



Evangelische
Familienbildungsstätte
Kehdingen/Stade e.V.



Foto: Derk Machlitt



Foto: Martin Eßen

Programm August 2021 – Juli 2022



GÜTESIEGEL
des Landes Niedersachsen
Qualifizierungsmaßnahmen
FRÜHKINDLICHE BILDUNG



DAS MORGEN DENKEN.



IHR STARKER PARTNER

für Entsorgung, Recycling, Logistik.

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

Fordern Sie uns! Wir arbeiten gern für Sie.

KARL MEYER UMWELTDIENSTE GMBH

Telefon 04770 8010 | WWW.KARL-MEYER.DE



www.lindemann-gruppe.de



Einfamilienhäuser – jedes Haus ein Unikat

Unsere Häuser sind so individuell wie die Menschen, die sie bewohnen. Wir entwickeln gemeinsam den ganz persönlichen Charakter Ihrer neuen vier Wände. Rufen Sie uns an! 04141 526-0

Wir bedanken uns
bei den Inserenten und
Inserentinnen für die
Unterstützung der
Herausgabe des FABI-
Jahresprogrammes
2021 / 2022

Herzlich willkommen!

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

hier kommt ein Lichtblick der ganz besonderen Art, denn mit diesem Jahresprogramm möchte die FABI ein bisschen Normalität in Ihre möglicherweise verunsichernden Alltagszusammenhänge bringen:

Yoga per Zoom ins Wohnzimmer; Fortbildungen am Rechner mit kachelartig angeordneten Gesichtern; DELFI®-Kurse mit halber Mannschaftsstärke, um hier nur einige Beispiele zu nennen.

Herzlichen Dank allen, die sich darauf eingelassen haben und vielleicht sogar Gefallen an der anderen Form gefunden haben.

Auch das kommende Kurs-Jahr wird anders sein als all die Jahrzehnte zuvor. Digitale und analoge Angebote mischen sich, fröhliche Zusammenkünfte soll es aber auf jeden Fall geben – in welcher Form auch immer. Was genau möglich gemacht wird, das können Sie hier nachlesen und sich am besten gleich anmelden.

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

Für das FABI-Team
Ihre Anika Rölling
(1. Vorsitzende)

und Ihre Sonja Mäder
(Leiterin)



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



Quelle: Andrea Flak Fotografie Hamburg

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

MENKE

Inhalt

Online-Kurse	4
Familienstart	7
Familienleben	17
Eltern	29
Kinder & Jugendliche	39
Bewegung & Entspannung	47
Gesundheit & Ernährung	65
Kreativität & Musik	70
Persönlichkeit & Kompetenz	73
Beratung	78
Qualifizierung & Fortbildung	79
Fortbildung Kindertagespflege	80
Weitere Fortbildung & Qualifizierung	88
Einrichtungen & Projekte	93
Pflegefamilienberatung	94
„Hallo Du“: Schulpatenschaft	94
Familienservicebüros	95
wellcome	96
Erziehungslotsen	96
 Kurse der Ev. Erwachsenenbildung	97
Bildung auf Bestellung	100
Kooperationen	100
Wissenswertes	101

**Liebe Teilnehmende der FABI
und liebe Interessierte,**

wir haben eine spannende Ankündigung für Sie:

Ab jetzt kommen wir auch direkt zu Ihnen nach Hause, dank unserer Online-Kurse. Sie finden bei uns sowohl klassische als auch innovative Kursangebote, Vorträge, Kurse und vieles mehr rund um das Thema Familie, Gesundheit und frühkindliche Bildung.

Viel Spaß beim Aussuchen!

Die geplanten Präsenzkurse werden falls erforderlich nach Möglichkeit als Online-Veranstaltungen durchgeführt. Für die Online-Kurse benötigen Sie einen Laptop, PC, ein Tablet oder ein Smartphon.

Nach der Anmeldung erhalten Sie den Zugangslink für die Online-Treffen.



Ausführliche Informationen zu den einzelnen Kursangeboten finden Sie unter:

Stammtisch für Mehrlingseltern	32
Grenzerfahrungen Elternsein	35
Early Bird Dance	49
Fit Mix	51
H.I.I.T.- Intervall- und Faszientraining	51
Basenfasten	67
Darm gesund – Mensch gesund	68
Online-Kurse zu Themen des Glaubens	74
Förderung der Sozialkompetenz des Kindes	82
Eingewöhnung in der Kindertagespflege	85
Nachhaltigkeit in der Kindertagespflege	85

Ehrenamtliche Mitarbeiter*innen gesucht!

Wellcome – praktische Hilfe für Familien nach der Geburt

Sind Sie eine patente Person, die gerne Babys und Kleinkinder betreuen und 1 - 2x pro Woche Zeit verschenken möchte? Sie können vorgeben, welche Zeit für Sie günstig ist. Wellcome, ein Angebot der FABI Stade, unterstützt Familien in den ersten turbulenten Monaten nach der Geburt. Die ehrenamtliche Mitarbeiterin geht mit dem Baby spazieren, während sich die Mutter ausruht, geht mit den älteren Kindern auf den Spielplatz oder liest ihnen vor, wacht über den Schlaf des Babys, während die Mutter Besorgungen macht, in Ruhe duscht, o. ä.

Bitte melden sie sich zu einem Informationsgespräch bei der Koordinatorin Frau Rehahn-Buck, Tel. 04141-7975713

Familienlotsen* innen

Möchten Sie Familien unterstützen?

Haben Sie Interesse, Familien eine Zeit lang zu begleiten?

Familienlotsen

- sind Bezugspersonen für Eltern und Kinder direkt in den Familien
- geben praktische Tipps bei der Bewältigung des Alltags
- unterstützen bei schulischen Erfordernissen
- vermitteln in Hilfe- und Beratungssysteme
- leisten Unterstützung im Umgang mit Behörden und Institutionen
- helfen beim Aufbau eines stützenden, sozialen Netzwerkes.

Sie arbeiten ehrenamtlich und zeitlich begrenzt bis zu drei Stunden wöchentlich und maximal bis zu einem Jahr mit Eltern und Kindern zusammen. Familienlotsen*innen werden nach dem Curriculum „Erziehungslotsen für Niedersachsen“, das im Auftrag des Niedersächsischen Ministeriums für Soziales, Frauen, Familie und Gesundheit entwickelt wurde, qualifiziert.

Bitte melden sie sich zu einem Informationsgespräch bei der Koordinatorin Frau Bergmann, Tel. 0151 51 73 30 43

Hallo Du

Wenn Sie aktiv und engagiert sind und außerdem gerne Ihre Zeit mit Kindern verbringen, dann können Sie Schulkindpate*in werden. Schenken Sie einem Kind aus den Grundschulen in Kehdingen, Nordkehdingen oder in Steinkirchen eine Stunde pro Woche ihre Zeit für Aspekte wie:

- Zuhören und Erzählen, Vorlesen und Spielen, Hilfe bei den Hausaufgaben, Weitergabe Ihrer eigenen Fähigkeiten.

Sie

- arbeiten ehrenamtlich ca. 1 Stunde wöchentlich, maximal bis zu einem Jahr mit einem Schulkind
- erhalten über die Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/ Stade e.V. eine Qualifizierung (20 Std),
- erhalten fachliche Begleitung durch die Mitarbeiterinnen sowie Fahrtkostenersatzung und Versicherungsschutz während des Einsatzes.

Bitte melden sie sich zu einem Informationsgespräch bei der

Koordinatorin Frau Sawitzki, Tel. 0151 51 73 30 45

Koordinatorin Frau Bergmann, Tel. 0151 51 73 30 43

Familienstart

Hatha Yoga in der Schwangerschaft	8
„Was alles auf mich zukommt...“	8
Geburtsvorbereitung	9
Geburtsvorbereitung für Frauen, die Kinder haben	9
Geburtsvorbereitung für Frauen und Paare	10
Entspannter Start mit Baby	10
Rückbildungsgymnastik	11
Mütterberatung/ Stillgruppe	11
Stillcafé/ Babycafé/Mütterberatung	12
Babymassage	12
Mama fit	13
Babyhandzeichen	13
Beutelwalker	14
Wunder – Glück – Herausforderung...	14
DELFI®	15
DELFI® in Buxtehude und Stade	15
Baby- und Kinderschwimmen	16



Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 01-01 Do. 02.09.2021 (10x)
 01-02 Do. 13.01.2022 (10x)
 01-03 Do. 21.04.2022 (10x)
 jeweils 18.15 - 19.45 Uhr
 jeweils € 66,00
 N.N.

Hatha Yoga in der Schwangerschaft

Die Schwangerschaft ist eine ganz besondere Zeit im Leben einer Frau. Vieles verändert sich oder kommt gänzlich neu hinzu. Das ist einerseits aufregend, kann aber auch zu Verunsicherung führen. Yoga kann Ihnen dabei helfen, weiterhin in Ihrer Balance zu bleiben. So dass Sie gerade die körperlichen und psychischen Umstellungen positiv und gelassen annehmen. Das geschieht durch ausgewählte Körperübungen (Asanas), kleine Flows, beruhigende Meditationen und Atemübungen. Mantras (heilige Silben), Mudras (symbolische Handgesten), Affirmationen (positive Glaubenssätze) sind außerdem Teil des Unterrichtes. Lassen Sie sich überraschen, wie entspannt sich Yoga auf Sie auswirkt.

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

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.)

„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.



Kath. Kindergarten St. Nikolaus

Harsefelder Str. 77 A

21680 Stade

0 41 41 / 6 22 72

Geburtsvorbereitung

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

Bitte mitbringen: Decke, warme Socken, bequeme Kleidung.

Geburtsvorbereitung für Frauen, die bereits Kinder haben

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

Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken, bequeme Kleidung.

Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11

01-10 Do. 21.10.2021 (6x)
01-11 Do. 27.01.2022 (6x)
jeweils 19.00 - 21.00 Uhr
jeweils kostenfrei
Bettina Püttker,
Hebamme, Still- u.
Laktationsberaterin

01-12 Do. 03.03.2022 (6x)
01-13 Do. 05.05.2022 (6x)
jeweils 18.00 - 20.00 Uhr
jeweils kostenfrei
Nele Dethloff,
Hebamme

Hebammenpraxis
Horn Stinner
Ortsangabe nach Anmeldung

01-14 Mo. 13.09.2021 (6x)
01-15 Mo. 01.11.2021 (6x)
01-16 Mo. 10.01.2022 (6x)
01-17 Mo. 07.03.2022 (6x)
jeweils 09.30 - 11.50 Uhr
jeweils kostenfrei
Gabi Horn Stinner,
Hebamme, Ethnologin



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
Wochenbettbetreuung und Geburtshilfe
DELF-Kurse, Hilfe bei untröstlichen Babys
Hebamme in der Schule: Aufklärungskonzepte

Gabi Horn-Stinner

Hebammenpraxis · Carl-von-Ossietzky-Weg 19 · 21684 Stade-Ottenbeck
Mobil: 0174 264 39944 · E-Mail: hornstinner@meine-hebamme-in-stade.de

Bei der FABI können Sie sich vormerken lassen, die Anmeldung erfolgt bei der Hebamme direkt unter www.meine-hebamme-in-stade.de

Hebammenpraxis**Horn Stinner,****Ortsangabe nach Anmeldung**

- 01-18 Mo. 13.09.2021 (6x)
 01-19 Mo. 01.11.2021 (6x)
 01-20 Mo. 10.01.2022 (6x)
 01-21 Mo. 07.03.2022 (6x)
 jeweils 18:00 - 20.20 Uhr
 jeweils kostenfrei
Gabi Horn Stinner,
 Hebamme, Ethnologin

Geburtsvorbereitung für Frauen und Paare beim ersten Kind

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.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 01-23 Sa. 13.11.2021 (1x)
 01-24 Sa. 29.01.2022 (1x)
 jeweils 09.15 - 14.30 Uhr
 jeweils € 19,00
Petra Bujara,
 Dipl. Pflegepädagogin,
 Stillberaterin IBCLC

Ev. FABI, Sietwender Str. 11, Kehdinger Bürgerhaus

- 01-25 Sa. 25.09.2021 (1x)
 01-26 Sa. 05.03.2022 (1x)
 01-27 Sa. 21.05.2022 (1x)
 jeweils 09.30 - 15.00 Uhr
 jeweils € 19,00
Julia Fanter,
 Kinderkrankenschwester

Entspannter Start mit Baby

Der Alltag mit einem Baby ist häufig ganz anders, als man sich das vorgestellt hat... Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, durch viele Impulse, Tipps und Tricks für den Alltag, entspannter mit den Veränderungen umzugehen. Themen sind u.a. Säuglingspflege, Stillen/Flaschenfütterung oder das Schlafen von Babys, aber auch ganz praktische Fragen bzgl. Kinderwagen oder Tragetuch, Schnuller u.v.m können besprochen werden. Viele Dinge können auch praktisch ausprobiert werden, z.B. das Baden, Wickeln oder Tragen eines Babys.

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



Rückbildungsgymnastik in Stade

Übungen zur Stärkung der Beckenboden-, Bauch- und Rücken- muskulatur bringen die durch Schwangerschaft und Geburt strapazierten Körperregionen wieder in Form, geben Kraft für die Belastungen im Leben mit dem Baby 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.

Rückbildungsgymnastik kompakt

Rückbildungsgymnastik in Drochtersen

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.

**Hebammenpraxis
Horn Stinner,**

Ortsangabe nach Anmeldung

01-29 Do. 16.09.2021 (8x)

01-32 Do. 20.01.2022 (8x)

01-35 Do. 17.03.2022 (8x)

jeweils 08.30 - 09.45 Uhr

01-30 Do. 16.09.2021 (8x)

01-33 Do. 20.01.2022 (8x)

01-36 Do. 17.03.2022 (8x)

jeweils 10.00 - 11.15 Uhr

01-31 Do. 16.09.2021 (8x)

01-34 Do. 20.01.2022 (8x)

01-37 Do. 17.03.2022 (8x)

jeweils 11.30 - 12.45 Uhr

01-38 Do. 09.06.2022 (5x)

jeweils 08.30 - 10.30 Uhr

01-39 Do. 09.06.2022 (5x)

jeweils 10.45 - 12.45 Uhr

jeweils kostenfrei

Gabi Horn Stinner,

Hebamme, Ethnologin

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

01-41 Do. 18.11.2021 (8x)

01-42 Do. 20.01.2022 (8x)

01-43 Do. 24.03.2022 (8x)

01-44 Do. 19.05.2022 (8x)

jeweils 09.00 - 10.15 Uhr

jeweils kostenfrei

Nele Dethloff,

Hebamme

**Hebammenpraxis
Horn Stinner,**

Ortsangabe nach Anmeldung

01-46 Di. 14.09.2021 (9x)

01-47 Di. 18.01.2022 (7x)

01-48 Di. 26.04.2022(7x)

jeweils 10.00 - 11.30 Uhr

jeweils € 7,50 proTreffen

Gabi Horn Stinner,

Hebamme, Ethnologin

Steinkirchen Dorfgemeinschaftshaus, Alter Marktplatz 5

01-49 Do. 02.09.2021 (8x)
09.30 - 11.30 Uhr
jeweils kostenfrei

Annika Pupkes,
Kinderkrankenschwester, Still- u. Laktationsberaterin

Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11

01-50 Mo. 06.09.2021 (8x)
09.00 - 11.00 Uhr
€ 2,00

Bettina Püttker,
Hebamme, Still- u. Laktationsberaterin
Eva Wilke,
Kinderkrankenschwester

Freiburg, Ev. Gemeindehaus,
Hauptstr. 24

01-51 Mo. 23.08.2021 (8x)
15.00 - 17.00 Uhr
jeweils kostenfrei

Bettina Püttker,
Hebamme, Still- u. Laktationsberaterin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
der Termin stand beim
Druck noch nicht fest

01-53 (6x)
jeweils 09.00 - 10.00 Uhr
jeweils € 44,00

Ursula Uhlig,
Kursleiterin für Babymassage
und Babyhandzeichen

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. Engelen 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.

Weitere Informationen über das

Familienservicebüro Lühe: 0151-51733043

Gefördert durch die Samtgemeinde Lühe

Drochtersen: jeden 1. und 3. Montag im Monat.

Weitere Informationen über das

Familienservicebüro Drochtersen: 0151-51733045

Gefördert durch die Gemeinde Drochtersen

Freiburg: jeden 4. Montag im Monat

Weitere Informationen über das

Familienservicebüro Nordkehdingen: 0151-51733045

Gefördert durch die Samtgemeinde Nordkehdingen

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 Ausdaueranteil 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.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

01-60 Mo. 06.09.2021 (6x)
01-62 Mo. 01.11.2021 (6x)
01-64 Mo. 10.01.2022 (6x)
01-66 Mo. 21.02.2022 (6x)
01-68 Mo. 25.04.2022 (6x)
01-70 Mo. 13.06.2022 (6x)
jeweils 09.15 - 10.15 Uhr

01-61 Mo. 06.09.2021 (6x)
01-63 Mo. 01.11.2021 (6x)
01-65 Mo. 10.01.2022 (6x)
01-67 Mo. 21.02.2022 (6x)
01-69 So. 24.04.2022 (6x)
01-71 Mo. 13.06.2022 (6x)
10.35 - 11.35 Uhr
jeweils € 50,40
Miriam Otto,
Mawiba-Trainerin

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 nutzen, bis es das Wort sprechen kann. Für weitere Infos (Fotos unter www.babyhandzeichen.de).

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Termin stand beim Druck noch nicht fest
01-72 (6x)
jeweils 10.20 - 11.20 Uhr
jeweils € 37,80
Ursula Uhlig,
Kursleiterin für Babymassage und Babyhandzeichen

**Treffpunkt Geburtshaus
Stade, Carl-Goerdeler-Weg 6**

- 01-80 Do. 02.09.2021 (6x)
 01-81 Do. 21.10.2021 (6x)
 01-82 Do. 13.01.2022 (6x)
 01-83 Do. 03.03.2022 (6x)
 01-84 Do. 21.04.2022 (6x)
 01-85 Do. 16.06.2022 (6x)
 jeweils 10.15 - 11.15 Uhr
 jeweils € 30,00
Verena Schütz-Schwark,
 Nordik-Walking-Trainerin

Beutelwalker

Nordic-Walking mit Baby in Tragetuch oder Bauchtrage

Beutelwalker ist ein ganzheitliches Outdoor Fitnessstraining für Mamas oder Papas. Für Mamas ist der Beginn nach dem Rückbildungskurs direkt möglich und damit ein idealer sanfter Einstieg in die sportlichen Aktivitäten nach der Geburt. Die Kinder verbringen die sportliche Einheit an der frischen Luft im Tragetuch oder in der Babytrage. Erfahrungsgemäß genießen die Kinder die Nähe zu ihren Eltern und schlafen dabei ein.

Mama/ Papa erlernen die Grundelemente des Nordic-Walking. Der Kurs teilt sich in Laufeinheiten, die nach Fitnessgrad und Fortschritt der Gruppe ausgedehnt werden, sowie Bewegungselement zur Kräftigung der Bauch-, Becken-, oder Rücken- und Rumpfmuskulatur. Das Training findet ausschließlich draußen statt. Deshalb wird witterungsfeste Kleidung vorausgesetzt sowie das Mitbringen von passenden Stöcken. Die Kinder sind i.d.R. gut angezogen wenn diese eine Schicht mehr tragen als Mama oder Papa.

Bei genügend Anmeldungen ist auch ein früherer Kurs möglich. Bitte mitbringen: Tragetuch oder Babytrage, Nordic-Walking-Stöcke, passende Outdoorbekleidung für sich.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 01-88 Do. 23.09.2021 (2x)
 18.00 - 20.30 Uhr
 € 65,00
Gönke Lengsfeld,
 Psychologie, 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 Erdbürger 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 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 Familienentwicklungsmodell möchte ich mit Ihnen spannende Impulse setzen für diesen neuen aufregenden Lebensabschnitt. Bitte mitbringen: 2,00 € Materialkosten, Schreibutensilien.

DELFI® für Eltern mit Babys ab der achten Lebenswoche

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

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

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

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

Kooperation mit dem TUS Jork e.V. für alle Gruppen, die in der Gemeinde Jork stattfinden.

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.



- 01-100 Fredenbeck
- 01-101 Buxtehude
- 01-102 Drochtersen
- 01-103 Himmelpforten
- 01-104 Jork
- 01-105 Stade
- 01-106 Buxtehude
- 01-107 Cadenberge
- 01-108 Horneburg

€ 74,80 (11x 1,5 Std.)

Treffen nach Absprache

Buxtehude,
Jugendfreizeithaus,
Geschwister-Scholl-Platz 1
Mi. 10.00 - 11.30 Uhr
N.N.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Mi. 15:30 - 17.00 Uhr
Christina Heistermann,
Delfi®-Leiterin
Sonja Hiller,
Delfi®-Leiterin

Stade, aktiVital, Gartenstr. 2

4 - 7 Monate

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

8 - 9 Monate

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

1 - 2 Jahre

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

ab 4 Jahre

- 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.



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



aktiVital

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

Familienleben

FezS (+) – Familien erleben zusammen Sprache in Stade und Buxtehude	18
FezS (+) – für Familien mit Fluchthintergrund	19

Eltern-Kind-Gruppen

Familienleben mit kleinen Kindern	20
Eltern-Kind-Gruppe Plattdeutsch	21
Eltern-Kind-Gruppe mit Tanz	21
Kindergruppe	22

Familienkurse

Musik mit Minis	23
Zumbini	23
Experimentieren mit allen Sinnen	23
Rhythmik mit allen Sinnen erleben	24
Eltern-Kinder-Ponytag	24
Familienleben auf dem Land	24
Ran an die Kartoffeln	25
Adventsfeier im Wald	25
Ferienkurs: Zeitungsdruckhaus Stader Tageblatt	25
Hallo Frühling! Waldspaziergang	26
Mehrlingstreffen für alle Generationen	26
Tatü Tata, die Feuerwehr ist da!	26
Leuchten – Wachsen – Aufatmen – Ernten	27
Make-up Workshop	28
Väter kochen mit ihren Kindern	28



07-01 **Stade-Wiepenkathen,**
Grundschule, Alte Dorfstraße 57
9.30 - 11.30 Uhr

07-03 **Stade-Hahle, Bildungshaus,**
Hahler Weg 49
Mo. 09.30 - 11.30 Uhr
Olga Yakusheva,
Dpl. Sozialpäd.,
russ. Muttersprachlerin
Katharina Tschumakow,
Volljuristin, russ. Mutterspr.

07-05 **Stade, Grüneideicher Str. 1b,**
ALVI-Haus der Begegnung
Di. 09.30 - 11.30 Uhr
Olga Yakusheva,
Dpl. Sozialpäd.,
russ. Muttersprachlerin
Aysegül Yuvali,
FezS-Leiterin,
türk. Muttersprachlerin

07-07 **Stade-Bützfleth,**
Ev. Gemeindehaus „Diele“,
Obstmarschenweg 343
Di. 14.00 - 16.00 Uhr
Aysegül Yuvali,
FezS-Leiterin, türk. Muttersprachlerin
Sema Görüm,
Sozialassistentin

07-09 **Buxtehude, FABIZ,**
Rotkäppchenweg 3
Mi. 09.30 - 11.30 Uhr
Monika von Reith,
FezS-Leiterin, Erzieherin
Tanja von Fehr,
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



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 Niedersächsische Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung sowie durch die Hansestadt Buxtehude.

FezS (+) für Familien mit Fluchthintergrund

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.



Stade, Ev. Johanniskommunität,
Sandersweg 69
07-11 Fr. 09.30 - 11.30 Uhr
N.N.

Horneburg, Mehrgenerationenhaus,
Lange Str. 38
07-13 Mo. 15.30 - 17.30 Uhr
N. N.

Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11
07-15 Fr. 15.00 - 17.00 Uhr
Martina Prang,
Grundschullehrerin, FezS-Leiterin
Mais Jawhar,
FezS-Leiterin

Harsefeld, Ev. Gemeindezentrum,
Am Bockelfeld 6
07-17 Fr. 09.30 - 11.30 Uhr
Hanna Brinkmann,
Dip.-Sozialpäd., FezS-Leiterin
Faiza Darwish,
FezS-Leiterin, Sprachmittlerin

Jork, Osterjork 11,
über dem REWE
07-19 Mo. 09.30 - 11.30 Uhr
Faiza Darwish,
FezS-Leiterin, Sprachmittlerin
Hanna Brinkmann,
Dip.-Sozialpäd., FezS-Leiterin

Stade, Grünendeicher Str.1b,
ALVI-Haus der Begegnung
07-21 Mi. 09.30 - 11.30 Uhr
Michelle Götz,
Erzieherin
Asli Yildirim,
FezS-Leiterin



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

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

Großenwörden | Ev. Gemeindehaus,
Dorfstr. 19
Tina Deters | Do. 09.00 - 10.30 Uhr

Hamelwörden | Ev. Gemeindehaus,
Stader Str. 319
Tasmania Dreyer | Di. 09.00 - 10.30 Uhr
Tasmania Dreyer | Do. 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
Anja Vehse, Mi. 09.15 - 10.45 Uhr
Anik Heidemann, Do. 15.30-17.00 Uhr
N.N. , Do. 09:30-11:00 Uhr

Familienleben mit kleinen Kindern Elternbegleitseminar

Frühkindliche Bildung in Eltern-Kind- Gruppen

für Kinder von 1 bis 3 Jahren

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

Gebühr € 53,10
(12 x) inkl. 2 Elternabende
pro Geschwisterkind
ab 10 Monate + € 5,00

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

TEL. 04161 / 81012
www.watzulik.de



WATZULIK

Inhaber Jan Feindt e.K.

← **KOPIERER**
← **DRUCKER**
← **PLOTTER**
← **SCANNER**

BÜRO- UND KOPIERTECHNIK

Eltern-Kind-Gruppe Plattdeutsch für Eltern und Kinder ab 8 Monate

Platt mookt plietsch vun lütt op an!

Dorüm giff dat nu een Öllern-Kind-Grupp op Plattdüütsch. Wi wüllt tosamen singen, spelen, basteln un Spaaß hebben. Un keen noch nich so good Platt snackt, de kun dat nu liern.

Wir wollen wie in den bekannten Eltern-Kind-Gruppen, Erfahrungen austauschen und die Kinder in ihrer Entwicklung unterstützen. In diesem Fall allerdings bilingual. Denn Kinder, die von Anfang an mit zwei Sprachen aufwachsen, tun sich auch später leichter weitere Sprachen zu lernen. Die Gruppenstunden werden durch plattdeutsche Lieder und Fingerspiele bereichert.

Eltern-Kind-Gruppe mit Tanz für Eltern und Kinder ab 10 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.

Hammah, Ev. Gemeinde-
haus, Osterheide 8
Di. 07.09.2021 (12x)
09.00 - 10.30 Uhr
€ 58,00
Kerstin Jark
Eltern-Kind-Gruppenleiterin

Stade, Grünendeicher Str.
1b, ALVI-Haus der Begeg-
nung
04-03 Fr. 17.09.2021 (10x)
04-04 Fr. 14.01.2022 (10x)
04-05 Fr. 29.04.2022 (10x)
jeweils 09.15 - 10.45 Uhr
jeweils € 75,00
Michelle Götz,
Erzieherin, Official Zumba®
Instructor, Lizenz C



CoNToR
BUCHHANDLUNG

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 2022 entgegen unter info@fab-stade.de und www.fabi-stade.de

Ein Quereinstieg ist möglich, wenn Plätze frei sind.



Giese Holzbau GmbH
Zimmerei - Tischlerei - Bestattungen H

Zu unseren Leistungen zählen:

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

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.

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

07-30 Mo. 13.09.2021 (10x)
07-32 Mo. 10.01.2022 (10x)
07-34 Mo. 25.04.2022 (10x)
09.00 - 09.45 Uhr

07-31 Mo. 13.09.2021 (10x)
07-33 Mo. 10.01.2022 (10x)
07-35 Mo. 25.04.2022 (10x)
10.00 - 10.45 Uhr

jeweils € 38,00

Petra Zietz,
Erzieherin

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 elterliche 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.

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

07-39 Mo. 13.09.2021 (10x)
07-40 Mo. 10.01.2022 (10x)
07-41 Mo. 25.04.2022 (10x)
jeweils 16.00 - 16.45 Uhr
jeweils € 60,00

Michelle Götz,
Erzieherin, Official Zumba®
Instructor, Lizenz C

Experimentieren mit allen Sinnen

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,
Streuheideweg 22**

07-44 Mo. 20.09.2021 (8x)
07-45 Mo. 07.02.2022 (8x)
07-46 Mo. 02.05.2022 (8x)
jeweils 15.30 - 17.00 Uhr
jeweils € 59,00

Frauke Mietzke,
Erzieherin

07-48 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Sa. 23.04.22, 30.04.22 (2x)
 10.00 - 12.00 Uhr
 € 25,00
Ines Krause,
 Erzieherin mit heilpäd.
 Zusatzausbildung, Rhythmik-
 pädagogin bwr

07-50 **Ohrensen, Helfende Tiere,**
Zentrum für Tiergestützte
Therapie & Pädagogik,
Lusthoop 14
 Fr. 17.09.2021 (1x)
 07-51 Fr. 20.05.2022 (1x)
 jeweils 15.00 - 17.30 Uhr
 jeweils € 23,00 pro Eltern-
 Kind-Paar
Sebastian Cramer,
 Sozpäd., B.A., Reitpädagoge



07-53 **Heinbockel, Hof Witte-Tiede-**
mann, Hinter den Höfen 18
 Sa. 02.10.2021 (1x)
 07-54 Sa. 19.03.2022 (1x)
 jeweils 15.30 - 18.00 Uhr
 jeweils € 10,00 pro Familie
Claas Witte-Tiedemann,
 Landwirt

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.

Familienleben auf dem Land

Sie lernen den landwirtschaftlichen Betrieb Witte-Tiedemann kennen. Gemeinsam mit Ihren Kindern werden Sie die Kälber tränken und füttern, sowie das Melken im Melkstand mit Melkrobotern erleben. Dabei erfahren Sie einiges über die moderne Landwirtschaft. Außerdem können die tollen großen Maschinen bestaunt werden und wer mag, darf auf einem der Traktoren sitzen.

Bitte mitbringen: Wetterangepasste Kleidung, sowie Gummistiefel.

Ran an die Kartoffeln

Sie werden mit Ihren Kindern erleben, wie Kartoffeln geerntet werden und was man alles mit ihnen machen kann. Die Kinder können Kartoffeln ausgraben und anschließend daraus etwas herstellen.

Bitte mitbringen: Wetterangepasste Kleidung und Gummistiefel.

07-55

Oldendorf, Hof Helmke,
Blaue Straße 21

Sa. 28.08.2021 (1x)

15.00 - 17.00 Uhr

€ 10,00 pro Familie

Andreas Helmke,
Landwirt

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.

07-57

Stade-Hahle, Hof Sterne-
berg

So. 19.12.2021 (1x)

16.00 - 17.30 Uhr

ohne Gebühr, um eine Spende
wird gebeten

Volker Dieterich-Domröse,
Pastor

Ferienkurs: Zeitungsdruckhaus Stader Tageblatt

Besichtigung für Eltern mit Kindern 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.

07-58

Stade, Zeitungsverlag Krause,
Glückstädter Str. 10

Fr. 29.10.2021 (1x)

07-59

Di. 01.02.2022 (1x)

jeweils 10.30 - 12.30 Uhr

jeweils € 6,00 € pro Familie

Rainer Dankert,
Schriftsetzmeister,
Mediengestalter



KREATIVES IM POSTLADEN

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

SIE TWENDER STRASSE 32 • 21706 DROCHTERSEN
KONTAKT@DERPOSTLADEN.DE • WWW.DERPOSTLADEN.DE



**Horner Holz
(Mulsum/ Hessedorf)**

07-60 Sa. 21.05.2022 (1x)
10.00 - 12.00 Uhr
€ 10,00 pro Familie

Gesa Gerken,
zert. Waldpädagogin

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

07-61 Sa. 07.05.2022 (1x)
15.00 - 17.00 Uhr
€ 10,00 pro Familie

Sina Peters,
Erzieherin

**Harsefeld Feuerwehr,
Auf der Herde 5a**

07-62 Sa. 18.09.2021 (1x)
Henning Stegmann

**Hollern-Twielenfleth, Feuer-
wehr, Hollernstraße 81 b**

07-63 Sa. 12.03.2022 (1x)
10.00 - 12.15 Uhr
jeweils € 7,00 pro Familie
Claas Brüggemann

Hallo Frühling! Waldspaziergang für die ganze Familie

Nach dem Winter erwacht die Natur zu neuem Leben! Bei einem gemeinsamen Waldspaziergang kann jede*r auf seine Weise der Natur näherkommen und den Frühling im Wald in vollen Zügen genießen. Wir erforschen kleine Tiere, große Pflanzen, die uns nach dem Winter wieder Farbe in die Natur bringen, und lauschen vom Waldsofa aus den Geräuschen des Waldes. Vielleicht erwischen wir sogar den einen oder anderen Specht bei der Arbeit!

Bitte mitbringen: Getränk und Snack, wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk.

Die Wegbeschreibung zum Treffpunkt wird nach Anmeldung zugesendet.

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. Ein Fotograf wird ebenfalls vor Ort sein, so dass Sie Familienfotos machen können.

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 und Feuerwehr Hollern-Twielenfleth kennenlernen und können auch in einem Feuerwehrauto sitzen.

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.

Leuchten – Wachsen – Aufatmen – Ernten

Mit Cosmae durch das Jahr

Der Rhythmus des Jahres ist für uns alle spürbar. Im Winter sehen 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.



Ev. Gemeindehaus
Bockhorster Weg

Thema: Erntedank

07-65 So. 10.10.2021 (1x)

Thema: Winterlicht

07-66 So. 23.01.2022 (1x)

Thema: Osterfreude

07-67 So. 15.05.2022 (1x)

Thema: Sommersegen

07-68 So. 03.07.2022 (1x)

jeweils 16.00 - 17.30 Uhr

jeweils kostenfrei

Johanna Wutkewicz,
Pastorin

Ev.-luth.
Johanniskindergarten

Thuner Str. 69, 21680 Stade
Tel. 0 41 41 / 6 17 50



Stade, FABI, Neubourgstr. 5

07-70 Sa. 04.09.2021 (1x)

07-71 Sa. 22.01.2022 (1x)

jeweils 10.30 - 13.00 Uhr

jeweils € 21,00 je Mutter/

Tochter, inkl. Materialpauschale

Natascha Krüger,

Visagistin

**Jugendfreizeitstätte Alter
Schlachthof,**

Freiburger Str. 4

07-73 Fr. 29.10.2021 (1x)

07-74 Fr. 18.03.2022 (1x)

jeweils 16.00 - 19.00 Uhr

jeweils € 22,50 pro Familie

Inge Schmidt,

Hauswirtschaftsmeisterin

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.

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.



Erste Hilfe bei „kleinen“ Unfällen	30
Hausmittel und Wickel	30
Essen und Trinken für das Baby	30
Was Kinder wirklich groß und stark macht	30
Erfolgreiches Lernen durch Lernmotivation	31
Wie erfolgreiches Lernen gelingt	31
„Eins kann jeder“	31
Stammtisch für Mehrlingseltern	32
INPP	32
Nachhaltigkeit im Familienalltag	32

Vorträge in Kooperation mit den Grundschulen Pestalozzi, Wiepenkathen, Bützfleth

Smart Mobil!?	33
Bewegte Kinder lernen besser	33

Im Gespräch

Der kleine Wut-Zwerg ist am Werk...	34
Stress und Stressbewältigung bei Kindern	34
Verhalten ist kein Zufall	35
Bewegte Kinder lernen besser	35
Grenzerfahrungen Elternsein	35
Kinderängste - Elternängste	36
Kinderzimmereinrichtung nach Feng Shui	36
Machtkämpfe mit Kindern	36
Mein hochsensibles Kind...	36
Wir gehen in den Wald!	37
Wertschätzende Kommunikation in der Familie	37
Wickelberatung	37
Handwerkszeug für Eltern	38

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 11-01 Mo. 27.09.2021 (1x)
 11-02 Mo. 21.03.2022 (1x)
 jeweils 19.30 - 21.45 Uhr
 jeweils € 9,00

Sonja Hiller,
 Delfi@-Leiterin, Heilpraktike-
 rin, Kinderkrankenschwester

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 11-03 Mo. 08.11.2021 (1x)
 19.30 - 21.45 Uhr
 € 9,00

Sonja Hiller,
 Delfi@-Leiterin, Heilpraktike-
 rin, Kinderkrankenschwester

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 11-04 Do. 04.11.2021 (1x)
 19.30 - 21.45 Uhr
 € 9,00

Christina Heistermann,
 Delfi@-Leiterin, Diplom Oeco-
 trophologin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 11-05 Mo. 07.03.2022 (1x)
 19.30 - 21.45 Uhr
 € 9,00

Christina Heistermann,
 Delfi@-Leiterin, Diplom Oeco-
 trophologin

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.

Erfolgreiches Lernen durch Lernmotivation

Eltern wünschen sich, dass ihre Kinder erfolgreich und leicht lernen können, um in der Schule und im späteren Leben Erfolg zu haben. Dieses ist jedoch nicht für alle Kinder und Jugendliche leicht zu erreichen. Ein entscheidender und oft unterschätzter Baustein ist die Lernmotivation. Kinder haben eine natürliche Lernmotivation, die verloren gehen kann. Sie werden informiert über Auslöser und Einflussfaktoren auf die Motivation und darüber was hemmende Faktoren sind. Diese sind nicht nur für das Lernen wichtig, sie lassen sich auch auf den Arbeitsalltag übertragen.

Wie erfolgreiches Lernen gelingt

Der Prozess des Lernens ist komplex und abhängig von vielen einzelnen Bausteinen. Sie erhalten Informationen, wie Sie Ihre Kinder im Lernen und bei Lernproblemen unterstützen können. Ein entscheidender Baustein dafür sind Lernstrategien, die in der Schule nicht immer ausreichend vermittelt werden können oder vom Kind nicht erkannt oder angenommen werden. Gerade nach der Homeschooling-Phase können Sie als Eltern Ihr Kind im Lernen unterstützen, damit es leichter und erfolgreicher gelingt. Außerdem erhalten Sie Informationen über die richtige Arbeitshaltung und Organisation, sowie eine gelingende Zeiteinteilung damit Lernen effektiv erfolgt und Freizeit ihren wichtigen Platz findet.

„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? 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 Zwillingseletern austauschen.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

11-07

Mi. 17.11.2021 (1x)

11-08

Mi. 30.03.2022 (1x)

jeweils 20.00 - 22.00 Uhr

jeweils € 9,00

Inga von Bargaen,

Begabungspädagogin, Lerntherapeutin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

11-09

Mi. 22.09.2021 (1x)

11-10

Mi. 02.03.2022 (1x)

jeweils 20.00 - 22.00 Uhr

jeweils € 9,00

Inga von Bargaen,

Begabungspädagogin, Lerntherapeutin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

11-11

Do. 04.11.2021 (1x)

19.45 - 21.45 Uhr

€ 9,00

Sina Peters,

Erzieherin

online und Präsenz

- 11-12 Termine unter
www.fabi-stade.de
jeweils 19.45 - 21.15 Uhr
jeweils € 7,00
Sina Peters,
Erzieherin

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

- 11-15 Mi. 08.09.2021 (1x)
11-16 Mi. 10.11.2021 (1x)
11-17 Mi. 09.02.2022 (1x)
11-18 Mi. 04.05.2022 (1x)
jeweils 19.00 - 21.00 Uhr
jeweils € 9,00
Signe Krüger,
Heilpraktikerin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 11-25 Mo. 20.09.2021 (1x)
19.45 - 21.45 Uhr
€ 9,00
Yvonne Mayet,
Lebensberaterin

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.

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 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 und Ausstattung vorgestellt. Die bewusste Entscheidung für nachhaltige Verhaltensweisen trägt einen wichtigen Teil dazu bei, natürliche Ressourcen zu sparen und so die Zukunft unserer Kinder lebenswert zu gestalten.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien.

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 Grundschul Kinder 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).

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!

Stade, Pestalozzi Grundschule, Sandersweg 48

11-19

Do. 11.11.2021 (1x)

19.00 - 21.00 Uhr

kostenfrei

Kerstin Heiden,
medienpäd. Referentin, Blickwechsel – Verein für Medien- und Kulturpädagogik e.V.

Bützfleth, Grundschule, Obstmarschenweg 353

11-22

Mo. 24.01.2022 (1x)

Stade-Wiepenkathen, Grundschule, Alte Dorfstraße 57

11-23

Mo. 04.10.2021 (1x)

jeweils 19.00 - 20.00 Uhr

jeweils € 2,50

Stefanie Theivagt,
NLP-Lerncoach



Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung

Wischhafen, Kindergarten
im Bildungshaus,
Am Sportplatz 3

11-20 Di. 09.11.2021 (1x)

19.30 - 21.30 Uhr
kostenfrei

Thomas Rupf,
Dipl.-Pädagoge, Buchautor

Drochtersen-Dornbusch,
Kindergarten, Eichenweg 1

11-30 Mi. 16.03.2022 (1x)

19.30 - 20.30 Uhr
kostenfrei

Alexandra Riedel-Schiffner,
Entspannungstrainerin

**Horneburg, AWO Hoki-
Kindergarten, Am Kinder-
garten 2**

11-31 Mi. 15.09.2021 (1x)

19.30 - 20.30 Uhr
kostenfrei

Alexandra Riedel-Schiffner,
Entspannungstrainerin

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.

Der kleine Wut-Zwerg ist am Werk ... was tun? Umgang mit kindlichen Aggressionen - Ein Erziehungsvortrag mit Humor

Schreien, Kreischen, Kratzen, Beißen - all diese Symptome lassen nur eine Diagnose zu: Der „kleine Wut-Zwerg“ ist am Werk! Was verstehen wir unter kindlichen Aggressionen? Was geht im Kopf eines wütenden Kindes vor? Warum sind Aggressionen wichtig? Wie kann ich gelassen darauf reagieren? Referent Dipl.-Pädagoge Thomas Rupf möchte auf humorvolle Art aufzeigen, wie Sie geschickt mit den kindlichen Aggressionen umgehen können.

Der Dozent unterstützt mit seiner Vortragstour die „Peter-Maffay-Stiftung zur Unterstützung von Kindern in Not!“

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.

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 durchlaufen und wie Sie den Blick auf das Positive richten können.

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!

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.

Kita Oederquart, Dorfstr. 31

11-33 Mi. 29.09.2021 (1x)

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

11-34 Mo. 15.11.2021 (1x)

jeweils 19.30 - 21.00 Uhr
jeweils kostenfrei
Lina Charlotte Diehl,
Dipl.-Sozialpäd.

Steinkirchen, Ev. Kindertagesstätte „Lühezwerge, Gartenstr. 2

11-35 Mo. 11.10.2021 (1x)

19.00 - 20.00 Uhr
kostenfrei
Stefanie Theivagt,
NLP-Lerncoach

online-Kurs

11-36 Di. 18.01.2022 (1x)

19.30 - 21.00 Uhr
kostenfrei

Imke Dohmen,
Heilpraktikerin der Psychotherapie

Der Kurs wird online per ZOOM angeboten. Sie benötigen einen Laptop oder ein Mobiltelefon. Nach der Anmeldung erhalten Sie den Zugangslink für die online Treffen.

L!chtblick

Beratungsstelle gegen sexuelle Gewalt

Beratung für Betroffene, Angehörige, Fachkräfte
Elternabende, Fortbildungen
Präventionsangebote

Bertha-von-Suttner-Allee 4, 21614 Buxtehude
04161 / 714 715 lichtblick@awostade.de

Eine Einrichtung der Arbeiterwohlfahrt, KV Stade e.V.

11-37 Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11
Mi. 09.02.2022 (1x)
19.30 - 21.30 Uhr
kostenfrei
Thomas Rupf,
Dipl.-Pädagoge, Buchautor

11-38 Jork-Borstel, Ev. Kinder-
tagesstätte St. Nikolai,
Schulstraße 5a
Di. 15.02.2022 (1x)
19.30 - 21.30 Uhr
kostenfrei
Yvonne Mayet,
Lebensberaterin

11-39 Steinkirchen, Dorfgemein-
schaftshaus, Alter Markt-
platz 5
Mo. 07.03.2022 (1x)
19.30 - 21.00 Uhr
kostenfrei
Thomas Rupf,
Dipl.-Pädagoge, Buchautor

11-40 Steinkirchen, Ev.-luth. Kita
„Schatzinsel“, Bürgerei 29
Di. 26.04.2022 (1x)
19.30 - 21.00 Uhr
kostenfrei
Garnet Cohrs,
Diplom Psychologin

Kinderängste – Elternängste

Kinder brauchen Ängste! Wenn ein Kind weiß, wie es mit seinen Ängsten umgehen kann, dann machen Ängste stark. Aber was tun, wenn ein Gespenst im Zimmer ist oder wenn Kinder sich an die Eltern klammern? Wie können wir Kinder unterstützen mit ihren Ängsten, wie auch mit unseren eigenen Ängsten, umzugehen?

Kinderzimmereinrichtung nach Feng Shui

Wie kann ich mein Kind in seiner persönlichen Entwicklung unterstützen? Und was hat Feng Shui damit zu tun? Im Feng Shui wird besonderer Wert auf den Fluss der Lebensenergie gelegt. Z. B. kann die individuell günstige Ausrichtung von Bett und Schreibtisch einen großen Einfluss auf einen erholsamen Schlaf und konzentriertes Arbeiten haben. So können Sie Ihrem Kind von Anfang an die besten Voraussetzungen für eine gute Entwicklung schaffen und schon mit kleinen Details in der Kinderzimmereinrichtung eine große Wirkung erzielen. Anhand der persönlichen Gegebenheiten, wird besprochen, welche Gestaltungsmittel sinnvoll und wünschenswert sind. Bitte mitbringen: Schreibutensilien.

Machtkämpfe mit Kindern

Ob morgendliches Trödeln oder ständiges Maulen: Es können viele Konflikte mit Kindern entstehen. In dieser Veranstaltung werden auf unterhaltsame Art und Weise Möglichkeiten aufgezeigt, diesen alltäglichen Machtkämpfen gelassener zu begegnen. Es soll Eltern, ErzieherInnen und Interessierten Mut gemacht werden, den Kindern klare Grenzen zu setzen, ihnen eine gesunde und liebevolle Orientierung zu geben und sich nicht in Diskussionen zu verstricken.

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 liebe- und verständnisvolle Eltern 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.

Wir gehen in den Wald! –

Tipps & Ideen für den Familien-Wald-Spaziergang

Gemeinsam erkunden Sie mit ihren Kindern den Rüstjer 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 der Anmeldung mitgeteilt.

11-41

Horneburg, Rüstjer Forst

Sa. 07.05.2022 (1x)

16.00 - 18.00 Uhr

kostenfrei

Birte Schmetjen,

Försterin, Waldpädagogin

Wertschätzende Kommunikation in der Familie

Ein Wort ist wie Wasser, einmal ausgegossen kann man es nicht mehr aufsammeln (Afrikanisches Sprichwort).

Warum verstehen wir uns manchmal nicht, obwohl wir dieselbe Sprache sprechen? Was steckt dahinter wenn wir aneinander vorbeireden? In einer Familie treffen oft verschiedene Charaktere aufeinander. Wer sich selbst gut kennt und mehr Verständnis für den eigenen Stil entwickelt, kann auch empathischer mit anderen und ihren verschiedenen Verhaltensweisen und Bedürfnissen umgehen. Kommunikation mit Kindern ist meist intuitiv und basiert auf unseren eigenen Werten, Erwartungen und Gefühlen. Was davon kann einer guten Beziehung im Weg stehen und was kann sie fördern?

Dieser Vortrag soll Anregungen zu einem anderen Blickwinkel auf die Kommunikation innerhalb der Familie vermitteln.

11-42

Jork, Ev. Kindertagesstätte

„Am Fleet“, Am Fleet 4

Di. 14.06.2022 (1x)

19.30 - 21.00 Uhr

kostenfrei

Iris Camehl,

Kommunikationstrainerin

Wickelberatung

Sie interessieren sich für alternative Wickelmethode. Hier lernen Sie verschiedene Systeme kennen und können die Modelle ansehen und anfassen. Vor- und Nachteile der Methoden werden besprochen.

11-43

Horneburg, Mehrgenerationenhaus, Lange Str. 38

Fr. 08.07.2022 (1x)

10.00 - 11.00 Uhr

kostenfrei

Wiebke Wilkens,

Erzieherin

Termine und Kursorte auf Anfrage
(Tel. 04141-797570)



Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung

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 Gleichstellung.



Kinder & Jugendliche

Kindergeburtstag im Wald	40
Abenteuer Küche	40
Kinder kochen nach Themen	40
Entspannung für Kinder	41
Yoga für Kinder	41
Lerncoaching für Kinder der 5./6. Klasse	42
Mentoring Projekt	42
Interkulturelle Werkstätten	43
Kurs für Babysitter	44
Handwerkszeug für Kinder	44
Sozialkompetenz und Prävention/ WenDo für Mädchen – Einführungsseminar	45
Sozialkompetenz und Prävention/ WenDo für Mädchen – Aufbaukurs	45
Sozialkompetenz und Prävention/ WenDo für Mädchen – Jahresgruppe	46

Moorschutzhütte Mulsum, Hohes Moor

08-01 Termine nach Vereinbarung
€ 99,00
Florian Offermanns



Horneburg, Mehrgenerationenhaus, Lange Str. 38

08-02 Sa. 22.01.2022 (1x)
08-03 Sa. 12.03.2022 (1x)
jeweils 10.30 - 13.30 Uhr
jeweils € 14,50 inkl. € 3,00
für Material
Elke Mehrkens,
Köchin

Ev. Gemeindehaus, Bockhorster Weg 27

08-04 Fr. 08.10.2021 (1x)
08-05 Fr. 10.12.2021 (1x)
08-06 Fr. 14.01.2022 (1x)
08-07 Fr. 25.02.2022 (1x)
08-08 Fr. 18.03.2022 (1x)
08-09 Fr. 13.05.2022 (1x)
€ 14,50 inkl. 3,00 € für
Lebensmittel
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 Elbe-Weser.

Abenteuer Küche

für Kinder von 6 bis 10 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 macht 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. I

Kinderküche „Herbst“

Kinderküche „Weihnachtsbäckerei“

Kinderküche „Ideen für das neue Jahr“

Kinderküche „Fasching“

Kinderküche „Ostern“

Kinderküche „Frühling“

Entspannung für Kinder für Kinder von 5 bis 7 Jahren

Die Kinder spüren den Unterschied zwischen Anspannung und Entspannung und 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 gerne ein Elternteil dabei sein.

Bitte mitbringen: Decke, Kissen, bequeme Kleidung, Anti-rutschsocken

Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11
08-12 Mi. 22.09.2021 (8x)
08-13 Mi. 19.01.2022 (8x)
08-14 Mi. 11.05.2022 (8x)
jeweils 16.30 - 17.30 Uhr
jeweils € 39,00
Alexandra Riedel-Schiffner,
Entspannungstrainerin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
08-15 Do. 23.09.2021 (8x)
08-16 Do. 20.01.2022 (8x)
08-17 Do. 05.05.2022 (8x)
jeweils 17.00 - 18.00 Uhr
jeweils € 39,00
Alexandra Riedel-Schiffner,
Entspannungstrainerin

Yoga für Kinder

Beim Kinderyoga lernen Kinder durch Körperübungen, die dem natürlichen Bewegungsdrang entsprechen, ihren Körper besser wahrzunehmen. Durch spielerische und die Fantasie anregende Übungen schulen Kinder ihre Selbstwahrnehmung, Kraft und Beweglichkeit. Das Wechselspiel zwischen Anspannung und Entspannung verbessert die Konzentrationsfähigkeit und das körperliche Wohlbefinden.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
für Kinder von 5 bis 8 Jahren
08-20 Di. 14.09.2021 (10x)
08-21 Di. 11.01.2022 (10x)
08-22 Di. 26.04.2022 (10x)
jeweils 15.15 - 16.15 Uhr

für Kinder von 9 bis 12 Jahren
08-23 Di. 14.09.2021 (10x)
08-24 Di. 11.01.2022 (10x)
08-25 Di. 26.04.2022 (10x)
jeweils 16.30 - 17.30 Uhr

jeweils € 39,00
Verena Tripmaker,
Yoga-Übungsleiterin

*Perfekt ausgestattet zur Einschulung?
Klar, bei Waller.*

Wir bieten einen Packservice für Materiallisten an. Einfach Liste übergeben, gewünschte Uhrzeit für Abholung ausmachen und fertig.

Waller in Stade

Hansestraße 25, 21682 Stade
Mo.-Fr. 10-18 Uhr, Sa. 9-13 Uhr

 Kundenparkplätze vorhanden

waller
school



Stade, FABI, Neubourgstr. 5

08-28 Fr. 05.11.2021 (6x)

08-29 Fr. 11.02.2022 (6x)

jeweils 16.00 - 17.30 Uhr

jeweils € 43,50

Stefanie Theivagt,

NLP-Lerncoach

Stade,

Pestalozzi Grundschule,

Sandersweg 48

08-30 donnerstags 15.00-17.00 Uhr

kostenfrei

Sinem Uslu-Uzun,

Frühpädagogin (BA)

Silan Alkan

Lerncoaching für Kinder der 5./6. Klasse

Stell dir vor: du lernst und es fühlt sich ganz leicht an. Egal, wo Lernen stattfindet, du kannst Möglichkeiten entdecken, mit Spaß zu lernen. Ich zeige dir Strategien und Übungen, die dich leichter lernen lassen. Handwerkszeug, das dir Mut machen kann, deine Fähigkeiten zu nutzen. Kennst du z.B. schon deinen inneren Helfer und die Lampeliste? Wie du dich zur Konzentration abschotten kannst? Ich zeige dir, **wie** du lernst, nicht was. Womöglich bist du überrascht, wie gut sich Lernen anfühlen kann.

Am Montag, 22.11.21 findet von 19:00-20:00 Uhr ein Elternabend statt. Sie erfahren, wie Sie ihr Kind dabei unterstützen können, die neu kennengelernten Techniken anzuwenden.

Sollte der Präsenz-Kurs nicht stattfinden können, wird der Kurs mit einem geringeren zeitlichen Umfang online angeboten.

Bitte mitbringen: Getränk.

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.

Eine Teilnahme auf Anfrage schriftlich an info@fab-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



„Ich kann's!“

Lernen kann sich leicht anfühlen

Stefanie Theivagt

NLP-Lerncoach

Stade

www.theivagt.de

Interkulturelle Werkstätten

Interkulturelle Werkstätten bedienen sich verschiedener Ansätze, um Kinder unterschiedlichster Herkunftsfamilien niedrigschwellig mit einander in Kontakt zu bringen. So wurden in den letzten fünf Jahren an zahlreichen Standorten in der Hansestadt und im Landkreis Stade interkulturelle Projekte mit Grundschulkindern aus geflüchteten und deutschen Familien durchgeführt. Während beispielsweise an den Grundschulen Wiepenkathen und Freiburg Kunstwerkstätten stattfanden, stand in der Grundschule Bockhorster Weg eine interkulturelle Theaterwerkstatt auf dem Plan und es wird derzeit dort und an der Montessorischule in Stade gemeinsam getanzt. 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 ermöglicht den verschiedenen Kursleitungen mit unterschiedlichen Konzepten und Materialien zu arbeiten.

Auch im Schuljahr 2021/22 sind weitere interkulturelle Werkstätten geplant. Möchten auch Sie als Schule oder als Gemeinde Kooperationspartner einer interkulturellen Werkstatt werden, wenden Sie sich gerne 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.

Kooperationspartner der interkulturellen Werkstätten waren und sind unter anderem:

Grundschule Assel, Grundschule am Burggraben in Stade, Grundschule Bockhorster Weg in Stade, Grundschule Himmelpforten, Grundschule Horneburg, Grundschule Nordkehdingen in Freiburg, Grundschule Ottenbeck in Stade, Grundschule Steinkirchen, Grundschule Wiepenkathen, Hort des Regenbogenkindergartens in Drochtersen, Malschule Harsefeld, Montessori Grundschule in Stade, Rosenborn Grundschule in Harsefeld

08-30 Koordination über die
FABI Stade,
Neubourgstraße 5
kostenfrei
Kontakt: info@fab-stade.de
www.fabi-stade.de
Tel. 04141-797570
Projektkoordinatorin:
Barbara Burmeister



Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung

- 08-38 Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11
Sa. 04.09.2021 (1x)
10.00 - 17.00 Uhr
kostenfrei
Bettina Püttker,
Hebamme, Still- u. Laktations-
beraterin



Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung

- 08-40 Drochtersen-Assel,
08-41 Kindergarten,
Johann-Grothmann-Str. 19
- 08-42 Drochtersen-Dornbusch,
Kindergarten, Eichenweg 1
- 08-43 Drochtersen-Hüll,
Kindergarten, Gehrden 12
- 08-44 Kindergarten Freiburg,
Am Bassin 19,
- 08-45 Nottensdorf,
DRK Kita „Grashüpfer“,
In den Stücken 2
- 08-46 Jork-Borstel,
08-47 Ev. Kindertagesstätte
St. Nikolai, Schulstraße 5a
- 08-48 Steinkirchen,
Ev. Kindertagesstätte,
Bürgerei 29

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



Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung

Kurs für Babysitter für Kinder ab 11 Jahren

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

Bitte mitbringen: Babypuppe, Windeln, Pausensnack, Schreibmaterial.

Gefördert durch die Gemeinde Drochtersen und das Niedersächsische Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung.

Handwerkszeug für Kinder

soziales Gruppentraining - für Kinder ab 5 Jahren aus
Kindertagesstätten der Gemeinden Drochtersen, Horne-
burg, Jork und Lüne

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 10 Jahren

Wie findet meine Tochter ihren Platz in dieser Welt, wie lernt sie sich einzubringen, ein Gleichgewicht zu finden zwischen sozialem Miteinander und persönlichem Engagement, zwischen den Anforderungen schulischer und gesellschaftlicher Vorstellungen und ihrem Recht auf eigene Entfaltung? Vermittelt werden Grundlagen der Selbstverteidigung und Selbstbehauptung auf der Basis von „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.

08-33

Stade-Hagen,
Ev. Gemeindehaus,
Kornstr. 2

Mi. 23.02.2022 (1x)

15.00 - 19.30 Uhr

€ 33,00 im Anschluss Vortrag
und Elterninformation

Juliane Kiss,
WenDo-Trainerin,
Dipl.-Psychologin

Sozialkompetenz und Prävention/WenDo

Aufbaukurs für Mädchen von 7 bis 10 Jahren

Es werden neben effektiven Grundlagen der Selbstverteidigung und Selbstbehauptung auf Basis von „WenDo“ folgende Themenschwerpunkte angeboten: Selbstbewusster Umgang mit Freundschaften, Gruppen und Klassenverbänden, klares und höfliches Grenzsetzen gegenüber Autoritäten, Übungen zur konstruktiven Konfliktlösung und zur Stärkung der Selbstwirksamkeit und des Selbstbewusstseins, Erweiterung der Handlungskompetenzen im sozialen Nah- und Fremdbereich. Die Mädchen erleben einen geschützten Raum, in dem sie mit ihren Erfahrungen ernst genommen werden. Sie 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.

08-34

Stade-Hagen,
Ev. Gemeindehaus,
Kornstr. 2

Mi. 15.06.2022 (1x)

15.00 - 19.30 Uhr

€ 33,00 im Anschluss Vortrag
und Elterninformation

Juliane Kiss,
WenDo-Trainerin,
Dipl.-Psychologin

- 08-35 Stade-Hagen,
Ev. Gemeindehaus, Kornstr. 2
Kurse dienstags
11 - 14 Jahre
14.09.21, 12.10.21
16.11.21, 14.12.21
25.01.22, 22.02.22
15.03.22, 10.05.22
14.06.22, 12.07.22
€ 330,00

- 08-36 Kurse montags
13 - 16 Jahre
13.09.21, 11.10.21
15.11.21, 13.12.21
24.01.22, 21.02.22
14.03.22, 09.05.22
13.06.22, 11.07.22
€ 330,00

jeweils 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

Falls Termine ausfallen
müssen, werden diese nach-
geholt.

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.

Wenn Sie eine finanzielle Unterstützung benötigen, wenden Sie sich vertrauensvoll an die FABI.



**HANSESTADT STADE
BERATUNGSSTELLE GEGEN
SEXUELLEN MISSBRAUCH**

Sprechzeiten:

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

Salzstraße 16
21682 Stade
Tel.: 04141 / 43646

Bewegung & Entspannung

Tango Argentino	48
Zumba®	49
Let's Dance / Early Bird Dance	49
Modern Line Dance	50
Gymnastik am Morgen	50
Fit in den Tag / Beweglich bleiben- ein Leben lang	50
Fit Mix/ H.I.I.T/ Faszien- und Rückenfitness	51
Pilates/ Nordic Walking	52
Waldbaden für Einsteiger	52
Wohlgefühl durch Waldbaden	53
Hatha Yoga	55
Hatha Yoga/ Kundalini Yoga/ Yoga im Glück	56
Yoga Shape/ Yoga Nidra/ Yin Yoga	57
Flow Yoga/ Chakren	58
Achtsamkeit Workshop	58
Gong meets Yoga/ Multi Style Yoga	59
Meditation- und Yoga Workshop im Mai 2022	60
Meditation	60
Geh-Meditation	61
Entspannungstechniken kennenlernen	61
Schnupperkurs Meditation	61
Atembalance/ Achtsamkeit	62
Entdeckungsreise in die Welt deiner Träume	62
Emotional Detox/ Autogenes Training/ Xin Qi Gong	63
Klangschalenmeditation/ Qi Gong für Alle	64
Wander- und Pilgerangebote	
Wandern und Pilgern im Alten Land und Landkreis Stade	54

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

- 18-01 Di. 05.10.2021 (8x)
18-02 Di. 08.02.2022 (8x)
18-03 Di. 03.05.2022 (8x)
jeweils 18.15 - 19.45 Uhr
jeweils € 135,20
Joachim Schwebe,
Tangolehrer
Maik Schwebe,
Tangolehrerin

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 Begegnung

- 18-04 Di. 05.10.2021 (8x)
18-05 Di. 08.02.2022 (8x)
18-06 Di. 03.05.2022 (8x)
jeweils 20.00 - 21.30 Uhr
jeweils € 135,20
Joachim Schwebe,
Tangolehrer
Maik Schwebe,
Tangolehrerin

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

Tango Argentino

Basiskurs für Tanzende ohne Vorkenntnisse

Musik von Astor Piazzolla? Fliegende Frauenbeine um das Bein eines Mannes? Schmachthende 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.



Zumba®

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. Ein komplettes Workout, das Elemente aus dem Fitness-, Cardio- und Muskelaufbautraining sowie Übungen für Balance und Flexibilität kombiniert. Nebenbei tut Zumba® gut gegen Stress und sorgt für eine gute Figur! Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Handtuch, feste Turnschuhe, Getränk.

Let's Dance

Choreografie „Dancing Queen“

„Dancing Queen“ – Zu diesem Klassiker wird eine einfache, jedoch effektvolle Choreografie eingeübt. Die Schrittfolgen werden ausführlich erklärt und wiederholt. Der Spaß an der Musik und der Bewegung steht im Vordergrund.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Turnschuhe (glatte Sohle), Getränk.

Early Bird Dance

...tanzend den Tag beginnen

Mit aktueller Musik und lateinamerikanischen Rhythmen starten wir in den Tag! Nach einem tänzerischen Warm-up des gesamten Körpers wird mit Basisbewegungen verschiedener Tänze (Rumba, ChaChaCha, Salsa) das Zusammenspiel einzelner Körperteile trainiert. Der Fokus liegt auf Körperhaltung und Beweglichkeit. Stretching bildet den Abschluss.

Der Kurs wird online per ZOOM angeboten. Sie benötigen einen Laptop oder ein Mobiltelefon. Nach der Anmeldung erhalten Sie den Zugangslink für die online Treffen.

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

18-10 Do. 09.09.21 (12x)

18-11 Do. 13.01.22 (12x)

18-12 Do. 28.04.22 (10x)

jeweils 18.00 - 19.00 Uhr

€ 57,60 (12x), € 48,00 (10x)

Michelle Götz,

Erzieherin, Official Zumba®

Instructor, Lizenz C

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-14 Do. 16.09.21 (3x)

18-15 Do. 28.04.22 (3x)

jeweils 19.45 - 21.15 Uhr

jeweils € 30,00

Iris Buck-Emden,

Tanzpädagogin

online-Kurs

18-16 Di. 02.11.21 (6x)

jeweils 09:00 - 10:00 Uhr

€ 40,00

Iris Buck-Emden,

Tanzpädagogin

18-17 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Sa. 19.03.2022 (1x)
 16.00 - 18.00 Uhr
 € 13,50
Iris Buck-Emden,
 Tanzpädagogin

Stade,
Grünendeicher Str. 1b,
ALVI-Haus der Begegnung
 18-20 Do. 02.09.2021 (13x)
 18-21 Do. 13.01.2022 (12x)
 18-22 Do. 21.04.2022 (10x)
 jeweils 09.45 - 10.30 Uhr
 € 33,00 (10x), € 39,60 (12x),
 € 42,90 (13x)
Hans-Peter Urmersbach,
 DOSB-Lizenz C und B

Stade,
Grünendeicher Str. 1b,
ALVI-Haus der Begegnung
 18-23 Do. 02.09.2021 (13x)
 18-24 Do. 13.01.2022 (12x)
 18-25 Do. 21.04.2022 (10x)
 jeweils 08.45 - 09.30 Uhr
 € 33,00 (10x), € 39,60 (12x),
 € 42,90 (13x)
Hans-Peter Urmersbach,
 DOSB-Lizenz C und B

Schulzentrum, Allwördener
Str. 22, kleine Turnhalle
 18-28 Mo. 06.09.2021 (10x)
 18-29 Mo. 10.01.2022 (10x)
 18-30 Mo. 25.04.2022 (10x)
 jeweils 18.00 - 19.00 Uhr
 jeweils € 44,00
Dagmar Aval,
 Dipl.-Sozialpädagogin

Modern Line Dance

Es ist so einfach und macht so viel Spaß!

... tanzen ohne Partner*in in Reihen und Linien zu toller Musik.
 ... von Saturday Night Fever bis HipHop - alles ist möglich.
 Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Turnschuhe (glatte Sohle), Getränk.

Gymnastik am Morgen

Nach einer gründlichen Erwärmung folgt 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 Workout endet die Stunde mit Dehnung und Entspannung. Der Tag kann kommen!

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

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 Einstiegen in sportliche Betätigung nach längerer Pause. Bitte mitbringen: Sportkleidung, Decke, Handtuch, Getränk.

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.

Fit Mix

In dieser Stunde kann „alles“ passieren! Ein 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 vorge-dehnt. 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 Stretchingphase.

H.I.I.T.

hochintensives Intervall- und Faszientraining

Einseitige Belastungen im Job, zu wenig Bewegung, häufiger Stress können Rückenschmerzen verursachen. Nur eine ganzheitliche Betrachtung des Menschen und seiner Strukturen wie Faszien, Muskeln, Knochen und Gelenken können ein funktionelles Training gewährleisten. Sie erarbeiten sich die Wiederherstellung des Gleichgewichts zwischen faszialen und muskulären Strukturen, lernen die Unterschiede und Gemeinsamkeiten kennen, trauen sich an lange vergessene Bewegungsmuster, verbessern die Beweglichkeit, werden flexibler und geschmeidiger. Sie kräftigen in dieser Komplexität Ihren Rücken mit seinen Funktionseinheiten. Fehlbelastungen können korrigiert werden, Körperwahrnehmung und Koordination werden verbessert.

Faszien- und Rückenfitness für den Alltag

Faszientraining - da denken die meisten Menschen direkt an die Faszienrolle. Dabei steckt viel mehr hinter dem Workout für Ihr 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.

online-Kurs

nach der Anmeldung erhalten Sie den Zugangslink für die [Online-Treffen](#)

- 18-33 Do. 09.09.2021 (6x)
 - 18-35 Do. 13.01.2022 (12x)
 - 18-34 Do. 04.11.2021 (6x)
 - 18-36 Do. 21.04.2022 (10x)
- jeweils 19.00 - 20.00 Uhr
€ 28,80 (6x), € 48,20 (10x),
€ 57,80 (12x)

Miriam Maniszewski,
Übungsleiterin Lizenz C

online-Kurs

nach der Anmeldung erhalten Sie den Zugangslink für die [Online-Treffen](#)

- 18-37 Di. 14.09.2021 (12x)
 - 18-38 Di. 11.01.2022 (11x)
 - 18-39 Di. 26.04.2022 (11x)
- jeweils 19.15 - 20.15 Uhr
€ 52,80 (11x), € 57,60 (12x)

Miriam Maniszewski,
Übungsleiterin Lizenz C

Stade, IGS, kleine Turnhalle, Bremervörder Str. 76

- 18-40 Mi. 15.09.2021 (13x)
 - 18-41 Mi. 12.01.2022 (12x)
 - 18-42 Mi. 20.04.2022 (13x)
- jeweils 16.45 - 17.45 Uhr
€ 57,60 (12x), € 62,40 (13x)

- 18-43 Mi. 15.09.2021 (13x)
 - 18-44 Mi. 12.01.2022 (12x)
 - 18-45 Mi. 20.04.2022 (13x)
- jeweils 18.45 - 19.40 Uhr
€ 52,80 (12x), € 57,20 (13x)

Natalie Beitel,
Übungsleiterin

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

18-48 Mi. 08.09.2021 (11x)
18-49 Mi. 12.01.2022 (11x)
18-50 Mi. 20.04.2022 (11x)
jeweils 18.30 - 19:30

18-51 Mi. 08.09.2021 (11x)
18-52 Mi. 12.01.2022 (11x)
18-53 Mi. 20.04.2022 (11x)
jeweils 19.30 - 20.30 Uhr
jeweils € 50,00
Claudia Neugebauer,
Diplom Aerobic-Trainerin

**Stade, Ottenbecker Damm
50, Einfahrt VfL Stade**

18-55 Do. 09.09.21 (6x)
18-56 Do. 04.11.21 (6x)
18-57 Do. 13.01.22 (6x)
18-58 Do. 24.02.22 (6x)
18-59 Do. 21.04.22 (6x)
18-60 Do. 09.06.22 (6x)
jeweils 18.30 - 20.00 Uhr
jeweils € 45,00

Verena Schütz-Schwark
Nordic Walking-Trainerin

**Mulsum/ Hesedorf,
Horner Holz**

18-195 Sa. 25.06.2022 (1x)
10.00 - 12.00 Uhr
€ 25,00
Birte Schmetjen,
Försterin, Waldpädagogin

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.

Nordic Walking

Nordic Walking ist ein ganzheitliches Outdoor Fitnessstraining für alle Altersgruppen. Der Kurs bietet Anfänger*innen die Möglichkeit die Technik des Nordic Walken zu erlernen und Fortgeschrittenen ihre Technik zu verbessern. Das ganzheitliche Ausdauertraining stärkt die Koordination und trainiert durch den gezielten Stockeinsatz die Oberkörper- und Rückenmuskulatur. Der 1,5 stündige Kurs teilt sich in Laufeinheiten, die nach Fitnessgrad und Fortschritt der Gruppe ausgedehnt werden, sowie Bewegungselementen zur Kräftigung der Bauch-, Becken-, Rücken und Rumpfmuskulatur. Das Training an der frischen Luft wirkt sich positiv auf Stressabbau aus und fördert die Fettverbrennung. Das Training findet ausschließlich draußen statt, deshalb wird witterungsfeste Kleidung vorausgesetzt sowie das Mitbringen von passenden Stöcken.

Waldbaden für Einsteiger -

Die kleine Auszeit

Shinrin Yoku oder „Waldbaden“ wird in Japan seit über 20 Jahren praktiziert und ist dort fest im Gesundheitssystem verankert. Die langsamen Waldspaziergänge helfen, den Stress des Alltags für eine Weile zu vergessen, zu entschleunigen und achtsamer mit uns selbst zu sein. Sie sind herzlich eingeladen, mit in den Wald zu kommen und Shinrin Yoku auszuprobieren. Auf unserem Spaziergang durch das Horner Holz werden Sie Ruhe und Erholung finden und die Natur mit allen Sinnen erleben. Bitte mitbringen: festes Schuhwerk, Getränk und Snack.

Wohlgefühl durchs Waldbaden

Der Aufenthalt im Wald hat eine regenerierende Wirkung auf den menschlichen Körper und dient daher hervorragend zur Stressbewältigung. Waldbaden ist eine fundierte Methode, die in Japan schon lange beliebt und weit verbreitet ist, um Stress abzubauen – dort ist es bekannt als „Shinrin Yoku“. Es ist eine Auszeit vom Alltag. Tauchen Sie ein in den ursprünglichsten Kraftort der Menschheit. Die zertifizierte WALDWOHL® Trainerin für Wald-Gesundheit nimmt Sie mit auf eine achtsame Reise, bei der Sie mit sich selbst in Verbindung kommen und Gelassenheit und innere Ruhe finden. Das Zusammenspiel von ausgewählten Bewegungsübungen, Entschleunigung durch angeleitete Achtsamkeits-Methoden und der speziellen chemischen Zusammensetzung der Waldluft führt zu Stressabbau, einem stärkeren Immunsystem und mehr Ausgeglichenheit.

Die Wälder dieses Angebots befinden sich im Management der Nds. Landesforsten.

Rüstjer Forst, 1. Parkplatz
Richtung Helmste,
Achtern Höben

18-196 Fr. 24.09.2021 (1x)
17.00 - 19.00 Uhr
€ 25,00

18-197 Sa. 02.04.2022 (1x)
15.00 - 18.00 Uhr
€ 37,50

Birte Schmetjen,
Försterin, Waldpädagogin

Treffpunkt ist der große Waldpark-
platz in der Kurve (Straße Achtern Hö-
ben / Landstraße Helmste-Horneburg)
im Rüstjer Forst.

SCHÖNHEITSSTUDIO NR. 5

naturWELL
TÜLAY ALKAN
Verwöhnen Sie Ihr Haar mit der Natur

☎ 0 41 41 / 690 645

LA Beauty TOUCH
OSIRIS LÜTJEN AGUILAR

☎ 0 172 / 64 34 928

MW Kosmetikstudio
Monika Wichers

☎ 0 41 41 / 510 117

**Verwöhnt
von Kopf
bis Fuß**

**Weil uns die
Gesundheit
Ihrer Haut,
Haare und
Nägel am
Herzen liegt.**

www.schoenheitsstudionummer5.de



Kursleitung:

Hans-Peter Urmersbach,
DWV-Wanderführer

Wandergebiet:

Stader Geest

18-198 So. 29.08.2021 (1x)
10.00 - 15.30 Uhr

Wandergebiet:

Lühneburger Heide

18-199 So. 29.08.2021 (1x)
10.00 - 15.30 Uhr

Wandergebiet Estetal

18-200 So. 19.09.2021 (1x)
10.00 - 15.00 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

18-210 Mi. 15.09.2021 (1x)

18-211 Mi. 24.11.2021 (1x)

jeweils 19.30 - 21.30 Uhr

Wandern und Pilgern im Alten Land und im Landkreis Stade

Hier und in 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.

Rund-/ Streckenwanderung:

„Twee Möhlen noh bi’n Adderstrom“

ca. 15,0 km, Dauer min. 4,0 Stunden

Rundwanderung „So de Heid bleuhen deid“

ca. 13,0 km, Dauer ca. 5,5 Stunden

Rundwanderung „Dat Best van de Est un twee Stenen“

ca. 16,5 km, Dauer ca. 5,0 Stunden

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.

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

Gruppenabend „Wandern und Pilgern“

Klönschnack und Fotos gucken

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.



Hatha Yoga für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Es ist wissenschaftlich belegt, dass Yoga bei unterschiedlichen Krankheitsbildern, wie Nacken-, Rücken- und Kopfschmerzen, Bluthochdruck, Verdauungsproblemen, Schlafstörungen und Stress hilft. Die Yogaübungen und Atemübungen wirken positiv auf den Geist und das vegetative Nervensystem. 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 – der Weg zu einer erfüllten und ausgeglichenen Lebensweise

Die Praxis des Hatha Yoga bewirkt ein größeres Bewusstsein für den eigenen Körper, erhöht Ihre Entspannungsfähigkeit und eröffnet Ihnen damit einen unmittelbaren Zugang zu Ihren Ressourcen. Der Kurs ist auf die Bedürfnisse des Menschen in der heutigen Zeit ausgerichtet. Die Körperhaltungen und Bewegungsabläufe tragen zur Kräftigung, Flexibilisierung und Entspannung des Körpers bei. Die gesundheitsfördernde Wirkung wird für Sie durch individuelle Anpassung und gezielte Hilfestellung im Unterricht erfahrbar.

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

Stade, IGS, Turnraum,
Bremervörder Str. 76

18-65 Mo. 06.09.2021 (12x)
18-67 Mo. 10.01.2022 (12x)
18-69 Mo. 25.04.2022 (10x)
jeweils 18.00 - 19.30 Uhr

18-66 Mo. 06.09.2021 (12x)
18-68 Mo. 10.01.2022 (12x)
18-70 Mo. 25.04.2022 (10x)
jeweils 19.45 - 21.15 Uhr

18-71 Di. 07.09.2021 (12x)
18-73 Di. 11.01.2022 (12x)
18-75 Di. 26.04.2022 (10x)
jeweils 18.00 - 19.30 Uhr

18-72 Di. 07.09.2021 (12x)
18-74 Di. 11.01.2022 (12x)
18-76 Di. 26.04.2022 (10x)
jeweils 19.45 - 21.15 Uhr
€ 70,40 (10x), € 84,50 (12x)

Astrid Gräntzdörffer,
Yogalehrerin, Heilpraktikerin
für Psychotherapie

Stade, IGS, Turnraum, Bre-
mervörder Str. 76

18-77 Do. 09.09.2021 (10x)
18-78 Do. 13.01.2022 (10x)
18-79 Do. 21.04.2022 (10x)
jeweils 20.00 - 21.30 Uhr
jeweils € 70,40

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

Stade-Bützfleth, Ev. Gemeindehaus „Diele“, Obstmarschenweg 343

- 18-80 Di. 14.09.2021 (10x)
 18-81 Di. 11.01.2022 (10x)
 18-83 Di. 26.04.2022 (10x)
 jeweils 18.15 - 19.45 Uhr
 jeweils € 70,40
Verena Tripmaker,
 Yoga-Übungsleiterin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
 Schnupperkurse am Samstag

- 18-85 Sa. 24.07.2021 (1x)
 18-86 Sa. 28.08.2021 (1x)
 18-87 Sa. 23.10.2021 (1x)
 jeweils 09.30 - 11.30 Uhr
 jeweils € 12,00
- 18-88 Di. 07.09.2021 (11x)
 18-89 Di. 18.01.2022 (10x)
 18-90 Di. 26.04.2022 (11x)
 jeweils 19.45 - 21.15 Uhr
 € 78,00 (10x), € 85,80 (11x)

Christiane König-Bruhns,
 Kundaliniyogalehrerin (FÄ
 Psychiatrie/Psychotherapie)

Hatha Yoga

für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

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.



Kundalini Yoga

für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

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.



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

Yoga Nidra

Das Wort Nidra kommt aus dem Sanskrit und bedeutet Schlaf. Yoga Nidra ist eine besondere Form der Tiefenentspannung, aktiviert das parasympathische Nervensystem und bringt Entspannung auf körperlicher, mentaler und emotionaler Ebene. Beim Yoga Nidra wird mit einer Meditation durch den Körper in einer bestimmten und immer wiederkehrenden Abfolge von einem Körperteil zum nächsten geführt. Geübt wird in der Regel in Savasana, auf dem Rücken liegend.

Es kann ohne Vorkenntnisse geübt werden und bietet eine wunderbare Möglichkeit, sich zu beruhigen.

Bitte mitbringen: Yoga-Matte, kleines Kissen, Decke.



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*innen und Fortgeschrittene.

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

Stade, IGS, kleine Turnhalle,
Bremervörder Str. 76

- 18-96 Mi. 12.01.2022 (12x)
 - 18-97 Mi. 15.09.2021 (13x)
 - 18-98 Mi. 20.04.2022 (13x)
- jeweils 17.45 - 18.45 Uhr
€ 56,50 (12x), € 61,00 (13x)
Natalie Beitel,
Übungsleiterin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 18-100 Mi. 22.09.21 (8x)
 - 18-101 Mi. 19.01.22 (8x)
 - 18-102 Mi. 11.05.22 (8x)
- jeweils 18.00 - 19.30 Uhr
jeweils € 62,40
Alexandra Riedel-Schiffner,
Entspannungstrainerin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 18-105 Di. 07.09.2021 (12x)
 - 18-106 Di. 26.04.2022 (9x)
 - 18-107 Di. 11.01.2022 (12x)
- jeweils 11.15 - 12.45 Uhr
- 18-108 Di. 07.09.2021 (12x)
 - 18-109 Di. 11.01.2022 (12x)
 - 18-110 Di. 26.04.2022 (9x)
- jeweils 18.00 - 19.30 Uhr

€ 63,40 (9x), € 84,50 (12x)
Tanja Fischer,
Yogalehrerin, S.M.P. Consultant

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 18-113 Mi. 08.09.2021 (13x)
 18-114 Mi. 12.01.2022 (12x)
 18-115 Mi. 27.04.2022 (9x)
 jeweils 18.00 - 19.30 Uhr
 € 63,40 (9x), € 84,50 (12x),
 € 91,50 (13x)
Tanja Fischer,
 Yogalehrerin, S.M.P. Consul-
 tant

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Schnupper-Workshop

- 18-117 Sa. 18.09.2021 (1x)
 18-118 Sa. 19.02.2022 (1x)
 jeweils 15.00 - 18.00 Uhr
 jeweils € 26,00

7-Wochen- Übungsprogramm

- 18-119 Mo. 08.11.2021 (7x)
 18-120 Mo. 07.02.2022 (7x)
 jeweils 17.30 - 19.00 Uhr
 jeweils € 96,00
Tanja Fischer,
 Yogalehrerin, S.M.P. Consultant

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 18-153 Sa. 26.03.2022 (1x)
 18-154 Sa. 13.11.2021 (1x)
 jeweils 10.00 - 14.00 Uhr
 jeweils € 24,00
Alexandra Riedel-Schiffner,
 Entspannungstrainerin

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 jede*r 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 die Stunde ruhiger und endet mit einem Entspannungsteil oder einer Meditation.

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

Chakren

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 Wohlbefinden. Es werden verschiedene Methoden und Techniken angewendet, um Ihre Chakren auszubalancieren und Ihre Energiesysteme ins Gleichgewicht zu bringen.

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

Achtsamkeit Workshop

In der Ruhe liegt die Kraft. 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 und hilft in stressbelastenden Situationen den Geist zu beruhigen. Es werden verschiedene Achtsamkeitspraktiken vorgestellt, die im Alltag gut durchgeführt werden können.

Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung, Getränk.

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.



Multi Style Yoga

für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Multi Style Yoga umfasst viele Facetten des Yogas. Vinyasa Flows gleiten in klassisch, statische Hatha Yoga Asanas – ruhige Elemente aus dem Yin Yoga werden eingeleitet mit dynamischen Kundalini 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 ...

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-123 Sa. 18.09.2021 (1x)

18-124 Sa. 09.10.2021 (1x)

18-125 Sa. 06.11.2021 (1x)

18-126 Sa. 27.11.2021 (1x)

18-127 Sa. 22.01.2022 (1x)

18-128 Sa. 12.02.2022 (1x)

18-129 Sa. 19.03.2022 (1x)

18-130 Sa. 14.05.2022 (1x)

18-131 Sa. 11.06.2022 (1x)

jeweils 19.00 - 20.30 Uhr
jeweils € 16,00

Silke Noormann,
Yogalehrerin, Breathwalk
Instructor

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-133 Mo. 06.09.2021 (12x)

18-135 Mo. 17.01.2022 (10x)

18-137 Mo. 02.05.2022 (9x)

jeweils 18.00 - 19.30 Uhr

18-134 Mo. 06.09.2021 (12x)

18-136 Mo. 17.01.2022 (10x)

18-138 Mo. 02.05.2022 (9x)

jeweils 19.45 - 21.15 Uhr
€ 70,20 (9x), € 78,00 (10x),
€ 93,60 (12x)

Silke Noormann,
Yogalehrerin, Breathwalk
Instructor





Ihr Rückzugsort im Grünen





Atemhaus Blume
Sabine Katharina Schuldt
Odamm 16 · 21684 Stade
+49 4141 405077

Weitere Informationen: www.atemhaus-blume.de

Stade, Ev. Markusgemeinde,
Schwinger Ackerweg 6 b

18-140 Do. 12.05.22
17.00 - 21.00 Uhr
Fr. 13.05.22
09.00 - 21.00 Uhr
Sa. 14.05.22
09.00 - 19.00 Uhr
So. 15.05.22
09.00 - 13.00 Uhr
€ 270,00 inklusive € 35,00 für
Verpflegung und Getränke

Rebecca Williams,
Meditationslehrerin

Mayank Reid,
Yoga-Lehrer

Koordination:
Gudrun Simon,
Ärztin

Meditation- und Yoga Workshop

Bereits zum dritten Mal 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 Mantraen 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 Abmeldungen bis spätestens

- 4 Wochen vor Kursbeginn wird 100% der Kursgebühr,
- 6 Wochen vor Kursbeginn wird 75% der Kursgebühr und
- 8 Wochen vor Kursbeginn 50% der Kursgebühr fällig.



Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-141 Sa. 09.10.2021 (2x)
14.00 - 18.00 Uhr
€ 39,10

Gudrun Simon,
Ärztin

Meditation

Einführung in Meditations- und Atemtechnik

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

Bitte mitbringen: Decke, warme Socken, bequeme Kleidung, Verpflegung für die Pausen.

Geh-Meditation

„Meditation ist anders als Sie denken.“ (Jon Kabat-Zinn). In der Gehmeditation wird die Aufmerksamkeit auf den gegenwärtigen Moment und auf die Tätigkeiten des Gehens und des Atmens gelenkt. Die wesentlichen Bestandteile der Gehmeditation sind Achtsamkeit, Gehen, Atmen und Lächeln. Es ist eine Einführung, erst regelmäßiges Üben ermöglicht den Geist ruhig und klar werden zu lassen.

Bitte mitbringen: Yogamatte, Kissen, Decke.

Entspannungstechniken kennenlernen

Sie erhalten Informationen über die Entstehung von positivem und negativem Stress und die möglichen Reaktionen unseres Körpers darauf. Mit Hilfe von kleinen Übungen gönnen Sie der Psyche eine kurze Auszeit. Es werden verschiedene Entspannungstechniken vorgestellt und ausprobiert.

Bitte mitbringen: Yoga-Matte, kleines Kissen, Decke.

Schnupperkurs Meditation

„Auch nach sich selbst muss man die Fühler ausstrecken.“ (E. Benoyet) Dieser Kurs lädt ein, Grundelemente der Meditation kennenzulernen und erste Erfahrungen zu sammeln. Dazu gehören die Wahrnehmung des Körpers und des Atems, das Sitzen in der Stille, die innere Sammlung und das achtsame Gehen. In der kleinen Gruppe können diese Erfahrungen ausgetauscht und begleitet werden.

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

Entdeckungsreise in die Welt deiner Träume und Visionen

Für Mädchen und Frauen, die bereit sind für Veränderungen - privat oder beruflich

Lebst Du Dein volles Potential? Weißt Du, wer Du wirklich bist und was Dich glücklich macht? Oder hast Du das Gefühl, dass da etwas in Dir schlummert, das Du momentan noch nicht zulässt? Das Ziel unserer Entdeckungsreise ist, Zugang zu unseren Träumen und Wünschen zu finden. Als Kinder hatten wir Träume und die holen wir uns zurück. Mit alltagstauglichen Techniken, wie z.B. einer Meditation, erlernen Sie, dass Sie mutig und mit Spaß und Leichtigkeit sich auf den Weg machen können.

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

18-143 Sa. 18.09.2021 (1x)

18-144 Sa. 30.04.2022 (1x)

10.00 - 14.00 Uhr

jeweils € 24,00

Alexandra Riedel-Schiffner,
Entspannungstrainerin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-146 Do. 18.11.2021 (1x)

18-147 Do. 24.02.2022 (1x)

jeweils 18.30 - 20.30 Uhr

jeweils € 15,00

Alexandra Riedel-Schiffner,
Entspannungstrainerin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-150 Sa. 06.11.2021 (1x)

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

18-151 Sa. 12.02.2022 (1x)

jeweils 10.00 - 14.00 Uhr

jeweils € 24,00

Andrea Hatecke,
Meditationsbegleiterin VIA
CORDIS, Geistliche Begleiterin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-159 Fr. 17.09.2021 (1x)

18-160 Fr. 29.04.2022 (1x)

jeweils 18.00 - 21.00 Uhr

jeweils € 16,00

Verena Möller,
Aromaberaterin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-155 Do. 13.01.2022 (6x)

10.00 - 11.30 Uhr

€ 54,00

Susanne Munderloh,

Atempädagogin/Atem-
therapeutin

Atembalance

Der Atem erfrischt und belebt uns, schenkt uns Vitalität und Lebendigkeit. Oft sind es die täglichen Anforderungen, die uns „atemlos“ und eng werden lassen. Atemübungen (nach Prof. Middendorf) – verbunden mit sanften Dehnungen und Bewegungen – beruhigen unser Nervensystem, lösen Verspannungen, stärken unsere Lebenskraft und verbessern Haltung und Körpergefühl. Unsere Selbstheilungskräfte werden angeregt. Atembalance ist ein natürlicher Weg zur Harmonisierung von Körper, Seele und Geist.

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

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-157 Di. 11.01.22 (8x)

18-158 Di. 21.09.21 (8x)

18.00 - 19.30 Uhr

jeweils € 72,00

Susanne Munderloh,

Atempädagogin/Atem-
therapeutin

Achtsamkeit wie die Kinder lernen

Kinder lernen im Spielen. Sie sind ganz im gegenwärtigen Moment – mit Freude und Neugier. In einer spielerischen Atmosphäre lade ich Sie als Erwachsene ein, wieder achtsam zu werden und lebendig zu sein mit Ihren Sinnen. Mit viel Leichtigkeit lassen sich die Grundlagen der Achtsamkeit (neu) erleben: Präsent sein im Augenblick, mit einer inneren Haltung von Freundlichkeit und Wohlwollen. Geführte Meditationen, sanfte Körper- und Atemübungen unterstützen Sie dabei. Sie gewinnen Kraft und innere Ruhe, um den Alltag spielerischer zu bewältigen.

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



**ATEMSTUDIO
MUNDERLOH**

**Atem und Körperentspannung
Online - Video – Kurse**

Atemtherapeutin Susanne Munderloh • Am Mühlenkamp 2 •
21680 Stade • Info Tel. 04141/8007946 • www.susanne-munderloh.de

Emotional Detox & Selbstwirksamkeit

Schnuppersamstag

Fühlen Sie sich irgendwie ausgelaugt oder blockiert? Sind Sie manchmal traurig und wissen nicht warum? Oder brodeln in Ihnen ein Vulkan? Dann probieren Sie Emotional Detox und entgiften nicht nur Ihren Körper, sondern auch Ihren Geist. Ein Nachmittag bei dem es nur um Sie geht und wo angestaute Energien wieder ins fließen kommen können. Mit Yogaübungen, Atemtechniken, „Emotional-Freedom-Technik“, Meditationen und Entspannungsübungen haben Sie die Möglichkeit zum „Auftanken“ oder einfach „den Kopf frei räumen“. Alles darf sein, während dessen und danach, um Altes loszulassen und in positive Energien zu transformieren.

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

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.

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.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-163 Sa. 25.09.2021 (1x)

18-164 Sa. 23.04.2022 (1x)

jeweils 15.00 - 18.00 Uhr
jeweils € 26,00

Tanja Fischer,
Yogalehrerin,
S.M.P. Consultant

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-167 Do. 17.03.2022 (5x)

18.00 - 19.30 Uhr

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

18-168 Mo. 25.04.2022 (5x)

18.00 - 19.30 Uhr

jeweils € 42,30

Katrin Kordt,
NLP-Master DVNLP

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

18-190 Mi. 15.09.2021 (7x)

18-191 Mi. 24.11.2021 (7x)

18-192 Mi. 16.02.2022 (7x)

18-193 Mi. 04.05.2022 (5x)

jeweils 18.00 - 19.00 Uhr
€ 28,00 (5x), € 39,20 (7x)

Iris Kreymeyer,
Qi Gong Lehrerin, Entspannungs-
und Klangschalentherapeutin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

- 18-170 Do. 16.09.2021 (5x)
 18-171 Do. 13.01.2022 (7x)
 18-172 Do. 05.05.2022 (5x)
 jeweils 18.00 - 19.00 Uhr
 € 28,00 (5x), € 39,20 (7x)

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

- 18-173 Di. 14.09.2021 (5x)
 18-174 Di. 02.11.2021 (6x)
 18-175 Di. 11.01.2022 (5x)
 18-176 Di. 01.03.2022 (5x)
 18-177 Di. 26.04.2022 (6x)
 jeweils 17.15 - 18.15 Uhr
 € 28,00 (5x), € 33,60 (6x)

- 18-178 Di. 14.09.2021 (5x)
 18-179 Di. 02.11.2021 (6x)
 18-180 Di. 11.01.2022 (5x)
 18-181 Di. 01.03.2022 (5x)
 18-182 Di. 26.04.2022 (6x)
 jeweils 18.25 - 19.25 Uhr
 € 28,00 (5x), € 33,60 (6x)

Iris Kreymeyer,

Qi Gong Lehrerin, Entspannungstrainerin, Klangschalen-therapeutin

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

- 18-185 Di. 14.09.2021 (5x)
 18-186 Di. 02.11.2021 (6x)
 18-187 Di. 11.01.2022 (5x)
 18-188 Di. 01.03.2022 (5x)
 18-189 Di. 26.04.2022 (6x)
 jeweils 19.40 - 20.40 Uhr
 € 28,00 (5x), € 33,60 (6x)

Iris Kreymeyer,

Qi Gong Lehrerin, Entspannungstrainerin, Klangschalen-therapeutin

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.



Qi Gong für Alle

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

Gesundheit

In einem Jahr zu einem gesünderen Leben!	66
„Bleiben Sie schön gesund in der Winterzeit“	67
„Bleiben Sie schön gesund in der Sommerzeit“	67
Der Säure-Basen-Haushalt in unserem Körper	67
Basenfasten	67
Die Darmflora/ Darm gesund - Mensch gesund	68

Ernährung

„Wir backen gemeinsam Brot“	68
„Suppe wärmt die Seele“/ „Fingerfood“	69
„Das kommt uns spanisch vor“/ Koch dich fit!	69

Kreativität

Töpfern	70
Lichterketten – mit Fröbelsternen oder gefalteten Sternen	70
Große beleuchtete Häuser	70
Bascetta-Sterne/ Sterne aus Papier	71
Wintermäuse und kleine Engel	71
Kleine Schachteln für kleine Geschenke falten	71
Upcycling: gefaltete Taschen aus alten Katalogen oder Büchern	72
Einladungskarten für die Konfirmation	72

Musik

Der FABI-Chor	72
---------------	----

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Informationsabend

19-01 Fr. 03.09.2021 (1x)
18.00 - 19.30 Uhr
€ 20,00

Garnet Cohrs,
Diplom Psychologin
Katrin Kordt,
NLP-Master DVNLP

Jahreskurs

19-02 jeweils am Freitag
24.09.21, 08.10.21,
05.11.21, 19.11.21,
03.12.21, 17.12.21,
14.01.22, 04.02.22,
25.02.22, 25.03.22,
22.04.22, 20.05.22,
17.06.22, 08.07.22
jeweils 17.00 - 18.30 Uhr
€ 196,00

Katrin Kordt,
NLP-Master DVNLP

In einem Jahr zu einem gesünderen Leben! Informationsabend

Übergewicht ist in unserer Gesellschaft weit verbreitet und kann vielfältige Erkrankungen mit sich bringen. Im Laufe eines Jahres können Sie Ihrem Leben neuen Schwung verleihen, Ihren Körper wieder ausgeglichen in das optimale Gleichgewicht bringen und mit gesunder Ernährung, Bewegung und Entspannung neue Kraft gewinnen. Dabei werden Sie von einer Heilpraktikerin unterstützt und begleitet.

Der Jahreskurs beruht auf vier Säulen:

- Einbindung gesunder Ernährung in den Alltag
- Gut in die Bewegung kommen
- Kennenlernen von unterschiedlichen Entspannungstechniken, auch für Stresssituationen
- Bearbeitung von Themen, die immer wieder dazu verleiten, zu viel zu essen und die Bewegung außer Acht zu lassen.

Bitte mitbringen: Bequeme Bekleidung, Socken, Wolldecke, Schreibutensilien.

Es besteht die Möglichkeit, zusätzlich eine weitere Begleitung und Unterstützung durch eine Psychologin, zu buchen siehe: FABI Jahresprogramm s. Seite 78.

Hinweis:

Bei dem Jahreskurs handelt es sich ausschließlich um einen Kurs für Gesunde. Im Zweifelsfall empfehlen wir Ihnen eine Konsultation bei Ihrem Hausarzt.

KATRIN KORDT

HEILPRAKTIKERIN

Termine nach Vereinbarung

Telefon: 04144 / 23 33 73

www.heilpraxis-kordt.de



„Bleiben Sie schön gesund in der Winterzeit!“

Mit Hausmitteln durch das Jahr

Das Winterhalbjahr ist Erkältungszeit. In dieser Jahreszeit ist es daher besonders wichtig, dass unser Körper ein gesundes Immunsystem besitzt. Es gibt viele Möglichkeiten mit Hausmitteln unseren Körper gut durch die Erkältungszeit zu bringen.

„Bleiben Sie schön gesund in der Sommerzeit!“

Mit Hausmitteln durch das Jahr

Im Sommerhalbjahr hat unser Körper „Bedürfnisse“ und es gibt viele Möglichkeiten, die Sie selbst ergreifen können, um ihn zu unterstützen. Ob Kräuter, Ernährung, Bewegung, Atmung oder Wasser, es gibt vielfältige und kostengünstige Möglichkeiten, wie Sie Ihrem Körper zu mehr Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensfreude verhelfen können.

Der Säure-Basen-Haushalt in unserem Körper

Immer wieder liest man, gerade auch in Bezug auf Krankheit und Gesundheit, vom Säure-Basen-Haushalt. Was ist das überhaupt? Wofür ist er gut? Inwiefern kann er gestört sein? Sie erhalten Informationen und Anregungen, wie Sie selbst dafür Sorge tragen können, Ihren Säure-Basen-Haushalt im Gleichgewicht zu halten.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien.

Basenfasten

Eine Woche versorgen Sie sich nur mit basischer Kost und haben dadurch die Möglichkeit Ihren Körper von den Schlacken des Winters zu befreien. Außerdem geben Sie sich viel Zeit für sich selbst und haben so auch die Möglichkeit im seelischen Bereich das eine oder andere Thema loszulassen.

Der Informationsabend findet in Präsenzform statt und Sie erhalten alle Informationen und Unterlagen für die Fastenwoche. In der Fastenwoche treffen wir uns jeden Abend online per Zoom-Konferenz zum persönlichen Austausch, für Fragen und Antworten rund um Ihre Fastentage, Ihr Fastenerlebnis. Sie benötigen einen Laptop oder ein Smartphone.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien.

19-03 Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Mi. 03.11.2021 (1x)
19.30 - 21.00 Uhr
€ 10,00 inkl. Kopien
Katrin Kordt,
NLP-Master DVNLP

19-04 Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Mi. 16.03.2022 (1x)
19.30 - 21.00 Uhr
€ 10,00 inkl. Kopien
Katrin Kordt,
NLP-Master DVNLP

19-05 Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Fr. 18.02.2022 (1x)
18.00 - 19.30 Uhr
€ 10,00 inkl. Kopien
Katrin Kordt,
NLP-Master DVNLP

19-06 Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Informationsabend
Mi. 23.02.22
19:30 - 21:00 Uhr

Online-Treffen

28.02.22, 01.03.22, 02.03.22,
03.03.22, 04.03.22, 05.03.22,
06.03.2022
täglich 19.00 - 20.00 Uhr
€ 77,80 inkl. Kopien
Katrin Kordt,
NLP-Master DVNLP

- 19-07 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Mi. 13.10.2021 (1x)
 19.30 - 21.00 Uhr
 € 10,00 inkl. Kopien
Katrin Kordt,
 NLP-Master DVNLP

Die Darmflora – das Mikrobiom

Der Darm ist eines der größten Organe in unserem Körper und sein komplexer Aufbau, besonders das Mikrobiom ist bis heute Thema vieler Studien. Eine intakte Darmflora ist an vielen wichtigen Prozessen im gesamten Körper beteiligt und eine Vielfalt an Mikroorganismen in unserem Darm ist der beste Schutz für unseren Körper.

Dieser Abend gibt Information und Aufklärung, über die Erkenntnisse und die Aufgaben der Darmflora und wie Sie die Darmflora optimal pflegen können.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien.

- 19-08 **online**
 Do. 27.01.2022 (1x)
 18.00 - 19.45 Uhr
 € 10,50
Verena Möller,
 Aromaberaterin

Darm gesund – Mensch gesund

Der Darm ist ein sehr wichtiges Organ, das vielseitige Aufgaben im Körper übernimmt und eine entscheidende Rolle für Gesundheit und Wohlbefinden spielt. Wir sollten unserem Darm regelmäßig Gutes tun, ihn reinigen und aufbauen, denn er ist nicht nur für eine gute Verdauung da. Unser Immunsystem ist zum Beispiel zu 70-80% im Darm zuhause. Psychische Probleme können ihre Ursache im Darm haben, wenn die Körperchemie aus der Balance geraten ist. Worauf es ankommt, damit unser Darm glücklich ist und was Veränderungsprozesse in unserem Leben mit dem Darm zu tun haben, erfahren Sie in diesem Workshop. Nach dem Vortrag gibt es ausreichend Zeit für den Austausch und Fragen.

Für den Zoom Vortrag benötigen Sie nur einen Laptop / PC oder ein Smartphone. Nach der Anmeldung erhalten Sie den Zugangslink für den Zoom Vortrag.

- 19-10 **Himmelpforten,**
Porta-Coeli-Schule, Schulstr. 11
 Di. 05.10.2021 (1x)
 18.30 - 21.30 Uhr
 € 15,00
 Lebensmittelumlage wird im Kurs abgerechnet.
Inge Schmidt
 Hauswirtschaftsmeisterin

„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.

„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/innen, oder als alternative Ernährungsform - Fingerfood ist äußerst vielseitig und erfreut sich großer Beliebtheit. Vom Buffet mit den hergestellten Speisen darf dann jede/r probieren.

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 leckeres Getränk dazu gereicht.

Bitte mitbringen: Schürze, Getränke (Wasser) und Behälter für Reste.

Lebensmittelumlage wird im Kurs abgerechnet.

Koch dich fit!

Keine Zeit für gesunde Ernährung? In diesem Kurs lernen Sie, wie schnell und unkompliziert es ist, sich gesund zu ernähren. Mit dieser Ernährung werden Sie 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.

19-11

Himmelpforten,
Porta-Coeli-Schule, Schulstr. 11
Di. 09.11.2021 (1x)
18.30 - 21.30 Uhr
€ 15,00

Inge Schmidt
Hauswirtschaftsmeisterin

19-12

Himmelpforten,
Porta-Coeli-Schule, Schulstr. 11
Di. 08.02.2022 (1x)
18.30 - 21.30 Uhr
€ 15,00

Inge Schmidt
Hauswirtschaftsmeisterin

19-13

Himmelpforten,
Porta-Coeli-Schule, Schulstr. 11
Di. 08.03.2022 (1x)
18.30 - 21.30 Uhr
€ 15,00

Inge Schmidt
Hauswirtschaftsmeisterin

19-15

Stade-Bützfleth, Grund-
schule am Fleth, Obstmar-
schenweg 353
Do. 23.09.2021 (1x)
18.00 - 21.30 Uhr
€ 17,50
Birgit Vagt

Stade, BBS I, Werkraum,
Glücksstädter Straße 15

21-01 Do. 23.09.2021 (6x)

21-02 Do. 17.02.2022 (6x)

jeweils 19.00 - 21.00 Uhr

jeweils € 52,00

Marlies Meyer,

Hobbytöpferin

Andrea Wilhelmi-Czech,

Hobbytöpferin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

21-04 Mo. 25.10.2021 (1x)

19.00 - 21.15 Uhr

€ 9,00

Rosemarie Gaetcke

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

21-05 Mi. 03.11.2021 (1x)

19.00 - 21.15 Uhr

€ 9,00

Rosemarie Gaetcke

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.

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 weißem Fotokarton oder transparenter Folie werden ca. 30 cm große Häuser gebastelt. Von verschiedenen Schablonen werden die Umrisse übertragen, ausgeschnitten und zusammengeklebt und mit farbigen Stiften, Vlies oder ausgestanzten Verzierungen dekoriert. So entsteht schnell ein ganzer 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.



21-06

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Mi. 10.11.2021 (1x)

19.00 - 21.15 Uhr

€ 9,00

Rosemarie Gaetcke

Sterne aus Papier

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

21-07

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Mi. 17.11.2021 (1x)

19.00 - 21.15 Uhr

€ 9,00

Rosemarie Gaetcke

Wintermäuse und kleine Engel

Aus Styroporeiern und Strickschlauch werden ca. 6. cm große Mäuse gebastelt. 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.

21-08

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Mi. 24.11.2021 (1x)

19.00 - 21.15 Uhr

€ 9,00

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 entstehen viele verschiedene Schachteln.

Mitbringen: Materialkosten: ca. 5,00 €

21-09

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Mi. 01.12.2021 (1x)

19.00 - 21.15 Uhr

€ 9,00

Rosemarie Gaetcke

21-10 Stade, FABI, Neubourgstr. 5
 Mi. 02.02.2022 (1x)
 19.00 - 21.15 Uhr
 € 9,00
 Rosemarie Gaetcke

Upcycling: gefaltete Taschen aus alten Katalogen oder Büchern

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

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

Materialkosten: ca. 2.00 €

21-11 Stade, FABI, Neubourgstr. 5
 Mi. 23.02.2022 (1x)
 19.00 - 21.15 Uhr
 € 9,00
 Rosemarie Gaetcke

Einladungskarten für die Konfirmation

Mit Stanzern, Stempeln und Stickern werden Einladungs-, Tisch-, Menü- und Danksagungskarten gefertigt. Kreativ und individuell entstehen ganz unterschiedliche Karten.

Mitbringen: Materialkosten: ca. 2,00€ pro Einladungskarte.

21-15 Stade, Ev. Johanniskirche, Sandersweg 69
 Do. 23.09.2021 (6x)
 € 37,10 14-täglich
 21-16 Do. 13.01.2022 (12x)
 jeweils 19.00 - 20.30 Uhr
 € 74,00 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.

Online-Kurse zu Themen des Glaubens	74
Aus der Stille schöpfen – Herzensgebet	75
Innere Kinder	75
Das denkende Herz der Baracke	76
„Endlich den Kopf wieder frei kriegen!“	76
Spieleabende für Erwachsene	77
Persisch (Farsi) lernen	77
Richtig schminken	77
Mediation	77
Beratung	
Psychologische Beratung für Erwachsene, Schüler/-innen, junge Erwachsene	78

online

nach der Anmeldung erhalten
Sie den Zugangslink für die
[Online-Treffen](#)

17-01 Fr. 03.09.21 (10x)

17-02 Fr. 10.09.21 (10x)

17-03 Fr. 24.09.21 (10x)

Fr. 26.11.21 (10x)

jeweils 10.00 - 12.00 Uhr

jeweils kostenfrei

Birgit Berg,

Pastorin

**Termine ab Januar 2022
standen bei Drucklegung
noch nicht fest**

**weitere Informationen
unter
www.fabi-stade.de**

Online-Kurse zu Themen des Glaubens

Fahrkarten oder Tickets bequem buchen, sich per Mausclick 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 Hannovers.



**Kircheneintritt leicht gemacht,
unbürokratisch und niedrigschwellig.**

Rufen Sie an:

Wiedereintrittstelefon des Kirchenkreises Stade

Tel.: (0 41 41) 40 87 80

Aus der Stille schöpfen – Stilles Sitzen im Herzensgebet

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*innen als auch für Geübte.

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

17-07

Drochtersen, FABI,
Sietwender Str. 11
Mi. 27.10.2021 (4x)
19.00 - 20.30 Uhr
€ 52,80

Andrea Hatecke,
Meditationsbegleiterin VIA
CORDIS, Geistliche Begleiterin

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.

17-04

Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Sa. 02.10.2021 (1x)

17-05

Sa. 26.03.2022 (1x)
jeweils 10.00 - 17.00 Uhr
jeweils € 32,00

Dr. Heike Wilfarth,
Heilpraktikerin (psych.), Tier-
ärztin

Praxis für ganzheitliche Lösungen & Heilen Tiefenpsychologische Beratung und Therapie

System-Aufstellungen, Psycho-Kinesiologie
– für Menschen und Tiere –

Dr. Heike Wilfarth

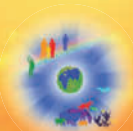
Heilpraktikerin (psych.) & Tierärztin

Seemoor 1, 21710 Engelschoff

Tel.: 0 41 44 / 23 56 48

mail@praxis-wilfarth.de

www.praxis-wilfarth.de



Stade, Kapitel 17,
Hökerstr. 17

17-09 Mo. 01.11.2021 (1x)
17-10 Mo. 07.02.2022 (1x)
jeweils 19.00 - 21.00 Uhr
jeweils € 9,00

Andrea Hatecke,
Meditationsbegleiterin VIA
CORDIS, Geistliche Begleiterin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

17-11 Fr. 11.02.22
19.30 - 21.00 Uhr
Do. 17.02.22
19.30 - 21.00 Uhr
€ 18,00

Susanne Decker-Michalek,
Diakonin und Referentin
für die Arbeit mit Frauen im
Sprengel Stade

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.

„Endlich den Kopf wieder frei kriegen!“ – Mental Load

Vielen Müttern schwirrt der Kopf von den langen ToDo-Listen, die sie sich täglich innerlich vorsagen und erledigen müssen, damit in Partner*innenschaft, Familie, Kita, Schule und Beruf alles wie am Schnürchen läuft - und sind irgendwann total erschöpft. „Mental Load“ nennt sich dieses Problem. Laura Fröhlich hat darüber ein lesenswertes Buch geschrieben, das viele partner-schaftliche Lösungsansätze anbietet. Es werden die Inhalte des Buches vorgestellt, eigene Erfahrungen ausgetauscht und neue Wege ausprobiert.



Kapitel 17



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

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

Spieleabende für Erwachsene

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

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 im Iran und in Afghanistan gesprochen. Ich möchte Sie durch verschiedene Themen dieser Indogermanischen Sprache begleiten und Sie an die persische Schrift heranzuführen.

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 streitenden 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, Ev. Gemeindehaus,
Streuheideweg 22

17-12 Mi. 22.09.2021 (4x)
18.30 - 21.00 Uhr
€ 42,40

Monika Nuxoll,
Diplom Sozialpädagogin

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

17-20 Mo. 13.09.2021 (10x)
17-21 Mo. 10.01.2022 (10x)
17-22 Mo. 25.04.2022 (10x)
jeweils 18.00 - 19.30 Uhr
jeweils € 70,00
Nasrin Fahimi

Ein Anfänger* innerkurs ist in
Planung, bitte lassen Sie sich
vormerken.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

17-14 Mi. 06.10.2021 (1x)
17-15 Mi. 09.02.2022 (1x)
jeweils 18.00 - 20.30 Uhr
jeweils € 14,50
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

- 15-01 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Terminvereinbarung über die
 FABI: info@fab-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

- 15-02 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Terminvereinbarung über die
 FABI: info@fab-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

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

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 0 41 41 - 5 29 57 34
info@praxis-cohrs.com
www.praxis-cohrs.com

Mitglied des Berufsverbands Deutscher Psychologinnen und Psychologen (BDP)
 und der Gesellschaft für Personenzentrierte Psychotherapie und Beratung e.V. (GwG)

Qualifizierung für Dauerpflegeeltern Informationsabend und Seminar	80
Informationsabend und Qualifizierung/ Anschlussqualifizierung für Kindertagespflegepersonen	81
Fortbildungen für Kindertagespflegepersonen	82
Öffentlichkeitsarbeit und Marketingstrategien	82
Förderung der Sozialkompetenz des Kindes	82
Entwicklungspsychologische Grundlagen	82
Resilienz/ Guter Umgang mit sich selbst	83
Gitarre spielen	84
Basiswissen Traumatisierung	84
Stressvermeidung- und bewältigung im Alltag	84
Jungen in der Tagespflege	84
Eingewöhnung in der Kindertagespflege	85
Erste Hilfe in Kindernotfällen	85
Nachhaltigkeit in der Kindertagespflege	85
Neue Medien in der Kindertagespflege	86
Vielfalt in der Kindertagespflege	86
Musikinstrumente aus Alltagsmaterialien	86
Meine Stimme in der Arbeit mit Kindern	87
Achtsamkeit in der Kindertagespflege	87
Kindertrauer in der Tagespflege	87
Weitere Qualifizierungen & Fortbildungen	88
Fortbildung zur DELFI®-Leitung	88
Qualifizierung zur FezS(+)-Leitung	88
Studientag – FezS-Leiterinnen	88
QuiK Einführungskurs	89
Erziehungslotsen-Fortbildung	89
Qualifizierungsmaßnahmen für pädagogische Fachkräfte der Kitas im Landkreis Stade	90

24-01 **Stade, Markus Gemeinde,
Lerchenweg 10**
Do. 02.09.2021 (1x)
19.30 - 21.30 Uhr
kostenfrei
Ines Mlodoč,
Diplom-Sozialpädagogin

24-02 **Stade, Markus Gemeinde,
Lerchenweg 10**
Do. 04.11.2021 (9x)
19.00 - 22.00 Uhr
€ 60,00 Erstattung bei Aufnahme eines Kindes
Christa Schöps,
Diplom-Sozialpädagogin
N.N.



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 04.11.2021 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 27.11.2021 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.

Informationen bei der FABI unter

Tel. (0 41 41) 79 75 7-0 oder Ihrem zuständigen Jugendamt.

Informationsabend und Qualifizierung für Kindertagespflegepersonen nach dem QHB

Die Arbeit als Kindertagespflegeperson ist eine anspruchsvolle Tätigkeit. Um diesen wachsenden Anforderungen an die Kindertagespflege gerecht zu werden, bietet die Evangelische Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e. V. in Kooperation mit den örtlichen Ämtern für Jugend und Familie eine Qualifizierung für Kindertagespflegepersonen nach dem Curriculum des „Kompetenzorientierten Qualifizierungshandbuches“ (QHB) im Umfang von 300 Unterrichtseinheiten an. Diese gliedert sich in

- eine tätigkeitsvorbereitende Phase mit 160 Unterrichtsstunden zuzüglich 80 Stunden Praktikum und 100 UE Selbstlerneinheiten

- und eine tätigkeitsbegleitende Phase mit 140 Unterrichtsstunden zuzüglich 40 UE Selbstlerneinheiten.

Nach der tätigkeitsvorbereitenden Phase besteht die Möglichkeit bereits als Tagespflegeperson zu arbeiten

Im Kurs werden Sie umfangreich auf Ihre Tätigkeit vorbereitet. Es werden digitale Lerninhalte eingesetzt.

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 2022 ist ein neuer Durchgang geplant.



LANDKREIS STADE
Stärke · Vielfalt · Zukunft



HANSESTADT
BUXTEHUDE

Stade, Pastor-Behrens-Haus,
Ritterstr. 15

Informationsabend

22-01 Mi. 10.11.2021 (1x)

19.00 - 20.00 Uhr
kostenfrei

Karin Papert

Kindertagespflege Fachbera-
tung des LK Stade

Daniela Sawitzki

Sozialpädagogin

Qualifizierung

22-02 Beginn Frühjahr 2022

19.00 - 22.00 Uhr
Eigenanteil € 150,00

Olga Dyck,

Sigrid Hoppe,

N.N.

Diplom-Sozialpädagoginnen
und weitere Kursleitungen

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

22-03 Di. 07.09.2021 (32x)

19.00 - 22.00 Uhr
€ 70,00

Olga Dyck,

Sigrid Hoppe,

Christa Schöps,

Diplom-Sozialpädagoginnen

- 23-01 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
 Sa. 05.03.22 (1x)
 09.00 - 15.30 Uhr
 € 50,00
Ulrike Bischoff,
 Coach, Supervisorin

- online**
 nach der Anmeldung erhalten
 Sie den Zugangslink
 23-02 Sa. 06.11.21, 20.11.21
 04.12.21 (3x)
 jeweils 09.00 - 15.30 Uhr
 € 50,00
Olga Dyck,
 Dipl. Sozialpäd., FezS-Leiterin

- 23-03 **Stade-Hagen, Ev. Gemein-
 dehaus, Kornstr. 2**
 Do. 03.02.22, 03.03.22,
 17.03.22, 31.03.22 (4x)
 jeweils 18.00 - 21.00 Uhr
 Sa. 12.02.22
 09.00 - 15.30 Uhr
 € 50,00
Lina Charlotte Diehl,
 Dipl.-Sozialpäd.

Fortbildungen für Kindertagespflegepersonen

Die folgenden Fortbildungen sind Sonderveranstaltungen des Jugendhilfeträgers des Landkreises Stade für Tagespflegepersonen des Landkreises sowie der Hansestadt Stade. Mit der Durchführung ist die FABI beauftragt worden. Bis auf einen Eigenanteil von 50,00 € wird die Fortbildung vom Landkreis Stade finanziert. Es ist keine zusätzliche Erstattung vom Jugendamt vorgesehen. Teilnehmende aus Buxtehude und außerhalb des Landkreises Stade zahlen die volle Kursgebühr.

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.
 Bitte mitbringen: Stift und Block.

Förderung der Sozialkompetenz des Kindes

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, wie Sie den Entwicklungsstand der Kinder fachlich einschätzen können und 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

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? Sie erfahren, 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. Mit Yoga- und Atemübungen sowie Meditation und Phantasiereisen wird das am Vormittag erworbene Wissen mit praktischen Übungen abgerundet.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Getränke.

23-06 Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Sa. 11.09.2021 (1x)
09.00 - 14.30 Uhr
€ 36,70
Kirsten Buschung
Ärztin, Yogalehrerin
Ulrike Bischoff,
Coach, Supervisorin

Guter Umgang mit sich selbst

„Nur wer mit sich selbst gut umgeht, kann auch mit anderen gut umgehen.“ Was hindert Sie daran, Ihre eigenen Wünsche und Bedürfnisse an erste Stelle zu setzen, zu genießen und einfach einmal das zu machen, wozu Sie Lust und Laune haben? Wir gehen möglichen Ursachen nach und prüfen was Ihre eigentlichen Wünsche oder Bedürfnisse sind. Ziel ist es, zu gucken, was Sie für sich gerne möchten und von welcher Bedeutung es für Sie ist, um dann eine Idee zu bekommen, wie Sie das Gewünschte umsetzen können - ohne dabei für Sie wichtige Dinge zu vernachlässigen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Getränke.

23-07 Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Mi. 22.09.2021 (1x)
19.00 - 22.00 Uhr
€ 20,00
Ulrike Bischoff,
Coach, Supervisorin



kindwärts

mit Lina Charlotte Diehl

Beratung & Weiterbildung

info@kindwaerts.de

23-08 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
für Anfänger*innen
Mo. 07.02.2022 (4x)
19.30 - 21.00 Uhr

23-09 für Fortgeschrittene
Mo. 06.09.2021 (4x)
19.30 - 21.00 Uhr
€ 40,00 inkl. Material, für
FABI-KursleiterInnen frei
Ines Krause,
Rhythmikpädagogin bwr

23-10 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Sa. 15.01.2022 (1x)
09.00 - 13.00 Uhr
€ 26,70
Kai Justin,
Dipl.-Pädagoge, Jungencoach,
Mediator, Syst. Berater

23-11 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Sa. 25.09.2021 (1x)
09.00 - 13.00 Uhr
€ 26,70
Alexandra Riedel-Schiffner,
Entspannungstrainerin

23-12 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Sa. 05.02.2022 (1x)
09.00 - 13.00 Uhr
€ 26,70
Kai Justin,
Dipl.-Pädagoge, Jungencoach,
Mediator, Syst. Berater

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).

Basiswissen Traumatisierung

Traumatisierungen haben häufig ihre Auslöser in Gefährdungen, die dem Kinderschutz unterliegen. Aber auch Unfälle, der Verlust eines geliebten Menschen oder eine radikale Trennung von einer Bezugsperson können der Grund für ein Trauma sein. Diese Fortbildung soll helfen, Belastungsstörungen bei Kindern zu erkennen und stellt geeignete Handlungsstrategien vor, die eine Retraumatisierung vermeiden helfen.

Stressvermeidung- und bewältigung im Alltag

Der Kurs informiert über die Entstehung von Stress, über Stressfaktoren und Ressourcen. Was ist positiver und negativer Stress und was sind die möglichen Reaktionen unseres Körpers darauf? Was man mit nur kleinen Auszeiten schon bewirken kann, erlernen Sie praktisch mithilfe verschiedener Entspannungstechniken. Diese kleinen Übungen sind leicht zu erlernen und lassen sich problemlos in den Alltag einbauen. Bitte mitbringen: Yoga-Matte, kleines Kissen, Decke.

Jungen in der Tagespflege – eine Herausforderung?

Jungen in ihren Bedürfnissen und in ihren manchmal herausfordernden Verhaltensweisen zu verstehen ist nicht immer leicht. Der Alltag in Familie und Kindertagespflege ist eine von Frauen geprägte Welt. Rollenbilder und Stereotype die uns von Anbeginn unseres Lebens begleiten, haben großen Einfluss auf unser Handeln. Was sind Stereotype, wie können wir uns ihres Einflusses bewusst werden? Und was sind die Ursachen für bestimmte Verhaltensweisen von Jungen?

Eingewöhnung in der Kindertagespflege

im Rahmen der Corona Zeit

Kleinkinder, welche in der Corona Zeit aufwachsen, haben weniger soziale Kontakte zu Familien mit gleichaltrigen Kindern und keine Möglichkeit andere frühkindliche Angebote zu nutzen. Wie kann die Eingewöhnung in dieser besonderen Situation dennoch gut gelingen? Welche Elterngespräche und Probleme könnten auf Sie zukommen? Welche guten Praxiswege mit wenig Aufwand können für die Eingewöhnung in der Kindertagespflege geschaffen werden?

23-13

online

nach der Anmeldung erhalten

Sie den Zugangslink

Mo. 04.10.2021 (1x)

19.00 - 21.15 Uhr

€ 15,00

Lina Charlotte Diehl,

Dipl.-Sozialpäd.

Erste Hilfe in Kindernotfällen

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

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

23-15

**Stade, DRK, Am Hofacker 14
Tor 5**

Sa. 02.10.2021 (1x)

08.00 - 16.00 Uhr

23-16

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

Sa. 18.12.2021 (1x)

09.00 - 17.00 Uhr

jeweils kostenfrei

Ulrich Neumann,

EH-Ausbilder DRK KV Stade e.V.

Nachhaltigkeit in der Kindertagespflege

Was bedeutet eigentlich Nachhaltigkeit und wie kann ich alltägliche Gewohnheiten nachhaltig verändern? Manchmal sind es 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 und Ausstattung vorgestellt. Eine 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

23-17

online

nach der Anmeldung erhalten

Sie den Zugangslink

Sa. 11.09.2021 (1x)

23-18

Sa. 26.02.2022 (1x)

10.00 - 12.30 Uhr

jeweils € 26,65

Yvonne Mayet,

Lebensberaterin

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

23-19 Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Di. 09.11.2021 (1x)
19.00 - 22.00 Uhr
€ 16,70
Michael Stüven,
Diplom Pädagoge

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. Sie erfahren 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

23-20 Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Sa. 25.09.2021 (1x)
10.00 - 14.00 Uhr
€ 20,00
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.

23-23 Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Sa. 26.03.2022 (1x)
09.00 - 13.00 Uhr
€ 36,70 zzgl. € 10,00 Material
Ines Krause,
Erzieherin mit heilpäd. Zusatzausbildung, Rhythmikpädagogin bwr

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.

23-26 Stade, FABI, Neubourgstr. 5
Fr. 18.03.2022 (1x)
19.00 - 22.00 Uhr
€ 16,70
Alexandra Riedel-Schiffner,
Entspannungstrainerin

Achtsamkeit in der Kindertagespflege

In der Ruhe liegt die Kraft.

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. Sie hilft in stressbeladenen Situationen den Geist zu beruhigen. Es werden verschiedene Achtsamkeitspraktiken vorgestellt, die im Alltag gut durchgeführt werden können.

Meine Stimme in der Arbeit mit Kindern – gesund und vielfältig

In der Arbeit mit Kindern sind die Anforderungen an die Stimme hoch: trösten, motivieren, erklären, erzählen, vorlesen, singen und 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

23-24

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Sa. 12.02.2022 (1x)

09.30 - 16.00 Uhr

€ 40,00

Kristin Kehr,
Stimm- und Präsenztrainerin,
Schauspielerin

Kindertrauer in der Tagespflege

Wann ist tot sein wieder vorbei? Das ist keine ungewöhnliche Frage eines trauernden Kindes. Und dann steht man da als Erwachsener und ringt um die Antwort. Für trauernde Kinder sind häufig die Berührungängste der Erwachsenen das größte Problem. Ich lade Sie ein, den Tod und den Umgang mit ihm aus anderen Blickwinkeln zu betrachten. Lebensfreude und Sicherheit werden die Nebenwirkungen sein.

23-27

Ev. FABI, Sietwender Str.
11, Kehdinger Bürgerhaus,
Raum 2

Mo. 01.11.2021 (1x)

19.30 - 21.00 Uhr

€ 10,00

Britta Schröder-Buttkewitz,
Sterbeamme



Naturheilpraxis

Britta Schröder-Buttkewitz

Heilpraktikerin • Sterbeamme • Dozentin

Am Sportplatz 11 | 21706 Drochtersen

Telefon: 04143 / 99 99 74

info@heilpraxis-buttkewitz.de

www.heilpraxis-buttkewitz.de

- 26-01 **Stade, FABI, Neubourgstr. 5**
Termine auf Anfrage
€ 850,00
Christina Heistermann,
Diplom Oecotrophologin
Susann Bontrup,
Erziehungswissenschaftlerin
M.A.

- 26-02 **Stade, Gründeicher Str. 1b,
ALVI - Haus der Begegnung**
Sa. 30.04.22, 14.05.22,
18.06.22 (3x)
jeweils 09.00 - 17.00 Uhr
€ 300,00
Susanne Kühn,
Diplom Pädagogin
Koordination:
Sinem Uslu-Uzun,
Frühpädagogin (BA), Kind-
heitspädagogin



- 26-03 **Stade, Gründeicher Str. 1b,
ALVI - Haus der Begegnung**
Sa. 26.03.2022 (1x)
09.30 - 15.30 Uhr
€ 100,00 / für FezS-Leiterinnen
kostenfrei
Susanne Kühn,
Diplom Pädagogin

Weitere Qualifizierung & Fortbildung

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

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 Sprachbildungs- 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

Studententag – FezS-Leiterinnen

Auf dem jährlichen verpflichtenden Studententag für FezS-Gruppenleiterinnen geht es um stärkenden Erfahrungsaustausch und Vertiefung der inhaltlichen Aspekte der Arbeit mit mehrsprachigen Familien. Folgende Themen werden bearbeitet:

- Heranführung der Eltern und Kinder an die deutsche Sprache und das deutsche Bildungssystem
- Gute und motivierende Kernaktivitäten für die Gruppenstunde
- Reflexion der Arbeit mit den Müttern

QuiK Einführungskurs für Zusatzkräfte in Kindertagesstätten

Im Rahmen der Richtlinien über die Gewährung von Zuwendungen zur Verbesserung der Qualität in Kindertagesstätten (QuiK) Dieser Kurs richtet sich an Personen ohne pädagogische Grundqualifikation, die als Zusatzkräfte in Kindergartengruppen oder gruppenübergreifend in Kindertagesstätten tätig werden.

Themen sind:

- Rollenverständnis
- Rechtliche Rahmenbedingungen
- Entwicklungs- und Bildungsprozesse der Kinder begleiten
- Vielfalt der Lebenswelt der Kinder begreifen
- Beziehung zum Kind aufbauen und gestalten
- Bildungsprozesse planen, durchführen und reflektieren
- Erziehungspartnerschaft entwickeln.

Der Kurs umfasst 160 Unterrichtseinheiten und wird tätigkeitsbegleitend durchgeführt.

Im Auftrag des Landkreises Stade

Familienlotsen* innen/ Erziehungslotsen* innen-Fortbildung

Familienlotsen*innen 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 *innen begleiten die Familien ehrenamtlich und zeitlich begrenzt bis zu drei Stunden wöchentlich und maximal bis zu einem Jahr.

Die Arbeit von Familienlotsen*innen/ Erziehungslotsen*innen wird gefördert von den Samtgemeinden Horneburg und Lühe und den Gemeinden Drochtersen, Nordkehdingen und Jork sowie dem Niedersächsischen Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung.

26-05

Stade, Markus Gemeinde, Lerchenweg 10

Do. 09.09.2021 (18)

08.30 - 15.30 Uhr

kostenfrei

Annette Knauer,
Systemischer Coach, M.A.
HRM, Dipl.-Sozialpädagogin,
Diakonin
und weitere Referent*innen

Koordination:

Sonja Mäder
Diplom-Pädagogin, Supervisorin DGSv



LANDKREIS STADE
Stärke · Vielfalt · Zukunft



26-06

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Termin stand beim Druck noch nicht fest

Informationen unter
www.fabi-stade.de
kostenfrei

Daniela Sawitzki,
Sozialpädagogin
Astrid Bergmann,
Dipl.-Sozialpädagogin



**Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung**

Koordination:

Astrid Rehahn-Buck

Dipl.-Sozialpädagogin

nifbe Niedersächsisches Institut
für frühkindliche Bildung und Entwicklung
Regionalnetzwerk
NordOst

Koordination:

Sonja Mäder

Diplom-Pädagogin,

Supervisorin DGSV

Fortbildungen in Kindertageseinrichtungen

In Kooperation mit dem Niedersächsischen Institut für frühkindliche Bildung und Entwicklung – Regionalnetzwerk NordOst führt die 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“

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 durch.

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.

Mit Musik Kinder in der Krippe und deren Weg zur Sprache begleiten

28-01 Stade, Ev. Johanniskirche,
Sandersweg 69
Do. 02.09.2021,
Sa. 10.10.2021 (2x)
jeweils 08.00 - 12.00 Uhr
Stephanie Mülder
Musiktherapeutin

Folgende Qualifizierungsmaßnahmen finden
im DRK Stade, Am Hofacker 14, Tor 5, statt.

Frühe mathematische Erfahrungen im Kindergarten unter sprachbildenden und sprachfördernden Aspekten begleiten

28-02 Mo. 13.09.2021 (1x)
08.30 - 15.30 Uhr
Veronika Greipl,
Frühpädagogin (B.A.),
Erzieherin, Trauerbegleiterin,
Kita-Fachberaterin

Wertschätzende Gesprächsführung mit Eltern

28-03 Mi. 15.09.2021 (1x)
28-04 Di. 15.02.2022 (1x)
jeweils 09.00 - 15.30 Uhr
Susann Bontrup,
Erziehungswissenschaftlerin
M.A.

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

28-05 Fr. 15.10.2021 (1x)
28-06 Do. 07.04.2022 (1x)
jeweils 08.00 - 14.30 Uhr
jeweils kostenfrei
Gönke Lengsfeld,
Psychologie, B.Sc.

Beziehungsweise Sprache Beziehung, Sprache & Spiel und die Zusammenhänge

28-07 Di. 09.11.2021 (1x)
09.00 - 13.00 Uhr
kostenfrei
Lina Charlotte Diehl,
Dipl.-Sozialpäd.

- 28-08 Di. 07.12.2021 (1x)
09.00 - 13.00 Uhr
Lina Charlotte Diehl,
Dipl.-Sozialpäd.
- 28-09 Di. 30.11.2021 (1x)
28-10 Di. 01.02.2022 (1x)
jeweils 09.00 - 15.00 Uhr
Katja Drechsler,
Krankenschwester, M. A.
Islamwissenschaft
- 28-11 Mi. 19.01.22 (2x)
Mi. 16.03.22
jeweils 08.00 - 12.00 Uhr
Stephanie Mülder,
Musiktherapeutin
- 28-12 Mo. 24.01.2022 (1x)
08.30 - 15.30 Uhr
Veronika Greipl,
Frühpädagogin (B.A.),
Erzieherin, Trauerbegleiterin,
Kita-Fachberaterin

Folgende Qualifizierungsmaßnahmen finden
im DRK Stadel, Am Hofacker 14, Tor 5, statt.

Raus mit der Sprache

alltagsintegrierte Sprachförderung

Sprachlosigkeit überwinden-

Kommunikation mit Eltern mit geringen Deutschkenntnissen und mangelnden Lesefähigkeiten

Deutsch als Zweitsprache

Wie kann der Einsatz von Musik, Liedern und Rhythmik das Erlernen der deutschen Sprache unterstützen?

Wachsen, träumen, Fragen stellen

Alltagsintegriertes Philosophieren mit Kindergartenkindern

„Die Eindrücke der Kindheit wurzeln am tiefsten“ (Franz) (Franzos)

Im Dialog mit Vorschulkindern BNE entdecken

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

Einrichtungen & Projekte

Pflegefamilienberatung	94
„Hallo Du“: Schulpatenschaft	94
Familienservicebüros	95
wellcome	96
Erziehungslotsen	96
Kurse der Ev. Erwachsenenbildung	97
Bildung auf Bestellung	100

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!

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 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
Sozialpädagogin
Tel. 0151-517 33 045

oder Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e.V.

Tel. (04141) 79 75 7-0.

**Familienservicebüro
Lühe**

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

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. 38)
- „Im Gespräch“: Eine Veranstaltungsreihe für Eltern (s.S. 34 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

Familien SERVICEBÜRO

Astrid Bergmann, Dipl.-Sozpäd.
bergmann@fabi-stade.de

Horneburg - Mehrgenerationenhaus, Lange Str. 38,
1., 2. und 4. Freitag im Monat
09.00-12.30 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, Sozialpädagogin
sawitzki@fabi-stade.de

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 - 12:00 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

Nach Absprache:
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



**Niedersächsisches Ministerium
 für Soziales, Gesundheit
 und Gleichstellung**

wellcome

praktische Hilfe für Familien nach der Geburt

Trotz aller Freude über das Neugeborene sind die ersten Wochen nach der Geburt nicht immer einfach. Gut, wenn Familie oder Freunde in den ersten Wochen unterstützen können. Wer keine Hilfe hat, bekommt sie von uns! Wie ein guter Engel kommt die ehrenamtliche MitarbeiterIn zwei bis drei Stunden in der Woche 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.

Familien-/ Erziehungslotsen*innen

Familien-/ Erziehungslotsen*innen 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 und helfen beim Aufbau eines stützenden, sozialen Netzwerks. Familien-/ Erziehungslotsen*innen 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 Familien-/ Erziehungslotsen*innen wird gefördert von den Samtgemeinden Horneburg und Lühde und den Gemeinden Drochtersen, Nordkehdingen und Jork sowie dem Niedersächsischen Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung.

Familienleben mit kleinen Kindern Elternbegleitseminar

Frühkindliche Bildung in Eltern-Kind- Gruppen

für Kinder von 1 bis 3 Jahren

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

Gebühr € 53,10
(12x) 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

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

Großenwörden | Ev. Gemeindehaus,
Dorfstr. 19
Tina Deters | Do. 09.00 - 10.30 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
Anja Vehse, Mi. 09.15 - 10.45 Uhr
Anik Heidemann, Do. 15.30-17.00 Uhr
N.N., Do. 09:30-11:00 Uhr



Kurse in pädagogischer Verantwortung der Evangelischen Erwachsenenbildung Niedersachsen – Landeseinrichtung –

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

Hatha Yoga

der Weg zu einer erfüllten und ausgeglichenen Lebensweise

Die Praxis des Hatha-Yoga bewirkt ein größeres Bewusstsein für den eigenen Körper, erhöht Ihre Entspannungsfähigkeit und eröffnet Ihnen damit einen unmittelbaren Zugang zu Ihren Ressourcen. Der Kurs ist auf die Bedürfnisse des Menschen in der heutigen Zeit ausgerichtet. Die Körperhaltungen und Bewegungsabläufe tragen zur Kräftigung, Flexibilisierung und Entspannung des Körpers bei. Die gesundheitsfördernde Wirkung wird für Sie durch individuelle Anpassung und gezielte Hilfestellung im Unterricht erfahrbar.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke.

Bezuschussung durch die Krankenkassen möglich.



Stade, IGS, Turnraum, Bremervörder Str. 76

18-65 Mo. 06.09.2021 (12x)
18-67 Mo. 10.01.2022 (12x)
18-69 Mo. 25.04.2022 (10x)
18.00 - 19.30 Uhr

18-66 Mo. 06.09.2021 (12x)
18-68 Mo. 10.01.2022 (12x)
18-70 Mo. 25.04.2022 (10x)
19.45 - 21.15 Uhr

18-71 Di. 07.09.2021 (12x)
18-73 Di. 11.01.2022 (12x)
18-75 Di. 26.04.2022 (10x)
18.00 - 19.30 Uhr

18-72 Di. 07.09.2021 (12x)
18-74 Di. 11.01.2022 (12x)
18-76 Di. 26.04.2022 (10x)
19.45 - 21.15 Uhr
€ 70,40 (10x), € 84,50 (12x)
Astrid Gräntzdörffer,
Yogalehrerin, Heilpraktikerin
für Psychotherapie

Stade, IGS, Turnraum, Bremervörder Str. 76

18-77 Do. 09.09.2021 (10x)
18-78 Do. 13.01.2022 (10x)
18-79 Do. 21.04.2022 (10x)
jeweils 20.00 - 21.30 Uhr
jeweils € 70,40

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

Stade-Bützfleth, Ev. Gemeindehaus "Diele", Obstmarschenweg 343

18-80 Di. 14.09.2021 (10x)
18-81 Di. 11.01.2022 (10x)
18-83 Di. 26.04.2022 (10x)
jeweils 18.15 - 19.45 Uhr
jeweils € 70,40

Verena Tripmaker,
Yoga-Übungsleiterin



Kundalini Yoga

für Teilnehmende 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.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Doz.: Christiane König-Bruhns, Kundaliniyogalehrerin

18-88 Di. 07.09.2021 (11x)

18-89 Di. 18.01.2022 (10x)

18-90 Di. 26.04.2022 (11x)

jeweils 19.45 - 21.15 Uhr

€ 78,00 (10x), € 85,80 (11x)



Multi Style Yoga

für Teilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse(n)

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

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Doz.: Silke Noormann, Yogalehrerin, Breathwalk Instructor

18-133 Mo. 06.09.2021 (12x)

18-135 Mo. 17.01.2022 (10x)

18-137 Mo. 02.05.2022 (9x)

jeweils 18.00 - 19.30 Uhr

€ 70,20 (9x), € 78,00 (10x), € 93,60 (12)

18-134 Mo. 06.09.2021 (12x)

18-136 Mo. 17.01.2022 (10x)

18-138 Mo. 02.05.2022 (9x)

jeweils 19.45 - 21.15 Uhr



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*innen und Fortgeschrittene. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, warme Socken und Getränk.

Stade, FABI, Neubourgstr. 5

Doz.: Tanja Fischer, Yogalehrerin, S.M.P. Consultant

18-105 Di. 07.09.2021 (12x)

18-106 Di. 26.04.2022 (9x)

18-107 Di. 11.01.2022 (12x)

jeweils 11.15 - 12.45 Uhr

€ 63,40 (9x), € 84,50 (12x)

18-108 Di. 07.09.2021 (12x)

18-109 Di. 11.01.2022 (12x)

18-110 Di. 26.04.2022 (9x)

jeweils 18.00 - 19.30 Uhr

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@fab-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 Zusammen- arbeit

- 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
- Ladies Circle Stade.

Fotos in diesem Programmheft von:

Peter Mlodoch, Martin Elsen, Fotolia, dreamstime, adpic, Mac-De Photo & Design Derk Machlitt und FABI-Kursleitungen.

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

Leitbild der Evangelischen Familien-Bildungsstätten in Niedersachsen

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

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

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

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

Bürozeiten

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

Schulferien

Herbst
 18.10.2020 - 29.10.2021

Weihnachten

23.12.2021 - 07.01.2022

Winter

31.01.2022 - 01.02.2022

Ostern

04.04.2021 - 19.04.2022

Tag nach Christi Himmelfahrt
 27.05.2022

Tag nach Pfingsten
 07.06.2022

Sommer

14.07.2022 - 24.08.2022

**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@fab-stade.de, Homepage: www.fabi-stade.de

Geschäftsstelle 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:

Daniela Sawitzki, Sozialpädagogin
Sinem Uzlu-Uzum, Frühpädagogin B.A.

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, Sozialpädagogin

Pflegefamilienberatung:

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

Koordination welcome:

Astrid Rehahn-Buck, Diplom-Sozialpädagogin

Koordination Familienlotsen*innen/ Erziehungslotsen*innen:

Astrid Bergmann, Diplom-Sozialpädagogin

Koordination QuiK:

Sonja Mäder, Diplom-Pädagogin, Supervisorin DGSv, Coach

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: NOLADE21STK**

Bei unregelmäßiger Teilnahme oder vorzeitigem Ausscheiden kann **keine** Erstattung gewährt werden. Die Gebühren werden zurückgezahlt, wenn Kurse ausfallen. Sollten Sie an der Kursteilnahme verhindert sein (aus welchen Gründen auch immer), gelten für den Rücktritt folgende Bedingungen:

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

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

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

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

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

Teilnahme-
gebühren

Abmeldung

Ermäßigung

Allgemeines

Datenschutz

Wir über uns

Die Evangelische Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e.V. FABl 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.

Die Fabi ist zertifiziert mit dem „Gütesiegel für Qualifizierungsmaßnahmen in der frühkindlichen Bildung in Niedersachsen“ und dem „Qualitätszertifikat nach QVB“-Qualitätsentwicklung im Verbund.

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. FABl ist ein eingetragener gemeinnütziger mildtätiger Verein, dessen Mitglieder es sich zur Aufgabe gemacht haben, die Arbeit der FABl 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 welcome 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!





Erleben Sie Erholung, Sport & Freizeit



Nähere Informationen finden Sie
unter **www.solemio-stade.de**:



Durchblick deine Finanzen.



Unsere digitalen Banking-Funktionen helfen, den finanziellen Überblick zu behalten.
Jetzt freischalten lassen!

Kreissparkasse Stade
Sparkasse Stade-Altes Land



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

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



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.**

Buhrfeind

Stader Gehwegreinigung GmbH

zuverlässig seit 1976

Am Bullenhof 44 · 21680 Stade

Telefon: 04141-82048

www.buhrfeind.de · info@buhrfeind.de