





Einfamilienhausbau – Jedes Haus ein Einzelstück

Ein Haus sollte so individuell sein wie die Familie, die es bewohnt. Wir entwickeln gemeinsam den ganz persönlichen Charakter Ihrer neuen vier Wände.

J. Lindemann GmbH & Co. KG | www.lindemann-gruppe.de | Tel 04141 526-0

DAS MORGEN DENKEN.





WIR SIND FÜR SIE DA!

Wenn es um die kostengünstige und fachgerechte Entsorgung von Abfällen geht, finden Sie in uns den richtigen Partner. Wir erstellen Ihnen Ihr individuelles Entsorgungskonzept.

Fachkompetenz und langjährige Erfahrung sind die Basis unserer Arbeit, zufriedene Kunden unser Anspruch.

KARL MEYER UMWELTDIENSTE GMBH

Telefon 04770 8010 | WWW.KARL-MEYER.DE

Wir bedanken uns bei den Inserenten und Inserentinnen für die Unterstützung der Herausgabe des FABI-Jahresprogrammes 2020 / 2021

Herzlich willkommen!

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

es ist fast ein kleines Wunder, dass Sie das FABI-Programm in den Händen halten... Hinter uns liegen Wochen, die sich so vorher niemand hätte vorstellen können: "Corona-Zeit" eben, von der auch die FABI nicht ausgenommen war: alle Veranstaltungen mussten abgesagt werden, Mitarbeiterinnen durften nur unter strenger Einhaltung von Hygiene- und Abstandsregeln arbeiten. Es ging uns eben wie vielen anderen auch.

Nun aber blicken wir nach vorne. Erste Kurse durften unter strengen Auflagen wieder starten und wir hoffen, dass auch für Sie etwas Passendes dabei ist.

Nach wie vor ist es schwierig zu planen und vielleicht wird der eine oder andere Kurs nicht zur angekündigten Zeit oder am angegebenen Ort stattfinden können. Wir wissen, dass das von allen Beteiligten viel Geduld und Entgegenkommen verlangt, für das wir uns schon vorab ganz herzlich bedanken!

Das FABI-Programm bietet wieder jede Menge Themen, Veranstaltungen und Aktionen. Wir freuen uns sehr, Sie dabei begrüßen zu können!

Viel Spaß beim Stöbern und vor allem: Bleiben Sie behütet!

Ihre Anika Röling und Ihre Sonja Mäder

(1. Vorsitzende) (Leitung)



Von links nach rechts: Ingrid Hartkens, Astrid Bergmann, Sonja Mäder, Astrid Rehahn-Buck, Ines Mlodoch, Sinem Uslu-Uzun, Daniela Sawitzki, Eva Reinkemeier, Hilke Hinsch, Ina Weingart, Tina Baxmann



Life & Business Coach / Psychologischer Berater

Ingo Schulz

Coaching für Privatkunden:

- Krisen in Job und Familie
- Familien- & Paarberatung
- Wege aus Angst, Trauer, Wut und anderen Gefühlen

Coaching im Business:

- · Coachings für Fach- und Führungskräfte
- Berufliche Konflikte / Team- Supervision
- Lösungen bei Überlastung und Burnout

Telefon: 04143 / 911485 Schulstr.1

Email: info@Ingo-Schulz-Coach.de 21706 Drochtersen

Webseite: www.Ingo-Schulz-Coach.de



Inhalt

Familienstart	5
Familienleben	15
Eltern	27
Kinder & Jugendliche	37
Bewegung & Entspannung	45
Gesundheit & Ernährung	63
Kreativität & Musik	66
Persönlichkeit & Kompetenz	69
Beratung	76
Qualifizierung & Fortbildung	77
Fortbildung Kindertagespflege	80
Weitere Fortbildung und Qualifizierung	88
Finrichtungen 9 Preiekte	93
Einrichtungen & Projekte Pflegefamilienberatung	93 94
"Hallo Du": Schulpatenschaft	94 94
"Hallo Du". Schulpaterischaft Familienservicebüros	95
wellcome	96
Erziehungslotsen	96
Kurse der Ev. Erwachsenenbildung	97
Bildung auf Bestellung	100
Kooperationen	100
Wissenswertes	101



Optimale Lösungen

NDB – eine starke Unternehmensgruppe

Technische Systeme im Bereich Elektrotechnik, energieKonzepte und Bautechnik – alles aus einer Hand. Ihr bundesweiter Partner für kompetente Planung und fachgerechte Installation.

NDB TECHNISCHE SYSTEME

Robert-Bosch-Straße 11 · 21684 Stade Tel.: 04141 523-01 · info@ndb.de



LEISTUNG AUF DER GANZEN LINIE

www.ndb.de

Bauen heißt Vertrauen!



MENKE BAUGESELLSCHAFT MBH

Thuner Straße 37 | 21680 Stade fon 04141.78 740-0 | fax 04141.68 596 info@menke-bau.de | www.menke-bau.de



BAUUNTERNEHMEN UND TISCHLEREI ME

Familienstart

Hatha Yoga in der Schwangerschaft	6
"Was alles auf mich zukommt…"	6
Geburtsvorbereitung für Paare und Einzelpersonen	6
Geburtsvorbereitung am Wochenende	7
Fit fürs Baby	8
Mütterberatung/ Stillgruppe	8
Stillcafé/ Babycafé/Mütterberatung	8
Rückbildungsgymnastik	9
Babymassage	10
Mama fit	10
Babyhandzeichen	11
Mütterpflege, Doula & Co.	11
BE HAPPY	11
Wunder-Glück-Herausforderung	12
Familiennachmittag mit den ganz Kleinen	12
DELFI®	13
DELFI® in Buxtehude und Stade	13
Baby- und Kinderschwimmen	14



Familienstart

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

01-01 Do. 10.09.2020 (10x)
01-02 Do. 14.01.2021 (10x)
01-03 Do. 22.04.2021 (10x)
jeweils 18.15 - 19.45 Uhr
jeweils € 66,00
Gabriela von Rönn,
Benefit Yoga®-Lehrerin WDM,
Yogalehrerin BDY/EYU

6

Stade, Pastor-Behrens-Haus Ritterstr. 15

01-04 Mi. 18.11.2020 (1x)
01-05 Mi. 05.05.2021 (1x)
jeweils 19.00 - 21.00 Uhr
jeweils € 2,00
Isabel Otto,
Pädagogin (M.A.)

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

01-06 Mo. 07.09.2020 (6x)
01-07 Mo. 09.11.2020 (6x)
01-08 Mo. 11.01.2021 (6x)
01-09 Mo. 01.03.2021 (6x)
01-10 Mo. 07.06.2021 (6x)
jeweils 18.00 - 20.20 Uhr
jeweils kostenfrei
Gabi Horn-Stinner,
Hebamme, Ethnologin

Hatha Yoga in der Schwangerschaft

Die Schwangerschaft ist im Leben jeder Frau eine ganz besondere Zeit. Um diese Zeit in all ihren Facetten meistern, erleben, genießen zu können und um die nötige innere Gelassenheit zu entwickeln, bietet Hatha Yoga das richtige Werkzeug. Sie lernen verschiedene Übungstechniken des Yogas zur Gesunderhaltung, Entspannung und Stressbewältigung kennen und so zu nutzen, dass Sie Stresssymptomen und Energiemangel auch nach der Geburt entgegensteuern können. Yoga Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, da der Unterricht an die individuellen Bedürfnisse der Teilnehmerinnen angepasst wird.

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

Bezuschussung durch die Krankenkassen möglich.

"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.

Es gibt einen Überblick über Elterngeld und Elternzeit, Mutterschutz, Kindergeld, Regelungen im Zusammenhang mit ALG II, sowie Ein-Eltern-Familien und nicht-eheliche Lebensgemeinschaften.

In Zusammenarbeit mit pro familia Stade.

Geburtsvorbereitung für Paare und Einzelpersonen

Der Kurs beschäftigt sich mit folgenden Themen:

Geburtsverlauf: Was geschieht eigentlich? Atmungs-, Entspannungs- und Körperwahrnehmungsübungen: Was hilft mir? Massagen und sonstige Hilfen durch Hebamme und Begleitperson: Was kann ich tun? Medikamente und medizinische Unterstützung / PDA / Kaiserschnitt: Wie hilft die Klinik? Wahl des Geburtsortes: Was ist für mich richtig? Wochenbett, Säuglingspflege, Babyernährung, Eltern sein: Was kommt auf mich zu? Die Gebühr wird über die Hebamme mit den Krankenkassen verrechnet.

Bitte mitbringen: Decke, rutschfeste Socken, bequeme Kleidung, 2 Kissen.

Geburtsvorbereitung am Wochenende

Dieser Kurs ist ein "Intensivwochenende", der alle Inhalte eines gewöhnlichen Geburtsvorbereitungskurses enthält. Es werden relevante Themen der Schwangerschaft, die natürliche Geburt und die ersten Wochen zuhause mit Baby angesprochen. Auch gehören Themen wie Schmerzlinderung, Atemübungen oder auch der Kaiserschnitt dazu. Freitags findet der Kurs ausschließlich mit den Schwangeren statt, die anderen beiden Tage gemeinsam mit dem Partner. Die Gebühr für die Schwangere wird über die Hebamme mit den Krankenkassen abgerechnet. Die Partnergebühr von € 90,00 wird privat entrichtet und kann bei den meisten Krankenkasse eingereicht werden. Eine Quittung stellen wir gerne aus.

Bitte mitbringen: Decke, rutschfeste Socken, bequeme Kleidung, 2 Kissen.

Herzlichen Dank

an alle, die uns mit ihren Spenden im letzten Jahr unterstützt haben! Damit konnten insbesondere Familien mit geringem Einkommen an unseren Veranstalltungen teilnehmen. Wenn Sie auch spenden möchten...

Spendenkonto bei der Kreissparkasse Stade,

IBAN: DE 56 2415 1116 0000 1367 70

SWIFT-BIC: NOLADE21STK.

Die Spendenquittungen können steuerlich geltend gemacht werden.

www.meine-hebamme-in-stade.de Schwangerenvorsorge und -beratung Geburtsvorbereitung für Frauen und Paare Säuglingspflegekurse, Stillhilfe, Mütterberatung/Stillgruppen Geburtsvorbereitung für Frauen, die schon Kinder haben Wochenbeitbetreuung und Geburtshilfe DELFI-Kurse, Hilfe bei untröstlichen Babys Hebamme in der Schule: Aufklärungskonzepte Hebammenpraxis - Carl-von-Ossietzky-Weg 19 · 21684 Stade-Ottenbeck Mobil: 0174 264 39944 - E-Mail: hornstinner@meine-hebamme-in-stade.de

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 01-13 Fr. 03.07.20, Sa. 04.07.20, So. 05.07.20
- 01-14 Fr. 23.10.20, Sa. 24.10.20, So. 25.10.20
- 01-15 Fr. 08.01.21, Sa. 09.01.21, So. 10.01.21
- 01-16 Fr. 19.03.21, Sa. 20.03.21, So. 21.03.21
- 01-17 Fr. 28.05.21, Sa. 29.05.21, So. 30.05.21 jeweils Fr. 16.30 - 19.30 Uhr Sa. 09.00 - 16.00 Uhr
 - So. 09.00 15.00 Uhr jeweils kostenfrei Svenja von Allwörden Hebamme

Drochtersen, FABI, Sietwender Str. 11

- 01-18 Fr. 13.11.20
 - Sa. 14.11.20
 - So. 15.11.20
- 01-19 Fr. 16.04.21
 - Sa. 17.04.21
 - So. 18.04.21
 - jeweils Fr. 16.30 19.30 Uhr
 - Sa. 09.00 16.00 Uhr
 - So. 09.00 15.00 Uhr
 - jeweils kostenfrei Svenja von Allwörden

Hebamme

Familienstart

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

01-22 Sa. 14.11.2020 (1x)
01-23 Sa. 30.01.2020 (1x)
09.30 - 15.15 Uhr
Petra Bujara,
Dipl. Pflegepädagogin,
Stillberaterin IBCLC

8

Drochtersen, FABI, Sietwender Str. 11 Sa. 12.09.2020 (1x)

01-25 Sa. 27.03.2021 (1x) 01-26 Sa. 22.05.2021 (1x)

01-24

01-49

jeweils 09.30 - 15.00 Uhr

Julia Fanter, Kinderkrankenschwester jeweils € 19,00

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

01-50 Di. 12.01.2021 (6x) 01-51 Di. 13.04.2021 (8x) jeweils 10.00 - 11.30 Uhr

Di 01 09 2020 (9x)

jeweils € 7,50 **Gabi Horn-Stinner**, Hebamme, Ethnologin

Steinkirchen, Dorfgemeinschaftshaus, Alter Marktplatz 5

01-52 Di. 01.09.2020 (1x) 09.30 - 11.30 Uhr kostenfrei

Annika Pupkes,

Kinderkrankenschwester, Still- u. Laktationsberaterin

Drochtersen, FABI, Sietwender Str. 11

01-53 Di. 01.09.2020 (1x) 09.00 - 11.00 Uhr € 2,00 Treffen jeden Do.

Bettina Püttker,

Hebamme, Still- u. Laktationsberaterin

Anna Martens, Eva Eilke Kinderkrankenschwestern

Fit fürs 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? Wie möchten Sie Ihr Baby ernähren? Wo soll das Baby schlafen? Dieser Kurs richtet sich an werdende Mütter und Väter, die fit sein möchten für das neue Leben zu dritt. (Fast) alle Fragen werden geklärt und vieles kann mit Puppen ausprobiert werden.

Bitte mitbringen: Verpflegung. Weitere Kurse nach Bedarf.

Mütterberatung/Stillgruppe

Hebammentipps rund ums Leben mit den kleinen Leuten, besonders zum Stillen und zur Ernährung von Fläschchenkindern bis zur Beikosteinführung, aber auch einfach nur zur Wiegeprobe: Alles was noch Milch trinkt ist herzlich willkommen - ebenso Schwangere, die sich informieren möchten oder Geschwisterkinder. Anmeldung immer montags vor dem jeweiligen Termin bei Gabi Horn Stinner per SMS unter 0174 264 3994 Bitte mitbringen: Stoppersocken, Wickeltasche.

Stillcafé/ Babycafé/ Mütterberatung

Ein Treffen für Mütter und ihre Säuglinge. Neben Fragen zum Stillen, bzw. zur Flaschenernährung geht es auch um angrenzende Themen wie Babyschlaf, Beikost, Tragen im Tragesack, bzw. im Tragetuch. Engeladen sind alle Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr. Auch Mütter, die nicht stillen, sind selbstverständlich herzlich willkommen. Einstieg jederzeit möglich. Es ist keine Anmeldung erforderlich.

Bitte mitbringen: Fragen, Handtuch oder eine Decke für die Säuglinge.

Steinkirchen: jeden 1. Donnerstag im Monat, Infos über das Familienservicebüro Lühe: 0151-51733043 Gefördert durch die Samtgemeinde Lühe

Drochtersen: jeden Donnerstag im Monat, Infos über das Familienservicebüro Drochtersen: 0151-51733045 Gefördert durch die Gemeinde Drochtersen

01-38

Rückbildungsgymnastik

Übungen zur Stärkung der Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur bringen die durch Schwangerschaft und Geburt strapazierten Körperregionen wieder in Form, geben Kraft für die Belastungen im Leben mit den Babys und stärken so das allgemeine Wohlbefinden. Beginn 6-8 Wochen nach der Geburt, aber durchaus auch später. Die Babys können (zur Kinderbetreuung) mitgebracht werden.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken, sportfähige Kleidung.

Merken Sie sich bitte bei der FABI vor, die Anmeldung erfolgt bei den Hebammen direkt:

In **Stade** bei Frau Horn-Stinner: www.meine-hebamme-in-stade.de

In **Stade** bei Frau Dethloff: hebamme.neledethloff@gmx.de

In **Drochtersen** bei Frau von Allwörden: andersson.svenja@web.de

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

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

- 01-29 Do. 08.10.2020 (9x)
- 01-32 Do. 14.01.2021 (8x)
- 01-35 Do. 11.03.2021 (7x)
 - Do. 27.05.2021 (8x) 08.45 10.00 Uhr
- 01-30 Do. 08.10.2020 (9x)
- 01-33 Do. 14.01.2021 (8x)
- 01-36 Do. 11.03.2021 (7x)
- 01-39 Do. 27.05.2021 (8x)
 - 10.00 11.15 Uhr
- 01-31 Do. 08.10.2020 (9x)
- 01-34 Do. 14.01.2021 (8x)
- 01-37 Do. 11.03.2021 (7x)
- 01-40 Do. 27.05.2021 (8x)

11.15 - 12.30 Uhr

ieweils kostenfrei

. Gabi Horn-Stinner.

Hebamme, Ethnologin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 01-41 Di. 10.11.2020 (8x)
- 01-42 Di. 05.01.2021 (8x)
- 01-43 Di. 02.03.2021 (8x)
- 01-44 Di. 27.04.2021 (8x)
- 01-45 Di. 20.07.2021 (8x) jeweils 09.00 - 10.15 Uhr

jeweils kostenfrei

Nele Dethloff,

Hebamme

Ev. FABI, Sietwender Str.11, Kehdinger Bürgerhaus,

- 01-46 Mi. 23.09.2020 (8x)
- 01-47 Mi. 13.01.2021 (8x)
- 01-48 Mi. 14.04.2021 (8x)

jeweils 10.00 - 11.15 Uhr

jeweils kostenfrei

Svenia von Allwörden

Hebamme

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

01-54	Mo. 31.08.2020 (6x)
01-55	Mo. 26.10.2020 (6x)
01-56	Mo. 18.01.2021 (6x)
01-57	Mo. 12.04.2021 (6x)
01-58	Mo. 31.05.2021 (6x)
	jeweils 09.00 - 10.00 Uhr
	jeweils € 44,00
	Ursula Uhlig,
	Kursleiterin für Babymassage
	und Babyhandzeichen

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

01-60	Mo. 31.08.2020 (6x)
01-62	Mo. 26.10.2020 (6x)
01-64	Mo. 11.01.2021 (6x)
01-66	Mo. 12.04.2021 (6x)
01-68	Mo. 31.05.2021 (6x)
	09.15 - 10.15 Uhr

0.0.	11101 5 110012020 (0/1)
01-63	Mo. 26.10.2020 (6x)
01-65	Mo. 11.01.2021 (6x)
01-67	Mo. 12.04.2021 (6x)
01-69	Mo. 31.05.2021 (6x)
	10.35 - 11.35 Uhr
	jeweils € 50,40
	Miriam Otto,
	Mawiba-Trainerin

01-61 Mo. 31.08.2020 (6x)

Babymassage

für Babys ab der 8. Lebenswoche

Babymassage ist eine besondere Art der intensiven liebevollen Berührung. In dem Kurs werden Massagetechniken der indischen Babymassage (nach F. Leboyer) vermittelt. Die Massagegriffe werden Ihnen an einer Puppe vorgeführt, so dass Sie diese gleichzeitig an Ihrem Kind anwenden können. Die Babymassage mindert Blähungen und Koliken, hilft bei Verstopfung, stärkt das Körperbewusstsein, entspannt und beruhigt und wirkt sich somit positiv auf den Schlafrhythmus aus. In dem Kurs haben Sie ebenfalls die Möglichkeit, andere Eltern kennenzulernen und Erfahrungen auszutauschen.

Bitte mitbringen: Handtuch / Decke, Öl für das Baby.

Mama fit

Fitness und Pilates mit Baby

"Mama fit" ist ein ganzheitliches Training für aktive Mütter mit Kind. Sie können direkt nach Ihrem Rückbildungskurs damit beginnen! In Ausnahmefällen kann der Kurs auch parallel zum Rückbildungskurs gestartet werden, sobald ihr Frauenarzt Ihnen sein Einverständnis gegeben hat. Das Training ist in zwei Bereiche eingeteilt: Ausdauer und Pilates. Ist das Baby noch klein und braucht die Nähe zur Mama, verbringt es den Ausdauerteil des Trainings in einer ergonomischen Tragehilfe oder im Tragetuch. Kinder die nicht gern getragen werden, können auf die Krabbeldecke gelegt werden. Zudem wird mit Ansätzen aus der Pikler-Pädagogik die frühkindliche Entwicklung gefördert. Pilatesübungen stärken den Beckenboden und die Körpermitte. Bitte mitbringen: Warme Socken oder Turnschuhe, Trinken, Babytrage, Handtuch.

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

Babyhandzeichen

für Babys zwischen dem 6. und 24. Monat

Babyzeichensprache dient der Kommunikation zwischen Baby und Eltern. Babyhandzeichen sind Gebärden aus der deutschen Gebärdensprache. Sie dienen dem entspannten und verständlichen Austausch zwischen Baby und Eltern. Babyzeichen werden zum gesprochenen Wort gezeigt, damit das Kind Wort und Zeichen miteinander verbindet. Das Rätselraten hat ein Ende, nutze Babyhandzeichen, und dein Baby zeigt dir was es denkt! Dein Baby kann sich leichter mitteilen. Zwischen dem 6. und 24. Monat kann man mit seinem Baby Gebärden erlernen. Eltern können ganz entspannt sein, das Baby wird die Babyzeichen nur so lange nutzten, bis es das Wort sprechen kann. Für weitere Infos (Fotos unter www.babyhandzeichen.de)

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

01-72 Mo. 31.08.2020 (6x)

01-73 Mo. 26.10.2020 (6x)

01-74 Mo. 18.01.2021 (6x)

01-75 Mo. 12.04.2021 (6x)

01-76 Mo. 31.05.2021 (6x) ieweils 11.30 - 12.30 Uhr

jeweils € 50,40

Ursula Uhlig,

Kursleiterin für Babymassage und Babyhandzeichen

Mütterpflege, Doula und Co.

Deine Unterstützung bei der Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett

Was macht eigentlich eine Mütterpflegerin, eine Doula und wo liegt der Unterschied zur Hebammenversorgung?

Wer oder was bietet diese besondere, mütterzentrierte Versorgung an? Wer zahlt das? An diesem Abend erfahren Sie alles über die Mütterpflegerin und Doula und die Möglichkeit, diese in Anspruch zu nehmen.

Für weitere Infos: www.miamamma-muetterpflege.de

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

01-79 Mi. 28.10.2020 (1x)

19.30 - 21.00 Uhr

01-80 Mi. 10.03.2021 (1x) 19.00 - 20.30 Uhr

ieweils € 6.00

Susanne Hagemann,

Fastenbegleiterin GGB, Gesundheitsberaterin und

Krankenschwester

Martina Walther

Mütterpflegerin

BE HAPPY

Was dein Baby im 1. Lebensjahr wirklich braucht

Eltern erfahren, warum für Ihr Baby das Stillen seiner Bedürfnisse, der Blick- und Körperkontakt und die Ansprache so wichtig sind. Wie entwickelt sich Ihr Baby und was ist förderlich? Sie erhalten viele praktische Ideen zur Sprachanbahnung, zum Beziehungsaufbau und zu Wahrnehmungsangeboten, um BE HAPPY zu sein, damit es das Baby auch sein kann.

Wenn keine andere Betreuung möglich ist, kann das Baby mitgebracht werden.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

01-83 Fr. 06.11.2020 (1x)

17.30 - 19.00 Uhr

€ 6.00

Lina Charlotte Diehl,

Dipl.-Sozialpäd.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
01-84 Di. 09.03.2021 (2x)
18.00 - 20.30 Uhr
€ 65,00
Gönke Lengsfeld
Psychologin, B.Sc.

Wunder-Glück-Herausforderung und wo steckt nur die Liebe?

Ein Angebot für Paare

"Ein Kind betritt die Bühne des Lebens und schlagartig verändert sich das Leben".

Was für ein Wunder, wenn sich ein neuer Erdenbürger ankündigt. Die Vorfreude ist groß und alles soll für das neue Leben vorbereitet sein. Egal ob Sie neu in das Abenteuer Eltern starten oder sich Ihre Familie weiter vergrößert. Mit dem Angebot "Familie in Balance" biete ich Ihnen eine Möglichkeit sich Ihrer gemeinsamen Wünsche für den neuen Lebensabschnitt bewusst zu werden und Raum zu geben für Fragen wie: Was wünschen wir uns für unsere Familie? Wie wird sich wohl unser Leben verändern? Wie bin ich und wie bist du groß geworden? Wie wollen wir unsere Kinder erziehen? Was wollen wir weitergeben und was machen wir anders?

Mit Unterstützung des Regensburger Familienentwicklungsmodells möchte ich mit Ihnen spannende Impulse setzen für diesen neuen aufregenden Lebensabschnitt.

Bitte mitbringen: 2,00 € Materialkosten, Schreibutensilien.



Stade, FABI, Neubourgstr. 5

01-86 Fr. 30.10.2020 (1x) 15.00 - 17.00 Uhr kostenfrei **Ursula Uhlig**,

Kursleiterin für Babymassage und Babyhandzeichen **Michelle Götz**, Erzieherin

Miriam Otto, Mawiba-Trainerin

Familiennachmittag mit den ganz Kleinen für Eltern und ihre Babys

Sie haben die Möglichkeit, zusammen mit ihrem Baby verschiedene Konzepte in der Eltern-Kind-Gruppenarbeit auszuprobieren. Jeweils zur vollen und zur halben Stunde wird ihnen für 15 Minuten DELFI®, Mama fit, Babyhandzeichen und Zumbini vorgestellt. Außerdem steht Ihnen zum allgemeinen Austausch und gegenseitigen Kennenlernen eine Cafeteria zur Verfügung.

25 Jahre DELFI® - Das muss gefeiert werden!

DELFI® ist ein Konzept Evangelischer Familienbildung und ist nun seit 25 Jahren ein fester Bestandteil in der Arbeit der Familienbildung und aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken. Das gilt es zu feiern!

Das DELFI®-Konzept basiert auf wissenschaftlichen Erkenntnissen und auf dem christlichen Menschenbild. Es ist von Achtung und Respekt füreinander, sowie von Wertschätzung und Geduld für die Entwicklungsmöglichkeiten jedes einzelnen Menschen geprägt. Das erste Lebensjahr ihres Kindes ist für Eltern besonders spannend. Eltern wird Orientierung und Sicherheit im Umgang mit der neuen Familienphase vermittelt.

In DELFI-Kursen lernen Sie die wachsenden Fähigkeiten Ihres Kindes auf spielerische Weise zu unterstützen. Die Bindung wird gestärkt und die Eltern werden unterstützt, ihre Kinder in ihrer Einzigartigkeit wahrzunehmen. Im Austausch untereinander lernen sich die Eltern kennen und knüpfen soziale Netze. In der Woche vom 02.-06.11.2020 wird in jedem DELFI®-Haus deutschlandweit diese Festwoche gestaltet und gefeiert. Der gesamte Norddeutsche Raum - natürlich auch Stade - ist dabei.

DELFI® für Eltern mit Babys

ab der achten Lebenswoche

Alle Interessierten werden auf eine Vormerkliste eingetragen. Die Gruppen werden eingerichtet, sobald mindestens 6 Babies im gleichen Altern angemeldet sind. Sie werden informiert, sobald eine für Sie passende Gruppe beginnt. Jeder Kurs umfasst elf Wochen und beginnt mit einem Elternabend.

Voranmeldungen auch unter info@fabi-stade.de oder www.fabi-stade.de.

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

DELFI® in Buxtehude und Stade

für Eltern mit Babys ab der sechsten Lebenswoche in Kooperation mit der Hansestadt Buxtehude und dem Landkreis Stade.

Teilnahme und parallele Beratungsgespräche auf Anfrage.



01-90 Fredenbeck

01-91 Buxtehude

Drochtersen 01-92

01-93 Himmelpforten

01-93 Jork

01-95 Stade

Buxtehude 01-96

> € 74,80 (11x 1,5 Std.) Treffen nach Absprache

Buxtehude, Jugendfreizeithaus. Geschwister-Scholl-Platz 1 Mi. 10.00 - 11.30 Uhr Jutta Schleßelmann. Dipl.-Sozialpäd. Ulrike Brinkmann. Delfi®-Leiterin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5 Mi 15:30 - 17 00 Uhr Christina Heistermann. Delfi®-Leiterin Sonja Hiller, Delfi®-Leiterin

Familienstart

Stade, aktiVital, Gartenstr. 2

4 - 7 Monate

14

02-01	Mi. 28.10.2020 (8x)
02-02	Mi. 14.04.2021 (8x)
	jeweils 10.00 - 10.45 Uhr

4 - 7 Monate

02-03	Do. 29.10.2020 (8x)
02-04	Do. 15.04.2021 (8x)
	ieweils 15.00 - 15.45 Uhr

8 - 12 Monate

02-05	Mi. 28.10.2020 (8x)
02-06	Mi. 14.04.2021 (8x)
	ieweils 10.45 - 11.30 Uhr

8 - 12 Monate

Do 20 10 2020 (0v)

02-07	DO. 29.10.2020 (8X)
02-08	Do. 15.04.2021 (8x)
	jeweils 15.45 - 16.30 Uhr

jeweils € 70,00 **Anke Börger**, Sportlehrerin

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.





- Wasserspaß für 1–4-Jährige
- Schwimmkurse für Kids ab 5 Jahre



Familienleben

FezS (+) – Familien erleben zusammen Sprache in Stade und Buxtehude	16
FezS (+) – für Familien mit Flüchtlingshintergrund	17
Eltern-Kind-Gruppen:	10
Familienleben mit kleinen Kindern	18
Eltern-Kind-Gruppe mit Tanz	19
Kindergruppe	20
Familienkurse	
Musik mit Minis	21
Zumbini	21
Experimentieren mit allen Sinnen	21
Rhythmik mit allen Sinnen erleben	22
Eltern-Kinder-Ponytag	22
Kürbisgesichter schnitzen	22
Adventsfeier im Wald	23
Ferienkurs: Zeitungsdruckhaus Stader Tageblatt	23
Mehrlingstreffen für alle Generationen	23
Tatü Tata, die Feuerwehr ist da!	24
Leuchten - Wachsen - Aufatmen - Ernten	24
Make-up Workshop	24
Väter kochen mit ihren Kindern	25
Nachhaltigkeit im Familienalltag	26



07-01 Stade-Wiepenkathen, Grundschule; Alte Dorfstraße 57 Fr. 15.00 - 17.00 Uhr

07-03 Stade-Hahle, Bildungshaus, Hahler Weg 49
Mo. 15.00 - 17.00 Uhr
Olga Yakusheva,
Dipl.-Sozialpäd.,
russ. Muttersprachlerin
Katharina Tschumakow,
Volljuristin, russ. Mutterspr.

07-05 Stade,
Grünendeicher Straße 1b,
ALVI - Haus der Begegnung
Di. 09.30 - 11.30 Uhr
Aysegül Yuvali,
FezS-Leiterin, türk. Muttersprachlerin
Hannah Brinkmann,
Dipl.-Sozialpäd., FezS-Leiterin

07-07 Stade-Bützfleth, Ev.
Gemeindehaus "Diele",
Obstmarschenweg 343
Fr. 09.00 - 11.00 Uhr
Aysegül Yuvali,
FezS-Leiterin, türk. Muttersprachlerin
Dagmar Aval,
Dipl.-Sozialpäd., FezS-Leiterin

07-09 Buxtehude, FABIZ,
Rotkäppchenweg 3
Mi. 09.30 - 11.30 Uhr
Monika von Reith,
FezS-Leiterin, Erzieherin
Tanja von Fehrn,
FezS-Leiterin, russ. Muttersprachlerin
jeweils € 5,00 je Monat für
Material

FezS (+)

Familien erleben zusammen Sprache

FezS (+) 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, Gesundheit und Gleichstellung sowie die Hansestadt Stade.



Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung





FezS (+) in Buxtehude

Familien erleben zusammen Sprache

Eltern-Kind-Gruppe mit dem Schwerpunkt Sprachförderung In Kooperation mit der Hansestadt Buxtehude Teilnahme auf Anfrage

Gefördert durch das Förderprogramm Zukunft(s)gestalten -"Allen Kindern eine Chance" der Ev.-luth. Landeskirche Hannover sowie durch die Hansestadt Buxtehude.

FezS (+) für Familien mit Flüchtlingshintergrund

Um Schutz suchenden Familien (geflüchtete Familien) das Ankommen in unserem Landkreis zu erleichtern und sie bei ihrem Start zu unterstützen, bietet die Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/ Stade e. V. an verschiedenen Standorten im Landkreis Stade zusätzliche FezS (+) Gruppen an.

Gefördert durch:

- das Niedersächsische Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung im Rahmen des Landesprogrammes "Familien in Niedersachsen",
- die Ev.-luth. Landeskirche Hannover im Rahmen des Förderprogramms "Zukunft(s)gestalten – Allen Kindern eine Chance" und
- den Landkreis Stade.



Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung



Kollegiale Beratung für FezS(+) Gruppenleiterinnen: Sinem Uslu-Uzun Frühpädagogin B.A.



- 07-11 Stade, Ev. Johannisgemeinde, Sandersweg 69 Fr. 09.30 - 11.30 Uhr N.N.
- 07-13 Horneburg,
 Mehrgenerationenhaus,
 Lange Str. 38
 Mo. 15.30 -17.30 Uhr
 Katja Kobs,
 Lehrerin, FezS-Leiterin
 Rabhia Feindt-Riggers
 FezS-Leiterin, Sprachmittlerin
- 07-15 Drochtersen, FABI,
 Sietwender Str. 11
 Fr. 15.00 17.00 Uhr
 Martina Prang,
 Grundschullehrerin, FezS-Leiterin
 Rabhia Feindt-Riggers,
 FezS-Leiterin, Sprachmittlerin
- 07-17 Harsefeld, Ev. Gemeindezentrum, Am Bockelfeld 6 Do. 9.30 - 11.30 Uhr Hannah Brinkmann, Dipl.-Sozialpäd.- FezS-Leiterin Faisa Darwish, FezS-Leiterin, Sprachmittlerin
- 07-19 Ev. Gemeindehaus, Jork-Borstel, Große Seite 9 Termin auf Anfrage Hannah Brinkmann, Dipl.-Sozialpäd.- FezS-Leiterin Faisa Darwish, FezS-Leiterin, Sprachmittlerin

Stade, Grünendeicher Str. 1b, ALVI - Haus der Begenung 07-21 Mi. 09.30 - 11.30 Uhr Aysegül Yuvali, N.N.



Assel | Ev. Gemeindehaus, Asseler Str. 45 Inga Stein | Do. 09.00 - 10.30 Uhr

Drochtersen | Ev. FABI, Sietwender Str. 11, Corina Harz | Mi. 09.00 - 11.00 Uhr Martina Prang | Fr. 09.00 - 10.30 Uhr Eva Wilke | Fr. 09.15 - 10.45 Uhr Judith Hatecke | Do. 09.15 - 10.45 Uhr

Fredenbeck | Ev. Gemeindhaus, Hauptstraße 76 Ute Sievers | Fr. 09.30 - 11.00 Uhr

Großenwörden | Ev. Gemeindehaus, Dorfstr. 19 Tina Deters | Do. 09.30 - 11.00 Uhr

Hamelwörden | Ev. Gemeindehaus, Stader Str. 319 Tasmania Dreyer | Do. 09.00 - 10.30 Uhr Tasmania Dreyer | Di. 09.00 - 10.30 Uhr

Hammah | Ev. Gemeindehaus, Osterheide 8 Kerstin Jark | Di. 09.00 - 10.30 Uhr

Oldendorf | Ev. Gemeindehaus, Hauptstr. 14 Kerstin Bonow | Do. 09.00 - 10.30 Uhr

Stade | Ev. FABI, Neubourgstr. 5 Britta Brandt | Mi. 09.15 - 10.45 Uhr Britta Brandt | Do. 09.00 - 10.30 Uhr Anik Heidemann | Fr. 09.00 - 10.30 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 € 55,80

(12 x) inkl. 2 Elternabende pro Geschwisterkind ab 10 Monate + € 5,00

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



Eltern-Kind-Gruppe mit Tanz für Eltern und Kinder ab 8 Monate

Im Mittelpunkt dieses Kurses steht das Zumbini-Programm. Sie werden sich gemeinsam mit ihrem Kind zu verschiedenen Liedern bewegen und Tänze lernen. Dabei werden die kognitiven, motorischen und sozialen Fähigkeiten ihres Kindes gefördert. Außerdem haben Sie Gelegenheit, andere Familien zu treffen, neue Kontakte zu knüpfen und Erfahrungen auszutauschen.



Stade,

Grünendeicher Str. 1b,

ALVI - Haus der Begenung

04-02 Fr. 11.09.2020 (10x)

04-03 Fr. 15.01.2021 (10x) 04-04 Fr. 16.04.2021 (10x)

ieweils 09.15 - 10.45 Uhr

jeweils € 75,00 Michelle Götz,

Erzieherin



Lieferbare Titel, die wir nicht vorrätig haben, bestellen wir Ihnen zum nächsten Morgen.

Über unseren Webshop erreichen Sie uns rund um die Uhr.



Hökerstraße 4 21682 Stade Tel 0 4141- 4 62 86 www.buchhandlungcontor.de Mo.-Fr. 9-18 Uhr • Sa. 9-15 Uhr Drochtersen, FABI, Sietwender Str. 11 Di. – Do. 08.30 –11.30 Uhr € 65,00 Kirsten Dölling, Erzieherin Sonia Torrado, Tagesmutter

Kindergruppe

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.

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 2021 entgegen unter info@fabi-stade.de und www.fabi-stade.de Ein Quereinstieg ist möglich, wenn Plätze frei sind.



Zu unseren Leistungen zählen:

Holzrahmenbau · Fachwerkbau
Dachkonstruktionen · Altbausanierung
Wärmedämmung · Innenausbau (Trockenbau)
Fenster · Türen · Einbauküchen
Decken-, Boden-, Wandverkleidung
Massivholztreppen · Einzelmöbelanfertigungen

Helmut Giese GmbH

Köckweg 32 · Wischhafen Tel.: 04770 7142 · Fax: 04770 331

www.gieseholzbau.de

Musik mit Minis

für Eltern mit Kindern von 10 Monaten bis 2 Jahren 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.

Zumbini

für Eltern mit Kindern von 1 bis 4 Jahren

Für unsere jüngsten Zumba® Fans sowie ihre Eltern gibt es viel Spaß und außerdem wird die Bindung zu den Mini-Party-Löwen gestärkt. Das Zumbini® Programm wurde für Eltern und ihre Kinder entwickelt, um zu lernen, um die Bindung zwischen ihnen zu stärken und die Kinder in einer fröhlichen Umgebung mit Musik aufwachsen lassen zu können. Es wird nicht mit einem Tragetuch getanzt.

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

Experimentieren mit allen Sinnen Eltern mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahren

Eltern mit Kindern von 1,5 bis 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.

Stade, Ev. Gemeindehaus, Streuheidenweg 22

- 07-30 Mo. 31.08.2020 (8x)
- 07-31 Mo. 11.01.2021 (10x) 07-32 Mo. 12.04.2021 (10x)
- jeweils 09.00 09.45 Uhr
- 07-33 Mo. 31.08.2020 (8x)
- 07-34 Mo. 11.01.2021 (10x)
- 07-35 Mo. 12.04.2021 (10x) jeweils 10.00 - 10.45 Uhr € 30,40 (8x), €38,00 (10x) Petra Zietz.

Erzieherin

Stade,

Grünendeicher Str. 1b, ALVI - Haus der Begenung

- 07-39 Mo. 07.09.2020 (10x)
- 07-40 Mo. 11.01.2021 (10x)
- 07-41 Mo. 12.04.2021 (10x) jeweils 16.00 - 16.45 Uhr

jeweils € 60,00

Michelle Götz,
Official Zumba® Instructor

Lizenz C

Stade, Ev. Gemeindehaus, Streuheidenweg 22

- 07-44 Mo. 18.01.2021 (8x)
- 07-45 Mo. 12.04.2021 (8x)

jeweils 15.30 - 17.00 Uhr jeweils € 59.00

Frauke Mietzke,

Erzieherin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Sa. 17.04.21, 24.04.21 (2x) jeweils10.00 - 12.00 Uhr € 25,00

Ines Krause.

Erzieherin mit heilpäd. Zusatzausbildung, Rhythmikpädagogin bwr

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

07-50 Fr. 04.09.2020 (1x) 07-51 Fr. 21.05.2021 (1x) jeweils 15.00 - 17.30 Uhr jeweils € 23,00 pro Eltern-Kind

> Sebastian Cramer, Sozpäd., B.A., Reitpädagoge



Jork, Obsthof Lefers, Osterjork 140

07-54 Sa. 24.10.2020 (1x)
15.00 - 17.00 Uhr
€ 5,50 je Erw./€ 3,50 je Kind
Sigrun Lefers,
Tagespflegeperson
Ute Söhl,
Delfi-Leiterin[®], zert. Tagespflegeperson

Rhythmik mit allen Sinnen erleben - mit Trommelbau -

für Eltern mit Kindern von 3 bis 6 Jahren

"Rhythmik" bedeutet Erziehung durch Musik und Bewegung - das begleitet uns unser ganzes Leben. Der Klang einer Trommel fasziniert schon ganz kleine Kinder. Sie werden in die Welt des Trommelns und des Trommelbaus eintauchen. Gemeinsam werden wir trommeln, singen, tanzen, basteln und spielen.

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

Eltern-Kinder-Ponytag

für Eltern mit Kindern von 3 bis 6 Jahren

Kinder 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. www.helfende-tiere.de

In Kooperation mit dem Zentrum für tiergestützte Therapie & Pädagogik.

Bitte mitbringen: 1,00 EUR pro Person.

Kürbisgesichter schnitzen

für Familien mit Kindern ab 2 Jahren

Sie werden gemeinsam mit Ihren Kindern einen Spaziergang in den Obsthof machen und dort zuerst einen Kürbis mit Messer und Löffel aushölen, um ihm dann ein Gesicht zu schnitzen. Mit einer Kerze wird der Kürbis zum Leuchten gebracht. Kleinere Kinder können ihrem Kürbis ein Gesicht aufmalen. Zur Stärkung gibt es warmen Apfelsaft und einen kleinen Snack. Bei schlechtem Wetter findet der Ausflug in der Halle auf dem Hof statt. Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung, Löffel und Messer. Kostenbeitrag für Kürbis und Verpflegung ist vor Ort zu entrichten.

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.

Ferienkurs: Zeitungsdruckhaus Stader Tageblatt

Besichtigung für Eltern und Kinder ab 6 Jahren Wie entsteht eigentlich eine Zeitung? Wie werden Bilder, Buchstaben und Farben aufs Papier gedruckt? Sie erleben die Entstehung einer Tageszeitung und werden dabei auch die große Druckmaschine in Aktion sehen.

Mehrlingstreffen für alle Generationen

Haben Sie Mehrlinge oder sind Sie selbst ein Zwilling oder Drilling? Wir laden Sie zu einem Treffen für Familien mit Mehrlingen ein, alle Generationen sind willkommen. Es wird einen lockeren Austausch geben, ein Spielangebot für die Kinder und zur Stärkung steht Kaffee und Kuchen bereit. Eine Fotografin wird ebenfalls vor Ort sein, so dass Sie Familienfotos machen können.

WIR HABEN BASTELMATERIAL,
BÜCHER FÜR JUNG UND ALT,
TOLLE GESCHENKIDEEN,
DEKORATIVES UND VIELES MEHR.
LASSEN SIE SICH INSPIRIEREN.

SIETWENDER STRASSE 32 · 21706 DROCHTERSEN KONTAKT@DERPOSTLADEN.DE · WWW.DERPOSTLADEN.DE

Stade-Hahle, Hof Sterneberg

07-55 So. 20.12.2020 (1x)
16.00 - 17.30 Uhr
ohne Gebühr, um eine Spende
wird gebeten
Volker Dieterich-Domröse,
Pastor

Stade, Zeitungsverlag Krause, Systemraum, Glückstädter Str. 10

07-57 Fr. 23.10.2020 (1x)
07-58 Di. 02.02.2021 (1x)
jeweils 10.30 - 12.30 Uhr
jeweils € 6,00 pro Eltern-Kind
Rainer Dankert,
Schriftsetzermeister,
Mediengestalter

Stade,
Grünendeicher Str. 1b,
ALVI - Haus der Begenung
07-60 Sa. 08.05.2021 (1x)
15.00 - 17.00 Uhr
€ 5,00 je Erw./€ 2,00 je Kind
Sina Peters,
Erzieherin

Harsefeld Feuerwehr, Auf der Herde 5a Sa. 26.09.2020 (1x)

07-62 Sa. 26.09.2020 (1x)
Henning Stegmann

Hollern-Twielenfleth, Feuerwehr, Hollernstraße 81 b

07-63 Sa. 20.03.2021 (1x) jeweils 10.00 - 12.15 Uhr jeweils € 7,00 Claas Brüggemann

Ev. Gemeindehaus Bockhorster Weg So. 04.10.2020 (1x)

07-66 So. 24.01.2021 (1x) 07-67 So. 25.04.2021 (1x) 07-68 So. 11.07.2021 (1x)

07-65

jeweils 16.00 - 17.30 Uhr jeweils kostenfrei

Johanna Wutkewicz Pastorin



Stade, FABI, Neubourgstr. 5

07-70 Sa. 12.09.2020 (1x)
07-71 Sa. 06.02.2021 (1x)
jeweils 11.00 - 13.30 Uhr
jeweils € 21,00 je Mutter/
Tochter

Natascha Krüger, Visagistin

Tatü Tata, die Feuerwehr ist da!

für Eltern mit Kindern ab 4 Jahren

Die Feuerwehr öffnet sich für Eltern und ihre Kinder. Sie werden Gebäude, Geräte, Autos, Arbeitsweisen und Aufgaben der Freiwilligen Feuerwehr Harsefeld kennenlernen und können auch in einem Feuerwehrauto sitzen.

Leuchten – Wachsen – Aufatmen – Ernten Mit Cosmae durch das Jahr

Der Rhythmus des Jahres ist für uns alle spürbar. Im Winter sehnen wir uns nach dem Licht. Im Frühling freuen wir uns über neues Wachstum. Im Sommer genießen wir lange, helle Tage. Im Herbst sammeln wir Früchte und lagern Vorräte ein, die uns wieder durch den Winter tragen. Auch in den kirchlichen Festen des Jahres zeigen sich die Veränderungen des Lebens, wir entdecken Gott als den, der unsere Welt hält und uns in den unterschiedlichen Momenten unseres Lebens begleitet.

Mit Kindern, Mamas und Papas, Großeltern und allen, die mögen, feiern wir den Jahreslauf und Gottes Kreativität, die sich überall zeigt. Wir erkunden, basteln und spielen, wir erzählen und verbringen gemeinsam drinnen im Haus oder draußen auf der Streuobstwiese Zeit.

Bitte mitbringen: Einen eigenen Becher und wetterfeste Kleidung Verantwortlich für das Angebot ist die Kirchengemeinde St. Cosmae. Anmeldungen bei der Fabi oder direkt bei Pastorin Johanna Wutkewicz, Telefonnummer 04141-900724 oder per Mail an johanna.wutkewicz@evlka.de.

Make-up Workshop

für Mütter mit Töchtern ab 12 Jahren

Sich direkt in die Augen schauen und entdecken, wie schön die Andere ist. Hier lernen Sie in kleiner Gruppe die richtigen Schminktechniken für jeden Typ. Durch konkrete Tipps und Hilfestellungen der Visagistin erfährt jede einzelne Teilnehmerin ein "Aha-Erlebnis". Mütter und Töchter erleben ihre Beziehung einmal ganz anders.

07-76

Väter kochen mit ihren Kindern

für Kinder ab 6 Jahre

Gemeinsame Mahlzeiten sind etwas Schönes und wichtig für das soziale Miteinander. Ein besonders schönes Erlebnis ist das gemeinsame Zubereiten der Mahlzeiten. In diesem Kurs kochen Väter gemeinsam mit ihren Kindern kleine schmackhafte Gerichte. Zum Abschluss des Abends werden die Leckereien am schön gedeckten Tisch gemeinsam verzehrt.

Bitte mitbringen: Getränk, Restbehälter, eine Schürze. Kostenbeitrag für Lebensmittel ist vor Ort zu entrichten.

Alter Schlachthof. Freiburger Str. 4 07-73 Do. 01.10.2020 (1x) 07-74 Do. 05.11.2020 (1x) 07-75 Do. 04.02.2021 (1x) Do. 15.04.2021 (1x) jeweils 16.00 - 19.00 Uhr jeweils € 22,50 Inge Schmidt,

Hauswirtschaftsmeisterin

Jugendfreizeitstätte



Stade, Ev. Gemeindehaus, Streuheidenweg 22

01-81 Mi. 24.02.2021 (1x) 19.30 - 21.30 Uhr € 8.00

> Yvonne Mayet, Lebensberaterin

Nachhaltigkeit im Familienalltag

Wie kann ich den Alltag mit den kleinen Kindern nachhaltig gestalten?

Was bedeutet eigentlich Nachhaltigkeit, und wie kann ich alltägliche Gewohnheiten nachhaltig verändern? Manchmal sind es ganz kleine Dinge, die Großes bewirken. Viele Gegenstände des täglichen Gebrauchs sind einfach selbst herzustellen oder durch nachhaltige Alternativen zu ersetzen.

Beispiele werden anhand von Anschauungsmaterial aus den Themenbereichen Babypflege, Ernährung, Haushalt, Ausstattung vorgestellt. Diese bewusste Entscheidung trägt für nachhaltige Verhaltensweisen, einen wichtigen Teil dazu bei, natürliche Ressourcen zu sparen und so die Zukunft unserer Kinder lebenswert zu gestalten.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien.



sinn- und wertorientierte Persönlichkeitsbildung
systemische Therapie & Beratung
erlebnisorientierte Fortbildungen
märchenhafte Selbsterfahrungsseminare

Vaßmerstr. 26 | 21614 Buxtehude
Tel.: 04161 649566 | Email: info@anita-leschke.de
www.anita-leschke.de

Eltern

Erste Hilfe bei "kleinen" Unfällen	28
Hausmittel und Wickel	28
Essen und Trinken für das Baby	28
Was Kinder wirklich groß und stark macht	28
Hausmittel für Kinder	29
Stress und Stressbewätligung bei Kindern	29
Elternsein als Herausforderung	29
Mein hochsensibles Kind	29
"Eins kann jeder"	30
Stammtisch für Mehrlingseltern	30
INPP	30
Vorträge in Kooperation mit den Grundschulen Pestalozzi, Wiepenkathen, Bützfleth	
Smart Mobil!?	31
Bewegte Kinder lernen besser	31
Im Gespräch	
Im Gespräch Grenzerfahrungen Elternsein	32
Grenzerfahrungen Elternsein	32 32
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
Grenzerfahrungen Elternsein Was Kinder wirklich groß und stark macht Hausmittel für Kinder	32
Grenzerfahrungen Elternsein Was Kinder wirklich groß und stark macht	32 32
Grenzerfahrungen Elternsein Was Kinder wirklich groß und stark macht Hausmittel für Kinder Stress und Stressbewältigung bei Kindern	32 32 33
Grenzerfahrungen Elternsein Was Kinder wirklich groß und stark macht Hausmittel für Kinder Stress und Stressbewältigung bei Kindern Glückliche Kinder sind kein Zufall	32 32 33 33
Grenzerfahrungen Elternsein Was Kinder wirklich groß und stark macht Hausmittel für Kinder Stress und Stressbewältigung bei Kindern Glückliche Kinder sind kein Zufall "Nein! Meins! Selber!"	32 32 33 33 33
Grenzerfahrungen Elternsein Was Kinder wirklich groß und stark macht Hausmittel für Kinder Stress und Stressbewältigung bei Kindern Glückliche Kinder sind kein Zufall "Nein! Meins! Selber!" Nachhaltigkeit im Familienalltag	32 32 33 33 33 34
Grenzerfahrungen Elternsein Was Kinder wirklich groß und stark macht Hausmittel für Kinder Stress und Stressbewältigung bei Kindern Glückliche Kinder sind kein Zufall "Nein! Meins! Selber!" Nachhaltigkeit im Familienalltag Kleiner Kinder leichter verstehen lernen	32 32 33 33 33 34 34
Grenzerfahrungen Elternsein Was Kinder wirklich groß und stark macht Hausmittel für Kinder Stress und Stressbewältigung bei Kindern Glückliche Kinder sind kein Zufall "Nein! Meins! Selber!" Nachhaltigkeit im Familienalltag Kleiner Kinder leichter verstehen lernen Verhalten ist kein Zufall Nobody is perfect/ Mein hochsensibles Kind	32 32 33 33 33 34 34 34
Grenzerfahrungen Elternsein Was Kinder wirklich groß und stark macht Hausmittel für Kinder Stress und Stressbewältigung bei Kindern Glückliche Kinder sind kein Zufall "Nein! Meins! Selber!" Nachhaltigkeit im Familienalltag Kleiner Kinder leichter verstehen lernen Verhalten ist kein Zufall	32 33 33 33 34 34 34 35

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

11-01 Mo. 28.09.2020 (1x) 11-02 Mo. 15.03.2021 (1x) jeweils 19.30 - 21.45 Uhr jeweils € 9,00 Sonja Hiller,

> Heilpraktikerin, Kinderkrankenschwester

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

11-04 Mo. 09.11.2020 (1x) 19.30 - 21.45 Uhr € 9,00

Sonja Hiller,

Heilpraktikerin, Kinderkrankenschwester

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

11-05 Di. 03.11.2020 (1x) 19.30 - 21.45 Uhr € 8,50 Christina Heistermann, Diplom Oecotrophologin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

11-06 Di. 04.05.2021 (1x)
19.30 - 21.45 Uhr
€ 8,50
Christina Heistermann,
Diplom Oecotrophologin

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.

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.

Hausmittel für Kinder

praktikable Tipps zur Linderung von leichten Beschwerden und Unwohlsein

Ob Erkältung, Bauchschmerzen, Zahnen oder juckende Insektenstiche - für all diese Fälle gibt es altbewährte Hausmittel, die wenig oder gar kein Geld kosten. An diesem Abend erfahren Sie, welche Mittel aus der Pflanzenheilkunde in keiner Hausapotheke fehlen sollten. Außerdem lernen Sie einfache Griffe aus der Fußreflexzonen-Massage kennen, die Unwohlsein lindern und für wohlige Entspannung sorgen können. So wissen Sie sich zukünftig jederzeit zu helfen, falls Ihrem Kind etwas fehlen sollte.

Stress und Stressbewältigung bei Kindern

Der moderne Alltag macht unseren Kindern zu schaffen. Reizüberflutung, Leistungsdruck, aber auch Spannungen in der Familie oder fehlende Sprachkenntnisse führen dazu, dass ein Kind ängstlich, unruhig oder ungeduldig reagiert.

Dieser Abend informiert über die Entstehung von positivem und negativem Stress und die körperlichen Reaktionen darauf. Es gibt Tipps gegen den Stress, z.B. gezielte Entspannung durch Stilleübungen, Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training oder Fantasiereisen.

Elternsein als Herausforderung

Wohin mit Gefühlen wie Wut, Angst und Hilflosigkeit? Sie lieben Ihre Kinder, aber im Alltag stoßen Sie immer wieder an Ihre Grenzen und Gefühle wie Wut. Anast und Hilflosiakeit tauchen auf. Was löst diese Gefühle aus, wo kommen sie her und warum führen sie zu Verunsicherungen? An diesem Abend erfahren Sie, was die Hintergründe für diese Gefühle sind und wie Sie Ihren Weg in Ihrer Elternrolle finden können.

Mein hochsensibles Kind...

- ... Was müssen Sie wissen, um sein besonderes Wesen zu ver stehen?
- ... Was müssen Sie lernen, um seine Bedürfnisse zu erkennen?
- ... Was müssen Sie entwickeln, um eine liebe- und verständisvolle(r) Mutter/Vater zu sein?

Sie erhalten auf diesem Elternabend Informationen über das Persönlichkeitsmerkmal der Hochsensibilität und Anregungen, wie Sie Ihr Kind feinfühlig auf seinem Weg begleiten können.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Do 18 03 2021 (1x) 19.30 - 21.00 Uhr € 8.00 Berit Lütjohann, Heilpraktikerin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5 Mi. 17.02.2021 (1x)

11-10

19.30 - 21.00 Uhr € 6.00 Alexandra Riedel-Schiffner, Entspannungspädagogin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

11-11 Mi. 07.10.2020 (1x)

11-12 Mo. 11.01.2021 (1x) jeweils 19.30 - 21.00 Uhr ieweils € 7,20 Ingo Schulz,

Life&Business Coach, Psychologischer Berater

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

11-14 Mo. 05.10.2020 (1x) 19.45 - 21.15 Uhr € 6.00 Garnet Cohrs,

Diplom Psychologin

Stade, Ev. Gemeindehaus, Streuheidenweg 22

11-17 Do. 05.11.2020 (1x) 19.45 - 21.45 Uhr € 8,50 Sina Peters, Erzieherin

Stade, Ev. Gemeindehaus, Streuheidenweg 22

11-19 Do. 01.10.2020 (1x)
11-20 Do. 28.01.2021 (1x)
11-21 Do. 29.04.2021 (1x)
jeweils 19.45 - 21.15 Uhr
jeweils € 7,00
Sina Peters,

Frzieherin

Stade-Haddorf, Praxis für INPP & JIAS, Bockhorner Allee 7

11-23 Mi. 09.09.2020 (1x) 11-24 Mi. 11.11.2020 (1x) 11-25 Mi. 03.02.2021 (1x) 11-26 Mi. 05.05.2021 (1x) jeweils 19.00 - 21.00 Uhr

> jeweils € 10,00 Signe Krüger, Heilpraktikerin

"Eins kann jeder"

... wie das Leben mit Zwillingen klappt

Die Geburt von Zwillingen stellt Eltern vor eine besondere Herausforderung. Bei Säuglingen steht die Frage nach der Versorgung im Vordergrund. Füttern, schlafen, mobil sein, wie kann das alles gelingen? Aber auch später gibt es viele Fragen: wie bleibt die Individualität erhalten, was brauchen Zwillinge, wenn sie älter werden? Über all diese Fragen können Sie sich an diesem Abend mit anderen Zwillingseltern austauschen.

Stammtisch für Mehrlingseltern

Sie haben die Gelegenheit, sich mit anderen Eltern auszutauschen. Es gibt viele Fragen, die Mehrlingseltern beschäftigen. Wann sind gemeinsame Aktionen sinnvoll, wann getrennte? Jeder Abend steht nach Absprache unter einem Thema.

INPP

Neurophysiologische Entwicklungsförderung

Die Entwicklungsförderung nach dem INPP-Modell beschäftigt sich mit neuromotorischen Ursachen von Lern-, Verhaltens- und Bewegungsauffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen. Durch noch nicht gehemmte frühkindliche Reflexe kommt es häufig zu Lern-, Bewegungs- und Verhaltensauffälligkeiten (Ängstlichkeit, Ungeschicklichkeit, Bewegungsunruhe, Konzentrationsstörungen, Lese-, Schreib- und Rechenschwierigkeiten und vieles mehr). Diese können durch gezielte Übungsprogramme therapiert werden. Sie erfahren in diesem Vortrag, wie die Entwicklung der betroffenen Kinder gefördert werden kann.



Vorträge in Kooperation mit den Grundschulen: Pestalozzi, Wiepenkathen, Bützfleth

Smart Mobil!? - Smartphone, Tablet & Apps

ein Abend rund um Fragen der Medienerziehung von Grundschulkindern

Das Handy ist aus der Welt von Jugendlichen nicht mehr wegzudenken. Auch Grundschulkinder haben zunehmend eigene mobile Geräte. Mit Smartphones können selbst Kinder fotografieren, Videos drehen, Apps installieren, Chatten, Kontakte pflegen, im Internet surfen oder Daten austauschen. Die Veranstaltung bietet einen Überblick zum Thema und gibt neben praktischen Tipps die Gelegenheit zur Diskussion. Folgende Themen werden unter anderem beleuchtet:

- Mobile Geräte was steckt drin?
- Ab wann ist ein eigenes Handy/ Smartphone sinnvoll?
 Welche rechtlichen Aspekte sollte mein Kind kennen?
 Risiken, z.B. Daten, versteckte Kosten, wie schütze ich mein Kind?
- Kreative Nutzung von mobilen Geräten
- Smart mobil!? Der APP-Check Apps und ihre Berechtigung
- Angesagte Apps ein Blick auf Gefahren und Chancen
- Wo gibt es Hilfe für Kinder und Eltern Gefördert durch die Niedersächsische Landesmedienanstalt (NLM).

Stade, GS Pestallozzi, Sandersweg 48

11-29 Di. 17.11.2020 (1x)

Stade, GS Wiepenkathen, Alte Dorfstraße 57

11-30 Mo. 15.02.2020 (1x)
jeweils 19.30 - 21.30 Uhr
jeweils kostenfrei
Kerstin Heiden,
medienpäd. Referentin, Blickwechsel - Verein für Medienund Kulturpädagogik e.V.

Bewegte Kinder lernen besser

Der Zusammenhang von Lernen und Bewegung ist wissenschaftlich anerkannt. An diesem Elternabend werden Ihnen spielerisch leichte Übungen vermittelt, die das Lernen durch die Bewegungen fördern. Welches sind die geeigneten Voraussetzungen, um nachhaltig Wissen zu speichern? Zu dieser Frage erhalten Sie umfangreiches Wissen und hilfreiches Handwerkszeug. Denn: Lernen findet nicht nur im Kopf statt!

Grundschule Stade-Wiepenkathen, Alte Dorfstraße 57

11-32 Di. 06.10.2020 (1x)

Stade-Bützfleth, Grundschule am Fleth, Obstmarschenweg 353

11-33 Di. 20.04.2021 (1x) jeweils 19.30 - 20.30 Uhr jeweils € 2,50 Stefanie Theivagt, NLP-Lerncoach Eltern Im Gespräch



32



Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung

Jork, Ev. Kindertagesstätte, Am Fleet 4,

11-40 Mi. 23.09.2020 (1x)
19.30 - 21.00 Uhr
kostenfrei
Imke Dohmen,
Heilpraktikerin der Psychotherapie

Neuenkirchen, DRK-Kita "Lüttje Racker", Dorfstr. 56

11-41 Di. 27.10.2020 (1x)
19.30 - 21.45 Uhr
kostenfrei
Christina Heistermann,
Diplom Oecotrophologin

Nottensdorf, DRK Kita "Grashüpfer", In den Stücken 2

11-42 Di. 03.11.2020 (1x) 19.30 - 21.00 Uhr kostenfrei Berit Lütjohann, Heilpraktikerin

Im Gespräch

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

Grenzerfahrungen Elternsein

Warum fühle ich mich oft im Alltag mit meinem Kind und Partner so wütend? Wieso werde ich häufig laut und schreie, obwohl ich genau das nicht will! Warum fühle ich mich so machtlos in meinen Handlungen? Früher war ich ausgeglichener, heute reicht ein Funken und ich explodiere! Warum? Als Eltern kommt man oft an seine Grenzen im Alltag mit Kindern. An diesem Abend erfahren Sie, was hinter ihrer Wut steckt und warum diese eher Freund als Feind ist.

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.

Hausmittel für Kinder

praktikable Tipps zur Linderung von leichten Beschwerden und Unwohlsein

Ob Erkältung, Bauchschmerzen, Zahnen oder juckende Insektenstiche - für all diese Fälle gibt es altbewährte Hausmittel, die wenig oder gar kein Geld kosten. An diesem Abend erfahren Sie, welche Mittel aus der Pflanzenheilkunde in keiner Hausapotheke fehlen sollten. Außerdem lernen Sie einfache Griffe aus der Fußreflexzonen-Massage kennen, die Unwohlsein lindern und für wohlige Entspannung sorgen können. So wissen Sie sich zukünftig jederzeit zu helfen, falls Ihrem Kind etwas fehlen sollte.

Im Gespräch Eltern 33

Stress und Stressbewältigung bei Kindern

Der moderne Alltag macht unseren Kindern zu schaffen. Reizüberflutung, Leistungsdruck, aber auch Spannungen in der Familie oder fehlende Sprachkenntnisse führen dazu, dass ein Kind ängstlich, unruhig oder ungeduldig reagiert.

Dieser Abend informiert über die Entstehung von positivem und negativem Stress und die körperlichen Reaktionen darauf. Es gibt Tipps gegen den Stress, z.B. gezielte Entspannung durch Stilleübungen, Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training oder Fantasiereisen.

Glückliche Kinder sind kein Zufall

Nie hatten unsere Kinder günstigere Voraussetzungen für den Start in ihr Leben und dennoch steigt die Zahl der Kinder, die an psychischen Erkrankungen leiden, oder bereits mit Stresssymptomen zu kämpfen haben. Dabei versuchen wir alles Mögliche, um die besten Bedingungen zu schaffen. Doch offensichtlich reicht das nicht. Aber was ist es dann, das unseren Kindern hilft? Was ist es, das nachhaltig trägt und glücklich macht? Dem wollen wir im Laufe des Vortrags auf die Spur kommen. Vielleicht stellt sich sogar heraus, dass weniger sehr viel mehr ist.

"Nein! Meins!Selber!" Wut und Trotz bei Kleinkindern

Die Trotzphase gehört zu den wichtigsten Entwicklungsphasen im Kleinkindalter. Für Eltern und Kinder ist sie oft stressig und belastend. Wie schaffen sie es gelassener mit diesen Situationen umzugehen? Was ist hilfreich für Eltern und Kinder.

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.

Wischhafen Kindergarten, Am Sportplatz 3

11-43 Mi. 18.11.2020 (1x) 19.30 - 20.30 Uhr kostenfrei Alexandra Riedel-Schiffner, Entspannungspädagogin

Hollern-Twielenfleth, Gemeindehaus, Hörn 19

11-44 Mi. 20.01.2021 (1x)
19.30 - 21.45 Uhr
kostenfrei
Cäcilia Balandat,
Achtsamkeits-/Glückscoaching

Wischhafen Kindergarten, Am Sportplatz 3

11-46 Do. 25.02.2021 (1x) 19.30 - 21.00 Uhr kostenfrei **Sina Peters**, Erzieherin Eltern Im Gespräch

Jork-Borstel, Ev. Kindertagesstätte St. Nikolai, Schulstraße 5a

11-45 Mi. 17.02.2021 (1x) 19.30 - 21.30 Uhr kostenfrei Yvonne Mayet, Lebensberaterin

34

Horneburg,
Hoki-Kindertagesstätte,
Am Kindergarten 2

11-47 Mi, 24.03.2021 (1x)
19:30 - 21:00
kostenfrei
Imke Dohmen,
Heilpraktikerin der Psychotherapie

Kita Oederquartk,
Dorfstr. 31
11-48 Mi. 24.03.2021 (1x)

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

11-49 Mo. 15.03.2021 (1x) jeweils 19.30 - 21.00 Uhr jeweils kostenfrei Lina Charlotte Diehl, Dipl.-Sozialpäd

Nachhaltigkeit im Familienalltag

Wie kann ich den Alltag mit den kleinen Kindern nachhaltig gestalten?

Was bedeutet eigentlich Nachhaltigkeit, und wie kann ich alltägliche Gewohnheiten nachhaltig verändern? Manchmal sind es ganz kleine Dinge, die Großes bewirken. Viele Gegenstände des täglichen Gebrauchs sind einfach selbst herzustellen oder durch nachhaltige Alternativen zu ersetzen.

Beispiele werden anhand von Anschauungsmaterial aus den Themenbereichen Babypflege, Ernährung, Haushalt, Ausstattung vorgestellt. Diese bewusste Entscheidung trägt für nachhaltige Verhaltensweisen, einen wichtigen Teil dazu bei, natürliche Ressourcen zu sparen und so die Zukunft unserer Kinder lebenswert zu gestalten.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien.

Kleine Kinder leichter verstehen lernen

Bei kleinen Kindern kommen wir oft an unsere Grenzen, verstehen nicht warum sie ein "Nein" wieder und wieder übergehen, fühlen uns damit oft provoziert obwohl wir doch wissen, dass es Kinder sind. Oft verlieren wir Eltern in solch alltäglichen Situationen die Geduld und werden laut oder vielleicht sogar grob. Das Ergebnis solcher Streitigkeiten sind nicht selten weinende Kinder und frustrierte Eltern, die sich machtlos und als Versager fühlen. Warum hört oder versteht mein Kind mich nicht? Warum fühle ich mich von meinem Kind so provoziert?

An diesem Abend erfahren Sie, wie Sie ihre Kinder besser verstehen können und es werden Alternativen aufgezeigt, damit Sie als Eltern im Alltag nicht verzweifeln.

Verhalten ist kein Zufall

Herausforderndes Verhalten bei Kindern von 1 bis 6 Jahren Warum beißt Max? Mia will nicht essen! Moritz sieht Gespenster unterm Bett! Matilda traut sich nicht ... Was ist hier eigentlich los? Warum verhält sich das Kind vermeintlich so ungewöhnlich? Wir wollen schauen, welche möglichen Ursachen hinter kindlichen "Auffälligkeiten" liegen, welche entwicklungspsychologischen Phasen Kinder durchlaufe und wie wir den Blick auf das Positive richten können.

Eltern Im Gespräch 3.5

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.

Drochtersen, FABI. Sietwender Str. 11 Di. 09.02.2021 (1x)

11-51

Jork, Ev. Kindertagesstätte "Hand in Hand", Osterminnerweg 19

11-52 Di. 20.04.2021 (1x) ieweils 19.30 - 21.30 Uhr jeweils kostenfrei Thomas Rupf. Dipl.-Pädagoge, Buchautor

Mein hochsensibles Kind...

- ... Was müssen Sie wissen, um sein besonderes Wesen zu verstehen?
- ... Was müssen Sie lernen, um seine Bedürfnisse zu erkennen?
- ... Was müssen Sie entwickeln, um eine liebe- und verständnisvolle(er) Mutter/Vaterzu sein?

Sie erhalten auf diesem Elternabend Informationen über das Persönlichkeitsmerkmal der Hochsensibilität und Anregungen. wie Sie Ihr Kind feinfühlig auf seinem Weg begleiten können.

Horneburg, AWO-Kita "Moorwichtel", Johann-Hinrich-Wichern-Str. 10

11-53 Di. 04.05.2021 (1x) 19 30 - 21 00 Uhr kostenfrei Garnet Cohrs. Diplom Psychologin

Wir gehen in den Wald! - Tipps & Ideen für den Familien-Wald-Spaziergang

Gemeinsam erkunden Sie mit Ihren Kindern den Rüstier Forst. Die Entdecker-Runde ist so gestaltet, dass Sie neben einem erlebnisreichen Aktionsprogramm für Groß und Klein, nicht nur Waldwissen vermittelt bekommen, sondern auch ein paar Ideen für Ihren nächsten Familien-Wald-Spaziergang erhalten. Ganz nebenbei erfahren Sie, was Wissenschaftler über Naturerfahrungen in der kindlichen Entwicklung denken. Genauer Treffpunkt wird nach Anmeldung mitgeteilt.

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

11-54 So. 27.06.2021 (1x) 16.00 - 18.00 Uhr kostenfrei Birte Schmetjen, Försterin, Waldpädagogin Termine und Kursorte auf Anfrage (Tel. 04141-797570)



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.

Gefördert durch die jeweiligen (Samt-) Gemeinden und das Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Gesundheit und Geleichstellung.

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



Kinder & Jugendliche

Kindergeburtstag im Wald	38
Abenteuer Küche	38
Kinder kochen nach Themen	38
Wege in die Ruhe	39
Entspannung für Kinder	39
Yoga für Kinder	39
Lerncoaching für Kinder der 5./6. Klasse	40
Mentoring Projekt	40
Interkulturelle Werkstätten	41
Handwerkszeug für Kinder	42
Sozialkompetenz und Prävention/ Wendo für Mädchen - Einführungsseminar	43
Sozialkompetenz und Prävention/ Wendo für Mädchen – Aufbaukurs	43
Sozialkompetenz und Prävention/ Wendo für Mädchen – Jahresgruppe	44



Moorschutzhütte Mulsum, Hohes Moor

08-02 € 90,00

Waldpädagogen der niedersächsischen Landesforsten, Forstamt Harsefeld



Horneburg, Mehrgenerationenhaus, Lange Str. 38

08-04 Sa. 19.09.2020 (1x)
08-05 Sa. 21.11.2020 (1x)
08-06 Sa. 23.01.2021 (1x)
08-07 Sa. 20.03.2021 (1x)
jeweils 10.30 - 13.30 Uhr
jeweils € 14,50 inkl. € 3,00
für Lebensmittel
Elke Mehrkens,
Köchin

Ev. Gemeindehaus Bockhorster Weg 27

08-09 Fr. 09.10.2020 (1x)
08-10 Fr. 20.11.2020 (1x)
08-11 Fr. 15.01.2021 (1x)
08-12 Fr. 12.02.2021 (1x)
08-13 Fr. 19.03.2021 (1x)
jeweils 15.30 - 18.30 Uhr
ieweils € 14.50

Mais Jawhar

Kindergeburtstag im Wald

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. Die Kinder kommen den Bewohnern des Waldes auf die Spur, hören spannende Märchen und Geschichten über den Wald, lernen mit Bewegungsspielen und reichlich Action Pflanzen und Tiere kennen, werden als Waldkünstler tätig oder bergen einen Waldschatz.

Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung, geeignetes Schuhwerk, Picknick

In Kooperation mit dem Waldpädagogikzentrum Bremervörde.

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.

Kinder kochen nach Themen

für Kinder ab 6 Jahren

Kochen und Backen mach den meisten Kindern großen Spaß. Wir werden rühren, kneten, schneiden und zaubern dabei leckere Cupcakes, Kekse, Brote, usw. Die Kinder lernen viele Lebensmittel kennen, lesen das Rezept und lernen mit Mengen umzugehen. Die Rezepte sind an die Jahreszeit angepasst. Bitte mitbringen: Dose für evtl. Reste.

Kinderküche "Herbst" Kinderküche "Weihnachtsbäckerei" Kinderküche "Ideen für das neue Jahr"

Kinderküche "Fasching" Kinderküche "Ostern"

Im Preis erhalten ca. 3,00€ für Lebensmittel.

Wege in die Ruhe

für Kinder im Grundschulalter

Viele Kinder haben verlernt bei sich zu sein, sich selbst zu regulieren und einen Weg in die Ruhe zu finden. Sie tun sich schwer am Abend einzuschlafen, verlieren schnell die Beherrschung oder neigen dazu, schnell in Tränen auszubrechen, weil sie überfordert sind. In diesem Seminar lernen die Kinder, in Kontakt mit sich selbst zu kommen und eigene Strategien zu entwickeln wie sie sich beruhigen können. Ein kleines Manuskript ermöglicht den Eltern, die Übungen zuhause mit den Kindern fortzuführen und vielleicht sogar selbst davon zu profitieren.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Achtsamkeits-/Glückscoaching

08-15 Sa. 17.04.2021 (1x) 10.00 - 13.00 Uhr € 12,00 Cäcilia Balandat.

Entspannung für Kinder für Kinder von 5 bis 7 Jahren

In diesem Kurs erfahren Kinder den Unterschied zwischen Anspannung und Entspannung. Sie lernen auf spielerische Weise Elemente aus verschiedenen Entspannungsmethoden (autogenes Training, progressive Muskelentspannung) kennen. Es fließen Fantasiereisen, Spiele zur Wahrnehmung von Körper und Atem, Achtsamkeits- und Stilleübungen mit ein. Entspannungstraining kann dazu beitragen, Stress besser zu verarbeiten und unterstützt die Kinder dabei, in kleinen Schritten die eigenen Stärken zu entdecken und sich besser zu spüren.

In der ersten Stunde kann zur Information ein Elternteil dabei sein. Bitte mitbringen: Decke, Kissen, bequeme Kleidung, Antirutschsocken

Drochtersen, FABI, Sietwender Str. 11

08-17 Di. 15.09.2020 (8x) 08-18 Di. 19.01.2021 (8x) 08-19 Di. 20.04.2021 (8x) jeweils 16.00 - 17.00 Uhr

Stade, FABI, Neubourgstr. 5 Do. 17.09.2020 (8x)

08-21 Do. 21.01.2021 (8x) 08-22 Do. 29.04.2021 (8x) jeweils 16.15 - 17.15 Uhr jeweils € 39.00

08-20

Alexandra Riedel-Schiffner, Entspannungspädagogin

Yoga für Kinder

für Kinder von 9 bis 12 Jahren

Kinderyoga hilft Kindern, auf spielerische Weise zu einem stabilen körperlichen und psychischen Gleichgewicht zu kommen. Yoga holt die Kinder dort ab, wo sie sich befinden: Ein lebendiges Kind lernt, durch Yoga etwas mehr zur Ruhe zu kommen und zu entspannen. Ein ruhiges Kind wird durch die Übung im Yoga selbstbewusster.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

08-24 Mo. 07.09.2020 (12x) 08-25 Mo. 18.01.2021 (9x) 08-26 Mo. 12.04.2021 (11x)

jeweils 16.15 - 17.15 Uhr €28,00 (9x), € 34,20 (11x), € 37,40 (12x)

Tanja Fischer,

Yogalehrerin, S.M.P. Consultant

Kinder & Jugendliche

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

08-28 Fr. 30.10.2020 (6x)
08-29 Fr. 05.02.2021 (6x)
jeweils 16.00 - 17.30 Uhr
jeweils € 30,50
Stefanie Theivagt,
NLP-Lerncoach

Stade, Pestalozzi Grundschule, Sandersweg 48 donnerstags 15.00-17.00 Uhr kostenfrei

Sinem Uslu-Uzun, Frühpädagogin (BA)

08-50

Lerncoaching für Kinder der 5./6. Klasse

Stell Dir vor, wie es wäre, wenn du lernst und es fühlt sich ganz leicht an. Es gibt viele Möglichkeiten mit Spaß zu lernen - ich zeige Dir Techniken dazu. In diesem Kurs geht es darum, wie Du lernst, nicht was Du lernst. Du findest bestimmt deine Lieblingsstrategie. In Dir wartet z.B. der Innere Bildschirm darauf, genutzt zu werden. Außerdem sind Fantasie und Kreativität gefragt für Übungen, die Dich leichter lernen lassen.

Am Montag, den 23.11.2020 findet von 19:00-20:00 Uhr ein Elternabend statt. Sie erfahren, wie Sie Ihr Kind dabei unterstützten können, die neu gelernten Techniken anzuwenden.

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.

Teilnahme auf Anfrage, info@fabi-stade.de.

Gefördert durch die Ev.-luth. Landeskirche Hannover im Rahmen des Förderprogramms "Zukunft(s)gestalten - Allen Kindern eine Chance"

Lerncoaching

Spaß und Erfolg beim Lernen



Lernen kann sich leicht anfühlen

Stefanie Theivagt NLP-Lerncoach Stade

. Ich Kann's !"

www.theivagt.de

Interkulturelle Werkstätten

An verschiedenen Standorten in der Hansestadt und dem Landkreis Stade wurden in den letzten Jahren interkulturelle Projekte mit Grundschulkindern aus geflüchteten und deutschen Familien durchgeführt. So fanden zuletzt Kunstwerkstätten an den Grundschulen Wiepenkathen und Assel statt und eine interkulturelle Theaterwerkstatt an der Grundschule Bockhorster Weg. Stets steht das gemeinsame Tun im Vordergrund, das den Austausch der unterschiedlichen Lebenserfahrungen ermöglicht und das Miteinander der Kinder fördert. Jeder dieser prozessorientierten Kurse ist anders und arbeitet mit unterschiedlichen Materialien und Konzepten. Während in einem Kurs mit verschiedenen Materialien künstlerisch gearbeitet wird, wird andernorts Theater gespielt oder gemeinsam getanzt.

Auch im Schuljahr 2020/21 sind weitere interkulturelle Werkstätten geplant. Sollten Sie Interesse daran haben, dass dieses Angebot in Ihrer Gemeinde oder an Ihrer Schule durchgeführt wird, wenden Sie sich bitte an die Evangelische Familienbildungsstätte.

Gefördert durch das Niedersächsische Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung im Rahmen des Landesprogrammes "Familien in Niedersachsen", die Ev.-luth. Landeskirche Hannover im Rahmen des Förderprogramms "Zukunft(s)gestalten - Allen Kindern eine Chance", und den Landkreis Stade.



08-30 Koordination über die FABI Stade,
Neubourgstraße 5
kostenfrei
Kontakt: info@fabi-stade.de
www.fabi-stade.de

Proiektkoordinatorin:

Barbara Burmeister

08-34 Drochtersen-Assel,08-35 Kindergarten,Johann-Grothmann-Str. 19

08-36 Drochtersen-Dornbusch, Kindergarten, Eichenweg 1

08-37 Drochtersen-Hüll, Kindergarten, Gehrden 12

08-38 Kindergarten Freiburg, Am Bassin 19,

08-39 Nottensdorf,
DRK Kita "Grashüpfer",
In den Stücken 2

08-40 Jork-Borstel, 08-41 Ev. Kindertagesstätte St. Nikolai, Schulstraße 5a

08-42 Steinkirchen, Ev. Kindertagesstätte, Bürgerei 29

> Sara Baumgardt, Ergotherapeutin Katrin Fischer, Erzieherin Sabine Pandel, Dipl.-Sozialpäd. Bianca Rambow, Erzieherin



Handwerkszeug für Kinder

soziales Gruppentraining - für Kinder ab 5 Jahren aus Kindertagesstätten der Gemeinden Drochtersen, Horneburg, Jork und Lühe

Sowohl als Ergänzung zu Elterntrainingskursen als auch als eigenständigen Bereich haben die Ev. Familienbildungsstätten 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.

Gefördert durch die jeweiligen (Samt-)Gemeinden und das Niedersächsische Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung.



Sozialkompetenz und Prävention/WenDo

Einführungseminar für Mädchen von 7 bis 11 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 "WenDo". 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.

Ende des Seminars für die Mädchen ist um 18.30 Uhr, danach findet ein Elterngespräch bis 19.30 Uhr statt.

Bitte mitbringen: Getränk und Verpflegung, Bequeme Kleidung, rutschfeste Schuhe.

Stade-Hagen, Ev. Gemeindehaus, Kornstr. 2

08-45 Do. 17.06.2021 (1x)
15.00 - 19.30 Uhr
€ 33,00 im Anschluss Vortrag
und Elterninformation
Juliane Kiss,
WenDo-Trainerin,

Sozialkompetenz und Prävention/WenDo Aufbaukurs für Mädchen von 7 bis 11 Jahren

Es werden neben effektiven Grundlagen der Selbstverteidigung und Selbstbehauptung auf Basis von "WenDo" folgende Themenschwerpunkte angeboten: Selbstbewusster Umgangmit Freundschaften, Gruppen und Klassenverbänden, klares und höfliches Grenzensetzen gegenüber Autoritäten, Übungen zur konstruktiven Konfiktlösung 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.

Ende des Seminars für die Mädchen ist um 18.30 Uhr, danach findet ein Elterngespräch bis 19.30 Uhr statt.

Bitte mitbringen: Getränk und Verpflegung.

Stade-Hagen, Ev. Gemeindehaus, Kornstr. 2

08-46 Do. 15.07.2021 (1x)
15.00 - 19.30 Uhr
€ 33,00 im Anschluss Vortrag
und Elterninformation
Juliane Kiss,
WenDo-Trainerin

Stade-Hagen, Ev. Gemeindehaus, Kornstr. 2

08-47 Kurse dienstags 10 - 13 Jahre

01.09.20, 06.10.20

03.11.20, 08.12.20

19.01.21, 16.02.21 16.03.21, 13.04.21

11.05.21, 08.06.21

06.07.21

€ 363,00

08-48 Kurse montags 12 - 15 Jahre

31.08.20, 05.10.20

02.11.20, 07.12.20

18.01.21, 15.02.21

15.03.21, 12.04.21

10.05.21, 07.06.21

05.07.21

€ 363,00

jeweis 15.00 - 18.30 Uhr Im Anschluss Elterngespräch bis 19.30 Uhr

Die Gebühr ist in Raten von je € 33,00 je Treffen, 4 Wochen vor dem jeweiligen Kurstermin fällig.

Juliane Kiss,

WenDo-Trainerin

Sozialkompetenz und Prävention/WenDo Jahresgruppe für Mädchen

Ziel der Jahresgruppen ist die Stärkung der eigenen Persönlichkeit, das Spüren und Setzen eigener Grenzen, die Entwicklung von Strategien für spannende und spannungsreiche Situationen und die Erweiterung der eigenen Handlungskompetenz. Das Besondere an diesem Angebot ist die Intensität, die über die lange Zeit des Miteinanders entsteht. Das Wissen darum, dass die Gruppe sich regelmäßig trifft, schafft eine Sicherheit die es ermöglicht, sich auch mit schwierigen Problemen auseinander zu setzen und gemeinsam nach Lösungen zu suchen. Es gibt Raum für Fragen die anderswo kaum gestellt werden, sei es zum Thema Freundschaften, Gruppendruck, Mobbing, Schule, Körper und Schönheit, Pubertät, Sexualität, gute und schlechte Gefühle, u.v.m.. Eine große Unterstützung erfahren die Mädchen durch die Eltern, die durch die anschließenden Elterngesprächskreise in die Veränderungsprozesse miteinbezogen werden.

Ende des Seminars für die Mädchen ist um 18.30 Uhr, danach findet ein Elterngespräch bis 19.30 Uhr statt.

Bitte mitbringen: Getränk und Verpflegung, bequeme Kleidung.

Die Fabi stellt eine neue Jahresgruppe für Mädchen von 7 bis 10 Jahren zusammen. Melden Sie sich bei Interesse unter der Tel.-Nr. 04141 79 75 70.



HANSESTADT STADE BERATUNGSSTELLE GEGEN SEXUELLEN MISSBRAUCH

Katarzyna Piotrowski

Salzstraße 16 21682 Stade Tel.: 04141 / 43646

Sprechzeiten:

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

Bewegung & Entspannung

Tango Argentino	46
Zumba®	47
Fit Mix	47
Gymnastik am Morgen	47
Fit in den Tag / Beweglich bleiben- ein Leben lang	48
Faszien- und Rückenfitness für den Alltag	48
Faszienworkshop/ Pilates	49
Qi Gong für Alle/ Xin Qi Gong/ Duft Qi Gong	50
Guigen - Gong/ Wurzel Qi Gong	50
Hatha Yoga	53
Hatha Yoga/ Yoga Shape	54
Yin Yoga / Natürliches Detox	55
Vinyasayoga / Yoga & Gong	55
Kundalini Yoga / Natürliches Detox / Flow Yoga	56
Meditation- und Yoga Workshop	
im November 2020	57
"Sobald Du Deine Augen schließt, meditierst Du…"	58
Geh-und Sitzmeditation	58
Atembalance	58
Meditationskreis / Autogenes Training	59
Chakren / Achtsamkeit Workshop / Achtsamkeit	60
Achtsamkeit / PMR	61
Klangschalenmeditation in der Gruppe	62
W 1 189	
Wander- und Pilgerangebote	
Wandern und Pilgern im Alten Land und Landkreis Stade	51
und Landkreis Stade	וכ
Vom Wandern zum Pilgern –	
geführte mehrtägige Wanderungen	52

Stade, Grünendeicher Str. 1b, ALVI-Haus der Begegnung

18-01 Di. 01.09.2020 (8x) 18-02 Di. 09.02.2021 (7x)

18-03 Di. 01.06.2021 (8x) jeweils 18.15 - 19.45 Uhr € 135,20 (8x), € 118,70 (7x)

Joachim Schwebe, Maike Schwebe, Tangolehrer

Joachim Schwebe ist ein erfahrener und aktiver Tangotänzer und Lehrer. Sein Stil ist im Tanz und Unterricht auf technische Klarheit, musikalischen Ausdruck und Zuwendung im Tanzpaar gerichtet. Er tanzt regelmäßig im Milonguero-Stil (in enger Umarmung) sowohl in der Hamburger Szene als auch auf großen auswärtigen Veranstaltungen.

Stade, Grünendeicher Str. 1b, ALVI - Haus der Begenung Di. 01.09.2020 (8x)

18-05 Di. 09.02.2021 (7x)

18-04

18-06 Di. 01.06.2021 (8x) jeweils 20.00 - 21.30 Uhr

€ 135,20 (8x), € 118,70 (7x) Joachim Schwebe,

Maike Schwebe, Tangolehrer

zusätzliche Wochenend-Kurse unter www.fabi-stade.de

Tango Argentino

Basiskurs für Tanzende ohne Vorkenntnisse

Musik von Astor Piazolla? Fliegende Frauenbeine um das Bein eines Mannes? Schmachtende Blicke? Der auf den Milongas (Tanzabende) weltweit getanzte Tango Argentino hat einen anderen Klang und ein anderes Aussehen. Dieses Kursangebot öffnet die Türen zur tänzerischen Entdeckungsreise in den traditionellen Tango Argentino. Der Tango ist ein improvisierter Tanz, der einer Bewegungsgrammatik folgt. Diese ermöglicht es, grundlegende Übungsmuster in unendlicher Vielfalt zu gestalten. Der Kurs vermittelt die Grundideen des Gehens im Tango und der Zuwendung im Tanzpaar. Systematisch erschließen sich die Teilnehmenden die Varianten der "Base", können "Ochos" tanzen, kennen Formen der "Cunita" und "Parada", genießen es, ein "Kreuz" zu tanzen. Die traditionelle Musik (u.a. von den Orchestern Canaro, di Sarli, Donato, Troilo, d'Arienzo...) bestimmt zunehmend durch bewusstes Hören die tänzerische Umsetzung - und die Tänze sind immer wieder neu, anders. aufregend und werden schrittweise ... schön!

Anmeldungen bitte paarweise. Bei Einzelanmeldungen bemühen wir uns um Partner/-innen.

Es werden im Unterricht zeitweise die Partner/-innen und die Tanzrollen gewechselt. Der Lernprozess ist auf das Tanzen im Paar ausgerichtet, die Geschlechterrollen sind nicht wichtig. Bitte mitbringen: Flache (Tanz-)Schuhe, bequeme Alltagskleidung.

Tango Argentino

Aufbaukurs für Tanzende mit Vorkenntnissen

In diesem Kurs werden die erworbenen Fertigkeiten geübt, verfeinert und erweitert.

Neben der Vertiefung der Ochos und dem Erlernen der ersten Giros (Drehungen) schauen wir besonders auf Elemente wie Sacada und Ocho cortado. Damit kann tänzerisch die Musik

immer besser interpretiert werden.

Bitte mitbringen: Flache (Tanz-) Schuhe, bequeme Alltagskleidung.



Bewegung & Entspannung

7umba®

Zumba® vereint Tanz und Fitness. Aerobic und der lateinamerikanische Tanz gehen beim Zumba® eine besondere Verbindung ein und laden dazu ein, sich zu den Rhythmen zu bewegen. Dabei kommt es nicht so sehr auf standardisierte Figuren und Übungen an. Stattdessen bewegt man sich zur Musik und soll vor allem Spaß haben. Dies ist ein komplettes Workout, das Elemente aus dem Fitness-, Kardio- und Muskelaufbautraining sowie Übungen für Balance und Flexibilität kombiniert. Nebenbei tut Zumba® gut gegen Stress und sorgt für eine gute Figur! Bitte mitbringen: Begueme Kleidung, Handtuch, feste Turnschuhe. Getränk.

Stade.

Grünendeicher Str. 1b. ALVI-Haus der Begegnung

18-12 Do. 10.09.20 (12x)

18-13 Do. 14.01.21 (10x)

18-14 Do. 15.04.21 (12x) ieweils 18.00 - 19.00 Uhr € 56,30 (12x), € 46,90 (10x)

Michelle Götz,

Official Zumba® Instructor, Lizenz C

Fit Mix

In dieser Stunde kann "alles" passieren! Eine abwechslungsreicher Abend, an dem die Themen Aerobic, Tabata und Krafteinheiten für Beine, Po, Core (Tiefenmuskulatur), Rücken, Bauch, Brust und Arme aufgegriffen werden. Jede Stunde beginnt mit dem Warm up: Hier wird mit einfachen Schritten der Körper aufgewärmt und mit leichten Stretchingbewegungen vorgedehnt. Der zweite Teil beschäftigt sich intensiv mit der Kräftigung der einzelnen Körpermuskeln. Es wird die Kraftausdauer trainiert, mal mit dem eigenen Körper, mal mit Hilfsmitteln. Zum Abschluss gehört eine entspannende Strechingphase. Bitte mitbringen: Sportkleidung, Matte, Handtuch und Getränk.

Stade,

18-26

Thuner Str. 71, Sporthalle, 1.

18-24 Do. 27.08.2020 (15x)

18-25 Do. 14.01.2021 (11x)

Do. 15.04.2021 (13x) ieweils 19.30 - 20.30 Uhr € 63,00 (15x), € 53,00 (11x)

€ 72,00 (13x)

Miriam Maniszewski. Übungsleiterin Lizenz C

Gymnastik am Morgen für Anfänger und Fortgeschrittene

Nach einer gründlichen Erwärmung erfolgt aus der Welt der Gymnastik bei fetziger Musik ein buntes und variables Fitnessprogramm, bei dem hauptsächlich der eigene Körper und ab und an verschiedene Fitnessgeräte die Trainingsgeräte sind. Nach einem intensiven Work Out endet die Stunde mit Dehnung und Entspannung. Der Tag kann kommen! Bitte mitbringen: Isomatte, Sportkleidung, dicke Socken, Kissen. Handtuch.

Stade.

Grünendeicher Str. 1b, ALVI - Haus der Begenung

Do. 27.08.2020 (15x) 18-16

18-17 Do. 07.01.2021 (12x) 18-18 Do. 01.04.2021 (11x)

> jeweils 09.45 - 10.30 Uhr € 49,50 (15x), € 39,60 (12x)

€ 36,30 (11x)

Hans-Peter Urmersbach, DOSB-Lizens C und B

Bewegung & Entspannung

Stade.

48

Grünendeicher Str. 1b, ALVI-Haus der Begegnung

- 18-20 Do. 27.08.2020 (15x)
- 18-21 Do. 07.01.2021 (12x)
- 18-22 Do. 01.04.2021 (11x) jeweils 08.45 - 09.30 Uhr € 49,50 (15x), € 39,60 (12x) € 36.30 (11x)

Hans-Peter Urmersbach, DOSB-Lizens C und B

Fit in den Tag

Die Nacht geht - die Fitness kommt! Dieses ausgewogene Fitnessprogramm zur Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit und des allgemeinen Wohlbefindens bietet sanftes Ausdauertraining, funktionelle Gymnastik und Stretching. Geeignet zum Einsteigen in sportliche Betätigung nach längerer Pause. Bitte mitbringen: Sportkleidung, Decke, Handtuch, Getränk.

Freiburg, Schulzentrum, Allwördener Str. 22

- 18-30 Mo. 07.09.2020 (12x)
- 18-31 Mo. 11.01.2021 (10x)
- 18-32 Mo. 19.04.2021 (12x) jeweils 17.15 - 18.15 Uhr € 52,80 (12x), € 44,00 (10x) Dagmar Aval,

Dipl.-Sozialpäd., FezS-Leiterin

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.

Stade, IGS, kleine Turnhalle, Bremervörder Str. 76

- 18-35 Mi. 02.09.2020 (13x)
- 18-36 Mi. 13.01.2021 (10x)
- 18-37 Mi. 14.04.2021 (13x) jeweils 18.45 - 19.40 Uhr € 54,20 (13x), € 41,60 (10x)
- 18-38 Mi. 02.09.2020 (13x)
- 18-39 Mi. 13.01.2021 (10x)
- 18-40 Mi. 14.04.2021 (13x) jeweils 16.45 - 17.45 Uhr € 59,10 (13x), € 45,40 (10x)

Natalie Beitel Übungsleiterin

Faszien- und Rückenfitness für den Alltag

Faszientraining - da denken die meisten Menschen direkt an die Faszienrolle. Dabei steckt viel mehr hinter dem Workout für Dein Bindegewebe. Neben sanften, federnden Bewegungen sorgen auch starke Reize für Dehnung und Beweglichkeit, Steigerung der Flexibilität, Beschleunigung der Regeneration und reduzieren zudem den Muskelkater. Es werden Triggerpunkte (Knoten) in der Muskulatur bearbeitet, wodurch die Durchblutung angeregt wird und Verklebungen gelöst werden. Wer seine Beweglichkeit fördern will, ist genau richtig in diesem Kurs. Bitte mitbringen: Großes Handtuch, Isomatte, bequeme Kleidung.

Faszienworkshop

Seit einigen Jahren sind Faszien und Faszienfitness in aller Munde. Und das ist gut so!

In diesem Workshop möchte ich mit Ihnen die Facetten eines Faszientrainings erarbeiten. Dazu gehört neben dem Faszienrollen (myofaszialer Release) auch das Wahrnehmen, Federn, dynamisches Dehnen u.a.. Ziel ist es, dass Sie erkennen wie viel Potenzial in einem qualitativ guten Faszientraining zur Gesunderhaltung von Körper und Geist liegt. Egal in welchem Alter, unser Gewebe ist ein Leben lang formbar und sollte in allen Alltagshandlungen belastbar bleiben. Wie das geht und was jeder dafür tun kann erfahren Sie mit viel Spaß und Abwechslung in diesem Workshop.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, ein kleines Kissen, wenn man nicht gerne flach liegt, eine Decke und wenn vorhanden gerne eine Faszien- oder Pilatesrolle.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-41 Sa. 14.11.2020 (1x) 14.30 - 17.30 Uhr € 20.00

Annette Sander,

Physiotherapeutin, Fascialfitness-Trainerin, Heilpraktikerin Psychotherapie

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.

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, Grünendeicher Str. 1b,

ALVI - Haus der Begegnung 18-42 Mi. 02.09.2020 (10x)

18-42 Mi. 02.09.2020 (10x) 18-43 Mi. 13.01.2021 (10x)

18-44 Mi. 14.04.2021 (14x) jeweils 18.30 - 19.30 Uhr

18-56 Mi. 02.09.2020 (10x)

18-57 Mi. 13.01.2021 (10x)

18-58 Mi. 14.04.2021 (14x) jeweils 19.30 - 20.30 Uhr

> € 45,30 (10x), € 63,50 (14x) Claudia Neugebauer,

Diplom Aerobic-Trainerin

50

Drochtersen, FABI, Sietwender Str. 11

18-53 Di. 27.10.2020 (7x) 18-54

Di. 12.01.2021 (6x) ieweils 19.20 - 20.20 Uhr € 37,50 (7x), € 32,60 (6x)

Iris Kreymeyer,

Qi Gong Lehrerin, Entspannungstrainerin, Klangschalentherapeutin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Mi. 09.09.2020 (5x) 18-46

18-47 Mi. 28.10.2020 (6x)

18-48 Mi. 27.01.2021 (8x)

18-49 Mi. 05.05.2021 (6x)

> jeweils 18.00 - 19.00 Uhr € 27,10 (5x), € 32,50 (6x)

€ 43,40 (8x)

Iris Kreymeyer,

Qi Gong Lehrerin, Entspannungstrainerin, Klangschalentherapeutin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-50 Di. 01.09.2020 (6x) 16.30 - 17.30 Uhr € 32.60

Monika Lacher-Rau

Qi Gong Lehrerin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-51 Di. 09.02.2021 (10x) 16.30 - 17.30 Uhr € 54.30

Monika Lacher-Rau Qi Gong Lehrerin

Oi Gona für Alle

Mit sanften Bewegungen in das Qi Gong hineinspüren. Die Bewegungsabläufe werden durch die Atmung unterstützt und das Qi (Lebensernergie) wird aufgefüllt. Durch Gangarten und das stille Qi Gong werden die Gelenke und Muskeln geschmeidig. Bitte mitbringen: Decke, begueme Kleidung, Kissen, Getränk

Xin Qi Gong - Herz Qi Gong

für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Wo das Herz ist, sind die Gedanken; wo die Gedanken sind, ist das Qi; wo das Qi ist, kommen Kraft, Stärke und Gelassenheit. Sie erlernen mehrere Bewegungsabläufe in Verbindung mit der Atmung und der Vorstellungskraft. Das Herz-Kreislaufsystem wird angesprochen, Körper und Geist kommen in Einklang. Mit den Übungen des Herz Qi Gong finden Sie Ihre innere Mitte und kommen ins Gleichgewicht.

Bitte mitbringen: Decke, begueme Kleidung, Kissen, Getränk

Duft Oi Gona

Duft Qi Gong ist eine uralte aus China stammende Übungsmethode, die Körper, Geist und Atmung reguliert. Durch einfache Bewegungen von Händen und Körper werden Blockierungen in den Meridianen gelöst. Dadurch verbessern sich Blut- und Qicirculation. Das Immunsystem wird gestärkt. Die Übungen wirken entaiftend und heilend, sie dienen als aute Gesundheitsprophylaxe. Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken, Getränk, Kopiergeld.

Guigen - Gong/Wurzel Qi Gong

Wurzel wieder finden - guigen - bedeutet, dass der Mensch zu seinem Ursprung zurückkehrt. In den traditionellen chinesischen Medizin gilt das Qi, die Lebensenergie, als Ursprung des Menschen. Fließt das Qi frei durch den Körper, ist der Mensch gesund. Stockt das Qi, entstehen Blockaden und Krankheiten. Klares Qi nährt das wahre Qi. So kehrt man zur Wurzel zurück und nährt den Ursprung. Mit diesen Übungen wird die Gesundheit geschützt und der Körper gestärkt.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken, Getränk, Kopiergeld.

Bewegung & Entspannung

Wandern und Pilgern mit OWPL

Im Alten Land, Landkreis Stade und benachbarten Landkreisen wandern und pilgern Sie mit den "Ollanner Wanner- und Pilger-Lüüd", der Regionalgruppe Altes Land unter dem Dach des Norddeutschen Wanderverbandes e.V.. Wandern und pilgern findet an der frischen Luft statt, ist gesund, hält fit. Sie kommen mit Anderen ins Gespräch, vergessen den Alltag und finden in der Natur zu sich selbst. Eine Einkehr danach oder ein Picknick zwischendurch sind immer geplant. Bei Picknick verlängert sich die Wanderzeit entsprechend. Wir gehen ca. 4 km pro Stunde. Bitte mitbringen: Bequeme Wanderkleidung, solides Schuhwerk, sowie Pausensnack sind Voraussetzung für das Mitwandern.

Streckenwanderung "St. Jacobus adjüüs" ca. 12,0 km, Dauer ca. 3,5 Stunden

Rundwanderung "En Karpdobben, 'ne Watermöhl un de Est" ca. 15 km, Dauer ca. 4,5 Stunden

Rundwanderung "Up un daal in't Neeklooster Holt" ca. 15 km, Dauer ca. 4,5 Stunden

Rundwanderung "En gresig Veereck" ca. 12 km. Dauer ca. 3.5 Stunden

Rundwanderung "De Tieden Padd" ca. 13 km, Dauer: ca. 3,75 Stunden

Rundwanderung "To de Wiehnachtsmarkt na Estebrügg" ca. 13 km, Dauer: ca. 5,0 Stunden

Weitere Informationen zu den jeweiligen Wanderungen sowie weitere Termine finden Sie auf der Homepage unter: www.fabi-stade de

Bei Anmeldung erhalten Sie von uns die Telefonnummer des Wanderführers, den Sie bitte vor Beginn noch einmal kontaktieren, um weitere Informationen für das Mitwandern zu erhalten.

Gruppenabend "Wandern und Pilgern"
Klönschnack und Fotos gucken



Kursleitung: Hans-Peter Urmersbach, DWV-Wanderführer

18-61 So. 26.07.2020 Beginn: 10.10 Uhr

18-62 So. 30.08.2020 Beginn: 09.30 Uhr

18-64 So. 20.09.2020 Beginn: 09.30 Uhr

18-66 So. 01.11.2020, Beginn: 10:00 Uhr

18-68 So. 22.11.2020 Beginn: 10:30 Uhr

18-69 So. 13.12.2020 Beginn: 10:30 Uhr

Der Wanderführer arbeitet ehrenamtlich. Wenn es gefällt, dann können Sie vor Ort spenden oder überweisen auf das FABI Spendenkonto: Kreissparkasse Stade IBAN: DE 56 2415 1116 0000 136770

Restaurant "Alte Schmiede" Osterjork 24, Jork

18-63 Mi. 16.09.2020 18-67 Mi. 11.11.2020 Beginn: 19:30 Uhr

Kursleitung: Jens Schliwa, zert. Wanderbegleiter

18-70 Sa. 05.09.20 -So. 06.09.20 € 90,00

Treffpunkt: S-Bahnhof Fischbeck um 9:30 Uhr, Ende So. 14:00 Uhr Bhf. Handelsloh

18-71 Sa. 05.09.20 - Mo. 07.09.20 € 130,00

Treffpunkt: S-Bahnhof Fischbeck um 9:30 Uhr, Ende Mo.16:30 Uhr Bhf. Buchholz

Vom Wandern zum Pilgern

Ob Lebensfreude oder Lebenskrise, beides kann die Initialzündung für eine "Pilgerschaft" sein. Sie eröffnet eine veränderte Sicht auf die Dinge des Lebens und womöglich auf neue Lebensperspektiven. Lassen Sie gedanklich den Alltag hinter sich und konzentrieren Sie sich auf Ihren Körper und auf die abwechslungsreiche Natur. Das gibt neue Kraft und Inspiration. Detaillierte Informationen auf Anfrage und unter www.fabi-stade.de,

Buchungsbedingungen unter www.wandern-pilgern.de Eine Packliste wird nach der Anmeldung zugesandt.

I. "Heidschnuckenweg und Fernwanderweg E1"

- 2-Tagestour mit einer Übernachtung
- 1. Tag: über Fischbeker Heide nach Hoheluft 21 km 2. Tag: über die Lohberge nach Undeloh 18 km

II. "Heidschnuckenweg und Fernwanderweg E1

- 3-Tagestour mit zwei Übernachtungen
- 1. und 2. Tag wie Kurs U18-70
- 3. Tag: über den Wilseder Berg nach Döhle 15 km

Rücktrittsbedingung:

Bei Touren in Deutschland wird die Gebühr bis 8 Wochen vor Tourenbeginn erstattet. Bei Touren in der Schweiz, Italien und Frankreich (inkl. Plalz Elsaß) wird die Gebühr bis 12 Wochen vor Tourengebinn erstattet.

Für alle vorgenannten Wanderkurse gilt: Kursgebühren zuzüglich Verpflegung, Fahrtkosten und Übernachtungskosten im DZ je Nacht inkl. Frühstück. Genauere Kosten auf Anfrage!

Hatha Yoga

für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse(n)

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

Bezuschussung durch die Krankenkassen möglich.



Hatha-Yoga

eine umfassende Methode der Gesundheitsförderung Dieser Hatha Yoga-Kurs 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 Hatha Yoga wird für Sie durch individuelle Anpassung und gezielte Hilfestellung im Unterricht erfahrbar. Weitere Elemente, wie Entspannung, meditative, anatomische oder vogaphilosophische Aspekte fließen in den Unterricht mit ein

Bitte mitbringen: Begueme Kleidung, warme Socken, Decke. Bezuschussung durch die Krankenkassen möglich.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 18-80 Mo. 24.08.2020 (8x)
- 18-84 Mo. 26.10.2020 (8x)
- 18-88 Mo. 11.01.2021 (10x) 18-92 Mo. 12.04.2021 (12x)
 - jeweils 18.00 19.30 Uhr
- 18-81 Mo. 24.08.2020 (8x)
- 18-85 Mo. 26.10.2020 (8x)
- 18-89 Mo. 11.01.2021 (10x)
- 18-93 Mo. 12.04.2021 (12x)

jeweils 19.45 - 21.15 Uhr

- 18-82 Di. 25.08.2020 (8x)
- 18-86 Di. 27.10.2020 (8x)
- 18-90 Di. 12.01.2021 (10x)
- 18-94 Di. 13.04.2021 (12x)

jeweils 18.00 - 19.30 Uhr

- 18-83 Di. 25.08.2020 (8x)
- Di. 27.10.2020 (8x) 18-87
- 18-91 Di. 12.01.2021 (10x)
- 18-95 Di. 13.04.2021 (12x)

jeweils 19.45 - 21.15 Uhr € 56,30 (8x), € 70,40 (10x),

€ 84.50 (12x)

Astrid Gräntzdörffer,

Yogalehrerin, Heilpraktikerin

für Psychotherapie

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 18-96 Do. 10.09.2020 (10x)
- 18-97 Do. 14.01.2020 (10x)
- 18-98 Do. 22.04.2020 (10x)

jeweils 20.00 - 21.30 Uhr ieweils € 70.40

Gabriela von Rönn,

Benefit Yoga®-Lehrerin WDM,

Yogalehrerin BDY/EYU

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-100 Mo. 31.08.2020 (10x) 18-102 Mo. 11.01.2021 (7x) 18-104 Mo. 12.04.2021 (11x) jeweils18.00 - 19.30 Uhr

18-101 Mo. 31.08.2020 (10x) 18-103 Mo. 11.01.2021 (7x) 18-105 Mo. 12.04.2021 (11x) jeweils 19.45 - 21.15 Uhr € 54,60 (7x), € 78,00 (10x),

€ 85.00 (11x)

18-238 Sa. 08.08.2020 (1x)
18-239 Sa. 22.08.2020 (1x)
 jeweils 10.00 - 11.30 Uhr
 jeweils € 12,00
 Silke Noormann
 Yogalehrerin,
 Breathwalk Instructor

der Ort stand beim Druck noch nicht fest

18-178 Di. 01.09.2020 (14x) 18-179 Di. 12.01.2021 (10x)

Verena Tripmaker,

Yoga-Übungsleiterin

Stade, IGS, Turnhalle, Bremervörder Str. 76

18-118 Mi. 02.09.2020 (13x) 18-119 Mi. 13.01.2021 (10x)

18-120 Mi. 14.04.2021 (13x)

jeweils 17.45 - 18.45 Uhr € 46,90 (10x), € 61,00 (13x)

Natalie Beitel

Yogalehrerin

Multi Style Yoga

für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse(n)

Multi Style Yoga umfasst viele Facetten des Yogas. Vinyasa Flow gleiten in klassisch, statische Hatha Yoga Asanas - ruhige Elemente aus dem Yin Yoga werden eingeleitet mit dynamischen Kundali Yoga Übungen. Gezielt eingesetzte Atemübungen, Meditationen und ein Hauch von Yogaphilosophie können in der Entspannung wirken. Achtsames Üben, Wahrnehmen und Hineinspüren; alles kann...nichts muss...

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

Hatha Yoga

für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse(n)

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: Bequeme Kleidung, Socken, Decke, Handtuch, Matte, wenn vorhanden .

Yoga Shape

intensives Yoga kraftvoll, dynamisch, Figur formend

Die intensiven Yogaübungen fördern Kraft, Koordination, Konzentration, Geduld, Ausdauer und Flexibilität.

Es werden alle Hauptmuskelgruppen trainiert - vor allem Bauch, Beine und Po werden gekräftigt und gedehnt.

Die Körperspannung wird verbessert, die Figur gestrafft und das Herz-Kreislauf-System gestärkt.

Die Yogaübungen werden mit Pilates und Kraftübungen kombiniert. Bitte mitbringen: Matte, Sportkleidung, Handtuch, Getränk

Yin Yoga

Yin Yoga ist ein ruhiger Yogastil. Die Yoga-Positionen (Asanas) werden ohne aktive Muskelkraft (so passiv wie möglich) über einen Zeitraum von 3 bis 5 Minuten gehalten. Dabei geht die Dehnung in tiefere Körperschichten und es werden verklebte Faszien (Bindegewebe) auf sanfte Weise gelöst. Yin Yoga ist besonders zu empfehlen bei Verspannungen und Stress. Für Anfänger und Fortgeschrittene.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, warme Socken und Getränk

Natürliches Detox mit Yin Yoga der sanfte Weg den Körper zu entschlacken

Vinyasayoga fließend und kraftvoll

Im Vinyasayoga werden die verschiedenen Asanas zu einer fließenden Bewegung zusammengesetzt. Durch die Synchronisation von Atmung und Bewegung wird die Ausdauer verbessert, die Muskulatur gekräftigt und der Geist beruhigt. Die Yogastunde beginnt kraftvoll und teilweise schweißtreibend, es bleibt zusätzlich genug Zeit für einen Entspannungsteil und eine Meditation. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Socken, Decke, Handtuch, Matte, wenn vorhanden.

Gong meets Yoga

Der Gong gilt als eines der mächtigsten Instrumente zur Heilung im Zustand der Trance. Sein einmaliger und unvergleichlicher Klang lässt jede Zelle des Körpers vibrieren und versetzt das Innere in Schwingungen. Gedankenmuster, Blockaden und alte Traumata können gelöst und neue Verknüpfungen gebildet werden. Wer sich dem Klang hingibt, ist zugleich hellwach und sehr entspannt.

Vor der eigentlichen Gongmeditation werden Körper und Geist mit passenden Yogaübungen vorbereitet. Während der Gongmeditation selber liegt man auf dem Rücken, wie zur Tiefenentspannung.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, Getränk.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-108 Di. 01.09.2020 (13x)

18-109 Di. 19.01.2021 (9x)

18-110 Di. 13.04.2021 (14x) jeweils 11.15 - 12.45 Uhr

18-111 Mi. 02.09.2020 (13x)

18-112 Mi. 20.01.2021 (10x)

18-113 Mi. 14.04.2021 (15x) jeweils 19.45 - 21.15 Uhr € 63,40 (9x), € 70,40 (10x), € 91,50 (13x), € 98,60 (14x),

€ 105,60 (15x)

18-114 Sa. 19.09.2020 (1x) 15.00 - 17.00 Uhr € 12,00 Tanja Fischer,

Yogalehrerin, S.M.P. Consultant

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-115 Mi. 14.10.2020 (8x)

18-116 Mi. 13.01.2021 (14x) jeweils 19.15 - 20.45 Uhr € 62,40 (8x), € 109,20 (14x)

> Hannah Muszynski Yogalehrerin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-134 Sa. 29.08.2020 (1x)

18-135 Sa. 12.09.2020 (1x)

18-136 Sa. 10.10.2020 (1x)

18-137 Sa. 14.11.2020 (1x)

18-138 Sa. 16.01.2021 (1x)

18-139 Sa. 13.02.2021 (1x)

18-140 Sa. 13.03.2021 (1x)

18-141 Sa. 17.04.2021 (1x)

18-142 Sa. 29.05.2021 (1x)

18-143 Sa. 12.06.2021 (1x)

18-144 Sa. 17.07.2021 (1x)

jeweils 19.00 - 20.30 Uhr ieweils € 15.00

Silke Noormann,

Yogalehrerin, Breathwalk Instructor

Stade, FABI, Neubourgstr. 5 Schnupperkurs

18-122 Sa. 01.08.2020 (1x)

18-123 Sa. 15.08.2020 (1x)

18-124 Sa. 17.10.2020 (1x) jeweils 09.30 - 11.30 Uhr jeweils € 12,00

jewens e 12,00

18-125 Di. 01.09.2020 (11x) 18-126 Di. 19.01.2021 (8x)

18-127 Di. 13.04.2021 (13x)

jeweils 19.45 - 21.15 Uhr € 57,60 (8x), € 79,20 (11x) € 93,60 (13x)

Christiane König-Bruhns,

FÄ Psychiatrie/Psychotherapie/ Kundaliniyogalehrerin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-129 Sa. 19.09.2020 (1x) 15.00 - 17.00 Uhr € 12,00

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-130 Mi. 02.09.2020 (13x)

18-131 Mi. 20.01.2021 (10x)

18-132 Mi. 14.04.2021 (15x) jeweils 18.00 - 19.30 Uhr € 70,40 (10x), € 91,50 (13x), € 105,60 (15x)

Tanja Fischer,

Yogalehrerin, S.M.P. Consultant

Kundalini Yoga

für Interessierte mit und ohne Vorkenntnisse(n)

Kundalini Yoga beinhaltet atemgeführte und teilweise dynamische Asanas (Körperübungen) in einer bestimmten Reihenfolge, eine Entspannungsphase und eine abschließende Meditation, die aufeinander abgestimmt sind. Die Stunde beginnt und endet mit einem traditionellen Mantra. Oft werden stille oder gesungene Mantras verwendet. Die Selbstwahrnehmung für Körper, Geist und Seele mit seinen Möglichkeiten und Grenzen wird positiv beeinflusst. Durch Kundalini Yoga werden die eigene Kraft, Durchhaltevermögen, innere Stabilität und Entspannungsfähigkeit gefördert, um den Herausforderungen des Alltags besser gewachsen zu sein.

Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung, warme Socken und Wasser oder Tee.



Natürliches Detox mit Flow Yoga

der sanfte Weg den Körper zu entschlacken und entgiften

Flow Yoga

dynamisch und kraftvoll

Flow Yoga ist ein dynamischer, kräftigender Yoga-Stil. Die Asanas (Körperübungen) werden zu einem fließenden und dynamischen Bewegungsablauf verbunden. Die Abläufe sind so modifiziert, dass jeder sie erlernen und ausführen kann. Durch das Zusammenspiel von Atmung und Bewegung wird der Geist beruhigt und die Muskulatur gekräftigt. Die Stunde beginnt kraftvoll und teilweise schweißtreibend, im weiteren Verlauf wird es ruhiger und endet mit einem Entspannungsteil oder einer Meditation. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, warme Socken und Getränk.

Meditation- und YOGA Workshop

Bereits im dritten Jahr in Folge kommen Rebecca Williams und Mayank Reid den weiten Weg - dieses Mal - aus Neuseeland für ein verlängertes Wochenendseminar zu uns nach Stade.

Als Vertreter einer modernen und zeitgenössischen Spiritualität lehren und leben sie, dass Meditation unser natürlicher Zustand ist

Keine Stufen, keine Stadien, kein Streben, keine Lehrsätze, keine Dogmen. Der Workshop bietet eine gelungene Mischung aus Meditation, Pranayam (bewusste Atemtechniken), Satsang (Reflexion über Advaita Vedanta und die Grundlagen der indischen Philosophie), Kirtan (das gemeinsame Singen von Mantren stimmt Verstand und Herz auf die Feinheiten der Meditation ein) und Soma Yoga (einfache und bewusste Bewegungen mit dem Ziel die Haltung, Geschicklichkeit, Kraft und Stabilität des Körpers zu verbessern).

Für mehr Informationen:

vedicawareness.com "wisdom of meditation"

Das Seminar wird in gut verständlichem Englisch gehalten.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Yogamatte

Rücktrittsbedingungen bei Abmeldung bis spätestens 4 Wochen vor Kursbeginn wird 100% der Kursgebühr, 6 Wochen vor Kursbeginn wird 75% der Kursgebühr 8 Wochen vor Kursbeginn 50% der Kursgebühr fällig.

Stade, Ev. Markusgemeinde, Schwinger Ackerweg 6 b

> Koordination: **Gudrun Simon**, Ärztin

Yoga-Lehrer





Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-146 Sa. 05.12.2020 (1x) 10.00 - 18.00 Uhr € 48,00 Gudrun Simon, Ärztin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-147 Sa. 28.11.2020 (1x)
18-148 Sa. 06.03.2021 (1x)
jeweils 14.00 - 17.00 Uhr
jeweils € 19,00
Alexandra Riedel-Schiffner,
Entspannungspädagogin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-166 Fr. 22.01.2021 (9x)
18-167 Fr. 16.04.2021 (9x)
jeweils 15.00 - 16.30 Uhr
jeweils € 81,00
Susanne Munderloh,
Atempädagogin/Atemtherapeutin

"Sobald Du Deine Augen schließt, meditierst Du bereits"

Einführung in die Meditation

Dieser Kurs richtet sich an alle, die eine tägliche Meditationspraxis in ihren Alltag integrieren möchten. Meditation ist frei von Ideologien und Glaubensgrundsätzen. Meditation ist für alle zugänglich und jede/r kann sie Iernen. Es braucht lediglich die Offenheit, sich mit dem eigenen Selbst vertraut machen zu wollen. Der Nutzen einer regelmäßigen Meditation ist mittlerweile selbst in der Schulmedizin anerkannt. Es lassen sich u.a. hoher Blutdruck, chronische Schmerzzustände und Ängste positiv beeinflussen. Unabhängig von der Ausgangssituation gewinnt man durch regelmäßige Meditation mehr Ruhe und Gelassenheit.

Bitte mitbringen: Decke, warme Socken, bequeme Kleidung, Beitrag zum gemeinsamen Mittagessen.

Geh- und Sitzmeditation

Meditation ist anders als Sie denken (Jon Kabat-Zinn). Bei der Meditation im Sitzen widmet man seine ganze Aufmerksamkeit der Haltung, der Atmung und dem Auftauchen und Verschwinden der Gedanken. Während der Geh-Meditation konzentrieren Sie sich bewusst auf den Gang. es ist eine Einführung, erst regelmäßiges Üben ermöglicht es, den Geist ruhig und klar werden zu lassen.

Bitte mitbringen: Decke, wetterfeste Kleidung.

Atembalance

Der Atem erfrischt und belebt uns, schenkt uns Vitalität und Lebendigkeit. Manchmal sind es die täglichen Anforderungen, Hektik und Zeitdruck, die uns "atemlos" werden lassen. Atemübungen (nach Prof. Middendorf) lösen Verspannungen, stärken Rücken und Lebenskraft und verbessern Haltung und Körpergefühl. Sie wirken ausgleichend auf das Vegetative Nervensystem und beeinflussen die Selbstheilungskräfte positiv. Atembalance ist ein natürlicher Weg zur Harmonisierung von Körper, Seele und Geist.

Bitte mitbringen: Decke, warme Socken, bequeme Kleidung, Matte, wenn vorhanden.

Meditationskreis

Dieses Angebot richtet sich an Teilnehmende, die schon Erfahrungen mit Meditations- und Entspannungstechniken gesammelt haben. Im 14-tägigen Rhythmus werden verschiedene Themen des Lebens betrachtet.

In angeleiteten Meditationen zu den jeweiligen Themen, haben Sie dann die Möglichkeit Innenschau zu halten und zur Ruhe zu kommen. Dadurch können Sie Kraft entwickeln für die Hektik im Alltag, steigern die Achtsamkeit für sich selbst und haben die Möglichkeit, persönlich Frieden zu finden.

Bitte mitbringen: Begueme Kleidung, Socken.

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, warme Socken.

KATRIN KORDT COACHING Manchmal kommt man im Leben aus dem Tritt. Ich begleite Sie, damit Sie Ihren Weg wiederfinden. www.kordt-coaching.de

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-150 7 Kurstermine donnerstags 10.09.20, 24.09.20, 08.10.20, 29.10.20, 12.11.20, 26.11.20, 10.12.20 jeweils 20.00 - 21.30 Uhr € 49,30

18-151 5 Kurstermine donnerstags 21.01.21, 04.02.21, 18.02.21, 04.03.21, 18.03.21 jeweils 20.00 - 21.30 Uhr € 35,20

18-152 7 Kurstermine donnerstags 15.04.21, 29.04.21, 27.05.21, 03.06.21, 17.06.21, 01.07.21, 15.07.21 jeweils 20.00 - 21.30 Uhr € 49,30 Katrin Kordt, NI P-Master DVNI P

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-153 Do. 29.10.2020 (6x) 18.00 - 19.30 Uhr € 42,50

Drochtersen, FABI, Sietwender Str. 11

18-154 Mo. 11.01.2021 (6x) jeweils 18.00 - 19.30 Uhr € 42,50 Katrin Kordt,

NLP-Master DVNLP

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-156 Mo. 02.11.2020 (7x)

18-157 Mo. 01.02.2021 (7x)

jeweils 17.30 - 19.00 Uhr

jeweils € 70,00

Tanja Fischer,

Yogalehrerin,

S.M.P. Consultant

Drochtersen, FABI, Sietwender Str. 11

18-160 Sa. 12.09.2020 (1x) 14.00 - 18.00 Uhr € 24.00

> Alexandra Riedel-Schiffner, Entspannungspädagogin

Drochtersen, FABI, Sietwender Str. 11

18-161 Mo. 21.09.20 (6x) 18-162 Mo. 01.03.21 (6x) jeweils 18.00 - 19.00 Uhr jeweils € 36,00

Alexandra Riedel-Schiffner, Entspannungspädagogin

Chakren

7-Wochen-Übungsprogramm

Durch praktische Übungen können die feinstofflichen Energien wahrgenommen, harmonisiert und gestärkt werden. Das Lösen von Blockaden und veralteten Mustern und die Aktivierung der Chakren unterstützt die körperliche, emotionale und geistige Balance. Hierdurch entsteht im Hier und Jetzt Offenheit für neue Erfahrungen und mehr Wohlsein. Es werden verschiedene Methoden und Techniken anwendet, um Ihre Chakren auszubalancieren und Ihre Energiesysteme ins Gleichgewicht zu bringen. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, warme Socken und Getränk, Materialkosten ca. 5,00€.

Achtsamkeit Workshop

Unser wandernder Geist führt uns überall hin, nur nicht dahin, wo wir jetzt gerade sein wollen. Mono- statt Multitasking ist das Zauberwort. Achtsamkeit fängt im Kopf an. Mit Hilfe von kleinen Übungen gönnen Sie der Psyche eine kurze Auszeit, zu jeder Zeit, an jedem Ort. Sie helfen den Alltagsstress zu senken und die Welt bewusster wahrzunehmen. Dieses führt langfristig zu mehr Zufriedenheit und Lebensfreude.

Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung, Getränk.

Achtsamkeit

in der Ruhe liegt die Kraft

Achtsamkeitstraining hilft in stressbeladenen Situationen den Geist zu beruhigen. Es werden verschiedene Achtsamkeitspraktiken gezeigt und vertieft: z.B. Sitz- und Gehmeditation, Bodyscan, Atemübungen. Weitere Themen sind: Gesundheit und Krankheit, Körper, Geist und Seele - eine Einheit, achtsamer Umgang mit Stress.

Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung, nach Absprache wetterfeste Kleidung.

Achtsamkeit

Achtsamkeit kann jede/r lernen! Sie bedeutet, in jedem Augenblick des Lebens präsent zu sein. Achtsamkeit hilft uns, dem Karussell des Alltags wirksam begegnen zu können. Statt als "Autopilot" sofort auf Situationen zu reagieren, lernen Sie eine Haltung von innerer Ruhe, Wohlwollen und Akzeptanz zu entwickeln. Wir praktizieren im Sitzen, Liegen und in der Bewegung. Mit kurzen theoretischen Inputs, geführten Meditationen, sanften Körper- und Atemübungen begleite ich Sie dabei.

Bitte mitbringen: Decke, warme Socken, bequeme Kleidung, Matte, wenn vorhanden.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5 Schupperkurs

18-181 Sa. 12.09.20 (1x)

18-182 Sa. 16.01.21 (1x) jeweils 10.00 - 14.00 Uhr jeweils € 24,00

18-164 Sa. 15.09.20 (9x)

jeweils 18.00 - 19.30 Uhr

18-165 Di. 19.01.21 (9x) jeweils18.00 - 19.30 Uhr jeweils € 81,00 Susanne Munderloh, Atempädagogin/Atem-

therapeutin

PMR

progressive Muskelrelaxation

PMR ist eine leicht zu erlernende Entspannungstechnik, die überall schnell angewandt werden kann. Das Prinzip der Entspannung beruht auf der kurzen Anspannung einzelner Muskelpartien, ehe im Anschluss eine bewusste Entspannung erfolgt. Ziel ist, den Unterschied der Zustände bewusst zu erkennen und im Alltag wahrzunehmen.

Bitte mitbringen: Decke, Kissen, begueme Kleidung.

Atemhaus Blume Sabine Katharina Schuldt Odamm 16 · 21684 Stade +49 4141 405077 Weitere Informationen: www.atemhaus-blume.de

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-168 Mi. 16.09.20 (8x)

18-169 Mi. 20.01.21 (8x) jeweils 18.00 - 19.00 Uhr

jeweils € 42,60

Alexandra Riedel-Schiffner,

Entspannungspädagogin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-170 Do. 10.09.2020 (4x)

18-171 Do. 28.01.2021 (5x)

18-172 Do. 27.05.2021 (4x)

jeweils 18.00 - 19.00 Uhr € 21,70 (4x), € 27,15 (5x)

Drochtersen, FABI, Sietwender Str. 11

18-173 Di. 08.09.2020 (5x)

18-174 Di. 27.10.2020 (7x)

18-175 Di. 12.01.2021 (6x)

18-176 Di. 16.03.2021 (4x)

18-177 Di. 04.05.2021 (6x)

jeweils 18.15 - 19.15 Uhr € 21,70 (4x), € 27,15 (5x),

€ 32,50 (6x), € 38,00 (7x)

Iris Kreymeyer,

Entspannungstrainerin, Klangschalentherapeutin

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.



Haben Sie Lust und Zeit Kurse in der Fabi anzubieten?

Wir freuen uns auf Sie und Ihr Angebot.

Gesundheit & Ernährung / Kreativität & Musik

Gesundheit	
Aromapraxis	64
Ernährung	
Kunterbuntes Fingerfood	64
Koch dich fit!	64
"Wir backen gemeinsam Brot"	65
"Suppe wärmt die Seele"	65
"Fingerfood"	65
"Das kommt uns spanisch vor"	65
Kreativität	
Töpfern	66
Socken stricken – ich zeige Ihnen wie es geht!	66
Lichterketten – mit Fröbelsternen oder gefalteten Sternen	66
Große beleuchtete Häuser	66
Bascetta-Sterne	67
Sterne aus Papier	67
Wintermäuse und kleine Engel	67
Kleine Schachteln für kleine Geschenke falten	68
Upcycling: gefaltete Taschen aus alten Katalogen oder Büchern	68
Einladungskarten für die Konfirmation	68
Musik	
Der FABI-Chor	68

19-01

19-05

Ev. FABI, Sietwender Str. 11 Fr. 02.10.20, Sa. 03.10.20 (2x)

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
19-02 Fr. 29.01.21, Sa. 30.01.21 (2x)
19-03 Fr. 13.11.20, Sa. 14.11.20 (2x)
jeweils Fr. 18.30 - 20.30 Uhr
jeweils Sa. 14.00 - 16.00 Uhr
jeweils € 17,10

Alexandra Riedel-Schiffner, Entspannungspädagogin

Stade-Bützfleth, Grundschule am Fleth, Obstmarschenweg 353 Mi. 23.09.2020 (1x)

18.00 - 21.30 Uhr € 17,50 Birgit Vagt

Aromapraxis

Schnupperkurs

Die Düfte von ätherischen Ölen haben eine besondere Wirkung. Sie tragen zum körperlichen und seelischen Wohlbefinden bei. Es werden verschieden Öle, deren Gewinnung und Anwendung vorgestellt. Im Praxisteil wird ein Lippenbalsam oder ein Peeling hergestellt.

Bitte mitbringen: Materialkosten, je nach Verbrauch.

Kunterbuntes Fingerfood

Ob Tapas, Tramezzini, Sushi, Wraps oder Spießchen - sie alle haben den Vorteil, dass man ganz viele davon probieren kann. Wir wollen ein vielseitiges Fingerfood-Buffet zubereiten, auf dem jeder etwas nach seinem Geschmack findet und das auch noch fabelhaft aussieht.

Bitte mitbringen: Schürze, Getränke und Behälter für Reste. Lebensmittelumlage wird im Kurs abgerechnet.



Stade-Bützfleth, Grundschule am Fleth, Obstmarschenweg 353

19-06 Mi. 10.02.2021 (1x) 18.00 - 21.30 Uhr € 17,50 Birgit Vagt

Koch dich fit!

Keine Zeit für gesunde Ernährung? In diesem Kurs lernen wir, wie schnell und unkompliziert es ist, sich gesund zu ernähren. Bei dieser Ernährung sind wir vitaler und haben mehr Energie. Egal ob Sie sich vegetarisch, vegan oder Low Carb mit Fisch oder Fleisch ernähren. Lust auf leckere und schnelle Rezepte? Bitte mitbringen: Schürze, Getränke und Behälter für Reste. Lebensmittelumlage wird im Kurs abgerechnet.

"Wir backen gemeinsam Brot"

Wir backen Brot und Brötchen mit unterschiedlichem Mehl, mit und ohne Hefe. Ohne Zusatzstoffe und Geschmacksverstärker ist jeder Happen ein Genuss. Dazu gibt es eine Auswahl an leckeren Brotaufstrichen wie z.B. Basilikumcreme, Pflaumenbutter und Gorgonzolacreme. Wahlweise zum Frühstück, Abendbrot oder einfach nur als Zwischenmahlzeit. Auch für Vegetarier ist etwas im Angebot.

Bitte mitbringen: Schürze, Getränke und Behälter für Reste. Lebensmittelumlage wird im Kurs abgerechnet.

"Suppe wärmt die Seele"

Die Vielfalt der Rezepte lässt das Herz jeder Köchin höher schlagen. Herzhaft und kräftig, cremig leicht, oder fruchtig süß mit einem Hauch von Orient. Jeder Löffel ein Geschmackserlebnis für den Gaumen. Suppe gibt es zu vielen Anlässen. Als Vorspeise zum Festmenü, als kleine Zwischenmahlzeit, zum Aufwärmen in der kalten Jahreszeit, oder "einfach nur so".

Bitte mitbringen: Schürze, Getränke und Behälter für Reste. Lebensmittelumlage wird im Kurs abgerechnet.

"Fingerfood"

Es wird eine interessante Auswahl der "kleinen Häppchen" für Besuch, als Zwischenmahlzeit oder zum "Stehimbiss" angeboten. Ob für Kinder, Senioren, oder als alternative Ernährungsform - Fingerfood ist äußerst vielseitig und erfreut sich großer Beliebtheit. In diesem Kurs wird ein Buffet mit den hergestellten Speisen aufgebaut.

Bitte mitbringen: Schürze, Getränke und Behälter für Reste. Lebensmittelumlage wird im Kurs abgerechnet.

"Das kommt uns spanisch vor"

An diesem Abend werden Urlaubserinnerungen und die Vorfreude auf den nächsten Sommer geweckt. Tapas sind kleine mediterrane Leckereien die besonders gut zu Bier oder Wein schmecken. Mit frischen Zutaten werden die Häppchen zubereitet. Auf Wunsch wird ein Glas spanischer Wein dazu gereicht. Bitte mitbringen: Schürze, Getränke (Wasser) und Behälter für Reste. Lebensmittelumlage wird im Kurs abgerechnet.

Himmelpforten, Porta-Coeli-Schule, Schulstr, 11

19-08 Mi. 07.10.2020 (1x) 18.30 - 21.30 Uhr € 15,00 Inge Schmidt Hauswirtschtsmeistrin

Himmelpforten, Porta-Coeli-Schule, Schulstr. 11

19-09 Mi. 18.11.2020 (1x) 18.30 - 21.30 Uhr € 15,00 Inge Schmidt Hauswirtschtsmeistrin

Himmelpforten, Porta-Coeli-Schule, Schulstr. 11

19-10 Mi. 07.10.2020 (1x) 18.30 - 21.30 Uhr € 15,00 Inge Schmidt Hauswirtschtsmeistrin

Himmelpforten, Porta-Coeli-Schule, Schulstr, 11

19-11 Mi. 03.03.2021 (1x) 18.30 - 21.30 Uhr € 15,00 Inge Schmidt Hauswirtschtsmeistrin 21-03

Stade, BBS I, Werkraum, Glücksstädter Straße 15

Töpfern

In diesem Kurs bieten wir Ihnen die Gelegenheit, das Töpfern mit Aufbau- und Plattentechnik auszuprobieren. In gemütlicher Atmosphäre und netter Gesellschaft haben Sie die Möglichkeit, etwas Schönes zu töpfern, zu brennen und zu glasieren. Vielleicht haben Sie Lust ein Insektenhotel, eine Stele oder eine Vogeltränke zu töpfern - ganz individuell, nicht perfekt - sondern einfach einmalig.

Bitte mitbringen: Schürze, Teigrolle, Messer, Ausstechformen. Material wird nach Verbrauch im Kurs abgerechnet.

Verlängerung von 3 Kursabenden möglich (Teilnehmerabhängig)

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Do. 05.11.20 (5x) jeweils 18.00 - 20.00 Uhr € 34,00 Anita Quadt

Socken oder anderes stricken - ich zeige Ihnen, wie es geht!

Selbstgestrickte Socken sind gerade im Winter herrlich und auch als Geschenk bei Jung und Alt immer sehr willkommen. Ich zeige Ihnen, wie Sie mit einem Nadelspiel stricken können und wie Sie Hacke und Fußspitze hinbekommen. Vorkenntnisse im Stricken sollten vorhanden sein.

Bitte mitbringen: 4-fädige Strickwolle, Nadelspiel 2,5 oder Material und Anleitung für Ihr Wunschmodell.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5 1-04 Mo. 26.10.2020 (1x)

21-04 Mo. 26.10.2020 (1x) 19.00 - 21.15 Uhr € 10,00

Rosemarie Gaetcke

Lichterketten - mit Fröbelsternen oder gefalteten Sternen

Mit Taschensternen, Walddorflämpchen oder Fröbelsternen werden Lichterketten gestaltet. Als Deko für den Tisch oder das Fenster ein echter "Lichtblick".

Bitte mitbringen: Materialkosten: ca. 5,00 €



Große beleuchtete Häuser

Aus weißen Fotokarton oder transparenter Folie werden ca. 30 cm große Häuser gebastelt. Von verschiedene Schablonen werden die Umrisse übertragen, ausgeschnitten und zusammengeklebt und mit farbigen Stiften, Vlies oder ausgestanzten Verzierungen dekoriert. So bekommt man schnell einen ganzen Straßenzug.

Mitbringen: ev. Cutter oder spitze Schere.

Materialkosten: Haus aus Papier ca. 2,50 € je Haus, Haus aus

Folie ca. 5,00 € je Haus.

Bascetta-Sterne

Taschensterne und Sternenkranz sind doppelte Sterne, welche gefaltet und geklebt werden. Je nach Größe können sie als Tannenbaumschmuck oder als Türkranz eine besondere Zierde sein. Bitte mitbringen: 4.00 bis 6.00 € Materialkosten.



Sterne aus Papier

Für das winterlich dekorierte Fenster, den Tannenbaum oder als Mobile - die neuen Sterne sind ein echter "Eyecatcher". Sie sind kinderleicht zu falten und werden nur zusammengesteckt. Bitte mitbringen: Materialkosten ca. 1,00 € bis 2,50 € pro Stern.

Wintermäuse und kleine Engel

Aus Styroporeiern und Strickschlauch basteln wir ca. 6 cm gro-Be Mäuse. Mit ihren Pudelmützen sind sie eine etwas andere Weihnachtsdekoration. Die Engel werden aus Kaffekapseln gebastelt

Mitbringen: Materialkosten ca. 3,00 € pro Maus, 2,00 € pro Engel.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Mi 04 11 2020 (1x) 21-05 19.00 - 21.15 Uhr € 10.00

Rosemarie Gaetcke

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Mi. 11.11.2020 (1x) 21-06 19.00 - 21.15 Uhr € 10 00

Rosemarie Gaetcke

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

21-07 Mi. 18.11.2020 (1x) 19.00 - 21.15 Uhr € 10.00

Rosemarie Gaetcke

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Mi. 25.11.2020 (1x) 21-08

19.00 - 21.15 Uhr € 9.00

Rosemarie Gaetcke

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

21-09 Mi. 02.12.2020 (1x) 19.00 - 21.15 Uhr € 10.00

Rosemarie Gaetcke

Kleine Schachteln für kleine Geschenke falten

Manchmal soll es nur ein kleines Dankeschön sein. Wenn das dann in einer hübschen kleinen Schachtel überreicht wird, ist es doppelt schön. Aus besonderen Papieren, mit großen Stanzern und schmalen Bändern basteln wir viele verschiedene Schachteln.

Mitbringen: Materialkosten: ca. 5,00 €

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

21-10 Mi. 03.02.21 19.00 - 21.15 Uhr Mi. 10.02.21 19.00 - 21.15 Uhr € 20,00 Rosemarie Gaetcke

Upcycling: gefaltete Taschen aus alten Katalogen oder Büchern

Alte Kataloge oder Prospekte werden auf eine bestimmte Größe zurecht geschnitten, gefaltet, mit breitem "Tesafilm" laminiert, zusammengesteckt und anschließend vernäht.

Mitbringen: ca. 5cm breites Klebeband, Schere, Sternzwirn und stumpfe Stopfnadel.

Materialkosten: ca. 2.00 €

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

21-11 Mi. 24.02.2021 (1x) 19.00 - 21.15 Uhr € 10,00 Rosemarie Gaetcke

Einladungskarten für die Konfirmation

Mit Stanzern, Stempeln und Stickern fertigen wir Einladungs-, Tisch-, Menü- und Danksagungskarten an. Hier kann jeder kreativ werden und bekommt eine ganz individuelle Karte. Mitbringen: Materialkosten: ca. 2,00 € pro Einladungskarte.

Stade, Ev. Johannisgemeinde, Sandersweg 69

21-12 Do. 03.09.2020 (7x) € 43,20 14-täglich 21-13 Do. 14.01.2021 (13x) jeweils 19.00 - 20.30 Uhr € 80,00 14-täglich

> Stephanie Mülder, Musiktherapeutin

Der FABI-Chor

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

Es werden zwei- und dreistimmige Lieder erarbeitet. 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.

Bitte beachten: Zuzüglich entstehen Kosten für Notenblätter nach Bedarf.

Persönlichkeit & Kompetenz

Online-Kurse	
zu Themen des Glaubens	70
weitere Kurse sind in Planung	
Innere Kinder	71
Ein Tag der Stille mit geführten Meditationen	71
Mentales Aktivierungstraining	72
Spieleabende für Erwachsene	72
Das denkende Herz der Baracke	72
"Der Gang durchs Labyrinth des Lebens"	72
In Würde alt werden – In Würde alt sein	73
"Erst in der Stille beginnst du zu hören"	73
Aus der Stille schöpfen- Stilles Sitzen im Herzensgebet	74
"Sich selbst bewusst sein"	74
Sieh doch, du bist schön! – "Ich-tu-mir-was-Gutes"	74
Knifflige Gespräche meistern	75
Persisch (Farsi) lernen	75
Richtig schminken - selbstbewusst in Beruf	
und Alltag	75
Mediation	75
Beratung Psychologische Beratung für Erwachsene, Schüler/-innen, junge Erwachsene	76

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

17-01 Fr. 04.09.2020 (1x)
17-02 Fr. 18.09.2020 (1x)
17-03 Fr. 23.10.2020 (1x)
jeweils kostenfrei
Birgit Berg,
Pastorin

weitere
Online-Kurse
unter:
www.fabi-stade.de

Online-Kurse zu Themen des Glaubens

Fahrkarten oder Tickets bequem buchen, sich per Mausklick informieren. Das Internet bietet viele Vorteile. Die FABI Stade lädt - in Zusammenarbeit mit Familienbildungsstätten in Niedersachsen - zu Online-Kursen ein, die diese Vorteile nutzen: Unabhängig von Ort und Zeit können Sie Inhalte des christlichen Glaubens kennen lernen oder auffrischen und sich mit anderen austauschen. Wie funktioniert der Online-Kurs?

Teilnehmende des Online-Kurses bekommen über 8 bzw. 10 Wochen per E-Mail gut lesbare Studienbriefe mit Informationen, Geschichten und weiterführenden Hinweisen. Wer sich mit anderen Kursmitgliedern austauschen möchte, kann dies in einem geschützten Online-Forum tun. Bei Interesse werden Treffen vor Ort angeboten. Jede/r beschäftigt sich mit den Inhalten so, wie es für sie/ihn passend ist. Lernkontrollen gibt es nicht

Online-Kurs I - Themen: Gott, Spiritualität, Glaube und Zweifel, Leid begegnen, Bibel und Wort Gottes, Jesus, Mensch, Kirche, Segen.

Online-Kurs II - Themen: Gott, Jesus, Bibel, Kirche, Taufe und Abendmahl, Kirchenjahr, Gottesdienst, Gebet. (Dieser Online-Kurs hat kein Forum)

Weitere Informationen:

www.kurse-zum-glauben.de oder www.online-kurs-zum-glauben.wir-e.de Ein Projekt der Ev.-Luth. Landeskirche Hannover.

Künftig werden zahlreiche Kurse in unseren Fachbereichen auch online durchgeführt unter:

www.fabi-stade.de/Online-Kurse



Kircheneintritt leicht gemacht, unbürokratisch und niedrigschwellig.

Rufen Sie an:

Wiedereintrittstelefon des Kirchenkreises Stade Tel.: (04141) 40 87 80

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 kennen, 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, eine Kleinigkeit für ein gemeinsames Mittagsbuffet.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

17-04 Sa. 07.11.2020 (1x)

Drochtersen, FABI, Sietwender Str. 11

17-05 Sa. 17.04.2021 (1x)
jeweils 10.00 - 17.00 Uhr
jeweils € 28,20
Dr. Heike Wilfarth,
Heilpraktikerin (psych.),
Tierärztin

Ein Tag der Stille mit geführten Meditationen

Wenn uns etwas abhandengekommen zu sein scheint, dann ist es die Fähigkeiten, Stille zu erfahren und sie auszuhalten, wenn sie dann doch mal da sein sollte. Dieser Tag ist daher der Stille gewidmet und eröffnet die Möglichkeit, sich im Schweigen und in der Meditation wieder selbst zu begegnen, zu erfahren, wie Stille heilsam und kraftgebend wirkt und wie Sie sie im Alltag zu einem Teil des Tages werden lassen können.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
17-07 Sa. 23.01.2021 (1x)
10.00 - 16.00 Uhr
€ 28,50
Cäcilia Balandat,
Achtsamkeits-/Glückscoaching



Oldendorf, Ev. Gemeindehaus, Hauptstr. 14

17-09 Mo. 26.10.2020 (6x) 17-10 Mo. 15.02.2021 (6x) jeweils 09.30 - 11.00 Uhr jeweils € 41,60 inkl. €3,00 Kopiergeld

Reinhild Wieters-Hilck, MAT-Trainerin

Stade, Ev. Gemeindehaus, Streuheidenweg 22

17-12 Mi. 28.10.2020 (4x) 18.30 - 21.00 Uhr € 42,40 Monika Nuxoll, Diplom Sozialpädagogin

> Freiburg, Ev. Gemeindehaus, Hauptstr. 24

17-14 Mo. 18.01.2021 (1x)

17-15

Stade, Kapitel 17, Höckerstr. 17

Mo. 25.01.2021 (1x)

jeweils 19.00 - 21.00 Uhr jeweils € 8,80 Andrea Hatecke, Meditationsbegleiterin VIA CORDIS, Geistliche Begleiterin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

17-17 Mi. 23.09.2020 (6x)
17-18 Mi. 20.01.2021 (6x)
jeweils 15.30 - 17.00 Uhr
jeweils € 46,20
Helga Brink-Roth,
Dipl.Kunsttherapeutin

Mentales Aktivierungstraining

Das mentale Aktivierungstraining 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.

Spieleabende für Erwachsene

Haben Sie Lust, mal wieder in kleinerer oder größerer Runde Gesellschaftsspiele zu spielen bzw. neu zu lernen? Sie sind herzlich eingeladen. Gerne werden eigene Wünsche berücksichtigt.

Das denkende Herz der Baracke -

Die Tagebücher von Etty Hillesum 1941-1943

Lernen Sie an diesem Abend die Biographie einer ungewöhnlichen jungen Frau kennen, deren letzter Eintrag in ihrem Tagebuch lautet: "Man möchte ein Pflaster sein auf vielen Wunden." (12.10.1942)

Erst 1981, als Auszüge ihres Tagebuches veröffentlicht wurden, wurde die niederländisch-jüdische Intellektuelle Esther Hillesum bekannt. In ihren Aufzeichnungen und Briefen spiegelt sich ihre menschliche und spirituelle Entwicklung im Angesicht von Krieg und Verfolgung wider.

In Vortrag und Gesprächsaustausch soll ein Einblick gegeben werden in Ettys inneren Dialog und ihren großen inneren Reichtum.

"Der Gang durchs Labyrinth des Lebens"

Ist der Lebensweg ein willkürliches Chaos von Ereignissen oder gibt es hier Zusammenhänge, einen "roten Faden" in unserer persönlichen Biographie? Wie kann ich diesen finden? Ich möchte Sie neugierig machen auf sich selbst mit Hilfe von Erinnerungsübungen, einem individuell erarbeiteten "Lebenspanorama" und dem Austausch von Fragen, die das heutige Leben an uns heranträgt.

In Würde alt werden - In Würde alt sein

Was für eine schöne Vorstellung. Was für ein hehres Ziel. Doch wie das so ist mit den erhabenen Gedanken und Zielen - sie sind nicht leicht zu erreichen. Was meine Würde verletzt, kann für einen anderen nicht nachvollziehbar sein. Denn wie das Wort "Liebe" ist der Begriff der Würde im Sprachgebrauch mindestens mit genauso vielen Definitionen belegt wie die Liebe. Kann es dennoch einen Weg geben dafür zu sorgen, die eigene Würde zu bewahren. Auf dem Weg ins Alter und bis in den Tod? Nach einem Impulsvortrag möchte ich gerne mit Ihnen in eine anregende Diskussion einsteigen, die vielleicht neue Sichtweisen, Möglichkeiten und Wege eröffnet.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

17-20 Di. 22.09.2020 (1x)
17-21 Di. 23.03.2021 (1x)
jeweils 19.00 - 21.45 Uhr
jeweils € 14,50
Cäcilia Balandat,
Achtsamkeits-/Glückscoaching

"Erst in der Stille beginnst du zu hören." Inschrift einer Kirche am Thuner See/ Schweiz Einführung ins Herzensgebet

An diesem Tag haben Sie Zeit, zu entschleunigen und inne zu halten - vom Denken zum Spüren zu kommen. Das Herzensgebet ist ein spiritueller Weg, der zu Gelassenheit, Freude und der Erfahrung des inneren Friedens führen möchte. In einer kleinen Gruppe werden wir uns Zeit nehmen, in kreativer, spielerischer Weise zu unserem persönlichen Herzenswort zu finden und es in der Meditation zu erproben. Weitere Elemente des Kurses sind einfache Übungen zur Körperwahrnehmung, stilles Sitzen, achtsames Gehen, sowie ein Austausch in der Gruppe.

Bitte mitbringen: Warme Socken, eine Decke, evtl. ein eigenes Meditationskissen oder -bänkchen, ein kleiner Mittagsimbiss.

Drochtersen, FABI, Sietwender Str. 11

17-23 Sa. 10.10.2020 (1x)

17-24 Sa. 06.03.2021 (1x) jeweils 10.00 - 14.00 Uhr ieweils € 23.40

Andrea Hatecke,

Meditationsbegleiterin VIA CORDIS, Geistliche Begleiterin



Kapitel 17



- · Christliche Buchhandlung
- · Fair gehandelte Produkte
- · Kirche in der Stadt

Öffnungszeiten: Mo. - Fr.: 10 - 18 \cdot Sa.: 10 - 13 Uhr Hökerstraße 17 \cdot 21682 Stade \cdot Tel.: 0 41 41 / 840 03 info@stader-bibelgesellschaft.de \cdot www.kapitel17.de

Drochtersen, FABI, Sietwender Str. 11

17-25 Mi. 04.11.2020 (6x) 17-26 Mi. 13.01.2021 (6x) jeweils 19.00 - 20.30 Uhr

> jeweils € 52,80 Andrea Hatecke, Meditationsbegleiterin VIA CORDIS, Geistliche Begleiterin

Aus der Stille schöpfen – Stilles Sitzen im Herzensgebet Das Herzensgebet ist eine Form der christlichen Meditation.

Das Herzensgebet ist eine Form der christlichen Meditation. Dieser Kurs lädt ein, in der Tradition der Wüstenmütter und -väter das stille Sitzen mit einem persönlichen Herzenswort einzuüben. Ein vertrautes Meditationsritual kann unterstützend sein, um den leisen Tönen im Inneren zu lauschen und den Weg zur inneren Mitte zu finden. Wiederkehrende Gestaltungselemente sind einfache Körperübungen, achtsame Atem- und Leibwahrnehmung, ein Körpergebet, inhaltliche Impulse, sowie Gesprächsaustausch über das Erfahrene. Der Kurs eignet sich sowohl für Anfänger als auch für Geübte.

Bitte mitbringen: Warme Socken, eine Decke, evtl. ein eigenes Meditationskissen oder -bänkchen.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

17-28 Sa. 30.01.2021 (1x)
10.00 - 13.00 Uhr
€ 13,00

Iris Camehl,

Kommunikationstrainerin

"Sich selbst bewusst sein"

Kennen Sie Ihre Stärken? Sich selbst besser kennen und verstehen zu lernen, ist die Basis für einen gezielten Einsatz der eigenen Energien. Wer sich selbst gut kennt und mehr Verständnis für den eigenen Stil entwickelt, kann auch besser auf andere Menschen mit ihren verschiedenen Verhaltensweisen eingehen. In diesem interaktiven Workshop werden Sie in freundlicher Atmosphäre Ansatzpunkte zur Selbstreflexion erarbeiten, um Möglichkeiten zu erkennen, die in Ihnen stecken und offener im Umgang mit Ihren Mitmenschen zu sein.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

17-30 Fr. 16.10.20, Sa. 17.10.20 (2x) 17-31 Fr. 05.02.21, Sa. 06.02.21 (2x) jeweils Fr. 19.00 - 21.00 Uhr

Fr. 19.00 - 21.00 Uhr Sa. 14.00 - 17.00 Uhr jeweils € 18,00 inkl. kleiner Imbiss

Susanne Decker-Michalek, Diakonin und Freiwilligenmanagerin

Sieh doch, du bist schön! – "Ich-tu-mir-was-Gutes"

Wochenendangebot für Frauen

"Sieh doch, meine Freundin, du bist schön!" dieser Satz aus dem Hohelied der Liebe in der Bibel spricht eine Einladung an jede Frau aus, sich selbst und andere mit einem respektvollen und liebevollen Blick anzuschauen. Daraus kann neue Lebensfreude wachsen. Mit allen Sinnen den alten poetischen Worten nachspüren, eine Handmassage genießen, sich entspannen und miteinander austauschen - so stimmt der Freitagabend die Teilnehmerinnen in dieses Angebot zum Wochenende ein. Der Samstag gehört der eigenen "Schönheitsbiographie" und dem kreativen Schreiben eigener Texte. In der Gebühr ist ein kleiner Imbiss inklusive.

Persönlichkeit & Kompetenz

Knifflige Gespräche meistern

Täglich kommunizieren Sie in Beruf und Privatleben mit anderen Menschen. Dabei ist uns meist nicht bewusst, wie wir dabei vorgehen. Durch die Verschiedenheit der Menschen kommt es schnell zu Missverständnissen und Unstimmigkeiten. In diesem kurzen Workshop werden wir ein Blitzlicht auf verschiede Aspekte der Kommunikation werfen, um neue Ideen und Blickwinkel zu bekommen. Mit kleinen Übungen Iernen Sie die nächste Herausforderung in der Interaktion mit anderen Menschen erfolgreich zu meistern.

Persisch (Farsi) lernen

Wer sich für die persische Sprache, Kultur und Mentalität der Perser interessiert, kann in diesem Kurs sowohl erste Grundkenntnisse erlangen als auch die vorhandenen Kenntnisse vertiefen. Die sehr bildreiche persische Sprache wird vor allem in Iran und Afghanistan gesprochen. Ich möchte Sie durch verschiedene Themen dieser Indogermanischen Sprache begleiten und Sie an die persische Schrift heranführen.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien.

Richtig schminken

Selbstbewusst in Beruf und Alltag

Entdecken Sie Ihre Schönheit und Ausstrahlung! Es wird aktuelles Fachwissen vermittelt, wirkungsvolle Techniken und die neuesten Trends werden Ihnen gezeigt. Sie können selbst Materialien, Kosmetika und Techniken ausprobieren.

Mediation

Ein fairer Weg zur Konfliktregelung

Die Auflösung einer Beziehung ist oft mit vielfältigen Emotionen von Enttäuschung bis Wut verbunden. Gespräche nach altbekannten Mustern helfen nicht, den Konflikt zu entschärfen. Die Grundlage von Mediation ist, dass beide treitenden Parteien mit einer/m neutralen VermittlerIn (MediatorIn) an einem Tisch sitzen. Alte Reaktionsmuster gegenseitiger Beschuldigungen sollen aufgelöst und einvernehmliche Regelungen gefunden werden. Eltern werden darin unterstützt Vereinbarungen zu finden, die den Bedürfnissen der Kinder und Eltern entsprechen.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

17-32 Sa. 21.11.2020 (1x) 10.00 - 13.00 Uhr € 16,00 Iris Camehl, Kommunikationstrainerin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Mo. 14.09.2020 (10x)

17-35 Mo. 11.01.2021 (10x) 17-36 Mo. 12.04.2021 (10x) jeweils 18.00 - 19.30 Uhr jeweils € 82,50 Nasrin Fahimi

17-34

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

17-38 Mi. 30.09.2020 (1x)
17-39 Mi. 27.01.2021 (1x)
jeweils 18.30 - 21.00 Uhr
jeweils € 13,50
Natascha Krüger,
Visagistin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

15-03 Terminvereinbarung über die FABI: info@fabi-stade.de oder Tel. (04141) 79 75 70

€ 58,00 / 75 Min.
Ermäßigungen sind möglich, sprechen Sie uns bitte an Christa Schöps,
Diplom-Sozialpädagogin,
Mediatorin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5 Terminvereinbarung über die 15-01 FABI: info@fabi-stade.de oder Tel. (04141) 79 75 70 € 38,00 / 60 Min. / Einzelber. € 58.00 / 75 Min. / Paarber. Ermäßigungen sind möglich, sprechen Sie uns bitte an Garnet Cohrs. Diplom-Psychologin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5 15-02 Terminvereinbarung über die FABI: info@fabi-stade.de oder Tel. (04141) 79 75 70 € 38,00 / 60 Min. Ermäßigungen sind möglich, sprechen Sie uns bitte an Garnet Cohrs. Diplom-Psychologin

Psychologische Beratung

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 Paarbeziehung oder um Angelegenheiten, die das Familienleben betreffen. Durch das Gespräch finden Sie wieder eine Orientierung und Ihre eigenen Bewältigungskräfte wachsen

Psychologische Beratung

für Schüler/-innen und junge Erwachsene

Stress und Druck in der Schule, in der Ausbildung oder im Elternhaus? Schwierigkeiten mit den Freunden? Haben Sie das Gefühl, dünnhäutig und überempfindlich zu sein? Fühlen Sie sich oft einsam? Fällt es Ihnen immer wieder schwer das, was Sie sich eigentlich vorgenommen haben, auch umzusetzen? Die Themen, um die es in Ihrem Alter geht, sind vielschichtig und herausfordernd. Da kann es hilfreich sein, in dem geschützten Rahmen einer Beratung genauer hinzuschauen und mögliche Stolpersteine zu erkennen und zu überwinden.

Garnet C. Cohrs Diplom-Psychologin



Beratung · Therapie · Supervision

Bungenstraße 12 · 21682 Stade Telefon o 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 Personzentrierte Psychotherapie und Beratung e.V. (GwG)

Qualifizierung für Dauerpflegeeltern Informationsabend und Seminar	78
Informationsabend und Qualifizierung/	
Anschlussqualifizierung für Kindertagespflegepersonen	79
Fortbildungen für Kindertagespflegepersonen	80
Wirtschaftliches Handeln in der Kindertagespflege	80
Wirtschaftliches Handeln - Aufbaukurs	81
Förderung der Sozialkompetzenz beim Kind	82
Entwicklungspsychologische Grundlagen	82
Resilienz	82
Gitarre spielen mit einfacher Liedbegleitung	83
Nein sagen können	83
Handpuppenworkshop	84
Kinder fragen nach Gott	84
Erste Hilfe in Kindernotfällen	84
Vielfalt in der Kindertagespflege	85
Nachhaltigkeit in der Kindertagespflege	85
Neue Medien in der Kindertagespflege	85
Kleine Kinder leichter verstehen	86
Musikinstrumente aus Alltagsmaterialien	86
Meine Stimme in der Arbeit mit Kindern	86
Lösungsorientierte und gewaltfreie Kommunikation	87
Verhaltensoriginelle Kinder - Vortrag & Fallseminar	87
Achtsamkeit in der Kindertagespflege	88
Weitere Qualifizierungen & Fortbildungen	88
Fortbildung zur DELFI®-Leitung	88
Qualifizierung zur FezS(+)-Leitung	88
Wege in die Ruhe für Kinder im Grundschulalter	89
Erziehungslotsen-Fortbildung	89
Studientag - FezS-Leiterinen	90
Qualifizierungsmaßnahmen für pädagogische Fachkräfte der Kitas im Landkreis Stade	90

Stade.

Markus Gemeinde,
Lerchenweg 10

24-01 Do. 10.09.2020 (1x)
19.30 - 21.30 Uhr
kostenfrei
Christa Schöps,
Diplom-Sozialpädagogin
Johannes Hartkens,
Diplom-Sozialpädagoge

Stade, Markus Gemeinde, Lerchenweg 10

24-02 Do. 29.10.2020 (8x)

18.30 - 22.00 Uhr

€ 60,00 (Erstattung bei Aufnahme eines Kindes)

Johannes Hartkens,

Diplom-Sozialpädagoge

Christa Schöps,

Diplom-Sozialpädagogin





Qualifizierung für Dauerpflegeeltern Informationsabend

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 29.10.2020 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 Dauerpflegeeltern Seminar

Der Alltag mit einem Pflegekind ist nicht mit der Erziehung leiblicher Kinder vergleichbar. Nicht selten haben die Pflegekinder Beziehungsabbrüche erlebt und müssen traumatische Erfahrungen verarbeiten. Von daher möchten wir Sie als zukünftige Pflegeeltern auf diese Aufgabe gut vorbereiten. Es geht darum, Ihnen den Zugang zu den Kindern zu erleichtern und fremde Verhaltensweisen verständlich zu machen.

Themen sind u.a.: Die Bedeutung von Bindung und Beziehung, Auswirkungen von Beziehungsabbrüchen, Kontakt mit der Herkunftsfamilie, Identitätsfindung und Biografiearbeit, rechtliche Grundlagen, Zusammenarbeit mit dem Jugendamt.

Während des Tagesseminars am 14.11.2020 wird eine Kinderbetreuung angeboten.

Dauerpflegeeltern gesucht

Die Jugendämter der Hansestadt 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.

Nähere Informationen bei der FABI unter Tel. (0 41 41) 79 75 7-0 oder Ihrem zuständigen Jugendamt.

Informationsabend und Qualifizierung

für Kindertagespflegepersonen

Kindertagespflegestellen 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 Kindertagespflegeperson vielleicht das Richtige für Sie.

Die Evangelische Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e.V. bietet in Kooperation mit den örtlichen Jugendämtern eine Qualifikation für Kindertagespflegepersonen an. Der 160 Unterrichtsstunden umfassende Kurs ist erforderlich für die Erteilung einer Pflegeerlaubnis 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.

Anschlussqualifizierung 160+ für Kindertagespflegepersonen

Dieser Kurs richtet sich an Kindertagespflegepersonen, die einen Qualifikationskurs nach dem DJI-Curriculum über 160 Unterrichtseinheiten absolviert haben. Er baut auf diese Inhalte auf und vertieft die Themenkomplexe "Frühpädagogik" und "Praktische Arbeit in der Kindertagespflegestelle". Es wird nach den Vorgaben des Qualitätshandbuchs (QHB) des deutschen Jugendinstituts unterrichtet.

Eine Anmeldung ist leider nicht mehr möglich. Für Herbst 2021 ist ein neuer Durchgang geplant.





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

22-01 Mi. 20.01.2021 (1x)
20.00 - 21.00 Uhr
kostenfrei
Ingrid Hartkens,
Diplom- Sozialpädagogin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5 Qualifizierung

22-02 Do. 15.04.2021 (33x)
19.00 - 22.00 Uhr
Eigenanteil € 100,00
Olga Dyck,
Sigrid Hoppe,
Christa Schöps,
Diplom-Sozialpädagoginnen

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
22-03 Di. 08.09.2020 (32x)
19.00 - 22.00 Uhr

€ 70,00 Olga Dyck, Sigrid Hoppe, Christa Schöps,

Diplom-Sozialpädagoginnen

Fortbildungen für Kindertagespflegepersonen

Die folgenden vier Fortbildungen sind Sonderveranstaltungen des Jugendhilfeträgers des Landkreises Stade, für Tagespflegepersonen des Landkreises (außer Buxtehude) sowie der Hansestadt Stade. Mit der Durchführung ist die FABI beauftragt worden. Bis auf einen Eigenanteil von 50,00 \in wird die Fortbildung vom Landkreis Stade finanziert. Es ist keine zusätzliche Erstattung vom Jugendamt vorgesehen.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5 € 50,00 (€ 135,00 für auswärtige

Teilnehmende)

Fr. 20.11.2020 18.30 - 21.30 Uhr Christa Schöps, Diplom-Sozialpädagogin

Di. 19.01.2021 18.30 - 21.30 Uhr **Christa Schöps**, Diplom-Sozialpädagog

Sa 23.01.2021 09.30 - 16.30 Uhr **Axel Junker**, Diplom-Finanzwirt

Bitte mitbringen: Stift, Block, Taschenrechner, Verpflegung

Wirtschaftliches Handeln in der Kindertagespflege

Themen wie rechtliche Fragen, Abrechnung, Aufsichtspflicht, Steuern und Versicherungen sowie Tipps für eine gute Öffentlichkeitsarbeit geben Ihnen das notwendige Rüstzeug. Diese Fortbildung umfasst 4 Module, die nur als Ganzes belegt werden können.

Modul I: Rechtliche Rahmenbedingungen

Aktuelle Rechtsprechung, rechtliche Rahmenbedingungen, Vertragsgestaltung und Abrechnung in der Kindertagespflege sind Inhalt des Seminars. Gerne können Sie Fragen vorab bei der FABI unter info@fabi-stade.de einreichen.

Modul II: Alltagsmanagement in der Kindertagespflege

Kindertagespflege ist oft ein Spagat zwischen rechtlichen Forderungen und Ihrem Alltag. Wie schaffen Sie es, auf der sicheren Seite zu stehen. Themen sind Aufsichtspflicht, Haftpflicht und Alltagsmanagement.

Modul III: Keine Angst vorm Finanzamt

Folgende Themen werden in diesem Seminar behandelt:

Anforderungen des Finanzamts:

- Steuerlicher Erfassungsbogen, Fristen
- Welche Steuererklärungen sind notwendig?

Die steuerliche Gewinnermittlung:

- Ordnung der Belege
- Wie werden die Einnahmen aus der Kindertagespflege versteuert?
- Anlage EÜR Einnahmenüberschussrechnung
- Betriebsausgabenpauschale oder tatsächliche Kosten
- Besonderheiten: Arbeitszimmer, Kfz-Kosten, Geschenke...
- Hinweise zur Sozialversicherung

23-01

Qualifizierung

Modul VI:Öffentlichkeitsarbeit und Marketingstrategien

Worin bin ich gut? Was kann ich? Was macht mir Spaß und worin unterscheide ich mich von anderen? Wo und wie biete ich meine Dienstleistung an? Wie kann ich die Instrumente des Marketing nutzen, um erfolgreich zu sein? Sie entwickeln Marketingstrategien mit kleinem Budget und erfahren, wie Sie sich überzeugend präsentieren können

Sa. 13.02.2021 09.00 - 12.00 Uhr **Ulrike Bischoff**, Coach, Supervisorin

Wirtschaftliches Handeln in der Kindertagespflege – Aufbaukurs

Dieser Kurs ist eine Fortführung des Kurses "Wirtschaftliches Handeln in der Kindertagespflege". Er kann nur als Ganzes besucht werden.

Modul I: Selbstmarketing

Das bisherige Wissen wird theoretisch und praktisch vertieft:

- Aus 4 P's werden 7 P's
- Pointierung: Welchen Nutzen spende ich den Eltern und Kindern?
- Wie erreiche ich gleichmäßige Qualität? Was zeichnet meine Tätigkeit exklusiv und gegenüber den Wettbewerbern aus?
- Wie sichere ich die Zukunft meines Unternehmens?
- Welche Rolle spielt die persönliche Haltung und Kommunikation im Marketing?

Modul II: Rechtliche Rahmenbedingungen

Folgende Themen werden vertieft behandelt:

- Neue rechtliche Aspekte
- Zeitmanagement, Perspektiventwicklung
- Vertragsgestaltung
- Organisations- und Qualitätsentwicklung

Modul III: Keine Angst vorm Finanzamt

Schwerpunktmäßig wird es um die Themen "Ermittlung des Gewinns" und "Erstellung einer Einnahme-Überschuss-Rechnung mit tatsächlichen Kosten" gehen. Außerdem ist Gelegenheit, Fragen aus dem vorangegangenen Kurs zu klären.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5 23-02 € 50,00

(€ 135,00 für auswärtige Teilnehmende)

> Sa. 06.03.2021 09.00 - 16.30 Uhr Ulrike Bischoff, Coach, Supervisorin

Fr. 16.04.2021 18.30 - 21.30 Uhr **Christa Schöps**, Diplom-Sozialpädagogin

Sa 24.04.2021 09.30 - 14.30 Uhr **Axel Junker**, Diplom-Finanzwirt

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

23-03 Sa. 07.11.20, 21.11.20, 05.12.20 (3x) jeweils 09.00 - 15.30 Uhr € 50,00 Olga Dyck,

Dipl. Sozialpäd,. FezS-Leiterin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

23-04 Mi. 10.02.21, 03.03.21, 17.03.21, 14.04.21 jeweils 19.00 - 22.00 Uhr Sa. 20.02.21 09.00 - 15.30 Uhr € 50,00 Lina Charlotte Diehl.

Dipl.-Sozialpäd.

Förderung der Sozialkompetenz beim Kind

Themen sind die Entwicklung und Stärkung der Sozialkompetenz von Kindern, Erarbeiten von Konfliktlösungsstrategien und die Integration von Kindern mit Verhaltensauffälligkeiten und Behinderungen. Sie lernen, wie Sie Ihren Tagespflegealltag so gestalten, dass die Sozialkompetenz der Kinder gefördert wird und wie Sie die Bedarfe der Eltern und Kooperationspartner einbeziehen können.

Entwicklungspsychologische Grundlagen

In dieser Fortbildung geht es um vertiefende Kenntnisse zu Zusammenhängen von kognitiver, sprachlicher, motorischer und sozial-emotionaler Entwicklung. Sie lernen, wie Sie diese Fachkenntnisse in der Praxis anwenden und wie Sie den Entwicklungsstand der Kinder fachlich einschätzen können. Sie erfahren, wie Sie dieses Wissen auch für Entwicklungsgespräche mit den Eltern nutzen können.

Für die folgenden Fortbildungen können sich Kindertagespflegepersonen die Gebühren bis zu € 60,00 pro Jahr von ihren zuständigen Jugendämtern erstatten lassen

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

23-06 Sa. 05.09.2020 (1x)
09.00 - 12.00 Uhr
€ 15,00
Ulrike Bischoff,
Coach, Supervisorin

Resilienz - die eigenen Widerstandskräfte gegen Stress und Burn-out

Wie kann ich gut für mich sorgen und in der Hektik des Alltags Ausgeglichenheit für mich finden? In diesem Kurs erfahren Sie, wo Ihre eigenen Ressourcen und Widerstandskräfte zu finden sind und wie sie diese im Alltag aktiv einsetzen können. Es geht darum, Bewusstsein und Achtsamkeit für das eigene Tun zu schaffen, um mehr Balance und Ausgeglichenheit - trotz des stressigen Alltags - zu bekommen.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien, Getränke.

Gitarre spielen mit einfacher Liedbegleitung und Gesang

Die Gitarre ist ein tolles und vielseitiges Instrument, das bei Kindern große Faszination auslöst. Ich möchte Ihnen die Möglichkeit der einfachen Liedbegleitung mit leichten Akkorden näherbringen. Wir werden mit Spaß an die Sache herangehen und mit wenig Aufwand viele Lieder spielen und singen.

Bitte mitbringen: 5,00 € für ein Liederbuch, Akustikgitarre, Schreibutensilien, Notenständer (wenn vorhanden).

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

für Anfänger

23-08 Mo. 07.09.2020 (4x) 19.00 - 20.30 Uhr

für Fortgeschrittene

23-09 Mo. 08.02.2021 (4x) 19.30 - 21.00 Uhr

jeweils € 30,00 inkl. Material

Ines Krause,

Erzieherin mit heilpäd. Zusatz-

ausbildung,

Rhythmikpädagogin bwr

Nein sagen können – ohne ein schlechtes Gewissen zu haben

Was hindert uns daran, einfach das zu sagen, was wir gerne möchten und nicht, was andere von uns erwarten? Wo liegen mögliche Ursachen für unser Verhalten? Anhand von Modellen wird die eigene Haltung zu den Mitmenschen sowie zu sich selbst überprüft und durch lösungsorientierte Kommunikationsmodelle sinnvoll ergänzt. Ziel ist es, den Mut aufzubringen "Nein" zu sagen, ohne ein schlechtes Gewissen zu haben. Der Nebeneffekt: Ich achte auf mich selbst, weil ich es mir rechtmache und nicht den Anderen.

Dieses Seminar wird auch als Online-Kurs durchgeführt. Erkundigen Sie sich nach den Modalitäten unter 04141 79 75 70.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
23-10 Sa. 19.09.2020 (1x)

23-10 Sa. 19.09.2020 (1x 09.00 - 12.00 Uhr € 15,00

Ulrike Bischoff, Coach, Supervisorin



Beratung & Weiterbildung info@kindwaerts.de

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

23-11 Sa 19 09 2020 (1x) 10.00 - 13.00 Uhr € 20.00 Matthias Schlüter. Diakon

Handpuppenworkshop

Wie kann ich eine Puppe zum Leben erwecken? Worin liegt das Geheimnis eines lebendigen Puppenspiels? Mit diesen Fragestellungen beschäftigt sich dieser Workshop. Eine Fülle von Spielen und Übungen sollen helfen sich mit Lust und Spaß mit der Technik des Puppenspiels, des Puppentheaters und den Grundzügen des Bauchredens zu beschäftigen.

Bitte mitbringen: wer hat eine eigene Handpuppe.

Ev. Gemeindehaus **Bockhorster Weg**

23-13 Sa. 26.09.2020 (1x) 09.00 - 13.00 Uhr € 20.00 Johanna Wutkewicz **Pastorin**

Kinder fragen nach Gott

"Wo ist der Himmel?", "wie sieht Gott aus?", "was ist an Pfingsten passiert?", "warum beten manche vor dem Essen?". Kinder stellen viele Fragen. Sie sind oft kurz, die Auslöser dafür sind unterschiedlich, und die Antworten gar nicht so leicht zu finden. Wir überlegen gemeinsam, wie man mit Kindern über Gott und die Religion sprechen kann. Wir gehen durch das Jahr, sprechen miteinander über die verschiedenen kirchlichen Feste und über das, was einem Menschen im Leben so passiert. Wir suchen zusammen nach Antworten und lernen, die Fragen zu schätzen, die uns auch wieder neu zum Nachdenken anregen.

DRK, Am Hofacker 14 Tor 5

23-15 Sa. 26.09.2020 (1x) 08 00 - 16 00 Uhr kostenfrei Ulrich Neumann. FH-Ausbilder DRK KV Stade e.V.

Erste Hilfe in Kindernotfällen

In diesem Kurs frischen Kindertagespflegepersonen ihre Kenntnisse in Erster Hilfe bei Kindernotfällen auf

Anerkannte Tagespflegepersonen können über ihr Familienservicebüro einen Gutschein des Gemeinde-Unfallversichrungs-Verbandes Hannover (GUVH) anfordern.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Sa. 14.11.2020 (1x) 23-20 10.00 - 13.30 Uhr € 17.50 Ulrike Wolf, Ergo- und Gestaltungstherapeutin

Vielfalt in der Kindertagespflege

Sie bekommen Hintergrundwissen über psychische Besonderheiten bei Kindern. Sie können Ihre Beobachtungen und Schwierigkeiten mit besonderen Kindern schildern und wir werden als Gruppe u.a. in Rollenspielen Lösungen für den spielerischen Umgang mit diesen Kindern erarbeiten.

Nachhaltigkeit in der Kindertagespflege

Was bedeutet eigentlich Nachhaltigkeit, und wie kann ich alltägliche Gewohnheiten nachhaltig verändern? Manchmal sind es ganz kleine Dinge, die Großes bewirken. Viele Gegenstände des täglichen Gebrauchs sind einfach selbst herzustellen oder durch nachhaltige Alternativen zu ersetzen.

Beispiele werden anhand von Anschauungsmaterial aus den Themenbereichen Babypflege, Ernährung, Haushalt, Ausstattung vorgestellt. Diese bewusste Entscheidung trägt für nachhaltige Verhaltensweisen, einen wichtigen Teil dazu bei, natürliche Ressourcen zu sparen und so die Zukunft unserer Kinder lebenswert zu gestalten.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien.

Ausstattung - was brauche ich wirklich in der Kindertagespflege

Gesundheit & Pflege - Wie gestalte ich meinen Haushalt nachhaltig und kindergerecht?

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

23-17 Sa. 26.09.2020 (1x)

23-18 Sa. 27.02.2021 (1x)
jeweils 09.00 - 13.00 Uhr
jeweils € 26,65
Yvonne Mayet,
Lebensberaterin

Neue Medien in der Kindertagespflege

Von Beginn an spielen digitale Medien eine wichtige Rolle im Alltag der allermeisten Kinder. Auch in der Kindertagespflege kann die mediale Lebenswelt der Kinder nicht ausgeblendet werden. An diesem Abend erfahren Sie wie Kinder mediale Erlebnisse verarbeiten und welche Wirkungen es geben kann. Es wird zudem gezeigt wie Medien unterschiedliche Entwicklungsaufgaben im Kleinkind- und Kindergartenalter fördern können. Darauf aufbauend beschäftigen wir uns mit der Frage nach einem "sinnvollen Umgang" mit digitalen Medien - sowohl auf Ebene der Erwachsenen als auch auf Ebene der Kinder. Beobachtungen aus der Praxis dienen als Diskussionsgrundlage

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

23-19 Di. 10.11.2020 (1x) 19.00 - 22.00 Uhr € 15,00 Michael Stüven, Diplom Pädagoge

Horneburg, Mehrgenerationenhaus, Lange Str. 38

23-22 Mi. 02.12.2020 (1x)
23-23 Mi. 21.04.2021 (1x)
jeweils 19.30 - 21.00 Uhr
jeweils € 7,50
Imke Dohmen,
Heilpraktikerin der Psychotherapie

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
23-24 Sa. 16.01.2021 (1x)
09.00 - 13.00 Uhr
€ 30,00 inkl. Material
Ines Krause,
Erzieherin mit heilpäd.
Zusatzausbildung, Rhythmikpädagogin bwr

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

23-25 Sa. 06.02.2021 (1x) 09.30 - 16.00 Uhr € 32,50 Kristin Kehr, Stimm- und Präsenztrainerin,

Schauspielerin

Kleine Kinder leichter verstehen

Vortrag

Bei kleinen Kindern kommen wir oft an unsere Grenzen, verstehen nicht warum sie ein "Nein" wieder und wieder übergehen, fühlen uns damit oft provoziert, obwohl wir doch wissen, dass es Kinder sind. Was machen Sie mit einem wütenden Kleinkind und wie gehen Sie mit Hauen, Kratzen und Beißen um? Wie ist das mit der Windel oder dem Schnuller? Was können Sie Eltern mit auf den Weg geben, wenn diese diesbezügliche Fragen haben?

Mit diesem Vortrag möchte ich Ihnen helfen, kleine Kinder besser zu verstehen und Alternativen aufzeigen, damit Sie im Alltag nicht verzweifeln und den Eltern eine helfende Hand reichen können.

Musikinstrumente aus Alltagsmaterialien herstellen und kindgerecht einsetzen

Sie werden Musikinstrumente aus einfachen Alltagsmaterialien herstellen und erfahren, wie Sie diese im Bereich der Kindertagespflege sowie in anderen pädagogischen Tätigkeitsfeldern mit viel Spaß und Kreativität kinderleicht einsetzen können. Eine Materialliste wird Ihnen vor Kursbeginn zugeschickt. Bitte mitbringen: Schere, Klebestifte.

Meine Stimme in der Arbeit mit Kindern - gesund und vielfältig

In der Arbeit mit den Kindern, sind die Anforderungen an die Stimme hoch: trösten, motivieren, erklären, erzählen, vorlesen, singen, ein Sprechvorbild sein. Lernen Sie ihre eigene Stimme kennen und entdecken Sie Ihre stimmlichen Möglichkeiten. Gleichzeitig erfahren Sie viel über Ihren Atem und eine gute Körperhaltung, denn Stimme, Atem und Körper sind immer miteinander verbunden. Mit einfachen Mitteln aus dem Schauspiel und der Sprecherziehung lernen Sie vorgelesene Geschichten lebendig und bildreich zu gestalten. Auch auf die Nutzung der Gesangsstimme in geeigneter Kinderstimmlage wird eingegangen. Bei allem geht es immer darum, dass die Stimme im Stress des Alltags gesund, kraftvoll und flexibel bleibt.

Lösungsorientierte und gewaltfreie Kommunikation mit Kindern in der Kindertagespflege

Schon die Großeltern wussten: "Wie es in den Wald hineinschallt, so schallt es heraus!" Wir alle wünschen uns, gut mit Kindern in Kontakt zu kommen, überlegt und souverän in jeder Situation handeln zu können. Dennoch fallen wir oft auf uns selbst herein und ertappen uns dabei, wie wir Kindern gegenüber sprachlich in einer Art begegnen, die geradewegs am Ziel einer Lösung vorbei führt. In diesem Seminar erarbeiten Sie einen Zugang zu Ihrem derzeitigen Sprachgebrauch, um diesen gezielt in Richtung Lösungsorientierung zu verändern. Eine wichtige Grundlage ist hierfür das Verständnis der Gewaltfreien Kommunikation (Marshall Rosenberg).

Verhaltensoriginelle Kinder

Kinder sind manchmal wütend, impulsiv, laut, träumerisch, unsicher oder gar neugierig. Diese und andere "schwierige" Verhaltensweisen fallen vor allem dann auf, wenn sie die Arbeit der ganzen Gruppe beeinträchtigen! Oft erleben wir, dass die Kinder in Einzelsituationen relativ gut zurechtkommen, aber im Kontakt mit anderen Kindern die Gruppe sprengen können. Aber ebenso können verhaltensoriginelle Kinder aufgeschlossen, energiegeladen, witzig, spontan und hilfsbereit sein. Wie können Sie geschickt mit ihnen umgehen?

Verhaltensoriginelle Kinder - Fallseminar

Kindertagespflegepersonen erleben ein breites Spektrum an verhaltensoriginellen Kindern: Die Kinder sind wütend, impulsiv, zappelig, streitlustig, laut, träumerisch, in sich gekehrt oder unsicher. Andere weisen ein AD(H)S-Syndrom oder eine Legasthenie auf. Aber ebenso können verhaltensoriginelle Kinder aufgeschlossen, energiegeladen, witzig, begeisterungsfähig. spontan, hilfsbereit und sehr sensibel sein. An eigenen und allgemeinen Fallbeispielen suchen Sie nach Lösungswegen und vertiefen dabei die theoretischen Kenntnisse. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmerinnen, die den Kurs "Verhaltensoriginelle Kinder" am 07.03.2020 besucht haben und an diesem Thema weiterarbeiten möchten

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

23-26 Sa 20 02 21 09.00 - 15.00 Uhr Sa. 27.02.21 09.00 - 13.00 Uhr Sa 24 04 21 09.00 - 13.00 Uhr € 62.50 Cäcilia Balandat.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Achtsamkeits-/Glückscoaching

Sa. 20.03.2021 (1x) 23-28 09.00 - 13.00 Uhr € 20.00 Thomas Rupf, Dipl.-Pädagoge, Buchautor

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Sa. 04.09.2021 (1x) 23-29 09.00 - 13.00 Uhr € 20,00 Thomas Rupf. Dipl.-Pädagoge, Buchautor

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

23-30 Sa 29 05 21

So. 30.05.21

Sa. 09.00 - 15.00 Uhr

So. 09.00 - 13.00 Uhr

€ 45,00

Cäcilia Balandat.

Achtsamkeits-/Glückscoaching

Achtsamkeit in der Kindertagespflege

In der Kindertagespflege begegnen uns Kinder mit unterschiedlichsten Verhaltensauffälligkeiten, was immer wieder zu einer gewissen Ratlosigkeit führt. Das Praktizieren von Achtsamkeit kann hilfreich sein. Diese Fortbildung führt über die Achtsamkeiten mit uns selbst zum achtsamen Umgang mit den Kindern, so dass die Kinder wiederum diese Haltung für sich selbst und gegenüber anderen übernehmen können. Es werden neben Meditationen, die auch bei Kindern anwendbar sind, viele Spiele zum Thema Achtsamkeit vorgestellt und eingeübt. Die Inhalte können sofort in den Alltag übernommen werden.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

€ 822,00

26-01

Christina Heistermann,

Termine auf Anfrage

Diplom Oecotrophologin

Susann Bontrup,

Erziehungswissenschaftlerin

МΑ

Fortbildung zur DELFI®-Leitung

Fachkräfte aus pädagogischen, psychologischen oder pflegerischen Berufen werden in einer halbjährigen Fortbildung qualifiziert. Inhalte, Voraussetzungen und Möglichkeiten der Umsetzung erfahren Sie bei der

Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e. V.,

Tel. (0 41 41) 79 75 7-0

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.delfi-online.de

Stade,

ALVI - Haus der Begegnung Grünendeicher Str. 1b,

Sa. 20.03.21 26-02

Sa. 09.00 - 17.00 Uhr

So. 21.03.21

So. 09.00 - 15.30 Uhr

Sa. 29.05.21

Sa. 09.00 - 17.00 Uhr

€ 300,00

Susanne Kühn,

Diplom Pädagogin

Qualifizierung zur FezS(+)-Leitung

FezS(+) ist ein niederschwelliges Eltern-Kind-Gruppen-Konzept, welches sich sowohl an einsprachige als auch an mehrsprachige Familien richtet. Ziel ist es. die Sprachbidlungs- und Erziehungskompetenzen der Eltern zu stärken und den Spracherwerb der Kinder nachhaltig zu fördern. In einer dreitägigen Fortbildung werden Sie umfassend in das Konzept eingeführt und lernen, wie Sie den frühkindlichen Sprachentwicklungsprozess unter Einbeziehung der Eltern fördern können.

Inhalte, Voraussetzungen und Möglichkeiten der Umsetzung erfahren Sie bei der Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e. V. unter Tel. (04141) 79 75 7-0

Wege in die Ruhe für Kinder im Grundschulalter

Fortbildung für Lehrer und Pädagogische Mitarbeiter In kaum einer anderen Berufsgruppe ist die Zahl der Burnout-Erkrankungen derart rapide angestiegen, wie im Bereich der Pädagogen. Immer mehr Kinder haben verlernt, bei sich zu sein, sich selbst zu regulieren und einen Weg in die Ruhe zu finden. Sie tun sich schwer am Abend einzuschlafen, verlieren schnell die Beherrschung, zeigen übermäßig hohe Bereitschaft zu Aggressivität, leiden unter großen Konzentrationsproblemen, oder neigen dazu, schnell in Tränen auszubrechen, weil sie sich überfordert fühlen. In diesem Seminar lernen Sie, die Kinder wieder in Kontakt zu sich selbst zu bringen und eigene Strategien zu entwickeln, sich zu beruhigen. Gleichzeitig lernen Sie, auch selbst in Ruhe zu bleiben oder wieder zu kommen, wenn sie mal abhandengekommen ist.

Erziehungslotsen-Fortbildung

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.

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.

Fortbildungen in Kindertageseinrichtungen

In Kooperation mit dem Niedersächsischen Institut für frühkindliche Bildung und Entwicklung – Regionalnetzwerk NordOst führt de Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/ Stade e.V. Fortbildungen in Kindertagesstätten des Landkreises Stade durch. Thematisch geht es um den Bildungsschwerpunkt "Vielfalt leben und erleben – Chancen und Herausforderungen von Heterogenität".

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
26-03 Sa. 14.11.2020 (1x)
10.00 - 13.00 Uhr
€ 25,00
Cäcilia Balandat.

Achtsamkeits-/Glückscoaching



Stade, FABI, Neubourgstr. 5

26-05 Sa. 05.09.2020 (1x)
09.00 - 14.00 Uhr
kostenfrei
Daniela Sawitzki,
Sozialarbeiterin (B.A.)
Astrid Bergmann,
Dipl.-Sozialpäd.



Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung

Koordination: Ingrid Hartkens Dipl.-Sozialpädagogin



Stade, ALVI
Grünendeicher Str. 1b,
26-06
Sa. 06.02.2021 (1x)
09.30 - 15.30 Uhr
kostenfrei
Susanne Kühn,
Diplom Pädagogin



Studientag - FezS-Leiterinnen

Auf dem jährlichen verpflichtenden Studientag für FezS-Gruppenleiterinnen geht es um stärkenden Erfahrungsaustausch und Vertiefung der inhaltlichen Aspekte der Arbeit mit mehrsprachigen Familien. Uns beschäftigen z.B. folgende Fragen:

- Wie führen wir Eltern und Kinder an die deutsche Sprache und das deutsche Bildungssystem heran?
- Wie finden wir gute und motivierende Kernaktivitäten?
- Wie reflektieren wir das Erlebte mit den Müttern?



Im Auftrag des Landkreises Stade führt die FABI

Qualifizierungsmaßnahmen zur Umsetzung des Auftrages der alltagsintegrierten Sprachbildung und Sprachförderung

für Pädagogische Fachkräfte der Kitas im Landkreis Stade Die gesetzliche Verankerung (KiTaG, §18a; 01.08.2018) der alltagsintegrierten Sprachbildung und Sprachförderung stellt die pädagogischen Fachkräfte in den Kitas vor die Aufgabe, den pädagogischen Alltag so zu gestalten, dass sie zum einen die sprachliche Entwicklung aller Kinder anregen, zum anderen auch Kinder mit sprachlichem Förderbedarf individuell und gezielt unterstützen. Hierbei stehen die Qualität des sprachlichen Angebots durch die pädagogische Fachkraft und die sprachliche Entwicklung der Kinder in einem engen Zusammenhang. Zur strukturierten Umsetzung der gesetzlichen Vorgaben wurde das "Regionale Sprachförderkonzept für den Landkreis Stade" (ohne die Hansestadt Buxtehude) erstellt. Demnach stehen den pädagogischen Fachkräften des Landkreises Stades (ohne der Hansestadt Buxtehude) trägerübergreifend eine kostenfreie Qualifizierungsmaßnahme in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte als Bildungsträger FABI sowie eine fachkompetente Begleitung durch die Fachberatung Sprache zur Verfügung.

Die Fortbildungen finden zu den Themengebieten Sprachentwicklung, Methoden der alltagsintegrierten Sprachbildung und Sprachförderung sowie der Verankerung der Sprachbildung und Sprachförderung in den Kita-Konzeptionen statt.

Raus mit der Sprache alltagsintergrierte Sprachförderung	28-01	Di. 02.02.2021 (1x) Lina Diehl, DiplSozialpäd.
Wachsen, träumen, Fragen stellen Alltagsintegriertes Philosophieren mit Kindergartenkindern	28-02	Mo. 14.06.2021 (1x) 08.30 - 15.30 Uhr Veronika Greipl, Frühpädagogin (B.A.), Erzieherin, Trauerbegleiterin, Kita-Fachberaterin
"Die Eindrücke der Kindheit wurzeln am tiefsten (Franzos)" - Im Dialog mit Vorschulkindern BNE entdecken	28-03	Mo. 05.07.2021 (1x) 08.30 - 15.30 Uhr Veronika Greipl , Frühpädagogin (B.A.), Erzieherin, Trauerbegleiterin, Kita-Fachberaterin
Frühe mathematische Erfahrungen im Kindergarten unter sprachbildenden und sprachfördernden Aspekten begleiten	28-04	Mo. 05.10.2020 (1x) 08.30 - 15.30 Uhr Veronika Greipl , Frühpädagogin (B.A.), Erzieherin, Trauerbegleiterin, Kita-Fachberaterin
Deutsch als Zweitsprache Wie kann der Einsatz von Musik, Liedern und Rhythmik beim Erlernen der deutschen Sprache unterstützen	28-05	Mi. 26.08.2020 (1x) 12.00 - 16.00 Uhr Di. 27.10.20 12.00 - 16.00 Uhr Stephanie Mülder, Musiktherapeutin
Der gezielte Einsatz von Liedern und Musikinstrumenten zur Unterstützung der Sprachentwicklung von 3-6jährigen in Theorie und Praxis	28-06	Mi. 20.01.21 (1x) 08.00 - 12.00 Uhr Mi. 17.03.21 08.00 - 12.00 Uhr Stephanie Mülder , Musiktherapeutin

Alle Qualifizierungsmaßnahmen finden in Stade, DRK, Am Hofacker 14, Tor 5, statt.

28-07 Do. 26.11.2020 (1x)
28-08 Do. 06.05.2021 (1x)
jeweils 09.00 - 16.00 Uhr
Gönke Lengsfeld
Systematische Beraterin,
Supervisorin

Sprachbildungskonzept für meine Kita von der Idee zum gelebten Konzept Ein Angebot speziell für Kita-Leitungen

28-09 Di. 22.09.2020 (1x)
09.00 - 16.00 Uhr
kostenfrei
Susann Bontrup,
Erziehungswissenschaftlerin
M.A.

Wertschätzende Gesprächsführung mit Eltern

28-11 Di. 10.11.2020 (1x) 08.00 - 12.00 Uhr

28-10 Di. 23.02.2021 (1x) 13.00 - 17.00 Uhr

28-12 Di. 15.09.2020 (1x) 08.00 - 12.00 Uhr 28-13 Di. 15.09.2020 (1x) 13.00 - 17.00 Uhr

Gesche Aue-Brückner Stefanie Stadtlander-Wilkens Dipl. Pädagoginnen Handwerkszeug für sprachbildende und sprachfördernde Aktivitäten Sprachbildungsstrategien 1: Frage und Modellierungsstrategien

Sprachbildungsstrategien 2: Strategien zur Konzeptentwicklung

Sprachbildungsstrategien 3: Rückmeldestrategien

Alle Qualifizierungsmaßnahmen finden in Stade, DRK, Am Hofacker 14, Tor 5, statt.

Die ausführlichen Ausschreibungen zu diesen Qualifizierungsmaßnahmen finden Sie unter Fortbildungen & Qualifizierungen auf unserer Homepage: www.fabi-stade.de

Einrichtungen & Projekte

Pflegefamilienberatung	94
"Hallo Du": Schulpatenschaft	94
Familienservicebüros	95
wellcome	96
Erziehungslotsen	96

Wenn Sie spenden möchten

Für unsere Arbeit mit Kindern und Famlilien sind wir trotz öffentlicher Zuschüsse auf Spenden angewiesen.

Für die Projekte wellcome und Erziehungslotsen (S. 96) sowie für einzelne Kinderkurse benötigen wir regelmäßig zusätzliche finanzielle Mittel.

Familien mit geringem Einkommen erhalten eine Gebührenermäßigung - auch dafür benötigen wir Ihre Unterstützung.

Spendenkonto bei der Kreissparkasse Stade, IBAN: DE 56 2415 1116 0000 1367 70 SWIFT-BIC: NOLADE21STK.

Die Spendenquittungen können steuerlich geltend gemacht werden.

Wir freuen uns über Ihre Unterstützung - vielen Dank!

Ingrid Hartkens Ines Mlodoch Eva Reinkemeier Dipl.-Sozialpädagoginnen

Standorte:

Grundschule Assel Grundschule Dornbusch Grundschule Drochtersen Grundschule Steinkirchen Grundschule Wischhafen

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 70 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.

"Hallo Du": Schulpatenschaft

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

Schenken Sie einem Kind aus der Grundschule eine Stunde pro Woche Ihre Zeit: Zuhören und Erzählen, Vorlesen und Spielen, Hilfe bei den Hausaufgaben oder 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 die Mitarbeiterinnen der Familienservicebüros.

Die Fahrtkosten werden erstattet.

Informationen über das Projekt bei:

Familienservicebüro
Drochtersen/ Nordkehdingen
Daniela Sawitzki
staatl. anerkannte Sozialpäd.
Tel. 0151-51 73 30 45

Familienservicebüro
Lühe
Astrid Bergmann,
Dipl.-Sozialpädagogin
Tel. 0151-51 73 30 43

Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e.V.

Tel. (04141) 79 75 7-0.

Einrichtungen & Projekte

Familienservicebüros

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/Pädagogische Themenabende
- 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 den Samtgemeinden Drochtersen, Lühe und Jork
- "Hallo Du"-Schulpatenschaftsprojekt Grundschulen Wischhafen, Dornbusch, Drochtersen, Assel und Steinkirchen
- Elternkurs "Handwerkszeug für Eltern" (s. S. 32)
- "Im Gespräch": Eine Veranstaltungsreihe für Eltern (s.S. 29 ff.)
- Qualifizierung und Vermittlung von Babysittern im Alten Land und Horneburg
- Projekt "Lesestart Niedersachsen" in Kooperation mit der Bücherei Jork, Drochtersen und Freiburg

Die Familienservicebüros werden gefördert von den jeweiligen (Samt-) Gemeinden und



Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung



Astrid Bergmann, Dipl.-Sozpäd. Horneburg-Mehrgenerationenhaus, Lange Str. 38, 1., 2. und 4. Freitag im Monat 9.00-12.30 Uhr, Tel. 0 151) 51 73 30 43

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, Alter Marktplatz 1A Mi. 9.00 - 12.30 Uhr Tel. (0 41 42) 89 91 50

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. (0 151) 51 73 30 43

Daniela Sawitzki, staatl. anerkannte Sozialpäd.

Bildungshaus Wischhafen, Am Sportplatz 3, Mittwoch

08:00 - 10:00 Uhr Tel. (0 47 70) 333 59 33

Freiburg Rathaus, Hauptstr. 31 Mittwoch 10:30 - 12:30 Uhr Tel. (0 47 79) 92 31 54

Drochtersen - Kehdinger Bürgerhaus, Sietwender Str. 11, Donnerstag 16:00 - 18:00 Uhr Tel. (0 41 43) 329 76 02

Drochtersen - Rathaus Drochtersen, Sietwender Str. 27, Montag 10:00 - 12:00 Uhr Tel. (0 41 43) 91 91 04

Termine außerhalb der Öffnungszeiten nach Absprache unter: Tel. (0 151) 51 73 30 45 Stade, FABI, Neubourgstr. 5 Tel. (04141) - 79 75 7-13 E-Mail: info@fabi-stade.de stade@wellcome-online.de Astrid Rehahn-Buck, wellcome-Koordinatorin Dipl.-Sozialpädagogin





Koordination:

Astrid Bergmann, Dipl.-Sozialpädagogin



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 Mitarbeiterln zwei bis drei Stunden wöchentlich 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 € 5,00 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 (0 41 41) 79 75 70.

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 Gleichstellung.

Kurse der Ev. Erwachsenenbildung



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 € 55,80

(12 x) inkl. 2 Elternabende pro Geschwisterkind ab 10 Monate + € 5,00

Kollegiale Beratung

für E-K-G-Leiterinnen Astrid Rehahn-Buck Assel | Ev. Gemeindehaus, Asseler Str. 45 Inga Stein | Do. 09.00 - 10.30 Uhr

Drochtersen | Ev. FABI, Sietwender Str. 11, Corina Harz | Mi. 09.00 - 11.00 Uhr Martina Prang | Fr. 09.00 - 10.30 Uhr Eva Wilke | Fr. 09.15 - 10.45 Uhr Judith Hatecke | Do. 09.15 - 10.45 Uhr

Fredenbeck | Ev. Gemeindhaus, Hauptstraße 76 Ute Sievers | Fr. 09.30 - 11.00 Uhr

Großenwörden | Ev. Gemeindehaus, Dorfstr. 19 Tina Deters | Do. 09.30 - 11.00 Uhr

Hamelwörden | Ev. Gemeindehaus, Stader Str. 319 Tasmania Dreyer | Do. 09.00 - 10.30 Uhr Tasmania Dreyer | Di. 09.00 - 10.30 Uhr

Hammah | Ev. Gemeindehaus, Osterheide 8 Kerstin Jark | Di. 09.00 - 10.30 Uhr

Oldendorf | Ev. Gemeindehaus, Hauptstr. 14 Kerstin Bonow | Do. 09.00 - 10.30 Uhr

Stade | Ev. FABI, Neubourgstr. 5 Britta Brandt | Mi. 09.15 - 10.45 Uhr Britta Brandt | Do. 09.00 - 10.30 Uhr Anik Heidemann | Fr. 09.00 - 10.30 Uhr



10 01

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-80	Mo. 24.08.2020 (8x)
18-84	Mo. 26.10.2020 (8x)
18-88	Mo. 11.01.2021 (10x)
18-92	Mo. 12.04.2021 (12x)
	jeweils 18.00 - 19.30 Uhr

Ma 24 09 2020 (9v)

10-01	IVIO. 24.06.2020 (6X)
18-85	Mo. 26.10.2020 (8x)
18-89	Mo. 11.01.2021 (10x)
	14 42 04 2024 (42)

18-93 Mo. 12.04.2021 (12x) jeweils 19.45 - 21.15 Uhr

18-82	Di. 25.08.2020 (15x)
18-86	Di. 27.10.2020 (10x)
18-90	Di. 12.01.2021 (11x)

18-94 Di. 13.04.2021 (10x) jeweils 18.00 - 19.30 Uhr

18-83 Di. 25.08.2020 (8x) 18-87 Di. 27.10.2020 (8x) 18-91 Di. 12.01.2021 (10x)

18-91 Di. 13.04.2021 (12x) jeweils 19.45 - 21.15 Uhr € 56,30 (8x), € 70,40 (10x), € 84,50 (12x)

Astrid Gräntzdörffer,

Yogalehrerin, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-96	Do. 10.09.2010 (10x)
18-97	Do. 14.01.2020 (10x)
18-98	Do. 22.04.2020 (10x)

jeweils 20.00 - 21.30 Uhr jeweils € 70,40

Gabriela von Rönn, Benefit Yoga®-Lehrerin WDM, Yogalehrerin BDY/EYU

Kurse in pädagogischer Verantwortung der Evangelischen Erwachsenenbildung Niedersachsen – Landeseinrichtung –

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

Hatha Yoga



für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse(n)

Es ist mittlerweile wissenschaftlich belegt dass Yoga bei unterschiedlichen Krankheitsbildern hilft. Die Yogapraxsis als Modetrend zu sehen ist kurzsichtig. Meist kommen Menschen aus gesundheitlichen Gründen zum Yoga. Es sind Nacken, Rücken, Kopfschmerzen , Bluthochdruck, Verdauugsprobleme, Schlafstörungen und die Volksseuche "Streß" die Menschen dazu bewegen Yoga zu üben. Yogaübungen und Atemübungen wirken positive auf den Geist und das Vegetative Nervensystem welche Lebenwicktige Funtionen steuert. Wer körperlich und geistig mit sich selbst im Einklang ist, ist freundlich nicht nur zu sich selbst aber andere gegenüber.

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

Bezuschussung durch die Krankenkassen möglich.

Hatha Yoga



eine umfassende Methode der Gesundheitsförderung

Dieser Hatha Yoga-Kurs 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 Hatha 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, warme Socken, Decke. Bezuschussung durch die Krankenkassen möglich.

Kurse der Ev. Erwachsenenbildung

Multi Style Yoga



für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse(n) Multi Style Yoga umfasst viele Facetten des Yogas. Vinyasa Flow gleiten in klassisch, statische Hatha Yoga Asanas - ruhige Ele-

mente aus dem Yin Yoga werden eingeleitet mit dynamischen Kundali Yoga Übungen. Gezielt eingesetzte Atemübungen, Meditationen und ein Hauch von Yogaphilosophie können in der Entspannung wirken. Achtsames Üben, Wahrnehmen und Hineinspüren; alles kann...nichts muss...

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

Yin Yoqa



Yin Yoga ist ein ruhiger Yogastil. Die Yoga-Positionen (Asanas) werden ohne aktive Muskelkraft (so passiv wie möglich) über einen Zeitraum von 3 bis 5 Minuten gehalten. Dabei geht die Dehnung in tiefere Körperschichten und es werden verklebte Faszien (Bindegewebe) auf sanfte Weise gelöst. Yin Yoga ist besonders zu empfehlen bei Verspannungen und Stress. Für Anfänger und Fortgeschrittene.

Bitte mitbringen: Begueme Kleidung, Decke, warme Socken und Getränk

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 18-100 Mo. 31.08.2020 (10x) 18-102 Mo. 11.01.2021 (7x)
- 18-104 Mo. 12.04.2021 (11x) jeweils18.00 - 19.30 Uhr
- 18-101 Mo. 31.08.2020 (10x)
- 18-103 Mo. 11.01.2021 (7x)
- 18-105 Mo. 12.04.2021 (11x) jeweils 19.45 - 21.15 Uhr \leq 54,60 (7x), \leq 78,00 (10x), € 85,00 (11x)
- 18-238 Sa. 08.08.2020 (1x)
- 18-239 Sa. 22.08.2020 (1x) jeweils 10.00 - 11.30 Uhr jeweils € 12,00 Silke Noormann Yogalehrerin. Breathwalk Instructor

der Ort stand beim Druck noch nicht fest

- 18-178 Di. 01.09.2020 (14x)
- 18-179 Di. 12.01.2021 (10x)
- 18-180 Di. 13.04.2021 (14x) ieweils 18.00 - 19.30 Uhr € 70,40 (10x), € 98,50 (10x), Verena Tripmaker,
 - Yoga-Übungsleiterin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 18-108 Di. 01.09.2020 (13x)
- 18-109 Di. 19.01.2021 (9x)
- 18-110 Di. 13.04.2021 (14x) ieweils 11.15 - 12.45 Uhr
- 18-111 Mi. 02.09.2020 (13x)
- 18-112 Mi. 20.01.2021 (10x)
- 18-113 Mi. 14.04.2021 (15x) ieweils 19.45 - 21.15 Uhr € 63,40 (9x), € 70,40 (10x), $\leq 91,50 (13x), \leq 98,60 (14x),$ € 105,60 (15x)
- 18-114 Sa. 19.09.2020 (1x) 15.00 - 17.00 Uhr € 9.50 Tanja Fischer,
 - Yogalehrerin, S.M.P. Consultant

Bildung auf Bestellung – Wir kommen zu Ihnen!

Der große Pool an Fachkräften aus unterschiedlichen Berufszweigen ermöglicht es uns thematische

- Elternabende
- Elternworkshops
- Fortbildungen
- Studientage

auch in Ihrer Einrichtung anzubieten – sprechen Sie uns gerne an: Telefonisch (0 41 41) 79 75 70 oder per E-Mail: info@fabi-stade.de und wir gestalten Ihnen ein passgenaues Angebot.

Auf unserer Homepage www.fabi-stade.de finden Sie aktuelle Veranstaltungen und zahlreiche Seminare.

Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Ihnen!

Wir danken allen Kooperationspartnern für die Förderung und gute Zusammenarbeit

- Bundesministerium für Familien, Senioren, Frauen, Jugend
- Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung,
- Ev.-luth, Landeskirche Hannover
- Kirchenkreis Stade
- nifbe Niedersächsisches Institut für frühkindliche Bildung und Entwicklung Regionalnetzwerk NordOst
- Landkreis Stade, Hansestadt Stade, Hansestadt Buxtehude
- (Samt-) Gemeinden Drochtersen, Jork, Horneburg, Lühe, Nordkehdingen
- Diakonisches Werk Hannover
- Rotary Club Stade
- Soroptimist International (SI), Club Stade
- Ladies Circle

Fotos in diesem Programmheft von: Peter Mlodoch, Martin Elsen, Fotolia, dreamstime und FABI-Kursleitungen.

Wissenswertes

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.

www.familienbildung-nds.de

102 Wissenswertes

Bürozeiten

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

Schulferien Herbst

18.10.2020 - 29.10.2020

Weihnachten 23.12.2020 - 08.01.2021

Winter 01.02.2021 - 02.02.2021

Ostern 29.03.2021 - 09.04.2021

Tag nach Christi Himmelfahrt 14.05.2021

Tag nach Pfingsten 25.05.2021

Sommer 22.07.2021 - 01.09.2021

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. Vorsitzende: Anika Röling, Pastorin

Schriftführerin: Barbara Burmeister, Historikerin

innerkirchliche Vernetzung: Heike Engels, Diplom-Sozialpädagogin

Leitung:

Sonja Mäder, Diplom-Pädagogin, Supervisorin DGSv, Coach

stellvertretende Leitung:

Astrid Rehahn-Buck, Diplom-Sozialpädagogin

Fachbereichsleitung:

Ingrid Hartkens, Diplom-Sozialpädagogin

Verwaltung: Tina Baxmann, Hilke Hinsch, Ina Weingart

Hauspflege: Anja Oellrich, Barkha Sharma

Familienservicebüro Lühe - Horneburg - Jork: **Astrid Bergmann,** Diplom-Sozialpädagogin

Familienservicebüro Nordkehdingen - Drochtersen: **Daniela Sawitzki.** staatl. anerkannte Sozialpädagogin

Pflegefamilienberatung:

Ingrid Hartkens, Diplom-Sozialpädagogin Ines Mlodoch, Diplom-Sozialpädagogin Eva Reinkemeier, Diplom-Sozialpädagogin

Koordination wellcome:

Astrid Rehahn-Buck, Diplom-Sozialpädagogin

Koordination Erziehungslotsen:
Astrid Bergmann, Diplom-Sozialpädagogin

Koordination FezS – Gruppen und Mentoring Projekt Sinem Uslu-Uzun, Frühpädagogin B.A.



Allgemeine Geschäftsbedingungen und Datenschutz

Zu allen Kursen ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich.

Anmeldungen nehmen wir persönlich und schriftlich in unserem Büro in der Neubourgstr. 5, in Stade entgegen. Voranmeldungen sind auch telefonisch möglich. 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: NOI ADE215TK

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 \in 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.

Teilnehmende 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.

Datenschutz

Für die Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e. V. gilt das Datenschutzgesetz der EKD. Alle Informationen zur Nutzung Ihrer Daten sowie Ihrer Rechte können Sie in der Geschäftsstelle erfragen. Darüber hinaus finden Sie unsere Datenschutzerklärung im Internet unter www.fabi-stade.de.

Wir behandeln Ihre personenbezogenen Daten vertraulich und entsprechend der Datenschutzvorschriften, insbesondere werden sie nicht an Dritte weitergegeben.

Anmeldung

Teilnahmegebühren

Abmeldung

Ermäßigung

Allgemeines

Datenschutz

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. arbeitsgemeinschaft 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 Hansestadt 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, bitten wir Sie ganz herzlich um Ihre tatkräftige Unterstützung durch eine Mitgliedschaft in unserem Verein oder eine Spende.

Wenn Sie Mitglied werden möchten...

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

Mitglieder zahlen pro Jahr - als Einzelpersonen € 22,00

- als Familien € 32,00

- als juristische Personen € 55,00.

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

Wenn Sie spenden möchten...

Für unsere Arbeit mit Kindern und Familien sind wir trotz öffentlicher Zuschüsse auf Spenden angewiesen. Für die Projekte wellcome und Erziehungslotsen (S. 96) sowie für einzelne Kinderkurse benötigen wir regelmäßig zusätzliche finanzielle Mittel. Familien mit geringem Einkommen erhalten eine Gebührenermäßigung - auch dafür benötigen wir Ihre Unterstützung.

Spendenkonto bei der Kreissparkasse Stade IBAN: DE 56 2415 1116 0000 1367 70

SWIFT-BIC: NOLADE21STK.

Die Spendenquittungen können steuerlich geltend gemacht werden.

Wir freuen uns über Ihre Unterstützung – vielen Dank!





Schwimmen lernen -Anfänger-, Aufbau- und Ferienkurse







Wintersaison

 Öffnungszeiten Erlebnisbad
 Frühschwimmen
 06:30 - 08:00
 Montag - Freitag

 Bamstag, Sonn- und Feiertage
 10:00 - 21:30
 Letzter Einlass 20:45 UF

 Bamstag, Sonn- und Feiertage
 08:00 - 19:00
 Letzter Einlass 18:15 UF

Sommersaisor

 Öffnungszeiten Erlebnisbad
 Frühschwimmen Montag - Freitag
 06:30 - 08:00
 Freibad (außer Montag)

 Montag - Freitag
 10:00 - 21:30
 Letzter Einlass 20:45 Uhr Letzter Einlass 18:15 Uhr

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 unserem Schwimmkursflyer oder auf unserer Homepage www.solemio-stade.de



Bankgeschäfte bequem mobil erledigen.

Mit der App "Sparkasse" haben Sie Ihre Konten stets im Griff.



Kreissparkasse Stade Sparkasse Stade-Altes Land



Wer A sagt, muss auch B sägen

Wenn Ihnen der Garten zu Leibe rückt oder Herbststürme ihr Unwesen treiben, mobilisieren wir all unsere Kräfte um mit modernstem Fuhr- und Maschinenpark Ordnung zu schaffen. Hecke schneiden, Gartenpflege, Vertikutieren oder Gartengestaltung? Unsere ausgebildeten Fachkräfte übernehmen das für Sie auch im Abo.



Stader Gehwegreinigung GmbH züverlässig seit 1976

Am Bullenhof 44 · 21680 Stade Telefon: 04141-82048 www.buhrfeind.de · info@buhrfeind.de

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