



Wir wünschen allen Familien eine bunte und gemütliche Herbstzeit!

Ihr Team vom Familienzentrum

**Online-Vortrag: „Der Wutzweg ist am Werk“** mit Thomas Rupf über zoom, kostenfrei  
Donnerstag, 12. Oktober 20 bis 21.30 Uhr

In diesem Online-Vortrag über Zoom werden die unterschiedlichen Sichtweisen zwischen Eltern und Kindern auf sehr humorvolle Art dargestellt. Erst, wenn Eltern das Verhalten der Kinder besser verstehen, wissen sie, wie sie clever reagieren und geschickte Bewältigungsstrategien entwickeln können.

Mit Anmeldung, siehe 2. Seite unten

### Unsere Angebote

#### allgemeine Beratung und Information

Mo - FR: 9:00 – 12:30

Mittwoch zusätzlich 13:00 – 15:00 Uhr

Oder nach Terminabsprache

Bitte melden Sie sich vorher an: 0451-2929328

#### walk & talk

Sie benötigen Rat und ein offenes Ohr?

Wir gehen eine Runde spazieren und hören zu, was in Ihrer Familie gerade los ist.

#### Eltern-Cafés und Mini-Hopser Gruppen

Elterncafés für Eltern mit Babys (0 – 1 Jahre) in Bad Schwartau, Ratekau, Sereetz und Stockelsdorf, Mini-Hopser Gruppe in Bad Schwartau für Eltern mit Kindern (1 - 2 Jahre)

Bei Interesse melden Sie sich bei uns!

#### Unterstützung

durch Familienhebammen, Familienhelferinnen und Hilfe für Eltern mit untröstlichen Babys

Melden Sie sich gerne bei Fragen und Anregungen!

#### weitere Infos:

[www.lebenshilfe-ostholstein.de](http://www.lebenshilfe-ostholstein.de)

[www.familienzentren-ostholstein.de](http://www.familienzentren-ostholstein.de)



### Erste Hilfe bei Kindernotfällen

mit Arne Raupers

Samstag, 04.11., 10 – 12.30 Uhr, Familienzentrum Bad Schwartau, Eutiner Str. 10, Seiteneingang links (Glastür)

Themen sind: Erkrankungen und Verletzungen im Kleinkindalter und die „richtige“ Notfall-Ausrüstung für zu Hause, damit Eltern im entscheidenden Moment Ruhe bewahren und wissen, was zu tun ist.

**Begrenzte Teilnehmer:innenzahl**

Mit Anmeldung, siehe 2.Seite unten



## 1.Hilfe

### Für Kurzenschlossene:



**Was tun, wenn mein Baby erkältet ist?**  
am 5.10.23 um 18:30 Uhr  
im aroma & home Café Stockelsdorf

mit der Hebamme Juliane Brandt und Apothekerin Tiana Evertz

*Save the Date*

Wir bereiten Euch und eure Familie bestens auf den kommenden Herbst und Winter vor!  
Bei einem leckeren Tee und Snacks präsentieren wir Euch die wertvollsten Tipps und Tricks.

Anmeldung: [info-meluebbbers-apotheke.de](http://info-meluebbbers-apotheke.de), 0451/88 058 058, per Instagram - Teilnahme kostenlos

Bringt gerne euer Baby mit!

 Lübbers Apotheken in Stockelsdorf

## **Babys richtig und bequem tragen – im Rahmen des Elterncafés Ratekau** *mit Tina Westergreen, Trageberaterin und Ernährungskoach für Beikost-Einführung* **Mittwoch 15. November von 9.30 bis 11 Uhr im Familienzentrum Ratekau, Rosenstr.3**

Als ausgebildete Trageberaterin erklärt Tina Westergreen, wie Eltern ihre Babys anatomisch korrekt tragen können und stellt verschiedene Tragesysteme vor. Im Anschluss an die Einführung können Fragen gestellt werden. Eine vollständige individuelle Einzelberatung ist in diesem Format nicht möglich.

**Mit Anmeldung, siehe unten**



## **Plätze frei in den Elterncafés Bad Schwartau und Sereetz**

Elterncafé Bad Schwartau, Montags 15 – 16.30 Uhr, Eutiner Str. 10  
Elterncafé Sereetz, Montags 9.30 – 11 Uhr, Gemeindehaus, Ringstr. 25,

Hier können Eltern ganz zwanglos Kontakte knüpfen, sich über die Belange Ihres neuen Alltags austauschen oder bei einer Tasse Tee oder Kaffee einfach mal einen Moment entspannen. Das Angebot ist kostenfrei.

**Mit Anmeldung vor dem ersten Besuch, siehe unten**

## **Entspannter Start in die Beikost** *mit Tina Westergreen, Trageberaterin, Stoffwindelexpertin und Ernährungskoach für Beikost-Einführung* **Mittwoch 29. November von 18– 19.30 Uhr im Gemeindehaus Lohstr. 146, Stockelsdorf**

Folgende Themen sind Inhalt des Infoabends:

- Wann ist der richtige Zeitpunkt, um mit Beikost zu starten?
- Empfehlungen der WHO & „Beikostreifezeichen“ vs. „Hersteller-Fahrpläne“
- Welche Methoden gibt es? Brei, Fingerfood, Fertiggerichte oder selber kochen?
- Auswahl geeigneter Lebensmittel und keine Angst vor Verschlucken

**Mit Anmeldung, siehe unten**



## **Die „Babysitterbörse“ des Familienzentrums braucht neue Babysitter!**

Um Familien mit kleinen Kindern in der Region Bad Schwartau, Ratekau und Stockelsdorf zu entlasten gibt es im Familienzentrum Bad Schwartau Hilfe bei der Suche nach einem Babysitter. Gibt es in Ihrer Nachbarschaft oder im Freundeskreis interessierte Personen, bitten wir Sie darum, die Informationen über das folgende Angebot weiterzugeben!

In den Herbstferien startet wieder ein dreitägiger **Babysitterkurs mit hohem Praxisanteil** für Jugendliche ab 15 Jahren zu folgenden Terminen: Mittwoch, 25. Oktober / Donnerstag, 26.10. / Freitag, 27.10. jeweils 10-14 Uhr

Im Anschluss erhält jede\_r Teilnehmer\_in ein Babysitter-Zertifikat und kann über das Familienzentrum Babysitter-Jobs vermittelt bekommen.

Das Besondere an diesem Kurs ist, dass die Teilnehmer\_Innen anhand von Babysimulationspuppen lernen und üben können. Das Handling mit diesen Puppen wird von unserer erfahrenen Kursleiterin umfassend vorbereitet.

Weitere Inhalte des Kurses sind z.B. Babypflege, altersgerechte Beschäftigung mit Babys und Kleinkindern, Gefahren im Haushalt, Unfallverhütung, Rechte und Pflichten eines Babysitters.

Für den Kurs wird ein Teilnehmerbeitrag von 20 € erhoben.

**Anmeldung bis zum 9. Oktober, siehe unten**

**Soweit nicht anders angegeben, ist eine Anmeldung erforderlich unter:**

Tel: 0451/2929328 oder [familienzentrum@lebenshilfe-ostholstein.de](mailto:familienzentrum@lebenshilfe-ostholstein.de)

**Melden Sie sich auch gerne bei Fragen und Anregungen!**



**Familienzentrum Bad Schwartau:** Eutiner Straße 10, Tel. 0451 – 29 29 328  
**Außenstelle/Familienzentrum Ratekau:** Rosenstraße 3, Tel. 04504 – 70 88 87 26  
**Außenstelle/Stockelsdorf Gemeindehaus:** Lohstraße 146, Tel. 0451 – 29 29 328  
[familienzentrum@lebenshilfe-ostholstein.de](mailto:familienzentrum@lebenshilfe-ostholstein.de)