



Familienhafen Waren

PROGRAMMHEFT

07/25 - 09/25



Institut für Sozialforschung und berufliche
Weiterbildung gGmbH Neustrelitz



Dietrich-Bonhoeffer-Str. 18
17192 Waren (Müritz)
03991/180037
familienhafen@isbw.de

- direkt über dem Penny-

Ein herzliches Ahoi,

der ISBW-Familienhafen ist ein Anlegeplatz für alle Menschen jeden Alters, denn wir verstehen uns als verlässliche und kompetente Anlaufstelle für Bildungshungrige, Gemeinschaft-Suchende und für diejenigen, die Beratung und Unterstützung wünschen. Dabei ist es egal, wie alt oder in welcher Lebenssituation Sie gerade sind.

Unser Familienhafen ist für Sie und Ihre Familie ein Ort der Begegnung, Begleitung, Bildung und Beratung.

Auf den folgenden Seiten bekommen Sie eine Übersicht unserer Angebote und Treffen. Hier haben Sie die Möglichkeit, anderen Menschen und anderen Familien zu begegnen und sich auszutauschen.

Mit einem festen Ankerplatz können wir alle Stürme des Lebens überstehen.

Ihr Team des ISBW-Familienhafens.

FOLGT UNS AUF INSTAGRAM

Keine Veranstaltung verpassen!



FOLLOW US

SCAN ME



familienhafen_isbw



Jede Woche wieder ...

unsere sich wöchentlich wiederholenden Angebote auf einem Blick

MO

DI

9:00 - 11:00 Uhr
Krabbeltreff
Babys bis
6 Monate

9:30 - 12:30 Uhr
ON & OFF 60+:
offene
Sprechzeit

15:00 - 17:00 Uhr
Elterncafé

MI

12:30 - 16:00 Uhr
EUTB: offene
Sprechzeit

19:30 - 21:00 Uhr
Chor "Gemeinsam
Singen"

DO

14:00 - 15:00 Uhr
Schreckgespenst-
Übergewicht

FR

14:00 - 15:30 Uhr
Elterncafé
stark & allein-
erziehend

Vortrag: Medienerziehung für Kinder

Di, 01.07.25 / 17:30 - 18:30 Uhr

Sprechstunde MitMachZentrale

Mo, 07.07.25 / 09:00 - 12:00 Uhr

60+ Erzähl-Café mit Impuls

Di, 08.07.25 / 13:00 Uhr

Stillcafé

Do, 10.07.25 / 10:00 - 10:45 Uhr

Teenie Mütter

Do, 17.07.25 / 14:30 - 15:15 Uhr

Erste Hilfe am Kind

Mo, 21.07.25 / 13:00 - 15:00 Uhr

60+ Veranstaltung

Di, 22.07.25 / 13:00 Uhr

Vortrag: Grenzen setzen-Zwischen Wut und

Wahnsinn

Di, 22.07.25 / 17:30 - 18:30 Uhr

“Kleckern und Klecksen”

Mi, 23.07.25 / 10:00 - 11:00 Uhr

Stillcafé

Do, 24.07.25 / 10:00 - 10:45 Uhr

ADHS Selbsthilfegruppe

Do, 24.07.25 / 18:00 - 19:30 Uhr

Babymassage

Di, 29.07.25 / 11:30 - 13:00 Uhr

Abenteuer Baby

Mi, 30.07.25 / 16:00 - 17:30 Uhr

Teenie Mütter

Do, 31.07.25 / 14:30 - 15:15 Uhr

Spieletreff - analog statt digital

Do, 31.07.25 / 16:00 - 17:30 Uhr



“Sommernächte
duften immer
etwas nach
Glück.”

August



“Wer sich im Sommer über die Sonne freut, trägt sie im Winter im Herzen.”

Wir bitten um
Vorankündigungen
über 03991 / 180037
oder per Mail.

Änderungen
vorbehalten

Babymassage

Di, 05.08.25 / 11:30 - 13:00 Uhr

Stillcafé

Do, 07.08.25 / 10:00 - 10:45 Uhr

Babymassage

Di, 12.08.25 / 11:30 - 13:00 Uhr

60+ Erzähl-Café in Spaziergangsform

Di, 12.08.25 / 13:00 Uhr

Vortrag: Medienerziehung für Kinder

Di, 12.07.25 / 17:30 - 18:30 Uhr

Spieletreff - analog statt digital

Do, 14.08.25 / 16:00 - 17:30 Uhr

Babymassage

Di, 19.08.25 / 11:30 - 13:00 Uhr

Vortrag: Grenzen setzen-Zwischen Wut und Wahnsinn

Di, 19.08.25 / 17:30 - 18:30 Uhr

“Kleckern und Klecksen”

Mi, 20.08.25 / 10:00 - 11:00 Uhr

Erste Hilfe am Kind

Do, 25.08.25 / 13:00 - 15:00 Uhr

Babymassage

Di, 26.08.25 / 11:30 - 13:00 Uhr

Veranstaltung Durchstarten mit 60+

Di, 26.08.25 / 13:00 Uhr

Abenteuer Baby

Mi, 27.08.25 / 16:00 - 17:30 Uhr

Teenie Mütter

Do, 28.08.25 / 14:30 - 15:15 Uhr



September

Fit mit Buggy

Mo, 01.09.25 / 10:00 - 11:00 Uhr

Vortrag: Medienerziehung für Kinder

Di, 02.09.25 / 17:30 - 18:30 Uhr

Stillcafé

Do, 04.09.25 / 10:00 - 10:45 Uhr

Sprechstunde MitMachZentrale

Mo, 08.09.25 / 09:00 - 12:00 Uhr

Fit mit Buggy

Mo, 08.09.25 / 10:00 - 11:00 Uhr

60+ Erzähl-Café mit Impuls

Di, 09.09.25 / 13:00 Uhr

Vortrag: Grenzen setzen-Zwischen Wut und

Wahnsinn

Di, 09.09.25 / 17:30 - 18:30 Uhr

Teenie Mütter

Do, 11.09.25 / 14:30 - 15:15 Uhr

Spieletreff - analog statt digital

Do, 11.09.25 / 16:00 - 17:30 Uhr

Fit mit Buggy

Mo, 15.09.25 / 10:00 - 11:00 Uhr

60+ Busausflug nach Schwerin

Mi, 17.09.25 gantags

Abenteuer Baby

Mi, 17.09.25 / 16:00 - 17:30 Uhr

Stillcafé

Do, 18.09.25 / 10:00 - 10:45 Uhr

Fit mit Buggy

Mo, 22.09.25 / 10:00 - 11:00 Uhr

“Kleckern und Klecksen”

Mi, 24.09.25 / 10:00 - 11:00 Uhr

Teenie Mütter

Do, 25.09.25 / 14:30 - 15:15 Uhr

ADHS Selbsthilfegruppe

Do, 25.09.25 / 18:00 - 19:30 Uhr

Fit mit Buggy

Mo, 29.09.25 / 10:00 - 11:00 Uhr

“Make it a
September to
remember.”

Unser Programm...



... mit jeder Menge Vielfalt.



Abenteuer Baby



Anmeldung:

03991 180037

familienhafen@isbw.de

Kosten:

10 € pro Familie

Alle Termine im Überblick:

30.07.25

27.08.25

17.09.25

16:00-17:30 Uhr

Bist du schwanger oder ihr plant, bald Eltern zu werden? Dann ist unser Kurs “Abenteuer Baby” genau das Richtige für euch!

In diesem Kurs bereiten wir dich und deinen Partner/ dich und deine Partnerin auf die aufregende Zeit rund um die Geburt und die ersten Monate mit dem Baby vor.

Gemeinsam besprechen wir wichtige Themen wie die Geburt, die Pflege des Neugeborenen, das Stillen, die richtige Ernährung, Schlafgewohnheiten und die ersten Schritte in der Elternschaft. Außerdem habt ihr die Möglichkeit, Fragen zu stellen, Ängste abzubauen und euch mit anderen werdenden Eltern auszutauschen.

Ziel ist es, euch Sicherheit und Selbstvertrauen für den Start ins Elternleben zu geben.

Teenie Mütter - Zwischen 2 Welten

Minderjährige Mädchen, die schwanger werden, oder bereits entbunden haben, stehen vor einer großen Herausforderung. Sie befinden sich in einer besonderen Lebensphase, in der sie noch selbst jugendlich sind und viele Dinge entdecken und erleben möchten. Gleichzeitig tragen sie die Verantwortung für ein neues Leben. Sie befinden sich zwischen zwei Welten.

Es ist wichtig, euch nicht alleine zu lassen. Bei uns bekommt ihr Hilfe und Beratung, um sowohl eure eigenen Bedürfnisse als auch die eures Kindes bestmöglich zu erfüllen.

Das Treffen für minderjährige Schwangere und Mütter ist eine unterstützende und offene Zusammenkunft, bei der junge Mädchen sich austauschen, gegenseitig stärken und Rat finden können.



Anmeldung:

03991 / 180037

familienhafen@isbw.de

Oder spontan vorbei
kommen!

Kosten:

3€ pro Treffen

Alle Termine im Überblick:

17.07.25

31.07.25

28.08.25

11.09.25

25.11.25

14:30-15:15 Uhr

Stillcafé



Anmeldung:

03991 / 180037

familienhafen@isbw.de

Oder spontan vorbei
kommen!

Kosten:

3 € pro Treffen

Alle Termine im Überblick:

10.07.25

25.07.25

07.08.25

04.09.25

18.08.25

10:00-10:45 Uhr

Dieses Café bietet euch wertvolle Informationen, Tipps und Unterstützung rund um das Thema Stillen, Babyschlaf, Überforderungssituationen, Beikost und alles, was ihr gerne besprechen würdet.

Egal, ob ihr zum ersten Mal stillt oder bereits Erfahrung habt – hier könnt ihr euer Wissen vertiefen, Fragen stellen und euch mit anderen Eltern austauschen.

Bei unserer Laktationsberaterin erfahrt ihr alles Wichtige, wie die richtige Anlegetechnik, Tipps bei Stillproblemen, die Bedeutung der Ernährung für Mutter und Kind sowie praktische Ratschläge für den Alltag.

Ziel ist es, euch Sicherheit und Vertrauen in eure Fähigkeit zu geben, euer Baby liebevoll und erfolgreich zu stillen.

Babymassage

Der Babymassagekurs nach den IAIM Richtlinien von der Gründerin Vimala McClure.

Die weltweit führende gemeinnützige Organisation für Babymassagen, hat es sich zur Aufgabe gemacht, Babys respektvoll in unsere Welt einzubetten und Familien zu unterstützen. Dieser einzigartige Kurs lebt von liebevollen und wohltuenden Berührungen und schafft so eine ganz besondere Bindung von Eltern und ihren Kindern.

Wie wundervoll, dass wir die IAIM Babymassage nun an unserem Familienhafen anbieten können.

Ein Kursmodul erstreckt sich über 5 Wochen. Da wir in einer ruhigen und behüteten Atmosphäre den Kurs aufleben lassen wollen, sind die Plätze begrenzt.



Anmeldung:

03991 / 180037

nancy.wildner@isbw.de

Kosten:

50€ für einen

5 - Wochen - Kurs

Alle Termine im Überblick:

immer dienstags

29.07.25 - 26.08.25

11:30 - 13:00 Uhr



Krabbeltreff



Anmeldung:

03991 / 180037

familienhafen@isbw.de

Oder spontan vorbei
kommen!

Kosten:

3 € pro Treffen

Jeden Dienstag

2 - 12 Monate

9:00-11:00 Uhr

Entdecken, spielen,
lernen, austauschen...

In liebevoller Atmosphäre wollen wir in gemütlicher Runde jede Woche ein fester Anlegeplatz für Mütter und Väter während des ersten, spannenden Babyjahrs sein. Jede Woche findet mit schönen Ritualen und wechselnden Elementen ein Spielangebot für die ganz Kleinen statt.

Das Erleben des eigenen Körpers und der Kontakt zu anderen Babys stehen bei unseren Krabbeltreffen im Vordergrund. Der Austausch mit anderen Eltern über Herausforderungen und Freuden des Elterndaseins beleben dazu unseren Krabbelkurs.

Elterncafé



Anmeldung:

03991 180037

familienhafen@isbw.de

Oder spontan vorbei
kommen!

Kosten:

3 € pro Treffen

Jeden Dienstag

15:00-17:00 Uhr

Das erste Babyjahr ist vorbei aber es sind noch längst nicht alle Fragen geklärt? Seid ihr noch auf der Suche nach sozialen Kontakten oder Tipps, wie der Alltag besser gelingen kann? Dann seid ihr bei uns genau an der richtigen Stelle.

Bei kleinen Snacks und mit pädagogischen Inputs wollen wir uns austauschen, stärken und gemeinsam wachsen.

Während die Kinder die Möglichkeit haben, spielerisch Kontakte zu knüpfen und verschiedene Spielsachen und Geräte auszu-probieren, können Eltern mit anderen Eltern ins Gespräch kommen oder sich mal zurücklehnen und beim Spielen zuschauen.

“Kleckern und Klecksen”

Farbspiel für Eltern und Kleinkinder



Anmeldung:

03991 / 180037

familienhafen@isbw.de

Kosten:

5 € pro Familie

Alle Termine im Überblick:

23.07.25

20.08.25

24.09.25

10:00 - 11:00 Uhr

Kleine Hände, große Kreativität!

Das Experimentieren und umherkleckern und klecksen mit Farbe trägt dazu bei, das Gedächtnis zu fördern und die Aufmerksamkeit zu verbessern. Kinder können zudem am besten die Farben lernen, wenn sie benutzt werden.

Bei unserem kreativen Angebot für die ganz Kleinen können die Farben gemeinsam mit Mama und Papa mal so richtig erlebt werden. Mit naturbasierten Materialien dürfen die Kleinen vollen Körpereinsatz zeigen und alles bunt gestalten, was ihnen gerade in den Sinn kommt.

Das Angebot gilt für Eltern mit ihren Kindern im Alter von 6 Monaten bis 1,5 Jahren.

Spieletreff - analog statt digital

Wir laden euch herzlich zu einem gemütlichen Nachmittag voller Spaß, Lachen und gemeinsamer Spielzeit ein! Bei unserem Familien-Nachmittag dreht sich alles um spannende Gesellschaftsspiele, bei denen Groß und Klein gemeinsam Spaß haben können.

Ob Klassiker wie Monopoly, Mensch ärgere dich nicht oder neue Spiele, die für viel Unterhaltung sorgen – für jeden ist etwas dabei. Es ist die perfekte Gelegenheit, gemeinsam Zeit zu verbringen, neue Spiele auszuprobieren, schöne Erinnerungen zu schaffen und mit anderen Familien in Kontakt zu kommen.

Kommt vorbei, bringt eure Familie mit und erlebt einen fröhlichen Tag voller Spiel, Spaß und Gemeinschaft!



Anmeldung:

03991 / 180037

familienhafen@isbw.de

Kosten:

1€ pro Familie

Alle Termine im Überblick:

31.07.25

14.08.25

11.09.25

16:00-17:30 Uhr

Medienerziehung für Kinder



Anmeldung:
03991 / 180037
familienhafen@isbw.de

Kosten:
5 € pro Familie

Alle Termine im Überblick:

01.07.25
12.08.25
02.09.25

17:30 - 18:30 Uhr

Möchtet ihr wissen, wie ihr eure Kinder im Umgang mit Medien unterstützen und begleiten könnt?

Unser Vortrag „Medienerziehung für Kinder“ bietet wertvolle Tipps, praktische Strategien und Austauschmöglichkeiten, um den Medienkonsum eurer Kinder positiv zu gestalten.

Hier erfahrt ihr, wie ihr gemeinsam mit euren Kindern verantwortungsvoll Medien nutzen und welche Grenzen sinnvoll sind. Wir sprechen auch über die Chancen und Risiken digitaler Medien und geben Anregungen, um eine gesunde Balance zwischen Bildschirmzeit und anderen Aktivitäten zu finden.

Der Vortrag richtet sich an alle Eltern, die ihre Kinder im digitalen Zeitalter kompetent begleiten möchten.

Grenzen setzen; zwischen Wut und Wahnsinn

Liebevoll, aber dennoch konsequent Grenzen setzen? Geht das denn?

Unser Vortrag „Grenzen setzen in der Kindererziehung“ bietet wertvolle Tipps, praktische Strategien und Raum für Austausch, um den Alltag mit euren Kindern harmonischer zu gestalten.

Hier erfahrt ihr, warum klare Grenzen wichtig sind, wie ihr diese verständlich kommuniziert und wie ihr auch in herausfordernden Situationen ruhig und souverän bleibt. Wir sprechen darüber, wie Grenzen dazu beitragen, das Selbstvertrauen eurer Kinder zu stärken und ihnen Orientierung zu geben.

Der Vortrag richtet sich an alle Eltern, die ihre Erziehung bewusst und liebevoll gestalten möchten. Gemeinsam entwickeln wir Wege, um Grenzen zu setzen, die sowohl für Kinder als auch für Eltern stimmig sind.

Anmeldung:
03991 / 180037
familienhafen@isbw.de

Kosten:
5€ pro Familie

Alle Termine im Überblick:
22.07.25
19.08.25
09.09.25

17:30-18:30 Uhr

ADHS- Selbsthilfegruppe



Anmeldung:
03991 / 180037
familienhafen@isbw.de

Kosten:
Spendenbasis

Alle Termine im Überblick:

24.07.25
28.08.25
25.09.25

18:00-19:30 Uhr

Sitz doch mal still... Sei endlich ruhig...
Leg das weg... Konzentrier' dich doch
mal... Hör mir endlich zu... Gib dir
mehr Mühe...

*“Mit dem Kopf in den Wolken und mit
dem Körper im Chaos.”*

Kinder und Jugendliche, die mehr als
nur aus der Reihe tanzen und gleich-
zeitig so sensibel sind. Sie sind Eltern,
Großeltern oder pädagogische Fach-
kräfte von betroffenen Kindern oder
selbst betroffen?

Pädagogin und Kinderschutzfachkraft
Karoline Gramß begleitet jeden Monat
euren Austausch und sensibilisiert für
ADHS- Betroffene im Familien-, Kita-
und Schulalltag.

Die Gruppe soll allen Teilnehmer-
*innen als fester Ankerplatz dienen,
um sich mit anderen über die
täglichen Herausforderungen aus-
zutauschen.

Erste Hilfe am Kind

Kinder sind von Natur aus abenteuerlustig, neugierig und unterschätzen dabei mögliche Gefahren. Kleinere Unfälle stehen oft auf der Tagesordnung und sind auch nötig, um ein Gefühl für Risiken zu entwickeln.

Dennoch lauern auch jede Menge Gefahren im Alltag. Es ist wichtig zu unterscheiden, wann ein Baby oder Kleinkind vor allem liebevollen Trost oder wirklich schnelle Hilfe braucht. Selbst Ruhe zu bewahren und dem Kind ein Gefühl von Sicherheit zu vermitteln, ist oft nicht immer leicht.

Einmal im Monat besprechen wir mit praktischen Beispielen die größten Gefahren im Alltag und welche Sofortmaßnahmen getroffen werden müssen.



Anmeldung:

03991 / 180037

familienhafen@isbw.de

Kosten:

15 € pro Person

Alle Termine im Überblick:

21.07.25

25.08.25

13:00-15:00 Uhr

Elterncafé: stark & alleinerziehend



Anmeldung:
03991 / 180037
familienhafen@isbw.de

Kosten:
3 € pro Treffen

Alle Termine im Überblick:
jeden Freitag
14:00-15:30 Uhr

Die alleinerziehenden Elternteile tragen eine sehr hohe Belastung und sind oft von Sorgen rund um die Organisation ihres Alltags geprägt.

Schaffe ich es rechtzeitig zur Arbeit? Kann ich die Kinder heute pünktlich abholen? Wann bleibt Zeit für den Wocheneinkauf? Welche Termine kann ich mit den Kindern wahrnehmen? Wann bleibt eigentlich mal Zeit für mich?

Einmal pro Woche möchten wir uns gemeinsam mit euch treffen. Bei Kaffee, Tee und Gebäck in schönen Gesprächsrunden über Hürden des Alltags reden, Kontakte knüpfen und gemeinsame Ausflüge planen. Bei diesem besonderem Elterncafé dürfen eure Kinder selbstverständlich nicht fehlen.

Hier sind wir gemeinsam
stark & alleinerziehend.

Schreckgespenst Übergewicht

Schon wieder eine gescheiterte Diät? Wieder einmal blöde Blicke von anderen geerntet? Die Knie fangen an zu schmerzen und schon lange fühlt ihr euch nicht mehr wohl in eurem Körper?

Mit dem Problem seid ihr nicht allein. 53% unserer Bevölkerung leidet an Übergewicht und ihren Folgen. Oft ist es ein Teufelskreislauf aus gewohnten Verhaltensweisen, Einkaufsfallen und Frustration der kaum noch zu durchbrechen scheint. Zusammen mit anderen Gleichgesinnten, wollen wir in einem geschützten Raum über eure Geschichten sprechen.

Wir reden über bekömmliche und weniger bekömmliche Lebensmittel und wie die Freude an Bewegung wieder schrittweise Einzug in euren Alltag halten kann.

Euer Miteinander gibt Halt und Unterstützung, denn zusammen ist jede Hürde besser zu überwinden als allein.



Anmeldung:

03991 / 180037

familienhafen@isbw.de

Kosten:

3€ pro Treffen

Alle Termine im Überblick:

jeden Donnerstag

14:00 - 15:00 Uhr

Fit mit Buggy



Anmeldung:
03991 / 180037
familienhafen@isbw.de

Kosten:
30 € für den gesamten
Kurs

Alle Termine im Überblick:

5- Wochen- Kurs vom
01.09.25 - 29.09.25
immer montags
10:00 - 11:00 Uhr

Möchtet ihr wieder in Bewegung kommen, Spaß haben und gleichzeitig die Zeit für euch und euer Baby genießen? Dann ist unser Sportkurs genau das Richtige!

In unserem Kurs bieten wir die Möglichkeit, gemeinsam mit anderen Müttern bei leichten, abwechslungsreichen Übungen fit zu bleiben. Ob beim Spaziergang mit dem Kinderwagen, beim gemeinsamen Workout im Park, sanfte Bewegungen in unserem Kursraum oder bei speziellen Übungen für den Beckenboden und die Rückenmuskulatur – wir passen die Übungen an eure Bedürfnisse an.

Der Kurs ist ideal, um neue Energie zu tanken, das Wohlbefinden zu steigern und euer Baby in einer sicheren und angenehmen Umgebung mitzunehmen. Gemeinsam machen wir Bewegung zu einem schönen Erlebnis!

Der ISBW Chor

Liebe Musikliebhaberinnen und -
liebhaber,

möchtet ihr Freude am Singen
teilen, neue Menschen kennen-
lernen und gemeinsam schöne
Lieder erleben? Dann seid ihr bei
unserem Chor genau richtig!

Wir treffen uns einmal in der Woche
zum gemeinsamen Singen – egal, ob
ihr schon Erfahrung habt oder
einfach nur Spaß am Musizieren
habt. Alle im Alter von 9 bis 99+
Jahren sind herzlich willkommen!

Gemeinsam möchten wir eine
fröhliche und offene Gemeinschaft
schaffen, in der jeder/ jede seine/
ihre Stimme einbringen kann. Es
geht vor allem um Spaß,
Gemeinschaft und die Freude an der
Musik.

Wir freuen uns auf viele fröhliche
Stimmen und schöne Momente!



Unser Chor Logo



Termine im Überblick:

Jeden Mittwoch

19:30-21:00

Wo?

Schmetterlingshaus
Dietrich-Bonhoeffer-St. 6
17192 Waren (Müritz)

Anmeldung:

03991 / 180037

familienhafen@isbw.de

Oder spontan vorbei
kommen!



Aktiv bleiben ab 60 Jahren!



Gefördert durch:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Kofinanziert von der
Europäischen Union

**Verwirklichen Sie Ihre Interessen
mit uns!**

Treffen Sie Gleichgesinnte!

Ansprechpartnerin:

Mandy Rudolphi

Kontakt:

03981 / 4898870

0176 / 56371950

mandy.rudolphi@isbw.de

Ansprechpartnerin:

Sandra Dannehl

Kontakt:

03991 / 180037

0151 / 52586006

sandra.dannehl@isbw.de

Ansprechpartnerin:

Andrea Apmann

Kontakt:

03981 / 4898870

0151 / 27267837

andrea.apmann@isbw.de

Für alle Interessierten **ab 60+** Jahren gibt es in Waren (Müritz) und Umgebung die Möglichkeit, Menschen in der gleichen Lebensphase kennenzulernen, sich zu vernetzen und in den Austausch zu gehen. So lässt sich auf einfache Weise der **Freundes- und Bekanntenkreis erweitern**. Gleichzeitig verbinden Sie das Schöne mit dem Nützlichen, denn langweilig wird es mit uns nicht: Ob Vorträge über Vorsorgevollmacht, seltene Erden oder Digitalthemen. Spaziergänge, Wanderungen und Ausflüge, z. B. zum Leea nach Neustrelitz, Erzähl-Cafés mit interessanten Impulsen und Themen u.v.a.m.

Wir bieten nicht nur Abwechslung, sondern auch **lebenslanges Lernen** und die Garantie, am Puls der Zeit zu bleiben.

So stärken wir in unserem geförderten Projekt "ON&OFF für 60+" erfolgreich das **soziale Miteinander**.

Mit unseren vielfältigen Angeboten schaffen wir Raum und Zeit für Gespräche, Lehrreiches, Unterhaltendes - und vor allem für **Gemeinschaft**.

Ein kleiner Ausblick für das 3. Quartal in diesem Jahr

Ab dem 3. Quartal 2025 planen wir an unserem ISBW Standort in Neustrelitz (Strelitzer Straße 2-4) und Umgebung eine zusätzliche Möglichkeit im Rahmen des Projektes weitere **Interessierte ab 60+ Jahren** zu erreichen und von den bunten Angeboten profitieren zu lassen.

Wir freuen uns auf Sie!



Ein kurzer Einblick...



Gefördert durch:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Kofinanziert von der
Europäischen Union

...in unser Beratungsangebot.

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Arbeit und Soziales

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Unabhängig beraten, selbstbestimmt teilhaben.



Das Bundesministerium
für Arbeit
und Soziales (BMAS)
finanziert bundesweit
gemäß § 32
Sozialgesetzbuch IX
die EUTB®-Angebote.

Um Ihnen die Beratung zu
erleichtern, ist es mög-
lich, Sie mit individuellen
Hilfsmitteln zu unter-
stützen, wie z. B. mit
Gebärdendolmetschern
o.ä.

Die EUTB® unterstützt Menschen mit
Behinderung sowie Menschen, die
von einer Behinderung bedroht sind,
durch kostenlose, unabhängige und
auf Wunsch anonyme Beratung.

Wir begegnen Ihnen respektvoll auf
Augenhöhe, um gemeinsam Wege zur
individuellen Teilhabe zu finden.
Unsere Beratung ist unabhängig von
Leistungsträgern und ergänzt andere
Beratungsangebote.

Betroffene beraten Betroffene und
bieten Rat in vielen Lebensbereichen,
wie z. B. Assistenz, Bildung, Arbeit
und Gesundheit.

Rechtsberatung sowie Begleitung in
Widerspruchs- und Klageverfahren
werden nicht angeboten.

Weil es zusammen einfach einfacher ist...

Unsere Öffnungszeiten:

offene Sprechzeiten:

Mi 12:30 - 16:00 Uhr

Fr 12:30 - 15:00 Uhr

nach Terminvereinbarung:

Mo 09:00 - 12:00 Uhr

12.30 - 16:00 Uhr

Fr 09:00 - 12:00 Uhr

Ansprechpartnerin:

Mandy Rudolphi

Kontakt:

03981 / 4898870

0176 / 56371950

mandy.rudolphi@isbw.de

Ansprechpartnerin:

Silvia Schwarz

Kontakt:

03991 / 180037

0171 / 8364465

silvia.schwarz@isbw.de

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Arbeit und Soziales

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Ergänzende **unabhängige**
Teilhabeberatung

Ganz schön was los...



...bei der MitMachZentrale und den
SilverSurfer!



SilverSurfer

Senioren-Technik-Botschafter in MV



MITMACHZENTRALE

MitMachZentrale: Knotenpunkt des Ehrenamts LK MSE

Ansprechpartnerin:
Carolin Illerhaus-Kulow

Kontakt:
0171 / 3885770
mitmachzentrale@isbw.
de

Beratung vor Ort:
07.07.2025 / 9 - 12 Uhr
08.09.2025 / 9 - 12 Uhr

individuelle
Beratungstermine nach
Vereinbarung auch
abends möglich!

- Beratung zu Engagement, Fördermitteln, Versicherung
- Vermittlung von Ehrenamtlichen
- Unterstützung und Vernetzung von Vereinen, Initiativen, Verbänden
- Organisation von Veranstaltungen und Weiterbildungen
- Öffentlichkeitsarbeit und Anerkennungskultur (z.B. Ehrenamtskarte)

Dein Verein braucht neuen Wind?

Workshop für Vereine und Initiativen

- Unterstützung bei Problemfragen
- Techniken und Tools um den Verein wieder auf Kurs zu bringen
- Change-Management im Verein
- Öffentlichkeitsarbeit verbessern
- Gemeinsam wieder neue Motivation finden
- Mitgliedergewinnung in Vereinen



**Jetzt individuellen
Termin vereinbaren!**



*kostenlos
für Vereine*

Kontakt und Infos:

MitMachZentrale MSE
ISBW gGmbH
mitmachzentrale@isbw.de
Telefon: 0171/3885770

Kursleitung:
Carolin Illerhaus-Kulow
Wirkungsmanagerin



MITMACHZENTRALE

SilverSurfer: Qualifizierung von Senioren-Technik- Botschafter*innen

Ansprechpartnerin:
Carolin Illerhaus-Kulow

Kontakt:
0171 / 3885770
carolin.illerhaus-
kulow@isbw.de

Infos & Anmeldung:
Mo - Do
09:00 - 14:00 Uhr

SilverSurfer beraten und unterstützen ehrenamtlich bei Fragen zu Smartphone, Laptop oder anderen digitalen Geräten - z. B. im lockeren "Digital-Café", zur Techniksprechstunde oder in Einzelberatungen.

Ab September 2025 gibt es wieder die Möglichkeit, sich als SilverSurfer in Waren zu qualifizieren!

Das Ziel: Senioren*innen erklären Senioren*innen die moderne Technik und wie sie diese für sich nutzen können.

Bei uns bekommen Sie auch aktuelle Infos zu den Beratungsangeboten der aktiven SilverSurfer vor Ort!

SilverSurfer: Qualifikationskurs

Der Kurs befähigt Ehrenamtliche dazu, anderen Senior*innen in kleinen Kursen, Beratungen oder in gemeinsamen Runden Unterstützung und Rat bei digitalen Fragen zu geben.



Auszug aus den Inhalten:

- Grundlagen PC, Tablet, Smartphone
- Einstellungen und Apps fürs Handy
- Sicherheit
- Surfen, Suchen und Finden im Internet
- Soziales Leben (Facebook, Instagram und Co.)
- Gesundheit digital
- Einkaufen im Internet
- Reisen planen und buchen
- Alltagsunterstützende Assistenzsysteme
- Tätigkeit als SilverSurfer

Qualifikation in Waren
Start: September 2025
10 Termine
jeweils 9:00 - 12:30 Uhr

Noch wenige Plätze
verfügbar!

**DARAUF KÖNNEN
SIE SICH FREUEN...**

Geburtsvorbereitungskurse
Fit mit Buggy
Nähcafé
Familiennachmittage
Yoga
Erste Hilfe Kurse
Vorträge zur Stärkung von Erziehungskompetenzen
Kreative Angebote
Weiterbildungen und Veranstaltungen für Ehrenamtliche
Infoveranstaltungen SilverSurfer
Erzähl-Cafés, Vorträge, Events für 60+
Gemeinsame Treffen, Veranstaltungen, Austausch u. v. m.

**PROGRAMMHEFT
OKT - DEZ 2025**

