

# Herbst 2025

Kostenlose Angebote für Eltern,  
Großeltern, Pflegeeltern  
und weitere Bezugspersonen



Kreisvolkshochschule  
Wesermarsch GmbH

## Kreisvolkshochschule Wesermarsch GmbH

Geschäftsstelle Brake  
Bürgermeister-Müller-Straße 35  
26919 Brake

Geschäftsstelle Nordenham  
Marktstraße 8a  
26954 Nordenham

Telefon: 04401 7076 100

Telefon: 04401 7076 110

info@kvhs-wesermarsch.de [www.kvhs-wesermarsch.de](http://www.kvhs-wesermarsch.de)



## **Herzlich Willkommen!**

Liebe Eltern, Pflegeeltern, Großeltern und weitere Bezugspersonen,

wir freuen uns, Ihnen unsere neue Elternbroschüre vorlegen zu dürfen!

Diese Broschüre ist speziell für Sie konzipiert, um Ihnen wertvolle Informationen und praktische Unterstützung in verschiedenen Bereichen des Elternseins zu bieten. Unsere kostenlosen Kurse decken wichtige Themen ab, die für das Wohl und die gesunde Entwicklung Ihres Kindes entscheidend sind. Unsere Kurse sind so gestaltet, dass sie leicht verständlich und praxisnah sind, damit Sie das Erlernte direkt im Alltag anwenden können. Wir möchten Sie dabei unterstützen, die Herausforderungen des Elternseins mit Vertrauen und Freude zu meistern.

Nehmen Sie sich die Zeit, unsere Angebote in Ruhe durchzusehen und die Kurse auszuwählen, die am besten zu Ihnen und den Bedürfnissen Ihrer Familie passen. Wir sind überzeugt, dass Sie von den Inhalten profitieren. Wünschen Ihnen viel Spaß und Erfolg beim Lernen und Umsetzen.

**Kindliche Entwicklung - Seite 4 - 5**

**Mediennutzung - Seite 5**

**Gesundheit - Seite 6 - 7**

**Ernährung - Seite 7 - 9**

**Kratives Seite 9 - 10**

**Kommunikation und Psychologie - Seite 10 - 12**

**Unterstützung bei Anträgen - Seite 12**

**Kooperation mit dem Deutschen Kinderschutzbund - Seite 13 - 15**

Herzliche Grüße,

Ihr Team der Kreisvolkshochschule Wesermarsch GmbH





## Angebote in Kooperation mit dem Landkreis Wesermarsch

Die ersten Lebensjahre eines Kindes sind für dessen Entwicklung von besonderer Bedeutung. Eltern stellen sich oft die Frage, was das Beste für ihr Kind ist. Hierzu geben die Angebote hilfreiche Anregungen und Tipps. Die Angebote werden in Kooperation mit dem Landkreis Wesermarsch im Rahmen der „Frühen Hilfen“ angeboten und behandeln unter anderem die Themen Ernährung, Konfliktbewältigung, Umgang mit Medien, aber auch Beschäftigung mit dem Kind und Entlastungsmöglichkeiten für die Eltern werden thematisiert. Detaillierte Informationen können Sie den Beschreibungen der einzelnen Kurse entnehmen.

Die Elternkurse richten sich insbesondere an

- Eltern/Pflegeeltern mit Kindern bis zu 6 Jahren (beide Elternteile)
- alleinerziehende Mütter oder Väter
- Mütter oder Väter mit Migrationshintergrund
- minderjährige Mütter oder Väter

Darüber hinaus wird die Teilnahme aller weiteren Interessent\*innen, wie z.B. Großeltern, Tanten und Onkel etc., an den Angeboten begrüßt. Der Landkreis Wesermarsch übernimmt seit 2016 die Teilnahmegebühren aller Teilnehmer\*innen, so dass der Besuch der Angebote grundsätzlich entgeltfrei ist.



**Die Fortbildungen sind  
auch für private Gruppen  
buchbar.  
Bitte melden Sie sich bei  
Interesse.**



## Kindliche Entwicklung

### Babymassage

Eltern-Kind-Kurs

„Berührt, gestreichelt und „Berührt, gestreichelt und massiert werden, das ist die Nahrung für das Kind.“  
Frédéric Leboyer

Die behutsamen Berührungen tragen zur Entspannung Ihres Babys bei, sie fördern das körperliche und emotionale Wohlbefinden. Babymassage bietet eine wunderbare Gelegenheit, die Bindung zum Kind zu stärken. Sie kann bei typischen Säuglingsbeschwerden wie Bauchschmerzen, Blähungen und Unruhezuständen helfen und Schreiphasen verringern. Die Kurse sind geeignet für Kinder im Alter von 6 Wochen bis 12 Monaten. Ablauf und Struktur des Kurses: Die Massage wird an einer Puppe demonstriert und Sie massieren Ihr Kind selber. So erlernen Sie die Massage-techniken und Rituale, die Sie zuhause anwenden können.

Bitte beachten: Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

*Brake, donum vitae*

*Bgm.-Müller-Str. 10* 5 Termine

*Di. ab 02.09.2025 10:00 bis 11:15 Uhr*

*Entgeltfrei*

*25H2133BRE Sarah Maria Jordan*

*Brake, donum vitae*

*Bgm.-Müller-Str. 10* 5 Termine

*Di. ab 04.11.2025 10:00 bis 11:15 Uhr*

*Entgeltfrei*

*25H2134BRE Sarah Maria Jordan*

### Hallo Baby - Kurs für werdende Mütter und Väter

Wochenendseminar

Viele Fragen beschäftigen Eltern, bevor das erste Kind das Licht der Welt erblickt. Wie unterstützen wir unser Kind im ersten Jahr seines Lebens? Was können wir tun, um unser Kind bestmöglich zu fördern? Was machen wir, wenn wir völlig gestresst und müde sind? Können wir uns auf unser Bauchgefühl verlassen? Werden wir uns als Paar verändern? Der Elternkurs richtet sich an werdende Mütter und Väter, die sich auf das erste Jahr mit ihrem Baby vorbereiten möchten.

Bitte beachten: Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

*Brake, KoBi*

*Bgm.-Müller-Str. 35* 5 Termine

*Sa. ab 13.09.2025 10:00 bis 13:00 Uhr*

*Sa. 15.11.2025 10:00 bis 13:00 Uhr*

*Entgeltfrei*

*25H2120BRE*

*Luisa Gialletto*

### Singen in der Elternzeit

Eltern, schwangere Personen

Eltern-Kind-Kurs

Du verbringst viel Zeit allein mit deinem Baby und hast Lust auf Gemeinschaft? In diesem Kurs dürfen Eltern singen und Babys lauschen, brabbeln, schlafen, liegen, krabbeln oder mitsingen.

Wir singen aktuelle Pop-Songs und bei Bedarf auch eine Auswahl an Kin-



derliedern. Du brauchst keine Vorerfahrungen im Singen haben. Es reicht, wenn du Lust hast, deine Stimme mal wieder etwas „zu bewegen“.

Bitte beachten: Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

*Brake, KoBi*  
 Bgm.-Müller-Str. 35 5 Termine  
 Di. ab 02.09.2025 10:00 bis 11:15 Uhr  
 Entgeltfrei  
 25H2135BRE *Nane Bache*

*Brake, KoBi*  
 Bgm.-Müller-Str. 35 5 Termine  
 Di. ab 04.11.2025 10:00 bis 11:15 Uhr  
 Entgeltfrei  
 25H2136BRE *Nane Bache*

„Babys entdecken die Welt mit all ihren Sinnen – jedes Geräusch, jeder Geruch und jede Berührung ist ein Schritt in ihrer Entwicklung.“



## Mediennutzung

### Medienzeiten gestalten

Medien sind ein fester Bestandteil unseres Alltags. Fernseher, Tablet und Smartphone - unsere Kinder wachsen heute ganz selbstverständlich mit digitalen Alleskännern auf. Zwischen Warnungen, Ratschlägen, Faszination und dem Wunsch nach einem friedlichen Familienleben stehen Eltern vor der Herausforderung ihr Kleinkind im Umgang mit Medien zu begleiten. Mit einer Mischung aus Infos, Tipps und Austausch soll diese Fortbildung Orientierung für die Gestaltung von Medienzeiten schaffen.

Bitte beachten: Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

*Brake, KoBi*  
 Bgm.-Müller-Str. 35 1 Termin  
 Do. 20.11.2025 17:00 bis 19:15 Uhr  
 Entgeltfrei  
 25H2101BRE *Mirco Dalos*



## Gesundheit

### Notfallmaßnahmen am Kind

#### (mit Defibrillator-Kurs)

Fieberkrampf, Pseudokrampf, Atemstillstand? Wissen Sie genau, wie Sie Ihrem Kind jetzt sofort helfen können? Unser kostenloser Kurs für Mütter, Väter, Babysitter\*innen, Großeltern und alle anderen Interessierten umfasst alle wichtigen Notfallsituationen im Säuglings- und Kindesalter bis etwa sechs Jahre. Wir setzen uns in ungezwungener Atmosphäre zusammen und sprechen über alles, was Sie wirklich wissen müssen, um bei Verbrühungen, verschluckten Gegenständen, Elektrounfällen, Insektenstichen, Zeckenbissen, Bewusstlosigkeit und vielen weiteren Notfällen wirksam bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes helfen zu können. Auch die sichere Anwendung der geänderten Empfehlungen zur Herz-Lungen-Wiederbelebung an Baby- und Kindermodellen wird Bestandteil sein. Thema bei Kindernotfällen ist die sichere Anwendung eines Laien-Defibrillators. Diese Geräte, auch AED oder kurz Defi genannt, können bei einem sonst „völlig gesunden“ Kind (und auch Erwachsenen!) bei plötzlichem Herzstillstand das Leben retten. Am Ende des Tages werden Sie die Anwendung dieser Lebensretter beherrschen.

### Onlineseminare



Webseminar 1 Termin  
Do. 09.10.2025 19:00 bis 22:00 Uhr  
Entgeltfrei  
25H2113WEB *Torsten Renken*

Webseminar 1 Termin  
Do. 12.11.2025 09:00 bis 12:00 Uhr  
Entgeltfrei  
25H2114WEB *Torsten Renken*

Webseminar 1 Termin  
Do. 16.12.2025 09:00 bis 12:00 Uhr  
Entgeltfrei  
25H2115WEB *Torsten Renken*

*Die Webseminare bieten einen gekürzten Einblick in den oben beschriebenen Kurs (ohne Defibrillator).*

*Bitte stellen Sie eine stabile Internetverbindung sicher. Vor Kursstart erhalten Sie einen Link per E-Mail, mit dem Sie dem virtuellen Kursraum beitreten können.*

### Präsenzseminare

Brake, KoBi  
Bgm.-Müller-Str. 35 1 Termin  
Mi. 17.09.2025 09:00 bis 16:15 Uhr  
Entgeltfrei  
25H2110BRE *Torsten Renken*

Nordenham, Grundschule FAH  
Margaretenstr. 30 1 Termin  
Do. 06.11.2025 09:00 bis 16:15 Uhr  
Entgeltfrei  
25H2112NHE *Torsten Renken*

Bitte beachten: Die „Angebote für Eltern“ sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.



## Gut gerüstet für Kindernotfälle

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie in Notsituationen bei Kindern richtig reagieren. Sie erhalten wertvolle Informationen und praktische Tipps für den Umgang mit wichtigen Notfällen wie Verschlucken, Verletzungen und der Wundversorgung. Zudem erfahren Sie, wie Sie bei Anzeichen von Atemnot schnell und angemessen eingreifen, was im Falle von Verbrennungen zu tun ist und wie Sie sich bei Insektenstichen, Sonnenstichen sowie Bewusstlosigkeit und Vergiftungen richtig verhalten. Auch der Umgang mit Krampfanfällen wird thematisiert. Der Kurs vermittelt Ihnen das notwendige Wissen, um in kritischen Momenten ruhig und effektiv zu handeln und so die Sicherheit und Gesundheit des Kindes zu gewährleisten.

Bitte beachten: Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

NH Ev.-Luth. Kirchengemeinde Abbehausen  
1 Termin  
Do. 28.08.2025 09:00 bis 12:00 Uhr  
Entgeltfrei  
25H2116NHE Meike Hinrichs



## Ernährung

### Gesunde Snacks für eine kleine Zwischenmahlzeit oder zum Mitnehmen - Für Kinder von 4-6 Jahren

Eltern-Kind-Kurs

In diesem Kurs zaubern wir gemeinsam gesunde Snacks - perfekt für eine kleine Stärkung zwischendurch oder zum Mitnehmen. Heute steht eine kunterbunte, selbstgemachte Blechpizza auf dem Plan - und als besonderes Highlight gestalten wir einen lustigen Pizza-Clown aus frischem, knackigem Gemüse. So macht gesunde Ernährung richtig Spaß!

Bitte beachten: Die „Angebote für Eltern“ sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

Brake, KoBi  
Bgm.-Müller-Str. 35 1 Termin  
Mi. 03.09.2025 15:00 bis 17:15 Uhr  
Entgeltfrei  
25H2138BRE Hille Tiarks

### Gesundes Essen mit Freude: So lieben deine Kids Gemüse & Co! Ernährung von Kindern im Alter von 4 bis 6 Jahren



Webseminar

Was ist, wenn Ihr Kind nur Nudeln oder Fischstäbchen essen möchte und es sich weigert, das zu essen, was Sie gekocht haben? Eltern haben Erwartungen, was Kinder essen sollen, Kinder haben Bedürfnisse an Mahl-



zeiten. Je weiter beides auseinander liegt, um so herausfordernder gestaltet sich die Situation am Esstisch. Und damit die Entwicklung eines selbstbestimmten, gesundheitsförderlichen und genussvollen Essverhaltens.

Bitte beachten: Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

*Webseminar* 1 Termin  
*Mo. 29.09.2025* 19:00 bis 20:30 Uhr  
*Entgeltfrei*  
 25H2107WEB Elke Diekmann

## Zuckerfreie Ernährung für Kinder: notwendig - machbar - unmöglich?

**Ernährung von Kindern im Alter von 4 bis 6 Jahren**



Webseminar

Was ist dran am Trend zum Zucker verzicht und was macht Zucker wirklich mit dem Körper von Kindern? Wir gehen den häufigsten Fragen auf den Grund und haben einfache Tipps für den Umgang mit Süßigkeiten und Co. im Alltag mit Kindern.

Bitte beachten: Sie benötigen eine stabile Internetverbindung. Bitte halten Sie auch ein Mikrofon und eine Kamera bereit! Den Link zur Teilnahme erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung per E-Mail. Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

*Webseminar* 1 Termin  
*Di. 28.10.2025* 19:00 bis 20:30 Uhr  
*Entgeltfrei*  
 25H2105WEB Elke Diekmann

## Plätzchenbackstube - Kleine Bäcker ganz groß - Kinder von 4-6 Jahren

Eltern-Kind-Kurs

Bei uns wird gerührt, geknetet und ausgestochen! Gemeinsam backen wir leckere Plätzchen oder kleine Muffins - ganz einfach und mit viel Spaß. Dabei darf natürlich nach Herzenslust genascht, gekleckert und gelacht werden. Ein fröhliches Backvergnügen für alle kleinen Bäckerinnen und Bäcker bis 6 Jahre.

Bitte beachten: Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

*Brake, KoBi*  
*Bgm.-Müller-Str. 35* 1 Termin  
*Mi. 19.11.2025* 15:00 bis 17:15 Uhr  
*Entgeltfrei*  
 25H2140BRE Hille Tiarks

## Nudeln nicht nur mit Tomatensoße! Kreative Rezeptideen für eine schnelle Küche

Eltern-Kind-Kurs

Nudeln mal anders - kreative Nudelgerichte für kleine Köchinnen und Köche. In diesem Kurs zeigen wir, dass Nudeln viel mehr können als nur Tomatensoße! Gemeinsam entdecken wir bunte, abwechslungsreiche und kinderleichte Rezepte, die nicht nur lecker, sondern auch schnell zubereitet sind. Die Kinder dürfen nach



Herzenslust rühren, schnippeln und neue Zutaten ausprobieren - so wird das Kochen zum Erlebnis! Ob würzig, cremig oder überraschend süß - für jeden Geschmack ist etwas dabei. Dabei darf natürlich nach Herzenslust genascht, gekleckert und gelacht werden. Ein fröhliches Backvergnügen für alle kleinen Bäckerinnen und Bäcker bis 6 Jahre.

Bitte beachten: Die „Angebote für Eltern“ sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

*Brake, KoBi*  
*Bgm.-Müller-Str. 35* *1 Termin*  
*Mi. 19.11.2025* *15:00 bis 17:15 Uhr*  
*Entgeltfrei*  
*25H2140BRE* *Hille Tiarks*

## Vom Brei zum Familienessen - wie kleine Kinder Essen lernen



Webseminar

Kinder müssen Essen lernen. Es ist ihnen nicht angeboren, welche Lebensmittel genießbar sind, welche gut schmecken, wie man sie zubereitet und wie man sich bei den Mahlzeiten verhält. Das lernen sie Tag für Tag in der Auseinandersetzung mit ihrer Umwelt. Es fängt bereits bei den ganz Kleinen an mit der Unterstützung beim Übergang zum selbstständigen Essen und Trinken und dem Heranführen an ein gesundes Essverhalten.

Bitte beachten: Sie benötigen eine stabile Internetverbindung. Bitte halten Sie auch ein Mikrofon und eine Kamera bereit! Den Link zur Teilnah-

me erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung per E-Mail. Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

*Webseminar* *1 Termin*  
*Do. 20.11.2025* *19:00 bis 20:30 Uhr*  
*Entgeltfrei*  
*25H2106WEB* *Elke Diekmann*

## Kreatives

### Mit Liebe genäht: Ihr Nähkurs für die Baby-Erstausrüstung Für werdende Mütter, frischgebackene Eltern & engagierte Großeltern

Möchten Sie etwas ganz Persönliches und Praktisches für Ihr (Enkel-)Baby anfertigen? In unserem liebevoll gestalteten Nähkurs lernen Sie, wie Sie einzigartige Stücke für die Baby-Erstausrüstung nähen. Ob Sie schwanger, gerade Mama oder Papa geworden sind oder Sie Ihr Enkelkind erwarten - dieser Kurs bietet Raum für Kreativität, Bitte bringen Sie eine Nähmaschine und Nähzubehör mit. Besitzen Sie keine Nähmaschine, können wir Ihnen eine ausleihen - vorab bitte anfragen!

Bitte beachten: Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

*Brake, Familien- und Kinderservicebüro*  
*Breite Straße 3* *5 Termine*  
*Do. ab 28.08.2025* *15:00 bis 17:15 Uhr*  
*Entgeltfrei*  
*25H2108BRE* *Annika Tannert,*



## Kreativ im Herbst - für Kinder im Alter von 4 bis 7 Jahren

### Eltern-Kind-Kurs

In diesem Kurs wollen wir passend zum Herbst basteln und kreativ werden. Dazu verwenden wir verschiedene Materialien, um die Fantasie anzuregen. Die Kinder können hierbei frei zwischen verschiedenen Beispielen wählen und diese ganz nach ihrer eigenen Vorstellung umsetzen.

Bitte beachten: Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

Nordenham  
Marktstr. 8 a 1 Termin  
Do. 09.10.2025 15:00 bis 16:30 Uhr  
Entgeltfrei  
25H2128NHE Hille Tiarks

## Kreativ im Winter - für Kinder im Alter von 4 bis 7 Jahren

### Eltern-Kind-Kurs

In diesem Kurs wollen wir passend zum Winter basteln und kreativ werden. Dazu verwenden wir verschiedene Materialien, um die Fantasie anzuregen. Die Kinder können hierbei frei zwischen verschiedenen Beispielen wählen und diese ganz nach ihrer eigenen Vorstellung umsetzen.

Bitte beachten: Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

Nordenham  
Marktstr. 8 a 1 Termin  
Do. 04.12.2025 15:00 bis 16:30 Uhr  
Entgeltfrei  
25H2127NHE Hille Tiarks

## Kommunikation und Psychologie

### Elternkompass - Kinder verstehen und begleiten

In diesem Kurs lernen Eltern, wie sie ihre Kinder besser unterstützen können. Wir behandeln Themen wie Wut, Angst und Unsicherheit sowie Mobbing. Der Kurs bietet praktische Tipps und Coaching-Einheiten für alle Eltern, unabhängig von bestehenden Problemen. Ein echter Mehrwert für jede Familie. Dieser Kurs richtet sich an alle Eltern, die ihre Beziehung zu ihren Kindern verbessern und sie in verschiedenen Lebensphasen besser unterstützen möchten. Wir behandeln den Umgang mit Wut, Angst und Unsicherheit bei Kindern jeden Alters und bieten Lösungen für Mobbing-Situationen.

Bitte beachten: Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

Brake, KoBi  
Bgm.-Müller-Str. 35 2 Termine  
Mi. ab 03.09.2025 18:30 bis 20:45 Uhr  
Entgeltfrei  
25H2155BRE Nadya El Rayes



*Brake, KoBi*  
*Bgm.-Müller-Str. 35*                      *2 Termine*  
*Mi. 03.12.2025*                      *18:30 bis 20:45 Uhr*  
*Mi. 10.12.2025*                      *18:30 bis 20:45 Uhr*  
*Entgeltfrei*

*25H2156BRE*                      *Nadya El Rayes*

## **Toxisches Familiensystem - in welcher Rolle finden Sie sich wieder?**

Toxische Familien sind kräftezehrend, da es problematische Dynamiken gibt, die Beziehungen zwischen allen Familienmitgliedern sehr negativ beeinflussen. Der Ausdruck "toxisch" ist in Mode auch wenn es sich hier keinesfalls um eine Modeerscheinung handelt. Wir sprechen von Problemfamilien mit gestörten Beziehungen, wie es sie schon immer gegeben hat.

Bitte beachten: Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

*Brake, KoBi*  
*Bgm.-Müller-Str. 35*                      *1 Termin*  
*Fr. 17.10.2025*                      *18:00 bis 20:15 Uhr*  
*Entgeltfrei*

*25H2100BRE*                      *Wilma Heller*

## **Was ist schon normal?**

Die Welt ist bunt und dreht sich: an diesem Abend blicken wir darauf, wie wir die Vielfalt unserer Kinder und die Welt, in der sie leben, als Eltern begleiten können. Wir versuchen unseren Blick auf unterschiedliche Gruppen und Personen bewusst zu

machen und wie wir dadurch auch unsere Kinder beeinflussen. Wir betrachten dazu auch verschiedene Bücher für Kinder, in der nicht nur das „ganze Normale“ abgebildet wird, sondern die vielfältige Welt Beachtung findet. So sind gleich ein paar Buchtipps mit dabei!

Bitte beachten: Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

*Brake, Familien- und Kinderservicebüro*  
*Breite Straße 41*                      *1 Termin*  
*Do. 25.09.2025*                      *18:30 bis 20:45 Uhr*  
*Entgeltfrei*  
*25H2137BRE*                      *Stefanie Meyer*

## **Erschöpfte Eltern im Alltag**



Webseminar

Fühlen Sie sich häufig überfordert und ausgepowert, ohne ausreichend Zeit für Erholung? Langfristig kann diese Erschöpfung nicht nur zu gesundheitlichen Problemen führen, sondern auch negative Emotionen wie Enttäuschung, Traurigkeit und Selbstzweifel hervorrufen. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie einem Burnout effektiv vorbeugen, Ihren Alltag besser strukturieren und neue Kraft schöpfen können. So gewinnen Sie mehr Energie, um die wertvolle Zeit mit Ihrer Familie bewusst und genussvoll zu erleben.

Bitte beachten: Sie benötigen eine stabile Internetverbindung. Bitte halten Sie auch ein Mikrofon und eine



Kamera bereit! Den Link zur Teilnahme erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung per E-Mail. Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

Webseminar 5 Termine  
Mo. ab 27.10.2025 20:00 bis 21:30 Uhr  
Entgeltfrei  
25H2121WEB Luisa Gialletto

Bitte beachten: Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

Brake, KoBi  
Bgm.-Müller-Str. 35 3 Termine  
Do. 25.09.2025 15:00 bis 17:00 Uhr  
Do. 02.10.2025 15:00 bis 17:00 Uhr  
Do. 09.10.2025 15:00 bis 17:00 Uhr  
Entgeltfrei  
25H2143BRE Dozierendenteam

Brake, KoBi  
Bgm.-Müller-Str. 35 3 Termine  
Mi. 24.09.2025 09:00 bis 11:00 Uhr  
Mi. 01.10.2025 09:00 bis 11:00 Uhr  
Mi. 08.10.2025 09:00 bis 11:00 Uhr  
Entgeltfrei  
25H2144BRE Dozierendenteam

Brake, KoBi  
Bgm.-Müller-Str. 35 3 Termine  
Mi. 05.11.2025 09:00 bis 11:00 Uhr  
Mi. 12.11.2025 09:00 bis 11:00 Uhr  
Mi. 19.11.2025 09:00 bis 11:00 Uhr  
Entgeltfrei  
25H2146BRE Dozierendenteam

Brake, KoBi  
Bgm.-Müller-Str. 35 3 Termine  
Do. 06.11.2025 15:00 bis 17:00 Uhr  
Do. 13.11.2025 15:00 bis 17:00 Uhr  
Do. 20.11.2025 15:00 bis 17:00 Uhr  
Entgeltfrei  
25H2145BRE Dozierendenteam

## Unterstützung bei Anträgen

### Finanzielle Unterstützung für Familien: Anträge leicht gemacht

Viele Familien haben Anspruch auf finanzielle Unterstützung wie Kinderzuschlag, Wohngeld oder Bildungs- und Teilhabeleistungen. Doch das Ausfüllen der Anträge kann kompliziert und zeitaufwendig sein. In unserem Kurs helfen wir Ihnen, den Durchblick zu behalten! Wir zeigen Ihnen Schritt für Schritt, wie Sie die Anträge korrekt ausfüllen und welche Unterlagen Sie benötigen. Profitieren Sie von praktischen Tipps und persönlichen Hilfestellungen, um Ihre Ansprüche geltend zu machen.

Für weitere Informationen und zur Klärung Ihrer individuellen Fragen stehen wir Ihnen gerne vorab zur Verfügung, per Mail und telefonisch:

m.fehling-onken@kvhs-wesermarsch.de  
0151 53429894





## Kooperation mit dem Deutschen Kinderschutzbund



### „Starke Eltern - Starke Kinder“® (auf türkisch)

Eltern-Kind-Kurs

Sizi çocuklarınız için güçlendirmek istiyoruz. Her ailenin, kendi öyküsü vardır; başka bir dünyadır ve farklı sorunlarla yüz yüzedir. Bu nedenle bir aile için geçerli olan bir çözüm, başka bir aile için geçerli olmayabilir. Bunu her sorunun, içinde yer aldığı koşullar belirler. Veli kursları, daha az gerilimli, ama daha fazla mutlu bir aile yaşamı isteyen ana babalara seslenir:

- Eğitimde gerçekten önemli olan şey nedir?
- Çocuğumun öz güveninin gelişimine nasıl yardımcı olabilirim?
- Çocuğum nelere gereksinim duyuyor?
- Ben kendi gereksinimlerimi nasıl dile getirebilirim?
- Gücümü/kuvvetimi nasıl kullanıyorum?

Veliler kursunun sunduğu destekleyici olanaklar nelerdir?  
Elbette sihirbazlık yapmamız beklenemez. Kursun sunduğu olanaklar şunlardır:

- Eğitim zorluklarını, üzerinde konuşarak aşmak.
- Sorunlu durumlar üzerine yeni strateji seçeneklerini araştırmak.
- Çatışmaları çözmek için en yeni çözüm yollarını öğrenmek.
- Velilerin özgüvenini güçlendirmek.
- Bilimsel bilgileri iletmek.

Veli kurslarında nasıl bir yöntem izlenir?  
Uygulamalı olarak ve oyunlar ya da hafta sonu ödevleriyle birlikte sunulacak olan kurslar, en fazla 14 kişiyle gerçekleştirilir.

Nordenham Kinder- und Jugendhaus  
Zum Slip 1 15 Termine  
Fr. ab 05.09.2025 10:00 bis 11:30 Uhr  
Entgeltfrei  
25H2158NHE Nimet Cansever





## Wind und Wetter Strolche - Für Eltern mit Kindern bis 3 Jahren

### Eltern-Kind-Kurs

Beim Toben, Klettern, Matschen und Bauen werden ganzheitlich die Sinne angeregt und die kindliche Wahrnehmung gestärkt. Das gemeinsame Spielen an der frischen Luft ist ein Spaß für Groß und Klein. Die Kinder werden zu Forscher\*innen, untersuchen aufmerksam ihre Umwelt und spielen mit selbst gesammelten Naturmaterialien.

Bitte beachten: Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

*Nordenham, Einswarden, Kinder- und Jugendhaus*

Zum Slip 1 7 Termine

Mi. ab 03.09.2025 09:00 bis 10:30 Uhr

Entgeltfrei

25H2130NHE

*Jasmin Fischer*

*Nordenham, Einswarden, Kinder- und Jugendhaus*

Zum Slip 1 10 Termine

Mi. ab 05.11.2025 09:00 bis 10:30 Uhr

Entgeltfrei

25H2129NHE

*Jasmin Fischer*

## Wach, neugierig, klug

### Kompetente Erwachsene für Kinder unter 3 Jahren

### Eltern-Kind-Kurs

Kinder kommen mit vielfältigen Potenzialen auf die Welt. Diese Talente und Fähigkeiten können sie aber nur entfalten, wenn sie von Anfang an Beziehungen zu vertrauten Menschen aufbauen und eine anregungsreiche Umwelt erfahren. Dabei sind sie auf die Unterstützung von kompetenten Erwachsenen angewiesen. In der Spiel- und Lerngruppe mit dem Titel "Wach, neugierig, klug - kompetente Erwachsene für Kinder unter drei" werden Grundthemen der Erziehung angesprochen und wichtiges Basiswissen vermittelt. Die Konzeption wurde von der Bertelsmann Stiftung gemeinsam mit dem Staatsinstitut für Frühpädagogik entwickelt und der Spielgruppenarbeit angepasst. Die Materialien zeigen eine große Wertschätzung für die Entwicklungsfähigkeit von Kleinkindern und für die verantwortungsvolle Arbeit der sie dabei begleitenden Erwachsenen. In der Gruppe geht es um das gemeinsame Wachsen - und das macht ganz viel Freude!

Bitte beachten: Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

**!!! Auf Türkisch!!!**

*Nordenham, Einswarden, Kinder- und Jugendhaus*

Zum Slip 1 16 Termine

Mo. ab 01.09.2025 10:00 bis 11:30 Uhr

Entgeltfrei

25H2126NHE

*Nimet Cansever*





Nordenham, Familien- und Kinderservicebüro

Herbertstraße 3 12 Termine  
Mi. ab 03.09.2025 15:00 bis 16:30 Uhr  
Entgeltfrei

25H2150NHE Anja Bauch

Nordenham, Einswarden, Kinder- und Jugendhaus

Zum Slip 1 9 Termine  
Do. ab 04.09.2025 09:00 bis 10:30 Uhr  
Entgeltfrei

25H2132NHE Doris Becker

## Hören, Klatschen, Tanzen

### Eltern-Kind-Kurs

Es wird gespielt, gesungen, getanzt und gelacht. Die Kinder können erste soziale Kontakte knüpfen und werden durch altersgerechte Angebote spielerisch gefördert. Eltern bekommen Anregungen für Zuhause und haben die Gelegenheit sich gegenseitig auszutauschen.

Bitte beachten: Die "Angebote für Eltern" sind kostenfrei. Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte bis 3 Tage vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Gebühr von 15,00 €.

Brake, KoBi

Bgm.-Müller-Str. 35 7 Termine  
Mi. ab 03.09.2025 11:00 bis 12:30 Uhr  
Entgeltfrei

25H2109BRE Annika Tannert

Nordenham, Einswarden, Kinder- und Jugendhaus

Zum Slip 1 8 Termine  
Do. ab 20.11.2025 09:00 bis 10:30 Uhr  
Entgeltfrei

25H2131NHE Doris Becker



**Kultur macht STARK**  
Bündnisse für Bildung

GEFÖRDERT VOM  
Bundesministerium für Bildung und Forschung



Elternfortbildungen

## Beratungsstelle der AWO für Kinder, Jugendliche und Eltern

Hafenstr. 2, 26919 Brake  
Tel: 04401 9379 0  
info@beratungsstelle-brake  
Öffnungszeiten:  
Mo - Mi, Fr : 08.30 - 12.00 Uhr  
Do 14.00 - 17:00



Hansingstr. 19, 26954 Nordenham  
Tel: 04731 9422 0  
info@beratungsstelle-nordenham  
Öffnungszeiten:  
Mo - Mi, Fr : 08.30 - 12.00 Uhr  
Do 14:00 - 17:00 Uhr

## Rose 12 - Fachstelle für Sucht und Suchtprävention

In Nordenham ist die Rose 12 im RVZ Wesermarsch-Nord in der Ilsestraße 15 unter der Telefonnummer: 04731 310992 erreichbar und in Brake am Mittwoch unter der Telefonnummer: 0171 9513475.

Termine können gerne telefonisch abgesprochen werden.

## LaWeGa

Hilfe bei Gewalt, Bedrohung und Stalking

Poggenburger Str. 15  
26919 Brake  
Tel: 04401 927 436  
Fax: 04401 927 372  
lawega@wesermarsch.de  
<https://wesermarsch.de/>



## Frauen beraten - donum vitae e. V.

Beratungsstelle und Angebote für schwangere Frauen, werdende Väter und Paare mit Kindern bis zum dritten Lebensjahr  
Bürgermeister-Müller-Str. 10  
26121 Brake

Regionales Versorgungszentrum  
Wesermarsch (RVZ)

Ilsestraße 15  
26954 Nordenham  
Kontakt  
Tel.: 04401 930160  
Email: [brake@donumvitae.org](mailto:brake@donumvitae.org)  
[www.brake.donumvitae.org](http://www.brake.donumvitae.org)





## KINT - Das Krabbelgruppen-Info-Team

Bei dem Projekt „Krabbelgruppen-Info-Team - KINT“ handelt es sich um ein Projekt im Bereich der Frühen Hilfen. Das Projekt wird vom Landkreis Wesermarsch und den Trägern vor Ort, der Kreisarbeitsgemeinschaft der Wohlfahrtsverbände, durchgeführt. Gefördert wird das Projekt durch das Niedersächsische Landesamt für Soziales, Jugend und Familie.

Im Landkreis Wesermarsch gibt es eine Vielzahl an Mutter-Kind-Gruppen, die sich treffen. Organisiert werden sie durch kirchliche Träger, die Träger der Freien Wohlfahrtspflege, Selbsthilfegruppen oder Elterninitiativen etc.

Was die Gruppen auszeichnet ist, dass sich regelmäßig getroffen wird, es aber keine Verpflichtung zur regelmäßigen Teilnahme gibt und somit ein guter Austausch stattfinden kann. werdende Eltern bzw. Eltern mit Kleinkindern haben durch diesen Ansatz weniger Ängste, sich in die Gruppen einzubringen.

Um auch spezielle Fragen zu pädagogischen oder medizinischen Themen klären zu können, bilden eine pädagogisch ausgebildete Fachkraft (z. B. Erzieher\*in) und eine Fachkraft aus dem medizinischen Bereich (z. B. Familienhebamme/ Kinderkrankenschwester), ein flexibles Team. Das Team hält keine Vorträge, sondern kommt für individuelle Beratungen oder Fragen in die bestehenden Gruppen.

Das Projekt wird in der Wesermarsch an verschiedenen Standorten umgesetzt.

**Ansprechpartner\*innen für die nördliche Wesermarsch** (ab Brake):

**Frau Annika Klein-Beermann, Tel: 0176 4732 6837**

kint-nord@caritas-wesermarsch.de

**Ansprechpartner\*innen für die südliche Wesermarsch** (südlich von Brake):

**Frau Ralle-Klein, Tel: 0162 9696 363**

fuks-elsfleth@sozialwerk-wesermarsch.de





Neben der aufsuchenden Arbeit, hat sich mit der Zeit aber auch das Angebot von „Café KINT“ etabliert. Hier wird an festen Terminen an bekannten Standorten die Möglichkeit geboten, in netter Atmosphäre ins Gespräch zu kommen, sich auszutauschen oder offene Fragen direkt vom Fachteam beantwortet zu bekommen.

**Team Süd**

**KINT Termine**

in den Räumen des Kath. Pfarrheims,  
Breite Straße 55a in **Brake**

15.08.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
29.08.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
12.09.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
10.10.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
24.10.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
07.11.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
21.11.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
05.12.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr

**KINT Termine**

in den Räumen des Ev. Gemeindehauses,  
Nikolaiplatz 3 in **Elsfleth**

05.08.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
19.08.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
02.09.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
16.09.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
30.09.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
14.10.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
28.10.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
11.11.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
25.11.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
09.12.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr

**Team Nord**

**KINT Termine**

in den Räumen des Walter-Spitta-Hauses,  
Kirchweg 5 in **Jade**

26.08.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
09.09.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
23.09.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
07.10.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
04.11.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
18.11.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
02.12.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr

**KINT Termine**

in den Räumen des Mehrgenerationen-  
hauses,  
Viktoriastraße 16 in **Nordenham**

08.08.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
22.08.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
05.09.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
19.09.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
17.10.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
14.11.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
28.11.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr
12.12.2025	09:00 Uhr - 11:00 Uhr



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



## Familien- und Kinderservicebüros im Landkreis Wesermarsch

Sie haben Fragen rund ums Thema Kind? Sie möchten wissen, welche Angebote es in Ihrer Gemeinde für Ihre Kinder gibt oder Sie möchten Informationen rund um das Thema Tagespflegeperson? Dann nehmen Sie Kontakt auf mit dem in Ihrer Gemeinde/Stadt zuständigen Familien- und Kinderservicebüro.

### Butjadingen:

Sylke Wulff  
Butjadinger Str. 59, 26969 Butjadingen  
Telefonnummer: 04733 917 668  
fuks.butjadingen@sozialwerk-wesermarsch.de  
Mo.: 09:30 – 12:30 Uhr  
Do.: 14:30 – 17:30 Uhr

### Nordenham:

Anja Bauch  
Herbertstraße 3, 26954 Nordenham  
Telefonnummer: 04731 220 94  
fuks.nordenham@dksb-nordenham.de  
Mo.-Mi.: 09:00 – 12:00 Uhr  
Fr.: 09:00 – 12:00 Uhr

### Stadland:

Sonja Bannach  
Am Markt 1, 26935 Stadland  
Telefonnummer: 04732 8933  
bannach@stadland.de  
Di.: 09.00 - 12.00 Uhr  
Do.: 09:00 - 12:00 Uhr

### Brake:

Annika Tannert  
Breite Straße 3, 26919 Brake  
Telefonnummer: 04401 8294036  
fuks.brake@dksb-nordenham.de  
Di.: 09:00 - 12:00 Uhr  
Do.: 14:00 - 17:00 Uhr

### Berne:

Martina Drake-Hennig  
Weserstraße 28, 27804 Berne  
Telefonnummer: 04406 959 855  
fuks.berne@sozialwerk-wesermarsch.de  
Di./Do.: 08:00 – 11:00 Uhr

### Jaderberg:

Sanja Blanke  
Tiergartenstraße 52,  
26349 Jade - Jaderberg  
Telefonnummer: 04454 899 331  
s.blanke@gemeinde-jade.de  
Mo./Do.: 08:30 – 12:30 Uhr  
Di.: 13:00 – 16:00 Uhr

### Ovelgönne:

Ulrike Mayer  
Rathausstraße 14  
26939 Ovelgönne  
Telefon 04480 8230  
u.mayer@ovelgoenne.de  
Mo. + Mi.: 08:30 Uhr – 12:30 Uhr  
Do.: 08:30 Uhr – 12:30 Uhr  
Do.: 14:00 Uhr – 15:30 Uhr

### Elsfleth:

Waltraud Ralle-Klein  
Rathausplatz 1, 26931 Elsfleth  
Telefonnummer: 04404 504 41  
fuks.elsfleth@sozialwerk-wesermarsch.de  
Di.: 14:30 – 16:30 Uhr  
Do.: 08:00 – 12:30 Uhr

### Lemwerder:

Silke Dammann  
Stedingerstraße 55, 27809 Lemwerder  
Telefonnummer: 0421 67 39 50  
dammann@lemwerder.de  
Mo.- Do.: 08:30 – 12:00 Uhr

Familien-  
und Kinder-  
Servicebüro



## Geschäftsstelle Brake

Kompetenz und Bildung  
an der Weser (KoBi)  
Bürgermeister-Müller-Str. 35  
Telefon: 04401 7076 100  
[www.kvhs-wesermarsch.de](http://www.kvhs-wesermarsch.de)



## Geschäftsstelle Nordenham

Marktstraße 8a  
26954 Nordenham  
Telefon: 04401 7076 110  
[www.kvhs-wesermarsch.de](http://www.kvhs-wesermarsch.de)

Anmeldeteam  
[info@kvhs-wesermarsch.de](mailto:info@kvhs-wesermarsch.de)

## Landkreis Wesermarsch

Poggenburger Straße 15  
26919 Brake  
Fachdienst 51 Jugend  
Telefon (Kreishaus): 04401 927 323  
Fax (Kreishaus): 04401 347 1



Ansprechpartnerin: Kerstin Kreikenbohm

