



Mehr
Generationen
Haus



AWO Soziale Dienst gGmbH
Güstrow

AWO Familienbildungsstätte

im Familien- Freizeit- Lernberatungszentrum

Staatlich anerkannte Einrichtung der Weiterbildung

Platz der Freundschaft 3
18273 Güstrow

Tel.: 03843/ 84 24 00
Fax.: 03843/ 33 40 67
Mail. fflz@awogue.de
www.awo-questrow-fflz.de



Leiterin : Diplomsozialpädagogin Ilona Hänsel

Leben in der Familie heißt vor allem leben mit Veränderungen. Kinder erziehen und für deren gesunde Entwicklung Sorge tragen, Beruf und Familie miteinander vereinbaren, eigenverantwortlich Haushalten, Partnerschaft leben, Angehörige pflegen und betreuen sind alles Aufgaben, die komplexes Wissen und Kompetenzen erfordern.

Wir möchten Partner sein bei der Bewältigung von Veränderungen im Laufe des familiären Zusammenlebens. Unser Angebot richtet sich an Familien in ihren unterschiedlichen Lebensformen, Lebensphasen und Lebenssituationen.

In Kursen, Vorträgen, Treffs und Beratungen gibt es die Möglichkeit, sich mit anderen auszutauschen, die eigene Lebenssituation zu hinterfragen und sich Anregungen oder Rat zu holen und sich für den Alltag zu stärken.

Angebote (Kurse und Einzelveranstaltungen)

Elternbildung

Elterntraining nach wissenschaftlich fundierten Programmen mit lizenzierten Trainern

- **Fit für Familie** – ein Programm für Jugendliche
- **Stressfrei ins Familienglück** - für werdende Eltern
- **Triple P**- ein positives Erziehungsprogramm
- **Starke Eltern- Starke Kinder** (DKSB)
- **Kinder in der Pubertät- Eltern in der Krise**
- **Impact: Eltern-online-stärken**
- **Thematische Gesprächskreise und Elternabende**

Generationsübergreifende Eltern-Kind-Kurse

- Geburtsvorbereitung
- Rückbildung
- Stillgruppe, Stillberatung
- Babymassage
- Babytreff - Kurse nach den Programmen Pekip, Fabel, MaPa & Co
- Babyschwimmen, Kleinkindschwimmen
- Krabbelgruppen, Spielkreise, Geschwistergruppe, Musik und Spaß, Eltern-Kind-Turnen, Elterncafé, gemeinsame Kreativangebote, Gesunde Beikost: Von der Milch zum Brei



Gesundheit und Bewegung

Präventive Kurse und Veranstaltungen zur Förderung gesunder Lebensweise und Trainingskurse – das sind Kurse wie:



- Hatha-Yoga, Qigong, Tai Chi, Stressbewältigung, Autogenes Training, gesunder Schlaf
- Tischtennis, Seniorentanz (therapeutisches Tanzen)
- gesunde Ernährung, Fit und Gesund,
- Rückenschule, Klarer Kopf und gerader Rücken, Nacken und Schulter
- Gymnastik für Frauen, Bauch-Beine-Po, Pilates, Step-Aerobic, Linedance u.a.

Freizeit, Bildung, Kreativität, Selbsthilfe

- Vorträge und Gesprächskreise zu aktuellen politischen, kulturellen oder geschichtlichen Themen
- Sprachkurse, Konversation
- Literaturkreis
- PC Kurse
- Multiplikatorenschulungen zu pädagogischen Fragen
- Zeichen- und Aquarellkurse, Ölmalerei, Floristik, Kurse zu verschiedenen Handarbeitstechniken z. B. Patchwork, Nähen, Seidenmalerei
- Selbsthilfegruppen nach Bedarf z. B. Diabetiker, Frauen nach Krebs
- Ausstellungen (Foto, Malerei, Zeichnungen) von Berufs- und Laienkünstlern
- Gestaltung von Familienfesten und anderen Höhepunkten

Eine enge Zusammenarbeit gibt es mit anderen familienunterstützenden Einrichtungen in Güstrow besonders auch mit weiteren Einrichtungen im

AWO Familien-, Freizeit- und Lernberatungszentrum

- der Ehe-, Familien- und Lebensberatung mit integrierter Erziehungsberatung
- der Beratungsstelle für Arbeitslose
- der Vermittlung von Eltern-Kind-Kuren
- der Schülerhilfe der AWO und den Einrichtungen der Jugend- und Seniorenarbeit
- der Kita Kinderland