

Veranstaltungen der Veranstaltungsreihe
„Gemeinsam Wachsen“
Kooperationsprojekt der Stadt Weimar,
der AOK und des Familienzentrums

Euer Weg in die Beikost

Mittwoch, 15.04., 10 bis 12 Uhr

Die Beikosteinführung ist ein aufregender Meilenstein in der Entwicklung Eures Kindes. Er geht häufig mit vielen Unsicherheiten und Ängsten einher. In diesem Workshop bekommt ihr, neben viel Fachwissen, Sicherheit für euren entspannten Start.

Inhalt des Workshops:

- offizielle Empfehlungen zum Beikoststart
- die Beikoststreifezeichen
- verschiedene Beikostkonzepte
- Sicherheit und respektvolle Beikostgabe
- geeignete und ungeeignete Lebensmittel
- Allergieprävention
- Kindliches Essverhalten

Leitung: Lisa Kleemann (Bindungsorientierte Familienbegleiterin)

Gebühr: kostenfrei, Projektförderung AOK Plus

Anmeldung: familienangebote@stadtweimar.de

Veranstaltungen der Veranstaltungsreihe
„Gemeinsam Wachsen“
Kooperationsprojekt der Stadt Weimar,
der AOK und des Familienzentrums

Baby- und Kleinkinderschlaf verstehen

Mittwoch, 08.04., 10 bis 12 Uhr

Es gibt kaum ein kräftezehrendes Thema in den ersten Jahren als der kindliche Schlaf. Ein erholsamer Schlaf ist von entscheidender Bedeutung für das Wohlbefinden eurer ganzen Familie. Dieser Workshop bietet euch wertvolles Wissen und praktische Tipps, um die Schlafgewohnheiten eures Kindes zu verbessern und für entspanntere Nächte zu sorgen. Bei mir findet ihr kein Schlaftraining!

Inhalt des Workshops:

- kindliche Schlafentwicklung
- Besonderheiten im Schlafverhalten
- Einschlafen und Einschlafbegleitung
- Durchschlafen und nächtliches Erwachen
- Nächtliches Stillen / Flasche geben
- Sicherheitsaspekte
- Schlafbedingungen- und Umgebung
- Schlafen in der Kita / bei verschiedenen Bezugspersonen
- Veränderungen von Schlafgewohnheiten

Leitung: Lisa Kleemann (Bindungsorientierte Familienbegleiterin)

Gebühr: kostenfrei, Förderung der AOK plus

Anmeldung: per eMail an

familienangebote@stadtweimar.de

Große Ostereiersuche im Familienzentrum

Der Osterhase kommt ins Familienzentrum

Mittwoch, 01.04., 15 bis 18 Uhr



Der Osterhase kommt ins Familienzentrum und hat jede Menge Überraschungen versteckt. Gemeinsam machen wir uns auf die Suche, essen leckeren Kuchen und köstliche Schnittchen, die das NYX Hotel aus Erfurt extra für uns beim Osterhasen vorbeigebracht hat.

**Die Ostereiersuche beginnt
15.15 Uhr! - Bitte seid pünktlich.**

Anmeldung: **Unbedingt erforderlich!** – und möglich **ab Montag, 16.03.** über die Liste im Familiencafé

Anmeldeschuss: 24.03. oder bei Erreichen der maximalen Teilnehmerzahl von 150 Personen

Gebühr: 3,50 Euro/ Erwachsener, 2 Euro/Kind

Info: An diesem Tag ist das Familiencafé nur für angemeldete Familien geöffnet.



