

## EKiZ-Reierstieg – Unser Angebot

### Offene EKIZ-Zeit im Garten

Wir öffnen unseren Garten für euch zum Spielen, Stillen, Krabbeln, Toben, Picknicken, Lesen, Erzählen... einfach zum Dasein und offenem Austausch miteinander.

ACHTUNG! Wir haben keine Überdachung.

Bei REGEN bringt bitte einen Schirm mit, für die Kinder Matschhosen etc.

Wir freuen uns auf die GEMEINSAME ZEIT mit EUCH :)

### Sozialberatung

Mittwochs von 10 bis 12 Uhr bietet NADINE Sozialberatung bei uns an. Sie unterstützt bei allerlei Behördenschreiben. Das heißt: Sie hilft, die Schreiben zu verstehen und sie zu beantworten. Beispiele sind: Job-Center, Wohngeldstelle, Kindergeldstelle für Kindergeldzuschuss, Schuldnerberatung, Öffentliche Rechtsberatung, Elterngeld, Themen rund um Asyl usw.

### Baby-Massage

In kleiner Runde und einem warmen Raum stimmen wir uns auf eine gute Zeit für dich und dein Baby ein. Wir zeigen einfache Handgriffe, wie du dein Baby massieren kannst - auch zu Hause!

Wenn du magst, bring gern ein Handtuch, Krabbeldecke und eigenes Öl mit. Falls du es nicht zur Hand hast, kannst du auch bei uns ein Handtuch borgen und dein Baby mit Olivenöl verwöhnen.

Wir freuen uns auf eine gemütliche Zeit mit euch!

WICHTIG! Zu dieser Zeit findet DRINNEN nur Baby-Massage statt. Es ist jedoch genug Zeit, um vor und nach der Massage bei Kaffee, Wasser oder Tee noch ins Gespräch zu kommen...

### Still-, Schlaf-, Trage- und Beikost-Beratung

mit Carima Stoll von „Mein Familienweg“

Carima beantwortet eure Fragen rund ums Stillen, Tragen, Schlafen, Beikost und alles rund um die Baby-Zeit. Sie ist nicht nur zertifizierte Still-, Schlaf-, Trage- und Beikost-Beraterin, sondern auch Physiotherapeutin und Gründerin des Unternehmens „Mein Familienweg“.

## EKiZ-Reierstieg – Unser Angebot

### Krabbelgruppe (6-18 Monate)

Hier könnt ihr mit euren Kleinen zusammenkommen: Die Babys können sich gegenseitig entdecken und ihr könnt euch über alles austauschen, was euch gerade so bewegt. Je nachdem was eure Kleinen gerade so brauchen, bauen wir auch eine kleine Bewegungslandschaft auf oder probieren selbst gebasteltes Spielzeug aus Haushaltsgegenständen aus.

Bei gutem Wetter gehen wir auch gern nach draußen :)

### Nähen, Stopfen, Reparieren

Loch im Strampler? Reißverschluss kaputt? Hose zu kurz geworden? Es kann gestopft, geflickt und genäht werden.

Ihr wollt gern mal was Bestimmtes nähen, wisst aber nicht wie, findet zu Hause keine Zeit dafür oder euch fehlt es an Materialien? Lasst es uns wissen – Teresa unterstützt euch gern bei allen Fragen rund ums Nähen ☺

Doch ihr dürft auch EINFACH DA SEIN - die Näh-Zeit ist nur ein Angebot :) In gemütlicher Atmosphäre könnt ihr euch in unseren Räumen austauschen, die Kinder können sich begegnen und ihr bei Kaffee, Wasser, Tee einfach erzählen, was euch grad bewegt.

Für Interessierte bauen wir zudem ein Repertoire an Näh-Ideen im EKiZ auf. Bringt gern was mit oder lasst euch inspirieren :) Gegen eine kleine Spende könnt ihr auch Stoff von uns bekommen.

### Kreatives Dies und Das

In gemütlicher Atmosphäre könnt ihr euch in unseren Räumen austauschen, die Kinder können sich begegnen und ihr bei Kaffee, Wasser, Tee einfach erzählen, was euch grad bewegt.

Nebenbei bringt Miriam einfache Ideen mit, die ihr unkompliziert umsetzen könnt. Von ‚Steine bemalen‘ und ‚Stoff bestempeln‘ bis hin zu Naturdeko und einem einfachen aber stilvollen Mobile.

Auch hier gilt: Alles kann, nichts muss!

Ihr dürft auch gerne einfach so kommen und die Zeit bei uns genießen :)

## EKiZ-Reierstieg – Unser Angebot

### Geschichten für Klein und Groß

Wir entdecken Geschichten, Reime, Fingerspiele und Lieder - für kleine und große Menschen :)

Bringt auch gern euer Lieblingsbuch, Lieblingslied, Lieblingsreim etc. mit!

In gemütlicher Atmosphäre könnt ihr euch zudem in unseren Räumen austauschen, die Kinder können sich begegnen und ihr bei Kaffee, Wasser, Tee einfach erzählen, was euch grad bewegt.

### Musik und Tanz

In gemütlicher Atmosphäre könnt ihr euch in unseren Räumen austauschen, die Kinder können sich begegnen und ihr bei Kaffee, Wasser, Tee einfach erzählen, was euch grad bewegt.

Kudret bietet dabei Musik und Tanz für Groß und Klein an - ob orientalischer Bauchtanz, Kinderlieder oder einfach rhythmische Bewegung. Lasst euch überraschen :) - Tanzbeginn ist 10:00 Uhr!

Zudem bietet Kudret auch türkische Übersetzung an, Sozialberatung und auch psychosoziale Beratung. Sprecht uns gerne an!

### Psychosoziale Beratung & Alltagsbewältigung

Du fühlst dich müde, erschöpft, antriebslos? Oder du kommst nur schwer zur Ruhe, machst dir viele Gedanken um dein Baby oder das Geschwisterkind, kannst kaum noch schlafen? Die Grenze zwischen „normal“ und „behandlungsbedürftig“ ist fließend – entscheidend ist dein persönlicher Leidensdruck!

In angenehmer und persönlicher Atmosphäre sprechen wir in Ruhe darüber. Wir beraten euch gern in eurer individuellen Lebenssituation und erarbeiten gemeinsam Strategien zur Alltagsbewältigung. Bei Bedarf vermitteln wir auch zu weiterführenden Angeboten – jedoch nur in Absprache mit euch und wenn ihr das möchtet!

## EKiZ-Reierstieg – Unser Angebot

### Beratung zu sensomotorischen Fragen & Alltagsgestaltung als Familie

Du fragst dich, ob das viele Matschen (auch beim Essen!) noch „normal“ ist oder bist irritiert, dass dein Kind weint, wenn es über Rasen geht? Du fragst dich, was es mit den Ritualen auf sich hat? Wann braucht man die überhaupt und was gehört denn so dazu? – Oder ihr sucht einfach nach einem guten Tagesablauf, der nicht nur deinem Kind gerecht wird, sondern auch euch als Eltern „Luft zum Atmen“ gibt?

Dann spricht uns gerne an! Als gelernte Ergotherapeutin mit langjähriger Beratungserfahrung frischgebackener Familien betrachtet Teresa gern eure individuelle Situation. Gemeinsam erarbeiten wir Lösungsstrategien für einen entspannten Familienalltag.

### Pädagogische Beratung und Begleitung

Eltern sein ist jeden Tag eine neue Aufgabe! Egal ob es das erste Kind ist oder es schon Geschwister gibt, ob du alleinerziehend bist oder in einer Partnerschaft lebst. In der Kindererziehung tauchen immer wieder Fragen auf, auf die es keine Standardantwort gibt. Denn jeder Mensch ist einzigartig – eure Kinder und auch ihr als Eltern!

Gemeinsam mit anderen Eltern ist es oft leichter, Antworten auf die eigenen Fragen zu finden. Zudem stehen wir euch mit professioneller Begleitung unterstützend zur Seite – sei es in einem Beratungsgespräch oder in einem bestimmten Angebot. Sprecht uns gerne an – wir sind für euch da!

### Weitervermittlung zu anderen Beratungsangeboten im Stadtteil

Als Eltern-Kind-Zentrum sind wir im Stadtteil gut vernetzt! Wir zeigen euch gern, was es im Stadtteil alles so gibt für Eltern und Kinder. Auch stellen wir gern für euch den Kontakt zu anderen Einrichtungen her, wenn ihr dabei Unterstützung möchtet.