

Familienbüro der weist auf interessante Online-Angebote für junge Familien hin

Familienbüro der Stadt Bergkamen weist auf interessante Online-Angebote für junge Familien hin

- Das **Stillcafé** im Familientreff des Pestalozzihauses startet ab 6. Mai wieder online jeden Donnerstag von 11 bis 12 Uhr mit der Familienkinderkrankenschwester und Stillberaterin Isabel Veltmann.

Hier heißt es: „Stillen Sie Ihr Kind und stillen Sie Ihre Bedürfnisse“. Im Stillcafé gibt es nützliche Anregungen zum Stillen, zur Ernährung der Kleinsten, zur Pflege und zum Zusammenleben.

Anmeldung: www.ev-fabi-unna.de

- **Die Babymassage nach F. Leboyer** ist ein liebevolles Ritual, das dem Baby Geborgenheit und Sicherheit vermittelt. Mit jeder Massage wird das Band zwischen Eltern und Kindern gestärkt. Besonders in den ersten Monaten ist Körperkontakt für Neugeborene lebenswichtig. Die traditionelle indische Babymassage kann Koliken, Blähungen und Spannungen auf sanfte Weise lindern und ist zärtliche Nahrung für die Sinne. Es ist eine wunderbare Zeit um gemeinsam zu entspannen.

Altersbeschränkung: 8 Wochen bis ca. 5 Monate. Leitung: Stefanie Holsträter

Kursstart: 25.05.2021, dienstags 15 bis 16 Uhr, 5 Termine

Anmeldung: www.ev-fabi-unna.de

- **Kangatraining:** „Werde fit und stärke dein Immunsystem!“

Training über Zoom bis zu drei Mal wöchentlich. Schwangere kommen auch nicht zu kurz. Für sie gibt es Prekanga.

Anmeldung unter <https://kangatraining.info/de.de/instructor/StefanieHoltstraeter/booking/1767>

- **Lösungsansätze beim Beißen, Schlagen, Wegnehmen:** Das aggressiv erscheinende Verhalten von Kindern. Wie lässt es sich erklären? Wie können Eltern angemessen darauf reagieren?

Ein Onlineangebot des Ev. Kinder- und Freizeitzentrums „Kifaz“ Kamen-Methler in Kooperation mit der Ev. Familienbildung Unna.

Das Angebot ist kostenlos.

Kursleitung: Susanne Landsberg

Dienstag, 04. Mai 2021, 19.00 bis 20.00 Uhr, online per GoToMeeting

Anmeldung: www.ev-fabi-unna.de

- **Elternstartkurse NRW:** Sie sind gerade Mutter bzw. Vater geworden und möchten

die „Sprache“ ihres Säuglings besser verstehen, die Entwicklung ihres Kindes im ersten Jahr bewusster erleben, sich mit anderen Eltern austauschen und Tipps für den Umgang mit der neuen Lebenssituation bekommen?

Die derzeit laufenden Kurse werden aufgrund des Interesses der Eltern pro Kurs um vier Termine erweitert. Die neuen Elternstartkurse werden voraussichtlich im Juni starten. Eine genaue Terminangabe erfolgt noch.

Anmeldung im Familienbüro der Stadt Bergkamen, Tel. (02307)965-264, -258 und -476.

Aktuelle Angebote sind auf der Internetseite des Familientreffs der Stadt Bergkamen unter www.familientreff-bergkamen.de zu finden.

Das Familienbüro der Stadt Bergkamen können Sie für Informations- und Beratungsgespräche unter den Rufnummern (02307)965-264,- 258 und- 476 oder den Emailadressen b.billhardt@bergkamen.de, j.brüggenthies@bergkamen.de, c.schweden@bergkamen.de erreichen sowie im Internet unter <https://www.bergkamen.de//familienbuero/> finden.