



Familie Aktiv

Juli - Dezember 2025



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 KIRFAM®- und weiteren Familienbildungsfachkräften vor Ort 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.

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? Die zahlreichen und vielfältigen Angebote der Sportvereine erfragen Sie bitte vor Ort.

Bleiben Sie als Eltern und Familie aktiv und gesund.

**Ihre
Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich**

Fachstelle Familienbildung für Sie im Landkreis unterwegs

Sie wollen wissen,

- wie Sie als „Leitwolf“ die Beziehung zu Ihrem Kind positiv gestalten?
- welche „Energieräuber und Tankstellen“ Ihr Familienleben bestimmen?
- wie ihr Kind und Sie die Trotzphase gut er- und durchleben?
- was kann ich mit meiner Familie unternehmen?
- wer unterstützt mich, wenn es Fragen gibt?

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 Vizens-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 Referentinnen und Referenten im Netzwerk
- Familienbildung Expertenwissen,
- Zusammenarbeit mit den Elternbeiräten KiTa oder Grundschule



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

Annette Neeb/Nathalie Vizens-Wellems
Fachstelle Familienbildung
Kinderschutzbund – MehrGenerationenHaus,
Brautweg 1, 54516 Wittlich
06571 2110
annette.neeb@dksb-wittlich.de
nathalie.vizens@dksb-wittlich.de



Themen

Schwangerschaft/Geburt 6

Schwangerschaft und Geburt eines Kindes gehören zu den herausforderndsten Ereignissen im Leben. Die Angebote bieten Vorbereitung, Orientierung und Begleitung in dieser wichtigen Lebensphase.

Das erste Jahr 16

Entwicklung und Veränderung bestimmen das erste Lebensjahr! Die Umstellungen in der Neugeborenen und Säuglingszeit, der Schlafrhythmus des Babys, das Stillen sowie die Beikosteneinführung sind wichtige Themen im ersten Lebensjahr. Die Angebote sollen Sie unterstützen und Ihnen Sicherheit geben, sodass Sie und ihr Kind gut durchs erste Lebensjahr kommen.

Kinder- und Familiengesundheit28

Wie geht es Ihnen und Ihrem Kind? Die Kinder- und Familiengesundheit wird immer wieder auf die Probe gestellt. Die Angebote geben zum Beispiel einen Überblick auf die Themen Zahnhygiene, Notfälle und ausgewogene und gesunde Ernährung.

Eltern-/Kind-Angebot 35

Verbringen Sie gemeinsam Zeit mit Ihrer Familie in offenen Treffs, der Krabbelgruppe oder beim Familienwandern. Tauschen Sie sich aus und stärken Sie gleichzeitig die Bindung zu ihrem Kind.

Erziehungskompetenz stärken 47

Erziehung kann herausfordernd sein. Nutzen Sie die Angebote der Offenen Sprechstunde der Lebensberatungen, der Kirfam®Fachkräfte oder der Fachstelle Familienbildung, um sich Herausforderungen zu stellen.

Medienkompetenz fördern 67

Social-Media, Streamingdienste, Gaming, die Welt der Medien wird immer vielfältiger und unübersichtlich. Chancen nutzen und Risiken erkennen sind Ziel dieser Angebote für Sie und Ihre Kinder.

Angebote für Alleinerziehende 69

Nutzen Sie die Treffs um sich in einer Gruppe über ihre Erfahrung als Alleinerziehende/Alleinerziehender auszutauschen und sich zu vernetzen.

Familienalltag 71

Erleben Sie die vielfältigen Angebote für Familien, die den Alltag vergessen lassen. Ferienfreizeiten, Wanderungen oder Workshops bieten kreative Möglichkeiten für alle Familienmitglieder.

Familien-Seminare 81

Möchte Sie sich weiterentwickeln, etwas Gutes tun oder einfach nur etwas Neues erlernen. Nutzen Sie die Möglichkeiten der Familien-Seminare.

Elternbriefe 85

Bestellen Sie gerne den kostenfreien Erziehungsratgeber.

Schwangerschaft/Geburt

Geburtsvorbereitungs- wochenende für Paare

Gerade beim ersten Kind haben werdende Eltern viele Fragen. In dem zweitägigen Wochenendkurs werdet ihr schnell merken, dass ihr mit Euren Ängsten und Sorgen nicht allein seid. Ihr erfahrt alles, was für die Geburt Eures Kindes wichtig ist und könnt bestens vorbereitet die Schwangerschaft viel bewusster genießen, sowie gut gestärkt und informiert in die Geburt starten.

- Ablauf der Geburt
- Geburtspositionen
- Wehensimulationsübungen
- Atemtechniken/Entspannungsmethoden
- Schmerzlinderung
- Besondere Geburtssituationen
- Kliniktasche
- Wochenbett
- Ernährung des Kindes

Termine: 19. - 20.07.2025; 30. - 31.08.2025;
13. - 14.09.2025; 11. - 12.10.2025;
08. - 09.11.2025; 06. - 07.12.2025

Zeit: 09:00 - ca. 16:00 Uhr

Gebühr: Die Kosten werden in der Regel von der Krankenkasse getragen.

Kursleitung: Tina Stepniak, Hebamme

Ort: St. Elisabeth Krankenhaus Wittlich, Elternschule,
3. Etage, Koblenzer Str. 91, 54516 Wittlich

E-Mail: tina@stepniak.de

Tel.: 0173 2711191

Anmeldung: www.stepniak.hebamio.de

Bester Start ins Leben

Informationen für werdende und junge Eltern sowie Großeltern mit Tipps für einen guten Start in die Eltern- bzw. Großelternzeit. Themen u. a.: Bedeutung des frühzeitigen Hautkontaktes (Bonding), Rooming-In auf der Wochenstation, Hungerzeichen beim Baby, Einblicke in den neuen Alltag mit Baby, Glückliche Stillzeit, Wochenbett: die ersten Tage nach der Geburt.

Termine: 17.09.2025 / 12.11.2025

Zeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Gebühr: kostenfrei Anmeldung erforderlich unter www.verbund-krankenhaus.de/willkommen/termine

Ort: St. Elisabeth Krankenhaus, Großer Konferenzraum
(1. UG), Koblenzer Str. 91, 54516 Wittlich

Kursleitung: Judith Haydecker, Kinderkrankenschwester, Stillberaterin

Anbieter/in: Verbundkrankenhaus Bernkastel/Wittlich,
Koblenzer Straße 91, 54516 Wittlich

E-Mail: oeffentlichkeitsarbeit@verbund-krankenhaus.de

Tel.: 06571 1530041

Internet: www.verbund-krankenhaus.de



Women only - Geburtsvorbereitungskurs nur für Frauen

Der Kurs richtet sich an Schwangere, die sich ohne Partnerin oder Partner auf ihre Geburt vorbereiten möchten. Kursinhalt sind die Themen Schwangerschaft, Anzeichen der beginnenden Geburt, Ablauf der normalen Geburt in ihren verschiedenen Phasen, Gebärhaltungen, Bonding, Wochenbett und die erste Zeit zu Hause. Auch Themen wie Stolpersteine unter der Geburt (z. B. Kaiserschnitt) sowie Schmerzmittel finden ihren Raum. Mit zahlreichen Gymnastik- und Atemübungen lernen die Teilnehmerinnen ihren Körper besser kennen und können sich damit die Geburtsarbeit erleichtern.

Termine: immer Freitags
22.08. / 29.08. / 12.09. / 19.09.
03.10. / 10.10. / 31.10. / 07.11.
14.11. / 28.11. / 05.12. / 12.12.

Zeit: 17:00 - 20:30 Uhr

Gebühr: Die Kosten werden in der Regel von der Krankenkasse getragen.

Kursleitung: Tina Stepniak, Hebamme

Ort: St. Elisabeth Krankenhaus Wittlich, Elternschule,
3. Etage, Koblenzer Str. 91, 54516 Wittlich

E-Mail: tina@stepniak.de

Tel.: 0173 2711191

Anmeldung: www.stepniak.hebamio.de

Geburtsvorbereitung

Kursinhalt sind die Themen Schwangerschaft, Anzeichen der beginnenden Geburt, Ablauf der normalen Geburt in ihren verschiedenen Phasen, Gebärhaltungen, Bonding, Wochenbett und die erste Zeit zu Hause.

Termine: 19. August (Start) und 28. Oktober 2025 (Start)

Dauer: 7x 120 Minuten

Gebühr: Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen.

Kursleitung: Mareike Pauly

Ort: 56841 Traben-Trarbach, Am Bahnhof 58

E-Mail: mareikepauly@web.de
Tel.: 0171 1439426
Anmeldung: per E-Mail oder per Telefon

Online-Seminar „Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit“

Sie erfahren, wie Ihre Lebensmittelauswahl in den verschiedenen Phasen der Schwangerschaft und in der Stillzeit aussehen sollte. Zudem haben wir Informationen für Sie, wie Sie Ihren Lebensstil in dieser sensiblen Zeit so anpassen, dass Ihr Kind die besten Voraussetzungen für einen gesunden Start ins Leben hat.

Dauer: 1X
Gebühr: keine
Ort: Online
Anbieter/in: AOK- Die Gesundheitskasse in Kooperation mit „Gesund ins Leben - Netzwerk Junge Familie“
Hinweis: Anmeldung erforderlich unter: www.aok.de/pk/rps/online-seminare-junge-familien/



Mobile Familien- und Stillberatung

Bedarfsorientierte Beratung, Unterstützung, Stärkung der Elternkompetenz in der Schwangerschaft und im 1. 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 in meiner Praxis

- Termine: nach Vereinbarung
- Dauer: nach Bedarf
- Gebühr: 60 Euro pro Stunde, zzgl. Fahrtkosten 0,60 Euro/km
- Leitung: Christa Lotz, Familien- Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Still -und Laktationsberaterin, Marte Meo Practitioner
- E-Mail: info@mobile-stillberatung.de
- Tel.: 06531 915867, Mobil:0172 6690772
- Internet: www.mobile-stillberatung.de

Stillvorbereitungskurse

In meinem Stillvorbereitungskurs kläre ich dich darüber auf, welche Auswirkungen das Stillen auf Mutter und Kind hat, wie die Milchbildung funktioniert, wie oft du stillen solltest und was es mit den Hormonen Oxytocin und Prolaktin auf sich hat. Wir schauen uns ein paar Stillhilfsmittel an, gehen gemeinsam die gängigsten Stillpositionen durch und vieles vieles mehr...

- Termine: 26.07., 23.08., 20.09., 25.10., 22.11.
- Uhrzeit: 10:00 – ca. 12:30 Uhr
- Gebühr: 45 € pro Person, 55 € pro Paar
- Ort: St. Elisabeth Krankenhaus Wittlich, Elternschule (3. OG)
- Kursleitung: Fleur Schneiders, Milchzauber – BFB bindungsorientierte Familienbegleiterin® & FeS®-Fachkraft
- E-Mail: info@milchzauber.de
- Tel.: 0160 4157151
- Internet: www.milchzauber.de



Yoga in der Schwangerschaft

Yoga in der Schwangerschaft hilft dir, einen bewussten Umgang mit deinem Körper zu finden. Neben der physischen Kräftigung erfährst du innere Ruhe und Entspannung und kannst die Veränderungen, die dich in den 9 Monaten begleiten, gelassener und herzlich annehmen. Deine optimale Begleitung während der Schwangerschaft und als Vorbereitung auf die Geburt.

- Termine: Mittwochs, 17:30 -18:30 Uhr
- Dauer: 6 Einheiten à 1 Stunde
- Gebühr: 90 €
- Ort: Morbach-Bischofsdrhon
- Kursleitung: Sarah Paulus-Leyendecker
- E-Mail: sarahleyendecker@web.de
- Internet: www.yogamitsarah.de
- Hinweis: Einstieg jederzeit möglich, alle Trimester der Schwangerschaft sind herzlich willkommen ausgebildete Prenatal-Yogalehrerin

Informationsabend für werdende Eltern

Das Team der Geburtshilfe am Verbundkrankenhaus Bernkastel/Wittlich stellt Ihnen die Geburtshilfeabteilung, Angebote rund um die Schwangerschaft und Geburt sowie die Betreuung auf der Wochenstation vor. Die Themen werden durch das Hebammen-team, Pflegefachkräfte sowie Fachärzte für Frauenheilkunde und Geburtshilfe präsentiert. Sie stehen Ihnen gerne anschließend zur Beantwortung Ihrer Fragen zur Verfügung.

- Termine: jeden 1. Dienstag im Monat
- Zeit: 18:30 - 19:30 Uhr
- Gebühr: kostenfrei
- Ort: St. Elisabeth Krankenhaus, Großer Konferenzraum (1. UG), Koblenzer Str. 91, 54516 Wittlich
- Kursleitung: Geburtshilfe Wittlich
- Anbieter/in: Verbundkrankenhaus Bernkastel/Wittlich, Koblenzer Straße 91, 54516 Wittlich
- E-Mail: oeffentlichkeitsarbeit@verbund-krankenhaus.de
- Tel.: 06571 1530041
- Internet: www.verbund-krankenhaus.de

Yoga für Schwangere

Yoga bietet viele Vorteile für Schwangere. Schwangerschafts-Yoga kann helfen, die Muskeln und Gelenke zu stärken und zu dehnen, die Durchblutung zu verbessern, Stress und Anspannung zu reduzieren, Beschwerden wie Rückenschmerzen und Wassereinlagerungen zu lindern und die Atmung zu vertiefen und zu kontrollieren. Die Teilnahme kann ab der 14. SSW erfolgen.

- Termin: 17.07. - 11.09.2025
25.09. - 13.11.2025
- Zeit: 16:30 - 18:00 Uhr
- Dauer: 8 x 90 Minuten
- Gebühr: 120 €
- Kursleitung: Smehen Dröschel, Hebamme
- Ort: St. Elisabeth Krankenhaus Wittlich, Elternschule,
3. Etage, Koblenzer Str. 91, 54516 Wittlich
- E-Mail: smehen@gmx.de
- Tel.: 0171 6702319
- Anmeldung: www.hebammen-wittlich.de/kurse



Yoga in der Schwangerschaft

In diesem Kurs unterstütze ich dich dabei, Körper und Geist während der Schwangerschaft zu stärken und zu entspannen. Dich erwarten gezielte Übungen für Rücken, Bauch und Beckenboden; Atemtechniken und Entspannungsübungen zur Stressreduktion, Verbesserung der Körperwahrnehmung und Austausch mit anderen werdenden Müttern. Melde dich an und stärke dein Wohlbefinden in der Schwangerschaft!

- Termin: ab 6.8.25 Mittwoch fortlaufend, Einstieg jederzeit
möglich ab der 12. SSW
- Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr
- Dauer: 10 Einheiten à 90 Minuten
- Gebühr: 150 €
- Ort: hybrid (präsent und online möglich), Hebamme mit

Bauchgefühl, Pastorenpfad 2, Bernkastel-Kues
Anmeldung: direkt über die Homepage www.ina-heinemann.de
Kursleitung: Ina Heinemann
E-Mail: info@ina-heinemann.de
Telefon: 06531 972245
Homepage: www.ina-heinemann.de

Rückbildung

Dein Weg zurück zu Wohlbefinden und Körperbewusstsein nach der Geburt. Dieser Kurs hilft dir, deinen Körper sanft und effektiv zu stärken. Mit gezielten Übungen zur Stärkung der Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur, Atemtechniken zur Körperwahrnehmung und Stressabbau, Übungen angepasst an deine Bedürfnisse und Austausch mit anderen Müttern.

- Termin: Mittwoch, 13.8.-1.10.25, 10-11.30 Uhr
Dienstag, 16.9.-28.10.25, 10-11.30 Uhr
Mittwoch, 15.10.-26.11.25, 10-11.30 Uhr
Montag, 3.11-15.12.25, 10-11.30 Uhr
- Dauer: 7 x 90 Minuten
- Gebühr: Die Kosten werden in der Regel von der Krankenkasse getragen.
- Ort: hybrid (präsent und online möglich), Hebamme mit
Bauchgefühl, Pastorenpfad 2, Bernkastel-Kues
- Anmeldung: direkt über die Homepage www.ina-heinemann.de
- Kursleitung: Ina Heinemann
- E-Mail: info@ina-heinemann.de
- Telefon: 06531 972245
- Homepage: www.ina-heinemann.de

Rückbildungsaufbau mit Yoga

Dieser Kurs verbindet die Rückbildung nach der Geburt mit Yoga-Übungen, um Körper und Geist zu regenerieren. Ziel ist es, die Muskulatur der Körpermitte (Beckenboden, Bauch, Rücken) zu stärken, Verspannungen zu lösen und die innere Balance wiederzufinden.

- Termin: ab 16.9.25 Dienstag fortlaufend, Einstieg jederzeit
nach abgeschlossenem Rückbildungskurs möglich
- Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr
- Dauer: 10 Einheiten à 90 Minuten

Gebühr: 150 €
Ort: hybrid (präsent und online möglich), Hebamme mit
Bauchgefühl, Pastorenpfad 2, Bernkastel-Kues
Anmeldung: direkt über die Homepage www.ina-heinemann.de
Kursleitung: Ina Heinemann
E-Mail: info@ina-heinemann.de
Telefon: 06531 972245
Homepage: www.ina-heinemann.de

Rückbildungskurs mit Baby

Mit wirkungsvollen Übungen können Sie zusammen mit ihrem Baby Ihre Figur, aber auch Ihren Beckenboden wieder auf Vordermann bringen und so späteren Beschwerden vorbeugen. Problemzonen wie Bauch, Beine und Po werden gekräftigt und die Rückenmuskulatur gestärkt. Sie werden Übungen sowohl ohne als auch mit Ihrem Baby erlernen, welche ohne Probleme auch zu Hause durchgeführt werden können. Hat ihr Baby Hunger, kann es jederzeit gestillt oder gefüttert werden, um für die Mama die Kursteilnahme so stressfrei wie möglich zu gestalten. Neben den Körperübungen soll aber auch Platz für Fragen und Gespräche sein.

Termine: 21.08. - 02.10.2025, 23.10. - 04.12.2025
Zeit: 09:30 - 11:00 Uhr, 11:15 - 12:45 Uhr
Gebühr: die Kosten werden in der Regel von der Krankenkasse getragen.
Kursleitung: Carla Simpson, Hebamme
Ort: St. Elisabeth Krankenhaus Wittlich, Elternschule, 3. Etage
E-Mail: carlitasimpson@aol.com
Tel.: 0171 8020819
Anmeldung: www.hebammen-wittlich.de/kurse



Maya Massage

Eine ganzheitliche Therapieform aus der Tradition der Mayamedizin, die insbesondere in der Frauenheilkunde angewandt wird. Die Massage-Technik kann eine Vielzahl von Symptomen lindern, wie beispielsweise krampfartige Menstruationsbeschwerden, PMS, Myome, Endometriose, Kinderwunsch.

Termin: nach Absprache
Dauer: 1 - 2 Stunden
Gebühr: 80 €/Stunde
Ort: nach Absprache
Leitung: Smehen Dröschel, Hebamme
E-Mail: smehen@gmx.de
Tel.: 0171 6702319
Internet: www.hebammen-wittlich.de/kurse



Geschwisterkurs

Der Kurs informiert die werdenden Geschwisterkinder spielerisch und kindgerecht wie das Kind im Bauch ihrer Mutter heranwächst und was sie nach der Geburt des Geschwisterchens erwartet. An diesem Termin dreht sich alles um die ersten zarten Bande der Geschwisterbeziehung. Die Kinder verbringen gemeinsam mit Mama exklusiv Zeit, um sich bestens auf den Neukömmling vorzubereiten.

Termine: 02.08.25 / 06.09.25 / 04.10.25 / 15.11.25 / 13.12.25
Zeit: 09.30 - 11.00 Uhr
Teilnehmer: 6 Kinder altersgemischte Gruppen, ab 2,5 Jahren
Gebühr: 40 €
Ort: St. Elisabeth Krankenhaus, Elternschule (3. OG), Kolbenzer Str. 91, 54516 Wittlich
Kursleitung: Katharina Grey, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, bindungsorientierte Familienbegleitung
Anmeldung: erforderlich per Email oder Kontaktformular.
E-Mail: info@wunderbare-winzlinge.de
Internet: www.wunderbare-winzlinge.de

Das erste Jahr

Babysprechstunde im DKSB

Die Babysprechstunde ist ein Angebot für junge Familien im Landkreis Bernkastel-Wittlich, zu Themen in der Schwangerschaft und im ersten Lebensjahr mit dem Baby. Das Beratungsangebot können Familien mit vorherigen Terminvereinbarung kostenfrei nutzen.

Termin: montags 9:00 - 13:00 Uhr (vorherige Terminvereinbarung nötig)
Gebühr: kostenfrei
Ort: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V., Brautweg 1, 54516 Wittlich
Kursleitung: Christa Lotz, Still- und Laktationsberaterin, Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Marte-Meo Practitioner
Anbieter/in: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V., Brautweg 1, 54516 Wittlich
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de



Krabbelgruppe im Pfarrhaus Kröv

Baby oder Kleinkind bei uns sind alle Herzlich Willkommen! Beim gemeinsamen Spielen, Entdecken und Beobachten sammeln unsere Kleinen Erfahrungen mit Gleichaltrigen und lernen so voneinander. In unserer offenen Krabbelgruppe steht Spiel-spaß, Krabbelfreude und der Austausch miteinander im Vordergrund. Komm auch du vorbei und werde Teil unserer kleinen lebendigen Gemeinschaft! Wir freuen uns auf dich! Ein Angebot der Pfarrei Mittlere Mosel für Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren.

Termine: immer mittwochs
Dauer: 9-11 Uhr
Gebühr: kostenfrei
Ort: Pfarrhaus in Kröv, Robert-Schuman-Straße 41, 54536 Kröv
Anbieter: Angebot der Pfarrei Mittlere Mosel in Kooperation mit engagierten Eltern
E-Mail: muellerlaura@mail.de
Tel.: 0151 50003195

Online-Seminar „Einfach Stillen“

So gelingt der beste Start ins Leben. Sie erhalten praktische Tipps und Hilfestellung rund ums Stillen von unserer erfahrenen Stillberaterin. Außerdem haben wir praxiserprobte Ideen aus der „Stillküche“ für Sie, damit Sie auch in dieser Zeit gut versorgt sind.

Dauer: 1x
Gebühr: keine
Ort: Online
Anbieter/in: AOK- Die Gesundheitskasse in Kooperation mit „Gesund ins Leben - Netzwerk Junge Familie“
Hinweis: Anmeldung erforderlich unter www.aok.de/pk/rps/online-seminare-junge-familien/



Online-Seminar

„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: 1x
- Gebühr: keine
- Ort: Online
- Anbieter/in: AOK- Die Gesundheitskasse in Kooperation mit „Gesund ins Leben - Netzwerk Junge Familie“
- Hinweis: Anmeldung erforderlich unter: www.aok.de/pk/rps/online-seminare-junge-familien/



Milchzauber

Ganzheitliche Beratung, Begleitung und Unterstützung zu allen anfallenden Fragen und Problemen rund um die Themen Stillen, Schlaf, Beikost, Formulanahrung (Pre-, Folge-/ Spezialnahrungen), Flaschen und Sauger.

- Termine: nach Vereinbarung
- Dauer: nach Bedarf
- Gebühr: 70 € / pro Std. zzgl. Fahrtkosten
- Ort: Wittlich & Umgebung, Online weltweit
- Kursleitung: Fleur Schneiders, Milchzauber – BFB bindungsorientierte Familienbegleiterin® & FeS®-Fachkraft
- E-Mail: info@milchzauber.de
- Tel.: 0160 4157151
- Internet: www.milchzauber.de



Trageberatung

Kinder lieben es, ganz nah bei Mama oder Papa zu sein und genießen die Geborgenheit beim Tragen. Als Trageberaterin helfe ich Familien, eine wertvolle Bindung zu ihrem Kind aufzubauen – durch sicheres und gesundes Tragen. In meiner Trageberatung unterstütze ich Eltern dabei das passende Tragesystem zu finden, erläutere die unterschiedlichen Arten von Tragehilfen und zeige, wie diese richtig angelegt werden. Ich kläre alle Fragen rund ums Thema Tragen und erkläre die wichtigsten Grundlagen für sicheres und ergonomisches Tragen.

- Termine: nach Vereinbarung
- Gebühr: 1€ pro Minute zzgl. Fahrtkosten bei Hausbesuchen
- Ort: Pfarrhaus in Kröv, Robert-Schuman-Straße 41, Kröv
- Anbieter: Laura Müller
- E-Mail: muellerlaura@mail.de
- Tel.: 0151 50003195
- Internet: www.trageberatung-bks-wil.de
- Hinweis: ausführliche Informationen und Termine sind auf der Homepage einzusehen

Born to be Worn

Trageberatung Workshop

Bei „Born to be Worn“ dreht sich alles um die wunderbare Welt des Tragens im ersten Lebensjahr. Wir klären alle Fragen rund ums Tragen und du lernst alle wichtigen Grundlagen und Basics. Ich stelle dir verschiedene Tragehilfen für Babies vor und wir finden gemeinsam die beste Trageform für euch. Du lernst, wie du die Tragehilfe richtig anlegst und ich zeige verschiedene Tragepositionen und -techniken, die sowohl für Dich als auch dein Baby komfortabel sind. Tausche Dich mit anderen Eltern aus, teilt Erfahrungen und lernt voneinander. Der Workshop bietet eine entspannte Atmosphäre, in der Fragen und Anregungen willkommen sind.

- Termine: Donnerstag, 12. Juni 2025,
Mittwoch, 15. Oktober 2025
- Gebühr: 45 € p. P. oder 55 € pro Paar | ich gebe meine Rabatte bei Trageherstellern weiter, somit kannst du die Kursgebühr beim Kauf einer Trage anrechnen

Ort: Frühjahrstermin in Bernkastel, Sommer und Herbsttermin in Wittlich

Anbieter: Laura Müller

E-Mail: muellerlaura@mail.de

Tel.: 0151 50003195

Internet: www.trageberatung-bks-wil.de

Hinweis: Der Workshop richtet sich an frischgebackene Eltern und alle Interessierten, die mehr über das Tragen lernen möchten, die Babies sollen mitgebracht werden, eine Spielecke ist vorhanden

Beikost - Workshop

Ist mein Baby bereit für die Beikost? Welche Lebensmittel darf ich ihm geben? Muss es eine bestimmte Menge essen? Muss es auch etwas trinken? Brei, Baby led weaning oder doch eine Mischung? Diese und viele andere Fragen können in meinem Workshop geklärt werden, damit ihr in eine entspannte, liebevolle und sichere Beikostzeit starten könnt. Anmeldung erforderlich per E-Mail oder Kontaktformular.

Termine: 02.08.2025 / 04.10.2025 / 13.12.2025

Zeit: 12.00 - 14.00 Uhr

Gebühr: 40 € pro Person, 50 € pro Paar (das Baby darf mitgebracht werden)

Ort: St. Elisabeth Krankenhaus, Elternschule (3. OG), Koblenzer Str. 91, 54516 Wittlich

Kursleitung: Katharina Grey, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, bindungsorientierte Familienbegleitung

E-Mail: info@wunderbare-winzlinge.de

Internet: www.wunderbare-winzlinge.de

Schlaf - Workshop

Warum schläft mein Baby nicht durch? Warum lässt es sich nicht ablegen? Mache ich etwas falsch? Verwöhne ich mein Baby? Diese und viele andere Fragen werden hier beantwortet und du wirst den Schlaf deines Kindes kennen und verstehen lernen. Anmeldung erforderlich per Email oder Kontaktformular.

Termine: 05.07.2025 / 06.09.2025 / 15.11.2025

Zeit: 12.00 - 14.00 Uhr

Gebühr: 40 € pro Person, 50 € pro Paar (das Baby darf mit-

gebracht werden)

Ort: St. Elisabeth Krankenhaus, Elternschule (3. OG), Koblenzer Str. 91, 54516 Wittlich

Kursleitung: Katharina Grey, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, bindungsorientierte Familienbegleitung

E-Mail: info@wunderbare-winzlinge.de

Internet: www.wunderbare-winzlinge.de

Babymassagekurs für Eltern

Babymassage ist Balsam für die Babyseele und stärkt die Bindung zwischen Mama/Papa und Baby. An 5 Kurstagen bekommst du leicht anzuwendende Techniken an die Hand. Dazu haben wir viel Spaß beim Austausch, tun uns auch etwas Gutes und genießen ganz entspannt die gemeinsame Zeit. Anmeldung erforderlich per Email oder Kontaktformular.

Termine: 4. Kurs: 22.08., 29.08., 05.09., 12.09., 19.09.25
5. Kurs: 31.10., 07.11., 14.11., 21.11., 28.11.25

Zeit: 09.30 - 10.30 Uhr

Gebühr: 85 € pro Kurs

Ort: St. Elisabeth Krankenhaus, Elternschule (3. OG), Koblenzer Str. 91, 54516 Wittlich

Kursleitung: Katharina Grey, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, bindungsorientierte Familienbegleitung

E-Mail: info@wunderbare-winzlinge.de

Internet: www.wunderbare-winzlinge.de



„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 ein wichtiger Bestandteil des Kurses. Diese Gespräche über „typische Eltern- und Baby-Themen“ entlasten und helfen, die Zeit mit dem Baby als schön und einzigartig zu genießen. In das besondere Kursprogramm des Kinderschutzbundes fließt die Erfahrung des PEKiP-Programms und der zertifizierten Elternschule „Starke Eltern - starke Kinder“ des Kinderschutzbundes ein. Die Kursteilnehmer haben darüber hinaus die Möglichkeit kostenfrei eine „Elternberatung in Bildungsverläufen“ in Anspruch zu nehmen und ein erste „Erinnerungsmappe“ 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.

- Termin:

Die Kurse werden Mittwoch und Freitag vormittag, fortlaufend jeweils immer von Ferien zu Ferien angeboten. (Einteilung in die Kurse je nach Alter der Kinder)
- Dauer:

ca. 5 – 6 Termine pro Modul
- Gebühr:

10,- € 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.
- Ort:

Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich / Mehrgenerationenhaus – Haus der Familie, Brautweg 1, 54516 Wittlich
- Kursleitung:

Annette Neeb, Dipl. Pädagogin, Spieltherapeutin, SESK -Zertifikat, Fortbildung Regulationsstörung

Schreibaby

Anbieter/in: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.

E-Mail: info@dksb-wittlich.de

Tel.: 06571 2110

Internet: www.dksb-wittlich.de

FeinFühlZeit – Eine Stunde für Eltern und Neugeborene auf der Wochenstation, Krankenhaus Wittlich

In allen Fragen, die sich um die Entwicklung ihres Säuglings oder Ihrer neuen Lebenssituation als Eltern drehen, steht Ihnen eine erfahrene Beraterin zur Verfügung. Die Themen: Erfahren, wie sich eine vertrauensvolle Beziehung aufbaut, Entdecken der Babysprache Ihres Kindes, Einander kennenlernen.

- Termine:

jeden Dienstag
- Dauer:

14:00-15:00 Uhr
- Gebühr:

kostenfrei
- Ort:

Krankenhaus Wittlich, „Storchennest“
- Kursleitung:

Diplom Psychologin Lara Weber, Diplom Sozialpädagogin Annette Weber
- Anbieter:

Lebensberatung Wittlich
- E-Mail:

sekretariat.lb.wittlich@bistum-trier.de
- Tel.:

06571 4061
- Internet:

www.Wittlich.lebensberatung.info



FeinFühlZeit – Kurs

Ein Kurs für Eltern und Kinder im ersten Lebensjahr

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. Nehmen Sie sich ein wenig FeinFühlZeit für sich und Ihre Kinder.

- Termine: Bitte in der Lebensberatung erfragen oder siehe Homepage
- Dauer: 14:00 - 15:00 Uhr
- Gebühr: keine
- Ort: Lebensberatung Wittlich, Kasernenstr. 37, Wittlich
- Kursleitung: Diplom-Psychologin Lara Weber
Diplom-Sozialpädagogin Annette Weber
- Anbieter: Lebensberatung Wittlich
- E-Mail: sekretariat.lb.wittlich@bistum-trier.de
- Tel.: 06571 4061
- Internet: [www. wittlich.lebensberatung.info](http://www.wittlich.lebensberatung.info)

FeinFühlZeit – digital

Eine Stunde für Eltern von Säuglingen von 0 bis 12 Wochen

Digitaler Gesprächsraum für Familien im Übergang zur Elternschaft. Themen sind z. B.: sichere Bindung von Anfang an, Beziehungserfahrungen in der Neugeborenen-Zeit, Feinzeichen der Babys, Bedürfnisse von Eltern und Kindern. Die Teilnahme ist innerhalb der letzten Schwangerschaftswochen oder in den ersten 12 Lebenswochen nach der Geburt empfehlenswert.

- Termine: zweimal monatlich donnerstags
- Dauer: 10:30-11:30 Uhr
- Gebühr: kostenfrei
- Ort: digital: Microsoft Teams, bitte für den Zugangslink E-Mail an die Lebensberatung Wittlich senden
- Kursleitung: Diplom-Psychologin Lara Weber

Anbieter: Lebensberatung Wittlich

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

Tel.: 06571 4061

Internet: www.Wittlich.lebensberatung.info

Entspannt durchs erste Lebensjahr

Der Kurs unterstützt Eltern, die kleinen und großen Entwicklungsschritte des Kindes zu verstehen und einfühlsam zu begleiten. Den Kindern wird die Möglichkeit gegeben, altersgerechte Spiel- und Bewegungsmaterialien, die ihrer Entwicklungsphase entsprechen, selbst zu erkunden und auszuprobieren. Gemeinsames Singen und Spielen untereinander und Elemente der Babymassage runden das Kursangebot ab. Eltern können Erfahrungen austauschen und Kontakte knüpfen.

- Termine: fortlaufend
- Dauer: 8 Einheiten
- Gebühr: 90 Euro
- Ort: Traben Trarbach
- Kursleitung: Julia Kaefer Kinderkrankenschwester
- Email: Jule-spier@web.de
- Telefon: 0171 4440644

PEKiP® Für Eltern mit Kindern bis zu 1 Jahr

Nach der Geburt beginnt eine innige Zeit zwischen Eltern und Kind. Mit allen Sinnen nimmt das Baby die Welt wahr und lernt stetig dazu. Es kann seinen Körper immer besser steuern, übt neue Laute und beginnt seine Umwelt zu erkunden. In der PEKiP-Gruppe hat Ihr Baby die Möglichkeiten, seine neu gewonnenen Fähigkeiten und seinen Forschergeist auszuprobieren – auch im Kontakt zu Gleichaltrigen. Der PEKiP-Kurs bietet Ihnen als Eltern die Chance, Ihr Kind noch bewusster in jeder Entwicklungsphase zu erleben und im Austausch mit anderen Eltern wichtige Themen zu besprechen sowie miteinander voneinander zu lernen.

- Termine: Montags Start: 18.08.2025, 13:00 – 14:30 Uhr
Für Babys die im März/April 2025 geboren wurden
Mittwochs Start 20.08.2025 11:00 – 12:30 Uhr
Für Babys die im Mai/Juni 2025 geboren wurden

- Kosten: 99,00 € (10 Termine) pro Teilnehmer
Dauer: 08:30 Uhr bis 16:30 Uhr
Gebühr: 96,00 € pro Kurs (10 Einheiten à 90 Minuten)
Ort: DRK-Lehrsaal, Kurfürstenstraße 7a, 54516 Wittlich
Kursleitung: Nicole Roth
Anbieter: DRK-Bildungswerk Eifel-Mosel-Hunsrück e.V.
E-Mail: miriam.heck@bildungswerk.drk.de
Tel.: 06561 6020613
Internet: www.bildungswerk.drk.de

Schlaf, Kindlein schlaf

Schlafmangel macht jungen Eltern häufig sehr zu schaffen, belastet die Gesundheit, die Partnerschaft und nicht zuletzt die Bindung zum Kind. Viele Eltern sind verunsichert, welches Schlafmuster tags oder nachts altersentsprechend normal ist. Kinderkrankenschwester Mechthild Hoehl verfolgt mit dem „familienorientierten Babyschlafcoaching“ einen Ansatz, der sowohl die Bedürfnisse des Babys oder Kleinkindes in den Vordergrund stellt, als auch die Frage: „Was brauchen alle Familienmitglieder?“, damit in das Familiensystem wieder Ruhe und Frieden einkehrt.

- Dauer: 1x
Gebühr: keine
Ort: Online
Anbieter: AOK- Die Gesundheitskasse in Kooperation mit Mechthild Hoehl, Kinderkrankenschwester und Erste Hilfe Trainerin
Hinweis: Anmeldung erforderlich unter: www.aok.de/pk/rps/online-seminare-junge-familien/



Offenes Atelier

Eine Gruppe für alle ab 6 Jahren. Malen, Zeichnen, Töpfern, Filzen u. v. m. unter kompetenter und individueller Anleitung. Auf Wunsch auch Zeichen- und Malunterricht (Öl, Acryl, Aquarell), Farbenlehre, Perspektive etc.. Im Fokus steht hierbei die Kreativitätsentwicklung und der Spaß. Gleichzeitig werden individuell die eigenen Stärken und Interessen gefördert und bereits vorhandene Fähigkeiten ausgebaut.

- Termine: September 2025, aktuelle Termine auf der Homepage
Dauer: 15:00 bis 16:30 Uhr
Gebühr: 15,-€ pro Termin und Person,einzeln buchbar
Ort: Kalkturmstr. 36, Wittlich
Kursleitung: Kunsttherapeutin (M.A.) Kristin Herrmann
Anbieter: Praxisgemeinschaft Herrmann & Scalla GbR
E-Mail: hesca-wittlich@web.de
Tel.: 06571 1738453
Internet: www.hesca-wittlich.de
Hinweis: um Anmeldung wird gebeten, begrenzte Teilnehmermendezahl



Kinder- und Familiengesundheit

Kita ist besser Herbstlicher Kochkurs

„Alles dreht sich um den Kürbis“

Von der Suppe bis zum Dessert. Kürbis ist ein vielseitiges Gemüse. Dieser kann auf zahlreiche Arten zubereitet werden, sowohl süß als auch herzhaft und ist reich an wichtigen Nährstoffen.

Termine: 06.11.2025
Dauer: 18:00 - 20:00 Uhr
Gebühr: 5 Euro
Ort: Kindertagesstätte Grenzenlos, Gartenstr.4b, 54472 Velden
Kursleitung: Köchin Nicole Koll und Simone Woehler
Anbieter: Kindertagesstätte Grenzenlos
E-Mail: kita-grenzenlos@t-online.de
Tel.: 06534 8225
Internet: www.kita-grenzenlos.de
Hinweis: Das Treffen findet ohne Kinder statt



Online-Seminar „Schmecken soll`s Übergang zum Familientisch“ (1 bis 2 Jahre)

Wie kann der Übergang von Beikost auf feste Lebensmittel sinnvoll gestaltet werden? Wir geben Ihnen Anregungen und praktische Tipps, wie das gemeinsame Essen gut gelingt.

Dauer: 1X
Gebühr: keine
Ort: Online
Anbieter/in: AOK- Die Gesundheitskasse in Kooperation mit „Gesund ins Leben - Netzwerk Junge Familie“
Hinweis: Anmeldung erforderlich unter: www.aok.de/pk/rps/online-seminare-junge-familien/



Online-Seminar „Schmecken soll`s Kinderkost (2 – 6 Jahre)“

Das Seminar gibt Tipps in Theorie und Praxis, wie das Essen für die ganze Familie zum Genuss wird.

Dauer: 1x
Gebühr: keine
Ort: Online
Anbieter/in: AOK- Die Gesundheitskasse in Kooperation mit „Gesund ins Leben-Netzwerk Junge Familie“
Hinweis: Anmeldung erforderlich unter www.aok.de/pk/rps/online-seminare-junge-familien/



Online-Seminar „Dr. Mama & Dr. Papa“

Einen Überblick über bewährte Hausmittel bei den häufigsten Gesundheitsstörungen im Kindesalter vermittelt praxisnah Kinderkrankenschwester Mechthild Hoehl. Auf welche Symptome ihrer Kinder sollten Eltern achten? Was können sie selbst tun und wo liegen die Grenzen der Selbsttherapie bei Fieber, Mittelohrentzündungen, Erkältungskrankheiten, Verdauungsbeschwerden und unklaren Schmerzen?

- Dauer: 1x
- Gebühr: keine
- Ort: Online
- Anbieter: AOK- Die Gesundheitskasse in Kooperation mit Mechthild Hoehl, Kinderkrankenschwester und Erste Hilfe Trainerin
- Hinweis: Anmeldung erforderlich unter www.aok.de/pk/rps/online-seminare-junge-familien/



Onlineseminar „Erste Hilfe am Kind- richtig reagieren bei Notfällen“

Kinder sind neugierig und können Gefahren selbst noch nicht einschätzen. Dann ist es schnell passiert: Plötzlich hat sich ein Kleinkind verschluckt, ist gestürzt, hat sich vergiftet oder verbrannt. Hier ist sicheres und schnelles Handeln der Eltern gefragt.

- Dauer: 1x
- Gebühr: keine
- Ort: Online
- Anbieter: AOK- Die Gesundheitskasse in Kooperation mit Mechthild Hoehl, Kinderkrankenschwester und Erste Hilfe Trainerin

Hinweis: Anmeldung erforderlich unter www.aok.de/pk/rps/online-seminare-junge-familien/



Kinderyoga

Bereits die Kleinsten leben in ständiger Reizüberflutung und profitieren von regelmäßiger Bewegung sowie Achtsamkeits- und Entspannungsübungen. Yoga baut Ängste und Stress ab, schafft Selbstvertrauen, fördert die Kreativität und emotionale Balance und unterstützt bei der körperlichen, kognitiven, sozialen, mentalen und emotionalen Entwicklung. Außerdem vermittelt Yoga den Kindern liebevolle Werte und eine positive Grundhaltung.

- Termine: nach Vereinbarung
- Dauer: 1 Stunde, Kursangebot und einzelne Stunden zu besonderen Themen
- Gebühr: nach Vereinbarung
- Ort: Morbach-Bischofsdrhon
- Kursleitung: Sarah Paulus-Leyendecker, ausgebildete Kinder-Yogalehrerin
- Anbieter: Sarah Paulus-Leyendecker
- E-Mail: sarahleyendecker@web.de
- Internet: www.yogamitsarah.de
- Hinweis: Für Kinder im Alter von ca. 4-8 Jahren

Erste Hilfe am Kind

Dies ist ein Crash-Kurs für Eltern mit Kindern von 0 bis 6 Jahren. Inhalte sind Herz-Lungen-Wiederbelebung, richtiges Verhalten in typischen Notfallsituationen, Ertrinken, Verschlucken, Krupp-Anfälle, Fieberkrämpfe, Unfälle, Verbrennungen, Vergiftungen und Informationen zur Prävention von Kinderunfällen

- Termin: 27.9.25, 14:30 - 17:30 Uhr Präsenz
18.11.25, 18:00 - 21:00 Uhr Online
- Gebühr: 35 € pro Person, 60 € pro Paar
- Ort: Hebamme mit Bauchgefühl, Pastorenpfad 2, 54470

Bernkastel-Kues

Anmeldung: direkt über die Homepage www.ina-heinemann.de
Kursleitung: Mechthild Höhl www.kindergesundheit-trier.de
E-Mail: info@ina-heinemann.de
Telefon: 06531 972245

Familienprojekt Mama/Papa hat Krebs der Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz

„Das Familienprojekt „Mama/Papa hat Krebs“ der Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz unterstützt betroffene Familien auf ihrem Weg der individuellen Krankheitsverarbeitung. Bei den vielfältigen, fachlich begleiteten Aktivitäten haben die Familien z. B. Gelegenheit, Kraft zu tanken, Gleichbetroffene kennenzulernen und Wege der Neuorientierung zu erproben. Dazu bietet das Familienprojekt unter anderem die Familien-ZEIT z. B. in Form von Familien-Wochenenden in der Natur, Wanderungen oder dem Besuch kultureller Veranstaltungen an. Während der Bewegungs-ZEIT wird es sportlich z. B. beim Bouldern oder verschiedenen Bewegungs-Kursen. Die Kreativ-ZEIT regt die Fantasie an: Belastendes kann ausgedrückt und Neues kann geschaffen werden, z. B. beim Töpfern, bei Bastelangeboten oder beim freien Malen.“

Termine: Monatliche Familienbriefe mit den aktuellen Aktivitäten
Dauer: 1,5 – 2 Stunden
Gebühr: kostenfrei
Ort: nach Absprache
Kursleitung: Kristina Norta
Anbieter: Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz
E-Mail: knorta@krebsgesellschaft-rlp.de
Tel.: 065140551
Internet: www.krebsgesellschaft-rlp.de



Sprechstunde der AGZ-Jugendzahnpflege Bernkastel-Wittlich

Beratung in Fragen der Mund- und Zahnhygiene bei Schwangeren, Säuglingen, Kindern und Jugendlichen. Durchführung von Aktionen zur Förderung der Zahngesundheit: in Hebammenpraxen in Krabbel-, Pekip- und Nestgruppen, in Kindertagesstätten, in Schulen, sowie Fortbildungsveranstaltungen für Multiplikatoren

Termine: nach Vereinbarung in Präsenz oder auch als online-Veranstaltungen möglich
Dauer: ca. 1 Stunde
Gebühr: kostenfrei
Ort: nach Absprache
Kursleitung: Ellen Erken-Müller
Anbieter/in: Arbeitsgemeinschaft Jugendzahnpflege AGZ Bernkastel-Wittlich
E-Mail: agz.bernkastelwittlich@lagz-rlp.de
Tel.: 06508 917948
Internet: www.lagz-rlp.de oder www.max-schrubbel.de

Gruppenangebot „Opal“ für Kinder aus belasteten Familien

Das Gruppenangebot „Opal“ soll Kindern aus Familien mit einem psychisch erkrankten Elternteil einen geschützten Rahmen bieten, indem sie altersgerechte Antworten auf ihre Fragen erhalten. Die Kinder haben die Gelegenheit, andere betroffene Kinder kennen zu lernen und festzustellen, dass sie mit ihrer Situation nicht alleine sind. Dies führt oftmals bereits zur ersten Entlastung der Kinder und damit auch der gesamten Familie.

Schwerpunkte des Angebots sind:

- Stärkung des Selbstwertgefühls und der Selbstwahrnehmung
- Entlastung von Schuld- und Schamgefühlen
- Orientierung geben
- Erlernen von Bewältigungsstrategien
- Altersgerechte Informationsvermittlung
- Spaß und Erholung

Das Präventionsangebot ist für Kinder im Alter von 6 bis 10 Jahren

ren vorgesehen, die jeweils altersmäßig zusammenpassen.

Termin: Mittwochs, 16:30 - 18:00 Uhr
Dauer: 1,5 Stunden
Gebühr: kostenfrei
Ort: Kinderschutzbund/Mehrgenerationenhaus Wittlich
Brautweg 1, 54516 Wittlich
Kursleitung: Annette Neeb, Dipl. Pädagogin, Spieltherapeutin,
Traumapädagogin
Anbieter/in: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de

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. Der Kurs Erste Hilfe am Kind wendet sich speziell an Eltern, Großeltern, Erzieherinnen und Erzieher und an alle, die mit Kindern zu tun haben. Es werden keinerlei Vorkenntnisse benötigt.

Termine: Kurs 1:06.09.2025, Kurs 2 : 06.12.2025
Dauer: 08:30 Uhr bis 16:30 Uhr
Gebühr: 55 €
Ort: DRK-Lehrsaal, Kurfürstenstraße 7a, 54516 Wittlich
Kursleitung: Ausbilder/-in im Erste-Hilfe Bereich m Kind
Anbieter: DRK-Bildungswerk Eifel-Mosel-Hunsrück e.V.
E-Mail: bernd.breuer@bildungswerk.drk.de
Tel.: 06561 602060
Internet: www.bildungswerk.drk.de

Eltern-/Kind-Angebote

Kürbisschnitzen und Kürbisbrot

Wir schnitzen für Halloween Gefühls-Kürbisgesichter. Aus dem ausgehöhlten Kürbis, wird ein schmackhaftes Brot gebacken

Termine: 28.10.2025
Dauer: 18:00 - 20:00 Uhr
Gebühr: 5 Euro
Ort: Kindertagesstätte Grenzenlos, Gartenstr.4b, 54472 Velden
Kursleitung: Köchin Nicole Koll und Simone Woehler
Anbieter: Kindertagesstätte Grenzenlos
E-Mail: kita-grenzenlos@t-online.de
Tel.: 06534 8225
Internet: www.kita-grenzenlos.de

Beratung und Begleitung vor Ort

Haben Sie Fragen zur Erziehung Ihres Kindes? Brauchen Sie einfach mal ein offenes Ohr, weil es gerade herausfordernd und stressig ist? Wissen Sie gerade einmal nicht weiter oder brauchen Unterstützung bei Anträgen oder ähnlichen Dingen? Dann melden Sie sich gerne bei uns. KIRFAM Wittlich ist für Sie da!

Gebühr: kostenlos
Ort: Ev. Kindergarten Vitelliuspark Wittlich
Kursleitung: Anika Hayer
Anbieter: KIRFAM Wittlich
E-Mail: hayer@ev-jugendhilfe-mittelmosel.de
Tel.: 0162 3219664 (Anika Hayer)
Internet: www.rg-diakonie.de

Herbstliche Familienwanderung

Dieses Angebot richtet sich an Familien mit Kindern im Alter von 2 Jahren bis zum Schuleintritt. Gemeinsame Zeit in der Natur ermöglicht Bewegung, Erholung und spielerische Lernerfahrungen. Wir werden im Naherholungsgebiet Ortelsbruch eine kindgerechte Wanderung passend zur Jahreszeit unternehmen. Wenn Sie daran teilnehmen möchten, ist eine vorherige Anmeldung erforderlich.

Termin: 02.10.2025
Zeit: 15:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: kostenlos
Kursleitung: Jasmin Kühl und Miriam Vogt
Ort: Spielplatz Ortelsbruch, Morbach
Anbieter/in: KIRFAM® Morbach
E-Mail: jkuehl@morbach.de, mvogt@morbach.de
Tel.: 0162 1309764 (Jasmin Kühl)
0162 1310093 (Miriam Vogt)
Internet: www.morbach.de/kirfam



Museumsdetektive – Diebischer Rätselspaß im Kulturzentrum Archäologiepark Belginum

Die beiden Götter Jupiter und Epona brauchen eure Hilfe! Begebt euch mit ihnen auf die Spur des Diebes im Museum und lernt dabei die antiken Lebensumstände der Bewohner des Vicus Belginum näher kennen. Das Angebot richtet sich an Familien mit Kindern ab 4 Jahren. Sie können gemeinsam mit ihrem Kind an der Museumsrätseltour teilnehmen. Das Angebot findet je nach Wetterlage im Museum oder draußen um das Museum herum statt.

Termin: Donnerstag, 09.10.2025
Zeit: 15.00 - 17.00 Uhr
Gebühr: 5 € pro Kind (inkl. Begleitperson)
Kursleitung: Jasmin Kühl und Miriam Vogt
Ort: Kulturzentrum Archäologiepark Belginum, Keltensstraße 2, Morbach
Anbieter/in: Kulturzentrum Archäologiepark Belginum in Kooperation mit KIRFAM® Morbach
E-Mail: jkuehl@morbach.de, mvogt@morbach.de
Tel.: 0162 1309764 (Jasmin Kühl)
0162 1310093 (Miriam Vogt)
Internet: www.morbach.de/kirfam

Natur-Erlebnis-Treff mit Waldschatzsuche in Springiersbach

Dieses Angebot richtet sich an Eltern/Großeltern mit ihren Kindern/Enkelkindern. Wir starten auf dem Parkplatz gegenüber der Klosterkirche in Springiersbach. Von dort gehen wir Richtung „Trimmdichpfad“. Gemeinsam begeben wir uns auf Waldschatzsuche und ganz vielleicht begegnet uns der ein oder andere Waldwichtel. Wenn Sie teilnehmen möchten, ist eine vorherige Anmeldung erforderlich.

Termine: 11.10.2025 (Infos, siehe QR-Code)
Dauer: 14:30 - 16:30 Uhr
Gebühr: kostenfrei

Ort: Treffen auf dem Parkplatz gegenüber der Kloterkirche in Springiersbach
Kursleitung: KIRFAM®- Fachkraft Bausendorf
:
Tel.: 0151 11090018
E-Mail: kirfam-kita@bausendorf.de



Offener Spielplatztreff im Sozialraum mit „Kaffee aus dem Bollerwagen“

Sie sind mit Ihrer Familie neu hergezogen und möchten Anschluss finden? Und haben außerdem Lust auf frische Luft und Spiel? Dann kommen Sie doch einfach zum offenen Spielplatztreff im Sozialraum Neumagen. Hier lernen Sie verschiedene Spielplätze im Sozialraum - als Orte der Vernetzung mit anderen Familien - kennen, können (neue) Kontakte knüpfen und erhalten bei einem „Kaffee aus dem Bollerwagen“ Zeit für einen gemeinsamen Austausch.

Termine: Samstag, 26. 07. 2025
(Spielplatz Wintrich, In der Kurtel 16)
Samstag, 23. 08. 2025
(Spielplatz Neumagen, Burgstraße 2)
Samstag, 20. 09. 2025 (Weltkindertag),
(Spielplatz Piesport „Im Park“)
Zeit: 15:00 Uhr - 17:00 Uhr
Gebühr: kostenfrei
Kursleitung: KIRFAM®- Fachkraft Neumagen
Carmen Reuter
E-Mail: carmen.reuter@kita-ggmbh-trier.de
Tel.: 0160 2605501
Hinweis: Für „Kaffee aus dem Bollerwagen“, bitte eigene Tassen oder Becher mitbringen!

Krabbelgruppe Bausendorf

Dieses Angebot richtet sich an Familien mit ihren Kleinkindern aus Bausendorf und Umgebung. Die Gruppe trifft sich dienstags im Bewegungsraum der Kita. Es besteht die Möglichkeit, die Kita-Räumlichkeiten kennenzulernen, sich auszutauschen und miteinander zu vernetzen. Die Kinder können sich schon früh kennenlernen, miteinander spielen und somit erste Erfahrungen im Gruppenkontext sammeln.

Termine: dienstags, 14:45 – 16:00 Uhr
Dauer: fortlaufend
Gebühr: kostenfrei
Ort: Kita „Die kleinen Alftalstrolche“, Trierer Straße 20, Bausendorf
Kursleitung: organisiert durch teilnehmende Eltern
Kontakt: Katharina Herres, KIRFAM®-Fachkraft Bausendorf
E-Mail: kirfam-kita@bausendorf.de
Tel.: 0151 11090018



Krabbelgruppe Reil

Dieses Angebot richtet sich an Familien mit ihren Kleinkindern aus Reil und Umgebung. Die Gruppe trifft sich mittwochs im Dorfgemeinschaftshaus und bietet die Möglichkeit des Austauschs und der Vernetzung untereinander. Die Kinder können sich schon früh kennenlernen, miteinander spielen und somit erste Erfahrungen im Gruppenkontext sammeln.

- Termine: dienstags, 10:00 – 11:00 Uhr
- Dauer: fortlaufend
- Gebühr: kostenfrei
- Ort: Dorfgemeinschaftshaus Reil, Schulstraße 24
- Kursleitung: organisiert durch teilnehmende Eltern
- Kontakt: Katharina Herres, KIRFAM®-Fachkraft Bausendorf
- E-Mail: kirfam-kita@bausendorf.de
- Tel.: 0151 11090018



Mitmach-Station am Rad- Erlebnis Salm

Die Verbandsgemeinde Wittlich-Land veranstaltet gemeinsam mit den Ortsgemeinden Dreis, Salmthal, Sehlern, Esch, Rivenich und Klüsserath immer am letzten Sonntag im September den beliebten und abwechslungsreichen Radfahrtag für die ganze Familie auf dem Salm-Radweg. Auf dem Spielplatz in Salmthal (Im Kordel) erwarten euch die Familienbildungsfachkräfte der KIRFAM-Standorte Binsfeld, Hetzerath und Salmthal mit einer spannenden Mitmach- Station.

- Termin: 28.09.2025
- Zeit: 12:00 – 16:00 Uhr
- Gebühr: kostenlos
- Ort: Spielplatz Salmthal (Im Kordel)
- Anbieter: KIRFAM Binsfeld, KIRFAM Hetzerath, KIRFAM Salmthal

- Kontakt: Kerstin Thieltges
- E-Mail: kirfam-kita@salmtal.de
- Tel.: 0151 70627119
- Hinweis: keine Anmeldung erforderlich

Milchzauber-Treff

Ich lade euch herzlich zu unseren regelmäßigen Treffen ein, bei denen ihr die Möglichkeit habt, andere Eltern in einer entspannten Atmosphäre kennenzulernen, eure Erfahrungen und Fragen auszutauschen und wertvolle Informationen zu den Themen Stillen, Beikost, kindlicher Schlaf und Flaschenernährung zu erhalten.

- Termine: 10.07.2025, 14.08.2025, 11.09.2025,
09.10.2025, 13.11.2025
- Uhrzeit: 10:00 – 11:30 Uhr
- Gebühr: kostenlos
- Ort: Café & Ambiente, 1. OG, Burgstr. 35, 54516 Wittlich
- Kursleitung: Fleur Schneiders, Milchzauber – BFB bindungsorientierte Familienbegleiterin® & FeS®-Fachkraft
- E-Mail: info@milchzauber.de
- Tel.: 0160 4157151
- Internet: www.milchzauber.de



Vater und Kind in Aktion – spielerisch Zeit teilen

Bei dieser Veranstaltung erwartet Vater-Kind-Teams eine bunte Mischung aus Spiel- und Mitmachaktionen. Ob Geschick, Teamgeist oder einfach nur Spaß im Vordergrund steht – hier zählt das gemeinsame Erleben. Eine tolle Gelegenheit, miteinander aktiv zu sein, neue Seiten aneinander zu entdecken und eure Verbindung zu stärken

- Termin: 11.10.2025

Zeit: 10:00 – 12:00 Uhr
Gebühr: kostenlos
Ort: Außengelände der KiTa Wunderland
Anbieter: KIRFAM Binsfeld, KIRFAM Hetzerath, KIRFAM Salm-
tal
Kontakt: Kerstin Thieltges
E-Mail: kirfam-kita@salmthal.de
Tel.: 0151 70627119
Hinweis: Bitte melden Sie sich bis eine Woche der Veranstal-
tung telefonisch oder per E-Mail an.

Adventsbasteln

Wir möchten uns gemeinsam mit euch auf die Advents- und Weihnachtszeit einstimmen. Dazu wird es verschiedene Bastelstationen und natürlich auch Möglichkeiten zum Austausch geben.

Termine: 25.11.2025 in Salmtal
27.11.2025 in Binsfeld
28.11.2025 in Hetzerath
Zeit: 14:30 – 16:00 Uhr
Gebühr: kostenlos
Ort: Salmtal, Binsfeld, Hetzerath
Anbieter: KIRFAM Salmtal, Kerstin Thieltges
E-Mail: kirfam-kita@salmthal.de
Tel.: 0151 70627119
Anbieter: KIRFAM Binsfeld, Claudia Maas
E-Mail: kirfam-kita@gemeinde-binsfeld.de
Tel.: 0151 72015054
Anbieter: KIRFAM Hetzerath, Silke Lautwein
E-Mail: Silke.Lautwein@kita-ggmbh-trier.de
Tel.: 01602639868
Hinweis: Bitte melden Sie sich vorab telefonisch oder per E-Mail an.

Eltern- Kind- Gruppe/ Krabbelgruppe „Krümelkiste“ in Piesport

Die Krabbelgruppe „Krümelkiste“ ist eine Initiative von Eltern für Eltern von Kindern im Alter von 0 bis Kindergarteneintritt. Beim gemeinsamen Singen und Spielen mit den Kindern, erfahren die Familien einen Austausch untereinander, erleben Unterstützung bei ähnlichen Entwicklungsthemen und können erste Kontakte außerhalb des eigenen Familiensystems knüpfen. Die Gruppe trifft sich eigenverantwortlich und wird 1x monatlich von KIRFAM- Familienbildungsfachkraft Carmen Reuter bei allgemeinen Fragen zur Entwicklung/ Erziehung beraten und unterstützt. Bei steigender Nachfrage kann es ggfs. sein, dass Sie mit Ihrem Kind/ Ihren Kindern auf einer Warteliste berücksichtigt werden.

Termine: mittwochs, 10:00 Uhr – 11:00 Uhr
Dauer: fortlaufend
Gebühr: 5 Euro bei Aufnahme (einmalig)
Ort: Pfarrheim Piesport, Kirchplatz, 54498 Piesport
Kursleitung: Alina Matheus und Marie Kirsten, Unterstützende
KIRFAM- Fachkraft: Carmen Reuter
E-Mail: carmen.reuter@kita-ggmbh-trier.de
alina.matheus@web.de
Tel.: 0160 2605501 (Carmen Reuter)

Krabbelgruppen Eltern-Kind Gruppen

Familien treffen sich mit ihren Kindern im Alter von 0- 3 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.

Termin : Termine erfragen Sie bitte in der Kita oder unter
06571 2110.
Gebühr: kostenfrei

Ort: MGH- Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V., Brautweg 1 und auf Wunsch in Ihrem Wohnort

Kursleitung: Annette Neeb, Nathalie Vinzens-Wellems (Fachstelle Familienbildung)

Anbieter/in: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V./ Mehrgenerationenhaus-Haus der Familie

E-Mail: info@dksb-wittlich.de

Tel.: 06571 2110

Internet: www.dksb-wittlich.de

Krabbelgruppe Bernkastel

Dieses Angebot richtet sich an Familien, die mit ihren Kleinkindern von Geburt bis Eintritt in die KiTa aus Bernkastel-Kues und näherer Umgebung kommen, neue Bekanntschaften untereinander bilden möchten sowie am ungezwungenen gemeinsamen Austausch interessiert sind. Aktuell werden dafür an jedem 2. Mittwoch im Monat für die Kinder unterschiedliche Erkundungs-, Spiel- und Bewegungslandschaften im Bewegungsraum der Kath. KiTa St. Michael angeboten. Hinweis der Einrichtungsleitung: Nachweis über Masernschutzimpfung erforderlich, bitte beim ersten Besuch von allen Beteiligten bereithalten (Kinder unter 1 Jahr: Kein Nachweis erforderlich, ab 1. Jahr: 1x geimpft, ab 2. Jahren: 2x geimpft).

Termine: Jeden 2. Mittwoch im Monat (Abweichungen ggfs. möglich) 27.08, 03.09, 17.09, 08.10, 29.10, 12.11, 26.11, 10.12.2025

Zeit: 15:00 - 16:00 Uhr

Gebühr: kostenfrei

Kursleitung: KIRFAM- Fachkraft Jesica Botzet in Kooperation mit wechselnden KiTa-Eltern

Ort: Bewegungsraum in der KiTa St. Michael, 54470 Bernkastel-Kues, Mandatstr. 7

Anbieter: KIRFAM®-Fachkraft Jesica Botzet in Kooperation mit KiTa-Eltern

E-Mail: jesica.botzet@kita-ggmbh-trier.de

Tel.: 0160 2557926 (KIRFAM®- Fachkraft Jesica Botzet)

Krabbelgruppe Zeltingen-Rachtig

Dieses Angebot richtet sich an Familien, die mit Ihren Kleinkindern von 0 bis 2,5 Jahren aus Zeltingen-Rachtig und näherer Umgebung kommen, neue Netzwerke untereinander bilden sowie am ungezwungenen gemeinsamen Austausch interessiert sind. Aktuell werden dafür 2x im Monat für die Kinder unterschiedliche Erkundungs-, Spiel- und Bewegungslandschaften in der Turnhalle der Kath. KiTa Rebengarten angeboten. Hinweis der Einrichtungsleitung: Nachweis über Masernschutzimpfung erforderlich, bitte beim ersten Besuch von allen Beteiligten bereithalten (Kinder unter 1 Jahr: Kein Nachweis erforderlich, ab 1. Jahr: 1x geimpft, ab 2. Jahren: 2x geimpft).

Termine: Dienstags: 26.08.25, 09.09.25, 07.10.25, 04.11.25, 02.12.25, 23.09.25, 18.11.25, 16.12.25

Zeit: 15:00 - 16:00 Uhr

Dauer: fortlaufend 2x im Monat

Gebühr: kostenfrei

Kursleitung: KIRFAM®- Fachkraft Jesica Botzet mit wechselnden Kita-Eltern

Ort: Turnhalle KiTa Rebengarten (Bitte Außeneingang benutzen), Zeltingen-Rachtig, Brückenstraße 16

Anbieter/in-: KIRFAM®-Fachkraft Jesica Botzet

E-Mail: jesica.botzet@kita-ggmbh-trier.de

Tel.: 0160 2557926 (Jesica Botzet)

Spielgruppe für Familien mit Kindern unter drei Jahren in Salmtal

In der Spielgruppe haben Kinder mit ihren Eltern die Möglichkeit, die Umgebung der Kindertagesstätte kennenzulernen und mit anderen Kindern in Kontakt zu kommen. Freie und angeleitete Spielphasen wechseln sich dabei ab, dazu gehören Begrüßungs- und Abschiedsrituale, Sing- und Fingerspiele. Auch die Eltern haben die Möglichkeit sich untereinander zu verschiedenen Themen auszutauschen. Das Angebot wird von der KIRfam®-Fachkraft Kerstin Thieltges begleitet. Der Kurs findet im Nestbereich der Kita statt und kann, je nach Wetterlage, auch auf dem Außengelände stattfinden.

Termine: donnerstags, vierzehntägig (genaue Termine auf Anfrage)
Zeit: 15:30 - 16:30 Uhr
Dauer: fortlaufend
Ort: KiTa Wunderland, Salmtal
Kursleitung: Kerstin Thieltges (Familienbildungsfachkraft)
E-Mail: kirfam-kita@salmtal.de
Tel.: 015170627119

Mini & Me Time Zeit für mich, Zeit für uns

Zu „Mini & Me“ sind alle herzlich eingeladen, die mit ihren Kleinkindern oder Enkeln eine schöne, gemeinsame Zeit mit Anderen verbringen möchten. Hier kann man Kontakte knüpfen und einfach Spaß haben. Eine Fachkraft begleitet die Treffen und hat immer ein offenes Ohr für Fragen rund um das Thema Erziehung.

Termin : Jeden Dienstag 10:00 –11:30 Uhr (außer in den Schulferien)
Gebühr: kostenfrei
Ort: Kinderschutzbund/Mehrgenerationenhaus Wittlich
Brautweg 1, 54516 Wittlich
Kursleitung: Nathalie Vinzens-Wellems- zert, Elternberaterin
Anbieter/in: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de



Erziehungskompetenz stärken



KIRFAM®– Kinderrechte, Resilienzorientierung, Familienunterstützung

Gesprächs- und Beratungsangebot zum Thema Kinderrechte sowie zu Fragen der Entwicklung, Bildung und Erziehung Ihres Kindes und erste Beratung zu Unterstützungsmöglichkeiten für Familien. Sie erreichen die KIRFAM® -Familienbildungsfachkräfte (persönlich, telefonisch oder per E-Mail). Bitte vereinbaren Sie einen Termin, da der Zutritt zu den Kindertagesstätten nicht immer uneingeschränkt möglich ist. Das Angebot ist für Sie kostenlos, unverbindlich und vertraulich.

KIRFAM® Bausendorf

Katharina Herres (KIRFAM®-Fachkraft)
Familienunterstützung vor Ort am Standort Bausendorf für die Kindertagesstätten und Familien:

- Kindertagesstätte „Die kleinen Alftalstrolche“, Bausendorf
- Kindertagesstätte „Arche Noah“, Flußbach
- Kath. KiTa „Raphael“, Hontheim
- Kindertagesstätte „Zauberwald“, Kinderbeuern
- Kindertagesstätte „Bengelchen“, Bengel
- Kath. KiTa „Maria Heimsuchung“, Reil

In allen sechs Kindertagesstätten findet regelmäßig eine offene Sprechstunde statt.

Ort: Kita „Die kleinen Alftalstrolche“ Bausendorf
Kontakt: Katharina Herres
Zeit: Montag, 11:15 - 16:15 Uhr,
Dienstag, Mittwoch, Donnerstag: 08:00 - 12:30 Uhr
E-Mail: kirkfam-kita@bausendorf.de
Tel.: 0151 11090018
Termine können bei Bedarf auch außerhalb der Bürozeiten vereinbart werden.



KIRFAM® Bernkastel-Kues

Jesica Botzet (KIRFAM®-Fachkraft)
Familienunterstützung vor Ort am Standort Bernkastel-Kues für die Kindertagesstätten und Familien:

- Kath. Kindertagesstätte „St. Michael“ in Bernkastel
- Kath. Kindertagesstätte „St. Antonius“ in Kues
- Integrative Kindertagesstätte „Annette Künzig“ auf dem Kueser Plateau
- Gemeinschafts-Kindergarten d. DRK-Sozialwerk in Wehlen
- Kath. Kindertagesstätte „St. Petrus“ in Lieser
- Kindertagesstätte „Rebengarten“ in Zeltingen
- Kath. Kindertagesstätte „St. Maternus“ in Ürzig

Ort: Kath. Kindertagesstätte „St. Michael“ Bernkastel (Büro vorübergehend in St. Antonius, Kues)
Kontakt: Jesica Botzet
Zeit: Montag: 09:00 – 15.00 Uhr
Dienstag: 09:00 - 17.00 Uhr
Mittwoch: 09:00 – 15:00 Uhr
Donnerstag: 09:00 – 15:00 Uhr
Freitag: 09:00 – 12:15 Uhr
Weitere offene KIRFAM-Sprechstunden werden in den zugehörigen Kindertagesstätten im Raum Bernkastel-Kues angeboten. Bitte erfragen Sie die Termine in der Kita vor Ort.
E-Mail: jesica.botzet@kita-ggmbh-trier.de
Tel.: 0160 2557926

KIRFAM® Binsfeld

Claudia Maas (KIRFAM®-Fachkraft)
Familienunterstützung vor Ort am Standort Binsfeld für die Kindertagesstätten und Familien:

- Kindertagesstätte „Abenteuerland“ Binsfeld
- Kindertagesstätte „Am Sonnenhang“ Bergweiler
- Kath. Kindertagesstätte „St. Martin“ Dreis
- Kath. Kindertagesstätte „St. Raphael“ Landscheid
- Kindertagesstätte „Villa Kunterbunt“ Niersbach

Ort: KIRFAM®-Büro in der Kita „Abenteuerland“ Binsfeld
Kontakt: Claudia Maas
Zeit: Montag, Donnerstag 07:30 – 17:00 Uhr
Dienstag, Mittwoch & Freitag 07:30 – 11:30 Uhr
E-Mail: kirkfam-kita@gemeinde-binsfeld.de
Tel.: 0151 72015054
Termine: In den zugehörigen Kindertagesstätten findet regelmäßig eine offene Sprechstunde statt. Bitte erfragen Sie die Termine in ihrer Kita vor Ort.

KIRFAM® Hetzerath

Silke Lautwein (KIRFAM®-Fachkraft)
Familienunterstützung vor Ort am Standort Hetzerath für die Kindertagesstätten und Familien:

- Kath. Kindertagesstätte „St. Hubertus“ Hetzerath
- Kindertagesstätte „St. Marien“ Klausen
- Kindertagesstätte „Munzelsmännchen“ Rivenich
- Kindertagesstätte „Max und Moritz“ Sehlem

Ort: KIRFAM®-Büro, Kath. KiTa „St. Hubertus“ Hetzerath
Kontakt: Silke Lautwein
Zeit: Montag, Dienstag, Donnerstag 08:00 - 13:00 Uhr
Freitag: 10:30 - 15:00 Uhr sowie nach Vereinbarung
Termine: In den zugehörigen Kindertagesstätten werden regelmäßig offene KIRFAM-Sprechstunden angeboten. Bitte erfragen Sie die Termine in der Kita vor Ort.
E-Mail: Silke.Lautwein@kita-ggmbh-trier.de
Tel.: 0160 2639868

KIRFAM® Manderscheid

Vanessa Tauer (KIRFAM®-Fachkraft)
Familienunterstützung vor Ort am Standort Manderscheid für die Kindertagesstätten und Familien:

- Kath. Kindertagesstätte „Kindertreff Midale“ Manderscheid
- Kath. Kindertagesstätte „St. Edeltrudis“ Niederöfflingen
- Kindertagesstätte „Spatzennest“ Großlittgen
- Kindertagesstätte „Erlebniswelt“ Greimerath
- Kindertagesstätte „Am Jakobsweg“ Plein
- Kindertagesstätte „Die kleinen Strolche“ Wallscheid
- Kindertagesstätte „Maarwichtel“ Meerfeld

Ort: KIRFAM®-Büro in der Katholischen KiTa „Kindertreff Midale“ Manderscheid
Kontakt: Vanessa Tauer
Zeit: Montag & Mittwoch 07:30 - 17:00 Uhr
Dienstag & Donnerstag 07:30 - 16:00 Uhr
Freitag 08:00 - 13:00 Uhr
E-Mail: vanessa.tauer@kita-ggmbh-trier.de
Tel.: 0151 43157562

KIRFAM® Morbach

Jasmin Kühl und Miriam Vogt (KIRFAM®-Fachkräfte)
Familienunterstützung vor Ort am Standort Morbach für die Kindertagesstätten und Familien:

- Kindergarten Bischofsdhron
- Kindergarten Gonzerath
- Kindergarten Hundheim
- Kindergarten Merscheid
- Kindergarten Morbach „Schulstraße“
- Integrative Kita „Auf der Huhf“
- Kindergarten Morscheid
- Kindergarten Weiperath

Familienalltag kann anstrengend und herausfordernd sein. Wir unterstützen Sie gerne in Fragen der Erziehung, in herausfordernden Situationen, beim Ausfüllen von Anträgen, etc. Nutzen Sie gerne das kostenlose und vertrauliche Angebot der Beratung. Terminvereinbarungen sind individuell möglich, sprechen Sie uns gerne an. Außerdem bieten wir Ihnen auch regelmäßig offene Sprechzeiten in den jeweiligen Kindergärten.

Ort: KIRFAM®-Büro, Integrative Kindertagesstätte „Auf der Huhf“, Morbach
Kontakt: Jasmin Kühl und Miriam Vogt
Zeit: nach Bedarf
E-Mail: jkuehl@morbach.de
mvogt@morbach.de
Tel.: 0162 1309764 (Jasmin Kühl)
0162 1310093 (Miriam Vogt)
Internet: www.morbach.de/kirfam

KIRFAM® Neumagen

Carmen Reuter (KIRFAM®-Fachkraft)
Familienunterstützung vor Ort am Standort Neumagen für die Kindertagesstätten und Familien:

- Kath. KiTa Maria Himmelfahrt, Neumagen
- Kath. KiTa St. Theresia, Dhron
- Kath. KiTa St. Martin, Piesport
- Kath. KiTa St. Stephanus, Wintrich
- Kindertagesstätte „Kuckucksnest“, Minheim

Ort: KIRFAM®-Büro, Kita „Maria Himmelfahrt“, Neumagen
Kontakt: Carmen Reuter
Zeit: Terminvereinbarung nach Bedarf
Offene KIRFAM- Sprechstunden werden zudem in den beheimateten Kindertagesstätten im Sozialraum monatlich angeboten. Bitte erfragen Sie die Termine vor Ort.
E-Mail: carmen.reuter@kita-ggmbh-trier.de
Tel.: 0160 2605501



KIRFAM® Salmtal

Kerstin Thieltges (KIRFAM®-Fachkraft)
Familienunterstützung vor Ort am Standort Salmtal für die Kindertagesstätten und Familien:

- Kindertagesstätte „Wunderland“ Salmtal
- Kindertagesstätte „Sternschnuppe“ Altrich
- Kindertagesstätte „Zwergenvilla“ Osann-Monzel
- Kindertagesstätte „Regenbogen“ Platten

Ort: KIRFAM®-Büro in der KiTa Wunderland, Salmtal
Kontakt: Kerstin Thieltges
Zeit: nach Bedarf, Termine können individuell vereinbart werden.
E-Mail: kirfam-kita@salmtal.de
Tel.: 0151 70627119

KIRFAM® Thalfang

Sabrina Weinsberg (KIRFAM®-Fachkraft)
Familienunterstützung vor Ort am Standort Thalfang für die Kindertagesstätten und Familien:

- Kindertagesstätten Arche Noah und Regenbogen in Thalfang
- Kindertagesstätte in Berglicht
- Kindertagesstätte MaThi in Malborn
- Kindertagesstätte Zwergenstübchen in Heidenburg
- Katholische KiTa St. Martin in Horath

In allen zugehörigen Kindertagesstätten werden offene Sprechstunden angeboten. Bitte erfragen Sie die genauen Termine in der Kita vor Ort oder wenden sie sich direkt an die KIRFAM® Fachkraft. Darüber hinaus können Termine nach Bedarf vereinbart werden. Das Angebot ist kostenlos, unverbindlich und vertraulich. Weitere Angebote (Eltern- /Kind-Angebot, Vorträge etc.) im Sozialraum werden frühzeitig über Aushänge in den Kitas bzw. im Amtsblatt bekannt gegeben.

Ort: Haus der Begegnung in Thalfang
Kontakt: Sabrina Weinsberg
Zeit: nach Vereinbarung
E-Mail: kirfam-thalfang@web.de
Tel.: 0171 2146734

KIRFAM® Traben-Trarbach

Christine Butzen und Pia Müller (KIRFAM®-Fachkräfte)
Familienunterstützung vor Ort am Standort Traben-Trarbach für die Kindertagesstätten und Familien:

- Kindertagesstätte „Rappelkiste“ Traben-Trarbach
- Kindertagesstätte „Schatzinsel“ Traben-Trarbach
- Kindertagesstätte Enkirch
- Kindertagesstätte Kinheim
- Kindertagesstätte Kröv
- Kindertagesstätte Lötzbeuren
- Kindertagesstätte Wolf

Ort: „Altes Rathaus“, Bahnstraße 22, Traben-Trarbach
Kontakt: Tini Butzen, Pia Müller
Zeit: Termine können nach Bedarf vereinbart werden. Jeden Dienstag findet die Offene Sprechstunde in der Kindertagesstätte „Rappelkiste“, Kövenerstraße 78 neben der Realschule Plus in Traben-Trarbach statt.
E-Mail: kirfam@traben-trarbach.de
Tel.: 0151 28074980 (Tini Butzen)
0151 72686003 (Pia Müller)

KIRFAM® Veldenz

Gerd Thiel (KIRFAM®-Fachkraft)
Familienunterstützung vor Ort am Standort Veldenz für die Kindertagesstätten und Familien:

- Kindertagesstätte Grenzenlos Veldenz
- Kindertagesstätte Kleinich
- Kindertagesstätte Longkamp
- Kindertagesstätte Monzelfeld
- Kindertagesstätte Mülheim
- Kindertagesstätte Maring-Noviant

Ort: Kita Grenzenlos Veldenz
Kontakt: Gerd Thiel
Zeit: Montag bis Mittwoch 8:00 Uhr bis 14 Uhr und jeden 1. und 2. Samstag von 10:00 Uhr bis 14:00 Uhr nach Vereinbarung
E-Mail: kirfam.veldenz@gmail.com
Tel.: 0160 98515269

KIRFAM® Wittlich

Anika Hayer (KIRFAM®-Fachkraft)
Familienunterstützung vor Ort am Standort Wittlich für die Kin-

- Ev. Kindergarten Vitelliuspark
- Kath. KiTa St. Markus – Karrstraße
- Kath. KiTa St. Markus – Talweg
- Kath. integrative KiTa St. Peter, Wittlich-Wengerohr
- Kindertagesstätte Bombogen
- Kindertagesstätte Brautweg
- Kindertagesstätte Jahnplatz
- Kindertagesstätte Lüxem
- Kindertagesstätte Neuburg
- Waldorf-Kindergarten Brüder Grimm

Ort: Ev. Kindergarten Vitelliuspark Wittlich
Kontakt: Anika Hayer
Zeit: montags bis donnerstags: 08:30 – 13:00 Uhr
Termine außerhalb der Bürozeiten können individuell abgestimmt werden. Melden Sie sich gerne.
E-Mail: hayer@ev-jugendhilfe-mittelmosel.de
Tel.: 0162 3219664



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: montags: 27.10., 03.11., 10.11., 17.11., 24.11.,
01.12., 08.12.2025

Dauer: jeweils von 17:00 - 20:00 Uhr

Gebühr: 70 € pro Person inkl. Kursmaterial und Verpflegung
Ort: digital-online (PC/Laptop mit stabilem Internet nötig)

Kursleitung: Diplom Sozialarbeiter und -pädagoge Stephan Tros-
sen, Diplom Psychologin Christiane Haas

Anbieter: Lebensberatung Wittlich

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

Tel.: 06571 4061

Internet: www.wittlich.lebensberatung.info

Unterstützende Gespräche und fachliche Hilfen für persönliche und familiäre Angelegenheiten von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Es gibt Schwierigkeiten in Erziehung, Schule, Beruf, Partnerschaft oder kritischen Lebenssituationen? Wir stehen Ihnen mit fachlichem Rat als Familie, Gruppe oder Einzelperson zur Seite, auf Wunsch anonym und zur Verschwiegenheit verpflichtet.

Termine: individuell planbar, telefonisch erreichbar zwischen 9:00 und 14:00 Uhr (oder gerne auf den AB sprechen)

Dauer: individuell planbar

Gebühr: kostenfrei

Ort: Maiweg 150, 56841 Traben-Trarbach/Wolf, telefonisch oder online

Kursleit.: Wechselnde Sozialpädagoginnen mit verschiedenen Zusatzqualifikationen

Anbieter: Gemeinsame Diakonische Werke Rheinland-Süd gGmbH

E-Mail: self.wolf@diakoniehilft.de

Tel.: 06541 6030

Internet: www.diakoniehilft.de

Trennung/Scheidung der Eltern und die Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche

Kinder haben die Möglichkeit, außerhalb der Familie und in einer Kleingruppe mit anderen Kindern mit ähnlichen Erfahrungen, pädagogisch begleitet über ihre Gefühle bezüglich der Trennung ihrer Eltern zu sprechen. Pädagogische Übungen ermöglichen einen anderen Blick auf die Gesamtsituation und einen anderen Umgang damit.

Termine: Jeweils montags: 15.09.2025, 22.09.2025, 29.09.2025, 06.10.2025

Dauer: 16:00 – 17:30 Uhr

Gebühr: kostenfrei

Ort: Ev. Beratungsstelle, Maiweg 150, 56841 Traben-Trarbach/Wolf

Kursleit.: Carmen Löwen, Sozialpädagogin (FH), systemische Familienberaterin, Kinderschutzfachkraft

Anbieter: Gemeinsame Diakonische Werke Rheinland-Süd gGmbH

E-Mail: self.wolf@diakoniehilft.de

Tel.: 06541 6030

Internet: www.diakoniehilft.de

Offene Telefonsprechstunde „Meine Eltern lassen sich scheiden - wie Kinder dennoch glücklich bleiben“

Trennung und Scheidung der Eltern stellen meist eine hohe Belastung für die Kinder dar.

- Anregungen zur gemeinsamen Elternschaft
- Hilfe- und Unterstützungsangebote

Termin: 11.09.2025

Dauer: 14:00 bis 16:00 Uhr

Gebühr: kostenfrei

Ort: Ev. Beratungsstelle, Maiweg 150, 56841 Traben-Trarbach/Wolf

Kursleitung: Bettina Jondral, Diplom-Sozialpädagogin, Systemische Familienberaterin, Spiel- und Traumatherapeutin, Kinderschutzfachkraft

Anbieter: Gemeinsame Diakonische Werke Rheinland-Süd gGmbH

E-Mail: self.wolf@diakoniehilft.de

Tel.: 06541 6030

Internet: www.diakoniehilft.de

Offene Sprechstunde der ev. Beratungsstelle Wolf

Die Beratungsstelle Wolf bietet in unten aufgeführten Schulen ein niedrigschwelliges Angebot bei Schwierigkeiten im Zusammenleben der Familie, in Fragen zur Erziehung, bei Trennung und Scheidung, Partnerschaft sowie allgemeiner Lebensbewältigung. Dieses Angebot kann ganz ohne persönliche Anbindung an die jeweilige Schule in Anspruch genommen werden, ist kostenfrei und vertraulich.

Termine: 06.11.2025 Realschule + Traben-Trarbach
13.11.2025 Grundschule Traben-Trarbach
20.11.2025 Gymnasium Traben-Trarbach

Dauer: 14:00 – 16:00 Uhr

Gebühr: kostenfrei

Ort: in den jeweiligen Schulen ausgeschildert
Kursleit.: Bettina Jondral, Diplom-Sozialpädagogin, Systemische Familienberaterin, Spiel- und Traumatherapeutin, Kinderschutzfachkraft
Anbieter: Gemeinsame Diakonische Werke Rheinland-Süd gGmbH
E-Mail: self.wolf@diakoniehilft.de
Tel.: 06541 6030
Internet: www.diakoniehilft.de

Offene Sprechstunde der Lebensberatung Wittlich in verschiedenen Kindertagesstätten und Schulen

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 Eltern freiwillig, vertraulich und kostenfrei. Die Mitarbeiter/-innen der jeweiligen Kindertagesstätte oder Schule nehmen Ihre Anmeldung entgegen. Weitere Termine finden Sie unter www.wittlich.lebensberatung.info. Sprechstunden finden in folgenden Einrichtungen statt:

Ort: IGS-Salmtal, Salmaue 8, 54528 Salmtal
Termine: Montag, 08.09.2025; Montag, 08.12.2025
Dauer: jeweils 13:00 - 15:00 Uhr
Gebühr: keine
Kursleitung: Diplom-Psychologin Christiane Haas
Anbieter: Lebensberatung Wittlich
E-Mail: Frau Hespe: Shespe@igs-salmtal.de

Ort: Kath. Kindertagesstätte Maria Heimsuchung, Reil
Termine: Dienstag, 07.10.2025
Dauer: 14:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: keine
Kursleitung: Diplom-Psychologin Lara Weber
Anbieter: Lebensberatung Wittlich
Tel.: 065422351

Ort: Kath. Kindertagesstätte Rebengarten, Zeltingen-Rachtig, Standort Wehlen
Termine: Dienstag, 04.11.2025
Dauer: 14:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: keine
Kursleitung: Diplom-Psychologin Lara Weber
Anbieter: Lebensberatung Wittlich
Tel.: 06532 9559877

Ort: Kath. Integrative Kindertagesstätte St. Peter, Wittlich- Wengerohr
Termine: Dienstag, 16.09.2025
Dauer: 14:00 - 17:00 Uhr
Gebühr: keine
Kursleitung: Diplom-Sozialarbeiterin Ute Isselhard-Thinnes
Anbieter: Lebensberatung Wittlich
Tel.: 06571 9583320

Ort: Kindertagesstätte Grenzenlos, Veldenz
Termine: Dienstag, 07.10.2025
Dauer: 14:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: keine
Kursleitung: Diplom-Sozialpädagogin (FH) Annette Weber
Anbieter: Lebensberatung Wittlich
Tel.: 06534 8225
Internet: www.wittlich.lebensberatung.info

Kinderschutzdienst Bernkastel-Wittlich

Der Kinderschutzdienst ist eine vertrauensvolle und schützende Anlaufstelle für Kinder und Jugendliche, die Gewalt erleben, erlebt haben oder bei denen der Verdacht darauf besteht. Hier haben sie die Möglichkeit, über das Erlebte, über Ängste, Sorgen, ihre Wünsche und Bedürfnisse zu sprechen. Die Kinder und Jugendlichen werden individuell entsprechend ihren Erlebnissen und Fähigkeiten begleitet, gemeinsam kann nach Auswegen aus der belastenden Situation gesucht werden. Eltern und Bezugspersonen sowie Institutionen und Fachkräfte, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten, wird eine zeitnahe Beratung angeboten. Auch in der begleitenden und beratenden Arbeit mit Erwachsenen steht immer das Kind und das Kindeswohl im Mittelpunkt.

Termine: nach Vereinbarung in den Standorten
Gebühr: kostenfrei
Orte: Jugendkulturzentrums (JUKUZ) Bernkastel-Kues, Im Vierteil 54470 Bernkastel-Kues
Der Kinderschutzbund Wittlich e.V. (WILävie) Brautweg 1, 54516 Wittlich
Kursleitung: Lisa Kraft
Anbieter: Kinderschutzbund Orts- und Kreisverband Trier e.V.
E-Mail: ksd5@kinderschutzbund-trier.de
Tel.: 01511 8760649
Internet: www.kinderschutzbund-trier.de/

Interkulturelle Elternbegleitung in Bildungsverläufen von Kindern

Oftmals sind Eltern verunsichert, wenn es um sogenannte Bildungsübergänge in der Entwicklung ihrer Kinder geht: auf dem Weg in die KiTa, in die Schule oder Ausbildung und Beruf. Hier kann ein Gespräch mit der zertifizierten Elternbegleitung (BAG Familienbildung/Elternchance) helfen diese sensiblen Phasen zu verstehen und zu begleiten.

Termine: nach Vereinbarung; auch online möglich
Dauer: 1 Stunde, max. 4 Treffen
Gebühr: kostenfrei
Ort: Eppes – Burgstr.51a in Wittlich
Kursleitung: Michaela Schneider (zert. Elternbegleiterin/ Antdiskriminierungsberaterin)
Anbieter: Perspektiven e. V., Wittlich
E-Mail: m.schneider@perspektiven-wittlich.de
Tel.: 0170 4582948 (auch WhatsApp/Signal/Threema)
Internet: www.perspektiven-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 ins Thema bietet der Abend vor allem Gelegenheit zum Austausch.

Termin: 08.09.2025 - 17.30 Uhr
Ort: Kita St. Maternus Ürzig, Würzgartenstr. 45, Ürzig
Dauer: ca. 1 ½ Std.
Gebühr: kostenfrei
Kursleitung: Nathalie Vinzens-Wellems, Annette Neeb; Fachstelle Familienbildung Wittlich
Anbieter/in: Fachstelle Familienbildung-Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.
E-Mail: familienbildung@dksb-wittlich.de
Tel.: 06532 4714
Internet: www.fachstelle-familienbildung.de oder www.dksb-wittlich.de



Eltern als Leitwölfe

Immer mehr Eltern haben Angst ihren Kindern durch Regeln und Grenzen zu schaden oder sie zu verletzen. Eltern führen nicht, sie „streifen orientierungslos durch den Wald“. Auf Grundlage von Familientherapeut Jesper Juul, wird bei diesem Vortrag die Bedeutung der Führungskompetenz von Eltern für die Bindung anschaulich dargestellt.

- Termin: 22.09.2025 – 16.30 Uhr
- Ort: Ev. Kindergarten Kleine Wölfe, Uferstr.9, 56841 Tra-
ben-Trabach, Tel. : 06541-9009
- Dauer: ca. 1 1/2 Std.
- Gebühr: kostenfrei / Anmeldung in der jeweiligen Kita
- Kursleitung: Nathalie Vinzens-Wellems, Annette Neeb; Fachstel-
le Familienbildung Wittlich
- Anbieter/in: Fachstelle Familienbildung- Kinderschutzbund
Bernkastel-Wittlich e.V.
- E-Mail: familienbildung@dksb-wittlich.de
- Tel.: 06571 2110
- Internet: www.fachstelle-familienbildung.de oder www.dksb-
wittlich.de

Elternberatung - Kinder verstehen und liebevoll begleiten

„Wieso hört mein Kind nicht auf mich?“ „Wie kann ich mein Kind unterstützen?“ „Ich möchte doch alles richtig machen!“ Kinder in ihrem Leben und ihrer Entwicklung zu begleiten, ist auch sehr herausfordernd und kräftezehrend. Es gibt immer wieder Zeiten von Zweifel, Ratlosigkeit und Erschöpfung. Manchmal hilft ein offenes Ohr oder die Möglichkeit den Blickwinkel zu wechseln, um so zu verstehen und neue Möglichkeiten zu entdecken. Dazu bietet der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V. allen Eltern und Erziehungsberechtigten die Möglichkeit der kostenfreien Elternberatung. Eine Fachkraft erarbeitet gemeinsam mit den Eltern erste Lösungsansätze und übernimmt die Lotsenfunktion um ggf. an andere kooperierende Institutionen weiter zu vermitteln.

- Termin: Dienstags zwischen 12 und 14 Uhr im Kinderschutzbund, Kurfürstenstr. 10 in Wittlich, telefonisch oder

online über Zoom. Vorherige Terminvereinbarung.

- Dauer: 1 Std.
- Gebühr: kostenfrei
- Ort: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.,
Brautweg 1, 54516 Wittlich; Online über Zoom oder
telefonisch
- Kursleitung: Nathalie Vinzens-Wellems -Elternberaterin
- Anbieter/in: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V./
MGH Wittlich, Brautweg
- E-Mail: nathalie.vinzens@dksb-wittlich.de
- Tel.: 06571 2110
- Internet: www.dksb-wittlich.de

Filmvortrag Good enough parents Teil 2- Liebe, Wut & Milchzähne

Als junger Vater, der seinen Kindern eigentlich liebevoll begegnen will, fragt sich der Regisseur Domenik Schuster in seinem Film Liebe, Wut & Milchzähne, weshalb er sich im Alltag mit seinen Kindern immer wieder in eine Art Erziehungsautomat verwandelt, der seine Kinder unter Druck setzt, Drohungen ausspricht und Angst erzeugt, um ein bestimmtes Verhalten zu ändern. Denn dieser Erziehungsautomat hat rein gar nichts mit dem Vater zu tun, der er eigentlich sein will. Bleibt nur zu klären: Woher kommt dieser Erziehungsautomat? Wie schlimm ist er wirklich? Und wie um alles in der Welt wird man ihn wieder los? Ein Film für alle Eltern, die neue Wege gehen wollen und sich dabei ab und zu verlaufen.

- Termin: 27.08.25 – 18 Uhr
- Ort: Haus der Begegnung in 54424 Thalfang, in Koopera-
tion mit KIRFAM Sabrina Weinsberg
- Anmeldung: KIRFAM® Fachkraft Sabrina Weinsberg 0171
2146734 oder kirfam-thalfang@web.de
- Dauer: ca 1 ½ Std.
- Gebühr: kostenfrei
- Kursleitung: Nathalie Vinzens-Wellems, Annette Neeb; Fachstel-
le Familienbildung Wittlich
- Anbieter/in: Fachstelle Familienbildung - Der Kinderschutzbund
Bernkastel-Wittlich e.V.
- E-Mail: familienbildung@dksb-wittlich.de oder info@dksb-
wittlich.de
- Tel.: 06571 2110

Internet: www.fachstelle-familienbildung.de oder www.dksb-wittlich.de

Dauer: ca. 1 ½ Std.
Gebühr: kostenfrei
Kursleitung: Nathalie Vinzens-Wellems, Annette Neeb; Fachstelle Familienbildung Wittlich
Anbieter/in: Fachstelle Familienbildung- Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.
E-Mail: familienbildung@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.fachstelle-familienbildung.de oder www.dksb-wittlich.de

Filmvortrag Good enough parents Teil 2- Liebe, Wut & Milchzähne

Ein Film für Eltern, die neue Wege gehen wollen – und sich dabei auch mal verlaufen dürfen! Im Anschluss laden wir zu einem offenen Austausch ein.

Termin: 23.09.2025
Beginn: 19:00 Uhr (ca. 1 1/2 h)
Gebühr: kostenfrei
Ort: Bürgersaal, Altes Rathaus Traben-Trarbach (Bahnstraße 22)
Kursleitung: KIRFAM®- Fachkräfte: Tini Butzen, Pia Müller (Standort Traben-Trarbach), Katharina Herres (Standort Bausendorf)
Anmeldung: Kirfam®-Fachkräfte Traben-Trarbach
Tel.: 0151 72686003
E-Mail: kirfam@vgtt.de



Wackelzahnpubertät – Wenn die Zähne wackeln, wackelt auch die Seele

Mit Eintritt in die Schule beginnt für die Kinder eine neue Lebensphase. Diese Phase wird oft durch herausforderndem und, den Eltern nicht immer erklärbarem, Verhalten begleitet. Im gemeinsamen Austausch möchten wir diesen wichtigen Entwicklungsschritt näher erläutern und nützliche Grundsteine für die Begleitung dieser weiteren Phase mitgeben.

Termin : 18.11.25 – 19.30 Uhr
Ort: Kita Lötzbeuren, Unterstraße 9, 56843 Lötzbeuren
Anmeldung: 06543-2997 , kindergarten@loetzbeuren.de
Dauer: ca 2 Std
Gebühr: kostenfrei / Anmeldung in der jeweiligen Kita
Kursleitung: Annette Neeb; Nathalie Vinzens-Wellems, Fachstelle Familienbildung Wittlich
Anbieter/in: Fachstelle Familienbildung- Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.
E-Mail: familienbildung@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.fachstelle-familienbildung.de oder 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? Bei dieser Elternveranstaltung werden ganz praktische Tipps erarbeitet, wie Eltern Fähigkeiten ihrer Kinder im Alltag fördern können, die im Schulalltag von großer Bedeutung sind. Die Online-Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Kinder- und Jugendärztlichen Gesundheitsdienst/Gesundheitsamt Wittlich-zuständig für die Einschulungsuntersuchungen, sowie stellvertretend für Grundschullehrkräfte im Landkreis, Lehrpersonal der Georg-Meistermann Grundschule Wittlich statt.

Termin: 07.10.25- 19.30 Uhr
Ort: Online über Zoom
Anmeldung: <https://eveeno.com/181328300> oder über QR-Code

Alltagskonflikte in der Familie lösen

Im Alltag mit Kindern kommt es immer wieder zu Konflikten/ Streit zwischen Eltern und Kindern oder zwischen Kindern. In diesem Vortrag für Eltern und Erziehungsberechtigte geht es darum, wie Konflikte entstehen und wie sie zur Zufriedenheit aller Beteiligten gelöst werden können. Es besteht Gelegenheit zum gegenseitigen Austausch und zur Diskussion.

Termin: Freitag, 19.09.2025
Dauer: 19:00 Uhr, ca. 1,5 Stunden
Gebühr: kostenfrei
Ort: Kalkturmstr. 36, Wittlich
Kursleitung: Dipl.-Psychologin Pascale Scalla
Anbieter: Praxisgemeinschaft Herrmann & Scalla GbR
E-Mail: hesca-wittlich@web.de
Tel.: 06571 1738454
Internet: www.hesca-wittlich.de
Hinweis: Um Anmeldung wird gebeten, begrenzte Teilneh-
mendenzahl



Medienkompetenz fördern

Makerspace Wittlich - eine offene Werkstatt für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Der Makerspace ist ein Raum für Kreative, Tüftler und Erfinder, unabhängig von individuellen Kenntnissen sowie von theoretischen und handwerklichen Fähigkeiten. Zudem bietet er einen freien Zugang zu Handwerk und Technik und lädt zur digitalen Teilhabe ein. Im Makerspace Wittlich finden vielfältige Kurse, Schul-AGs und Workshops statt. Im Mittelpunkt steht der kompetente Umgang mit verschiedenen Werkzeugen, Maschinen und Fertigungsverfahren im Zusammenspiel mit geeigneten Werkstoffen wie Holz, Kunststoff, Metall und Textilien. Ob privat oder Start-Up: Der Makerspace Wittlich ist ein Ort für Ideen und Innovationen.

Termin : Aktuelle Öffnungszeiten und Angebote finden Sie unter <https://www.wittlich.de/de/leben-in-wittlich/bildung/makerspace/>
Ort: Makerspace Wittlich, Neustr. 6, 54516 Wittlich
Anbieter/in: Stadtbücherei Wittlich, Haus der Jugend Wittlich, Volkshochschule Wittlich Stadt und Land, Stadtverwaltung Wittlich, Mehrgenerationenhaus Wittlich und Caritas.
E-Mail: info@makerspace.wittlich.de
Tel.: 06571 9989740
Internet: www.wittlich.de/de/leben-in-wittlich/bildung/makerspace/

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, ist für Eltern geeignet, deren Kinder im Kindergartenalter /Grundschule sind und möchte sensibel machen, im Umgang mit Handy, Playstation und Fernsehen. In der anschließenden Gesprächsrunde mit der Fachkraft können konkrete Fragen beantwortet werden.

Termin: 04.11.25 – 19 Uhr
Ort: Kita Munzelsmännchen Rivenich, Moselstr.16, 54518 Rivenich
Anmeldung: 06508-7576 oder kita@rivenich.de
Termine: www.fachstelle-familienbildung.de
Dauer: ca. 1 1/2 Std.
Gebühr: kostenfrei
Kursleitung: Annette Neeb, Nathalie Vinzens-Wellems; Fachstelle Familienbildung
Anbieter/in: Fachstelle Familienbildung/ Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.
E-Mail: familienbildung@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.fachstelle-familienbildung.de oder www.dksb-wittlich.de



Angebote für Alleinerziehende

Alleinerziehend – gemeinsam stark!

Die Gruppe „Alleinerziehend – gemeinsam stark!“ ist offen für alle Alleinerziehende, getrennte Eltern und Einelternfamilien. Beim gemütlichen Beisammensein (mit und ohne Ihre Kinder) können Sie sich untereinander vernetzen und austauschen, während Ihre Kinder die Möglichkeit haben an einem pädagogischen Angebot teilzunehmen.

Termine: 13.09.2025, 11.10.2025, 08.11.2025, 13.12.2025,
Dauer: 10:00 Uhr - 12:00 Uhr
Gebühr: kostenlos
Ort: Ev. Kindergarten Vitelliuspark Wittlich
Kursleitung: Anika Hayer & Vanessa Tauer
Anbieter: KIRFAM Wittlich & KIRFAM Manderscheid
E-Mail: hayer@ev-jugendhilfe-mittelmosel.de, vanessa.tauer@kita-ggmbh-trier.de
Tel.: 0162 321 9664
Hinweis: Wir bitten um Anmeldung.

Treffpunkt für Alleinerziehende oder Ein-Eltern-Familien: Austausch – Unterstützung - Gemeinschaft

Sie sind Mutter oder Vater in einer Ein-Eltern-Familie und wünschen sich Kontakt und Austausch zu anderen in dieser ähnlichen Lebenssituation? Dann lade ich Sie herzlich zu einem regelmäßigen Treffen für Alleinerziehende (mit oder ohne Kinder) ein. Was erwartet Sie?

- Austausch in wertschätzender Atmosphäre
- Informationen zu Alltagsthemen (Erziehung, Entlastung, Selbstfürsorge, finanzielle Hilfen)

- Gemeinsame Aktivitäten für alleinerziehende Eltern und Kinder
- Vernetzung mit anderen Familien

Termine: Samstag, 18.10.2025 (Basteln von Tischlaternen)
Samstag, 13.12.2025 (Teestündchen im Advent)

Zeit: 10. 00 Uhr - 12. 00 Uhr

Gebühr: kostenlos

Kursleitung: KIRFAM® Neumagen Carmen Reuter

Ort: Kath. KiTa Maria Himmelfahrt, St. Helena- Str. 9
54347 Neumagen

Anbieter/in: KIRFAM® Neumagen

E-Mail: carmen.reuter@kita-ggmbh-trier.de

Tel.: 0160 2605501 (Carmen Reuter)

Hinweis: Es wird um eine vorherige Anmeldung gebeten.



Familienalltag

Club der guten Taten

Was ist der Club der guten Taten? Ganz nach dem Leitspruch des Clubs: Wir sind gut, haben Mut und tun anderen Menschen gut! Haben sich im Herbst 2021, 17 Kinder im Alter von acht bis vierzehn im Kinderschutzbund/MehrGenerationenHaus in Wittlich zusammengetan, um gemeinsam Ideen zu entwickeln und diese kreativ umzusetzen. Nicht für sich, sondern immer für einen guten Zweck, für Menschen, denen es gerade nicht so gut geht.

Termin: 14-tägig Rhythmus freitags

Dauer: 2 Stunden

Gebühr: Kostenfrei

Ort: Kinderschutzbund/MehrGenerationenhaus Wittlich,
Brautweg 1, 54516 Wittlich

Kursleitung: Pia Wiersch

Anbieter/in: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.

E-Mail: pia.wiersch@dksb-wittlich.de

Tel.: 06571 2110

Internet: www.dksb-wittlich.de

Hinweis: Vorherige Anmeldung zum Schnuppern erforderlich unter pia.wiersch@dksb-wittlich.de



Wittlicher Ferien-Spaß - Ein Angebot des Kinderschutzbundes Bernkastel-Wittlich

Du bist ein begeisterter Entdecker oder eine Entdeckerin und hast Lust neue Erfahrungen und Erlebnisse zu sammeln? Dann bist du im Grünewald auf dem Gelände vom Waldhaus Wittlich genau richtig. Hier kannst Du nicht nur neue Freunde finden, die Natur entdecken, frische Luft genießen, sondern auch Verantwortung übernehmen, dich selbst herausfordern und gemeinsam eine Menge Spaß haben. Weitere Informationen unter www.dksb-wittlich.de

Termine: Herbstferien 13.10.-17.10.25
Dauer: 8:00 – 14:00 Uhr
Gebühr: 80,- €, Geschwisterkinder zahlen 10 € weniger. Familien in finanziellen Notlagen erhalten unbürokratisch einen Nachlass.
Alter: 6 Jahre (ab dem 1. Schuljahr) bis 13 Jahre
Anmeldung: Anmeldung mit allen Kontaktdaten erst ab dem 27.08.25 ab 8:00 Uhr telefonisch unter 06571 2110 oder per E-Mail an info@dsb-wittlich.de
Ort: Waldhaus Wittlich
Kursleitung: Annette Weinand
Anbieter: Der Kinderschutzbund -MGH Bernkastel-Wittlich, Brautweg 1, 54516 Wittlich
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de
Hinweis: Jede Familie kann nur ihr Kind/ihre Kinder anmelden. Anmeldung mit Namen, Adresse, Telefonnummer, Alter des Kindes/der Kinder. Wir bestätigen Ihre Anmeldung innerhalb einer Woche.

Cafè 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 kennenzulernen. Im 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 sind selbstverständlich willkommen.

Termin: Jeden 1. Freitag im Monat, 14:00 Uhr bis 16:30 Uhr (außer in Schulferien)
Gebühr: Kostenfrei
Ort: Der Kinderschutzbund/Mehrgenerationenhaus – Haus der Familie, Brautweg 1, 54516 Wittlich
Kursleitung: Annette Neeb, Dipl. Pädagogin
Anbieter/in: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V./ Mehrgenerationenhaus-Haus der Familie
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de



Kaufen mit Herz

Bunte Warenvelfalt zu kleinen Preisen im Laden „Kaufen mit Herz“. In unserem geräumigen und barrierefreien Laden am Marktplatz in Wittlich, bieten wir auch Eltern und Familien die Möglichkeit, gut erhaltene Kinderkleidung und auch einiges an Zubehör rund ums Kind einzukaufen. So ermöglichen wir einerseits einen Einkauf zu sehr günstigen Preisen und leisten andererseits einen Beitrag zur Nachhaltigkeit und Schonung von Ressourcen. Wir erfüllen auch die wichtige Funktion eines Türöffners. Kunden erfahren dort von den ehrenamtlichen Mitarbeitern im zwanglosen Gespräch, welche Angebote der Kinderschutzbund und das Mehrgenerationenhaus bereithält und wofür wir uns einsetzen. Der Gewinn aus dem Verkauf der gespendeten Waren kommt der Arbeit und verschiedenen Projekten des Kinderschutzbundes Bernkastel-Wittlich e.V. zugute.

- Termin:montags bis freitags von 10:00 -bis 18:00 Uhr
und samstags von 10:00 bis 14:00 Uhr
- Ort:Laden „Kaufen mit Herz“, Markplatz 9, Wittlich
- Anbieter/in:Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V. -
MehrGenerationenHaus
- E-Mail:info@dksb-wittlich.de
- Tel.:06571 2110
- Internet:www.dksb-wittlich.de
- Hinweis:Spendenannahme während den Öffnungszeiten:
Telefon: 06571 9993787, www.dksb-wittlich.de

Klima-Workshop für Kids „Besser Essen“

Wir erforschen welches Obst und Gemüse bei uns wächst und wann es Saison hat. Aber warum können wir trotzdem alle Lebensmittel das ganze Jahr über kaufen und was bedeutet das für die Umwelt? Neben leckeren Rezepten gestalten wir auch gemeinsam einen Saisonkalender.

- Termin:Freitag 29.08.25, 14.30-17.30 Uhr
- Adresse:Kinderschutzbund/MGH Wittlich, Brautweg 1,
54516 Wittlich
- Alter:Ab 10 Jahre
- Anbieter:Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V./

Mehrgenerationenhaus

Gebühr:Kostenfrei- Anmeldung erforderlich

Anmeldung:06571 2110; info @dksb-wittlich.de

Kinderkreativwerkstatt

Je früher Kindern die Wertschätzung für Umwelt und Natur vermittelt wird, desto nachhaltiger wird ihr Umweltbewusstsein gefördert. In der Kinderkreativwerkstatt werden wir gestalterisch tätig. Mit den unterschiedlichsten Materialien (wie z. B. Papier und Pappe, Filz, Wolle, Pappmaché, Holz, Naturmaterialien, und vieles andere) werkeln und basteln wir an kleineren und größeren Projekten. Neben dem Basteln und kreativen Gestalten kommt der Spaß nicht zu kurz.

- Termine:Samstag von 10:00 – 13:00 Uhr (Termine auf der
Homepage www.dksb-wittlich.de)
Vorherige Anmeldung erforderlich.
- Alter:Ab dem ersten Schuljahr
- Gebühr:kostenfrei
- Anmeldung:Nur in der jeweiligen Veranstaltungswoche von
Montag bis Donnerstag für die eigenen Kinder mög-
lich unter info@dksb-wittlich.de oder telefonisch unter
06571 2110
- Ort:Kinderschutzbund / Mehrgenerationenhaus Witt-
lich; 54516 Wittlich, Brautweg 1
- Kursleitung:Nicole Glase
- Anbieter:Kinderschutzbund / Mehrgenerationenhaus Witt-
lich; Brautweg 1; 54516 Wittlich
- E-Mail:info@dksb-wittlich.de
- Tel.:06571 2110
- Internet:www.dksb-wittlich.de



Stadt-Land-Spaß

Digitaler Stadtplan für Kinder

Was es wo in Wittlich für Kinder und Jugendliche zu entdecken gibt, zeigt der digitale und interaktive Stadtplan Wittlich. Den haben sich die Kinder vom „Club der guten Taten“ im Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich ausgedacht und ins Internet gebracht. Egal ob Spielplatz, Radweg, Schule, Parkanlage, Galerie oder Kinderarzt - der digitale Stadtplan zeigt jederzeit die Orte an, die Kinder interessieren. Kostenfrei unter www.digitaler-stadtplan.dksb-wittlich.de



Wittlicher Wichtelweg

Hast Du Lust eine kleine Wanderung auf den Spuren des Glücks zu machen? Du begegnest dabei dem kleinen Wichtel Widu und vielen Tieren des Waldes. Die Kinder vom „Club der guten Taten“ des Kinderschutzbundes in Wittlich haben sich das Ganze ausgedacht und wünschen Dir viel Spaß mit Widu! Startpunkt ist im Wittlicher Grünewald beim Vereinsheim des Sportvereins Lüxem. GPS-Daten: 50.003602,6.896207

Dauer: ca. 1 Stunde (inkl. Lesen/Hören der Geschichte)
Gebühr: keine
Ort: Wittlicher Grünewald beim Vereinsheim des Sportvereins Lüxem
GPS-Daten: 50.003602,6.896207
Anbieter/in: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V.
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de

Beratung und Hilfsangebote für junge Menschen – online



Kinder- und Jugendtelefon (Mo - Sa, 116 111)
Allein mit Deinen Problemen? Wir sind für Dich da!
Samstags: Jugendliche beraten Jugendliche
Online-Beratung per Mail (jederzeit) oder
Chat (Mo-Do, 14-18 Uhr)
Antwort innerhalb von 48 Stunden
www.nummergegenkummer.de



„Wir sind für Dich da!“
Wir, die JUUUPORT-Scouts, sind Jugendliche und junge Erwachsene aus ganz Deutschland, die Dir vertraulich und kostenlos helfen. Wir unterstützen Dich bei allen Problemen im Netz, zum Beispiel bei Cybermobbing, Sextortion, Cybergrooming, Medien-sucht, Fake News oder Abzocke.
<https://www.juuuport.de/>



Online-Beratung für Jugendliche bis 19 Jahre

Beratung durch Fachkräfte
Antwort innerhalb von 24 Stunden
u.a. Live-Chat und Themen-Chats
Vertraulich - Kostenlos - Datensicher
www.jugendnotmail.de



Hilfe bei sexueller Belästigung im Netz & Co.

Hilfe-Telefon: 0800 2255 530
(Mo, Mi, Fr: 9-14 Uhr & Di, Do: 15-20 Uhr)
Oder lieber online? Kein Problem! Das Hilfe-Telefon berät auch
hier vertraulich und datensicher
Bundesweit - Kostenfrei - Anonym
<https://www.hilfe-portal-missbrauch.de/hilfe-telefon>



Mailberatung für junge Menschen in Suizidgefahr

Beratung durch speziell ausgebildete ehrenamtl. Gleichaltrige (Peers)
Antwort auf Deine Erstmail innerhalb von 2 Werktagen
Die Mails werden von Deinem Peer und hauptamtlichen Fachkräften gelesen
Kostenlos - Anonym - mit Schweigepflicht
www.u25-deutschland.de

Die Familienkarte Rheinland-Pfalz im Landkreis Bernkastel-Wittlich



Für Familien:

Der digitale Navigator für Familien: Mit Unterstützungsleistungen, Freizeitangeboten und exklusiven Vorteilen. Die Familienkarte Rheinland-Pfalz ist ein kostenfreies Angebot des Ministeriums für Familie, Frauen, Kultur und Integration des Landes Rheinland-Pfalz. Sie richtet sich an alle Familien mit Wohnsitz in Rheinland-Pfalz, in deren Haushalt mindestens ein Kind unter 18 Jahren lebt – unabhängig von Familienform oder Herkunft. Die Website und die App der Familienkarte bündeln Angebote, die den Familienalltag erleichtern und stärken die soziale Teilhabe. Als zentrale Plattform mit übersichtlichen Informationen, exklusiven Vorteilen und aktuellen Veranstaltungen – richtet sich das Angebot speziell an Familien in Rheinland-Pfalz.

Was bietet die Familienkarte?

- Informationen über Unterstützungsleistungen – zum Beispiel finanzielle Hilfen, Beratungsstellen und familienbezogene Angebote von Ämtern und sozialen Einrichtungen
- Zugang zu exklusiven Vorteilen bei Partnerorganisationen – etwa Rabatte, Aktionen oder besondere Angebote speziell für Inhaberinnen und Inhaber der Familienkarte
- Ein Veranstaltungskalender mit Tipps für Bildung, Freizeit, Kultur und mehr
- Impulse für einen nachhaltigen Familienalltag
- Eine einfache, digitale Anmeldung, kostenfrei und bequem von zu Hause oder unterwegs

So funktioniert die Anmeldung zur Familienkarte

Egal ob bequem am Computer oder unterwegs per Smartphone – die Anmeldung zur Familienkarte ist einfach, digital und kostenlos:

Für Partner

Gemeinsam mehr erreichen: Ihre Organisation als Teil der Famili-

enkarte! Damit Familien in Rheinland-Pfalz noch gezielter unterstützt werden können, lebt die Familienkarte von einem starken Netzwerk engagierter Partnerschaften. Deshalb laden wir öffentliche Einrichtungen, Vereine, soziale Träger, Bildungseinrichtungen, Kulturhäuser, lokale Unternehmen und andere engagierte Akteure herzlich ein, sich als Partnerschaftsorganisation zu beteiligen.

Zwei Formen der Partnerschaft stehen zur Verfügung:

- **Netzwerkpartnerschaft:**
Für Organisationen, die ihre bestehenden familienfreundlichen Angebote auf der Plattform sichtbar machen möchten – zum Beispiel Freizeitangebote, Beratungsstellen, Sportkurse oder Bildungsprogramme.
- **Kooperationspartnerschaft:**
Für Organisationen, die zusätzlich einen exklusiven Vorteil für Familienkarten-Inhaberinnen und -Inhaber anbieten – etwa einen Preisnachlass, einen kostenfreien Eintrittstag oder andere familienfreundliche Aktionen. Diese Partnerschaftsform ist insbesondere für gewerbliche Anbieter vorgesehen.

Ihre Vorteile als Partnerorganisation:

- Sichtbarkeit auf einer landesweiten Plattform mit bereits über 20.000 registrierten Familien
- Darstellung der eigenen Leistungen über ein individuelles Angebotsprofil mit Bild, Text und Kontakt
- Möglichkeit, fortlaufend im Veranstaltungskalender über eigene Veranstaltungen zu informieren
- Zugang zu einem Kommunikationspaket zur Bewerbung der Angebote
- Unterstützung durch das Projektbüro der Familienkarte Rheinland-Pfalz bei Fragen oder Anregungen

Die Familienkarte Rheinland-Pfalz – ein starkes Zeichen für Familienfreundlichkeit, soziale Teilhabe und regionale Zusammenarbeit. Jetzt mitmachen und gemeinsam mehr für Familien im Landkreis Bernkastel-Wittlich erreichen!

Kontakt: Projektbüro Familienkarte Rheinland-Pfalz: projektbuero@familienkarte-rlp.de
Telefon: Projektbüro : Tel.: 069 97097507-77



Familienseminare

Pflegeeltern werden – einem Kind/ einem Jugendlichen/ einem unbegleiteten Flüchtling ein Zuhause geben

Haben Sie schon einmal überlegt, einem fremden Kind oder Jugendlichen vorübergehend oder längerfristig Halt zu geben und es in Ihren Haushalt aufzunehmen? Der Pflegekinderdienst der Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich sucht fortlaufend Menschen, die sich als Pflegeeltern engagieren wollen, unabhängig davon, ob Sie alleine oder ein Paar sind, ob Sie in einer gleichgeschlechtlichen Beziehung leben oder verheiratet sind. Unterschiedliche Kinder und Jugendliche brauchen unterschiedliche Pflegeeltern. Es ist wichtig, dass es Menschen gibt, die Kinder und Jugendliche stellvertretend versorgen und erziehen, wenn die Eltern diese Aufgaben nicht ausfüllen. Pflegeeltern übernehmen damit auch eine wertvolle gesellschaftliche Aufgabe. Wir unterstützen Sie bei Ihren Überlegungen und Ihrer Entscheidungsfindung. In den Vorbereitungsseminaren, die in Kooperation mit dem Kinderschutzbund Wittlich durchgeführt werden, erhalten Sie die Chance den Pflegekinderdienst kennenzulernen. Sie können sich unverbindlich mit anderen Interessierten mit dem Thema Pflegekind auseinandersetzen und Hintergrundwissen für Ihre Entscheidung erwerben.

Termin: Freitag, 13.09.2025 und Samstag, 26.09.2025
jeweils von 9:00 – 17:30 Uhr

Dauer: zweitägig

Gebühr: kostenfrei

Ort: Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich / Mehrgenerationenhaus – Haus der Familie Wittlich, Brautweg 1, Wittlich

Kursleitung: Tanja Trauden (Tel. 06571 14-2054,
E-Mail: Tanja.Trauden@Bernkastel-Wittlich.de)
Mona Lengsdorf (Tel. 06571 14-2031,
E-Mail: Mona.Lengsdorf@Bernkastel-Wittlich.de)
Julia Kern (Tel. 06571 2698056,
E-Mail: pflegekinder-dienst@dksb-wittlich.de)

Anbieter/in: Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich und Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.
Internet: www.Bernkastel-Wittlich.de, www.dksb-wittlich.de

Kulinarische Vielfalt „Blick über den Tellerrand“

Beim gemeinsamen Kochen von Köstlichkeiten aus verschiedenen Ländern erhält man einen „Blick über den Tellerrand“. Ohne große Vorkenntnisse und über sprachliche und kulturelle Grenzen hinweg wird Gemeinschaft gestiftet, Austausch und interkulturelles Lernen gefördert. In gemütlicher Atmosphäre kann man sich mit Menschen aus anderen Kulturen austauschen und Kontakte knüpfen. Auch gelangt man in den Besitz neuer köstlicher Rezepte. Kostenloses Angebot inklusive Kinderbetreuung

Termin : Jeden 3. Freitag im Monat, von 14 Uhr bis 17 Uhr
Gebühr: kostenfrei
Ort: Mehrgenerationenhaus Wittlich Brautweg 1, 54516 Wittlich
Kursleitung: Annette Neeb, Dipl. Pädagogin; Fachstelle Flüchtlingsberatung. Integration. Migration.
Anbieter/in: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V. – Fachstelle Familienbildung
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de

Qualifizierungskurs zur Kindertagespflegeperson

Die Kindertagespflege ist eine gesetzlich anerkannte Betreuungsform und bietet für Kinder unter drei Jahren ein gleichrangiges Angebot zu Kindertageseinrichtungen. Kindertagespflegepersonen betreuen nach Erteilung einer Pflegeerlaubnis bis zu 5 Kinder in ihren privaten Räumlichkeiten, im Haushalt der Eltern oder in anderen geeigneten Räumen. Kindertagespflege ist auch als Zusammenschluss von zwei Kindertagespflegepersonen möglich, die bis zu 10 Kinder betreuen können. Zur Ausübung der Tätigkeit als Kindertagespflegeperson sowie zur Erlangung der Pflegeerlaubnis ist ein pädagogischer Abschluss bzw. eine pädagogische

Qualifizierung nach dem „Qualitätsorientierten Qualifizierungshandbuch Kindertagespflege (QHB)“ erforderlich. Diese Qualifizierung umfasst 300 Unterrichtseinheiten und 80 Stunden Praktika und 2 Lernergebnisfeststellungen. Die Qualifizierung wird durch die Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich in Kooperation mit einem anerkannten Bildungsträger angeboten. Der Qualifizierungskurs richtet sich an Personen, die Interesse an pädagogischen Themen haben, denen die Entwicklung, Bildung und Erziehung von Kindern am Herzen liegt und die sich durch gutes Kommunikations-, Reflexions- und Selbstmanagement auszeichnen.

Termin: voraussichtlich Frühjahr 2026
Kontakt: Marina.Fischer@Bernkastel-Wittlich.de
Tel.: 06571 14-2409

Großelternnachmittag

Herzliche Einladung an alle Omas und Opas mit ihren Enkelkindern zum nächsten Großelternnachmittag der Pfarrei Im Wittlicher Tal St. Anna in Zusammenarbeit mit der Frauengemeinschaft Wittlich. Passend zur Jahreszeit wird miteinander gebastelt und gespielt. Für Verpflegung ist gesorgt. Der nächste Termin wird im Spätherbst stattfinden.

Termin: an zwei Nachmittagen, Termine bitte anfragen
Dauer: 2 Stunden
Gebühr: Spende
Kontakt: Gemeindereferentin Jana Diefenbach
Ort: St. Markus-Haus, Karrstraße 23, Wittlich
Anbieter: Pfarrei Im Wittlicher Tal St. Anna
E-Mail: diefenbach@pfarrei-wittlich.de
Tel.: 06571 1472995
Internet: www.pfarrei-wittlich.de
Instagram: [@pfarrei_wittlichertal_st.anna](https://www.instagram.com/pfarrei_wittlichertal_st.anna)

Eltern-Kind-Workshop Achtsam im Umgang mit Gefühlen

In diesem Workshop für Kinder und ihre Eltern lernen wir gemeinsam, aber auch jeder und jede für sich, mit den emotionalen Herausforderungen des Alltags (z. B. Ängste, Wut, Trauer) besser umzugehen. Der Schlüssel zum Erfolg ist dabei – wie so oft – Kommunikation: Was fühlst du, was fühle ich, wie drücken wir uns aus und wie gehen wir damit um? Diesen und noch mehr Fragen wollen wir im Workshop auf den Grund gehen.

Termine: Samstag, 15.11.2025
Dauer: 9:00 bis 16:00 Uhr
Gebühr: 75 € für 2 Personen
Ort: Kalkturmstr. 36, Wittlich
Kursleitung: Kunsttherapeutin (M.A.) Kristin Herrmann und
Dipl.-Psychologin Pascale Scalla, Heilpraktikerinnen
für Psychotherapie
Anbieter: Praxisgemeinschaft Herrmann & Scalla GbR
E-Mail: hesca-wittlich@web.de
Tel.: 06571 1738453, 06571 1738454
Internet: www.hesca-wittlich.de
Hinweis: um Anmeldung wird gebeten, begrenzte Teilneh-
mendenzahl



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.



@Elternfilme

Einverständnis und Bestellung

☐ 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 oder per Mail an Gudrun.Weber@Bernkastel-Wittlich.de.

Impressum

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

Druck: WIRMachenDRUCK GmbH
Mühlbachstraße 7, 71522 Backnang

Internet: www.bernkastel-wittlich.de

Fotos: Fotolia.com, Freepik.com
Clipdealer.com, Pixabay.com

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

Stand: Juni 2025; Auflage 4.000 Exemplare

Über Erfahrungen mit der Broschüre und Anregungen würden wir uns freuen: Florian.Meurer@Bernkastel-Wittlich.de, 06571 14-2189

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 2026-I: Fr, 21.11.2025

FAMILIE AKTIV - Wir sind dabei

- AOK – Die Gesundheitskasse
- Arbeitsgemeinschaft Jugendzahnpflege für den Kreis Bernkastel-Wittlich
- Arbeitskreis Jugendschutz/Suchtprävention im Landkreis Bernkastel-Wittlich
- Arbeitskreis Resilienz im Landkreis Bernkastel-Wittlich
- Bistum Trier – Lebensberatung Wittlich
- Bistum Trier – Pastoraler Raum Wittlich
- Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e. V.
- Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e. V. – Fachstelle Familienbildung im Landkreis
- Der Kinderschutzbund Orts- und Kreisverband Trier e. V. - Kinderschutzbund
- DRK-Bildungswerk Eifel-Mosel-Hunsrück e. V.
- FamOS - das Familiengrundschulzentrum in Wittlich
- Gemeinsame Diakonische Werke Rheinland-Süd gGmbH
- Hebamme mit Bauchgefühl – Ina Heinemann, Bernkastel-Kues
- Julia Spier, Kinderkrankenschwester
- KIRFAM® Standorte Bausendorf, Bernkastel-Kues, Binsfeld, Hetzerath, Manderscheid, Morbach, Neumagen, Salmtal, Thalfang, Traben-Trarbach, Velzen, Wittlich
- Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz e. V.
- Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich
- Lotz, Christa: Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin/Stillberaterin (IBCLC)
- Makerspace Wittlich
- Netzwerk Medienkompetenz Bernkastel-Wittlich
- Pauly, Mareike: Hebamme
- Perspektiven e. V., Wittlich
- Pfarrei Im Wittlicher Tal St. Anna
- Pfarrei Mittlere Mosel, Laura Müller
- Praxisgemeinschaft Herrmann & Scalla GbR
- Sarah Paulus-Leyendecker, Yoga
- Fleur Schneiders, BFB bindungsorientierte Familienbegleiterin®
- Tina Stepniak, Hebamme
- Verbundkrankenhaus - St. Elisabeth Krankenhaus Wittlich



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR
FAMILIE, FRAUEN, KULTUR
UND INTEGRATION



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