



Evangelische
Familienbildungsstätte
Kehdingen/Stade e. V.



*Programm
August 2015
- Juni 2016*

DAS MORGEN DENKEN.



IHR STARKER PARTNER

für Entsorgung, Recycling, Logistik.

Wir erstellen Ihnen Ihr individuelles Entsorgungskonzept. Langjährige Erfahrung und Fachkompetenz sind die Basis unserer Arbeit, zufriedene Kunden unser Anspruch.

Fordern Sie uns! Wir arbeiten gern für Sie.

KARL MEYER UMWELTDIENSTE GMBH
Telefon 04770 8010 | WWW.KARL-MEYER.DE

Wohnungen für alle

Wir erfüllen Ihre Wohnwünsche. Mit über 2.400 Wohnungen sind wir in Stade der größte Wohnungsanbieter.

Unser Wohnungsangebot: 1- bis 4-Zimmer-Wohnungen, Reihenhäuser und Seniorenwohnungen. Alle Wohnungen entsprechen dem heutigen Standard und befinden sich in zentraler oder stadtnaher Lage von Stade.



Teichstr. 51, 21680 Stade
Tel. 04141 6075-0, Fax -12
Internet: www.wohnstaette.de



**WOHNSTÄTTE
STADE EG**

Wir bedanken uns
bei den Inserenten und
Inserentinnen für die
Unterstützung der
Herausgabe des FABI-
Jahresprogrammes
2015 / 2016.

Herzlich willkommen!

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Familien leisten durch die Erziehung ihrer Kinder ganz automatisch einen wichtigen Beitrag zur Zukunftsgestaltung unserer Gesellschaft. Daher ist Stärkung und Begleitung, sowie Bildung von und für Familien wichtig. Die Evangelische Familienbildungsstätte Kehdingen/ Stade e.V. (FABI) unterstützt Familien in vielen unterschiedlichen Bereichen mit ihren vielfältigen Kurs- und Gruppenangeboten.

Entdecken Sie neue Fähigkeiten und Fertigkeiten, entfliehen Sie für einen Moment dem Alltag und seien Sie gespannt auf neue Anregungen und Erfahrungen.

Herzlich willkommen - wir freuen uns auf Sie!



Anika Röling
1. Vorsitzende



Sonja Mäder
Leitung



von links nach rechts:

Hilke Hinsch
Astrid Rehahn-Buck
Ines Mlodoch
Astrid Bergmann
Sabine Laffrenzen
Sonja Mäder
Simone Engels
Ingrid Hartkens
Daniela Sawitzki
Claudia Huntenborg
nicht auf dem Bild:
Heiko Weiß

Ev.-luth.
Johanniskindergarten
 Nettelbeckweg 24, 21680 Stade
 Tel. 0 41 41 / 617 50



**Kath. Kindergarten
 St. Nikolaus**
 Harsefelder Str. 77 A
21680 Stade
 0 41 41 / 6 22 72

**Waldkindergarten
 Waldzwerge Stade**
 Die Alternative zum Kindergarten!



Wir entdecken gemeinsam die Natur
 Wir spielen bei jedem Wetter draußen
 Wir machen Spazierritte durch den Wald
 Wir besuchen die Tiere in der Umgebung
 Wir singen, tanzen und basteln draußen
 Wir kochen und backen
 Wir klettern, kinnern und erkunden
 Wir laufen durch Pfützen



Wir sind eine Gruppe mit 13 Kindern und 2 Erzieherinnen
 Diese Bettina Schacht, Waldhandy: 0177 8724529 oder
www.waldkindergarten-stade.de

Waldminizwerge:



Wir, die **Waldminizwerge**, sind eine Waldspielgruppe von maximal 8 Kindern im Alter von 1,5 bis 4 Jahren.

Wir treffen uns Dienstag bis Donnerstag von 8:30 Uhr bis 12:30 Uhr in Wiepenkathen im Wald und erleben und erforschen die Natur.

Dort spielen wir auf begrenzten Gelände am Waldrand. Bei regelmäßigen Spaziergängen erobern wir auch die nähere Umgebung und erleben im Wald das Spiel. Zum Frühstück und Wickeln steht ein beheizbarer Container mit überdachter Veranda zur Verfügung. Waldhandy: 0176 8724529

www.waldkindergarten-stade.de

Inhalt

Familienstart	5
Familienleben	15
Eltern	29
Kinder & Jugendliche	39
Bewegung & Entspannung	47
Gesundheit & Ernährung	63
Kreativität & Musik	67
Persönlichkeit & Kompetenz	71
Beratung	81
Fortbildung & Qualifizierung	83
Einrichtungen & Projekte	91
Pflegefamilienberatung	92
Hallo Du: Schulpatenschaft	93
Familienservicebüro	94
wellcome	95
Erziehungslotsen	95
 Kurse der Ev. Erwachsenenbildung	96
FABI-Service	99
Kooperationen	100
Wissenswertes	101

Silvia Feigenbutz Praxis für Ergotherapie



Diekmannweg 26
21682 Stade
Tel. 04141 87267
Fax 04141 87774

Bahnhofstr. 11
21614 Buxtehude
Tel. 04161 503904
Fax 04161 503981

www.ergotherapie-feigenbutz.de



Stader Gehwegreinigung GmbH

Winterdienst · Gartenarbeiten · Containerdienst

Tel. 04141 - 82048 · www.buhrfeind.de

DIE BÖRNE - THERAPIEN - KINDERGÄRTEN - SOZIALE DIENSTE

Sprachheilkindergarten Stade
Bei der Börne 7 + 9, 21682 Stade
Tel. 04141/ 400 329

Kindergarten Freiburg mit Sprachheilgruppe
Am Bassin 19, 21729 Freiburg
Tel. 04779/ 87 05

Therapiezentrum Stade/Jorker Straße
Ergotherapie, Logopädie, Krankengymnastik/Physiotherapie
Jorker Straße 12, 21680 Stade
Tel.: 04141/9399168

Therapiezentrum Stade/Ottenbeck
Ergotherapie, Logopädie, Krankengymnastik/Physiotherapie
Claus-von-Stauffenberg-Weg 10, 21684 Stade
Tel. 04141/ 53 43 43

Autismustherapiezentrum
Bei der Börne 15, 21682 Stade
Tel. 04141/ 40 03 10

Therapiezentrum Drochtersen
Ergotherapie, Logopädie
Am Hochsteige 1, 21708 Drochtersen
Tel.: 04143/999288

Therapiezentrum Buxtehude
Ergotherapie, Krankengymnastik
Billenbürgweg 1, 21614 Buxtehude
Tel.: 04161/88844

Die Börne
Gemeinnützige Gesellschaft für Soziale Dienste mbH.
Claus-von-Stauffenberg-Weg 10 • 21684 Stade
Telefon 04141/ 53 43 -0 • www.dieboerne.de

Autismus
Therapiezentrum

Familienstart

Benefit Yoga® in der Schwangerschaft	6
Geburtsvorbereitung - Drochtersen	6
Geburtsvorbereitung - Stade	6
Fit im Umgang mit dem Baby - Säuglingspflege	7
„Was alles auf mich zukommt ...“	7
Naturheilkundliche Begleitung während der Schwangerschaft	8
Was man über eine Geburt noch wissen sollte	8
Stoffwindel-Workshop	8
Tragehilfen-Workshop	9
Rückbildungsgymnastik	9
Babymassage	10
Stillcafé	10
Tee mit Milch - Stillgruppe	10
Säuglinge naturheilkundlich behandeln	11
fitdankbaby®	11
DELFI®	12
DELFI® in Buxtehude	12
Baby- und Kinderschwimmen	13



- 01-01 **Stade, FABI**, Neubourgstr. 5
Do. 17.09.2015 (10x)
€ 60,00
- 01-02 Do. 14.01.2016 (8x)
€ 48,00
- 01-03 Do. 07.04.2016 (9x)
€ 54,00
jeweils 18.15 - 19.45 Uhr
Gabriela von Rönn, Dipl.
Benefit Yoga®-Lehrerin
WDM, Yogalehrerin BDY/EYU

- Drochtersen, FABI**,
Sietwender Str. 11
- 01-04 Mi. 09.09.2015 (7x)
- 01-05 Mi. 06.04.2016 (7x)
jeweils 20.30 - 21.30 Uhr
Bettina Püttker, Hebamme,
Still- u. Laktationsberaterin

- Stade, Hebammenpraxis**,
Carl-von-Ossietzky-Weg 19
- 01-06 Mi. 09.09.2015 (7x)
- 01-07 Mi. 02.12.2015 (7x)
- 01-08 Mi. 17.02.2016 (7x)
- 01-09 Mi. 11.05.2016 (7x)
jeweils 09.30 - 11.30 Uhr
Gabi Horn-Stinner,
Hebamme, Ethnologin

BenefitYoga® in der Schwangerschaft

Die Schwangerschaft ist im Leben jeder Frau eine ganz besondere Zeit. Mit BenefitYoga® können Sie diese Zeit in all ihren Facetten meistern, erleben, genießen und die dazu nötige innere Gelassenheit entwickeln. Körperübungen halten Sie fit. Atem- und Entspannungsübungen sowie Meditationen bereiten Sie emotional und mental auf die Geburt vor.

Bitte mitbringen: Yogamatte oder Decke, bequeme Kleidung, warme Socken

Geburtsvorbereitung

Sie erhalten Informationen und Anleitungen zu Themen rund um die Schwangerschaft, die Geburt und die erste Zeit danach. Hierzu gehören sowohl das Erlernen von verschiedenen Gebärhaltungen, Körper- und Atemübungen für die Schwangerschaft und die Geburt, sowie die Vorbereitung auf das Stillen. Der werdende Vater ist an einem Abend gern willkommen, um sich in partnerschaftlicher Gemeinsamkeit auf das wichtige Ereignis der Geburt vorzubereiten. In Absprache besteht die Möglichkeit einen Kursabend für das Schwangerenschwimmen zu nutzen.

Die Gebühr wird über die Hebamme mit den Krankenkassen verrechnet.

Bitte mitbringen: Decke, warme Socken, bequeme Kleidung.

Geburtsvorbereitung

Für Frauen, die bereits Kinder haben

Sie erwarten Ihr zweites, drittes, fünftes Kind? Sie haben nicht mehr so viel Zeit, wie beim ersten Mal? Sie suchen einen Kurs, in dem es um Kreuzschmerzen und Beckenboden geht? Sie möchten ein wenig Zeit für das neue Baby haben, Atem- und Entspannungsübungen wiederholen/neu lernen, sich mit anderen Müttern z. B. über Geschwistereifersucht austauschen? Das alles vormittags, wenn „die Großen“ versorgt sind? Für „die Kleinen“ gibt es eine Kinderbetreuung gegen geringe Gebühr. In jedem Kurs gibt es einen Partnerabend nach Bedarf, Kosten dazu bitte erfragen.

Die Gebühr wird über die Hebamme mit den Krankenkassen verrechnet.

Bitte mitbringen: Decke, rutschfeste warme Socken, bequeme Kleidung.

Fit im Umgang mit dem Baby Säuglingspflege

Die ersten Wochen im Leben Ihres Babys! Wie können Sie diese gestalten? Wie halten, tragen und baden Sie das Baby? Wie wickeln Sie es und wie pflegen Sie seine Haut? Was geben Sie ihm zu trinken? Dieser Kurs richtet sich an werdende Eltern. Es werden Fragen geklärt, Alternativen (verschiedene Wickelsysteme, Badeeimer) vorgestellt und vieles kann einfach ausprobiert werden.

Bitte mitbringen: Socken und Verpflegung.

Weitere Kurse nach Bedarf.

- 01-10 Sa. 28.11.2015 (1x)
- 01-11 Sa. 05.03.2016 (1x)
jeweils 09.30 - 15.00 Uhr
- 01-12 Di. ab 08.09.2015 bis
Mi. 09.09.2015 (2x)
19.30 - 21.45 Uhr
jeweils € 19,80

Sonja Hiller, Heilpraktikerin,
Kinderkrankenschwester

"Was alles auf mich zukommt ..."

Informationsabend zu sozialrechtlichen Hilfen bei Schwangerschaft und Geburt

Mit der Geburt eines Kindes entstehen viele Fragen zu finanziellen und rechtlichen Unterstützungsmöglichkeiten der werdenden Eltern.

Der Abend gibt einen Überblick über Elterngeld und Elternzeit, Mutterschutz, Kindergeld, Regelungen im Zusammenhang mit Hartz IV, sowie Ein-Eltern-Familien und nicht-eheliche Lebensgemeinschaften.

In Zusammenarbeit mit pro familia Stade.

- 01-13 Mi. 18.11.2015 (1x)
- 01-14 Mi. 11.05.2016 (1x)
jeweils 19.00 - 21.00 Uhr
jeweils € 2,00

Anke Kollenda,
Dipl.-Pädagogin



PRAXIS-GEMEINSCHAFT

SONJA HILLER
HEILPRAKTIKERIN

PHYTOTHERAPIE
AROMATHERAPIE
DORNThERAPIE

TEL.: 04141 - 85596

MARLIES KUHLMANN
HEILPRAKTIKERIN

KINESIOLOGIE
OHR-AKUPUNKTUR
SANJOTHERAPIE

TEL.: 04141 - 779 1898

DANKERSTR. 73, 21680 STADE



01-15 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Mi. 07.10.2015 (1x)

01-16 **Drochtersen, FABI, Sietwender Str. 11**
Mi. 06.04.2016 (1x)
jeweils 19.30 - 21.45 Uhr
jeweils € 10,10
inkl. € 2,00 für Material
Katrin Engelhardt, PTA und
Heilpraktikerin

01-17 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Mi. 11.11.2015 (1x)
01-18 Mi. 02.03.2016 (1x)
01-19 Mi. 15.06.2016 (1x)
jeweils 20.00 - 22.00 Uhr
jeweils € 7,20
Marina Gäbler,
Dipl-Sozialpäd.

01-20 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Sa. 21.11.2015 (1x)
15.30 - 17.00 Uhr
€ 7,20
Claudia Lawrence, Trage-
und Stoffwindelberaterin

Naturheilkundliche Begleitung während der Schwangerschaft

Die Schwangerschaft ist eine Zeit des Umbruchs, ein prägender, natürlicher und schöner Abschnitt im Leben einer Frau. Auf diese Umstellungsphase reagiert der Körper mit Symptomen, die zwar unangenehm sein können, aber ganz normal sind. In diesem Vortrag bekommen Sie eine Übersicht, wie Sie mit Hilfe der Naturheilkunde gesund und ausgeglichen durch die 9 Monate Schwangerschaft kommen. Es werden typische Beschwerden wie Übelkeit, Müdigkeit, Sodbrennen, aber auch Probleme in der Stillzeit behandelt.

Was man über eine Geburt noch wissen sollte

Die Geburt eines Kindes ist verbunden mit Wünschen und Ängsten. Der Wunsch nach einer natürlichen Geburt mit kompetenter Begleitung ist groß, aber es gibt auch Ängste vor Dammschnitt, Kaiserschnitt, PdA, Wehentropf ...

Dieser Abend bietet die Gelegenheit, sich mit den Wunschvorstellungen vor der Geburt auseinanderzusetzen. Außerdem erhalten sie Hintergrundwissen und Tipps, die es Ihnen erleichtern, diese Wünsche in die Realität umzusetzen.

Stoffwindel-Workshop

Stoffwindeln sind nicht mehr das, was sie mal waren ... Sie sind modern, gesund, ökologisch und kostengünstig. Themen sind:

- verschiedene Stoffwindelsysteme, die Sie an einem Dummy probieren können
- Informationen über verschiedene Materialien und deren Eigenschaften
- alles Wichtige zum Thema „Waschen“
- eine FrageAntwort-Runde

Tragehilfen-Workshop

Für Eltern, die ihr Kind in einer Tragehilfe tragen möchten!

Inhalt:

-Kriterien für eine gute Tragehilfe

-Infos zu anatomischen Grundlagen und den Vorteilen des Tragens

-Kennenlernen von verschiedenen Tragehilfe-Systemen.

Ähnlich wie beim Schuhkauf lohnt es sich, Tragehilfen vor dem Erwerb auszuprobieren. Was bei dem einen gut sitzt, drückt den anderen sehr und was die eine praktisch findet, nervt die andere in der Handhabung. Ausführliches Testen schützt vor Fehlkäufen und erhöht die Wahrscheinlichkeit für ein langes bequemes Tragevergnügen.

Rückbildungsgymnastik

Es werden Übungen für die Stärkung der Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur erarbeitet, die die durch die Geburt strazierten Körperregionen wieder in Form bringen. Die Rückbildungsgymnastik stärkt auch das allgemeine Wohlbefinden und gibt Kraft für Ihre neuen täglichen Anforderungen. Beginn: 6-8 Wochen nach der Geburt. Die Babys können mitgebracht werden. Die Gebühr wird über die Hebammen mit den Krankenkassen verrechnet.

Bitte mitbringen: rutschfeste dicke Socken, bequeme Kleidung, Decke.

Kinderbetreuung gegen geringe Gebühr im Hause möglich.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

01-21 Sa. 26.09.2015 (1x)

01-22 Sa. 09.04.2016 (1x)

jeweils 15.30 - 17.00 Uhr

jeweils € 7,20

Claudia Lawrence, Trage- und Stoffwindelberaterin

Stade, Hebammenpraxis, Carl-von-Ossietzky-Weg 19

01-23 Do. 03.09.2015 (8x)

01-26 Do. 03.12.2015 (8x)

01-29 Do. 25.02.2016 (8x)

jeweils 08.45 - 10.00 Uhr

01-24 Do. 03.09.2015 (8x)

01-27 Do. 03.12.2015 (8x)

01-30 Do. 25.02.2016 (8x)

jeweils 10.00 - 11.15 Uhr

01-25 Do. 03.09.2015 (8x)

01-28 Do. 03.12.2015 (8x)

01-31 Do. 25.02.2016 (8x)

jeweils 11.15 - 12.30 Uhr

Gabi Horn-Stinner,
Hebamme, Ethnologin

Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11

01-44 Mi. 02.09.2015 (8x)

01-32 Fr. 08.01.2016 (8x)

01-33 Mi. 08.06.2016 (8x)

jeweils 10.00 - 11.15 Uhr

Ilka Delzer, Hebamme

- Nordische Kindermode
- Beratung und Verkauf von Tragesystemen und Stoffwindeln
- Kreative Unikate für Kinder
- Geburtstische mit individuellen Geburtsgeschenken



Große Schmiedestraße 30
21682 Stade
Telefon 0 41 41 / 80 700 31

www.filou-stade.de

Wir freuen uns auf Sie!

Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11

01-34 Di. 15.09.2015 (5x)

01-35 Di. 16.02.2016 (5x)

jeweils 10.45 - 11.45 Uhr
jeweils € 26,70

Ilka Delzer, Hebamme

Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11

01-36 Do. 03.09.2015

Treffen jeden 1. Do. im Mo-
nat

jeweils 15.00 - 17.00 Uhr
jeweils € 3,00

Ilka Delzer, Hebamme

Bettina Püttker, Hebamme

Stade, Hebammenpraxis,
Carl-von-Ossietzky-Weg 19

01-37 1. Treffen: Di. 08.09.2015

(danach 14täglich)

09.00 - 10.30 Uhr

jeweils € 6,50

Gabi Horn-Stinner,

Hebamme, Ethnologin

Babymassage

für Babys ab der 12. Lebenswoche

Vermittelt wird die Indisch-Schwedische-Babymassage. Gezielte Handgriffe helfen den Babys sich zu entspannen. Sie machen dadurch wichtige Körpererfahrungen. Mit viel Spaß treffen wir uns in gemütlicher Runde. Die Massage hat viele wertvolle Effekte. Bitte mitbringen: ein großes Handtuch, ein kleines Handtuch, Öl.

Stillcafé

Ein Treffpunkt für stillende Mütter und ihre Säuglinge. In gemütlicher Runde können Fragen rund ums Stillen beantwortet werden. Der Austausch mit anderen Frauen und/oder Eltern ist möglich. Das Stillen, Fragen zur Flaschenernährung und zur Beikost sollen dabei der Schwerpunkt sein. Gewichtskontrollen beim Baby sind ebenso möglich. Einstieg jederzeit möglich.

Bitte mitbringen: Fragen, Sachen für die Säuglinge.

Tee (für Mütter) mit Milch (für Babys) - Offene Stillgruppe

Hebammentipps rund um das Stillen und die Ernährung von Flaschenkindern bis zur Beikosteinführung. Schwangere, die sich informieren möchten und Geschwisterkinder sind herzlich willkommen.

Einstieg jederzeit möglich.

Anmeldung über Gabi Horn Stinner unter Tel. 0173 3 69 44 47.



Gabi Horn Stinner

Hebammenpraxis

Carl-von-Ossietzky-Weg 19

21684 Stade

Telefon 04141-660700 Fax 660753

Mobil 0173-3694447

www.meine-hebamme-in-stade.de

e-mail: hornstinner@aol.com

- Schwangerenvorsorge
- Schwangerenberatung
- Säuglingspflegekurse
- Geburtsvorbereitung
- Geburtshilfe
- Wochenpflege
- Rückbildungsgymnastik
- Stillberatung
- DELFI-Gruppe
- Aufklärungskonzepte

Säuglinge naturheilkundlich behandeln

Die erste Zeit mit einem Neugeborenen ist eine aufregende, wunderschöne Phase im Leben frisch gebackener Eltern. Doch viele Babys leiden unter Symptomen wie Blähungen, Zahnungsbeschwerden oder wundem Po. Wie Sie diese mit Hilfe der Naturheilkunde sanft lindern können, erfahren Sie in diesem Seminar. Außerdem wird besprochen, was Sie bei Erkältungen und Fieber tun können und wann Sie auf jeden Fall den Arzt aufsuchen sollten.

fitdankbaby® -

Fitness für Dich und Dein Baby

Ein Fitnessstraining für die Mamas und spielerische Übungen für die Babys im Alter von 3 bis 8 Monaten. Das Baby ist nicht nur dabei - es wird bei allen Übungen mit einbezogen. Neben dem Training der klassischen Problemzonen werden auch Übungen für den Rücken und den Beckenboden gemacht - aufbauend auf der Rückbildung.

Weitere Infos unter www.fitdankbaby.de.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, -schuhe, Getränk.



Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11
01-38 Fr. 06.11. - Sa. 07.11.2015

Stade, FABI, Neubourg-
str. 5
01-39 Fr. 10.06. - Sa. 11.06.2015
Fr. 18.00 - 20.00 Uhr
Sa. 10.00 - 12.00 Uhr
jeweils € 16,40

inkl. € 2,00 für Material
Katrin Engelhardt, PTA und
Heilpraktikerin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
01-40 Sa. 31.10.2015 (1x)

01-41 Sa. 27.02.2016 (1x)
jeweils 14.30 - 16.00 Uhr
jeweils € 11,60

Kerstin Askamp, Fitnessstrai-
nerin



Stade, Buxtehude,
Drochtersen, Fredenbeck,
Horneburg, Jork,
Estebürgge,
Himmelpforten

01-42 € 68,20 (11x1,5 Std.)

Treffen nach Absprache

Buxtehude,
Jugendfreizeithaus
Geschwister-Scholl-Platz 1
01-43 Mi. 10.00 - 11.30 Uhr
€ 25,00

Ulrike Brinkmann
Delfi-Leiterin

Jutta Schleßelmann
Familienhelferin
Jugendamt Buxtehude

Parallele Beratungsgespräche
auf Anfrage

DELFI® - für Eltern und Babys ab der 8. Lebenswoche

DELFI®-Kurse bieten für Eltern und ihre Babys Spiel, Spaß und Entwicklungsanregungen. Sie sind als konstante Begleitung für das erste Lebensjahr konzipiert. Die altersgemäße Bewegungs- und Sinnesentwicklung und die wachsenden Fähigkeiten der Babys werden von Woche zu Woche spielerisch begleitet und unterstützt. Die Babys genießen es, ihre Umgebung nackt in einem wohligen warmen Raum zu entdecken. Die Beschäftigung mit den Kindern, Gespräche über Entwicklung, Ernährung, Pflege und die eigenen Erfahrungen stehen im Mittelpunkt. Die Entwicklung und Unterstützung einer positiven Eltern-Kind-Beziehung sind ein wesentlicher Bestandteil des DELFI®-Konzeptes. Elterntreffen gehören dazu.

Beginn: Es beginnen fortlaufend neue Kurse. Jeder Kurs umfasst elf Wochen und beginnt mit einem Elternabend.

Weitere Infos zu DELFI® unter www.delfi-online.de

DELFI® in Buxtehude

für Eltern und Babys ab der sechsten Lebenswoche
in Kooperation mit der Stadt Buxtehude.
Teilnahme auf Anfrage.

Geburtshaus Stade
... die Hebammenpraxis

Und was können wir für Sie tun?

Untersuchung und Beratung auch zu Hause
bei Ihnen • kontinuierliche Betreuung • Geburtsvorbereitungskurse für Frauen und Paare, auch als Wochenendkurse • Schwangerschaftsgymnastik • Fit for 2 • Wochenbettbetreuung • Stillberatung • Mütterberatung • Babymassage • Rückbildungs-/Beckenbodenkurse • Gesprächskreis für Frauen/ Paare nach schwierigen Geburten • Geburtshaus-Frühstück • Telefonsprechstunde

Hebammen Dörte Heyn Regina Lleder-Schönn Tel. 04141-600 273
21684 Stade-Offenbeck Carl-Goerdeler-Weg 6 www.geburt-stade.de

Baby- und Kinderschwimmen

Freuen Sie sich auf das gemeinsame Erlebnis mit ihrem Kind im Wasser. Die Wassergewöhnung ermöglicht den Kindern ein großes Bewegungsrepertoire, Spielfreude und die Entwicklung einer gesunden Motorik. Die erste Hälfte der Kursstunde findet unter fachlicher Anleitung statt. Die verbleibende Zeit können Sie frei für sich und Ihr Kind nutzen.

Bitte mitbringen: Windelbadehose, Badesachen, Handtücher.

Weitere Kurse auf Anfrage.



Stade, aktiVital,
Gartenstr. 2

4 - 7 Monate

02-01 Mi. 09.09.2015 (8x)

02-02 Mi. 13.04.2016 (8x)

jeweils 10.00 - 10.45 Uhr

jew. € 60,00 / max. 7 Kinder

8 - 12 Monate

02-03 Mi. 09.09.2015 (8x)

02-04 Mi. 13.04.2016 (8x)

jeweils 10.45 - 11.30 Uhr

jew. € 60,00 / max. 7 Kinder

1 - 2 Jahre

02-05 Do. 10.09.2015 (8x)

02-06 Do. 14.04.2016 (8x)

jeweils 15.00 - 15.45 Uhr

jew. € 60,00 / max. 7 Kinder

ab 4 Jahre

mit Vorber. Seepferdchen

02-07 Do. 10.09.2015 (8x)

02-08 Do. 14.04.2016 (8x)

jeweils 15.45 - 16.30 Uhr

jew € 65,00 / max. 5 Kinder

Anke Börger, Sportlehrerin

- Wassergewöhnung für Babies
- Wasserspaß für 1- 4-Jährige
- Schwimmkurse für Kids
ab 5 Jahre



aktiVital

Gartenstraße 2 · 21680 Stade
Fon 0 41 41 - 52 97 97

Ist Gesundheit messbar? Ja... **NUR bei uns!**

Reformhaus

MACH DEN ANTIOXIDANTIEN- CHECK

*Schlanker, gesünder
und messbar jünger!*



Atila
Hildmann
Deutschlands
Vegan-
Koch Nr. 1



Kostenlos
Präzise Messung
in Sekunden.



Reformhaus von Glahn
Pferdemarkt 16
21682 Stade
Telefon 0 41 41 / 21 33
www.reformhaus-von-glahn.de

Die **TRIÄT**: Prüfe hier *regelmäßig* deine Werte und bring dich systematisch in Top-Form!

► Geschulte TRIÄT-Berater

► Wirksame Superfoods

► www.triaet.de

FezS Plus - Familien erleben zusammen Sprache	16
Elternbegleitung Plus	17
Leseclub	17
Eltern-Kind-Gruppen	18
Senioren-Eltern-Kind-Gruppen	19
Kindergruppen	20
Familienkurse	21
babySignal	21
Experimentieren mit allen Sinnen	21
Mit allen Sinnen wahrnehmen	21
Lesezwerge	22
Musik mit Minis	22
„Rhythmik“ mit allen Sinnen erleben - Singen, spielen, tanzen und vieles mehr	23
Musik verbindet Generationen - Kinderlieder aus alter Zeit	23
„Backe, Backe Kuchen“	23
Adventsfeier im Wald	24
Väter kochen mit ihren Kindern	24
Urlaubsfundstücke ins Bild bringen	24
Drums Alive	25
Gemeinsam lernen mit Kinesiologie	25
Ein Tag auf dem Bauernhof	25
Eltern-Kind-Ponytag & Erlebnis Pferd	26
Jetzt gehts um die Wurst	26
Den Wald im Herbst entdecken	27
Hallo Frühling! - Ein Vormittag im Wald	27



- Stade-Wiepenkathen**,
Jugendhaus, W.-Busch-Str. 1
07-01 Mo. 15.00 - 17.00 Uhr
- Stade-Hahle**, Grundschule Hahle,
Hahler Weg 49
07-02 Di. 9:45 - 11.45 Uhr
jeweils
Olga Yakushewa,
FezS-Leiterin,
russ. Muttersprachlerin
Olga Dyck, Sozialpäd. (BA)
- Stade**, Altländer Viertel, Ev.
Familienzentrum St.-Georg,
Hohenfriedberger Str. 17
07-03 Di. 9.30 - 11.30 Uhr
Ayse Tezgel, FezS-Leiterin, türki-
sche Muttersprachlerin
Simone Schicke, Erzieherin,
Elternbegleiterin
- Stade-Bützfleth**, Ev. Gemeinde-
haus „Diele“,
Obstmarschenweg 343
07-04 Fr. 9:30 - 11.30 Uhr
Dagmar Aval, Dipl.-Sozlpäd.
Gülistan Abi, FezS-Leiterin, türki-
sche Muttersprachlerin
- Buxtehude**, FABIZ,
Rotkäppchenweg 3
07-05 Mi. 9.30 - 11.30 Uhr
Tanja von Fehrn, FezS-Leite-
rin, russ. Muttersprachlerin
Monika von Reith,
Sprachförderkraft
jeweils € 5 je Monat für
Material

FezS Plus

Familien erleben zusammen Sprache

FezS Plus ist ein Eltern-Kind-Gruppen-Konzept mit dem Schwerpunkt Sprachförderung, welches sich sowohl an einsprachige als auch an mehrsprachige Familien mit Kindern im Alter von ein bis drei Jahren richtet. Durch feste Rituale, Wiederholungen und die allgemeine sprachliche Begleitung von Aktivitäten werden die Kinder in ihrem Spracherwerb gefördert. Ziel der Gruppe ist es, die Kompetenzen der Eltern bezüglich der Sprachförderung ihrer Kinder zu stärken und die Bildungschancen der Kinder zu verbessern. Die Gruppe bietet den Eltern Raum für den Austausch von Erfahrungen und dient den Kindern als Vorbereitung auf die Kindertagesstätte.

Gefördert durch das Niedersächsische Ministerium für Soziales, Frauen, Familie, Gesundheit und Integration sowie der Hansestadt Stade.



FezS Plus in Buxtehude

Eltern-Kind-Gruppe mit dem Schwerpunkt Sprachförderung

In Kooperation mit der Stadt Buxtehude

Teilnahme auf Anfrage

Gefördert durch das Förderprogramm „Zukunft(gestalten) - Allen Kindern eine Chance“ der Ev.-luth. Landeskirche Hannover

Elternbegleitung Plus

Alle Eltern wollen das Beste für ihre Kinder. Sie wünschen sich, dass ihre Kinder Erfolg auf ihrem Bildungsweg haben. Manche Mütter und Väter sind jedoch unsicher, wie sie ihr Kind am besten dabei begleiten können.

Die Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/ Stade e.V. bietet daher in Stade verschiedene Angebote für Familien und Alleinerziehende mit Kindern an, um sich über familiäre Fragen auszutauschen, Informationen zur kindlichen Bildung und Entwicklung zu erhalten und praktische Tipps zur Förderung des Kindes kennenzulernen. Durch die Begleitung und Beratung von qualifizierten ElternbegleiterInnen sollen Familien gestärkt und die Bildungs- und Teilhabechancen von Kindern, unabhängig von ihrer Herkunft, gefördert werden.

Leseclub

Mit Freude und ohne Leistungsdruck lesen und so Lesekompetenz entwickeln - das ist die Idee hinter den Leseclubs, die die Stiftung Lesen im Rahmen des Förderprogramms „Kultur macht stark. Bündnisse für Bildung“ des Bundesministeriums für Bildung und Forschung bundesweit einrichtet.

Gemeinsam mit der Grundschule Hahle bietet die Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e.V. einen Leseclub im Bildungshaus Hahle an. Kinder unterschiedlicher Altersklassen, werden hier professionell durch ehrenamtliche Mitarbeiter betreut und ihre Lesekompetenz wird individuell und spielerisch gefördert. Während der regelmäßigen Öffnungszeiten des Leseclubs wird gelesen, gespielt oder auch mit digitalen Medien gearbeitet. Ziel ist es, die Lesemotivation und Lesekompetenzen der Kinder zu fördern und somit gleichzeitig auch ihre Bildungsfähigkeit zu steigern.

Öffnungszeiten: montags - donnerstags von 14:30 - 16:00 Uhr
Weitere Informationen erhalten Sie in der Grundschule Hahle:
Tel. 04141- 83633, E-Mail sekretariat@gs-hahle.de und der
Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e.V.: Tel. 04141-797570
E-Mail info@fabi-stade.de

Gefördert durch das Förderprogramm „Zukunft(s)gestalten - Allen Kindern eine Chance“ der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers.



Stade-Hahle, Bildungshaus,
Hahler Weg 49
kostenfrei
Claudia Huntenborg,
Dipl.-Sozialpädagogin,
Elternbegleiterin



Assel | Ev. Gemeindehaus, Asseler Str. 45
Nadine Pfeiffer | Do. 09.30 - 11.00 Uhr

Drochtersen | Ev. FABI, Sietwender Str. 11
N.N. | Mo. 10.00 - 11.30 Uhr
Carola Petruck | Mo. 15.30 - 17.00 Uhr
Petra König | Fr. 10.00 - 11.30 Uhr

Freiburg | Ev. Gemeindehaus, Hauptstr. 24
Ingrid Günther | Do. 09.30 - 11.00 Uhr

Hamelwörden | Ev. Gemeindeg., Stader Str.
319

Tanja Mense | Mi. 09.00 - 10.30 Uhr
Veronika Harder | Fr. 09.00 - 10.30 Uhr

Jork | Ev. Gemeindehaus, Schützenstr. 2
Manuela Bense | Mo. 09.30 - 11.00 Uhr

Großenwörden | Ev. Gemeindehaus, Dorfstr.
19

Petra König | Do. 09.30 - 11.00 Uhr

Oldendorf | Ev. Gemeindehaus, Hauptstr. 14
Nina Wegner | Di. 09.00 - 10.30 Uhr

Stade | Ev. FABI, Neubourgstr. 5
Nicole Schilling | Mo. 15.30 - 17.00 Uhr
Sabine Steitz | Mo. 09.00 - 10.30 Uhr
Talke Nagel | Mi. 09.30 - 11.00 Uhr
Anja Krummrei | Mi. 15.30 - 17.00 Uhr
Sabine Steitz | Do. 09.00 - 10.30 Uhr
Anja Krummrei | Fr. 15.30 - 17.00 Uhr

Fredenbeck | Ev. Gemeindehaus, Hauptstr. 76
Ute Sievers | Do. 09.30 - 11.00 Uhr

Familienleben mit kleinen Kindern

Elternbegleitseminar



Frühkindliche Bildung in Eltern-Kind-Gruppen

Für Kinder von 1 bis 3 Jahren

Eltern begleiten ihre Kinder bei deren Kompetenzbildung. Sie erhalten Anregungen zum Spielen mit allen Sinnen, zum Bewegen und Singen. Kinder freuen sich über das Zusammensein mit anderen Kindern, entwickeln ihre Kommunikationsfähigkeit, sammeln neue Eindrücke, erkunden, erfahren und lernen. Sie werden in ihrer sozialen, emotionalen, motorischen, sprachlichen und kognitiven Entwicklung aufmerksam begleitet und individuell gefördert. Eltern erleben bewusst gemeinsame Zeit mit ihrem Kind, können untereinander Kontakt knüpfen und erhalten pädagogische Anregungen und Begleitung. Bei den Elternabenden werden im angeleiteten Gespräch pädagogische und gesellschaftliche Themen erarbeitet. Sie liegen in der pädagogischen Verantwortung der Evangelischen Erwachsenenbildung.

Gebühr € 53,10
15 x inkl. 3 Elternabende
pro Geschwisterkind
ab 10 Monate + € 5,00

Kollegiale Beratung
für E-K-G-Leiterinnen
Astrid Rehahn-Buck

Senioren-Eltern-Kind-Gruppen

Die Senioren-Eltern-Kind-Gruppen basieren auf dem Konzept der Eltern-Kind-Gruppen. Alt und Jung lernen von- und miteinander. Beim gemeinsamen Tun, Singen, Spielen und Basteln werden neue Beziehungen aufgebaut, andere Lebenswelten wahrgenommen und vielfältige Erfahrungen eingebracht.

Die TeilnehmerInnen erweitern ihren Blick auf die Welt des jeweils anderen und bewegen sich aus ihrem gewohnten Umfeld. Vielfältige Kontakte werden möglich und alle können von den reichhaltigen Erfahrungen profitieren.

In Zusammenarbeit mit dem DRK Seniorenheim "Auf der Geest", Ulmenweg 2, Harsefeld und dem Alten- und Pflegeheim Ernst und Claere Jung Stiftung Benedixweg 9, Stade.

Harsefeld, DRK Seniorenheim "Auf der Geest",
Ulmenweg 2
04-03 Di. 9.30 - 11.00 Uhr
€ 53,10 für 15 Treffen
(inkl. 3 Elternabende)
Jenny Heins,
zert. Tagespflegeperson

Stade, Alten- und Pflegeheim Ernst und Claere Jung
Stiftung, Benedixweg 9
04-04 Fr. 9.30 - 11.00 Uhr
€ 53,10 für 15 Treffen
(inkl. 3 Elternabende)
Anja Vehse,
Physiotherapeutin



Drochtersen | Ev. FABI, Sietwender Str. 11
**Maren Krethe-Thiem, Sonja Führer,
 Andrea Marx,**
 Di. - Do. 8.30 - 11.30 Uhr, € 77,00

Stade-Bützfleth

Ev. Gemeindehaus „Diele“,
 Obstmarschenweg 343
**Gabriele Jankowski, Bianca Rambow,
 Sandra Grothmann**
Vergin | Di. - Do. 9.00 - 12.00 Uhr,
 € 77,00

Hamelwörden | Ev. Gemeindehaus,
 Stader Str. 319
Sonja Führer | Mo. / Di. 8.30 - 11.30 Uhr,
 € 45,00

Jork | Ev. Gemeindehaus, Große Seite 9
Nadine Greibich, Janet Mix
 Mo. / Di. / Do. 9.00 - 12.00 Uhr, € 89,00

Stade | Neubourgstr. 5
Andrea Kaiser
 Di. / Mi. 9.00 - 12.00 Uhr, € 45,00

Kindergruppen für Kinder ab 2 Jahren

Die Kinder machen erste Gruppenerfahrungen, lernen sich von den Eltern zu lösen, setzen sich mit anderen Kindern auseinander und schließen Freundschaften.

Der Rahmen ist klein und überschaubar, so dass die Kinder sich schnell wohl fühlen. Sie werden in ihrer sozialen, emotionalen und kognitiven Entwicklung aufmerksam begleitet und gefördert.

In Hamelwörden und Stade ist ein Elterndienst erforderlich.

Die Gebühren sind durchgängig zu zahlen und beziehen sich jeweils auf einen Monat. In den Schulferien findet keine Gruppe statt. Zur Zeit nehmen wir Anmeldungen für August 2016 entgegen.



babySignal - Mit den Händen sprechen

Eltern mit Kinder von 6 - 18 Monaten

Lange bevor Kleinkinder ihre ersten Worte sprechen, können sie ihre Bedürfnisse und Beobachtungen durch Handzeichen differenziert zum Ausdruck bringen, z. B. „Essen“, „Trinken“, „Licht an“ oder „Hund“. Für Eltern ist es ein faszinierendes Erlebnis zu sehen, wie ihre Kinder sich ihnen mit den Händen mitteilen und wie glücklich es die Kleinen macht, sich verstanden zu fühlen. Eine schönere und bessere Motivation für das Erlernen des Sprechens gibt es nicht.

Im babySignal-Anfängerkurs lernen Eltern und Kinder auf spielerische Art einfache Zeichen der Deutschen Gebärdensprache für den Alltag.

Experimentieren mit allen Sinnen

Eltern mit Kindern von 1 - 3 Jahren

Sie werden gemeinsam mit ihren Kindern unterschiedliche Materialien wie Kleister, Wasser, Fingerfarben... kennenlernen. Matschen und Malen weckt die Neugier der Kinder und spricht alle Sinne an.

Sie haben die Chance auf viele neue Erfahrungen in der Gruppe, die zu Hause kaum möglich sind. Nebenbei wird die Feinmotorik und Körperwahrnehmung geschult.

Des weiteren gibt es Raum für Lieder, Fingerspiele und eine Freispielphase.

Haben Sie Lust gemeinsam mit ihrem Kind zum Matschen, Malen und „Sich Auszuprobieren“? Lassen Sie sich ein auf ein Experiment!

Bitte mitbringen: Handtuch, Waschlappen

Mit allen Sinnen wahrnehmen

Eltern mit Kinder von 1 - 3 Jahren

Die Sinneswahrnehmung ihres Kindes (fühlen, riechen, schmecken) wird an diesem Nachmittag gefördert. Sie werden beim Matschen, Kneten und Formen gemeinsam viel Spaß haben.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, rutschfeste Socken, und Verpflegung.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
 07-14 Mo. 02.11.2015 (6x)
 07-15 Mo. 04.04.2016 (6x)
 jeweils 09.15 - 10.15 Uhr
 jeweils € 42,00
Beate Mayer,
 babySignal Kursleiterin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
 07-16 Do. 24.09.2015 (8x)
 07-17 Do. 14.01.2016 (8x)
 07-18 Do. 07.04.2016 (8x)
 jeweils 15.30 - 17.00 Uhr
 jeweils € 57,60
N. N.

Oederquart, Ev. Gemeindehaus, Süderende 5
 07-19 Mi. 07.10.2015 (1x)
 07-20 Mi. 02.03.2016 (1x)
 07-21 Mi. 08.06.2016 (1x)
 jeweils 15.00 - 17.00 Uhr
 jeweils € 6,40
Nicole Wesseloh, zert.
 Tagespflegeperson

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

07-22 Fr. 25.09.2015 (10x)

07-23 Fr. 05.02.2016 (10x)

jeweils 09.45 - 10.45 Uhr

jeweils € 48,00

Susann Bontrup,

Erziehungswissenschaftlerin

M.A.

**Stade, Ev. Gemeindehaus,
Streuheideweg 22**

**Eltern und Babys
von 8 bis 18 Monaten**

07-24 Mo. 21.09.2015 (10x)

07-25 Mo. 11.01.2016 (10x)

07-26 Mo. 04.04.2016 (10x)

jeweils 10.15 - 11.00 Uhr

jeweils € 36,00 je Familie

**Eltern und Kinder
von 1,5 bis 3 Jahren**

07-27 Mo. 21.09.2015 (10x)

07-28 Mo. 11.01.2016 (10x)

07-29 Mo. 04.04.2016 (10x)

jeweils 09.00 - 10.00 Uhr

jeweils € 48,00 je Familie

N. N.

Lesezwerge - Eine Lese- und Spielgruppe

Eltern und Kinder von 1 - 3 Jahren

Kleinkinder entdecken mit großer Neugier die Welt. Sie hören gern beim Vorlesen von Geschichten zu und sehen sich mit viel Freude Bilder an. Das frühzeitige Heranführen der Kinder an Bücher fördert ihre Sprache, ihre visuelle Wahrnehmung und legt die Grundlagen für eine lebenslange Lesefreude.

Der Ablauf: Nach einem Begrüßungslied entdecken wir gemeinsam, was der Bücherkoffer mitgebracht hat. Lieder und Fingerspiele begleiten das Vorlesen und Anschauen der Bücher. Die zweite Hälfte des Treffens bietet Raum für freies Spielen, für das Knüpfen von Kontakte und gegenseitigen Austausch.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken.

Musik mit Minis

In dieser Gruppe werden Kinder und deren Eltern zum gemeinsamen Singen, Tanzen und Musizieren angeregt. Diese Art von ganzheitlicher Förderung ermöglicht den Kindern unterschiedlichste Erfahrungen in der Musik zu machen. Die natürliche musikalische Veranlagung der Kinder wird geweckt und entwickelt. Einfache Instrumente wie Klanghölzer, Glöckchen, Rasseln und Trommeln führen in die Welt der Klänge ein. Der Spaß und die Freude mit- und aneinander und die Lust am gemeinsamen Erlebnis stehen dabei im Vordergrund.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, rutschfeste Socken.



"Rhythmik" mit allen Sinnen erleben - singen, spielen, tanzen und vieles mehr für Eltern mit Kindern von 2 - 4 Jahren

„Rhythmik“ bedeutet Erziehung durch Musik und Bewegung - das begleitet uns unser ganzes Leben. Es soll darum gehen, eine Vielzahl an Erfahrungen zu sammeln und ganzheitliche Erlebnisse zu schaffen. Der Kurs steht unter dem Motto, Musik und Bewegung mit Kopf, Herz und Hand zu erleben.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Socken, Verpflegung und Getränke

Musik verbindet Generationen - Kinderlieder aus alter Zeit Großeltern und Enkelkinder von 3 - 6 Jahren

Ich möchte mit Ihnen gemeinsam singen, spielen, tanzen und ganz viel Spaß an alten Kinderliedern, Reimen und Gedichten haben. Sie werden sie kennen und sich bestimmt noch gut erinnern. Freuen sie sich an diesem Vormittag auf eine Reise mit ihren Enkelkindern zurück in Ihre Kindheit.

Bitte mitbringen: eine Decke, rutschfeste Socken, bequeme Kleidung, Verpflegung und Getränke

"Backe Backe Kuchen" Eltern und Kinder ab 4 Jahren

Sie werden einen interessanten Nachmittag in einer Backstube verbringen. Dabei lernen Sie und Ihre Kinder die verschiedenen Geräte und Vorgänge kennen und werden auch selbst etwas Leckerer backen.

Bitte mitbringen: Schürze

07-30 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Sa. 28.11.2015 (3x)
07-31 Sa. 06.02.2016 (3x)
07-32 Sa. 02.04.2016 (3x)
jeweils 10.00 - 11.30 Uhr
jeweils € 21,60
Ines Krause, Erzieherin mit
heilpäd. Zusatzausbildung,
Rhythmikpädagogin bwr

07-33 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Sa. 26.09.2015 (1x)
07-34 Sa. 27.02.2016 (1x)
07-35 Sa. 28.05.2016 (1x)
jeweils 10.00 - 13.00 Uhr
jeweils € 14,40
Ines Krause, Erzieherin mit
heilpäd. Zusatzausbildung,
Rhythmikpädagogin bwr

07-36 **Stade, Backstube Café Hey-**
derich, Harsefelder Str. 24
Mi. 30.09.2015 (1x)
07-37 Mi. 02.03.2016 (1x)
jeweils 15.30 - 17.30 Uhr
jeweils € 6,40 je Erw.
jeweils € 3,20 je Kind
Wolfgang Heyderich,
Konditormeister

07-38 **Stade-Hahle**, Hof Sterneberg
 So. 20.12.2015 (1x)
 16.00 - 17.30 Uhr
 ohne Gebühr,
 um eine Spende wird gebeten
Volker Dieterich-Domröse,
 Pastor

Stade, Friedrich-Fröbel-Schule,
 Lönsweg 4
 07-39 So. 20.09.2015 (1x)
 07-40 So. 15.05.2016 (1x)
 jeweils 09.00 - 13.00 Uhr
 jeweils € 12,80 je Erw.
 jeweils € 6,40 je Kind
Daniel Brandt, Koch

Burweg, Atelier Koffer-
 Kunst, Stader Str. 4
 07-41 Sa. 12.09.2015 (1x)
 07-43 Sa. 09.04.2016 (1x)

Stade, Ev. Gemeindehaus,
 Streuheideweg 22
 07-42 Sa. 26.09.2015 (1x)
 07-44 Sa. 16.04.2016 (1x)
 jeweils 10.00 - 13.00 Uhr
 jeweils € 9,60 je Erw.
 jeweils € 4,80 je Kind
Toni Hinck,
 Künstlerin

Adventsfeier im Wald

Lichter locken uns in den Wald. Getränke und Kekse erwarten uns. Wir hören adventliche Geschichten und Gedichte und singen Lieder. Stille, Dämmerung und Kerzenschein lassen eine ganz eigene Stimmung aufkommen. Bei schlechtem Wetter weichen wir in eine Scheune aus.

Bitte mitbringen: Fackel, Laterne oder Taschenlampe.

Väter kochen mit ihren Kindern für Väter und Kinder ab 5 Jahren

Warum müssen wir essen? Was gibt es für Essen? Hier wird Grundwissen rund ums Essen kindgerecht vermittelt, ehe es ans gemeinsame Zubereiten leckerer Kleinigkeiten geht. Diese werden wir dann abschließend in gemütlicher Runde gemeinsam verzehren.

Lebensmittelkosten werden nach Bedarf im Kurs abgerechnet.

Urlaubsfundstücke ins Bild bringen für Familien und Kinder ab 6 Jahren

Im Urlaub oder beim letzten Spaziergang wurde wieder so einiges eingesammelt, was wie ein Schatz gehütet wird. Nun wollen wir die Schätze in Acrylbilder einarbeiten. Mit den unterschiedlichsten Naturmaterialien wie z.B. gepressten Gräsern oder getrocknetem Getreide, kleinen Steinen, Federn, Eierschale und anderem, lassen sich schöne Collagen gestalten. Ganz der eigenen Kreativität entsprechend entstehen so Landschaftsbilder oder völlig abstrakte Werke.

Bitte mitbringen: Materialkosten nach Verbrauch ca. € 7,00.

Drums Alive - Eltern und Kinder ab 8 Jahren

Ein Vormittag für die ganze Familie mit viel Spaß und vor allem mit Musik. Und ganz nebenbei bewirkt das Trommeln die Verbesserung der Koordination, die Förderung der Kreativität und baut Aggressionen ab. Im ersten Teil erlernen wir spielerisch kleine Schrittkombinationen und Schlagtechniken, wir schulen den Rhythmus, so dass wir im zweiten Teil eine Choreographie einstudieren können.

Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Turnschuhe sowie Getränk.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
 07-45 Sa. 12.09.2015 (1x)
 07-46 Sa. 09.01.2016 (1x)
 07-47 Sa. 09.04.2016 (1x)
 jeweils 10.00 - 12.00 Uhr
 jeweils € 6,40 Erw.
 jeweils € 3,20 Kind
Beate Thiemann-Spey,
 lizenzierter Drums Alive
 Instructor

Gemeinsam lernen mit Kinesiologie

Eltern und Kinder von 6 bis 12 Jahren

In diesem Kurs stehen alltägliche Probleme, die sich um Schule und Lernen ranken im Vordergrund. Mit Hilfe von kinesiologischen Bewegungs- und Konzentrationsübungen sowie -spielen werden Themen wie Konzentrationsschwäche, Unruhe, Langsamkeit oder allgemeine Schulunlust aufgegriffen. Eltern und Kinder lernen gemeinsam Energie- und Lernblockaden kennen und zu regulieren. Jedes Kind benötigt eine erwachsene Begleitperson.

Bitte mitbringen: Stifte, Zeichenblock, Decke, Wasser, kleinen Pausensnack, dicke Socken und 2,50 EUR für ein Script

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
 07-48 Sa. 23.04.2016 (1x)
 10.00 - 13.00 Uhr
 € 9,60 Erw.
 € 4,80 Kind
Annette Kulla,
 Kinesiologin,
 Krankenschwester

Ein Tag auf dem Bauernhof

Eltern und Kinder von 3 bis ca. 10 Jahren

Hier lernt Ihre ganze Familie Tiere kennen, die heutzutage nur noch ganz selten auf einem Bauernhof zu finden sind. Außer Schafen sind hier Ponys, Kaninchen, Enten, Hühner und Gänse im Herbst, Pfau und Tauben sowie Hunde und Katzen zu Hause. All die Tiere kann man nicht nur ansehen und streicheln, nein, Sie werden auch Einiges über sie erfahren. Das Ponyreiten und Schlepperfahren macht den Kindern immer wieder Spaß. Bitte mitbringen: Wetterangepasste Kleidung sowie Gummistiefel.

Stade-Götzdorf, Götzdorfer
 Straße 126
 07-49 Sa. 05.09.2015 (1x)
 07-50 Sa. 12.03.2016 (1x)
 jeweils 09.30 - 12.30 Uhr
 jeweils € 9,60 je Erw.
 jeweils € 4,80 je Kind
Egon Maske,
 Landwirtschaftsmeister

Ohrensen, Helfende Tiere,
Zentrum für Tiergestützte
Therapie & Pädagogik,
Lusthoop 14

07-51 So. 13.09.2015 (1x)

07-52 So. 22.05.2016 (1x)

jeweils 14.00 - 17.00 Uhr
jeweils € 20,00

Sebastian Cramer ,
Erzieher, Reitpädagoge



Freiburg, Wegbeschreibung
bei Anmeldung

07-52-1 Sa. 26.09.2015 (1x)

07-52-2 Sa. 12.03.2016 (1x)

07-52-3 Sa. 28.05.2016 (1x)

jew. 14.30 - 16.00 Uhr

€ 9,60 je Erw. / € 4,80 je Kind

Tatjana Mitterhuber,
Soz. päd. Assistentin

Stade/Bützfleth, Fleischer-
fachgeschäft Gallant,
Obstmarschenweg 316

07-53 Fr. 23.10.2015 (1x)

10.00 - 12.00 Uhr

€ 6,40 je Erw. / € 3,20

je Kind

(inkl. 1 Probierwürstchen)

Alfred Gallant,
Fleischermeister

Eltern-Kind-Ponytag

Kinder im Alter von 3 - 6 Jahren erleben gemeinsam mit ihren Eltern viel Spiel, Spaß und Aktion mit dem Pferd und drumherum. Spielerische Übungen aus der Reit- und Erlebnispädagogik stärken das Selbstbewusstsein und -vertrauen, denn das Erleben der Natur und der Umgang mit dem Pferd ist ein wichtiger Faktor für eine gesunde kindliche Entwicklung. Reiterliche Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, das Tragen von Reithelmen auf dem Pferd ist Pflicht. Diese werden ggf. zur Verfügung gestellt. Es müssen feste geschlossene Schuhe und dem Wetter angepasste Kleidung mitgebracht werden. Für Verpflegung wird gesorgt, bitte 1,00 EUR pro Person mitbringen.

www.helfende-tiere.de

In Kooperation mit dem Zentrum für tiergeschützte Therapie & Pädagogik.

Erlebnis Pferd

An diesem Nachmittag können sie gemeinsam mit ihrem Kind (ab 3 Jahre) ein Pferd aus nächster Nähe erleben. In einer kleinen Gruppe werden sie viel wissenswertes zum Pferd erfahren, außerdem werden sie das Streicheln, Putzen, Führen und Reiten selbst erleben.

Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung.

Jetzt gehts um die Wurst

Eltern mit Kindern ab 5 Jahren

Wollten Sie immer schon mal wissen, wie eine Wurst gemacht wird und was da alles hineinkommt? Sie werden gemeinsam mit Ihrem Kind erfahren, wie in einer Fleischerei gearbeitet wird. Sie können selbst Würste zubereiten und am Ende auch verzehren.

Giese Holzbau

**Zimmerei u. Bautischlerei
- Bestattungen -**

Beratung - Planung - Verkauf

21737 Wischhafen
(Hamelwördenemoor)
Telefon 0 47 70 - 71 42
Telefax 0 47 70 - 3 31

Zu unseren Leistungen zählen:

- Holzrahmenbau
- Fachwerkbau
- Dachkonstruktion
- Altbausanierung
- Fenster
- Türen
- Wärmedämmung
- Innenausbau (Trockenbau)
- Decken-, Noden-, Wandverkleidung
- Massivholztrepfen
- Einzelanfertigungen im Möbelbau
- Einbauküchen

Den Wald im Herbst entdecken für Kinder ab 4 Jahren

Im Herbst zeigt sich der Wald von seiner farbenprächtigsten Seite. Kommen Sie und Ihre Kinder mit auf eine Waldführung, bei der Sie die Natur mit allen Sinnen erleben können. Was passiert im Herbst im Wald? Welche Tiere kennen wir und wie bereiten sie sich auf die kalte Jahreszeit vor? Welche Pflanzen kann man im Wald finden und bestimmen?

Diesen und anderen Fragen wollen wir gemeinsam bei Spurensuche, Baum-Memory, Farbenjagd & Co. nachgehen und so die Natur näher kennen lernen.

Bitte mitbringen: Getränk, eine Kleinigkeit zu essen für ein Waldpicknick, wetterfeste Kleidung.

In Kooperation mit dem Waldpädagogikzentrum Bremerförde.

Hallo Frühling! - Ein Vormittag im Wald für Kinder ab 4 Jahren

Nach dem Winter erwacht die Natur zu neuem Leben! Frühblüher bringen Farbe zurück und große wie kleine Wildtiere bekommen in wenigen Wochen ihren Nachwuchs.

Gemeinsam wollen wir den Bewohnern des Waldes näher kommen und lernen, wie der Wald als Lebensraum funktioniert. Haben Sie mit Ihren Kindern schon einmal ein Waldsofa gebaut oder sich mit geschlossenen Augen durch den Wald leiten lassen. Welche Vogelstimmen kann man erlauschen und welche Pflanzen beginnen eigentlich als erstes wieder zu wachsen?

Bei einer Waldführung wollen wir dies und mehr herausfinden und dabei die Natur mit allen Sinnen erforschen.

Bitte mitbringen: Getränk, eine Kleinigkeit zu essen für ein Waldpicknick, wetterfeste Kleidung

In Kooperation mit dem Waldpädagogikzentrum Bremerförde

07-54

Waldgebiet Baken/ Harsefeld, Treffpunkt: Wanderparkplatz am Brakeneingang
Sa. 31.10.2015 (1x)
10.00 - 12.00 Uhr
€ 6,40 je Erw.
€ 3,20 je Kind
Gesa Tiedemann,
zert. Waldpädagogin



07-55

Waldgebiet Baken/ Harsefeld, Treffpunkt: Wanderparkplatz am Brakeneingang
Sa. 16.04.2016 (1x)
10.00 - 12.00 Uhr
€ 6,40 je Erw.
€ 3,20 je Kind
Gesa Tiedemann,
zert. Waldpädagogin





interstuhl



sedus



PALMBERG

bueroboss**.de**
/waller

Ich bin begeistert!



Büro-/Objekteinrichtungen
Bürobedarf
Büroinformationstechnik

Hansestraße 25 // 21682 Stade
Tel 041 41-40 08-0 // Fax 40 08-40
waller@buero**boss**.de

Hausmittel und Wickel	30
Essen und Trinken für das Baby	30
Was Kinder wirklich groß und stark macht	30
Sprechen lernen - ein Kinderspiel!	30
Erste Hilfe bei „kleinen“ Unfällen	31
JIAS - Hörtraining (Vortrag)	31
Spielzeug und Nachahmung	31
Was Sie schon immer mal über Waldorfpädagogik wissen wollten	32
Kinderängste - Elternängste	32
Informationsabend zum Lerncoaching 5./6. Klasse	32
Vorträge in Kooperation mit den Grund- schulen Pestalozzi, Hahle und Assel	33
Lernen mit Kinesiologie	33
Fernsehen, Computer & Co.	33
Lernstrukturen entwickeln	33
Im Gespräch	34
Wege zu mehr Gelassenheit - Humor in der Erziehung	34
Pubertät	34
Kinesiologie	35
INPP - Neurophysiologische Entwicklungsförderung	35
Nein, meine Suppe ess ich nicht - gesunde Ernährung für Kinder	35
Wenn Kinder streiten	35
Rituale	36
Sprechen lernen - ein Kinderspiel!	36
Nobody is perfect	36
Kinderzeichnungen	37
Handwerkszeug für Eltern	38

11-01 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Di. 03.11.2015 (1x)
19.30 - 21.45 Uhr
€ 8,10
Sonja Hiller,
Heilpraktikerin,
Kinderkrankenschwester

11-30 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Mo. 13.10.2014 (1x)
19.45 - 22.00 Uhr
€ 7,80
Christina Heistermann,
Diplom Oecotrophologin

11-31 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Mo. 16.03.2015 (1x)
19.30 - 21.45 Uhr
€ 7,80
Christina Heistermann,
Diplom Oecotrophologin

11-04 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Do. 15.10.2015 (1x)
19.30 - 21.00 Uhr
€ 5,40
Franziska Bessel-Carsten-
sen, Logopädin

Hausmittel und Wickel

Pfefferminzteesocken & Co

Warum nicht auf die Hilfe der Natur zurückgreifen, wenn ein Baby oder Kleinkind sich nicht wohl fühlt? Husten, Schnupfen, Fieber oder Bauchweh können durch Wickel, Inhalation oder Tee gelindert werden und zur Genesung beitragen. Das Anlegen von Wickeln wird demonstriert.

Essen und Trinken für das Baby im ersten Lebensjahr

Wie geht es weiter, wenn Milch allein meinem Baby nicht mehr reicht? Was braucht mein Kind in welchem Alter – und was braucht es (noch) nicht? Ist Selbstgekochtes besser als Gläschenkost? Welche Milchnahrung ist die Richtige? Was kann ich tun, um Allergien vorzubeugen? Sie bekommen Antworten auf diese Fragen und praktische Tipps für die Zubereitung einer gesunden und schmackhaften Babykost.

Was Kinder wirklich groß und stark macht

Ernährung von Klein- und Schulkindern

Eine „Extra-Portion Milch“, „zehn wertvolle Vitamine in einem Bonbon“ - dass meist nicht viel hinter solchen Werbeaussagen für Kinderlebensmittel steckt, werden Sie in diesem Seminar erfahren. Sie bekommen Informationen zu einer gesunden Ernährung für Kinder ganz ohne spezielle Kinderprodukte und erhalten Tipps, wie Sie ohne großen Aufwand gesunde und leckere Mahlzeiten für Ihre Kinder und die ganze Familie auf den Tisch bringen.

Sprechen lernen - ein Kinderspiel!

Eltern und Großeltern lernen die wichtigsten Voraussetzungen und Meilensteine der kindlichen Sprachentwicklung kennen. Es wird aufgezeigt, wie Sie mit viel Freude den Spracherwerb ihres Kindes/Enkelkindes begleiten und unterstützen können. Darüber hinaus sollen Sie in die Lage versetzt werden, eventuelle Auffälligkeiten frühzeitig zu erkennen.

Bitte mitbringen: Papier und Stifte

Erste Hilfe bei „kleinen“ Unfällen

Kinder bringen sich oft in knifflige Situationen. Daraus entstehen zum Teil ernsthafte Unfälle. Um auf Notfälle vorbereitet zu sein, werden Erste-Hilfe-Maßnahmen, Verhalten bei Wunden, Brüchen, Vergiftungen, Verbrennungen und Verletzungen durch Fremdkörper besprochen.

11-02 Di. 06.10.2015 (1x)
 11-03 Mi. 16.03.2016 (1x)
 jeweils 19.30 - 21.45 Uhr
 jeweils € 8,10
Sonja Hiller,
 Heilpraktikerin,
 Kinderkrankenschwester

JIAS - Hörtraining Vortrag

JIAS ist ein individualisiertes Hörtraining, das sich genau auf die Hörfähigkeit des einzelnen Menschen abstimmen lässt.

Eine nicht erkannte, weil nicht erforschte Anzahl von Schülern hat Lernschwierigkeiten, weil sie Gehörtes nicht effektiv und schnell verarbeiten kann. So fällt es diesen Kindern schwer, sich zu konzentrieren. Sie lassen sich von vielen Geräuschen ablenken, können schlecht oder nicht mehrere aufeinanderfolgende Arbeitsanweisungen behalten und sind generell langsam in der Bearbeitung der Aufgaben. JIAS ist hilfreich in folgenden Bereichen: Hörfähigkeit, zentral auditive Verarbeitungs- und Wahrnehmungsstörungen, Sprachentwicklungsstörungen, Lese- und Rechtschreibschwierigkeiten, Aufmerksamkeitsdefizite. Der Vortrag informiert Sie über Ursachen und Auswirkungen von Hörproblemen sowie die Therapie mit dem Johannsen-Hörtraining.

11-05 Mo. 05.10.2015 (1x)
 20.00 - 21.30 Uhr
 € 5,20
Signe Krüger,
 Heilpraktikerin

Der Vortrag findet in Kooperation mit dem Elternkreis Legasthenie/ Dyskalkulie Stade - Stützpunkt im LVL Niedersachsen e. V. statt.

Spielzeug und Nachahmung

Das Neugeborene und das kleine Kind sind völlig offen der Umwelt gegenüber und erwerben alle wesentlichen Entwicklungsschritte durch ihre Nachahmungsfähigkeit. Wie müssen Umgebung und Spielzeug im Idealfall beschaffen sein, um eine günstige Lernatmosphäre bieten zu können? Welche essentiellen Grundlagen erwirbt das Kind in den ersten Lebensjahren und wie können wir es dabei sinnvoll unterstützen?

11-06 Stade, FABI, Neubourgstr. 5
 Mi. 14.10.2015 (1x)
 20.00 - 21.30 Uhr
 € 5,20
Friderike Steinkopff,
 Waldorfpädagogin

Waldorfkindergarten Notensdorf

11-07 Mi. 20.01.2016 (1x)
20.00 - 21.30 Uhr
€ 5,20

Friderike Steinkopff,
Waldorfpädagogin

**Stade, Pastor-Behrens-Haus,
Ritterstr. 15,**

11-08 Do. 21.01.2016 (1x)
19.30 - 21.30 Uhr
€ 5,00

Thomas Rupf,
Dipl.-Pädagoge, Buchautor

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

11-09 Mo. 21.09.2015 (1x)
11-10 Mo. 18.01.2016 (1x)
jeweils 19.30 - 20.30 Uhr
jeweils € 3,50

Stefanie Theivagt,
NLP-Lerncoach

**Was Sie schon immer mal über
Waldorfpädagogik wissen wollten**

Was ist das Besondere an dieser Alternative zu den Regelkindergärten und den staatlichen Schulen? Welche Schwerpunkte werden gelegt und wie profitiert Ihr Kind davon?

Die erfahrene Waldorfpädagogin Friderike Steinkopff gibt an diesem Abend anschauliche Einblicke in Methodik und Didaktik, zu den Hintergründen und der Entstehungsgeschichte der Waldorfpädagogik.

Kinderängste - Elternängste

Kinder brauchen Ängste!

Wenn ein Kind weiß, wie es mit seinen Ängsten umgehen kann, dann machen Ängste stark. Aber was tun, wenn ein Gespenst im Zimmer ist, oder wenn Kinder sich an die Eltern klammern?

Wie können wir Kinder unterstützen, mit ihren Ängsten umzugehen, wie auch mit unseren eigenen Ängsten?

**Informationsabend zum Lerncoaching 5./6.
Klasse**

Möchten Sie den Übergang Ihres Kindes auf eine neue Schule oder in eine neue Klasse begleiten und ihm ermöglichen, Handwerkszeug für die neuen Herausforderungen zu erhalten? Unabhängig von den Fächern zeige ich Ihren Kindern interessante Techniken, die deren persönliche Fähigkeiten berücksichtigen und stärken. Motivation, Konzentration und Selbsteinschätzung sind wichtige Puzzleteile für ein nachhaltiges Lernen.

Stellen Sie sich vor, Ihr Kind geht entspannt mit Vertrauen und Freude zur Schule. Möchten Sie mehr darüber wissen?

Den Kinderkurs „Lerncoaching für Kinder der 5./6. Klasse“ finden Sie auf Seite 44.

Vorträge in Koopertation mit der Pestalozzi Grundschule, der Grundschule Hahle und der Grundschule Assel:

Lernen mit Kinesiologie - Kopf frei und durchstarten!

Sie werden einige spannende Details über die Kinesiologie im Allgemeinen und Brain Gym im Speziellen erfahren. Sowohl Anwendungsmöglichkeiten und Zusammenhänge mit sogenannten "Lernblockaden", als auch die zentrale Voraussetzung für leichtes, freudiges Leben und Lernen werden theoretischer und praktischer Inhalt sein.

11-11

Assel, Ev. Gemeindehaus,
Asseler Str. 45
Mo. 05.10.2015 (1x)
9:00 - 11.15 Uhr / € 7,80
(für Eltern der Grundschule
Assel ermäßigt auf € 5,00)
Annette Kulla,
Kinesiologin,
Krankenschwester

Fernsehen, Computer & Co.

Kinder verwenden heute einen erheblichen Teil ihrer Zeit für die Nutzung von Medien. Medien(-inhalte) sind ein selbstverständlicher Teil kindlicher Alltagserfahrungen. Filme ansehen auf YouTube, Bilder hochladen auf Instagram, Skypen, online die neuesten Musiktitel anhören oder gar downloaden, per Suchmaschine recherchieren und vieles mehr.

11-12

Stade, Pestalozzi Grund-
schule, Sandersweg 48
Do. 26.11.2015 (1x)

Das ist faszinierend, aber manchmal kann es zu Problemen führen, z. B. können Kinder beim Surfen auf jugendgefährdende Webseiten gelangen oder versehentlich in eine Abfalle geraten. Wie aber können wir unsere Kinder im Umgang mit dem Internet unterstützen und sinnvoll begleiten? Problematische Inhalte (Sex- oder Gewaltseiten) lassen sich nicht ohne Weiteres durch technische Methoden wie Filterprogramme blockieren, was also können wir tun? Wann darf's ein bisschen mehr sein und wann ist es genug? Patentrezepte gibt es nicht und Verbote helfen selten weiter. Daher wollen wir an diesem Abend gemeinsam Fragen rund um die Medienerziehung erörtern und diskutieren.

11-13

Stade-Hahle, Grundschule
Hahle, Hahler Weg 49
Di. 15.03.2016 (1x)
jeweils 19.30 - 21.00 Uhr
jeweils kostenfrei
Kerstin Heiden,
medienpäd. Referentin

Gefördert durch die Niedersächsische Landesmedienanstalt (NLM)

Lernstrukturen entwickeln

Wie kann ich meinen eigenen Weg zum effektiven Lernen finden? Wie können Eltern ihre Kinder unterstützen, sich selbst zu motivieren und Inhalte gehirngerecht aufzubereiten?

11-14

Stade, Pestalozzi Grund-
schule, Sandersweg 48
Mi. 02.03.2016 (1x)
20.00 - 22.00 Uhr / € 7,00
(für Eltern der Pestalozzi-
Grundschule ermäßigt auf
€ 4,00)
Birgit Herrmann,
Lerntherapeutin

Jeder Mensch ist ein Individuum, deshalb kann es keine Patentrezepte geben. Umso wichtiger ist es, als Eltern verschiedene Arbeitsweisen zu kennen und zuzulassen, um helfend zu begleiten.



Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Frauen, Familie,
Gesundheit und Integration

Horneburg, Mehrgenerationenhaus, Lange Str. 38

11-15 Fr. 25.09.2015 (1x)
20.00 - 21.30 Uhr
kostenfrei

Lisa Goens,

Lerntherapeutin, Systemische
Kinder- und Familientherapeu-
tentin

Jugendzentrum Steinkir-
chen, Bürgerei 62,

11-16 Do. 08.10.2015 (1x)
19.30 - 21.00 Uhr
kostenfrei

Anke Drewes,

systemische Beraterin

Im Gespräch Diese Veranstaltungsreihe wird durchgeführt von den Familienservicebüros der Samtgemeinden Nordkehdingen, Horneburg und Lühe sowie der Gemeinden Drochtersen und Jork, deren Gemeinden diese Veranstaltungen fördern und finanzieren. Weiterer Förderer ist das Niedersächsische Ministerium für Soziales, Frauen, Familie, Gesundheit und Integration.

Wege zu mehr Gelassenheit - Humor in der Erziehung

Wie gelingt es uns, neue Wege aus schwierigen Alltagssituationen mit unseren Kindern zu finden. Die Sorge um die Zukunft des Kindes sowie die schulischen und häuslichen Schwierigkeiten führen häufig zu einem problemorientierten Umgang miteinander. An diesem Abend geht es darum, Wege aus dieser Problemtrance zu finden und Ideen für einen entspannteren - und vielleicht sogar humorvollen - Umgang zu entwickeln.

Pubertät

Wie können wir als Eltern eine neue, entspannte Haltung gegenüber unseren Kindern entwickeln?

Inhalte sind: Kurzer Theorieinput über die Entwicklungspsychologie der Heranwachsenden, und Austausch zu den Fragen: Was braucht es für einen guten Umgang mit dem Thema „Ablösung von der Familie“ und „Abschied“? Wie haben wir es damals empfunden? Was hätten wir uns gewünscht? Wer geht wie mit neuen Situationen um? Und was liegt Ihnen noch am Herzen? Für die Jugendlichen ist es nicht leicht, aber wir Eltern sind auch vom Wandel betroffen und kommen an unsere Grenzen.

Kinesiologie

Sie werden einige spannende Details über die Kinesiologie im Allgemeinen und Brain Gym im Speziellen erfahren. Sowohl Anwendungsmöglichkeiten und Zusammenhänge mit sogenannten „Lernblockaden“, als auch die zentrale Voraussetzung für leichtes, freudiges Leben und Lernen werden theoretischer und praktischer Inhalt sein.

INPP

Neurophysiologische Entwicklungsförderung - Vortrag

INPP beschäftigt sich mit neurophysiologischen Ursachen von Lern-, Verhaltens- und Entwicklungsverzögerungen bei Kindern und Jugendlichen. Durch noch nicht gehemmte frühkindliche Reflexe kommt es häufig zu Auffälligkeiten wie Lernstörungen, Ängstlichkeit, Ungeschicklichkeit, Bewegungsunruhe, Koordinationsproblemen und vielem mehr. Diese können durch gezielte Übungsprogramme therapiert werden. Sie erfahren in diesem Vortrag wie die Entwicklung der betroffenen Kinder gefördert werden kann.

Nein, meine Suppe ess ich nicht - gesunde Ernährung für Kinder

Vortrag

Wie bekomme ich mein Kind dazu, sich gesund zu ernähren? Da diese Frage viele Eltern umtreibt, soll einleitend ein kurzer Abriss über gesunde Ernährung von Kindern gegeben werden. Anschließend werden alltagstaugliche Tipps besprochen, wie ich mein Kind überzeugen kann, auch etwas anderes zu essen, als Pommes, Pizza oder Süßigkeiten.

Wenn Kinder streiten

Streit ist unter Kindern keine Seltenheit. Warum und wie streiten Kinder? Wie lernen Kinder Konflikte zu lösen und was können Eltern dabei tun.

Jork, Ev. Kindergarten,
Am Fleet 4 a
11-17 Do. 05.11.2015 (1x)
19.30 - 21.00 Uhr
kostenfrei
Annette Kulla,
Kinesiologin,
Krankenschwester

Jork, Ev. Kindergarten,
Am Fleet 4 a
11-18 Do. 28.01.2016 (1x)
19.30 - 21.00 Uhr
kostenfrei
Signe Krüger,
Heilpraktikerin

Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11
11-19 Di. 23.02.2016 (1x)
19.30 - 21.00 Uhr
kostenfrei
Sirkka Tribbe,
Diplom Oecotrophologin

Hamelwörden, Ev. Gemein-
dehaus, Stader Str. 319
11-20 Mi. 24.02.2016 (1x)
19.30 - 21.00 Uhr
kostenfrei
Astrid Rehahn-Buck,
Dipl.-Sozialpädagogin

Horneburg, Mehrgenerationenhaus, Lange Str. 38

11-21-1 Di. 10.11.2015 (1x)

11-21 Do. 25.02.2016 (1x)

jeweils 19.30 - 21.00 Uhr
kostenfrei

Dr. Barbara Böckelmann,
Fachkraft Kleinstkindpäd.,
Dipl. Biologin

Jork, Ev. Kindertagesstätte
„Hand in Hand“
Osterminnerweg 19.

11-22 Do. 17.03.2016 (1x)

19.30 - 21.00 Uhr
kostenfrei

Franziska Bessel-Carstensen,
Logopädin

Mittelnkirchen, Bürgerhaus,
Dorfstr. 125

11-23 Di. 19.04.2016 (1x)

19.30 - 21.30 Uhr
kostenfrei

Thomas Rumpf,
Dipl.-Pädagoge, Buchautor

Rituale

Rituale und Feste helfen den Familienalltag bewusster zu gestalten. Sie schaffen Rhythmus, Raum und Struktur und vermitteln Sicherheit. An diesem Abend geht es um die Bedeutung von Ritualen für Kinder. Es werden Ideen und Anregungen für Feste und Rituale besprochen. Themen sind z. B. Feste im Kreislauf des Jahres, die Gestaltung der Woche, der Wechsel zwischen Familie und Tageseinrichtung, sowie Rituale für die verschiedenen Tagesaktivitäten.

Sprechen lernen - ein Kinderspiel!

Eltern und Großeltern lernen die wichtigsten Voraussetzungen und Meilensteine der kindlichen Sprachentwicklung kennen. Es wird aufgezeigt, wie Sie mit viel Freude den Spracherwerb ihres Kindes/Enkelkindes begleiten und unterstützen können. Darüber hinaus sollen Sie in die Lage versetzt werden, eventuelle Auffälligkeiten frühzeitig zu erkennen.

Bitte mitbringen: Papier und Stifte

Nobody is perfect

klassische Erziehungsfallen und ihre Lösungen

Vortrag

„Na gut, nur noch einmal! Hilfe, die Na-gut-Falle, wie komme ich da wieder raus?“ Der Vortrag beschreibt in vielen kleinen Anekdoten auf lustige Art und Weise klassische Erziehungsfallen, die uns beim „Grenzen setzen“ oft das Leben schwer machen. Perfekt sein zu wollen, ist ein Kampf gegen Windmühlen - wir werden diesen Kampf immer verlieren, da Perfektion eine Illusion ist. Erschöpfung ist die Folge. In diesem Vortrag soll die Angst genommen und aufgezeigt werden, wie wir aus Fehlern lernen und sinnvolle Lösungen erarbeiten können.

Kinderzeichnungen

Es sieht ja häufig nur aus wie "Kritzelei" - was sich aber für das geschulte Auge an Besonderheiten und anstehenden Entwicklungsschritten aus einer Kinderzeichnung heraus lesen lässt, erfahren Sie an diesem Abend. Die Referentin erläutert an Hand von Beispielen die einzelnen Stationen der Malentwicklung und erörtert die Hintergründe, die sich aus den Entwicklungsstufen im körperlichen, seelischen und kognitiven Bereich erschließen. Gerne können Sie mitbringen: Zeichnungen und Bilder Ihrer Kinder.

11-24

Nottensdorf, Waldorfkindergarten
Mi. 11.05.2016 (1x)
20.00 - 21.30 Uhr
kostenfrei

Friderike Steinkopff,
Waldorfpädagogin



L!chtblick

Beratungsstelle gegen sexuelle Gewalt

**Beratung für Betroffene, Angehörige, Fachkräfte
Elternabende, Fortbildungen
Präventionsangebote**

Bertha-von-Suttner-Allee 4, 21614 Buxtehude
04161 / 714 715 lichtblick@awostade.de
Eine Einrichtung der Arbeiterwohlfahrt, KV Stade e.V.

- 11-29 **Jork**, Ev. Kindertagesstätte
"Hand in Hand",
Osterminnerweg 19
Mi. 23.09.2015 (8x)
19.30 - 22.00 Uhr
€ 20,00 Person / € 30,00 Paar
Margit Witt-Berkholz,
Erzieherin
- 11-27 **Steinkirchen**,
Ev. Kindertagesstätte
Schatzinsel, Bürgerei 29
Do. 24.09.2015 (8x)
€ 20,00 Person / € 30,00 Paar
Sabine Pandel,
Dipl.-Sozialpädagogin
- 11-26 **Hamelwörden**,
Ev. Gemeindehaus,
Stader Str. 319
Mo. 02.11.2015 (8x)
jeweils 19.00 - 21.15 Uhr
€ 20,00 Person / € 30,00 Paar
Michael Bowe,
Dipl.-Sozpädagoge
- 11-28 **Drochtersen-Assel**,
Kindergarten, Johann-
Grothmann-Str. 19
Mi. 13.01.2016 (8x)
19.30 - 22.00 Uhr
€ 20,00 Person / € 30,00 Paar
Margit Witt-Berkholz,
Erzieherin
- 11-25 **Hornburg**, Jugendzentrum
Speedy, Bürgermeister zum
Felde-Weg 6
Di. 26.01.2016 (8x)
19.00 - 21.45 Uhr
€ 20,00 Person / € 30,00 Paar
Sabine Pandel,
Dipl.-Sozialpädagogin

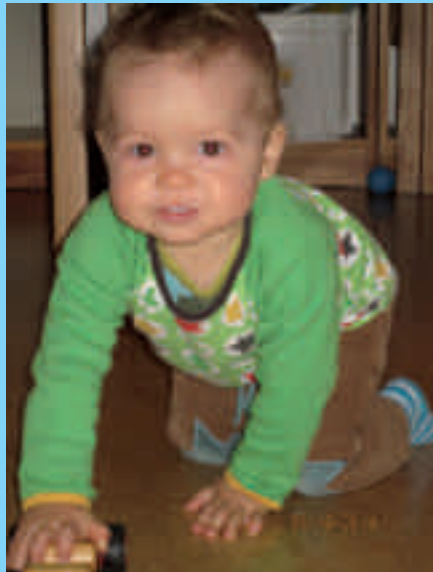
Handwerkszeug für Eltern

Kinder erziehen ohne Schimpfen, Schreien, Ausrasten, ohne sich in endlose Konflikte oder Diskussionen zu verstricken und dabei womöglich noch gelassen und entspannt bleiben? Wer eine Antwort auf diese Fragen sucht, bekommt hier ein Handwerkszeug für den Alltag. Sie hören, was Kinder für ihre positive Entwicklung brauchen und weshalb sie bestimmte Verhaltensweisen zeigen. Sie lernen, wie Sie konstruktiv auf Fehlverhalten reagieren, Grenzen setzen und die soziale Entwicklung Ihres Kindes fördern können. Sie erleben, wie Sie Lösungen für einen respektvollen Umgang miteinander entwickeln können.

Es beginnen laufend neue Kurse.

Bitte erkundigen Sie sich nach aktuellen Terminen.

Gefördert durch die jeweiligen Gemeinden und das
Niedersächsische Ministerium für Soziales, Frauen, Familie,
Gesundheit und Integration.



Kinder & Jugendliche

Aus alt mach neu	40
Experiment Farbe	40
Laterne, Laterne	40
In der Weihnachtsbäckerei	41
Hexen und Geister	41
Eigene Leckereien	41
Frühlingsbasteln	41
Abenteuer Küche	42
Kindergeburtstag in der FABI feiern	42
Kindergeburtstag im Wald	42
Yoga für Kinder	43
Kurs für Babysitter	44
Lerncoaching für Kinder der 5./6. Klasse	44
Mentoring Projekt	44
Handwerkszeug für Kinder	45
Mädchen stärken - WenDo Einführungsseminar	45
Mädchen stärken - WenDo Aufbaukurs	46
Mädchen stärken - Jahresgruppe Wendo	46

Burweg, Atelier Koffer-

Kunst, Stader Str. 4

08-01 Mo 26.10.2015 bis
Mi. 28.10.2015 (3x)
jeweils 10.00 - 14.00 Uhr
€ 48,00

Toni Hinck,
Künstlerin

Stade, Ev. Gemeindehaus,
Streuheidenweg 22

08-02 Mo. 14.09.2015 (2x)
08-03 Mo. 08.02.2016 (2x)
jeweils 16.00 - 18.30 Uhr

Burweg, Atelier Koffer-
Kunst, Stader Str. 4

08-04 Fr. 25.09.2015 (2x)
08-05 Fr. 12.02.2016 (2x)
jeweils 15.00 - 17.30 Uhr
jeweils € 14,00

Toni Hinck,
Künstlerin

Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11

08-06 Mi. 21.10.2015
15.00 - 17.00 Uhr und
Fr. 23.0.2015
16.00 - 17.30 Uhr
€ 11,80 inkl. € 2,00 Ma-
terialkosten

Petra König,
Eltern-Kind-Gruppenleiterin

Aus alt mach neu

**Jeanshose und Hemd zur Tasche umgestalten -
Ferienkurs für Kinder ab 12 Jahren**

Du wolltest schon immer gerne nähen lernen, aber in der Schulzeit fehlt die Zeit dafür.

Aus einer alten Jeans und einem Herrenoberhemd oder anderen Stoffstücken, evtl. auch neuen, gestalten wir eine große praktische Tasche. Diese kann auch gefüttert werden. Dafür benötigen wir noch mehr Stoffe. Vorab gibt es eine kurze Einführung in das Maschinennähen. Materialkosten nach Verbrauch (z. B. für Vlieseline) evtl. Anteile für Nähgarn oder sonstiges Kleinmaterial
Bitte mitbringen: Nähmaschine, o. g. Kleidungsstücke und ggf. Stoff.

Experiment Farbe

Spielerisch wird der Farbkreis erlernt. Wir benutzen nur die drei Grundfarben und probieren auf Papier, was beim Mischen passiert. Die Farbspiele werden dann weiterbearbeitet, zerschnitten, zu Collagen zusammengefügt, überspachtelt und evtl. noch mit Wachsstift bearbeitet.

Materialkosten nach Verbrauch

Laterne, Laterne für Kinder ab 5 Jahren

Wir basteln uns mit Kleistertechnik eine Laterne und bringen Licht und Freude in die dunkle Jahreszeit.

Bitte mitbringen: Getränk.

In der Weihnachtsbäckerei ... für Kinder ab 6 Jahren

Wir wollen Plätzchen, Kuchen oder Muffins selber herstellen, austechen, backen und verzieren. Ihr seid herzlich eingeladen zu einem vorweihnachtlichen Nachmittag!

Bitte mitbringen: Dose, Schürze, Nudelholz, Getränk.

08-07

Drochtersen, Elbmarschenschule, Schulstr. 1
Fr. 20.11.2015 (1x)
15.00 - 17.30 Uhr
€ 8,50 inkl. Lebensmittel
Carola Petruck

Hexen und Geister für Kinder von 7 bis 11 Jahren

Ein schaurig, schöner Nachmittag mit Spielen und Geschichten rund um das Thema Hexen und Geister.

Bitte mitbringen: Getränk und Hausschuhe.

08-08

Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11
Fr. 29.01.2016 (1x)
15.00 - 18.00 Uhr
€ 10,40 inkl. € 2,00
Materialkosten
Petra König,
Eltern-Kind-Gruppenleiterin

Eigene Leckereien für Kinder ab 6 Jahren

Ihr kocht leckere Gerichte selbst und verzehrt anschließend alles gemeinsam. So macht Essen besonders viel Spaß.

Bitte mitbringen: Eine Dose für Reste.

08-09

Drochtersen, Elbmarschenschule, Schulstr. 1
Fr. 26.02.2016 (1x)
15.30 - 18.30 Uhr
€ 10,40 inkl. Lebensmittel
Carola Petruck

Frühlingsbasteln für Kinder ab 5 Jahren

Mit verschiedenen bunten und lustigen Basteleien stimmen wir uns auf den Frühling ein.

Bitte mitbringen: Schere und Getränk.

08-10

Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11
Fr. 18.03.2016 (1x)
15.00 - 17.30 Uhr
€ 9,00 inkl.
€ 2,00 Materialkosten
Petra König,
Eltern-Kind-Gruppenleiterin

Horneburg, Mehrgenerationenhaus, Lange Str. 38

- 08-11 Sa. 10.10.2015 (1x)
 08-12 Sa. 14.11.2015 (1x)
 08-13 Sa. 21.11.2015 (1x)
 08-14 Sa. 20.02.2016 (1x)
 08-15 Sa. 12.03.2016 (1x)
 08-16 Sa. 16.04.2016 (1x)
 jeweils 10.30 - 13.30 Uhr
 jeweils € 11,40 inkl. € 3,00
 für Lebensmittel
Wilma Matthias

Drochtersen, FABI, Sietwender Str. 11

- 08-17 Sa. nach Vereinbarung
 15.00 - 18.00 Uhr
 max. 12 TeilnehmerInnen
 € 65,00 & Materialkosten
Carola Petruck

Treffpunkt: Rüstjer Forst, Revierförsterei, genauer Treffpunkt wird nach Terminvereinbarung mitgeteilt

- 08-18 Termine nach Vereinbarung
 € 80,00
 für höchstens 12 Kinder
Gesa Tiedemann, zert. Waldpädagogin

Abenteuer Küche für Kinder ab 6 Jahren

Wir kochen ein leckeres Mittagessen mit Vorspeise, Hauptgericht und Nachtisch, das wir in fröhlicher Runde gemeinsam verzehren werden. Vielleicht könnt Ihr dieses 3-Gänge-Menü ja später zu Hause für Eure Familie nachkochen.

Bitte mitbringen: Dose für evtl. Reste.

Kindergeburtstag in der FABI feiern für Kinder von ca. 4 - 8 Jahren

Sie wollen mit Ihren Kindern einen ganz besonderen Geburtstag feiern, haben aber weder Platz noch Gelegenheit. Wir organisieren für Sie einen Kindergeburtstag zu einem vereinbarten Thema. Mögliche Themen sind: Märchen, Hexen, Indianer, Weltraum, Bitte mitbringen: Essen und Getränke.

Kindergeburtstag im Wald für Kinder ab 5 Jahren

Der Wald ist ein toller Ort, um einen erlebnisreichen und unvergesslichen Kindergeburtstag zu feiern. Die Veranstaltung wird individuell geplant, je nach Jahreszeit, Wetter, Vorlieben, Gruppengröße und Alter der Kinder. Am Geburtstag können die Kinder als Waldforscherteam unterwegs sein, eine Schatzsuche oder Waldrallye machen, den Bewohnern des Waldes auf der Spur sein, spannende Märchen und Geschichten über den Wald hören, mit Bewegungsspielen und reichlich Aktion Pflanzen und Tiere kennenlernen, als Waldkünstler tätig werden und noch vieles mehr. In Kooperation mit dem Waldpädagogikzentrum Bremerförde.

Yoga für Kinder

Beim Kinderyoga lernen Kinder durch Körperübungen, die dem natürlichen Bewegungsdrang entsprechen, ihren Körper besser kennen und wahrzunehmen. Durch spielerische und die Fantasie anregende Übungen schulen Kinder ihre Selbstwahrnehmung, Kraft und Beweglichkeit. Das Wechselspiel zwischen Anspannung und Entspannung verbessert die Konzentrationsfähigkeit und das körperliche Wohlbefinden. In unserer schnelllebigen und hektischen Welt, die von Leistungsdruck geprägt ist, ist es besonders wichtig, den Kindern einen Ruhepol zu ermöglichen.



Stade, FABI, Neubourgstr. 5
5 - 8 Jahre

08-19 Do. 17.09.2015 (10x)

08-21 Do. 14.01.2016 (9x)

08-23 Do. 07.04.2016 (10x)

jeweils 15.30 - 16.30 Uhr

9 -12 Jahre

08-20 Do. 17.09.2015 (10x)

08-22 Do. 14.01.2016 (9x)

08-24 Do. 07.04.2016 (10x)

jeweils 16.45 - 17.45 Uhr

9x € 25,20 / 10x € 28,00

Verena Tripmaker,
Kinderyoga-Übungsleiterin

08-25 **Stade**, FABI, Neubourgstr. 5
 Mi. 17.02.2016 und
 do. 18.02.2016
 jew. 15.00 - 19.00 Uhr
 € 20,50
Gabi Horn-Stinner, Hebamme,
 Ethnologin

08-26 **Stade**, FABI, Neubourgstr. 5
 Fr. 02.10.2015 (6x)
 08-27 Fr. 05.02.2016 (6x)
 jeweils 16.00 - 17.30 Uhr
 jeweils € 25,20
Stefanie Theivagt,
 NLP-Lerncoach

08-37 **Stade**,
 Pestalozzi Grundschule,
 Sandersweg 48
 Mo., 14tägig,
 15.30 - 16.30 Uhr
Sinem Uslu-Uzun,
 Erzieherin



Kurs für Babysitter - für Kinder ab 11 Jahren

Babysitten macht Spaß und ist gleichzeitig eine gute Möglichkeit, das Taschengeld aufzubessern. Doch diese Aufgabe bringt auch eine Menge Verantwortung mit sich. Beschäftigen Euch Fragen wie: Was kann ich tun, wenn etwas Unvorhergesehenes oder sogar Unfälle passieren? Wie beruhige ich kleine Kinder? Wie beschäftige ich kleine Kinder und was kann ich mit ihnen spielen? Darauf werden wir Antworten finden!

Bitte mitbringen: Babypuppen, Windeln, Pausensnack,, Schreibmaterial

Lerncoaching für Kinder der 5./6. Klasse

Stell dir mal vor, wie es wäre, wenn du lernst und es fühlt sich ganz leicht an. Ich würde dir gerne zeigen, dass es dazu Techniken gibt, wie z.B. die Baumliste und das Gummibärendiktat. Es gibt Möglichkeiten zu entdecken, einfach zu lernen und Spaß dabei zu haben. Ich schau mit dir zusammen, wie du, nicht was du lernst und wir finden deine neuen Strategien. All das kannst Du herausfinden und mit viel Freude beim Lernen anwenden.

Einen Informationsabend für Eltern finden Sie auf Seite 32.

Mentoring Projekt

In dem Mentoring Projekt gestalten SchülerInnen des Gymnasiums Athenaeum mit GrundschülerInnen der Pestalozzi Schule gemeinsam verschiedene Aktivitäten. Ziel ist, das interkulturelle Bewusstsein aller Beteiligten zu fördern und zu stärken. Die Treffen können auch von SchülerInnen anderer Grundschulen besucht werden.

In Kooperation und gefördert durch Soroptimist International (SI) Club Stade.

Handwerkszeug für Kinder soziales Gruppentraining - für Kinder ab 5 Jahren aus den Kindertagesstätten der Gemeinden Drochtersen und Horneburg

Sowohl als Ergänzung zu Elterntrainingskursen als auch als eigenständigen Bereich haben die Ev. Familien-Bildungsstätten in Niedersachsen ein Training entwickelt, das Kinder unterstützt, selbstbewusster zu werden, besser in der Familie und anderen Gruppen zu agieren, konfliktfähiger und kommunikationsbereiter zu werden. Die emotionale Intelligenz wird gefördert. Der Kurs umfasst acht Bausteine, die kindgerecht und spielerisch durchgeführt werden. Einige Themen sind:

- Regeln für ein gemeinsames Miteinander aufstellen und einhalten
- Zuhören und die eigene Meinung sagen
- Gefühle wahrnehmen und benennen
- Freundschaften eingehen und im Team Aufgaben bewältigen
- Lösungsmöglichkeiten für Konflikte entwickeln.

Die Teilnahme ist für Kinder aus den Kindergärten kostenfrei.

Die Termine sind in die Betreuungszeiten der Kindergärten integriert.

Die Kurse in der Gemeinde Drochtersen werden gefördert durch die Gemeinde Drochtersen unter dem Motto "Familienfreundliches Drochtersen". Die Kurse in Horneburg werden gefördert durch die Myriam C. Graß-Stiftung.

Mädchen stärken

WenDo-Einführungsseminar für Mädchen von 6 bis 10 Jahren

Wie findet meine Tochter ihren Platz in dieser Welt, wie lernt sie sich einzubringen, ein Gleichgewicht zu finden zwischen sozialem Miteinander und persönlichem Engagement, zwischen den Anforderungen schulischer und gesellschaftlicher Vorstellungen und ihrem Recht auf eigene Entfaltung?

Vermittelt werden Grundlagen der Selbstverteidigung und Selbstbehauptung auf der Basis von "Wen-Do". Das Entwickeln einer selbstsicheren Körpersprache, Stimme und Rhetorik, das Fördern von Handlungskompetenzen in spannungsreichen und brisanten Situationen, das Wecken von selbstverantwortlichem Handeln, das Üben von fairem Miteinander und damit das Schaffen sozialen Guthabens sind weitere Schwerpunkte

Bitte mitbringen: Getränk und Verpflegung.

08-28 Drochtersen-Assel,
Kindergarten, Johann-
Grothmann-Str. 19

08-29 Drochtersen-Dornbusch,
Kindergarten, Eichenweg 1

08-30 Drochtersen-Hüll,
Kindergarten, Gehrden 12

08-31 Horneburg, Moorwichtel-
Kindertagesstätte, Johann-
Hinrich-Wichern-Straße 10

08-32 Horneburg, Hoki-Kinderta-
gesstätte, Am Kindergarten 2

Daniela Swatek
Silvia Harth-Guder
Melanie Elfers
Sabine Pandel
Andrea Kaiser
Bianca Rambow

Stade, Pastor-Behrens-Haus,
Ritterstr. 15
09-01 Di. 03.11.2015 (1x)

Stade-Hagen, Ev. Gemeinde-
haus, Kornstr. 2
09-02 Di. 26.04.2016 (1x)
jeweils 15.00 - 18.30 Uhr
jeweils € 30,00 im Anschluss
Vortrag und Elterninformati-
on

Juliane Kiss, WenDo-Trainee-
rin, Dipl.-Psychologin

Stade, Pastor-Behrens-Haus,
Ritterstr. 15

09-03 Di. 14.06.2016 (1x)
15.00 - 18.30 Uhr
€ 30,00 Im Anschluss Vortrag
und Elterninformation
Juliane Kiss, WenDo-Trainee-
rin, Dipl.-Psychologin

Stade-Hagen, Ev. Gemeinde-
haus, Kornstr. 2

09-05 Mo. 05.10.2015 (7x)

Stade, Pastor-Behrens-Haus,
Ritterstr. 15

09-06 Di. 06.10.2015 (7x)
jeweils 15.00 - 18.30 Uhr
jeweils € 30,00 Im Anschluss
Elterngespräch bis 19.30 Uhr
Juliane Kiss, WenDo-Trainee-
rin, Dipl.-Psychologin

Mädchen stärken,

WenDo-Aufbaukurs für Mädchen von 6 bis 10 Jahren

Es werden neben effektiven Grundlagen der Selbstverteidigung und Selbstbehauptung auf Basis von „WenDo“ folgende Themenschwerpunkte angeboten: Selbstbewusster Umgang mit Freundschaften, Gruppen und Klassenverbänden, klares und höfliches Grenzen setzen gegenüber Autoritäten, Übungen zur konstruktiven Konfliktlösung und zur Stärkung der Selbstwirksamkeit und des Selbstbewusstseins, Erweiterung der Handlungskompetenzen im sozialen Nah- und Fremdbereich. Die Mädchen erleben einen geschützten Raum, in dem sie mit ihren Erfahrungen ernst genommen werden, erleben, dass sie das Recht haben, ihrer Wahrnehmung zu trauen und sich mit effektiven Mitteln gegen Grenzverletzungen wehren zu dürfen. Sie erleben Zusammenhalt, lernen Ressourcen zu nutzen und damit ihre Lebensräume zu erweitern. Bitte mitbringen: Getränk und Verpflegung.

Mädchen stärken - Jahresgruppe Wendo

Sozialkompetenz und Prävention für Mädchen von 8 bis 11 Jahren

Die Themen der Jahresgruppe für Mädchen bauen auf die Inhalte des Einführungsseminars und des Aufbaukurses auf. Es geht um Körpersprache, Rhetorik, Selbstsicherheit, faires Miteinander, selbstbewussten Umgang mit Mobbing und Gruppendruck, das Erkennen und Setzen von Grenzen, Clubs und Mutproben, das Entwickeln sozialer Kompetenzen, Körperwahrnehmung, Fragen und Antworten zu Freundschaft und Sexualität, Erweiterung der eigenen Handlungskompetenzen und die Entwicklung von Strategien für spannende und spannungsreiche Situationen. Bitte mitbringen: Getränk und Verpflegung.



Hansestadt Stade BERATUNGSSTELLE GEGEN SEXUELLEN MISSBRAUCH

Helga Hanssen
Salzstraße 16
21682 Stade

Tel.: 0 41 41 / 43 646

Sprechzeiten:

dienstags von 09:00 bis 12:00 Uhr
donnerstags von 14:00 bis 16:00 Uhr
oder nach Vereinbarung

Bewegung & Entspannung

Kick-Aerobic	48
Drums Alive	48
Nia	49
Fit in den Tag	49
Fit mit Faszientraining	49
Beweglich bleiben - ein Leben lang	50
Shiatsu - alles im Fluss	51
Allround Fitness	51
Pilates	52
Kraftvoll und geschmeidig durch den Alltag	53
Freie Bewegungs-Art	53
Qi Gong	54
Den Nachmittag mit Qi Gong ausklingen lassen	54
Krumme Wege - Aufrechter Gang	54
Integrales Yoga, Kundalini Yoga & Yoga Gong Dance	55
Hatha-Yoga	56
Benefit Yoga®, Yoga-Sanft am Vormittag & Ganzheitliches Yoga für den Rücken	57
Burn out-Yoga, Hormon-Yoga & Kampf dem Kopfschmerz	58
Autogenes Training für Anfänger/innen	59
Klangschalenmeditation in der Gruppe	59
Achtsamkeitstraining	60
Der Healing Code	60
Mantra-Meditationen	60
Meditation	61
DanseVita	61
Entspannende Massagen für den Alltag	61
Frauenschwimmen mit Aqua-Fit-Kurs	62

Stade, IGS Hohenwedel,
Turnhalle,

Bremervörder Str. 76

18-01 Mi. 16.09.2015 (12x)
€ 43,20

18-02 Mi. 13.01.2016 (10x)
€ 36,00

18-03 Mi. 06.04.2016 (11x)
€ 39,60

jeweils 18.45 - 19.45 Uhr

Matthias Heinsohn, Aerobic
& Group Fitness Instructor
B-Lizenz

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-05 Sa. 12.09.2015 (1x)

18-06 Sa. 09.01.2016 (1x)

18-07 Sa. 09.04.2016 (1x)

jeweils 12.15 - 14.15 Uhr

jeweils € 10,00

Beate Thiemann-Spey,
lizenzierter Drums Alive Inst-
ructor

Kick-Aerobic

In diesem Kurs werden ausgewählte Inhalte aus verschiedenen Kampfsportarten ausgeführt und mit darauf perfekt abgestimmter, motivierender Musik verbunden. Es gibt keine komplizierten Choreographien, sondern einfache Schritt- und Schlagkombinationen. Das Programm bietet viele Optionen an und lässt unterschiedliche Bewegungsumfänge zu, so dass jede/r Teilnehmer/in im eigenen Level trainieren kann. „Kick-Aerobic“ macht Spaß, verbessert Ihre Kondition, Ihre Koordinationsfähigkeit, baut Fett ab, kräftigt die Muskeln und findet ohne Körperkontakt statt.

Bitte mitbringen: Sportkleidung und Handtuch.

Drums Alive

Ein Ausdauersport mit viel Spaß und guter Musik! Getrommelt wird mit Originalsticks auf großen Gymnastikbällen. Im ersten Teil werden einfache Schrittkombinationen und Schlagtechniken erlernt, die dann im zweiten Teil zu einer Choreographie nach mitreißender Musik zusammengestellt werden.

Bitte mitbringen: Getränk, Sportkleidung, Turnschuhe.

Ihr kompetenter Partner für alle EDV-Aufgaben.

- Netzwerke und EDV-Systeme aller Art
- Kommunikationslösungen
- Branchen-, Standard- und Individualsoftware
- IT-Security
- Firmentraining, Individual-Training, EDV-Kurse
- Webdesign, Webhosting
- Computerhandel, Service, Reparaturen



Teichstraße 4 Telefon 0 41 41 / 77 90-0
21680 Stade www.hk-computer.de

Nia

Nia ist ein ganzheitliches Fitness- und Wellnesskonzept, ein powervoller und sinnlicher Tanz. Nia verbindet östliche und westliche Bewegungsformen zu einem faszinierenden Tanz der Sinne, mit der Dynamik asiatischer Kampfkünste, der spielerischen Energie des Tanzes und der Stille und Aufmerksamkeit von Yoga und Feldenkrais.

Das Ergebnis ist körperliches und seelisches Wohlbefinden. Wahrnehmen, fühlen, loslassen, sich durch unterschiedliche Musik inspirieren und bewegen lassen - das alles ist Nia.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, Getränk.

18-04 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Fr. 09.01.2015 (1x)
16.00 - 19.00 Uhr
€ 13,00
Ute Lau, Nia-BlueBelt-
Trainerin

Fit in den Tag

Dieses ausgewogene Fitnessprogramm zur Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit und des allgemeinen Wohlbefindens bietet sanftes Ausdauertraining, funktionelle Gymnastik und Stretching.

Bitte mitbringen: Sportkleidung und Decke.

18-08 **Stade, Lebenshilfe,**
Am Hohen Felde 53
Do. 03.09.2015 (12x)
€ 32,40

18-09 **Stade, Katholisches Alten-**
heim, Schifertorsstr. 17
Do. 07.01.2016 (9x)
18-10 Do. 07.04.2016 (9x)
jeweils € 24,30
jeweils 08.45 - 09.30 Uhr
Claudia Neugebauer,
Diplom Aerobic-Trainerin

Fit mit Faszientraining

Den Körper fit halten und Verletzungen vorbeugen - dazu dienen die Techniken des Faszientrainings. Dieser Kurs richtet sich an alle, die mehr tun wollen für ihr ausgedehntes Bindegewebenetzwerk (Faszien).

Die Übungen sind einfach zu erlernen und bieten die Grundlage für ein effektives Gesundheitstraining.

18-11 **Hamelwörden, Ev. Gemein-**
dehaus, Stader Str. 319
Di. 12.01.2016 (16x)
18.00 - 19.00 Uhr
€ 57,60
18-12 Do. 14.01.2016 (15x)
19.45 - 20.45 Uhr
€ 54,00
Anke Giese,
Gesundheitscoach

Freiburg, Schulzentrum,
Allwörderer Str. 22

18-13 Mo. 07.09.2015 (12x)
€ 43,20

18-14 Mo. 11.01.2016 (10x)

18-15 Mo. 11.04.2016 (10x)
jeweils 17.15 - 18.15 Uhr
jeweils € 36,00

Dagmar Aval,
Dipl.-Sozialpädagogin

Hamelwörden, Ev. Gemein-
dehaus, Stader Str. 319

18-16 Di. 01.09.2015 (12x)
jeweils 18.00 - 19.00 Uhr

18-17 Do. 03.09.2015 (12x)
jeweils 19.45 - 20.45 Uhr
jeweils € 43,20

Anke Giese,
Gesundheitscoach

18-18 Do. 10.09.2015 (11x)
€ 39,60

18-19 Do. 07.01.2016 (10x)
€ 36,00

18-20 Do. 07.04.2016 (9x)
jeweils 18.30 - 19.30 Uhr
€ 32,40

Sabine Schnack-Karper,
DTB Rückentrainerin,
Übungsleiterin Rehasport
Orthopädie, Pilatesübungslei-
terin

Beweglich bleiben - ein Leben lang kräftigen - dehnen - mobilisieren - entspannen

Durch ein gezieltes Bewegungsprogramm beugen Sie Wirbelsäulen- und Gelenkschäden vor. Mit den Übungen können vorhandene Schmerzen gelindert werden.

Bitte mitbringen: Isomatte, Wolldecke, Kissen, Socken, Handtuch.



Shiatsu - alles im Fluss

Shiatsu ist eine wirksame Massagetechnik mit modernen und überlieferten asiatischen Anteilen. Gearbeitet wird auf dem Boden und die Massage wird am bekleideten Körper ausgeführt. Sie lernen eine Rückenbehandlung mit Beinen und Armen, sowie die Massage des Schulter- und Nackenbereiches sowie des Gesichtes. Bewegungen aus dem Qi Gong runden das Programm ab. Bitte mitbringen: Kissen, Woldecke, Socken, bequeme Kleidung und Verpflegung.

Allround Fitness

Es handelt sich um einen ausgewogenen und vielseitigen Trainingsablauf, bei dem alle Muskeln des Körpers, einschließlich der Tiefenmuskulatur sowie der Rumpf- und Stütz-muskulatur beansprucht werden. Wir bewegen uns und tanken neue Energie und das ganz ohne Choreografie, aber mit Spaß in der Gruppe.

Dieser Kurs verbessert sowohl Ihre Kondition als auch Ihre Koordination. Abgerundet wird die Stunde mit Stretching und Entspannungsübungen.

Dieser Kurs ist geeignet für alle, jeglicher Altersstufen, die ihre Gesundheit stärken und fit werden möchten.

Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung und Getränk.

18-21 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Sa. 10.10.2015 (1x)
18-22 Sa. 30.01.2016 (1x)
jeweils 10.00 - 17.00 Uhr
jeweils € 21,60

Jutta Burse,
Shiatsu-Praktikerin, Krankenschwester

Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11
18-23 Sa. 07.11.2015 (1)
jeweils 10.00 - 17.00 Uhr
jeweils € 21,60
Jutta Burse, Shiatsu-Praktikerin, Krankenschwester

Stade, Altländer Viertel,
Ev. Familienzentrum
St.-Georg, Hohenfriedberger Str. 17
18-45 Fr. 11.09.2015 (11x)
09.00 - 10.00 Uhr
18-46 Fr. 11.09.2015 (11x)
10.30 - 11.30 Uhr
jeweils € 39,60

18-47 Fr. 15.01.2016 (8x)
09.00 - 10.00 Uhr
18-48 Fr. 15.01.2016 (8x)
10.30 - 11.30 Uhr
jeweils € 28,80

18-49 Fr. 08.04.2016 (9x)
09.00 - 10.00 Uhr
18-50 Fr. 08.04.2016 (9x)
10.30 - 11.30 Uhr
jeweils € 32,40

Kathrin Henning, 4XF
Instructor Functional Training

Hamelwörden, Ev. Gemeindehaus, Stader Str. 319

18-25 Do. 10.09.2015 (11x)

18-26 Do. 07.01.2016 (10x)

18-27 Do. 07.04.2016 (9x)

jeweils 10.30 - 12.00 Uhr

18-28 Do. 10.09.2015 (11x)

18-29 Do. 07.01.2016 (10x)

18-30 Do. 07.04.2016 (9x)

jeweils 15.00 - 16.30 Uhr

Sabine Schnack-Karper,

DTB Rückentrainerin,

9x € 48,60 / 10x € 54,00 /

11x € 54,00

Stade, Lebenshilfe,

Am Hohen Felde 53

18-37 Do. 03.09.2015 (12)

9.35 - 10.20 Uhr

18-40 Do. 03.09.2015 (12)

10.25 - 11.10 Uhr

Stade, Lebenshilfe,

Am Hohen Felde 53

18-31 Mi. 09.09.2015 (11x)

18-32 Mi. 13.01.2016 (9x)

18-33 Mi. 06.04.2016 (10x)

jeweils 18.30 - 19.30 Uhr

18-34 Mi. 09.09.2015 (11x)

18-35 Mi. 13.01.2016 (9x)

18-36 Mi. 06.04.2016 (10x)

jeweils 19.30 - 20.30 Uhr

9x € 32,40 / 10x € 36,00 /

11x € 39,60

Stade, Katholisches Altenheim,
Schiffertorsstr. 17

18-38 Do. 07.01.2016 (9x)

18-39 Do. 07.04.2016 (9x)

jeweils 9.35 - 10.20 Uhr

18-41 Do. 07.01.2016 (9x)

18-42 Do. 07.04.2016 (9x)

jeweils 10.25 - 11.10 Uhr

9x € 24,30 / 12x € 32

Claudia Neugebauer,

Diplom Aerobic-Trainerin

Pilates

Geschmeidigkeit, eine gute Figur und Entspannung sind Ziele des Trainingsprogramms, das alle Muskeln kräftigt und dehnt. Muskelbalance und das innere Gleichgewicht werden gefördert.

Bitte mitbringen: Isomatte, Sportkleidung, dicke Socken, Kissen, Handtuch.



WELTLADEN STADE - FACHGESCHÄFT FÜR FAIREN HANDEL



Außergewöhnliche Geschenkideen aus aller Welt: Räucherstäbchen, Klangschalen, Yogakissen, Naturkosmetik, vegane und vegetarische Lebensmittel, Bio-, Kräuter-, und Wellnessstees, u.v.m



Stade · Poststr. 34
Tel. 04141 / 47411
www.weltladenstade.de

Kraftvoll und geschmeidig durch den Alltag

Rücken- und Faszientraining

Stundenlanges Sitzen im Job, zu wenig Bewegung, häufiger Stress können zu Rückenschmerzen führen. Nur eine ganzheitliche Betrachtung des Menschen und seiner Strukturen wie Muskulatur, Faszien (Bindegewebshüllen), Gelenke und Knochen können ein funktionelles Rückentraining gewährleisten.

Wir verbessern mit unseren Übungen die Beweglichkeit, trainieren Muskeln in ihren Funktionseinheiten und vermeiden oder reduzieren so Rückenschmerzen. Insbesondere das Faszien-Gewebe ist bei Verklebungen ein Auslöser für Schmerzen. Wird es geschmeidig und gleitfähig, können Fehlhaltungen besser korrigiert, Körperwahrnehmung und Koordination verbessert werden.

Bitte mitbringen: Großes Handtuch, Isomatte, bequeme Kleidung.
Bei Bedarf 30,00 € für eine Foam-Roll

Freie Bewegungs-Art

Spielerisch entdecken wir freie Bewegung und öffnen uns neuen Räumen. Für die Vorbereitung werden zielgerechte Körperübungen genutzt, wodurch sich ein behutsamer Einstieg für einen kreativen Tanz entfaltet, der die Fantasie und die Lebensfreude anregt. Wir können ohne Bewertung inneren und äußeren Bewegungsimpulsen folgen und im Hier und Jetzt sein, befreit von belastenden Gedanken. Ungeahnte Kräfte führen einfach und überraschend in einen heilsamen Bewegungsprozess auf allen Ebenen. Diese Entdeckungsreise hinterlässt Klarheit und Vertrauen auch für den Alltag.

"Indem wir durch den kreativen Ausdruck in die tiefe Quelle unserer körperlichen Weisheit treten, tanzen wir die Erneuerung, Erholung und die Heilung unserer selbst und unserer Welt. Anna Halprin

Tanzerfahrung ist keine Voraussetzung.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Wolldecke, Kissen, Getränk.

Stade, Friedrich-Fröbel-Schule, Lönsweg 4, 1. OG

18-51 Do. 03.09.2015 (13x)
€ 46,80

18-52 Do. 07.01.2016 (10x)
€ 36,00

18-53 Do. 07.04.2016 (10x)
jeweils 20.00 - 21.00 Uhr
€ 36,00

Annette Sander,
Physiotherapeutin

Stade, Turnhalle,
Thuner Str. 71,

18-54 Fr. 27.11.2015
18.00 - 21.00 Uhr
Sa. 28.11.2015
10.00 - 17.30 Uhr
€ 36,00

Erika Bruns-Günther,
Qi-Gong Lehrerin

18-55 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Fr. 13.11.2015
Sa.14.11.2015

18-56 Fr. 15.04.2016
Sa.16.04.2016

jew. Fr. 18.00 - 21.00 Uhr
jew. Sa.10.00 - 17.30 Uhr
jeweils € 56,00

Erika Bruns-Günther,
Qigong Lehrerin

18-57 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Mo. 14.09.2015 (12x)
€ 64,80

18-58 Mo. 18.01.2016 (10x)

18-59 Mo. 04.04.2016 (10x)
jeweils € 54,00
jeweils 16.00 - 17.30 Uhr

Iris Kreymeyer, Entspan-
nungstrainerin,
Klangschalenteραπεutin

18-60 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Fr. 11.09.2015 (10x)
18-61 Fr. 08.01.2016 (10x)
jeweils 15.00 - 16.00 Uhr
jeweils € 36,00

Leonore Schoen, Erzieherin
mit bewegungspädagogi-
scher Zusatzausbildung

Qigong

Hui Chun Gong

Qigong ist eine bewährte Selbstheilungs-Methode zur Harmonisierung und Stärkung der vitalen Lebenskraft. Es umfasst gesundheitsfördernde Körperhaltungen und Bewegungen, Atem- und Meditationsübungen.

Die Übungen bewirken eine Entspannung des Körpers, die Vertiefung des Atems und eine Beruhigung des Geistes, fördern Konzentrationfähigkeit, Vitalität und Widerstandskräfte gegen Verschleiß.

„Hui Chun Gong“ bedeutet wörtlich übersetzt „Übungen zur Rückkehr des Frühlings“, um die frühlingshafte Frische der Jugend wieder herzustellen (Intakte Stoffwechselfunktion, gute körperliche Kondition, starke Immunabwehr, reichlich Energie).

Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung, Kissen, Getränk.

Den Nachmittag mit Qigong ausklingen lassen

Qigong ist eine alte traditionelle chinesische Heilgymnastik und Bestandteil der chinesischen Medizin. Mit den Übungen kann Stress abgebaut, Krankheiten vorgebeugt sowie Fitness und Entspannung gefördert werden. Durch das Erlernen der Elemente aus dem bewegten, stillen und meditativen Qigong kommen die Gedanken zur Ruhe, Muskeln und Sehnen werden gestärkt, Abwehrkräfte aktiviert und Entspannung wird wahr genommen. Es wird mit einfachen, leicht erlernbaren Bewegungsabläufen gearbeitet. Mit der Unterstützung Ihres Atems (Lebensenergie Qi) lernen und üben Sie Ihre Lebensqualität zu steigern.

Bitte mitbringen: Decke, Kissen, warme Socken, bequeme Kleidung, Getränk.

Krumme Wege - Aufrechter Gang

Das Ziel ist, auch in schwierigen Zeiten, wenn z. B. Schmerz, Hektik oder Konflikte uns ins Stolpern bringen, den "Aufrechten Gang" wiederzufinden. Der Weg dorthin führt über das Wahrnehmen und Erweitern unserer Bewegungsabläufe.

Bitte mitbringen: Woldecke, bequeme Kleidung, dicke Socken, Handtuch



Integrales Yoga

Yoga steht für mehr Lebensqualität, Ausgeglichenheit und Energie. Yoga tut gut, macht Spaß und fördert die Gesundheit. In der Tradition von Swami Sivananda beinhaltet eine Yogastunde Körperübungen, Atemübungen, Tiefenentspannung und Meditation. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke und Getränk.

- 18-64 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Mi. 09.09.2015 (10x)
€ 54,00
- 18-65 Mi. 13.01.2016 (8x)
- 18-66 Mi. 06.04.2016 (8x)
jeweils 18.00 - 19.30 Uhr
jeweils € 43,20
Silke Noormann, Yogalehrerin, Breathwalk Instructor



Kundalini Yoga

Yoga ist eine effektive und einfache Technik, Wohlbefinden für Körper, Geist und Seele zu erlangen. Die Yoga-Übungsreihen aus dem Kundalini Yoga sind dynamisch, meditativ, kräftigend, spannend, heilend und belebend. Sie fördern Wohlbefinden und Ausgeglichenheit, stärken das Nerven-, Drüsen- und Immunsystem. Sie verknüpfen Konzentration, Atemtechnik und Körperhaltung auf wirkungsvolle Weise. Durch den Einsatz von Mantrien, teilweise gesungen, wird diese Wirkung intensiviert. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, Kissen und Getränk.

- 18-67 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Mi. 09.09.2015 (10x)
€ 54,00
- 18-68 Mi. 13.01.2016 (8x)
- 18-69 Mi. 06.04.2016 (8x)
jeweils 20.00 - 21.30 Uhr
jeweils € 43,20
Silke Noormann, Yogalehrerin, Breathwalk Instructor

Yoga Gong Dance

Der Gong gilt als eines der mächtigsten Instrumente zur Heilung im Zustand der Trance. Der Gong kann Traumen heilen und entspannt den Geist. Wer sich dem Klang hingibt, ist zugleich hellwach und sehr entspannt. Vor der eigentlichen Gongmeditation werden Körper und Geist mit passenden Yogaübungen aus dem Kundalini Yoga vorbereitet. Während der Gongmeditation selber liegt man auf dem Rücken, wie zur Tiefenentspannung. Abschließend wird gemeinsam getanzt, um die Füße wieder auf die Erde zu bekommen. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Decke, Getränk.

- Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
- 18-150 Sa. 26.09.2015 (1x)
- 18-151 Sa. 14.11.2015 (1x)
- 18-152 Sa. 12.12.2015 (1x)
- 18-153 Sa. 23.01.2016 (1x)
- 18-154 Sa. 20.02.2016 (1x)
- 18-155 Sa. 16.04.2016 (1x)
jeweils 19.00 - 20.30 Uhr
jeweils € 10,40
Silke Noormann, Yogalehrerin, Breathwalk Instructor

Bützfleth Ev. Gemeindehaus
Obstmarschenweg 343

- 18-72 Mo. 28.09.2015 (10x)
 18-73 Mo. 11.01.2016 (10x)
 jeweils 18.30 - 20.00 Uhr
 18-74 Di. 29.09.2015 (10x)
 18-75 Di. 12.01.2016 (10x)
 jeweils 20.00 - 21.30 Uhr
Gisela Sporkmann,
 Yogalehrerin

Freiburg, DRK Altenheim,
Krankenhausweg 9

- 18-76 Mi. 16.09.2015 (11x)
 18-77 Mi. 13.01.2016 (10x)
 18-78 Mi. 06.04.2016 (11 x)
 jeweils 19.30 - 21.00 Uhr
Birte Riel, Heilpraktikerin,
 Yoga-Therapeutin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 18-79 Mo. 07.09.2015 (12x)
 18-80 Mo. 11.01.2016 (10x)
 18-81 Mo. 04.04.2016 (10x)
 jeweils 18.00 - 19.30 Uhr
 18-82 Mo. 07.09.2015 (12x)
 18-83 Mo. 11.01.2016 (10x)
 18-84 Mo. 04.04.2016 (10x)
 jeweils 19.45 - 21.15 Uhr
 18-85 Di. 08.09.2015 (12x)
 18-86 Di. 12.01.2016 (10x)
 18-87 Di. 05.04.2016 (10x)
 jeweils 18.00 - 19.30 Uhr
 18-88 Di. 08.09.2015 (12x)
 18-89 Di. 12.01.2016 (10x)
 18-90 Di. 05.04.2016 (10x)
 jeweils 19.45 - 21.15 Uhr
Astrid Gräntzdörffer,
 Yogalehrerin, Heilpraktikerin
 für Psychotherapie

10x € 54,00 / 11x € 49,40 /
 12x € 64,80

Hatha Yoga 🧘🧘🧘

Ein Übungsprogramm mit Heilwirkung

Sie erfahren, wie Anspannung und Entspannung im richtigen Verhältnis den Energiestrom des Körpers in Fluss bringen. Dynamische Übungsreihen, stabilisierender Haltungsaufbau, bewusste Atemführung und meditative Wahrnehmungsschulung führen zu neuer Energie und Lebensqualität.

Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung, Socken, Handtuch.



Benefit Yoga® - Eine umfassende Methode der Gesundheitsförderung

Benefit Yoga® ist auf die Bedürfnisse des Menschen in der heutigen Zeit ausgerichtet. Zentrale Punkte sind Achtsamkeit und die Harmonisierung von Körper, Geist und Atmung. Die Körperhaltungen und Bewegungsabläufe tragen zur Kräftigung, Flexibilisierung und Entspannung des Körpers bei. Die gesundheitsfördernde Wirkung des Benefit Yoga® wird für Sie durch individuelle Anpassung und gezielte Hilfestellung erfahrbar. Weitere Elemente, wie Entspannung, meditative, anatomische oder yogaphilosophische Aspekte, fließen in den Unterricht mit ein.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke.

Yoga-Sanft am Vormittag

Sanfte harmonisierende Körper-, Atem- und Entspannungsübungen zum Abschalten, Energietanken und sich selbst wiederfinden. Ein gesundheitsorientierter Yoga Kurs, der Übungen aus verschiedenen Yogastilen sinnvoll kombiniert und Körper, Geist und Seele wieder in Balance bringen kann. Die Yogaübungen werden an die individuellen Möglichkeiten der Teilnehmer angepasst. Erleben Sie Yoga ohne akrobatische Verrenkungen!

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Socken, Decke, Handtuch, Matte.

Ganzheitliches Yoga für den Rücken

In diesem Kurs wollen wir uns auch andere als rein körperliche Ursachen für Rückenbeschwerden bewusst machen. Wie wirkt sich ein energetisches Ungleichgewicht im Bereich Körper, Geist und Seele auf den Rücken aus? Wie kann ich meinem Rücken ganzheitlich etwas Gutes tun? Was haben negative Gedanken oder der Atem mit Rückenschmerzen zu tun?

Mit einem sanften aufeinander aufbauenden Übungsprogramm werden wir die Beweglichkeit der Wirbelsäule fördern und die Muskulatur stärken.

Bei akuten Bandscheibenerkrankungen und starkem Bluthochdruck Teilnahme nur nach Rücksprache mit Arzt/Dozentin.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, Handtuch, Matte

- Stade, FABI, Neubourgstr. 5
- 18-92 Do. 17.09.2015 (10x)
€ 54,00
- 18-93 Do. 14.01.2016 (8x)
€ 43,20
- 18-94 Do. 07.04.2016 (9x)
€ 48,60
jeweils 20.00 - 21.30 Uhr
Gabriela von Rönn,
Dipl. Benefit Yoga®-Lehrerin
WDM, Yogalehrerin BDY/EYU

- Stade, FABI, Neubourgstr. 5
- 18-97 Do. 10.09.2015 (12x)
€ 72,00
- 18-98 Do. 14.01.2016 (10x)
- 18-99 Do. 07.04.2016 (10x)
jeweils € 60,00
jeweils 10.30 - 12.00 Uhr
Kerstin Wilkening,
Yogalehrerin

- Stade, FABI, Neubourgstr. 5
- 18-110 Do. 10.09.2015 (12x)
€ 72,00
- 18-111 Do. 14.01.2016 (10x)
- 18-112 Do. 07.04.2016 (10x)
jeweils € 60,00
jeweils 08.45 - 10.15 Uhr
Kerstin Wilkening,
Yogalehrerin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-113 Fr. 11.09.2015 (3x)

18-114 Fr. 05.02.2016 (3x)

18-115 Fr. 20.05.2016 (3x)

jeweils 18.00 - 19.30 Uhr

jeweils € 16,20

Brigitte Kanzelmeyer,

Yogalehrerin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-95 Fr. 02.10.2015

Sa.03.10.2015

18-96 Fr. 04.03.2016

Sa.05.03.2016

jew. Fr. 20.00 - 22.00 Uhr

und Sa. 9.30 - 13.00 Uhr

jeweils € 19,80

Brigitte Kanzelmeyer,

Yogalehrerin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-121 Do. 17.09.2015 (10x)

18-122 Do. 07.01.2016 (10x)

jeweils 18.00 - 19.30 Uhr

Drochtersen, FABI,

Sietwender Str. 11

18-123 Do. 07.04.2016 (10x)

jeweils 18.00 - 19.30 Uhr

jeweils € 54,00

Petra Friedrich-Posberg,

Coach und Gesundheits-

pädagogin

Burn out-Yoga

Ich kann etwas tun! Mit körperwahrnehmenden Übungen, regenerierenden und stärkenden Yoga-Haltungen, werden Sie dem "Burn out" entgegenwirken.

Bitte mitbringen: Decke, warme und bequeme Kleidung.

Hormon-Yoga

Ein gleichbleibender Übungsablauf fördert die körpereigene Hormonproduktion und lindert PMS-Beschwerden, Wechseljahrs-symptome und lindert körperliche und psychische Beeinträchtigungen.

Bitte mitbringen: Decke, warme und bequeme Kleidung.

Kampf dem Kopfschmerz

Kopfweg kennt fast jeder. Chronische Kopfschmerzen können die Gesundheit und das Leben schwer belasten. Die beiden häufigsten Formen sind Spannungskopfschmerz und Migräne.

Während des Trainings werden die Ursachen des Kopfschmerzes durch das Führen eines Kopfschmerztagebuches herausgearbeitet. Nach Bestimmung der Auslösefaktoren (Trigger) kann erlernt werden, wie diese Auslöser zu vermeiden bzw. Resistenzen aufgebaut werden können. Oft ist Stress die Ursache. Indem Sie feststellen, wo die Ursache steckt, können Sie aktiv Verantwortung für sich übernehmen. Sie erfahren verschiedene Wege, dem Stress zu begegnen, sich zu schützen, dem vorzubeugen und Barrieren aufzubauen.

Für Menschen, die häufig unter Kopfschmerzen leiden, ist dieses Präventionstraining konzipiert.

Vor der Teilnahme an diesem Training sollte durch einen Arztbesuch abgeklärt werden, dass keine organischen Ursachen vorliegen. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke, Kissen.

Autogenes Training für Anfänger/innen

Das Autogene Training ist eine überall und jederzeit einsetzbare Methode für den privaten und beruflichen Alltag, mit der tiefe Entspannung und Ruhe durch Selbstsuggestion erreicht werden können.

Ohne äußeres Zutun erlernen Sie eine Entspannung von innen, die in jeder Situation abrufbar sein kann.

Anwendungsmöglichkeiten z. B. bei Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Stress, Nervosität.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken.

Klangschalenmeditation in der Gruppe

Wer zum ersten Mal den Klang einer Klangschale wahrnimmt, wird angenehm berührt werden von den Schwingungen, die den Körper und den Raum erfüllen. Klangschalen haben eine harmonisierende Wirkung auf Körper, Geist und Seele. Die schwingenden, harmonischen Klänge bewirken eine tiefe Entspannung. Stress, Ängste und andere Gefühle, die sich wenig positiv auf die Gesundheit auswirken, können losgelassen werden. Jede Klangreise ist einzigartig, so dass sich eine wunderbare Entspannung nach dem Alltagsstress ausbreiten darf.

Bitte mitbringen: Decke, Kissen, warme Socken und Getränk.

Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11

18-119 Mo. 02.11.2015 (6x)

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-120 Do. 11.02.2016 (6x)

jeweils 20.00 - 21.30 Uhr
jeweils € 32,40

Katrin Kordt, NLP-Master
DVNLP

Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11

18-124 Di. 08.09.2015 (5x)

18-125 Di. 03.11.2015 (5x)

jeweils 18.15 - 19.15 Uhr

18-126 Di. 12.01.2016 (5x)

19.00 - 20.00 Uhr

18-127 Di. 16.02.2016 (5x)

18-128 Di. 05.04.2016 (5x)

jeweils 18.15 - 19.15 Uhr

jeweils € 18,00

Iris Kreymeyer, Entspan-
nungstrainerin, Klangschalen-
therapeutin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-129 Di. 15.09.2015 (4x)

18-130 Di. 10.11.2015 (4x)

18-131 Di. 19.01.2016 (4x)

18-132 Di. 12.04.2016 (4x)

jeweils 10.45 - 11.45 Uhr
jeweils € 14,40

Iris Kreymeyer,
Entspannungstrainerin,
Klangschalentherapeutin



...die Seele aufatmen lassen

Einzelbehandlungen & Kurse

Atemhaus Blume

Sabine Katharina Schuldt

Odamm 16 · 21684 Stade

Tel.: 04141/40 50 77



www.atemhaus-blume.de

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-117 Do. 17.09.2015 (10x)

18-118 Do. 07.01.2016 (10x)

**Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11**

18-116 Do. 07.04.2016 (10x)

jeweils 19.45 - 21.15 Uhr

jeweils € 54,00

Petra Friedrich-Posberg,
Coach und Gesundheitspädagogin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-133 Sa. 21.11.2015 (1x)

18-134 Sa. 20.02.2016 (1x)

jeweils 10.00 - 18.00 Uhr

jeweils € 26,10

Irene Witte, Heilpraktikerin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-135 Sa. 05.12.2015 (1x)

18-136 Sa. 13.02.2016 (1x)

jeweils 16.00 - 18.00 Uhr

jeweils € 7,20

Kerstin Wilkening,
Yogalehrerin

Achtsamkeitstraining

Lernen Sie Methoden kennen, die Ihnen im Alltag helfen, achtsam mit sich selber umzugehen. Wir hinterfragen, warum das so schwer ist und erarbeiten Strategien im „Hier und Jetzt“ zu bleiben ohne uns zu überfordern.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke, Kissen.

Der Healing Code

Healing Code ist eine wirksame energetische Heilmethode, die Heilung auf einer völlig neuen Ebene möglich macht. Es wird davon ausgegangen, dass Krankheiten und Befindlichkeitsstörungen letztendlich durch Stress entstehen, der das Immunsystem „verstört“!

So ist der Healing Code eine leicht und mühelos zu erlernende Entspannungsübung, die bewirkt, dass der Stress abgebaut wird. Die Entspannung ist sofort spürbar.

Bitte mitbringen: Decke, warme Socken, bequeme Kleidung

Mantra-Meditationen

Nicht der perfekte Gesang steht nach der Einstimmung mit sanften Spür- und Wahrnehmungsübungen im Vordergrund dieser Stunde, sondern die Wirkung der sich wiederholenden Silben und Melodie auf Körper, Geist und Seele kann genossen werden. Der Kopf befreit sich von Alltagsgedanken, der Atemfluss wird harmonisiert und auch unsere Gefühlsebene wird „gereinigt“. Nach dieser „Klangdusche“ spüren wir bewusst die Ruhe in uns und nehmen ein Stück Gelassenheit und Stärke mit in den Alltag.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Socken, Decke.

Meditation

Einführung in verschiedene Meditationstechniken

Meditation eignet sich für alle Menschen, die sich mehr Entspannung und Ausgeglichenheit in ihrem Leben wünschen. So kann Abstand zu Alltagsproblemen entwickelt werden. Meditation kann vollkommen frei und unabhängig von religiösen Überzeugungen praktiziert werden.

Bitte mitbringen: Decke, warme Socken, bequeme Kleidung

DanseVita

„Raus aus dem Kopf - hinein in den Körper“

Freies Tanzen, im Wechsel mit Übungen zur inneren Balance - mal ruhig, dann wieder temperamentvoll. Für sich allein, aber auch in Kontakt mit anderen Menschen.

Spielerisch und manchmal auch nachdenklich, angeleitet in geschützter Umgebung, dabei sich selbst spüren im eigenen Tempo. Kraftvolle Rhythmen aus dem Bereich der Weltmusik wechseln mit federleichten Melodien und musikalischen Entspannungsreisen. So wird jeder Tanz zu einer spannenden Reise in die eigene Lebendigkeit.

Bitte mitbringen: Antirutschsocken, eine Decke, Getränk und eine Kleinigkeit für ein gemeinsames Essen.

Entspannende Massagen für den Alltag

Lernen Sie einfache und effektive Techniken

„Oh, bin ich verspannt, kannst Du mich mal massieren?“ Wer kennt diesen Satz nicht aus eigener Erfahrung? An diesem Nachmittag lernen und erleben Sie die Wirkungsweise von einfachen und effektiven Massage-, Dehnungs- und Entspannungsübungen. Ich zeige Ihnen, wie Sie diese alltags-tauglichen Techniken für Ihre Familie und Freunde tagtäglich anwenden können. Geübt wird am bekleideten Körper. Einzelanmeldungen sind nur in Absprache mit der Kursleiterin möglich. Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung und Getränk.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
18-137 Sa. 26.09.2015 (1x)
18-138 Sa. 12.03.2016 (1x)
jeweils 10.00 - 18.00 Uhr
jeweils € 26,10
Irene Witte, Heilpraktikerin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
18-139 Fr. 16.10.2015
Sa.17.10.2015
18-140 Fr. 29.04.2016
Sa.30.04.2016

Fr. 19.00 - 20.30 Uhr
Sa. 10.00- 17.00 Uhr

jeweils € 27,00
Manfred Wetzel,
DanseVita-Lehrer

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
18-141 Sa. 07.11.2015 (1x)
18-142 Sa. 06.02.2016 (1x)
jeweils 14.00 - 17.30 Uhr
jeweils € 15,00
Simona Heinze,
Tanzpädagogin,
Tanztherapeutin

Stade, Solemio-Erlebnisbad,
Am Exerzierplatz 3

18-145 samstags
17.10., 21.11., 19.12.2015,
16.01.16 (4x)

18-146 samstags
20.02., 19.03., 16.04.,
21.05.,
04.06.16 (5 x)

4x € 18,00
5x € 22,50

Einzelkarte € 6,00 an der
Abendkasse

Badezeit: 20.15 - 22.15 Uhr
Einlass: ab 20.00 Uhr

Frauenschwimmen mit Aqua-Fit-Kurs

Schwimmen für Frauen und Mädchen ab 10 Jahren*

Wie wäre es mit einem Abend voll Badespaß und Entspannung nur für Sie? Wollten Sie schon immer mal an einem Aqua-Fit-Kurs teilnehmen oder einfach nur einen entspannenden Abend mit ihren Freundinnen im warmen Solebad verbringen? Dann haben Sie jetzt an jedem 3. Samstag im Monat Gelegenheit dazu! Bei diesem Angebot steht das Solemio mit Erlebnis-, Sport und Solebecken sowie der Rutsche ausschließlich Frauen zur Verfügung. Je nach Lust und Laune haben Sie die Möglichkeit sich beim Aqua-Fitness körperlich zu fordern oder einfach bei ein paar Bahnen im Wasser zu entspannen.

Tickets können Sie an der Kasse im Solemio erwerben.

*Mädchen ab 10 Jahren, die in Besitz eines Bronze-Schwimmabzeichens sind, dürfen in Begleitung einer erwachsenen Person an dem Angebot teilnehmen.

In Kooperation mit der Stader Bädergesellschaft mbH und mit der Gleichstellungsbeauftragten der Hansestadt Stade.



Gesundheit & Ernährung

Gesundheit 63

Achtsamkeit und Kinesiologie 64

Schlucken und Schluckstörungen 64

Erworbene Sprachstörungen und
Sprechstörungen im Erwachsenenalter 64

Kinesiologie - Lebensfreude, Leichtigkeit und Kraft 65

Homöopathische Hausapotheke 65

Ernährung 65

Ayurvedische Herbst-Winterküche 65

Grillseminar 66

Vegetarisch und Vegan 66

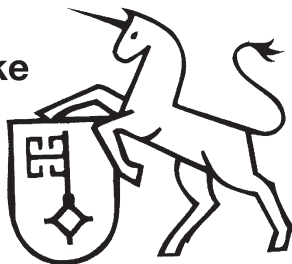
Das Küchenlabor 66

seit 600 Jahren

Rats- und Einhorn-Apotheke

Apotheke für Naturheilkunde
und Homöopathie

Apotheker Jürgen Fischer
Hökerstraße 17
21682 Stade
Tel. 0 41 41/21 30
www.apotheke-stade.de



19-01 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Mo. 15.02.2016 (5x)
 17.45 - 19.45 Uhr
 € 38,50 inkl. € 2,50 für ein Skript
Annette Kulla,
 Kinesiologin,
 Krankenschwester

19-02 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Do. 14.01.2016 (1x)
 19.30 - 21.00 Uhr
 € 5,40
Franziska Bessel-Carstensen, Logopädin

19-03 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Do. 04.02.2016 (1x)
 19.30 - 21.00 Uhr
 € 5,40
Franziska Bessel-Carstensen, Logopädin

Achtsamkeit und Kinesiologie

Innerlich und äußerlich zur Ruhe kommen

Gespräche, Gefühle und Umweltreize prägen unseren täglichen Gedankenfluss und wirken unmittelbar auf unser Empfinden und Verhalten. Dieser Kurs beinhaltet Stille-Übungen zur Entschleunigung und vermittelt Wissen zum Thema Stressbewältigung. Bitte mitbringen: Decke, Schreibutensilien, Getränk.

Schlucken und Schluckstörungen

Dysphagien

Für die meisten Menschen sind Essen und Trinken eine Selbstverständlichkeit. Aber wie funktioniert eigentlich das Schlucken? Und was ist, wenn es plötzlich durch eine Krankheit oder eine Operation beeinträchtigt ist? Ca. 270.000 Menschen sind jährlich von Schluckstörungen betroffen. Dieser Informationsabend wendet sich an Betroffene, Angehörige sowie Menschen, die beruflich mit Schluckproblemen zu tun haben (z. B. AltenpflegerInnen). Anhand von anatomischen Bildern und praktischen Beispielen wird der normale Schluckakt erläutert. Auf dieser Grundlage werden dann unterschiedliche Störfaktoren angesprochen. Diagnostische und therapeutische Möglichkeiten werden ebenso erklärt wie einfache Hilfen und Tipps für den häuslichen Bereich. Je nach Zusammensetzung der Gruppe kann auf bestimmte Krankheitsbilder näher eingegangen werden. Individuelle Fragen können geklärt werden.

Erworbene Sprachstörungen und Sprechstörungen im Erwachsenenalter

Aphasien und Dysarthrien

Kommunikation ist ein essentielles Bedürfnis des Menschen. Durch krankheitsbedingte Sprach- und Sprechstörungen kann sie auf vielfältige Weise beeinträchtigt werden. Ebenso unterschiedlich wie die Ursachen und Ausprägungen der Aphasien und Dysarthrien sind auch die Behandlungsansätze und Hilfen, die sowohl Patienten als auch Angehörige benötigen. Dieser Informationsabend soll allen Interessierten einen Überblick über Symptome, Therapiemöglichkeiten und sonstige Hilfen geben.

Kinesiologie - Lebensfreude, Leichtigkeit und Kraft „Die Energie folgt unseren Gedanken“

Dieser Kurs ist für Neugierige, die einen verblüffend einfachen Weg zu körperlichem und geistigem Wohlbefinden kennen lernen möchten. Mit Hilfe des „Muskeltests“ lernen Sie, wie Gefühle, Gedanken und Gegenstände unmittelbar auf Ihren Körper und Ihr Befinden wirken. Situationen, die Stress verursachen, sowie alltägliche Aktivitäten und Umwelteinflüsse, werden bewusst wahrgenommen und können ausgeglichen werden. Jeder Abend endet mit einer Entspannungsreise/Meditation.

Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken, Getränk.

Homöopathische Hausapotheke

An diesem Tag stelle ich Ihnen eine homöopathische Hausapotheke für Kinder und Erwachsene vor. Sie lernen die wichtigsten Anwendungen einiger Mittel kennen. Sie können sich dann bei einfachem Schnupfen, leichtem Fieber, Durchfall, leichten Sportverletzungen u. a. zunächst einmal selber mit den homöopathischen Mitteln begleiten. Ich erkläre Ihnen, was die verschiedenen Potenzen bedeuten und wann eine Selbstbehandlung sinnvoll ist. Und so ganz nebenbei stecke ich Sie mit meiner Freude und Begeisterung für die Homöopathie an!

Ayurvedische Herbst-Winterküche

Leckere herbst-winterliche Genüsse aus der ayurvedischen Küche wollen probiert und gekocht werden. Neben Gewürzkunde und einem farbenfrohen Menü erfahren die Teilnehmenden viel Informatives über die ayurvedische Küche und die Möglichkeiten die eigene Konstitution der Herbst- und Winterzeit positiv zu unterstützen.

Alle Gerichte sind lactovegetarisch!

Bitte mitbringen: Schürze, Getränke und Dose für Reste.

Lebensmittelkosten werden nach Bedarf im Kurs abgerechnet.

19-04 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Fr. 15.01.2016, 18.00 - 21.00
Uhr

Sa. 16.01.2016, 10.00 - 17.00
Uhr

€ 34,90 inkl. € 2,50 für ein
Skript

Annette Kulla,
Kinesiologin, Krankenschwester

19-05 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Sa. 14.11.2015 (1x)

19-06 Sa. 06.02.2016 (1x)
jeweils 11.00 - 18.00 Uhr
jeweils € 22,50

Irene Witte,
Heilpraktikerin

19-07 **Jork, Schulzentrum Altes**
Land, Schulstr. 5

Di. 01.12.2015 (1x)

19-08 Di. 16.02.2016 (1x)
jeweils 17.45 - 21.30 Uhr
jeweils € 13,50

Claudia Ebens,
Ayurveda Gesundheits- und
Ernährungsberaterin

Stade, Friedrich-Fröbel-Schule, Lönsweg 4

- 19-09 Di. 08.09.2015 (1x)
 19-10 Di. 13.10.2015 (1x)
 19-11 Di. 03.05.2016 (1x)
 19-12 Di. 21.06.2016 (1x)
 jeweils 18.00 - 21.00 Uhr
 jeweils € 10,80
Daniel Brandt, Koch

Stade, Friedrich-Fröbel-Schule, Lönsweg 4

- 19-13 Do. 01.10.2015 (1x)
 19-14 Do. 14.04.2016 (1x)
 jeweils 18.00 - 21.00 Uhr
 jeweils € 10,80
Daniel Brandt, Koch

Stade, Friedrich-Fröbel-Schule, Lönsweg 4

- 19-15 Mo. 28.09.2015 (1x)
 19-16 Mo. 02.11.2015 (1x)
 19-17 Mo. 11.01.2016 (1x)
 19-18 Mo. 07.03.2016 (1x)
 19-19 Mo. 23.05.2016 (1x)
 jeweils 18.00 - 21.00 Uhr
 jeweils € 10,80
Daniel Brandt, Koch

Grillseminar

In diesem Grillseminar geht es um ein wenig mehr, als nur darum, die bekannte Wurst auf dem Rost drehen. Die Kurse richten sich sowohl an Männer als auch an Frauen.

Gemeinsam wollen wir uns in gemütlicher Runde mit Themen wie: Gas, Elektro oder Kohle, indirekte und direkte Hitze, sowie leckeren und außergewöhnlichen Grillrezepten beschäftigen. Lebensmittelkosten werden nach Bedarf im Kurs abgerechnet.

Vegetarisch und Vegan

In diesem Kurs geht es um grundsätzliche Informationen über Vegane und Vegetarische Ernährung.

Gemeinsam werden wir erfahren, dass fleischfrei eine tolle Möglichkeit ist, den Speiseplan zu bereichern. Wir bereiten eine Vielzahl von vegetarischen und veganen Gerichten zu, um diese dann in gemütlicher Runde zu probieren.

Lebensmittelkosten werden nach Bedarf im Kurs abgerechnet.

Das Küchenlabor

In unserem Küchenlabor wollen wir gemeinsam experimentieren und uns mit Lebensmitteln neu befassen. So kann erfahren und gelernt werden, dass es eben auch ganz ohne Geschmacksverstärker, Tütensoßen und unerklärliche Zusatzstoffe auf der Packung geht.

Lebensmittelkosten werden nach Bedarf im Kurs abgerechnet.

Kreativität und Musik	67
Töpfern	68
Collagen mit Naturmaterialien und Acrylfarben	68
Vernetzt	68
Singing Women	69
Wein, Weib und Gesang	69

Geschenk-Gutschein

Wenn Sie auf der Suche nach einem besonderen Geschenk sind, zum Beispiel zu einer Geburt oder zu einem Geburtstag, fertigen wir Ihnen hierfür gerne einen Geschenkgutschein an, der Ihren Lieben mit Sicherheit viel Freude bereiten wird.

Stade, BBS I, Werkraum,
Glücksstädter Straße 15

- 21-01 Do. 10.09.2015 (6x)
21-02 Do. 04.02.2016 (6x)
jeweils 19.00 - 21.00 Uhr
jeweils € 53,20

Andrea Czech,
Marlies Meyer,
Töpferinnen

Burweg, Atelier Koffer-
Kunst, Stader Str. 4

- 21-03 Sa. 10.10.2015 (1x)
10.00 - 13.00 Uhr

Stade, Ev. Gemeindehaus,
Streuheidenweg 22

- 21-04 Mo. 12.10.2015 (1x)
16.00 - 19.00 Uhr
jeweils € 12,00

Toni Hinck,
Künstlerin

Burweg, Atelier Koffer-
Kunst, Stader Str. 4

- 21-05 Fr. 27.11.2015
Sa. 28.11.2015
Fr. 17.00 - 20.00 Uhr
Sa. 10.00 - 16.00 Uhr
€ 34,00

Toni Hinck,
Künstlerin

Töpfern

„Die Schönheit der Dinge lebt in der Seele dessen, der sie betrachtet.“ (David Hume). Töpfern Sie etwas, das Sie nicht kaufen können, z. B. schöne Dinge für den Garten oder das Haus, wie Figuren, Töpfe, Schalen, Becher usw.

Bitte mitbringen: Schürze, Teigrolle, Messer.

Material wird nach Verbrauch im Kurs abgerechnet.

Collagen mit Naturmaterialien und Acrylfarben

Sie wollten schon immer malen, hatten aber nicht die Zeit oder dachten, dass Sie das nicht könnten.

Hier ist nun die Gelegenheit es auf einfache Weise einmal auszuprobieren. Wir gestalten mit gepressten Gräsern schöne Naturcollagen. Ganz der eigenen Kreativität entsprechend entstehen so Landschaftsbilder oder völlig abstrakte Werke.

Bitte mitbringen: Materialkosten nach Verbrauch ca. € 7.00.

Vernetzt

Acrylmalerei mit Gemüsenetzen und Fäden aller Art als Gestaltungselement

Mit Farbe und Formen spielen wie ein Kind in der Sandkiste - Entspannung pur!

Wir arbeiten mit Acrylfarbe auf Hartfaserplatten. Die mitgebrachten Materialien wie Netze von Zitronen, Kartoffeln und Baumwoll- oder Wollfäden geben der Fantasie viele Möglichkeiten zum Gestalten. Nach dem Einarbeiten in den Untergrund geben die Farben der Struktur noch mehr Ausdruck.

Bitte mitbringen: Materialkosten nach Verbrauch.

Singing Women

Dieses Angebot richtet sich an Frauen, die gerne und regelmäßig in einem Frauenchor singen möchten.

Es sollen zwei- und dreistimmige Lieder erarbeitet werden. Die Chorproben finden 14-täglich statt. Das Repertoire wird sowohl Lieder aus Rock und Pop, als auch Liedermacherliedgut enthalten. Gesungen wird in Deutsch und anderen Sprachen. Ein bis zwei Auftritte im Jahr sind nach Absprache möglich und werden gemeinsam geplant. Chorerfahrung erleichtert den Einstieg, ist aber keine Voraussetzung.

Kosten für Noten nach Bedarf

- Stade, Ev. Johanniskirche,
Sandersweg 69
- 21-06 Do. 03.09.2015
(7x /14-täglich)
€ 35,00
- 21-07 Do. 07.01.2016
(11x /14-täglich)
jeweils 19.00 - 20.30 Uhr
€ 55,00
- Stephanie Mülder,**
Musiktherapeutin

Wein, Weib und Gesang

An diesen Abenden wollen wir gemeinsam leicht erlernbare und bekannte Lieder singen - einfach zum Spaß ohne Erfolgsdruck. Außerdem wird es genügend Raum und Zeit zum Klönen geben. Jede Frau, die Zeit und Lust hat, ist herzlich willkommen.

Bitte mitbringen: Lieblingsgetränk und/ oder Knabbereien für den Eigenbedarf.

- Stade, Ev. Johanniskirche,
Sandersweg 69
- 21-08 Do. 24.09.2015 (1x)
21-09 Do. 19.11.2015 (1x)
21-10 Do. 14.01.2016 (1x)
21-11 Do. 07.04.2016 (1x)
21-12 Do. 23.06.2016 (1x)
jeweils 19.30 - 21.00 Uhr
jeweils € 5,00
- Stephanie Mülder,**
Musiktherapeutin

Musizieren



mein schönstes Hobby

Klavier · Digitalpiano · Schlagzeug
Klarinette / Saxophon · Querflöte

MUSIKHAUS MAGUNIA

Sie wollen musizieren?
Erst mal **MIETEN!**

21680 Stade, Am Bahnhof 2
Telefon: 04141-2828 - Fax: 04141-47142
musikhaus@magunia.de - www.magunia.de

Christliche Buchhandlung

der Stader Bibel- und Missionsgesellschaft
Cosmaekirchhof 3, 21682 Stade, Tel: 04141 - 84003

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag

10.00 - 12.00 Uhr + 15.00 - 18.00 Uhr

Sonnabend: 10.00 - 13.00 Uhr

www.stader-bibelgesellschaft.de

info@stader-bibelgesellschaft.de



Kircheneintritt leicht gemacht,
unbürokratisch
und niedrigschwellig.

Rufen Sie an:

Wiedereintrittstelefon des Kirchenkreises Stade

Tel.: (0 41 41) 40 87 80



Persönlichkeit & Kompetenz

Meine Stimme - authentisch, kraftvoll, gesund	72
Schritte zur lernenden Organisation	72
„Der schlafende Löwe will geweckt werden“	73
Coaching-Vortrag	73
Innere Kinder	73
Mentales Aktivierungs-Training	74
Mein Lebensbaum	74
Was will ich wirklich in meinem Leben erreichen	75
Stützgruppe für trauernde Eltern	
von Schmetterlingskindern	76
Gesprächskreis für trauernde Angehörige	76
Gesprächskreis für Frauen	77
Alltag in bikulturellen Familien; Brauchen	
Migrantinnen beim beruflichen (Wieder-)	
Einstieg besonder Förderung?;	
Frauen und ihre Hobbys; Interkulturelle Freund-	
schaften; May Angelou: Schriftstellerin,	
Bürgerrechtlerin, Feministin; Willkommen in	
Deutschland; „Amon. Mein Großvater hätte	
mich erschossen“; Welches Land ist schon	
perfekt?; Mit Respekt und Wertschätzung altern	
Beratung	81
Ehe- und Lebensberatung	81
Trauerberatung für Eltern von	
Schmetterlingskindern	81
Mediation	82
Coaching	82

- 17-01 **Stade**, FABI, Neubourgstr. 5
Mi. 04.11.2015 (4x)
- 17-02 **Stade**, FABI, Neubourgstr. 5
Mi. 06.04.2016 (4x)
jeweils 19.30 - 21.00 Uhr
jeweils € 21,60
- Kristin Kehr**,
Stimm- und Präsenztrainerin,
Schauspielerin

- 17-03 **Stade**, FABI, Neubourgstr. 5
Fr. 06.11.15 (18.00-
21.00Uhr)
- Sa.07.11.15 (10.00-
17.00Uhr)
- So.08.11.15 (10.00-
16.00Uhr)
- (3x / € 21,60)
- Annegret Krummrei**,
Erwachsenenpädagogin

Meine Stimme - authentisch, kraftvoll, gesund

Das Entdecken der eigenen stimmlichen Möglichkeiten

In unserer privaten und beruflichen Kommunikation ist unsere Stimme unser wichtigstes Werkzeug. Lernen Sie Ihre eigene Stimme kennen und entdecken Sie Ihre stimmlichen Möglichkeiten. Gleichzeitig erfahren Sie viel über Ihren Atem und Ihre körperliche Präsenz, denn Stimme, Atem und Körper sind immer miteinander verbunden. Auch Stresssituationen wie Lampenfieber oder starke Beanspruchung der Stimme werden in diesem Kurs Thema sein. Wer seine eigene Stimme kennt, um ihre Stärken und Schwächen weiß, kann sie gesund und kraftvoll einsetzen. Durch alltagstaugliche Übungen wird der Weg zur eigenen authentischen Stimme in der täglichen Kommunikation frei.

Bitte mitbringen: Socken, bequeme Kleidung, Getränk.

Schritte zur lernenden Organisation

Einführungsseminar in die Technik des Dialogs

Im Dialogprozess besteht die Chance, an den Grenzen des bisherigen Denkens zu arbeiten.

Konkrete Erfahrungen im Dialog helfen im Alltag mehr voneinander und über sich selbst zu lernen, ohne einander zu belehren. Sie lernen Strategien und Kernelemente kennen, die hilfreich sind, den praktischen Dialog zu fördern. Dialog als Erkenntnisprozess zeigt, wie es gelingt, unterschiedliche Sichtweisen fruchtbar werden zu lassen. Sie erhalten einen Einblick in Theorien und Gedankenwelten des Dialogs auch in anderen Kulturen.

Praxis für ganzheitliches Heilen

Beratung, system. Psychotherapie, Systemaufstellungen,
Psycho-Kinesiologie & energetische Heilweisen
- für Menschen und Tiere -



Schwerpunkte:

Mensch: Paar- und Familientherapie, Ängste, Süchte, Schul- u. Berufsprobleme, Selbstwert, Krankheit, u.a.

Tiere: Verhaltensprobleme, Krankheiten

Dr. Heike Wilfarth

Heilpraktikerin (psych.) & Tierärztin

Seemoor 1, 21710 Engelschoff

Tel.: 0 41 44 / 23 56 48

www.praxis-wilfarth.de mail@praxis-wilfarth.de



Der schlafende Löwe will geweckt werden

Persönlichkeitstraining für Ausdruck, Präsenz und Selbstvertrauen

Mit effektiven Mitteln aus Theater, Film und Fernsehen trainieren Sie: Ihre Anlagen und Stärken, das Bewusstsein und die Akzeptanz eigener Schwächen.

Daraus entsteht eine wunderbare Dynamik, die Sie in Alltags- und Berufssituationen in sicheres Auftreten, Überzeugungskraft und Teamfähigkeit einbinden können.

Wir werden uns beschäftigen mit Vertrauen und Authentizität, eigenen Stärken und Schwächen, Synchronität in der Körpersprache, mit Balance/Ankerung/Atmung, stimmlichem und sprachlichem Ausdruck, aktivem Zuhören und partnerschaftlicher Interaktion.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung.

Coaching-Vortrag

Coaching - wie geht das überhaupt?

Alle reden vom Coaching, will ich das auch? Würde mir Coaching weiterhelfen? Und wie geht das überhaupt?

Für alle, die schnell einen guten Überblick erhalten möchten, ist diese Einführung richtig. Sie erfahren mehr über den Nutzen und lernen Coaching anhand von Beispielen kennen.

Der systemische Ansatz und die historische Entwicklung werden erläutert. Insgesamt erhalten Sie viele Informationen, die Ihnen eine Entscheidung leichter machen.

Innere Kinder

Sich selbst verstehen und lieben lernen - Hilfe zur Selbsthilfe

Sind Sie manchmal so, wie Sie nicht sein möchten? Viele unserer Probleme sind auf unverarbeitete negative Erfahrungen aus der Kindheit zurückzuführen. Diese prägen und beeinflussen unbewusst unser Verhalten, unsere Gefühle und unser Denken. Durch die Beschäftigung mit diesen verletzten "inneren Kindern" entsteht tiefes Mitgefühl für uns selbst, Verständnis und Akzeptanz. Sie lernen Möglichkeiten, einige dieser alten Wunden zu heilen - für mehr Zufriedenheit und positive Veränderungen. In Theorie und Praxis (z. B. Meditationen, kleine Systemaufstellungen) gibt es viele Anregungen und Hilfe zur Selbsthilfe.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien, Getränk, Hausschuhe.

17-04

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Sa. 14.11.2015
(10.00-17.00Uhr)

So. 15.11.2015
(9.00-13.00 Uhr)

(2x) € 34,20

Kai Helm, Schauspieler

17-05

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Mi. 08.06.2016 (1x)

19.00 - 20.00 Uhr

€ 3,60

Anke Giese,
Gesundheitscoach

17-06

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Di. 13.10.2015 (3x)

18.30 - 22.00 Uhr

€ 37,80

17-07

Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11

Di. 09.02.2016 (3x)

18.30 - 22.00 Uhr

€ 37,80

Dr. Heike Wilfarth,
Heilpraktikerin (psych.),
Tierärztin

Oldendorf, Ev. Gemeinde-
haus, Hauptstr. 14

17-08 Mo. 02.11.2015 (6x)

17-09 Mo. 29.02.2016 (6x)

jeweils 09.30 - 11.00 Uhr

Fredenbeck, Ev. Gemeinde-
haus, Hauptstr. 76

17-10 Fr. 06.11.2015 (6x)

17-11 Fr. 26.02.2016 (6x)

jeweils 09.00 - 10.30 Uhr

jeweils € 32,40

Reinhild Wieters-Hilck,
MAT-Trainerin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

17-12 Sa. 06.02.2016 (1x)

10.00 - 17.00 Uhr

€ 21,60

Anke Drewes,
systemische Beraterin

Mentales Aktivierungs-Training

Das mentale Aktivierungs-Training bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre geistige Fitness zu steigern und zu erhalten. Sie probieren einfache Aufgaben, die leicht zu lösen sind, kombiniert mit Bewegungsspielen und Entspannung. Ganz ohne Wissensabfrage, Druck oder Vergleichen steigert sich jede/r TeilnehmerIn individuell.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien.

Mein Lebensbaum

Ein Tag der Besinnung und Bilanzierung

Das Bild des Baumes ist ein Abbild des Lebens, mit all seinen Aspekten: Wachsen, Standfestigkeit, Altes abwerfen, Verletzungen, Wünsche und Früchte, die wir weitergeben. Dieses Bild und die bildliche Sprache laden zu einer Bestandsaufnahme des eigenen Lebens ein. Der Schwerpunkt unserer Betrachtungen liegt auf den positiven, wachstumsorientierten Bereichen.

Inhalte sind: systemische Beratung, meditative Übungen, begleitete Einzelarbeit, angeleitete Gruppenarbeit und eine Traumreise, in der Sie Ihren Baum vor Ihrem inneren Auge entstehen lassen.

Das innere Bild und das erarbeitete Bild „Ihres Lebensbaumes“ nehmen Sie mit als Erinnerung, zur Motivation und Umgestaltung. Bitte mitbringen: eine Kleinigkeit zu essen für die Mittagspause, bequeme Kleidung, Decke und Socken.

ANKE DREWES

**Systemische
Familientherapie**



Kurzzeittherapie für Familien, Paare und Sie alleine. In Bewegung kommen und weitergehen.

**Pferdemarkt 1, 21682 Stade, Mobil: 0178-1665771,
www.familienberatung-stade.de**

Was will ich wirklich in meinem Leben erreichen?

Warum hapert es so oft, mit der Umsetzung unserer Ziele? Warum können wir nicht „dranbleiben“?

Haben Sie sich diese Fragen auch schon gestellt? Das Wunschgewicht soll gehalten oder erreicht werden, wir wollen mehr Sport treiben, Genussmittel reduzieren oder vielleicht in einem anderen Beruf die Erfüllung finden.

Einige dieser und viele andere Ziele setzen wir uns im Laufe unseres Lebens und wundern uns oft, dass die Umsetzung schwer fällt, bzw. unser Leben uns trotzdem nicht zufriedenstellt.

Kann es sein, dass wir nur eine „To-Do-Liste“ abarbeiten und wir eigentlich ganz andere Lebensträume haben?

In einer Kleingruppe in achtsamer Atmosphäre können Sie sich diesen Fragen stellen und sich einen Weg erarbeiten, der Sie Ihre Ziele erreichen lässt.

Bitte mitbringen: Schreibheft, Stift, bequeme Kleidung, evtl. Wolldecke.



KATRIN KORDT

COACHING

Mit Hilfe der effektiven Fertigkeiten und Techniken vom NLP begleite ich Sie. Erleben Sie neue Wege zu sich selbst und zu anderen.

Op de Wenden 2 | 21714 Hammah | Telefon: 04144 233373

17-13 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Do. 05.11.2015 (5x)
17-14 Mo. 04.04.2016 (5x)
jeweils 20.00 - 21.30 Uhr
jeweils € 35,80
Katrin Kordt,
NLP-Master DVNLP

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

17-15 Mo. 28.09.2015 (8x)

17-16 Di. 01.03.2016 (8x)

jeweils 19.00 - 21.00 Uhr

jeweils € 57,60

Susann Bontrup, Erziehungswissenschaftlerin M.A.,
Trauerbegleiterin

Stützgruppe für trauernde Eltern von Schmetterlingskindern

Die Stützgruppe ist für Mütter und Väter, die während der Schwangerschaft, bei oder kurz nach der Geburt ihr Baby verloren haben. Ich möchte Ihnen in einem von mir begleiteten Gesprächskreis einen Raum geben, in dem Sie sich über den Verlust, Ihre Trauer und Ihre Erinnerungen an Ihr Baby mit anderen Betroffenen austauschen können. Gegenseitige Unterstützung und Stärkung werden Sie in der Gruppe erfahren können.

Vor Kursbeginn bietet die Kursleiterin, Frau Susann Bontrup, ein Vorgespräch mit jedem Teilnehmer/ jeder Teilnehmerin an. Anmeldung dafür unter Tel. 04141-79 75 70 bei der Ev. Familienbildungsstätte.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

17-18 Mi. 21.10.2015 (6x)

17-19 Mi. 13.01.2016 (6x)

jeweils 18.30 - 21.00 Uhr

jeweils € 48,60

Beate Burrichter,
Trauerbegleiterin

Gesprächskreis für trauernde Angehörige "Wege entstehen dadurch, dass man sie geht"

Sie haben einen geliebten Menschen verloren und wünschen sich Austausch mit anderen Trauernden? Egal, ob kürzlich oder lang zurückliegend - Trauer ist eine normale und wichtige Reaktion der menschlichen Psyche auf einen erlittenen Verlust. Mit diesem qualifiziert geleiteten Gesprächskreis gebe ich Ihnen einen geschützten Raum, um sich auszutauschen, gegenseitig zu unterstützen und zu stärken. Erarbeiten Sie sich gemeinsam mit anderen eigene Wege mit Ihrer Trauer zu leben!

Vor Kursbeginn führt die Kursleiterin, Frau Beate Burrichter, ein Vorgespräch mit jedem Teilnehmer/ jeder Teilnehmerin. Anmeldung für ein Vorgespräch unter Tel. 04141-788-298 oder 0171-7-473-410 bei der Kursleiterin.

Gesprächskreis für Frauen

Der Gesprächskreis trifft sich an jedem dritten Mittwoch im Monat und findet in Kooperation mit dem Zentrum für Interkulturelle Kommunikation und Kompetenz e.V. (ZinKKO) statt.

In angenehmer und offener Atmosphäre können Sie Deutsche, sowie Menschen aus aller Welt kennenlernen und neue persönliche Kontakte knüpfen. Eingeladen sind alle Frauen, die Interesse am interkulturellen Dialog haben, sowie am Austausch zu ausgewählten Themen. Der Gesprächskreis ist eine Möglichkeit wertschätzend voneinander zu lernen und kulturelle Missverständnisse aufzudecken.

Die gemeinsame Sprache ist Deutsch, aber auch weitere Muttersprachen wie zum Beispiel Englisch, Französisch, Russisch, Türkisch oder Spanisch sind in der Runde vertreten.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Mit freundlicher Unterstützung der Hansestadt Stade.

Alltag in bikulturellen Familien

Das Leben in einer bikulturellen Familie ist oft geprägt von sehr verschiedenen Werten und Grundeinstellungen der Eltern, die im Alltag unter einen Hut gebracht werden wollen.

Kinder in bikulturellen Familien wachsen mit zwei Sprachen auf, häufig mit zwei Religionen und unterschiedlichen Traditionen. Es werden andere Feste begangen und der Freundeskreis ist meist international. Sie fühlen sich an beide Kulturen gebunden, auch wenn sie nur in einem Land aufwachsen.

In dem Gesprächskreis wollen wir die besonderen Chancen, die bikulturelle Familien bieten, diskutieren: Sie können beispielgebend sein für das Bemühen um Toleranz und Achtung gegenüber anderen Kulturen.

Brauchen Migrantinnen beim beruflichen (Wieder-) Einstieg besondere Förderung?

Frauen überall auf der Welt haben vieles gemeinsam. Die Vereinbarkeit von Familie und Beruf ist für fast alle eine Herausforderung der modernen Gesellschaft. Was braucht frau, um (wieder) in den Beruf einsteigen zu können und wer kann ihr wie dabei helfen? Darüber wollen Christina Völkers von der Handwerkskammer Braunschweig Lüneburg Stade und Iyamide Mahdi von der Firma VielfaltPlus mit Ihnen ins Gespräch kommen.

In Kooperation mit:



ZINKKO e.V.

17-23

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Mi. 16.09.2015 (1x)

09.30 - 11.00 Uhr

€ 2,50

Natalia Gonzalez,
Informatikerin

17-24

Gründungs- und Innovationszentrum Stade,
Theodor-Haubach-Weg 2

Mi. 18.11.2015 (1x)

09.30 - 11.00 Uhr

€ 2,50

Christina Völkers,
Abt. Frauenförderung der
Handwerkskammer Braunschweig Lüneburg Stade
Iyamide Mahdi,
VielfaltPlus - Beratung zu
interkulturellen Themen

17-25 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Mi. 16.12.2015 (1x)
 09.30 - 11.00 Uhr
 € 2,50
Simone Engels,
 Dipl.-Sozialpädagogin

Frauen und ihre Hobbys

Hobbys haben viele positive Seiten: Sie können Anspannung abbauen, uns ablenken und uns Zufriedenheit verschaffen. Doch häufig fällt es besonders Frauen nicht leicht sich Zeit für ihre Hobbys zu nehmen. Sie stellen ihre Interessen hinter die der Familienmitglieder zurück und nehmen sich oft erst Zeit, wenn alle versorgt sind.

An diesem Vormittag wollen wir dieses ein Stück verändern und uns Zeit für unsere Hobbys nehmen. Egal ob sie basteln, musizieren, Luftgitarre spielen oder Extrembügeln. Sie sind herzlich eingeladen, an diesem Vormittag über ihr Hobby zu berichten und vielleicht viele neue Freizeitbeschäftigungen kennenzulernen.

17-26 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Mi. 20.01.2016 (1x)
 09.30 - 11.00 Uhr
 € 2,50
Susanne Graf-Geller,
 Internationales Frauenfrühstück in Steinkirchen

Interkulturelle Freundschaften

Du bist so anders als ich - darum ergänzen wir uns so gut.
 Du bist so ähnlich wie ich - darum verstehen wir uns so gut
 (Jochen Mariss)

Im Sommer 1991 bin ich Lolla aus Ägypten das erste Mal begegnet. Es war Sympathie, Neugierde und ein bisschen Liebe auf den ersten Blick. Durch gemeinsame Erlebnisse, Gespräche und Reisen entstand eine tiefe Vertrautheit und Freundschaft.

Doch manchmal prallen auch heute noch Welten aufeinander, aber das ist gut so. Wir lernen dabei viel über uns selbst und etwas Neues entsteht. Beim Gesprächskreis möchte ich mit euch und anderen Freundinnen gerne über das Glück und die Freude sprechen, die wir durch unsere "interkulturellen Freundschaften" erleben.

17-27 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Mi. 17.02.2016 (1x)
 09.30 - 11.00 Uhr
 € 2,50
Erika Niestroj-Frost,
 Anglistin

Maya Angelou: Schriftstellerin, Bürgerrechtlerin, Feministin

Maya Angelou, die beliebte afroamerikanische Schriftstellerin, Bürgerrechtlerin und Feministin ist im letzten Jahr im Alter von 86 Jahren gestorben, aber das Thema, das sie jahrelang beschäftigt hat, nämlich die Gleichheit aller Menschen, ist aktueller denn je. Ich lade Sie ein, Dr. Angelou anhand von Bildern, Gedichten und Geschichten kennenzulernen und anschließend darüber zu diskutieren, wie wir von ihrem inspirierenden Leben vielleicht etwas lernen können. Ich freue mich auf Sie!

Willkommen in Deutschland

Wie fühlt man sich, wenn man nach Deutschland zieht? Welche Probleme haben die Frauen, die wegen der Liebe ihre Heimat verlassen haben? Drei Frauen mit verschiedenen mehrheimischen Hintergründen werden ihre Erfahrungen vergleichen. Wie war der Integrationsprozess am Ende der Achtziger? Hat sich Anfang 2000 etwas verbessert? Und wie läuft es jetzt für eine Frischvermählte? Kommen Sie mit und teilen Sie Ihre Erfahrungen mit uns. Bestimmt wird es sehr interessant, verschiedene Geschichten zu hören und zu erfahren, wie sich die Willkommenskultur in den letzten 30 Jahren entwickelt hat.

17-28

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Mi. 16.03.2016 (1x)
09.30 - 11.00 Uhr
€ 2,50

Astrid Gräntzdörffer,
Yogalehrerin, Heilpraktikerin
für Psychotherapie

"Amon. Mein Großvater hätte mich erschossen"

"Wer bin ich?" Die Frage hat Jennifer Teege schon immer beschäftigt. Sie hat dunkle Haut. Ihr Vater kommt aus Nigeria. Sie kennt ihn kaum. Ihre leibliche Mutter hat sie mit vier Wochen in ein Heim gesteckt und zur Adoption freigegeben. Im Jahr 2008 entdeckt sie per Zufall ein Buch mit dem Titel: "Ich muss doch meinen Vater lieben, oder?" Beim Durchblättern stellt sie fest: Es ist die Geschichte ihrer Mutter, der 1945 geborenen Tochter des KZ-Kommandanten Amon Göth. Der SS-Offizier war Kommandant in dem polnischen KZ-Lager Plazow und erschoss dort willkürlich Häftlinge mit seinem Jagdgewehr. In dem Holocaust-Film „Schindlers Liste“ wurde Göth, durch Ralph Fiennes, verkörpert einem Millionenpublikum bekannt.

Wie geht man mit so einem Familiengeheimnis um? Jennifer Teege hat darüber ein Buch geschrieben: "Amon - Mein Großvater hätte mich erschossen".

17-29

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Mi. 20.04.2016 (1x)
09.30 - 11.00 Uhr
€ 2,50

Regina Gehrke,
Dipl. Ing. für chemische
Verfahrenstechnik

17-30 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Mi. 18.05.2016 (1x)
 09.30 - 11.00 Uhr
 € 2,50
Astrid Gräntzdörffer,
 Yogalehrerin, Heilpraktikerin
 für Psychotherapie

Welches Land ist schon perfekt?

Gibt es ein Land auf dieser Erde, wo die Menschen behaupten können es sei alles in bester Ordnung? In der gegenwärtigen Diskussion um Einwanderung, Integration und kulturelle Vielfalt finden oft polarisierende Debatten statt, die zu Ausgrenzung und Ablehnung führen.

Dabei hat jedes Land seine positiven wie auch negativen Seiten vorzuweisen. Wir wollen deshalb selbstkritisch und offen über die positiven und dunklen Seiten des eigenen Landes sprechen. Vielleicht merken wir am Ende des Gespräches, dass wir alle in einem Boot sitzen.

17-31 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Mi. 15.06.2016 (1x)
 09.30 - 11.00 Uhr
 € 2,50
Marylin Klein, Dolmetsche-
 rin, Gesundheitsmediatorin

Mit Respekt und Wertschätzung altern

In der Gesellschaft und Kultur der Filipinos erfahren ältere Menschen eine große Wertschätzung: Dem Alter wird ein hoher Respekt zuteil und der Rat der Weisen sehr geschätzt.

Was können wir mit Blick auf den demografischen Wandel von dieser Haltung lernen und wie lässt sich auch bei uns mit Respekt und Wertschätzung alt werden? Hierüber möchte die gebürtige Filipina und geschulte Gesundheitsmediatorin sich mit Ihnen austauschen und Anregungen geben.



Ehe- und Lebensberatung für Einzelpersonen, Paare und Eltern

Immer wieder geraten wir in unserem Leben in Krisen. Dabei bedeutet Krise (aus dem Griechischen): Wendepunkt. Wir sind an einem Punkt angelangt, an dem wir spüren, dass es so wie bislang nicht mehr weitergeht - und fühlen uns dabei ratlos und überfordert. Es verlangt Mut, sich das einzugestehen und ein Beratungsgespräch zu suchen. Ich möchte Sie hierzu einladen. In dem vertraulichen Rahmen meiner Beratung geht es um einen Unterstützungsprozess: Ihre Sorgen, Nöte und Zweifel werden thematisiert. Es mag um ganz persönliche Probleme und Entwicklungen gehen, die Sie beunruhigen, um Schwierigkeiten in Ihrer Partnerschaft oder um Angelegenheiten, die das Familienleben betreffen. Durch das Gespräch finden Sie wieder eine Orientierung und Ihre eigenen Bewältigungskräfte wachsen.

Trauerberatung für Eltern von Schmetterlingskindern für Einzelpersonen und Paare

Sie haben während der Schwangerschaft, bei oder kurz nach der Geburt Ihr Baby verloren?
Ich biete Ihnen in Einzelberatung oder Paarberatung den Raum, über Ihren Verlust, Ihre Trauer, Ihre Gefühle und Ihre Erinnerungen zu sprechen. Ich begleite Sie auf Ihrem Weg der Trauer um Ihr Baby. In einer vertrauensvollen Gesprächsatmosphäre unterstütze ich Sie bei der Findung Ihres Weges für ein Leben mit Ihrer Trauer.

15-01

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Terminvereinbarung über die FABI
Tel. (04141) 79 75 70
€ 38,00 / 60 Min. / Einzelber.
€ 58,00 / 75 Min. / Paarber.
Ermäßigungen sind möglich
Garnet Cohrs,
Diplom Psychologin

15-02

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Terminvereinbarung über die FABI
Tel. (041 41) 79 75 70
€ 38,00 / 60 Min. / Einzelber.
€ 58,00 / 75 Min. / Paarber.
Ermäßigungen sind möglich
Susann Bontrup,
Erziehungswissenschaftlerin
M.A., Trauerbegleiterin

Garnet C. Cohrs
Diplom-Psychologin
Beratung · Therapie · Supervision



Bungenstraße 12 · 21682 Stade
Telefon 0 41 41 - 5 29 57 34
garnet.cohrs@psychologische-beratung-cohrs.de
www.psychologische-beratung-cohrs.de

Mitglied des Berufsverbands Deutscher Psychologinnen und Psychologen (BDP)
+ der Gesellschaft für wissenschaftliche Gesprächspsychotherapie (GwG)

- 15-03 **Stade**, FABI, Neubourgstr. 5
Terminvereinbarung über die
FABI Tel. (041 41) 79 75 70
€ 58,00 / 75 Min.
Ermäßigungen sind möglich
Christa Schöps,
Mediatorin

- 15-04 **Stade**, FABI, Neubourgstr. 5
Terminvereinbarung über die
FABI Tel. (0 41 41) 79 75 70
€ 38,00 / 60 Min. / Einzelcoa.
€ 58,00 / 75 Min. / Teamcoa.
Ermäßigungen sind möglich
Anke Giese,
Gesundheitscoach

Mediation

Ein fairer Weg zur Konfliktregelung

Trennung und Scheidung von Paaren sind besonders konfliktanfällige Lebenssituationen. Die Auflösung einer Beziehung ist oft mit vielfältigen Emotionen von Enttäuschung bis Wut verbunden. Gespräche verlaufen häufig nach altbekannten Mustern und sind nicht hilfreich den Konflikt zu entschärfen oder aufzulösen. Die Grundlage von Mediation ist, dass die beiden streitenden Parteien mit einer/m neutralen und allparteilichen VermittlerIn (MediatorIn) an einem Tisch sitzen. Die alten Reaktionsmuster der gegenseitigen Beschuldigungen sollen aufgelöst werden. Die Parteien werden darin unterstützt, zukunftsorientiert einvernehmliche Regelungen zu finden. Eltern werden darin unterstützt Vereinbarungen zu finden, die den Bedürfnissen der Kinder und Eltern entsprechen. Die Beratungsgespräche sind vertraulich.

Coaching

Mehr Zufriedenheit - weniger Aufregung

Lösungen finden für ein gesundes Arbeitsleben

Neue Fachkräfte integrieren, Wissen weitergeben, aus der Rolle des Kollegen in die Führungsrolle wechseln, sich an neue Arbeitsbedingungen anpassen: Was sicher ist in der modernen Arbeitswelt, sind Veränderungen. Zeitgleich muss das Tagesgeschäft erfolgreich weiterlaufen. Nur motivierte MitarbeiterInnen, die sich gegenseitig schätzen und gut miteinander kommunizieren, können diese Leistung vollbringen. Leider ist Wertschätzung nicht selbstverständlich und mit der Kommunikation klappt es auch nicht immer. Unterstützung auf Zeit durch einen Coach macht in kritischen Phasen vieles einfacher. Im Einzel- und Teamcoaching lassen sich Vertrauen aufbauen, Handlungsmöglichkeiten erkennen und die Zusammenarbeit fördern. Das Coaching wendet sich an Einzelpersonen und Organisationen und hilft Menschen im Beruf passende Lösungen für ihre Anliegen zu finden.

Fortbildung & Qualifizierung

Qualifizierung für Dauerpflegeeltern	84
Qualifizierung für Kindertages- pflegepersonen	84
Fortbildungen für Kindertages- pflegepersonen	85
Sicherheit in der Kindertagespflege	85
Hygiene in der Kindertagespflege	85
Ernährung in der Kindertagespflege	85
Vorlesetraining - Machen Sie es spannend!	86
Bausteine, Edelsteine, Stolpersteine in der kindlichen Entwicklung	86
Kopf frei und Durchstarten	86
Kopf frei und Durchstarten - Kinesiologie für Fortgeschrittene	87
Bio kann jeder - nachhaltig kochen für Kinder	87
Frühes mathematisches Lernen	88
Frühes mathematisches Lernen - Vertiefung	88
Was ist eigentlich Rechenschwäche?	88
Lasst die Zwerge tanzen	89
Nie mehr sprachlos - Schlagfertigkeitstraining	89
Rhythmik - Was ist das?	90
Teamfortbildungen in Kindertages- einrichtungen	90

Stade, Ev. Johannisgemeinde,
Sandersweg 69

Informationsabend

24-01 Di. 15.09.2015 (1x)
20.00 - 21.30 Uhr
kostenfrei

Qualifikationskurs

24-02 Di. 03.11.2015 (6x)
jeweils 19.00 - 22.00 Uhr
€ 60,00 Erstattung bei
Aufnahme eines Kindes

Christa Schöps,

Diplom Sozialpädagogin

Johannes Hartkens

Diplom Sozialpädagoge

MitarbeiterInnen der örtlichen Jugendämter

Stade, Pastor-Behrens-Haus,
Ritterstr. 15

Informationsabend

23-01 Mi. 03.02.2016 (1x)
20.00 - 21.00 Uhr
kostenfrei

Ingrid Hartkens,

Diplom Sozialpädagogin

Qualifizierung

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

23-02 Do. 14.04.2016
33 Abende, 19.00 - 22.00
Uhr

und 3 Tagesseminare

Astrid Bergmann

Claudia Huntenborg

Christa Schöps

Dipl. Sozialpädagoginnen

€ 100,00 Eigenanteil

Qualifizierung für Dauerpflegeeltern

Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, ein Pflegekind aufzunehmen? Dann haben Sie sicher viele Fragen: Wie wird man Pflegefamilie? Womit muss ich rechnen, wenn ich ein Kind aufnehme? Wie gestaltet sich der Kontakt zu der Herkunftsfamilie des Kindes? Wie ist die Zusammenarbeit mit dem Jugendamt geregelt?

Zusätzlich gibt es Informationen zu dem Qualifikationskurs für Pflegeeltern, der am 03.11.2015 beginnen wird. Die Teilnahme daran ist Voraussetzung für die Aufnahme eines Pflegekindes. Entsprechende Anmeldeunterlagen werden am Informationsabend verteilt. Der Informationsabend und der Qualifizierungskurs finden im Auftrag der örtlichen Jugendämter statt.

Qualifizierung für Kindertagespflegepersonen

Tagespflegestellen sind eine unverzichtbare Ergänzung bzw. Alternative zu einer Kinderbetreuung in Kindertagesstätten. Wenn Sie

- Freude am Umgang mit Kindern und ihren Familien haben,
 - eine sinnvolle Aufgabe für sich suchen,
 - körperlich und geistig belastbar sind,
 - eine Wohnung mit ausreichend Spiel- und Bewegungsfreiraum für Kinder haben,
 - an Aus- und Weiterbildung interessiert sind,
 - mindestens einen Hauptschulabschluss und ausreichend Deutschkenntnisse haben,
- dann ist die Tätigkeit als Tagespflegeperson vielleicht das Richtige für Sie.

Die Evangelische Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e. V. bietet in Kooperation mit den örtlichen Jugendämtern eine Qualifikation für Tagespflegepersonen an. Der 160 Unterrichtsstunden umfassende Kurs ist erforderlich für die Erteilung einer Pflege-erlaubnis durch die Jugendämter. Personen mit pädagogischer Ausbildung benötigen nur den Grundkurs.

Die Qualifizierung erfolgt auf der Grundlage des Curriculums "Qualifizierung in der Kindertagespflege" des Deutschen Jugendinstitutes.

Fortbildung für Kindertagespflegepersonen

Die Fortbildungsveranstaltungen werden im Auftrag der örtlichen Jugendämter durchgeführt und von diesen anteilig finanziert. Tagespflegepersonen können sich die Gebühr von bis zu € 40,00 pro Jahr von ihren zuständigen Jugendämtern erstatten lassen.

Sicherheit, Gesundheit und Ernährung sind laut einer Studie des Bundesverbandes für Kindertagespflege die Themen, die Eltern für die Betreuung ihrer Kinder besonders wichtig sind. Diese Fortbildungsreihe vermittelt an drei Sonntagen fundiertes Wissen für den Betreuungsalltag in der Kindertagespflege. Jedes Thema ist in sich geschlossen, kann also auch einzeln gebucht werden.

Sicherheit in der Kindertagespflege

Unfälle sind das größte Risiko für die Gesundheit von Kindern. Immer noch sterben mehr Kinder bei Unfällen als durch Krankheiten. Diese Fortbildung vermittelt Wissen über Unfälle in Haus, Garten und Umgebung sowie deren Verhütung. Themen sind organisatorische Maßnahmen, vorbeugendes Verhalten und sichere Ausstattung von Wohnung und Garten.

Hygiene in der Kindertagespflege

Die Vorbeugung von Infektionen und die Verhinderung ihrer Weiterverbreitung gehören zum Alltag in der Kindertagespflege. Die Fortbildung beschäftigt sich mit sinnvollen und praktikablen hygienischen Maßnahmen im täglichen Ablauf. Ein eigener Abschnitt ist häufigen Erkrankungen im Kleinkind- und Kindesalter gewidmet. Thematisiert werden hygienische Maßnahmen, die Aufstellung eines eigenen Hygieneplans und der Umgang mit erkrankten Kindern unter Berücksichtigung des Infektionsschutzgesetzes.

Ernährung in der Kindertagespflege

Viele Kinder verbringen einen großen Teil des Tages bei ihren Tagespflegeeltern und ihren Grundbedürfnissen wie schlafen, essen und trinken wird hier Rechnung getragen. Diese Fortbil. beschäftigt sich mit Ernährung als Bildungsanlass, der Zusammensetzung gesunder Mahlzeiten, Besonderheiten der Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern, Einhaltung von Qualitätsstandards für die Mahlzeitenplanung und -zubereitung. Checklisten und Rezepte geben Umsetzungshilfen für die eigene Tagespflegepraxis.

23-03 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Sa. 26.09.2015 (1x)
10.00 - 15.00 Uhr
€ 36,00 inkl. € 6,00 Material
und Skript
Dr. Barbara Böckelmann,
Fachkraft Kleinstkindpäd.,
Dipl. Biologin

23-04 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Sa. 16.01.2016 (1x)
10.00 - 15.00 Uhr
€ 36,00 inkl. € 6,00 Material
und Skript
Dr. Barbara Böckelmann,
Fachkraft Kleinstkindpäd.,
Dipl. Biologin

23-05 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Sa. 16.04.2016 (1x)
10.00 - 15.00 Uhr
€ 36,00 inkl. € 6,00 Material
und Skript
Dr. Barbara Böckelmann,
Fachkraft Kleinstkindpäd.,
Dipl. Biologin

23-06 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Sa. 12.09.2015 (1x)
 10.00 - 17.00 Uhr
 € 40,00
Kristin Kehr,
 Stimm- und Präsenztrainerin,
 Schauspielerin

Vorlesetraining - Machen Sie es spannend!

Das Vorlesen macht Ihnen Spaß, doch Sie möchten gern mehr daraus machen. Sie möchten nicht einfach nur lesen, sondern mit Stimme, Sprache und Ausdruck die vorgelesenen Geschichten emotional und lebendig gestalten. Denn so können Sie in der Interaktion mit Ihren Zuhörern die Geschichten greifbarer und erlebbarer machen.

Inhalte sind:

- Die eigenen stimmlichen Möglichkeiten entdecken und einsetzen
- deutliches Sprechen und Artikulieren
- unterschiedliche Stimmfärbungen, Figurengestaltung
- Setzen von Pausen und Spannungspausen
- Einsatz nonverbaler Mittel
- Einbeziehen der Zuhörer
- Vorlesesituationen gestalten.

23-07 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Sa. 17.10.2015 (1x)
 09.00 - 15.00 Uhr
 € 33,30
Lina Charlotte Diehl, Dipl.-
 Sozialpäd.

Bausteine, Edelsteine, Stolpersteine in der kindlichen Entwicklung

Sie beschäftigen sich mit den Entwicklungsbereichen:

- sozial-emotionale Entwicklung
- Spielentwicklung
- sensomotorische Entwicklung von Kindern bis zu einem Alter von drei Jahren

Inhalte:

- Wie verläuft Entwicklung?
- Welche Bausteine und Stolpersteine können auftreten
- Wie können Sie vorbeugen?

Hierbei wechseln sich theoretischer Input mit praktischen Übungen ab.

23-08 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Sa. 19.09.2015 (1x)
 09.30 - 12.30 Uhr
 € 20,00
Annette Kulla, Kinesiologin,
 Krankenschwester

Kopf frei und Durchstarten

Leichter lernen mit Kinesiologie

Sie erhalten kinesiologisches Handwerkszeug für die praktische Hausaufgabenunterstützung.

Es geht um Hilfe zur Selbsthilfe sowohl für Schulkinder, als auch für „gestresste“ Tagespflegepersonen. Eine kleine Einführung in die Gehirnintegration mit Konzentrationsübungen und Bewegungsanregungen helfen, sich in schwierigen Situationen selbst zu stärken.

Kopf frei und Durchstarten Kinesiologie für Fortgeschrittene

Dieser Kurs ist für Tagespflegepersonen, die schon Erfahrungen mit der Kinesiologie gesammelt haben und aufbauen und ergänzen möchten.

Es geht um die Frage „Wie hat die Umsetzung geklappt?“, sowie um Erfahrungsaustausch, Vertiefung und Klärung entstandener Fragen und natürlich um noch mehr praktische Übungen für Gelassenheit, Kraft und Freude an der Arbeit.

23-09
Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Sa. 28.11.2015 (1x)
09.30 - 12.30 Uhr
€ 20,00
Annette Kulla, Kinesiologin,
Krankenschwester

Bio kann jeder - nachhaltig kochen für Kinder

Dieser Workshop zum nachhaltigen Kochen mit biologischen, saisonalen und kindgerechten Speisen richtet sich an Tageseltern, die erfahren möchten, wie es gelingt ohne wesentliche Zusatzkosten den Anteil an Bio-Produkten auf dem Speiseplan zu erhöhen. Neben den theoretischen Grundlagen einer ausgewogenen Kinderernährung und den Besonderheiten des ökologischen Landbaus erhalten Sie praktische Anregungen für Küche und Pädagogik, um den Es-sensalltag mit Ihren kleinen Tischgästen - vom Säuglingsalter bis zum Elementarkind - positiv zu gestalten.

Die Qualitätsstandards für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) werden als Hilfestellung für Ihre Arbeit thematisiert.

In der Kochpraxis werden einfache und kindgerechte Gerichte für einen ausgewogenen Wochenspeiseplan zubereitet und Erfahrungen ausgetauscht.

Der Workshop findet im Rahmen der Kampagne „Bio kann jeder - nachhaltig essen in Kita und Schule“ statt und ist Teil des Bundesprogramms Ökologischer Landbau und andere Formen nachhaltiger Landwirtschaft, initiiert vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft.

23-10
Jork, Schulzentrum Altes
Land, Schulstr. 5
Di. 29.09.2015 (1x)
16.30 - 20.30 Uhr
kostenfrei
Dr. Barbara Böckelmann,
Fachkraft Kleinstkindpäd.,
Dipl. Biologin
Iris Lange-Fricke,
Ökomarkt e.V. Bio für Kinder

Stade, Pastor-Behrens-Haus,
Ritterstr. 15

23-11 Sa. 07.11.2015 (1x)
09.00 - 15.30 Uhr
€ 40,00

Brigitte Glaser,
Lerntherapeutin

Frühes mathematisches Lernen

Bereits Säuglinge können zwischen der Menge 1 und der Menge 2 unterscheiden, schon ganz kleine Kinder fangen an zu zählen. Beim frühen mathematischen Lernen geht es in keiner Weise darum, dem Schulstoff vorzugreifen. Vielmehr soll das Interesse an Zahlen erhalten und ausgebaut werden.

In diesem Seminar möchte ich

- Ihnen aufzeigen, wo überall Mathematik „drinsteckt“ und was alles Mathematik sein kann
- mit Ihnen Ihre Einstellung zur Mathematik reflektieren
- Ihnen den theoretischen Hintergrund vermitteln, den Sie brauchen, um kleine Kinder auf ihrem Weg begleiten zu können
- die Bedeutung der Sprache für das mathematische Lernen verdeutlichen.

Diese theoretischen Teile werden sich immer mit Praxis-Anteilen abwechseln. Zusätzlich werde ich Ihnen Bücher und Spiele vorstellen, die Ihre Tageskinder dazu anregen, sich mit Zahlen, Mengen und mathematischen Gedanken zu beschäftigen.

Stade, Pastor-Behrens-Haus,
Ritterstr. 15

23-12 Sa. 16.04.2016 (1x)
09.00 - 15.30 Uhr
€ 40,00

Brigitte Glaser,
Lerntherapeutin

Frühes mathematisches Lernen

Vertiefungsseminar

Aufbauend auf das Einführungsseminar werden Sie weitere frühe Konzepte kennenlernen und die bereits bekannten vertiefen. Sie werden weitere Möglichkeiten kennenlernen, Kinder der Altersgruppe 0-6 Jahre bei der Erforschung von Mengen und Zahlen zu unterstützen.

Beobachten Sie Ihre Tageskinder und bringen Sie Ihre Notizen mit. Dieses Seminar ist nur für Teilnehmer, die das erste Seminar zu diesem Thema besucht haben bzw. ähnliche Vorkenntnisse haben.

Stade, Pastor-Behrens-Haus,
Ritterstr. 15

23-13 Sa. 27.02.2016 (1x)
09.00 - 15.30 Uhr
€ 40,00

Brigitte Glaser,
Lerntherapeutin

Was ist eigentlich Rechenschwäche?

Warum rechnen einige Kinder so lange mit den Fingern? Warum klappt es nicht in der Schule, wenn zu Hause doch so viel geübt wurde? Warum dauern die Hausaufgaben so lange? In diesem Seminar geht es darum, Sie in das Thema Rechenschwäche einzuführen und Ihnen Hilfen an die Hand zu geben, wie Sie Schulkinder zu Hause unterstützen können.

Themen werden unter anderem sein:

- Ein bisschen Theorie
- Mathe im Alltag
- Hilfe bei den Hausaufgaben
- Spiele.

Lasst die Zwerge tanzen tänzerische Bewegungs- und Wahrnehmungsideen für Kinder von 1-3 Jahren

Sie erhalten viele praktisch erprobte tänzerische Bewegungs-, Wahrnehmungs- und Entspannungsideen für Kinder von 1 - 3 Jahren, die Sie fließend ohne viel Aufwand in ihren Alltag mit den Zwergen einfließen lassen können. Durch den Bezug zu den Jahreszeiten können Lieder und Tänze fortlaufend und auch wiederkehrend in den Ablauf integriert werden. Zusätzlich thematisieren wir die Entwicklung der einzelnen Sinne und schauen, welche Musik und Bewegungsanlässe einen Anreiz für Ihre Schützlinge bieten.

Bitte mitbringen: sportliche Kleidung, Schreibutensilien, Verpflegung.

Nie mehr sprachlos - Schlagfertigkeitstraining

Haben Sie das auch schon mal erlebt? Ein Ausruf eines Kindes, eine Äußerung von Eltern oder Vorgesetzten und Ihnen fehlen einfach nur die Worte und Sie fühlen sich unsicher? Was tun?

Mit einer schnellen Zwischenbemerkung gewinnen Sie die Initiative zurück, der Störer ist in seine Schranken gewiesen und hat selbst den roten Kopf.

- mit Small Talk den anderen für sich gewinnen
- provokative Angriffe abwehren
- clever kontern, schwierige Situationen meistern.



Jork, Tanzatelier 41,
Moorende 41
23-14 Sa. 10.10.2015 (1x)
09.00 - 13.30 Uhr
Thema: Winter / Frühling

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
23-15 Sa. 21.05.2016 (1x)
09.00 - 13.30 Uhr
Thema: Sommer / Herbst
jeweils € 28,35

Rebecca Reh, Tanzpädagogin

Stade, Pastor-Behrens-Haus,
Ritterstr. 15
23-16 Sa. 13.02.2016 (1x)
09.00 - 13.00 Uhr
€ 25,00

Thomas Rupf, Dipl.-Pädagoge,
Buchautor

26-01 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Sa. 05.09.2015 (1x)
 10.00 - 13.00 Uhr
 € 30,00 inkl. Material,
 für FABI-KursleiterInnen frei
Ines Krause,
 Erzieherin mit heilpäd.
 Zusatzausbildung, Rhythmik-
 pädagogin bwr

Koordination:
 Ingrid Hartkens
 Diplom Sozialpädagogin

Rhythmik- Was ist das?

für Kindergruppenleiterinnen, Eltern, Eltern-Kind-Gruppenleiterinnen und Interessierte

Erziehung durch Musik und Bewegung. Diese Elemente begeistern uns unser ganzes Leben. Jeder will sich bewegen und kommt, der eine mehr der andere weniger, mit Musik in Berührung. Aber was genau ist nun Rhythmik- und wofür ist sie gut?

Kommen Sie mit mir auf die Reise von Emile-Jaques Dalcroze und lassen sich anstecken vom Geist der Rhythmik. Theorie und Praxis werden sich abwechseln. Somit kann jeder ein Stück für sich mit nach Hause und / oder zur Arbeit nehmen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Schreibzeug, Verpflegung, Getränke und rutschfeste Socken.

Fortbildung zur DELFI-Leiterin
 ab September 2016
www.delfi-online.de

Teamfortbildungen in Kindertageseinrichtungen

In Kooperation mit dem Niedersächsischen Institut für frühkindliche Bildung und Entwicklung - Regionalnetzwerk NordOst führt die Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/ Stade e.V. Teamfortbildungen in Kindertagesstätten des Landkreises Stade durch. Thematisch geht es um die Umsetzung der Handlungsempfehlungen zum Orientierungsplan „Die Arbeit mit Kindern unter drei Jahren“ in Krippen und altersübergreifenden Gruppen mit mehreren Kindern unter drei Jahren.



Einrichtungen & Projekte

Pflegefamilienberatung	92
„Hallo Du“: Schulpatenschaft	93
Familienservicebüro	94
wellcome	95
Erziehungslotsen	95

Simone Engels,
Ingrid Hartkens,
Ines Mlodoch,
Dipl.-Sozialpädagoginnen

Pflegefamilienberatung

Die Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e. V. ist im Auftrag des Amtes für Jugend und Familie des Landkreises Stade im Bereich Pflegefamilienberatung tätig. Ein Team von drei Mitarbeiterinnen berät rund 60 Pflegekinder und deren Pflegefamilien im Landkreis Stade. Neben der Beratung und Unterstützung der Pflegeeltern und Pflegekinder bestehen Angebote zur Unterstützung bei der Beziehungsgestaltung zur Herkunftsfamilie, Vermittlung bei Spannungen zwischen Pflege- und Herkunftseltern und begleitete Umgänge.

Dauerpflegeeltern gesucht

Die Jugendämter der Stadt Buxtehude und des Landkreises Stade suchen engagierte Menschen, die Zeit und Offenheit mitbringen für Kinder und Jugendliche, die vorübergehend oder auf Dauer nicht bei ihren Eltern aufwachsen können.

Sie sollten sich für Kinder einsetzen, die nicht Ihre eigenen sind, jedoch genauso viel Zuwendung brauchen. Und das so lange, bis die leiblichen Eltern wieder für sie sorgen oder unter Umständen bis zum Erwachsenenalter.

Wenn Sie Interesse haben, stehen wir Ihnen bei Fragen gern zur Verfügung: FABI, Telefon (0 41 41) 79 75 7-0, oder Sie wenden sich an Ihr zuständiges Jugendamt.

Siehe auch: Qualifizierungskurs für Dauerpflegeeltern auf Seite 84.

„Hallo Du“: Schulpatenschaft

Wenn Sie gerne Ihre Zeit mit Kindern verbringen, dann können Sie Schulpate oder Schulpatin werden:

Ehrenamtliche schenken einem Kind aus der Grundschule eine Stunde pro Woche ihre Zeit: Zuhören und Erzählen, Vorlesen und Spielen, Hilfe bei den Hausaufgaben, Weitergabe Ihrer eigenen Fähigkeiten.

In Zusammenarbeit mit der Schule kann das von Ihnen betreute Kind durch Ihre Begleitung gestärkt werden.

Schulpaten und Patinnen, die sich in das Projekt einbringen möchten,

- arbeiten ehrenamtlich ca. 1 Stunde/Woche, maximal bis zu einem Jahr mit einem Schulkind,
- erhalten über die Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e.V. eine Qualifizierung,
- erhalten fachliche Begleitung durch das Familienservicebüro und
- die Erstattung der Fahrtkosten.

Informationen über das Projekt bei:

Familienservicebüro
Drochtersen/ Nordkehding.
Claudia Huntenborg,
Dipl.-Sozialpädagogin
Tel. 0151-51733045

Familienservicebüro
Lühe
Astrid Bergmann,
Dipl.-Sozialpädagogin
Tel. 0151-51733043

Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen / Stade e.V.
Tel. (04141) 79 75 7-0.

Standorte:

Grundschule Assel
Grundschule Dornbusch
Grundschule Drochtersen
Grundschule Steinkirchen
Grundschule Wischhafen

Das Schulkindpatenprojekt ist ein Projekt der Gleichstellungsbeauftragten der Gemeinden Drochtersen, der Samtgemeinden Nordkehdingen und Lühe, des Landkreises Stade und der Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e. V..

Gefördert vom Niedersächsischen Ministerium für Soziales, Frauen, Familie, Gesundheit und Integration in Kooperation mit der Vernetzungsstelle.



Astrid Bergmann, Dipl. Sozpäd.

Horneburg - Mehrgenerationenhaus,
Lange Str. 38, 1., 2. und 4. Freitag
im Monat 9.00-12.30 Uhr
Tel. (0 41 63) 86 84 93

Horneburg - Rathaus, Lange Str. 47 - 49
1. Do. im Monat 15.00 - 18.00 Uhr
E-Mail: bergmann@fabi-stade.de
Tel. (0 151) 51 73 30 43

Lühe - Rathaus, Zimmer 13, Hutfleth 18
Mi. 9.00 - 12.30 Uhr
Tel. (0 41 42) 89 91 22

Jork - Verwaltungsgeb., Osterjork 5
Di. 9.00 - 12.30 Uhr
Tel. (0 41 62) 91 47 36

Nach Absprache:
Mo. 8.00 - 10.00 Uhr
Mo. und Di. 15.00 - 17.00 Uhr
Tel. (0151) 51 73 30 43

Claudia Huntenborg, Dipl. Sozpäd.
Freiburg Rathaus, Hauptstr. 31
Dienstag 08.30- 12.30
1. und 3. Dienstag im Monat:
14.00 - 16.00 Uhr
Tel. (0 47 79) 92 31 53

Drochtersen - Kehdinger Bürgerhaus,
Sietwender Str. 11,
Montag 9.00-13.00 Uhr
2. und 4. Montag im Monat:
14.00 - 16.00 Uhr
Do. 09.00 - 12.30 Uhr
Tel. (04143) 3297602

Sprechzeiten: Tel. (0151) 51733045
Mo. - Do.: 08.00 12.00 Uhr



Familienservicebüro

Die Samtgemeinden Lühe, Horneburg, Nordkehdingen sowie die Gemeinden Jork und Drochtersen bieten Familienservicebüros in der Trägerschaft der Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e. V. mit folgenden Schwerpunkten an:

- Zentrale Anlaufstelle für Eltern zur Beratung und Hilfe bei der Kinderbetreuung
- Vermittlungsstelle von qualifizierten Tagespflegepersonen
- Vernetzungsstelle und Begleitung von Tagespflegepersonen
- Koordinationsstelle für die Vernetzung von Tagespflegepersonen, Kindertagesstätten und Schulen - auch gemeindeübergreifend

Arbeitsschwerpunkte:

- Sozialpädagogische Fachberatung
- Tageselterntreffen mit Kindern
- Ausleihe von Fachzeitschriften und Fachliteratur
- Informationen zum „Bildungs- und Teilhabepaket“
- Unterstützung bei Förderanträgen.
- Aktion Ferienspaß
- Vermittlung und Fachberatung von Erziehungslotsen (s.S. 95)
- Neugeborenen-Begrüßung in der Gemeinde Drochtersen
- „Hallo Du“-Schulpatenschaftsprojekt - Grundschulen Wischafen, Dornbusch, Drochtersen und Assel
- Elternkurs „Handwerkszeug für Eltern“ (s.S. 38)
- „Im Gespräch“: Eine Veranstaltungsreihe für Eltern (s.S.34 ff.)
- Projekt „Lesestart Niedersachsen“ in Kooperation mit der Bücherei Jork, Drochtersen und Freiburg



wellcome

praktische Hilfe für Familien nach der Geburt

Trotz aller Freude über das Neugeborene sind die ersten Wochen nach der Geburt nicht immer einfach. Gut, wenn Familie oder Freunde in den ersten Wochen unterstützen können. Wer keine Hilfe hat, bekommt sie von uns! Wie ein guter Engel kommt die ehrenamtliche MitarbeiterIn zwei bis drei Stunden zu Ihnen ins Haus: Sie wacht über das Baby, während die Mutter duscht, sie bringt das Geschwisterkind zum Kindergarten, begleitet die Zwillingsmutter zum Arzt ...

Wenn Sie unsere Hilfe annehmen möchten:

Klären Sie mit unserer wellcome-Koordinatorin Ihre Erwartungen ab. Wenn eine Vermittlung erfolgt, berechnen wir einmalig € 10,00, die Betreuung kostet bis zu € 4,00 die Stunde (Ermäßigung möglich).

Wenn Sie bei uns mitarbeiten möchten:

Erfahren Sie in einem Gespräch alles über die neue Aufgabe. Regelmäßige Treffen und kostenlose Fortbildung unterstützen Sie in Ihrem Engagement. Versicherungsschutz besteht, Fahrtkosten werden erstattet.

Erziehungslotsen

Erziehungslotsen sind Bezugspersonen für Eltern und Kinder direkt in den Familien. Sie geben praktische Tipps bei der Bewältigung des Alltags, unterstützen bei schulischen Erfordernissen, vermitteln Hilfen und Beratung, leisten Unterstützung im Umgang mit Behörden und Institutionen, helfen beim Aufbau eines stützenden, sozialen Netzwerks. Erziehungslotsen begleiten die Familien ehrenamtlich und zeitlich begrenzt bis zu drei Stunden wöchentlich und maximal bis zu einem Jahr.

Sie erhalten Informationen über diese ehrenamtliche Arbeit sowie über den dazu gehörenden Vorbereitungskurs unter der Tel. (0 41 41) 79 75 7-0.

Die Arbeit von wellcome und Erziehungslotsen wird gefördert von den Samtgemeinden Horneburg und Lühe und den Gemeinden Drochtersen, Nordkehdingen und Jork sowie dem Niedersächsischen Ministerium für Soziales, Frauen, Familie, Gesundheit und Integration.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Tel. (0 41 41) - 79 75 7-0
E-Mail: info@fabi-stade.de
stade@wellcome-online.de
Astrid Rehahn-Buck,
wellcome-Koordinatorin



07-56 Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Informationsabend
Mi. 02.11.2015(1x)
19.30 - 20.30 Uhr

Koordination:
Claudia Huntenborg
Dipl.-Sozialpädagogin



Kurse in pädagogischer Verantwortung der Evangelischen Erwachsenenbildung Niedersachsen - Landeseinrichtung -

(§ 10 Abs. 1, s. Durchführungsverordnung zum Erwachsenenbildungsgesetz)

Bützfleth Ev. Gemeindehaus,
Obstmarschenweg 343

- 18-72 Mo. 28.09.2015 (10x)
18-73 Mo. 11.01.2016 (10x)
jeweils 18.30 - 20.00 Uhr
18-74 Di. 29.09.2015 (10x)
18-75 Di. 12.01.2016 (10x)
jeweils 20.00 - 21.30 Uhr
Gisela Sporkmann,
Yogalehrerin

Freiburg, DRK Altenheim,
Krankenhausweg 9

- 18-76 Mi. 16.09.2015 (11x)
18-77 Mi. 13.01.2016 (10x)
18-78 Mi. 06.04.2016 (11x)
jeweils 20.00 - 21.30 Uhr
Birte Riel,
Yoga-Therapeutin,
Heilpraktikerin

10x € 54,00 / 11x € 59,40
12x € 64,80

Hatha Yoga

Ein Übungsprogramm mit Heilwirkung

Im angeleiteten Gruppengespräch erfahren Sie, wie Anspannung und Entspannung im richtigen Verhältnis den Energiestrom des Körpers in Fluss bringen. Dynamische Übungsreihen, stabilisierender Haltungsaufbau, bewusste Atemführung und meditative Wahrnehmungsschulung führen zu neuer Energie und Lebensqualität.

Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung, Socken, Handtuch.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- | | | | |
|-----------------------------|----------------------|---------------------------|----------------------|
| 18-79 | Mo. 07.09.2015 (12x) | 18-82 | Mo. 07.09.2015 (12x) |
| 18-80 | Mo. 11.01.2016 (10x) | 18-83 | Mo. 11.01.2016 (10x) |
| 18-81 | Mo. 04.04.2016 (10x) | 18-84 | Mo. 04.04.2016 (10x) |
| jeweils 18.00 - 19.30 Uhr | | jeweils 19.45 - 21.15 Uhr | |
| 18-85 | Di. 08.09.2015 (12x) | 18-88 | Di. 08.09.2015 (11x) |
| 18-86 | Di. 12.01.2016 (10x) | 18-89 | Di. 12.01.2016 (10x) |
| 18-87 | Di. 05.04.2016 (10x) | 18-90 | Di. 05.04.2016 (10x) |
| jeweils 18.00 bis 19.30 Uhr | | jeweils 19.45 - 21.15 Uhr | |

Astrid Gräntzdörffer,

Yogalehrerin, Heilpraktikerin
Psychotherapie

Integrales Yoga

Yoga steht für mehr Lebensqualität, Ausgeglichenheit und Energie. Yoga tut gut, macht Spaß und fördert die Gesundheit. In der Tradition von Swami Sivananda beinhaltet eine Yogastunde, Körperübungen, Atemübungen, Tiefenentspannung und Meditation.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke und Getränk.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
18-64 Mi. 09.09.2015 (10x)
18-65 Mi. 13.01.2016 (8x)
18-66 Mi. 06.04.2016 (8x)
jeweils 18.00 - 19.30 Uhr
8x € 43,20 / 10x € 54,00
Silke Noormann,
Yogalehrerin, Breathwalk
Instructor

Kundalini Yoga

Yoga ist eine effektive und einfache Technik, Wohlbefinden für Körper, Geist und Seele zu erlangen. Die Yoga-Übungsreihen aus dem Kundalini Yoga sind dynamisch, meditativ, kräftigend, entspannend, heilend und belebend. Sie fördern Wohlbefinden und Ausgeglichenheit, stärken das Nerven-, Drüsen- und Immunsystem. Sie verknüpfen Konzentration, Atemtechnik und Körperhaltung auf wirkungsvolle Weise. Durch den Einsatz von Mantrén, teilweise gesungen, wird diese Wirkung intensiviert. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, Kissen, Wasser.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
18-67 Mi. 09.09.2015 (10x)
18-68 Mi. 13.01.2016 (8x)
18-69 Mi. 06.04.2016 (8x)
jeweils 20.00 - 21.30 Uhr
8x € 43,20 / 10x € 54,00
Silke Noormann,
Yogalehrerin, Breathwalk
Instructor

Benefit Yoga® - Eine umfassende Methode der Gesundheitsförderung

Benefit Yoga® ist auf die Bedürfnisse des Menschen in der heutigen Zeit ausgerichtet. Zentrale Punkte sind Achtsamkeit und die Harmonisierung von Körper, Geist und Atmung. Die Körperhaltungen und Bewegungsabläufe tragen zur Kräftigung, Flexibilisierung und Entspannung des Körpers bei. Die gesundheitsfördernde Wirkung des Benefit Yoga® wird für Sie durch individuelle Anpassung und gezielte Hilfestellung im Unterricht erfahrbar. Weitere Elemente, wie Entspannung, meditative, anatomische oder yogaphilosophische Aspekte, fließen in den Unterricht mit ein.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Decke, Handtuch.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
18-92 Do. 10.09.2015 (10x)
18-93 Do. 14.01.2016 (8x)
18-94 Do. 07.04.2016 (9x)
jeweils 20.00 - 21.30 Uhr
8x € 43,20 / 9x € 48,60
10x € 54,00
Gabriela von Rönn,
Dipl. Benefit Yoga®-Lehrerin
WDM, Yogalehrerin BDY/EYU

Assel | Ev. Gemeindehaus, Asseler Str. 45
Nadine Pfeiffer | Do. 09.30 - 11.00 Uhr

Drochtersen | Ev. FABI, Sietwender Str. 11
N.N. | Mo. 10.00 - 11.30 Uhr
Carola Petruck | Mo. 15.30 - 17.00 Uhr
Petra König | Fr. 10.00 - 11.30 Uhr

Freiburg | Ev. Gemeindehaus, Hauptstr. 24
Ingrid Günther | Do. 09.30 - 11.00 Uhr

Hamelwörden | Ev. Gemeindeh., Stader Str. 319
Tanja Mense | Mi. 09.00 - 10.30 Uhr
Veronika Harder | Fr. 09.00 - 10.30 Uhr

Jork | Ev. Gemeindehaus, Schützenstr. 2
Manuela Bense | Mo. 09.30 - 11.00 Uhr

Großenwörden | Ev. Gemeindehaus, Dorfstr. 19
Petra König | Do. 09.30 - 11.00 Uhr

Oldendorf | Ev. Gemeindehaus, Hauptstr. 14
Nina Wegner | Di. 09.00 - 10.30 Uhr

Stade | Ev. FABI, Neubourgstr. 5
Nicole Schilling | Mo. 15.30 - 17.00 Uhr
Sabine Steitz | Mo. 09.00 - 10.30 Uhr
Talke Nagel | Mi. 09.30 - 11.00 Uhr
Anja Krummrei | Mi. 15.30 - 17.00 Uhr
Sabine Steitz | Do. 09.00 - 10.30 Uhr
Anja Krummrei | Fr. 15.30 - 17.00 Uhr

Fredenbeck | Ev. Gemeindehaus, Hauptstr. 76
Ute Sievers | Do. 09.30 - 11.00 Uhr

Familienleben  mit kleinen Kindern
Elternbegleitseminar

Frühkindliche Bildung in Eltern-Kind-Gruppen

Für Kinder von 1 bis 3 Jahren

Eltern begleiten ihre Kinder bei deren Kompetenzbildung. Sie erhalten Anregungen zum Spielen mit allen Sinnen, zum Bewegen und Singen. Kinder freuen sich über das Zusammensein mit anderen Kindern, entwickeln ihre Kommunikationsfähigkeit, sammeln neue Eindrücke, erkunden, erfahren und lernen. Sie werden in ihrer sozialen, emotionalen, motorischen, sprachlichen und kognitiven Entwicklung aufmerksam begleitet und individuell gefördert. Eltern erleben bewusst gemeinsame Zeit mit ihrem Kind, können untereinander Kontakt knüpfen und erhalten pädagogische Anregungen und Begleitung. Bei den Elternabenden werden im angeleiteten Gespräch pädagogische und gesellschaftliche Themen erarbeitet. Sie liegen in der pädagogischen Verantwortung der Evangelischen Erwachsenenbildung.

Gebühr € 53,10
15 x inkl. 3 Elternabende
pro Geschwisterkind
ab 10 Monate + € 5,00

Kollegiale Beratung
für E-K-G-Leiterinnen
Astrid Rehahn-Buck

Kindergeburtstage

Sie wollen mit Ihren Kindern (ca. 4-8 Jahre) einen ganz besonderen Geburtstag feiern, haben aber weder Platz noch die passenden Ideen?

Wir organisieren für Sie einen Kindergeburtstag zu einem vereinbarten Thema, z.B. Märchen, Hexen, Piraten Indianer oder zu einem waldpädagogischen Thema. Ihre weiteren Wünsche bzgl. Ablauf und Termin besprechen wir gerne mit Ihnen gemeinsam.

Bitte mitbringen: Essen und Getränke.
(siehe auch Seite 42).

Bildung auf Bestellung - Wir kommen zu Ihnen!

Zahlreiche Seminare aus unserem Programm können Sie auch als Angebot für geschlossene Gruppen buchen, zum Beispiel für Ihre Kirchengemeinde, Ihre MitarbeiterInnen, Ihren Elternabend in der Kindertagesstätte u.v.m.

Sprechen Sie uns gerne an, Tel. (0 41 41) 79 75 70 oder per Email unter info@fabi.stade.de und wir machen Ihnen ein passgenaues Angebot.

Eine Auswahl unserer Angebote finden Sie auf den Seiten:

- 30 Hausmittel und Wickel
- 31 Erste Hilfe bei „kleinen Unfällen“
- 38 Handwerkszeug für Eltern
- 45 Handwerkszeug für Kinder - soziales Gruppentraining.

Wir danken allen Kooperationspartnern für die Förderung und die gute Zusammenarbeit.

Bundesministerium für Familien, Senioren, Frauen, Jugend
Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Frauen, Familie
Gesundheit und Integration

Ev.-luth. Landeskirche Hannover

nifbe - Niedersächsisches Institut für frühkindliche Bildung
und Entwicklung Regionalnetzwerk NordOst

Landkreis Stade

Hansestadt Stade

Stadt Buxtehude

Gemeinde Drochtersen

Gemeinde Jork

Samtgemeinde Horneburg

Samtgemeinde Lühe

Samtgemeinde Nordkehdingen

Myriam C. Grass-Stiftung

Rotary Club Stade

Soroptimist International (SI), Club Stade

Stader Bädergesellschaft

**Wir bedanken uns
bei allen Anzeigenkunden
für die Unterstützung!**

Fotos in diesem Programmheft von:
Martin Elsen; Fotolia, Angela Farah und KursleiterInnen.

Wissenswertes	101
Leitbild	101
Auskunft und Beratung	102
Anmeldung / Abmeldung	103
Wir über uns	104

Leitbild der Evangelischen Familien-Bildungsstätten in Niedersachsen

Die Arbeit der Evangelischen Familien-Bildungsstätten in Niedersachsen orientiert sich an den Bedürfnissen von Menschen in ihren unterschiedlichen Lebensphasen, Lebensformen und Lebenssituationen - unabhängig von ihrer Religion, Konfession oder Weltanschauung.

Evangelisch: Menschen erleben es als Stärkung ihrer Lebenskraft, wenn sie in ihrer Einmaligkeit - mit allen Stärken und Schwächen - und in ihrer Würde anerkannt werden. Als Christen glauben wir an die liebende Zuwendung Gottes, die allen Menschen gilt. Auf dieser Grundüberzeugung beruhen Werte wie Achtung, Toleranz, Vertrauen und Gemeinschaft, die unser Handeln leiten.

Familien: Wir wenden uns an Frauen, Männer und Kinder in der Vielfalt heutiger Familien- und Lebensformen. Unser besonderes Augenmerk gilt dabei Eltern mit ihren Kindern und deren Erziehungs- und Beziehungskompetenz.

Bildung: Wir knüpfen an die Alltagssituationen und Erfahrungen unserer Teilnehmenden an und unterstützen sie darin, Fähigkeiten und Begabungen (wieder) zu entdecken, Fertigkeiten zu erlernen und persönliche Lösungswege zu finden. Besonders im Dialog mit anderen Teilnehmenden werden Standpunkte entwickelt und die Kommunikationsfähigkeit gestärkt. Soziale, kulturelle, religiöse und nationale Erfahrungen unserer Teilnehmenden fördern das Lernen mit- und voneinander.

Bürozeiten

Mo. - Do. 09.00 - 12.00 Uhr
 14.00 - 16.00 Uhr
 Fr. 09.00 - 12.00 Uhr

Schulferien**Herbst**

19.10.2015 - 31.10.2015

Weihnachten

23.12.2015 - 06.01.2016

Winter

28.01.2016 - 29.01.2016

Ostern

18.03.2016 - 01.04.2016

Tag nach Christi Himmelfahrt

06.05.2016

Tag nach Pfingsten

17.05.2016

Sommer

23.06.2016 - 03.08.2016

Auskunft und Beratung

Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e. V.

Neubourgstr. 5, 21682 Stade

Telefon: (0 41 41) **79 75 70**,

Telefax: (0 41 41) 79 75 7-27

E-Mail: info@fabi-stade.de,

Homepage: www.fabi-stade.de

Zweigstelle Drochtersen

Sietwender Str. 11, Kehdinger Bürgerhaus

Vorstand

1. Vorsitzender: **Anika Röling**, Pastorin

2. Vorsitzende: **Anke Giese**, Gesundheitscoach,
 Public Relations-Beraterin, Diplom-Fachübersetzerin

Schriftführerin: **Barbara Burmeister**, Historikerin

Leitung: **Sonja Mäder**, Diplom-Pädagogin,

Supervisorin DGSv, Coach

stellvertretende Leitung: **Astrid Rehahn-Buck**,

Diplom-Sozialpädagogin

Fachbereichsleitung:

Ingrid Hartkens, Diplom-Sozialpädagogin

Simone Engels, Diplom-Sozialpädagogin

Verwaltung: **Hilke Hinsch**, **Sabine Laffrenzen**,

Daniela Sawitzki, **Heiko Weiß**,

Hauspflege: **Oxana Ruder**, **Anja Backmeier**

Familienservicebüro Lühe - Horneburg - Jork:

Astrid Bergmann, Diplom-Sozialpädagogin

Familienservicebüro Nordkehdingen - Drochtersen:

Claudia Huntenborg, Diplom-Sozialpädagogin

Pflegefamilienberatung:

Ingrid Hartkens, Diplom-Sozialpädagogin

Simone Engels, Diplom-Sozialpädagogin

Ines Mlodoch, Diplom-Sozialpädagogin

Koordination wellcome:

Astrid Rehahn-Buck, Diplom-Sozialpädagogin

Koordination Erziehungslotsen:

Claudia Huntenborg, Diplom-Sozialpädagogin



Anmeldung / Abmeldung

Zu allen Kursen ist eine Anmeldung erforderlich.

Anmeldungen nehmen wir ab sofort persönlich, telefonisch und schriftlich in unserem Büro in der Neubourgstr. 5, in Stade entgegen. Ihre Angaben auf der Anmeldung werden bei uns elektronisch gespeichert und ausschließlich für eigene Zwecke verwendet. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht. Anmeldebestätigungen versenden wir **nicht**. Wir benachrichtigen Sie, wenn Kurse belegt sind oder nicht zustande kommen.

Bei der Anmeldung wird die Zahlung der gesamten Kursgebühr fällig. Bitte erteilen Sie uns eine Einzugsermächtigung. Die Abbuchung erfolgt ca. vier Wochen vor Kursbeginn. Oder überweisen Sie die Gebühr unter Angabe der Kursnummer sechs Wochen vor Beginn des Kurses: Kreissparkasse Stade, IBAN: DE 56 2415 1116 0000 1367 70
SWIFT-BIC: NOLADE21STK

Bei unregelmäßiger Teilnahme oder vorzeitigem Ausscheiden kann keine Erstattung gewährt werden. Die Gebühren werden zurückgezahlt, wenn Kurse ausfallen.

Sollten Sie an der Kursteilnahme verhindert sein (aus welchen Gründen auch immer), gelten für den Rücktritt folgende Bedingungen:

Bei Abmeldung bis spätestens vier Wochen vor Kursbeginn, wird eine Bearbeitungsgebühr von € 5,00 fällig.

Bei späterer Abmeldung wird die volle Kursgebühr fällig. Sie können jedoch eine Ersatzperson benennen, die an Ihrer Stelle an dem Kurs teilnimmt.

Wird ein Kurs von unserer Seite abgesagt, erstatten wir die volle Kursgebühr.

Für Vereinsmitglieder gibt es eine Ermäßigung in Höhe von 10 % der Kursgebühr für Erwachsene.

TeilnehmerInnen in finanzieller Notlage können eine Ermäßigung beantragen. Sprechen Sie uns bitte an.

Unsere Veranstaltungen sind nicht konfessionsgebunden und können auch ohne eine Mitgliedschaft bei der FABI besucht werden. Das vorliegende Programm wurde sorgfältig von uns erstellt. Leider können Änderungen im Laufe des Jahres nicht immer vermieden werden.

Anmeldung

Teilnahmegebühren

Abmeldung

Ermäßigung

Allgemeines

Wir über uns

Die Evangelische Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e. V. FABI erfüllt einen eigenständigen kirchlichen und pädagogischen Auftrag und zugleich Aufgaben im Sinne des § 16 KJHG sowie der Richtlinien des Landes Niedersachsen. Sie ist Mitglied des Forums Familienbildung der ev. arbeitgemeinschaft familie e.V., Berlin (www.eaf-bund.de) sowie der Landesgemeinschaft der Familienbildungsstätten in Niedersachsen (www.familienbildung-nds.de)

Die Arbeit wird durch Zuschüsse der Landeskirche Hannover, des Kirchenkreises Stade, des niedersächsischen Landesamtes für Soziales, Jugend und Familie, der Stadt Stade, des Landkreises Stade, der Gemeinde Drochtersen, der Samtgemeinde Nordkehdingen, sowie durch Teilnahmegebühren, Mitgliedsbeiträge, Anzeigen und Spenden finanziert.

Um unsere Arbeit mit und für Familien zu sichern, ist es notwendig, neue Finanzierungsquellen zu erschließen. Dazu bitten wir Sie ganz herzlich um Ihre tatkräftige Unterstützung. Sie können dies mit einer Mitgliedschaft in unserem Verein tun oder mit einer Spende.

Mitgliedschaft

Die Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen / Stade e. V. FABI ist ein eingetragener gemeinnütziger Verein. Seine Mitglieder haben es sich zur Aufgabe gemacht, die Arbeit der FABI in vielfältiger Hinsicht zu unterstützen.

Mitglieder zahlen pro Jahr:

Einzelpersonen € 22,00

Familien € 32,00

juristische Personen € 55,00

Alle Vereinsmitglieder erhalten eine Ermäßigung von 10% auf die Kursgebühr für Erwachsene.

Spenden

Ebenso freuen wir uns über Spenden, die Sie auf das Konto bei der Kreissparkasse Stade, IBAN: DE 56 2415 1116 0000 1367 70 SWIFT-BIC: NOLADE21STK überweisen können.

Die Spendenquittungen können beim Finanzamt steuerlich geltend gemacht werden.

Schwimmen lernen - Anfänger, Aufbau und Ferienkurse



Schwimmen lernen leicht gemacht. Wir bieten Anfänger- Schwimmkurse für Kinder ab 5 Jahren. Aufbaukurse nach dem Seepferdchen zum Erreichen der nächsten Schwimmstufe (Bronze, Silber, Gold).
Erwachsenenkurse (auf Anfrage).

Nähere Infos erhalten Sie in einem Sonderflyer direkt in unserem Erlebnisbad oder auf unserer Homepage www.solemio-stade.de

Erlebnis- und Solebad	Öffnungszeiten	Erlebnisbad	Sauna
Am Exerzierplatz	Frühschwimmen	06:30 - 08:00	-----
21680 Stade	Montag - Freitag	10:00 - 21:30	10:00 - 22:00
Tel 0 41 41 / 40 33 - 0	Samstag, Sonn- und Feiertage	08:00 - 19:00	10:00 - 20:00



www.solemio-stade.de

Sparkassen-Finanzgruppe



Wie Sie sich die Zukunft
auch ausmalen –
wir helfen Ihnen, sie zu ge-
stalten.

Das Sparkassen-Finanzkonzept.

Kreissparkasse Stade
Sparkasse Stade-Altes Land



Der Unterschied beginnt beim Namen. Deshalb entwickeln wir mit dem Sparkassen-Finanzkonzept eine ganz persönliche Rundum-Strategie für Ihre Finanzen. Gemeinsam mit Ihnen und abgestimmt auf Ihre Zukunftspläne. **Wenn's um Geld geht – Sparkasse.**

Evangelische Familienbildungsstätte
Kehdingen / Stade e. V.
Neubourgstr. 5
21682 Stade

Tel.: 0 41 41 - 79 75 70
Fax: 0 41 41 - 79 75 72-7
E-Mail: info@fabi-stade.de
Internet: www.fabi-stade.de