Newsletter

FRÜHE HILFEN AUF KURS Rostock

Liebe Netzwerkpartner*innen,

2026 war für viele Familien ein Jahr, in dem der Alltag mehr Kraft gekostet hat, als er hergeben konnte. Eine repräsentative Studie vom Frühjahr zeigt: 80% der Eltern mit minderjährigen Kindern fühlen sich im Alltag mental belastet, 27% sogar sehr stark. Besonders betroffen sind Eltern mit kleinen Kindern und kinderreiche Familien. Auch das Deutsche Jugendinstitut kommt zu dem Ergebnis, dass nur 9% der Mütter ein geringes Stresslevel haben. Dazu kommen finanzielle Sorgen, die Kinder- und Familienarmut weiter zu einem Thema machen, das uns alle angeht.



Es gibt nichts Gutes, außer: Man tut es.
Erich Kästner

Wir wollen es nicht beim Feststellen belassen, sondern etwas tun. In dieser Ausgabe stellen wir neue Gruppenangebote für hoch belastete Frauen nach der Geburt vor. Die digitalen Elternabende der Familienbildungen gehen weiter, damit Unterstützung auch dann erreichbar bleibt, wenn die Zeit knapp ist. Mit dem Ehrenamtsprojekt FAMILIENPATEN Rostock, das im Oktober gestartet ist, wächst das Netz um verlässliche Menschen, die da sind, wenn sie gebraucht werden. Und 2027 fragen wir auf einem interdisziplinären Fachtag gemeinsam: „Wie viel Ungleichheit (v)erträgt Rostock?“



→ Familienplaner 2027 liegt ab jetzt zur Verteilung bereit – solange der Vorrat reicht

Im Familienplaner 2027 finden Familien kostenfreie Freizeitangebote, praktische Tipps und Platz für Termine. Der kleine Igel Borstelpiks begleitet Familien als neues Maskottchen durch das Jahr und versteckt sich in den liebevoll illustrierten Kalenderblättern von Kinderbuch-Illustratorin Claudia Burmeister. Der Familienplaner ist in Kooperation mit Partner*innen aus dem Lokalen Bündnis für Familie Rostock entstanden. Über den QR-Code und eine Postkarte am Ende des Kalenders können Familien Rückmeldungen geben. Unter allen Einsendungen werden drei Familiengutscheine für den Superia-Wasserpark verlost.

Hier ist der Familienplaner 2027 kostenlos erhältlich:

- Stadtbibliothek (alle 6 Standorte)
- Stadtteil- und Begegnungszentren
- Familienbildungstellen Charisma e.V./ Kinderschutzbund Rostock e.V. / DRK Familienbildungsstätte
- Rostocker Schwangerschaftsberatungsstellen
- Jugendamt Rostock
- Familienkasse Nord & Hanse-Jobcenter

STADTWEITE NACHRICHTEN

→ Digitale Elternabende werden 2027 fortgesetzt

Denkanstöße und praktische Anregungen rund um das Familienleben, kostenfrei und ohne Anmeldung

Familienleben ist bunt, lebendig und manchmal herausfordernd. Auch 2027 gehen die digitalen Elternabende der Familienbildung Rostock in die nächste Runde – mit vielfältigen Alltagsthemen rund um Erziehung, Entwicklung und das Zusammenleben in Familien. Erziehungsexpert*innen und Bestsellerautor*innen wie Laura Fröhlich, Matthias Jung und Susanne Mierau vermitteln wissenschaftlich fundierte Erkenntnisse ohne Fachchinesisch sowie alltagstaugliche Ideen. Fragen können live über den Chat gestellt werden.
Die 90-minütigen Elternabende richten sich an Mütter, Väter und Familienunterstützende aus Kita und Familienhilfen. Themen, Termine und Zugänge erhalten Sie ab Anfang 2027 über unsere Netzwerkverteiler. Nehmen Sie gern selbst teil und geben Sie die Informationen an Familien weiter.
Fachkräfte verstehen, ermutigen und regen Veränderungen an: Nehmen Sie gern selbst teil und geben Sie die Informationen an Familien weiter. Die Teilnahme ist kostenfrei und ohne Anmeldung möglich. Die Projektförderung erfolgt durch die Hanse- und Universitätsstadt Rostock.



Informationen zu den Veranstaltungen:
Janet Berg, Familienbildung, Deutscher Kinderschutzbund Rostock e. V.
E-Mail: info@kinderschutzbund-rostock.de

SAVE
THE
12.03.2027
ROSTOCKER RATHAUS
DATE

INTERDISZIPLINÄRER FACHTAG

→ Wieviel Ungleichheit (v)erträgt Rostock?

Armut als Herausforderung für Chancengerechtigkeit, Teilhabe und lokales Handeln

Wie können Kinder und Familien in Rostock bessere Chancen und mehr gesellschaftliche Teilhabe erhalten? Und wie kann kommunales Handeln dazu beitragen, Armut wirksam zu begegnen? Wie können wir noch sensibler in unserer täglichen Arbeit mit dem Thema umgehen?

Diesen Fragen widmen wir uns gemeinsam mit Fachkräften, Engagierten und Interessierten aus den Einrichtungen, Verwaltung, Politik und Zivilgesellschaft.

Der Fachtag wird gemeinsam geplant vom Lokalen Bündnis für Familien, dem Netzwerk Frühe Hilfen und dem Transferzentrum Kinderrechte & Kinderschutz der Universität Rostock.

Weitere Informationen zum Programm und zur Anmeldung folgen Anfang 2027.



REGIONALE NEUIGKEITEN MITTE



2 NEUE Gruppenangebote für belastete Mütter nach der Geburt

Ein Baby bringt Freude, aber nicht nur. Rund 10–15 % der Mütter entwickeln nach der Geburt eine postpartale Depression, viele weitere erleben Ängste, Erschöpfung oder tiefe Verunsicherung. Oft bleibt das unbemerkt oder unausgesprochen – aus Scham oder weil man glaubt, „es müsse doch schön sein“. Dabei gilt: Belastungen nach der Geburt sind keine Schwäche. Sie sind nicht ungewöhnlich und mit der passenden Unterstützung gut zu bewältigen.
Genau dafür gibt es in Rostock jetzt zwei neue Gruppenangebote für Mütter, die sich nach der Geburt belastet, erschöpft oder verunsichert fühlen. Beide bieten einen geschützten Raum, um zur Ruhe zu kommen, sich mit anderen Müttern auszutauschen und Unterstützung zu finden.

Bei **„Ankommen & Aufatmen“** stehen neben dem Austausch auch die fachliche Begleitung und alltagsnahe Wissensvermittlung im Mittelpunkt. Die Mütter setzen ihre eigenen Themen und Fragen – etwa zum Umgang mit Überforderung, Schlaf, Bindung oder dem Setzen eigener Grenzen. Christina Lüth (Psychologin, Heilpraktikerin für Psychotherapie) und Dajana Krisch (Pädagogin, Elternberaterin, CHARISMA e.V.) geben dazu fachliche Impulse und praktische Anregungen, wie sich Stress und Erschöpfung besser bewältigen lassen.

Das kostenfreie Angebot findet zweimal monatlich donnerstags statt. Die aktuellen Termine können unter familien@charismarostock.de oder telefonisch unter 0381 207 91 61 erfragt werden.

Bei Bedarf besteht außerdem die Möglichkeit, die Geburt in einem vertraulichen Einzelgespräch nachzubesprechen.

- 10.09.2026, danach alle 14 Tage
- donnerstags, 10:00 – 11:30 Uhr
- Am Wendländer Schilde 7
- Dajana Krisch krisch@charismarostock.de
  Christina Lüth christinalueth@posteo.de

Die Gruppe **„ZwischenUns“** setzt dabei besonders auf den gegenseitigen Austausch und die Erfahrung, mit den eigenen Gefühlen nicht allein zu sein. Alles darf zur Sprache kommen: Sorgen, Ängste, Überforderung oder ein anhaltendes Stimmungstief. Gemeinsam können die Mütter sich stärken, Erfahrungen teilen und hilfreiche Wege für den Alltag entdecken.
Das kostenfreie und vertrauliche Angebot wird von Beraterinnen verschiedener Rostocker Schwangerschaftsberatungsstellen begleitet und findet ab Januar 2027 jeden zweiten Montagvormittag statt. Eine Anmeldung ist erwünscht. Weitere Informationen gibt es unter jana.clasen@rostocker-stadtmission.de.

- 18.01.2027, danach alle 14 Tage
- montags, 9:30–11:00 Uhr
- Gesundheitsamt (Paulstr. 22)
- Dr. Anne Port
  Tel. 0381 3815348 anne.port@rostock.de
  oder
- Jana Clasen
  Tel. 0381 27757 jana.clasen@rostocker-stadtmission.de)

Welche Gruppe am besten passt, müssen Mütter nicht vorher wissen. Ein Anruf oder eine E-Mail genügt – gemeinsam lässt sich herausfinden, welches Angebot gerade die passende Unterstützung bietet.

REGIONALES FACHTREFFEN MITTE

Kita meets Kinderärzt*innen

Zum Thema „Gemeinsam für das Kind – Heilmittelverordnungen im Fokus“ kamen am 8. Juli 2026 Fachleute aus dem Netzwerk Frühe Hilfen zusammen. Kinderärztinnen und Fachkräfte aus verschiedenen Bereichen der Kindertagesbetreuung, der Kinder- und Jugendhilfe, der Frühförderung sowie dem Jugendamt trugen zu einem lebhaften Dialog bei, der die Vielfalt der Ansätze zur Unterstützung von Kindern mit speziellen Förderbedarfen verdeutlichte.
Die zahlreichen Informationen und Hinweise aus den Impulsvorträgen sowie aus der Diskussion wurden in einer Nachlese aufbereitet, so dass nichts verloren geht. Wenn Sie auch Interesse an dieser Zusammenfassung haben, geben Sie uns ein Zeichen. Wir senden Sie gerne per Mail zu!

NORD & NORDWEST



Auf in die zweite Runde: Neue Stadtteilmütter und KiFaZ-Koordinatorin

Seit einem Jahr gibt es das Projekt „Stadtteilmütter“ in Groß Klein. In Begleitung von Projekt-Koordinatorin Samira Stuwe und der bisherigen KiFaZ-Koordinatorin Maria Meier wurden zehn Frauen aus Groß Klein und Umgebung qualifiziert. Mit ihrem Wissen, ihren Erfahrungen und ihrem Engagement unterstützen sie andere Mütter, die neu in Rostock sind oder wenige Kontakte haben, in verschiedenen Alltagssituationen.

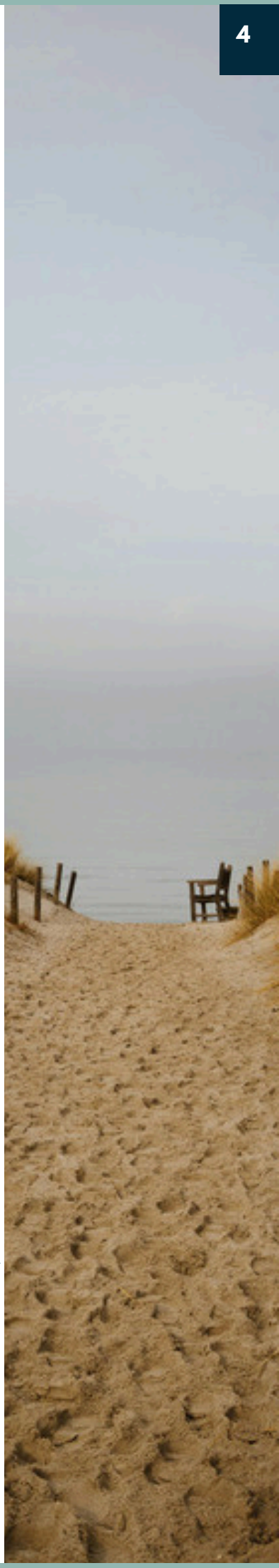
Stolz blicken wir auf ein erfolgreiches Projektjahr zurück und feierten am 30.09.2026 „Ein Jahr Stadtteilmütter Rostock“. Gemeinsam mit wundervollen Gästen sowie bestehenden und zukünftigen Stadtteilmüttern blickten wir auf die vergangenen Monate zurück, tauschten uns aus, lernten uns kennen und sammelten Ideen und Wünsche für die weitere Projektarbeit.

Am 07.10.2026 startete das Projekt in die zweite Runde. In einer dreimonatigen Qualifizierung im KiFaZ „Naturwerkstatt“ in Groß Klein beschäftigen sich die Frauen mit vielfältigen Themen rund um die Familie, erhalten umfassendes Arbeitsmaterial und werden ganzheitlich durch die Projektleitung begleitet. Die Stadtteilmütter erhalten ein Jahr lang eine monatliche Aufwandsentschädigung von 100 €. Aufgeschlossene Frauen aus Groß Klein, Lichtenhagen, Lütten Klein, Schmarl oder Evershagen, die aus einem anderen Land kommen und gute Deutschkenntnisse haben, leisten mit ihrer Arbeit einen wertvollen Beitrag zur Nachbarschaftshilfe.



Seit dem 01.09. ist Nele Kalabuchow neue KiFaZ-Koordinatorin und Ansprechpartnerin im Kinder- und Familienzentrum Groß Klein.

KiFaZ
Kinder- und Familienzentren Mecklenburg-Vorpommern







Verstärkung im Caritas Beratungszentrum Dierkow

Das Team vom Caritas Beratungszentrum Dierkow freut sich seit 01. Oktober 2026 über eine neue Kollegin. **Lena Krug** wird im Rahmen der Erziehungsberatung tätig sein.
Wie gewohnt wird es auch weiterhin Beratung im Rahmen von Trennung/Scheidung, Schwangerschaftsberatung, Allgemeine Soziale Beratung und tageweise auch Angebote zur Suchtberatung und Schuldnerberatung geben.
Eine vorherige Terminabsprache ist nötig.

GUT ZU WISSEN



Neue Standorte, bewährte Vielfalt: Die DRK Familienbildung zieht um!

Die DRK Familienbildung ist aus der ehemaligen DRK Kita „Flotte Waldkäfer“ ausgezogen. Das vielfältige Programm aus Kursen, Themenrunden und Beratung für Eltern und Großeltern läuft ab sofort an **zwei Standorten** weiter: Hauptsitz ist nun die DRK Kita „Butzemannhaus“ (Kopernikusstr. 16a, 18057 Rostock). Um noch besser für Familien erreichbar zu sein, eröffnen wir zusätzlich einen zweiten Standort in der DRK Kita „Haus Sonnenschein“ (Lomonossowstraße 25, 18059 Rostock). Erzählen Sie es gerne weiter!



Familienpaten Rostock: Ein neues Angebot der Babylotsen startet

Zeit schenken in den ersten Lebensjahren

Mit den FAMILIENPATEN Rostock entsteht bei den Babylotsen (CHARISMA e. V.) ein neues Angebot für Familien mit Babys und Kleinkindern. Ehrenamtliche Familienpatinnen und -paten unterstützen Eltern im Alltag: Sie sind regelmäßig für 2 - 3 Stunden pro Woche da, halten das Baby, spielen mit Geschwisterkindern, begleiten Spaziergänge oder achten bei Terminen auf das Kind und hören einfach zu. So gewinnen Eltern Zeit zum Durchatmen. Das Angebot richtet sich an alle Familien, die sich im Alltag mehr Entlastung wünschen, besonders an Alleinerziehende, Familien ohne Angehörige vor Ort oder mit besonderem Unterstützungsbedarf.

Aktuell: Aufbau eines Pools an Ehrenamtlichen

Wir befinden uns gerade in der Aufbauphase. Ziel ist es, einen Pool an engagierten Familienpatinnen und -paten aufzubauen, damit Anfragen von Eltern später möglichst schnell bedient werden können. Gesucht werden Ehrenamtliche aktuell über das Ehrenamtsportal engagiert-in-rostock.de, bald auch mit Flyern. Koordination und Vermittlung übernehmen die Babylotsen.



Wie Sie helfen können

Kennen Sie Menschen, die sich ehrenamtlich engagieren möchten? Oder möchten Sie Flyer in Ihrer Einrichtung auslegen oder ein Schulungsmodul mitgestalten? Dann melden Sie sich gern bei uns:

Marie Hagen, Babylotsin,
CHARISMA e.V.
E-Mail: hagen@charismarostock.de
Mobil: 01520 6557078



→ SAVE THE DATE „Wenn das Leben leise beginnt und endet“

Am 20. Januar 2027 lädt die Klinik für Neonatologie des Klinikums Südstadt Rostock zu einer Fortbildungsveranstaltung zum Thema perinatale Verluste und Abschied ein. Die Vortragsreihe beleuchtet die medizinische und psychosoziale Begleitung betroffener Familien, den Umgang mit Trauer sowie Möglichkeiten des Abschieds und der Resilienz.

20. Januar 2027, 14:00–17:30 Uhr
Hörsaal, Klinikum Südstadt Rostock
Anmeldung bis zum 13. Januar 2027 unter jessica.klasen@kliniksued-rostock.de
Die Teilnahme ist kostenfrei.

→ Änderung zur Grundsicherung ab 1.7.2026 (be)trifft auch junge Eltern

Ab 1. Juli 2026 wird das Bürgergeld in das neue Grundsicherungsgeld umgewandelt, mit unveränderten Regelsätzen, verschärften Sanktionen und stärkerem Vermittlungsvorrang. Insbesondere eine wichtige Änderung (be)trifft junge Eltern: Durch die Anpassungen in § 10 SGB II soll eine frühzeitige Aktivierung von Erziehenden gestärkt werden. Sofern die Kinderbetreuung sichergestellt ist, gelten die Aufnahme einer Erwerbstätigkeit oder die Teilnahme an Maßnahmen sowie die Teilnahme an einem Integrationskurs nach § 43 des Aufenthaltsgesetzes oder an einer Maßnahme der berufsbezogenen Deutschsprachförderung nach § 45a des Aufenthaltsgesetzes künftig bereits ab Vollendung des 14. Lebensmonates des Kindes in der Regel als zumutbar.

IHRE MEINUNG ZÄHLT!

Dieser Newsletter lebt von Ihnen: Wir freuen uns über Ihr Feedback, Ideen und Wünsche für künftige Ausgaben. Haben Sie außerdem ein Projekt, eine Veranstaltung oder ein Thema, das andere Fachkräfte der Frühen Hilfen interessieren könnte? Dann senden Sie Ihren Beitrag für die nächste Ausgabe an eine Ihrer Ansprechpartnerinnen Frühe Hilfen Ihrer Region oder an die Netzwerkkoordinatorin Katrin Oldörp. Wir freuen uns über jede Einsendung!

Wir wünschen Ihnen weiterhin viel Kraft & Freude bei ihrer wichtigen Arbeit!



KATRIN OLDÖRP
NETZWERKKOORDINATORIN
FRÜHE HILFEN