



Newsletter Familienbüro

10/2021 14. Oktober 2021

„Das Leben ist wie Fahrrad fahren, um die Balance zu halten, musst du in Bewegung bleiben.“ (Albert Einstein)

Liebe Eltern, liebe Netzwerkpartner und Netzwerkpartnerinnen und andere Interessierte,

das Familien- und Bildungsbüro / Team der Frühen Hilfen hat weitere tolle Angebote für Euch/Sie, die wir Dank des Aktionsprogramms des Bundes „Aufholen nach Corona“ kostenfrei anbieten können.

➤ **PEKIP**

Das Familien- und Bildungsbüro / Team der Frühen Hilfen bietet nach langer Zeit des Wartens einen PEKIP Kurs an. PEKiP steht für "Prager Eltern-Kind-Programm". Das Konzept geht auf die Grundidee des Prager Psychologen Jaroslav Koch zurück und wurde in den 70er Jahren von der Bochumer Psychologin Christa Ruppelt und dem Sozialwissenschaftler Hans Ruppelt, später auch von weiteren Experten weiterentwickelt.

Laut dem Verein ist das Ziel von PEKiP, "Eltern und Babys im sensiblen Prozess des Zueinanderfindens zu unterstützen". Das bedeutet, dass durch den Kurs die Bindung und Beziehung zwischen Eltern und Kind gefördert werden soll. Außerdem lernen Eltern, ihr Baby besser wahrzunehmen und es je nach Stand der Entwicklung anzuregen und zu begleiten. Sie sollen insgesamt sicherer im Umgang mit dem Baby werden.

Der PEKIP Kurs ist ein Gruppenangebot in den Eltern mit ihren Babys durch unsere Gruppenleiterin Sylvia Hagemann begleitet werden. Im gemeinsamen Spiel von Eltern und Babys bestimmt das Baby mit seinen individuellen Kompetenzen und Bedürfnissen das Spielangebot. „Durch das





Newsletter Familienbüro

gemeinsame Erleben von Bewegung, Spiel und Freude unterstützt PEKIP die feinfühlig Interaktion zwischen Eltern und Kind“, so Sylvia Hagemann /Gruppenleiterin PEKIP.

Besondere Entwicklungs- und Erziehungsfragen werden aufgegriffen und geben den Eltern so eine Grundlage, sich einen Hintergrund für viele wichtige Entscheidungen zu schaffen. Die Kontakte in der Gruppe ermöglichen es den Eltern, ihre Erfahrungen mit anderen Eltern auszutauschen.

Die Babys sollten im Alter von 4 bis 8 Wochen sein.

Datum: 9.11.2021 – 25.01.2022 (10 mal Di.)

Zeit: 9.30 – 11.00 Uhr

Ort: Jugendzentrum BoGi's
Leonhardstr. 2
44575 Castrop-Rauxel

Kosten: gebührenfrei

Anmeldung unter:

Ulrike Wolowski-Hassel, Tel. 02305/9208257

Andrea Brigadski, Tel. 02305/9209954

E-Mail: Familienbuero@Castrop-Rauxel.de





Newsletter Familienbüro

➤ **bodyART POSTNATAL (ohne Kind)**

Das bodyART POSTNATAL ist ein gebührenfreies Angebot für Mütter nach der Rückbildung. Gestärkt werden hierbei die Körpermitte, die Beweglichkeit, die Tiefenmuskulatur und auch die Tiefenentspannung.

Montag, 15.11.21, von 20:00-21:00 Uhr

Der genaue Ort wird bei Anmeldung bekannt gegeben.

Anmeldung unter:

Ulrike Wolowski-Hassel, Tel. 02305/9208257

Andrea Brigadski, Tel. 02305/9209954

E-Mail: Familienbuero@Castrop-Rauxel.de

➤ **Faszientraining für Mütter (Babys können mitkommen)**

Bei diesem gebührenfreien Angebot für Mütter werden die Faszien bzw. das Bindegewebe gezielt gerollt, gelockert, bearbeitet und entspannt. Es verbessert die Beweglichkeit, regt den Stoffwechsel an und löst Verspannungen.

Mittwoch, 15.12.21 von 9:15-10:15 Uhr

Der genaue Ort wird bei Anmeldung bekannt gegeben.

Anmeldung unter:

Ulrike Wolowski-Hassel, Tel. 02305/9208257

Andrea Brigadski, Tel. 02305/9209954

E-Mail: Familienbuero@Castrop-Rauxel.de





Newsletter Familienbüro

➤ Elterngeld-Anträge

In den Räumen der Hebammen- und Beratungspraxis findet ein Informationsabend statt, an dem jungen Eltern Infos und Unterstützung beim Ausfüllen ihrer Elterngeldanträge bekommen.

Bitte per E-Mail anmelden: dasfundament@prettlenhofer.com

Montag, 25.10.21 um 19:00 Uhr

Das Fundament Brückenweg 3, 44575 Castrop-Rauxel

Vor Ort fällt eine Teilnahmegebühr von 5 Euro an.

Falls Sie Anregungen, Wünsche, Rückmeldungen oder auch neue Impulse haben, schicken Sie uns diese gerne einfach per E-Mail an familienbuero@castrop-rauxel.de zu.

Liebe Grüße und bleiben Sie gesund!

Ihr Team aus dem Familien- und Bildungsbüro / Frühe Hilfen



Wenn Sie unseren Newsletter nicht mehr beziehen möchten, reicht eine kurze Nachricht an uns.