

ELTERNSCHULE

Rietberg

34. Ausgabe

August 2026 bis Januar 2027



LOKALE **BÜNDNISSE**
FÜR **FAMILIE**

RIETBERG

Liebe Eltern!

Sie leisten in hoher Verantwortung Großartiges, brauchen förderliche Bedingungen und ein Umfeld, das Unterstützung und Hilfe bietet, wo es erforderlich ist. Dabei sollten alle mitwirken, ihren Beitrag leisten. Elternschaft ist nicht einfach, sondern eine Herausforderung, der Sie sich permanent stellen.

Herzlichen Dank !

Danke an dieser Stelle allen, die bisher teilhatten an der Bündnisfamilie in Rietberg und ein herzliches **Willkommen** allen, die sich gerne beteiligen möchten ...

Einfach hier melden

familienzentrum@stadt-rietberg.de

Ihre Koordinierungsstelle der Lokalen Bündnisse für Familie Rietberg als Mehrgenerationenhaus, NRW- und Kreisfamilienzentrum, im städtischen Familienzentrum Rietberg

Impressum

Herausgeber: Lokale Bündnisse für Familie Rietberg

Redaktionelle Pflege und Gestaltung:

Martin Hillemeier 05244 / 98 61 50 05

familienzentrum@stadt-rietberg.de

Koordinierungsstelle der Lokalen Bündnisse für Familie Rietberg als Mehrgenerationenhaus, NRW- und Kreisfamilienzentrum, im städtischen Familienzentrum Rietberg, Wiedenbrücker Straße 36, 33397 Rietberg

Das Copyright bzw. die Nutzung für Texte, Grafiken und insbesondere Bilder liegt, soweit nicht anders vermerkt, bei den Lokalen Bündnissen für Familie im Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend und den beteiligten Akteuren.

Die Redaktion der Elternschule Rietberg bittet um Mitteilung, falls hier auf Inhalte verwiesen wird, die Anlass zur Beanstandung geben oder gar rechtswidrig sind. Bei Urheberrechtsverletzungen wird gleichfalls um einen entsprechenden Hinweis unter der Kontaktadresse familienzentrum@stadt-rietberg.de gebeten. Gleiches gilt für den Fall, dass eigene Inhalte nicht fehlerfrei, aktuell, vollständig und verständlich sind. Bei Bekanntwerden von Rechtsverletzungen werden derartige Inhalte umgehend entfernt.

Im Rahmen der Elternschule Rietberg, eines der **Lokalen Bündnisse für Familie Rietberg**, fungiert das Familienzentrum als Koordinierungsstelle, als Anbieter und Unterstützer von Angeboten, die zusammen mit den Kooperationspartnern Kreisjugendamt, Kindertageseinrichtungen, Wohlfahrtsverbänden, Vereinen, freiberuflichen Fachkräften, ... dieses halbjährlich erscheinende Programm ermöglichen.

Sie können die Angebote als Datei im **Internet** über https://www.rietberg.de/fileadmin/user_upload/ElternschuleRTBG33_5MB.pdf einsehen.

Die einzelnen Veranstalter und Kursanbieter geben gern weitere Auskünfte.

Melden Sie sich bitte frühzeitig und verbindlich an, soweit dies erforderlich ist; ggf. können kurzfristig weitere Ergänzungsangebote organisiert werden. Ihre Rückmeldungen und Anregungen helfen uns, die Elternschule Rietberg weiter zu entwickeln. Gern können Sie auch selbst ein Angebot in dieses „Lokale Bündnis für Familie Rietberg“ einbringen und dafür in der Elternschule werben.

Mit Ihrer Unterstützung können wir weiterhin erfolgreich für Familien in Rietberg wirken. Vielleicht machen Sie Bekannte auf dieses Angebot aufmerksam, sprechen Sie potentielle Interessenten an, laden Sie Väter oder Mütter aus Ihrem Umfeld ein, Sie bei einer Veranstaltung zu begleiten. Vielen Dank.

Mit der Teilnahme an Veranstaltungen der Elternschule sind die Eltern grundsätzlich damit einverstanden, dass von den Kindern Fotos für Veröffentlichungen gemacht werden können. Wer das nicht möchte, sollte dies bei der Anmeldung oder per Mail an familienzentrum@stadt-rietberg.de mitteilen. Im Übrigen wird auf die rechtlichen Hinweise, auch zum Datenschutz, auf folgender Internetseite verwiesen:

<https://www.rietberg.de/datenschutz>

Leben in Rietberg-Angebote zur Kinderbetreuung

Ob Krabbel- und Spielgruppe, Kindertagespflege, Kindergarten und Randstundenbetreuung, Nachmittagsangebote oder Jugendhaus und Ferienspiele; hier finden Sie übersichtlich alle wichtigen Informationen.

https://www.rietberg.de/fileadmin/user_upload/LEBEN_IN_RIETBERG/Familienzentrum/Kinderbetreuung_Auflage_11.7-2_Stand_08.2021.pdf

LEBEN IN RIETBERG, Kreisfamilienzentrum, „Projekte“ „Kinderbetreuung“

Wichtig: Die **Anmeldung** eines Kindes **für eine Kindertageseinrichtung** erfolgt spätestens **bis zum 15.12.** eines Jahres für das darauf folgende Kindergartenjahr über das Kita-**Online-Portal „KIVAN“** des Wohnortes: Sucheingabe: „Kivan Rietberg“

Später eingehende Bedarfsmeldungen werden nachrangig bearbeitet.

Krabbelgruppen

für Eltern und Alleinerziehende mit Kindern von 6 Monaten bis 3 Jahren

Wöchentlich treffen sich vor- und nachmittags Mütter und/oder Väter mit ihren Kindern zum gemeinsamen Spiel und Spaß.

Ort	Familienzentrum Rietberg, Wiedenbrücker Straße 36
Datum	werktags
Veranstalter	Familienzentrierte Verbund Rietberg
Auskunft	Julia Unruh FON 05244 / 98 61 50 16

Kinder- + Krabbelgruppen-Raumangebot

Kinder- oder Krabbelgruppen, die sich neu bilden wollen, finden hier geeignete Räumlichkeiten: Neben dem großen Spielraum, ausgestattet mit Tischen, Stühlen und Geräten für Bewegung und Spiel, steht auch eine Küche für eine geringe Nutzungsgebühr zur Verfügung.

Ort	Familientreff Neuenkirchen, Alte Volksschule, Gütersloher Straße 18,
Veranstalter	Diakonie Gütersloh e. V.
Auskunft	achim.illig@diakonie-guetersloh.de FON 05241 / 98 67 41 00



Offene Elternsprechstunde

Haben Sie Fragen rund um den Erziehungsalltag? In unserer „Elternsprechstunde“ können Sie sich einmal im Monat in ruhiger Atmosphäre beraten lassen. Vielleicht geht es um Konflikte zwischen Geschwistern, um Regeln und Grenzen, um Wut- oder Trotzanfälle – oder um etwas ganz anderes, das Sie beschäftigt.

In der offenen Beratung ist Raum für Ihre persönlichen Fragen und Erfahrungen. Der Kinderschutzbund begleitet Sie dabei wertschätzend und vertraulich.

Damit wir uns ausreichend Zeit für Sie nehmen können, bitten wir um eine kurze telefonische Anmeldung, damit wir einen Termin für Sie reservieren können.

Wir freuen uns auf Sie!

Ort	Kita St. Laurentius, Birkenheide 2, Westerwiehe
Datum	13.10., 24.11.2026 dienstags vormittags,
Zeit	9:00 bis 10:00 Uhr
Veranstalter	Familienzentrum VarWest FON 05244 / 22 61
Anmeldung	nicht notwendig



Der Kinderschutzbund
Kreisverband Gütersloh



Elternberatung

Vertraulich, wertschätzend, lösungsorientiert

Bei Fragen oder Anliegen stehe ich Ihnen gern zur Verfügung. Bitte im Büro melden, dann wird der Termin reserviert.

Beraterin	Tanja Riewenherm, Dipl.-Sozialpädagogin + Familientherapeutin i.e.F. Kinderschutzbund, Kreisverband Gütersloh
Ort	St. Benediktus Kita, Schulstraße 10 - 12, Varensehl
Datum	29.09. + 03.11.2026 dienstags vormittags,
Zeit	jeweils 9 - 9:45 + 9:45-10:30 Uhr
Veranstalter	Familienzentrum VarWest
Anmeldung	FON 05244 / 51 61





Kitas und Familienzentren in OWL

Erziehungssprechstunde

für Eltern zu allen Themen rund um Familie und Kind

in Kooperation mit der Erziehungs- und Familienberatungsstelle im AWO Kinderschutzzentrum Gütersloh

Berater	Jost Wind
Ort	AWO Familienzentrum im Verbund Rietberg: AWO-Kita Stennerland, Stennerlanstraße 83 und AWO Kita Rietberg, Jordanweg 1
Zeit	1 x monatlich donnerstags 9 bis 11 oder 14 bis 16 Uhr
Anmeldung	fz-kita-jordanweg@awo-owl.de

**Wir sind Teil der
Bundesinitiative:**



RIETBERG



Caritas Gütersloh

Helfen. Pflegen. Beraten.

Beratung für Familien, Erziehende und junge Menschen

Im alltäglichen Zusammenleben in der Familie und im Laufe der Entwicklung von Kindern und Jugendlichen kann es zu Fragen und Unsicherheiten, zu kritischen Situationen oder auch länger andauernden Schwierigkeiten kommen. In diesen Situationen sind wir Ansprechpartner für Eltern, Kinder und Jugendliche, die auf der Suche nach entsprechender Unterstützung sind.

Kontakt über den Hauptsitz der Beratungsstelle 05242 40 82 0

Dr. Volker Wrusch familienberatung@caritas-guetersloh.de

Rietberg

Mittwoch nachmittags, im Familienzentrum Rietberg,

familienzentrum@stadt-rietberg.de FON 05244 / 986-15016

Neuenkirchen

und zwei Mal monatlich beim Familienzentrum David und Margareta (freitags, 09.00 – 11.00 Uhr)

David-Kindergarten in der Villa Kemper, FON 05244 / 10 39 7

Bokel und Mastholte

sowie an folgenden Terminen im Familienzentrum Rietberg-Süd

02.09.2026	Kiga St. Magdalena	14 - 16 Uhr
14.09.2026	Kiga St. Jakobus	9 - 11 Uhr
30.09.2026	Kiga Bokel	14 - 16 Uhr
12.10.2026	DRK-Kita Mastholte	9 - 11 Uhr
04.11.2026	Kiga St. Magdalena	14 - 16 Uhr
16.11.2026	Kiga St. Jakobus	9 - 11 Uhr
02.12.2026	Kiga Bokel	14 – 16 Uhr
14.12.2026	DRK-Kita Mastholte	9 - 11 Uhr

Erziehungs- und Familienberatung für Eltern, Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene

Niederschwelliges Beratungsangebot bei Fragen und Problemen im Zusammenhang mit Erziehung und Familie

Ort	Familientreff Neuenkirchen, Alte Volksschule, Gütersloher Straße 18
Zeit	montags bis freitags
Veranstalter	Erziehungsberatungsstelle der Diakonie Gütersloh e. V.
Anmeldung	FON 05241 / 98 67 41 00

Elternsprechstunde im Familienzentrum Neuenkirchen

- + Wenn Sie sich Sorgen um die Entwicklung Ihres Kindes machen
- + Sie Fragen zur Erziehung haben
- + Sie sich nicht sicher sind, ob Ihre Reaktionen auf das Verhalten Ihres Kindes richtig sind
- + Sie Unterstützung bei Veränderungen in Ihrer Familie brauchen

Berater	Achim Illig, Diakonie Gütersloh
Ort	AWO Kita Feldmaus, Feldstraße 55, Neuenkirchen
Datum	1 x monatlich, wechselnd vormittags 9 - 11 Uhr oder nachmittags 14:30 - 16:30 Uhr
Anmeldung	Irene Mentis FON 05244 / 32 99 fz-kita-feldmaus@awo-owl.de

OFFENER BABYTREFF

Schwangere und Mütter/Väter mit Babys

15.09., 20.10., 17.11., 15.12.26 und 19.01.27
jeweils 9:30 – 11 Uhr (3. Donnerstag im Monat)

Eingeladen sind alle Schwangeren und Eltern mit Babys bis zum ersten Lebensjahr aus Mastholte und Bokel. Hier gibt es Tipps rund um die Schwangerschaft und das erste Lebensjahr. Begleitet werden die Treffen von der Hebamme Helena Warkentin. Neben einem gemeinsamen Erfahrungsaustausch mit anderen Müttern, werden Themen

- rund um Schwangerschaft,
- Stillen,
- Beikost und
- Babypflege angesprochen.



Die Treffen in der Kath. Kita St. Jakobus, Riekstraße 90a, Mastholte, 02944 / 76 75, sind kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.



Familienzentrum
Rietberg-Süd



Schwangerschafts- / -konfliktberatung

Beraterin	Barbara Schmidt, Anja Voß-Brink, Sozialdienst katholischer Frauen Gütersloh
Ort	Familienzentrum Rietberg, Wiedenbrücker Straße 36
Datum	1. Mittwoch im Monat
Zeit	8.30 bis 12.00 Uhr
Anmeldung	FON 05241 / 96 18 511 b.schmidt@skf-guetersloh.de a.voss-brink@skf-guetersloh.de



Online-Beratungsangebot www.profemina.org
kostenlose **Beratungshotline 08000 606767**
montags bis freitags von 08:30h bis 17:30h





Weitaus mehr Frauen als gemeinhin angenommen stürzen rund um die Geburt ihres Kindes in eine seelische Krise. Sie geraten durch die Erkrankung oft in starke Selbstzweifel und Schuldgefühle, da sie plötzlich ihren Alltag nicht mehr bewältigen und keine Beziehung zu ihrem Kind aufbauen können.

**Ängste und Unsicherheit in der Schwangerschaft?
Statt Mutterglück nur Tränen und Schuldgefühle?**

Häufig ziehen die Frauen sich zurück, versuchen ihren Zustand zu verbergen und trotz tiefster Verzweiflung die Fassade der glücklichen und perfekten Mutter zu bewahren.

Die Ursachen für diese peripartalen Reaktionsformen sind individuell verschieden, da biologische, psychische, soziale und gesellschaftliche Faktoren in unterschiedlicher Gewichtung ineinanderfließen. Dabei sind graduelle Abstufungen von leichteren Anpassungsstörungen bis hin zu schweren suizidalen Formen möglich. Typisch ist eine schleichende Entwicklung. Ungefähr 10 bis 20 Prozent aller Mütter sind hiervon betroffen.

Auch Väter / PartnerINNEN berät vanessa.zobel@t-online.de
(0151 / 68 11 90 54).

Infos und EPDS-Selbsteinschätzungstest: www.schatten-und-licht.de

**Schatten
& Licht e.V.**
Initiative peripartale
psychische Erkrankungen



Herzlich willkommen!

Cafè Babyzeit

jeden 2. und 4. Dienstag im Monat, 15:00 bis 16:30 Uhr
im Familienzentrum Rietberg, Wiedenbrücker Straße 36



Die Diakonie-Mitarbeiterin und Hebamme Gabriele Hesse (hebigabi@hotmail.com) lädt ein zum Austausch über alle Fragen rund um Mutter und Kind.

Treff für junge Eltern mit Baby

Brauchen Sie Unterstützung beim Stillen?

Wie ist Ihr eigenes Befinden?

Was hilft Ihrem Kind bei Bauchschmerzen?

Wann sollte mit der Beikost begonnen werden?

Was darf Ihr Kind essen?

Was kann man gegen Schmerzen beim Zahnen tun?

Diakonie 
Gütersloh e.V.


HEBAMMENPRAXIS
Kleine Wunder

Cafè Freiraum - Offener Frühstückstreff

Alle Väter/Mütter sind mit ihren Kindern zum Frühstückstreff in gemütlicher Runde eingeladen. Gleichzeitig möchten wir mit Ihnen über ganz alltägliche Fragen der Kindererziehung ins Gespräch kommen.

Ort	Familienzentrum Rietberg, Wiedenbrücker Straße 36
Datum	jeden 1. Mittwoch im Monat
Zeit	09.30 bis 11.00Uhr
Veranstalter	Familienzentrumsverbund Rietberg
Anmeldung erwünscht	Julia Unruh FON 05244 / 986-15016





Erhältlich in den Sprachen Deutsch, Türkisch, Russisch, Arabisch und Englisch

<https://www.bzga.de/infomaterialien/kinder-und-jugendgesundheit/kurzknapp-elterninfo/>

Schutzgebühr keine

www.elternguide.online.de

Schritt für Schritt zur richtigen Information

Elternbriefe in leichter Sprache

Der Arbeitskreis Neue Erziehung e.V. (ANE) aus Berlin gibt seit vielen Jahren Elternbriefe heraus und informiert darin junge Eltern über das Wichtigste, das sie über die Erziehung von Kindern wissen sollten. Von der Geburt des Kindes an, werden insgesamt 64 Briefe über acht Jahre an die Eltern verschickt, die darin zu den Erziehungsfragen, die in dem jeweiligen Alter des Kindes relevant sind, informiert werden. Die Elternbriefe beschränken sich dabei auf das Wesentliche und geben ganz pragmatische Ratschläge. Neben deutsch-türkischen Elternbriefen gibt es zwei Elternbriefe in leichter Sprache. Die pdf-Datei zum Download, eine Hörversion und weitere Informationen zu den Elternbriefen finden Sie hier:

www.ane.de/elternmedien/leichte-sprache/

Eltern-Kind-Turnen

Beim Eltern-Kind-Turnen unterstützen Sie, als Eltern, die ganzheitliche Entwicklung Ihres Kindes. Sie erfahren bewusst Phasen der frühkindlichen Entwicklung. Über diese können Sie sich mit anderen Eltern austauschen.

Mit Freude und Spaß genießen Sie die Zeit bei vielen gemeinsamen Aktivitäten.

Angebot 1 **Eltern-Kind-Turnen** mit Kindern von 1 1/2 bis 3 Jahren

Weitere Infos unter www.viktoria-rietberg.de

Ort	Einfachturnhalle, Torfweg
Datum	montags
Zeit	15.30 bis 16.30 Uhr
Veranstalter	TuS Viktoria Rietberg
Auskunft	Manuela Winkel
	FON 0171 / 80 18 462

Angebot 2 **Purzelturnen** für Eltern mit Kindern ab 1 Jahr

Ort	Turnhalle, Diekamp
Datum	donnerstags
Zeit	09.00 bis 10.00 Uhr
Veranstalter	TuS Westfalia Neuenkirchen
Auskunft	Maria Allerbeck
	FON 05244 / 22 28

Angebot 3 **Eltern-Kind-Turnen** mit Kindern von 2 bis 4 Jahren

Ort	Turnhalle, Diekamp
Datum	donnerstags
Zeit	15.00 bis 16.00 Uhr
Veranstalter	TuS Westfalia Neuenkirchen
Auskunft	Sybille Hildebrand
	FON 0176 / 51 17 64 39

Angebot 4 **Eltern-Kind-Turnen** mit Kindern von 2 bis 4 Jahren

Ort	Turnhalle, Diekamp
Datum	donnerstags
Zeit	16.00 bis 17.00 Uhr
Veranstalter	TuS Westfalia Neuenkirchen
Auskunft	Sybille Hildebrand FON 0176 / 51 17 64 39

Angebot 5 **Krabbelkäfer** für Eltern mit Kindern von 1Jahr (wenn das Kind laufen kann) bis 3 Jahren

Ort	Kleine Turnhalle, Rietberger Straße
Datum	donnerstags
Zeit	16.15 bis 17.15 Uhr
Veranstalter	Sportverein Rot Weiß Mastholte
Auskunft	Eva Bierstedt FON 0170 / 12 21 665

Angebot 6 **Purzelturner** für Eltern mit Kindern ab 3 (bis 6 Jahren)

Ort	Kleine Turnhalle, Rietberger Straße
Datum	freitags
Zeit	16.15 bis 17.15 Uhr
Veranstalter	Sportverein Rot Weiß Mastholte
Auskunft	Marina Brese FON 02944 / 58 71 54

Kinder- und Jugenduntersuchungen

Die U1, U2, U3, ... werden von Kindern in Begleitung ihrer Eltern gut wahrgenommen, dies sollte auch bei der **J1** (Untersuchung im Alter von 12 bis 14 Jahren: Größe, Gewicht, Impfstatus, Blut und Harn) und **J2** (u. a. Diabetes-Risiko, Haltungs-, Pubertäts- und Sexualitätsstörungen), so sein.

Irgendwie anders

Treff für Eltern von Kindern mit Einschränkungen

Ort	Familientreff Neuenkirchen, Gütersloher Straße 18
Datum	jeden 1. Dienstag im Monat
Zeit	20.00 Uhr bis ca. 22.00 Uhr
Veranstalter	Familienzentrum Neuenkirchen Claudia van Rijbroek FON 05244 / 98 89 90
Anmeldung	nicht notwendig

Vater ist, was du draus machst!



www.vaeter.nrw

Lust auf neuen Input?



Väterarbeit

... gibt es in den Kitas, besondere Aufgaben in der Schule und spezielle Angebote im Verein (Vater-Kind-WE).

Seit Anfang 2026 treffen sich Väter im Familienzentrum Rietberg oder zu besonderen Aktionen in Region. Die Gruppe trifft sich regelmäßig zwei Mal monatlich (wechselnd samstags nachmittags und sonntags vormittags). Die Treffen im Familienzentrum, Wiedenbrücker Straße 36 in Rietberg, haben jeweils einen thematischen Schwerpunkt und sind offen für neue Teilnehmende. Bei den meisten Treffen soll etwas gemeinsam mit Kindern unternommen werden, manchmal dürfen auch die Mütter 😊 mit dabei sein. Jedenfalls sind die monatlichen Aktionen (Ausflüge in der Region, Besuche bei Vereinen, Firmen, ...) in der Regel für Väter mit ihren Kindern konzipiert.

Die Gruppe wird getragen von der Deutsch-Türkischen Kontaktgruppe Rietberg (DTKG), begleitet vom städtischen Familienzentrum und unterstützt vom Kommunalen Integrationszentrum des Kreises Gütersloh. Es gibt ein Jahresprogramm, eine WhatsApp-Gruppe und eine Präsenz auf Facebook.

Kontakt: familienzentrum@stadt-rietberg.de

„Sports4kids“

Die Einlösung der 50-Euro-Gutscheine (für ein Jahr kostenfreien Sport in einem Rietberger Verein), den alle Kinder seit Jahresbeginn 2020 zu ihrem 4. Geburtstag geschenkt bekommen haben, wird bis zum 6. Geburtstag verlängert. Angebote www.rietberg.de/leben-in-rietberg/sport-freizeit.html

Schwimmkurse

Im Hallenbad am Torfweg in Rietberg gibt es Schwimmkurse für Kinder ab 6 Jahre.

Anmeldung über schwimmkurse@stadt-rietberg.de oder unter 05244-986-34 009

Kinder können auch bei der DLRG Rietberg

www.rietberg.dlrg.de

und der TuS Viktoria Rietberg das Schwimmen erlernen.

www.schwimmen.viktoria-rietberg.de/trainingszeiten

Anmeldung: schwimmen@viktoria.rietberg.de

Erwachsenenschwimmkurse der VHS Reckenberg-Ems im Rietberger Hallenbad geben auch Eltern die Möglichkeit, rasch sicher Schwimmen zu können.

www.vhs-re.de

Ferienbetreuung

Sehr beliebt sind die Theater- und Themen-Wochen im Jugendhaus Südtorschule (1. Woche in Osterferien, viertägig; in den Sommerferien sowie die 1. Woche Herbstferien, jeweils fünftägig) und der „Spaß im Park“ in den beiden ersten Sommerferienwochen im Gartenschaupark (www.suedtorschule.de/Angebote/Ferienspiele). Die Offene Jugendarbeit der Stadt Rietberg veranstaltet diese Wochen teils integrativ zusammen mit der Lebenshilfe.

Außerhalb dieser Wochenangebote haben das Jugendhaus Südtorschule und der Jugendtreff Neuenkirchen (schon ab 9 Uhr !) geöffnet.

Die Rietberger **Sommerferienspiele** (www.ferienspiele.rietberg.de), ebenfalls ein Projekt der Lokalen Bündnisse für Familie Rietberg, sind seit Jahrzehnten auf die „großen Ferien“ beschränkt. Die 150 bis 200 Angebote engagierter Akteure umfassen Kurse im Stundenumfang, aber auch Halbtages-, Tages- und Wochenangebote.

Da haben nicht nur die Kinder viel Spaß, sondern es freuen sich auch so manche Eltern; auch weil hier eine für sie wichtige Kinderbetreuung erbracht wird. Beispiele: Ponyhof-Woche, Fußballcamp, Sommertheater im Jugendtreff, Tagesfahrt nach Fort Fun.

FÜN[®] Baby/Kleinkind

Familie und Nachbarschaft

für Eltern mit Kindern von 6 bis 18 Monate bzw. 1,5 bis 3 Jahre

Beim FuN-Baby-Programm steht im Mittelpunkt: Entwicklungs-förderung des Kindes, Wahrnehmungsübungen, Lieder, Spiele, Gesprächsrunde mit einem kleinen Essen.

Referentinnen	Katharina Kneuper + Julia Unruh
Ort	Familienzentrum Rietberg, Wiedenbrücker Straße 36
Datum	dienstags (8 x) oder donnerstags (8 x)
Termin	nach Absprache
Zeit	09.30 bis 11.00 Uhr
Veranstalter	Familienzentrumsverbund Rietberg in Kooperation mit der Regionalstelle Ost, Kreis Gütersloh
Gebühr	keine
Anmeldung	Julia Unruh FON 05244 / 986-15016 julia.unruh@stadt-rietberg.de





TonArt Minis

Musikalisches Angebot für (Groß-)Eltern mit Kindern im Alter von 1 – 2 Jahren

Wichtiges Ziel der Minis ist es, Kinder so früh wie möglich auf spielerische Weise an die Musik heran zu führen. Durch Beobachten, Zuhören, Nachahmen und selbstgestalten entwickeln Kinder ihre Freude am Musizieren.

Die Musik hat eine besondere Wirkung auf Kinder und kann dazu beitragen, ihre sprachlichen, motorischen und sozialen Fähigkeiten zu fördern.

Chorleiterin
Ort

Stefanie Westerbarkey
Probenraum

Baumweg 18, Varensell
Wiedenbrücker Straße 36

Datum

donnerstags (wöchentlich
außer in den Schulferien)

Zeit

15.30 bis 16.15 Uhr

TN-Beitrag

10 € mtl. / Geschwisterkind 3 €

Veranstalter

TonArt Varensell e. V.

Chorarbeit für Kinder und
Jugendliche

www.tonart-varensell.de

Anmeldung

Stefanie Westerbarkey

FON 0151 / 75 09 01 90





Telefonische und Online-Beratung bietet das **Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“** unter **FON 116 016** und auf www.hilfetelefon.de – anonym, kostenfrei, rund um die Uhr und barrierefrei in deutscher Sprache und 18 Fremdsprachen.

Man-o-mann Männerberatung

Väterberatung, Trainingsprogramm gegen häusliche Gewalt, ...

0521 / 68 676

MutMachMobil

Die Frauenberatungsstelle und Fachstelle für sexualisierte Gewalt kommt nun ins städtische Familienzentrum.

Ort	Familienzentrum Rietberg, Wiedenbrücker Straße 36
Datum	2. Mittwoch im Monat
Zeit	10:00 – 16:00 Uhr
Infos	www.frauen4frauen.de frauenberatung-gt@frauen4frauen.de

Kostenloses Beratungsangebot für Eltern und Alleinerziehende

Im Rahmen des vom Bundesministerium für Arbeit & Soziales geförderten ESF Programm Akti(F) Plus – Aktiv für Familien und Ihre Kinder, wurde unter der Projektleitung von Pro Arbeit e. V. das Beratungsangebot **GaHi - ganzheitliche Hilfe für Alleinerziehende und Familien im Kreis Gütersloh** entwickelt, welches sich inhaltlich mit der Beratung und Unterstützung von Eltern und Alleinerziehenden in Bezug auf die Arbeitsaufnahme- und/oder Ausweitung beschäftigt. Ziel der Beratung ist eine bessere Vereinbarkeit von Familie & Beruf und eine niedrigschwellige Unterstützung bei den damit einhergehenden Herausforderungen aus dem Familienalltag.

Wir beraten und unterstützen bei:

- Erstellen von Bewerbungsunterlagen (Lebenslauf, Anschreiben)
- Unterstützung bei der Jobsuche/Praktika
- Hilfe bei Anträgen (Bürgergeld, Wohngeld, Kinderzuschlag, Kindergeld, Elterngeld usw.)
- Unterstützung bei der Kommunikation mit Ämtern (Jobcenter, Jugendamt etc.)
- Lotsenfunktion zu anderen Akteuren (Schuldnerberatung, Familienberatungsstelle, Ärzte usw.)
- Kitaplatzsuche/Anmeldung

Wann? dienstags und mittwochs 08:00 - 12:00 Uhr

Wo? Haus der Beratung & Bildung,
Bahnhofstraße 40, Rietberg

Rebecca Maruschke 0176/20918859 r.maruschke@proarbeit.biz



Starke Väter – Starke Kinder

Online-Kurse für Väter

Was ist mir wichtig in der Erziehung? Wie gut kenne ich mich selbst? Wie kann ich mein Kind unterstützen? Wie setze ich Grenzen? Wie treffen wir Vereinbarungen? Wie lösen wir Konflikte? Dieser Kurs richtet sich an alle Väter, die gern mehr Leichtigkeit und Freude in den Alltag mit ihren Kindern bringen wollen. Der Väterkurs bietet hilfreiches Wissen, praktisches Üben und Austausch mit anderen Vätern.

Die Kurse werden vom Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend gefördert und sind deswegen für die Väter kostenlos.

Allgemeine Informationen zum Elternkursprogramm Starke Eltern – Starke Kinder finden Sie hier: [Über Uns – Starke Eltern – Starke Kinder](#)

Sie können einen der folgenden Väter-Kurse auswählen. Die Kurse jeweils wöchentlich am statt. Jeder Kurs umfasst 10 Kurstreffen. Informationen zur Anmeldung befinden sich unter dem jeweiligen Link.

Montag, 19:00 – 21:00 Uhr, Kurs startet am 24. August 2026

[id-6a4f43f613840 – Starke Eltern – Starke Kinder](#)

Dienstag, 19:30 – 21:30 Uhr – Kursstart 14.09.2026

[id-6a4f5e685c6e7 – Starke Eltern – Starke Kinder](#)

Mittwoch, 19:00 – 21:00 Uhr – Kursstart 26.08.2026

[id-6a4f56bc0be5c – Starke Eltern – Starke Kinder](#)

Donnerstag, 19:00 – 21:00 Uhr – Kursstart 8.10.2026

[id-6a6c8148a8433 – Starke Eltern – Starke Kinder](#)

Freitag, 19:00 – 21:00 Uhr – Kursstart 18.09.2026

[id-6a4f5cab79a6a – Starke Eltern – Starke Kinder](#)

DER KINDERSCHUTZBUND BUNDESVERBAND E.V.

mit Unterstützung von 

Strong Parents – Strong Children Online Courses for English-speaking parents

What's important to me in parenting? How well do I know myself? How can I support my child? How do I set boundaries? How can we make agreements? How do we resolve conflicts? This course is directed at all parents who want to bring more ease and joy into everyday life with their kids. The parents' course offers helpful knowledge, practical exercises, and the chance to share experiences with other parents.

The courses are funded by the Federal Ministry of Education, Family Affairs, Seniors, Women, and Youth, so they are free of charge.

General information about the Strong Parents – Strong Children parent course program can be found here: [Über Uns – Starke Eltern – Starke Kinder](#)

You can choose one of the following parents' courses in English. Each course includes 10 sessions. The courses take place weekly. You can find information about registration under the respective link.

Tuesdays, 7:30 pm – 9:30 pm, course starts 22nd September
[id-6a548f3a26d1a – Starke Eltern – Starke Kinder](#)

Thursdays, 7 pm – 9 pm, course starts 20th August
[id-6a4f5b2f2993a – Starke Eltern – Starke Kinder](#)

Fridays, 10 am – 12 noon, course starts 11th September
[id-6a58a557aa259 – Starke Eltern – Starke Kinder](#)



Starke **Eltern**
Starke **Kinder**

Gelassen DURCH DEN FAMILIENALLTAG



September

Zur Ruhe kommen

- Ein Abend zum Loslassen, Durchatmen und auftanken
- Entspannung für Körper und Geist

Oktober

- Gelassen durch den Familienalltag
- Infoabend: Warum Eltern oft Stress empfinden
- Tools für mehr Gelassenheit im Alltag
- Gemeinsamer Austausch und Reflektion

November

Zeit finden und Kraft tanken

- Ein Entspannungsabend mit der progressive Muskelentspannung und Achtsamkeit für einen ruhigen Start in die Vorweihnachtszeit

Dezember

- Gemeinsam auf das vergangene Jahr zurückblicken
- Eigene Kraftquellen und schöne Momente entdecken
- Dankbarkeit als Ressource erleben
- Mit einer kleinen Vision-Board-Übung Wünsche und Ziele für das neue Jahr gestalten
- Abschlussmeditation

4 ABENDE FÜR ELTERN

Diese vierteilige Reihe lädt ein, kurz aus dem Alltag auszusteigen, aufzutanken und neue Impulse für mehr Entspannung, Gelassenheit und Selbstfürsorge zu gewinnen.

Ziele der Themenreihe

- Stärkung der Eltern im Familienalltag
- Förderung von Gelassenheit und Selbstfürsorge
- Vermittlung alltagstauglicher Impulse
- Raum für Austausch, Reflexion und Entspannung
- Nachhaltige Unterstützung für Familien

Referentin:

Monja Geistmeier

Heilpraktikerin für Psychotherapie
Freiraum für eine gesunde Balance
Dammstraße 57
33397 Rietberg

0160 18 30 875

kontakt@freiraum-gesunde-balance.com

www.freiraum-gesunde-balance.com

Ort

Familienzentrum Rietberg,
Wiedenbrücker Straße 36
donnerstags (4 x)

Datum

3.9., 1.10., 5.11. + 3.12.2026

Termin

Zeit

19.00 bis 20:30 / 21:00 Uhr

Veranstalter

Familienzentrumsverbund
Rietberg

Teilnahme

8 Personen

Gebühr

keine

Anmeldung

Julia Unruh

FON 05244 / 986-15016

julia.unruh@stadt-rietberg.de



Liebe Eltern,
es wird musikalisch. Am **Freitag, 04.09.2026** bieten wir
über unser Familienzentrum ein 45-minütiges **Konzert**
mit der **Familienrockband KrAWallo** an der Miniburg
an. Eingeladen sind alle KiTa-Familien (Eltern und
Kinder).

Wir starten um **15 Uhr** mit einem gemeinsamen
Picknick. Bringen Sie bitte Ihren gefüllten Picknickkorb
und eine Decke mit.

Um 16 Uhr wird es rockig und das Mitmachkonzert von
der Band KrAWallo startet.

Die Veranstaltung endet gegen ca. 17 Uhr.

Wir freuen uns auf einen tollen und musikalischen Tag
mit Ihnen und Ihren Kindern!

Ihr **KiTa-Team**

Rückmeldung bitte bis Montag, 31.08.2026 z. B. bei
Nicole Bisping 05244/77848 kiga-bokel@t-online.de



Familienzentrum
Rietberg-Süd



Bokeler Basar

Kinderbekleidung Herbst-Winter



am 12.09.2026

von 09:30 Uhr bis 11:30 Uhr

im Dorfhaus in Bokel, Doppstr. 16, 33397 Rietberg

für Schwangere ist bereits ab 9:00 geöffnet



Nummernvergabe ist am 28.08.2026 bis 20:00 Uhr unter basarbokel@gmail.com

Börse für Kinderkleidung

HERBST / WINTER

19. SEPTEMBER 2026
14:00 UHR - 16:00 UHR

SCHWANGERE MIT MUTTERPASS UND BEGLEITPERSON STÖßERN AB 13:30 UHR

ST. BENEDIKTUS
Kindergarten Varensell
SCHULSTR. 12-14 | 33397 RIETBERG



Verkaufsnummer gewünscht?

GEGEN EINE TORTENSPENDE AM VERANSTALTUNGSTAG ERHALTEN SIE EINE VERKAUFSNUMMER.
15% IHRES VERKAUFS GEHEN ALS ERLÖS AN DEN FÖRDERVEREIN DES KINDERGARTENS.

NUMMERNVERGABE PER MAIL: 04. SEPTEMBER 2026 VON 17:00 UHR - 19:00 UHR
FÖRDERVEREIN-KIGA-VARENSELL@GMX.DE

ABGABE DER KLEIDUNG: FREITAG, 18. SEPTEMBER 2026 VON 14:00 UHR BIS 15:30 UHR



Sankt Benediktus
Kindergarten Varensell

Hand in Hand ~ für unsere Kinder

Gute Gelegenheit vor Ort:

Ökumenischer
Bibeltag
für Familien im Bibeldorf

Teller bemalen

Mehl mahlen und
Brot backen

Schabbatfeier

Gemeinsam mit
Eltern, Großeltern
und Kindern

Waffeln

Führung durch das
Bibeldorf für Erwachsene



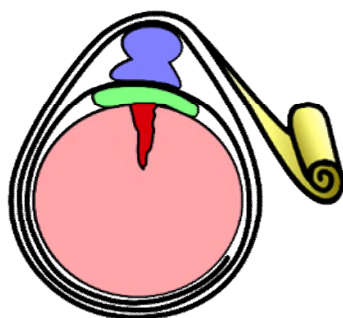
Sa. 19. September 14:30 - 17:30

Bibeldorf Rietberg
7€ pro Person, ab 4 Jahren
für alle mit der PLZ 33397
Kinder der Klassen 2 bis 6 mit ihren Eltern und Großeltern

ANMELDUNG

Veranstaltung der kath. und ev. Kirchengemeinden aus Rietberg

„Da wollte ich immer schon
Mal hin 😊.“



Erste-Hilfe-Kursus für Familien

Rietberg. Die Kolpingsfamilie Rietberg bietet ab dem 27. September einen Erste-Hilfe-Kursus für Familien in Zusammenarbeit mit den Maltesern an. Das Angebot richtet sich an Familien mit Kindern ab acht Jahren – nicht nur die Eltern bekommen eine Auffrischung in Erster Hilfe, auch den Kindern wird spielerisch beigebracht, wie sie sich im Ernstfall verhalten sollten und an-

deren helfen können. Der Kurs findet im Bürgerhaus in Drufel von 9.30 bis 16.30 Uhr statt. Der Kostenbeitrag beläuft sich auf zehn Euro pro Familie inklusive Mittagsimbiss und Getränken. Sowohl Mitglieder der Kolpingsfamilien als auch Interessierte sind eingeladen. Weitere Informationen und Anmeldungen sind möglich via Mail an kolping-rietberg@web.de.

NW 8./9. August 2026



Kolping



Familie als Demokratie-Ort in stürmischen Zeiten

Datum & Uhrzeit 29. Sept. 2026 07:00 PM Amsterdam, Berlin, Rom, Stockholm, Wien

Meeting-ID 988 5808 2943

Kenncode 421797



[Zu Calendar hinzufügen \(.ics\)](#) | [In Google Kalender aufnehmen](#) | [In Yahoo-Kalender aufnehmen](#)

Um Ihre Registrierungsdetails zu bearbeiten oder Ihre Registrierung zu stornieren, [klicken Sie hier](#).

Bitte richten Sie alle Fragen an info@muetterbuero-nrw.de.

TEILNAHMEARTEN BEI ZOOM

Sie können auf PC, Mac, iPad oder Android beitreten

Am Meeting teilnehmen

Wenn die Schaltfläche oben nicht funktioniert, fügen Sie Folgendes in Ihren Browser ein:

https://zoom.us/j/98858082943?tk=-olkFOvTV8hAv6v23Pp1U4bsJssWmbhFr0_uqkNXhUQ.DQkAAAAAXBGaifxYyaGhXRE5rZVJjS2xkcmtPeU9iVVN3AAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAA&pwd=FbP5cKaQc5M6ouB65TphRasU1FtGTF.1

Um das Meeting sicher zu halten, teilen Sie diesen Link nicht öffentlich.

Über Audio beitreten

Schnelleinwahl mobil: Deutschland: [+496971049922...98858082943#](tel:+49697104992298858082943#)....*421797# oder [+496938079883..98858082943#](tel:+49693807988398858082943#)....*421797#

Oder wählen Sie Wählen Sie für eine bessere Qualität eine Nummer in der Nähe Ihres aktuellen Standorts aus.
Deutschland:
+49 69 7104 9922
oder +49 69 3807 9883



vorsortierter
BASAR
Mastholte



Freitag, 02.10.2026
19 - 21.30 Uhr

Aula der Grundschule
Riekstraße 81
33397 Rietberg



verkauft wird Kinderkleidung
Herbst / Winter
in den Größen 50-176

Du möchtest verkaufen?

Gerne! Dann schreib eine E-Mail
am 05.09.2026 bis 20 Uhr an:

basar.mastholte@web.de

20% deines Verkaufserlöses behalten wir ein.



Freitag, 6.11.26, 19:00 – 21:30 Uhr

Moonligh Basar Spielzeug

Samstag, 7.11.26, 11:00 – 13:00 Uhr

Basar Kommunionkleidung für Kinder

INFOS ->



@FV_KATHKITASMASTHOLTE

FOERDERVEREINKINDERGARTEN@GMX.DE

Elternabend: Wenn die Wut kommt

Kinder in Gefühlsstürmen begleiten

Das Kind wirft sich an der Supermarktkasse schreiend auf den Boden, weil die Eltern ihm keine Süßigkeiten kaufen wollen. Oder es schlägt um sich und schimpft, weil es kein Fernsehen schauen darf. Situationen in denen Kinder starke Gefühle zeigen, begegnen Eltern im Alltag immer wieder. Gleichzeitig erleben Eltern oft eine Überforderung und wissen nicht so recht, wie sie mit solchen Situationen umgehen sollen. Oder sie lassen sich von der Emotionswelle mitreißen und es gelingt ihnen nicht, gelassen zu bleiben.

In diesem Vortrag lernen Eltern, wie das kindliche Nervensystem funktioniert, was ein Kind im Gefühlssturm braucht und wie sie es schaffen, währenddessen für ihr Kind der Fels in der Brandung zu sein.

Dozentin	Hanna Nienaber, staatl. anerk. Erzieherin
Datum	Montag, 05.10.2026
Beginn	19:00 Uhr
Ende	21:15 Uhr
Ort	Kindertageseinrichtung St. Laurentius, Berkenheide 2, Westerwiehe
Veranstalter	Familienzentrum VarWest-Rietberg
Anmeldung	St.Laurentius.Westerwiehe@kath-kitas-owl.de FON 05244 2261



Eltern-Kind-Turnen für U3 Kinder

Wir werden in der Turnhalle eine Bewegungslandschaft aufbauen. Die Kinder haben dort die Möglichkeit sich zu bewegen und auszutoben.

Gemeinsam mit Ihren Kindern können Sie die Stationen bewältigen und Sie haben die Möglichkeit mit anderen Eltern in den Austausch zu kommen.

Datum	Dienstag, 06.10.2026
Beginn	15:00 Uhr
Ende	16:00 Uhr
Ort	AWO Kita Stennerland Stennerlandstraße 83, Rietberg
Veranstalter	AWO Familienzentrum Rietberg, Kita Stennerland
Anmeldung	bis zum 29.09.2026 bei Maria Mustafi 05244 / 9079746 familienzentrum-kita-stennerland@awo-owl.de

**herzlich
menschlich
nah**

Weil jedes
Leben zählt!





Elternabend "Notfälle im Kindesalter"

Jedes Jahr verunglücken in Deutschland rund 20.000 Kinder, die meisten davon zu Hause oder im Freizeitbereich.

Viele werden erst vom Notarzt richtig versorgt. Aus Angst etwas falsch zu machen, vergehen dabei wertvolle Minuten und Leben.

An diesem Elternabend geht es vom Insektenstich bis zum Atemstillstand eines Kindes. Sie erhalten Informationen und Anleitungen, wie Sie in Notsituationen richtig reagieren können.

Datum	Dienstag, 06.10.2026
Beginn	18:30 Uhr
Ende	ca. 22:00 Uhr
Ort	Dorfhaus Bokel, Doppstraße 16
Anmeldung	Kindergarten Bürgerverein Bokel e. V. Nicole Bisping FON 05244 / 77848 kiga-bokel@t-online.de



Familienzentrum
Rietberg-Süd

Demokratie-Training

für Mamas und Papas und Großeltern mit Kindern ab 12 Jahre

Was bedeutet Demokratie für mich?

Wie funktioniert Demokratie?

Warum Demokratie so?

Was kann ich einbringen?

Viele weitere Fragen stellen wir uns an diesem Nachmittag, versuchen Antworten zu finden.

Es geht um Interessen, Macht, Teilhabe, Achtsamkeit, Diskriminierung, Miteinander, Erfahrungen, Sensibilität, Gemeinsamkeit,

Neu, spannend, bewegt, erkenntnisreich, lustig, erhellend, bunt, ... sind nur ein paar Adjektive, die das Training beschreiben.

ein guter Demokrat / eine gute Demokratin sein

MITMACHEN

Ort	Familienzentrum Rietberg Wiedenbrücker Str. 36, Rietberg
Datum	Sonntag, 11.10.2026 10:30 bis 14:30 Uhr
Teilnehmerzahl	maximal 16 Personen
Veranstalter	Deutsch-Türkische Kontaktgruppe Rietberg e. V.
Anmeldung	FON 0151 / 12 86 40 85

Demokratie

leben!

Resilienz und Selbstfürsorge für Mütter – Kraftvoll bleiben im Familienalltag

Muttersein ist erfüllend – und zugleich herausfordernd! Zwischen Verantwortung und Wochenplanung für die Kinder, der eigenen Berufstätigkeit, der Partnerschaft und den Bedürfnissen aller Familienmitglieder, bleibt die eigene Kraft oft auf der Strecke. Doch Resilienz bedeutet nicht immer nur stark zu sein. Resilienz bedeutet vor allem gut für sich selbst zu sorgen und immer wieder in die eigene Kraft zurückzufinden. In diesem Workshop beschäftigen wir uns intensiv mit den Fragen:

Was stärkt mich – und was raubt mir Energie?

Neben fachlichem Input stehen vor allem praktische Übungen und der gemeinsame Austausch mit anderen Müttern im Mittelpunkt:

- Reflexion der eigenen Belastungsfaktoren
- Entdecken persönlicher Stärken und Ressourcen
- Entwicklung individueller Selbstfürsorge-Strategien
- Konkrete Impulse für mehr innere Stabilität im Alltag

Der Workshop bietet Raum für ehrlichen Austausch in geschützter Atmosphäre und lädt dazu ein, sich selbst wieder bewusster wahrzunehmen. Gönnen Sie sich diese Zeit für sich selbst – denn eine resiliente Mutter ist nicht die, die alles schafft, sondern die, die gut für sich selber sorgt!

Datum **Mittwoch, 14.10.2026**

Beginn 19:00 Uhr

Ende 21:15 Uhr

Ort Kath. Kita St. Jakobus, Riekstr. 90a,
Mastholte

Anmeldung 02944 / 7675

st.jakobus.mastholte@kath-kitas-owl.de



Familienzentrum
Rietberg-Süd

Re-Fresher-Kurs Elternkompetenztraining

Verbindung stärken –Gelassenheit gewinnen: Dein Refresher
„Vertiefe dein Wissen aus dem Basiskurs und schaffe mehr Leichtigkeit im Familien-Miteinander.“

Erinnerst du dich noch an das gute Gefühl nach dem ersten Training? An die Vorsätze für mehr innere Ruhe und den Fokus auf Lösungen statt Probleme? Im Wirbelwind des Kindergarten-Alltags zwischen Autonomiephasen und Zeitdruck geraten diese wertvollen Werkzeuge manchmal in den Hintergrund. In diesen zwei kompakten Stunden holen wir dein Wissen zurück an die Oberfläche und passen es auf deine aktuelle Situation an.

Was dich in diesem 2-Stunden-Check erwartet:

- Zurück zur inneren Ruhe: Kurzes „Re-Boot“ deiner Strategien für mehr Gelassenheit, wenn es im Alltag mal wieder hoch hergeht.
- Bedürfnisse im Blick: Wir schauen uns an, was dein Kind jetzt im Kindergartenalter braucht und wie du es mit deinem Wissen optimal stärkst.
- Loslassen leicht gemacht: Wie du deinem Kind Raum für eigene Wege gibst, ohne die Bindung zu verlieren.
- Erfahrungsschatz nutzen: Zeit für einen gezielten Austausch unter „Ehemaligen“ –was hat funktioniert, wo hakt es noch?

Wir frischen dein Fundament auf, damit du wieder mit neuer Energie und Klarheit in den Familienalltag startest.

Ich freue mich auf unser Wiedersehen!

Referent	Thomas Leonhard (Familientherapeut)
Termin	Dienstag, 15.10.2026
Beginn	18:30 Uhr
Ende	20:30Uhr
Ort:	Kindergarten Bürgerverein Bokel e.V.
Anmeldung bis	05.10.2026 (max. 15 Teilnehmende)
	Nicole Bisping Fon 05244 / 77848
	kiga-bokel@t-online.de



Familienzentrum
Rietberg-Süd



Familienzentrum

Rietberg-Süd

EINLADUNG ZUM

Eltern-Kind- Nachmittag

Lichterglanz für gemütliche Herbsttage



Wenn die Tage kürzer werden, machen wir es uns im Haus gemütlich. Gemeinsam gestalten wir einen stimmungsvollen Lichterglanz für das Kinderzimmer – ob Sternchen, Regenbogenwolken oder kleine Gespenster. **Eurer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt!**



Wir lernen unterschiedliche Materialien kennen, wie z.B. Perlen, Vlies, Papier, Bänder u.ä.. Dabei werden spielerisch die **motorischen Fähigkeiten, Kreativität und Phantasie** gefördert.



Eltern und Kinder genießen Zeit miteinander, wobei der Spaß und das **gemeinsame Erleben** nicht zu kurz kommen. Die Möglichkeit zum gemeinsamen Austausch ist natürlich auch vorhanden.



Die fertigen Lichterketten dürft ihr mit nach Hause nehmen. Sie schaffen eine gemütliche Atmosphäre, machen stolz und laden zu schöner gemeinsamer Familienzeit ein – und stärken die Beziehung.



Mittwoch,
21.10.2026



14:30 – 15:30 Uhr



DRK MiniMax
Mastholte



Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.
Wir bitten um rechtzeitige Anmeldung.

Wir freuen uns auf einen kreativen Nachmittag mit euch! ♥



Jetzt wird's gemütlich

Lichterglanz im Kinderzimmer

(Inhalt und Ablauf
wie am 21.10.2026
in der DRK Kita MiniMax Mastholte)

Datum	Dienstag, 04.11.2026
Beginn	14:45 Uhr
Ende	16:15 Uhr
Ort	Kath. Kita St. Jakobus, Riekstraße 90a, Mastholte
Anmeldung	02944 / 7675 st.jakobus.mastholte@kath-kitas-owl.de



Familienzentrum
Rietberg-Süd



Bokeler Basar

Spielzeug, Laufräder, Roller etc.

Kindersitze, Hochstühle Kinderwagen etc.



am 07.11.2026

von 09:30 Uhr bis 11:30 Uhr

im Dorfhaus Bokel, Doppstr. 16, 33397 Rietberg

für Schwangere ist bereits ab 9:00 Uhr geöffnet



Nummernvergabe ist am 23.10.2026 bis 20:00 Uhr unter basarbokel@gmail.com

Börse für Spielzeug

7. NOVEMBER 2026
14:00 UHR - 16:00 UHR

SCHWANGERE MIT MUTTERPASS UND BEGLEITPERSON STÖßERN AB 13:30 UHR

ST. BENEDIKTUS
Kindergarten Varenzell
SCHULSTR. 12-14 | 33397 RIETBERG



Verkaufsnummer gewünscht?

GEGEN EINE TORTENSPENDE AM VERANSTALTUNGSTAG ERHALTEN SIE EINE VERKAUFSNUMMER.
15% IHRES VERKAUFS GEHEN ALS ERLÖS AN DEN FÖRDERVEREIN DES KINDERGARTENS.

NUMMERNVERGABE PER MAIL: 30. OKTOBER 2026 VON 17:00 UHR - 19:00 UHR
FÖRDERVEREIN-KIGA-VARENSSELL@GMX.DE

ABGABE DES SPIELZEUGS: FREITAG, 6. NOVEMBER 2026 VON 14:00 UHR BIS 15:30 UHR



Sankt Benediktus
Kindergarten Varenzell

Hand in Hand ~ für unsere Kinder



„Leben in Deutschland“

Integrationsspiel für (Groß)Eltern mit Kindern ab 12 Jahre

Spielend miteinander ins Gespräch kommen, mit Spaß lernen. Moderiert durch einen erfahrenen Spielleiter unterstützt das einfache Würfelspiel die Interkulturelle Kommunikation. Die Frage- und Antwortkarten des Spiels gelten als Beitrag zur Integrationshilfe, zur Bildung, vermitteln Werte, führen zur Zusammenarbeit der Kulturen und zum Miteinander in unserer Gesellschaft und kann zur Vorbereitung auf den Einbürgerungstest eine Hilfestellung leisten. Grundkenntnisse über Deutschland werden zu unterschiedlichsten Themen nähergebracht: Demokratie, Fragen zum Einbürgerungstest, Geografie, Kunst, Kultur, Umgangsformen, Rechte und Pflichten, Hilfestellungen im Alltag, wo finde ich was, Land und Leute, u.v.m.

Teilnehmen können Einzelpersonen, Paare, Familien; animieren Sie bitte jemanden aus Ihrem Umfeld zum Mitspielen 😊

Referent

Ahmed Saber Mahmud

Ort

Familienzentrum Rietberg,
Wiedenbrücker Straße 36

Datum

Sonntag, 08.11.2026

Zeit

10.30 bis 12.30 Uhr

Veranstalter

Familienzentrumsverbund Rietberg

Anmeldung

FON 05244 / 986-15 005

martin.hillemeier@stadt-rietberg.de

„Töpferspaß für Familien“

für Mamas und Papas oder Großeltern mit Kindern ab 5 Jahren

Mit etwas Kreativität, Fantasie entstehen individuelle Kunstwerke aus Ton.

Dieses Angebot eignet sich auch für ganze Familien

Ort	Kunstwerkstatt Rietberg Rügenstraße 6
Datum	Freitag, 20.11.2026 16:00 bis 17:30 Uhr
Teilnehmerzahl	maximal 8 Personen
Gebühr	17,00 € / Person, zzgl. Material- und Brennkosten
Veranstalter	Karin Wolf
Anmeldung	info@kunstwerkstattrietberg.de FON 0171 / 79 46 354



Informationsabend

für „werdende“ Eltern 😊

Die Mitteilung einer Schwangerschaft kann Anlass zur Freude sein und ist immer eine Zeit der großen Veränderung. Unser Infoabend möchte einen Einblick über die Dinge geben, auf die Sie vor und nach der Geburt Anspruch haben bzw. die Sie erledigen sollten.

Wir möchten Sie umfassend informieren über Hebammensuche, Mutterschutz, Elternzeit, Elterngeld und vieles mehr und stehen für Ihre Fragen gerne zur Verfügung.

Referentin
Ort

Barbara Schmidt, SkF-Gütersloh
Familienzentrum Rietberg
Wiedenbrücker Str. 36, Rietberg

Datum

Donnerstag, 12.11.2026

18:00 bis 20:00 Uhr

Veranstalter
Info

Sozialdienst katholischer Frauen
b.schmidt@skf-guetersloh.de
FON 05241 / 96 185 -12



SkF



Familienküche - digital Kochen mit und für Kinder



„Ich kann Kochen“ ist eine Initiative der die in Rietberg für Fachkräfte aus Kita- und Schule bereits eine Fortbildung angeboten hat. Sie schreibt: Mit der Expertise der TrainerInnen und den Erfahrungen aus der praktischen Ernährungsbildung wollen wir Euch beim gemeinsamen Schnippeln, Probieren und Genießen mit Euren Kindern zu Hause beiseite stehen. Denn wir sind überzeugt: Kochen ist eine fantastische Aktivität – mit der Familie!

<https://familienkueche.de/tipps-fuer-eltern/gesunde-ernaehrung/>

Das ist unser digitales Kochbuch: 16 Wochenpläne, 80 Rezepte, viele Tipps und die wichtigsten Grundlagen für das vollwertige Kochen mit der ganzen Familie

Kochbuch zum kostenfreien Herunterladen

www.ichkannkochen.de/fileadmin/ichkannkochen/content/Familienkueche_Digitales_Kochbuch_Ikako_2020.pdf



Obstretter aktiv

Initiative für die ganze Familie

Auf so manchen städtischen Flächen (Straßenränder, Pumpstationen der Kläranlagen, Gartenschauparkteil Süd, Spielplätze, ...) wurden in der Vergangenheit Obstbäume gepflanzt. Auch auf vielen privaten Grundstücken wachsen die insektenfreundlichen Vitaminspender.

Viele kennen die im Frühjahr herrlich blühenden Obstbäume, deren Obst manchmal unbeachtet im Herbst am Boden liegt.

Während so mancher Haushalt mit der Zeit schrumpft, die Bäume aber gerade mit zunehmendem Alter reichlich Früchte tragen, genügen Grundstückseigentümern ein Teil des Obstes, wird auf Anleitern und Kletterpartien verzichtet, dabei könnte das Obst vielen Familien Freude bereiten und zumeist ungespritzt, also in Bio-Qualität, für eine gesunde Vitamin-Versorgung genutzt werden.

„Wahr-Äpfel“ lassen sich kühl gelagert bis ins Frühjahr (dann luftge-trocknet etwas „schrumpeliger“) unverarbeitet aufbewahren, aber auch selbstgemachtes Kompott freut sich zunehmender Beliebtheit.

So manch eine Garten- und Obstwiesenbesitzerin fragt sich: Wohin mit der ganzen Ernte?

Nun gilt es, die Interessenten zusammen zu bringen, Erntehelfer, private Obstliebhaber, Menschen mit Expertenwissen (Pomologen und andere für Obstanbau und –baumpflege, soziale Verteiler, Früchteverwerter (Konservierung, Marmelade, Kompott, Chutney, Saft, ...).

Gemeinsame Naturerfahrungen, ein wachsendes Bewusstsein für traditionelle und regionale Produkte, der Wissenstransfer und ein Engagement gegen die Verschwendung wertvoller Rohstoffe sind Elemente einer nachhaltigen Strategie, derer sich eine noch zu bildende Initiative (Vereine, Schulen, Kitas, ...) annimmt.

Recht spontan als Familien-Mehrgenerationen-Projekt im Spätsommer 2020 mit zahlreichen Aktionen erfolgreich gestartet und letztes Jahr fortgeführt gibt es eine kleine Initiative, die sich hier engagiert.

Lust mitzumachen? Dann bitte melden beim Familienzentrum Rietberg (martin.hillemeyer@stadt-rietberg.de FON 05244 / 986-15005).

<https://www.rietberg.de/rathaus/aktuelles/detail/obst-pfluecken-erlaubt-und-erwuenscht.html>

Familiensportabzeichen

Sportabzeichen-Aktion in der Stadt Rietberg

Seit vielen Jahrzehnten organisiert der Stadtsportverband Rietberg die Rietberger Sportabzeichen-Aktion mit den Schulen auf den Sportplätzen in Mastholte und Rietberg, den Schwimmbädern und bei manchen Disziplinen (Sondertermine Walking, Radfahren) auch in der schönen Rietberger Landschaft.

Neben den Kindern (ab 6 Jahre) können auch Erwachsene die Leistungsnachweise erbringen. Familien mit mindestens drei erfolgreichen Teilnehmenden aus mindestens zwei Generationen erhalten eine gesonderte Urkunde und werden zusammen mit den erwachsenen AbsolventINNen und erfolgreichen Leistungssportlern unserer Stadt in einer gesonderten Veranstaltung geehrt. Neben Urkunden gibt es kleine Aufmerksamkeiten für Familien und die „SportjubililarINNen“ seitens der Stadt Rietberg.

So mancher benötigt das Sportabzeichen für das Berufsleben (BewerberINNEN für die Polizei, den Bundesgrenzschutz, ein Sportstudium, ...). So mancher Arbeitgeber „belohnt“ diesen „Fitness-Nachweis“, aber auch Krankenkassen gewähren Vergünstigungen.

www.rietberg.de/leben-in-rietberg/sport-freizeit.html
www.facebook.com/SportabzeichenRietberg

Die erforderlichen Leistungsnachweise in den Bereichen Ausdauer, Schnelligkeit, Kraft und Koordination müssen in einem Kalenderjahr erbracht werden; zudem erhalten nur nachgewiesene Schwimmer diese bundesweit anerkannte Auszeichnung.

Die erforderlichen Leistungen können je nach Alter und Geschlecht differenziert erbracht werden.

Ganzjährig unterstützen die Bäder der Region die Aktion, da kann man schon im Januar z. B. einen Fachangestellten Bäderbetriebe ansprechen; auch die DLRG Rietberg bietet diese Möglichkeit grundsätzlich kostenlos donnerstags ab 20 Uhr in der Schwimmhalle am Torfweg. Auf dem Sportplatz in Rietberg am Torfweg werden Leistungsnachweise **ab Mai mittwochs abends** ab 18:00 bis 19:45 Uhr und ab Mitte September bis zu den Herbstferien von 17:00 bis 18:45 abgenommen; daneben gibt es noch Sondertermine (Radfahren, Walking, Schwimmen, ...)



Relax & Fit mit Pferd

Es sind heute oft vielschichtige Herausforderungen, die Eltern bewältigen müssen. Und wie oft bleibt dann durch die Anforderungen des familiären Alltags wieder mal zu wenig Zeit für sich selbst? Doch ebenso wie ein Auto regelmäßig betankt wird, so sollten auch Eltern, die tagtäglich den Spagat zwischen Beruf und Familie bewältigen, Zeit für sich nehmen, um ihre mentalen und psychischen Reserven wieder aufzufüllen. Und genau hier setzt dieses besondere Kursangebot an: Der achtsame Kontakt mit diesen außergewöhnlichen Tieren kann sich heilsam und entspannend auswirken. Das Herz-Kreislaufsystem wird durch verschiedene Sitzübungen auf dem Pferd moderat trainiert, und die Bodenarbeit, welche unabdingbar für die Klärung des Dominanzverhältnisses zwischen Mensch und Pferd ist, fördert nicht zuletzt Fitness und Mobilität.

Es ist also mehr als ein erwünschter Nebeneffekt dieses tiergestützten Seminars, dass man durch die sehr intensive und konzentrierte Arbeit mit den Pferden ganz hervorragend vom Alltag mit all seinen Herausforderungen abschalten und dadurch neue Kraftreserven mobilisieren kann.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Mitzubringen sind feste (nicht Schnür-)Schuhe, Fahrradhelm, gern auch Reithelm.

Ort

Dauer

Termin

Veranstalter

Anmeldung

Bicks Ponyhof, Bicksweg 48, Varense

3 Kurstermine je 2 UE à 45 Min.

nach Absprache

Daniela Geißmann

d.geissmann@t-online.de



Sind Ponys gute Lehrer?

Eltern mit Kindern ab 4 Jahren

Viele Eltern kennen das nur zu gut: Ponys und Pferde üben seit jeher eine große Faszination auf Kinder aus. Gerne möchte man ihnen daher den Kontakt zu diesen so außergewöhnlichen Tieren ermöglichen, ist aber oft unsicher, wenn die Kinder noch sehr jung sind, oder es ergibt sich vielleicht einfach nicht die passende Gelegenheit.

Sicherlich sind Eltern gut beraten, Wert auf den fachgerecht angeleiteten und vor allem ganzheitlichen Umgang mit dem Pony zu legen, denn es sollte bei weitem nicht lediglich darum gehen, dass die Kinder sich einfach nur von einem Pony tragen lassen. Welche Bedürfnisse hat ein Pony und was kann ich selber tun, damit es ihm gut geht?

Und ist es nicht auch so, dass Ponys und Pferde regelrechte Meister darin sein sollen, (uns oft körperunbewusste) körperliche Signale zu lesen und darauf entsprechend zu reagieren?

Was aber heißt das für den Umgang mit dem Pferd, und kann man diese Ergebnisse auch auf andere Lebensbereiche übertragen?

Es ist mehr ein Nebeneffekt dieses tiergestützten Seminars, dass man durch die sehr intensive und konzentrierte Arbeit mit den Ponys ganz hervorragend vom Alltag mit all seinen Herausforderungen abschalten kann. Warum also nicht einmal Spaß & Fitness sowie Entspannung & Lernen miteinander verbinden?!

Mitzubringen sind feste (nicht Sandalen oder Schnür-)Schuhe, Reit- oder Fahrradhelm (Kind).

Ort

Bicks Ponyhof, Bicksweg 48, Varensell

Dauer

3 Kurstermine je 2 UE à 45 Min.

1 x Theoriemodul nur für Erwachsene

2 x Praxismodule für Eltern und Kinder

Termin

nach Absprache

Veranstalter

Daniela Geißmann

Anmeldung

d.geissmann@t-online.de





Sprachlotsenpool hilft Eltern

Verständigung in vielen Sprachen

Der Sprachlotsenpool im Kreis Gütersloh hilft Sprachbarrieren in Schulen, Kindertageseinrichtungen, Familienzentren, Beratungsstellen, Behörden und weiteren Institutionen zu überwinden. Hier leisten Menschen (vielfach mit einer Zuwanderungsgeschichte), die sich für ihre Einsätze in Schulungsmaßnahmen qualifiziert haben, ehrenamtlich Einsätze und unterstützen mit ihren fremdsprachlichen Kenntnissen so die Personen und Institutionen bei ihren Integrationsbemühungen. In Rietberg bearbeitet das städtische Familienzentrum die Buchungsanfragen und betreut die Sprachlotsen.

Nachdem einige Frauen und Männer aus verschiedenen Gründen (Wohnortwechsel, veränderte Erwerbszeiten, ...) ausgeschieden sind, gibt es in Rietberg aktuell besonders Bedarf für Sprachen wie Polnisch, Rumänisch, Ukrainisch, Bulgarisch.

Vielleicht können Sie selbst oder jemand aus Ihrem Umfeld mit guten fremdsprachlichen Kenntnissen hier mitwirken. Bitte melden bei martin.hillemeyer@stadt-rietberg.de



Tipps für Eltern

Gesund Aufwachsen

Perfekte Kinder gibt es nicht. Perfekte Eltern auch nicht.

Geborgenheit schenken

Nimm Dein Kind ernst und höre ihm zu.
Schenke ihm Zeit, Liebe, Ruhe und Geduld.
Achte auf Anzeichen von Krankheit. Wenn
Du unsicher bist, suche Rat beim Kinderarzt.

Dein Kind braucht Menschen, auf die es sich
verlassen kann. Es braucht andere Kinder,
denn Freundschaften sind wichtig. Beziehungen
müssen sich entwickeln dürfen.

Beziehungen pflegen



Essen genießen

Probier mal! Achte auf eine ausgewogene,
bedarfsgerechte und vollwertige Ernährung.
Gemeinsames Essen ist wichtig und soll
allen Beteiligten Freude machen.

Feste Abläufe bei Essen, Einschlafen und
Hygiene geben Struktur und Sicherheit.
Sie helfen allen in der Familie, den eigenen
Rhythmus zu finden.

Rituale einführen



Täglich bewegen

Kinder wollen aktiv sein. Sie brauchen Bewegung
und frische Luft. Beim Sport kann Dein Kind
soziale Kontakte knüpfen. Gemeinsame Aktivitäten
stärken den Familienzusammenhalt.

Typisch Junge oder typisch Mädchen?
Hilf Deinem Kind zu spüren, wie einzigartig
es ist. Gib ihm Raum, den eigenen Interessen
nachzugehen: So wie Du bist, bist Du OK!

Persönlichkeit stärken

Regeln entwickeln

Sprecht in der Familie gemeinsam
über Grenzen und Möglichkeiten.
An Eure Familienordnung könnt Ihr
Euch konsequent halten.



Die Bedürfnisse aller Familienmitglieder sind
wichtig. Mitbestimmen dürfen macht stark.
Küsschen und Umarmungen sind Geschenke –
aber nur, wenn das Kind es möchte!

Grenzen achten

Selbstständigkeit fördern

Im Familienalltag helfen alle mit – auch
bei der Hausarbeit. Dein Kind ist stolz,
wenn Du ihm etwas zutraust.



Kinder sind genaue Beobachter.
Lebe Deinem Kind maßvolles
Verhalten vor. Alkohol und Zigaretten
gehören nicht auf den Tisch.

Vorbild sein



bke-elternberatung.de

Eltern brauchen Unterstützung. Hilfestellung bietet die bke-Onlineberatung bei der Erziehung und vermittelt so Sicherheit im Umgang mit Kindern in schwierigen Situationen.

bke-jugendberatung.de

In einer digitalisierten Welt ohne geographische und kulturelle Grenzen suchen viele Jugendliche nach Halt, Orientierung und Maßstäben. Fragen wie *Wer bin ich? Was will ich? Und Wo soll es in meinem Leben hingehen?* Sind zentrale Fragen. In dieser Phase brauchen Jugendliche Begleitung. Über das Medium Internet sind Jugendliche bereit, mit erwachsenen Beraterinnen und Beratern wie auch gleichaltrigen in einen konstruktiven Dialog einzutreten.

Die bke-Onlineberatung berät Jugendliche in Einzelberatung, Gruppenchat und Foren von 14 bis 21 Jahren und Eltern mit Kindern bis zum 21. Lebensjahr.

Bundeskongress für Erziehungsberatung e. V.

bke.de



Verteilung der Familienarbeit

Manchmal ist es angebracht, über die Verteilung der Familienarbeit nachzudenken, sich diese bewusst zu machen und neu zu organisieren. Das partnerschaftliche Gespräch ist da hilfreich. Die „Last der Verantwortung“ gehört zur Care-Arbeit und ist der Anteil, der oftmals wenig gesehen wird.

Beispiel: Kind bringt eine Einladung zu einer Geburtstagsfeier nach Hause

Check / Was ist zu tun? / ToDos

- Familienkalender / Überblick über andere Termine haben
- den Termin notieren, sodass auch andere Familienmitglieder davon erfahren
- Wo findet der Geburtstag statt? Adresse? Anfahrtsdauer?
- Wer hat an dem Tag Zeit, das Kind hinzubringen und/oder abzuholen?
- Lässt sich evtl. eine Bring- und Abholgruppe mit anderen Eltern organisieren?
- Abholvollmacht für Kita schreiben?
- ggf. andere Eltern kennen und anrufen
- das Geburtstagskind kennen (bzw. die Freund*innen des Kindes) und wissen, wer wahrscheinlich auch eingeladen ist. Sonst:
- Steht eine Telefonnummer auf der Einladung?
- eine Geschenkidee haben (Evtl. bei den Eltern Wunsch erfragen)
- Geschenk besorgen, verpacken, mitgeben
- Besonderheiten? Motto-Party? Verkleidung nötig?

Do you equal care? – Test zur Mental Load in Haushalt und Familie

zu finden auf Deutsch, Englisch, Türkisch hier:
<https://equalcareday.de/mental-load/>

Berufsorientierung

Elternunterstützen ihre Kinder

Warum Eltern so wichtig sind

Viele Jugendliche wünschen sich Orientierung, Sicherheit und Zugehörigkeit beim Übergang von der Schule in den Beruf und finden diese häufig im direkten familiären Umfeld. Eltern sind nicht nur Ratgeber, sondern bieten emotionalen Rückhalt, helfen, Stärken zu erkennen, motivieren zur Informationssuche und unterstützen bei Bewerbungen. Eltern spielen eine Schlüsselrolle, wenn Jugendliche entscheiden, welchen Weg sie nach der Schule einschlagen. Für 73 % der Jugendlichen sind sie die wichtigsten Begleitenden im Prozess der Berufsorientierung.

Dazu möchten Eltern gut informiert sein und wünschen sich konkrete Unterstützung, um ihre Kinder gut begleiten zu können. Praxisnahe Wege, wie Bündnisse Eltern bei der Berufsorientierung ihrer Kinder begleiten und unterstützen können, zeigen diese Arbeitshilfen:

<https://www.schulewirtschaft.de/wp-content/uploads/2020/11/schulewirtschaft-eltern-ins-boot-holen.pdf>

<https://www.parentsonboard.de/selbstchecks>

<https://jugendhilfeportal.de/projekt/planet-berufde-meine-zukunft-meine-ausbildung>

Einen wichtigen Beitrag leisten auch die Schulen mit ihren Beratungsangeboten, speziellen Veranstaltungen (Berufsberatung, Berufemessen, ...), den Ansprechpersonen (Lehrkräfte, SchulsozialarbeiterINNEN, ...), und Behörden wie die Agentur für Arbeit, der Kreis Gütersloh mit dem Jobcenter, der Bildungsberatung und Kreismedienstelle.

Eltern, insbesondere mit junger Zuwanderungsgeschichte, finden auch Unterstützung im Familienzentrum Rietberg, Wiedenbrücker Straße 36, Rietberg

FON 05244 / 986 – 15005 und - 15016

familienzentrum@stadt-rietberg.de



STARK

Streit und Trennung meistern
Alltagshilfe, Rat & Konfliktlösung

„STARK – Streit und Trennung meistern: Alltagshilfe, Rat & Konfliktlösung“ wird vom Deutschen Jugendinstitut im Auftrag des Bundesfamilienministeriums betrieben.

Trennungen haben nicht nur emotionale und soziale Auswirkungen auf die beteiligten Erwachsenen, sondern sie stellen besonders Kinder und Jugendliche vor große Herausforderungen.

Die kostenfrei zugängliche STARK-Plattform

www.stark-familie.info

hilft Eltern dabei, in Trennungssituationen respektvoll miteinander umzugehen, das fördert auch das Wohl der Kinder.

Etwa 120.000 Kinder und Jugendliche erleben jedes Jahr die Trennung ihrer Eltern. Die Auswirkungen sind weitreichend – emotional, sozial und finanziell.

Für Kinder und Jugendliche bietet die Plattform einen eigenen Bereich, der altersgerecht bei Trennung unterstützt.

Die allermeisten Paare recherchieren auf der Suche nach Beratung zunächst online.

Für Paare und Eltern bietet die Plattform Informationen zu rechtlichen, finanziellen und psychologischen Aspekten, gerade wenn Kinder betroffen sind, sowie praxisorientierte Trainings zur Konfliktbewältigung und Entscheidungsfindung.

Das Online-Angebot unterstützt ergänzend zur Beratung vor Ort.

Thema Pflege

Manche Eltern pflegen ihre Kinder, den Kindesvater, eigene Eltern oder andere, da kommt man schnell an seine Grenzen; pflegende Angehörige brauchen Unterstützung.

Beratung gibt es bei der Stadt Rietberg:

<https://www.pflege-gt.de/info-beratungsangebote/pflegeberatungsstellen/institut/pflegeberatungsstelle-im-rathaus-rietberg.html>

Unterstützung auch hier:

Gesprächskreis für pflegende Angehörige in Rietberg

Regelmäßige Treffen finden jeden ersten Dienstag im Monat von 19 bis 20.30 Uhr im Rathaus, Verwaltungsgebäude Erdgeschoss, Rügenstraße 1, statt.

Interessierte können ohne eine vorherige Anmeldung zum Treff kommen.

Infos:

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe

05241/ 85 2884

kops@kreis-guetersloh.de

Smartphone-App: PflegeNetz

Mit der neuen App „PflegeNetz“ möchte der Volkssolidarität Bundesverband pflegende Angehörige und Nahestehende unterstützen. Die App bietet eine Plattform zur Vernetzung und zum Austausch, um sich gegenseitig zu stärken und praktische Tipps zur besseren Bewältigung der täglichen Belastungen zu geben. Darüber hinaus bietet die App einen einfachen Zugang zu Informationen und Angeboten der Volkssolidarität, die den Pflegealltag erleichtern. Die App steht kostenlos im Google Play Store und im Apple App Store zum Herunterladen zur Verfügung.

<https://www.volkssolidaritaet.de/beitraege/volkssolidaritaet-pflegenetz/>



Volkssolidarität PflegeNetz

Die **NEUE APP** der Volkssolidarität für
Pflegende, Pflegebedürftige und
Selbsthilfeinteressierte

Vernetzung, Information und beratende
Unterstützung

**Laden Sie die App
jetzt herunter!**

VOLKSSOLIDARITÄT

Zeit für Solidarität

Viele Familien sind in großer Not, weil so manche Staaten ihre oftmals verarmte Bevölkerung nicht so unterstützen können wie es z. B. in der EU getan wird. Da fehlt es dann häufiger sogar an der für uns selbstverständlichen Lebensmitteln, Fehlernährung bedeutet da in der Regel Mangelernährung.

Vielleicht gefällt das folgende Projekt, dessen Erlös der **Welthungerhilfe** zu Gute kommt.



„Einen Menschen beschenken, und Glück wechselt die Taschen“, dieses Motto meiner aktuellen Sonderedition „PAUL & Paula“ ist in diesem äußerst ungewöhnlichen Jahr gar nicht so einfach umzusetzen. Persönliche Treffen, Umarmungen, Vertrautheiten ... entfallen leider im Moment immer häufiger, umso wichtiger, dass wir uns im übertragenen Sinne mit Glück beschenken - wenn das „Poetische Projekt PAUL“ ein klein wenig Glück beisteuern könnte, wäre das super.

Gerade ist die Sonderedition „PAUL & Paula“ herausgekommen (48 S., 5 €), nachdem viele PAUL-Fans immer häufiger nach der Frau an PAULs Seite gefragt hatten – „PAUL & Paula“ ist die aktuelle Antwort.

„PAUL kleinsein“ (Kindergedichte für Erwachsene), Leseproben und Infos finden unter www.paulgedichte.de unter der Rubrik „PAUL Gedichtbände“.

Interessant auch: 10-minütige Youtube-Ersatzlesung aus „BEST of PAUL“, www.youtube.com/watch?v=9YF01RJ0TD0

Eichenprozessionsspinner

Toller Tipp aus Herzebrock-Clarholz

Mancherorts hat sich Eichenprozessionsspinner stark vermehrt, soll zurückgedrängt werden, weil sich durch den Kontakt mit den Härchen der Raupen allergische Reaktionen z. B. an den betroffenen Hautstellen zeigen können. Statt mit Gift und Köderfallen hat man in der Nachbarkommune sehr gute Erfahrungen mit Meisen, zu deren Futter auch solche Raupen gehören gemacht: Die bei befallenen Bäumen aufgehängten Nistkästen für Meisen sind zu 70 % angenommen worden; die starke Vermehrung des hier in großem Maße unerwünschten Insektes wurde verhindert.



Nistkastenbausatz für eine Familien-Aktion z. B. hier:

www.nistkasten-online.de/Bauprojekt-fuer-Meisen

14,50 € inkl. MwSt. zzgl. Versandkosten

Es handelt sich hierbei um einen kompletten Bausatz für einen Nistkasten / Meisenkasten, gefertigt in einer regionalen Werkstatt für Menschen mit Behinderung. Das Einflugloch hat einen Durchmesser von 3,2cm. Das heißt es ist optimal für Kohlmeisen und Kleiber, aber auch für die meisten Meisenarten, für die auch ein Durchmesser von 2,6cm – 2,8cm ausreicht.

BUND Regionalverband Südlicher Oberrhein

Wilhelmstraße 24a, 79098 Freiburg

Tel.: +49 761 30 383 bund-rvso-shop@bund-freiburg.de



Spiele und Bewegen

Die **Bewegungsbaustelle** wurde bereits bei verschiedenen Anlässen in Rietberg (Weltspieltagen, Sport- und Spielplatzfesten, Bewegungskindergärten und Tagen der offenen Tür) eingesetzt und kann bei der Gartenschaupark Rietberg gGmbH, info@gartenschaupark-rietberg.de, FON 05244/986-18012, mit einem praktischen Anhänger ausgeliehen werden.



Die **Riesenbaustelle** ist ein Element der Spielleitplanung Rietberg, bei dem generationenübergreifend aus Eichenstäben sowohl indoor als auch outdoor spielerisch Konstruktionen angefertigt werden können. Ausleihe möglich über: Familienzentrum Rietberg, FON 05244 / 986-15005 martin.hillemeyer@stadt-rietberg.de





Die EU-Initiative für mehr Sicherheit im Netz

Unter www.klicksafe.de finden Kinder und Eltern verschiedene Angebote zum Thema Internet und Neue Medien. So können sich Eltern über aktuelle Apps informieren oder Kinder die neuesten sicheren Trends finden.

Erwähnenswert ist auch der Verein Internet-ABC e.V. Auf der Homepage www.internet-abc.de finden sich Themenseiten für Kinder, Eltern und Lehrkräfte. Kinder können zum Beispiel einen Surfschein machen und sich zu verschiedenen Themen informieren. Eltern und Lehrkräften werden zu Bereichen wie Apps, Blogs und Technik informiert.

**Medien in der Familie:
Regeln finden – Streit vermeiden**
www.mediennutzungsvertrag.de

Drumherum Unterwegs durch
Ralph Caspers
19. Januar 2014
Mit Verstand kann man sich
nicht genug anfüllen. Mit dem
Mediennutzungsvertrag Regeln
Eltern und Kinder eines richtigen
Teil ihres Familienlebens.

 **internet-abc**
Das Portal für Kinder,
Eltern und Pädagogen

klicksafe.de
Mehr Sicherheit im Internet
durch Medienkompetenz

Mediennutzung in der Familie

Ein Patentrezept gibt es leider nicht –
aber ein paar sinnvolle Zutaten:

Wählen Sie mit Ihrem Kind gemeinsam Sendungen, Hörspiele, Webangebote oder auch Computerspiele aus, die für das Alter Ihres Kindes geeignet sind.

Gemeinsam auswählen

Tipps für Eltern

Achten Sie darauf, wie Sie selbst Medien nutzen und welchen Umgang mit Fernsehen, Smartphone, Internet und anderen Medien Sie vorleben.

Schalten Sie den Fernseher und andere Medien auch einmal bewusst aus und unternehmen

Sie etwas mit Ihrem Kind. Oder nutzen Sie Medien für kreative Aktionen.

Alternativen finden

Schaffen Sie eine vertrauensvolle Atmosphäre, um bei Fragen oder negativen Erfahrungen ansprechbar zu sein. Holen Sie sich bei schwierigen Themen Unterstützung.

Tauschen Sie sich mit anderen Eltern aus.

Interessieren Sie sich für die Mediennutzung Ihres Kindes. Sprechen Sie z. B. über das, was im Fernsehen spannend war. Helfen Sie ihm oder ihr, die Medienerlebnisse zu verarbeiten. Bleiben Sie dran! Spielen, gucken, lesen oder hören Sie gemeinsam mit Ihrem Kind. Lassen Sie sich neue Medienangebote zeigen, die Sie noch nicht kennen.

Kind begleiten

Besprechen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind klare Regeln, welche Medieninhalte wann und wie lange genutzt werden. Handeln Sie zum Beispiel einen Vertrag aus, wenn das erste Smartphone angeschafft wird.

Regeln vereinbaren

Vorbild sein

Hilfe anbieten

Darüber reden

Nachrichten in einfacher Sprache

Vertrauenswürdige tagesaktuelle Nachrichten für alle - die sind nicht nur wichtig, um sich informieren zu können - sondern auch, um am gesellschaftlichen Diskurs teilzuhaben. Doch die klassischen Nachrichten sind nicht immer für alle Menschen verständlich. Deshalb gibt es seit Juni 2024 die Tagesschau in Einfacher Sprache täglich um 19 Uhr auf tagesschau24. Ebenfalls ist die Tagesschau in einfacher Sprache unter tagesschau.de/einfache-sprache sowie in der Tagesschau-App sowie in der ARD-Mediathek und auf dem [YouTube](https://www.youtube.com/)-Kanal zu finden.

Eltern schauen mit ihren Kindern vielleicht auch gern „logo“ (www.zdf.de/kinder/logo - Nachrichten für Kinder im ZDF). Das kennen die Kinder sicherlich vom KIKA-Fernsehen oder der ZDFtivi-App.

Leiten Sie die Links gerne an interessierte Eltern, insbesondere mit einer jungen Zuwanderungsgeschichte, weiter!

Demokratie *leben!*



Vorlesen und Lesen

regt die Fantasie an und fördert die Sprach- und Leseentwicklung. Kinder, denen viel vorgelesen wird, lernen selbst leichter und schneller lesen. Lesekompetenz ist deshalb eine Fähigkeit im Umgang mit Medien. Wöchentlich stehen auf der Internetseite einfachvorlesen.de (Angebot der Stiftung Lesen und der Deutsche Bahn Stiftung gGmbH) drei neue Vorlesegeschichten kostenfrei zur Verfügung. Die Geschichten eignen sich für Kinder ab 3, 5 und 7 Jahren. Die Geschichten sind jeweils vier Wochen lang online. Eltern oder andere Vorleser können ganz leicht unterwegs oder daheim auf das Angebot mit ihrem Smartphone oder Tablet zugreifen. Eine Anmeldung oder separate App ist nicht notwendig.

Fans von schönen Geschichten kommen in der **Rietberger Stadtbibliothek** auf ihre Kosten, denn diese bietet regelmäßig Vorlesestunden für Drei- bis Sechsjährige an drei Samstagvormittagen im Monat als »**Lesewiese**« an. Dabei wird von 10.30 Uhr bis 11.00 Uhr für Drei- und Vierjährige vorgelesen und von 11.15 Uhr bis 12 Uhr können Fünf- und Sechsjährige spannenden und lustigen Geschichten lauschen, die von ehrenamtlichen Lesepatinnen und -paten vorgelesen werden. Beim »**Bilderbuchkino**« geht es nicht nur ums Zuhören, sondern auch ums Anschauen. Ein Lesepate oder eine Lesepatin liest aus einem Buch vor, und die entsprechenden Bilder sind auf einer Kinoleinwand zu sehen. Der Ratssaal im Alten Progymnasium ist währenddessen abgedunkelt, die Kinder können sich derweil auf große Kissen kuscheln.

Das gemütliche Kinoerlebnis für Vier- bis Siebenjährige wird jeden ersten Mittwoch im Monat von 16.30 bis 17 Uhr angeboten.

Für alle Geschichtenlauscher gibt es außerdem ein Stempelheft, in dem sie für jeden Besuch auf der Lesewiese und dem Bilderbuchkino einen Stempel sammeln können. Bei drei Stempeln können sich die Kinder eine kleine Überraschung aus der Schatzkiste aussuchen.

Die Veranstaltungen sind kostenlos, nur um eine kurze Anmeldung beim Team der Stadtbibliothek Rietberg wird gebeten:

FON 05244-986 14010 stadtbibliothek@stadt-rietberg.de

oder direkt vor Ort in der Emsstraße 10.

www.rietberg.de/leben-in-rietberg/stadtbibliothek aktuelle Veranstaltungen

Grimms Märchen „Der süße Brei“ – vielsprachig

auf Arabisch, Dari, Deutsch, Englisch, Farsi, Französisch, Kurdisch, Paschto, Russisch, Somalisch, Tigrinya, Türkisch und Urdu hier:

www.grimmwelt.de/grimmwelt-kassel/erzaehl-mir-deine-geschichten/maerchen-der-brueder-grimm/der-suesse-brei/





Weitere Informationen bei der Koordinierungsstelle
der „Lokalen Bündnisse für Familie Rietberg“:

Familienzentrum Rietberg
Wiedenbrücker Straße 36
33397 Rietberg

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag 09:00 bis 12:00 Uhr
Donnerstag auch 15:00 bis 18:00 Uhr

www.familienzentrum.rietberg.de

Julia Unruh FON 05244 / 986-15 016
julia.unruh@stadt-rietberg.de

Martin Hillemeyer FON 05244 / 986-15 005
martin.hillemeyer@stadt-rietberg.de