

FragNach

NEWSLETTER FÜR APRIL 2024

SERVICESTELLE FRÜHE HILFEN FÜR ALFTER, SWISTTAL, WACHTBERG
UND MECKENHEIM

Liebe Newsletter-Abonent:innen,

April, April, der macht was er will. Vor allem lässt er alles wieder kräftig grünen und blühen. Was für viele Menschen Grund zur Freude ist, ist für einige vor allem mit juckenden Augen, laufender Nase oder sogar Atemnot verbunden – sie haben Allergien.

Um Ihre Kinder davor zu schützen, sind viele Eltern sehr daran interessiert den Allergien bei ihrem Baby bereits ab der Schwangerschaft vorzubeugen. Babys werden nämlich nicht als Allergiker geboren, jedoch wird eine Veranlagung z.B. zu Asthma, Neurodermitis oder Heuschnupfen vererbt. Ob es dann zum Krankheitsausbruch kommt, hängt von den Bedingungen ab, in denen das Kind aufwächst.

Nach neuesten Erkenntnissen ist es wichtig, eine normale Entwicklung der Toleranz gegenüber bestimmten Stoffen zu unterstützen. Dabei werden nicht mehr vorbeugend Lebensmittel ausgelassen, sondern eine Toleranzentwicklung durch eine frisch zubereitete, vielfältige Kost gefördert. Man macht also bei der Beikost und der Ernährung in der Schwangerschaft keinen Unterschied mehr zwischen Kindern mit und ohne Allergierisiko.

Falls Sie sich für das Thema „Allergien vorbeugen“ interessieren, können sie [hier](#) mehr dazu lesen und wenn Sie gerne selbst frische Breie für Ihr Kind zubereiten möchten, finden Sie [hier](#) ein paar Rezepte.

Veranstaltungen in Meckenheim:

17.04.2024, 18-20:15 Uhr Kindernotfälle—was tun?

Erste Hilfe am Kind für Eltern, Großeltern und Co.

In diesem Kurs werde Sie auf kleine und große Kindernotfälle im familiären Bereich vorbereitet. Katholisches Familienbildungswerk im Rhein-Sieg-Kreis, Referentin Marion, Anmeldung: fbw-meckenheim.de

Teilnahme-Gebühr: 10,00 € Veranstaltungs-Nr. 2467610009

23.04. 2024, 18:30—20:45 Uhr „Nur wenn es mir gut geht, kann ich der Welt mein Bestes geben“ Selbstfürsorge-Online-Kurs für Eltern

Selbstfürsorge heißt, mit sich selbst gut umzugehen, sich zu schützen, die eigenen Bedürfnisse wahr und ernst zu nehmen und auf die eigenen Ressourcen zu achten. Sie erhalten hilfreiche Tipps zur Selbstfürsorge, die sich sofort umsetzen lässt. Katholisches Familienbildungswerk im Rhein Sieg-Kreis,

Referentin: Gudrun Beckmann, Anmeldung: fbw-meckenheim.de

Teilnahme-Gebühr: 15,00 € Veranstaltungsnr.: 2467610006



Mehr Informationen über Angebote und Veranstaltungen in Ihrer Nähe:

www.FragNach.info

ÜBER FRAG NACH

Um Eltern konkret und ganz praktisch zu helfen, haben die **Gemeinden Alfter, Swisttal, Wachtberg** und die **Stadt Meckenheim** mit dem **Diakonischen Werk Bonn und Region** FragNach ins Leben gerufen.

Wir kümmern uns um die oftmals sehr persönlichen Anliegen junger Eltern.

Den Überblick über Hilfsmöglichkeiten haben wir oder verschaffen uns diesen je nach Anfrage, informieren passgenau und erleichtern den Vätern und Müttern so den Alltag mit den kleinen Kindern.

FragNach
Servicestelle Frühe Hilfen
FragNach@dw-bonn.de,
Telefon: 0160 / 70 21 446
montags 9 - 13 Uhr
Sonja Zweiacker-Schaller
und Birgit Kahlo

Eine Kooperation von



Gemeinde Swisttal



IMPRESSUM

Diakonisches Werk
Bonn und Region
—gemeinnützige GmbH
Kaiserstraße 125
53113 Bonn
Telefon: 0228 228 08 20
Fax: 0228 228 08 37
E-Mail: kontakte@dw-bonn.de
www.diakonie-bonn.de
Geschäftsführer Ulrich Hamacher
Aufsichtsratsvorsitzender
Pfarrer Wolfgang Harnisch
Sitz Bonn, Handelsregister beim
Amtsgericht Bonn: Nr. DE 17432
USt-IdNr.: DE 81591761

Veranstaltungen in Alfter:

19.04.2024, 16 Uhr Vorlesen und Basteln mit Schulkindern

Hier wird gebastelt zum Thema „Frühling“, Gebühr 3 Euro für das Bastelmaterial. Ort: Bücherei Alfter, Hertersplatz 14

Weitere Informationen und Anmeldung per E-Mail an: kontakt@buchstuetzen-alfter.de oder unter neuer Telefonnummer 02222-829059

26.04.2024, 14:45 Uhr Bilderbuchkino für Kinder ab 4 Jahren

Buch „Der riesengroße Streit“ Ort: Bücherei Alfter, Hertersplatz 14
Eintritt frei. Weitere Informationen und Anmeldung per E-Mail an: kontakt@buchstuetzen-alfter.de oder unter neuer Telefonnummer 02222-829059

20.04.2024, 15 bis 17 Uhr Literarischer Workshop am Samstag-nachmittag mit kreativen Lese- und Schreibimpulsen

Eingeladen sind Menschen jeden Alters und in jeder Lebenslage - ein Vorwissen ist nicht notwendig. Während die Erwachsenen - und auch Teenies ab 16 Jahren - gemeinsam lesen und sich austauschen, gibt es die Möglichkeit einer Kinderbetreuung - damit auch junge Eltern mitmachen können. Ort: Bücherei Alfter, Hertersplatz 14

Leitung: Petra von der Lohe (Dozentin für Literatur, Poetologie und literarisches Schreiben an der Alanus-Hochschule)

Anmeldung erforderlich bei den Buchstützen unter 02222-829059 oder unter kontakt@buchstuetzen.de

Veranstaltungen in Wachtberg:

Sprechstundentermine der Familien und Erziehungsberatungsstelle Rheinbach in den Familienzentren:

09.04.2024, 8 bis 9 Uhr Drachenhöhle

Mehlemer Strasse 1, Wachtberg Tel: 0228-857141

17.04.2024, 9 bis 10.30 Uhr Maria Rosenkranzkönigin

Am Bollwerk 13, Wachtberg 0228-344868

17.04.2024, 9.30 bis 10.30 Uhr Drachenfelder Ländchen

Zwischen den Hüllen 1-9, Wachtberg 0228-40387611

Veranstaltungen in Swisttal:

04.04.2024, 16 Uhr „Kaspar und der gestohlene Bohnensack“

Kasperletheater für Kinder ab 2 Jahren. Eintritt: Tageskasse 10 Euro
Kath. Pfarrheim St. Katherina, Tonusplatz 5, Swisttal-Buschhoven

16.04.2024 10 bis 12 Uhr Beratung der Familienhebamme

Beratungsangebot für Mütter mit Kindern bis Ende des 1. Lebensjahres
Heinrich Wilkens Haus, Orbachstraße 19 | Swisttal-Odendorf

Anmeldung: Felicitas Josmann

Telefon 0151 50040154 un Telefon 02255-1297 oder

Kath.FZ.Swisttal@erzbistum-koeln.de

Weitere Ideen und Informationen finden Sie auch auf www.FragNach.info auf der Seite Ihrer Stadt oder Gemeinde unter „Palette“ und der Rubrik „Tipps und Aktuelles“.

Sollten Sie ansonsten Unterstützung benötigen, wenden Sie sich bitte an uns. Wir suchen gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen zu Ihren Fragen oder vermitteln Ihnen den Kontakt zu spezialisierten Einrichtungen. Sie erreichen uns montags von 9 bis 13 Uhr unter 0160 / 7021446 oder unter FragNach@dw-bonn.de

