



Hallo und herzlich Willkommen zu unserem Informationsschreiben!

**Im Folgenden haben wir wieder aktuelle Veranstaltungen und Infos
zusammengefasst!**

Unsere Veranstaltungen für Kinder oder Kinder + Eltern:

Schreibwerkstatt für Kinder in Sande

Die Kinder werden spielerisch an das kreative Schreiben herangeführt. Dabei stehen Kreativität, Fantasie, Gemeinschaftsgefühl, Selbstbewusstsein und Selbstwirksamkeit im Mittelpunkt. Rechtschreibung und formale Regeln spielen keine Rolle.

Das Angebot richtet sich an Kinder zwischen 8 und 11 Jahren, die Teilnehmerzahl ist auf 15 Kinder begrenzt.

Begleitet wird das Projekt von der [Autorin Sarah Welk](#).

Wann?	Montag, 13.April 2026 16 bis 18 Uhr
Wo?	Gemeindebibliothek, Hauptstr.68 in Sande
Wer?	Kinder zwischen 8 und 11 Jahren
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	fruehehilfen@friesland.de

„Ideen für kleine Zwischenmahlzeiten im Kleinkindalter“

GESUNDE SNACKS HOOKSIEL

Gemeinsam mit der Ernährungsberaterin von [MamaMila](#) gibt es einfache und alltagstaugliche Ideen für gesunde Zwischenmahlzeiten. Zusammen mit Eltern und Kindern werden kleine, leckere Kleinigkeiten direkt vor Ort zubereitet und ausprobiert.

Das erwartet Sie:

- Ideen für gesunde und einfache Zwischenmahlzeiten im Kleinkindalter
- Gemeinsames Zubereiten mit Eltern und Kindern
- Tipps für eine abwechslungsreiche Auswahl im Alltag
- Raum für Fragen und Austausch

Wann?	Dienstag, 21. April 2026 von 10 bis 12Uhr
Wo?	Walter-Spitta-Haus, Lange Straße 60 in Hooksiel
Für wen?	Eltern mit ihren Kindern (bis 5 Jahre)
Wer?	Maike Meinema-Gorath
Kosten?	5€ pro Familie
Anmeldung?	fruehehilfen@friesland.de

„Momente, die bleiben – Zeit nur für Vater & Kind!“ – Bogenschießen und Feuer machen in Bockhorn

Wann habt ihr das letzte Mal etwas ganz Neues zusammen erlebt? Raus aus dem Alltag, rein ins Abenteuer – beim Erlebniswochenende von Mambo Erlebnispädagogik wartet auf Väter und Kinder ein unvergesslicher Tag, der verbindet und lange in Erinnerung bleibt. Gemeinsam entdeckt ihr die Elemente Erde, Luft und Feuer: Mit neuen Outdoorskills ein Feuer entfachen und darauf einen süßen Nachtisch zubereiten, die Spannung beim Bogenschießen spüren – Ziel im Blick, den Bogen fest in der Hand, der Pfeil fliegt – und dabei jede Menge Teamgeist erleben.

Ein Tag voller Spaß, Nähe und Abenteuer – die perfekte Auszeit nur für euch.

Die Plätze sind begrenzt, also seid schnell dabei!

Wann?	Samstag, 16. Mai 2026 von 10 – 13Uhr
Wo?	Erlebnisbad Bockhorn am Urwald
Für wen?	Väter mit Kindern im Alter von 7-11 Jahren
Wer?	Mambo Erlebnispädagogik
Kosten?	10€ pro Familie
Anmeldung?	fruehehilfen@friesland.de

„Momente, die bleiben – Zeit nur für Vater & Kind! “ Kanuerlebnis in Jever

Raus aus dem Alltag, rein ins Abenteuer – beim Erlebnistag mit Mambo Erlebnispädagogik erwartet Väter und Kinder ein besonderes Naturerlebnis auf dem Wasser.

Gemeinsam steigt ihr in die Kanus und erkundet Wasser und Natur. Ihr lernt die Grundlagen des Paddelns, meistert kleine Herausforderungen und erlebt, wie wichtig Zusammenarbeit und Vertrauen im Boot sind. Ein Tag der verbindet und lange in Erinnerung bleibt.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, also sichert euch rechtzeitig euren Platz!

Wann?	Samstag, 20.Juni 2026 11 bis 14 Uhr
Wo?	Naturerlebnisplatz NEO, Schurfenser Weg in Jever
Für wen?	Väter mit ihren Kindern (ca. 7 - 11 Jahre)
Wer?	Mambo Erlebnispädagogik
Kosten?	10€ pro Familie
Anmeldung?	fruehehilfen@friesland.de

Unsere Kurse für werdende und frisch gewordene Eltern

Der etwas andere Babyvorbereitungskurs für schwangere und junge Eltern!

Der Kurs besteht aus sechs Modulen und bespricht Themen, welche den klassischen Geburtsvorbereitungskurs mit anderen Inhalten ergänzen, aber nicht ersetzen. Alle Module werden gemeinsam mit unserer Familienhebamme Frau Buck angeboten.

Wann?	Ab Juni 2026 – Terminübersicht auf unserer Homepage
Referentin?	Familienhebamme Simone Buck und Hanna Groenewold (FamKi)
Für wen?	schwangere und frisch gewordene Eltern
Wo?	Alte Feuerwehr, Markthamm 5 in Zetel
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	fruehehilfen@friesland.de

Modul 1	Veränderungen in der Partnerschaft
Modul 2	emotional sicher in die Geburt
Modul 3	1+1=3 die erste Zeit zu dritt
Modul 4	Babys Signale verstehen
Modul 5	„Ist das noch normal?“
Modul 6	„Besondere Elternschaft - Wege mit einem kranken oder behinderten Kind“

Unsere Veranstaltungen nur für Eltern

„Digitales Kinderzimmer“ - Elternabend zum Thema Medien in Varel

Ein Elternabend für Eltern von Kindern bis ca. sechs Jahren, der sich mit den verschiedenen Aspekten des Umgangs mit digitalen Medien auseinandersetzt. Hier werden Fragen geklärt, wie altersgerechte Mediennutzung aussehen kann, wie wir unsere Kinder schützen bzw. begleiten können und welche Risiken die Nutzung mit sich bringen kann.

Wann?	Mittwoch, 29. April 2026 von 19 bis 20:30 Uhr
Wo?	Stadtbibliothek Varel, Nebbsallee 5
Referentin?	Joana Schenk, Redakteurin und Medienpädagogin
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	fruehehilfen@friesland.de

Zum Ausdrucken und an den Kühlschrank hängen - unsere Elterncafés:

Montags:	Café Kinderwagen Zetel (1. + 3. vormittags)
Dienstags:	Eltern Café Hooksiel (vormittags) Eltern Café Pferdestall Schortens (vormittags) Eltern Café Varel (2. + 4. vormittags)
Mittwochs:	Eltern Café Jever (vormittags)
Donnerstags:	Eltern Café Förderverein Schortens (vormittags) Café Kinderwagen Bockhorn (2. + 4. vormittags) Eltern Café Varel Börse (1. + 3. vormittags und 2. + 4. nachmittags)
Freitags:	Spielkreis Sande (vormittags)

➔ **Die genauen Uhrzeiten und Orte sind auf unserer Homepage zu finden.**

Auf unserer [Homepage](#) sind viele weitere Infos zu unseren Angeboten zu finden, unter anderem:

- die einzelnen Ansprechpartner der FamKis
- Elterncafés
- Elternkinos
- neuen Veranstaltungen

Wir freuen uns auf viele Interessierte!

Britta Voigt & Katharina Schmill