderen Situation? Was muss die Herkunftsfamilie, was müssen die Pflegeeltern der Kinder und Jugendlichen, was müssen die sozialen Fachkräfte leisten, damit Kontakte gelingen und für die Kinder befriedigend verlaufen? Das Seminar wird geleitet von der bekannten Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin Irmela Wiemann. Ihre umfassenden Fachkenntnisse sind geprägt von vielfältigen praktischen Erfahrungen und gelebter Wertschätzung für Eltern und Kinder.

Termin: 21.11.2020

Zeit: 10:00 – 17:00 Uhr

Dauer: eintägig

Gebühr: kostenfrei

Ort: Kreisverwaltung Bitburg-Prüm, Großer Sitzungssaal

Kursleitung: Irmela Wiemann

Anbieter/in: Pflegekinderdienst Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich

E-Mail: pflegekinderdienst@dksb-wittlich.de

Tel.: 06571 969262

Internet: www.dksb-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 oder per Fax an die Kinderschutz-Stelle: 06571 14-42265.



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. 59
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 Bernkas-tel-Wittlich, finanziert von Ihrer Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich.

Stand: Juni 2020; Auflage 5.000 Exemplare

Über Erfahrungen mit der Broschüre und Anregungen würden wir uns freuen: Stephan.Rother@Bernkastel-Wittlich.de, Tel.: 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 2021-II: Fr, 13.11.2020

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.
- Der 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 – Thalfang
- 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)
- Preventlia Wittlich
- 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