

1 Rund um die Geburt

Salon für Schwangere* – Gespräche und vitaminreiche Snacks –

Die Schwangerschaft ist eine aufregende Zeit und es entstehen viele Fragen. Valeria lädt jeweils zu einem Thema in den Salon - mit Snacks (frisches

Gemüse und Obst) - ein und bietet einen thematischen Impuls, sowie eine Fantasiereise, Atemübung oder Massageanleitung an. Die Fragen aus der Gruppe (3-5 TN) stehen im Mittelpunkt. Ziel ist es, dich zu stärken und Themen zu besprechen, die im Geburtsvorbereitungskurs oft zu kurz kommen. Ein Hygienekonzept liegt vor, im Notfall kann die Veranstaltung auch auf Zoom stattfinden. Anmeldung erforderlich, Termine einzeln buchbar. Termine auf www.familienbildung-ts.de im Kalender.

Ort: Familienbildung, Götzstraße 22

TS 1002

Termine: auf www.familienbildung-ts.de im Kalender, montags, 19–21 Uhr

Leitung: Valeria Lippert-Velarde, Doula

Kosten: Wir bitten um eine Spende für den Snack

Doula-Sprechstunde

zu allen Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und die Zeit danach
Möchtest du wissen, was eine Doula macht?

Bist du schwanger und hast Fragen zur Geburt und zur Zeit danach? Möchtest du einen Austausch darüber, wie du dir deine Geburt vorstellst? Suchst du eine Geburtsbegleitung oder eine Begleitung für die Zeit danach und möchtest Tipps, Ideen und ein Gespräch, wo du Adressen und Ansprechpartner*innen findest und was es zu bedenken gibt? Hast du Fragen und Ängste in der Schwangerschaft und brauchst einfach mal jemanden zum Reden?

Dann komm einfach vorbei in die Doulasprechstunde.

Ich habe Zeit und ein offenes Ohr für dich!

Ort: Familienbildung, Götzstraße 22

TS 1003

Termin: montags 18–19 Uhr, bitte mit Anmeldung

Leitung: Valeria Lippert Velarde, Doula

Kosten: kostenlos

Milch-Café

Ein gemütlicher Ort für alle Mütter, schwanger oder schon mit Baby, mit Fragen und Austauschbedarf rund um das Thema Ernährung mit Muttermilch, Stillen, Pumpstillen, Abstillen haben. Babymassage für Eltern und Babys mit einem schwierigen Start ins Leben. Nähere Infos entnehmen Sie bitte unserer Homepage: www.familienbildung-ts.de

Termine auf www.familienbildung-ts.de im Kalender.

Ort: Familienbildung, Götzstraße 22

TS 1005

Termin: samstags, 14–16 Uhr, bitte anmelden

Leitung: Valeria Lippert-Velarde, Doula

Kosten: Wir bitten um eine Spende für Getränke

Babymassage für Mütter in Belastungssituationen

Ort: Familienbildung, Götzstraße 22

TS 1005

Termin: montags 14.30–16 Uhr

Leitung: Valeria Lippert-Velarde, Doula

Kosten: Wir bitten um eine Spende für Getränke

Termine auf www.familienbildung-ts.de

Stillvorbereitungskurs für Schwangere mit Partner*in

Ich kann Stillen! In diesem Kurs für Schwangere ab der 20. SSW mit ihren Partner*innen erwirbst du grundlegendes Wissen und entspannte Selbstsicherheit, um gut in die Stillzeit zu starten. Die Partner*innen erfahren, wie sie dich gut in dieser Zeit unterstützen können.

Termine auf www.familienbildung-ts.de im Kalender.

TS 1006 Ort: Familienbildung, Götzstraße 22

Termin: montags 19–21 Uhr, bitte anmelden

Leitung: Valeria Lippert-Velarde, Doula

Kosten: 5 Termine

Intimität und Paarsein

Das Baby ist geboren, das Glück ist groß und die Welt sieht rosa aus... – Oder nicht? Für die meisten Paare stellt die Geburt eines Kindes eine große Herausforderung und Belastungsprobe für die Partnerschaft dar - es wird nur wenig darüber gesprochen. Schlafmangel, Erschöpfung, hormonelle und körperliche Veränderungen durch Schwangerschaft und Geburt und dann durch das Stillen sind besonders im ersten Lebensjahr des Kindes für die Eltern und im Besonderen für die Mütter stark. Dass die Partnerschaft belastet ist, liegt z. B. auch an der Neuformierung der Rollen und der fehlenden Zeit als Paar. Die Sexualität hat hierbei auch einen Anteil, ob und wie sie gelebt wird und wie sie von beiden erlebt wird. Dabei spielt es z.B. auch eine Rolle, wie die Sexualität vor der Geburt erlebt wurde, ob das Baby gestillt wird und ob die Frau einen Kaiserschnitt, Dammschnitt oder -riss hatte und wie der Heilungsprozess verläuft. Aber nicht nur das.

In diesem interaktiven Vortrag gebe ich sowohl einige (erhellende) Informationen zur Sexualität nach der Geburt eines Kindes und es gibt Raum für Fragen und Gespräche. Wir werden einige Gesprächs- und Körperübungen machen, die euch zuhause als Anregung und Einstieg in die Begegnung dienen können.

TS 1004 Ort: Familienbildung, Götzstraße 22

Termine: auf www.familienbildung-ts.de im Kalender

Leitung: Valeria Lippert-Velarde

Kosten: 10,00 € pro Person, 15,00 € pro Paar

DELFI® – Denken, Entwickeln, Lieben, Fühlen, Individuell

Das erste Lebensjahr ihres Kindes ist für Eltern besonders spannend, weil es jeden Tag etwas Neues lernt, erkennt und begreift. Das Kind entwickelt sich so schnell wie sonst nie mehr im Leben. In DELFI®-Kursen lernen Eltern, die wachsenden Fähigkeiten ihres Kindes auf spielerische Weise zu unterstützen mit Bewegungs- und Wahrnehmungsanregungen, Halte- und Tragegriffen, Finger- und Berührungsspielen und Liedern.

TS 1000 Ort: Familienbildung, Götzstraße 22

Termin a: montags 9.30-11.00 Uhr

Termin b: montags 11.15-12.45 Uhr

Termin c: freitags 9.30-11 Uhr

Termin d: freitags 11.15-12.45 Uhr

Leitung: Selma Kalaman

Aktuelle Info: www.familienbildung-ts.de

Kosten: 80,00 € für 10 Termine

„griffbereitMINI®“ „Griffbereit®“ und „Rucksack®“



sind Sprachbildungsprogramme für mehrsprachige Familien. Die Programme stärken die Kinder in ihrer mehrsprachigen Entwicklung, fördern die Kompetenz und das Selbstbewusstsein der Eltern und führen zu mehr Migrationssensibilität und Diversitätsbewusstsein bei beteiligten Gruppenleiter*innen und Institutionen. Entscheidend ist, dass die Mehrsprachigkeit wertgeschätzt wird und die Sprachförderung darauf aufbaut. Denn Kinder entwickeln sowohl in Deutsch als auch in der Familiensprache ein besseres Sprachvermögen, wenn sie in beiden Sprachen in altersgerechten Aktivitäten gefördert werden. Hierfür erfahren die Eltern als engste Bezugspersonen in griffbereitMINI-, Griffbereit- oder Rucksack-Gruppen, wie sie ihre Kinder in der allgemeinen und sprachlichen Entwicklung stärken können. Die Gruppen unter der Leitung von speziell geschulten, mehrsprachigen Elternbegleiter*innen und/oder pädagogischen Fachkräften treffen sich regelmäßig im Kontext von z.B. Familienbildung, Familienzentren oder Kitas.

Maren Krause und Hümeýra Çibik sind die Projektkoordinatorinnen für „Griffbereit“ und „Rucksack“ in der Ev. Familienbildung Tempelhof-Schöneberg.

Griffbereit und Rucksack KiTa sind in Nordrhein-Westfalen entwickelte Sprach- und Familienbildungsprogramme, die im Rahmen des Verbundes der Kommunalen Integrationszentren NRW koordiniert und fachlich weiterentwickelt werden. Der Transfer in andere Bundesländer wird von NRW aus fachlich begleitet und über einheitliche bundesweite Qualitätsstandards gesteuert. Dieser Transfer wird von der Stiftung Zentrum für Türkeistudien und Integrationsforschung (ZfTI) geleistet, in Kooperation mit dem Ministerium für Kinder, Jugend, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration (MKJFGFI) NRW, gefördert durch die Auridis Stiftung.

Kontakt

Maren Krause, Hümeýra Çibik

griffbereit@ts-evangelisch.de
rucksack@ts-evangelisch.de

Tel: 030/755151635



griffbereitMINI 



Rucksack KiTa
Alltagsintegrierte Sprach- und Familienbildung 

Griffbereit 
Familien entdecken gemeinsam
Spiel und Sprache

Mama and Me

Unter Anleitung den eigenen Körper wieder neu kennenlernen, Übungen, die dich wieder fit machen und genau auf die Phase nach der Rückbildung abgestimmt sind - und natürlich ist dein Baby mit dabei. Bewegung und Spaß mit Musik, mal sportlich, mal sanft.

Du lernst eine rückenfreundliche Körperhaltung, richtige Atmung beim Training, rückenfreundliches Tragen und Heben des Babys, weitere Übungen zur Stärkung des Beckenbodens und kannst deine allgemeine Fitness verbessern.

TS 6124 Ort: Familienbildung, Götzstraße 22

Termin: Donnerstags, 11–12.15 Uhr

Leitung: Roma Kaddatz

Kosten: 80,00 € für 10 Termine

griffbereitMINI®

Spiele und Lieder in verschiedenen Sprachen

In eurer Familie spricht ihr eine andere Sprache als Deutsch? griffbereitMINI ist für Eltern mit Kindern bis 1 Jahr. Wir singen und spielen in verschiedenen Sprachen. Die Anleitungen kannst du in deiner Familiensprache mit nach Hause nehmen. So lernt dein Kind deine Familiensprache und Deutsch gut kennen. Die Gruppe wird von einer pädagogischen Fachkraft und einer mehrsprachigen Gruppenleitung begleitet.

TS 1001 Ort: Familienbildung, Götzstraße 22

Termin a: montags 9.30-11.00 Uhr

Termin b: freitags 13.30-15.00 Uhr

Leitung: Selma Kalaman, N.N.

Kosten: kostenfrei

Aktuelle Info: www.familienbildung-ts.de

Krabblerei

Spielgruppe für Kinder im Alter von 6–12 Monaten und Eltern. Im ersten Lebensjahr eines Kindes entwickelt es laufend neue Fähigkeiten. Das Baby wird mit den Monaten immer aktiver und beginnt, seine Umwelt zu erkunden. Diese Entwicklung wollen wir spielerisch und auf die individuellen Bedürfnisse des Babys zugeschnitten begleiten. Durch den geschützten Rahmen, altersgerechte Materialien und liebevolle Berührungen bieten wir den Babys Bewegungs- und Körpererfahrungen mit allen Sinnen und den Müttern oder Vätern einen Ort der Begegnung und des wertungsfreien Austausches.

Dein Baby kann in diesem Kurs:

- erste Kontakte zu Gleichaltrigen finden
- Bewegungs- und Körpererfahrung mit allen Sinnen machen
- intensiven Austausch und Bindungsausbau mit der Bezugsperson erfahren
- Lieder, Kniereiter und Fingerspiele für das 1. Lebensjahr kennenlernen

Du kannst in diesem Kurs:

- in den Austausch gehen und Anregungen zur Entwicklung und dem Umgang mit Babys bekommen
- Spaß und eine Auszeit vom Alltag haben; singen und bewegen genießen
- Kontakt zu Müttern und Vätern gleichaltriger Kinder, auch über die Kursdauer hinaus, aufbauen

Ort: Gemeindehaus Badener Ring

TS 3107

Termin a: dienstags, 9.30-10.30 Uhr

Termin b: dienstags, 10.45-12.45 Uhr

Leitung: Tanja Terborg.

Kosten: 60,00 € für 10 Termine

Ort: Gemeindehaus Rackebüller Weg

TS 3107

Termin a: dienstags, 9.30-10.30 Uhr

Termin b: dienstags, 10.45-12.45 Uhr

Leitung: Melanie Knebel

Kosten: 60,00 € für 10 Termine