



**#6/2025**

**Der Newsletter für Familien in MV!**

## In eigener Sache

### Ein Blick nach vorn

Dies ist der **letzte Newsletter der Familieninfo MV** in der bisherigen Form. Auch weiterhin bleiben wir **in engem Austausch mit den Familieneinrichtungen** in Mecklenburg-Vorpommern und bündeln relevante Informationen für Familien und Fachkräfte.

Unser **Veranstaltungskalender** bietet weiterhin einen Überblick über die große **Vielfalt familienbezogener Angebote im Land**. Zudem arbeiten wir an einem **Relaunch der Website**, der für das **erste Quartal 2026** geplant ist. Freuen Sie sich auf das neue Gesicht der FamilienInfo MV ☺.

## In eigener Sache

### Zum Jahresausklang

Die Familieninfo MV wünscht allen Familien, Fachkräften und Engagierten **frohe, friedliche Weihnachtstage sowie erholsame Momente im Kreis von Familie, Freund\*innen und Nachbarschaft**.

Für das **Jahr 2026** wünschen wir einen **guten Start**, Gesundheit, Zuversicht und viele positive Begegnungen. Vielen Dank für Ihr Interesse, Ihr Engagement und die Zusammenarbeit im vergangenen Jahr. Wir freuen uns darauf, Sie auch im neuen Jahr mit Informationen, Angeboten und Impulsen rund um Familie, Bildung und Zusammenhalt zu begleiten.

[\*\*Jetzt Familieninfo-MV entdecken!\*\*](#)



## Gemeinschaft statt Einsamkeit - Angebote rund um Weihnachten

### „Wir Weihnachten“: Nachbarschaftsaktionen

Mit der Aktion „**Wir Weihnachten**“ lädt die nebenan.de Stiftung Menschen bundesweit dazu ein, in der Advents- und Weihnachtszeit aktiv etwas gegen Einsamkeit in der Nachbarschaft zu tun. Auf **wirweihnachten.de** können Nachbar\*innen eigene Aktionen eintragen oder bestehende Angebote in ihrer Nähe finden.

Ob **Plätzchenbacken, gemeinsames Abendessen, Spaziergänge, Singen, Basteln oder Wichteln** – jede Form der Begegnung trägt dazu bei, Menschen miteinander ins Gespräch zu bringen und Einsamkeit zu verringern. Eine interaktive Deutschlandkarte zeigt übersichtlich, wo Veranstaltungen stattfinden und wo noch Mitstreiter\*innen gesucht werden.

Gerade in der dunklen Jahreszeit fühlen sich viele Menschen allein. Die Initiative möchte deshalb Mut machen, Kontakt aufzunehmen und Gemeinschaft zu schaffen – unkompliziert, lokal und niedrigschwellig. So wird Weihnachten zu einer Zeit, die verbindet.

[zur Webseite "Wir Weihnachten"](http://wirweihnachten.de)

**Weihnachten in MV gemeinsam erleben**

Die Weihnachtszeit ist für viele Menschen mit Nähe und Gemeinschaft verbunden – wer sich einsam fühlt, erlebt die Feiertage jedoch oft als besondere Herausforderung. In Mecklenburg-Vorpommern gibt es rund um Weihnachten zahlreiche **Angebote gegen Einsamkeit**, die Begegnung und Austausch ermöglichen.

Vor Ort laden verschiedene Initiativen zu **gemeinsamen Feiern und Mahlzeiten** ein. Dazu gehören unter anderem Angebote der **Volkssolidarität in Ludwigslust und Parchim**, der **Gemeinde St. Anna und der Caritas in Schwerin** sowie des **Treffpunkts andersARTick in Barth**. Auch viele **Kirchengemeinden** organisieren offene, festliche Veranstaltungen. Darüber hinaus bringt die Initiative „**Keine(r) bleibt allein**“ private Gastgeberinnen und Gastgeber mit Menschen zusammen, die die Feiertage nicht allein verbringen möchten.

## **Gemeinsame Zoom Weihnachtsfeier am 25.12.2025**

Ergänzend zu lokalen Aktionen gibt es **zahlreiche digitale und telefonische Angebote**, die auch über die Feiertage hinweg Unterstützung bieten. So findet am **25. Dezember** die **digitale Weihnachtsfeier des Vereins „Wege aus der Einsamkeit“** statt. Sie richtet sich an Menschen, die ortsunabhängig Gemeinschaft erleben möchten, und bietet Raum für Austausch und gemeinsame Zeit – ganz unkompliziert von zu Hause aus.

Darüber hinaus stehen **Telefon- und Chatangebote** für unterschiedliche Zielgruppen zur Verfügung, etwa für **ältere Menschen, Kinder und Jugendliche** oder alle, die ein **offenes Ohr** suchen. Eine Übersicht dieser niedrigschwlligen Hilfs- und Begegnungsangebote – darunter Telefonangebote, Online-Treffen und Nachbarschaftsaktionen – bündelt das **Kompetenznetz Einsamkeit** auf seiner Webseite.

Die vielfältigen Angebote zeigen: **Auch an Weihnachten muss niemand allein sein.**

[zum Kompetenznetz Einsamkeit](#)

**FLIMMO-Weihnachtsspecial: Tipps für medien-freundliche Feiertage mit der ganzen Familie**

Das FLIMMO-Weihnachtsspecial bietet Eltern und Kindern eine sorgfältig ausgewählte Übersicht an Weihnachts-Filmen, Serien und Videos – passend für verschiedene Altersgruppen.

- Altersgerechte Empfehlungen: Für Kleinkinder einfache, beruhigende Geschichten; für Grundschulkinder fantasievolle Abenteuer; für ältere Kinder und Familien auch spannende, magische oder humorvolle Werke.
- Ideen für gemeinsame Medien- und Freizeitzeit: Neben TV & Streaming gibt es kreative YouTube-Videos, Bastel- und Spielideen – ideal auch als Ergänzung zur Bildschirmzeit.
- Hilfestellung für Eltern: Hinweise, welche Inhalte für Kinder geeignet sind – und worauf man bei Tablets, Spielkonsolen & Co. achten sollte, wenn diese unterm Weihnachtsbaum liegen.

Gerade in der Weihnachtszeit ist das Medienangebot riesig – mit dem FLIMMO-Special behalten Sie leicht den Überblick. So können Sie entspannte gemeinsame Stunden gestalten und bestimmen selbst, was ihren Kindern gut tut.

[zum FLIMMO Weihnachtsspecial](#)



**Mehr Unterstützung für Familien ab 2026**

## Mehr Kindergeld ab Januar 2026

Gute Nachrichten für Familien: **Ab Januar 2026 steigt das Kindergeld für jedes Kind um vier Euro**. Damit erhalten Eltern künftig **259 Euro pro Monat und Kind**. Die Erhöhung gilt einheitlich für alle Kinder.

Die **Familienkasse passt die Beträge automatisch an**. Familien, die bereits Kindergeld beziehen oder einen Antrag gestellt haben, müssen **nichts unternehmen** – die Auszahlung erfolgt ab Januar in der neuen Höhe. Insgesamt profitieren davon **mehr als 10 Millionen Kindergeldberechtigte** in Deutschland.

Zusätzlich weist die Bundesagentur für Arbeit darauf hin, dass viele Anliegen rund um das Kindergeld bequem **online über die e-Services der Familienkasse** erledigt werden können – vom Antrag bis zur Mitteilung von Änderungen.

[zur Familienkasse](#)

---

Ab dem **1. Januar 2026** wird der **Kinderfreibetrag** erhöht. Er beträgt künftig **9.756 Euro pro Kind und Jahr** (für beide Elternteile zusammen). Der höhere Freibetrag entlastet vor allem Familien mit steuerpflichtigem Einkommen, da sich das zu versteuernde Einkommen entsprechend verringert. Die Berücksichtigung erfolgt automatisch im Rahmen der Steuerveranlagung.

Auch der **gesetzliche Mindestlohn** wird weiter angehoben: Ab **2026** steigt er auf **12,82 Euro pro Stunde**. Davon profitieren insbesondere Familien und Alleinerziehende mit niedrigem Einkommen.

Ziel der Erhöhung ist es, die Kaufkraft zu stärken und steigende Lebenshaltungskosten besser abzufedern.

---

## Mehr Hortplätze für Familien in MV

Mecklenburg-Vorpommern baut die **Hortbetreuung für Grundschulkinder** weiter aus. Im Rahmen des Investitionsprogramms Ganztagsausbau von Bund und Land entstehen **über 1.100 neue Hortplätze**, weitere **rund 900 Plätze werden gesichert**. Insgesamt fließen dafür **66,2 Millionen Euro** aus Bundes- und Landesmitteln in Neubau, Umbau, Sanierung und Ausstattung von Horten.

Ab dem **Schuljahr 2026/2027** gilt schrittweise der **Rechtsanspruch auf Ganztagsbetreuung** für Grundschulkinder – beginnend mit der **1. Klassenstufe** und ausgeweitet bis **2029/2030** auf alle Klassenstufen. Ziel ist eine verlässliche Betreuung von **bis zu acht Stunden täglich an fünf Tagen pro Woche**.

Der Ausbau stärkt Familien, verbessert die Vereinbarkeit von Familie und Beruf und schafft mehr Planungssicherheit im Alltag.

[zum Bildungsministerium MV](#)



## **Stärkung von Familien in unterschiedlichen Lebenslagen**

### **Kinderwunschbehandlung: Land MV stellt Kofinanzierung sicher**

Das Land Mecklenburg-Vorpommern beteiligt sich weiterhin gemeinsam mit dem Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend an der finanziellen Förderung von Kinderwunschbehandlungen – seit 2013 für verheiratete Paare, seit 2017 auch für Paare in nicht ehelicher Lebensgemeinschaft.

#### **Wichtige Fakten:**

- Seit Start der Förderung wurden fast **3.500** Behandlungszyklen im Land unterstützt. Allein im letzten Jahr waren es **226** bei Ehepaaren sowie **45** bei Paaren in nicht ehelicher Lebensgemeinschaft.
- Die Förderung deckt bis zu 50 % des verbleibenden Eigenanteils nach Abzug der gesetzlichen oder privaten Krankenversicherung – paritätisch aufgeteilt zwischen Bund und Land.
- Aufgrund der deutlichen Kürzungen von Bundesmitteln in den Jahren 2024/2025 konnte weniger Anträge bewilligt werden. Die Zuschüsse für die Kinderwunschbehandlungen werden ab 2026 nach den Haushaltsberatungen des Bundes wieder erhöht und die Förderung über das [LAGuS](#) ist dann ab Januar wieder in gewohnter Weise möglich.

#### **Relevanz für Familien:**

Paare mit unerfülltem Kinderwunsch erhalten durch diese Landesförderung eine wichtige finanzielle Unterstützung. Gerade für Familien mit kleinerem oder mittlerem Einkommen kann dies den Zugang zu medizinischen Maßnahmen erleichtern und den Kinderwunsch unterstützen.

## **Neues digitales Angebot unterstützt Familien bei Streit und Trennung**

Mit **STARK – Streit und Trennung meistern: Alltagshilfe, Rat & Konfliktlösung** gibt es ein neues, kostenfreies Online-Angebot, das Familien in schwierigen Situationen unterstützt. Die Plattform bietet **leicht verständliche Informationen für Eltern, Kinder und Fachkräfte** zu allen Fragen rund um Konflikte, Trennung und Scheidung – von rechtlichen und finanziellen Aspekten über alltagsnahe Hinweise zur Konfliktminderung bis zu altersgerechten Wissensangeboten für Kinder und Jugendliche.

Die Plattform ist **rund um die Uhr erreichbar**, neutral und ergänzt die persönliche Beratung vor Ort, ohne sie zu ersetzen. Sie wurde im Rahmen eines geförderten Verbundprojekts mit Expert\*innen aus Psychologie, Pädagogik, Rechtswissenschaft und Ökonomie entwickelt und vom Deutschen Jugendinstitut gemeinsam mit mehreren Universitäten umgesetzt.

STARK stärkt Familien in belastenden Lebensphasen, gibt Orientierung und **hilft, entscheidende Fragen gemeinsam anzugehen**. Ein Online-Beratungsführer unterstützt zudem bei der Suche nach passenden Beratungsstellen vor Ort.

## Neues Kinderschutzgesetz in Mecklenburg-Vorpommern beschlossen

Der Landtag Mecklenburg-Vorpommern hat ein **eigenständiges Kinderschutzgesetz** verabschiedet, das die Strukturen der Kinder- und Jugendhilfe grundlegend stärkt und weiterentwickelt. Ziel des Gesetzes ist es, **ein sicheres und gesundes Aufwachsen für alle Kinder und Jugendlichen** im Land zu fördern, indem Prävention, Intervention und die Förderung positiver Lebensbedingungen in den Mittelpunkt gestellt werden.

Kern des Gesetzes ist die **Rückübertragung des Landesjugendamtes** in die Landesverwaltung. Dadurch entstehen klare Zuständigkeiten, eine wirkungsvollere Steuerung aus einer Hand und eine bessere Unterstützung für die kommunalen Jugendämter. Eine **Zentrale Stelle Kinderschutz** wird künftig landesweit Fachkräfte beraten, vernetzen und Krisen früh sichtbar machen.

Für die Weiterentwicklung des Landesjugendamtes stellt das Land zusätzliche **1,63 Millionen Euro** bereit.

## Bundesweite Kampagne „Zeit, die prägt“ für Pflegefamilien gestartet

Unter dem Motto „**Zeit, die prägt**“ hat das Bundesfamilienministerium eine neue **bundesweite Informations- und Sichtbarkeitskampagne zur Pflegeelternschaft** gestartet. Ziel der Kampagne ist es, die **wichtige Rolle von Pflegefamilien** stärker ins öffentliche Bewusstsein zu rücken und **mehr Menschen für diese Aufgabe zu gewinnen**.

Pflegefamilien bieten Kindern und Jugendlichen, die vorübergehend oder dauerhaft nicht bei ihren leiblichen Eltern leben können, ein **sicheres, warmes und stabiles Zuhause**. Mit der Kampagne sollen sowohl die Bedeutung dieser Aufgabe sichtbar gemacht als auch **Interesse und Antworten auf zentrale Fragen zur Pflegeelternschaft** vermittelt werden.

Im Auftaktjahr setzten Bundesfamilienministerin **Karin Prien** und Pflegefamilien aus Berlin Pankow ein deutliches Zeichen: Sie würdigten das Engagement der Familien, tauschten sich über ihren Alltag aus und betonten die Zusammenarbeit mit Jugendämtern und Fachstellen vor Ort.

Die Kampagne bietet auf dem **Familienportal des Bundes** Informationen zu Voraussetzungen, Beratungs wegen, Erfahrungsberichten und lokalen Anlaufstellen. Sie soll den Weg zur Pflegefamilie **übersichtlich und verständlich** gestalten und Menschen ermutigen, selbst diesen wichtigen Beitrag zu leisten.

[Zum Familienportal](#)

## Bund und Länder einigen sich auf Digitalpakt 2.0

Bund und Länder haben sich auf den neuen **Digitalpakt 2.0** zur **Digitalisierung der Schulen** verständigt. Diese politische Einigung wurde am **18. Dezember 2025** auf der **Bildungsministerkonferenz in Berlin** getroffen.

Bis **2030** investieren Bund und Länder gemeinsam **insgesamt fünf Milliarden Euro** in die digitale Modernisierung des Unterrichts und der Schulinfrastruktur. Jeweils **2,5 Milliarden Euro** stammen vom Bund und von den Ländern, wobei der Bundesanteil größtenteils aus dem Sondervermögen „Infrastruktur und Klimaneutralität“ finanziert wird.

Zentrale Ziele des Digitalpacts 2.0 sind neben dem Ausbau digitaler Netze, moderner Endgeräte und zeitgemäßer Lernumgebungen auch **vereinfachte Verwaltungsprozesse** und eine stärkere Zusammenarbeit zwischen Bund, Ländern und kommunalen Schulträgern – mit weniger Bürokratie als bisher.

Bildungsministerin **Karin Prien** sowie die Ländervertreter\*innen betonten, dass der Digitalpakt 2.0 einen wichtigen Beitrag zur **Zukunftsfähigkeit der Schulen** leistet und gleiche digitale Bildungschancen für alle Schülerinnen und Schüler fördern soll.

[Zur Pressemitteilung](#)



## JIM Studie 2025: KI im Alltag

Die [\*\*JIM-Studie 2025\*\*](#) zeigt: **Künstliche Intelligenz** ist für Jugendliche fester Bestandteil des Alltags. **74 %** der 12- bis 19-Jährigen nutzen KI regelmäßig für Schule und **70 %** zur Informationssuche. **ChatGPT** liegt bereits auf Platz zwei der genutzten Recherchetools. Gleichzeitig mahnen Expert\*innen zu einem bewussten Umgang und betonen die Bedeutung verlässlicher Informationen.

Die **Smartphone-Nutzung** bleibt hoch: Jugendliche verbringen im Schnitt **rund vier Stunden täglich** am Bildschirm, viele haben Schwierigkeiten, ihre Nutzung zu begrenzen. Besonders abends wirkt sich das auf Schlaf und Erholung aus.

Beliebteste Apps sind **WhatsApp, Snapchat** und **Instagram**. Soziale Medien dienen neben Unterhaltung auch der Information, etwa zu Politik, Klima und weltweiten Krisen. Trotz persönlicher Zuversicht blicken viele Jugendliche mit **Sorge auf globale Entwicklungen**.



## **Suchtbericht 2024 für MV**

Der [\*\*Suchtbericht 2024\*\*](#) zeigt: In Mecklenburg-Vorpommern suchten **8.850 Menschen** Hilfe wegen eigener Suchtprobleme – **290 mehr als im Vorjahr**. Zusätzlich nutzten **923 Angehörige** Beratungsangebote. **Alkohol** bleibt mit rund **60 %** der häufigste Beratungsanlass, gefolgt von **Cannabis** und zunehmendem **Mischkonsum**. Besonders kritisch ist das **frühe Einstiegsalter**: Rund **75 %** der Betroffenen tranken erstmals **vor dem 14. Lebensjahr**.

Um gegenzusteuern, baut das Land die Prävention aus: **50 neue Suchtpräventionskräfte** werden derzeit qualifiziert. Die kostenfreie Weiterbildung wird von der **LAKOST** durchgeführt und vom Gesundheitsministerium gefördert. Ziel ist ein **flächendeckendes Präventionsangebot** in allen Regionen Mecklenburg-Vorpommerns – denn je früher Unterstützung ansetzt, desto besser lassen sich Suchterkrankungen vermeiden.



## Engagement, Beratung und Unterstützung im Land

### Hilfe bei Demenz: GeriCoaches unterstützen Betroffene und Familien

In Mecklenburg-Vorpommern leben derzeit rund **40.000 Menschen mit einer Demenzerkrankung** - mit weiter steigender Tendenz. Um Betroffene und ihre Angehörigen frühzeitig zu unterstützen, setzt das Land auf die **Geriatrie-Coaches (GeriCoaches)**.

Aktuell sind **67 GeriCoaches** im Auftrag des Landes tätig. Sie wurden vom Landesverband der Deutschen Alzheimer Gesellschaft umfassend qualifiziert und verfügen über medizinisches Basiswissen, kommunikative Kompetenzen sowie Kenntnisse zu Pflege- und Krankenversicherungsleistungen und regionalen Unterstützungsangeboten.

Die GeriCoaches begleiten Familien unter anderem durch **Angehörigenschulungen, häusliche Anleitungen und Helferkreise**. Besonders in ländlichen Regionen leisten sie damit einen wichtigen Beitrag zur Unterstützung und Orientierung. Ihre Erfahrungen fließen zudem in landesweite Prozesse wie den **Pakt für Pflege** und die Weiterentwicklung des **Landes-Geriatrieplans** ein.

#### Interesse an einer Qualifizierung?

Informationen zur Ausbildung und zu Teilnahmevoraussetzungen finden sich beim Landesverband der Deutschen Alzheimer Gesellschaft.

## Neue Engagmentstrategie stärkt Ehrenamt in MV

Das Land hat eine neue Engagementstrategie vorgestellt, die das freiwillige Engagement sichtbarer, zugänglicher und attraktiver machen soll. Stefanie Drese erklärte beim Fachtag des Landesseniorenenring Mecklenburg-Vorpommern, Ehrenamt trage maßgeblich dazu bei, dass Zusammenhalt in der Gesellschaft erhalten bleibe.

### Wesentliche Punkte der Strategie:

- Sie ist in sieben Handlungsfeldern strukturiert, unter anderem Ansprechpartner & Öffentlichkeitswirksamkeit, Förderpolitik, Bürokratieabbau und Kooperation.
- Rund 72 % der Engagierten sind in kleinen Vereinen mit weniger als 50 Mitgliedern aktiv – hier liegen besondere Herausforderungen.
- Bis November können Verbände ihre Rückmeldungen zur Strategie geben, danach wird sie vom Kabinett beschlossen und dem Landtag übermittelt.

### Ausblick:

Mit der Strategie setzt Mecklenburg-Vorpommern erstmals ein verbindliches strategisches Fundament für das Engagement-Geschehen. Das Ziel: Eine engagierte Gesellschaft – vom Verein über Dorfgemeinschaft bis zur Jugendinitiative.

---

## Landesberatungsstelle für trans\*, inter\* und nicht-binäre Menschen gestartet

In Mecklenburg-Vorpommern hat die *Landesberatungs- und Bildungsstelle für trans, inter und nicht-binäre (TIN\*) Menschen*\*\* ihre Arbeit aufgenommen. Der Hauptsitz von **TIN\*MV** befindet sich in Greifswald.

Das Angebot umfasst **Einzelberatungen (auch digital)** sowie künftig **Gruppenangebote, Workshops und Schulungen**. Es richtet sich nicht nur an TIN\*-Personen, sondern auch an **Angehörige, Freund\*innen und Fachkräfte**, etwa aus pädagogischen, therapeutischen oder medizinischen Bereichen sowie an Mitarbeitende von Behörden.

Das Land fördert die Beratungsstelle in den Jahren **2025 bis 2027** mit **jährlich 140.000 Euro** im Rahmen eines Modellprojekts. Auch wenn Strukturen und Website noch im Aufbau sind, werden bereits Beratungen angeboten, die auf **große Resonanz** stoßen.

Die Landesberatungsstelle stärkt damit **Vielfalt, Akzeptanz und Toleranz** in Mecklenburg-Vorpommern.

[\*\*zur TIN\\*MV Beratungsstelle\*\*](#)



## **Klischeefrei Navigator**

Der [\*\*Klischeefrei-Navigator\*\*](#) unterstützt Unternehmen, Einrichtungen und Fachkräfte dabei, **Geschlechterklischees abzubauen** und Chancengleichheit in Ausbildung und Arbeitswelt zu fördern. Das Online-Tool bietet praxisnahe Informationen, Handlungsempfehlungen und Materialien für eine klischeefreie Berufs- und Personalentwicklung.



**Lernen für Groß und Klein**

## DJI Lunchbag Sessions: Fachimpulse zur Mittagszeit

Auch im Jahr **2026** setzt das **Deutsche Jugendinstitut (DJI)** die [Lunchbag Sessions](#) fort. In den digitalen Kurzformaten zur Mittagszeit greifen Expert\*innen aktuelle Themen aus der **Kinder-, Jugend- und Familienforschung** auf und stellen neue Studien, Projekte und Erkenntnisse vor.

Die Lunchbag Sessions richten sich an **Fachkräfte, Interessierte und Entscheidungsträger\*innen** und bieten neben kompakten Inputs Raum für Austausch und Diskussion. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Weitere Informationen zu Terminen und Themen werden rechtzeitig bekannt gegeben.

## Kinder-Uni - Wissensreisen für Kinder

Die Angebote der **Universität Rostock (Kinder-Uni Rostock)** und der **Hochschule Wismar (Kinder-Uni Wismar)** bieten Kindern im Alter von etwa 6-12 (8-12) Jahren spannende Einblicke in Wissenschaft, Forschung und Technik – altersgerecht, interaktiv und kostenlos.

**Kinder-Uni Wismar** (Freitag, 15:00 oder 16:30 Uhr, Haus 1 Hörsaal 101)

- 30. Januar 2026 "Wie war das nochmal mit der Möwenpest in Wismar? Was du über dich und Medien wissen solltest."

**Jetzt Familieninfo-MV entdecken!**

DAS DIGITALE FAMILIENPORTAL FÜR MV  
INFORMATIONEN FÜR FAMILIEN  
IN ALLEN LEBENSLAGEN.





ISBW gGmbH  
Diana Wienbrandt  
Markt 12  
17235 Neustrelitz  
Deutschland

0395 5584039

Wenn Sie diese E-Mail (an: {EMAIL}) nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese [hier](#) kostenlos abbestellen.