



Familie Aktiv

Januar - Juni 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 Vinzens-Wellems bietet Ihnen:

- Vorträge, Praxis-Seminare rund um Ihre Erziehungsfragen
- Aktionstage, Mitmach-Angebote wie die Kleinen Forscher
- Offene Eltern-Cafés;
- Aufbau und Begleitung von Eltern-Kind-Gruppen,
- Vermittlung von 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 Vinzens-Wellems
Fachstelle Familienbildung
Kinderschutzbund – MehrGenerationenHaus,
Brautweg 1, 54516 Wittlich
Tel.: 06571 2110
annette.neeb@dksb-wittlich.de
nathalie.vinzens@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 19

Entwicklung und Veränderung bestimmen das erste Lebensjahr! Die Umstellungen in der Neugeborenen und Säuglingszeit, der Schlafrythmus 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 Familiengesundheit 30

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 39

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 52

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 79

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 82

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

Familienalltag 84

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

Familien-Seminare 89

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

Elternbriefe 93

Bestellen Sie gerne den kostenfreien Erziehungsratgeber.

Schwangerschaft/Geburt

Geburtsvorbereitungswochenende 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: 18. - 19.01.; 15. - 16.02.; 15. - 16.03.; 12. - 13.04.;
24. - 25.05.; 21. - 22.06.; 19. - 20.07.

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: <https://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: 15.01. / 19.03. / 14.05. / 25.06. / 17.09. / 12.11.

Zeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Dauer: 2 Stunden

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

Geburtsvorbereitung für Frauen

Der Kurs richtet sich an Schwangere, die sich ohne Partner*in auf ihre Geburt vorbereiten möchten. Kursinhalt sind die Themen Schwangerschaft, Anzeichen der beginnenden Geburt, Ablauf der normalen Geburt in ihren verschiedenen Phasen, Gebärrhaltungen, 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: 14.01. - 25.02., 04.03. - 15.04., 06.05. - 17.06.

Zeit: 17:00 - 19:00 Uhr

Dauer: 2 Stunden

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: <https://stepniak.hebamio.de/> oder per Telefon

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: Februar und Mai 2025
Dauer: 7x 120 Minuten
Gebühr: 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

Akupunkturprechstunde im St.-Elisabeth-Krankenhaus Wittlich

Egal ob Schwangerschaftsbeschwerden oder eine optimale Vorbereitung auf die Geburt: Die Akupunktur als ganzheitliche Therapie der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) ist ein ideales Mittel, um schwangeren Frauen sanft und nebenwirkungsarm zu helfen. Einsatzgebiete sind u.a.: Schwangerschaftsübelkeit, Schmerzzustände Schlafstörungen, Angst- und Unruhezustände, Sodbrennen, Wassereinlagerungen oder bei der gesunden Schwangeren zur Vorbereitung auf eine schnell verlaufende natürliche Geburt. Akupunktur bei Beschwerden: Sitzungen sind jederzeit in der Schwangerschaft möglich. Geburtsvorbereitende Akupunktur: frühester Beginn ab vier Wochen vor dem errechneten Geburtstermin.

Termin: Dienstag
Zeit: 14:00 - 15:00 Uhr
Dauer: 20 - 30 Minuten
Gebühr: nach Rücksprache
Kontakt: 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: <https://stepniak.hebamio.de/> oder per Telefon

Online-Seminar „Ernährung in der Schwangerschaft“

Sie erfahren, wie Ihre Lebensmittelauswahl in den verschiedenen Phasen der Schwangerschaft 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

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-Bischofsdron
Kursleitung: Sarah Paulus-Leyendecker, ausgebildete Prenatal-Yogalehrerin
E-Mail: sarahleyendecker@web.de
Internet: www.yogamitsarah.de
Hinweis: Einstieg jederzeit möglich, alle Trimester der Schwangerschaft sind herzlich willkommen ausgebildete Prenatal-Yogalehrerin



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: 25.01., 22.02., 29.03., 26.04., 31.05., 28.06.
Uhrzeit: 10:00 – ca. 12:30 Uhr
Gebühr: 45 € pro Person, 55 € pro Paar
Ort: St. Elisabeth Krankenhaus, Elternschule (3. OG), Koblenzer Str. 91, 54516 Wittlich
Kursleitung: Fleur Schneiders, Milchzauber – BFB bindungsorientierte Familienbegleiterin® & FeS®-Fachkraft
E-Mail: info@milchzauber.de
Tel.: 0160/4157151
Internet: www.milchzauber.de



FASD-Wanderausstellung ZERO!

Die Sucht- und Schwangerenberatung des Caritasverbandes Mosel-Eifel-Hunsrück e.V. wird die Wanderausstellung „ZERO!“, ein Projekt des FASD-Netzwerkes Nordbayern, präsentieren. Die innovative Ausstellung informiert erlebnisorientiert über Schwangerschaft, Alkohol und FASD (Fetal Alcohol Spectrum Disorders). Ziel der Ausstellung ist ein breiter Diskurs über das Thema FASD in der Öffentlichkeit sowie eine möglichst frühe Sensibilisierung der zukünftigen Elterngeneration über die Folgen von Alkoholkonsum in der Schwangerschaft.

Termine: 10. bis 14.2.2025
Dauer: Rundgang durch die Ausstellung ca. 45 Minuten
Gebühr: keine
Ort: St. Markus-Haus Wittlich, Karstraße 23
Kursleitung: Sucht- und Schwangerenberatung des Caritasverbandes

Anbieter: Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V.
E-Mail: s.heiseler@caritas-meh.de
Tel.: 06571-9155-41
Internet: www.caritas-mosel-eifel-hunsrueck.de
Hinweis: Anmeldung über E-Mail oder Telefon erbeten

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
Dauer: 1 Stunde
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

Geburtsvorbereitung mit Yoga

In diesem Kurs liegt der Fokus auf Körperarbeit und mentaler Vorbereitung auf die Geburt. Durch gezielte Yogaübungen, Beckenbodentraining und Atemtechniken stärkst du deinen Körper, dein Selbstvertrauen und lernst ruhiger und fokussierter zu bleiben. Zudem erhältst du wichtige Informationen zu Schwangerschaft, Geburtsverlauf, Ernährung, Säuglingspflege und dem Wochenbett. So wirst du sowohl körperlich als auch mental gut auf die Geburt vorbereitet.

Termin: 20.1.-10.3.25, 5.6.-31.7.25
Zeit: 18 - 20 Uhr
Dauer: 7 mal 2 Stunden
Gebühr: Die Kosten für einen Geburtsvorbereitungskurs werden in der Regel von der Krankenkasse getragen.
Ort: hybrid (präsent und online möglich), Hebamme mit Bauchgefühl, Pastorenpfad 2, 54470 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

Geburtsvorbereitung mit Partner

In der Geburtsvorbereitung erhaltet ihr wichtige Informationen zu Schwangerschaft, Geburt, Säuglingspflege und Wochenbett. Ihr lernt Gebärpositionen, Partnerunterstützung und Schmerzbewältigung kennen. Außerdem üben wir Atemtechniken und spezielle Übungen, um Vertrauen in die Geburt zu stärken. Der Partner wird aktiv eingebunden, um gut vorbereitet die werdende Mutter zu unterstützen. Natürlich bleibt auch Zeit für den Austausch untereinander.

Termin: 24.3.-5.5.25
Zeit: 18-20.30 Uhr
Dauer: 6 mal 2-2,5 Stunden
Gebühr: Die Kosten für einen Geburtsvorbereitungskurs werden in der Regel von der Krankenkasse getragen.
Ort: hybrid (präsent und online möglich), Hebamme mit Bauchgefühl, Pastorenpfad 2, 54470 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

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. Schwangerschaftswoche erfolgen.

Termin: 06.02. - 27.03., 17.04. - 26.06., 17.07. - 11.09.
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: <https://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 8.1.25 Mittwoch fortlaufend, Einstieg jederzeit möglich ab der 12. SSW
Zeit: 18-19.30 Uhr
Dauer: 10 Einheiten à 90 Minuten
Gebühr: 150 €
Ort: hybrid (präsent und online möglich), Hebamme mit Bauchgefühl, Pastorenpfad 2, 54470 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: Montag, 6.1.-17.2.25, 9.30-11 Uhr
Mittwoch, 29.1.-26.3.25, 10-11.30 Uhr
Dienstag, 11.2.-25.3.25, 17-18.30 Uhr
Montag, 10.3.-28.4.25, 9.30-11 Uhr
Mittwoch, 26.3.-14.5.25, 13-14.30 Uhr
Mittwoch, 4.6.-16.7.25, 10-11.30 Uhr
Freitag, 18.7.-29.8.25, 10-11.30 Uhr
Zeit: 90 Minuten
Dauer: 7 x 90 Minuten
Gebühr: Die Kosten werden in der Regel von der Kranken-

Ort: kasse getragen.
hybrid (präsent und online möglich), Hebamme mit Bauchgefühl, Pastorenpfad 2, 54470 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 7.1.25 Dienstag fortlaufend, Einstieg jederzeit nach abgeschlossenem Rückbildungskurs möglich
Zeit: 19.30-21 Uhr
Dauer: 10 Einheiten à 90 Minuten
Gebühr: 150 €
Ort: hybrid (präsent und online möglich), Hebamme mit Bauchgefühl, Pastorenpfad 2, 54470 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: 09.01. - 27.02., 06.03. - 17.04., 08.05. - 03.07.
Zeit: 09:30 - 11:00 Uhr
Dauer: 90 Minuten
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: <https://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: <https://hebammen-wittlich.de/kurse/>



Geschwisterkurs

Der Kurs informiert die werdenden Geschwisterkinder spielerisch und kindgerecht wie das Kind im Bauch ihrer Mitte 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 Neankömmling vorzubereiten.

Termine: jeden 1. Samstag im Monat
Zeit: 09.30 - 11.00 Uhr
Teilnehmer: 6 Kinder altersgemischte Gruppen möglich, ab 2,5 Jahren.
Dauer: 1,5 Stunden
Gebühr: 40 €
Ort: St. Elisabeth Krankenhaus, Elternschule (3. OG), Koblenzer Str. 91, 54516 Wittlich
Kursleitung: Katharina Grey, Gesundheits- und Kinderkrankenschwester, 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 9-13 Uhr (Terminvereinbarung nötig)
Gebühr: kostenfrei
Ort: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V., Brautweg 1, 54516 Wittlich
Kursleitung: Christa Lotz, Still- und Laktationsberaterin, Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenschwester, 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 Spielspaß, 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 0-3 Jahren.

Termine: immer mittwochs
Dauer: 9-11 Uhr
Gebühr: kostenfrei
Ort: Pfarrhaus, Robert-Schuman-Straße 41, 54536 Kröv
Anbieter: Angebot der Pfarrei Mittlere Mosel in Kooperation mit engagierten Eltern
E-Mail: muellerlaura@mail.de
Tel.: 015150003195

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 – BFB bindungsorientierte Familienbegleiterin® FeS®-Fachkraft

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, zertifizierte Still-, Schlaf- und Beikostberaterin, sowie zertifizierte Fachkraft für Formula-ernährte Säuglinge und Kleinkinder
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, 54536 Kröv
Anbieter: Laura Müller
E-Mail: muellerlaura@mail.de
Tel.: 015150003195
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, teile Erfahrungen und lerne voneinander. Der Workshop bietet eine entspannte Atmosphäre, in der Fragen und Anregungen willkommen sind.

Termine: Dienstag, 25. März 2025, Donnerstag, 12. Juni 2025, Mittwoch, 15. Oktober 2025
Gebühr: 45 € p.P. oder 55 € pro Paar | ich gebe meine Rabbatte bei Trageherstellern weiter, somit kannst du

Ort: die Kursgebühr beim Kauf einer Trage anrechnen
Frühjahrstermin in Bernkastel, Sommer und Herbsttermin in Wittlich
Anbieter: Laura Müller
E-Mail: muellerlaura@mail.de
Tel.: 015150003195
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

Babymassage

Babymassage fördert die Mutter-Kind-Bindung, stärkt das Körperbewusstsein und wirkt ausgleichend auf die Organe und den Stoffwechsel, insbesondere durch Reflexzonen an Füßen und Händen. Eine Bauchmassage beugt Blähungen und Koliken vor und unterstützt die Verdauung. Wissenschaftliche Studien belegen, dass regelmäßige Massagen die neurologische und physiologische Entwicklung von Babys positiv beeinflussen. Entwicklungspsychologen bestätigen, dass Babys durch liebevolle Massage körperlich, geistig und seelisch optimal gefördert werden

Termin: 9.4.-14.5., 10.6.-8.7.
Zeit: 10-11 Uhr
Dauer: 5 x 1 Stunde
Gebühr: 60 €
Ort: hybrid (präsent und online möglich), Hebamme mit Bauchgefühl, Pastorenpfad 2, 54470 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

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 Email oder Kontaktformular.

Termine: 01.02.2025 / 05.04.2025 / 07.06.2025
Zeit: 12.00 - 14.00 Uhr
Dauer: 2 Stunden
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: 04.01.2025 / 01.03.2025 / 03.05.2025
Zeit: 12.00 - 14.00 Uhr
Dauer: 2 Stunden
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

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: 08.01. - 05.02., 19.03. - 16.04., 28.05. - 25.06.
Zeit: 09.30 - 10.30 Uhr
Dauer: 1 Stunde
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*innen 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 Kinder direkt anmelden.

Termin : Ab Mittwoch, den 22.01.25/ ab Freitag, den 24.01.25 jeweils 8 Termine -80,00 Euro; für Februar 2024-Oktober 2024 geborene Kinder.

Ab Mittwoch, den 07.05.25/ ab Freitag, den 09.05.25 jeweils 6 Termine- 60 Euro; für Juni 2024-Februar 2025 geborene Kinder.

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.: 0 65 71 – 21 10

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 Babsprache 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: Mo., 24.03.2025; Mo., 31.03.2025; Mo., 07.04.2025

Dauer: 10:30-11:30 Uhr, 3 Termine à 1,5 Stunden

Gebühr: keine

Ort: Lebensberatung Wittlich, Kasernenstr. 37, 54516 Wittlich

Kursleitung: Diplom-Psychologin Lara Weber, Diplom Sozialpä-

dagogin Annette Weber
Anbieter: Lebensberatung Wittlich
E-Mail: sekretariat.lb.wittlich@bistum-trier.de
Tel.: 06571 4061
Internet: 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: zwei Mal monatlich donnerstags
Dauer: 10:30-11:30 Uhr
Gebühr: kostenfrei
Ort: digital: Microsoft Teams, bitte für den Zugangslink E-Mail an die Lebensberatung Wittlich
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 à 90 Minuten
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: Kurs 1: fortlaufend montags 09:30 bis 11:00 Uhr,
Kurs 2: fortlaufend mittwochs 09:00 bis 10:30 Uhr,
Kurs 3: fortlaufend mittwochs 11:00 bis 12:30 Uhr
Dauer: 08:30 Uhr bis 16:30 Uhr
Gebühr: 99,00 € 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



Kinder- und Familiengesundheit

Kita ist besser-Kochkurs

Bärlauch und Rhabarber sind besondere Pflanzen aufgrund ihrer einzigartigen Geschmäcker und gesundheitlichen Vorteile. Bärlauch ist reich an Vitaminen, hat antibakterielle Eigenschaften und wird häufig in der Küche verwendet. Rhabarber hingegen ist bekannt für seinen säuerlichen Geschmack und wird oft in süßen Gerichten eingesetzt, während seine Blätter giftig sind. Beide Pflanzen haben also nicht nur kulinarische, sondern auch gesundheitliche und kulturelle Bedeutungen, was sie zu besonderen Vertretern der Pflanzenwelt macht!

Termine: 06.05.2025
Dauer: 17:00 - 20:00 Uhr
Gebühr: 5 Euro
Ort: Kindertagesstätte Grenzenlos, Gartenstr.4b, 54472 Veldenz
Kursleitung: Köchin Frau Nicole Koll und Simone Woehler
Anbieter: Kindertagesstätte Grenzenlos
E-Mail: kita-grenzenlos@t-online.de
Tel.: 065348225
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 „Lernen braucht Bewegung“

Kinder, die sich viel bewegen, wachsen gesünder auf. Im Online-Seminar erhalten Eltern wertvolle Informationen dazu, wie Lernerfolg und Bewegung zusammenhängen. Die erfahrene BAG-Referentin Nicole Lange vermittelt über Videoeinspieler eindrucksvoll, wie Eltern Ihre Kinder in ihrem natürlichen Bewegungsdrang erfolgreich unterstützen können und beantwortet persönliche Fragestellungen der Eltern.

Dauer: 1X
Gebühr: keine
Anbieter/in: AOK- Die Gesundheitskasse in Kooperation mit „BAG (Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltung- und Bewegungsförderung e.V.)“
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-Bischofsdhron
Kursleitung: Sarah Paulus-Leyendecker, ausgebildete Kinder-Yogalehrerin
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 0-6 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: 4.2.25 18-21 Uhr Online
5.4.25 14-17 Uhr Präsenz
1.7.25 18-21 Uhr Präsenz
Dauer: 3 Stunden
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
E-Mail: info@ina-heinemann.de
Telefon: 06531-972245
Homepage: www.kindergesundheit-trier.de

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@krebbsgesellschaft-rlp.de
Tel.: 0651-40551
Internet: www.krebbsgesellschaft-rlp.de



Sprechstunde der AGZ-Jugendzahnpflege Bernkastel-Wittlich

Beratung in Fragen der Mund- und Zahnhigiene 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-Veranstaltung 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 vorgesehen, die jeweils altersmäßig zusammenpassen.

Termin: Mittwochs von 16:30 Uhr bis 18 Uhr

Dauer: 2,5 Stunden

Gebühr: kostenfrei

Ort: Mehrgenerationenhaus Wittlich Brautweg 1, 54516 Wittlich

Kursleitung: Annette Neeb, Dipl. Pädagogin, Spieltherapeutin, Traumapädagogin

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

E-Mail: info@dksb-wittlich.de

Tel.: 06571 2110

Internet: www.dksb-wittlich.de

Nachhaltig essen leicht gemacht – eine Checkliste für den Alltag

Um sich nachhaltiger zu ernähren, gibt es einige einfache Schritte, die man im privaten Haushalt beachten kann. Anhand einer fundiert ausgearbeiteten Checkliste lernen Sie hier Ihren eigenen ökologischen Fußabdruck in Bezug auf Ihre Ernährung kennen und erhalten einfache Tipps und Empfehlungen für eine ressourcenschonende Ernährungsweise für den Alltag.

Termine: 03.02.2025
Dauer: 18.30 – 20.30 Uhr
Gebühr: 8 € für Mitglieder des Landfrauenverbandes
13 € für Gäste
Ort: DLR Mosel (Rotunde Steilhangzentrum)
54470 Bernkastel-Kues, Gartenstr. 18
Kursleitung: Jessica Hitscher
Anbieter: LandFrauenverband Bernkastel-Wittlich
E-Mail: info@land-frauen.de
Tel.: 06571 953100
Internet: www.land-frauen.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. Unsere Kursleitung wird in diesem Seminar auf mögliche Gefahren hinweisen und den Teilnehmern die wichtigsten Grundlagen für die erste Hilfe am Kind vermitteln.

Termine: Kurs 1: 08.02.2025, Kurs 2 : 05.04.2025
Dauer: 08:30 Uhr bis 16:30 Uhr
Gebühr: 55,00 €
Ort: DRK-Lehrsaal, Kurfürstenstraße 7a, 54516 Wittlich
Kursleitung: Ausbilder/-in im BErste-Hilfe Bereich m Kind
Anbieter: DRK-Bildungswerk Eifel-Mosel-Hunsrück e.V.
E-Mail: bernd.breuer@bildungswerk.drk.de
Tel.: 06571 697716
Internet: www.bildungswerk.drk.de

Eltern-/Kind-Angebote

Wir begrüßen den Frühling Frühlings schmuck aus Salzteig

Gebastelt werden Anhänger für den Osterstrauß oder als Fensterschmuck. Im Mittelpunkt steht das gemeinsame Tun.

Termine: 03.04.2025
Dauer: 14:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: keine
Ort: Kindertagesstätte Grenzenlos, Gartenstr.4b, 54472 Veldenz
Kursleitung: Köchin Frau Nicole Koll und Simone Woehler
Anbieter: Kindertagesstätte Grenzenlos
E-Mail: kita-grenzenlos@t-online.de
Tel.: 065348225
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 & Jasmine Pölcher-Schneider-Schneider
Anbieter: KIRFAM Wittlich
E-Mail: hayer@ev-jugendhilfe-mittelmosel.de,
poelcher@ev-jugendhilfe-mittelmosel.de
Tel.: 0162 3219664 (Anika Hayer)
0160 3666959 (Jasmine Pölcher-Schneider-Schneider)
Internet: www.rg-diakonie.de
Hinweis: Wir bitten um Anmeldung.

Picknick mit Spiel im Park

Liebe Kita-Eltern, wir laden Sie und Ihre Kinder herzlich zu einem Picknick im Park ein. Während Sie sich mit anderen Eltern austauschen und vernetzen können, können Ihre Kinder gemeinsam miteinander spielen. Verpflegung bringt bitte jeder selbst mit.

Termine: 02.07.2024
Dauer: 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Gebühr: kostenlos
Ort: Ev. Kindergarten Vitelliuspark Wittlich
Kursleitung: Anika Hayer & Jasmine Pölcher-Schneider
Anbieter: KIRFAM® Wittlich
E-Mail: hayer@ev-jugendhilfe-mittelmosel.de, poelcher@ev-jugendhilfe-mittelmosel.de
Tel.: 0162 – 321 9664 (Anika Hayer)
0160 – 366 6959 (Jasmine Pölcher-Schneider)
Internet: www.rg-diakonie.de
Hinweis: Wir bitten um Anmeldung.

Wald- und Wiesenbingo

Liebe Kita-Eltern, wir laden Sie und Ihre Kinder herzlich zu unserem Wald- und Wiesenbingo ein. Wir treffen uns am Kindergarten Vitelliuspark und brechen von dort aus gemeinsam in Richtung Lieser auf. Alle Materialien, welche für das Bingo benötigt werden, erhalten Ihre Kinder von uns.

Termine: 04.06.2025
Dauer: 14:00 Uhr bis 15:30 Uhr
Gebühr: kostenlos
Ort: Ev. Kindergarten Vitelliuspark Wittlich
Kursleitung: Anika Hayer & Jasmine Pölcher-Schneider
Anbieter: KIRFAM Wittlich
E-Mail: hayer@ev-jugendhilfe-mittelmosel.de, poelcher@ev-jugendhilfe-mittelmosel.de
Tel.: 0162 – 321 9664 (Anika Hayer)
0160 – 366 6959 (Jasmine Pölcher-Schneider)
Internet: www.rg-diakonie.de
Hinweis: Wir bitten um Anmeldung.

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: Freitag, 11.04.2025
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

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 kleine Exkursionen passend zur Jahreszeit unternehmen. Wenn Sie daran teilnehmen wollen, ist eine vorherige Anmeldung erforderlich. Gerne können Sie sich auch bei uns melden, wir setzen Sie dann auf eine Liste und informieren Sie, wenn neue Termine feststehen.

Termine: Werden frühzeitig über die Aushänge in den Kitas bzw. die Morbacher Rundschau bekannt gegeben.
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

Familienwanderung mit Picknick „an der Rausch“ in Bengel

KIRFAM® Bausendorf: Dieses Angebot richtet sich an Eltern/Großeltern mit ihren Kindern/Enkelkindern. Wir starten in Kinderbeuern am Gemeindehaus und wandern den Fahrradweg entlang nach Bengel. Dort stärken wir uns bei einem gemeinsamen Picknick „an der Rausch“. Das idyllische Plätzchen direkt in der Nähe eines kleinen Wasserfalls lädt zum Verweilen ein. Hier können die Kinder nach Herzenslust spielen, während die Erwachsenen plaudern oder einfach nur die Eindrücke der Natur genießen.

Termine: Juni/Juli 2025 (genauer Termin folgt, siehe QR-Code)
Dauer: noch nicht bekannt
Gebühr: kostenfrei
Ort: Treffen am Gemeindehaus in Kinderbeuern
Kursleitung: KIRFAM®- Fachkraft Bausendorf
Anmeldung: Katharina Herres: 0151/11090018
E-Mail: kirfam-kita@bausendorf.de



Höhlenwanderung für Groß & Klein

KIRFAM® Bausendorf, Traben-Trarbach: Zu diesem Angebot laden wir alle Eltern und Großeltern mit ihren Kindern/Enkelkindern (ab ca. 4 J.) ein. Wir wandeln auf den Spuren von Ludwig XIV. und entdecken die tief unter der Erde liegenden Festungskeller. Ganz vielleicht begegnet uns dabei auch ein Waldwichtel. Man sagt, diese leben heute in den höhlenartigen Ruinen und haben dort sogar einen Schatz versteckt.

Termine: Juni 2025 (genauer Termin folgt, siehe QR-Code)
Dauer: 14:30-17:00 Uhr
Gebühr: kostenfrei
Ort: Treffen auf dem Parkplatz gegenüber des Flugplatzes Mont Royal
Kursleitung: KIRFAM®- Fachkraft Bausendorf
Katharina Herres: 0151/11090018
E-Mail: kirfam-kita@bausendorf.de
Kursleitung: KIRFAM®- Fachkräfte Traben-Trarbach
Pia Müller: 0151/72686003
Tini Butzen: 0151/28074980
E-Mail: kirfam@traben-trarbach.de



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: mittwochs, 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



Familienwanderung zum Tag der Familie

KIRFAM® Binsfeld, Hetzerath, Salmtal: Am Tag der Familie wollen wir die Familie besonders stärken. Deshalb laden wir Sie herzlich ein, gemeinsam Zeit zu verbringen. In entspannter Atmosphäre können Sie Stress abbauen und eine willkommene Auszeit vom hektischen Alltag erleben. Wir schaffen gemeinsame Erlebnisse und fördern so den Zusammenhalt und die Kommunikation innerhalb der Familie.

Termin: 17.05.2025
Zeit: 10:00 – 12:00 Uhr
Gebühr: kostenlos
Ort: Hetzerath
Anbieter: KIRFAM Binsfeld, KIRFAM Hetzerath, KIRFAM Salmtal
Kontakt: Silke Lautwein
E-Mail: Silke.Lautwein@kita-ggmbh-trier.de

Tel.: 01602639868
Hinweis: Bitte melden Sie sich vorab telefonisch oder per E-Mail an.

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: 09.01., 13.02., 13.03., 10.04., 08.05., 12.06.
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



Spielplatztreffen

KIRFAM® Binsfeld, Hetzerath, Salmtal: Der Spielplatztreff bietet eine tolle Gelegenheit, sich außerhalb der Kita zu treffen, kennen zu lernen und sich in entspannter Atmosphäre auszutauschen. Kommt vorbei und lasst uns gemeinsam eine unvergessliche Zeit auf dem Spielplatz verbringen!

Termine: werden frühzeitig über die Kitas bekanntgegeben
Zeit: 14:30 – 16:30 Uhr
Gebühr: kostenlos
Ort: Salmtal, Erlenbach, Dreis
Anbieter: KIRFAM Binsfeld
E-Mail: kirfam-kita@gemeinde-binsfeld.de

Tel.: 0151 72015054
Anbieter: KIRFAM Hetzerath
E-Mail: Silke.Lautwein@kita-ggmbh-trier.de
Tel.: 01602639868
Anbieter: KIRFAM Salmthal
E-Mail: kirfam-kita@salmthal.de
Tel.: 015170627119
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 Kindergartenbeginn. 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 Frau 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: Diana Ebert
Unterstützende KIRFAM- Fachkraft: Carmen Reuter:
E-Mail: carmen.reuter@kita-ggmbh-trier.de
Tel.: 01515 4206608 (Diana Ebert)
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) (08.01, 22.01, 05.02, 19.02, 05.03, 19.03,

02.04, 16.04, 30.04, 14.05, 28.05, 11.06, 25.06,
09.07, 23.07)

Zeit: 15-16 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/in: 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 0-2,5 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: 14.01.25, 11.02.25, 18.03.25, 08.04.25,
06.05.25, 03.06.25, 01.07.25, 28.01.25, 25.02.25,
25.03.25, 22.04.25, 20.05.25, 17.06.25 15.07.25
Zeit: 15-16 Uhr
Dauer: fortlaufend 2x im Monat
Gebühr: kostenfrei
Kursleitung: KIRFAM®- Fachkraft Jesica Botzet mit wechselnden
KiTa-Eltern
Ort: Turnhalle der KiTa Rebengarten (Bitte Außeneingang
benutzen), 54492 Zeltingen-Rachtig, Brücken-
straße 16
Anbieter/in: KIRFAM®-Fachkraft Jesica Botzet
E-Mail: jesica.botzet@kita-ggmbh-trier.de
Tel.: 0160 2557926 (Jesica Botzet)

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)
Dauer: Gebühr: kostenfrei
Ort: Kinderschutzbund/Mehrgenerationenhaus Wittlich
Brautweg 1, 54516 Wittlich
Kursleitung: Nathalie Vinzens-Wellems Fachstelle Familienbil-
dung
Anbieter/in: Fachstelle Familienbildung- Der Kinderschutzbund
Bernkastel-Wittlich e.V.
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571-2110
Internet: www.dksb-wittlich.de

„Windeln, Wickeln- Werkzeug“- Der Papa-Treff

Du bist Vater und suchst nach einer Möglichkeit bewusste „Papa-Kind-Zeit“ zu verbringen? Außerdem einen Ort für entspannten Austausch mit Gleichgesinnten über alles, was das Vatersein ausmacht – von lustigen Erlebnissen bis hin zu kniffligen Fragen? Dann bist Du im Papa-Treff mit Deinem Kind im Alter von 3-24 Monaten genau richtig. Denn hier kannst Du Erfahrungen teilen und bei Fragen rund um den Alltag mit Kind, gibt dir eine pädagogische Fachkraft gerne das nötige „Werkzeug“ an die Hand.

Termin: jeden 2. Montag ab dem 10.02.25; 24.02.25;
10.03.25; 24.03.24; 07.04.25; 05.05.25; 19.05.25;
02.06.25; 16.06.25; 30.06.25
Dauer: 15 -16.30 Uhr
Gebühr: Kostenfrei
Anmeldung: 06571 2110 oder info@dksb-wittlich.de
Ort: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.,

Brautweg 1, 54516 Wittlich;
Kursleitung: Nathalie Vinzens-Wellems -pädagogische Fachkraft
/Elternberaterin
Anbieter/in: Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V./
MGH Wittlich, Brautweg 1
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571 2110
Internet: www.dksb-wittlich.de

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: 17.03, 24.03, 31.03, 07.04, 14.04.2025
Dauer: 15:00 bis 16:30 Uhr
Gebühr: 15,-€ pro Termin und Person, kann einzeln gebucht werden
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 Teilnehmeranzahl

KIRFAM® Spielgruppe für Kinder unter drei Jahren

In der Spielgruppe können Kinder gemeinsam mit ihren Eltern in Kontakt mit anderen Familien treten und gemeinsam eine tolle Zeit erleben! Die Kinder können nach Herzenslust spielen und entdecken! Zudem gibt es feste Rituale wie Begrüßungs- und Abschiedsrituale sowie Sing- und Fingerspiele, die den Kindern viel Freude bereiten. Auch die Eltern haben die Möglichkeit, sich untereinander zu verschiedenen Themen auszutauschen. Das An-

gebot wird von der Kirfam®-Fachkraft Kerstin Thieltges begleitet. Der Kurs findet im Innenbereich der Kita statt und kann, je nach Wetterlage, auch auf dem Außengelände stattfinden. Das Angebot richtet sich an Eltern mit ihren Kindern im Alter zwischen null und drei Jahren und darf auch von Familien genutzt werden, die noch keinen Kitaplatz haben – Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Termin: donnerstags, vierzehntägig
Zeit: 15:30 bis 16:30 Uhr
Gebühr: kostenfrei
Anmeldung: Telefonisch oder per E-Mail
Ort: Kita „Wunderland“
Kontakt: Kerstin Thieltges
E-Mail: kirfam-kita@salmtal.de
Tel.: 0151 70627119
Hinweis: Bitte melden Sie sich vorab telefonisch oder per Email an.

Kleine Entdecker*innen Interkulturelle Eltern-Kind-Treff

Eltern mit ihren Kindern ab 1 Jahr sind herzlich zum interkulturellen Eltern-Kind-Treff eingeladen! In einer freundlichen und offenen Atmosphäre bietet die Kursleitung die Möglichkeit zum Austausch, Spielen und Kennenlernen verschiedener Kulturen. Neben altersentsprechenden Entwicklungstipps gibt es spannende Aktivitäten, die die Bindung zwischen Eltern und Kindern stärken und den interkulturellen Dialog fördern.

Termine: vierzehntägig Samstag; Beginn 15. Februar
Dauer: 10:30 – 12:00 Uhr
Gebühr: 3€/Treffen
Ort: Eppes – Burgstr.51a in Wittlich
Kursleitung: Marlies Brixius (System. Familienberaterin und Traumafachberaterin)
Anbieter: Perspektiven e. V., Wittlich
E-Mail: kontakt@perspektiven-wittlich.de
Tel.: 01704582948 (auch WhatsApp)
Internet: www.perspektiven-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. Ich unterstütze Sie gerne in Fragen der Erziehung und Entwicklung Ihres Kindes, in herausfordernden Lebens-

lagen, beim Ausfüllen von Anträgen etc. Nutzen Sie gerne das kostenfreie und vertrauliche Angebot der Beratung.

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



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 von 07:30 – 17:00 Uhr
Dienstag, Mittwoch & Freitag von 07:30 – 11:30 Uhr

E-Mail: kirfam-kita@gemeinde-binsfeld.de

Tel.: 0151 72015054

Hinweis: 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 in der Kath. KiTa „St. Hubertus“ Hetzerath

Kontakt: Silke Lautwein

Zeit: Montag, Dienstag, Donnerstag: 08:00 - 13:00 Uhr
Freitag: 12:00 - 16:30 Uhr sowie nach Vereinbarung

Termine: In den zugehörigen Kindertagesstätten werden regelmäßig offene KIRFAM-Sprechstunden angeboten

ten. 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 „Erlebnisswelt“ 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-Dhron
Kontakt: Carmen Reuter
Zeit: Montag – Freitag in der Zeit von 8. 30 Uhr – 12. 30 Uhr. Benötigen Sie einen Termin außerhalb der Bürozeiten? Kontaktieren Sie mich gerne und wir werden eine passende Uhrzeit für Sie finden. Weitere offene KIRFAM- Sprechstunden werden in den zugehörigen Kindertagesstätten im Raum Neumagen-Dhron 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: Montag, Dienstag, Mittwoch: 08:30 – 13:30 Uhr
Donnerstag: 09:00 bis 17:00 Uhr
Freitag: 08:30 bis 12:45 Uhr
sowie nach Vereinbarung
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 in regelmäßigen Abständen 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 Ausgänge 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, 56841 Traben-Trarbach

Kontakt: Tini Butzen, Pia Müller

Zeit: Termine können nach Bedarf vereinbart werden.
Jeden Dienstag findet die Offene Sprechstunde in der Kindertagesstätte „Rappelkiste“, Kövenigerstraße 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, Jasmine Pölcher-Schneider-Schneider (KIRFAM®-Fachkräfte)

Familienunterstützung vor Ort am Standort Wittlich für die Kindertagesstätten und Familien:

- 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 Neuerburg
- Waldorf-Kindergarten Brüder Grimm

Ort: Ev. Kindergarten Vitelliuspark Wittlich

Kontakt: Anika Hayer

Zeit: montags, dienstags, mittwochs: 08:30 – 13:00 Uhr

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

Tel.: 0162 3219664

Ort: Ev. Kindergarten Vitelliuspark Wittlich

Kontakt: Jasmine Pölcher-Schneider-Schneider

Zeit: montags, mittwochs, donnerstags: 09:00 – 13:00 Uhr und nach Vereinbarung

E-Mail: poelcher@ev-jugendhilfe-mittelmosel.de

hayer@ev-jugendhilfe-mittelmosel.de

Tel.: 0160 3666959 (Jasmine Pölcher-Schneider)

0162 3219664 (Anika Hayer)

In den Wittlicher Kindertagesstätten bieten wir darüber hinaus offene Sprechstunden an. Bitte melden Sie sich bei uns oder den Mitarbeiter*innen Ihrer Kita an.

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

Wenn Eltern sich trennen, verändert sich vieles, auch für die Kinder. Sie brauchen in dieser Zeit besonders viel Zuwendung und Aufmerksamkeit. Das ist für Eltern meist nicht leicht, denn finanzielle Probleme, Konflikte mit dem anderen Elternteil und Stress durch Veränderungen in der Lebensgestaltung fordern Kraft, Nerven und Zeit – oft zu Lasten der Kinder, aber auch des eigenen Wohlbefindens. Drei grundlegende Fragen leiten die Kursinhalte: Wie kann ich die Beziehung zu meinem Kind positiv gestalten und seine Entwicklung fördern? Was kann ich tun, um Stress zu vermeiden und abzubauen? Wie kann ich den Kontakt zum anderen Elternteil im Sinne meines Kindes gestalten?

Termine: Di, 29.04.; Di., 06.05.; Di., 13.05.; Di., 20.05.; Di., 27.05.; Do., 05.06.; Di., 10.06.
Dauer: jeweils von 17:00-20:00 Uhr
Gebühr: 70,00€ pro Person inkl. Kursmaterial und Verpflegung
Ort: Kasernenstr. 37, 54516 Wittlich
Kursleitung: Diplom Psychologin Lara Weber, Diplom Sozialarbeiterin (FH) Ute Isselhard-Thinnes
Anbieter: Lebensberatung Wittlich
E-Mail: sekretariat.lb.wittlich@bistum-trier.de
Tel.: 06571-4061
Internet: www.wittlich.lebensberatung.info



Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle in Traben-Trarbach/Wolf

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 (oder gerne auf den AB sprechen)
Dauer: individuell planbar
Gebühr: kostenfrei
Ort: Maiweg 150, 56841 Traben-Trarbach/Wolf, telefonisch oder online
Kursleitung: 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: 17.03., 24.03., 31.03., 07.04.
Dauer: 16:00 – 17:30
Gebühr: kostenfrei

Ort: ev. Beratungsstelle, Maiweg 150, 56841 Traben-Trarbach/Wolf
Kursleitung: Carmen Löwen, Sozialpädagogin (FH)
Anbieter: Gemeinsame Diakonische Werke Rhein-Süd gGmbH
E-Mail: self.wolf@diakoniehilft.de
Tel.: 06541-6030
Internet: www.diakoniehilft.de

Offene Telefonsprechstunde „Trennung und Scheidung- Umgang mit den Kindern“

Trennung und Scheidung der Eltern stellen meist eine hohe Belastung für die Kinder dar. Wie können Eltern in dieser Zeit ihre Kinder unterstützen, dass sie dennoch glücklich bleiben?

Termin: 13.02.2024
Dauer: 14:00 bis 16:00
Gebühr: kostenfrei
Ort: ev. Beratungsstelle, Maiweg 150, 56841 Traben-Trarbach/Wolf
Kursleitung: Bettina Jondral, Diplom Sozialpädagogin
Anbieter: Gemeinsame Diakonische Werke Rhein-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: 25.02.2025 Grundschule Traben-Trarbach
18.03.2025 Realschule + Traben-Trarbach
25.03.2025 Gymnasium Traben-Trarbach

Dauer: 14:00 – 16:00
Gebühr: kostenfrei
Ort: in jeweiligen Schulen ausgeschildert
Kursleitung: Carmen Löwen, Sozialpädagogin (FH)
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 auf der Homepage: www.wittlich.lebensberatung.info. Sprechstunden finden in folgenden Einrichtungen statt:

Ort: IGS-Salmtal, Salmaue 8, 54528 Salmtal
Termine: Montag, 03.03.2025; Montag, 02.06.2025
Dauer: 13:00-15:00 Uhr; auch der zweite Termin 13:00-15:00 Uhr
Gebühr: keine
Kursleitung: Diplom-Psychologe Ludger Brünnette
Anbieter: Lebensberatung Wittlich
E-Mail: Frau Hespe: Shespe@igs-salmtal.de
Tel.: nur per Mail möglich

Ort: Kath. Kindertagesstätte St. Antonius, Bernkastel-Kues
Termine: Montag, 17.03.2025
Dauer: 14:00-16:00 Uhr
Gebühr: keine
Kursleitung: Diplom-Psychologe Ludger Brünnette

Anbieter: Lebensberatung Wittlich
Tel.: 06531-6290

Ort: Kath. Kindertagesstätte Maria Heimsuchung, Reil
Termine: Dienstag, 18.03.2025
Dauer: 14:30-16:30 Uhr
Gebühr: keine
Kursleitung: Diplom-Psychologe Ludger Brünnette
Anbieter: Lebensberatung Wittlich
Tel.: 06542-2351

Ort: Kath. Kindertagesstätte Rebengarten, Zeltingen-
Rachtig,
Termine: 25.03.2025
Dauer: 14:00-16:00 Uhr
Gebühr: keine
Standort Wehlen
Kursleitung: Diplom-Psychologe Ludger Brünnette
Anbieter: Lebensberatung Wittlich
Tel.: 06532-9559877

Ort: Kath. Integrative Kindertagesstätte St. Peter, Witt-
lich- Wengerohr
Termine: Dienstag, 01.04.2025
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: 09.04.2025
Dauer: 09:00-11:00 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. 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
Ort: Jugendkulturzentrum (JUKUZ) Bernkastel-Kues, Im
Vierteil 54470 Bernkastel-Kues
Der Deutsche Kinderschutzbund Wittlich e.V. (WILà-
vie) 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: <https://www.kinderschutzbund-trier.de/>



Kinonachmittag „Liebe, Wut und Milchzähne“

Ob es um Süßigkeiten an der Supermarktkasse oder etwas ganz anderes geht- Wutausbrüche sind Eltern wohlvertraut. Der Film wirft einen liebevollen Blick auf die Hintergründe kindlicher Wut und den möglichen Umgang damit. Wir freuen uns auf den anschließenden Austausch bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit Ihnen.

Termin: 14.03.2025
Zeit: 17.00 Uhr
Gebühr: 5€ pro Besucher
Kursleitung: Jasmin Kühl und Miriam Vogt
Ort: Kino Café Heimat Biergasse 5, 54497 Morbach
Anbieter/in: KIRFAM® Morbach in Kooperation mit dem Kino Café Heimat Morbach
E-Mail: jkuehl@morbach.de, mvogt@morbach.de
Tel.: 0162 1309764 (Jasmin Kühl)
0162 1310093 (Miriam Vogt)
Internet: www.morbach.de/kirfam

Pubertät – eine Chance für Jugendliche und Erwachsene

Wie kann diese herausfordernde Zeit des Wandels, der Veränderung und der Entwicklung als Chance gesehen werden, um die Beziehungen zwischen Eltern und Heranwachsenden neu zu gestalten? Eine Anmeldung ist erwünscht; der Abend findet auf jeden Fall statt.

Termin: Montag, 7. April 2025
Zeit: 19:00 Uhr bis ca. 20:30 Uhr
Dauer: ca. 1,5 Stunden
Gebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Kursleitung: Dipl. Psych. Peter Brettler, Psychologischer Psychotherapeut, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut
Ort: Mensa des Cusanus-Gymnasiums 54516 Wittlich, Kurfürstenstraße 14
Anbieter/in: Dr. Michaela Schüssler-Schwab, Cusanus-Gymna-

sium Wittlich, mit dem AK Resilienz im Landkreis Bernkastel-Wittlich, vertreten durch Pastoralreferent Armin Surkus-Anzenhofer von der Katholischen Erwachsenenbildung (KEB) im Pastoralen Raum Wittlich

E-Mail: armin.surkus-anzenhofer@bistum-trier.de;
schuessler-schwab@cg-wittlich.eu;
Tel.: 06571 14694-15
Internet: <https://www.pastoralerraum-wittlich.de>
<https://www.cgw-wittlich.eu>

#EchtStark: Ideen für ein starkes Leben

Der Abend geht den Fragen nach: Was macht unsere Kinder zu gefestigten Persönlichkeiten? Was hilft ihnen, mit schwierigen Situationen erfolgreich umzugehen? Eine Anmeldung ist nicht nötig; der Abend findet auf jeden Fall statt.

Termin: Mittwoch, 29. Januar 2025
Zeit: 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr
Dauer: 1,5 Stunden
Gebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Kursleitung: Christiane Ehlert-Olejnik, Dipl. Psychologin
Ort: Georg-Meistermann-Grundschule Wittlich, Lieserstraße 12
Anbieter/in: FamOS - das Familiengrundschulzentrum in Wittlich mit André Rieder und AK Resilienz im Landkreis Bernkastel-Wittlich, vertreten durch Armin Surkus-Anzenhofer von der Katholischen Erwachsenenbildung (KEB) im Pastoralen Raum Wittlich
E-Mail: andre.rieder@stadt.wittlich.de
Internet: <https://www.wittlich.de>
<https://www.pastoralerraum-wittlich.de>

Wo fängt eigentlich „Mobbing“ an? – Meinungsmache auf dem Schulhof und im Internet

Die Grenzen zwischen alltäglichen Hänseleien und Mobbing sind fließend. Die Anonymität des Internet senkt die Hemmschwelle für Bloßstellungen, Schikane und Verbreitung falscher Behauptungen. Da Mobbing in allen Altersstufen und Schulformen stattfindet, ist es besonders wichtig, Mobbing frühzeitig zu erkennen und aktiv zu begegnen. Wie können wir Mobbing erkennen und verhindern? Wie können wir Kinder seelisch stark und selbstsicher machen, damit sie nicht zu Mobbing-Tätern oder Opfern werden? Eine Anmeldung ist erwünscht; der Abend findet auf jeden Fall statt.

Termin: Donnerstag, 3.04.2025
Zeit: 18:30 Uhr
Dauer: Ca. 1,5 Stunden
Gebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Kursleitung: Dr. Marie-Christine Kees, Dipl. Psychologin, Schulpsychologisches Beratungszentrum Wittlich
Ort: Mensa der Kurfürst-Balduin-Realschule Wittlich und des Cusanus-Gymnasiums-Wittlich, Kurfürstenstraße 14
Anbieter: Schulsozialarbeit Kurfürst-Balduin-Realschule plus Wittlich, Kristina Braun; Schulsozialarbeit Cusanus-Gymnasium Wittlich, Mirjam Pfeiffer; Schulsozialarbeit der Wittlicher weiterführenden Schulen; AK Resilienz im Landkreis Bernkastel-Wittlich mit Armin Surkus-Anzenhofer von der Katholischen Erwachsenenbildung (KEB) im Pastoralen Raum Wittlich
E-Mail: kristina.braun@palais-ev.de
Internet: <https://www.rs-wittlich.de>; <https://www.cgw-wittlich.eu>; <https://www.pastoralerraum-wittlich.de>

„Morgen geh ich wieder hin...“ Was, wenn ein Kind den Schulbesuch verweigert?

Welche Gründe und Auslöser können zu einer Verweigerung des Schulbesuchs führen? Welche rechtlichen Grundlagen gibt es? Welche möglichen Anlaufstellen bieten Unterstützung? Wie können Handlungsempfehlungen für Eltern und Schulen im Umgang mit der Symptomatik aussehen? Eine Anmeldung ist erwünscht, der Abend findet auf jeden Fall statt.

Termin: Dienstag, 25.03.2025, 18:30 Uhr bis 20 Uhr
Zeit: 18:30 Uhr bis 20 Uhr
Dauer: 1,5 Stunden
Gebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Referenten: Pia Biela, Psychologin, DRK Tagesklinik Daun, Sozialdienst, DRK Tagesklinik Daun; Maximilian Billigen, M.A. Erziehungswissenschaften, Sozialdienst, DRK Tagesklinik Daun
Ort: Mensa der IGS Integrierte Gesamtschule Salmtal, Salmaue 8, 54528 Salmrohr
Anbieter: Schulsozialarbeit der IGS Salmtal: Sybille Hesse, AK Resilienz im Landkreis Bernkastel-Wittlich mit Armin Surkus-Anzenhofer von der Katholischen Erwachsenenbildung (KEB) im Pastoralen Raum Wittlich
E-Mail: shesse@igs-salmtal.de
Tel.: 06578 9855816
Internet: <https://www.igs-salmtal.de>; <https://www.pastoralerraum-wittlich.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: Michaele Schneider (zert. Elternbegleiterin/Antidiskriminierungsberaterin)
Anbieter: Perspektiven e. V., Wittlich
E-Mail: m.schneider@perspektiven-wittlich.de
Tel.: 01704582948 (auch WhatsApp/Signal/Threema)
Internet: www.perspektiven-wittlich.de

“Wege aus der Brüllfalle“

Der Elternvortrag mit Filmvorführung „Wege aus der Brüllfalle“ (von Wilfried Brüning) zeigt, wie Eltern Konfliktsituationen mit ihren Kindern ohne Streit und Androhung von Strafen besser bewältigen können. Was soll man tun, wenn Kinder nach fünfmaligem Bitten immer noch nicht reagieren? In solchen Situationen ist es schwer ruhig zu bleiben. In dieser Veranstaltung geht es darum, praktische und nachvollziehbare Lösungen für alltägliche Erziehungsprobleme zu finden.

Termin: 05.02.25 – 14 Uhr Kita Talweg Wittlich,
Talweg 13, 54516 Wittlich
Tel.: 06571-5437
06.05.25 – 17 Uhr Grundschule Bernkastel-Kues
Schulstraße 2 54470 Bernkastel-Kues
Tel.: 06531-8132, cusanus-grundschule@t-online.
de
Dauer: ca. 1 ½ Std.
Gebühr: kostenfrei / Anmeldung in der jeweiligen Kita/Schule

Kursleitung: Nathalie Vinzens-Wellems, Annette Neeb; Fachstelle Familienbildung Wittlich
Anbieter/in: Fachstelle Familienbildung- Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571/2110
Internet: www.fachstelle-familienbildung.de oder www.dksb-wittlich.de

Die Trotzphase ist kein Ponyhof - kleine Helden liebevoll begleiten

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

Termin: 20.02.25 - 10 Uhr Online über Zoom
Anmeldung: <https://eveeno.com/332992077> oder QR-Code
Dauer: ca. 1 ½ Std.
Gebühr: kostenfrei /
Kursleitung: Nathalie Vinzens-Wellems, Annette Neeb; Fachstelle Familienbildung Wittlich
Anbieter/in: Fachstelle Familienbildung- Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571/2110
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: 01.04.25 – 17 Uhr
Kita „Regenbogen“, Lieserstr.20, 54518 Platten, Tel.: 06535-575
04.06.25 – 18 Uhr Kita „Villa Kunterbunt“,
Schulstr.4, 54518 Niersbach, Tel.: 06575-4823

Dauer: ca. 1 ½ Std.

Gebühr: kostenfrei / Anmeldung in der jeweiligen Kita

Kursleitung: Nathalie Vinzens-Wellems, Annette Neeb; Fachstelle Familienbildung Wittlich

Anbieter/in: Fachstelle Familienbildung- Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.

E-Mail: info@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

Energieräuber und Tankstellen

Den Alltag mit Kind/ern, Haushalt, privaten Verpflichtungen und Job unter einen Hut zu bekommen bringt uns oft an und über unsere Grenzen. Schon kleine Veränderungen im Alltag können helfen, den Stress in der Familie zu verringern und Zeit zu schaffen für Entspannung, gelingendes Miteinander und eine stabile Bindung zu unseren Kindern. Zeit- und Familienmanagement, Achtsamkeit und vieles mehr werden in diesem Elternseminar miteinander erarbeitet.

Termin: 05.05.25 – 19:00 Uhr Kita „Bengelchen“, Bengel 54538 Bengel, Birkenweg 1

Telefon: 06532-2060; Email: kindergarten@bengel.eu

Dauer: ca. 1 ½ Std.

Gebühr: kostenfrei

Anmeldung: familienbildung@dksb-wittlich.de oder Telefon: 06571-2110

Kursleitung: Nathalie Vinzens-Wellems, Annette Neeb; Fachstelle Familienbildung Wittlich

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

E-Mail: info@dksb-wittlich.de

Tel.: 06571/2110

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

Filmvortrag Good enough parents Was braucht mein Kind wirklich? Und kann ich das geben?

Was brauchen Kinder? Welche Werte, Erziehungsweisen und Glaubenssätze bestimmen unser Zusammenleben mit ihnen? Einige Antworten und Reflektionen auf die vielen Fragen des Zusammenlebens als Familie, Erziehungsmythen und vermeintlichen Ratschlägen darüber, was Kinder wirklich brauchen, nimmt Regisseur Dominik Schuster im Dokumentarfilm Good enough parents in seiner eigenen Vaterschaft zum Anlass, sich damit auseinanderzusetzen. Dabei begegnet er nicht nur überholten Weisheiten, sondern auch neuen Irrtümern, die sich gerade ihren Weg bahnen. Ein Film über Bindung, Bedürfnisse und Erziehungsmythen.

Termin: 08.04.25 – 18 Uhr Kita „Arche Noah“, In der Nah, 54424 Thalfang In Kooperation mit KIRFAM Sabrina Weinsberg

Anmeldung: KIRFAM® Fachkraft Sabrina Weinsberg 0171-2146734

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 oder info@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

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: 29.04.25 – 14 Uhr Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V., Brautweg 1, 54516 Wittlich

Anmeldung: 06571-2110 oder familienbildung@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 oder info@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 Grundschullehrer*innen im Landkreis, Lehrpersonal der Georg-Meistermann Grundschule Wittlich statt.

Termin: 25.03.25- 19.30 Uhr. Online über Zoom
Anmeldung unter <https://eveeno.com/308159212>
oder QR-Code
11.02.25 – 19.00 Uhr Grundschule Zeltingen-Rachtig, 54492 Zeltingen-Rachtig, St. Florentiner Str. 8
Telefon: 06532-93 31 31, E-Mail: schule@gsszr.bildung-rp.de
Anmeldung: Grundschule Zeltingen Rachtig
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: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571-2110
Internet: www.fachstelle-familienbildung.de oder www.dksb-wittlich.de



Ich mag mich - Kinder entdecken ihren Körper

Von Geburt an entdecken Kinder ihren Körper. Dabei ist die Sexualität ein wichtiger Teil der Persönlichkeitsentwicklung. Besonders in der frühen Kindheit ist es wichtig auch diesen Entwicklungsbereich sensibel zu begleiten. Aber wie genau äußert sich kindliche Sexualität im Alter von 0-6 Jahren? Und was ist „normal“? Diese Elternveranstaltung möchte einladen, sich genauer mit dem Thema „kindliche Sexualentwicklung“ auseinanderzusetzen. Er möchte die Scheu vor diesem Thema nehmen und auf entwicklungspsychologischer Grundlage die „normale“ sexuelle Entwicklung von Kindern darstellen.

Termin : 24.03.2025 – 19.30 Uhr Kita Sausewind, Kinheim 54538 Kinheim, Königsstraße 29, Telefon 06532 4201, E-Mail: kindergarten@kinheim.de
Dauer: ca. 1 ½ Std.
Gebühr: kostenfrei / Anmeldung in der jeweiligen Kita
Ort: Kita Sausewind, Kinheim
Kursleitung: Annette Neeb; Nathalie Vinzens-Wellems, Fachstelle Familienbildung Wittlich
Anbieter/in: Fachstelle Familienbildung - Der Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.
E-Mail: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571-2110

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 erklärbares, Verhalten begleitet. Im gemeinsamen Austausch möchten wir diesen wichtigen Entwicklungsschritt näher erläutern und nützliche Grundsteine für die Begleitung dieser weiteren Phase mitgeben.

Termin : 08.04.25 – 19.00 Uhr Kita Zauberwald, Kinderbeuern, 54538 Kinderbeuern, Schulstraße 35, Telefon

06532 2881, E-Mail: kindergarten@kinderbeuern.eu
28.04.25 – 14.00 Uhr Kita Brautweg, Wittlich, 54516 Wittlich, Brautweg 1, Telefon: 06571 269111-0, E-Mail: info@kita-brautweg.wittlich.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: info@dksb-wittlich.de
Tel.: 06571-2110
Internet: www.fachstelle-familienbildung.de oder www.dksb-wittlich.de

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: Mittwoch, 14. Mai 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 Teilnehmeranzahl

Medienkompetenz fördern

Mediennutzung: Chancen und Risiken

Handy, Gaming und Co. bieten viele Chancen, online abwechslungsreich unterwegs zu sein, Leute – zumindest virtuell – zu treffen, sich kreativ zu beschäftigen, zu spielen oder zu lernen. Damit das Jugendlichen und Eltern sicher und gut gelingt, gilt es zum eigenen Schutz, manches zu beachten, um nicht in Kosten- oder Datenschutz-Fallen zu stolpern oder Negativerfahrungen zu machen. Während zwei Vorträgen in der Mensa gibt es in der Aula des Cusanus-Gymnasiums spannende Workshops zu „Wie kann ich mich vor Manipulation bei TikTok schützen?“, „Zwischen Freiheit und Sicherheit“, „Selbstdarstellung im Netz“, „Wtf is lol – Hatespeech im Netz“, „Counterspeech mit Memes“, „Apps, Gaming, Kostenfallen“. Vorträge und Workshops werden für Eltern und Jugendliche getrennt angeboten.. Eine Voranmeldung ist erwünscht. Eine spontane Teilnahme ist möglich.

Termin: Mittwoch, 12. März 2025
Zeit: 18:30 bis ca. 20:30 Uhr
Dauer: ca. 2 Stunden
Gebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Kursleitung: „Netzwerk Medienkompetenz“ im Landkreis Bernkastel-Wittlich
Ort: Cusanus-Gymnasium 54516 Wittlich, Kurfürstenstraße 14
Anbieter/in: „Netzwerk Medienkompetenz“ im Landkreis Bernkastel-Wittlich mit der Schulsozialarbeit des Palais e.V., mit dem Pastoralen Raum Wittlich, dem Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück e.V. und mit dem Haus der Jugend Wittlich.



Elterngesprächskreis – Mediennutzung in der Grundschule

In diesem Gesprächskreis geht es um erste Begegnungen und die Nutzung von Internet und Handy im Grundschulalter, um Regeln, und gemeinsames Gestalten der ersten Medienerfahrungen.

- Termine: Mo., 31.03. (bei entsprechender Anmeldezahl auch online möglich)
Dauer: 19:30 - 21:00 Uhr
Gebühr: 10€
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.: 01704582948 (auch WhatsApp/Signal/Threema)
Internet: www.perspektiven-wittlich.de
Hinweis: weitere Themen in Vorbereitung, auch für andere Altersstufen

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: <https://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 Fernsehen, Playstation und Co. In der anschließenden Gesprächsrunde mit der Fachkraft können konkrete Fragen beantwortet werden.

- Termin: 19.02.2025 – 9.30 Uhr
Ort: Kita Jahnplatz, Wittlich, 54516 Wittlich, Am Jahnplatz 11
Telefon: 06571 7609
E-Mail: info@kitajahnplatz.de
Dauer: ca. 2 Std.
Gebühr: kostenfrei / Anmeldung in der jeweiligen Kita bzw. siehe Beschreibung
Kursleitung: Annette Neeb, Nathalie Vinzens-Wellems; Fachstelle Familienbildung
Anbieter/in: Fachstelle Familienbildung- Kinderschutzbund Bernkastel-Wittlich e.V.
E-Mail: info@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: 11.01., 08.02., 08.03., 12.04., 10.05., 14.06., 12.07.
Dauer: 10:00 Uhr bis 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.

Alleinerziehenden-Treff – Austausch und Unterstützung

KIRFAM® Morbach und KIRFAM® Thalfang

Diese Treffen ermöglichen Alleinerziehenden und getrenntlebenden Eltern mit ihren Kindern Kontakte und Erfahrungsaustausch. Während ihre Kinder beim Spielen betreut sind, haben sie in entspannter Atmosphäre die Möglichkeit, sich untereinander auszutauschen oder auch fachliche Unterstützung einzuholen. Ein gemeinsames Abendessen bildet den Abschluss der Treffen.

Termine: 22.01.2025, 26.03.2025, 14.05.2025
Zeit: 16.00 - 18.30 Uhr
Gebühr: kostenlos
Kursleitung: KIRFAM® Morbach Jasmin Kühl und Miriam Vogt
KIRFAM® Thalfang Sabrina Weinsberg
Ort: Haus der Begegnung, Jugendherbergsstraße 25, 54497Morbach
Anbieter/in: KIRFAM® Morbach und KIRFAM® Thalfang
E-Mail: jkuehl@morbach.de, mvogt@morbach.de
Tel.: 0162 1309764 (Jasmin Kühl)
0162 1310093 (Miriam Vogt)
0171 2146734 (Sabrina Weinsberg)



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: WILàvie, 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



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

Ferien – was sonst! 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 erhalten sie auf unserer Homepage www.dksb-wittlich.de

Termin: Osterferien 14.04.2025 – 17.04.2025
Dauer: 8:00 – 14:00 Uhr
Gebühr: 60,- €, Geschwisterkinder zahlen 10 € weniger. Familien in finanziellen Notlagen erhalten unbürokratisch einen Nachlass.
Alter: 6 Jahre (ab dem 1. Schuljahr) bis 13 Jahre
Anmeldung: Anmeldung erst ab dem 29.01.2025 ab 8:00 Uhr telefonisch unter 06571/2110 oder per E-Mail an info@dksb-wittlich.de
Termine: Sommerferien
07.07.2025 – 11.07.2025
14.07.2025 – 18.07.2025
21.07.2025 – 25.07.2025
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 erst ab dem 30.04.2025 ab 8:00 Uhr telefonisch unter 06571/2110 oder per E-Mail an info@dksb-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 anmel-

den. Anmeldung mit Namen, Adresse, Telefonnummer, Alter des Kindes/der Kinder. Wir bestätigen Ihre Anmeldung innerhalb einer Woche. Pro Kind kann nur eine Woche gebucht werden.

„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, von 14 Uhr bis 16:30 Uhr (außer in Schulferien)
Gebühr: Kostenfrei
Ort: 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 Warenvielfalt 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 Kin-

derschutzbund 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: Montag bis Freitag von 10-18 Uhr und Samstag von 10 bis 14 Uhr
Ort: „Kaufen mit Herz“, Marktplatz 9, 54516 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

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. Vorherige Anmeldung erforderlich.

Termine: Samstag von 10:00 – 13:00 Uhr
18.01., 01.02., 15.02., 15.03., 29.03., 05.04., 10.05., 24.05., 07.06.
Dauer: 3 Stunden
Alter: Ab dem ersten Schuljahr
Gebühr: kostenfrei
Anmeldung: Nur in der jeweiligen Veranstaltungswoche von Montag bis Donnerstag für die eigenen Kinder möglich unter info@dksb-wittlich.de oder telefonisch unter 06571-2110
Ort: Kinderschutzbund / MehrGenerationenhaus Wittlich; 54516 Wittlich, Brautweg 1
Kursleitung: Nicole Glase
Anbieter: Kinderschutzbund / MehrGenerationenhaus Wittlich; Brautweg 1, 54516 Wittlich
E-Mail: info@dksb-wittlich.de

Tel.: 06571-2110
Internet: www.dksb-wittlich.de
Hinweis: Weitere Informationen erhalten sie auf unserer Homepage

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 Tanten“ 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. GSP-Daten: 50.003602,6.896207. Bis zum 30.03.25 hält unser Widu Winterschlaf, danach freut er sich sehr über Euren Besuch.

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



Familienseminare

Pflegeeltern werden

Einem Kind, einem Jugendlichen oder 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, 14.03.25 und Samstag, 29.03.25 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 142388, E-Mail: Tanja.Trauden@Bernkastel-Wittlich.de)
Mona Lengsdorf (Tel. 06571 142031, E-Mail: Mona.Lengsdorf@Bernkastel-Wittlich.de)
Julia Kern (Tel. 06571-2698054, E-Mail: pfegekinderdienst@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 incl. 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 Räumlichkeiten. Zur Ausübung der anspruchsvollen Tätigkeit als Kindertagespflegeperson sowie zur Erlangung der Pflegeerlaubnis ist eine pädagogische Qualifizierung nach dem „Qualitätsorientierten Qualifizierungshandbuch Kindertagespflege (QHB)“ erforderlich. Diese Qualifizierung umfasst 300 Unterrichtseinheiten + 80 Stunden Praktika und 2 Lernergebnisfeststellungen. Die Qualifizierung wird durch die Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich in Kooperation mit der Katholischen Familienbildungsstätte Mayen e. V. 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.

Termine: Kursbeginn am 07.03.2024
Dauer: jeweils Fr. 18:00 Uhr bis 21:00 Uhr und Sa. 9:00 Uhr bis 14:00 Uhr/16:00 Uhr
Gebühr: 200,00 Euro
Ort: TGZ Nerdlen (Vulkaneifelkreis Daun)
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 zum Frühling und in der Vorbereitung auf Ostern wird miteinander gebastelt. Für Verpflegung ist gesorgt. Um Anmeldung wird bis Mittwoch, 12.03. gebeten.

Termin: Samstag, 15.03.2025 um 14:00 Uhr
Dauer: 2 Stunden
Gebühr: Spende
Kontakt: Gemeindefreferentin 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, 24.05.2025
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, Servicestelle Kinderschutz, Kurfürstenstr. 16, 54516 Wittlich, per Fax an 06571 14-42265 oder per E-Mail an Gudrun.Weber@Bernkastel-Wittlich.de.

Impressum

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

Druck: WIRMachenDRUCK GmbH
Mühlbachstraße 7, 71522 Backnang

Internet: www.bernkastel-wittlich.de

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

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

Stand: Januar 2025; Auflage 5.000 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 2025-II: Fr, 13.06.2025

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. - Kinderschutzdienst
- DRK-Bildungswerk Eifel-Mosel-Hunsrück e. V.
- FamOS - das Familiengrundschulzentrum in Wittlich
- Fleur Schneiders, BFB bindungsorientierte Familienbegleiterin®, FeS®-Fachkraft
- 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, Velden, Wittlich
- Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz e. V.
- Kreisverwaltung Bernkastel-Wittlich
- LandFrauenverband 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
- 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