



# Familienhafen Waren

PROGRAMMHEFT

04/25 - 06/25



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  
Krabbeltreff  
Babys ab  
6 Monate

MI

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

14:00 - 15:30 Uhr  
Elterncafé  
ab Juni '25

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

DO

14:00 - 15:00 Uhr  
Schreckgespenst-  
Übergewicht

FR

10:00 - 11:00 Uhr  
"Die bunte Stunde"  
Das Vielfaltscafé  
Start: 09.05.25

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

**60+ Erzähl-Café mit Vortrag  
“Steuer-Tipps für Ruheständler”**

Di, 08.04.25 / 13:00 Uhr

**Geschwisterkurs**

Fr, 11.04.25 / 17:00 - 19:00 Uhr

Sa, 12.03.25 / 09:00 - 11:00 Uhr

**Rückbildungskurs**

Mo, 14.04.25 / 10:00 - 12:00 Uhr

**Familienyoga**

Mo, 14.04.25 / 15:00 - 16:00 Uhr

**“Kleckern und Kleckschen”**

Mi, 16.04.25 / 10:00 - 11:00 Uhr

**60+ Veranstaltung Kräuterwanderung am  
Kletterwald Waren**

Di, 22.04.25 / 13:00 Uhr

**ADHS Selbsthilfegruppe**

Do, 24.04.25 / 18:00 - 19:30 Uhr

**Rückbildungskurs**

Mo, 28.04.25 / 10:00 - 12:00 Uhr

**Babymassage**

Di, 29.04.25 / 11:30 - 13:00 Uhr

**Tanz in den Mai - Die Familienparty**

Di, 30.04.25 / 17:00 - 19:00 Uhr



# April

“Frühling ist  
dann, wenn die  
Seele wieder  
bunt denkt.”

# Mai



“Jeder Frühling  
trägt den  
Zauber eines  
Anfangs in sich.”

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

Änderungen  
vorbehalten

## **Rückbildungskurs**

Mo, 05.05.25 / 10:00 - 12:00 Uhr

## **Familienyoga**

Mo, 05.05.25 / 15:00 - 16:00 Uhr

## **Babymassage**

Di, 06.05.25 / 11:30 - 13:00 Uhr

## **Rückbildungskurs**

Mo, 12.05.25 / 10:00 - 12:00 Uhr

## **Babymassage**

Di, 13.05.25 / 11:30 - 13:00 Uhr

## **60+ Veranstaltung: Stadtführung durch Waren**

Di, 13.05.25 / 13:00 Uhr

## **“Kleckern und Klecksen”**

Mi, 14.05.25 / 10:00 - 11:00 Uhr

## **Rückbildungskurs**

Mo, 19.05.25 / 10:00 - 12:00 Uhr

## **Babymassage**

Di, 20.05.25 / 11:30 - 13:00 Uhr

## **Erste Hilfe am Kind**

Do, 22.05.25 / 13:00 - 15:00 Uhr

## **ADHS Selbsthilfegruppe**

Do, 22.05.25 / 18:00 - 19:30 Uhr

## **Der Wasserpass**

Mo, 26.05.25 / 15:00 - 16:00 Uhr

## **Engagementforum in Waren**

Mo, 26.05.25 / 17:00 - 19:30 Uhr

## **Babymassage**

Di, 27.05.25 / 11:30 - 13:00 Uhr

## **60+ Erzähl- Café in Spaziergangsform am und um den Tiefwareensee**

Di, 27.05.25 / 13:00 Uhr



# Juni

## **Familienyoga**

Mo, 02.06.25 / 15:00 - 16:00 Uhr

## **60+ Erzähl-Café im Wildkräutergarten**

**hinter dem Müritzeum**

Di, 10.06.25 / 13:00 Uhr

## **Der Wasserpass**

Mo, 16.06.25 / 15:00 - 16:00 Uhr

## **“Kleckern und Klecksen”**

Mi, 18.06.25 / 10:00 - 11:00 Uhr

## **60+ Sommerfest Überraschung**

Di, 24.06.25 / 13:00 Uhr

## **Erste Hilfe am Kind**

Do, 26.06.25 / 13:00 - 15:00 Uhr

## **ADHS Selbsthilfegruppe**

Do, 26.06.25 / 18:00 - 19:30 Uhr

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

# Unser Programm...



... mit jeder Menge Vielfalt.



**Mecklenburg-Vorpommern**  
Ministerium für Soziales,  
Gesundheit und Sport



**Mecklenburg-Vorpommern**  
Ministerium für Bildung und  
Kindertagesförderung

# Elterncafe'



Anmeldung:

03991 180037

familienhafen@isbw.de

Kosten:

3 € pro Treffen

Alle Termine im Überblick:

Jeden Mittwoch

14:00-15:30 Uhr

Start: Juni '25

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 auszuprobieren, können Eltern mit anderen Eltern ins Gespräch kommen oder sich mal zurücklehnen und beim Spielen zuschauen.

# Rückbildungskurs

Das Baby ist geboren und nach den ersten Wochen der Kuschelzeit sollte Mama wieder ihren eigenen Körper in den Fokus nehmen.

Acht bis zehn Wochen nach einer normalen Geburt und zehn bis zwölf Wochen nach einem Kaiserschnitt ist es an der Zeit, gezielte Übungen zur Kräftigung der Beckenboden-, Rücken- und Bauchmuskulatur durchzuführen.

Auch tolle Entspannungsübungen kommen mit unserer Hebamme nicht zu kurz.



Anmeldung:

0177 / 2903793

familienhafen@isbw.de

Kosten:

wird von den  
Krankenkassen  
übernommen

Alle Termine im Überblick:

immer montags

14.04.2025 - 19.05.2025

11:30 - 13:00 Uhr

# Krabbeltreff



Anmeldung:  
03991 / 180037  
familienhafen@isbw.de

Kosten:  
3 € pro Treffen

Alle Termine im Überblick:

Jeden Dienstag  
0- 6 Monate  
9:00-11:00 Uhr

6-12 Monate  
15:00-17:00 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.

# 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

29.04.2025 - 27.05.2025

11:30 - 13:00 Uhr



# “Kleckern und Klecksen”

## Farbspiel für Eltern und Kleinkinder



Anmeldung:

03991 / 180037

familienhafen@isbw.de

Kosten:

5 € pro Familie

Alle Termine im Überblick:

16.04.2025

14.05.2025

18.06.2025

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.

# Der Wasserpass™

Mit steigenden Temperaturen und zunehmender UV-Strahlung gehören Kinder zu den besonders gefährdeten Gruppen. Kinder reagieren viel empfindlicher auf Hitze und auf UV-Strahlung.

Sie haben dadurch ein viel höheres Risiko für Hitzeschäden, Austrocknung, Sonnenbrand und Augenschädigungen durch UV-Strahlung. Dazu kommen die potenziellen Gefahren an Gewässern oder Pools in der Sommerzeit.

In diesem Kurs möchten wir das Verständnis für die Gefahren an unseren Gewässern und den Eigenschutz für die ganze Familie fördern.

Der Wasserpass™ -Kurs vermittelt in 45 Minuten altersgerechte Hitze- und Sonnenschutzregeln in Kombination mit Baderegeln. Am Ende des Kurses erhalten die Kinder einen „Wasserpass“ und einen Patch/Aufnäher.



Anmeldung:

03991 / 180037

familienhafen@isbw.de

Kosten:

10€ pro Familie

Alle Termine im Überblick:

26.05.2025

16.06.2025

15:00-16:00 Uhr

# Familienyoga



## Anmeldung:

03991 / 180037

familienhafen@isbw.de

## Kosten:

4 € pro Familie

## Alle Termine im Überblick:

14.04.2025

05.05.2025

02.06.2025

15:00-16:00 Uhr

Yoga gibt es schon seit Tausenden von Jahren. Yoga ist eine Praxis, die einmal in Indien begann. Das Wort „Yoga“ bedeutet im Sanskrit, der alten Sprache Indiens, „Vereinigung“. Ganz einfach ausgedrückt ist Yoga die „Vereinigung“ oder das Zusammenkommen von Geist (Gedanken und Gefühle) und physischem Körper.

Aber warum genau passt Yoga so gut ins Familienleben und vor allem zu Kindern? Beim Yoga geht es darum, auf unterhaltsame, sichere und spielerische Weise zu entdecken und zu lernen. Den Körper entdecken, zur Ruhe kommen und gleichzeitig in Bewegung sein. Yoga und Kinder passen also perfekt zusammen.

Mit der ganzen Familie in Sinnlichkeit, Bewegung und Ruhe zu verbringen, wird euren Alltag für einen kurzen Moment zum Verschnaufen bringen.

Geeignet für Kinder von 3 bis 6 Jahre.

# 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:

22.05.2025

26.06.2025

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

# ADHS- Selbsthilfegruppe



Anmeldung:

03991 / 180037

familienhafen@isbw.de

Kosten:

Spendenbasis

Alle Termine im Überblick:

24.04.2025

22.05.2025

26.06.2025

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.

# Hallo kleines Geschwisterchen

Nun ist es soweit... euer erstgeborener Schatz wird großer Bruder oder große Schwester. Das ist nicht nur für die Eltern aufregend, sondern auch ganz besonders für die Kleinen. Was passiert da eigentlich in Mamas Bauch? Wie fasst man ein Babymenschen an? Muss ich jetzt mein ganzes Spielzeug teilen?

Wir wollen mit euch als Eltern und euren Kindern zwei Tage lang über die Rolle der großen Geschwister sprechen, den Kleinen spielerisch erklären, wer da in Mamas Bauch heran wächst und gemeinsam ein Willkommensgeschenk basteln.

Der erste Tag beginnt mit einem Abend nur für die Eltern und am zweiten Tag sollen eure Kinder mit euch ein paar schöne Stunden erleben.



Anmeldung:  
03991 / 180037  
nancy.wildner@isbw.de

Alle Termine im Überblick:

**Tag 1**  
11.04.2025  
17:00-19:00 Uhr

**Tag 2**  
12.04.2025  
09:00-11:00 Uhr

Kosten:  
30€

# Tanz in den Mai - Die Familienparty



## Anmeldung:

03991 / 180037

familienhafen@isbw.de

## Kosten:

5 € pro Familie

## Der Termin am:

30.04.2025

17:00-19:00 Uhr

Der Tanz in den Mai ist eine wunderbare Tradition, um den Frühling zu feiern. Es ist eine großartige Gelegenheit für Familien, zusammenzukommen, zu tanzen und Spaß zu haben. Mit Musik, Tanz und einem gemütlichen Beisammensein – solche Feiern stärken die Familienbande und sorgen für unvergessliche Erinnerungen. Habt ihr schon Pläne für eine solche Feier?

Wir veranstalten einen Tanz in den Mai für Familien mit kleinen und großen Kindern.

Wir laden die ganze Familie ein, gemeinsam zu tanzen, zu singen und Spaß zu haben. Getreu dem Motto “Kopf aus, Musik an.”

# Der ISBW Chor

“Gemeinsam Singen” wohnt jetzt unter dem Dach des ISBW.

Wir freuen uns riesig, dass der bereits im Sommer 2024 gegründete Chor, “Gemeinsam Singen” nun an unserem Familienhafen anlegt.

Viele Musikfreunde zieht der Chor bereits jetzt schon jeden Mittwoch ins Schmetterlingshaus und die Chorfamilie darf noch weiter wachsen.

Der Chor wird im Rahmen eines Kleinprojektes gefördert durch den Europäischen Sozialfonds (ESF+).



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!

# Kennt ihr schon...



Die Welt ist bunt.

Wir bauen Brücken.

Aufeinander zugehen.

Kraft schenken.

Das Leben hat viele  
Farben.

Wir möchten kulturelle Vielfalt, Intergration, Migration, Diversität, Respekt, Solidarität, Gleichberechtigung und Toleranz stärken und schützen.

Die “Bunte Stunde” unterstützt genau dies.

Alle Menschen ab 14 Jahren und ganze Familien unterschiedlichsten Alter, Hautfarbe, Geschlecht, Herkunft, Religion, sexuelle Orientierungen, Behinderungen und/ oder Beeinträchtigungen sind herzlich willkommen.

Und alle anderen auch!

# ... unsere “Bunte Stunde”?

Egal ob ihr geflüchtet, eingebürgert, zugezogen oder einheimisch seid, mit Behinderung, queer, trans oder cis, interessiert an anderen Kulturen, arbeitssuchend, in Arbeit, in Ausbildung, Schule oder Studium... wir möchten euch alle an einen Tisch bringen und Vielfalt und Toleranz leben.

Eure Geschichte hier in Waren und Umgebung interessiert uns. Lasst uns gemeinsam ein Zeichen setzen, dass wir in unserer Unterschiedlichkeit doch alle gleich sind - wir sind Menschen!

Jede Woche stehen unsere Türen bei Kaffee, Tee und kalten Getränken offen für unsere “Bunte Stunde”. Lasst sie uns füllen mit Geschichten und Gemeinschaft und einen Anlegeplatz für alle schaffen. Ein zentraler Treffpunkt für Bildung und Beratung für Familien und Einzelpersonen.



Anmeldung:

03991 / 180037

familienhafen@isbw.de

Kosten:

2€ pro Treffen

Alle Termine im

Überblick:

jeden Freitag

10:00 - 12:00 Uhr

Start

ab 09.05.25

# 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!**



**STÄRKUNG**  
DER TEILHABE ÄLTERER  
**MENSCHEN**

# 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

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 2. Quartal in diesem Jahr**

Ab dem 2. 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:



...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 möglich, Sie mit individuellen Hilfsmitteln zu unterstützen, 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

### nach Terminvereinbarung:

Mo 09:30 - 16:00 Uhr

Mi 09:00 - 12:00 Uhr

Fr 09:00 - 12:00 Uhr

Ansprechpartnerin:

Mandy Rudolphi

Kontakt:

03981 / 4898870

0176 / 56371950

mandy.rudolphi@isbw.de

Ansprechpartnerin:

Victoria Köhler

Kontakt:

03981 / 4898870

0171 / 5420926

victoria.koehler@isbw.de

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Arbeit und Soziales

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



# Ganz schön was los...



**Mecklenburg-Vorpommern**  
Ministerium für Soziales,  
Gesundheit und Sport

# ...bei der MitMachZentrale und den SilverSurfer!



**SilverSurfer**

Senioren-Technik-Botschafter in MV



**MITMACHZENTRALE**

# MitMachZentrale: Knotenpunkt des Ehrenamts LK MSE

Ansprechpartnerinnen:  
Carolin Illerhaus-Kulow  
Claudia Schäfer

Kontakt:  
0171 / 3885770  
mitmachzentrale@isbw.  
de

Beratung vor Ort:  
09.04.25 10:00 - 14:00

weitere Termine nach  
telefonischer Rück-  
sprache

Beratung, Vermittlung, Vernetzung – für (zukünftige) Ehrenamtliche und alle, die an Austausch und Netzwerk zum Thema “Ehrenamt” interessiert sind!

Wir beraten Sie als Privatperson ebenso wie Sie als Verein und unterstützen Sie dabei, die passende ehrenamtliche Tätigkeit zu finden, neue Mitglieder zu gewinnen oder auch passende Fördermittel zu suchen.

# Engagementforum in Waren (Müritz)

Ehrenamt und Engagement sind das Herzstück unserer Gesellschaft. Die MitMachZentrale MSE und der AWO Kreisverband Müritz e.V. wollen engagierte Menschen in unserer Stadt zusammenbringen:

Für Austausch, neue Kontakte und spannende Kooperationen.

Eingeladen sind alle Vereine und Initiativen aus dem Warener Stadtgebiet.



26.05.2025

17:00- 19:30 Uhr

RBB Müritz

*kostenlos*

Kontakt und Anmeldung:

MitMachZentrale MSE  
ISBW gGmbH

Claudia Schäfer  
mitmachzentrale@isbw.de  
Telefon: 0395 / 5584040



# SilverSurfer: Qualifizierung von Senioren-Technik- Botschafter\*innen

## Ansprechpartnerin:

Carolin Illerhaus-Kulow  
Claudia Schäfer

## Kontakt:

03991 / 180037  
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...**

Fit mit Buggy  
Familiennachmittage  
Der Wasserpäss  
Der Pflasterpass  
Kreative Angebote  
Weiterbildungen und Veranstaltungen für  
Ehrenamtliche  
Infoveranstaltungen SilverSurfer  
Erzähl-Cafés, Vorträge, Events für 60+  
Gemeinsame Treffen, Veranstaltungen,  
Austausch u. v. m.

**PROGRAMMHEFT**  
**JUL - SEP 2025**

