

# KESS

# 2026



# Junge Familien



## Offene Angebote und Kurse in Nienhagen, Wathlingen, Wienhausen!

### „Wir-sind-viele“ bringt Jung und Alt zusammen

Unter dem Motto „Viele Geschichten, viele Wege, viele Gesichter“ – das vereint das Mehr- generationenhaus im Miteinander der Generationen. Aber nur regelmäßige Angebote für Groß und Klein schaffen eine echte Gemeinschaft.

Dazu wurde im Sommer ein brandneuer „Wir sind viele Film“ gedreht, der auf unserer Website des KESS [www.familienzentrum-kess.de](http://www.familienzentrum-kess.de) zu sehen oder ganz einfach über den folgenden QR-Code zu finden ist.



### Gründe Deinen eigenen Klub!

Du möchtest endlich mal wieder etwas für Dich tun? Zeit mit den schönen Dingen des Lebens verbringen .... und das am besten zusammen mit anderen netten Menschen? Dann bist Du im KESS-Klub-Angebot richtig! Ihr wollt regelmäßig miteinander kochen, nähen, Spiele spielen oder über Themen sprechen, die Euch interessieren? Und dafür sucht Ihr einen gemütlichen Ort mit ausreichend Platz, um Euch regelmäßig treffen zu können? Meldet Euch bei uns im Büro. Unser Raumplan ist zwar schon gut gefüllt, aber vielleicht finden wir mit Euch gemeinsam eine Lücke.

Auch wenn Ihr noch Mitstreiter\*innen sucht, machen wir für Euch die Werbung.

Was wir brauchen:

- Eine feste Ansprechperson,
- verbindliche Absprachen und
- die Zusage, dass Ihr den Raum so hinterlasst, wie Ihr ihn vorgefunden habt.

Schon jetzt gibt es einige Gruppen, die sich regelmäßig im „Klub-Format“ treffen. Sie kochen, sprechen über Literatur, machen Musik, spielen Gesellschaftsspiele oder treffen sich mit ihren Babys. Ruft einfach an und wir lernen uns kennen!

### Ankommen

Eine Postkarte genügt – und Sie verabreden sich – im KESS oder zu Hause – mit einer ehrenamtlichen **Baby-Begrüßerin**, die Ihnen Informationen und Unterstützung anbietet. Brauchen Sie Hilfe beim Ausfüllen von Formularen, in ganz praktischen Dingen oder möchten Sie wissen, wo Sie andere Familien treffen können?

### Für werdende und „frischgebackene“ Eltern

Unsere Hebamme Cathrin Meinecke-Büchler bietet Kurse rund um die Schwangerschaft und Baby-Massage an. Weitere Infos auf Anfrage!

### Offener Baby-Treff

für „frischgebackene Familien“ mit ihren Babys im Alter von 0-12 Monaten

Auf Euch wartet das Super-Food Porridge mit leckerem Topping.

jeden Mittwoch 10.30 – 12.00 Uhr KESS Nienhagen

Vivien Luck freut sich auf Euch!

### Offener Baby- und Kleinkind-Treff

für „junge Familien“ mit ihren Babys und Kleinkindern einfach Klönen und Kontakte knüpfen und danach eine leckere selbstgekochte Gemüsesuppe genießen.

jeden Donnerstag 10.30 – 12.00 Uhr KESS Nienhagen

Inga Ernesti freut sich auf Euch!

### Familien Erlebnis-Treff

für Mütter, Väter, Großeltern mit ihren Klitzekleinen, Abenteurern oder Weltentdeckern

Wir bieten Ihnen und Ihren Kindern tolle Spielmöglichkeiten, gute Gespräche und neue Kontakte in unserer gemütlichen KESS-Atmosphäre – dieses Angebot ist unverbindlich und kostenlos.

jeden Montag 10.30 – 12.00 Uhr KESS Wienhausen

Henriette Menzel freut sich auf Euch!

jeden Dienstag 10.30 – 12.00 Uhr KESS Wathlingen

Nicole Kein und Kristina Gisinger freuen sich auf Euch!

### Väter-Feierabend – Offener Treff

Ihr wollt gerne entspannt Zeit mit Eurem Kind verbringen – habt Lust Euch mit anderen Vätern auszutauschen? Kommt einfach vorbei! Hier im KESS können die Kleinen Neues erkunden und sich auszutoben, Ihr in Ruhe einen Kaffee oder Tee trinken und miteinander klönen.

jeden Donnerstag 17.00 – 18.00 Uhr KESS Nienhagen

Michel Gottschlich freut sich auf Euch!

### Freunde finden

**Hygge-Zeit** miteinander singen, bewegen und entspannen

jeden Donnerstag 8.30 – 8.45 Uhr Herzogin-Agnes-Platz am KESS

Einfach kommen und mitmachen!

### Markt-Café – Familiencafé

Einfach klönen bei Kaffee und Tee und die Kinder spielen...

jeden Freitag 15:00 – 16:30 Uhr KESS Nienhagen

Imke Faßbender und Ayfer Dag freuen sich auf Euch!

### Sonntags-Ausflug ins KESS

Hier könnt Ihr an einem **Sonntagvormittag im Winter** mit Euren Kindern interessante Bewegungs- landschaften in den Räumen erkunden, ein selbst mitgebrachtes Frühstück in der Guten Stube genießen. Gerne könnt Ihr Euch auch mit anderen Familien dazu verabreden.

Sonntag 9.30 – 11.00 Uhr KESS Nienhagen – Termine auf Anfrage, Anmeldung erforderlich.

### Wichtelspielplatz am KESS Nienhagen

täglich 9.00 – 17.00 Uhr

Kleine Wichtelhäuser, eine einfache Sandkiste, ein Barfußpfad und Sitzgruppen laden zum Verweilen ein. Kann außerhalb der Öffnungszeiten für Treffen genutzt werden.

Auch in unseren **Guten Stuben** in Nienhagen, Wathlingen und Wienhausen können Sie sich mit anderen treffen. Rufen Sie uns einfach an und wir schauen gemeinsam in die Terminkalender.

### Beratung – Zeit für mich

Unser Beratungsteam ist für Sie da – zu allen Themen, die Sie bewegen.

### Die Familiensprechstunde in den Samtgemeinden Wathlingen und Flotwedel

Wir unterstützen Familien in allen Lebenslagen. Mit unserem Konzept verbinden wir bestehende Angebote und schaffen die Möglichkeit, Wünsche und Anliegen von Familien unter einem Dach beraten zu können:

#### Lebensberatung

**Angelina Haupt**, Dipl.-Soz.päd. und **Peter Klages**, Familiencoach  
Einstiegsberatung für Familien in allen Lebenslagen

#### Familienrat

Eine mögliche Methode zur Unterstützung bei Konflikten in der Familie.  
Die Familie kann man sich nicht aussuchen – Wer in den Familienrat kommt schon!

#### Familiencoaching

**Angelina Haupt**, Dipl.-Soz.päd. und **Peter Klages**, Familiencoach  
Unsere Familiencoaches unterstützen Familien dabei ihr Gleichgewicht wieder zu erlangen.

#### Beratung Kinderbetreuung für 1- 3 Jährige

**Angelina Haupt**, Dipl.-Soz.päd.

#### Pflegeberatung

PflegeStützpunkt Niedersachsen/Celle  
Informationen, Beratung oder Hilfe rund um das Thema Pflege. Termine auf Anfrage

#### Beratung u. Information zur Entwicklung ihres Kindes

Unser Team aus Ergotherapeutin, Psychologin und Sozialpädagoginnen steht Ihnen zur Verfügung.

#### Familienservice

**Imke Faßbender**, Vermittlung von haushaltsnahen Dienstleistungen, Tagespflegepersonen, Babysittern und Nachhelfern

Unser Familienbüro ist für weitere Informationen und Terminvereinbarungen geöffnet!

### Jugendsprechstunde im KESS Wathlingen

Beratungsangebot für Jugendliche.

Anfragen und Terminvereinbarung werden im KESS-Büro Nienhagen vertraulich entgegen genommen.

### KESS Akademie

Vortragsreihe für Pädagoginnen und Pädagogen aus Kita, Schule, Tagespflege und Verwaltung sowie für Eltern

**Interessante Vorträge erwarten euch in 2026 – lasst euch überraschen.**

### Gespräche am Küchentisch

Eltern treffen sich im KESS und tauschen sich über ihre Erziehungsfragen zu den verschiedenen Themen, wie Medien, Ernährung, Konsum usw. aus. Im Mittelpunkt stehen die eigenen Erfahrungen und das Wissen aus dem Erziehungsalltag. Im Gespräch werden verschiedene Möglichkeiten des erzieherischen Umgangs mit den Kindern diskutiert. Es entstehen für die teilnehmenden Eltern keine Kosten.

Termine auf Anfrage!

Moderatorin: Chantal Roy, Mitarbeiterin im KESS

Kostenfrei, Anmeldung erforderlich!

**Weitere Infos und Anmeldung im KESS-Büro Nienhagen**



Nicole Kein



Peter Klages



Julia Kubasow



Chantal Roy



Angelina Haupt



Inga Ernesti



Josi Prill



Kristina Gisinger





Imke Faßbender



## Familienzeit

### Baby-Erlebniskurse

#### 0 – 1-jährige Klitzekleine mit ihren Eltern

Babys und Kleinkinder lieben Wiederholungen, Routinen und Rituale. Der **Kurs findet 1x in der Woche mit der gleichbleibenden Gruppe** statt, sodass Ihr die Zeit mit Eurem Baby voll auskosten könnt. Eure Kursleitungen sind Imke Faßbender, Ergotherapeutin und Kerstin Gisinger, päd. Mitarbeiterin und Qualifizierung zur Eltern-Kind-Übungsleiterin

**Anmeldung sowie Kursbeschreibung, Termine und Kursgebühren** über das Kursbuchungssystem unter [www.familienzentrum-kess.de](http://www.familienzentrum-kess.de)  
Du hast kein Smartphone oder hast nichts Passendes gefunden? Dann rufe bei uns im KESS-Büro unter **05144-970627** oder **05149-185559** an oder schreibe uns eine Mail an [mgh@familienzentrum-kess.de](mailto:mgh@familienzentrum-kess.de) und wir überlegen gemeinsam.

#### Klitzekleine Eins (2. – 4. Monat)

Euer Baby ist gut auf dieser Welt angekommen und möchte sie behutsam und geborgen entdecken. Bei uns gibt es noch mehr Klitzekleine und deren Eltern, die sich auf neue Kontakte freuen. Unsere erfahrene Kursleiterin schafft mit Euch gemeinsam eine anregende Umgebung, welche die Wahrnehmung und Aufmerksamkeit fördert. Ihr werdet ausreichend Gelegenheit zu Austausch und Kommunikation mit anderen Teilnehmer\*innen haben. In dem Kurs lernt ihr

- die Signale eures Babys besser zu verstehen,
- könnt die Bindung zu eurem Baby stärken ohne vom Alltag abgelenkt zu werden und eure Körperwahrnehmung, wie auch die eures Babys, fördern.
- gemeinsame Entspannungseinheiten, ersten Fingerspiele und Bewegungsübungen sowie
- anregende Babymassagen kennen.

#### Klitzekleine Zwei (5. – 8. Monat)

Euer Kind wird mobiler und fängt langsam an selbst die Welt zu erkunden. Gemeinsam mit anderen können sich eure Kinder im Miteinander entwickeln, Bewegungs- und Spiellandschaften entdecken und einfach Spaß haben. Euer Baby entwickelt sich rasant. Es kann nun schon ganz gut Farben und Formen erkennen. Mit kontrastreichem **interessantem Spielmaterial** wird es angeregt, seine Umwelt noch intensiver zu erkunden. Auch das Prinzip von Ursache und Wirkung wird jetzt intensiv erforscht und euer Kind kann sich Reihenfolgen und Abläufe merken. Mit Bewegungsliedern, Kniereitern und Fingerspielen kommt auch der Spaß an **Bewegung und Musik** nicht zu kurz.

#### Klitzekleine Drei (9. – 12. Monat)

Euer Kind krabbelt, rutscht und rollt und freut sich über Bewegungs- und Spiellandschaften, die auf seine Bedürfnisse abgestimmt sind. Hochziehen, Klettern und Hüpfen wollen schließlich auch im sicheren Rahmen erprobt werden. Wer so viel Neues ausprobiert, fällt auch mal hin und erlebt **Frustration**, lernt durchzuhalten und **Erfolgslebnisse** zu haben.

Erste Übungen für die Feinmotorik, zur Kraftdosierung sowie die Förderung von taktiler Wahrnehmung unterschiedlicher Materialien und Konsistenzen stehen unter Anderem auf dem Programm. Hier darf auch mal durch den Wackelpudding gerutscht werden.

### Kinder-Erlebnis-Kurse

Kurse für Abenteuer und Weltentdecker findet 1x in der Woche mit der gleichbleibenden Gruppe statt. **Anmeldung sowie Kursbeschreibung, Termine und Kursgebühren** über das Kursbuchungssystem unter [www.familienzentrum-kess.de](http://www.familienzentrum-kess.de)  
Du hast kein Smartphone oder hast nichts Passendes gefunden? Dann rufe bei uns im KESS-Büro unter **05144-970627** oder **05149-185559** an oder schreibe uns eine Mail an [mgh@familienzentrum-kess.de](mailto:mgh@familienzentrum-kess.de) und wir überlegen gemeinsam.

#### 1 – 3-jährige Abenteuerer mit ihren Eltern

##### Bewegungswerkstatt

für 1 - 3 jährige Kinder mit Eltern  
Bewegungslandschaften haben für Kinder aller Altersgruppen einen hohen Aufforderungscharakter. Beim Rollen, Krabbeln, Klettern, Balancieren, Rutschen, Greifen und vielem mehr bekommen die Kinder die Möglichkeit ihre Umwelt zu entdecken und eigenständige Entscheidungen zu treffen. Sie lernen so ihre Fähigkeiten einzuschätzen und zu erweitern. Während des Kurses werden durch die gemeinsame Mama oder Papa-Kind-Zeit positive Bindungserfahrungen gesammelt, welche einen großen Einfluss auf das seelische Wohlbefinden und das Sozialverhalten haben. Ltg: Imke Faßbender, Ergotherapeutin

##### Musikwerkstatt

Dass rhythmische Klänge und Musik schon die Allerkleinsten positiv beeinflussen, beruhigen oder anregen können, überrascht kaum. So ist es doch der Herzschlag der Mutter, der bereits im Mutterleib hörbar ist und so ein Gefühl von Vertrautheit und Sicherheit vermittelt. Das Rhythmusgefühl liegt uns buchstäblich im Blut und ist fester Bestandteil unserer Kultur. Ltg: Inga Ernesti, päd. Mitarbeiterin, Musikgarten-Trainerin und Bärbel Fuge, Dipl.-Soz.päd.

#### Mama, Papa und Baby – Zusammen sind wir stark

**Indoor-Kurs** für Mütter und Väter mit Kind  
Sport mit Baby macht Spaß und ist eine wunderbare Mama-Papa-Zeit. Gemeinsam stärken wir durch gezielte Kräftigungs- und Dehnungsübungen die Muskulatur mit Übungen, die Mama, Papa und Baby Spaß machen und schließen mit einer Entspannungseinheit ab. Ltg: Imke Faßbender, Ergotherapeutin und Josephine Prill, Pilates- und Fitnesstrainerin

#### Tagesmutterladen im KESS Nienhagen

Reguläres Kinderbetreuungsangebot für „Weltentdecker“ vom 8. Lebensmonat bis 3 Jahre Montag bis Freitag im Zeitraum von 7.00 Uhr bis 16.00 Uhr möglich. Anmeldung rechtzeitig erforderlich. Möchten Sie nähere Informationen über die Betreuung Ihres Kindes erhalten, dann vereinbaren Sie einen Termin im KESS-Büro. Angelina Haupt, Dipl.-Soz.päd., Leitung Tagesmutterladen

#### 3 – 6-jährige Weltentdecker

**Kinder-Tanz-Kurs** für 3 bis 5 Jährige  
Bewegung, Musik und ganz viel Spaß!

In unserem Kindertanzkurs für 3–5-Jährige entdecken Kinder spielerisch die Welt des Tanzes. Durch fantasievolle Bewegungen, einfache Schrittfolgen und kleine Tanzgeschichten fördern wir Rhythmusgefühl, Körperbewusstsein und Koordination – ganz ohne Leistungsdruck.

Mit viel Freude tanzen wir zu kindgerechter Musik, hüpfen, drehen, schleichen und springen wie Tiere oder Figuren aus der Kinderwelt. So entwickeln die Kinder nicht nur motorische Fähigkeiten, sondern auch Selbstvertrauen, Kreativität und soziale Kompetenz. Ltg: Josephine Prill, Zumba und Zumba kids+jr. Trainerin, Pilates- und Fitnesstrainerin

#### Weltentdecker für Kinder ab 4 Jahre mit Eltern

In diesem Kurs werden wir mit Musik, Spaß, Spannung und Neugier auf eine tolle Entdeckungsreise gehen. In verschiedenen Orten auf unserer Erde lernen wir etwas über die Vielfältigkeit von Gesellschaft und Kulturen, z.B. rhythmische Klänge aus Afrika, elegante Chansons aus Frankreich, feuriger Flamenco aus Spanien, schwungvoller irischer Folk, jede Menge kulinarische Köstlichkeiten, Länderflaggen und Reiseerfahrungen. Wir basteln, tanzen, probieren uns aus und wollen uns auf etwas Neues einlassen. Genießt mit eurem Kind eine Me-Time, einfach nur ihr Zwei mit einer tollen Gruppe verschiedenster Charaktere. Ltg: Inga Ernesti, päd. Mitarbeiterin, Musikgarten-Trainerin

#### Yoga für Kinder ab 5 Jahre ohne Eltern

Yoga ist eine Lebenseinstellung und schafft die Verbindung zwischen Körper, Geist und Seele. Hier stärken wir spielerisch das Körperbewusstsein und geben Impulse zur Entspannung. Jede Woche erleben wir gemeinsam neue Abenteuer, die Körper, Geist und Seele stärken. Bitte beachtet, dass es beim Alter der teilnehmenden Kinder zu leichten Abweichungen kommen kann. Unterschiedliche Entwicklungsstände sind dabei ganz normal und werden im Kurs individuell berücksichtigt. Ltg: Lisa Thiel, Yogatrainerin für Kinder

#### Kunst- und Kreativwerkstatt für Kinder von 5-6 Jahren ohne Eltern

Unsere Kunst- und Kreativwerkstatt bietet eine spielerische und kindgerechte Einführung in Farben, Formen und Materialien. Geeignet als gute Vorbereitung auf die Schule oder als Begleitung im ersten Schuljahr. Durch unterschiedliche Materialien und Maltechniken werden die Feinmotorik, Graphomotorik und die Konzentration gefördert. Das kreative Denken, die Vorstellungskraft und Fantasie der Kinder dürfen sich in einer sicheren und freundlichen Atmosphäre frei entfalten. Spielerische Übungen mit Elementen aus dem Bereich der Neurogymnastik harmonisieren das Zusammenspiel beider Gehirnhälften, fördern die Leistungsfähigkeit und machen jede Menge Spaß. Ltg: Julia Kubasova, Künstlerin und Pädagogin



**Mehrgenerationenhaus – KESS Nienhagen**  
Herzogin-Agnes-Platz 1, 29336 Nienhagen,  
Tel. 05144-970627

**KESS Wathlingen**  
Am Markshof 2, 29339 Wathlingen,  
Tel. 05144-970627

**KESS Wienhausen**  
Hofstraße 5, 29342 Wienhausen,  
Tel. 05149-185559

[www.familienzentrum-kess.de](http://www.familienzentrum-kess.de)  
[mgh@familienzentrum-kess.de](mailto:mgh@familienzentrum-kess.de)  
 [mgh\\_familienzentrum\\_kess](https://www.instagram.com/mgh_familienzentrum_kess)



Vivien Luck

