

<b>Vorwort</b>	S. 5
<b>Eltern werden</b>	S. 10
<b>wellcome – Praktische Hilfen für Familien nach der Geburt</b>	S. 26
<b>Eltern sein</b>	S. 27
<b>Kinder und Jugendliche</b>	S. 45
<b>Alltag und Gesellschaft</b>	S. 52
<b>Gesundheit und Prävention</b>	S. 59
<b>Kreativität</b>	S. 66
<b>Familienreisen</b>	S. 76
<b>Fortbildungen</b>	S. 81
<b>Mobile Familienbildung</b>	S. 83
<b>Weitere Angebote im Überblick</b>	S. 84
<b>Fachservice</b>	S. 89
<b>Zuständigkeiten</b>	S. 91
<b>Teilnahmebedingungen</b>	S. 96
<b>Kursleiterinnen und Kursleiter</b>	S. 98



## **Liebe Leserin, lieber Leser!**

Immer wieder neu: Die Welt wird immer bunter. Die Welt wird immer komplexer. Die Welt wird immer wieder neu. Wer hat diese Erfahrung noch nicht gemacht?

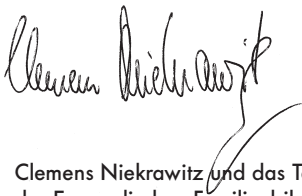
Das betrifft auch unser Zusammenleben – sei es in der Familie, sei es in unserer multikulturellen Stadt. Immer wieder neu gilt es, Beziehungen zu gestalten und verschiedene Erfahrungen, Anforderungen und Bedürfnisse miteinander und aufeinander abzustimmen.

Wir möchten Sie unterstützen, gemeinsam mit Anderen in ähnlicher Lebenslage im Alltag Neues zu entdecken, sich neuen Herausforderungen zu stellen, oder auch vermeintlich bekannten Situationen neu zu begegnen.

Immer wieder neu heißt allerdings nicht, ständig das Rad neu zu erfinden. Im Gegenteil: Sie werden beim Stöbern im Heft feststellen, dass wir auch Bewährtes und Beliebttes des bisherigen Programmangebotes teils unverändert, teils sinnvoll modifiziert fortführen.

Ganz im Sinne des Paulus-Wortes: „Prüft aber alles und das Gute behaltet“ (1 Thess 5, 21).

Herzlich willkommen!



Clemens Niekrawitz und das Team  
der Evangelischen Familienbildung Frankfurt am Main

**Vorträge – Terminübersicht****Februar 2012**

07.	Hilfe, mein Bauch wächst auch!	S. 14
14.	Wie sag ich's meinem Kinde?	S. 38
23.	Oma ist doch nicht von gestern	S. 37
27.	Starke Eltern – starke Kinder <sup>®</sup> , Infoabend	S. 38
28.	Wie Gedanken in den Kopf kommen	S. 39

**März 2012**

01.	Kinder lieben Großeltern	S. 37
06.	Homöopathie für Kinder	S. 36
22.	Kinder brauchen emotionale Intelligenz	S. 40
28.	Feng Shui für das Kinderzimmer	S. 41

**April 2012**

19.	Wurzeln und Flügel	S. 41
26.	Muss ich denn immer erst laut werden?	S. 39

**Mai 2012**

03.	Elterngeld – Elternzeit – Teilzeit	S. 42
08.	Hilfe, mein Bauch wächst auch!	S. 14
16.	Basiswissen – Kleinkindernährung	S. 40

**Juni 2012**

13.	Suppenkasper und Nimmersatt	S. 40
-----	-----------------------------	-------

**August 2012**

18.	Feng Shui für das Kinderzimmer	S. 41
-----	--------------------------------	-------

**September 2012**

04.	Hilfe, mein Bauch wächst auch!	S. 14
11.	Wie sag ich's meinem Kinde?	S. 38
13.	Muss ich denn immer erst laut werden?	S. 39
25.	Wie Gedanken in den Kopf kommen	S. 39

**Oktober 2012**

09.	Hänschen klein	S. 42
30.	Homöopathie für Kinder	S. 36

**November 2012**

08.	Nein, Nein, will nicht!	S. 42
08.	Elterngeld – Elternzeit – Teilzeit	S. 42
21.	Hilfe, mein Bauch wächst auch!	S. 14
29.	Wurzel und Flügel	S. 41

## Workshops am Wochenende – Terminübersicht

### Januar 2012

21.	Mini-Vater-Kind-Gruppe	S. 43
21.	Schnuppertag im Atelier	S. 66
21./22./29.	Schöne Dinge aus Leder	S. 74
22./29.	Babymassage für Väter	S. 20
28.	Geburtsvorbereitung: Refresher	S. 11
28.	Die Klangohrhasen	S. 43
28.	Yoga Workshop	S. 59
28.	Handarbeiten für junge Leute	S. 51
29.	Babypflege kompakt	S. 13

### Februar 2012

04./18.	Mini-Vater-Kind-Gruppe	S. 43
04./05./11./12.	Schöne Dinge aus Leder	S. 74
04./11./18.	Handarbeiten für junge Leute	S. 51
11.	Biodanza®	S. 62
11./25.	Fußreflexzonenmassage	S. 61
11./25.	Die Klangohrhasen	S. 43
18./19.	Beziehungsweise	S. 57
25.	Weben für Anfänger	S. 34
25./26.	Geburtsvorbereitung	S. 10

### März 2012

03./17./31.	Mini-Vater-Kind-Gruppe	S. 43
04.	Babypflege kompakt	S. 13
10.	Wir lieben uns – wir streiten uns	S. 58
10.	Flohmarkt	S. 44
10./17.	Künstlerische Samstage für Kinder	S. 47
10./24.	Die Klangohrhasen	S. 43
10./11.	Kreativ schreiben	S. 68
17.	Manege frei!	S. 47
17.	Ostereier-filzen	S. 48
17.	Geburtsvorbereitung: Refresher	S. 11
18.	Schöne Dinge aus Leder	S. 74
24.	Keramikwerkstatt für 9 bis 12-Jährige	S. 50
25.	Babypflege für Großeltern	S. 15
25.	Malen aus dem Bauch	S. 70
31.	Osterwerkstatt für 6 bis 9-Jährige	S. 48

### April 2012

15.	Babypflege kompakt	S. 13
21.	Mini-Vater-Kind-Gruppe	S. 43
21.	Künstlerische Samstage für Kinder	S. 47
22./29.	Babymassage für Väter	S. 20
28.	Die Klangohrhasen	S. 43
28.	Drachen bauen wie früher	S. 43
28./29.	Geburtsvorbereitung	S. 10

**Mai 2012**

05./19.	Mini-Vater-Kind-Gruppe	S. 43
05.	Rosenaquarell meditativ	S. 69
05.	Geburtsvorbereitung: Refresher	S. 11
12./19./26.	Flamenco con temperamento	S. 46
12./26.	Digitale Fotografie für Einsteiger	S. 71
12./26.	Die Klangohrhasen	S. 43
13.	Babypflege kompakt	S. 13

**Juni 2012**

02./16.	Mini-Vater-Kind-Gruppe	S. 43
02./09.16.	Flamenco con temperamento	S. 46
02.	Spinnen lernen für Anfänger	S. 34
09.	Die Klangohrhasen	S. 43
16./17.	Kreativ schreiben	S. 68
16.	Bänder flechten	S. 35
16.	Biodanza®	S. 62
23.	Atelier Sonnenschein	S. 48
24.	Babypflege kompakt	S. 13
30.	Geburtsvorbereitung	S. 10

**Juli 2012**

01.	Geburtsvorbereitung	S. 10
07.	Geburtsvorbereitung: Refresher	S. 11

**August 2012**

12.	Babypflege kompakt	S. 13
18./19.	Geburtsvorbereitung	S. 10
18./25.	Handarbeiten für junge Leute	S. 51
25.	Mini-Vater-Kind-Gruppe	S. 43

**September 2012**

01.	Schnuppertag im Atelier	S. 66
01./15./22.	Handarbeiten für junge Leute	S. 51
01./15./29.	Die Klangohrhasen	S. 43
08.	Flohmarkt	S. 44
08./22.	Mini-Vater-Kind-Gruppe	S. 43
08.	Bunte Herbstwerkstatt	S. 49
08.	Geburtsvorbereitung: Refresher	S. 11
09./16.	Babymassage für Väter	S. 20
15.	Yoga Workshop	S. 59
15.	Keramikwerkstatt für 9 bis 12-Jährige	S. 50
15.	Biodanza®	S. 62
16.	Babypflege kompakt	S. 13
16.	Rosenaquarell meditativ	S. 69
22.	Bänder flechten	S. 35
22.	Digitale Fotografie für Einsteiger	S. 71
29.	Wir lieben uns – wir streiten uns	S. 58
29.	Fußreflexzonenmassage	S. 61
29.	Künstlerische Samstage für Kinder	S. 47

**Oktober 2012**

06.	Mini-Vater-Kind-Gruppe	S. 43
06.	Drachen bauen wie früher	S. 43
06.	Digitale Fotografie für Einsteiger	S. 71
06.	Weben für Anfänger	S. 34
06./07.	Kreativ schreiben	S. 68
06./07.	FrauSein	S. 52
13.	Die Klangohrhasen	S. 43
13.	Künstlerische Samstage für Kinder	S. 47
13.	Fußreflexzonenmassage	S. 61
20./21.	Geburtsvorbereitung	S. 10
28.	Babypflege kompakt	S. 13

**November 2012**

03./10./17./24.	Flamenco con temperamento	S. 46
03./17.	Mini-Vater-Kind-Gruppe	S. 43
03.	Manege frei!	S. 47
03.	Hauptrolle: ICH	S. 55
03.	Handspinnen	S. 55
10.	Spinnen lernen für Anfänger	S. 34
10.	Geburtsvorbereitung: Refresher	S. 11
10./24.	Die Klangohrhasen	S. 43
11.	Malen aus dem Bauch	S. 70
11.	Babypflege für Großeltern	S. 15
24.	Künstlerische Samstage für Kinder	S. 47
25.	Familien-Weihnachts-Werkstatt	S. 35

**Dezember 2012**

01.	Mini-Vater-Kind-Gruppe	S. 43
01.	Weihnachtsschmuck aus Filz	S. 49
01./08./15..	Flamenco con temperamento	S. 46
08.	Die Klangohrhasen	S. 43
08.09.	Geburtsvorbereitung	S. 10
15.	Das Weihnachtsatelier	S. 50
16.	Babypflege kompakt	S. 13

## ELTERN WERDEN

### Geburtsvorbereitung

Alles, was Ihnen die Zeit rund um die Geburt erleichtert – Atemtechnik, Entspannung, Bewegung, Informationen – ist Inhalt unserer Geburtsvorbereitungskurse.

Sie bieten Ihnen die Gelegenheit, sich gemeinsam mit anderen Eltern auf die Entbindung und das Leben mit dem Kind einzustimmen.

Kursformen: 14 Stunden verteilt auf  
ein Wochenende oder  
vier Abende und einen Samstag.

Anmeldung: direkt bei der Hebamme.

Bitte setzen Sie sich rechtzeitig mit ihr in Verbindung.

Nina Blahusch (069) 46 00 56 99  
n.blahusch@gmx.de

Gabriele Glaser (069) 54 73 83  
gabyglaser@gmx.de

Alle Kurse beinhalten ein Nachtreffen mit den Babys. Die Kurse werden von Hebammen geleitet. Die Kursgebühr der Frauen wird in der Regel von der Krankenkasse erstattet.

### Geburtsvorbereitung am Wochenende

▶ Sa, 25.02. und So, 26.02.2012  
jeweils 10:00 – 18:00 Uhr  
85,- € Frau, 85,- € Partner

▶ Sa, 28.04. und So, 29.04.2012  
jeweils 10:00 – 18:00 Uhr  
85,- € Frau, 85,- € Partner

▶ Sa, 30.06. und So, 01.07.2012  
jeweils 10:00 – 18:00 Uhr  
85,- € Frau, 85,- € Partner

▶ Sa, 18.08. und So, 19.08.2012  
jeweils 10:00 – 18:00 Uhr  
85,- € Frau, 85,- € Partner

▶ Sa, 20.10. und So, 21.10.2012  
jeweils 10:00 – 18:00 Uhr  
85,- € Frau, 85,- € Partner

▶ Sa, 08.12. und So, 09.12.2012  
jeweils 10:00 – 18:00 Uhr  
85,- € Frau, 85,- € Partner

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

Leitung: Nina Blahusch

## Geburtsvorbereitung: Kombinationskurs

Dieser Kurs kombiniert vier Abende, an denen nur die Schwangeren teilnehmen, mit einem Samstag, an dem auch die Partner dazu kommen. So bleibt Raum für Fragen, Bewegungs- und Entspannungsübungen alleine sowie für die gemeinsame Vorbereitung auf die Geburt. Es besteht die Möglichkeit, diesen Kurs mit dem Kurs Babypflege kompakt zu kombinieren.

- ▶ Do, 19.01.2012, 19:30 – 21:30 Uhr, 4x und  
Sa, 04.02.2012, 10:00 – 17:00 Uhr  
85,- € Frau, 40,- € Partner
- ▶ Do, 08.03.2012, 19:30 – 21:30 Uhr, 4x und  
Sa, 24.03.2012, 10:00 – 17:00 Uhr  
85,- € Frau, 40,- € Partner
- ▶ Do, 26.04.2012, 19:30 – 21:30 Uhr, 4x und  
Sa, 12.05.2012, 10:00 – 17:00 Uhr  
85,- € Frau, 40,- € Partner
- ▶ Do, 06.09.2012, 19:30 – 21:30 Uhr, 4x und  
Sa, 22.09.2012, 10:00 – 17:00 Uhr  
85,- € Frau, 40,- € Partner
- ▶ Do, 01.11.2012, 19:30 – 21:30 Uhr, 4x und  
Sa, 17.11.2012, 10:00 – 17:00 Uhr  
85,- € Frau, 40,- € Partner

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

Leitung: Gabriele Glaser

## Geburtsvorbereitung: Refresherkurs

### Ein Nachmittag

Auch beim zweiten oder dritten Kind gibt es immer noch genug Fragen. Wird es wieder genauso sein? Kann ich etwas anders machen? Wie werde ich mit den Kindern fertig? In diesem Kurs wiederholen Sie in kurzer Zeit alles Wichtige für die Geburt. Atmung, Entspannungstechniken und Beckenbodenwahrnehmung werden wiederholt, und Sie können sich auf die nächste Entbindung vorbereiten. Außerdem erhalten Sie Tipps für den Start in die größere Familie. Nur für Frauen.

- ▶ Sa, 28.01.2012, 13:00 – 19:00 Uhr, 40,- €
- ▶ Sa, 17.03.2012, 13:00 – 19:00 Uhr, 40,- €
- ▶ Sa, 05.05.2012, 13:00 – 19:00 Uhr, 40,- €
- ▶ Sa, 07.07.2012, 13:00 – 19:00 Uhr, 40,- €
- ▶ Sa, 08.09.2012, 13:00 – 19:00 Uhr, 40,- €
- ▶ Sa, 10.11.2012, 13:00 – 19:00 Uhr, 40,- €

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

Leitung: Nina Blahusch

## Yoga in der Schwangerschaft

Yogaübungen, die mit Tiefenatmung, geistiger Konzentration und Entspannung durchgeführt werden, vermehren Ihr eigenes Potenzial an Gesundheit und Spannkraft in der Schwangerschaft. Durch Atemwahrnehmung erfahren Sie den bewussten Atem, der Sie hin zur Geburt begleitet und durch die Geburt führt. Sie erleben sich inmitten dieser Veränderung Ihres Lebens ausgeglichen und gestärkt. Dieser Kurs ersetzt keinen Geburtsvorbereitungskurs.

▶ Do, 26.01.2012, 18:15 – 19:45 Uhr, 5x, 30,- €  
**Kursnr: S10-131001**

▶ Do, 01.03.2012, 18:15 – 19:45 Uhr, 5x, 30,- €  
**Kursnr: S10-131002**

▶ Do, 19.04.2012, 18:15 – 19:45 Uhr, 6x, 36,- €  
**Kursnr: S10-131003**

▶ Do, 14.06.2012, 18:15 – 19:45 Uhr, 6x, 36,- €  
**Kursnr: S10-131004**

▶ Do, 23.08.2012, 18:15 – 19:45 Uhr, 6x, 36,- €  
**Kursnr: S10-131005**

▶ Do, 01.11.2012, 18:15 – 19:45 Uhr, 6x, 36,- €  
**Kursnr: S10-131006**

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

Leitung: Carina Houda

## Gymnastik für Schwangere

Ein speziell auf die kleinen und großen körperlichen Veränderungen in der Schwangerschaft zugeschnittenes Trainingsprogramm verhilft zu Kraft, Beweglichkeit und Stabilität. Trainiert wird vor allem die Beweglichkeit im Becken und die Muskulatur des Rückens. Durch die einfachen Bewegungsabläufe und deren Kombination mit der Atmung fühlen Sie sich nach den Übungen entspannt und körperlich und seelisch gekräftigt.

▶ Mi, 25.01.2012, 17:30 – 18:30 Uhr, 5x, 20,- €  
**Kursnr: S10-131007**

▶ Mi, 29.02.2012, 17:30 – 18:30 Uhr, 5x, 20,- €  
**Kursnr: S10-131008**

▶ Mi, 18.04.2012, 17:30 – 18:30 Uhr, 5x, 20,- €  
**Kursnr: S10-131009**

▶ Mi, 23.05.2012, 17:30 – 18:30 Uhr, 5x, 20,- €  
**Kursnr: S10-131010**

▶ Mi, 29.08.2012, 17:30 – 18:30 Uhr, 5x, 20,- €  
**Kursnr: S10-131011**

▶ Mi, 31.10.2012, 17:30 – 18:30 Uhr, 5x, 20,- €  
**Kursnr: S10-131012**

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

Leitung: Miriam de Leuw

## Babypflege kompakt

Wie muss ich ein Neugeborenes anfassen, wickeln, füttern und was brauche ich dazu? Die Vorbereitung auf ein Baby wirft viele Fragen auf. Dieser Kurs informiert Sie über die Pflege und Ernährung Ihres Babys und was hierfür sinnvoll ist. Praktische Übungen an Babypuppen vermitteln Ihnen zusätzlich Handlungssicherheit. Begleitend zur Geburtsvorbereitung wird so die Vorbereitung auf das neue Leben mit dem Familienzuwachs ergänzt.

Nach der Geburt trifft sich die Gruppe nochmals mit den Babys.

- ▶ So, 29.01.2012, 10:00 – 17:00 Uhr, 24,50 €  
Leitung: Christiane Dornheim  
**Kursnr: S10-121201**
  - ▶ So, 04.03.2012, 10:00 – 17:00 Uhr, 24,50 €  
Leitung: Marion Nordmeyer  
**Kursnr: S10-121202**
  - ▶ So, 15.04.2012, 10:00 – 17:00 Uhr, 24,50 €  
Leitung: Andrea Frölich  
**Kursnr: S10-121203**
  - ▶ So, 13.05.2012, 10:00 – 17:00 Uhr, 24,50 €  
Leitung: Barbara Spitzenberg  
**Kursnr: S10-121204**
  - ▶ So, 24.06.2012, 10:00 – 17:00 Uhr, 24,50 €  
Leitung: Barbara Spitzenberg  
**Kursnr: S10-121205**
  - ▶ So, 12.08.2012, 10:00 – 17:00 Uhr, 24,50 €  
Leitung: Andrea Frölich  
**Kursnr: S10-121206**
  - ▶ So, 16.09.2012, 10:00 – 17:00 Uhr, 24,50 €  
Leitung: Christiane Dornheim  
**Kursnr: S10-121207**
  - ▶ So, 28.10.2012, 10:00 – 17:00 Uhr, 24,50 €  
Leitung: Brigitte Müller  
**Kursnr: S10-121208**
  - ▶ So, 16.12.2012, 10:00 – 17:00 Uhr, 24,50 €  
Leitung: Barbara Spitzenberg  
**Kursnr: S10-121209**
- Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

## Hilfe, mein Bauch wächst auch!

### Der Crashkurs für werdende Väter

Der Film ‚Der Papafaktor‘ gibt auf leichte und anschauliche Art Antworten auf viele Fragen rund um Schwangerschaft und Geburt. Er richtet sich explizit an werdende Väter. Väter sind es auch vor allem, die im Film mit ausführlichen Berichten zu Wort kommen. Darüber hinaus gibt es Tipps von einem Gynäkologen, Hebammen, einem Paarberater, sowie einem Väterexperten, der zum Thema Beruf und Familie informiert. Nach dem Film gibt es Zeit für individuelle Fragen und zusätzliche Informationen.

▶ Di, 07.02.2012, 19:30 – 22:00 Uhr, 7,50 €

**Kursnr: S10-162101**

▶ Di, 08.05.2012, 19:30 – 22:00 Uhr, 7,50 €

**Kursnr: S10-162102**

▶ Di, 04.09.2012, 19:30 – 22:00 Uhr, 7,50 €

**Kursnr: S10-162103**

▶ Mi, 21.11.2012, 19:30 – 22:00 Uhr, 7,50 €

**Kursnr: S10-162104**

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

Leitung: Sebastian Arthur

## Kleine Kinder werden große Geschwister

### Für Kinder ab 2 Jahren

Auch kleine Kinder möchten einbezogen werden, wenn ein Geschwisterchen kommt. Um sie auf das Kommende vorzubereiten, können sie in diesem Kurs mit ihren Müttern zusammen ausprobieren, wie sich ein Baby anfühlt, wie man es hält und wie viel Fürsorge es braucht. Das hilft Müttern wie Kindern, die neue Situation einzuschätzen und sich darauf vorzubereiten.

▶ Di, 24.01.2012 15:00 – 17:00 Uhr, 8,- €

**Kursnr: S10-122101**

▶ Di, 27.03.2012 15:00 – 17:00 Uhr, 8,- €

**Kursnr: S10-122102**

▶ Di, 12.06.2012 15:00 – 17:00 Uhr, 8,- €

**Kursnr: S10-122103**

▶ Di, 14.08.2012 15:00 – 17:00 Uhr, 8,- €

**Kursnr: S10-122104**

▶ Di, 06.11.2012 15:00 – 17:00 Uhr, 8,- €

**Kursnr: S10-122105**

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

Leitung: Ruth Kleczewski

## Babypflege für Großeltern

„Eigentlich weiß ich ja, wie es geht“ – wenn die Zeit, da die eigenen Kinder klein waren, nur nicht so lange zurückläge! Ihre Unterstützung und Ihr Rat werden künftig öfter gefragt sein. In diesem Kurs erfahren Sie, was es im Bereich der Babypflege, Ernährung und Entwicklung im ersten Lebensjahr Neues gibt, und wie viel Bewährtes immer noch aktuell ist. Sie können Ihre Kenntnisse im Wickeln, Halten und Tragen an Babypuppen auffrischen und in der Gruppe Erfahrungen austauschen.

► So, 25.03.2012 10:00 – 17:00 Uhr, 24,50 €

Leitung: Ruth Kleszczewski

**Kursnr: S10-121210, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

► So, 11.11.2012 10:00 – 17:00 Uhr, 24,50 €

Leitung: Ruth Kleszczewski

**Kursnr: S10-121211, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Offene Still- und Babytreffen

### Treffpunkt für junge Eltern mit ihrem Baby

Die Ankunft eines Babys bedeutet eine grundlegende Veränderung Ihres Lebens. Bei diesen Treffen können Sie sich über die neue Lebenssituation austauschen, Kontakte knüpfen und sich über die aufkommenden Fragen zum Leben mit dem Baby, seiner Ernährung, seinem Schlafverhalten, seiner Entwicklung informieren. Den Babys bieten wir Raum für Bewegung und Begegnungen und interessante Spielmaterialien. Die regelmäßige Teilnahme an den Treffen ist keine Verpflichtung, Voranmeldung ist nicht nötig.

► Mo, 09.01.2012, 10:00 – 12:00 Uhr,

22x, 4,- € je Treffen

Leitung: Heike Nocken-Höpker

**Kursnr: S10-282201, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

► Mo, 13.08.2012, 10:00 – 12:00 Uhr,

17x, 4,- € je Treffen

Leitung: Heike Nocken-Höpker

**Kursnr: S10-282202, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Babymassage und Rückbildungsgymnastik

### Für Mütter mit ihren Babys von 6 bis 12 Wochen

Babymassage vermittelt dem Baby durch sanfte Berührung ein Bild seines Körpers. Sie hilft gegen Bauchweh, beruhigt und tut wohl. Ihr ist der erste Teil des Kurses gewidmet. Nach einer Tee- und Stillpause folgt die Rückbildungsgymnastik mit Wahrnehmungs- und Spannungsübungen für den Beckenboden und Haltungsübungen. Die Babys werden solange betreut. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung zum Wechseln für sich und ein Handtuch, Massageöl und frische Windeln für Ihr Baby mit.

- ▶ Mo, 09.01.2012, 9:30 – 11:30 Uhr, 6x, 72,- €  
Leitung: Christiane Menge, N.N.  
**Kursnr: S10-171001**
- ▶ Do, 12.01.2012, 12:45 – 14:45 Uhr, 5x, 60,- €  
Leitung: Irene Bied, Julia Lanzendörfer  
**Kursnr: S10-171002**
- ▶ Di, 17.01.2012, 11:30 – 13:30 Uhr, 5x, 60,- €  
Leitung: Michaela Frölich, Angelika Rohde  
**Kursnr: S10-171003**
- ▶ Mi, 01.02.2012, 13:15 – 15:15 Uhr, 6x, 72,- €  
Leitung: Heike Nocken-Höpker, Gabriele Glaser  
**Kursnr: S10-171004**
- ▶ Fr, 17.02.2012, 11:00 – 13:00 Uhr, 6x, 72,- €  
Leitung: Andrea Frölich, Joyce Yaa-Dufie-Windrich  
**Kursnr: S10-171005**
- ▶ Mo, 27.02.2012, 9:30 – 11:30 Uhr, 5x, 60,- €  
Leitung: Christiane Menge, N.N.  
**Kursnr: S10-171006**
- ▶ Di, 06.03.2012, 11:30 – 13:30 Uhr, 5x, 60,- €  
Leitung: Michaela Frölich, Angelika Rohde  
**Kursnr: S10-171007**
- ▶ Mo, 16.04.2012, 9:30 – 11:30 Uhr, 6x, 72,- €  
Leitung: Christiane Menge, N.N.  
**Kursnr: S10-171008**
- ▶ Do, 19.04.2012, 12:45 – 14:45 Uhr, 6x, 72,- €  
Leitung: Irene Bied, Julia Lanzendörfer  
**Kursnr: S10-171009**
- ▶ Di, 08.05.2012, 11:30 – 13:30 Uhr, 7x, 84,- €  
Leitung: Michaela Frölich, Angelika Rohde  
**Kursnr: S10-171010**
- ▶ Fr, 18.05.2012, 11:00 – 13:00 Uhr, 6x, 72,- €  
Leitung: Andrea Frölich, Joyce Yaa-Dufie-Windrich  
**Kursnr: S10-171011**

- ▶ Mi, 06.06.2012, 13:15 – 15:15 Uhr, 6x, 72,- €  
Leitung: Heike Nocken-Höpker, Gabriele Glaser  
**Kursnr: S10-171012**
  - ▶ Mi, 15.08.2012, 13:15 – 15:15 Uhr, 7x, 84,- €  
Leitung: Heike Nocken-Höpker, Gabriele Glaser  
**Kursnr: S10-171020**
  - ▶ Mo, 20.08.2012, 9:30 – 11:30 Uhr, 7x, 84,- €  
Leitung: Christiane Menge, N.N.  
**Kursnr: S10-171021**
  - ▶ Fr, 31.08.2012, 11:00 – 13:00 Uhr, 6x, 72,- €  
Leitung: Andrea Frölich, Joyce Yaa-Dufie-Windrich  
**Kursnr: S10-171022**
  - ▶ Do, 06.09.2012, 12:45 – 14:45 Uhr, 6x, 72,- €  
Leitung: Irene Bied, Julia Lanzendörfer  
**Kursnr: S10-171023**
  - ▶ Di, 11.09.2012, 11:30 – 13:30 Uhr, 5x, 60,- €  
Leitung: Michaela Frölich, Angelika Rohde  
**Kursnr: S, 10-171024**
  - ▶ Mo, 29.10.2012, 9:30 – 11:30 Uhr, 6x, 72,- €  
Leitung: Christiane Menge, N.N.  
**Kursnr: S10-171025**
  - ▶ Fr, 02.11.2012, 11:00 – 13:00 Uhr, 6x, 72,- €  
Leitung: Andrea Frölich, Joyce Yaa-Dufie-Windrich  
**Kursnr: S10-171026**
  - ▶ Di, 13.11.2012, 11:30 – 13:30 Uhr, 5x, 60,- €  
Leitung: Michaela Frölich, Angelika Rohde  
**Kursnr: S10-171027**
  - ▶ Do, 22.11.2012, 12:45 – 14:45 Uhr, 5x, 60,- €  
Leitung: Irene Bied, Julia Lanzendörfer  
**Kursnr: S10-171028**
- Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

## Rückbildungsgymnastik

Nach der Schwangerschaft und der Geburt hat sich der Körper verändert. Sie finden in diesem Kurs Übungen für die Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur sowie zur allgemeinen Mobilisation. Schwerpunkte des Kurses sind Übungen zur Stärkung des Beckenbodens und zur Entspannung der Nackenmuskulatur. Kurze Massageeinheiten helfen Ihnen, ein neues Körpergefühl zu finden.

- ▶ Mo, 23.01.2012, 19:30 – 20:30 Uhr, 7x, 28,- €  
**Kursnr: S10-171040**
- ▶ Mo, 19.03.2012, 19:30 – 20:30 Uhr, 7x, 28,- €  
**Kursnr: S10-171041**

- ▶ Mo, 21.05.2012, 19:30 – 20:30 Uhr, 7x, 28,- €  
**Kursnr: S10-171042**
- ▶ Mo, 27.08.2012, 19:30 – 20:30 Uhr, 7x, 28,- €  
**Kursnr: S10-171043**
- ▶ Mo, 05.11.2012, 19:30 – 20:30 Uhr, 7x, 28,- €  
**Kursnr: S10-171044**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**  
Leitung: Stephanie Voit

## Pilates-Rückbildung

### Mit Baby

Pilates-Übungen, im Anschluss an einen Rückbildungskurs durchgeführt, sind ideal zur weiteren Stabilisierung des Beckenbodens und zur ausdauernden Kräftigung der Bauchmuskeln. Durch die fließenden Bewegungsabläufe werden gleichzeitig die Wirbelsäule und die Gelenke mobilisiert. Die Aktivierung der Tiefenmuskulatur des Rückens verhilft zu einer guten Haltung, die für das ganze erste Lebensjahr nach der Geburt Kraft gibt. Babys können mitgebracht werden.

- ▶ Fr, 13.01.2012, 13:30 – 14:30 Uhr, 6x, 30,- €  
Leitung: Evy Gärtner  
**Kursnr: S10-171050**
- ▶ Di, 24.01.2012, 12:45 – 13:45 Uhr, 8x, 40,- €  
Leitung: Susanne Ehrenheim  
**Kursnr: S10-171051**
- ▶ Fr, 24.02.2012, 13:30 – 14:30 Uhr, 6x, 30,- €  
Leitung: Evy Gärtner  
**Kursnr: S10-171052**
- ▶ Mo, 05.03.2012, 12:30 – 13:30 Uhr, 8x, 40,- €  
Leitung: Christiane Braungardt  
**Kursnr: S10-171053**
- ▶ Di, 17.04.2012, 12:45 – 13:45 Uhr, 8x, 40,- €  
Leitung: Susanne Ehrenheim  
**Kursnr: S10-171054**
- ▶ Fr, 04.05.2012, 13:30 – 14:30 Uhr, 6x, 30,- €  
Leitung: Evy Gärtner  
**Kursnr: S10-171055**
- ▶ Di, 07.08.2012, 14:00 – 15:00 Uhr, 8x, 40,- €  
Leitung: Mikaela Heydegger  
**Kursnr: S10-171056**
- ▶ Di, 04.09.2012, 12:45 – 13:45 Uhr, 8x, 40,- €  
Leitung: Susanne Ehrenheim  
**Kursnr: S, 10-171057**
- ▶ Fr, 28.09.2012, 13:30 – 14:30 Uhr, 8x, 40,- €  
Leitung: Evy Gärtner  
**Kursnr: S10-171058**

- ▶ Di, 30.10.2012, 14:00 – 15:00 Uhr, 8x, 40,- €  
Leitung: Mikaela Heydegger  
**Kursnr: S10-171059**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

## Rückbildungsyoga

### Mit Baby

Sanfte Yogaübungen unterstützen nicht nur die Rückbildung des Körpers und das Wohlbefinden der neuen Mutter, sondern schenken ihr auch neue Stärke. Durch die besonderen, auf Yoga basierenden Übungen werden Muskeltonus, Stabilität und körperliche Fitness systematisch wieder aufgebaut. Die Beckenbodenmuskulatur wird gestärkt. Ihr Baby können Sie mitbringen.

- ▶ Mi, 25.01.2012, 16:00 – 17:15 Uhr, 10x, 62,50 €  
**Kursnr: S10-171070**
- ▶ Mi, 18.04.2012, 16:00 – 17:15 Uhr, 10x, 62,50 €  
**Kursnr: S10-171071**
- ▶ Mi, 29.08.2012, 16:00 – 17:15 Uhr, 6x, 37,50 €  
**Kursnr: S10-171072**
- ▶ Mi, 31.10.2012, 16:00 – 17:15 Uhr, 7x, 43,75 €  
**Kursnr: S10-171073**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**  
Leitung: Miriam de Leuw

## Fit nach der Rückbildung

Dieses Angebot richtet sich an junge Mütter und Frauen, die die erste Rückbildungsphase schon hinter sich haben. Beckenbodenübungen werden fortgeführt, Bauch- und Rückenmuskulatur werden gekräftigt, ein intensives Aufwärmtraining ergibt eine gute Gesamtkondition und ein ausgewogenes Muskelgleichgewicht. Der Schwerpunkt des Kurses verändert sich im Laufe der Zeit zu einem intensiven Haltungstraining.

- ▶ Mo, 09.01.2012, 20:30 – 21:30 Uhr, 22x, 77,- €  
Leitung: Stephanie Voit  
**Kursnr: S10-171080**
- ▶ Mi, 11.01.2012, 20:45 – 21:45 Uhr, 23x, 80,50 €  
Leitung: Julia Lanzendörfer  
**Kursnr: S10-1710081**
- ▶ Mi, 15.08.2012, 20:45 – 21:45 Uhr, 15x, 52,50 €  
Leitung: Julia Lanzendörfer  
**Kursnr: S10-171082**
- ▶ Mo, 20.08.2012, 20:30 – 21:30 Uhr, 15x, 52,50 €  
Leitung: Stephanie Voit  
**Kursnr: S10-171083**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

## Babymassage für Väter

### ...und Rückbildungsgymnastik für Mütter

Väter lernen die Kunst der Babymassage kennen. Sie schenken dem Kind intensive Zuwendung und Entspannung und vertiefen dabei die Vater-Kind-Beziehung. Währenddessen machen die Mütter Beckenbodentraining und Haltungsübungen. Gemeinsame Gespräche über das Erleben des neuen Alltags runden das Angebot ab. Die Babys sollten zwischen 6 Wochen und 5 Monaten alt sein. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung zum Wechseln für sich und jeweils ein Handtuch und Massageöl mit.

▶ So, 22.01. und So, 29.01.2012  
jeweils 11:00 – 13:30 Uhr, 40,- €  
Leitung: Irene Bied und Julia Lanzendörfer  
**Kursnr: S10-171201**

▶ So, 22.04. und So, 29.04.2012  
jeweils 11:00 – 13:30 Uhr, 40,- €  
Leitung: Irene Bied und N.N.  
**Kursnr: S10-171202**

▶ So, 09.09. und So, 16.09.2012  
jeweils 11:00 – 13:30 Uhr, 40,- €  
Leitung: Irene Bied und N.N.  
**Kursnr: S10-171203**

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

## Papa spielt – Mama turnt

### Für Eltern mit Babys von 4 bis 8 Monaten

Der etwas andere Familienausflug: Ein Sonntagvormittag mit Spiel und Bewegung für die junge Familie. Die Väter bekommen Anregungen für den spielerischen Umgang mit dem Baby und lernen dabei, wie sie dessen Entwicklung unterstützen können. Parallel dazu trainieren die Mütter weiter ihren Beckenboden und ihre Bauchmuskeln. Damit steigern sie ihre Fitness und ihr Wohlbefinden. Gemeinsame Gespräche über das Leben mit dem Baby runden das Angebot ab.

▶ So, 11.03. und So, 18.03.2012  
jeweils 11:00 – 13:30 Uhr, 40,- €  
Leitung: Irene Bied und Julia Lanzendörfer  
**Kursnr: S10-171204**

▶ So, 10.06. und So, 17.06.2012  
jeweils 11:00 – 13:30 Uhr, 40,- €  
Leitung: Irene Bied und N.N.  
**Kursnr: S10-171205**

▶ So, 18.11. und So, 25.11.2012  
jeweils 11:00 – 13:30 Uhr, 40,- €  
Leitung: Irene Bied und N.N.  
**Kursnr: S10-171206**

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

## Fußreflexzonenmassage für Babys

### Für Babys ab 4 – 6 Wochen bis 8 Monate

Babys sind noch sehr sensibel und empfänglich für jede zärtliche Berührung, so auch für die sanfte Massage der Reflexzonen an den Füßchen. Beim ersten Treffen wird unter Anleitung eine komplette Fußreflexzonenmassage durchgeführt. Der zweite Teil beinhaltet spezielle Themen – wie z.B. Husten, Schnupfen, Drei-Monats-Koliken, Zahnen, Allergien – und was bei diesen Beschwerdebildern erleichternd wirken kann. Bitte bringen Sie ein Handtuch und Babycreme mit.

▶ Fr, 20.01.2012, 10:00 – 12:00 Uhr, 2x, 20,- €

**Kursnr: S10-211040**

▶ Fr, 27.04.2012, 10:00 – 12:00 Uhr, 2x, 20,- €

**Kursnr: S10-211041**

▶ Fr, 24.08.2012, 10:00 – 12:00 Uhr, 2x, 20,- €

**Kursnr: S10-211042**

▶ Fr, 30.11.2012, 10:00 – 12:00 Uhr, 2x, 20,- €

**Kursnr: S10-211043**

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

Leitung: Michaela Frölich

### Hausbesuche

Für Babys unter 4 Wochen und ältere Babys, die sich in einer Gruppe nicht wohl fühlen, bieten wir die Möglichkeit einer Einzelbehandlung zu Hause an. Ein Hausbesuch hat den Vorteil, noch intensiver auf das individuelle Geschehen eingehen zu können. Auf Wunsch findet eine Anleitung von Mutter und / oder Vater statt, so dass die Eltern die Fußreflexzonenmassage später selbst weiter führen können.

▶ 40,- € pro Stunde plus 5,- € Fahrtkostenpauschale

Michaela Frölich, Tel: (069) 47 88 55 74

## Shiatsu für Babys

### „Glücksgriffe“ für Babys zwischen 2 und 8 Monaten

Shiatsu ist eine japanische Fingerdruckmassage, und Shiatsu für Babys hat in Japan eine lange Tradition. Sie stärkt das Immunsystem des Babys, stimuliert seine Sinne, verbessert Blutzirkulation und Verdauung, verhilft zu besserem Schlaf und erleichtert das Zahnen. Shiatsu geben bedeutet liebevoll Kontakt aufzunehmen, zu spüren, was dem Baby gefällt und es besser verstehen zu lernen

▶ Di, 11.09.2012, 09:45 – 11:15 Uhr, 4x, 30,- €

Leitung: Claudia Valk

**Kursnr: S10-211044, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Das Prager Eltern-Kind-Programm (PEKiP)

### Für Eltern mit Babys von 4 bis 8 Wochen

PEKiP hat das Ziel, die frühkindliche Entwicklung durch Bewegungs-, Sinnes- und Spielanregungen zu begleiten und zu unterstützen. Die Babys können sich in der Gruppe frei bewegen und sich, je nach Alter, mit für sie interessanten Spielmaterialien beschäftigen. Mütter und Väter erhalten vielfältige Anregungen. Sie können Kontakte zu anderen Eltern knüpfen und sich mit ihnen über den Alltag mit dem Baby austauschen. Die Gruppe trifft sich fortlaufend ein ganzes Jahr lang.

- ▶ Di, 17.01.2012, 09:30 – 11:00 Uhr, 10x, 90,- €  
Leitung: Claudia Feistkorn  
**Kursnr: S10-201104**
- ▶ Mi, 18.04.2012, 11:30 – 13:00 Uhr, 10x, 90,- €  
Leitung: Tanja Krisch  
**Kursnr: S10-201107**
- ▶ Mo, 13.08.2012, 14:00 – 15:30 Uhr, 15x, 135,- €  
Leitung: Julia Stubenrauch-Koch  
**Kursnr: S10-201109**
- ▶ Mi, 29.08.2012, 11:30 – 13:00 Uhr, 13x, 117,- €  
Leitung: Tanja Krisch  
**Kursnr: S10-201112**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

## DELFI®

### Für Eltern mit Babys ab 6 Wochen

Gemeinsam durch das erste Lebensjahr ist das Motto von DELFI®. Dieser Kurs bietet Ihnen vielfältige Anregungen, die Entwicklung Ihres Babys im ersten Lebensjahr zu unterstützen. Ihr Kind findet Raum für Bewegung und interessante Spielzeuge, die seinem jeweiligen Entwicklungsstand entsprechen. Sie erhalten viele Informationen und Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern. Die Gruppe trifft sich ein Jahr lang und ist auch für Frühgeborene und Kinder mit Behinderung geeignet.

- ▶ Do, 02.02.2012, 15:15 – 16:45 Uhr, 9x, 81,- €  
**Kursnr: S10-201121**
- ▶ Di, 30.10.2012, 14:00 – 15:30 Uhr, 7x, 63,- €  
**Kursnr: S10-201126**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**  
Leitung: Ursula Pietsch

## Babys in Bewegung

### Für Babys zwischen 5 und 9 Monaten

Nach den ersten, zumeist in sich versunkenen Wochen seines Lebens öffnet sich das Baby nach außen. Es ist öfter und länger wach, beginnt bewusst zu kommunizieren und kann seine Gliedmaßen zunehmend kontrollieren. Mit vielen Wiederholungen probiert es neue Bewegungen aus und entwickelt sie weiter. Mit spielerischen Bewegungsangeboten unterstützt und bereichert dieser Kurs die individuelle Bewegungsentwicklung Ihres Kindes und ermöglicht Ihnen gemeinsamen Spaß.

- ▶ Mo, 09.01.2012, 12:00 – 13:00 Uhr, 6x, 30,- €  
Leitung: Christiane Menge  
**Kursnr: S10-221001**
- ▶ Do, 12.01.2012, 11:15– 12:15 Uhr, 5x, 25,- €  
Leitung: Irene Bied  
**Kursnr: S10-221002**
- ▶ Fr, 13.01.2012, 09:30 – 10:30 Uhr, 5x, 25,- €  
Leitung: Christiane Menge  
**Kursnr: S10-221003**
- ▶ Do, 23.02.2012, 11:15– 12:15 Uhr, 6x, 30,- €  
Leitung: Irene Bied  
**Kursnr: S10-221004**
- ▶ Fr, 24.02.2012, 09:30 – 10:30 Uhr, 5x, 25,- €  
Leitung: Christiane Menge  
**Kursnr: S10-221005**
- ▶ Mo, 27.02.2012, 12:00 – 13:00 Uhr, 5x, 25,- €  
Leitung: Christiane Menge  
**Kursnr: S10-221006**
- ▶ Mo, 16.04.2012, 12:00 – 13:00 Uhr, 6x, 30,- €  
Leitung: Christiane Menge  
**Kursnr: S10-221007**
- ▶ Do, 19.04.2012, 11:15– 12:15 Uhr, 6x, 30,- €  
Leitung: Irene Bied  
**Kursnr: S10-221008**
- ▶ Fr, 11.05.2012, 09:30 – 10:30 Uhr, 7x, 35,- €  
Leitung: Christiane Menge  
**Kursnr: S10-221009**
- ▶ Mo, 20.08.2012, 12:00 – 13:00 Uhr, 6x, 30,- €  
Leitung: Christiane Menge  
**Kursnr: S10-221020**
- ▶ Fr, 24.08.2012, 09:30 – 10:30 Uhr, 7x, 35,- €  
Leitung: Christiane Menge  
**Kursnr: S10-221021**
- ▶ Do, 06.09.2012, 11:15– 12:15 Uhr, 6x, 30,- €  
Leitung: Irene Bied  
**Kursnr: S10-221022**

- ▶ Mo, 29.10.2012, 12:00 – 13:00 Uhr, 6x, 30,- €  
Leitung: Christiane Menge  
**Kursnr: S10-221023**
- ▶ Fr, 02.11.2012, 09:30 – 10:30 Uhr, 6x, 30,- €  
Leitung: Christiane Menge  
**Kursnr: S10-221024**
- ▶ Do, 15.11.2012, 11:15– 12:15 Uhr, 6x, 30,- €  
Leitung: Irene Bied  
**Kursnr: S10-221025**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

## **Bewegungsspiele**

### **Für Kinder von 10 bis 15 Monaten**

In vielfältigen Positionen erprobt das Kleinkind immer wieder von neuem sein Gleichgewicht und entdeckt dabei täglich neue Bewegungsmöglichkeiten. Der Besuch dieses Kurses mit kleinen Bewegungsparcours, Singspielen und weiteren kreativen Anregungen gibt dem Kind die Möglichkeit, seine Bewegungsmöglichkeiten zu differenzieren. Eltern können durch ihre eigenen Beobachtungen und durch das Gespräch mit der Kursleiterin die Fähigkeiten und Entwicklungswege ihres Kindes erkennen.

- ▶ Di, 17.01.2012, 10:30 – 11:30 Uhr, 10x, 45,- €  
**Kursnr: S10-221030**
- ▶ Mi, 18.01.2012, 09:30 – 10:30 Uhr, 10x, 45,- €  
**Kursnr: S10-221031**
- ▶ Mi, 18.01.2012, 10:30 – 11:30 Uhr, 10x, 45,- €  
**Kursnr: S10-221032**
- ▶ Di, 17.04.2012, 10:30 – 11:30 Uhr, 10x, 45,- €  
**Kursnr: S10-221033**
- ▶ Mi, 18.04.2012, 09:30 – 10:30 Uhr, 10x, 45,- €  
**Kursnr: S10-221034**
- ▶ Mi, 18.04.2012, 10:30 – 11:30 Uhr, 10x, 45,- €  
**Kursnr: S10-221035**
- ▶ Di, 04.09.2012, 10:30 – 11:30 Uhr, 12x, 54,- €  
**Kursnr: S10-221040**
- ▶ Mi, 05.09.2012, 09:30 – 10:30 Uhr, 11x, 49,50 €  
**Kursnr: S10-221041**
- ▶ Mi, 05.09.2012, 10:30 – 11:30 Uhr, 11x, 49,50 €  
**Kursnr: S10-221042**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**  
Leitung: Susanne Ehrenheim

## Lecker, locker, leicht gekocht

### Babybreie selber kochen

Wer Babynahrung selbst zubereitet, weiß genau, was drin ist und kann die Zutaten individuell zusammenstellen. Dass dies gut schmeckt, gar nicht schwer ist, was hinein gehört und wie es geht, werden wir ausprobieren. Die Kursleiterin wird Ihnen Getreidebreie verschiedener Geschmacksrichtungen, mit Obst- mus gesüßt, vorstellen. Babys ab 5 - 6 Monaten dürfen probieren.

▶ Di, 07.02.2012, 10:00 – 12:00 Uhr, 8,- €  
+ 1,- € Material, bar im Kurs zu zahlen

**Kursnr: S10-272101**

▶ Di, 24.04.2012, 10:00 – 12:00 Uhr, 8,- €  
+ 1,- € Material, bar im Kurs zu zahlen

**Kursnr: S10-272102**

▶ Di, 19.06.2012, 10:00 – 12:00 Uhr, 8,- €  
+ 1,- € Material, bar im Kurs zu zahlen

**Kursnr: S10-272103**

▶ Di, 18.09.2012, 10:00 – 12:00 Uhr, 8,- €  
+ 1,- € Material, bar im Kurs zu zahlen

**Kursnr: S10-272104**

▶ Di, 20.11.2012, 10:00 – 12:00 Uhr, 8,- €  
+ 1,- € Material, bar im Kurs zu zahlen

**Kursnr: S10-272105**

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

Leitung: Gabriele Glaser

## Take me to the water

### Auseinandersetzung mit dem Thema Taufe

Ein Kind ist geboren! Neu über Fragen der Religion nachdenken. Erster Anlass: Taufe, die heute nicht mehr nur aus Tradition stattfindet. Gründe für die Taufe oder Nicht-Taufe werden in offener Atmosphäre diskutiert. Wer kann Taufpate werden? Müssen Eltern Kirchenmitglieder sein? Welche Dokumente werden benötigt? Informationen dazu gibt Pfarrerin Eli Wolf.

**Ein persönlicher Termin kann vereinbart werden unter**

**Tel: (069) 920708-21**

Mütter werden heute meist nach wenigen Tagen aus der Klinik entlassen. Zuhause beginnt – trotz aller Freude über das Baby – der ganz normale Wahnsinn einer Wochenbett-Familie.

Das Baby schreit, das Geschwisterkind ist eifersüchtig, der Vater beruflich eingespannt und die Großeltern leben in einer anderen Stadt.

## **Kennen Sie das? – Dann brauchen Sie einen wellcome-Engel.**

wellcome vermittelt Ihnen einen ehrenamtlichen wellcome-Engel. Etwa drei Monate lang kommt zweimal die Woche eine ehrenamtliche Mitarbeiterin zu Ihnen nach Hause und unterstützt sie ganz praktisch, individuell und unbürokratisch.

Für die Unterstützung berechnet wellcome bis zu fünf Euro pro Stunde und eine einmalige Vermittlungsgebühr von 10 Euro. Doch am Geld wird die Hilfe nicht scheitern.

**wellcome gibt es bundesweit.**

Das Baby ist da, die Freude ist riesig – und nichts geht mehr



**wellcome**

Praktische Hilfe für Familien  
nach der Geburt

Heike Nocken-Höpker, Tel: (069)60 50 04-33  
Mail: frankfurt.sued@welcome-online.de  
Sprechzeit: mittwochs 11:00 – 13:00 Uhr

**Sie möchten wellcome fördern?**

Spendenkonto:

Evangelische Kreditgenossenschaft Kassel,  
Konto: 4000200 BLZ: 520 604 10

Empfänger: Evangelischer Regionalverband Frankfurt  
Verwendungszweck: 5230.01.2210 wellcome

## ELTERN SEIN

### Krabbelrunde

#### Für Babys von 6 Monaten bis 1 1/2 Jahren

„Unser Baby ist da!“ Hier haben Sie Gelegenheit, mit anderen jungen Müttern und Vätern über das Leben mit dem Baby zu reden: Stillen, Ernährung, Durchschlafen und vieles mehr kann besprochen werden. Ihr Kind macht dabei seine ersten Spiel- und Sozialerfahrungen mit Gleichaltrigen. Eine kompetente Kursleiterin begleitet und unterstützt diesen Prozess.

- ▶ Mo, 23.01.2012, 09:30 – 11:30 Uhr, 18x, 95,- €  
Leitung: Gabriela Cabanová  
**Kursnr: S10-231001**
  - ▶ Di, 24.01.2012, 09:30 – 11:30 Uhr, 18x, 95,- €  
Leitung: Christiane Menge  
**Kursnr: S10-231002**
  - ▶ Mi, 25.01.2012, 15:30 – 17:30 Uhr, 19x, 100,- €  
Leitung: Gabriela Cabanová  
**Kursnr: S10-231003**
  - ▶ Fr, 27.01.2012, 09:30 – 11:30 Uhr, 19x, 100,- €  
Leitung: Christina Harth  
**Kursnr: S10-231004**
  - ▶ Fr, 27.01.2012, 15:30 – 17:30 Uhr, 19x, 100,- €  
Leitung: Christa Lehmer  
**Kursnr: S10-231005**
  - ▶ Mo, 27.08.2012, 09:30 – 11:30 Uhr, 14x, 75,- €  
Leitung: Gabriela Cabanová  
**Kursnr: S10-231006**
  - ▶ Do, 30.08.2012, 09:30 – 11:30 Uhr, 14x, 75,- €  
Leitung: Christina Harth  
**Kursnr: S10-231007**
  - ▶ Fr, 31.08.2012, 15:30 – 17:30 Uhr, 14x, 75,- €  
Leitung: Christa Lehmer  
**Kursnr: S10-231008**
- Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

### Mini-Club

#### Für Eltern und Kinder von 1 1/2 bis 3 Jahren

Im Mini-Club treffen sich Eltern und ihre Kleinkinder, um gemeinsam andere Kinder und Eltern kennen zu lernen. Spiel und Spaß mit altersgerechten Angeboten stehen im Vordergrund. Die Kinder machen erste Gruppenerfahrungen und die Eltern können sich über den Erziehungsalltag mit einem kleinen Kind austauschen. Ein Gruppenabend bietet Eltern die Gelegenheit, sich auch mal ohne Kinder zu treffen.

- ▶ Di, 24.01.2012, 15:30 – 17:30 Uhr, 18x, 95,- €  
Leitung: Alexandra Vogel  
**Kursnr: S10-231020**
- ▶ Do, 26.01.2012, 09:30 – 11:30 Uhr, 17x, 90,- €  
Leitung: Christina Harth  
**Kursnr: S10-231021**
- ▶ Do, 26.01.2012, 15:30 – 17:30 Uhr, 17x, 90,- €  
Leitung: Christa Lehmer  
**Kursnr: S10-231022**
- ▶ Di, 28.08.2012, 09:30 – 11:30 Uhr, 14x, 75,- €  
Leitung: Christiane Menge  
**Kursnr: S10-231023**
- ▶ Di, 28.08.2012, 15:30 – 17:30 Uhr, 14x, 75,- €  
Leitung: Alexandra Vogel  
**Kursnr: S10-231024**
- ▶ Mi, 29.08.2012, 15:30 – 17:30 Uhr, 13x, 70,- €  
Leitung: Gabriela Cabanová  
**Kursnr: S10-231025**
- ▶ Do, 30.08.2012, 15:30 – 17:30 Uhr, 14x, 75,- €  
Leitung: Christa Lehmer  
**Kursnr: S10-231026**
- ▶ Fr, 31.08.2012, 09:30 – 11:30 Uhr, 14x, 75,- €  
Leitung: Christina Harth  
**Kursnr: S10-231027**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

## Englischsprachiger Mini-Club

### English Speaking for parents with kids from 1½ to 3 years

The English Speaking Mini Club is a playgroup for English speaking and bilingual children of pre Kindergarten age. A chance for parents and children to enjoy singing songs and rhymes, playing, arts and crafts and meeting new friends, all in the English language. Parents also have the opportunity to share experiences and to make contacts.

- ▶ Mo, 23.01.2012, 14:30 – 16:30 Uhr, 18x, 95,- €  
Leitung: Diana Connors  
**Kursnr: S10-231030, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Mo, 27.08.2012, 14:30 – 16:30 Uhr, 14x, 75,- €  
Leitung: Diana Connors  
**Kursnr: S10-231031, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Offener Elterntreff

### Mit Kindern ab 12 Monaten

Väter und Mütter erleben die gleiche Lebensphase oft unterschiedlich. Im Treff finden Bedürfnisse und Wünsche der Eltern und Kinder ihren Platz. Verschiedene Themen wie der Wiedereinstieg in den Beruf und die Förderung des Kindes können von den Teilnehmenden besprochen werden. Für die Kinder werden Sing- und Bewegungsspiele angeboten. Die Gruppe kann nach Bedarf auch mehrsprachig stattfinden.

- ▶ Do, 26.01.2012, 09:30 – 11:30 Uhr,  
17x, 4,- € je Treffen  
Leitung: Gabriela Cabanová  
**Kursnr: S10-282203, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Do, 30.08.2012, 09:30 – 11:30 Uhr,  
14x, 4,- € je Treffen  
Leitung: Gabriela Cabanová  
**Kursnr: S10-282204, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Russisch-deutscher Elterntreff

### Mit Kindern ab 8 Monaten

Väter und Mütter erleben die gleiche Lebensphase oft unterschiedlich. Im Treff finden Bedürfnisse und Wünsche der Eltern und Kinder ihren Platz. Verschiedene Themen wie der Wiedereinstieg in den Beruf und die Förderung des Kindes können von den Teilnehmenden besprochen werden. Für die Kinder werden Sing- und Bewegungsspiele angeboten. In der Gruppe kann auch Russisch gesprochen werden.

- ▶ Mi, 25.01.2012, 9:30 – 11:30 Uhr,  
19x, 4,- € je Treffen  
Leitung: Tatiana Pfurr  
**Kursnr: S10-282205, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Mi, 29.08.2012, 9:30 – 11:30 Uhr,  
13x, 4,- € je Treffen  
Leitung: Tatiana Pfurr  
**Kursnr: S10-282206, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Abenteuer Bewegung

### Für Kinder zwischen 1 und 2 Jahren mit Begleitperson

Mit einem Jahr laufen die meisten Kinder – aber immer noch nutzen sie ihre vorher geübten Bewegungsformen: Krabbeln, Rollen, Rutschen oder Variationen davon. Die Spiel- und Bewegungsangebote dieses Kurses geben Ihrem Kind die Möglichkeit, all seine Bewegungsformen zu erproben und weiter zu entwickeln. Die Begegnung mit anderen Kindern im Rahmen der Bewegungsspiele ermöglicht erste Sozialerfahrungen.

- ▶ Di, 17.01.2012, 09:30 – 10:30 Uhr, 10x, 45,- €  
Leitung: Susanne Ehrenheim  
**Kursnr: S10-221050**
- ▶ Mi, 18.01.2012, 15:00 – 16:00 Uhr, 10x, 45,- €  
Leitung: Sabine Lenz  
**Kursnr: S10-221051**
- ▶ Mi, 18.01.2012, 16:15 – 17:15 Uhr, 10x, 45,- €  
Leitung: Sabine Lenz  
**Kursnr: S10-221052**
- ▶ Di, 17.04.2012, 09:30 – 10:30 Uhr, 10x, 45,- €  
Leitung: Susanne Ehrenheim  
**Kursnr: S10-221053**
- ▶ Mi, 18.04.2012, 15:00 – 16:00 Uhr, 10x, 45,- €  
Leitung: Sabine Lenz  
**Kursnr: S10-221054**
- ▶ Mi, 18.04.2012, 16:15 – 17:15 Uhr, 10x, 45,- €  
Leitung: Sabine Lenz  
**Kursnr: S10-221055**
- ▶ Di, 04.09.2012, 09:30 – 10:30 Uhr, 12x, 54,- €  
Leitung: Susanne Ehrenheim  
**Kursnr: S10-221060**
- ▶ Mi, 05.09.2012, 15:00 – 16:00 Uhr, 10x, 45,- €  
Leitung: Sabine Lenz  
**Kursnr: S10-221061**
- ▶ Mi, 05.09.2012, 16:15 – 17:15 Uhr, 10x, 45,- €  
Leitung: Sabine Lenz  
**Kursnr: S10-221062**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

## Abenteuer Bewegung

### Für Kinder zwischen 2 und 3 Jahren mit Begleitperson

Vom Stehaufmännchen zum Klettermax – Kinder brauchen Bewegung, auch und gerade im Alter zwischen 2 und 3 Jahren. Durch Bewegungs- und Wahrnehmungsspiele und durch einen altersentsprechenden Bewegungsparcours führen sie in diesem Kurs ihre Bewegungserfahrungen fort. Bewegung, Wahrnehmung, Fantasie und Kreativität haben in diesem psychomotorisch ausgerichteten Kurs viel Platz zur Entfaltung.

- ▶ Do, 19.01.2012, 15:30 – 16:30 Uhr, 10x, 45,- €  
**Kursnr: S10-221070**
- ▶ Do, 19.04.2012, 15:30 – 16:30 Uhr, 10x, 45,- €  
**Kursnr: S10-221071**
- ▶ Do, 06.09.2012, 15:30 – 16:30 Uhr, 11x, 49,50 €  
**Kursnr: S10-221072**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**  
Leitung: Kristina Woytinek

## Immer am Ball

### Abenteuer Bewegung für Kinder ab 3 Jahren

Zur gezielten Förderung von Koordination, Konzentration und Kooperation sind Ballspiele hervorragend geeignet, denn die Bewegung von Händen, Augen und dem ganzen Körper müssen mit dem Ball in Einklang gebracht werden. Rollen, werfen, fangen, schießen, dribbeln und prellen – alleine, zu zweit oder in der Gruppe – in diesem Kurs werden fun-tastische Ballspiele aller Art geübt. Bei gutem Wetter nutzen wir den Garten hinter dem Haus. Ein Ball – und schon kann der Spaß beginnen!

► Fr, 20.01.2012, 16:00 – 17:00 Uhr, 10x, 45,- €

**Kursnr: S10-221073**

► Fr, 20.04.2012, 16:00 – 17:00 Uhr, 10x, 45,- €

**Kursnr: S10-221074**

► Fr, 07.09.2012, 16:00 – 17:00 Uhr, 10x, 45,- €

**Kursnr: S10-221075**

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

Leitung: Mathias Mank

## Der Minikindergarten

### Für Kinder von 1 1/2 bis 3 Jahren

Die Kinder treffen sich in der „Löwenmädchen“ – und „Miki“ – Gruppe an zwei Vormittagen pro Woche. Sie schnuppern erste „Kindergartenluft“. Die Betreuerinnen achten auf das Tempo des Kindes, das sich in viele neue Situationen einfindet und diese erprobt. Bewegen, singen, basteln, frühstücken gehören zum Tagesablauf. Gefeierte werden die Feste im Jahreslauf. Elterngespräche und Elternabende runden das Angebot ab.

► Löwenmädchen-Gruppe:

Di + Do, jeweils 9:00 – 12:30 Uhr

Leitung: Tatiana Pfurr und N.N.

► Miki-Gruppe:

Mi + Fr, jeweils 9:00 – 12:30 Uhr

Leitung: Sabine Lutz und Silke Vaccaro

**Bei Interesse steht Ihnen Frau Mauermayer unter**

**Tel: (069) 60 50 04 – 34 zur Verfügung.**

### Tag der offenen Tür

Eltern lernen die Gruppenleiterinnen, Arbeitsweise, Angebote und die Räumlichkeiten kennen. Vor Ort werden die Eltern zu Fragen der Anmeldung informiert. In den persönlichen Gesprächen mit den Gruppenleiterinnen können Sie sich ein Bild über den Eingewöhnungsprozess in den Minikindergartengruppen und über die konzeptionellen Ansätze des pädagogischen Angebots machen.

► Mi, 27.06.2012, 15:00 – 17:00 Uhr, kostenfrei

## Kreativität bei Kleinkindern fördern

### Spielgruppe für Kinder zwischen 2 und 3 Jahren mit Begleitperson

Brauchen Kleinkinder Unterstützung beim Malen, Spielen, Modellieren? Eher sind es die Großen, die staunend mit den Kleinen erleben, wie ein solches Tun im Kindesalter helfen kann, eine kreative Grundeinstellung zu erlangen. Welche Angebote und Maßnahmen unterstützen die kindliche Kreativität? Was ist gut gemeint, aber eher hindernd? Wir finden es heraus – mit Offenheit und großem Gewinn für die Kleinen ebenso wie für uns!

▶ Mo, 23.01.2012, 16:00 – 18:00 Uhr, 12x, 52,80 €  
+ 9,- € Materialkosten

Leitung: Dorothea Gräbner

**Kursnr: S10-231035, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

▶ Mo, 27.08.2012, 16:00 – 18:00 Uhr, 12x, 52,80 €  
+ 9,- € Materialkosten

Leitung: Dorothea Gräbner

**Kursnr: S10-231036, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Musik für Mäuse

### Musikalische Frühförderung für 1 1/2 bis 4-Jährige

Bereits kleine Kinder lieben Musik. Hier wird ihnen spielerisch ein erster intensiver Kontakt mit Musik ermöglicht. Es wird gesungen, getanzt, geklatscht, aufmerksam gehorcht und mit einfachen Instrumenten musiziert. Die Inhalte sind altersgemäß abgestimmt und können zu Hause fortgeführt werden. Kleine Gruppengrößen geben dem einzelnen Kind und dem begleitenden Erwachsenen genügend freien Entfaltungsraum.

▶ Fr, 10.02.2012, 15:00 – 15:45 Uhr, 12x, 108,- €

▶ Fr, 10.02.2012, 16:00 – 16:45 Uhr, 12x, 108,- €

▶ Fr, 10.02.2012, 17:00 – 17:45 Uhr, 12x, 108,- €

▶ Fr, 31.08.2012, 15:00 – 15:45 Uhr, 12x, 108,- €

▶ Fr, 31.08.2012, 16:00 – 16:45 Uhr, 12x, 108,- €

▶ Fr, 31.08.2012, 17:00 – 17:45 Uhr, 12x, 108,- €

Veranstalter: Norbert Enz

**Anmeldung: (06187) 99 27 09 oder [info@norbertenz.de](mailto:info@norbertenz.de)**

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

## Als Frühlingsdetektive unterwegs

### Ein Ausflug für Eltern und Kinder ab 5 Jahren

Vorbei ist die Jahreszeit, in der man sich lieber verkriecht. Es gibt draußen viel zu entdecken! Erwachsene und Kinder können gemeinsam zu Wald- und Wiesenforschern werden und auf die Suche nach Frühlingsboten, Farben und Gerüchen gehen.

Spielerisch und mit allen Sinnen erfahren die Kinder die Natur rund um den Niedwald, und die Erwachsenen erhalten leicht umsetzbare Ideen für schöne Ausflüge, mit denen sie Kindern den Zugang zur Natur ermöglichen. Treffpunkt und Wegbeschreibung werden nach der Anmeldung zugeschickt.

- ▶ Sa, 28.04.2012, 14:00 – 17:00 Uhr,  
4,50 € Kinder / 9,- € Erwachsene  
Leitung: Dr. Gefion Brunnemann, Martin Schaefer  
**Kursnr: S30-601201, Ort: Bad Soden-Neuenhain**

## Wenn die Nacht erwacht

### Eine Entdeckungsreise in den nächtlichen Wald

Nachts sind alle Katzen grau und wer aufs Tageslicht vertraut, bewegt sich nachts mit Vorsicht, vor allem im Wald. Familien mit Kindern ab 6 Jahren machen sich gemeinsam auf den Weg von der Dämmerung zur Nacht. Spielerisch und mit ungewohnten Sinnen kann diese Welt entdeckt werden. So wird Lautloses hörbar und Verborgenes kommt zum Vorschein. Treffpunkt und Wegbeschreibung werden nach der Anmeldung zugeschickt.

- ▶ Sa, 12.05.2012, 19:30 – 22:30 Uhr,  
4,50 € Kinder / 9,- € Erwachsene  
Leitung: Dr. Gefion Brunnemann, Martin Schaefer  
**Kursnr: S30-601202, Ort: Frankfurt-Niedwald**

## Ein Bach ist mehr als Wasser . . .

### Eine Exkursion für Eltern mit Kindern

Bäche sind die Lebensadern der Landschaft und immer in Bewegung. Manchmal sind sie nur eine Abflussrinne, manchmal ursprüngliche Natur. Mal sind sie sanft und friedlich, mal bringen sie Steine ins Rollen. An diesem Nachmittag können Eltern mit ihren Kindern ab 5 Jahren die Vielfalt des Sulzbachs erleben, seine Bewohner aufspüren und weitere spannende Erlebnisse rund um den Bach erleben. Treffpunkt und Wegbeschreibung werden nach der Anmeldung zugeschickt.

- ▶ Sa, 02.06.2012, 14:00 – 17:00 Uhr  
4,50 € Kinder / 9,- € Erwachsene  
Leitung: Dr. Gefion Brunnemann, Martin Schaefer  
**Kursnr: S30-601203, Ort: Sossenheim**

## Hamstern und Mausern, Verkriechen oder Verreisen

### Ein Ausflug in den vorwinterlichen Wald

Der nächste Winter kommt bestimmt! Und wer ihn draußen im Freien verbringen muss, sollte jetzt vorbereitet sein. Strategien gibt es viele: Ein dicker Pelz, eine gut gefüllte Vorratskammer, ein warmes Plätzchen oder ein Ticket in den Süden. Bei einem Streifzug durch den herbstlichen Wald können sich Familien mit Kindern einen Eindruck von den Vorbereitungen machen. Mal

sehen, welche Bewohner des Waldes noch wach sind und wer seine Koffer schon gepackt hat. Treffpunkt und Wegbeschreibung werden nach der Anmeldung zugeschickt.

- ▶ Sa, 03.11.2012, 14:00 – 17:00 Uhr,  
4,50 € Kinder / 9,- € Erwachsene  
Leitung: Dr. Gefion Brunnemann, Martin Schaefer  
**Kursnr: S30-601204, Ort: Bad Vilbel**

## **Textilwerkstatt für Familien**

### **Weben für Anfänger – für Kinder ab 8 Jahren und ihre Eltern**

Auf vorbereiteten einfachen Webgeräten wird ein Wollschal – bunt oder einfarbig, gestreift oder kariert – gewebt. Unter fachkundiger Anleitung werden Schals künstlerisch gestaltet und hergestellt. Dabei zeigt sich auch die Bedeutung des rhythmischen Webens. Mit viel Spaß wird mit den verschiedenen Möglichkeiten der vorhandenen oder auch mitgebrachten Wolle experimentiert.

- ▶ Sa, 25.02.2012, 14:00 – 17:00 Uhr, 13,50 €  
1 Erwachsener und 1 Kind  
+ 10,- € Material bar im Kurs zu zahlen  
**Kursnr: S10-911201**
- ▶ Sa, 06.10.2012, 14:00 – 17:00 Uhr, 13,50 €  
1 Erwachsener und 1 Kind  
+ 10,- € Material bar im Kurs zu zahlen  
**Kursnr: S10-911202**

### **Spinnen für Anfänger – für Kinder ab 8 Jahren und ihre Eltern**

Spinnen lernen mit Asthäkchen, Handspindel und Spinnrad. Wenn ein Faden gesponnen wird, müssen Auge, Hand und Fuß zusammenarbeiten. Mit den gesponnenen Fäden kann zuhause gewebt, gestrickt oder geflochten werden. Beispiele dazu auch Proben der wichtigsten verspinnbaren Tier- und Pflanzenfasern, können in einer kleinen Ausstellung angeschaut werden.

- ▶ Sa, 02.06.2012, 11:00 – 14:00 Uhr, 13,50 €,  
1 Erwachsener und 1 Kind  
+ 5,- € Material bar im Kurs zu zahlen  
**Kursnr: S10-911203**
- ▶ Sa, 10.11.2012, 14:00 – 17:00 Uhr, 13,50 €  
1 Erwachsener und 1 Kind  
+ 5,- € Material bar im Kurs zu zahlen  
**Kursnr: S10-911204**

**Bänder flechten – für Kinder ab 8 Jahren und ihre Eltern**

Ein hübsches Band erfreut als Geschenk und ist praktisch für viele Dinge. Mit verschiedenen traditionellen Techniken – die viele Nomaden und „Indianern“ beherrschen – stellen wir gemeinsam bunte Bänder her. Freundschaftsbänder sind sehr beliebt und in verschiedenen Farben und Formen leicht zu flechten. Mit etwas Übung und Fingerfertigkeit lassen sich Schnürsenkel, Gürtel und gemusterte Schmuckbänder mit 10 Fingern ohne andere Geräte herstellen.

▶ Sa, 16.06.2012, 11:00 – 14:00 Uhr, 13,50 €  
1 Erwachsener und 1 Kind  
**Kursnr: S10-911205**

▶ Sa, 22.09.2012, 11:00 – 14:00 Uhr, 13,50 €  
1 Erwachsener und 1 Kind  
**Kursnr: S10-911206**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**  
Leitung: Helga Heubach

**Familien-Weihnachts-Werkstatt****Nicht mit Teig, mit Ton wird hier gebacken!**

In der Weihnachtsbäckerei  
gibt es Ton und Matschebrei,  
zwischen Nudelholz und Stern  
macht so manches Kind sehr gern  
eine Riesenkneterei!

In dieser Weihnachtsbäckerei sind natürlich auch Eltern und Großeltern willkommen, um gemeinsam mit den Kindern bei Kerzenschein und Tee weihnachtlichen Baumschmuck, Kerzenhalter, Engel und andere hübsche Geschenke herzustellen.

▶ So, 25.11.2012, 10:00 – 16:00 Uhr, 27,- €  
1 Erwachsener und 1 Kind  
+ 5,- € für Ton und Brand  
Leitung: Martina Schoder  
**Kursnr: S10-911207, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

**Zahnputzstunde****Tipps für die Zahnpflege von Babys und Kleinkindern**

In unserer Zahnputzstunde beantworten wir auftretende Fragen wie: Wann beginnt die Zahnpflege und wie mache ich sie richtig? Welche Technik und welche Hilfsmittel brauche ich dazu? Schaden Schnuller, Daumen und Co? Welche Bedeutung haben gesunde Milchzähne für die Entwicklung und ein gesundes bleibendes Gebiss? Das Putzen der Kinderzähne wird an einer Puppe demonstriert. Anschließend können Sie das Zähneputzen mit dem eigenen Kind unter Anleitung üben.

▶ Di, 31.01.2012, 14:30 – 16:00 Uhr, gebührenfrei  
**Kursnr: S10-272110**

- ▶ Di, 17.04.2012, 14:30 – 16:00 Uhr, gebührenfrei  
**Kursnr: S10-272111**
- ▶ Di, 26.06.2012, 14:30 – 16:00 Uhr, gebührenfrei  
**Kursnr: S10-272112**
- ▶ Di, 04.09.2012, 14:30 – 16:00 Uhr, gebührenfrei  
**Kursnr: S10-272113**
- ▶ Di, 13.11.2012, 14:30 – 16:00 Uhr, gebührenfrei  
**Kursnr: S10-272114**  
**Ort: Darmstädter Landstr. 81, Anmeldung erforderlich!**  
Leitung: Anke Rocholl

## Kinder richtig verarzten

Kindlicher Bewegungs- und Forscherdrang führt manchmal zu kleinen, seltener zu größeren Blessuren wie aufgeschlagenen Knien, Beulen und Platzwunden oder verstauchten Gelenken. Wir üben, solch alltägliche Verletzungen gelassen und angemessen zu verarzten und zu entscheiden, wann umfassendere Hilfe nötig ist.

Hier erwerben Sie Grundkenntnisse in der Ersten Hilfe für den Alltagsgebrauch.

- ▶ Di, 21.02.2012, 19:00 – 22:00 Uhr, 2x, 21,- €  
+ 2,- € Materialkosten, bar im Kurs zu zahlen  
**Kursnr: S10-301001**
- ▶ Di, 22.05.2012, 19:00 – 22:00 Uhr, 2x, 21,- €  
+ 2,- € Materialkosten, bar im Kurs zu zahlen  
**Kursnr: S10-301002**
- ▶ Di, 21.08.2012, 19:00 – 22:00 Uhr, 2x, 21,- €  
+ 2,- € Materialkosten, bar im Kurs zu zahlen  
**Kursnr: S10-301003**
- ▶ Di, 27.11.2012, 19:00 – 22:00 Uhr, 2x, 21,- €  
+ 2,- € Materialkosten, bar im Kurs zu zahlen  
**Kursnr: S10-301004**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**  
Leitung: Barbara Spitzenberg

## Homöopathie für Kinder

Der Vortrag gibt einen Einblick in die klassische Homöopathie als eine sanfte und wirkungsvolle Ergänzung oder Alternative zur Schulmedizin gerade auch in der Behandlung von Kindern. Eine Heilmethode, die unsere Kinder stärkt und sie befähigt, angemessen mit den täglichen Anforderungen wie Krankheit, Stress oder Kummer umzugehen.

- ▶ Di, 06.03.2012, 20:00 – 22:00 Uhr, 6,- €  
Leitung: Katharina Oppermann  
**Kursnr: S10-302101, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

- ▶ Di, 30.10.2012, 20:00 – 22:00 Uhr, 6,- €  
 Leitung: Katharina Oppermann  
**Kursnr: S10-302102, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Kinder zur Ruhe führen

### Hilfe im hektischen Alltag

Termindruck, Reizüberflutung und Freizeitstress. Das sind zum Teil selbstgemachte Probleme unserer Zeit, die auch an den Kindern nicht spurlos vorüber gehen. Dieser Kurs hilft Ihnen Zusammenhänge zu erkennen sowie eigene und kindliche Bedürfnisse wahrzunehmen. Danach lernen Sie Entspannungstechniken wie z.B. PME kennen, die Sie auch an Ihre Kinder weiter geben können. Rituale und Stilleübungen und nicht zuletzt der Erfahrungsaustausch runden das Angebot ab.

- ▶ Do, 16.02.2012, 20:00 – 21:30 Uhr, 3x, 15,75 €  
 Leitung: Christa Lehmer  
**Kursnr: S10-301005, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Do, 15.11.2012, 20:00 – 21:30 Uhr, 3x, 15,75 €  
 Leitung: Christa Lehmer  
**Kursnr: S10-301006, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Abenteuer Großeltern

### Oma ist doch nicht von gestern

Großeltern haben sich verändert – in ihrem Selbstverständnis, in ihren Aufgaben und in ihren Möglichkeiten. An diesem Abend werden neueste Studien zum Thema präsentiert. Die Rolle der Großeltern wird aus Sicht der verschiedenen Generationen diskutiert. Erwartungen an die Großeltern und das Bild von der eigenen Rolle als Großvater/Großmutter klären sich. In Kooperation mit dem Bürgerinstitut.

- ▶ Do, 23.02.2012, 19:30 – 21:30 Uhr, 7,- €  
 Leitung: Barbara Jakob  
**Kursnr: S10-312101, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

### Kinder lieben Großeltern – Eltern auch?

Im Idealfall sind Großeltern eine große Hilfe für junge Eltern und wichtige Bezugspersonen für die Kinder. Doch nicht immer läuft alles glatt. Alte Konflikte zwischen Eltern und Großeltern können wieder aufbrechen, unterschiedliche Erwartungen und Bedürfnisse müssen geklärt werden. Das Beziehungsgeflecht zwischen den drei Generationen kann voller Stolpersteine sein, aber auch eine große Bereicherung. In Kooperation mit dem Bürgerinstitut.

- ▶ Do, 01.03.2012, 19:30 – 21:30 Uhr, 7,- €  
 Leitung: Michael Bourgeon  
**Kursnr: S10-312102, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

**Basteln und Spielideen für Oma und Opa**

Sie suchen neue Impulse und Anregungen für die Beschäftigung mit ihren Enkeln? Dann sind Sie hier richtig. Wir zeigen Ihnen beim Malen, Kleben, Schnipseln, Knete machen leicht umzusetzende Bastel- und Spielideen, damit Sie für die Zeit der Kinderbetreuung auf ein schönes, attraktives und kreatives Repertoire zurückgreifen können. In Kooperation mit dem Bürgerinstitut.

- Do, 08.03.2012, 19:30 – 21:30 Uhr, 7,- €  
Leitung: Christa Lehmer  
**Kursnr: S10-312103, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

**Starke Eltern – starke Kinder®****Der Elternkurs des Deutschen Kinderschutzbundes**

Kindererziehung kann manchmal sehr anstrengend und aufreibend sein. Dieser Kurs hilft Ihnen, den Familienalltag gelassener und souveräner zu meistern. Im Austausch mit anderen Müttern und Vätern lernen Sie unter anderem, Konflikte zu lösen, sich selbst Freiräume zu schaffen und Ihr Selbstbewusstsein zu stärken. Darüber hinaus informieren wir Sie über allgemeine Erziehungsthemen und Kinderrechte. Das Ganze mit Spaß und Offenheit für Ihre ganz persönlichen Fragen.

**Infoabend:**

- Mo, 27.02.2012, 19:30 – 21:30 Uhr, kostenfrei  
Anmeldung erforderlich!  
Leitung: Ingrid Zeller  
**Kursnr: S10-312104, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

**Kurs:**

- Mo, 05.03.2012, 19:30 – 21:30 Uhr,  
8x, 70,- € pro Person  
Leitung: Ingrid Zeller  
**Kursnr: S10-311001, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

**Wie sag ich's meinem Kinde?****Gewaltfreie Kommunikation zwischen Eltern und Kindern**

Weshalb ist das Zusammenleben mit unseren Kindern manchmal so schwierig? Kinder, die „nicht hören“, traurig oder trotzig sind. Eltern, die wütend und enttäuscht sind. Im Alltag gibt es vielfältige Probleme und häufig liegt es an einer missverständlichen Kommunikation. Ein Teufelskreis, aus dem wir manchmal nur schwer ausbrechen können. Der Abend zeigt Ihnen einen Weg zu einfühlsamer und gewaltfreier Kommunikation, die zu einem wert- und friedvollen Miteinander führen kann.

- Di, 14.02.2012, 20:00 – 22:00 Uhr, 7,- €  
Leitung: Linda Ribaldo  
**Kursnr: S10-302103, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

- ▶ Di, 11.09.2012, 20:00 – 22:00 Uhr, 7,- €  
 Leitung: Linda Ribaud  
**Kursnr: S10-302104, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Wie Gedanken in den Kopf kommen

### Über das kindliche Gehirn und seine Entwicklung

Kinder lernen vom ersten Tag ihres Lebens an, ob wir Erwachsenen das wollen oder nicht. Mit allem, was Kinder sehen, hören, fühlen oder tun, lernen sie Neues hinzu. Das wichtigste menschliche Organ, welches sich hierbei verändert, ist das Gehirn. Deshalb ist eine der aufregendsten Fragen, wie Gedanken in den Kopf unseres Kindes kommen und wie sich dabei seine Fähigkeiten entfalten. Lernen und kindliche Entwicklung: eine der schönsten Geschichten, die das Leben täglich schreibt.

- ▶ Di, 28.02.2012, 20:00 – 22:00 Uhr, 6,- €  
 Leitung: Dr. Rainer Eckert  
**Kursnr: S10-302105, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Di, 25.09.2012, 20:00 – 22:00 Uhr, 6,- €  
 Leitung: Dr. Rainer Eckert  
**Kursnr: S10-302106, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Muss ich denn immer erst laut werden?

### Film und Gespräch

„Wege aus der Brüllfalle“ ist ein Film von Eltern für Eltern. In der Erziehung ist Respekt und Gewaltlosigkeit oberstes Gebot. Eltern müssen sich aber auch durchsetzen. Wie sollen sie sich verhalten, was können sie tun, wenn Kinder nach mehrmaligem Bitten immer noch nicht reagieren. In einfachen, nachvollziehbaren Schritten wird ein Konzept aufgezeigt, mit dessen Hilfe Eltern sich ohne zu brüllen oder zu drohen durchsetzen und gleichzeitig ihre Kinder respektvoll behandeln können.

- ▶ Do, 26.04.2012, 20:00 – 22:00 Uhr, 7,- €  
 Leitung: Christa Lehmer  
**Kursnr: S10-302107, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Do, 13.09.2012, 20:00 – 22:00 Uhr, 7,- €  
 Leitung: Christa Lehmer  
**Kursnr: S10-302108, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Homöopathische Hausapotheke

Die Homöopathie stellt eine äußerst wirkungsvolle Therapiemethode dar. Doch bedarf es einigen Wissens, um sie sicher handhaben zu können. Zunächst erhalten die Teilnehmenden Informationen über Wirkungsweise und Anwendung der Homöopathie. Im Weiteren werden homöopathische Mittel für akute Erkrankungen und Notfallsituationen vorgestellt.

▶ Di, 13.03.2012, 19:30 – 21:30 Uhr, 3x, 50,- €

▶ Di, 06.11.2012, 19:30 – 21:30 Uhr, 3x, 50,- €

Veranstalterin: Katharina Oppermann

**Ort: Darmstädter Landstr. 81**

**Anmeldung: (069) 97 98 10 09**

## **Kinder brauchen emotionale Intelligenz**

Der Psychologe J. Gottman entwickelte ein Emotionstraining, das Eltern dazu befähigt, die soziale und emotionale Kompetenz des Kindes zu stärken. Dies führt zu besserer Konzentration und zu einem emotional gesünderen und widerstandsfähigeren Aufwachsen des Kindes. Durch emotionale Intelligenz lernen Kinder mit den eigenen Gefühlen und den Gefühlen Anderer bewusster, fantasievoller und sensibler umzugehen.

▶ Do, 22.03.2012, 20:00 – 22:00 Uhr, 7,- €

Leitung: Christina Bender

**Kursnr: S10-302109, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## **Basiswissen Kleinkindernährung**

### **Gesundes Essen für 1 bis 3-Jährige**

An diesem Vormittag erfahren Sie, welche Lebensmittel und Mengen ein Kind für seine gesunde Entwicklung braucht. Sie bekommen Tipps, wie Sie Ihr Kind in den Einkauf und die Zubereitung einbeziehen können. Auch die Themen Süßigkeiten und Kinderlebensmittel werden besprochen. Alle Ihre Fragen rund um die Kinderernährung werden beantwortet. Kinder sind willkommen und werden in die Zubereitung einer kleinen Zwischenmahlzeit miteinbezogen.

In Kooperation mit der Facheinrichtung Balance – Beratung und Therapie bei Essstörungen.

▶ Mi, 16.05.2012, 10:00 – 12:00 Uhr, 10,- €

1 Erwachsener und 1 Kind

Leitung: Silvia Becker-Pröbstel

**Kursnr: S10-302110, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## **Suppenkasper und Nimmersatt**

### **Essprobleme bei Kindern**

Kleine Kinder sind mitunter schwierige Esser. Manche haben zeitweilig keinen Appetit, mögen kein Obst oder Gemüse, andere finden kein Maß beim Essen und werden übergewichtig. Sie erhalten Anregungen, wie Sie mit diesen Problemen umgehen können, wie eine kindgerechte Ernährung für Kinder vom 1. bis 3. Lebensjahr aussehen könnte und wie das gemeinsame Essen Spaß machen kann. Kinder sind willkommen und werden in die Zubereitung einer kleinen Zwischenmahlzeit miteinbezogen.

In Kooperation mit der Facheinrichtung Balance – Beratung und Therapie bei Essstörungen.

- ▶ Mi, 13.06.2012, 10:00 – 12:00 Uhr, 10,- €  
1 Erwachsener und 1 Kind  
Leitung: Silvia Becker-Pröbstel  
**Kursnr: S10-302111, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Feng Shui für das Kinderzimmer

### Kleine Veränderungen mit großer Wirkung

Es liegt uns allen am Herzen, für unsere Kinder bestmögliche Bedingungen zuschaffen, die sie stärken und unterstützen. Mit Feng Shui können Sie meist ohne großen Aufwand vieles verbessern. Wo ist der beste Platz für das Bett? Wie stehen die Möbel richtig? Wie können Elektrostrahlen reduziert werden? Zu diesen und vielen anderen Fragen werden Sie Antworten bekommen. Bringen Sie den Grundriss Ihres Kinderzimmers mit – so können ganz konkrete Lösungen aufgezeigt werden.

- ▶ Mi, 28.03.2012, 19:30 – 21:30 Uhr, 9,50 €  
Veranstalterin: Christa Barfuss  
**Ort: Darmstädter Landstr. 81**  
**Anmeldung: (069) 450113 oder christ.barfuss@gmx.de**
- ▶ Sa, 18.08.2012, 14:00 – 16:00 Uhr, 9,50 €  
Veranstalterin: Christa Barfuss  
**Ort: Darmstädter Landstr. 81**  
**Anmeldung: (069) 450113 oder christ.barfuss@gmx.de**

## Wurzeln und Flügel

### Religiöse Erziehung in den ersten Lebensjahren

Die Geburt eines Kindes bringt das bisherige Leben gehörig durcheinander und damit auch so manche bisherige Gewissheit. Oft stellt sich in dieser Zeit auch die Frage nach Religion und Kirche neu. Kinder brauchen Werte und Vorbilder. Aber brauchen sie auch religiöse Erziehung? Und wann fängt man damit an? Wie klar sind die eigenen Vorstellungen? Dieser Abend gibt Anregungen, wie eine religiöse Erziehung im Familienalltag aussehen kann und lädt zum Austausch ein.

- ▶ Do, 19.04.2012, 20:00 – 22:00 Uhr, 7,- €  
Leitung: Heike Seidel-Hoffmann  
**Kursnr: S10-302112, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Do, 29.11.2012, 20:00 – 22:00 Uhr, 7,- €  
Leitung: Heike Seidel-Hoffmann  
**Kursnr: S10-302113, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Elterngeld – Elternzeit – Teilzeit

### Arbeitsrecht von der Geburt bis zum Wiedereinstieg

Werdende Eltern müssen die erste Zeit mit dem Baby gut planen. Auch finanzielle und rechtliche Aspekte gilt es zu berücksichtigen. Die Familie soll abgesichert und die berufliche Perspektive im Blick behalten werden. Dafür ist es notwendig, neben der Elternzeit auch den Wiedereinstieg in den Beruf frühzeitig zu gestalten. Eine auf Arbeitsrecht spezialisierte Anwältin informiert Sie und gibt Gelegenheit, Fragen rund um Elternzeit, Teilzeit und Wiedereinstieg in den Beruf zu stellen.

- ▶ Do, 03.05.2012, 20:00 – 22:00 Uhr, 7,- €  
Leitung: Christine Saarholz  
**Kursnr: S10-312105, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Do, 08.11.2012, 20:00 – 22:00 Uhr, 7,- €  
Leitung: Christine Saarholz  
**Kursnr: S10-312106, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Hänschen klein

### Was brauchen Jungen in den ersten Lebensjahren

Jungen sind irgendwie anders und das vom ersten Herzschlag an. Auch wir verhalten uns Jungen gegenüber anders, wenn wir mit ihnen leben, lernen und arbeiten. Lern- und Anpassungsleistungen scheinen für Jungen heute problematischer zu sein als noch vor 10 bis 20 Jahren. Dieser Vortrag hilft Ihnen, Ihren Sohn und seine Entwicklung zu verstehen. Sie bekommen Anregungen, was Sie als Mutter oder Vater für eine glückliche Kindheit und eine positive Entwicklung Ihres Kindes tun können.

- ▶ Di, 09.10.2012, 20:00 – 22:00 Uhr, 6,- €  
Leitung: Carsten Wenzel  
**Kursnr: S10-302114, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Nein, Nein, will nicht!

### Was tun wenn Kinder trotzen?

Die Trotzanfänge unserer Kinder kommen oft aus heiterem Himmel. Sie lösen in uns häufig Reaktionen wie Ärger, Wut, Zorn und vielleicht auch handgreifliche Aggression aus. Wir erschrecken vor uns selbst, haben ein schlechtes Gewissen, fühlen uns hilf- und ratlos. Im Austausch versuchen die Teilnehmenden, die Trotzphase im Kleinkindalter zu verstehen und gemeinsam Möglichkeiten des Umgangs damit zu überlegen. Für Eltern mit Kindern im Alter von eins bis drei Jahren.

- ▶ Do, 08.11.2012, 20:00 – 22:00 Uhr, 7,- €  
Leitung: Christina Bender  
**Kursnr: S10-302115, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Mini-Vater-Kind-Gruppe

### Für Väter mit Kindern unter 3 Jahren

Sich treffen und nicht nur miteinander sprechen. Sein Kind erleben und Spaß mit anderen Vätern und Kindern haben. Bei einem Väterabend ohne Kinder Erfahrungen austauschen. Das und viel mehr bietet die Gruppe für Väter und ihre Kinder bis zu drei Jahren. Hier gibt es viel Raum, Neues zu erleben, Fragen zu stellen und Antworten zu erhalten.

- ▶ Sa, 21.01.2012, 10:00 – 12:00 Uhr, 14-tägig, 11x, 60,- €  
Leitung: N.N.

**Kursnr: S10-261201, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

- ▶ Sa, 25.08.2012, 10:00 – 12:00 Uhr, 14-tägig, 7x, 40,- €  
Leitung: N.N.

**Kursnr: S10-261202, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Die Klangohrhasen

### Für Kinder von 15 Monaten bis 4 Jahren und ihre Väter

Durch gemeinsame Bewegungsspiele entdecken wir den Umgang mit Klängen, Rhythmen, Lautbildungen und der Stimme. Väter schärfen ihre Wahrnehmung für die Welt des Kindes und die Kinder erleben, dass Papa sich ihnen mit ungeteilter Aufmerksamkeit zuwendet. Wir unterstützen die Bindung von Vater und Kind und fördern die kindliche Sinnesentwicklung durch einfache musikalische Mittel: Es bleiben Zeit und Raum für den Austausch der Väter über alle Fragen rund um die Kinder.

- ▶ Sa, 28.01.2012, 9:30 – 11:00 Uhr, 14-tägig, 9x, 67,50 €  
Leitung: Wolfgang Englert und Martin Moog

**Kursnr: S10-261203, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

- ▶ Sa, 01.09.2012, 9:30 – 11:00 Uhr, 14-tägig, 7x, 52,50 €  
Leitung: Wolfgang Englert und Martin Moog

**Kursnr: S10-261204, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Drachen bauen wie früher

### Für Väter mit ihren Kindern ab 6 Jahren

Wir bauen Drachen mit Materialien wie sie früher verwendet wurden. Nach Wunsch der Teilnehmer einen klassischen Diamantdrachen in einer garantiert flugtauglichen Form oder einen etwas anspruchsvolleren afghanischen Wettkampfdrahen. Dieser Kurs bietet Vätern die Möglichkeit eine besonders intensive Zeit mit ihren Kindern zu verbringen und ihr handwerkliches Geschick mit ihnen zu teilen. An einem zweiten Termin treffen wir uns, um gemeinsam unsere Werke steigen zu lassen.

- ▶ Sa, 28.04.2012, 10:00 – 13:00 Uhr, 22,50 €  
+ 5,- € Materialkosten, bar im Kurs  
Leitung: Jürgen Müller

**Kursnr: S10-961201, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

- ▶ Sa, 06.10.2012, 10:00 – 13:00 Uhr, 22,50 €  
+ 5,- € Materialkosten, bar im Kurs  
Leitung: Jürgen Müller  
**Kursnr: S10-961202, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Steine, Feuer, Abenteuer

### Ein Erlebniswochenende für Väter und Kinder ab 8 Jahren

Wir zelten auf einem Campingplatz bei Kirn im Hunsrück. Dort starten wir unsere Aktivitäten: Wir klettern unter fachkundiger Anleitung und Absicherung an den Felsen der „Kirner Dolomiten“, grillen abends am Lagerfeuer in einer romantischen Burg ruine und erkunden am Sonntag ein altes Schieferbergwerk. Im Vordergrund steht dabei nicht Leistung, sondern das gemeinsame Erlebnis. Im Preis enthalten sind ein reichhaltiges Frühstück und Lunchpaket, die Zeltplatzgebühr und natürlich die Betreuung.

Vortreffen: Di, 05.06.2012, 20:00 Uhr  
**Ort: Darmstädter Landstr. 81**

- ▶ Fr 15.06.2012, 18:00 Uhr – So 17.06.2012, 14:00 Uhr, 175,- € 1 Erwachsener und 1 Kind  
Leitung: Patrizia Schild und Harald Gesser  
**Kursnr: S10-661201**

## Flohmarkt in Sachsenhausen

In der Evangelischen Familienbildung findet auch in diesem Frühjahr und Herbst wieder der beliebte Kinderflohmarkt statt. Angeboten werden Kinderkleidung, Spielzeug und alles, was für Kinder wichtig ist. Darüber hinaus können handwerkliche und selbst gemachte Sachen verkauft werden.  
Standgebühr: 3,00 € und einen selbstgebackener Kuchen.

- ▶ Sa, 10.03.2012, 14:00 – 16:00 Uhr,  
Organisation: Ursula Stumpe  
**Anmeldung bis zum 24.02.2012**
- ▶ Sa, 08.09.2012, 14:00 – 16:00 Uhr,  
Organisation: Ursula Stumpe  
**Anmeldung bis zum 24.08.2012**

## KINDER UND JUGENDLICHE

### Kinder-Atelier

#### Farbenfrohe Begegnung für 4 bis 6-Jährige

Kinder lieben Farben und Bewegung. In dieser Kinder-Kreativ-Werkstatt erleben Kinder von 4 bis 6 Jahren eine Kombination aus Malen, Spiel und Bewegung. Sie hören Malgeschichten und machen erste Erfahrungen mit Linien und Farben auf der Fläche. Im spielerischen Umgang mit verschiedenen Materialien und Werkzeug werden alle Sinne angesprochen und die Entdeckerlust geweckt. Freude am Tun und Lassen steht dabei im Vordergrund. Jedes Kind kann für sich seinen ganz eigenen Ausdruck finden.

- ▶ Mo, 30.01.2012, 14:30 – 16:00 Uhr, 8x, 36,- €  
+ 4,- € Materialkosten  
**Kursnr: S10-911401**
- ▶ Mo, 30.01.2012, 16:00 – 17:30 Uhr, 8x, 36,- €  
+ 4,- € Materialkosten  
**Kursnr: S10-911402**
- ▶ Mo, 16.04.2012, 14:30 – 16:00 Uhr, 10x, 45,- €  
+ 5,- € Materialkosten  
**Kursnr: S10-911403**
- ▶ Mo, 16.04.2012, 16:00 – 17:30 Uhr, 10x, 45,- €  
+ 5,- € Materialkosten  
**Kursnr: S10-911404**
- ▶ Mo, 24.09.2012, 14:30 – 16:00 Uhr, 10x, 45,- €  
+ 5,- € Materialkosten  
**Kursnr: S10-911405**
- ▶ Mo, 24.09.2012, 16:00 – 17:30 Uhr, 10x, 45,- €  
+ 5,- € Materialkosten  
**Kursnr: S10-911406**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**  
Leitung Theresa Seifert

### Art for Kids – Bilingual

#### Kreativ sein und Englisch sprechen für Kinder von 6 bis 8 Jahren

Do you speak English? If you do, it's fine and good, and if you can't, it is not a problem. We are not doing an English class here, but we will be doing something creative in English. You will get along just fine with the language. In diesem Kurs malen und gestalten Kinder nach bestimmten Themen, z.B. Tiere, Ritterburg etc. Wir werden auf Englisch reden und Deutsch wird nur benutzt, wenn die Kinder es brauchen. So werden sich die Kinder auf eine Fremdsprache spielerisch einstellen.

- ▶ Mi, 08.02.2012, 16:00 – 17:30 Uhr, 8x, 36,- €  
+ 5,- € Materialkosten  
**Kursnr: S10-911407**

- ▶ Mi, 02.05.2012, 16:00 – 17:30 Uhr, 8x, 36,- €  
+ 5,- € Materialkosten  
**Kursnr: S10-911408**
- ▶ Mi, 05.09.2012, 16:00 – 17:30 Uhr, 8x, 36,- €  
+ 5,- € Materialkosten  
**Kursnr: S10-911409**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**  
Leitung: Rahim Aziz

## **Ballett und Tanz**

### **Für Kinder ab 4 Jahren**

Dieser Kurs bietet Kindern die Möglichkeit, erste Erfahrungen mit dem klassischen Ballett zu machen. Der Unterricht orientiert sich am klassischen Ballettunterricht nach dem Vaganova-Stil. Musik, Rhythmus, Körperhaltung, grundlegende Tanzbewegungen, einfache Bewegungskoordination und Improvisationen werden spielerisch erlernt. Ziel des Kurses ist es, die Grundlagen des klassischen Balletts kennenzulernen.

- ▶ Do, 19.01.2012, 15:00 – 16:00 Uhr, 10x, 45,- €  
**Kursnr: S10-701401**
- ▶ Do, 19.01.2012, 16:00 – 17:00 Uhr, 10x, 45,- €  
**Kursnr: S10-701402**
- ▶ Do, 19.04.2012, 15:00 – 16:00 Uhr, 8x, 36,- €  
**Kursnr: S10-701403**
- ▶ Do, 19.04.2012, 16:00 – 17:00 Uhr, 8x, 36,- €  
**Kursnr: S10-701404**
- ▶ Do, 06.09.2012, 15:00 – 16:00 Uhr, 10x, 45,- €  
**Kursnr: S10-701405**
- ▶ Do, 06.09.2012, 16:00 – 17:00 Uhr, 10x, 45,- €  
**Kursnr: S10-701406**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr.81**  
Leitung: Agnes Tasnady

## **Flamenco con temperamento**

### **Für Kinder ab 7 Jahren**

Kraftvoll, rau und stolz: Flamenco ist so, wie es die Klischees vorgeben und doch ganz anders. Die Kinder lassen sich schnell von der spanischen Musik mitreißen und trainieren beim Tanzen aufmerksam einfache Schritt- und Bewegungskombinationen. Außerdem führt das Flamencotanzen zu einer guten Haltung und einer kraftvollen Muskelaktivität. Und vor allem: Es macht viel Spaß! Bitte Freude am Tanzen (und die Mädchen: einen weiten Rock) mitbringen.

- ▶ Sa, 12.05.2012, 12:30 – 14:00 Uhr, 6x, 36,- €  
Leitung: Josefa Tardio Maya  
**Kursnr: S10-701407, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Sa, 03.11.2012, 12:30 – 14:00 Uhr, 6x, 36,- €  
Leitung: Josefa Tardio Maya  
**Kursnr: S7014008, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Künstlerische Samstage für Kinder

### Ab 7 Jahre

An den kreativen Nachmittagen für Kinder werden Reliefs, Medaillen oder Stempel mit der positiven Abgusstechnik angefertigt. Die Lieblingstmotive werden als Gipschnitt hergestellt. Die Kinder können auch mit Ton unter Anleitung freie Skulpturen, Ostermotive oder eine Überraschung zum Muttertag modellieren. Nach dem Trocknen werden die Skulpturen gebrannt und angemalt.

- ▶ Sa, 10.03., 17.03., 21.04.2012,  
jeweils 11:00 – 15:00 Uhr, insgesamt 35,- €  
+ 5,- € Materialkosten bar im Kurs zu zahlen  
Leitung: Josefa Tardio Maya  
**Kursnr: S10-911420, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Sa, 29.09., 13.10., 24.11.2012,  
jeweils 11:00 – 15:00 Uhr, insgesamt 35,- €  
+ 5,- € Materialkosten bar im Kurs zu zahlen  
Leitung: Josefa Tardio Maya  
**Kursnr: S10-911421, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Manege frei!

### Ein Zirkusworkshop für Kinder von 6 bis 10 Jahren

Raus aus dem Alltag. Rein in die Manege. Hier können Kinder völlig neue Erfahrungen machen und Fähigkeiten entdecken, die im Schulalltag zu kurz kommen. Zuerst gibt es Gelegenheit die verschiedenen Bereiche Jonglage, Akrobatik, Clownerie oder „Tierdressur“ zu probieren. Anschließend kann jedes Kind nach Wunsch einen Bereich vertiefen. Den krönenden Abschluss bildet eine Aufführung der erlernten Kunststücke für die Eltern.

- ▶ Sa, 17.03.2012, 10:00 – 15:00 Uhr, 24,75 €  
Leitung: Sigune Neumann-Heyme  
**Kursnr: S10-931401, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Sa, 03.11.2012, 10:00 – 15:00 Uhr, 24,75 €  
Leitung: Sigune Neumann-Heyme  
**Kursnr: S10-931402, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Ostereier-Filzen

### Für 6 bis 10-Jährige

Traumhaft schöner Osterschmuck entsteht, wenn man Styroporier mit Wolle in allen Farben dieser Welt umfilzt. Mit Hilfe von warmem Wasser, Seife und Reibung filzen die Kinder diesen bunten Schmuck für den Osterbaum. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt, es ist einfach und macht Spaß. Auch für Filzanfänger geeignet. Bitte mitbringen: Einen Imbiss und ein Getränk sowie zwei alte Handtücher und ein Geschirrtuch.

- ▶ Sa, 17.03.2012, 10:00 – 14:00 Uhr, 16,- €  
+ 4,- € Materialkosten  
Leitung: Karin Krenn-Herrmann  
**Kursnr: S10-911422, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Osterwerkstatt

### Für 6 bis 9-Jährige

Der Frühling kommt mit großen Schritten, der Osterhase packt schon seine Farben aus und die Welt wird wieder bunt. Auch wir begrüßen mit unseren Malutensilien die kommende Farbenpracht. Die Kinder können in einer entspannten Atmosphäre den Umgang mit Farben und Materialien kennen lernen. Bitte für eine gemeinsame Pause einen Imbiss mitbringen.

- ▶ Sa, 31.03.2012, 10:00 – 14:00 Uhr, 14,- €  
+ 2,- € für Materialkosten  
Leitung: Theresa Seifert  
**Kursnr: S10-901405, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Atelier Sonnenschein

### Für 6 bis 9-Jährige

Hier treffen wir uns mit Farben, Pinsel und viel Spaß um den Sommer zu begrüßen. Bei dem hoffentlich schönen Wetter können wir uns nach Lust und Laune draußen im Garten austoben, um dann mit neuer Energie alles rund um das Thema Sommer aufs Papier zu bringen. Die Neugier am Tun wird unterstützt. Bitte für eine gemeinsame Pause einen Imbiss mitbringen.

- ▶ Sa, 23.06.2012, 10:00 – 14:00 Uhr, 14,- €  
+ 2,- € für Materialkosten  
Leitung: Theresa Seifert  
**Kursnr: S10-901401, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Sommer-open-air-Malwerkstatt

### Ferienkurs für 6 bis 10-Jährige

Bei schönem Wetter malen wir draußen und lassen uns durch die Umgebung inspirieren. Die Kinder können in einer entspannten Atmosphäre den Umgang mit Farben und Materialien kennen lernen. Die Freude am Tun steht im Vordergrund. Die Fähigkeiten der Kinder werden individuell unterstützt, die Kinder arbeiten zunächst für sich und fertigen abschließend ein Gemeinschaftsbild an.

- ▶ Mo, 02.07. – Fr, 06.07. täglich 10:00 – 12:00 Uhr,  
35,- € + 5,- € für Materialkosten

Leitung: Dorothea Gräbner.

**Kursnr: S10-901402, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

- ▶ Mo, 06.08. – Fr, 10.08. täglich 10:00 – 12:00 Uhr,  
35,- € + 5,- € für Materialkosten

Leitung: N.N.

**Kursnr: S10-901403, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Bunte Herbstwerkstatt

### Für 6 bis 9-Jährige

Der Herbst steht vor der Tür, die Blätter färben sich bunt und verwandeln die Welt in ein Meer aus Farben. Das nehmen wir uns zum Anlass, Farben und Pinsel auszupacken und mit dem Herbst in einen kunterbunten Wettstreit zu ziehen. Die Kinder werden in ihrem Tun unterstützt. Bitte für eine gemeinsame Pause einen Imbiss mitbringen.

- ▶ Sa, 08.09.2012, 10:00 – 14:00 Uhr, 14,- €  
+ 2,- € für Materialkosten

Leitung: Theresa Seifert

**Kursnr: S10-901404, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Weihnachtsschmuck aus Filz

### Für 6 bis 10-Jährige

In diesem Jahr sind die Zipfelmütze vom Weihnachtsmann und das Teelicht aus Filz! Diesen und anderen Schmuck für den Weihnachtsbaum und den festlichen Tisch fertigen wir in der Filzwerkstatt zum Teil mit der Nadel, zum Teil in der Nassfilztechnik. Bitte mitbringen: Einen Imbiss und ein Getränk, zwei alte Handtücher und ein Geschirrtuch und – sehr wichtig – weihnachtliche Plätzchenformen.

- ▶ Sa, 01.12.2012, 10:00 – 14:00 Uhr, 16,- €  
+ 4,- € Materialkosten

Leitung: Karin Krenn-Herrmann

**Kursnr: S10-911424, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Das Weihnachtsatelier

### Für 6 bis 9-Jährige

Hurra, hurra, bald ist endlich wieder Weihnachten! Wenn es draußen so richtig kalt und ungemütlich wird, machen wir es uns drinnen schön. Weihnachtsmänner, Engel und Co, was brauchen wir mehr um einen tollen kreativen Samstag zu verbringen? Mit Farbe und Material wird sich experimentell auseinandergesetzt. Bitte für eine gemeinsame Pause einen Imbiss mitbringen.

- ▶ Sa, 15.12.2012, 10:00 – 14:00 Uhr, 14,- €  
+ 2,- € für Materialkosten  
Leitung: Theresa Seifert  
**Kursnr: S10-911425, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Kinder-Töpfer-Atelier Kunterbunt

### Tonvergnügen, Knetspaß und tolle Ideen für 7 bis 10-Jährige

Jedes Kind wird unterstützt bei der Arbeit mit dem weichen Material und lernt so nach eigenem Bedarf Schritt für Schritt den Ton und die Glasurfarben kennen. Wir üben auch, wie Ideen verfeinert werden um persönliche Formen wie Gefäße oder Figuren zu bauen. Viele Techniken können erprobt werden, die Kursleiterin kennt alle Tricks um gute Ergebnisse zu erreichen und am Ende tolle gebrannte Keramiken mit nach Hause zu nehmen.

- ▶ Do, 19.04.2012, 16:00 – 17:30 Uhr, 6x, 27,- €  
+ 8,50 € für Materialkosten  
Leitung: Martina Schoder  
**Kursnr: S10-911410, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Do, 06.09.2012, 16:00 – 17:30 Uhr, 6x, 27,- €  
+ 8,50 € für Materialkosten  
Leitung: Martina Schoder  
**Kursnr: S10-911411, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Keramikwerkstatt für 9 bis 12-Jährige

### Mein Freund der Ton

Das Material Ton kennen lernen, Spaß haben, Neues ausprobieren – wenn euch das gefällt, dann ist Ton ein guter Freund für eure Ideen. Die erfahrene Keramik-Künstlerin zeigt viele Möglichkeiten, wie Kinder mit dem weichen Material arbeiten können und schnell schöne Ergebnisse erzielen. Wer das Abenteuer sucht, wird auch beim Experimentieren mit Ton und Glasurfarben unterstützt. Die Auswahl der Themen ist groß: ob Gefäße, Figuren oder Skulpturen, wir finden einen Weg.

- ▶ Sa, 24.03.2012, 10:00 – 14:00 Uhr, 16,- €  
+ 6,50 € für Material- und Brennkosten  
Leitung: Martina Schoder  
**Kursnr: S10-911426, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

- ▶ Sa, 15.09.2012, 10:00 – 14:00 Uhr, 16,- €  
 + 6,50 € für Material- und Brennkosten  
 Leitung: Martina Schoder  
**Kursnr: S10-911427, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Handarbeiten für junge Leute

### Ein Kurs für Kinder ab 6 Jahren

Jungen und Mädchen, die Lust zum Häkeln, Sticken und Nähen haben, sind hier genau richtig. Interessante Vorlagen und Muster können selbst entworfen werden. Wer möchte, bekommt von der Kursleiterin auch eine wunderschöne Skizze aufgezichnet. Die fast verloren gegangenen Traditionen im Handarbeiten werden wieder entdeckt und aufgefrischt. Angefertigt werden Stickereien, Deckchen, kleine Geschenke sowie Umrandungen für Bilder und Dosen.

- ▶ Sa, 28.01.2012, 10:30 – 13:00 Uhr, 4x, 25,- €  
 Leitung: Josefa Tardio Maya  
**Kursnr: S10-811401, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Sa, 18.08.2012, 10:30 – 13:00 Uhr, 4x, 25,- €  
 Leitung: Josefa Tardio Maya  
**Kursnr: S10-811402, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Cooler Mode selbst genäht

### Kreative Ferienwoche für Jugendliche ab 12 Jahren

Es wird genäht, gestickt und vieles mehr. Hier lernt man anhand kleiner Teile, Schritt für Schritt wie man mit der Hand und der Nähmaschine arbeitet. Wäre es nicht super, wenn du in Zukunft deine Sachen perfekt aufstylen könntest oder sie nach deinen Ideen neu nähst?

- ▶ Mo, 02.04. – 05.04.2012, täglich  
 von 14:30 – 18:30 Uhr, 4x, 40,- €  
 Leitung: Dagmar Meyer-Konz  
**Kursnr: S10-811403, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Mo, 15.10. – 05.04.2012, täglich  
 von 14:30 – 18:00 Uhr, 5x, 43,75 €  
 Leitung: Dagmar Meyer-Konz  
**Kursnr: S10-811404, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## ALLTAG UND GESELLSCHAFT

### Frauen – Ton – Gefühl

#### Modellieren mit Ton

Frau sein, Schwangerschaft, Geburt, Mutterschaft, Frauenrolle und Weiblichkeit im interkulturellen Vergleich. Mit Ton können die Teilnehmerinnen ihre Gefühle und Gedanken zum Ausdruck bringen. Verschiedene Techniken und Arbeitsweisen werden vermittelt. Sie helfen dabei, dass sich Kreativität entfaltet und jede ihre „eigene Sprache“ beim Modellieren findet. Die entstandenen Kunstwerke werden zum Internationalen Frauentag ausgestellt.

- ▶ Fr, 13.01.2012, 19:00 – 22:00 Uhr, 6x, 120,- €  
incl. Ton, Farben, Brennen  
Veranstalterin: Josefa Tardio Maya  
**Ort: Darmstädter Landstr. 81**  
**Anmeldung: 0172/86 51 692 oder**  
**pepa.tardio@onlinehome.de**

### Indische Impressionen

Frauen mit verschiedenen kulturellen, sozialen und religiösen Erfahrungen treffen sich an diesem Abend und tauschen sich aus. Sie erfahren mehr über verschiedene indische Lebensweisen. Indische Tänze wie z. B. der Bollywood-Tanz werden vorgestellt. Auf vielfältige Weise lernen die Teilnehmenden auch Elemente des Bauchtanzes kennen. Farbenfrohe Kostüme können mitgebracht werden. Eine gemeinsame Tasse Tee rundet den Abend ab.

- ▶ Fr, 04.05.2012, 19:30 – 21:30 Uhr, 6,- €  
Leitung: Tatiana Pfurr  
**Kursnr: S10-502101, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Fr, 09.11.2012, 19:30 – 21:30 Uhr, 6,- €  
Leitung: Tatiana Pfurr  
**Kursnr: S10-502102, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

### FrauSein

Welche Rollen spielen wir Frauen im alltäglichen Leben? Freiwillig oder unfreiwillig, emotional oder gelangweilt? Wir wollen diese Rollen auf die Theater-Bühne bringen, und so spielerisch die speziellen Freuden und Herausforderungen reflektieren, die das Frau-Sein mit sich bringt. Schauspielkenntnisse sind nicht erforderlich. Anstelle von „Etwas – leisten – müssen“ erforschen wir unsere eigenen Bedürfnisse, vorhandene Ressourcen werden gestärkt, unerkannte kreative Potentiale erwachen.

- ▶ Sa, 06.10. und So, 07.10.2012  
 jeweils 10:00 – 17:00 Uhr, insgesamt 70,- €  
 Leitung: Stefanie Fiedler, Gerda Eisenmair  
**Kursnr: S10-501201, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Internationaler Salon

### Vielfalt: leben und arbeiten

Menschen, die sich beruflich oder privat mit dem interkulturellen Zusammenleben beschäftigen, treffen sich und sprechen über Themen wie Integration, Entwicklung, Erziehung und die Überwindung von Fremdenfeindlichkeit. Dabei stehen die gegenseitige Unterstützung und Vernetzung im beruflichen und privaten Alltag im Fokus.

- ▶ Fr, 08.06. und 24.08.2012,  
 jeweils von 19:00 – 21:00 Uhr, kostenfrei  
 Leitung: Silvia Mauermayer, Amir Mansoor  
**Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Inspiration 2012

### Kunstwerke von internationalen Künstlern

Kunst überschreitet kulturelle Grenzen. Offenheit, die Anerkennung der Unterschiede und Ähnlichkeiten der Menschen sind Grundvoraussetzungen friedvollen Zusammenlebens. Die Ausstellung zeigt Werke mit verschiedenen Techniken und Materialien (Aquarell, Acryl, Kohle, Öl, Pastell, Ton und Tusche). Zu sehen sind Malereien, Objekte, Skulpturen, Fotos, Videos und Zeichnungen. Die Ausstellung versteht sich als Fest der Farben, das die Sinne nährt und Freude bringt. Eine Kooperation mit dem LatinArt & Culture Club e.V., venezolanischen Verein „Equipaje cultural“ („Kulturelles Gepäck“), Sierra Leone Deutscher Freundschaftsverein e.V. und Pakbann-Theater e.V.

### Vernissage:

- ▶ Fr, 26.10.2012, 19:00 – 21:00 Uhr  
 Leitung: Marisa Grundmann, Silvia Mauermayer  
**Ort: Darmstädter Landstr. 81**

### Finissage:

- ▶ Fr, 01.12.2012, 19:00 – 21:00 Uhr  
 Leitung: Marisa Grundmann, Silvia Mauermayer  
**Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Kochclub: international

Günstig kochen und gleichzeitig keine eintönige Küche aus der Dose. Dieses Motto haben die verschiedenen Kochworkshops. Aus Indien, Iran, Kamerun, Pakistan und Venezuela stammen die verwendeten Rezepte. Die dazu gehörigen Gewürze und deren Wirkung werden erklärt. Schnell zubereitetes und preiswertes Essen wird auf den Tisch gezaubert und mit allen Sinnen verpeist.

### Venezuela:

- ▶ Sa, 28.04.2012, 15:00 – 18:00 Uhr, 10,50,- €  
+ 5,50 € Essensumlage  
Leitung: Belkys Littmann  
**Kursnr: S10-821201**
- ▶ Sa, 01.09.2012, 15:00 – 18:00 Uhr, 10,50,- €  
+ 5,50 € Essensumlage  
Leitung: Belkys Littmann  
**Kursnr: S10-821203**

### Indien:

- ▶ Fr, 11.05.2012, 18:30 – 21:30 Uhr, 10,50,- €  
+ 5,50 € Essensumlage  
Leitung: Neha Godara  
**Kursnr: S10-821001**
- ▶ Fr, 02.11.2012, 18:30 – 21:30 Uhr, 10,50,- €  
+ 5,50 € Essensumlage  
Leitung: Neha Godara  
**Kursnr: S10-821006**

### Iran:

- ▶ Fr, 25.05.2012, 18:30 – 21:30 Uhr, 10,50,- €  
+ 5,50 € Essensumlage  
Leitung: Asam Ghodstinat  
**Kursnr: S10-821002**
- ▶ Fr, 07.09.2012, 18:30 – 21:30 Uhr, 10,50,- €  
+ 5,50 € Essensumlage  
Leitung: Asam Ghodstinat  
**Kursnr: S10-821004**

### Pakistan

- ▶ Fr, 22.06.2012, 18:30 – 21:30 Uhr, 10,50 €  
+ 5,50 € Essensumlage  
Leitung: Salma Mansoor  
**Kursnr: S10-821003**
- ▶ Fr, 28.09.2012, 18:30 – 21:30 Uhr, 10,50 €  
+ 5,50 € Essensumlage  
Leitung: Salma Mansoor  
**Kursnr: S10-821005**

**Kamerun:**

▶ Sa, 23.06.2012, 15:00 – 18:00 Uhr, 10,50,- €  
 + 5,50 € Essensumlage  
 Leitung: Laurence Katla Bene  
**Kursnr: S10-8212002**

▶ Sa, 08.12.2012, 15:00 – 18:00 Uhr, 10,50,- €  
 + 5,50 € Essensumlage  
 Leitung: Laurence Katla Bene  
**Kursnr: S10-821204**  
**Alle Kochkurse: Darmstädter Landstr. 81**

**Handspinnen**

**Eine weltweit zentrale Kulturtechnik**

Die Verarbeitung von handgesponnenen Garnen aus Tier- und Pflanzenfasern und die Verwendung von Spinnernäten ziehen sich wie ein langer roter Faden durch die Menschheitsgeschichte. Was bedeutet Spinnenkönnen für den Menschen? Eine „Reifeprüfung“, Ausdruck für die Familienfähigkeit? Eine alte Kulturtechnik im interkulturellen Vergleich.

▶ Sa, 03.11.2012, 15:00 – 17:00 Uhr, 6,- €  
 Leitung: Helga Heubach  
**Kursnr: S10-911208, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

**Hauptrolle: ICH**

**Wer bin ich? Ein Interview vor der Kamera**

Wie wirke ich auf andere? Jeder kennt sie – die Erfahrung, erstmalig die eigene Stimme von einer Tonkassette zu hören, verblüfft vom unerwarteten, fremden Klang. Wissen wir eigentlich, wie wir uns optisch darstellen – etwa beim Reden über etwas, was uns am Herzen liegt? Mit Hilfe zuvor erstellter Fragen erzählen die Teilnehmer von sich selbst. Diese Interviews werden auf Video gespeichert. Jeder erhält am Ende „sein“ Video auf CD, bitte Schreibzeug und etwas fürs Pausenbuffet mitbringen.

▶ Sa, 03.11.2012, 11:00 – 17:00 Uhr, 24,- €  
 + 2,- € Materialkosten  
 Leitung: Hanna Rut Neidhardt  
**Kursnr: S10-501202, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Selbstcoaching

### Geführte Selbsterfahrungsgruppe

Ob es um Konflikte an der Arbeit, Frustrationen mit dem Single-Leben oder um Spannungen in der Familie geht: Coaching wird wichtiger denn je. In dieser Selbsterfahrungsgruppe wird in einem geschützten Raum die emotionale Lage reflektiert; persönliche Aufgaben und Themen werden angesprochen. In der Begegnung und dem Austausch der Gruppenmitglieder profitieren Sie von unterschiedlichen Bewältigungsstrategien, erfahren Wertschätzung und entdecken mittels Selbstklärung neue Sichtweisen.

▶ Mi, 11.01.2012, 18:30 – 20:30 Uhr, 4x, 99,- €

▶ Mi, 07.03.2012, 18:30 – 20:30 Uhr, 4x, 99,- €

▶ Mi, 02.05.2012, 18:30 – 20:30 Uhr, 4x, 99,- €

▶ Mi, 27.06.2012, 18:30 – 20:30 Uhr, 4x, 99,- €

▶ Mi, 12.09.2012, 18:30 – 20:30 Uhr, 4x, 99,- €

▶ Mi, 07.11.2012, 18:30 – 20:30 Uhr, 4x, 99,- €  
Veranstalterin: Ilse Eichler

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

**Anmeldung: (069) 61 60 06 oder I.Eichler@gmx.net**

## Das Lob der Vernunftfehe

### Liebesromane müssen nicht enden, wenn Paare sich finden

Dieser Vortrags- und Gesprächsabend orientiert sich an Arnold Retzers Buch „Lob der Vernunftfehe“. Partnerschaften haben dann eine gute Chance, dauerhaft zu bestehen, wenn sie von unrealistischen Erwartungen entlastet werden, das ist sein Anliegen. Wie es gelingen kann, sich von allzu großen Erwartungen zu lösen und die Liebe und Freude an der gemeinsamen Beziehung dennoch zu erhalten – darum geht es an diesem Abend.

▶ Fr, 03.02.2012, 19:00 – 21:00 Uhr, 7,- €

Leitung: Christiane Dietz

**Kursnr: S10-522101, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Beziehungsweise

Haben Sie Lust, Ihre Beziehung(en) zu reflektieren und neue Möglichkeiten „sich in Beziehung zu setzen“ einmal spielerisch auszuprobieren? Die Dramen der Weltliteratur bieten einen reichhaltigen Fundus an Beziehungsgeschichten jeglicher Art. Indem wir in unterschiedlichste Rollen schlüpfen, können wir uns kreativ mit den eigenen Beziehungsfragen und -erfahrungen auseinander setzen und neue Perspektiven gewinnen. Dabei sind keine Schauspielkenntnisse erforderlich.

- ▶ Sa, 18.02. und So, 19.02.2012  
jeweils 10:00 – 17:00 Uhr, insgesamt 70,- €  
**Kursnr: S10-521201, Ort: Darmstädter Landstr. 81**  
Leitung: Stefanie Fiedler, Gerda Eisenmair

## Lass uns miteinander reden

### Kommunikation für Paare

„Meine Partnerin versteht mich nicht. Wir reden aneinander vorbei.“ Solche Situationen kennt jedes Paar in mehrjähriger Beziehung. Gute Kommunikation, die zu einem besseren gegenseitigen Verständnis führt, ist lernbar. In diesem Kurs werden Ihnen grundlegende Gesprächs- und Problemlösungsfertigkeiten vorgestellt, die Sie mit Unterstützung der beiden Trainerinnen im Zweiergespräch einüben. So gelingt es, Auseinandersetzungen in konstruktive Gespräche zu verwandeln und Probleme fair zu lösen.

- ▶ Mo, 05.03.2012, 19:00 – 21:30 Uhr, 4x,  
70,- € / pro Person  
**Kursnr: S10-521001,**
- ▶ Mo, 16.04.2012, 19:00 – 21:30 Uhr, 4x,  
70,- € / pro Person  
**Kursnr: S10-521002,**
- ▶ Mo, 17.09.2012, 19:00 – 21:30 Uhr, 4x,  
70,- € / pro Person  
**Kursnr: S10-521003,**
- ▶ Mo, 05.11.2012, 19:00 – 21:30 Uhr, 4x,  
70,- € / pro Person  
**Kursnr: S10-521004,**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**  
Leitung: Lucia Käser, Heike Wörner

## Wir lieben uns – wir streiten uns

### Ein „Fair-Streit-Training“ für Eltern und Kinder

Äußern von Wut und Ärger, aber auch verdrängte Aggressionen sind Gift für jede Familienbeziehung. Doch wie schwer ist es, die täglichen Konflikte so zu lösen, dass am Ende alle zufrieden sind! In diesem Seminar werden wir Familien-Streitrituale einüben, die faires Streiten ermöglichen, Ängste abbauen und klare Grenzen setzen, ohne zu verletzen. Wir arbeiten mit kreativen Aggressionsübungen.

- ▶ Sa, 10.03.2012, 10:00 – 18:00 Uhr, 45,- €  
pro Person, Kinder kostenfrei  
Leitung: Andrea Marshall-Schneider  
**Kursnr: S10-521202, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Sa, 29.09.2012, 10:00 – 18:00 Uhr, 45,- €  
pro Person, Kinder kostenfrei  
Leitung: Andrea Marshall-Schneider  
**Kursnr: S10-521203, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## FbF

### Frauen beraten Frauen in Finanzen

von der individuelle Finanz-Analyse  
bis zur unabhängigen Beratung für

- private und betriebliche Altersvorsorge
- Geld-/Investmentfondsanlagen
- Sach-/Berufsunfähigkeitsabsicherungen
- Immobilienfinanzierung
- auch Seminarleitung zu obigen Themen

**Ulli Nissen – Bankkauffrau**

E-Mail: [ulli.nissen@t-online.de](mailto:ulli.nissen@t-online.de)

[www.frauen-beraten-frauen.de](http://www.frauen-beraten-frauen.de)

Geiselsteinweg 9, 60435 Frankfurt

Termine unter (069) 9 54 09-488, Fax -487

natürlich auch für Männer, die gute Beratung möchten

## GESUNDHEIT UND PRÄVENTION

### Mütter stärken!

#### Informationen zu Mütter- und Mutter-Kind-Kuren

Rund um die Uhr sind Mütter für die Kinder und die Familie da. Ein hohes Maß an Verantwortung wird von ihnen getragen. Wenn die Bewältigung dieser Aufgaben überfordert, ist Krankheit oft die Folge. Mütter- bzw Mutter-Kind-Kuren helfen die Gesundheit wieder herzustellen. Die Beratungsstelle des Diakonischen Werkes informiert über die Beantragung einer Kur und über den Kurverlauf. Zudem ist sie bei der Vermittlung von Kurplätzen behilflich.

- ▶ Marianne Adler  
Diakonisches Werk Frankfurt am Main  
Tel: 299244-251 oder  
marianne.adler@diakonischeswerk-frankfurt.de

### Yoga Workshop

#### Zum Kennenlernen, Probieren und Genießen

Unabhängig von Alter und Konstitution laden wir zu diesem Yoga Workshop ein. Sie erfahren etwas über die verschiedenen Formen des Yoga und deren Wirkung auf den Körper. Sie üben einfache Asanas (Haltungen / Positionen) und lernen deren spezielle Wirkung kennen. Yogaübungen auf dem Stuhl können in Büropausen angewendet werden. Das Erlernen der Yoga-Atmung belebt Ihren Körper, beruhigt Ihre Emotionen und schafft so Klarheit im Geist.

- ▶ Sa, 28.01.2012, 14:00 – 18:00 Uhr, 20,- €  
Leitung: Klara Kraft  
**Kursnr: S10-721201, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Sa, 15.09.2012, 14:00 – 18:00 Uhr, 20,- €  
Leitung: Klara Kraft  
**Kursnr: S10-721202, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

### Yoga

Yoga wird als Weg zur Entspannung und Kräftigung, zum sich Sammeln und sich Öffnen erlebt. Es werden Körperstellungen und lockernde Bewegungsformen geübt, die mit dem natürlichen Atemstrom verbunden werden. Wichtiges Lernziel ist die Übertragung der positiv erlebten Möglichkeiten – wie Ruhe, Konzentration und Offenheit – in den Alltag.

### Für Fortgeschrittene:

- ▶ Di, 10.01.2012, 19:00 – 20:30 Uhr, 18x, 108,- €  
Leitung: Heinrich Kettler  
**Kursnr: S10-721101**
- ▶ Mi, 18.01.2012, 19:30 – 21:00 Uhr, 22x, 132,- €  
Leitung: Helga Ueberschaer  
**Kursnr: S10-721102**
- ▶ Di, 14.08.2012, 19:00 – 20:30 Uhr, 16x, 96,- €  
Leitung: Heinrich Kettler  
**Kursnr: S10-721105**
- ▶ Mi, 15.08.2012, 19:30 – 21:00 Uhr, 16x, 96,- €  
Leitung: Helga Ueberschaer  
**Kursnr: S10-721106**

### Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene:

- ▶ Do, 12.01.2012, 20:00 – 21:30 Uhr, 19x, 114,- €  
Leitung: Katja Beyer  
**Kursnr: S10-721103**
- ▶ Mi, 18.01.2012, 18:45 – 20:15 Uhr, 20x, 120,- €  
Leitung: Klara Kraft  
**Kursnr: S10-721104**
- ▶ Mi, 15.08.2012, 18:45 – 20:15 Uhr, 13x, 78,- €  
Leitung: Klara Kraft  
**Kursnr: S10-721107**
- ▶ Do, 23.08.2012, 20:00 – 21:30 Uhr, 14x, 84,- €  
Leitung: Katja Beyer  
**Kursnr: S10-721108**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

## Qigong und Taijiquan

### Aus der Ruhe wächst die Kraft

Chinesische Energieübungen, in entspannter Ruhe ausgeführt, fördern Konzentration und Balance, innere und äußere Kräfte, Haltung und die gute Laune! Wir üben aufbauende Bewegungsformen des Qigong („für Gesundheit und ein langes Leben“) und eine Kurzform des Taijiquan. (als Meditation in Bewegung und zur sanften Selbstverteidigung) Für alle Alterstufen und auch für Schwangere gut geeignet.

- ▶ Do, 19.01.2012, 18:00 – 19:15 Uhr, 10x, 130,- €  
Veranstalterin: Hanja Rau  
**Anmeldung: (069) 62 41 10**
- ▶ Do, 26.04.2012, 18:00 – 19:15 Uhr, 8x, 104,- €  
Veranstalterin: Hanja Rau  
**Anmeldung: (069) 62 41 10**

- ▶ Do, 16.08.2012, 18:00 – 19:15 Uhr, 8x, 104,- €  
Veranstalterin: Hanja Rau  
**Anmeldung: (069) 62 41 10**
- ▶ Do, 01.11.2012, 18:00 – 19:15 Uhr, 8x, 104,- €  
Veranstalterin: Hanja Rau  
**Anmeldung: (069) 62 41 10**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

## Qigong

### Für EinsteigerInnen und Fortgeschrittene

Qigong ist eine der fünf Säulen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Die ruhig und fließend ausgeführten Übungen verbinden Bewegung und Atem in positiver Weise. Körperleitbahnen und Akupunkturpunkte werden aktiviert und Blockaden aufgelöst. Das Qi (Energie) kann fließen. Die erlernten Übungen können in den Alltag integriert werden.

- ▶ Mo, 13.02.2012, 18:00 – 19:15 Uhr, 7x, 35,- €  
**Kursnr: S10-721109**
- ▶ Mo, 30.04.2012, 18:00 – 19:15 Uhr, 8x, 40,- €  
**Kursnr: S10-721110**
- ▶ Mo, 29.10.2012, 18:00 – 19:15 Uhr, 8x, 40,- €  
**Kursnr: S10-721111**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**  
Leitung: Rainer Curtius

## Fußreflexzonenmassage

In den Reflexzonen der Füße befinden sich zahlreiche Nervenendpunkte, die über Nervenbahnen direkt mit bestimmten Organen, Muskeln und Körperfunktionen verbunden sind. Ablagerungen in den Zonen behindern den Energiefluss zu den entsprechenden Organen. Die gezielte Massage der Reflexzonen löst Blockaden und regt die Durchblutung der zugehörigen Organe an. Auf diesem Weg bewirkt die Fußreflexzonenmassage eine Entspannung und Harmonisierung des ganzen Körpers. Am ersten Tag werden die Grundkenntnisse vermittelt, am zweiten Tag geht es um spezielle Beschwerdebilder und die Wahrnehmung der Problemzonen.

- ▶ Sa, 11.02. und 25.02. 2012  
jeweils von 14:00 – 18:00 Uhr, insgesamt 32,- €  
Leitung: Michaela Frölich  
**Kursnr: S10-721203, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Sa, 29.09. und 13.10. 2012  
jeweils von 14:00 – 18:00 Uhr, insgesamt 32,- €  
Leitung: Michaela Frölich  
**Kursnr: S10-721204, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Biodanza®

### Tanz, Entspannung, Lebensfreude

Biodanza® (bios = Leben und danza = Tanz) ist ein Weg, aus dem Kreisen der Gedanken herauszutreten und sich auf den Körper zu besinnen. Die Heil- und Ausdruckskraft des Tanzes hilft, den Körper neu wahrzunehmen und dadurch mehr Lebensfreude zu wecken. Biodanza® führt zu mehr Lebensqualität, Gesundheit und zur vollen Entfaltung unseres Potenzials. Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht nötig. Die Musikauswahl ist vielfältig von tropischen Rhythmen bis Walzer und Folklore.

▶ Sa, 11.02.2012, 10:00 – 16:00 Uhr, 30,- €

**Kursnr: S10-701201**

▶ Sa, 16.06.2012, 10:00 – 16:00 Uhr, 30,- €

**Kursnr: S10-701202**

▶ Sa, 15.09.2012, 10:00 – 16:00 Uhr, 30,- €

**Kursnr: S10-701203**

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

Leitung: Christa Katharina Holzinger

## Gymnastik und Tanz

Der Tanz ist eine der ureigensten Ausdrucksformen des Menschen. An allen Orten, zu allen Zeiten, bei allen Völkern wurde getanzt. Hier wird der Tanz als Fitness-Training für Körper und Seele entdeckt: Musik, Aerobic, Stretching, Gymnastik und Tanz werden miteinander in Verbindung gebracht. Bringen Sie Spaß an Musik und Bewegung mit und lassen Sie sich von der Musik inspirieren.

▶ Do, 09.02.2012, 12:30 – 13:30 Uhr, 8x, 32,- €

**Kursnr: S10-701001**

▶ Do, 09.02.2012, 17:00 – 18:00 Uhr, 8x, 32,- €

**Kursnr: S10-701002**

▶ Do, 19.04.2012, 12:30 – 13:30 Uhr, 8x, 32,- €

**Kursnr: S10-701003**

▶ Do, 19.04.2012, 17:00 – 18:00 Uhr, 8x, 32,- €

**Kursnr: S10-701004**

▶ Do, 30.08.2012, 12:30 – 13:30 Uhr, 14x, 56,- €

**Kursnr: S10-701005**

▶ Do, 30.08.2012, 17:00 – 18:00 Uhr, 14x, 56,- €

**Kursnr: S10-701006**

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

Leitung: Agnes Tasnady

## Rücken- und Fitnessgymnastik

Regelmäßige Gymnastik für den Rücken vermindert die Anfälligkeit für Muskelverspannungen und Bewegungsstörungen. Konditionstraining, Kräftigung der Rumpfmuskulatur (Schultern, Rücken, Bauch, Becken) sowie Haltungsschulung sind die Inhalte der Übungsstunden. Sie beugen Rückenschmerzen vor, schon vorhandene Beschwerden werden gelindert. Sie gehen gekräftigt in den Alltag.

### Für Frauen

- ▶ Mo, 09.01.2012, 09:00 – 10:00 Uhr, 20x, 70,- €  
Leitung: Carmen Simon  
**Kursnr: S10-711101, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Mo, 09.01.2012, 10:00 – 11:00 Uhr, 20x, 70,- €  
Leitung: Carmen Simon  
**Kursnr: S10-711102, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Mo, 09.01.2012, 12:00 – 13:00 Uhr, 20x, 70,- €  
Leitung: Carmen Simon  
**Kursnr: S10-711103, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Mo, 09.01.2012, 19:00 – 20:00 Uhr, 21x, 73,50 €  
Leitung: Ingeburg Prezelj  
**Kursnr: S10-711104, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Mo, 09.01.2012, 20:00 – 21:00 Uhr, 21x, 73,50 €  
Leitung: Ingeburg Prezelj  
**Kursnr: S10-711105, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Di, 10.01.2012, 19:00 – 20:15 Uhr, 21x, 92,- €  
Leitung: Birgit Volk  
**Kursnr: S10-711120**  
**Ort: Ev. Paul Gerhard Gemeinde, Gerauer Str. 52**
- ▶ Mi, 18.01.2012, 18:00 – 19:00 Uhr, 18x, 63,- €  
Leitung: Jutta Hopf  
**Kursnr: S10-711121**  
**Ort: Ev. Gemeinde Griesheim, Jägerallee 28**
- ▶ Mo, 13.08.2012, 09:00 – 10:00 Uhr, 15x, 52,50 €  
Leitung: Carmen Simon  
**Kursnr: S10-711107, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Mo, 13.08.2012, 10:00 – 11:00 Uhr, 15x, 52,50 €  
Leitung: Carmen Simon  
**Kursnr: S10-711108, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Mo, 13.08.2012, 12:00 – 13:00 Uhr, 15x, 52,50 €  
Leitung: Carmen Simon  
**Kursnr: S10-711109, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Di, 21.08.2012, 19:00 – 20:15 Uhr, 15x, 66,- €  
Leitung: Birgit Volk  
**Kursnr: S10-711122**  
**Ort: Ev. Paul Gerhard Gemeinde, Gerauer Str. 52**

- ▶ Mo, 27.08.2012, 19:00 – 20:00 Uhr, 14x, 49,- €  
Leitung: Ingeburg Prezelj  
**Kursnr: S10-711111, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Mo, 27.08.2012, 20:00 – 21:00 Uhr, 14x, 49,- €  
Leitung: Ingeburg Prezelj  
**Kursnr: S10-711112, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Mi, 05.09.2012, 18:00 – 19:00 Uhr, 10x, 35,- €  
Leitung: Jutta Hopf  
**Kursnr: S10-711123**  
**Ort: Ev. Gemeinde Griesheim, Jägerallee 28**

## Beckenbodentraining

Der Beckenboden ist für Frauen ein weithin unbeachteter Teil des Körpers, hat aber einen großen Einfluss auf ihr tägliches Leben. Nur wenige wissen, dass der Beckenboden mitverantwortlich ist für das Körpergefühl, die Haltung und damit auch für das innere und äußere Erscheinungsbild. Mit gezielter Gymnastik lässt sich der Beckenboden gut stärken.

- ▶ Mo, 09.01.2012, 11:00 – 12:00 Uhr, 11x, 44,- €  
**Kursnr: S10-711130**
- ▶ Mo, 16.04.2012, 11:00 – 12:00 Uhr, 9x, 36,- €  
**Kursnr: S10-711131**
- ▶ Mo, 13.08.2012, 11:00 – 12:00 Uhr, 15x, 60,- €  
**Kursnr: S10-711132**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**  
Leitung: Carmen Simon

## Gymnastik für einen gesunden Rücken

### Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer

Ein abwechslungsreiches Rückentraining mit rügenspezifischen Mobilisations-, Dehn-, Kräftigungs- und Entspannungsübungen verhilft Ihnen zu einem neuen Körpergefühl, zu rückengerechtem Verhalten im Alltag und steigert spürbar Ihre Beweglichkeit und Ihr Wohlbefinden. Ein Einstieg ist nach Absprache auch zu einem späteren Zeitpunkt möglich.

- ▶ Fr, 13.01.2012, 19:00 – 20:00 Uhr, 23x, 80,50 €  
Leitung: Margot Bauer  
**Kursnr: S10-711106, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Fr, 17.08.2012, 19:00 – 20:00 Uhr, 17x, 59,50 €  
Leitung: Margot Bauer  
**Kursnr: S10-711110, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Pilates

Die Methode von J.H. Pilates zeichnet sich aus durch Kräftigungsübungen der Rumpfmuskulatur und des Beckenbodens. Vor allem die Tiefenmuskulatur des Rückens wird aktiviert. Fließende Bewegungsabläufe mobilisieren Wirbelsäule und Gelenke. Mit der harmonischen Verbindung von Atem und Bewegung und der dadurch entstehenden Konzentration auf die Bewegungen stellt die Pilates-Methode ein schonendes und gleichzeitig sehr effektives Ganzkörpertraining dar.

▶ Fr, 13.01.2012, 14:45 – 15:45 Uhr, 18x, 72,- €  
**Kursnr: S10-711140**

▶ Mi, 18.01.2012, 18:15 – 19:15 Uhr, 18x, 72,- €  
**Kursnr: S10-711141**

▶ Fr, 31.08.2012, 14:45 – 15:45 Uhr, 12x, 48,- €  
**Kursnr: S10-711142**

▶ Mi, 05.09.2012, 18:15 – 19:15 Uhr, 11x, 44,- €  
**Kursnr: S10-711143**

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

Leitung: Evy Gärtner

## Gymnastik für Frauen nach einer Krebsoperation

Hier wird Frauen nach einer (Brust-) Krebsoperation die Möglichkeit geboten, durch ein gezieltes Bewegungsprogramm aktiv zu ihrer Genesung beizutragen. Neben einem leichten Allgmeintraining sollen – ohne sich zu überfordern – beeinträchtigte Muskelgruppen gestärkt und die Beweglichkeit im Arm-Schulter-Bereich erweitert werden. Durch Knüpfen neuer Kontakte und Erleben der Gemeinschaft in der Gruppe bleiben Sie auch sonst „in Bewegung“.

▶ Mo, 16.01.2012, 17:00 – 18:30 Uhr, 20x, 100,- €  
 Leitung: Simone Rach

**Kursnr: S10-711150, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

▶ Mo, 03.09.2012, 17:00 – 18:30 Uhr, 13x, 58,50 €  
 Leitung: Simone Rach

**Kursnr: S10-711151, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## **Kreativ+Kultur-Werkstatt**

### **Schnuppertag im Atelier**

Am Anfang jedes Semesters sind Sie Alle, groß und klein eingeladen in der Werkstatt zu schnuppern! Es werden kleine Workshops zum Mitmachen wie Art for Kids, Töpfern, Malen, Zeichnen und eine Präsentation zu PC-kreativ angeboten. Treffen Sie die Kursleiterinnen und Kursleiter im Atelier und probieren Sie, welcher unserer Kreativkurse am besten zu Ihnen passt.

▶ Sa, 21.01.2012, 10:00 – 13:00 Uhr, kostenfrei

▶ Sa, 01.09.2012, 10:00 – 13:00 Uhr, kostenfrei

**Ort: Darmstädter Landstr. 81**

### **Mehr Farbe ins Leben**

#### **Vormittagsatelier**

Die angenehme und konzentrierte Atelieratmosphäre bietet optimale Bedingungen, um in Muße zum eigenen Malstil zu finden. Durch freies erforschendes Arbeiten mit diversen Materialien (z.B. mit vorher selbst hergestellten Farben) und professioneller Unterstützung wachsen Sicherheit, Mut und Arbeitsfreude. Die handwerklich-künstlerische Vorgehensweise schult das Sehen und fördert die Lust an Farbe und Form.

▶ Di, 24.01.2012, 10:00 – 12:30 Uhr, 10x, 100,- €  
+ 12,50 € Materialkosten

**Kursnr: S10-901101**

▶ Di, 17.04.2012, 10:00 – 12:30 Uhr, 10x, 100,- €  
+ 12,50 € Materialkosten

**Kursnr: S10-901102**

▶ Di, 28.08.2012, 10:00 – 12:30 Uhr, 12x, 120,- €  
+ 15,- € Materialkosten

**Kursnr: S10-901103**

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

Leitung: Esther Bott

### **Grundlagen des Malens und Zeichnens**

#### **Vormittagsatelier**

Zeichen- und Maltechniken, Sehweisen, Übungen für den gezielten Einsatz in der eigenen Malpraxis. Inhalte und Themen wechseln und werden jeweils in der Gruppe vereinbart, ebenso die verschiedenen Materialien. Dieser Langzeitkurs ist für kunstinteressierte Anfänger und Fortgeschrittene, die vorwiegend gegenständlich malen und zeichnen wollen, gleichermaßen geeignet. Kleine kunsttheoretische Exkurse ergänzen die Praxis.

- ▶ Mi, 25.01.2012, 9:30 – 12:00 Uhr, 12x, 120,- €  
+ 15,- € Materialkosten  
Leitung: Dorothea Gräbner  
**Kursnr: S10-901104, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Mi, 29.08.2012, 9:30 – 12:00 Uhr, 12x, 120,- €  
+ 15,- € Materialkosten  
Leitung: Dorothea Gräbner  
**Kursnr: S10-901105, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Filzen

### Für Erwachsene

Filzen ist eine alte Kulturtechnik, die in den letzten Jahren in Mode gekommen ist. Fast ohne Werkzeug, nur mit den Händen entstehen aus formloser Wolle Kleidung, Dekoration, Schmuck, Teppiche, ja sogar Zelte. Lernen Sie verschiedene, faszinierende Techniken kennen und setzen Sie diese in Ihre eigenen kreativen Ideen um. Farbenprächtige Blüten, Taschen und Täschen oder schöne Dekorationsgegenstände gelingen unter Anleitung auch Filzanfängern.

- ▶ Mi, 07.03.2012, 19:00 – 21:30 Uhr, 4x, 40,- €  
+ 16,- € Materialkosten  
Leitung: Karin Krenn-Herrmannl  
**Kursnr: S10-911001, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Mi, 05.09.2012, 19:00 – 21:30 Uhr, 4x, 40,- €  
+ 16,- € Materialkosten  
Leitung: Karin Krenn-Herrmannl  
**Kursnr: S10-911002, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Kreative Malwerkstatt

### Abendatelier

Dieser Kurs richtet sich an Alle, die gerne kreativ sein möchten. Sie werden bei der Umsetzung Ihrer persönlichen Ideen begleitet. Regelmäßig werden wechselnde Themen angeboten, nach denen gearbeitet werden kann. Es können verschiedene künstlerische Techniken unter Anleitung ausprobiert werden. Anfänger, Fortgeschrittene, Maler, Zeichner, jeder ist willkommen und wird individuell betreut oder erhält Anregungen.

- ▶ Di, 06.03.2012, 19:00 – 21:30 Uhr, 4x, 40,- €  
+ 5,- € Materialkosten  
Leitung: Theresa Seifert  
**Kursnr: S10-901001, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Di, 18.09.2012, 19:00 – 21:30 Uhr, 4x, 40,- €  
+ 5,- € Materialkosten  
Leitung: Theresa Seifert  
**Kursnr: S10-901002, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Wer mag Cartoons?

### Cartoon zeichnen von 10 bis 90 Jahren

Cartoons sind beliebt. Sie sind überall zu sehen, im Fernsehen, in Comics, Zeitungen oder als Werbung auf Verpackungen. Wer hat vielleicht schon mal lustige Figuren oder Comicfiguren einfach so gekritzelt? Macht das Spaß? In diesem Kurs können Sie lernen, wie ein Cartoonist zu zeichnen. Es wird gezeigt, wie ein Charakter lebendig wird und seine eigene Persönlichkeit entwickelt.

▶ Mo, 30.01.2012, 18:00 – 19:30 Uhr, 8x, 48,- €  
+ 3,- € Materialkosten

**Kursnr: S10-901003,**

▶ Mo, 30.04.2012, 18:00 – 19:30 Uhr, 8x, 48,- €  
+ 3,- € Materialkosten

**Kursnr: S10-901004,**

▶ Mo, 03.09.2012, 18:00 – 19:30 Uhr, 8x, 48,- €  
+ 3,- € Materialkosten

**Kursnr: S10-901005**

**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

Leitung: Rahim Aziz

## Kreativ schreiben: Das Lied der Amsel

### Schreibend und malend dem Frühling nachspüren

Der Frühling ist die Zeit des Aufbruchs, des Wachstums nach den langen dunklen Tagen. Es wird wieder heller, auch in uns. Draußen zeigen sich die ersten grünen Spitzen und Blättchen, die Natur erwacht zu neuem Leben. Wir laden Sie ein, mit kreativen Methoden dieser besonderen Zeit in sich nachzuspüren und sie kreativ zu gestalten. Bitte großflächiges Papier, Öl-/Pastellkreide und Schreibzeug mitbringen.

▶ Sa, 10.03.2012, 14:00 – 18:00 Uhr und  
So, 11.03.2012, 11:00 – 16:00 Uhr, 36,- €  
+ 3,- € Materialkosten

Leitung: Heidrun Schataneck

**Kursnr: S10-901201, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Kreativ schreiben: Die Poesie des Lebens

### Schreibend und malend dem Sommer nachspüren

Der Sommer ist die Zeit der Wärme, ist Hoch-Zeit und Farbenpracht. Alles erscheint leicht, lebendig, der Winter ist weit weg. Wir fühlen uns beschwingter und genießen diese Zeit des Seins. Wir laden Sie ein, mit kreativen Methoden dieser besonderen Zeit in sich nachzuspüren und sie kreativ zu gestalten. Bitte großflächiges Papier, Öl-/Pastellkreide und Schreibzeug mitbringen.

- ▶ Sa, 16.06.2012, 14:00 – 18:00 Uhr und  
So, 17.06.2012, 11:00 – 16:00 Uhr, 36,- €  
+ 3,- € Materialkosten  
Leitung: Heidrun Schataneck  
**Kursnr: S10-901204, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Kreativ schreiben: Der Ruf der Kraniche

### Schreibend und malend dem Herbst nachspüren

Der Herbst ist die Zeit der Reife, der Ernte und auch des Abschieds: Zeit, um Rückschau zu halten, sich zu sammeln, zu schauen, was gut war und wert, aufbewahrt zu werden. Wir laden Sie ein, mit kreativen Methoden dieser besonderen Zeit in sich nachzuspüren und sie kreativ zu gestalten. Bitte großflächiges Papier, Öl-/Pastellkreide und Schreibzeug mitbringen.

- ▶ Sa, 06.10.2012, 14:00 – 18:00 Uhr und  
So, 07.10.2012, 11:00 – 16:00 Uhr, 36,- €  
+ 3,- € Materialkosten  
Leitung: Heidrun Schataneck  
**Kursnr: S10-901205, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Rosenaquarell meditativ

### gelassen – farbfreudig – spielerisch

Sich mit Rosen zu befassen und ihre Schönheit zu genießen, hat Menschen seit jeher fasziniert. Im Mittelpunkt des Workshops steht die Balance aus aktivem Tun – wie Farbe auftragen – und dem meditativen Werdenlassen – Fließen und Festwerden der Farben. Dieses Zusammenwirken führt zu lebendigen Ergebnissen. Kenntnisse im Aquarellieren sind nicht erforderlich. Bitte Sitzkissen bzw. Meditationsbänkchen und Aquarellkasten mitbringen.

- ▶ Sa, 05.05.2012, 10:00 – 16:00 Uhr, 30,- €  
+ 5,- € Materialkosten  
Leitung: Dorothea Gräbner  
**Kursnr: S10-901203, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Sa, 16.09.2012, 10:00 – 16:00 Uhr, 30,- €  
+ 5,- € Materialkosten  
Leitung: Dorothea Gräbner  
**Kursnr: S10-901207, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Keramikwerkstatt

### Formen und Gestalten mit Ton

Das sind die besonderen Stärken unserer Keramikwerkstatt: Zusammenarbeit in kleinen Gruppen, persönliche Ideen verwirklichen, Experimente mit dem ursprünglichen Material Ton, neue Techniken erproben, Form und Farbe in Einklang bringen beim Glasieren. Das alles wird praktisch begleitet von einer erfahrenen Keramik-Künstlerin, die jede Frage zum Ton und den Glasurfarben beantworten kann. Der Mut zu gestalterischem Selbstvertrauen wird dabei mit eigenen Entwürfen gestärkt.

▶ Do, 19.04.2012, 19:00 – 22:00 Uhr, 6x, 72,- €  
+ Material- und Brennkosten, bar im Kurs zu zahlen  
Leitung: Martina Schoder  
**Kursnr: S10-911003, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

▶ Do, 06.09.2012, 19:00 – 22:00 Uhr, 6x, 72,- €  
+ Material- und Brennkosten, bar im Kurs zu zahlen  
Leitung: Martina Schoder  
**Kursnr: S10-911004, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Malen aus dem Bauch und Lach-Yoga

### Lachen macht locker und kreativ

Entspannen und abschalten beim Lach-Yoga. Die Brücke zum Lachen sind einfache Übungen, die Sie schnell lernen. Lachen befreit, steckt an, hilft abzuschalten. So vorbereitet fällt es leicht, sich auf Farben und Formen einzulassen. Einfache Rezepturen aus Pigmenten und Bindemitteln runden den Kurs ab und machen Appetit auf spontane, sinnlich-experimentelle Malerei. Bitte etwas für das gemeinsame Pausenbuffet mitbringen.

▶ So, 25.03.2012, 11:00 – 17:30 Uhr, 26,- €  
+ 3,- € Materialkosten  
Leitung: Esther Bott  
**Kursnr: S10-901202, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

▶ So, 11.11.2012, 11:00 – 17:30 Uhr, 26,- €  
+ 3,- € Materialkosten  
Leitung: Esther Bott  
**Kursnr: S10-901206, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Zimmerbrunnenbau

### Ein besseres Raumklima schaffen

Es sind kleine Miniaturlandschaften aus Steinen, Muscheln, Pflanzen in einer Schale mit Pumpe, die jeder individuell gestaltet. Die Materialien sind hochwertig und haben eine gute Energie. So wird der Platz – wo dann Ihr Brunnen zu Hause steht – ein Platz zum Auftanken und Regenerieren. Das Raumklima wird deutlich verbessert und damit auch Ihr Wohlbefinden. Sie erhalten Infos zur Reinigung, den richtigen Standort und zur Pflege des Brunnens. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

- ▶ Mi, 09.05.2012, 19:00 – 22:00 Uhr, 29,- €  
+ 39,- € Materialkosten  
Veranstalterin: Christa Barfuss  
Anmeldung: (069) 450113 oder christ.barfuss@gmx.de  
**Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Sa, 22.09.2012, 14:00 – 17:00 Uhr, 29,- €  
+ 39,- € Materialkosten  
Veranstalterin: Christa Barfuss  
Anmeldung: (069) 450113 oder christ.barfuss@gmx.de  
**Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Digitale Fotografie für Einsteiger

### Lernen mit eigener Fotokamera

Sie haben sich eine digitale Fotokamera (Kompaktkamera) gekauft und brauchen Unterstützung beim Verständnis der Kamera? In diesem Workshop werden Ihnen die Grundbegriffe des digitalen Fotografierens mit Ihrer eigenen Kamera vermittelt. Lerntempo und Methoden orientieren sich an den Bedürfnissen der Teilnehmenden. Bitte bringen Sie zum Kurs Ihre eigene Kamera und das Zubehör mit. Ebenso kann auch ein Laptop mit Bildbearbeitungsprogramm mitgebracht werden.

- ▶ Sa, 12.05. und 26.05.2012  
jeweils 15:00 – 18:00 Uhr, insgesamt 24,- €  
+ 2,- € für Materialkosten  
Leitung: Gisa Hillesheimer  
**Kursnr: S10-921201, Ort: Darmstädter Landstr. 81**
- ▶ Sa, 22.09. und 06.10.2012  
jeweils 15:00 – 18:00 Uhr, insgesamt 24,- €  
+ 2,- € für Materialkosten  
Leitung: Gisa Hillesheimer  
**Kursnr: S10-921202, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Grußkarten – persönlich – beweglich – witzig

### Bildbearbeitung am PC

Anfängerkurs für Leute, die schon immer mal mit Bildern am PC umgehen lernen wollten – die aber keine Lust haben auf ein systematisches Lernpensum. Wir lernen nur das, was wir brauchen. Ziel ist die Erstellung einer einfachen, aber persönlichen Grußkarte. Voraussetzung: Eigener PC (Notebook o.ä.) + Maus muss mitgebracht werden. Wir verwenden das kostenlose Programm „GIMP“. Alles weitere beim Vorbereitungstreffen.

**Vorbereitungstreffen: Fr, 09.11.2012, 18:00 – 19:00 Uhr**

- ▶ Sa, 10., 17. und 24.11.2012  
jeweils 10:00 – 12:00 Uhr und  
Fr, 16., 23. und 30.11.2012  
jeweils 18:00 – 20:00 Uhr, insgesamt 52,- €  
Leitung: Hanna Rut Neidhardt  
**Kursnr: S10-921203, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Textiles Gestalten

### Auf Tuchföhlung

#### Nähkurse für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Nähen ist mehr als nur Hobby. In lockerer Atmosphäre dreht sich alles um das kreative Handwerk. Ob noch völlig unerfahren oder schon fortgeschritten – hier wird vom Zuschnitt bis zur Fertigstellung das nötige Know-how vermittelt. Auch bei Reparaturarbeiten wird Hilfe geboten. Viele Tipps und gegenseitige Anregungen erleichtern das Nähen und werden schnell von Erfolg gekrönt. Bitte bringen Sie zum Kursbeginn Schere, Zentimetermaß, Stecknadeln, Notizheft, Bleistift und Klebestift mit.

- ▶ Do, 19.01.2012, 16:30 – 19:00 Uhr, 9x, 56,25 €  
Leitung: Christel Nennstiel  
**Kursnr: S10-811101**
- ▶ Mo, 23.01.2012, 19:30 – 22:00 Uhr, 10x, 62,50 €  
Leitung: Brigitte Adameit  
**Kursnr: S10-811102**
- ▶ Di, 24.01.2012, 19:00 – 21:30 Uhr, 10x, 62,50 €  
Leitung: Brigitte Adameit  
**Kursnr: S10-811103**
- ▶ Mi, 25.01.2012, 19:30 – 22:00 Uhr, 10x, 62,50 €  
Leitung: Brigitte Adameit  
**Kursnr.: S10-811104**
- ▶ Di, 31.01.2012, 09:00 – 11:30 Uhr, 8x, 50,- €  
Leitung: Ursula Stumpe  
**Kursnr: S10-811105**
- ▶ Mo, 23.04.2012, 19:30 – 22:00 Uhr, 9x, 56,25 €  
Leitung: Brigitte Adameit  
**Kursnr: S10-811106**
- ▶ Di, 24.04.2012, 19:00 – 21:30 Uhr, 9x, 56,25 €  
Leitung: Brigitte Adameit  
**Kursnr: S10-811107**
- ▶ Mi, 25.04.2012, 19:30 – 22:00 Uhr, 9x, 56,25 €  
Leitung: Brigitte Adameit  
**Kursnr.: S10-811108**
- ▶ Di, 08.05.2012, 09:00 – 11:30 Uhr, 8x, 50,- €  
Leitung: Ursula Stumpe  
**Kursnr: S10-811109**
- ▶ Mo, 27.08.2012, 19:30 – 22:00 Uhr, 10x, 62,50 €  
Leitung: Brigitte Adameit  
**Kursnr: S10-811110**
- ▶ Di, 28.08.2012, 19:00 – 21:30 Uhr, 10x, 62,50 €  
Leitung: Brigitte Adameit  
**Kursnr: S10-811111**

- ▶ Mi, 29.08.2012, 19:30 – 22:00 Uhr, 10x, 62,50 €  
Leitung: Brigitte Adameit  
**Kursnr.: S10-811112**
- ▶ Di, 11.09.2012, 09:00 – 11:30 Uhr, 8x, 50,- €  
Leitung: Ursula Stumpe  
**Kursnr.: S10-811113**
- ▶ Do, 25.10.2012, 16:30 – 19:00 Uhr, 9x, 56,25 €  
Leitung: Christel Nennstiel  
**Kursnr.: S10-811114**  
**Alle Kurse: Darmstädter Landstr. 81**

## Nähen in Gemeindehäusern

### Niederrad, Paul-Gerhard-Gemeinde, Regenbogenhaus, Schwanheimer Str. 14

- ▶ Mi, 18.01.2012, 16:30 – 19:00 Uhr, 10x, 62,50 €  
Leitung: Hildegard Rinke  
**Kursnr.: S10-811120**
- ▶ Mi, 18.01.2012, 19:00 – 21:30 Uhr, 10x, 62,50 €  
Leitung: Hildegard Rinke  
**Kursnr.: S10-811121**
- ▶ Mi, 18.04.2012, 16:30 – 19:00 Uhr, 10x, 62,50 €  
Leitung: Hildegard Rinke  
**Kursnr.: S10-811123**
- ▶ Mi, 18.04.2012, 19:00 – 21:30 Uhr, 10x, 62,50 €  
Leitung: Hildegard Rinke  
**Kursnr.: S10-811124**
- ▶ Mi, 05.09.2012, 16:30 – 19:00 Uhr, 10x, 62,50 €  
Leitung: Hildegard Rinke  
**Kursnr.: S10-811126**
- ▶ Mi, 05.09.2012, 19:00 – 21:30 Uhr, 10x, 62,50 €  
Leitung: Hildegard Rinke  
**Kursnr.: S10-811127**

### Oberrad, Erlösergemeinde, Wiener Straße 23

- ▶ Mi, 01.02.2012, 16:00 – 18:30 Uhr, 8x, 50,- €  
Leitung: Ursula Stumpe  
**Kursnr.: S10-811122**
- ▶ Mi, 02.05.2012, 16:00 – 18:30 Uhr, 8x, 50,- €  
Leitung: Ursula Stumpe  
**Kursnr.: S10-811125**
- ▶ Mi, 12.09.2012, 16:00 – 18:30 Uhr, 8x, 50,- €  
Leitung: Ursula Stumpe  
**Kursnr.: S10-811128**

## Schöne Dinge aus Leder

### Design und Fertigung von Fellfäustlingen

Den Beruf Lederhandschuhmacher kann man heutzutage kaum noch erlernen. Im Kurs wird individuell Maß genommen und der Handschuhschnitt angepasst. Anschließend werden die Fellfäustlinge mit einer Handnaht zusammengenäht. In den drei Kurstagen werden vom Zuschnitt über das Nähen alle Schritte anschaulich erklärt und durchgeführt. Vorkenntnisse im Nähen sind von Vorteil. Leder ist im Kurs vorhanden.

- ▶ Sa, 21.01., So, 22.01. und Sa, 29.01.2012  
jeweils 11:00 – 15:00 Uhr, insgesamt 36,- €  
+ 60,- € Material bar im Kurs zu zahlen  
Leitung: Evelyn Toomistu-Banani  
**Kursnr: S10-811201, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

### Design und Fertigung von Lederhandschuhen

Wer sich für die vom Aussterben bedrohte Hugenotten-Handwerkskunst interessiert, für den oder die ist dieser Kurs eine gute Gelegenheit, die Grundkenntnisse von Handschuhmacherei kennenzulernen. Es entstehen nach Wunsch dekorative Handschuhe aus Lamnappa. Näherfahrung ist erforderlich. Lamnappa ist vor Ort vorhanden.

- ▶ Sa, 04.02. + So, 05.02. und Sa, 11.02.  
+ So, 12.02.2012 jeweils 11:00 – 15:00 Uhr,  
insgesamt 48,- € + 50,- € Material  
bar im Kurs zu zahlen  
Leitung: Evelyn Toomistu-Banani  
**Kursnr: S10-811202, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

### Fertigung von Ledertaschen (Shopper)

Es wird ein einfacher Shopper aus Rindsleder mit Maschinennaht gefertigt. Ob nach Schnittmuster oder nach eigenen Vorstellungen: Unter fachkundiger Anleitung wird das ausgewählte Modell Schritt für Schritt bis zur fertigen Lieblingstasche genäht. Ihre neue Tasche wird ein von Ihnen selbst angefertigtes Einzelstück sein, um das Sie sicher beneidet werden.

- ▶ So, 18.03.2012, 12:00 – 16:00 Uhr, 10,- €  
+ 50,- € Material bar im Kurs zu zahlen  
Leitung: Evelyn Toomistu-Banani  
**Kursnr: S10-811203, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Offener Patchwork Treff

Hier machen Interessierte erste Erfahrungen mit Patchwork. Die Kursleiterin stellt interessante Quiltstücke aus Fachzeitschriften sowie eigene Originale vor. Auf diese Weise erhalten die „neuen“ Quilterinnen wertvolle Anregungen und entwickeln kreative Ideen für die Gestaltung der eigenen Werkstücke. Bei Kaffee oder Tee bietet die Gruppe auch Gelegenheit zum gemeinsamen Gedankenaustausch zum kreativen Hobby.

- Sa, 25.02., 31.03., 28.04., 30.06., 29.09., 27.10.  
und 24.11.2012 jeweils von 14:00 – 17:00 Uhr,  
10,- € pro Treffen  
Veranstalterin: Ursula Groh  
Anmeldung: (069) 89 99 93 69  
**Ort: Darmstädter Landstr. 81**

# Wir bringen Ihre Ideen auf den richtigen Weg.

Gestaltung und Druck  
ohne Umwege.

Ausgezeichneter Service kennt  
keine Grenzen: Wir arbeiten  
zentral in Frankfurt am Main  
für Kunden in ganz Europa.

Demnächst auch für Sie?

... wir machen mehr daraus!

Henrich  
Druck+Medien 



Henrich Druck + Medien GmbH  
Schwanheimer Straße 110  
60528 Frankfurt am Main  
Telefon 069 96777-0  
info@henrich.de · www.henrich.de

## **Familienreisen 2012**

Für die schönste Zeit des Jahres, den Sommerurlaub, möchten wir Familien mit Kindern zu gemeinsamen Familienfreizeiten einladen. Genießen Sie als Eltern die unbesorgten Tage in den schönsten Landschaften Deutschlands. Unsere Reiseziele im Jahr 2012 sind die Ostseeinsel Fehmarn, die Nordseeinsel Spiekeroog, die Rhön und die Donau bei Kelheim in Bayern.

Überall erwartet Sie ein abwechslungsreiches Programm für Kinder und Eltern. Begleitet werden die Freizeiten durch erfahrene Teamer. Sie machen Angebote für die Kinder und unterbreiten den Familien viele Vorschläge für die Freizeitgestaltung. So können die Eltern entspannt die Urlaubstage genießen. Ihre Kinder sind bei uns in den besten Händen. Sie haben aber auch die Möglichkeit, als Familie die gemeinsame Zeit bewusster zu erleben – ohne sich um die sonst anfallenden täglichen Aufgaben kümmern zu müssen. Alle unsere Familienfreizeiten umfassen Vollverpflegung.

Unsere Familienfreizeiten finden bewusst in Familienferienstätten und Jugendherbergen statt. Hier wird die Gemeinschaft großgeschrieben. Kontakte zwischen den Kindern ergeben sich so fast von selbst. Jede Familie hat ihr eigenes Zimmer mit eigener Waschelegenheit und ausreichend Platz für alle. Teilweise teilen Sie sich die Sanitäreinrichtungen mit anderen Gästen. Dafür sind die Preise unschlagbar günstig.

Wir freuen uns auf viele Familien, die entspannt und erholt aus dem Urlaub 2012 zurück nach Frankfurt kommen.

In Kooperation mit:  
evangelisch **reisen** – Kirchliches Werk für Freizeit und Erholung  
[www.ervreisen.de](http://www.ervreisen.de)

## Vorsicht Natur!

### Familienurlaub in der Rhön für Familien mit Kindern von 6 bis 12 Jahren

Endlose Buchenwälder, hohe Basaltberge, dunkle Moore und steile Kletterfelsen fordern das ganze Kind. Wer sich dieser Herausforderung stellen will, ist bei unserer Familienfreizeit in der hessischen Rhön genau richtig. Die Vielfalt der Natur steht jeden Tag auf dem Programm. Mit den Rangern geht es in den Wald und beim Bauern in den Stall.

Einen Tag werden wir den Rhönschäfer bei seiner Schafherde besuchen. Und wer dann noch nicht genug hat, kann sich 700 m auf der Sommerrodelbahn ins Tal stürzen oder in die Ulsterwelle eintauchen. Eltern können die spannende Natur der Rhön mit ihren Kindern zusammen entdecken.

Unser Team gibt Ihnen viele Tipps und macht Vorschläge für gemeinsame Touren. Ihre Kinder werden aber auch alleine mit dem Team auf Entdeckungsreise gehen. Als Eltern können Sie dann abschalten und unbesorgt die klare Luft der Rhön genießen.

Untergebracht sind Sie während der 8-tägigen Freizeit in der Jugendherberge Hilders. Eltern und Kinder wohnen in Familienzimmern zusammen. Die Jugendherberge ist auch für Menschen mit Handicap geeignet. Lagerfeuer und Schnitzeljagd, Stockbrote und Gute-Nacht-Geschichten machen den Aufenthalt in der Rhön zu einem tollen Erlebnis. Für Familien mit wenig Geld (Frankfurt Pass oder Bezieher von ALG II) bezuschusst die Stadt Frankfurt unsere Familienfreizeiten zusätzlich. Fragen Sie uns einfach nach diesen reduzierten Preisen.

► Sa, 30.06. – Sa, 07.07.2012,  
275,- € Erwachsene / 225,- € Kinder bis 12 Jahre,  
inkl. Vollpension und der Fahrt von Frankfurt in die Rhön

**Reisenr: 121402**

**Anmeldung: evangelisch reisen 069-2 97 23 95 11**

**info@ervreisen.de**

## Sommer, Sonne, Strand und Meer

### Familienurlaub an der Ostsee für Familien mit Kindern von 6 bis 12 Jahren

Die Sonne brennt auf die salzige Haut, das Wasser lockt zu einem erfrischenden Bad: Das alles und noch viel mehr ist Urlaub auf der Ostseeinsel Fehmarn für Familien mit Kindern. Die Kinder können im flachen Wasser am eigenen Badestrand gefahrlos plantschen und baden. Und weil die Ostsee keine Gezeiten kennt, ist das Wasser immer da.

Doch auch am Land gibt es genug zu entdecken: Leuchttürme und alte Kirchen, kleine Dörfer und die Inselhauptstadt Burg oder der große Fährhafen Puttgarden laden zu einer Erkundungstour ein. Da wird keinem langweilig. Und dann ist da ja wieder der Südstrand, der direkt an die Familienferienstätte Meeschendorf grenzt.

Hier kann man sich nicht nur die Sonne auf die Haut brennen lassen. Wie wäre es mit dem Bau einer ordentlichen Sandburg oder einem Fest zu Ehren Neptuns? Strandolympiade und Lagerfeuer, Nachtwanderung und Muschelsuche: Es gibt so vieles zu entdecken.

Übernachtet und gegessen wird in kleinen Familienhäusern (max. 2 Familien pro Haus) in der Erholungsstätte Meeschendorf am Südstrand der Ostseeinsel Fehmarn. Für Familien mit wenig Geld (Frankfurt Pass oder Bezieher von ALG II) bezuschusst die Stadt Frankfurt unsere Familienfreizeiten zusätzlich. Fragen Sie uns einfach nach diesen reduzierten Preisen.

- Sa, 30.06. – Fr, 13.07.2012,  
575,- € Erwachsene / 425,- € Kinder bis 12 Jahre,  
inkl. Vollpension und der Fahrt von Frankfurt  
zur Insel Fehmarn sowie Programm auf der Insel  
**Reisenr: 121403**  
**Anmeldung:** evangelisch **reisen 069-2 97 23 95 11**  
**info@ervreisen.de**

## Auf den Spuren unserer Vorfahren

### Familienurlaub an der Donau für Familien mit Kindern von 6 bis 14 Jahren

Wie haben die Menschen früher gelebt? Was haben sie gegessen, wo haben sie gearbeitet? In Kelheim an der Donau können Kinder und Erwachsene in die Welt unserer Vorfahren eintauchen. Angefangen hat alles in den Höhlen mit den Steinzeitmenschen. Später kamen Germanen, Kelten und Römer. Die Menschen bauten erste Dörfer und Siedlungen. Burgen wurden auf den Bergen an der Donau errichtet und in den Klöstern lebten Mönche und Nonnen. Im Mittelalter entstanden die ersten großen Städte. Alles das – und noch vieles mehr – können Familien mit Kindern in Kelheim in Bayern entdecken.

Eine Höhle wartet auf die jungen Forscher. Burgen laden ein zur Eroberung. Im Archäologiepark Altmühltal können alle begreifen, wie die Menschen in der Steinzeit lebten. Ein Besuch im Kloster Weltenburg bei den Benediktinern und ein Ausflug in die mittelalterliche Großstadt Regensburg sorgen für Abwechslung und interessante Einblicke in alte Zeiten. Mit dem Schiff erkunden Sie den Donaadurchbruch und befahren den neuen Rhein-Main-Donau-Kanal.

Übernachtet und gegessen wird in Familienzimmern (max. 6 Betten pro Familie) in der Jugendherberge Kelheim. Hier ist auch Platz für Spiel, Spaß und Sport. Ein Hochseilgarten kann von den Kids erklommen werden. Aber auch Lagerfeuerromantik mit Stockbrot und Nachtwanderung werden auf dem Programm stehen. Für Familien mit wenig Geld (Frankfurt Pass oder Bezieher von ALG II) bezuschusst die Stadt Frankfurt unsere Familienfreizeiten zusätzlich. Fragen Sie uns einfach nach diesen reduzierten Preisen.

► Fr, 27.07. – So, 05.08.2012,  
485,- € Erwachsene / 385,- € Kinder bis 14 Jahre,  
inkl. Vollpension und der Fahrt von Frankfurt  
an die Donau sowie Ausflüge und Programm

**Reisenr: 121406**

**Anmeldung: evangelisch reisen 069-2 97 23 95 11**

**info@ervreisen.de**

## Familienfreizeiten auf Spiekeroog

### Zu Gast im Frankfurter Haus

Das Frankfurter Haus des Evangelischen Regionalverbandes Frankfurt am Main bietet auch 2012 in den hessischen Ferien Familienfreizeiten für Frankfurter Familien an. Das Haus liegt mitten im Dorf Spiekeroog auf der gleichnamigen ostfriesischen Insel. Spiekeroog ist eine autofreie, kinderfreundliche Insel mit einem breiten Sandstrand. Das Frankfurter Haus verfügt über Doppel- und Mehrbettfamilienzimmer. Jedes Zimmer hat ein eigenes Bad.

### Osterfreizeit:

- ▶ Sa, 31.03. – Sa, 14.04.2012  
**Reisenr: 125401**

### Sommerfreizeiten:

- ▶ Sa, 30.06. – Fr, 20.07.2012  
**Reisenr: 125404**
- ▶ Sa, 21.07. – Sa, 11.08.2012  
**Reisenr: 125405**

### Herbstfreizeit:

- ▶ So, 21.10. – So, 28.10.2012  
**Reisenr: 125405**  
**Anmeldung: evangelisch reisen 069-2 97 23 95 11**  
**info @ ervreisen.de**

## Alles Kultur? Vom Umgang mit Vielfalt

### Schulung für Kursleitende

Frankfurt die Stadt der „Supervielfalt“? Mit Menschen aus über 170 Herkunftsländern und sich verändernden Milieus. Die Kommunikation verläuft nicht immer reibungslos, es kommt zu Missverständnissen und Befremden. Sind die kulturellen und religiösen Unterschiede die Ursache? Liegt es an sozialen Ungleichheiten? Die eigene kulturelle Prägung, aktuelle Studien zur Migration und Integration sowie die Reflexion der eigenen professionellen Praxis und Umsetzungsideen werden diskutiert.

- Fr, 27.01.2012, 09:00 – 12:30 Uhr, kostenfrei  
 Leitung: Sabine Kalinock  
**Kursnr: S10-634201, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Nur keinen Streit vermeiden

### Konflikte in Eltern-Kind-Gruppen konstruktiv lösen

Wenn wir mit kleinen und großen Menschen arbeiten, treffen wir auf unterschiedliche, manchmal destruktive Gegenüber und unterdrückte Gefühle. „Erregte Eltern“ sind schwer zu beruhigen und fordern viel Aufmerksamkeit und Zeit. In diesem Seminar lernen wir destruktive Streitmuster kennen, entwickeln gemeinsame Strategien für ein faires Miteinander, üben gelungene und wertschätzende Kommunikation, bringen eigene Anliegen ein und üben zum Schluss eine gute Versöhnung.

- Sa, 21.04.2012, 10:00 – 17:00 Uhr, 35,- €  
 Leitung: Andrea Marschall-Schneider  
**Kursnr: S10-514101, Ort: Darmstädter Landstr. 81**

## Qualifizierung in der Kindertagespflege

### Aufbauqualifizierung

Die Arbeit als Tagespflegemutter/-vater gewinnt zunehmend an Bedeutung. Um Familie und Beruf besser miteinander vereinbaren zu können, benötigen Eltern qualifizierte Betreuungsangebote, die zeitlich flexibel sind. Sie wünschen sich zudem, dass ihre Kinder verantwortungsvoll betreut und in ihren Fähigkeiten qualifiziert, gestärkt und gefördert werden. Die Professionalisierung der Kinder-Tagespflege ist daher ein wichtiges Anliegen. Um dies kompetent und servicefreundlich zu erreichen, sind die Familienbildungsstätten in Frankfurt und das Schulamt der Stadt eine Kooperationspartnerschaft eingegangen und haben ein Qualifizierungskonzept entwickelt. Das Programm der Aufbauqualifizierung ist in einer eigenen Fortbildungsbroschüre zusammengefasst und kann in den Familienbildungsstätten abgerufen werden.

Vermittlung von Tagespflegepersonen durch:

- ▶ Infobörse Kindertagespflege des Stadtschulamtes  
Tel: (069) 212-30 119
- ▶ Babysitter und Tagespflegevermittlung e.V. (BTV)  
Tel: (069) 55 94 05

## **Mobile Familienbildung**

### **Bildungs- und Beratungsservice**

Wenn Sie sich in einer Elterngruppe Ihrer Kirchengemeinde oder einer Kindertagesstätte oder auch selbstorganisiert treffen, dann haben Sie vielleicht Interesse an einer Einzelveranstaltung zu aktuellen Eltern-Themen und Erziehungsfragen. Mit unserer mobilen Familienbildung kommen wir gerne mit einem der nachfolgenden Themen in Ihre Gruppe.

- Bewegung macht klug!
- „Nein, nein will nicht!“ Was tun, wenn Kinder trotzen?
- Aggressionen im Kindesalter
- „Freie und / oder verplante Zeit?“ Wie können wir als Eltern die Entwicklung unserer Kinder unterstützen?
- Wie viel Grenzen braucht ein Kind?
- Kinder brauchen emotionale Intelligenz
- „Wilde Kerle“ – Wie erzieht man heute Jungen?
- Zappelphilippe und Träumerinnen – Wie fühlen sie sich?
- Suchtprävention beginnt im Kindesalter
- Wozu ist das gut? – Mathematik für Eltern
- Wie Gedanken in den Kopf kommen und Fähigkeiten wachsen
- Kinder brauchen Zeit für ihre Entwicklung
- Kinder im „Medienschungel“
- Kindliche Kreativität wahrnehmen und fördern
- Mehrsprachige Erziehung
- Kindliche Sprach- und Sprechentwicklung
- Kleine und große Ängste von Kindern
- Wie sag ich's meinem Kind? – Gewaltfreie Kommunikation
- Mein Kind kommt in die Schule. Kleiner Leitfaden für Eltern
- Wie können Eltern die Freizeit mit ihren Kindern gestalten?
- Muss ich denn immer laut werden? Film und Gespräch
- Elternkurse: EFFEKT® und Starke Eltern – starke Kinder®

Die von uns organisierten Veranstaltungen werden von Fachleuten geleitet und umfassen in der Regel zwei Stunden. Die Kosten betragen pro Veranstaltung 150,- €, für Einrichtungen und Gruppen der Evangelischen Kirche 100,- €.

Ansprechpartnerin:

Iris Meyer, Tel: (069) 7 59 36 72-83,  
iris.meyer@frankfurt-evangelisch.de

## **Sozialräumliche Familienbildung in Eschersheim**

Die Evangelische Familienbildung Frankfurt ist auch im Stadtteil Eschersheim aktiv und dort verortet im Evangelischen Zentrum für Beratung und Therapie am Weißen Stein, Eschersheimer Landstr. 567, 60431 Frankfurt am Main

Die Kooperationspartner vor Ort sind:

- Evangelisches Zentrum für Beratung und Therapie am Weißen Stein
- Peter-Petersen-Schule
- Evangelischer Verein für Jugendsozialarbeit in Frankfurt am Main e.V., Jugendhilfe an der Peter-Petersen-Schule

Zusätzliche Kooperationen mit Kindertagesstätten und weiteren Einrichtungen im Stadtteil sind im Aufbau.

Angebotschwerpunkte sind: Kurse und Veranstaltungen rund um Geburt und erstes Lebensjahr, Eltern-Kind-Gruppen sowie Gruppen für Migrantinnen.

Kontakt:

Angelika Rohde, Tel: (069) 53 02-170 und (069) 60 50 04-32,  
angelika.rohde@frankfurt-evangelisch.de

## **Evangelisches Familienzentrum Höchst**

Das Evangelische Familienzentrum Höchst bildet eine wichtige Anlaufstelle für Familien in den unterschiedlichsten Lebenslagen. Im Verbund mit dem Evangelischen Zentrum für Beratung sowie den Evangelischen Kindertagesstätten Alt Höchst und Christophorus gibt es hier umfassende Angebote zu Themen wie

- Entwicklung und Erziehung der Kinder
- Alltags- und Freizeitgestaltung in der Familie
- Vereinbarkeit von Familie und Beruf

Weitere wichtige Partner sind Kindertagesstätten, Hebammen, Ärzte, das Sozialrathaus Höchst, die Evangelische Kirchengemeinde und die Tagespflegevermittlung der Stadt Frankfurt am Main.

Ein Programmheft der Angebote kann angefordert werden bei:

Evangelisches Familienzentrum Höchst  
Leverkuser Straße 7, 65929 Frankfurt am Main  
Tel: (069) 75 93 672-80, Fax (069) 75 93 672-81  
familienzentrum.hoechst@frankfurt-evangelisch.de

## **Evangelisches Familienzentrum Am Bügel**

Das Evangelische Familienzentrum Am Bügel wird gerade aufgebaut. In Kooperation mit verschiedenen Einrichtungen der Jugendhilfe vor Ort soll ein umfassendes Programm für den Stadtteil entwickelt werden, das die bestehenden Angebote bündelt und in einem lokalen Netzwerk weiter entwickelt. Ziel ist ein Evangelisches Familienzentrum für alle Stadtteilbewohnerinnen und -bewohner ungeachtet ihrer kulturellen Bezüge.

Evangelisches Familienzentrum Am Bügel  
Ben-Gurion-Ring 39, 60439 Frankfurt am Main

Kontakt:

Evdokimos Moisisdis, Tel: (069) 507 70 78

familienzentrum.ambuegel@frankfurt-evangelisch.de

## **Familienbildung in Kinder- und Familienzentren**

Kinder- und Familienzentren, die nach den fachlichen Richtlinien des Schulamtes der Stadt Frankfurt am Main gefördert werden, gründen in ihrer Entstehung auf der Kooperation einer Kindertageseinrichtung mit einer Einrichtung der Familienbildung. Bedarfsorientiert werden darüber hinaus weitere Beratungs-, Vermittlungs- und Bildungsdienste eingebunden.

Die Kinder- und Familienzentren arbeiten nach dem pädagogischen Ansatz der Early Excellence Pädagogik.

Ziele der Kinder- und Familienzentren sind u.a.:

- Verringerung frühzeitiger herkunftsbedingter Unterschiede und Benachteiligungen für bildungsferne und sozial benachteiligte Familien
- Kontaktmöglichkeit für Familien in schwierigen Lebenslagen
- präventive Angebote
- Mitwirkung bei der sozialen Weiterentwicklung eines Stadtteils

## **Kinder- und Familienzentrum Goldstein**

Im Kinder- und Familienzentrum Goldstein kooperiert die Evangelische Familienbildung mit dem Diakonischen Werk für Frankfurt. Sie ist seit Sommer 2010 vor Ort tätig.

Erste Angebote der Fachstelle Familienbildung konnten im Winter 2010/2011 in dem neuen Kinderzentrum durchgeführt werden. Seit Mai 2011 stehen weitere Räume auch für die Familienbildungsangebote zur Verfügung.

Ein aktueller Flyer zu den Programmangeboten kann angefordert werden bei:

Evangelisches Kinder- und Familienzentrum Goldstein  
Fachstelle Evangelische Familienbildung  
Am Kiesberg 7, 60529 Frankfurt am Main

Kontakt:

Heike Santana, Tel: (069) 6 66 76 74  
heike.santana@frankfurt-evangelisch.de

Sebastian Arthur, Tel: (069) 6 66 76 74  
sebastian.arthur@frankfurt-evangelisch.de

## **Kinder- und Familienzentrum Griesheim**

Im Kinder- und Familienzentrum Griesheim arbeitet die Evangelische Familienbildung zusammen mit dem Internationalen Bund Frankfurt.

Seit der Eröffnung des Zentrums im September 2011 gibt es hier für alle Eltern im Stadtteil einen Treffpunkt mit attraktiven Programmangeboten. Ein vielfältiges Netzwerk mit anderen Sozialeinrichtungen soll gemeinsam ausgebaut werden.

Ein erster Angebotsflyer kann angefordert werden bei:

Kinder- und Familienzentrum Griesheim  
Fachstelle Familienbildung  
Platanenstr. 11, 65933 Frankfurt am Main

Kontakt:

Angela Lüken, Tel: (069) 38 01 46 20,  
angela.lueken@frankfurt-evangelisch.de

## **Kinder- und Familienzentrum Riederwald**

Im Kinder- und Familienzentrum Riederwald ist die Evangelische Familienbildung Kooperationspartnerin der Evangelischen Philippusgemeinde und der Katholischen Gemeinde Heilig Geist.

Das Zentrum befindet sich derzeit im Aufbau. In den Räumen in der Schöfflestr. 27 sollen baldmöglichst ein offener Cafébetrieb und Eltern-Kind-Gruppen aufgebaut werden. Weitere Räume werden in der Schlettweinstraße zur Verfügung stehen.

Nähere Informationen bei:

Kinder- und Familienzentrum Riederwald  
 Fachstelle Familienbildung  
 Schlettweinstr. 10, 60386 Frankfurt am Main

Kontakt:

Andrea Glück, Tel: (069) 94 14 36 68  
 andrea.glueck@frankfurt-evangelisch.de

## **Sozialräumliche Familienbildung (SoFa)**

Sozialräumliche Familienbildung (SoFa) geht in die Stadtteile und begleitet Familien in ihrem Alltag. Sie bietet Treffpunkte an, an denen sich Eltern austauschen und gegenseitig beraten können. SoFa geht in KiTas und Schulen und macht Angebote für Eltern und Kinder. SoFa entwickelt neue Netzwerke und bündelt Ressourcen vor Ort.

In Zusammenarbeit mit den Sozialrathäusern Bockenheim, Sachsenhausen, Höchst und Bonames Am Bügel werden folgende Projekte durchgeführt bzw. sind in Planung:

- Eltern-Kind-Cafés
- Offener Babytreff mit Hebammenberatung
- Muttersprachliche Elternabende für Migranten
- Väter-Kinder-Freizeitangebote
- Veranstaltungsreihe zur Gewaltprävention

Diese Projekte werden gefördert durch das Jugend- und Sozialamt der Stadt Frankfurt am Main.

Kontakt:

Silvia Mauermayer, Tel: (069) 60 50 04-34  
 silvia.mauermayer@frankfurt-evangelisch.de

## **Sozialräumliche Koordination**

Zur Verankerung sozialräumlicher Familienbildungsarbeit engagiert sich die Evangelische Familienbildung in den Stadtteilen Sachsenhausen, Niederrad, Rödelheim.

Dabei soll erreicht werden:

- Ausbau sozialräumlicher Ausrichtung von Angeboten der Familienbildung
- Aufbau einer strukturellen Verzahnung von Leistungen nach dem SGB VIII KJHG § 16 im Angebotsnetz von Jugendhilfe, Gesundheit, Integration und Bildung
- Qualitative Weiterentwicklung von sozialen und gesundheitsdienstlichen Angeboten durch kombinierte Angebotsformen mit Familienbildung
- Aufbau von Zugangsstrukturen, Nutzbarmachen von sozialräumlicher Infrastruktur, um neue Zielgruppen zu erreichen

Auch diese Arbeit wird gefördert durch das Jugend- und Sozialamt der Stadt Frankfurt am Main.

Kontakt:

Silvia Mauermayer, Tel: (069) 60 50 04-34,  
silvia.mauermayer@frankfurt-evangelisch.de

## Babysitter- und Tagespflegevermittlung e.V.

Die Mitarbeiterinnen der Babysitter- und Tagespflegevermittlung e.V. beraten Eltern, die einen Babysitter bzw. eine Tagespflegeperson suchen. Die Vermittlung von Tagesmüttern und Tagesvätern erfolgt in Kooperation mit dem Stadtschulamt Frankfurt und ist für die Eltern kostenfrei. Für die Vermittlung eines Babysitters wird von den Eltern eine Jahresgebühr von 30 € erhoben. Das Honorar für die Betreuung handeln die Eltern mit dem Babysitter direkt aus.

### Nähere Informationen und Kontakt:

► Babysitter und Tagespflegevermittlung e.V. (BTV)  
 Zeil 29-31, 2. OG, 60313 Frankfurt am Main  
 Tel: (069) 55 94 05  
 Fax: (069) 59 69 656  
 www.btv-frankfurt.de  
 Mo + Fr 9:00 – 12:30 Uhr,  
 Di + Do, 14:00 – 18:00 Uhr

## Beratungsstelle für Frauen

Das Beratungsteam: Heidrun Brunner, Bettina Netz, Steffie Sehling berät und unterstützt Frauen in schwierigen Lebenssituationen, bietet Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung, informiert über ihre gesetzlichen Rechte und hilft ihnen unbürokratisch, vertraulich und kostenlos.

Verwaltung der Bundesstiftung „Mutter und Kind – Schutz des ungeborenen Lebens“: Veronika Kapan  
 Terminvereinbarung für Anträge unter: (069) 94 35 02 31

Anschrift: Alfred-Brehm-Platz 17, 60316 Frankfurt am Main,  
 Tel: (069) 94 35 02 30 [www.zefra.de](http://www.zefra.de)

Sprechzeiten:

montags, donnerstags, freitags von 09:00 – 12:00 Uhr und  
 13:00 – 15:00 Uhr, dienstags von 09:00 – 12:00 Uhr

## **Beratung und Therapie**

**im Evangelischen Regionalverband Frankfurt am Main,  
Fachbereich I – Beratung, Bildung, Jugend**

Bei persönlichen oder familiären Krisen, elterlichen Fragen zur Erziehung und Entwicklung, bei Partnerschaftskonflikten, der Bewältigung von Trennung und Scheidung können Sie sich für kostenlose und vertrauliche Gespräche mit psychotherapeutisch geschulten Fachkräften an folgende Teams wenden:

### **Evangelisches Zentrum für Beratung und Therapie am Weißen Stein**

Eschersheimer Landstraße 567, 60431 Frankfurt am Main  
Tel: (069) 5302-222, Fax: 5302-157  
beratungszentrum@frankfurt-evangelisch.de

#### **Familien-, Erziehungs- und Jugendberatung**

Tel: (069) 5302-220, Fax: 5302-281  
familienberatung@frankfurt-evangelisch.de

#### **Sozialberatung für Migranten und Flüchtlinge**

Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer  
Tel: (069) 5302-291, Fax: (069) 5302-294

#### **Wanderungsberatung**

Tel: (069) 5302-127;  
migrationsberatung@frankfurt-evangelisch.de

#### **Beratung und Therapie für Flüchtlinge**

Tel: (069) 5302-291, Fax: 5302-294  
fluechtlingsberatung@frankfurt-evangelisch.de

#### **Paar- und Lebensberatung**

Tel: (069) 5302-222, Fax: 5302-157  
lebensberatung@frankfurt-evangelisch.de

#### **Evangelische Suchtberatung Frankfurt am Main**

Wolfsgangstr. 109, 60322 Frankfurt am Main  
Tel: (069) 15 05-90 30, Fax: 15 05-90 31  
ev.suchtberatung@t-online.de

#### **Café Alte Backstube**

Dominikanergasse 7, 60311 Frankfurt am Main  
Tel: (069) 29 54 56

## **Evangelische Familienbildung Frankfurt am Main**

Darmstädter Landstraße 81, 60598 Frankfurt am Main  
 Tel: (069) 60 50 04-0, Fax: (069) 60 50 04-22  
 info.familienbildung@frankfurt-evangelisch.de  
 www.familienbildung-ffm.de

### Gesamtleitung

Clemens Niekrawitz, (069) 60 50 04-0

### Sekretariat:

Monika Hilsenbeck, (069) 60 50 04-0  
 monika.hilsenbeck@frankfurt-evangelisch.de  
 Katharina Feyll, (069) 60 50 04-51  
 katharina.feyll@frankfurt-evangelisch.de

### Pädagogische Mitarbeiter/-innen in Projekten

Silvia Mauermayer (Sozialräumliche Koordination),  
 (069) 60 50 04-34,  
 silvia.mauermayer@frankfurt-evangelisch.de

Heike Nocken-Höpker (wellcome – Praktische Hilfen  
 für Familien nach der Geburt, Qualifizierung in  
 der Tagespflege), (069) 60 50 04-33  
 heike.nocken-hoepker@frankfurt-evangelisch.de

Angelika Rohde (Sozialräumliche Familienbildung  
 in Eschersheim), (069) 53 02-170  
 angelika.rohde@frankfurt-evangelisch.de

## **Evangelische Familienbildungsstätte**

Darmstädter Landstraße 81, 60598 Frankfurt am Main  
 Tel: (069) 60 50 04-0, Fax: (069) 60 50 04-22  
 info.familienbildung@frankfurt-evangelisch.de  
 anmeldung.familienbildung@frankfurt-evangelisch.de

### Pädagogische Mitarbeiter/-innen

Sebastian Arthur (Familie und Erziehung)  
 (069) 60 50 04-25 – Mo, 10:00 – 12:00 Uhr  
 sebastian.arthur@frankfurt-evangelisch.de

Esther Bott (Kreativ+KulturWerkstatt)  
 (069) 60 50 04-37 – Mi, 10:00 -11:00 Uhr  
 esther.bott@frankfurt-evangelisch.de

Silvia Mauermayer  
 (Interkultureller Dialog, MiniKindergarten)  
 (069) 60 50 04-34 – Di, 10:00 – 12:00 Uhr  
 silvia.mauermayer@frankfurt-evangelisch.de

Heike Nocken-Höpker (Leben mit dem Baby)  
(069) 60 50 04-33 – Mi, 11:00 – 13:00 Uhr  
heike.nocken-hoepker@frankfurt-evangelisch.de

Angelika Rohde (Gesundheit und Prävention,  
Kommunikation und Beziehung)  
(069) 60 50 04-32 – Di, 12:00 – 14:00 Uhr  
angelika.rohde@frankfurt-evangelisch.de

Ursula Stumpe (Nähen, Textiles Gestalten)  
(069) 60 50 04-11 – Mo, 09:00 – 12:00 Uhr  
ursula.stumpe@frankfurt-evangelisch.de

#### Verwaltung

Jutta Gernscheid, (069) 60 50 04-13  
jutta.gernscheid@frankfurt-evangelisch.de

Elisabeth Wrobel, (069) 60 50 04-13  
elisabeth.wrobel@frankfurt-evangelisch.de

Ursula Stumpe, (069) 60 50 04-11  
ursula.stumpe@frankfurt-evangelisch.de

### **Evangelisches Familienzentrum Höchst**

Leverkuser Straße 7, 65929 Frankfurt am Main  
Tel: (069) 75 93 672-80, Fax: (069) 75 93 672-81  
familienzentrum.hoechst@frankfurt-evangelisch.de

#### Fachleitung

Christina Schäfer-Zimmermann, (069) 60 50 04-36,  
christina.schaefer-zimmermann@frankfurt-  
evangelisch.de

#### Pädagogische Mitarbeiterin

Iris Meyer, (069) 75 93 672-83 - Mi, 11:00 – 13:00 Uhr  
iris.meyer@frankfurt-evangelisch.de

#### Verwaltung

Heike Cleer, (069) 75 93 672-80  
heike.cleer@frankfurt-evangelisch.de

## **Evangelisches Familienzentrum Am Bügel**

Ben-Gurion-Ring 39, 60437 Frankfurt am Main  
 Tel: (069) 507 70 78, Fax: (069) 507 71 32  
 familienzentrum.ambuegel@frankfurt-evangelisch.de

### **Fachleitung**

Evdokimos Moisisdis, (069) 507 70 78  
 evdokimos.moisisdis@frankfurt-evangelisch.de

### **Pädagogische Mitarbeiterin**

Shakeh Minasian, (069) 507 70 78  
 shakeh.minasian@frankfurt-evangelisch.de

## **Familienbildung in Kinder- und Familienzentren**

### **Kinder- und Familienzentrum Goldstein**

An der Schwarzbachmühle 18b, 60529 Frankfurt am Main  
 Tel: (069) 66 05 57 77 14

### **Fachstelle Familienbildung**

Am Kiesberg 7, 60529 Frankfurt am Main  
 Heike Santana, (069) 666 76 74  
 heike.santana@frankfurt-evangelisch.de  
 Sebastian Arthur, (069) 666 76 74  
 sebastian.arthur@frankfurt-evangelisch.de

### **Kinder- und Familienzentrum Griesheim**

Platanenstr. 11, 65933 Frankfurt am Main  
 Tel: (069) 38 03 12 45

### **Fachstelle Familienbildung**

Platanenstr. 11, 65933 Frankfurt am Main  
 Angela Lüken, (069) 38 01 46 20  
 angela.lueken@frankfurt-evangelisch.de

### **Kinder- und Familienzentrum Riederwald**

Schäfflestr. 27, 60386 Frankfurt am Main

### **Fachstelle Familienbildung**

Schlettweinstr. 10, 60386 Frankfurt am Main  
 Andrea Glück, (069) 94 14 36 68  
 andrea.glueck@frankfurt-evangelisch.de

## Teilnahmebedingungen

**Anmeldung:** Die Anmeldung zu unseren Veranstaltungen muss schriftlich erfolgen. Wir erbitten sie persönlich während unserer Bürozeiten oder mit dem Formular aus unserem Programmheft per Post oder Fax: (069) 60 50 04-22 oder E-Mail: anmeldung.familienbildung@frankfurt-evangelisch.de  
Erforderlich sind: Angabe der Kursnummer, Name, Anschrift, Telefonnummer und Unterschrift (entfällt bei E-Mail). Telefonische Anmeldung ist leider nicht möglich. Die Anmeldungen werden entsprechend der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Falls Sie von uns keine andere Nachricht erhalten, ist Ihre Anmeldung rechtsverbindlich.  
Ausnahme: Unsere offenen Treffs erfordern in der Regel keine Anmeldung.

**Rücktritt:** Eine Rückerstattung der Kursgebühr ist nur bei einem Rücktritt bis zwei Wochen vor Kursbeginn möglich. Bei Wochenendveranstaltungen in Tagungshäusern außerhalb Frankfurts beträgt die Rücktrittsfrist vier Wochen. Bei einem späteren Rücktritt müssen wir die volle Kursgebühr erheben. Eine Abmeldung muss schriftlich erfolgen mit Angabe der Bankverbindung und der Kursnummer.

**Zahlungsbedingungen:** Die Bezahlung erfolgt nach Rechnungsstellung per Überweisung.

**Rückerstattung und Kursausfall:** Für belegte, aber nicht wahrgenommene Kurse (auch einzelne Kurseinheiten) ist die volle Kursgebühr zu zahlen.  
Wenn für einen Kurs die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird, muss er ausfallen und wird eventuell kurzfristig abgesagt. Ihre bereits eingezahlten Teilnahmegebühren überweisen wir dann zurück.

**Warteliste:** Sollte ein Kurs bereits belegt sein, nehmen wir Sie automatisch auf die Warteliste und berücksichtigen Sie auch bei Wiederholung des Kursangebotes vorrangig vor neuen Anmeldungen.

**Kinderbetreuung:** Kurse, bei denen Kinderbetreuung angeboten wird, sind gekennzeichnet. Bitte melden Sie die Kinder unter Angabe des Alters an.

**Frankfurt-Pass-BesitzerInnen, SozialhilfeempfängerInnen, Arbeitslose, Auszubildende, SchülerInnen und StudentInnen** können bei Vorlage einer entsprechenden Bescheinigung und unter Berücksichtigung des Gesamthaltseinkommens eine Ermäßigung erhalten.

**Ausnahme:**

Geburtsvorbereitung

Wochenendveranstaltungen in Tagungshäusern außerhalb Frankfurts

Kinderkurse, da hier die Gebühren bereits entsprechend berechnet sind

Angebote durch VeranstalterInnen, da mit diesen Direktabsprachen notwendig sind.

**VeranstalterInnen** bieten ihre Gruppen im Rahmen unseres Programms an. Sofern die Evangelische Familienbildung die Anmeldung nicht ausdrücklich übernommen hat, erfolgt die telefonische Anmeldung sowie die Abrechnung direkt bei den VeranstalterInnen. Bitte nicht die Anmeldekarte ausfüllen.

Für Diebstahl, Verlust und Beschädigung Ihres Eigentums in unseren Räumen kann keine Haftung übernommen werden.

Das Mitbringen von Haustieren ist nicht gestattet.

**Hier könnte Ihr Name stehen....**

Wir suchen immer wieder neue Kursleiterinnen und Kursleiter. Wenn Sie in einem unserer Fachgebiete

- über eine entsprechende fachliche Qualifikation verfügen,
- an familien- und erwachsenenpädagogischen Fragestellungen interessiert sind,
- gerne mit Erwachsenen und Kindern in Gruppen arbeiten
- und Interesse an einer kontinuierlichen Praxisreflexion und fachlichen Weiterentwicklung haben, dann nehmen Sie bitte mit uns Kontakt auf.

**Wir freuen uns auf neue Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.**

## Kursleiterinnen und Kursleiter

**Adameit, Brigitte**, Schneidermeisterin  
**Arthur, Sebastian**, Familienpädagoge  
**Aziz, Rahim**, Bildender Künstler

**Barfuss, Christa**, Feng-Shui Beraterin  
**Bauer, Margot**, Übungsleiterin  
**Becker-Pröbstel, Silvia**, Dipl. Oecotrophologin  
**Bender, Christina**, Dipl.-Sozialarbeiterin  
**Beyer Katja**, Dipl. Yoga-Lehrerin  
**Bied, Irene**, Physiotherapeutin  
**Blahusch, Nina**, Hebamme  
**Bott, Esther**, Bildende Künstlerin  
**Bourgeon, Michael**, Familientherapeut  
**Braungardt, Christiane**, Übungsleiterin  
**Brunnemann, Dr. Gefion**, Dipl.-Meteorologin

**Cabanová, Gabriela**, Historikerin  
**Connors, Diana**, Übersetzerin  
**Curtius, Rainer**, Qigong-Lehrer

**Dietz, Christiane**, Systemische Beraterin  
**Dornheim, Christiane**, Kinderkrankenschwester

**Dr. Eckert, Rainer**, Lehrer  
**Eisenmair, Gerda**, Gesangspädagogin  
**Ehrenheim, Susanne**, Übungsleiterin  
**Eichler, Ilse**, Beraterin (GwG)  
**Englert, Wolfgang**, Familientherapeut  
**Enz, Norbert**, Musikpädagoge

**Feistkorn, Claudia** PEKiP Kursleiterin  
**Fiedler, Stefanie**, Kulturwissenschaftlerin  
**Frölich, Andrea**, Mütterpflegerin  
**Frölich, Michaela**, Hand- und Fußreflexologin

**Gärtner, Evy**, Pilatestrainerin  
**Gesser, Harald**, Dipl. Sozialarbeiter  
**Ghodstinat, Asam**, Dipl. Architektin  
**Glaser, Gabriele**, Hebamme  
**Godara, Neha**, Informatikerin  
**Gräbner, Dorothea**, Kunstpädagogin  
**Groh, Ursula**, Patchworklehrerin  
**Grundmann, Marisa**, Freie bildende Künstlerin

**Harth, Christina**, Pflegehelferin  
**Heubach, Helga**, Philologin  
**Heydegger, Mikaela**, Übungsleiterin  
**Hillesheimer Gisa**, Fotografin  
**Holzinger, Christa Katharina**, Dipl. Pädagogin  
**Hopf, Jutta**, Übungsleiterin  
**Houda, Carina**, Yoga-Lehrerin, BDY

**Jakob, Barbara**, Gerontologin

**Kalinock, Sabine**, Ethnologin  
**Käser, Lucia**, Heilpraktikerin für Psychotherapie  
**Katla Bene, Laurence**, Hausfrau  
**Kettler Heinrich**, Dipl.-Yoga-Lehrer, BDY/EYU  
**Kleszczewski, Ruth**, Kinderkrankenschwester  
**Kraft, Klara**, Dipl. Yoga-Lehrerin, BDY/EYU  
**Krenn-Herrmann, Karin**, Filzerin  
**Krisch, Tanja**, PEKiP-Kursleiterin

**Lanzendörfer, Julia**, Physiotherapeutin  
**Lehmer, Christa**, Bürokauffrau  
**Lenz, Sabine**, Erzieherin  
**de Leuw, Miriam**, Physiotherapeutin  
**Littmann, Belkys**, Kunstlehrerin  
**Lutz, Sabine**, Hotelkauffrau

**Mank, Mathias**, Handballtrainer  
**Mansoor, Amir**, Reiseverkehrskaufmann  
**Mansoor, Salma**, Erzieherin  
**Marschall-Schneider, Andrea**, Systemische Beraterin  
**Menge, Christiane**, GfG-Familienbegeleiterin  
**Meyer-Konz, Dagmar**, Kursleiterin für textiles Gestalten  
**Moog, Martin**, Tagesvater  
**Müller, Brigitte**, Kinderkrankenschwester  
**Müller, Jürgen**, Kunsthandwerker

**Nennstiel, Christel**, Schneidermeisterin  
**Neidhardt, Hanna Rut**, Filmemacherin  
**Neumann-Heyme, Sigune**, Musikstudentin  
**Nocken-Höpker, Heike**, Kinderkrankenschwester  
**Nordmeyer, Marion**, Kinderkrankenschwester

**Oppermann, Katharina**, Heilpraktikerin

**Pfurr, Tatiana**, Politologin  
**Pietsch, Ursula**, DELFI®-Kursleiterin  
**Prezelj, Ingeburg**, Physiotherapeutin

**Rach, Simone**, Übungsleiterin  
**Rau, Hanja**, Körpertherapeutin  
**Ribaudo, Linda**, Familienmediatorin  
**Rinke, Hildegard**, Schneidermeisterin  
**Rocholl, Anke**, Gesundheitspädagogin  
**Rohde, Angelika**, Physiotherapeutin

**Saarholz, Christine**, Rechtsanwältin  
**Schaefer, Martin**, Landschaftsarchitekt  
**Schatanek, Heidrun**, Literaturwissenschaftlerin  
**Schild, Patrizia**, Sozialpädagogin,  
**Schoder, Martina**, Keramikerin  
**Seidel-Hoffmann, Heike**, Pfarrerin  
**Seifert, Theresa**, Kunstpädagogik Studentin  
**Simon, Carmen**, Gesundheitspädagogin  
**Spitzenberg, Barbara**, Krankenschwester  
**Stubenrauch-Koch, PEKiP-Kursleiterin**  
**Stumpe, Ursula**, Schneidermeisterin

**Tardio Maya, Josefa**, Bildhauerin  
**Toomistu-Banani, Evelyn**, Lederdesignerin  
**Tasnady, Agnes**, Ballettlehrerin

**Ueberschaer, Helga**, Yoga-Lehrerin, BDY/EYU

**Vaccaro, Silke**, Arzthelferin  
**Valk Claudia**, zertifizierte Shiatsu-Praktikerin  
**Vogel, Alexandra**, Erzieherin  
**Voit, Stephanie**, Physiotherapeutin i.A.  
**Volk, Birgit**, Übungsleiterin

**Wenzel, Carsten**, Erzieher  
**Wolf, Eli**, Pfarrerin  
**Wörner, Heike**, Systemische Familienberaterin  
**Woytinnik, Kristina**, Motopädin

**Yaa-Dufie-Windrich, Joyce**, Hebamme

**Zeller, Ingrid**, Kauffrau



