# Ev. Familienzentrum St. Elisabeth

# Ev. Familienzentrum St. Elisabeth
# Programm 2. Halbjahr 2023

**Die Angebotspalette ist stetig Veränderungen unterworfen. Informieren Sie sich bitte auch über die Homepage.**

## Beratungs- und Informationsangebote


| | |
|---|---|
| Mutter-Kind-Kur -Informationen | 3 |
| fff-Elterncafé: *Eltern sprechen über Erziehung* | 3 |
| Themenabend: Elterngeld | 4 |
| fff-Themenabende | 4 |
| Frau & Beruf Coaching und Beratung | 4 |
| Integrierte Beratungsstelle des Diakonischen Werkes | 5 |
| Rentenberatung | 5 |


## Angebote für Männer


| | |
|---|---|
| Väter erziehen anders – Aber wie? [3 Online- Abende ] | 6 |
| Vätersein und Paar sein! Was gehört in die Beziehungskiste | 6-7 |
| Jahres-Männer-Gruppe | 7 |


## Angebote der Familienbildungsstätte für Eltern


| | |
|---|---|
| Auszug aus dem Kursangebot | 8 |


## Offene Treffen


| | |
|---|---|
| Kontaktreff für Schwangere, frischgebackene Eltern und zugezogene Eltern | 9 |
| Spielenachmittag für Familien mit Kindern ab 4 Jahren | 9 |
| Walk & Talk | 9 |
| Kreativ-Café | 10 |
| Spieleabend | 10 |


## Besondere Angebote


| | |
|---|---|
| Mama lernt Deutsch | 10 |
| Leseabend | 10 |
| Tauschinsel | 11 |


## Flohmärkte


| | |
|---|---|
| Frauenflohmarkt | 11 |
| Flohmarkt Mäusetruhe | 12 |

# Beratungs- und Informationsangebote

**Mutter - / Vater - Kind-Kur - Informationen**

**Bei Fragen:**
04151 – 89 24 25 oder familienzentrum@kirche-schwarzenbek.de

Der Druck, unter dem Eltern heutzutage stehen, ist groß: Haushalt organisieren, sich um ein oder mehrere Kinder kümmern, vielleicht Probleme in der Partnerschaft, in der Schule, finanzielle Probleme, aber im Job stets einsatzbereit sein – wenn dann auch noch eine Krankheit oder ein Pflegefall in der Familie dazu kommt, macht der enorme Druck nicht selten krank.
Eltern, also sowohl Mütter als auch Väter, haben einen Rechtsanspruch auf eine Vorsorge-Kur. Während einer Mutter-Kind-Kur lernen Mütter oder Väter Grenzen zu setzen, Kraftreserven zu mobilisieren und Alltagsmuster langfristig zu ändern.

Doch wer hat Anspruch auf eine Kur? Was ist bei der Antragsstellung zu beachten? Diese und andere Fragen können Sie im Familienzentrum geklärt bekommen.

**fff-Elterncafé plus - Eltern sprechen über Erziehung**

Freitag, jeweils 8.30 – 10.30 Uhr

12.09.2023 Übergang vom Kindergarten in die Schule
10.10.2023 Was Kinder stark macht
14.11.2023 Wilde Kinder, schüchterne Kinder, wer braucht was?
12.12.2023 Fest und Rituale mit Kindern gestalten

**Leitung:** Petra Cosmilla

Informationen und Anmeldung über www.fbs-schwarzenbek-lauenburg.de

Einmal im Monat an einem Freitag findet im Ev. Familienzentrum St. Elisabeth (Verbrüderungsring 41) das offene und kostenfreie fff- Elterncafé plus: „Eltern sprechen über Erziehung“ statt. Im Familienzentrum sitzen Mütter, Väter, Großeltern, Pflegeeltern gemütlich zusammen und tauschen sich über viele unterschiedliche Themen und Erziehungsfragen aus — Jeder Tag steht unter einem bestimmten Thema.
Parallel dazu besteht die Möglichkeit, sich bei Petra Cosmilla, Sozialpädagogin, Pflegemutter und fff-Kursleiterin fachliche Unterstützung oder einen kleinen "Tipp" in speziellen Erziehungsfragen zu holen.

**Thementag: Elterngeld & mehr - digital**

Mittwoch,13.09.2023
9 – 11 Uhr

**Referentin:** Ariane Hesse

**Anmeldung** per Email an
familienzentrum@kirche-schwarzenbek.de

Die Referentin Ariane Hesse gibt Informationen zu Elternzeit und Elterngeld, zur Antragstellung, zu benötigten Unterlagen und zum finanziellen Umfang der Leistungen. Mit der Anmeldung erhalten Sie den Zugangslink für diese Veranstaltung

**fff-Themenvortrag in digitaler Form 2023**

- Die Wutzwerge sind los, Samstag, 18.11, 9.30 Uhr
- Geschwister, Samstag, 07.10, 9.30 Uhr
- Schlaf gut, Baby!, Mittwoch 11.10. & 29.11, 19 Uhr
- Beikost, Dienstag 12.09, 19.30 Uhr
- Abschied von der Windel, Samstag 0.11, 9.30 Uhr
- Kommunikation und verständisvolles Zuhören, Donnerstag, 05.10, 19.30 Uhr
- Was Kinder stark macht, Donnerstag, 23.11, 19.30 Uhr

Informationen und Anmeldung über www.fbs-schwarzenbek-lauenburg.de

**Meine Zukunft gestalte ich –**
**Berufliches Coaching für Frauen und Schülerinnen**

Do. 28.09. / Do. 26.10. / Di. 28.11
jeweils 9 - 16Uhr

**Beraterin:** Felicia Steding

**Anmeldung**
Tel. 04542 - 8568868 / Mobil unter: 0170 - 3007794
felicia.steding@faw.de

Suchen Sie als Frau Antwort auf die Frage, wie Sie Ihre Fähigkeiten und Neigungen beruflich einsetzen können? Wie die Entwicklungschancen in Ihrem Beruf aussehen? Oder welche Erwerbsmöglichkeiten Sie als Frau mit Familie haben?

Felicia Steding von FRAU&BERUF berät Sie gerne individuell, zielorientiert und kostenfrei zu den Themen Berufliche Neuorientierung, Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Flexible Arbeitszeitgestaltung, Teilzeitausbildung, Potenzialanalyse und zu Berufsfeldern der Zukunft. Weitere Angebote finden Sie auf der Homepage des Familienzentrums.

## Integrierte Beratungsstelle des Diakonischen Werkes Herzogtum Lauenburg

Das Evangelische Familienzentrum St. Elisabeth möchte Menschen, die Rat und Unterstützung zu Fragen rund um Familie und Erziehung sowie Schwangerschaft und Schwangerschaftskonflikt suchen, auf das Angebot der Integrierten Beratungsstelle hinweisen.

Familienzentrum und Beratungsstelle verstehen sich als enge Kooperationspartner, die gemeinsam die Lebenssituation der Menschen in und um Schwarzenbek in den Blick nehmen und sich um geeignete Angebote bemühen.

Die integrierte Beratungsstelle des Diakonischen Werkes bietet am Ernst-Barlach-Platz 9 (Haus der Kirche) in 21493 Schwarzenbek. Sie erreichen uns telefonisch unter 04151-5165.

- Erziehungs- und Familienberatung
- Kinderschutzberatung
- Partnerschafts-, Trennungs- und Scheidungsberatung
- Lebensberatung
- Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung gem. §§ 218/219 StGB
- Beratung in Fragen von Sexualaufklärung, Verhütung und Familienplanung
- Beantragung von Mitteln der Bundesstiftung „Mutter und Kind“

Eingeladen sind Menschen (Erwachsene, Jugendliche und Kinder), die nach Auswegen in schwierigen Lebenssituationen suchen, Unterstützung und Hilfe in Krisensituation wünschen, in ihrem Leben etwas verändern wollen.

Sie werden ausschließlich von qualifizierten Fachkräften beraten.
Die Mitarbeitenden unterliegen einer strengen Schweigepflicht.
Sie sind durch ein Gespräch bei uns zu gar nichts verpflichtet.

Lediglich Erwachsene ohne Kinder oder mit erwachsenen Kindern zahlen einen Anteil nach eigener Einschätzung.

In den Räumen der Integrierten Beratungsstelle gibt es ein Angebot der **Schuldnerberatung des Diakonischen Werkes Herzogtum Lauenburg**.
Diese erreichen Sie zur Terminvereinbarung telefonisch unter 04152-72977.

Mehr Informationen zum Diakonischen Werk Herzogtum Lauenburg unter www.diakonie-rz.de.

**Rentenberatung**

Jeden 2. Mittwoch im Monat , 14 - 17 Uhr
nur mit telefonischer Anmeldung
**Berater:** Harald Hofmann

**Terminabsprachen:**
über die Koordinatorin des Ev. Familienzentrum

# Angebote für Männer

**Väter erziehen anders – Aber wie?**
*Was in der Beziehung zu Kindern zählt und lange wirkt*
*- Eine 3-teilige digitale Veranstaltungsreihe für Väter*

Mittwoch.
1.11 / 8.11. / 15.11.2023
19.30 Uhr
**Leitung:** Henning Ernst, Männerforum der Ev. Nordkirche

**Anmeldung** per Email an
familienzentrum@kirche-schwarzenbek.de

**Teilnehmergebühr: 30,-€**
Den Online Zugangscode und weitere Informationen erhalten Sie bei der Anmeldung.

Väter sollen vieles im Familienleben wie selbstverständlich unter einen Hut bringen. Was dabei so alles passieren kann und welche Erfahrungen es dazu gibt, darüber unterhalten sich Männer viel zu selten. Dabei hilft es sehr, einmal nur unter sich zu bleiben und über die Wünsche und die eigenen Kinder zu sprechen.

**Fragestellungen an diesen Abenden**

- „Wo sind Vorbilder?“;
- „Anders & unersetzbar: die Vaterrolle“
- „Erziehung, die beide verändert“

Die Gruppe gibt wertvolle Anstöße, und die Väter wachsen in ihrer Selbstsicherheit im Umgang mit ihren Kindern und im Umgang mit Ihrer Partnerschaft.

**Vätersein und Paar sein?!**
*Was wir für eine tragfähigePartnerschaft brauchen*
*- Eine 3-teilige digitale Veranstaltungsreihe für Väter*

Montag, 29.01.2024 +
Mittwoch, 7.02 / 14.02.2024,
19.30 Uhr
**Leitung:** Henning Ernst, Männerforum der Ev. Nordkirche

**Anmeldung** per Email an
familienzentrum@kirche-schwarzenbek.de

**Teilnehmergebühr: 30,-€**
Den Online Zugangscode und weitere Informationen erhalten Sie bei der Anmeldung.

Der Familie geht es gut, wenn es den Eltern gut geht. Doch je stärker Paare aufeinander angewiesen sind, desto größer werden die Konfliktfelder. Wenn wir es aber schaffen, konstruktiv mit einem Konflikt umzugehen, spiegelt sich das auch im Sozialverhalten der Kinder wider. Konstruktiv ist ein Streit, wenn beide Seiten um

eine Lösung ringen und das Gefühl haben, gesehen und respektiert zu werden. Nicht konstruktiv wird es, wenn die übliche Paardynamik überwiegt und alte Prägungen oder Wunden – oft unbewusst – ins Spiel kommen. Es geht dann immer wieder ums Recht haben und um die Schuld. Wir verletzen uns gegenseitig, und unbemerkt holt einen die Vergangenheit ein.

Die Partnerschaft verändert sich deutlich mit Kindern im Bunde und sie muss anders gepflegt und belebt werden. Das Problem sind dabei nicht die Kinder; sie werden die gemeinsamen Erfahrungen eher vertiefen. Die neuen Herausforderungen aber führen oft zu Rissen in der Zweisamkeit. Die große Zahl der Trennungen ist ein Beleg dafür.

Dieser Kurs bietet humorvolle Übungen und Anregungen für die notwendige Achtsamkeit füreinander. Er will dazu beitragen, Neues in der Partnerschaft zu entdecken. Die Väter haben Raum für ihre Fragen und bekommen Handwerkszeug für eine gute tragfähige Beziehungskiste.

**Fragestellungen an diesen Abenden**

- „Nähe braucht Distanz“
- „Zusammenhalten durch Konflikte“
- „Freundschaft und Liebe ist auch Übungssache!“

**Jahresgruppe für Männer**
Von der unbedingten Anwesenheitspflicht im eigenen Leben

Freitag, ca. 1x monatlich nach Absprache
19.30 Uhr
**Leitung:** Henning Ernst, Männerforum der Ev. Nordkirche

**Anmeldung und Informationen**
familienzentrum@kirche-schwarzenbek.de

*Damit das Mögliche entsteht, muss immer wieder das Unmögliche versucht werden. (Herman Hesse)*

Die zweite Lebenshälfte hat es in sich. Dort entscheidet sich, ob und wie die Früchte unseres Daseins reif werden. Wir werden Bestehendes in Frage stellen, um auf neue oder vergessene Wege zu gelangen. Befinde ich mich in einem körperlich-seelischem Gleichgewicht – was müsste ich loslassen und worauf zugehen?

Wir arbeiten dazu an unseren Bindungen, Altlasten, Glaubenssätzen, Ressourcen und Visionen. Aber wir werden älter und die Kräfte lassen nach. Deshalb wird es spannend, denn die zweite Halbzeit entscheidet: Uns in die zweite Lebenshälfte zu begleiten, ist eine Aufgabe der Religionen; und diesen spirituellen Übungsweg wollen wir betreten.

In der Jahresgruppe wird man nicht bewertet aber wert geschätzt. Es entsteht ein Gefühl von „You’ll never walk alone!“ Es kommen Gaben und Bedürfnisse zum Vorschein, und wer sie entdeckt und ausspricht, kann Entscheidungen treffen, die nachhaltig sind und glücklich machen! Eingeladen sind alle, die „nachreifen“ wollen. Erfahrungsgemäß wird dabei nicht nur geredet, sondern auch herzhaft gelacht.

# Angebote der Familienbildungsstätte für Eltern

Die **Evangelische Familienbildungsstätte (FBS)**, die Teil des Familienzentrums ist, bietet eine große Vielzahl an Kursen an. **Weitere Kurse, Informationen und Anmeldung über www.fbs-schwarzenbek-lauenburg.de**

**… Eltern werden**

- Yoga mit Babybauch
- Geburtsvorbereitung für Frauen
- Baby-Handling & Co

**… Eltern sein**

- Rückbildungsgymnastik
- Yoga
- Nordic Walking mit Baby
- Fitdankbaby – outdoor für Kinder im Kinderwagen
- Erste Hilfe am Kind für Eltern und Großeltern
- DELFI ® ist eine Entwicklungsbegleitung für das erste Lebensjahr. Es gibt Kurse passend für jeden Geburtsmonat.
- Babymassage für Mütter & Väter und Babymassage nur für Väter
- Miniclub an verschiedenen Wochentagen
- Krabbel-Käfer für Babys mit ihren Eltern
- Klangstrolche
- Kleine Entdecker (Eltern und Kinder ab 1. Jahr)
- Gemeinsam spielen, gemeinsam lernen – für Kinder ohne Kita-Platz, mit Sprachmittlerin
- Maxiclub (für Eltern und Kinder ab 2. Jahr)

Von Kursen für Eltern und Babys ab der 10. Lebenswoche über gesundheitsfördernde Angebote, Kreativ- und Aktivkurse, Angebote für Menschen ab der Lebensmitte bis hin zu Bildungsangeboten für Fachkräfte und Interessierte gibt es viele Möglichkeiten, sich zu bilden und zu begegnen. Stöbern Sie auf der Seite www.fbs-schwarzenbek-lauenburg.de oder schnappen Sie sich das neue Programm.

# Offene Treffen

**Kontakttreff**
*für Schwangere, frischgebackene Eltern*
*und zugezogene Eltern*

Jeden 3. Mittwoch im Monat,
9.30 – 11 Uhr
**Leitung:** Jasmin Schmidt

**Anmeldung** telefonisch 04151 – 89 24 25 oder per Email an
familienzentrum@kirche-schwarzenbek.de

Hier können Sie ganz unverbindlich und ungezwungen erste Kontakte mit anderen Eltern knüpfen und sich austauschen.
Sie erhalten u.a. Informationen zu Elterncafés, zum Kita Anmeldeverfahren in der Stadt, Kursen für Eltern mit Babys und Angeboten zur Entlastung des Familienalltags in Schwarzenbek.

**Spielenachmittag**
*für Geflüchtete, Familien mit Migrationshintergrund,*
*aber vor allem für alle Väter, Mütter, Großeltern …*
*mit Kindern ab 4 Jahren*

Jeden Mittwoch
15.30 – 17 Uhr
**Leitung:** Kathleen Möller & Jasmin Schmidt

**Anmeldung** telefonisch 04151 – 89 24 25 oder per Email an
familienzentrum@kirche-schwarzenbek.de

Wir wollen Spaß haben, gemeinsame Zeit mit den Kindern verbringen und neue Spiele - auch Aktivspiele für draußen - kennen lernen.
Auch Kontakte zu anderen Familien und Kindern werden dabei spielerisch geknüpft.

**Walk & Talk**
Bewegung & Austausch für Jung und Alt

dienstags, 11.30 Uhr /Treffpunkt ist das Familienzentrum
Einzeltermine nach Absprache
**Leitung:** Jasmin Schmidt

**Anmeldung** unter 04151 – 89 24 25 oder per Email an
familienzentrum@kirche-schwarzenbek.de

Einfach mal aussprechen, was Sie bewegt oder was Ihnen auf dem Herzen liegt.
An der frischen Luft umgeben von Natur bringt das Sortieren der Gedanken bei Bewegung viel mehr Spaß und wirkt zusätzlich entspannend.
Ob als Single, Elternteil oder als Großeltern, alle sind willkommen.

**Kreativ Café**

Jeden 2. + 4. Mittwoch im Monat
15 – 17 Uhr
**Leitung:** Jasmin Schmidt

**Anmeldung** telefonisch 04151 – 89 24 25 oder per Email an familienzentrum@kirche-schwarzenbek.de

Ideenreichen Köpfen bieten wir Raum für das Hobby ´Handarbeiten´.
Eine bunte Gruppe von Frauen zwischen 40 und 80 Jahren trifft sich hier regelmäßig.
Das Material bringt jeder selber mit.

**Spieleabend - Generationsübergreifend**

Freitag, 06.10. / 24.11. / 15.12.
19 Uhr
**Leitung:** Jasmin Schmidt

**Anmeldung** telefonisch 04151 – 89 24 25 oder per Email an familienzentrum@kirche-schwarzenbek.de

Sie spielen gerne Gesellschafts- oder Kartenspiele, haben
aber niemand Gleichgesinnten in der Nähe? Oder Sie möchten neue Spiele kennenlernen?
Bringen Sie gerne auch eigene Spiele mit.

## Besonderes

**Mama lernt Deutsch**

Montag, Dienstag, Donnerstag
9.30 – 11.30 Uhr
**Leitung:** Stefanie Stindt / Sabine Deutsch

**Anmeldung** erforderlich
stindt@kirche-schwarzenbek.de

"Mama-lernt-Deutsch" wendet sich an Mütter und Frauen, die (noch) keine Möglichkeit haben, einen regulären Deutschkurs zu besuchen. Mit diesem Angebot sollen Mütter / Frauen gestärkt und - auch sprachlich - in die Lage versetzt werden, die Kindergartenzeit – und auch den schulischen Weg ihrer Kinder zu begleiten und zu unterstützen.
Außerdem gibt es Hilfestellung beim Ausfüllen von Formularen, Hausaufgabenunterstützung und vieles mehr.

**Tauschinsel**

Bücher – und Spielespenden werden
nur nach Absprache angenommen.

**Ansprechpartnerin:** Jasmin Schmidt

**Kontaktaufnahme**
telefonisch 04151 – 89 24 25
oder per Email an familienzentrum@kirche-schwarzenbek.de

Gefällt Ihnen / Dir ein Buch, ein Spiel oder eine DVD, dann darf es mitgenommen werden. Wir freuen uns, wenn Sie / Du irgendwann aus eigenem Bestand etwas für unser Regal mitbringen /bringst.

## Flohmärkte

**Frauenflohmarkt**

Freitag, 29.09.
19 – 21 Uhr
**Organisation:** Jasmin Schmidt

**Anmeldung** Anfang September
nur per Email an
familienzentrum@kirche-schwarzenbek.de

Ist der Schrank zu voll? Ist einiges zu groß oder bei der Wäsche eingelaufen? Hat sich der Stil geändert und rot ist gar nicht mehr ihre Lieblingsfarbe? Es gibt so viele Gründe, den Kleiderschrank auf- und ausräumen. Damit die schönen aussortierten Sachen neue Besitzer finden, dafür gibt es den After-Work Frauenflohmarkt im ev. Familienzentrum St. Elisabeth.

Bei den letzten Flohmärkten konnten mehrere hundert begeisterte Frauen und Teenager an 35 Ständen stöbern und ihre Schnäppchen nach Hause tragen.

Ab 19 Uhr öffnet das Familienzentrum St. Elisabeth, Verbrüderungsring 41, seine Türen. Mega-Schnäppchen-Shopping komprimiert in zwei Stunden mit Sekt und Häppchen (falls es die Verordnungen zulassen) aber auf jeden Fall mit viel Spaß. Ob von großen Designern oder den bezahlbaren Marken, die „must haves“ der Saison sind ebenso dabei, wie der Klassiker in der Lieblingsfarbe in kleinen und großen Größen. Bücher, Schuhe, Selbstgemachtes, alles ist dabei, allerdings nicht der Trödel vom Dachboden oder aus dem Keller.

Die Standgebühr in den Räumen des Familienzentrums beträgt für ca. 3 Meter 10,- € und einen Beitrag für das Fingerfood-Buffet. Tische und Kleiderständer müssen selbst mitgebracht werden gestellt werden. Gegen einen Aufpreis können begrenzt Tische zur Verfügung gestellt werden. Weitere Informationen erhalten Sie mit der Anmeldebestätigung.
Der Standaufbau ist ab 17 Uhr möglich.

**Flohmarkt Mäusetruhe**
*Alles rund ums Kind*

Sonntag, 05.11.
14 - 16 Uhr
Förderverein „Die Kita Mäuse“

Weitere Informationen über info@kita-maeuse.de

Alles rund ums Kind wechselt hier den Besitzer. Schnäppchenjäger können nach Kleidung, Büchern, Spielzeug und vielen mehr für ihre Kinder Ausschau halten. Über 30 Verkäufer warten auf Käufer.
Für das leibliche Wohl sorgen Getränke und ein Kuchenbuffet.
Der Erlös des Kuchenbuffets und des Flohmarkts kommt den Kindern der Kita St. Elisabeth zugute.

Als ein Ort der Begegnung ist das Familienzentrum mit seinen Angeboten offen für alle Familien, Kinder, Eltern, Großeltern, Tanten, Onkel, Paten, Freunde, Nachbarn.

Es kann Situationen geben, in denen Sie selbst Unterstützung brauchen und Sie wissen nicht, an wen sie sich wenden sollen. Dafür haben wir in Schwarzenbek einige Angebote. In einem vertraulichen Rahmen unterstützen wir Sie dabei, geeignete Ansprechpersonen und Anlaufstellen für Ihre Situation zu finden. Manchmal tut es einfach gut, miteinander zu sprechen. Kostenlos, unverbindlich und ohne sonstige Formalitäten können Sie Termine vereinbaren. Sie sind ebenso herzlich eingeladen, mit Ihren eigenen Ideen und Wünschen das Familienzentrum mitzugestalten.

Ihre Koordinatorin Jasmin Schmidt
Ev. Familienzentrum St. Elisabeth
Verbrüderungsring 41
21493 Schwarzenbek

Tel. 04151-892425
familienzentrum@kirche-schwarzenbek.de
www.kirche-schwarzenbek.de

Träger:
Ev.-Luth. Kirchengemeinde Schwarzenbek

Gefördert durch

Schleswig-Holstein
Ministerium für Soziales, Gesundheit, Jugend, Familie und Senioren