



# Termine

Netzwerk Gesunde Kinder  
Dahme-Spreewald  
Januar - Juli 2025

Schwangerenfrühstück, Still-  
vorbereitung, Erste-Hilfe  
für Babys und Kleinkinder,  
Krabbelgruppen/Elterntreffs,  
Erziehungstipps online u. v. m.

Anmeldung:  
Tel. 0800 - 64546337  
E-Mail:  
[ngk-lds@awo-bb-sued.de](mailto:ngk-lds@awo-bb-sued.de)

# Netzwerk Gesunde Kinder – ein Angebot für alle Familien



Die Geburt Ihres Kindes bringt viele Veränderungen mit sich. Sie als Familie erleben Freude und Glück, meistern neue Herausforderungen und haben viele Alltagsfragen. Das Netzwerk Gesunde Kinder ist an Ihrer Seite.

- **Liebevoller Besuch:** Begleitung durch ehrenamtlich tätige Familienpatinnen und -paten
- **Interessante Kurse und Veranstaltungen:** Erste Hilfe bei Babys und Kleinkindern, Beikosteneinführung und viele weitere Themen
- **Informativ:** Familienhandbuch mit wertvollen Tipps und Hinweisen für die gesunde Entwicklung des Kindes
- **Kontakt zu anderen Familien:** Eltern-Kind-Treff, Stillcafé und Krabbelgruppe in entspannter Atmosphäre
- **Kostenfrei:** für interessierte Schwangere und Familien mit Kindern bis zu 3 Jahren

## Informationen, Anmeldung und Kontakt

### Netzwerk Gesunde Kinder Dahme-Spreewald

c/o AWO Bezirksverband Brandenburg Süd e. V.

**Königs Wusterhausen:** Märkische Zeile 16,  
15711 Königs Wusterhausen

**Lübben:** c/o Spreewaldklinik, Schillerstraße 29,  
15907 Lübben

 **Anmeldung/Kostenloses Info-Telefon: 0800-64546337**  
E-Mail: [ngk-lds@awo-bb-sued.de](mailto:ngk-lds@awo-bb-sued.de)

[www.netzwerk-gesunde-kinder.de](http://www.netzwerk-gesunde-kinder.de)

[www.awo-bb-sued.de](http://www.awo-bb-sued.de)

[www.facebook.com/awo.ngk.lds](https://www.facebook.com/awo.ngk.lds)

Instagram: [netzwerkgesundekinderlds](https://www.instagram.com/netzwerkgesundekinderlds)



Das Netzwerk Gesunde Kinder wird gefördert vom Landesministerium für Bildung, Jugend und Sport.

Illustrationen/Fotos: © Makiko/Netzwerk Gesunde Kinder



Bezirksverband  
Brandenburg Süd e. V.



# Liebe (werdende) Eltern, liebe Leser\*innen,

vielen Dank für Ihr Interesse am Netzwerk Gesunde Kinder Dahme-Spreewald. Seit 2007 ist das Netzwerk Gesunde Kinder schon an der Seite von Familien im Landkreis Dahme-Spreewald und wird in diesem Jahr also volljährig! Das hiesige Netzwerk Gesunde Kinder befindet sich in der Trägerschaft des AWO Bezirksverbands Brandenburg Süd e.V. und arbeitet eng mit zahlreichen Kooperationspartner\*innen wie der Klinikum Dahme-Spreewald GmbH, den Gynäkolog\*innen/Kinderärzt\*innen und Hebammen im Landkreis, Familienberatungsstellen, Familienzentren, Mehrgenerationenhäusern und weiteren Akteur\*innen zusammen.

Wir freuen uns, dass wir für (werdende) Familien ein so vielfältiges Veranstaltungsangebot im 1. Halbjahr 2025 auf die Beine stellen konnten. Von den Schwangerenfrühstücken an drei Standorten im Landkreis Dahme-Spreewald, über Elterntreffs und verschiedenen Themenabenden bis hin zum großen Zwergensommerfest, welches am 14. Juni 2025 im Kemnitz bei Luckau stattfindet. Zudem haben auch viele Angebote unserer Netzwerkpartner\*innen Einzug in diese Broschüre gehalten.

Zu den Netzwerk- oder Kooperationsveranstaltungen (mit ☀️ gekennzeichnet) können Sie sich bei uns unter **Tel. 0800 - 64546337** bzw. per E-Mail an **ngk-lds@awo-bb-sued.de** anmelden; bei den Angeboten externer Veranstalter\*innen finden Sie die Anmeldemöglichkeit direkt unter der Veranstaltung.

Wir freuen uns, Sie auf der einen oder anderen Veranstaltung begrüßen zu dürfen!

Herzliche Grüße von Ihrem Netzwerk-Gesunde-Kinder-Team Manuela Barkowsky, Ines Gündel, Sandra Kempe und Birgit Kloas (v. l. n. r.)



# Schönefeld

## ● Themenabend „Eingewöhnung in die Kita“

Die Eltern sind weg, stattdessen überall fremde Menschen: Für Kinder bedeutet die (neue) Kita zunächst einmal Stress. Sanftes Eingewöhnen ist wichtig. Wie gelingt ein guter Start in den Kitaalltag? Wie können Eltern und Kinder mit den Gefühlen in dieser ersten Trennungssituation umgehen?

▶ Dienstag, 3. Juni 2025, 18.30 - 20.00 Uhr

**Ort:** Eltern-Kind-Zentrum im Mehrgenerationenhaus Schönefeld, Schwalbenweg 8, 12529 Schönefeld

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit Kindheit e. V.; durchgeführt von Julia Loechel (Dipl.-Kleinkindpädagogin, Kindheit e. V.)



## ● Mehr Gelassenheit im Familienalltag



Achtsamkeit und Selbstfürsorge für Mütter und Väter – Kompaktkurs zum besseren Umgang mit den alltäglichen Herausforderungen: Wie kann ich besser mit dem turbulenten und herausfordernden Familienalltag klar kommen? Welche Methoden helfen, schnell entspannter zu sein? Welche Rolle spielen meine Gedanken dabei?

▶ Termine fortlaufend und auf Anfrage

**Ort:** Eltern-Kind-Zentrum im Mehrgenerationenhaus Schönefeld, Schwalbenweg 8, 12529 Schönefeld

€ kostenfrei

**Anmeldung:** Tel. 030 - 62 64 09 58 oder schoenefeld@kindheitev.de



## ● Offener MONTAGS-Treff



Gemütlicher Treff in der OASE zum gemeinsamen Plaudern, Spielen, basteln und 1 x im Monat auch zum Waffeln essen! Eingeladen sind Familien mit Kindern von 0 - 6 Jahren, evtl. auch ältere Kinder, allerdings verfügt die OASE nur über ein begrenztes Platzangebot.

▶ jeden Montag, 15.30 - 17.30 Uhr

**Ort:** Nachbarschaftstreff OASE, Hans-Grade-Allee 14, 12529 Schönefeld

€ kostenfrei

**Anmeldung:** s.wollowski@kirche-schoenefeld-grossziethen.de  
Telefon: 0151 - 41 20 83 63

# Schönefeld

## ● NEU ab Februar 2025: Krabbelgruppe

Für Mamas, Papas und Baby bis maximal 12 Monate oder so lange es krabbelt...



Evangelische Kirchengemeinden  
Schönefeld und Großziethen

▶ immer dienstags, 9.30 - 11.00 Uhr

**Ort:** Nachbarschaftstreff OASE, Hans-Grade-Allee 14,  
12529 Schönefeld

€ kostenfrei

**Anmeldung:** s.wollowski@kirche-schoenefeld-grossziethen.de

Telefon: 0151 - 41 20 83 63

# Eichwalde und Wildau

## ● Krabbeltreff in Eichwalde

Eltern können sich austauschen, während sich die Kleinsten (ca. 3-24 Monate) auf den Krabbelmatten oder selbst mitgebrachten Decken auf der Badewiese austoben.

▶ Mai-September: mittwochs, 9.00 - 10.00 Uhr

**Ort:** an der Badewiese, Lindenstr. 4, 15732 Eichwalde

▶ Oktober-April: mittwochs, 9.00 - 10.00 Uhr

**Ort:** Birth and Soul Club, Fontaneallee 20, 15732 Eichwalde

€ kostenfrei | durchgeführt vom Verein „Starke Kinder, starke Zukunft e. V.“ aus Schulzendorf

**Anmeldung und weitere Angebote:** Join whatsapp chat via  
click <https://starke-kinder-starke-zukunft-ev.de/treffs/>

## ● BEBI-Gruppe Wildau

Die BEBI-Gruppe ist eine Entwicklungsbegleitung in Bereichen wie z.B.: soziale & kognitive Entwicklung, Sprache & Motorik, Schlafen & Ernährung, Spiel & Bewegung, bedürfnisorientierte Erziehung, autoritative Haltung. Gemeinsame Freude mit & am Kind zu haben, mit den Kleinen gemeinsam zu singen & Kontakte zwischen den Teilnehmenden aufzubauen - das steht bei der BEBI-Gruppe im Vordergrund. Für die Kinder (0-3 Jahre) ist genügend Platz und Spielzeug zum Spielen vorhanden.

▶ immer dienstags, 15.00 - 16.30 Uhr

**Ort:** Familienladen Seifenblase, Karl-Marx-Straße 114 (2. OG),  
15745 Wildau

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit dem Familienladen Seifenblase Wildau (KJV e. V.) und Kindheit e. V., durchgeführt von Katharina Schiersch (Dipl.-Psychologin, Kindheit e. V.)

# 🌞 Königs Wusterhausen

## ● **Schwangerenfrühstück** 🌞

Werdende Mütter sind herzlich eingeladen, sich die „Wartezeit“ auf das Baby zu verkürzen. In lockerer Gesprächsrunde beim Frühstück werden Fragen und Themen rund um Schwangerschaft und Geburt besprochen.

▶ jeden 1. Donnerstag und 3. Donnerstag im Monat, Termine: 2. & 16. Januar/6. & 20. Februar/6. & 20. März/3. & 17. April/15. Mai/5. & 19. Juni/3. & 17. Juli 2025, jeweils von 10.00 – 12.00 Uhr

**Ort:** AWO-WSG Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit dem Frühe-Hilfen-Projekt der Erziehungs- und Familienberatungsstelle KW (Diakonisches Werk Lübben gGmbH)



## ● **Stillcafé** 🌞

Fragemöglichkeit und Austausch in gemütlicher Runde vor Ort zu vielen Themen rund um die Stillzeit: richtiges Anlegen des Babys, Steigerung der Milchmenge, wundte Brustwarzen, Stillabstände, Stillstreik, Schlaf, Beikost, Abstillen u. v. m.

▶ an jedem 3. Mittwoch im Monat von 10.00 - 11.30 Uhr, Termine: 15. Januar/21. Februar (Freitag)/19. März/23. April/23. Mai (Freitag)/18. Juni/16. Juli 2025

**Ort:** AWO-WSG Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Ines Gündel (DAIS-Stillbegleiterin/Mitarbeiterin beim Netzwerk Gesunde Kinder)



## ● Babys richtig tragen - Trageworkshop ☀

Häufiges Tragen beruhigt Babys, da es ihr Grundbedürfnis nach Nähe und Geborgenheit stillt. Gleichzeitig sorgt das Tragen für mehr Mobilität bei den Eltern: Haushalt, Besorgungen, Spaziergänge etc. fallen leichter. Was sollte beim Tragen beachtet werden? Welche Tragesysteme gibt es?

▶ Freitag, 4. April 2025, 10.00 - 12.00 Uhr

**Ort:** AWO-WSG Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Katrin Hildebrandt (Trageberaterin, Elternkursleiterin)

## ● Geschwister auf's neue Baby vorbereiten ☀

Im EinfachEltern® Geschwisterkurs werden die dann bald „großen“ Schwestern und Brüder auf die Zeit mit dem kleinen, neuen Familienmitglied liebevoll und spielerisch vorbereitet und erhalten am Ende ihr erworbenes Geschwisterdiplom. Mit weiterer Online-Beratungsmöglichkeit für Eltern.

▶ Samstag, 29. März 2025, 10.00 - 11.30 Uhr

**Ort:** AWO-WSG Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Katrin Hildebrandt (Trageberaterin, Elternkursleiterin)



## ● Beikost-Workshop ☀

Wie kann man das Baby langsam und gesund an Getreidebrei, Fingerfood, Gemüse, Obst und Fleisch heranführen? Der Beikost-Workshop behandelt das Grundwissen über gesunde Ernährung; es werden Rezepte vorgestellt und gemeinsam (gern auch vom Baby direkt) ausprobiert.

▶ Montag, 7. April 2025, 9.30 - 12.00 Uhr

**Ort:** AWO-WSG Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Jessica Skirlo (bindungsorientierte Familienbegleiterin, Herzleiter Familienbegleitung)



Weitere Informationen unter:

[www.netzwerk-gesunde-kinder.de/dahme-spreewald](http://www.netzwerk-gesunde-kinder.de/dahme-spreewald)

## ● 1.-Hilfe-Maßnahmen für Babys und Kleinkinder ☀️

Kinder wollen ihre Welt entdecken, dabei sind sie oft ungestüm und erfinderisch. Wenn doch etwas passiert, ist es wichtig, die richtigen Maßnahmen einzuleiten. Ein speziell konzipierter Kinder-Notfall-Basiskurs kann helfen, in den entscheidenden Augenblicken besonnen und ruhig zu handeln.

▶ Mittwoch, 7. Mai 2025, 17.00 - 20.00 Uhr

**Ort:** Konferenzraum 2 im Achenbach-Krankenhaus, Köpenicker Straße 29, 15711 Königs Wusterhausen

€ 10,00 Euro pro Person/pro Paar 15,00 Euro in bar vor Ort zu entrichten - kostenfrei für Netzwerkfamilien | durchgeführt von Donatella Bona (Kinderkrankenschwester)

## ● Hausmittel für Babys und Kleinkinder ☀️

Ein durchbrechender Zahn, Bauchweh, Kratzen im Hals, eine laufende Nase – altbewährte Hausmittel, darunter Zwiebel, bestimmte Tees oder Wickel, gibt es für jedes Wehwehchen. Was hilft wo am besten?

▶ Samstag, 22. Februar 2025, 15.30 - 17.30 Uhr

**Ort:** Kursraum, VALETUDO - Haus für Gesundheit, Familie und Bildung, Friedrich-Engels-Straße 25, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Inga Schewe (Heilpraktikerin)

## ● Kurs „Babymassage“ ☀️

Eltern lernen in dem Kurs, was für eine babygerechte Massage benötigt wird und welche Massagegriffe für die verschiedenen Körperregionen geeignet sind. Für Eltern mit ihren Babys zwischen 6 Wochen und dem Krabbelalter.

▶ 5 Einheiten/mittwochs, Termine: 5./12./19./26. Februar und 5. März 2025, jeweils von 10.00 – 11.00 Uhr

**Ort:** AWO-WSG Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ 40,00 Euro für 5 Einheiten (Netzwerk-Familien 20,00 Euro), in bar vor Ort zu entrichten | durchgeführt von Claudia Pflock (Heilpraktikerin)



## ● Themenabend „Hauen, schlagen, beißen“ - auch online

Im Krippen- und Kita-Alter testen Kinder Grenzen aus und das Bedürfnis sich durchzusetzen, wird größer, mit mal mehr oder weniger stark ausgeprägtem aggressiven Verhalten. Wie geht man aber mit aggressivem Verhalten um? Wie können Eltern und Erzieher\*innen diese Situation ins Positive lenken bzw. unterstützen?

▶ Donnerstag, 20. März 2025, 17.30 - 19.00 Uhr

**Ort:** AWO-WSG Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen sowie online per Zoom

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit Kindheit e. V.; durchgeführt von Katharina Schiersch (Dipl.-Psychologin, Kindheit e. V.)

## ● Themenabend „Kommunikation im Eltern-Kind-Team“ mit Film

Mit dem Film „Good enough parents: Liebe, Wut und Milchzähne“ wollen wir der Frage nachgehen, warum man als Elternteil immer wieder in alte Erziehungsmuster fällt und laut wird, die Kinder unter Druck setzt, obwohl man es doch eigentlich besser weiß und vor allem anders machen möchte. Wie kann die Eltern-Kind-Kommunikation gut gelingen?

▶ Montag, 24. März 2025, 17.30 - 19.00 Uhr

**Ort:** AWO-WSG Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Birgitt Gleisberg (ehemalige Kita-Leiterin)

## ● Themenabend „Verhaltensauffälligkeiten bei Klein- und Kita-Kindern“ - auch online

Essstörungen, Nägelkauen, Schüchternheit, Überängstlichkeit, Impulsivität, Ablenkbarkeit: Als verhaltensauffällig wird ein Kind immer dann bezeichnet, wenn es sich oft anders verhält als Kinder seines Alters in ähnlichen Situationen. Welche Ursachen können diese haben? Was hilft verhaltensauffälligen Kindern in der Entwicklung? Welche Anregungen zum Umgang im Alltag gibt es?

▶ Donnerstag, 22. Mai 2025, 17.30 - 19.00 Uhr

**Ort:** AWO-WSG Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen sowie online per Zoom

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit Kindheit e. V.; durchgeführt von Katharina Schiersch (Dipl.-Psychologin, Kindheit e. V.)

# Königs Wusterhausen

## ● Brabbeltreff

Willkommen bei der Krabbelgruppe des Netzwerks Gesunde Kinder! Dort gibt es für die Kleinen (bis ca. 1,5 Jahre): Singen, spielen, um die Wette brabbeln oder krabbeln und für die Großen: sich treffen und austauschen, lachen, Infos und Anregungen mitnehmen...

▶ an jedem 2. und 4. Donnerstag im Monat, 10.00 - 11.30 Uhr

**Ort:** AWO-WSG Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von den Mitarbeiterinnen des Netzwerks Gesunde Kinder und Birgitt Gleisberg (ehem. Kita-Leiterin)

## ● Zwergentreff im KWer Familienzentrum

Die gemütliche Eltern-Kind-Gruppe ist für Kinder von 1 bis 3 Jahren geeignet. Während die Kleinen die Welt entdecken, können die Eltern sich bei einer Tasse Kaffee oder Tee und gesunden Snacks entspannen und die Gemeinschaft genießen.

▶ donnerstags, 9.30 - 11.00 Uhr

**Ort:** Ev. Familienzentrum KW, Schenkendorfer Flur 25, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Katja Velasco San Martin (Leiterin des Familienzentrums)

**Anmeldung:** E-Mail an [familienzentrum-kw@evkf.de](mailto:familienzentrum-kw@evkf.de) oder Tel. 0170 – 5566650

## ● Mamatreff - Mütter unter sich

Frau sein - Mama sein, Kindergesundheit und Entwicklung, Erziehung früher und heute, Familie und Job, „Vom Paar zur Familie“, Mental load und Care-Arbeit, Finanzielles/Finanzbildung für Frauen, Altersvorsorge, (Frauen-) Gesundheit, Entspannung, Freizeit, Sport, Kommunikation u.v.m. - es gibt viele Themen, die Mamas gern unter sich besprechen. Der Mamatreff gibt ihnen den Raum dafür! Interessierte Mütter - das Alter der Kinder spielt keine Rolle - sind herzlich willkommen, ein toller Austausch und Vernetzung untereinander sind garantiert!

▶ Termine: montags oder mittwochs 19. Februar/12. März/28. April/14. Mai/16. Juni/16. Juli 2025, 18.00 – 19.30 Uhr

**Ort:** AWO-WSG Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von engagierten Mamas

## ● Papatreff - Väter unter sich

Väter können sich austauschen und ihre Themen besprechen: z.B. Was kommt auf mich als werdender Vater zu? Wie kann ich mein Kind in der Trotzphase am besten begleiten? Wie kann ich meinem Schulkind bei Problemen helfen? Wir sind uns uneinig in Erziehungsfragen – was tun? Wie kann ich trotz Trennung ein guter Vater sein?

▶ an jedem 2. Dienstag im Monat, Termine: 14. Januar/11. Februar/11. März/8. April/13. Mai/10. Juni 2025, jeweils 18.30 - 20.00 Uhr

**Ort:** Erziehungs- und Familienberatungsstelle Königs Wusterhausen, Schlossplatz 5, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit der Erziehungs- und Familienberatungsstelle Königs Wusterhausen (Diakonisches Werk Lübben gGmbH), durchgeführt von Dr. Samuel Sieber (Dipl.-Psychologe)

## ● Alleinerziehenden-Treff

Alleinerziehende aus der Region können sich mit anderen Müttern oder Vätern und deren Kids (von 0-12 Jahren) austauschen. Die Kinder können unter elterlicher Aufsicht die Spielsachen vor Ort entdecken.

▶ Termine: mittwochs, 8. & 22. Januar/5. & 19. Februar/5. & 19. März/2. & 16. & 30. April/14. & 28. Mai/11. & 25. Juni/9. & 23. Juli 2025, jeweils von 15.30 - 17.30 Uhr

**Ort:** Familienzentrum KW, Schenkendorfer Flur 25, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit SHIA e.V. - LV Brandenburg, Erziehungs- und Familienberatungsstelle Königs Wusterhausen und dem Familienzentrum KW

## Treff für Eltern von Sternenkindern

Die Austauschgruppe richtet sich an alle Mütter und Väter, die ihre Kinder in der Schwangerschaft, während oder nach der Geburt gehen lassen mussten. Im Gespräch, bei Spaziergängen und/oder Kreativangeboten erfahren sie Trost und gegenseitige Unterstützung. Punktuell wird die Gruppe durch eine erfahrene Psychologin unterstützt.

▶ dienstags, Termine: 14. Januar/25. Februar/18. März/8. April/13. Mai/17. Juni/15. Juli 2025, 17.30 – 19.00 Uhr

**Ort:** AWO Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Martina Riedel (Doula) und Claudia Biel (DRK Psychosoziale Beratungsstelle für Schwangere und Familien)

# Königs Wusterhausen

## ● Eltern-Info-Abend zum „Umgang zwischen Eltern und Kindern nach der Trennung oder Scheidung der Eltern“

Bedeutung des Umgangsrechtes nach der Trennung der Eltern • Wohn- und Lebensmodelle für Kinder nach der Trennung • Wie kann man seinen Kindern während und nach der Trennung helfen? • Wie und worüber sollten getrennte Eltern kommunizieren und welche Möglichkeiten gibt es?

▶ Montag, 24. März 2025, 18.00 – 19.30 Uhr

**Ort:** Erziehungs- und Familienberatungsstelle Königs Wusterhausen (Diakonisches Werk Lübben gGmbH), Schlossplatz 5, 15711 Königs Wusterhausen oder Mehrgenerationenhaus Bestensee

€ kostenfrei | durchgeführt von Lydia Schneider, Familientherapeutin in der EFB

**Anmeldung:** Tel.: 03375 / 21 15 00 oder

E-Mail: [efb-kw@diakoniewerk-simeon.de](mailto:efb-kw@diakoniewerk-simeon.de)

## ● Entspannungsworkshop: „Stress, lass' nach! Pause vom Alltag für Eltern“

Kinder, Job, Haushalt - das kann mehr als anstrengend sein. Welche konkreten Entspannungsmethoden können helfen, aus diesen Stresssituationen herauszukommen oder aber diese im Vorfeld zu verringern? Ein Workshop für Eltern.

▶ Samstag, 22. März 2025, 10.00 – 16.00 Uhr

**Ort:** AWO-WSG Gemeinschaftsraum, Märkische Zeile 13, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von Marlyn Wenzel (Heilpraktikerin/Begleiterin Stressmanagement) und Jenny Mattiä (Osteopathin/Heilpraktikerin für Physiotherapie/Kräuter- und Naturwirtin)

## ● Mitbring-Picknick für Familien

Familien sind herzlich zu einem Mitbring-Picknick eingeladen. Jeder bringt etwas zum Essen mit, entweder für sich selbst oder zum Teilen, sowie eigene Decken, Geschirr und Besteck. Für die Kids gibt es die Zauberwerkstatt, tolle Outdoor-Spielsachen, Luftballons, Bobbycars, Glitzertattoos vor Ort.

▶ Mittwoch, 25. Juni 2025, 15.00 – 18.00 Uhr

**Ort:** Spielplatz vor dem Ev. Familienzentrum, Schenkendorfer Flur 25, 15711 Königs Wusterhausen

€ kostenfrei | durchgeführt von KWer Familieneinrichtungen

Anmeldung erforderlich!



Samstag  
14. Juni 2025  
10.00 - 17.00 Uhr

# Zwergen

## Sommerfest meets

### Brandenburger Landpartie

Die Zauberwerkstatt



Drums Alive

Bobbycars-  
Parcours



Der fliegende Koch - Gemeinsames  
Kochen mit Kindern

Besichtigung der  
Milchviehanlagen

Hüpfburgen



Teddysprechstunde  
und Teddyapotheke

Ponyreiten

Musik von  
DJ Dobby

Kinderschminken

Treckerfahrten

ADAC Autokinder-  
sitzberatung

Theater im  
Märchentruck

Kindereisenbahn



Flohmarkt für Kinderbe-  
kleidung und Spielzeug  
(mit 10,00 Euro Standgebühr, Anmeldung  
Flohmarkt per E-Mail an [ngk-lds@awo-bb-sued.de](mailto:ngk-lds@awo-bb-sued.de))

## Eintritt frei!

u.v.m.

Reha-Gut Kemnitz GmbH  
Kemnitz – Am Gut 6, 15936 Dahme (Mark)

WO?

# ☉ Lübben

## ● **Schwangerenfrühstück** ☀

Werdende Mütter sind herzlich eingeladen, sich die „Wartezeit“ auf das Baby zu verkürzen. In lockerer Gesprächsrunde beim Frühstück werden Fragen und Themen rund um Schwangerschaft, Geburt und Babyzeit besprochen.

▶ jeden 1. Donnerstag im Monat, 2. Januar/6. Februar/  
6. März/3. April/8. Mai/5. Juni/3. Juli 2025, jeweils von 9.30 – 11.30 Uhr

**Ort:** Mehrgenerationenhaus „Berstetreff“ (ASB), Gartengasse 14, 15907 Lübben

€ kostenfrei | durchgeführt von Birgit Kloas (Säuglingskrankenschwester Klinikum Dahme-Spreewald/Mitarbeiterin beim Netzwerk Gesunde Kinder) und weiteren Referent\*innen

## ● **Schwangeren-Informationsabend** ☀

Wie funktioniert das mit dem Elterngeld? Was sind alles Hebammenleistungen? Welche Angebote für Schwangere gibt es in der Region? Verschiedene Einrichtungen stellen ihre Angebote den werdenden Eltern vor: u. a. die AWO Schwangerenberatungsstelle Luckau, Frühe Hilfen Lübben, Hebammenpraxis „Spreeammenhaus“ & das Netzwerk Gesunde Kinder.

▶ Mittwoch, 12. März/18. Juni 2025, 19.00 - 20.30 Uhr

**Ort:** Familienzentrum (Caritas), Wassergasse 3, 15907 Lübben

€ kostenfrei | durchgeführt von verschiedenen Einrichtungen



## ● **Babys richtig tragen - Trageworkshop** ☀

Häufiges Tragen beruhigt Babys, da es ihr Grundbedürfnis nach Nähe und Geborgenheit stillt. Gleichzeitig sorgt das Tragen für mehr Mobilität bei den Eltern: Haushalt, Besorgungen, Spaziergänge etc. fallen leichter. Was sollte beim Tragen beachtet werden? Welche Tragesysteme gibt es?

▶ Donnerstag, 13. Februar 2025, 9.30 - 11.30 Uhr

**Ort:** Familienzentrum Lübben (Caritas), Wassergasse 3, 15907 Lübben

€ kostenfrei | durchgeführt von Luisa Fröhlich (Trageberaterin, Elternkurs-Leiterin)

## ● 1.-Hilfe-Maßnahmen für Babys und Kleinkinder 🌞

Kinder wollen ihre Welt entdecken, dabei sind sie oft ungestüm und erfinderisch. Wenn doch etwas passiert, ist es wichtig, die richtigen Maßnahmen einzuleiten. Ein speziell konzipierter Kinder-Notfall-Basiskurs kann helfen, in den entscheidenden Augenblicken besonnen und ruhig zu handeln.

▶ Mittwoch, 4. Juni 2025, 17.00 - 20.00 Uhr

**Ort:** Konferenzraum „Lubin“ (5. Ebene) in der Spreewaldklinik, Schillerstraße 29, 15907 Lübben

€ 10,00 Euro pro Person/pro Paar 15,00 Euro in bar vor Ort zu entrichten - kostenfrei für Netzwerkfamilien | durchgeführt von Donatella Bona (Kinderkrankenschwester)

## ● Themenabend „Kommunikation im Eltern-Kind-Team“ mit Film 🌞

Mit dem Film „Good enough parents: Liebe, Wut und Milchzähne“ wollen wir der Frage nachgehen, warum man als Elternteil immer wieder in alte Erziehungsmuster fällt und laut wird, die Kinder unter Druck setzt, obwohl man es doch eigentlich besser weiß und vor allem anders machen möchte. Wie kann die Eltern-Kind-Kommunikation gut gelingen?

▶ Dienstag, 1. April 2025, 17.30 - 19.00 Uhr

**Ort:** Familienzentrum Lübben (Caritas), Wassergasse 3, 15907 Lübben

€ kostenfrei | durchgeführt von Birgitt Gleisberg (ehemalige Kita-Leiterin)

## ● Café „Spreewald Lächeln“ – Treff für Eltern von Kindern mit Trisomie 21 und anderen Beinträchtigungen in Lübben 🌞

Das Elterncafé dient als Austausch von Informationen von Eltern für Eltern von Kindern mit Trisomie 21 und zur Vernetzung untereinander. Das Café findet einmal monatlich statt.

▶ Termine auf Anfrage

**Ort:** Familienzentrum Lübben, Wassergasse 3, 15907 Lübben

€ kostenfrei | Leitung: Lisa Schultchen



## ● **Schwangerenfrühstück**

Werdende Mütter sind herzlich eingeladen, sich die „Wartezeit“ auf das Baby zu verkürzen. In lockerer Gesprächsrunde beim Frühstück werden Fragen und Themen rund um Schwangerschaft, Geburt und Babyzeit besprochen.

▶ jeden 2. Dienstag im Monat, 14. Januar/11. Februar/11. März/1. April/13. Mai/10. Juni/ 8. Juli 2025, 10.00 - 12.00 Uhr

**Ort:** Mehrgenerationenhaus Luckau (DRK), Jahnstraße 8, 15926 Luckau

€ kostenfrei | durchgeführt von Kim-Alexa Katzbach (AWO Beratungsstelle für Familienplanung, Sexualität und Schwangerschaft Luckau), Sandra Kempe (Netzwerk Gesunde Kinder) und weiteren Referent\*innen

## ● **Still- und Milchcafé**

Hier können sich Eltern mit einer Hebamme und anderen Eltern zu Stillpositionen, korrektes Anlegen, Stillen nach Bedarf/Stillabstände, Stillprobleme, Stillen und Flasche kombinieren, Fläschchenzubereitung/Hygiene, bedürfnisorientiertes Fläschchen geben, Babyschlaf, Beikost, Entwicklungsschübe, Abstillen u.v.m. austauschen.

▶ an jedem 3. Dienstag im Monat von 9.30 - 11.00 Uhr, Termine: 21. Januar/18. Februar/18. März/15. April/20. Mai/17. Juni/15. Juli 2025

**Ort:** Mehrgenerationenhaus Luckau (DRK), Jahnstraße 8, 15926 Luckau

€ kostenfrei | durchgeführt von Henriette Meyer (Hebamme)



## ● **Beikost-Workshop**

Erst gibt es nur Milch, dann ergänzend Beikost vom Löffel oder Fingerfood und zum Schluss isst das Kleine einfach beim gemeinsamen Familienessen mit. Wie kann man das Baby langsam und gesund an Getreidebrei, Gemüse, Obst und Fleisch heranführen? Es werden Rezepte vorgestellt und gemeinsam (gern auch vom Baby direkt) ausprobiert.

▶ Donnerstag, 8. Mai 2025, 9.30 - 12.00 Uhr

**Ort:** Mehrgenerationenhaus Luckau (DRK), Jahnstraße 8, 15926 Luckau

€ kostenfrei | durchgeführt von Henriette Meyer (Hebamme)

## ● Schwangeren-Treff „Bauchgefühl“ vom MGH

**Golßen** 

Der Schwangeren-Treff „Bauchgefühl“ lädt alle werdenden Mütter aus Golßen und Umgebung zu einem gemütlichen Austausch rund um Schwangerschaft, Geburt, Stillen/Ernährung des Babys & Familienleben ein.

▶ an jedem dritten Donnerstag im Monat von 15.30 - 16.30 Uhr

**Ort:** Mehrgenerationenhaus Golßen (DRK), Friedensstraße 5, 15938 Golßen

€ kostenfrei | durchgeführt von Jana Bielagk (Hebamme) und Carola Ziemainz (Hebamme)

**Bitte anmelden unter:** Tel.: 035452 121860 / Mobil: 0162 7206718 / E-Mail: [mgh.golssen@drk-fs.de](mailto:mgh.golssen@drk-fs.de)

## ● Mini-Treff vom MGH Golßen

„MiniTreff“ - das ist der Elterntreff mit Baby und Kleinkind in Golßen. Mamas, Papas und deren Kinder bis 2 Jahre sind herzlich eingeladen ins Mehrgenerationenhaus in Golßen zu kommen. Während die Kleinen Freude am Spiel und am Erkunden der neuen Spielgefährten finden, knüpfen Eltern erste Kontakte und tauschen sich in gemütlicher Atmosphäre aus.

▶ immer dienstags, von 9.30 – 11.30 Uhr

**Ort:** Mehrgenerationenhaus Golßen (DRK), Friedensstraße 5, 15938 Golßen

€ kostenfrei | durchgeführt von Emilia Zehn (Sozialpädagogin)

**Bitte anmelden unter:** Tel.: 035452 121860 / Mobil: 0162 7206718 / E-Mail: [mgh.golssen@drk-fs.de](mailto:mgh.golssen@drk-fs.de)

## ● Spielkreis mit Kreativangebot vom MGH Golßen

Zum Spielkreis sind Eltern mit Kindern bis 4 Jahren herzlich eingeladen. Neben freiem Spielen können die Kinder mit Papier basteln oder erste Modellagen mit Ton ausprobieren.

▶ ab April 2025 donnerstags, von 15.30 – 17.30 Uhr

**Ort:** Mehrgenerationenhaus Golßen (DRK), Friedensstraße 5, 15938 Golßen

€ kostenfrei | durchgeführt von Anja Lindner und Emilia Zehn (Sozialpädagogin)

**Bitte anmelden unter:** Tel.: 035452 121860 / Mobil: 0162-7206718 / E-Mail: [mgh.golssen@drk-fs.de](mailto:mgh.golssen@drk-fs.de)



## Online-Angebote

Nach der Anmeldung wird der Zugangslink per E-Mail verschickt.

### ● 1.-Hilfe-Maßnahmen für Babys und Kleinkinder

Kinder wollen ihre Welt entdecken, dabei sind sie oft ungestüm und erfinderisch. Wenn doch etwas passiert, ist es wichtig, die richtigen Maßnahmen einzuleiten. Ein speziell konzipierter Kinder-Notfall-Basiskurs kann helfen, in den entscheidenden Augenblicken besonnen und ruhig zu handeln.

▶ Donnerstag, 27. Februar 2025, 17.00 - 19.00 Uhr

**Ort:** online per Zoom

€ kostenfrei | durchgeführt von Donatella Bona (Kinderkrankenschwester)

### ● Vorbereitungskurs: Stillen - was muss ich wissen?

Hier bekommen werdende Mütter vorbereitendes Wissen für den Stillstart nach der Geburt und eine schöne Stillzeit: Vorbereitung und Stillstart, Anlegen des Babys an die Brust, Stillpositionen, Stilldauer und -häufigkeit, Hungerzeichen, Trink- und Saugverhalten/Gewichtsentwicklung des Kindes & Anzeichen einer ausreichenden Trinkmenge, Ernährung der Mutter u.v.m.

▶ Freitag, 14. März und Freitag, 20. Juni 2025, jeweils von 10.00 - 13.00 Uhr

**Ort:** online per Zoom

€ kostenfrei | durchgeführt von Ines Gündel (DAIS-Stillbegleiterin/Mitarbeiterin beim Netzwerk Gesunde Kinder)

### ● Online-Fragestunde „Rund ums Stillen“

Fragemöglichkeit und Austausch gemütlich von zu Hause aus zu vielen Themen rund um die Stillzeit: richtiges Anlegen des Babys, Steigerung der Milchmenge, wunde Brustwarzen, Stillabstände, Stillstreik, Stillen und Schlaf, Abstillen, Beikost u. v. m.

▶ (i.d.R.) an jedem 1. Mittwoch im Monat von 10.00 - 11.30 Uhr, Termine: 8. Januar/5. Februar/5. März/2. April/7. Mai/4. Juni/2. Juli 2025

**Ort:** online per Zoom

€ kostenfrei | durchgeführt von Ines Gündel (DAIS-Stillbegleiterin/Mitarbeiterin beim Netzwerk Gesunde Kinder)

## ● **Kinderkrankheiten natürlich lindern** ☀️

Viele Eltern möchten ihr krankes Kind auf natürliche Weise beim Genesen unterstützen. In diesem Workshop erhalten Eltern Tipps zur Linderung von Husten, Schnupfen, Fieber, Ohrenschmerzen, Bauchschmerzen, Zahnen und wundem Po aus der Naturheilkunde und Homöopathie.

▶️ Dienstag, 8. April 2025, 19.00 - 20.30 Uhr

Ort: online per Zoom

€ kostenfrei | durchgeführt von Luisa Fröhlich (Elternkursleiterin/Trageberaterin, „Fröhlicher Tragling“)



## ● **Hausapotheke und Kindersicherheit im Alltag** ☀️

Teil 1 der Veranstaltung beinhaltet die gute alte Familienhausapotheke: Kirschkernkissen, Fieberzäpfchen, Bäuchleinsalbe - auf was können Eltern zurückgreifen, wenn es den Kleinen mal nicht so gut geht? Im 2. Teil gibt es Anregungen und Tipps, wo überall an die Sicherheit von Kindern zu denken ist - im Haushalt, im Garten, im Straßenverkehr und im Auto.

▶️ Dienstag, 29. April 2025, 19.00 - 20.30 Uhr

Ort: online per Zoom

€ kostenfrei | durchgeführt von Luisa Fröhlich (Elternkursleiterin/Trageberaterin, „Fröhlicher Tragling“)



## Online-Angebote

Nach der Anmeldung wird der Zugangslink per E-Mail verschickt.

### ● **Online-Elterntreffen - Tipps und Tricks direkt zum Mitnehmen**

Bei diesen Treffen auf Zoom bekommen Eltern Antworten auf dringende (Erziehungs-) Fragen, die im alltäglichen Leben mit den Kindern auftreten: **Nein-Sagen, Grenzen setzen, Wutanfälle, Geschwisterstreit, erschöpfte Eltern u.v.m.**

▶ dienstags zu den genannten Terminen mit folgenden Themen:

21. Januar 2025: „**Geschwister und Freundschaften - Was unsere Kinder brauchen, um gute Zeiten miteinander zu haben**“  
Warum geraten Kinder immer wieder aneinander? Wie können wir Kinder begleiten, gute Zeiten miteinander zu haben und sie auch trotzdem manchmal voneinander zu beschützen, wenn sie nur noch miteinander ringen?

18. Februar 2025: **“Alles doof, nie hast du Zeit für mich! Immer im Spagat zwischen Kinder und Beruf!”** Als Eltern reißen wir uns oft ein Bein aus, um alle Dinge des Alltags zu erledigen und finden dabei oft nur schwer noch den Weg zu unseren Kindern und dem gemeinsamen Spiel. Was ist das für ein Wunderwerkzeug, das KINDER und auch JUGENDLICHE lieben und was sofort anwendbar ist?

18. März 2025: „**Mental Load - Frauengesundheit. “Rück dich selbst ins Bild!”** Bei dir bleibt immer alles hängen? Du planst jedes entscheidende große und jedes kleine Detail in deiner Familie und du sorgst dafür, dass die Dinge auch wirklich umgesetzt werden? Oft ist deine Energie manchmal ganz schön aufgebraucht. Wie kannst Du Dich selbst auch wieder mehr ins Bild zu rücken und deine Reserven auffüllen?

8. April 2025: „**Regeln, schön und gut. Doch was ist, wenn niemand mitmacht?**“ Wie viele Regeln machen in unserem Familienalltag Sinn und geben Halt und wie nur können wir hinter das Geheimnis kommen, sie endlich dauerhaft umzusetzen? Wann sind Regeln verletzend für unsere Kinder und warum enden sie manchmal in unendlichen Machtkämpfen, die uns immer mehr voneinander entfernen?

29. April 2025: „**Eltern am Limit - was tun, wenn Dein Kind schreit, schlägt, pausenlos jammert oder einfach nicht mitmacht und du selbst die Kontrolle verlierst?** Unsere eigenen großen Gefühle können eine ziemliche Herausforderung für uns sein. Umso mehr, wenn unsere Kinder gleichzeitig laut und wild sind und einfach keine Ruhe geben. Wie kann man in diesen Situationen einen Rettungsring für sich und sein Kind werfen?

27. Mai 2025: „Ziehen, Zerren, Zügeln - Müde vom Nein-Sagen?“ Wie bringst Du mehr Gelassenheit auf allen Seiten und Leichtigkeit in euren Alltag?

17. Juni 2025: **“Gib mir mehr!” - Schöne bunte Medienwelt**  
Vom Druck, den Medien uns und unseren Kindern machen können und wie wir es als Eltern schaffen, immer besser die Leitung dabei zu behalten und unseren Kindern helfen, entspannter mit Medien umzugehen.

Die Online-Themenabende finden jeweils von 19.30 - 21.30 Uhr statt.



**Ort:** online per Zoom

€ kostenfrei | durchgeführt von Julia Siebert und Paula Hannaske (Connected childhood)

### ● Themenabend „Hauen, schlagen, beißen“ - auch online 🌞

Im Krippen- und Kita-Alter testen Kinder Grenzen aus und das Bedürfnis sich durchzusetzen, wird größer, mit mal mehr oder weniger stark ausgeprägtem aggressiven Verhalten. Wie geht man aber mit aggressivem Verhalten um? Wie können Eltern und Erzieher/-innen diese Situation ins Positive lenken bzw. unterstützen?

▶ Donnerstag, 20. März 2025, 17.30 - 19.00 Uhr

**Ort:** online per Zoom

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit Kindheit e. V.; durchgeführt von Katharina Schiersch (Dipl.-Psychologin, Kindheit e. V.)

### ● Themenabend „Verhaltensauffälligkeiten bei Klein- und Kita-Kindern“ 🌞

Essstörungen, Nägelkauen, Schüchternheit, Überängstlichkeit, Impulsivität, Ablenkbarkeit: Als verhaltensauffällig wird ein Kind immer dann bezeichnet, wenn es sich oft anders verhält als Kinder seines Alters in ähnlichen Situationen. Welche Ursachen können diese haben? Was hilft verhaltensauffälligen Kindern in der Entwicklung? Welche Anregungen zum Umgang im Alltag gibt es?

▶ Donnerstag, 22. Mai 2025, 17.30 - 19.00 Uhr

**Ort:** online per Zoom

€ kostenfrei | Eine Kooperation mit Kindheit e. V.; durchgeführt von Katharina Schiersch (Dipl.-Psychologin, Kindheit e. V.)

## Familienpatinnen/-paten an Ihrer Seite

Alle Familien stehen vor den gleichen Fragen und doch ist jede Familie einzigartig. Als Eltern haben Sie unsere große Anerkennung, sich auf das Abenteuer Familie einzulassen. Daher unser Angebot für Sie: ehrenamtliche Familienpatinnen/-paten, die Sie vertrauensvoll begleiten.

”



*Es gibt keine dummen Fragen.  
Mit meiner Familienpatin kann ich  
über alles sprechen, und sie hat auch noch  
tolle Hinweise und Anregungen für mich.*

Christin über ihre Familienpatin Andrea

## Die Familienpatin/Der Familienpate

- bringt dem Alter des Kindes entsprechende Informationen für eine gesunde Entwicklung und kleine Geschenke mit,
  - bereitet die empfohlenen Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen gerne mit Ihnen gemeinsam vor,
  - weiß, wo und wie Sie die unterschiedlichen Anträge und Anmeldungen für Ihr Kind bei Ämtern vornehmen können,
  - informiert über tolle Familienangebote in Ihrem Umfeld
- ... und vor allem:**
- hat nicht nur für die großen Themen ein offenes Ohr, sondern auch für Ihre Alltagsfragen.

Alle unsere Familienpatinnen/-paten übernehmen diese verantwortungsvolle Aufgabe **ehrenamtlich** in ihrer Freizeit und werden dafür intensiv geschult. Die Familienpatinnen/-paten möchten Informationen und ihre eigenen Erfahrungen gern an Sie weitergeben und treffen sich dafür **nach individueller Vereinbarung mehrmals innerhalb der ersten 3 Lebensjahre** des Kindes mit Ihnen.

Mitmachen können **alle interessierten** Schwangeren, Mütter und Väter **mit Kindern bis zu 3 Jahren** – und das kostenfrei.

Nutzen Sie für die Kontaktaufnahme auch das Formular auf [www.netzwerk-gesunde-kinder.de/kontakt](http://www.netzwerk-gesunde-kinder.de/kontakt) oder die beigefügte Antwortkarte.

## Wir möchten Netzwerkfamilie werden und eine Patin/einen Paten

Sie können dieses Formular ausfüllen und es an die angegebene Kontaktadressen senden bzw. dort abgeben. Wir sind für Sie da und freuen uns auf Sie!

---

Name

---

Vorname

---

Geburtsdatum

---

Straße, Haus-Nr.

---

PLZ, Ort

---

Telefon

---

E-Mail

---

Geburtsstermin bzw. voraussichtl. Geburtstermin

---

Leben im Haushalt bereits Geschwisterkinder?

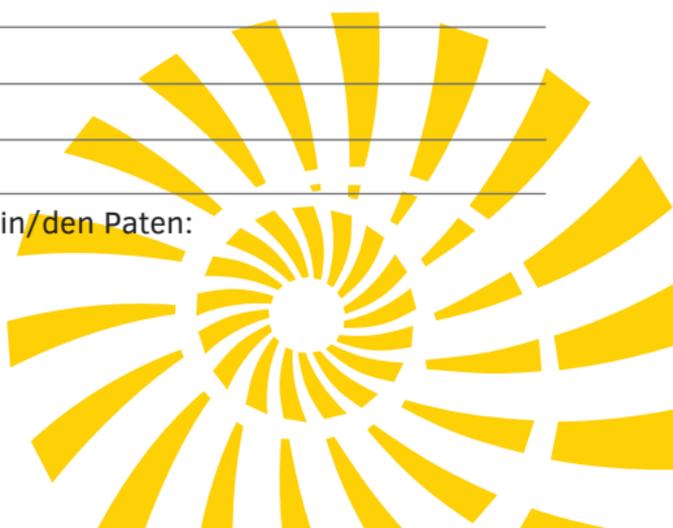
---

---

---

---

Wünsche an die Patin/den Paten:





Netzwerk  
**Gesunde  
Kinder**

Dahme-Spreewald

- Ja, ich interessiere mich für die Mitarbeit als **Familienpatin/-pate** und bitte um weitere Informationen.
- Ja, wir interessieren uns als **Familie** für das Netzwerk Gesunde Kinder und bitten um persönliche Kontaktaufnahme.
- Ja, ich möchte als **Kooperationspartner/-in** Ihre Arbeit unterstützen.  
Bitte nehmen Sie mit mir Kontakt auf.

Bitte  
ausreichend  
frankieren

Vorname, Name

Straße, Nr., PLZ, Ort

Telefon/Handy

E-Mail

AWO Bezirksverband  
Brandenburg Süd e. V.  
Netzwerk Gesunde Kinder  
Dahme-Spreewald  
Märkische Zeile 16  
15711 Königs Wusterhausen

Ihre Daten werden vertraulich behandelt.