



# Familienzentrum

*Familienbildung*

*Programm*

*1. Halbjahr 2012*



Jugendamt

# Inhaltsverzeichnis



<b>Wegweiser</b>	<b>Seite</b>
1 Inhaltsverzeichnis .....	1
2 Grußwort .....	3
3 So erreichen Sie uns/So finden Sie uns.....	4 – 5
4 Wer wir sind.....	6 – 7

## **Beratung im Familienzentrum**

1 Beratung von Schwangeren und Eltern mit Kindern im Alter von 0 – 1,5 Jahren .....	8
2 Beratungsangebot im Bereich Erziehungsberatung.....	10

## **Serviceleistungen und besondere Veranstaltungen**

1 Thema Ihrer Wahl .....	11
2 Babysittervermittlung .....	11
3 Ferienangebote.....	12

## **Angebote in den Fachbereichen**

1 Rund um die Geburt .....	13 – 36
2 Das erste/zweite Lebensjahr.....	37 – 49
3 Das zweite, dritte... Lebensjahr (Eltern-Kind-Angebote)	51 – 67
4 Kreatives Gestalten/ Ökologie.....	69 – 86
5 Väter / Vater-Kind-Angebote.....	87 – 100
6 Gesundheit – Ernährung, Entspannung, Bewegung.....	101 – 138
7 Pädagogik – Psychologie.....	139 – 148
8 Fortbildung für Fachkräfte .....	149 – 157
9 Fortbildung für Tagespflegepersonen .....	159 – 182

## Informationen

---

- 1 Fachausschuss und Vertretung der Honorarkräfte..... 184
- 2 In eigener Sache/Kooperationspartner..... 185 – 187
- 3 Qualifikationsbeschreibung..... 188 – 193
- 4 Stichwortverzeichnis..... 194 – 195
- 5 Stadtteilübersicht ..... 196 – 197
- 6 Teilnahmebedingungen/Anmeldeformulare ..... 198 – 208

# ECHO MACHT KLÜGER.

Mini-Abo!



Wo unsere Kinder  
wirklich gefördert  
werden, kann nur  
wissen, wer hier zu  
Hause ist:

**Echo!**  
Zeitung für Südhessen



Liebe Darmstädterinnen und Darmstädter,  
 liebe Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer,

wir freuen uns, Ihnen das aktuelle Programm unseres Familienzentrums präsentieren zu können und möchten Sie zum Besuch der Kurse und Veranstaltungen anregen.

Wir sind davon überzeugt, dass Eltern- und Familienbildung stark macht für den Familienalltag. Durch die Angebote aus fachlich kompetenter Hand können Sie reichlich Unterstützung und Begleitung mit nach Hause nehmen. Sie werden hier eine Vielzahl an Informationen zu so wichtigen Themen wie Familienzyklus, Lebensphasen und zu speziellen familiären Situationen erhalten. Dazu gibt es Ihnen die Möglichkeit, Ihr Wissen zu und über Familienthemen ganz unabhängig von persönlichen Lebenssituationen zu erweitern. Kontakte zu anderen Familien zu schließen ist ein weiterer, sicherlich hilfreicher Effekt, zum Beispiel für Eltern mit kleineren Kindern.

Das Familienzentrum hat im Grundsatz die Aufgabe Informations- und Bildungsangebote zu unterbreiten, es begreift sich aber zudem auch als ein Ort der Begegnung und des Erfahrungsaustausches für Familien.

Barbara Akdeniz  
 Sozial- und Jugenddezernentin

Thomas Gehrisch  
 Leiter des Jugendamtes

Annedore Bauer  
 Leiterin des Familienzentrums

## So erreichen Sie uns

[www.familienzentrum-darmstadt.de](http://www.familienzentrum-darmstadt.de)

### Familienzentrum – Bereich Erziehungsberatung –

---

Jakob-Jung-Straße 2, 64291 Darmstadt

### Familienzentrum – Bereich Familienbildung –

---

Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt

#### **Außenstellen:**

#### **Sprechzeiten vor Ort:**

**Eberstadt**, Oberstraße 13

Di 14.00 – 15.00 Uhr

Frau Metz, Tel. 13 25 24

**Kranichstein**, Bartningstraße 33

Di 9.00 – 10.00 Uhr

Frau Foshag, Tel. 9 67 15 28

**Arheilgen**, Jakob-Jung-Straße 2

Fr 9.00 – 9.30 Uhr

Frau Brenner, Tel. 350611

**Wixhausen**, Verdisträße 22

Mo 9.00 – 9.30 Uhr

Frau Kanzler-Sackreuther , Tel. 0 61 50 – 8 61 05

#### **Anmeldung**

##### **Bereich Familienbildung – Frau Becker-Ciardo**

Montag – Freitag 9.00 – 12.00 Uhr

Donnerstag 14.00 – 16.00 Uhr

Telefon: (0 61 51) 13 25 09/Telefax: (0 61 51) 13 28 15

E-Mail: [fbs@darmstadt.de](mailto:fbs@darmstadt.de)

##### **Bereich Erziehungsberatung – Frau Köhler/Frau van der Meulen**

Montag 8.00 – 17.30 Uhr

Dienstag – Donnerstag 8.00 – 16.30 Uhr

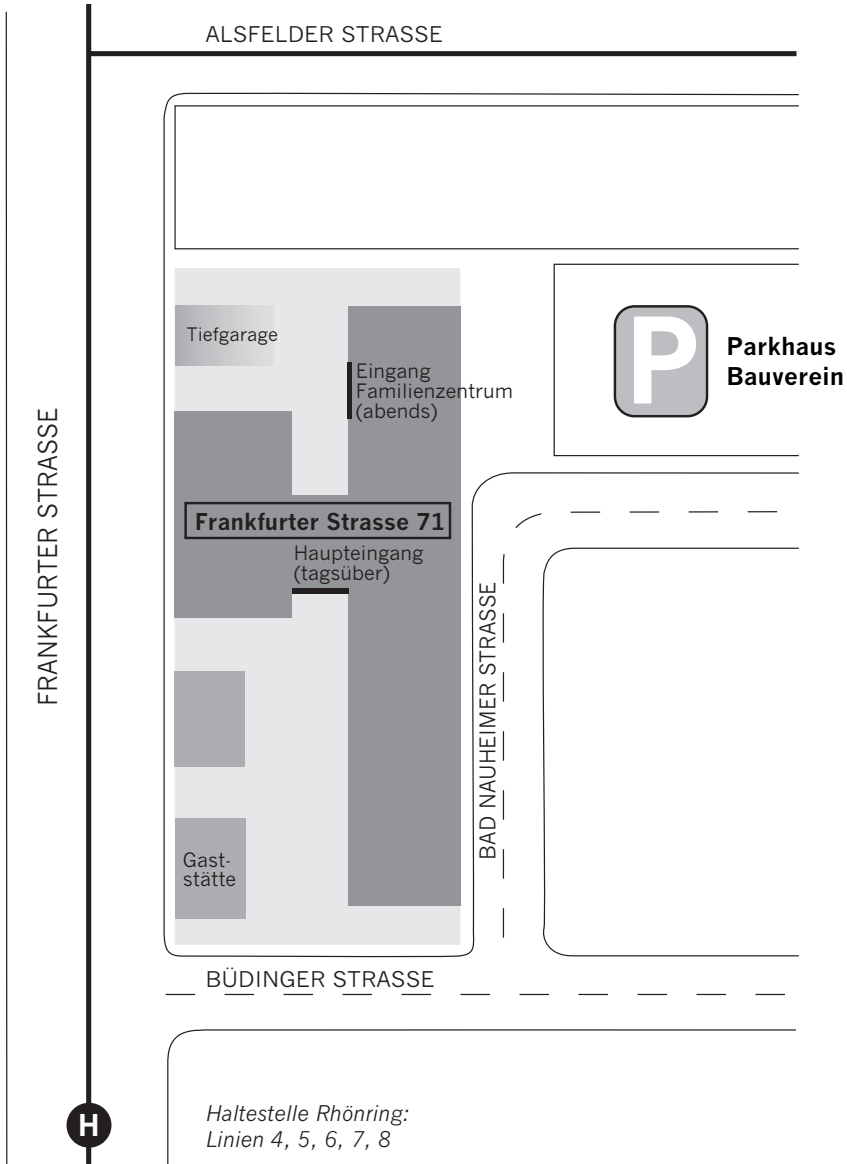
Freitag 8.00 – 13.00 Uhr

Telefon: (0 61 51) 3 50 60/Telefax: (0 61 51) 35 06 23

E-Mail: [erziehungsberatung@darmstadt.de](mailto:erziehungsberatung@darmstadt.de)

## So finden Sie uns

[www.familienzentrum-darmstadt.de](http://www.familienzentrum-darmstadt.de)



# Wer wir sind

**Leiterin:** Annedore Bauer, Dipl.-Sozialarbeiterin      Telefon: 13 32 58

**Stellv. Leiter:** Peter Ottasek, Dipl.-Psychologe      Telefon: 3 50 60

## Bereich Familienbildung:

---

**Rita Dippel**, Kinderkrankenschwester      Telefon: 13 32 12  
FB 2: Das erste und zweite Lebensjahr  
FB 5: Väter

**Johanna Foshag**, Pädagogin      Telefon: 13 28 99  
FB 7: Pädagogik – Psychologie  
FB 8: Fortbildung für Fachkräfte

**Monika Kanzler-Sackreuther**, Dipl.-Sozialpädagogin,  
Geburtsvorbereiterin      Telefon: 13 30 32  
FB 1: Rund um die Geburt

**Sonja Brenner**, Dipl.-Sozialpädagogin      Telefon: 13 40 54  
FB 3: Das zweite, dritte... Lebensjahr (Eltern-Kind-Angebote)  
FB 9: Fortbildung für Tagespflegepersonen

**Renata Heinz**, Sozialpädagogin (B.A.)      Telefon: 13 30 88  
FB 3: Das zweite, dritte... Lebensjahr (Eltern-Kind-Angebote)  
FB 4: Kreativität/Ökologie

**Marion Metz**, Dipl.-Sozialarbeiterin

**Judith Staake-Ludwig**, Dipl.-Sozialpädagogin      Telefon: 13 32 11  
FB 9: Fortbildung für Tagespflegepersonen

**Katharina Maiwald**, Dipl.-Oecotrophologin      Telefon: 13 30 31  
FB 6: Gesundheit – Ernährung, Entspannung, Bewegung

**Saskia Müller**      Telefon: 13 38 71  
Sozialpädagogin (B.A.) im Anerkennungsjahr



## **Bereich Erziehungsberatung:**

---

<b>Helga Brand-Wolf,</b>	staatl. anerkannte Motopädin Sozialpädagogin (B.A.)
<b>Ursula Glöckner-Schultze,</b>	Dipl.-Psychologin, Kinder- und Jugendtherapeutin
<b>Peter Ottasek,</b>	Dipl.-Psychologe
<b>Sabine Schulz,</b>	Dipl.-Sozialpädagogin
<b>Johanna Wagner-Volkmann,</b>	Dipl.-Sozialpädagogin
<b>Jola Henrici</b>	Sozialpädagogin (B.A.) im Anerkennungsjahr

## **Mitarbeiterinnen der Verwaltung des Familienzentrums:**

---

<b>Anmeldung Familienbildung:</b>	Kerstin Becker-Ciarlo Telefon: 13 25 09
<b>Verwaltung:</b>	Beate Thalheimer Telefon: 13 25 45 Heike Wehner Telefon: 13 32 56
<b>Sekretariat Familienbildung:</b>	Ursula van der Meulen Telefon: 13 30 30
<b>Sekretariat Erziehungsberatung:</b>	Katja Köhler Ursula van der Meulen Telefon: 3 50 60

# **Beratung von Schwangeren und Eltern mit Kindern im Alter von 0 – 1,5 Jahren**

(für Darmstädter Bürgerinnen und Bürger)

## **Hotline – Telefonische Information für Schwangere und junge Eltern**

---

Sie haben Fragen zu Ihrer Schwangerschaft, zu Mutterschutzregelungen, zur Planung Ihrer Elternzeit, zum Elterngeld, der Rückbildungszeit, zum Stillen und Ernährung, der neuen Lebensphase – dem Alltag mit Baby und Kleinkind. Sie können uns unter der

**Rufnummer 13 32 12, dienstags von 9.00 – 11.00 Uhr**

erreichen. Sollte sich während des Telefonats ein umfassender Beratungsbedarf zeigen, vereinbaren wir gerne mit Ihnen ein persönliches Gespräch.

## **Beratung nach Kaiserschnitt/traumatische Geburt**

---

Trotz aller Erleichterung, dass nun doch alles gut gegangen ist, müssen die “Narben an Körper und Seele” verarbeitet werden. Hierzu haben Sie in einer individuellen Beratung Gelegenheit. Sie können sich telefonisch unter der

**Rufnummer 13 30 30 montags bis freitags in der Zeit von 8:30 – 11:30**

**Uhr** anmelden. Falls Sie außerhalb dieser Zeiten anrufen, können Sie auch eine Nachricht auf den Anrufbeantworter sprechen.

## Babysprechstunde

### Wir begleiten Sie beim “Eltern werden”



Nach der Geburt eines Kindes ist für Eltern plötzlich alles anders. Es beginnt eine Berg- und Talfahrt zwischen Ordnung und Chaos, Freude und Verunsicherung. Wir nehmen uns Zeit für Sie und Ihr Anliegen, um mit Ihnen individuelle Lösungen zu finden. Zu folgenden Themen beraten wir Sie – einzeln oder mit der gesamten Familie:

- Warum schreit mein Baby so viel?
- Was will mein Baby mir eigentlich sagen?
- Wann schläft mein Baby endlich durch?
- Ernähre/stille ich mein Baby richtig?
- Wann ist der richtige Zeitpunkt zum Abstillen?
- Mein Baby braucht mich den ganzen Tag und ich komme zu nichts?
- Wie gelingt es, die Bedürfnisse des Babys und die von uns Eltern zu vereinbaren?
- Wie gehen wir als Eltern mit den Veränderungen in der Partnerschaft um?
- ... und Ihr individuelles Anliegen?

Die Beratung ist auch videogestützt möglich.

Wir sind ein multiprofessionelles Team aus den Bereichen Psychologie, Sozialarbeit, Sozialpädagogik, Oecotrophologie und Kinderkrankenpflege.

Alle Mitarbeiter/Mitarbeiterinnen unterliegen der Schweigepflicht.

Die Beratung ist für Darmstädter Bürgerinnen und Bürger kostenlos.

Sie können sich telefonisch unter der **Rufnummer 13 30 30, montags bis freitags in der Zeit von 8:30 bis 11:30 Uhr** für ein persönliches Beratungsgespräch bei uns anmelden.

# Beratungsangebot im Bereich Erziehungsberatung

– Jakob-Jung-Strasse 2 –

Unser Beratungsangebot richtet sich an alle Darmstädter Bürger mit Kindern bis zum 18. Lebensjahr. Wenn Sie ein Kind erziehen oder betreuen, hilft die Erziehungsberatung bei:

- Erziehungsfragen und -schwierigkeiten
- Persönlichen und familiären Problemen
- Auffälligkeiten im Kindergarten
- Bei Leistungs- und Verhaltensproblemen in Schule und Ausbildung
- Bei Fragen von Eineltern- und Stieffamilien
- Bei Fragen zu und in Trennung und Scheidung
- Beim Aufbau von unterbrochenen Eltern-Kind-Kontakten (begleiteter Umgang)

Sie können sich bei uns telefonisch anmelden unter der

## **Rufnummer 3 50 60**

montags in der Zeit von	8:00 bis 17:30 Uhr
dienstags bis donnerstags von	8:00 bis 16:30 Uhr
und freitags von	8:00 bis 12:00 Uhr

Falls Sie sich außerhalb dieser Zeiten an uns wenden wollen, können Sie auch eine Nachricht auf den Anrufbeantworter sprechen.

## **Offene Sprechstunde – umgehend und persönlich – auch ohne telefonische Voranmeldung**

---

Jeden Montag in der Zeit von 16:00 – 17:30 Uhr bieten wir Ihnen persönliche Beratungsgespräche an.

# Ein Thema Ihrer Wahl.....



## Angebote an Gruppen

Sie sind eine Gruppe von Eltern aus Krabbelstuben, Kindergärten, Schulen oder Erzieherinnen/Erziehern, Lehrerinnen/Lehrern und wünschen sich eine qualifizierte Referentin oder einen Referenten für eine Informationsveranstaltung oder einen Gesprächsabend?

Wir bieten Ihnen an, im Rahmen folgender Themenbereiche eine Veranstaltung für Sie durchzuführen:

- positive Gesprächsführung
- Kinder ermutigen – Selbstvertrauen stärken
- Umgang mit aggressivem Verhalten bei Kindern
- Wertevermittlung heute
- Rituale – Regeln – Grenzen
- Übergewicht im Kindesalter vorbeugen – Prävention in der Familie
- Bewegung macht schlau – Die Bedeutung von Bewegung für die kindliche Entwicklung
- Rund um das Thema Geschwister

Fragen Sie nach! Die inhaltliche Schwerpunktsetzung orientiert sich an Ihren Interessen und wird im Vorfeld abgesprochen. Bei Interesse wenden Sie sich bitte an: Frau Bauer, Tel.: 13 32 58 oder Frau Foshag, Tel.: 13 28 99

## Babysittervermittlung

Suchen Sie eine Babysitterin oder Babysitter, dann ist unsere Babysitterkartei für Sie das Richtige.

Jugendliche, die in unserer Einrichtung einen Babysitterkurs absolviert haben, stehen zur Vermittlung zur Verfügung.

Auskünfte erhalten Sie über unser Sekretariat Tel.: 13 30 30 oder 13 30 32.

# Ferienakademie im Familienzentrum

## **WEIHNACHTSFERIENKURS**

### **Spuren im Schnee**

---

Freie Malerei für 7 – 10-Jährige.

Kursleitung: Heidi Schrickel

#### **404-04-F2**

02. – 06.01.2012

MO – FR, 5 x

10.00 – 14.00 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 001

Gebühr: 56,50 €

## **OSTERFERIENKURSE**

### **Meine Lieblingsfarbe ist bunt**

---

Für 7 – 11-Jährige.

Kursleitung: Heidi Schrickel

#### **404-01-F1**

10. – 13.04.2012

DI – FR, 4 x

10.00 – 14.00 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 001

Gebühr: 46,50 €

### **Hexen, brauen, kochen und zaubern**

---

Für 6 – 10-jährige Jungen und Mädchen.

Kursleitung: Eva-Maria Herzog-Reichwein

#### **404-02-F1**

02.04. – 05.04.2012

MO – DO, 4 x

9.00 – 14.00 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 001

Gebühr: 48,50 €

### **Wie kam der Osterhase zum Ei?**

---

Für Kinder von 7 – 10 Jahren.

Kursleitung: Saskia Müller

Jola Henrici

#### **404-03-K1**

02.04. – 05.04.2012

MO – DO, 4 x

8.00 – 14.00 Uhr

Kranichstein

Bartningstr. 33

Gebühr: 49,50 €

## **SOMMERFERIENKURS**

### **Die wilden Farben des Sommers**

---

Freie Malerei für 7 – 10-Jährige.

Kursleitung: Heidi Schrickel

#### **404-04-F1**

02. – 06.07.2012

MO – FR, 5 x

10.00 – 14.00 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 001

Gebühr: 56,50 €

# Rund um die Geburt



**Fachbereichsleiterin:**

**Monika Kanzler-Sackreuther, Tel.: 13 30 32**

---

<b>Beratungsangebote</b>	Seite	8
<b>Vorstellung des Fachbereichs</b>	Seite	14

---

<b>Vorbereitung auf das Baby</b>		
Säuglingspflege	Seite	15 – 16
Elternvorbereitung	Seite	16 – 20

---

<b>Geschwistervorbereitung</b>	Seite	20
<b>Babysitterkurs und Vermittlung</b>	Seite	11, 21 – 22

---

<b>Geburtsvorbereitung</b>		
Paare/Einzel	Seite	23 – 24
zweites, drittes Kind	Seite	25

---

<b>Bewegung in der Schwangerschaft</b>		
Schwangerschaftsgymnastik	Seite	26
Bewegung im Wasser	Seite	27
Sanfte Bewegung	Seite	28

---

<b>Die ersten Monate nach der Entbindung</b>		
Tragetuch	Seite	30
Rückbildung/Rückbildung mit Baby	Seite	31 – 36
...wenn die Geburt schwierig war	Seite	36

Jede Schwangerschaft ist eine besondere Zeit:

Sie ist geprägt von Freude, aber auch von Unsicherheiten und der Suche nach Orientierung.

Mit den Kursen auf den folgenden Seiten bietet das Familienzentrum – Familienbildung eine breite Palette von Angeboten, die Sie in Ihrer Schwangerschaft und den ersten Wochen mit dem Baby begleiten und unterstützen.

Die Schwerpunkte der Kurse sind unterschiedlich gesetzt:

- Vorbereitung auf das Baby und das Elternsein
- Veränderung durch ein 2., 3. und weiteres Kind
- Bewegungsangebote, die das Wohlfühlen in der Schwangerschaft unterstützen
- Kurse, die gezielt auf die Geburt vorbereiten
- Bewegungsangebote in der Rückbildungszeit
- Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit – Stillberatung

### **Rechtsinformation für werdende Eltern**

(z.B. Mutterschutz, Elternzeit, Regelungen, wenn Sie als Eltern nicht verheiratet sind...)

Terminvereinbarung unter Tel: 133030

montags bis freitags 08.30 – 11.30 Uhr oder über Anrufbeantworter montags bis freitags jeweils ab 14.00 Uhr unter Tel.: 13 3032.



## VORBEREITUNG AUF DAS BABY

### Säuglingspflege

---

Ein Baby zu pflegen scheint komplizierter als es ist. Was dem Baby gut tut und was es wirklich braucht steht im Mittelpunkt des Kurses. Die Themen umfassen: Körperpflege, Handling, Babys Schlaf, mit dem Baby unterwegs, nützliche Anschaffungen.  
Kursleitung: Heide Reitz

#### 101-01-F1

am 21.01.2012  
Samstag  
10.00 – 14.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 11,90 €  
Paare: 17,10 €

### Säuglingspflege

---

Kursleitung: Andrea Chekabab-Kraft

#### 101-02-F1

am 25.02.2012  
Samstag  
10.00 – 14.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 11,90 €  
Paare: 17,10 €

### Säuglingspflege und die ersten Wochen mit dem Baby

---

Das Baby mit einer angemessenen Pflege gut zu versorgen und wie in den ersten Wochen eine positive Bindung zu dem Baby aufgebaut wird sind die Schwerpunkte des Vormittags.

Kursleitung: Eva Schröter

Monika Kanzler-Sackreuther

#### 101-03-F1

am 17.03.2012  
Samstag, 1 x  
9.30 – 14.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Gebühr: 14,50 €  
Paare: 21,00 €

*In Kooperation mit dem Klinikum Darmstadt*

## Säuglingspflege

---

Kursleitung: Heide Reitz

### 101-04-F1

am 12.05.2012  
Samstag  
10.00 – 14.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 11,90 €  
Paare: 17,10 €

## Säuglingspflege

---

Kursleitung: Andrea Chekabab-Kraft

### 101-05-F1

am 23.06.2012  
Samstag  
10.00 – 14.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 11,90 €  
Paare: 17,10 €

## Babytragekurs für Schwangere

---

Babys sind Traglinge. Sie genießen die Nähe und Geborgenheit beim Tragen. Es werden alle Fragen rund um das Tragen von kleinen Babys besprochen.

- Womit kann man Babys tragen?
- Welche Bindeweisen sind geeignet für Babys?
- Welche Tragehilfen kann man alternativ oder ergänzend für kleine Babys benutzen?
- Woran erkenne ich eine gute Tragehilfe?

Der Babytragekurs dient als Orientierung für Schwangere. Vorkenntnisse rund ums Tragen sind nicht notwendig! In diesem Kurs werden neue Bindeweisen individuell vermittelt.

Kursleitung: Imke Jung-Kroh

### 101-06-F1

am 11.02.2012  
Samstag  
10.00 – 12.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 9,60 €  
Paare: 13,65 €

### 101-07-F1

am 05.05.2012  
Samstag  
10.00 – 12.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 9,60 €  
Paare: 13,65 €

## Die Sprache des Babys verstehen

---

Babys nehmen von Anfang an Kontakt zu ihren Eltern auf. Über Gesten und Laute teilen sie ihre Bedürfnisse mit. Anhand von Videoclips lernen Sie die Babysprache kennen, z.B. wenn das Baby müde ist, Hunger hat, sich langweilt oder etwas erzählen möchte. Dabei erhalten Sie auch Informationen über frühe Entwicklungsprozesse. Sich bereits in der Schwangerschaft damit zu beschäftigen, gibt Sicherheit in der Zeit nach der Geburt. Auf Wunsch kann ein Nachtreffen vereinbart werden.

Kursleitung: Annedore Bauer

### 101-08-F1

am 01.02.2012  
Mittwoch  
18.00 – 20.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 9,30 €  
Paare: 13,20 €



## Die Sprache des Babys verstehen

---

Kursleitung: Annedore Bauer

### 101-09-F1

am 18.04.2012  
Mittwoch  
18.00 – 20.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 9,30 €  
Paare: 13,20 €

## Die Sprache des Babys verstehen

---

Kursleitung: Annedore Bauer

### 101-10-F1

am 16.07.2012  
Montag  
18.00 – 20.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 9,30 €  
Paare: 13,20 €

## **Familienglück, das kann uns gelingen**

---

Bald kommt das Baby. Und schon tauchen jede Menge Fragen auf: Wird es glatt laufen? Werden wir alles schaffen? Wie wird es sein das Leben zu Dritt.

Eigene Erwartungen und auch die oftmals hohen Ansprüche von außen können manchmal zu Verunsicherung führen. Und die zu erwartende Veränderung des Alltags – bald zu dritt – muss optimal organisiert werden. Überraschungen sind da vorprogrammiert! Da kann es schon mal stressig werden.

Gelassenheit für Eltern und Baby ist jedoch die beste Voraussetzung für die Bewältigung der neuen Aufgaben, für die Entwicklung des Kindes in den ersten Monaten und für das Zusammenwachsen der neuen Familie.

Themenschwerpunkte:

- Aufgabenteilung als Eltern
- Mutter- und Vaterrolle
- Stolperfallen des Alltags mit Baby
- Stressprävention
- Beziehungspflege
- Konfliktbewältigung
- soziales Umfeld, ein Netzwerk bauen
- Austausch mit jungen Eltern

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther  
Annedore Bauer

### **101-11-F1**

03.03.2012 und  
10.03.2012  
samstags  
9.30 – 14.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Gebühr: Paar 44,75 €  
plus Nachtreffen

### **101-12-F1**

16.06.2012 und  
30.06.2012  
samstags  
9.30 – 14.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Gebühr: Paar 44,75 €  
plus Nachtreffen

## **SAFE® – SICHERE AUSBILDUNG FÜR ELTERN**

### **Ein Programm zur Förderung einer sicheren Bindung zwischen Eltern und Kind**

---

Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft werfen viele Fragen auf. Zunehmend fühlen sich Eltern verunsichert oder sind unterschiedlicher Meinung, was denn das Beste für ihr Baby sei?

**SAFE®**-Seminare sollen Eltern helfen, Sicherheit im Umgang mit Ihrem Baby zu entwickeln. Sie lernen, feinfühlig, prompt und angemessen auf die Signale Ihres Kindes zu reagieren. Dadurch entwickelt Ihr Baby eine sichere Bindung zu Ihnen. Dies ist die beste Basis, die Eltern ihrem Kind geben können.

Aus der Forschung wissen wir, dass sicher gebundene Kinder lebenslang selbstsicherer, belastbarer und sozial kompetenter sind.

SAFE richtet sich an alle werdenden Eltern, Paare und Alleinerziehende gleichermaßen. Die Seminare beginnen in der ca. 20. Schwangerschaftswoche und werden bis zum Ende des ersten Lebensjahres des Kindes in einer geschlossenen Gruppe durchgeführt (10 Termine). Nach der Geburt sind die Babys bei dem Seminar dabei.

Kursleitung: Rita Dippel  
Stefanie Manger

#### **101-13-F1**

Informationsabende:  
15.03.2012 und

am 28.06.2012  
19.30 – 21.00 Uhr  
Raum 004.  
Gebühr: keine

Um Anmeldung wird  
gebeten.



### **Babysittervermittlung**

Suchen Sie eine Babysitterin oder Babysitter, dann ist unsere Babysitterkartei für Sie das Richtige. Jugendliche, die in unserer Einrichtung einen Babysitterkurs absolviert haben, stehen zur Vermittlung zur Verfügung. Auskünfte erhalten Sie über unser Sekretariat Tel.: 13 30 30 oder die Hotline Tel.: 13 3212.

## **Unsere Familie wächst...**

### **– Geschwistervorbereitung –**

---

Vorbereitung auf die Zeit mit dem Geschwisterchen, ein Kurs für Eltern und Kinder. Während die Kinder sich der Säuglingspflege annähern, erfahren die Eltern, wie sie die Entwicklung einer positiven Geschwisterbeziehung unterstützen können.

Kursleitung: Anja Mayer

Monika Kanzler-Sackreuther

*Kooperation mit dem Klinikum Darmstadt*

#### **101-14-F1**

am 18.02.2012  
Samstag, 1 x  
15.30 – 17.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006/004  
Gebühr:  
1 Elternteil + Kind  
9,70 €  
2. Elternteil: 5,20 €

#### **101-15-F1**

am 28.04.2012  
Samstag, 1 x  
15.30 – 17.30 Uhr

#### **101-16-F1**

am 02.06.2012  
Samstag, 1 x  
9.30 – 11.30 Uhr

## **Themenabend:**

### **...wenn das Zweite kommt**

---

Mit der Geburt des zweiten Kindes ändert sich die Familiensituation. Wie Sie sich und Ihr Kind auf das Baby vorbereiten können, so dass sich alle über den Zuwachs freuen, das steht im Mittelpunkt des Abends.

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther

#### **101-17-F1**

am 20.03.2012  
Dienstag, 1 x  
18.30 – 20.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Gebühr: 5,40 €

#### **101-18-F1**

am 04.06.2012  
Montag, 1 x  
18.30 – 20.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Gebühr: 5,40 €

## Babysitterkurs

---

Für Jugendliche ab 13 Jahren.

Schon einmal überlegt Babysitter zu werden? Wenn ja, dann ist dieser Kurs mit den folgenden Schwerpunkten genau das Richtige: Erwartungen der Eltern, Wickeln, Füttern, Baden, Trösten, Beschäftigungsmöglichkeiten für Kinder von 0 – 6 Jahren, Verhaltensweisen in Notsituationen, rechtliche Aspekte. Für viele Eltern, die einen Babysitter suchen oder bei der Bewerbung um eine Au-pair-Stelle ist dieser Kurs ein wichtiger Qualifikationsnachweis.

Die Teilnehmerinnen/Teilnehmer werden am Ende des Kurses mit einem Babysitterdiplom ausgezeichnet. Zusätzlich erhalten sie die Möglichkeit, in die Babysitterkartei des Familienzentrums aufgenommen zu werden.

Kursleitung: Inge Trenzen

Ulrike Krahn-Raab

*Kooperation mit dem Deutschen Kinderschutzbund*

### 101-19-F1

23./24.03.2012

FR/SA

15.30 – 18.30 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 004

Gebühr: 13,50 €



## Babysitterkurs

---

Für Jugendliche ab 13 Jahren.

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther

### 101-20-F1

15./16.06.2012

FR/SA

15.30 – 18.30 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 004

Gebühr: 13,50 €

*Kooperation mit dem Deutschen Kinderschutzbund*

## Babysitter Ü 50

101-21-F1

12./13.04.2012

DO/FR

15.30 – 18.30 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 004

Gebühr: 13,50 €

Viele Eltern wünschen sich eine „reifere“ Person, der sie ihr Baby/Kind anvertrauen können und die auch z.B. eine regelmäßige Vormittagsbetreuung übernehmen kann.

Wenn Ihnen diese Beschäftigung Spaß machen würde, dann lassen Sie sich auf den „neuesten Stand“ bringen und frischen Sie Ihre Kenntnisse im Bereich Betreuung und Beschäftigung von Kindern sowie Babypflege auf. Anschließend nehmen wir Sie gerne in die Babysitterkartei auf.

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther



Geburtshaus  
am Ohlenbach

Persönliche  
Betreuung durch  
Ihre Hebamme  
von Anfang an

Verschiedene  
Kursangebote  
und Therapien  
auf Anfrage

Geburten in  
angenehmer  
Atmosphäre  
mit Gebärvanne

Infoabend jeden  
1. Freitag  
im Monat  
um 19 Uhr

Wir bitten um tel. Voranmeldung!  
Telefon 0 61 50 / 18 14 42

Darmstädter Landstraße 16  
64331 Weiterstadt-Gräfenhausen  
[www.geburtshaus-ohlenbach.de](http://www.geburtshaus-ohlenbach.de)

## **GEBURTSVORBEREITUNG ( K )**

### **Geburtsvorbereitung für Frauen – mit 2 Partnerabenden**

---

Der Kurs beinhaltet u.a. Atem- und Körperarbeit, Umgang mit dem Schmerz, geburtserleichterndes Verhalten und alle nötigen Informationen bezüglich Geburt, Wochenbett und Stillen sowie dem Umgang mit dem Baby. Im Mittelpunkt der Partnerabende steht die Unterstützung der Frau während der Geburt, damit sich ein positives gemeinsames Geburtserlebnis entwickeln kann

Kursleitung: Rita Leiss

### **Geburtsvorbereitung für Frauen – mit 2 Partnerabenden**

---

Kursleitung: Rita Leiss

### **Geburtsvorbereitung für Frauen – mit 2 Partnerabenden**

---

Kursleitung: Rita Leiss

#### **102-01-E1**

ab 09.01.2012  
bis 20.02.2012  
montags  
19.30 – 21.30 Uhr  
plus Nachtreffen  
Eberstadt, Oberstr. 13  
Dauer: 7 x  
Gebühr: 55,70 €

**Einige Krankenkassen  
bezuschussen den Kurs.**

#### **102-02-E1**

ab 12.03.2012  
bis 30.04.2012  
montags  
19.30 – 21.30 Uhr  
plus Nachtreffen  
Eberstadt, Oberstr. 13  
Dauer: 7 x  
Gebühr: 55,70 €

#### **102-03-E1**

ab 04.06.2012  
bis 16.07.2012  
montags  
19.30 – 21.30 Uhr  
plus Nachtreffen  
Eberstadt, Oberstr. 13  
Dauer: 7 x  
Gebühr: 55,70 €



## **Ganzheitliche Geburtsvorbereitung® am Wochenende**

---

Dieses Angebot richtet sich an Paare und Frauen, die an wöchentlichen Geburtsvorbereitungskursen nicht teilnehmen können. Die Inhalte der Geburtsvorbereitung werden an diesem Wochenende zusammengefasst. Hierbei werden Informationen, Körper- und Atemübungen und der Austausch miteinander wichtige Elemente sein. Ein Blick voraus auf die erste Zeit mit dem Baby rundet die Vorbereitung ab.

Kursleitung: Iris Bär

### **102-04-E1**

27. – 29.01.2012  
FR 18.00 – 21.00 Uhr  
SA 09.00 – 15.00 Uhr  
SO 10.00 – 13.00 Uhr  
plus Nachtreffen  
Eberstadt, Oberstr. 13  
Gebühr:  
Paare: 72,90 €  
Einzelne: 47,70 €

Einige Krankenkassen  
bezuschussen den Kurs.

## **Ganzheitliche Geburtsvorbereitung® am Wochenende**

---

Kursleitung: Iris Bär

### **102-05-E1**

20. – 22.04.2012  
FR 18.00 – 21.00 Uhr  
SA 09.00 – 15.00 Uhr  
SO 10.00 – 13.00 Uhr  
plus Nachtreffen  
Eberstadt, Oberstr. 13  
Gebühr:  
Paare: 72,90 €  
Einzelne: 47,70 €

Einige Krankenkassen  
bezuschussen den Kurs

## **Ganzheitliche Geburtsvorbereitung® für Paare, die ein weiteres Kind erwarten**

---

Dieser Kurs richtet sich an Paare, die ein weiteres Kind erwarten. Wir werden uns Zeit nehmen für die Themen:

- Aktuelle Schwangerschaft, die Geburt und das Baby
- Austausch über die vorherigen Geburtserlebnisse
- Väter und ihre Schwangerschafts- und Geburtserfahrungen
- Veränderungen, die ein weiteres Kind für die Familie und die Paarbeziehung bedeuten
- Wiederholung für die Geburt, wie: Atmung, Gebärhaltung, einzelne Geburtsphasen
- Die ersten Wochen mit den Kindern

### **Bei Bedarf ist Kinderbetreuung möglich.**

Zur Kostendeckung wird eine Unkostenpauschale von 2,60 € pro Kind und Kursstunde erhoben.

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther

## **Ganzheitliche Geburtsvorbereitung® für Paare, die ein weiteres Kind erwarten**

---

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther

### **102-06-F1**

am 24./25.03.2012  
SA 15.00 – 18.00 Uhr  
SO 10.00 – 13.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Dauer: 2 x  
plus Nachtreffen  
Gebühr:  
Paare: 40,80 €  
Einzelne: 27,70 €

Einige Krankenkassen  
bezuschussen den Kurs.



### **102-07-F1**

am 02./03.06.2012  
SA 15.00 – 18.00 Uhr  
SO 10.00 – 13.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Dauer: 2 x  
plus Nachtreffen  
Gebühr:  
Paare: 40,80 €  
Einzelne: 27,70 €

## **BEWEGUNG IN DER SCHWANGERSCHAFT**

### **Schwangerschaftsgymnastik**

---

Ein abwechslungsreiches Übungsprogramm mit Musik zur leichten Kräftigung im Wechsel mit Entspannungseinheiten für die Balance des sich verändernden Körpers. Hilfe zur Selbsthilfe bei typischen „Beschwerden“ während der unterschiedlichen Phasen der Schwangerschaft.

Außerdem: Viel Raum für Gespräche, Austausch und Informationen rund um das Thema Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett.

Die Teilnahme am Kurs kann ca. ab der 18. Schwangerschaftswoche beginnen und sollte ärztlich abgeklärt sein.

Kursleitung: Michaela Eppinger

### **103-01-F1**

ab 01.02.2012  
bis 21.03.2012  
mittwochs, 8 x  
9.30 – 11.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 003  
Gebühr: 43,50 €

Bitte T-Shirt,  
Leggings und dicke  
Socken mitbringen

### **Schwangerschaftsgymnastik**

---

Kursleitung: Michaela Eppinger

### **103-02-F1**

ab 25.04.2012  
bis 13.06.2012  
wie Kurs 103-01-F1

### **Schwangerschaftsgymnastik**

---

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther

### **103-03-A1**

ab 27.03.2012  
bis 08.05.2012  
dienstags, 6 x  
18.30 – 20.00 Uhr  
Arheilgen  
Jakob-Jung-Str. 2  
Gebühr: 33,00 €

### **Schwangerschaftsgymnastik**

---

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther

### **103-04-A1**

ab 22.05.2012  
bis 26.06.2012  
wie Kurs 103-03-A1



## **BEWEGUNG IM WASSER**

### **Aqua-Gymnastik für Schwangere**

---

Bewegung im Wasser entspannt und regt das Herz-Kreislauf-System an. Gezielte wassergymnastische Übungen wirken auf die in der Schwangerschaft besonders beanspruchten Muskelpartien und die Wirbelsäule. Es ist eine Wohltat für Körper und Geist, da die Bewegung im Wasser um vieles einfacher ist, als außerhalb des nassen Elements. Unter fachlicher Anleitung werden gezielte Übungen zur Unterstützung in der Schwangerschaft durchgeführt, aber auch Momente der Ruhe und des Wohlbefindens kommen nicht zu kurz. Eine schriftliche ärztliche Genehmigung ist erwünscht.  
Kursleitung: Corinna Reif

#### **104-01-JB1**

ab 09.01.2012  
bis 06.02.2012  
montags  
19.00 – 20.00 Uhr  
Jugendstilbad  
Dauer: 5 x  
Gebühr: 54,25 €

**inkl. Eintritt und  
eine weitere Stunde  
Schwimmbadnutzung**

### **Aqua-Gymnastik für Schwangere**

---

Kursleitung: Corinna Reif

#### **104-02-JB1**

ab 27.02.2012  
bis 26.03.2012

### **Aqua-Gymnastik für Schwangere**

---

Kursleitung: Corinna Reif

#### **104-03-JB1**

ab 16.04.2012  
bis 14.05.2012

### **Aqua-Gymnastik für Schwangere**

---

Kursleitung: Corinna Reif

#### **104-04-JB1**

ab 21.05.2012  
bis 25.06.2012

## **SANFTE BEWEGUNG**

### **Yoga für Schwangere**

---

Die Schwangerschaft stellt große Anforderungen an Körper, Seele und Geist und macht bewusst, wie eng diese miteinander verbunden sind und sich gegenseitig beeinflussen. Hierbei wirkt Yoga harmonisierend. Die Organe, die während der Schwangerschaft vermehrt Arbeit zu leisten haben, werden gut durchblutet und massiert.

Ebenso werden Wirbelsäule, Bänder und Sehnen, die mit dem zunehmenden Gewicht des Kindes stärker beansprucht sind, gedehnt und gekräftigt. Der Einstieg in diesen Kurs ist in Absprache mit dem Anmeldebüro jederzeit möglich. (Tel.: 13 25 09)

Bitte bequeme Kleidung und Socken mitbringen.

Kursleitung: Gloria Bartusch

### **104-05-F1**

ab 17.01.2012  
bis 27.03.2012  
dienstags  
17.30 – 19.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Dauer: 10 x  
plus Nachtreffen  
Gebühr: 59,20 €

### **Yoga für Schwangere**

---

Kursleitung: Gloria Bartusch

### **104-06-F1**

ab 17.04.2012  
bis 26.06.2012  
dienstags  
17.30 – 19.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Dauer: 9 x  
plus Nachtreffen  
Gebühr: 53,95 €

## Shiatsu in der Schwangerschaft

---

Shiatsu ist eine in Japan entwickelte Körperbehandlung, die auf dem Wissen der chinesischen Medizin basiert und davon ausgeht, dass die als Ki bekannte Lebensenergie durch Meridiane genannte Wege des Körpers fließt und diesen nährt, kräftigt und belebt. Shiatsu leistet Unterstützung, indem durch manuellen Druck von außen auf die Meridiane die Blockaden des Energieflusses aufgehoben werden und Ki natürlich fließen kann.

An diesem Abend werden gemeinsam einige Behandlungspositionen erarbeitet, die in der Schwangerschaft die Möglichkeit geben, sich zu erholen und in einen guten Kontakt zu dem Baby zu kommen. Auch werden Behandlungen erlernt, die Linderung bei schwangerschaftstypischen Beschwerden bringen.

Das Angebot kann bei Nachfrage um 2 Abende verlängert werden.

Bitte eine Decke und ein Handtuch mitbringen.

Kursleitung: Judith Staake-Ludwig

### 104-07-F1

am 08.03.2012  
Donnerstag  
18.00 – 19.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 003  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Paare: 9,40 €



## Shiatsu in der Schwangerschaft

---

Kursleitung: Judith Staake-Ludwig

### 104-08-F1

am 10.05.2012  
Donnerstag  
18.00 – 19.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 003  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Paare: 9,40 €

## **DIE ERSTEN MONATE NACH DER ENTBINDUNG**

...wenn Sie Fragen haben zum Stillen und der Ernährung, der neuen Lebensphase – dem Alltag mit dem Baby oder zum Binden des Tragetuches, rufen Sie uns an unter der

**Rufnummer 13 32 12, dienstags, 9.00 – 11.00 Uhr**

Sollte sich während des Telefonats ein umfassenderer Beratungsbedarf zeigen, vereinbaren wir gerne mit Ihnen ein persönliches Gespräch.

### **Tragetuchkurs Mini**

---

Ein Baby will getragen sein. An diesem Vormittag werden zwei Tragetechiken mit dem Tragetuch eingeübt, mit dem Sie Ihr Baby sicher und bequem vorne tragen können (Doppelkreuztrage und Wickelkreuztrage). Der Tragetuchkurs Mini eignet sich für Eltern mit Babys von 0 bis 4 Monaten. Tragetücher können gestellt werden. Wenn ein Tragetuch vorhanden ist, bitte mitbringen.  
Kursleitung: Imke Jung-Kroh

#### **105-01-F1**

am 07.02.2012  
Dienstag, 1 x  
10.00 – 12.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Gebühr: 8,00 €

#### **105-02-F1**

am 15.06.2012  
Freitag, 1 x

### **Tragetuchkurs Maxi**

---

Wenn Ihr Baby älter ist und mehr sehen möchte, können Sie es auf der Hüfte oder auf dem Rücken tragen. In diesem Kurs wird eine Bindeweise auf der Hüfte und eine Bindeweise auf dem Rücken (Rucksack) vorgestellt und eingeübt. Der Kurs eignet sich für Eltern mit Babys ab 4 Monaten bzw. mit sicherer Kopfkontrolle, die schon etwas Bindeerfahrung gesammelt haben. Vorhandene Tragetücher bitte mitbringen.  
Kursleitung: Imke Jung-Kroh

#### **105-03-F1**

am 27.03.2012  
Dienstag, 1 x  
10.00 – 12.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Gebühr: 8,00 €

## **RÜCKBILDUNG ( K ) – Abendkurse –**

### **Rückbildungsgymnastik**

#### **Fit nach der Geburt – Zeit für mich**

---

In Verbindung mit Musik werden mit vielfältigen Übungen der Beckenboden sowie die Bauch- und Rückenmuskulatur wieder aufgebaut. Die Übungen sind abgestimmt auf die besondere Zeit nach der Geburt. Mit einem Übungsprogramm für zu Hause können Sie die Rückbildungsprozesse zusätzlich unterstützen. Außerdem erlernen Sie körperschonende Bewegungsabläufe für den Alltag mit dem Baby.

Kursleitung: Michaela Eppinger

### **Rückbildungsgymnastik**

#### **Fit nach der Geburt – Zeit für mich**

---

Kursleitung: Michaela Eppinger

### **Rückbildungsgymnastik**

---

Gezielte Übungen festigen Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskeln. Dieses wirkt sich positiv auf die Haltung aus und sorgt für ein allgemeines Wohlbefinden. Entspannungsübungen runden das Übungsprogramm ab.

Die Kursleiterin spricht Portugiesisch und Spanisch. Bitte Handtuch und Socken mitbringen.

Kursleitung: Rita Leiss

#### **105-04-F1**

ab 30.01.2012  
bis 19.03.2012  
montags, 8 x  
20.15 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr: 32,70 €

**Krankenkassen  
bezuschussen den Kurs.**

#### **105-05-F1**

ab 23.04.2012  
bis 11.06.2012  
mittwochs, 8 x  
20.15 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr: 32,70 €

#### **105-06-E1**

ab 09.01.2012  
bis 27.02.2012  
montags, 8 x  
18.00 – 19.15 Uhr  
Eberstadt  
Oberstr. 13  
Gebühr: 27,50 €



## **Rückbildungsgymnastik**

---

Kursleitung: Rita Leiss

### **105-07-E1**

ab 05.03.2012  
bis 30.04.2012  
montags, 8 x  
18.00 – 19.15 Uhr  
Eberstadt  
Oberstr. 13  
Gebühr: 27,50 €

## **Rückbildungsgymnastik**

---

Kursleitung: Rita Leiss

### **105-08-E1**

ab 04.06.2012  
bis 23.07.2012  
montags, 8 x  
18.00 – 19.15 Uhr  
Eberstadt  
Oberstr. 13  
Gebühr: 27,50 €

## **Rückbildungs-Yoga**

---

Yoga unterstützt die Rückbildungsprozesse im Körper. Die harmonischen aber gleichzeitig sportlichen Übungen helfen, die Körperkraft zurück zu gewinnen. Die Beweglichkeit nimmt wieder zu. Das gezielte Zusammenspiel von Bewegung und Atmung wirkt beruhigend und nimmt somit einen positiven Einfluss auf den Alltag mit dem Baby.

Kursleitung: Gloria Bartusch

### **105-09-F1**

ab 17.01.2012  
bis 13.03.2012  
dienstags  
19.15 – 20.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Dauer: 8 x  
Gebühr: 32,70 €

## **Rückbildungs-Yoga**

---

Kursleitung: Gloria Bartusch

### **105-10-F1**

ab 17.04.2012  
bis 19.06.2012  
dienstags  
19.15 – 20.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Dauer: 8 x  
Gebühr: 32,70 €

## RÜCKBILDUNG MIT BABYS

### Rückbildungsgymnastik mit Babys

---

In der ersten Zeit nach der Geburt werden Sie als Mutter stark gefordert:

Neuer Tages- und Nachtrhythmus

Rückbildungsprozesse in Ihrem Körper

Stillen

Von Vertrautem lösen, Neues integrieren

Dieser Kurs bietet mit der Rückbildungsgymnastik einen körperlich aktiven Teil und außerdem Gelegenheit, mit anderen jungen Müttern ins Gespräch zu kommen.

Kursleitung: Michaela Eppinger

### Rückbildungsgymnastik mit Babys

---

Kursleitung: Michaela Eppinger

### Rückbildungs-Yoga mit Babys

---

Bereits in den ersten Wochen nach der Geburt kann das Baby-Yoga-Programm beginnen. Die Übungen straffen und stärken schonend den Körper der Mutter, fördern die Beweglichkeit des Kindes, festigen die noch frische Mutter-Kind-Bindung und machen zudem beiden viel Spaß.

Kursleitung: Gloria Bartusch

#### 105-11-F1

ab 01.02.2012  
bis 21.03.2012  
mittwochs, 8 x  
11.15 – 12.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 003  
Gebühr: 38,70 €

**Krankenkassen  
bezuschussen den Kurs.**

#### 105-12-F1

ab 25.04.2012  
bis 13.06.2012  
mittwochs, 8 x  
11.15 – 12.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 003  
Gebühr: 38,70 €

#### 105-13-F1

ab 17.01.2012  
bis 06.03.2012  
dienstags, 8 x  
10.00 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Gebühr: 38,70 €



### **Rückbildungs-Yoga mit Babys**

---

Kursleitung: Myriam Buekens-Gonschorek

#### **105-14-F1**

ab 03.02.2012  
bis 09.03.2012  
freitags, 6 x  
10.00 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 003  
Gebühr: 29,40 €

### **Rückbildungs-Yoga mit Babys**

---

Kursleitung: Myriam Buekens-Gonschorek

#### **105-15-F1**

ab 16.03.2012  
bis 27.04.2012  
freitags, 6 x  
10.00 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 003  
Gebühr: 29,40 €

### **Rückbildungs-Yoga mit Babys**

---

Kursleitung: Gloria Bartusch

#### **105-16-F1**

ab 18.04.2012  
bis 06.06.2012  
mittwochs, 8 x  
11.30 – 13.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Gebühr: 38,70 €

### **Rückbildungs-Yoga mit Babys**

---

Kursleitung: Myriam Buekens-Gonschorek

#### **105-17-F1**

ab 25.05.2012  
bis 29.06.2012  
freitags, 6 x  
15.00 – 16.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 003  
Gebühr: 29,40 €



## **Rückbildung mit Babys** **Schwerpunkt Feldenkrais**

---

Die Übungen im Feldenkrais wirken insbesondere auf Becken, Rücken und Bauch. Sie eignen sich daher besonders, die Rückbildungsprozesse im Körper zu unterstützen. Des Weiteren werden wir den Babys zuschauen und die motorische Entwicklung nachvollziehen. Auch für Fragen und Austausch ist genügend Raum.

Kursleitung: Barbara Schacker

### **105-18-F1**

ab 27.01.2012  
bis 02.03.2012  
freitags, 6 x  
9.30 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Gebühr: 38,70 €

## **Rückbildung mit Babys** **Schwerpunkt Feldenkrais**

---

Kursleitung: Barbara Schacker

### **105-19-F1**

ab 15.03.2012  
bis 04.05.2012  
donnerstags  
Raum 004

## **Rückbildungsgymnastik – Babymassage** **Ein Kurs für die gesamte Familie**

---

Während sich die Mütter auf ihren Körper konzentrieren und durch gezielte Übungen die Beckenboden- und Bauchmuskeln wieder aufbauen sowie über Entspannungsübungen vom Alltag abschalten, erlernen die Väter die Babymassage nach Leboyer. Mit dem Massieren soll möglichst begonnen werden, wenn das Baby sich noch nicht drehen kann.

Bitte Handtuch, Pflanzenöl und Decke mitbringen.

Auch Geschwisterkinder sind willkommen.

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther  
Heide Reitz

### **105-20-A1**

ab 22.01.2012  
bis 19.02.2012  
sonntags, 5 x  
10.30 – 12.00 Uhr  
Arheilgen  
Jakob-Jung-Str. 2  
Gebühr: 40,50 €

Einige Krankenkassen  
bezuschussen den Kurs.

**Rückbildungsgymnastik – Babymassage**  
**Ein Kurs für die gesamte Familie**

---

Kursleitung: Iris Bär  
Ulrike Schneider

**105-21-E1**

ab 25.02.2012  
bis 24.03.2012  
samstags, 5 x  
10.00 – 11.30 Uhr  
Eberstadt, Oberstr. 13  
Raum 07  
Gebühr: 40,50 €

**Rückbildungsgymnastik – Babymassage**  
**Ein Kurs für die gesamte Familie**

---

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther  
Heide Reitz

**105-22-A1**

ab 15.04.2012  
bis 13.05.2012  
sonntags, 5 x  
10.30 – 12.00 Uhr  
Arheilgen  
Jakob-Jung-Str. 2  
Gebühr: 40,50 €

**...wenn die Geburt schwierig war**

---

“Wenn ich jetzt im Nachhinein über das Wort Geburtserlebnis nachdenke, könnte ich weinen, denn was ich mir vorgestellt hatte war ganz anders als das, was ich erlebt habe.”

*(de Jong/Kemmler)*

An diesem Abend können Frauen Erfahrungen austauschen und ihre oft schmerzhaften Erlebnisse mitteilen und bearbeiten – auch wenn sie schon Jahre zurückliegen.

Persönliche Anliegen oder Fragen zur Teilnahme können gerne schon vorher mit der Kursleiterin besprochen werden. Tel.: 133032

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther

**105-23-F1**

13.02.2012  
23.04.2012  
25.06.2012  
1 x im Quartal –  
Einstieg jederzeit  
möglich.  
montags  
19.00 – 21.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Gebühr: 8,50 €  
pro Treffen

## Das 1. und 2. Lebensjahr



**Fachbereichsleiterin:**  
**Rita Dippel, Tel.: 13 32 12**

---

**Gesprächskreis für Eltern von  
Frühgeborenen**

Seite 38

---

**Offene Baby/Still-Treffs**

Seite 39

---

**Baby-Schwimmen**

Seite 40

---

**Baby-Massage/Shiatsu**

Seite 41 – 42

---

**PEKiP**

Seite 43 – 45

---

**Kinder wollen hören, sehen, fühlen...**

Seite 46 – 49

---

**Beratungsangebote**

Seite 8 – 10

---

**Elternabende**

Seite 53 – 54

---

**Säuglingsernährung**

Seite 102

---

Ein Kind wird geboren und im Leben der “jungen Eltern” verändert sich Entscheidendes. Es treten ungeahnte Fragen auf, neue Kontakte werden gesucht und ein zufriedenes Miteinander zwischen Vater, Mutter und Kind muss erst noch entstehen.

Die Signale des Kindes wahrzunehmen, zu deuten und angemessen darauf reagieren zu können, um eine gesunde Entwicklung des Kindes zu ermöglichen, steht für Eltern im Vordergrund.

Hierbei möchten wir Sie mit den nachfolgenden Angeboten in der neuen Lebensphase begleiten, unterstützen und beraten.

**Eltern aller Nationen sind uns herzlich willkommen.**

### **Früher Start ins Leben – Gesprächskreis für Eltern von Frühgeborenen**

---

Durch die Geburt eines Kindes ändert sich die Familiensituation grundlegend – wenn ein Kind früher als üblicherweise von der Natur vorgesehen auf die Welt kommt, entstehen zusätzlich besondere Herausforderungen für die Eltern. Oft sind die ersten Wochen nach der Geburt von Sorgen, Ängsten und Unsicherheiten geprägt – das “Freudige Ereignis” gerät in den Hintergrund. Wie wird es weiter gehen, was kommt auf uns zu, wie bekommen wir Unterstützung?

In diesem offenen Gruppenangebot geht es um den Austausch mit anderen, die in ähnlicher Situation standen oder stehen. Aus dem Erfahrungsschatz der Teilnehmer/innen werden wir gemeinsam nach Lösungen für die vielfältigsten Schwierigkeiten suchen. Die Gruppe richtet sich an Mütter und Väter, die ein oder auch mehrere frühgeborene Kinder haben. Das Alter der Kinder ist ohne Bedeutung.

**Eine Vorabanmeldung ist erforderlich.**

Kursleitung: Rita Dippel

#### **201-01-F1**

ab 24.01.2012  
dann jeden 4. Dienstag im  
Monat  
fortlaufend  
19.30 – 21.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004

Gebühr: 4,20 €  
pro Treffen/Person  
+ 1,50 € Verwaltungspauschale  
pro Quartal

Persönliche Anliegen zum  
Gesprächskreis und der Teil-  
nahme können gerne schon  
vorher mit der Kursleiterin  
besprochen werden.  
Tel.: 13 32 12

## Offene Baby-/Still-Treffs

---

Für Väter und Mütter mit ihren **Babys bis zu einem Jahr**.

Hier besteht die Möglichkeit zur Kontaktaufnahme und zum Erfahrungsaustausch. Unter fachlicher Anleitung finden Sie Raum und Zeit zur Beobachtung Ihres Kindes und zum gemeinsamen Gespräch über Themen wie:

- Die veränderte Lebenssituation
- Stillen / Ernährung
- Fragen rund ums Baby
- ... und vieles mehr

### Fortlaufendes Angebot mit Ausnahme der Schulferien.

Eine Vorabanmeldung ist nicht erforderlich.

#### Frankfurter Str. 71

montags, 9.30 – 11.30 Uhr, Raum 003

Kursleitung: Rita Dippel

**202-01-F1**

ab 09.01.2012  
bis 25.06.2012

#### Arheilgen, Jakob-Jung-Str. 2

freitags, 9.30 – 11.30 Uhr

Kursleitung: Sonja Brenner

**202-02-A1**

ab 13.01.2012  
bis 29.06.2012

#### Kranichstein, Bartningstr. 33

dienstags, 9.30 – 11.30 Uhr

Kursleitung: Johanna Foshag

**202-03-K1**

ab 10.01.2012  
bis 26.06.2012

#### Eberstadt, Oberstr. 13

mittwochs, 9.30 – 11.30 Uhr

Kursleitung: Ulrike Dürr

**202-04-E1**

ab 11.01.2012  
bis 27.06.2012

#### Wixhausen, Verdistr. 22

dienstags, 9.30 – 11.30 Uhr

Kursleitung: Gabi Gebler

**202-05-W1**

ab 10.01.2012  
bis 26.06.2012

**Die Gebühr beträgt pro Treffen 3,00 €**  
und wird nach Quartalsende zuzüglich einer einmaligen Verwaltungsgebühr in Höhe von 1,50 € berechnet.



## **Baby-Schwimmen**

---

Für Mütter oder Väter mit ihren Babys

### **von 4 – 8 Monaten**

Das Element Wasser trägt wesentlich durch das Gefühl der Schwerelosigkeit und der Massagewirkung zu mehr Wohlbefinden, Spaß und Freude bei. Durch das Spielen im Wasser werden vielfältige Reize ausgelöst und somit eine ganzheitliche Sinneserfahrung ermöglicht, zum Beispiel durch Anregungen des Körper- und Bewegungsgefühls, des Gleichgewichtssystems, der Hautsensibilität sowie beim Sehen, Hören, Riechen und Schmecken.

Neben einer fachgerechten Betreuung werden zahlreiche Übungs- und Spielformen aufgezeigt.

Kursleitung: Kirsten Roß

### **203-01-JB1**

ab 18.01.2012  
bis 07.03.2012  
mittwochs

**09.00 – 10.00 Uhr**

**Dauer: 8 x**

**Jugendstilbad**

**Gebühr: 85,90 €**

**inkl. Eintritt und eine weitere  
Stunde Schwimmbadnutzung**

siehe auch  
Seite 88

**Baby-Schwimmen**

**Für Väter** mit ihren Babys von  
4 – 12 Mon.

## **Baby-Schwimmen**

---

Für Mütter oder Väter mit ihren Babys

### **von 9 – 12 Monaten**

Kursleitung: Kirsten Roß

### **203-02-JB1**

ab 20.01.2012  
bis 09.03.2012  
freitags, 8 x

## **Baby-Schwimmen**

---

Für Mütter oder Väter mit ihren Babys

### **von 4 – 8 Monaten**

Kursleitung: Kirsten Roß

### **203-03-JB1**

ab 18.04.2012  
bis 13.06.2012  
mittwochs, 8 x

## **Baby-Schwimmen**

---

Für Mütter oder Väter mit ihren Babys

### **von 9 – 12 Monaten**

Kursleitung: Kirsten Roß

### **203-04-JB1**

ab 20.04.2012  
bis 15.06.2012  
freitags, 8 x

### Sanfte Hände – Massage für Babys

---

Für Babys **ab 8 Wochen**.

“Ein Kind mit Berührung zu füttern, seine Haut und seinen Rücken zu nähren, ist ebenso wichtig, wie seinen Magen zu füttern“ (Frederik Leboyer). Der Kurs ist ein Angebot, die Technik der Babymassage nach Leboyer zu lernen, aber auch Zeit füreinander zu haben und sich über Hände und Haut näher kommen zu können. Mit dem Massieren soll möglichst begonnen werden, wenn das Baby sich noch nicht allein drehen kann.

Bitte Handtuch, Decke und Pflanzenöl mitbringen.

Kursleitung: Heide Reitz

#### 203-05-F1

ab 27.02.2012  
bis 26.03.2012  
montags, 5 x  
11.00 – 12.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr:

Erw.: 21,60 €

Kind: 9,40 €



### Sanfte Hände – Massage für Babys

---

Kursleitung: Erika Klink-Spatz

#### 203-06-F1

ab 17.04.2012  
bis 22.05.2012  
dienstags, 5 x  
10.00 – 11.30 Uhr  
Raum 004  
Gebühr:

Erw.: 21,60 €

Kind: 9,40 €

### Sanfte Hände – Massage für Babys

---

Kursleitung: Erika Klink-Spatz

#### 203-07-F1

ab 29.05.2012  
bis 26.06.2012  
dienstags, 5 x  
10.00 – 11.30 Uhr  
Raum 004  
Gebühr:

Erw.: 21,60 €

Kind: 9,40 €

siehe auch Kurs Nr.

**Rückbildungsgymnastik – Babymassage**

**Ein Kurs für die ganze Familie**

**BABY-SHIATSU® –  
Glücksgriffe für Babys Wohlgefühl**

---

Für Babys **von 2 – 8 Monaten**.

Es entspannt, lässt Babys besser schlafen und hilft sogar beim Zahnen. BABY-SHIATSU® ist eine sanfte asiatische Massagetechnik. Shiatsu (von Shi = Finger und atsu = Druck) geht auf das fernöstliche Wissen von den Energiebahnen im Körper zurück und hilft, die physische, seelische und geistige Gesundheit aufrecht zu erhalten. Gerade Babys mit ihren extrem sensiblen Empfindungen sind für diese sanfte Behandlung besonders empfänglich. In diesem Kurs bekommen Mütter/Väter mit ihren Babys die Grundlagen des BABY-SHIATSU® und hilfreiche “Glücks-Griffe” vermittelt, die sie dann zu Hause selbst anwenden können.

Bitte eine Kuschedecke oder Badetuch mitbringen.

Kursleitung: Astrid Schweingruber

**BABY-SHIATSU® –  
Glücksgriffe für Babys Wohlgefühl**

---

Für Babys **von 2 – 8 Monaten**.

Bitte eine Kuschedecke oder Badetuch mitbringen.

Kursleitung: Astrid Schweingruber

siehe auch **SHIATSU® – für Väter mit ihren Babys**,  
Seite 89

**203-08-F1**

ab 06.02.2012  
bis 05.03.2012  
montags  
14.30 – 16.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Dauer: 4 x  
Gebühr:  
Erw.: 17,60 €  
Kind: 7,50 €

**203-09-F1**

ab 04.06.2012  
bis 25.06.2012  
montags  
14.30 – 16.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Dauer: 4 x  
Gebühr:  
Erw.: 17,60 €  
Kind: 7,50 €

## PEKiP



Diese Kurse werden für Kinder mit und ohne Behinderung angeboten. Das Prager-Eltern-Kind-Programm ist eine Entwicklungsbegleitung während des 1. Lebensjahres für Eltern mit ihren Kindern.

Im 1. Lebensjahr entwickelt sich ein Kind mit Riesenschritten. Die Kompetenzen, Bedürfnisse und Entfaltungsmöglichkeiten des Kindes zu erkennen, um somit die Entwicklung einfühlsam und sicher zu begleiten, steht im Vordergrund dieses Angebotes. Selbstverständlich gibt es auch Gelegenheit, sich mit den anderen Eltern in der Gruppe auszutauschen.

Die natürliche Neugierde, Bewegungs- und Experimentierfreude der Kinder wird durch Sinnes- und Spielanregungen unterstützt.

Sie dürfen:

- Sich nackt und somit spontaner und intensiver bewegen
- Ihre Umwelt erkunden
- Sich Zeit lassen und in Ruhe ausprobieren
- Ihre Sinne entfalten
- Erste Kontakte zu anderen Kindern aufnehmen

Ein Kurs, in dem Eltern und Kinder viel Spaß miteinander haben und die Beziehung untereinander intensiviert wird.

Bitte bequeme, leichte Kleidung und Handtücher mitbringen.

Fortsetzungskurse sind je nach Interesse möglich!

**Wir bemühen uns – bei Bedarf – Zusatzkurse einzurichten.**

**Die vorangehenden Elternabende sollten Sie wahrnehmen, da sie wichtige Vorabinformationen beinhalten.**

## PEKiP

Für Eltern, deren Babys im **August** geboren sind.

**Elternabend: 12.01.12, 20.00 Uhr, Eberstadt**

Kursleitung: Trudi Wallrabenstein

## 204-01-E1

ab 13.01.2012  
bis 16.03.2012  
freitags, 10 x  
11.00 – 12.30 Uhr  
Eberstadt, Oberstr. 13  
Gebühr:

Erw.: 46,50 €

Kind: 18,80 €

## PEKiP

---

Für Eltern, deren Babys im **August/September** geboren sind.

**Elternabend: 30.01.12, 20.00 Uhr, Eberstadt**

Kursleitung: Damaris Quandt-Weise

## 204-02-E1

ab 31.01.2012  
bis 17.04.2012  
dienstags, 10 x  
10.45 – 12.15 Uhr  
Eberstadt, Oberstr. 13  
Gebühr:  
Erw.: 46,50 €  
Kind: 18,80 €

## PEKiP

---

Für Eltern, deren Babys im **September/Oktober** geboren sind.

**Elternabend: 19.01.12, 20.00 Uhr, Raum 003**

Kursleitung: Ulrike Dürr

## 204-03-F1

ab 24.01.2012  
bis 27.03.2012  
dienstags, 10 x  
11.15 – 12.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 003  
Gebühr:  
Erw.: 46,50 €  
Kind: 18,80 €

## PEKiP

---

Für Eltern, deren Babys im **Oktober/November** geboren sind.

**Elternabend: 05.03.12, 20.00 Uhr, Arheilgen**

Kursleitung: Trudi Wallrabenstein

## 204-04-A1

ab 06.03.2012  
bis 22.05.2012  
dienstags, 10 x  
14.15 – 15.45 Uhr  
Arheilgen  
Jakob-Jung-Str. 2  
Gebühr:  
Erw.: 46,50 €  
Kind: 18,80 €

## PEKiP

---

Für Eltern, deren Babys im  
**November/Dezember** geboren sind.

**Elternabend: 23.04.12, 20.00 Uhr, Eberstadt**

Kursleitung: Damaris Quandt-Weise

## 204-05-E1

ab 24.04.2012  
bis 03.07.2012  
dienstags, 10 x  
9.15 – 10.45 Uhr  
Eberstadt, Oberstr. 13  
Gebühr:  
Erw.: 46,50 €  
Kind: 18,80 €

## PEKiP

---

Für Eltern, deren Babys im **Dezember/Januar** geboren sind.

**Elternabend: 16.04.12, 19.00 Uhr, Raum 003**

Kursleitung: Ulrike Dürr

### 204-06-F1

ab 17.04.2012  
bis 26.06.2012  
dienstags, 10 x  
9.30 – 11.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 003

Gebühr:

Erw.: 46,50 €

Kind: 18,80 €



## PEKiP

---

Für Eltern, deren Babys im **Januar** geboren sind.

**Elternabend: 16.04.12, 20.00 Uhr, Raum 003**

Kursleitung: Ulrike Dürr

### 204-07-F1

ab 19.04.2012  
bis 05.07.2012  
donnerstags, 10 x  
9.00 – 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004

Gebühr:

Erw.: 46,50 €

Kind: 18,80 €

**Beachten Sie auch unsere thematischen Elternabende auf  
Seite 53 – 54  
und den Kurs Starke Eltern – Starke Kinder für Eltern  
mit Kindern von 0 – 3 Jahren, Seite 146**

## **Kinder wollen HÖREN – SEHEN – FÜHLEN – SICH BEWEGEN**

In diesen Kursen können sich Eltern Zeit und Raum für die bewusste Beobachtung ihrer Kinder nehmen und sie in ihrer Entwicklung begleiten. Den Kindern machen wir ein altersangemessenes Angebot an Materialien, räumen ihnen Gelegenheit und Platz für viel Bewegung ein. Dabei achten wir gemeinsam mit den Eltern darauf, dass jedes Kind sein eigenständiges Tempo hat und haben darf, um Wege und Ziele seiner Entwicklung selbst zu bestimmen.

Das Kursangebot schließt jeweils einen Partnersamstag sowie 1 – 2 Elterngesprächsabende ein.

Die Kurse werden für drei verschiedene Altersgruppen angeboten  
06 – 09 Monate / 10 – 15 Monate / 16 – 24 Monate,  
die in Folge gebucht werden können.

**Die vorangehenden Elternabende sollten Sie wahrnehmen, da sie wichtige Vorabinformationen beinhalten.**

### ***Für Kinder von 6 – 9 Monate***

**Kinder wollen  
HÖREN – SEHEN – FÜHLEN – SICH BEWEGEN**  
- neu -

**205-01-F1**

ab 07.03.2012  
bis 16.05.2012  
(nicht i.d. Osterferien)  
mittwochs, 10 x  
15.30 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 003  
Gebühr:  
Erw.: 41,40 €  
Kind: 22,50 €

Für Eltern mit Kindern von **6 – 9 Monate**

**1. Elternabend: 05.03.12**, 20.00 Uhr, R 003

**2. Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag: 21.04.12**, 10.00 – 11.30 Uhr, Raum  
003

Kursleitung: Heide Reitz

## Kinder wollen

### HÖREN – SEHEN – FÜHLEN – SICH BEWEGEN

– neu –

Für Eltern mit Kindern von **6 – 9 Monate**

**1. Elternabend: 17.04.12**, 20.00 Uhr, Raum 003

**2. Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag: 12.05.12**, 10.00 – 11.30 Uhr,  
Raum 003

Kursleitung: Constance Wehinger

## Für Kinder von 10 – 15 Monate

## Kinder wollen

### HÖREN – SEHEN – FÜHLEN – SICH BEWEGEN

**Fortsetzung von 205-02-F2 (21.09. – 30.11.11)**

**Freie Plätze werden aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

Für Eltern mit Kindern von **10 – 15 Monate**

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag: 11.02.12**, 10.00 – 11.30 Uhr, Bewe-  
gungsraum

Kursleitung: Heide Reitz

## Kinder wollen

### HÖREN – SEHEN – FÜHLEN – SICH BEWEGEN

– neu –

Für Eltern mit Kindern von **10 – 15 Monate**

**1. Elternabend: 12.01.12**, 20.00 Uhr, R 004

**2. Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag: 03.03.12**, 11.00 – 12.30 Uhr, Raum  
004

Kursleitung: Nadja Voltz

## 205-02-F1

ab 20.04.2012  
bis 15.06.2012  
freitags, 10 x  
9.00 – 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 003

Gebühr:

Erw.: 41,40 €

Kind: 22,50 €



## 205-03-F1

ab 12.01.2012  
bis 08.03.2012  
donnerstags, 10 x  
15.30 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum

Gebühr:

Erw.: 37,20 €

Kind: 22,50 €

## 205-04-F1

ab 17.01.2012  
bis 13.03.2012  
dienstags, 10 x  
9.00 – 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum

Gebühr:

Erw.: 41,40 €

Kind: 22,50 €

## Kinder wollen

### HÖREN – SEHEN – FÜHLEN – SICH BEWEGEN

- neu -

---

Für Eltern mit Kindern von **10 – 15 Monate**

**1. Elternabend: 16.04.12**, 20.00 Uhr, R 017

**2. Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag: 02.06.12**, 9.00 – 10.30 Uhr, Bewegungsraum

Kursleitung: Kathrin Horn

### *Für Kinder von 16 – 24 Monate*

## Kinder wollen

### HÖREN – SEHEN – FÜHLEN – SICH BEWEGEN

**Fortsetzung von 205-05-F2 (03.11 – 15.12.11)**

**Freie Plätze werden aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

Für Eltern mit Kindern von **16 – 24 Monate**

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag: 18.02.12**, 10.00 – 11.30 Uhr, Bewegungsraum

Kursleitung: Constance Wehinger

## Kinder wollen

### HÖREN – SEHEN – FÜHLEN – SICH BEWEGEN

**Fortsetzung von 205-03-F2 und 205-04-F2**

**Freie Plätze werden aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

Für Eltern mit Kindern von **16 – 24 Monate**

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag: 25.02.12**, 9.00 – 10.30 Uhr, Bewegungsraum

Kursleitung: Kathrin Horn

### **205-05-F1**

ab 18.04.2012  
bis 13.06.2012  
mittwochs, 10 x  
9.00 – 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr:

Erw.: 41,40 €

Kind: 22,50 €

### **205-06-F1**

ab 13.01.2012  
bis 09.03.2012  
freitags, 10 x  
9.00 – 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr:

Erw.: 37,20 €

Kind: 22,50 €

### **205-07-F1**

ab 18.01.2012  
bis 14.03.2012  
mittwochs, 10 x  
9.00 – 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr:

Erw.: 37,20 €

Kind: 22,50 €

**Kinder wollen**

**HÖREN – SEHEN – FÜHLEN – SICH BEWEGEN**

---

**Fortsetzung von 205-04-F1 (17.01. – 13.03.12)**

**Freie Plätze werden aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

Für Eltern mit Kindern von **16 – 24 Monate**

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag: 02.06.12**, 11.00 – 12.30 Uhr, Bewegungsraum

Kursleitung: Nadja Voltz

**205-08-F1**

ab 17.04.2012  
bis 19.06.2012  
dienstags, 10 x  
9.00 – 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr:

Erw.: 37,20 €

Kind: 22,50 €



**Kinder wollen**

**HÖREN – SEHEN – FÜHLEN – SICH BEWEGEN**

---

**Fortsetzung von 205-03-F1 (12.01. – 08.03.12)**

**Freie Plätze werden aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

Für Eltern mit Kindern von **16 – 24 Monate**

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag: 12.05.12**, 10.00 – 11.30 Uhr, Bewegungsraum

Kursleitung: Heide Reitz

**205-09-F1**

ab 19.04.2012  
bis 28.06.2012  
donnerstags, 10 x  
15.30 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr:

Erw.: 37,20 €

Kind: 22,50 €

**Beachten Sie auch unsere thematischen Elternabende auf  
Seite 53 – 54  
und die Angebote im Väter-Fachbereich, Seite 87**

Für alle Kinder bis 9 Jahre

# GIROStart

Mehr drauf.

Das Sparkonto mit Zukunft

## 3% p.a.

bis 2.000 Euro Sparguthaben



Weitere Vorteile:

- Sparen per Dauerauftrag
- kostenlose Mitgliedschaft im KNAX-Klub
- Lesespaß mit den KNAX-Comic-Heften
- hochwertige KNAX-Präsente für das Markenheft
- Teilnahme an allen KNAX-Veranstaltungen

 Sparkasse  
Darmstadt

## Das zweite, dritte... Lebensjahr

(Eltern-Kind-Angebote)

**Fachbereichsleiterin:**

**Sonja Brenner, Tel: 13 40 54**

**i.V. Renata Heinz, Tel.: 13 30 88**



---

### Elternabende

Seite 53 – 54

---

### Offene Eltern-Kind-Treffs

Für Eltern mit Kindern von 1 – 3 Jahren

Seite 55

---

### Eltern-Kind-Gruppen

- Integrative Gruppe "Gemeinsam"  
für Eltern mit Kindern von 1 – 3 Jahren Seite 56
- für Eltern mit Kindern von 1 – 2 Jahren Seite 57 – 59
- für Eltern mit Kindern von 2 – 3 Jahren  
(bis zum Kindergarteneintritt) Seite 59 – 61
- Polnisch/Deutsche Eltern-Kind-Gruppe  
für Eltern mit Kindern von 1 – 3 Jahren Seite 66

---

### Thematische Eltern-Kind-Angebote

- Drinnen und Draußen 1 – 4 Jahren Seite 61 – 62
- Kleine Entdecker auf Tour 1,5 – 2 Jahren Seite 63
- Jahreszeiten 1,5 – 2,5 Jahren Seite 64 – 65
- Spielen auf Polnisch 1 – 3 Jahren (48 Monate) Seite 66
- Farbe, Papier & Co. 2 – 3 Jahren (48 Monate) Seite 67

---

### Väter-Angebote

Seite 87 – 90

---

### Babysitter

Seite 11

---

Ihr Kind ist schon "soo... groß". Es lernt laufen und sprechen. Was können Sie nun gemeinsam unternehmen?

Wir laden Sie als Mütter, Väter, Großeltern, Pflegeeltern... und Ihre Kinder von 1 – 4 Jahren zu unseren Eltern-Kind-Angeboten ein.

Eltern und Bezugspersonen aller Nationen sind uns herzlich willkommen.

Unter Anleitung von pädagogisch qualifizierten Fachkräften haben Sie sowohl in

- den offenen Treffs,
- den Eltern-Kind-Gruppen,
- der integrativen Eltern-Kind-Gruppe "Gemeinsam" für

entwicklungsverzögerte, behinderte und nichtbehinderte Kinder

- und den thematischen Angeboten

die Möglichkeit, sich mit anderen Eltern über die Entwicklungsschritte Ihres Kindes auszutauschen und die Erfahrungen des oft schwierigen Erziehungsalltags miteinander zu teilen. In den Spiel- und Bewegungsräumen des Familienzentrums in der Frankfurter Straße, den Außenstellen Arheilgen, Eberstadt, Kranichstein und Wixhausen können Erwachsene und Kinder ab dem zweiten, dritten... Lebensjahr gemeinsam singen, spielen, malen, basten, sich bewegen und experimentieren.

Weitere Eltern-Kind-Angebote für Kinder ab 1 Jahr finden Sie in dem Fachbereich Väter. In dem Fachbereich Kreatives Gestalten/Ökologie finden Sie Angebote ab dem 2. Lebensjahr. Ergänzend finden Sie in dem Fachbereich Pädagogik/Psychologie für dieses Alter interessante Elternabende.

Schaut doch mal rein!

## THEMATISCHE ELTERNABENDE

### Hochsensitiv? Hochsensibel? Zartbesaitet...??

---

Informationen über HSM –Hochsensitive Menschen siehe Seite 143,144

Kursleitung: Heidi Schreiber-Grübel

#### 702-01-F1

am 18.01.2012  
Mittwoch  
20.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Gebühr: 6,70 €



### Warum hört mein Kind nicht auf mich?

---

Die täglichen Kämpfe ums Aufräumen, Fernsehen, Anziehen, Trödeln, Schlafen gehen: Soll ich mein Kind zwingen, konsequent sein, mit Belohnungen locken? Wenn Ihnen die Beziehung zu Ihrem Kind wichtig ist – besser nicht! Aber wie kann ich dann gut für mein Kind und auch für meine Bedürfnisse sorgen?

Kursleitung: Dr. Nicole Wilhelm

#### 700-01-F1

am 23.02.2012  
Donnerstag  
19.30 – 21.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Gebühr: 6,70 €

### Wenn das Baby nicht durchschläft...

---

Die Erkenntnisse der modernen Säuglingsforschung und Bindungsforschung helfen uns, die Bedürfnisse unseres Babys besser zu verstehen und eine eigene Sicht auf den Kinderschlaf zu entwickeln.

Kursleitung: Eva Solmaz

#### 700-02-F1

am 24.03.2012  
Samstag  
9.30 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Gebühr: 6,70 €

## **Schule**

---

Ratlose Eltern, entmutigte Kinder, zermürende Streitereien: Wenn Schule so ist, muss etwas passieren, damit die Beziehung zu Ihrem Kind und das Selbstwertgefühl Ihres Kindes nicht beschädigt werden. Wir möchten Sie einladen, dem Thema Schule neu zu begegnen und eigene Wege zu finden. Wie kann es gelingen, den Kindern die Verantwortung für die Schule zu übergeben und sie dabei so zu begleiten, dass sie bekommen, was sie an Unterstützung von uns Eltern brauchen?

Kursleitung: Dr. Nicole Wilhelm

### **700-03-F1**

am 26.04.2012  
Donnerstag  
20.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Gebühr: 6,70 €

## **Eingewöhnung – nicht ohne die Eltern!**

---

Werden Kinder in eine Krippe, zur Tagesmutter oder in den Kindergarten gebracht, stehen sie enorm unter Stress. Neuere Forschungsergebnisse zeigen, dass die Art und Weise wie Kinder diese Eingewöhnungszeit erleben, weitreichende Auswirkungen auf ihre Entwicklung, ihr Lern- und Spielverhalten haben. Deshalb sollte diese Zeit für jedes Kind optimal gestaltet werden. Kursleitung: Andrea Sattler

### **700-04-F1**

am 22.05.2012  
Dienstag  
20.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Gebühr: 6,70 €

## **Trotziges Verhalten – wie reagiere ich am besten?**

---

Trotz ist, den eigenen Willen zu spüren und leben zu wollen. Das ist eine wichtige Grundlage für ein selbstbestimmtes, glückliches Leben. Kinder müssen dabei den angemessenen Umgang mit ihren Wünschen und Gefühlen noch lernen. Wir können ihnen dabei helfen. Kursleitung: Dr. Nicole Wilhelm

### **700-05-F1**

am 12.06.2012  
Donnerstag  
19.30 – 21.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Gebühr: 6,70 €

## Offene Eltern-Kind-Treffs

Für Mütter, Väter, Großeltern oder andere Bezugspersonen mit ihren Kindern **von 1 – 3 Jahren** (max. 48 Monate)

In unseren von Pädagoginnen angeleiteten Treffs haben Sie die Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen und sich über die Entwicklungsschritte Ihres Kindes auszutauschen. Für die Kinder steht ein entwicklungsgerecht gestalteter Spiel- und Bewegungsraum zur Verfügung. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

**Fortlaufendes Angebot mit Ausnahme der Schulferien.**

**Die Gebühr beträgt pro Treffen 3,00 €** und wird nach Quartalsende zuzüglich einer einmaligen Verwaltungsgebühr in Höhe von 1,50 € berechnet.



### Frankfurter Str. 71

mittwochs, 9:30 – 11:30 Uhr, Raum 006  
Kursleitung: Susan Massarat

**301-01-F1**

ab 11.01.2012  
bis 27.06.2012

### Arheilgen, Jakob-Jung-Str. 2

mittwochs, 9:30 – 11:30 Uhr  
Kursleitung: Sieglinde Thiele

**301-02-A1**

ab 11.01.2012  
bis 27.06.2012

### Eberstadt, Oberstr. 13

montags, 9.30 – 11.30 Uhr, Raum 04  
Kursleitung: Sieglinde Weimar  
dienstags, 15:00 – 17:00 Uhr, Raum 04  
Kursleitung: Sieglinde Thiele

**301-03-E1**

ab 09.01.2012  
bis 25.06.2012

**301-04-E1**

ab 10.01.2012  
bis 26.06.2012

### Kranichstein, Bartningstr. 33

mittwochs, 9:30 – 11:30 Uhr  
Kursleitung: Petra Hessenfeld

**301-05-K1**

ab 11.01.2012  
bis 27.06.2012

### Wixhausen, Verdistr. 22

montags, 9:30 – 11:30 Uhr  
Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther  
donnerstags, 15.00 – 17.00 Uhr  
Kursleitung: Saskia Müller

**301-06-W1**

ab 09.01.2012  
bis 25.06.2012

**301-07-W1**

ab 12.01.2012  
bis 28.06.2012

## Eltern-Kind-Gruppen

### Gemeinsam (1 – 3 Jahren)

---

Diese Eltern-Kind-Gruppe findet gemeinsam für Eltern mit entwicklungsverzögerten, behinderten und nicht behinderten Kinder statt.

Hier können Eltern mit Kindern von 1 – 3 Jahren neue Kontakte knüpfen, Erfahrungen austauschen und bekommen wertvolle Anregungen für den Familienalltag. Beim Spiel und bei verschiedenen Aktivitäten, die dem jeweiligen Entwicklungsstand der Kinder entsprechen, können sie Spaß haben und neue Entdeckungen machen. Wir singen, spielen, basteln und machen Erfahrungen mit verschiedenen Materialien. Zu jedem Kurs gehört ein Themenabend.

Durch die **Kooperation mit der Frühberatungsstelle für entwicklungsgefährdete Kinder und ihre Familien/Cari-tasverband Darmstadt e.V.** ist die Bearbeitung gezielter Fragen der Eltern von behinderten Kindern möglich.

Kursleitung: Susanne Klein  
Saskia Müller

### Gemeinsam (1 – 3 Jahren)

---

Kursleitung: Susanne Klein  
Saskia Müller

### 302-01-F1

ab 23.01.2012  
bis 19.03.2012  
montags  
9:30 – 11:30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Dauer: 9 x  
Gebühr: 48,20 €

Für Vorabinformationen wenden Sie sich bitte an die Fachbereichsleiterin unter Tel.: 13 4054.

### 302-02-F1

ab 16.04.2012  
bis 25.06.2012  
montags  
9:30 – 11:30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Dauer: 10 x  
Gebühr: 52,85 €

## **Eltern-Kind-Gruppen**

Für Mütter, Väter, Großeltern oder andere Bezugspersonen mit **Kindern von 1 – 2 Jahren (bei Beginn nicht älter als 24 Monate)**.



Die Eltern-Kind-Gruppen sind geprägt von einer "festen Stammgruppe" von ca. 9 – 11 Erwachsenen und ihren Kindern. In der Regel können sie in dieser Gruppenkonstellation zusammen bleiben bis die Kinder in den Kindergarten kommen (Fortsetzungsgruppen).

Ihre Kinder haben in dieser Gruppe die Gelegenheit, ihre Fähigkeiten auszuprobieren, ihr Erfahrungsfeld zu erweitern. Über die Freude am gemeinsamen Tun, dem Experimentieren mit verschiedenen Materialien, dem Singen, Tanzen und Bewegung werden die Sprache, die Sinneswahrnehmung, die Grob- und Feinmotorik gefördert. Kinder lernen durch Rituale, Wiederholungen und dem Miteinander in der Gruppe Struktur und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Sie können ihr soziales Verhalten durch Kontakte zu anderen Kindern und Erwachsenen einüben.

Die Chance, gemeinsam mit anderen Erwachsenen in der gleichen Lebenssituation, unter Anleitung von pädagogisch qualifizierten Fachkräften die Entwicklung Ihres Kindes zu beobachten und die Erfahrungen des Erziehungsalltags miteinander zu teilen, stärkt Ihre elterliche Kompetenz.

Jeder Kursabschnitt beinhaltet einen **Elternabend** oder eine Familienaktivität am Wochenende.

**Freie Plätze in den Fortsetzungsgruppen werden jederzeit aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

**Geschwisterkinder werden mit 1,00 €/Stunde berechnet, Geschwisterkinder bis zu einem Jahr mit einer Pauschale von 5,00 €/Kurs.**

### Eltern-Kind-Gruppe – neu –

---

**Infoabend:** 12.01.12, 20.00 Uhr, Raum 006

Den vorangehenden Infoabend sollten Sie wahrnehmen, da er wichtige Vorabinformationen beinhaltet.

Kursleitung: Susan Massarat

### 302-03-F1

17.01. – 20.03.2012  
dienstags, 10 x  
9.30 – 11.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Gebühr: 45,85 €

### Eltern-Kind-Gruppe – Fortsetzung

---

vom Kurs 302-03-F1

**Freie Plätze werden aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

Kursleitung: Susan Massarat

### 302-04-F1

24.04. – 19.06.2012  
dienstags, 8 x  
9.30 – 11.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Gebühr: 34,20 €

### Eltern-Kind-Gruppe – neu –

---

**Infoabend:** 19.01.12, 19.30 Uhr, Raum 006

Den vorangehenden Infoabend sollten Sie wahrnehmen, da er wichtige Vorabinformationen beinhaltet.

Kursleitung: Carolin Zucca

### 302-05-F1

23.01. – 19.03.2012  
montags, 9 x  
15.30 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Gebühr: 42,35 €

### Eltern-Kind-Gruppe – Fortsetzung

---

vom Kurs 302-05-F1

**Freie Plätze werden aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

Kursleitung: Carolin Zucca

### 302-06-F1

23.04. – 18.06.2012  
montags, 8 x  
15.30 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Gebühr: 34,20 €

### Eltern-Kind-Gruppe – Fortsetzung

---

vom Kurs 302-10-W2

**Freie Plätze werden aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

Kursleitung: Martina Gradtke-Betz

### 302-07-W1

11.01. – 14.03.2012  
mittwochs, 10 x  
9.30 – 11.00 Uhr  
Wixhausen, Verdistr. 22  
Gebühr: 41,20 €

## Eltern-Kind-Gruppe – Fortsetzung

---

vom Kurs 302-07-W1

**Freie Plätze werden aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

Kursleitung: Martina Gradtke-Betz

### 302- 08-W1

25.04. – 20.06.2012

mittwochs, 9 x

9.30 – 11.00 Uhr

Wixhausen, Verdistr. 22

Gebühr: 37,65 €



## Eltern-Kind-Gruppen

Für Mütter, Väter, Großeltern oder andere Bezugspersonen mit ihren **Kindern von 2 – 3 Jahren (bis Kindergarteneintritt)**

Umfang und Dauer der Angebote für die Kinder werden jetzt erweitert. Dennoch liegt das Besondere in den Wiederholungen, die den Kindern Struktur und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten vermitteln.

Durch die feinmotorische Entwicklung werden erste kleine Bastelarbeiten möglich. Darüber hinaus achten wir auf ausreichenden Raum für (Frei-)Spiel, das für die Entwicklung Ihrer Kinder eine zentrale Bedeutung zur sozialen, emotionalen, körperlichen und intellektuellen Förderung hat.

Sie können sich als Expertin/Experte für Ihr Kind in der Gemeinschaft und unter pädagogischer Anleitung über die Entwicklungsschritte Ihrer Kinder austauschen.

Gerade der Elternabend bietet hierzu Gelegenheit.

**Geschwisterkinder werden mit 1,00 €/Stunde berechnet, Geschwisterkinder bis zu einem Jahr mit einer Pauschale von 5,00 €/Kurs.**

## Eltern-Kind-Gruppe – Fortsetzung

---

vom Kurs 303-07-A2

**Freie Plätze werden aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

Kursleitung: Constance Wehinger

### 303-01-A1

16.01. – 19.03.2012

montags, 9 x

9.30 – 11.30 Uhr

Arh., Jakob-Jung-Str. 2

Gebühr: 48,20 €

### Eltern-Kind-Gruppe – Fortsetzung

---

vom Kurs 303-01-A1

**Freie Plätze werden aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

Kursleitung: Constance Wehinger

### 303-02-A1

23.04. – 18.06.2012

montags, 8 x

9.30 – 11.30 Uhr

Arh., Jakob-Jung-Str. 2

Gebühr: 43,50 €

### Eltern-Kind-Gruppe – Fortsetzung

---

vom Kurs 303-02-K2

**Freie Plätze werden aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

Kursleitung: Iris Namendorf

### 303-03-K1

16.01. – 19.03.2012

montags, 10 x

9.30 – 11.30 Uhr

Kranich., Bartningstr. 33

Gebühr: 52,85 €

### Eltern-Kind-Gruppe – Fortsetzung

---

vom Kurs 303-03-K1

**Freie Plätze werden aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

Kursleitung: Iris Namendorf

### 303-04-K1

23.04. – 18.06.2012

montags, 8 x

9.30 – 11.30 Uhr

Kranich., Bartningstr. 33

Gebühr: 43,50 €

### Eltern-Kind-Gruppe – Fortsetzung

---

vom Kurs 303-04-E2

**Freie Plätze werden aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

Kursleitung: Ramona Udluft

### 303-05-E1

19.01. – 22.03.2012

donnerstags, 10 x

9.30 – 11.30 Uhr

Eberstadt, Oberstr. 13

Raum 04

Gebühr: 52,85 €

### Eltern-Kind-Gruppe – Fortsetzung

---

vom Kurs 303-05-E1

**Freie Plätze werden aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

Kursleitung: Ramona Udluft

### 303-06-E1

26.04. – 21.06.2012

donnerstags, 7 x

9.30 – 11.30 Uhr

Eberstadt, Oberstr. 13

Raum 04

Gebühr: 38,80 €

### Eltern-Kind-Gruppe – Fortsetzung

---

vom Kurs 303-06-W2

**Freie Plätze werden aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

Kursleitung: Martina Gradtke-Betz

#### 303-07-W1

13.01. – 16.03.2012

freitags, 10 x

9.30 – 11.30 Uhr

Wixhausen, Verdistr. 22

Gebühr: 52,85 €



### Eltern-Kind-Gruppe – Fortsetzung

---

vom Kurs 303-07-W1

**Freie Plätze werden aufgefüllt – fragen Sie bitte nach.**

Kursleitung: Martina Gradtke-Betz

#### 303-08-W1

27.04. – 22.06.2012

freitags, 9 x

9.30 – 11.30 Uhr

Wixhausen, Verdistr. 22

Gebühr: 48,20 €

## ELTERN-KIND-ANGEBOTE mit einem thematischen Schwerpunkt

### Schwerpunkt Natur

#### „Drinne und Draußen im Winter“

---

Für Erwachsene mit **Kindern von 1 – 3 Jahren**

Diese Gruppe bietet die Möglichkeit in der Natur abwechslungsreiche Bewegungserfahrungen zu sammeln und intensiv zu erleben. Wir haben Zeit für Lieder, Spiele und Gespräche. Wir treffen uns an verschiedenen Orten rund um Darmstadt und bei schlechtem, kaltem Wetter in den Räumen des Familienzentrums.

Bitte achten Sie auf wettergerechte Kleidung und bringen Sie sich ein Sitzkissen und eine Becherlupe mit.

**Infoabend: 25.01.12, 20.00 Uhr,**

**Frankfurter Str. 71, Raum 006**

Kursleitung: Konstanze Formhals

#### 304-01-K1

ab 31.01.2012

bis 27.03.2012

dienstags, 9 x

15.30 – 17.30 Uhr

KR, Bartningstr. 33

Gebühr:

Erw.: 43,50 €

Kinder.: 27,00 €

### „Dringen und Draußen im Winter“

---

Für Erwachsene mit **Kindern von 2 – 4 Jahren**

Bitte achten Sie auf wettergerechte Kleidung und bringen Sie sich ein Sitzkissen und eine Becherlupe mit.

**Infoabend: 25.01.12**, 20.00 Uhr,

**Frankfurter Str. 71**, Raum 006

Kursleitung: Konstanze Formhals

#### 304-02-F1

ab 01.02.2012  
bis 28.03.2012  
mittwochs, 9 x  
16.00 – 18.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Gebühr:  
Erw.: 43,50 €  
Kinder.: 27,00 €

### „Dringen und Draußen im Winter“

---

Für Erwachsene mit **Kindern von 1 – 3 Jahren**

Bitte achten Sie auf wettergerechte Kleidung und bringen Sie sich ein Sitzkissen und eine Becherlupe mit.

**Infoabend: 18.04.12**, 20.00 Uhr,

**Frankfurter Str. 71**, Raum 006

Kursleitung: Konstanze Formhals

#### 304-03-K1

ab 24.04.2012  
bis 26.06.2012  
dienstags, 9 x  
15.30 – 17.30 Uhr  
KR, Bartningstr. 33  
Gebühr:  
Erw.: 43,50 €  
Kinder.: 27,00 €

### „Dringen und Draußen im Winter“

---

Für Erwachsene mit **Kindern von 2 – 4 Jahren**

Bitte achten Sie auf wettergerechte Kleidung und bringen Sie sich ein Sitzkissen und eine Becherlupe mit.

**Infoabend: 18.04.12**, 20.00 Uhr,

**Frankfurter Str. 71**, Raum 006

Kursleitung: Konstanze Formhals

#### 304-04-F1

ab 25.04.2012  
bis 27.06.2012  
mittwochs, 9 x  
16.00 – 18.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Gebühr:  
Erw.: 43,50 €  
Kinder.: 27,00 €

## Die kleinen Entdecker auf Tour

---

Für Erwachsene mit **Kindern von 1,5 – 2 Jahren (max. 48 Monate)**.

Die kleinen Entdecker treffen sich hauptsächlich im Wald, auf einer Weise oder an einem Bach im Norden Darmstadts, um dort die Natur und Tierwelt zu erforschen. Diese Orte bieten genügend Freiräume zum Rennen, Stampfen, Singen und Springen, aber lassen zugleich auch Stille erfahren. Wir werden gemeinsam die Natur um uns herum riechen, fühlen, schmecken, sie bebauen, genießen und bestaunen. Bei zu schlechtem Wetter treffen wir uns im Familienzentrum Arheilgen, wo wir mit den gesammelten Schätzen kreativ werden.

**Infoabend: 18.04.2012**, 20.00 Uhr,  
Arheilgen

Bitte mitbringen: Wettergerechte Kleidung und Verpflegung

Kursleitung: Antonella Gerbig

### 304-05-A1

26.04. – 21.06.2012  
donnerstags, 9 x  
9.30 – 11.30 Uhr  
Arheilgen,  
Jakob-Jung-Str. 2  
Gebühr:  
Erw.: 43,50 €  
Kinder: 27,00 €



## **Schwerpunkt Jahreszeit (1,5 – 2,5 Jahren)**

### **Mit Kleinkindern die Jahreszeiten erleben und gestalten – Fasching, Ostern und den Frühling**

---

#### **Für Erwachsene mit Kindern von 1,5 – 2,5 Jahren**

In diesem Kurs wollen wir mit den Möglichkeiten der Kinder den Jahreslauf erlebbar machen – wir sehen, riechen, schmecken, fühlen und gestalten miteinander den Fasching, das Osterfest und den Frühling. Die Kinder werden altersentsprechend angeleitet, dürfen sich ausprobieren und mitgestalten. Eltern werden unterstützt in der Entwicklung jahreszeitlicher Familienrituale und erhalten Anregungen für altersgemäße Beschäftigungen mit ihren Kindern. Dies geschieht durch musikalische und kreative Elemente, Naturerfahrung und Bewegung.

Kursleitung: Susan Massarat

#### **304-06-F1**

ab 11.01.2012  
bis 23.03.2012  
freitags, 9 x  
10.00 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Gebühr:  
Erw.: 29,85 €  
Kinder.: 20,25 €

#### **304-07-F1**

ab 27.04.2012  
bis 15.06.2012  
freitags, 8 x  
10.00 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Gebühr:  
Erw.: 26,70 €  
Kinder.: 18,00 €

## **Winteraustreibung – Wir erleben und feiern das Frühjahr**

---

Für Erwachsene mit **Kindern von 1,5 – 2,5 Jahren**

In dieser Gruppe wollen wir den Übergang vom Winter ins Frühjahr intensiv und bewusst erleben und gestalten. Wir treffen uns in den Räumen des Familienzentrums Eberstadt sowie an verschiedenen Plätzen in und um Eberstadt, die wir mit allen Sinnen erkunden werden. Wir haben Zeit für Lieder, Geschichten und Gespräche.

Wir wollen den Winter austreiben und mit gesammelten Naturmaterialien, Fingerfarben, selbst gemachter Knete das Frühjahr feiern. Was dabei entsteht, kann als Symbol für die gemeinsame Zeit mit nach Hause genommen werden.

Kursleitung: Saskia Müller

### **304- 08-E1**

ab 07.02.2012  
bis 27.03.2012  
dienstags, 8 x  
9.30 – 11.30 Uhr  
Eberstadt  
Oberstr. 13  
Raum 004

Gebühr:

Erw.: 39,30 €

Kinder: 24,00 €

### **Infoabend:**

**06.02.2012**, 20.00 Uhr  
Eberstadt, Oberstr. 13  
Achten Sie auf wettergerechte Kleidung.



## **Schwerpunkt Sprache (1 – 3 Jahren)**

”Die meisten Kinder können mühelos mehrsprachig aufwachsen. Sie lernen Sprachen frei und am Sprachvorbild ihrer erwachsenen Bezugspersonen.” (*Hessischer Bildungs- und Erziehungsplan*)

### **Spielen auf polnisch Polnisch-Deutsche Eltern-Kind-Gruppe**

Für Erwachsene mit **Kindern von 1 – 3 Jahren**

Wir laden alle polnisch, polnisch-deutschsprachige Eltern mit Kleinkindern zum gemeinsamen Spielen, Singen, Malen, Basteln und Tanzen ein.

Wir werden traditionelle Lieder, Spiele, Gedichte und Reime auf polnisch lernen und Spaß dabei haben. Eltern haben gleichzeitig die Gelegenheit, andere Familien kennen zu lernen, sich über den Alltag zwischen zwei Kulturen und über die Erziehung ihrer Kinder auszutauschen und die gemeinsame Zeit zu genießen.

#### **304-09-F1**

ab 20.01.2012  
bis 23.03.2012  
freitags, 10 x  
15.30 – 17.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Gebühr:  
Erw.: 47,70 €  
Kinder: 30,00 €

### **Dla doroslych z dziecmi w wieku od roczku do trzech lat.**

Zapraszamy serdecznie wszystkie polskie, polsko-niemieckie rodziny z małymi dziećmi do wspólnej zabawy i tańca, do wspólnego śpiewania, malowania i majsterkownia.

Będziemy uczyć się na wesoło tradycyjnych piosenek, zabaw, rymowanek i wierszyków w języku polskim.

Rodzice mają przy tym doskonałą możliwość poznania innych polskich rodzin, wymiany doświadczeń związanych z wychowywaniem dzieci w dwóch językach i kulturach, ale przede wszystkim możliwość miłego spędzania czasu.

#### **304-10-F1**

ab 27.04.2012  
bis 22.06.2012  
freitags, 8 x  
15.30 – 17.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Gebühr:  
Erw.: 39,30 €  
Kinder: 24,00 €

Kursleitung: Renata Heinz

## **Farbe, Papier & Co. (2 – 3 Jahren)**

### **Farbe, Papier & Co.**

---

Für Erwachsene mit **Kindern von 2 – 3 Jahren**

In diesen Kursen wollen wir verschiedene sinnliche Eindrücke sammeln.

Wir knüllen, reißen, kleben, reiben, streichen, malen, wischen, experimentieren, gestalten, entdecken, färben, fühlen, sehen.

Beim Beschäftigen mit den Materialien entdecken wir Kreativität, Fantasie, feinmotorische Bewegungen und Spaß am Gestalten. Die in diesem Kurs enthaltenen Anregungen können ohne weiteres auch zu Hause umgesetzt werden.

**Elternabend:** Termin nach Absprache

Kursleitung: Ute Stelz

### **Farbe, Papier & Co.**

---

Für Erwachsene mit **Kindern von 2 – 3 Jahren**

Kursleitung: Ute Stelz

**Weitere Eltern-Kind-Angebote für Kinder ab 1 Jahr finden Sie in dem Fachbereich „Väter“.**  
**In dem Fachbereich „Kreatives Gestalten/ Ökologie“ finden Sie Angebote für Kinder ab dem 2. Lebensjahr.**



#### **304-11-A1**

ab 16.01.2012  
bis 05.03.2012  
montags, 7 x  
16.00 – 18.00 Uhr  
Arh., Jakob-Jung-Str. 2

Gebühr:

Erw.: 35,10 €

Kinder: 21,00 €

Bitte achten Sie auf eine dem Angebot entsprechende Kleidung.

#### **304-12-A1**

ab 12.03.2012  
bis 30.04.2012  
montags, 7 x  
16.00 – 18.00 Uhr  
Arh., Jakob-Jung-Str. 2

Gebühr:

Erw.: 35,10 €

Kinder: 21,00 €

Bitte achten Sie auf eine dem Angebot entsprechende Kleidung.

# Kindertheater



THEATER  
MOLLER  
HAUS

## 1. Halbjahr 2012



Die Bremer Stadtmusikanten



Die Wanze



Lizzy auf Schatzsuche

So 15.1.	15 Uhr	<b>Die Bremer Stadtmusikanten</b> Puppentheater Kolibri
So 22.1.	15 Uhr	<b>Der kleine Hund Schnuffel</b> Puppentheater Pustebblume
So 29.1.	15 Uhr	<b>Grimms Kram</b> Theater 3 D
So 12.2.	15 Uhr	<b>Die Bremer Stadtmusikanten</b> Puppentheater Kolibri
So 19.2.	15 Uhr	<b>Die Wanze</b> Theater Lakritz
So 4.3.	15 Uhr	<b>Lizzy auf Schatzsuche</b> theater die stromer
So 18.3.	15 Uhr	<b>Der Kartoffelkönig</b> Puppentheater Pustebblume
So 25.3.	15 Uhr	<b>Frei – nach Büchner</b> Theater 3 D
So 6.5.	15 Uhr	<b>Tausendundein Goethe</b> Theater 3 D
So 20.5.	15 Uhr	<b>Frei – nach Büchner</b> Theater 3 D
Mo 28.5.	15 Uhr	<b>Schneider und Riese</b> Theater Lakritz

Theater Moller Haus  
Sandstraße 10  
64283 Darmstadt

Kartenreservierung  
Tel.: 06151-26540 | karten@theatermollerhaus.de  
[www.theatermollerhaus.de](http://www.theatermollerhaus.de)



ICH FÜHL' MICH WOHL HIER,  
WEIL MEINE SCHWESTER  
ENDLICH IHR EIGENES  
ZIMMER BEKOMMEN HAT.

Das Leben ändert sich, der Partner fürs Wohnen bleibt. Seit fast 150 Jahren sorgt die bauverein AG für die sich ständig ändernden Wohn-Bedürfnisse der Menschen. Ob Familie oder Single, Alt oder Jung, kleiner oder großer Geldbeutel: Willkommen zuhause! Die bauverein AG.



**bauverein AG**  
darmstadt

[www.bauvereinag.de](http://www.bauvereinag.de)

# Kreatives Gestalten/Ökologie



**Fachbereichsleiterin: Marion Metz**  
**i.V. Renata Heinz, Tel.: 13 3088**

---

## **Kreatives Gestalten:**

Filzen	Seite	71 – 72
Töpfern	Seite	72 – 74
Speckstein	Seite	75
Malen und Gestalten	Seite	76 – 77
Ferienkurse	Seite	78 – 80

---

## **Ökologie**

Wald und Wiese/Fluss und Bach	Seite	81 – 83
Auf der Kinder- und Jugendfarm	Seite	84
Beim Streuobstwiesenverein	Seite	85 – 86

---

Farben mischen und als Stimmungs-Bilder auf's Papier bringen, eine Tasche filzen, Tiere auf dem Bauernhof erleben, Pflanzen in Wald und Wiese erkunden – all das sind Inhalte, die im breit gefächerten Bildungs- und Erziehungsplan Hessen ihre Verankerung haben.

Die folgenden Kursangebote verstehen sich als Anregungen, diese Bildungsprozesse im Familienalltag zu gestalten. Die meisten Veranstaltungen sind daher generationsübergreifend, d.h. für Erwachsene und Kinder angelegt. Groß und Klein können sich dabei gemeinsam als Entdeckende, Forschende, Lernende und Gestaltende erleben. Auch wenn Sie eine Geschenkidee suchen, z.B. für Ihre Enkel- oder Patenkinder, laden wir Sie auf den folgenden Seiten zum Stöbern ein.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

## FILZEN

### Osterhase aus Filz

Für Erwachsene mit **Kindern ab 5 Jahren.**

Das Arbeiten mit bunter Wolle, Seife und Wasser macht Kindern besonderen Spaß und weckt die Kreativität. In diesem Kurs wollen wir einen Flächenfilz herstellen und daraus einen Osterhasen kreieren, den wir zur Dekoration aufhängen können oder damit spielen. Der Kurs ist besonders für Filzanfänger und jüngere Kinder geeignet, da wir auf einfache Weise die Technik des Filzens kennen lernen.

Bitte mitbringen: Arbeitskleidung, 2 alte Handtücher, Schere und Pausenverpflegung.

Kursleitung: Anne Esselbrügge

#### 401-01-F1

am 09.03.2012  
Freitag  
15.15 – 18.15 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 001  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 9,30 €  
Kinder: 4,50 €

Materialumlage  
ca.3,00 €/Person



### Schmuckdöschen aus Filz

Für Erwachsene mit **Kindern ab 8 Jahren.**

In diesem Kurs filzen wir ein Schmuckdöschen mit Deckel, das mit Filzaccessoires oder Perlen verziert werden kann. Im Anschluss daran wird noch ein kleines Schmuckstück aus Filz gefertigt.

Bitte mitbringen: 2 alte Handtücher, Arbeitskleidung, Schere und Pausenverpflegung.

Kursleitung: Anne Esselbrügge

#### 401-02-F1

am 10.03.2012  
Samstag  
10.00 – 15.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 001  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 14,50 €  
Kinder: 7,50 €

Materialumlage  
ca.3,00 – 4,00 €  
pro Person

## Verrückte Hühner und Hähne aus Filz

---

Für Erwachsene mit **Kindern ab 8 Jahren.**

In diesem Kurs entstehen mittels Formschablone Hühner und Hähne mit einem Fantasiefederkleid. Es kann mit ihnen gespielt werden oder man benutzt sie als Eierwärmer und zur Osterdekoration.

Bitte mitbringen: 2 alte Handtücher, Arbeitskleidung, Schere und Pausenverpflegung.

Kursleitung: Anne Esselbrügge

### 401-03-F1

am 11.03.2012  
Sonntag  
10.00 – 15.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 001  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 14,50 €  
Kinder: 7,50 €

Materialumlage  
ca. 3,00 – 4,00 €  
pro Person

## TÖPFERN

### Spielerisches Gestalten mit Ton

---

Für Erwachsene mit **Kindern von 6 – 12 Jahren.**

– Großeltern willkommen !

Das Material Ton lädt Menschen jeden Alters zum Spielen, Experimentieren und Formen ein. Es können Spielzeuge, Bilder, Figuren, Tiere, Gefäße, Gebrauchsgegenstände und künstlerische Objekte entstehen.

Bitte mitbringen: Altes Handtuch und Zeitungen.

Kursleitung: Martina Echternach-Dietz

### 402-01-F1

23.01.2012  
30.01.2012  
06.02.2012  
13.02.2012  
27.02.2012  
05.03.2012  
16.45 – 18.15 Uhr  
montags, 6x  
Frankfurter Str. 71  
Raum 001  
Gebühr:  
Erw.: 30,10 €  
Kinder: 16,50 €

Materialumlage  
ca. 8,50 € pro Person

## Verrückte Hühner aus Ton

Für Erwachsene mit **Kindern ab 10 Jahren**

– Großeltern willkommen !

Wenn verrückte Hühner, lustige Hasen oder witzige Lämmchen auch auf Ihrem Ostertisch sitzen sollen, haben Sie hier die Gelegenheit, Ihre ganz individuelle Osterdekoration von Hand zu töpfern.

Bitte mitbringen: Altes Handtuch, Zeitungen, Mittagssnack, Getränke.

Kursleitung: Martina Echternach-Dietz

### 402-02-F1

am 11.02.2012  
Samstag, 1 x  
10.30 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 001  
Gebühr:  
Erw.: 27,50 €  
Kinder: 15,00 €

Materialumlage  
ca. 8,00 € pro Person

### Glasertermin:

27.02.2012  
18.15 – 19.45 Uhr

### Abholtermin:

05.03.2012, 18.15 Uhr



## Eine richtige Burg zum Geburtstag... ... und das jedes Jahr auf's Neue?

Für Erwachsene mit **Kindern ab 4 Jahren** – Großeltern willkommen !

Entweder als Märchenschloss mit Türmen oder als Ritterburg mit Wassergraben – solide aus Ton gebaut, mit dem Namen des Kindes oder dem „Familienwappen“ ausgestattet – bieten diese handgefertigten Unikate einen verlässlichen Wiedererkennungsfaktor mit hohem Spielwert an jedem Kindergeburtstag.

Ein liebenswertes Ritual für die ganze Familie, wenn die Geburtstagskerze auf dem Burgturm erneut leuchtet...

Bitte mitbringen: Altes Handtuch, Zeitungen.

Kursleitung: Martina Echternach-Dietz

### 402-03-F1

am 18.03.2012  
Samstag  
10.30 – 15.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 001  
Dauer: 2 x  
Gebühr:  
Erw.: 32,70 €  
Kinder: 18,00 €

Materialumlage  
ca. 7,00 € pro Person

### Glasertermin:

26.03.2012  
18.15 – 19.15 Uhr

### Abholtermin:

30.03.2012, 18.15 Uhr

**Muttertag – gemeinsam mit Mama  
einen Extra-Tag gestalten  
Großmütter willkommen !**

---

Für Erwachsene **mit Kindern ab 6 Jahren.**

Möchten Sie mit Ihren Lieben den Muttertag einmal ganz besonders begehen?

- einen Frühlingstag im schönen Herrngarten genießen...
- gemeinsam in geselliger Runde kreativ werden...
- allerlei „Herziges“ aus Ton formen...
- Alltagsgegenstände töpfern, die es nirgendwo zu kaufen gibt...
- sich zwischendurch mit bewegten Pausen und bei einem Brunch stärken...
- nebenbei unterhaltsamen „Mütter-Geschichten“ lauschen...
- „heimlich“ Karten oder Liebes-Grüße aus Papier basteln...

Wäre das nicht mal nett?

Bitte mitbringen: Handtuch, Getränk, einen schmackhaften Beitrag zum „Muttertags-Brunch“

Kursleitung: Martina Echternach-Dietz

**402-04-N1**

am 13.05.2012  
Sonntag  
10.30 – 17.00 Uhr  
Aktivspielplatz  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 18,40 €  
Kinder: 9,75 €

Materialumlage  
ca. 8,00 €

**Treffpunkt:**

Aktivspielplatz im Herrngarten –  
Eingang Schloßgartenplatz

## SPECKSTEIN

### Speckstein-Werkstatt im Garten I

Für Erwachsene mit **Kindern ab 6 Jahren** –

Großeltern willkommen !

Speckstein ist ein faszinierendes und verarbeitungsfreundliches Material, das in poliertem Zustand aussieht wie Marmor. Wir wollen den Stein zuerst “erkennen” lernen. Dann wollen wir ihn mit Werkzeug formen durch “wegnehmendes Arbeiten”, z. B. zu kleinen Tieren, Handschmeichlern, Anhängern, gegenständlichen und freien Formen.

Bitte mitbringen: Ein altes Handtuch, evtl. alte Wollsocke.

Kursleitung: Gabi Gebler

#### 403-01-W1

am 09.06.2012  
Samstag  
14.00 – 17.30 Uhr  
Wixhausen, Verdistr. 22  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 10,60 €  
Kinder: 5,25 €

Materialumlage  
nach Verbrauch.



### Speckstein-Werkstatt im Garten II

Für Erwachsene mit **Kindern ab 6 Jahren** –

Großeltern willkommen !

Kursleitung: Gabi Gebler

#### 403-02-W1

am 10.06.2012  
Sonntag  
14.00 – 17.30 Uhr  
Wixhausen, Verdistr. 22  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 10,60 €  
Kinder: 5,25 €

Materialumlage  
nach Verbrauch

## **MALEN UND GESTALTEN**

### **Kreativwoche – ein besonderes Urlaubsangebot**

---

Für erwachsene Menschen mit Behinderung.  
Mal Urlaub machen vom langen Winter. Mit Erwaschen des Frühlings tauchen immer mehr Farben in der Natur auf. Auf großen Blättern, mit vielen Farben, löslichem Kaffee, Pinsel, Spachtel, Rollen und sonstigen Malwerkzeugen werden Bilder und Collagen entstehen. Geschichten zum Frühling, Tanz in den Mai und beflügelte Musik, all dies wird uns in dieser Woche begegnen. Durch die neu entdeckte Arbeitsweise wird der persönliche kreative Ausdruck gefördert und es entstehen spannende Bilder und Collagen.

Bitte mitbringen: Bequeme Malkleidung und Malschuhe.

Für die gemeinsame Mittagspause sind wir beim IB (Bildungszentrum Darmstadt).

Kursleitung: Heidi Schrickel

### **403-03-F1**

12.03. – 16.03.2012  
MO – FR  
10.00 – 16.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 001

Bitte erfragen Sie die Kursgebühr im Anmeldebüro.

Materialumlage:  
20,00 € pro Person

### Die besondere Geschichte: Das Zauberquadrat

---

Für Eltern mit **Kindern von 5 – 7 Jahren.**

Ihr hört die spannende Geschichte von einem kleinen Quadrat, einer Hexe und einem Zauberer. Diese Geschichte wollen wir anschließend gemeinsam falten und malen. Jede/r von Euch hat am Ende des Kurses ein ganz eigenes Bilderbuch (Es kann im Copyshop gebunden werden). Dieser Kurs ist jeweils für einen Elternteil mit einem Kind möglich.

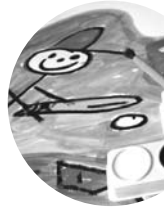
Bitte mitbringen: Verpflegung für die Pause

Kursleitung: Konstanze Formhals

#### 403-04-F1

am 28.01.2012  
Samstag, 1 x  
9.30 – 14.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 001  
Gebühr:  
Erw.: 24,50 €  
Kinder: 12,50 €

Materialumlage  
ca. 7,00 €



### Wenn Musik in der Luft liegt und Geschichten lebendig werden!

---

Für Familien mit **Kindern von 4 – 6 Jahren.**

Ihr hört spannende Geschichten vom Wald und Tieren zu passender Musik. Wir lernen verschiedene Instrumente kennen und werden mit ihrer Hilfe, mit bunten Tüchern und unserer Fantasie diesen Geschichten Leben einhauchen und sie nach Herzenslust nachspielen. Wir gehen auf eine musikalische Reise...

Kursleitung: Konstanze Formhals

#### 403-05-K1

am 04.02.2012  
Samstag, 1 x  
9.30 – 12.30 Uhr  
Kranichstein  
Bartningstr. 33  
Gebühr:  
Erw.: 9,30 €  
Kinder: 4,50 €

### Wenn Musik in der Luft liegt und Geschichten lebendig werden!

---

Ein Kurs für Familien mit **Kindern von 4 – 6 Jahren.**

Kursleitung: Konstanze Formhals

#### 403-06-K1

am 23.03.2012  
Freitag, 1 x  
15.00 – 18.00 Uhr  
Kranichstein  
Bartningstr. 33  
Gebühr:  
Erw.: 9,30 €  
Kinder: 4,50 €

## **FERIENKURSE**

### Winterferienkurs: **Spuren im Schnee**

---

#### Freie Malerei für **Mädchen und Jungen von 7 – 10 Jahren.**

Du kannst im Schnee gut Deine eigenen Spuren sehen. So wollen wir unsere Blätter ebenfalls zunächst weiß malen. In die frische weiße Farbe können dann die bunten Farben einziehen. Von Deinen farbigen Spuren wirst Du überrascht sein. Wir werden uns fünf Tage mit Spachteln, Pinseln und anderen Gegenständen auf malerische Spurensuche begeben. Du erhältst dabei viele Anregungen und wirst in Deinem Tun unterstützt.  
Kursleitung: Heidi Schrickel

#### **404-04-F2 (2/11)**

02. – 06.01.2012  
MO – FR  
10.00 – 14.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 001  
Dauer: 5 x  
Gebühr: 56,50 €

Die Materialumlage von 15,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.

### Osterferienkurs: **Meine Lieblingsfarbe ist bunt**

---

#### **Für 7 – 11-jährige Jungen und Mädchen.**

Dieser Malkurs bietet Mädchen und Jungen Gelegenheit, sinnliche Eindrücke zu sammeln und ihre eigene Kreativität in Bildern und Collagen neu zu entdecken. Wir werden mit großen Blättern, viel Farbe, löslichem Kaffee, Pinseln, Rollen, Spachteln und sonstigen Malwerkzeugen arbeiten. Du erhältst dabei viele Anregungen und Unterstützung in Deinem Tun. Hast Du Lust zu malen, wie Du es noch nie getan hast?  
Bitte mitbringen: bequeme Malkleidung und Schuhe sowie Pausenverpflegung.  
Kursleitung: Heidi Schrickel

#### **404-01-F1**

10. – 13.04.2012  
DI – FR  
10.00 – 14.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 001  
Dauer: 4 x  
Gebühr: 46,50 €

Die Materialumlage von 13,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.

## Osterferienkurs: **Hexen, brauen, kochen und zaubern**

### **Für 6 – 10-jährige Jungen und Mädchen.**

Wir begeben uns auf eine Reise in eine Welt, die damals noch ganz anders war – in die Zeit des Mittelalters. Wir werden in das Wissen der weisen Hexen und Magiere eintauchen. Für das alltägliche Leben waren z.B. die vielen Kräuter sehr wichtig, deren Geheimnisse wir entdecken wollen. Leckere Speisen werden wir kochen, Sirupe und Salben herstellen sowie Zauber- und Heilmittel brauen. Wir wollen kleine Kunstwerke mit den Farben rein aus Kräutern gestalten und das Experimentieren auf eigene Faust kommt nicht zu kurz.

Kursleitung: Eva-Maria Herzog-Reichwein

### **404-02-F1**

02.04. – 05.04.2012

MO – DO

9.00 – 14.00 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 001

Dauer: 4 x

Gebühr: 48,50

Die Materialumlage von 7,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen:

2 leere Marmeladengläser,

Sitzkissen und Verpflegung



## Osterferienkurs: **Wie kam der Osterhase zum Ei?**

### **Kreative Zeitreise für Kinder von 7 – 10 Jahren.**

Was hat der Osterhase eigentlich mit den Eiern zu tun? Wir wollen herausfinden, was heute an Ostern gefeiert wird, welche Bräuche und Rituale es bereits vor der christlichen Zeit, zum Beispiel bei den Kelten, gab und warum sie gefeiert wurden. Wir werden Geschichten über lang vergangene Zeiten hören und ihnen mit Spiel und Spaß neues Leben einhauchen. Wir erleben, dass Vergehen und Neuwerden auch heute noch einen Platz in unserem Leben haben. Am Ende dieses Kurses wisst Ihr ganz sicher, wie der Osterhase zu den Eiern kam.

Kursleitung: Saskia Müller

Jola Henrici

### **404-03-K1**

02.04. – 05.04.2012

MO – DO

8.00 – 14.00 Uhr

Kranichstein

Bartningstr. 33

Dauer: 4 x

Gebühr: 49,50

Sommerferienkurs:

## **Die wilden Farben des Sommers**

---

### Freie Malerei für **Mädchen und Jungen von 7 – 10 Jahren.**

Dieser Mal-Kurs bietet Mädchen und Jungen Gelegenheit, sinnliche Eindrücke zu sammeln und ihre eigene Kreativität in Bildern und Collagen neu zu entdecken. Wir werden mit großen Blättern, viel Farbe, löslichem Kaffee, Pinseln, Rollen, Spachteln und sonstigen Malwerkzeugen arbeiten. Du erhältst dabei viele Anregungen und Unterstützung in Deinem Tun. Hast Du Lust zu malen, wie Du es noch nie getan hast?

Kursleitung: Heidi Schrickel

### **404-04-F1**

02.07. – 06.07.2012

MO – FR

10.00 – 14.00 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 001

Dauer: 5 x

Gebühr: 56,50 €

Die Materialumlage von 15,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Bequeme Malkleidung und Schuhe sowie Pausenverpflegung

## WALD UND WIESE – FLUSS UND BACH

### Winterzeit – Spuren der Tiere

Für Erwachsene mit **Kindern ab 6 Jahren**.  
Winter, Zeit der Ruhe und Kälte. Wie verhalten sich die Tiere zu dieser Zeit? Und wie können wir uns warm halten? Liegt Schnee, werden wir den Spuren der Tiere ganz leicht folgen können und vieles über ihre Lebensweise erfahren. Wollen wir uns den scheuen Walddtieren nähern, können wir spielerisch Fähigkeiten zum Anschleichen erlernen.

Kursleitung: Gretel Steffen

#### 410-01-N1

am 28.01.2012  
Samstag  
10.00 – 12.00 Uhr  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 6,70 €  
Kinder: 3,00 €

**Treffpunkt:**  
**Haltestelle Oberwaldhaus**  
**Buslinie F**



### Kräuterwanderung

Lernen Sie Pflanzen aus unserer Region kennen. Vieles lässt sich sammeln und haltbar machen, um gesund und fit durch die anstehende kalte Jahreszeit zu kommen. Bekommen Sie ein Gefühl für Pflanzen, die Ihnen gut tun.

Bitte bringen Sie ein Sammelbehältnis mit.

Für Fragen an die Kursleiterin:

Tel. (0 61 66) 92 05 35

Kursleitung: Edith Kleinhenz

#### 602-07-F1

am 22.04.2012  
Sonntag, 1 x  
10.00 – 13.00 Uhr  
**Treffpunkt:**  
**"Brunnenwirt"**  
**Niedernhausen im Fischbachtal,**  
**Darmstädter Str. 45**  
Gebühr:  
Erw.: 9,30 €  
Kinder: 4,50 €

Lebensmittelumlage:  
1,00 €

## Den Bach erleben

---

Für Erwachsene mit **Kindern von 2 – 4 Jahren.**

Draußen zu sein, ungehindert am Wasser zu spielen, wünschen sich viele Kinder. Auch die Erwachsenen, die hier dem Alltag für kurze Zeit den Rücken kehren, haben die Möglichkeit, die Natur am Wasser mit ihren Kindern neu zu erleben. Der Bach bietet den kleinen Forschern eine Welt voller Überraschungen. Wir gehen auf die Suche nach den zahlreichen Wasserbewohnern und sind gespannt, wen wir antreffen und welche Geschichten sie uns erzählen können. Es gibt genügend Zeit, den Lebensraum Bach durch Singen, Spielen, Herumtollen, Forschen und Bauen zu entdecken sowie in Ruhe am Wasser zu verweilen.

Kursleitung: Eva-Maria Herzog-Reichwein

### 410-02-N1

am 15.05.2012  
und 22.05.2012  
dienstags  
15.00 – 17.00 Uhr  
Dauer: 2 x  
Gebühr:  
Erw.: 11,90 €  
Kinder: 6,00 €

#### Treffpunkt:

**Parkplatz der  
SG Arheilgen,  
Auf der Hardt 80**

Bitte mitbringen: Wettergerechte Kleidung, Gummistiefel, Matschhosen, Sitzunterlage, Handtuch.

## Wasserwelten

---

Für Erwachsene mit **Kindern von 2 – 4 Jahren.**

Vergnügt im Wasser plantschen, barfuß den Grund des Baches erfühlen, entdecken was hier lebt. Wir wollen die Schönheit eines Naturbaches mit den Kleinsten genießen. Es ist Zeit für Wasserspiele, Entdeckungstouren und miteinander spielen.

Bitte mitbringen: Gummistiefel oder Wassersandalen, Handtuch, Sitzunterlage, helle Schüssel und Verpflegung.

Kursleitung: Gretel Steffen

### 410-03-N1

am 25.05.2012  
Freitag  
10.00 – 12.00 Uhr  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 6,70 €  
Kinder: 3,00 €

#### Treffpunkt:

**Haltestelle Oberwaldhaus  
Buslinie F**

## Nachtexkursion

---

Für Erwachsene mit **Kindern ab 6 Jahren**.

Was machen Tiere am Abend, wenn es dunkel wird?

Wer geht schlafen und wer wird wach? Wie orientieren sich die nachtaktiven Tiere und was fressen sie? Mit Taschenlampen und einem Fledermaus-Detektor werden wir auf Entdeckungsreise gehen.

Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung und Taschenlampe.

Kursleitung: Eva-Maria Herzog-Reichwein

### 410-05-N1

am 22.06.2012

Freitag

20.15 – 22.45 Uhr

Dauer: 1 x

Gebühr:

Erw.: 8,00 €

Kinder: 3,75 €

### Treffpunkt:

**Parkplatz der**

**SG Arheilgen,**

**Auf der Hardt 80**



Kooperation mit der Kinder- und Jugendfarm Darmstadt e.V.

### **Wir entdecken einen Kinderbauernhof...**

---

Für Erwachsene mit **Kindern von 2 – 3 Jahren.**

Für Eltern ist es spannend, ihre Kinder in einer Gruppe von Gleichaltrigen zu erleben und die unterschiedlichen Verhaltensweisen der Kinder zu erkennen, sie zu respektieren und zu tolerieren. Sei es im Umgang mit Geräten und Werkzeug, wie z.B. Schubkarren schieben oder gemeinsam Futterkörbe tragen und sich gegenseitig zu helfen, oder im Umgang mit den Tieren Reaktionen wie Angst und Zurückhaltung aber auch Neugier und Mut zu zeigen. Oft ist hierbei durch die Tiere eine ausgleichende Wirkung auf die Kinder zu beobachten. Die zurückhaltenden Kinder gewinnen Selbstsicherheit und Mut, die forschen Kinder lernen sich ruhig und geduldig zu verhalten.

Kursleitung: Helga Bräuninger-Feyerabend

#### **411-01-N1**

ab 08.05.2012  
bis 22.05.2012  
dienstags  
9.30 – 11.00 Uhr  
Kinder- und Jugendfarm  
Maulbeerallee 59  
Dauer: 3 x  
Gebühr:  
Erw.: 13,20 €  
Kinder: 6,75 €

### **Wir entdecken einen Kinderbauernhof...**

---

Für Erwachsene mit **Kindern von 2 – 3 Jahren.**

Kursleitung: Helga Bräuninger-Feyerabend

#### **411-02-N1**

ab 05.06.2012  
bis 19.06.2012  
dienstags  
9.30 – 11.00 Uhr  
Kinder- und Jugendfarm  
Maulbeerallee 59  
Dauer: 3 x  
Gebühr:  
Erw.: 13,20 €  
Kinder: 6,75 €

Kooperation mit dem Freundeskreis Eberstädter Streuobstwiesen e.V. (F.E.S.e.V.)

**Die Kurse finden im Streuobstwiesenzentrum Steckenbornweg 65 statt.**

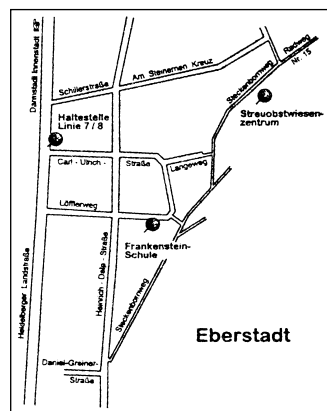
**Bitte beachten Sie folgende Information:**

Bitte denken Sie an wetterfeste Kleidung sowie an Verpflegung und bringen Sie Müllbeutel für benutzte Windeln mit. Eine direkte Anfahrt mit motorisierten Fahrzeugen ist nicht möglich.

Parkmöglichkeiten sind im Langeweg oder am Steineren Kreuz.

Radfahrer nehmen den Radweg Nr. 15.

**Die nächste Straßenbahnhaltestelle ist die Carl-Ulrich-Straße (Linie 7/8).**



## Die Natur erwacht – Pflanzenzeit

Für Erwachsene mit **Kindern ab 6 Jahren.**

Nach der langen Winterruhe brechen die ersten Pflanzen aus dem Boden und bedecken Wald- und Wiesenböden mit Blütenteppichen und frischem Grün.

Wir nähern uns den Pflanzen auf ungewöhnliche Art mit unseren Sinnen – tasten, riechen, schmecken und werden eine Medizin daraus herstellen

Bitte mitbringen: 1 Schraubglas, Sitzunterlage

Kursleitung: Gretel Steffen

### 412-01-N1

am 21.04.2012  
Samstag  
10.00 – 12.00 Uhr  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 6,70 €  
Kinder: 3,00 €

Materialumlage:  
ca. 2,00 €

*Kooperation mit dem Freundeskreis Eberstädter  
Streuobstwiesen e.V. (F.E.S.e.V.)*

### **Rasenmäher Schaf**

---

Für Erwachsene mit **Kindern von 2 – 3 Jahren.**  
Gemeinsam lernen wir eine kleine Schafherde näher  
kennen. Ob sich die Tiere wohl von uns streicheln  
lassen? Zum Abschluss basteln wir ein Bild mit echter  
Schafwolle.  
Kursleitung: Gretel Steffen

#### **412-02-N1**

am 11.05.2012  
Freitag  
15.00 – 17.00 Uhr  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 6,70 €  
Kinder: 3,00 €

### **Rasenmäher Schaf**

---

Für Erwachsene mit **Kindern von 2 – 3 Jahren.**  
Gemeinsam lernen wir eine kleine Schafherde näher  
kennen. Ob sich die Tiere wohl von uns streicheln  
lassen? Zum Abschluss basteln wir ein Bild mit echter  
Schafwolle.  
Kursleitung: Gretel Steffen

#### **412-03-N1**

am 12.05.2012  
Samstag  
15.00 – 17.00 Uhr  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 6,70 €  
Kinder: 3,00 €

### **Sonnen-Kräuter-Zauber**

---

Für Erwachsene mit **Kindern ab 6 Jahren.**  
Eine Pflanze ist besonders stark mit dem Sommeran-  
fang, der Sonnenwende verbunden. Diese Pflanze wer-  
den wir durch Sinneserfahrungen, alten Geschichten  
und einer Ölherstellung kennen lernen.  
Bitte mitbringen: 1 Schraubglas  
Kursleitung: Gretel Steffen

#### **412-04-N1**

am 23.06.2012  
Samstag  
10.00 – 12.00 Uhr  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 6,70 €  
Kinder: 3,00 €

## Väter / Vater-Kind-Angebote



**Fachbereichsleiterin**

**Rita Dippel, Tel.: 13 32 12**

---

### Vater-Kind-Angebote

0 – 1 Jahre	Seite	88 – 89
1 – 3 Jahre	Seite	90
2 – 4 Jahre	Seite	90
3 – 6 Jahre	Seite	91
4 – 8 Jahre	Seite	91 – 93
5 – 10 Jahre	Seite	93 – 94
ab 6 Jahre	Seite	94 – 96, 100
ab 7 Jahre	Seite	97 – 98
8 – 12 Jahre	Seite	97, 99

---

Väter beziehen vermehrt ihr eigenes „männliches“ Selbstverständnis in ihre Rolle als Bezugsperson für ihr Kind mit ein. Ziel des Familienzentrums ist es, eine aktive Vaterschaft mit unseren Angeboten zu begleiten. Im Rahmen unseres Fachbereichs „Väter“ möchten wir:

- Die Freude am aktiven Tun und Miteinander stärken
- Einen Raum zur Verfügung stellen, der dazu einlädt, Kontakte zu knüpfen
- Die zunehmende Veränderung von Familienformen und die damit verbundene Neuorientierung berücksichtigen
- Einen Austausch zu Fragen über die Vater- bzw. Männerrolle ermöglichen

## VATER-KIND-ANGEBOTE

### Baby-Schwimmen

---

Für Väter mit ihren Babys **von 4 – 12 Monaten.**

Das Element Wasser trägt wesentlich durch das Gefühl der Schwerelosigkeit und der Massagewirkung zu mehr Wohlbefinden, Spaß und Freude bei. Durch das Spielen im Wasser werden vielfältige Reize ausgelöst und somit eine ganzheitliche Sinneserfahrung ermöglicht.

Kursleitung: Stephanie Dippel

#### 501-01-JB1

ab 28.01.2012  
bis 17.03.2012  
samstags, 8 x  
9.00 – 10.00 Uhr  
Jugendstilbad  
Gebühr: 85,90 €

**inkl. Eintritt und eine weitere Stunde Schwimmbadnutzung**

### Baby-Schwimmen

---

Für Väter mit ihren Babys **von 4 – 12 Monaten.**

Kursleitung: Martin Zucca

#### 501-02-JB1

ab 29.01.2012  
bis 18.03.2012  
sonntags, 8 x  
9.00 – 10.00 Uhr  
siehe Kurs 501-01-JB1

### Baby-Schwimmen

---

Für Väter mit ihren Babys **von 4 – 12 Monaten.**

Kursleitung: Stephanie Dippel

#### 501-03-JB1

ab 21.04.2012  
bis 09.06.2012  
samstags, 8 x  
9.00 – 10.00 Uhr  
siehe Kurs 501-01-JB1

### Baby-Schwimmen

---

Für Väter mit ihren Babys **von 4 – 12 Monaten.**

Kursleitung: Martin Zucca

#### 501-04-JB1

ab 22.04.2012  
bis 17.06.2012  
sonntags, 8 x  
9.00 – 10.00 Uhr  
siehe Kurs 501-01-JB1

## SHIATSU® – für Väter mit ihren Babys

---

Für Babys **von 4 – 12 Monaten**.

Shiatsu ist eine sanfte Massagetechnik und basiert auf dem uralten Wissen chinesischer-japanischer Heilkunst.

Auf diese sanfte Behandlung sprechen gerade Babys mit ihren feinfühligsten Empfindungen gut an.

Dieser Kurs eröffnet die Möglichkeit, den Kontakt zwischen Vater und Baby zu vertiefen und die Bindung zu stärken.

Zudem vermittelt Shiatsu dem Baby Geborgenheit, stärkt den Organismus, regt das Immunsystem an, löst Verspannungen und unterstützt den Schlaf.

Bitte mitbringen: Decke und bequeme Kleidung für Vater und Baby.

Kursleitung: Judith Staake-Ludwig

### 501-05-F1

am 24.02.2012  
und 02.03.2012  
freitags

17.00 – 18.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004

Dauer: 2 x

Gebühr:

Erw.: 7,80 €

Kind: 4,50 €



## SHIATSU® – für Väter mit ihren Babys

---

Für Babys **von 4 – 12 Monaten**.

Bitte mitbringen: Decke und bequeme Kleidung für Vater und Baby.

Kursleitung: Judith Staake-Ludwig

### 501-06-F1

am 21.04.2012  
und 28.04.2012  
samstags

9.30 – 11.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008/004

Dauer: 2 x

Gebühr:

Erw.: 7,80 €

Kind: 4,50 €

## **Drunter – Drüber – in Bewegung**

---

Für Väter mit Kindern **von 1 1/4 – 3 Jahren.**

Kindern erobern Schritt für Schritt die Umwelt über ihre Bewegung. In diesem Kurs haben sie Gelegenheit sich auszuprobieren und ihre Möglichkeiten und Grenzen zu erproben z.B. an einer Bewegungslandschaft oder in Form von Bewegungs- und Wahrnehmungsspielen.

Für „Groß“ und „Klein“ steht Bewegung, Spiel und Spaß im Mittelpunkt der einzelnen Treffen.

Kursleitung: Uwe Lehnert

### **501-07-F1**

ab 29.01.2012

bis 26.02.2012

sonntags

9.00 – 10.30 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 006/ Bewegungsraum

Dauer: 5 x

Gebühr:

Erw.: 17,25 €

Kind: 11,25 €

## **Vater-Kind-Treff**

---

Für Väter mit Kindern **von 2 – 4 Jahren.**

Endlich mal Zeit mit Papa alleine!

Spielen, basteln, toben, bei schönem Wetter draußen matschen, Spaß haben und gemeinsam Zeit erleben – dies alles und natürlich der Erfahrungsaustausch unter „Vätern“ steht im Mittelpunkt der einzelnen Kurstreffen. Entdecken Sie gemeinsam mit Ihrem Kind die Welt aus „Vätersicht“.

**Bitte mitbringen:** Frühstück für Papa und Kind

Kursleitung: Uwe Lehnert

### **501-08-A1**

03.03.2012

24.03.2012

21.04.2012

12.05.2012

16.06.2012

samstags

9.00 – 10.30 Uhr

Arheilgen

Jakob-Jung-Str. 2

Dauer: 5 x

Gebühr:

Erw.: 17,25 €

Kind: 11,25 €

## Die Wiese lebt

---

Für Väter mit Kindern **von 3 – 6 Jahren.**

Bunte Blumenwiesen sind ein Meer von Farben und Düften. Wir wollen dem Zirpen und Summen von Insekten lauschen, Farben sammeln und uns aus einer anderen Perspektive dem Mikrokosmos Blumenwiese nähern. Wir werden einige ihrer tierischen Bewohner und deren Lebensweise näher kennen lernen sowie ihre Pflanzen als gigantische Baumeister und heilende Nahrung mit allen Sinnen erfahren. Wir werden einen Nachmittag auf Wiesenführung gehen.  
Kursleitung: Christiane Schanz-Heinz

### 501-09-N1

am 21.04.2012  
Samstag  
14.00 – 17.00 Uhr  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 7,80 €  
Kind: 4,50 €

Treffpunkt: Vivarium



## Pizza-Variationen

---

Für Väter mit Kindern **von 4 – 7 Jahren.**

An diesem Vormittag werden wir gemeinsam Pizza in verschiedenen Variationen herstellen, in Form von Pizza-Schnecken, Pizza-Brot, Flammkuchen oder klassischer Pizza. Je nach Vorlieben werden wir sie belegen und dann ab in den Ofen. Während die Pizza im Ofen brutzelt, bereiten wir noch einen leckeren Salat zu. Nach dem leckeren Essen räumen wir gemeinsam die Küche auf.

**Bitte mitbringen:** Schürze und Dosen mit Deckel für Essensproben.

Kursleitung: Stefan Beckmann

### 501-10-F1

am 04.03.2012  
Sonntag  
10.00 – 13.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 7,80 €  
Kind: 4,50 €

Lebensmittelumlage  
ca. 6,00 € pro Team

## Osterbäckerei

---

Für Väter mit Kindern von **4 – 7 Jahren**.

An diesem Nachmittag wollen wir gemeinsam aus Hefeteig Hasen, Nester und vieles mehr zaubern. Sie lernen einen leckeren, lockeren und immer gelingenden Hefeteig kennen und unterstützen Ihre Kinder beim Formen und Kneten. Nach dem Backen werden die frischen Köstlichkeiten mit einem warmen Kakao sofort probiert. Für das Familienfrühstück am nächsten Tag bleiben auch noch ein paar Hasen übrig.

**Bitte mitbringen:** Schürze und Dosen mit Deckel für Essensproben.

Kursleitung: Stefan Beckmann

### 501-11-F1

am 01.04.2012  
Sonntag  
15.00 – 18.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 7,80 €  
Kind: 4,50 €

Lebensmittelumlage  
ca. 6,00 € pro Team

## Steinzeitfarben am Ruthsenbach

---

Für Väter mit Kindern **von 4 – 8 Jahren**.

Wie einst die Steinzeitmenschen begeben wir uns als kleine Farbenfinder auf die Suche nach Farben am Ruthsenbach und seiner Umgebung. Aus verschiedenen Naturmaterialien und geheimnisvollen Zutaten stellen wir wie in der Steinzeit Naturfarben her.

Vor Ort malen wir und nehmen ein kleines Kunstwerk mit nach Hause.

**Bitte mitbringen:** Wettergerechte Kleidung, Gummistiefel, Matschhosen, Sitzunterlage, Plastiktüte.

Kursleitung: Eva-Maria Herzog-Reichwein

### 501-12-N1

am 28.04.2012  
Samstag  
10.00 – 12.30 Uhr  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 6,75 €  
Kind: 3,75 €

Materialkosten:  
ca. 1,00 €/Person

Treffpunkt:  
Parkplatz der SG Arheilgen,  
Auf der Hardt 80

## Piratenschatz am Apfelbach

Für Väter mit Kindern **von 5 – 7 Jahren.**

Wir haben eine Flaschenpost gefunden! Und wisst Ihr, was drin ist: Eine echte Schatzkarte!

Kommt Ihr mit den Schatz suchen? Auf dem Weg dorthin müssen wir aber einige Abenteuer bestehen...

Wir treffen uns am Parkplatz der GSI im Wixhäuser Wald zu unserer Schatzsuche (mit leichten und spielerischen Aufgaben). Zum Abschluss kocht uns Smutje einen echten Äquatorimbiss.

Verkleidung, Augenklappe u.ä. dürfen gerne mitgebracht werden.

Kursleitung: Uwe Lehnert

### 501-13-N1

am 23.06.2012  
Samstag  
10.00 – 12.00 Uhr  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 5,70 €  
Kind: 3,00 €

Materialkosten  
ca. 2,50 € pro Team

Treffpunkt:  
Parkplatz GSI  
Wixhausen, Planckstr. 1



## Mutig auf Berge, durch Wald und Schluchten

Für Väter mit Kindern **von 5 – 8 Jahren.**

Wir begeben uns auf Entdeckertour nach einem verborgenen Berg mitten im tiefen Wald. Mit viel Spaß werden wir den Berghang sowohl rauf als auch runter kraxeln.

Wir können unsere Kletterkünste auf allen Vieren ausprobieren, indem wir den Hang hinunterrutschen und uns an Bäumen und Seilen wieder hochziehen.

Unterwegs werden wir eine kleine Schlucht durchlaufen und uns mit wilden Kräutern und einem Zaubergetränk stärken.

**Bitte mitbringen:** Wettergerechte Kleidung, feste Schuhe, Sitzunterlage, Verpflegung.

Kursleitung: Eva-Maria Herzog-Reichwein

### 501-14-N1

am 12.05.2011  
Samstag  
14.00 – 18.00 Uhr  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 9,90 €  
Kind: 6,00 €

Materialkosten:  
ca. 1,00 €/Person

Treffpunkt:  
Naturfreundehaus im Stadtwald  
Ober-Ramstadt

## ...wo die wilden Kerle wohnen...

---

Ein **Wochenende** für Väter mit Kindern von **5 – 10 Jahren**.

Möchten Sie es sich mit anderen Vätern und Ihren Kindern gut gehen lassen und die gemeinsame Zeit genießen? Dann fahren Sie doch mit uns ins „**Albert-Schweitzer-Haus**“ in Lindenfels/Odw. Wir entdecken „Haus und Hof“ spielen zusammen draußen und drinnen und sorgen am Abend bei Stockbrot und Lagerfeuer für gute Stimmung!

Für die Planung und das gegenseitige Kennenlernen treffen wir uns zu einem **Vorbereitungstermin** **am 31.05.12 um 20.00 Uhr** in der Frankfurter Str. 71, Raum 004.

Kursleitung: Uwe Lehnert

### 501-15-N1

02./03.06.2012  
Wochenende SA/SO  
Anreise: 10.30 Uhr  
Abreise: 13.30 Uhr  
Lindenfels  
Albert-Schweitzer-Haus  
Gebühr:  
Erw.: 62,20 €  
Kinder 37,00 €

(Bettzeug bei Bedarf pro Person 5,00 €)

## Bienenhotel

---

Für Väter mit Kindern **von 6 – 10 Jahren**.

Wir wollen gemeinsam unsere bedrohten heimischen Wildbienen und deren Lebensräume näher kennen lernen, um dann für sie ein entsprechendes „Hotel“ zu bauen.

Mit Holz, Lehm und anderen Naturmaterialien lassen wir unserer Fantasie freien Lauf. Wir bohren, sägen, schrauben, matschen und kreieren so eine gemütliche Unterkunft zum Mitnehmen.

**Bitte mitbringen:** Bohrmaschine bzw. Akkuschauber und Holzbohrer 3 – 10 mm sowie kleinen Imbiss.

Kursleitung: Christiane Schanz-Heinz

### 501-16-N1

am 25.02.2012  
Samstag  
14.00 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 001  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 7,80 €  
Kind: 4,50 €

## Action Painting

---

Für Väter mit Kindern **ab 6 Jahren**.

Spontanen Eingebungen folgend malen wir mit Acryl- und Dispersionsfarben auf großflächigen Holztafeln. Mit Hilfe von Pinseln, Rollen, Spachteln, Händen und Füßen bringen wir die Farbe auf. Vorkenntnisse werden nicht benötigt, denn der Künstler steckt in jedem von uns. Im Vordergrund steht die Freude am Malprozess.

**Bitte mitbringen:** Malfeste Kleidung

Kursleitung: Constance Wehinger

Uwe Lehnert

### 501-17-K1

am 10.03.2012  
Samstag  
10.00 – 13.00 Uhr  
Kranichstein,  
Bartningstr. 33  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 14,10 €  
Kind: 9,00 €

Materialkosten  
ca. 10,00 € pro Team



## Das Schmuggler-Experiment und vieles mehr...

---

Für Väter mit Kindern **von 6 – 8 Jahren**.

Wir versenken einen „geschmuggelten“ Schatz im Wasser und schauen, ob er von alleine wieder auftaucht. Wir erforschen Naturfarbstoffe, die ihre Farbe verändern können, wollen kleine Raketen bauen und werden ausprobieren, wie wir Feuer schnell löschen können. Spannende Experimente führen wir mit Wasser, Feuer und Luft durch und werden die Forscheraufgaben gemeinsam mit Papa lösen.

**Bitte mitbringen:** Verpflegung.

Kursleitung: Eva-Maria Herzog-Reichwein

### 501-18-F1

am 24.03.2012  
Samstag  
10.00 – 13.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Werkraum/004  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 8,85 €  
Kind: 5,25 €

Materialkosten  
2,00 € pro Team

## Feuerzeit

---

Für Väter mit Kinder **ab 6 Jahren.**

An diesem Nachmittag werden wir auf der Grillwiese am Oberwaldhaus ein Feuer nach alter Art mit Zundermaterial aus der Natur und Feuereisen bereiten. Beim Holz sammeln suchen wir uns auch einen geeigneten Stock, damit wir am Feuer Stockbrot grillen können. Um das Feuer gut auszunutzen, werden wir noch Perlen aus Ton brennen und eine Elementeburg aus den Elementen Feuer, Erde, Wasser und Luft bauen. Bei Regen wird ein Ausweichtermin angeboten.

**Bitte mitbringen:** Taschenmesser, Sitzunterlage und Verpflegung.

Kursleitung: Gretel Steffen

### 501-19-N1

am 28.04.2012  
Samstag  
14.00 – 18.00 Uhr  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 9,90 €  
Kind: 6,00 €

Materialkosten:  
ca. 5,00 €/Team

Treffpunkt:  
Oberwaldhaus  
Grillwiese

## Vater-Kind Kanutour

---

Für Väter mit Kindern **ab 6 Jahren.**

1-tages Kanutour mit Schlauchkanadier an der Nidda mit einer spektakulären Abseil-Aktion von einer Brücke. Reine Fahrtzeit ca. 3 – 4 Stunden mit Pausen. Technik-Einweisung vor dem Start. Nach der Tour machen wir die Boote sauber.

**Bitte mitbringen:** Kopfbedeckung, Sonnenschutz, Ersatzwäsche und Schuhe, Verpflegung incl. Getränke

**Infoabend:** 22.06.12, 20.00 Uhr, Raum 004

Kursleitung: Mario Haberthür

### 501-20-N1

am 23.06.2012  
Samstag  
10.00 – 17.00 Uhr  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 16,20 €  
Kind: 10,50 €

Materialkosten:  
4,00 € pro Person  
(Kanu, Paddel, Schwimmwesten,  
Wassersäcke etc.)

**Treffpunkt:**  
S-Bahnhof Dortelweil/ Ankunft in  
Bonames

## Vater-Kind Survival-Tag

---

Für Väter mit Kindern **ab 7 Jahren.**

Ein Tag Survival. Unterweg sein. Über eine Schlucht gemeinsam eine Seilbrücke bauen. Um die Wurst (oder den Wurm) zu braten machen wir Feuer ohne Papier und Streichhölzer. Um zurückzufinden setzen wir Karte und Kompass ein.

**Bitte mitbringen:** Verpflegung, wetterfeste Kleidung

Kursleitung: Mario Haberthür

### 501-21-N1

am 17.03.2012  
Samstag  
10.00 – 17.00 Uhr  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 16,20 €  
Kind: 10,50 €

Materialkosten:  
2,00 € pro Person  
(Klettergurte, Seile etc.)

### Treffpunkt:

Haltestelle Borsdorffstr.  
(Linie 5) – die genaue  
Wegbeschreibung erhalten Sie  
per E-Mail.



## Lust auf Abenteuer ?

---

Für Väter mit einem Kind **von 8 bis 12 Jahren.**

Möchtet Ihr mal etwas Außergewöhnliches und Spannendes erleben? Gesichert durch einen Klettergurt und Helm an einem richtigen Felsen klettern? Ja, dann wird Euch diese Tour sicherlich gefallen. Den Tag beginnen wir mit einer Sage über die Entstehung des Hohensteins. Danach dürft Ihr Eure Väter auf „dunklen Wegen“ zum Kletterfelsen führen. Am Fels angekommen machen wir uns mit der Kletterausrüstung und der Sicherungstechnik vertraut. Nach dem Erklimmen des Felsens machen wir eine Gipfelrast und danach werdet Ihr wieder zum Boden abgeseilt.

**Bitte mitbringen:** Verpflegung für den Tag, wetterfeste Kleidung und stabiles Schuhwerk.

Kursleitung: Eberhard Zoch

### 501-22-N1

am 05.05.2012  
Samstag  
9.30 – 16.30 Uhr  
Gebühr:  
Erw.: 16,20 €  
Kinder:10,50 €

### Treffpunkt

Am Hohenstein  
– die genaue Wegbeschreibung  
wird per E-Mail zugeschickt.

Leihrausrüstung pro Teilnehmer  
ca. 5,00

## Pfannenkuchen

---

Für Väter mit Kindern **von 7 – 11 Jahren**.

Alle Kinder lieben sie. Mal süß, mal pikant, lecker gefüllt, ob zum Frühstück oder zwischendurch. Gemeinsam mit den Papas zaubern wir verschiedene Varianten von Pfannkuchen und probieren sie. Ihr bekommt Ideen für eine leckere Überraschung zu Hause, die auch Euren Mamas schmecken wird.

**Bitte mitbringen:** Schürze und Dosen mit Deckel für Essensproben.

Kursleitung: Stefan Beckmann

### 501-23-F1

am 05.02.2012  
Sonntag  
10.00 – 13.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr:  
Erw.: 7,80 €  
Kind: 4,50 €

Lebensmittelumlage  
ca. 6,00 € pro Team

## Chicken Nuggets und Pommes mit Ketchup

---

Für Väter mit Kindern **von 7 – 11 Jahren**.

Chicken Nuggets kann man ohne großen Aufwand selbst schmackhaft in wenig Fett knusprig zubereiten. Aus Kartoffeln sind im Handumdrehen Pommes gezaubert. Auch Ketchup muss nicht immer fertig aus der Flasche kommen. Viel spannender ist, die einzelnen Zutaten kennen zu lernen, denn Kochen ist kein Hexenwerk.

**Bitte mitbringen:** Schürze und Dosen mit Deckel für Essensproben.

Kursleitung: Stefan Beckmann

### 501-24-F1

am 26.02.2012  
Sonntag  
10.00 – 13.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr:  
Erw.: 7,80 €  
Kind: 4,50 €

Lebensmittelumlage  
ca. 6,00 € pro Team

## Regal, Kiste, Stuhl....

### Kleinmöbel aus Holz bauen oder reparieren

Für Väter mit Kindern **von 8 – 12 Jahren**.

Der Tisch, der schon lange ohne Schublade im Keller steht, oder eine einzelne Schublade – wo kam die eigentlich her? Kaputte Stühle ohne Sitz oder das CD-Regal für genau diese Nische in der Wohnung... Kleinmöbel sind machbar, auch für Laien und mit wenig Ausrüstung.

#### Termin 1: Wir machen einen Plan

Jeder bringt etwas mit: Ein Stück, das repariert oder umgebaut werden soll, oder auch einfach nur eine Idee. Gemeinsam in der Runde entwickeln wir für jedes Stück einen individuellen Plan: Wie werden wir der Reihe nach vorgehen, welche Materialien und Werkzeuge werden benötigt und was muss eventuell noch besorgt werden?

#### Termin 2: Jetzt geht's in die Werkstatt!

Wir setzen unsere Pläne um. Dabei arbeiten wir viel mit Handwerkszeugen, setzen aber auch Maschinen ein, um uns die Arbeit zu erleichtern. Man braucht keinen großen Maschinenpark, um einfache und haltbare Holzverbindungen herzustellen wie Überplattung, Verzapfen, Finger- oder Schwalbenschwanzzinken etc. Am Ende gibt's Tipps zur geeigneten Oberflächenbehandlung wie Ölen, Wachsen, Lackieren, so dass die produzierten Stücke selbständig vollendet werden können.

Kursleitung: Katharina Mann

#### 501-25-F1

am 03.03.2012  
und 17.03.2012  
Samstag  
10.00 – 16.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 001/004  
Dauer: 2 x  
Gebühr:  
Erw.: 26,70 €  
Kind: 18,00 €



#### Zum 1. Termin

**bitte mitbringen:** Werkstück oder Idee, Papier und Stifte, Verpflegung für die Mittagspause.

#### Zum 2. Termin

**bitte mitbringen:** Werkstück und Material, wie beim ersten Termin besprochen, Verpflegung für die Mittagspause.

## Vorschau auf das 2. Halbjahr 2012

### Eine Floßfahrt, die ist lustig...

---

Für Väter mit ihren Kindern von **6 – 10 Jahren.**

Bevor man in See stechen kann, muss natürlich noch ein schwimmfähiges Gefährt gebaut werden und genau das wollen wir an diesem Tag auch tun. Wir werden mit Brettern, Seilen, Balken, Schläuchen, Kanistern und vielem mehr ein Floß bauen, auf dem wir dann im Arheilger Mühlchen auf große Fahrt gehen werden.

Voraussetzung ist, dass Ihr schwimmen könnt (oder eine Schwimmweste tragt), falls bei hoher See doch einmal „Mann oder Frau“ über Bord gehen sollte.

Nach dem „offiziellen Teil“ um 15.00 Uhr dürfen auch die Mütter und weitere Familienmitglieder dazu kommen, um selbst einmal Floß zu fahren oder um gemeinsam den Tag im Schwimmbad ausklingen zu lassen.

**Bitte mitbringen:** Badesachen und genügend trockene Kleidung zum Wechseln, Sonnenhut, Sonnencreme, Badesandalen oder Schuhe, die nass werden dürfen.

Kursleitung: Uwe Lehnert

N.N.

#### 501-26-N1

am 18.08.2012

Samstag

9.00 – 15.00 Uhr

Arheilger Mühlchen

Gebühr:

Erw.: 14,10 €

Kinder: 9,00 €

**Materialkosten pro Team ca.**

**10,00 €**

### Eine Floßfahrt, die ist lustig...

---

Für Väter mit ihren Kindern von **6 – 10 Jahren.**

Kursleitung: Uwe Lehnert

N.N.

#### 501-27-N1

am 25.08.2012

Samstag

9.00 – 15.00 Uhr

Arheilger Mühlchen

Gebühr:

Erw.: 14,10 €

Kinder: 9,00 €

# Gesundheit – Ernährung, Entspannung, Bewegung



**Fachbereichsleiterin:**  
**Katharina Maiwald, Tel.: 13 30 31**

---

<b>Kinderernährung</b>	Seite	102
------------------------	-------	-----

---

<b>Kochen</b>	Seite	102 – 109
• zur Prävention	Seite	110 – 113
• für spezielle Zielgruppen	Seite	114
<b>Backen/Confiserie</b>	Seite	115 – 117
<b>Internationale Küche</b>	Seite	118 – 123
<b>Kochen mit Kindern</b>	Seite	124 – 125
<b>Kochen für Kinder und Jugendliche</b>	Seite	126

---

<b>Entspannung für Erwachsene</b>	Seite	127 – 131
<b>Entspannung für Kinder</b>	Seite	132
<b>Bewegung für Erwachsene</b>	Seite	133 – 138

---

Eine Vielfalt von Kursangeboten möchte Sie einladen, Gesundheit für sich und Ihre Familie zu einem alltäglichen Bestandteil des Lebens werden zu lassen. Der Spaß in der Gemeinschaft bei Koch- oder Bewegungskursen, bei Entspannungsangeboten – all das kann Ihr Wohlbefinden fördern und neue Kräfte zur Bewältigung der vielfältigen Aufgaben im Familienalltag freisetzen.

## KINDER-ERNÄHRUNG

Viele Alltagsfragen in Bezug auf die Essgewohnheiten in der Familie müssen auf dem Hintergrund der Familiensituation und individueller Besonderheiten des Kindes, wie Alter oder evtl. Krankheiten, betrachtet werden.

### **Die Ernährung des Säuglings (ab 5. – ca. 12. Monat)**

---

Der Vortrag beschäftigt sich mit der schrittweisen Umstellung von Muttermilch- bzw. Säuglingsmilchnahrung auf eine gesunde B(r)eikost. Dabei sollen Fragen wie der richtige Umstellungszeitpunkt, die Zusammensetzung der Mahlzeiten u. a. geklärt werden. Außerdem reden wir über die breite Produktpalette von Säuglingsnahrung und besprechen Tipps zur Allergievorbeugung. Kursleitung: Martina Osterodt

#### **601-01-F1**

am 30.01.2012  
Montag, 1 x  
20.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008  
Gebühr: 6,70 €

#### **601-02-F1**

am 30.04.2012  
Montag, 1 x  
20.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008  
Gebühr: 6,70 €

### **Essen wie die Großen (ab ca. dem 10. Lebensmonat)**

---

Langsam entwickelt sich Ihr Baby zum Kleinkind. Seine bisherige B(r)eikost kann nun langsam auf die Kost am Familientisch umgestellt werden. Dieser Vortrag gibt Informationen zur richtigen Ernährung und zur praktischen Durchführung der Umstellung.

#### **601-03-F1**

am 27.02.2012  
Montag, 1 x  
20.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008  
Gebühr: 6,70 €

#### **601-04-F1**

am 04.06.2012  
Montag, 1 x  
20.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008  
Gebühr: 6,70 €



## KOCHEN

Die Küchenpraxis ist Schwerpunkt dieser Kurse, jedoch werden immer auch Aspekte gesunder Ernährung und Lebensmittelkunde besprochen. Besonderer Wert wird auf frische Zutaten der Saison gelegt, wodurch auch die Jahreszeiten in der Küche wiederentdeckt werden. Bitte beachten Sie, dass bei Kochkursen zusätzlich zu der Kursgebühr eine Lebensmittelumlage entsteht, die direkt mit dem/der Kursleiter/-in am Kurstag abgerechnet wird. Besonderheiten sind bei den jeweiligen Kursen vermerkt.

**Bitte bringen Sie sich eine Schürze, Dosen mit Deckel für Essensproben und etwas zu trinken mit.**

### Snacks und Naschereien für die Party

Die nächste Party kommt bestimmt. Und da Selbstgemachtes immer gut ankommt, lernen Sie an diesem Abend für jeden Geschmack Ihrer Gäste etwas auf den Tisch zu bringen. Die Rezepte sind einfach umzusetzen und gut vorzubereiten.

Kursleitung: Dagmar Kirch

#### 602-01-F1

am 14.02.2012  
Dienstag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 7,00 €

Kostenübernahme durch die gesetzlichen  
Krankenkassen bis zu 60%

Ernährung

**mundgerecht**



## Qualifizierte Ernährungsberatung

Gewichtsreduktion, Fettstoffwechselstörungen, Diabetes m.,  
Nahrungsmittelunverträglichkeiten u.a.

Alexandra Stirmlinger | Dipl. oec. troph. (FH) | zertifiziert nach VDO<sub>E</sub>  
www.ernaehrung-mundgerecht.de | Telefon 06151. 492 73 95

## **Weißkohlvariationen – vegetarisch**

---

Der Weißkohl gilt in unseren Zeiten des Überflusses als Arme-Leute-Essen. Dabei ist Kohl nicht nur ein leckeres Gemüse, sondern auch sehr förderlich für die Gesundheit. Die kalte Jahreszeit ist perfekt für Weißkohl, enthält er doch viele Vitamine und Mineralien, wirkt wärmend, nährend und fördert den Basenhaushalt im Körper. Was Gutes in ihm steckt und wie wir ihn lecker zubereiten können, erfahren Sie in diesem Kurs.

Kursleitung: Gisela Böschen

### **602-02-F1**

am 16.02.2012  
Donnerstag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 8,00 €

## **Wenn Gäste kommen**

---

Das Essen ist vorbereitet und es duftet in der Wohnung verführerisch: Jetzt kann der Besuch kommen! Genießen Sie den Abend mit Freunden auf Ihrem gemütlichen Sofa oder an einer schön gedeckten Tafel. Mit leckeren Rezeptideen und praktischen Zubereitungstipps steht einer guten Party nichts im Wege. Hier finden vor allem Rezepte Anwendung, die recht schnell und unkompliziert zubereitet werden können und die man auch im Stehen oder aus der Hand genießen kann.

Kursleitung: Elke Schneider

### **602-03-F1**

am 01.03.2012  
Donnerstag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 8,00 €

## Die Renaissance des Räucherns

---

Verwöhnen Sie Ihre Gäste bei der Osterfeier mit heißgeräuchertem Stremellachs und heimischen Forellen frisch aus dem Rauch. Schon den Geruch werden Sie nicht mehr missen wollen.

Der Kurs vermittelt die nötigen Kenntnisse, um Frische-merkmale eines Fisches zu beurteilen, Filethälften fachgerecht zu schneiden und für den Eigenverzehr mittels einfachen Methoden zu räuchern. Jeder Teilnehmer nimmt seine selbst geräucherte Forelle mit nach Hause.  
Kursleitung: Berthold Glunz

### 602-04-F1

am 02.03.2012  
Freitag, 1 x  
18.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 14,50 €

Lebensmittellumlage  
ca. 20,00 €  
(je nach Teilnehmerzahl kann  
der Betrag Schwankungen  
unterliegen)



## Erlesene, feine Osterschmankerl aus der Fischküche

---

Kalt geräucherter, nass- und trocken gebeizter Lachs – wem läuft da nicht das Wasser in der vorösterlichen Zeit im Munde zusammen?

An einem ganzen Lachs lernen wir das fachgerechte Filetieren, die Unterschiede des Nass- und Trockenbeizens und lassen uns in die Geheimnisse des Kalträucherns einweihen. Kostproben bereits fertiger Produkte werden mit Baguette im Kurs gereicht, während jede/r Teilnehmer(in) „seinen“ Lachs zum Reifen zu Hause vorbereitet.

Da bekanntlich Fisch schwimmen will: Bitte individuell ausreichend Getränke mitbringen.

Kursleitung: Berthold Glunz

### 602-05-F1

am 16.03.2012  
Freitag, 1 x  
18.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 14,50 €

Lebensmittellumlage  
ca. 20,00 €  
(je nach Teilnehmerzahl kann  
der Betrag Schwankungen  
unterliegen)

## **Kochen ohne Rezept – wie geht denn das?**

---

In diesem Kochkurs dürfen Sie Ihrer Phantasie freien Lauf lassen! Die Kursleiterin versorgt Sie mit leckeren, vegetarischen Zutaten, jedoch nicht mit Rezepten. Diese werden gemeinsam erarbeitet! So können Sie das spontane Kochen und Improvisieren ausprobieren und erhalten Ideen und Tipps, wie Sie bereits vorhandene Zutaten genussvoll zubereiten können.

Kursleitung: Nadin Völpel

### **602-06-F1**

am 28.03.2012  
Mittwoch, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 7,00 €

## **Kräuterwanderung**

---

Lernen Sie Pflanzen aus unserer Region kennen. Vieles lässt sich sammeln und haltbar machen, um gesund und fit durch die anstehende kalte Jahreszeit zu kommen. Bekommen Sie ein Gefühl für Pflanzen, die Ihnen gut tun.

Bitte bringen Sie ein Sammelbehältnis mit.

Für Fragen an die Kursleiterin:

Tel.-06166-920535

Kursleitung: Edith Kleinhenz

### **602-07-F1**

am 22.04.2012  
Sonntag, 1 x  
10.00 – 13.00 Uhr  
Treffpunkt:  
„Brunnenwirt“  
Niedernhausen im Fischbachtal,  
Darmstädter Str. 45  
Gebühr:  
Erw.: 9,30 €  
Kinder: 4,50 €

Lebensmittelumlage:  
1,00 €

## Kochen nach Jahreszeiten als 4 Gang Menü Frühling -

---

Das Warten hat ein Ende: Nach der kalten Jahreszeit freuen wir uns alle auf ein reichhaltiges Vitaminangebot mit frischen Kräutern und Gemüse aus der Region. Wir kochen gemeinsam ein 4-Gang Menü aus regionalen und saisonalen Produkten. Im Kurs erhalten Sie den Menüplan und ein Skript mit Rezepten.

- Bärlauchsuppe
- Crespelle gefüllt mit Frischkäse und frischen Kräutern
- Kalbsröllchen mit einer feinen Pestofüllung und junges geröstetes Gemüse
- Rote Grütze aus Rhabarber und Erdbeeren auf Schokoladenbiskuit und einem Baiserhäubchen

Kursleitung: Stefan Beckmann

### 602-08-F1

am 30.04.2012  
Montag, 1 x  
18.00 – 22.15 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 12,55 €

Lebensmittelumlage  
ca. 12,50 €



## Spargelgerichte

---

Welche respektvolle Namen man schon diesem Gemüse hat zukommen lassen, wie z.B. „Königliches Gemüse“, „Frühlingslust in Stangen“, „essbares Elfenbein“ – so vielfältig die Vergleiche, so vielfältig sind auch die Rezepte, die man mit Spargel zubereiten kann. Von Suppen bis hin zu Aufläufen und vollwertigen Hauptgerichten werden an diesem Kochabend zubereitet.

Kursleitung: Elke Schneider

### 602-09-F1

am 10.05.2012  
Donnerstag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 8,50 €

## **Tipps, Tricks und Rezepte, um die Fast Food Falle zu umgehen**

---

Wir werden lernen, wie man – ohne viel Aufwand – jeden Tag ein frisches und gesundes Essen auf den Tisch bringen kann.

Kursleitung: Dagmar Kirch

### **602-10-F1**

am 22.05.2012  
Dienstag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 7,00 €

## **Kochen auf Vegetarisch**

---

Die Medien berichten immer wieder über Fleischskandale und die vegetarische Ernährungsform gewinnt, ob aus gesundheitlichen oder ethischen Gründen, immer mehr an Bedeutung. In diesem Kochkurs werden wir gemeinsam verschiedene Köstlichkeiten mit exotischen Getreiden, Tofu und viel frischem Gemüse der Saison zubereiten!

Sie erhalten viele Tipps und Anregungen, wie Gemüse die Hauptrolle auf Ihrem Teller übernehmen kann und welchen vielfältigen Einsatzmöglichkeiten es für Tofu gibt.

Kursleitung: Nadin Völpel

### **602-11-F1**

am 23.05.2012  
Mittwoch, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 7,00 €

## Mit Essensresten kreativ kochen

---

Alle Rezepte, die wir an diesem Abend zubereiten, basieren darauf, dass Reste von anderen Mahlzeiten verarbeitet werden können. Es wird bei jedem Rezept Variationsmöglichkeiten geben, so dass man mit einer Menge Ideen und einem gefüllten Magen nach Hause gehen kann.

Kursleitung: Dagmar Kirch

### 602-12-F1

am 24.05.2012  
Donnerstag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 8,00 €



## Zucchinikochkurs

---

Vor rund 20 Jahren galt die Zucchini noch als Exot unter den hiesigen Gemüsesorten. Über die Mittelmeerküche hat sie dann den Weg zu den heutigen leichten Gemüserezepten gefunden. Die Zucchini ist sehr vielseitig. Sie eignet sich zum Kochen, Backen, Braten, Dünsten, Einlegen und vieles mehr.

Kursleitung: Elke Schneider

### 602-13-F1

am 31.05.2012  
Donnerstag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 6,50 €

## Kochen wie zu Großmutterns Zeiten

---

An diesem Abend werden Aufläufe, Suppen, Fleischgerichte, vegetarische Gerichte und Desserts gekocht. Bei allem werden wir uns nach den Gesichtspunkten richten, die auch unsere Großmütter berücksichtigt haben: Was gibt es zur Zeit bei uns frisch zu kaufen, ist preisgünstig und gesund?

Kursleitung: Dagmar Kirch

### 602-14-F1

am 19.06.2012  
Dienstag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 7,00 €

## ZUR PRÄVENTION

Essen hat für uns vielfältige Bedeutung: Genuss – Gesundheit – Gemeinsamkeit u.a.. Die Kunst ist es, diese Aspekte zu einem ausgeglichenen Essverhalten zu verbinden. Das Familienzentrum – Familienbildung will mit seinen Angeboten im Bereich Ernährung Informationen, Erfahrungsaustausch und Hilfestellung bieten, gesunde Essgewohnheiten für alle Haushaltsmitglieder in den eigenen Lebensalltag umzusetzen.

### ● **Vegetarischer Ayurveda-Kochworkshop**

---

Kochen im Ayurveda ist indirekt angewandte Medizin. Der Kochworkshop vermittelt einen Einblick in die bekömmliche, kreative und typgerechte Speisenzubereitung nach der ayurvedischen Ernährungslehre. Es werden die Wirkungsweisen der einzelnen Zutaten und Gewürze nach Ayurveda erklärt und Sie erhalten einen leichten Einstieg in die ayurvedische Kochkunst.  
Kursleitung: Gertrud Kuhnhäuser-Neukirch

### **603-01-F1**

am 27.02.2012  
und 05.03.2012  
montags, 2 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 19,70 €

Lebensmittelumlage  
ca. 12,00 €

## Gesund mit der Küche Kretas

---

Laut vielen Studien sollen die Menschen, die sich nach den herkömmlichen Rezepten Kretas ernähren, diejenigen sein, die am wenigsten Herz-Kreislaufprobleme haben und die am gesündesten und wohl am längsten leben.

Deren Ernährung enthält nicht nur viel von den besonders gesunden einfach ungesättigten Fettsäuren des Olivenöls, sondern auch enorm viele Vitamine und Mineralstoffe und ist reich an wertvollen sekundären Pflanzenstoffen. Das sind jene Schutz- und Heilsubstanzen, die wir täglich mit Früchten, Gemüse und Salat essen und über deren Wirkung wir von Tag zu Tag mehr erfahren.

Die Rezepte, die wir an diesem Abend kochen werden, erstrecken sich von Vorspeisen, Hauptgerichten, Brot und Süßspeisen.

Kursleitung: Elke Schneider

### 603-02-F1

am 29.03.2012  
Donnerstag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 8,00 €



## **Energetisch angepasste Ernährungsweise zu jeder Jahreszeit nach der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)**

---

Die Auswirkungen des wechselnden Klimas auf unser Befinden sind nicht zu unterschätzen. Erkältungen, Grippe und Durchfälle im Frühjahr und Sommer sind vermeidbar. Durch eine den Jahreszeiten angepasste Ernährung versorgen wir unseren Körper mit energetisch wirksamen Nahrungsmitteln, Kräutern und Getränken. Die geschmackliche und spezifische thermische Wirkungen dieser ausgewählten Lebensmittel nutzt die TCM, um auftretende Beschwerden zu lindern. Auch bei extremen Klimaschwankungen können sie vorbeugend angewandt werden.

Kursleitung: Karin Skiello

### **603-03-F1**

06.03.2012  
18.30 – 20.30 Uhr  
13.03.2012  
18.30 – 22.00 Uhr  
dienstags, 2 x  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 15,80 €

Lebensmittelumlage  
ca. 8,00 €

1. Termin:  
Basisinfo zur TCM  
2. Termin Kochen

## **Mit Essen und Trinken in die Balance kommen – Kochen nach den 5 Elementen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)**

---

Kochen, Essen und Trinken nach den 5 Elementen der TCM wirkt durch seine qualitativen Eigenschaften Ungleichgewichten der seelischen und körperlichen Funktionen entgegen. In der TCM werden verschiedene Aspekte für die energetische Einteilung von Nahrungsmitteln, Gewürzen und Kräutern herangezogen.

Die Gerichte sind gut bekömmlich und köstlich, wohlthuend für unsere Energie und das seelische und körperliche Gleichgewicht.

Kursleitung: Karin Skiello

### **603-04-F1**

02.05.2012  
18.30 – 20.30 Uhr  
09.05.2012  
18.30 – 22.00 Uhr  
mittwochs, 2 x  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 15,80 €

Lebensmittelumlage  
ca. 8,00 €

Am 1. Termin erhalten Sie die notwendigen Informationen und am 2. Abend kochen wir entsprechende Gerichte.

**Sodbrennen – was nun?****Linderung und Vorbeugung von Sodbrennen durch die Ernährung der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)**

Bestimmte Essgewohnheiten, Stress und Zeitdruck können Beschwerden wie Sodbrennen, ständiges Hungergefühl verbunden mit Verdauungsstörungen verstärken. Aufgrund einer ganzheitlichen Sichtweise kann die TCM die ernährungsbedingten Ursachen für diese Beschwerden erkennen. Begleitsymptome wie Zahnfleischbluten, Entzündungen, Stirnkopfschmerzen, Mundgeruch, Kratzen im Hals und Schlafstörungen können ebenfalls auftreten. Das emotionale Gleichgewicht wird in vielen Fällen ebenfalls negativ beeinflusst. Durch eine Ernährung und Veränderung der Essgewohnheiten nach den Grundlagen der TCM können diese Beschwerden gebessert werden.

1. Termin: Erläuterungen von Ursachen von Sodbrennen aus Sicht der TCM.
  2. Termin: Kochen entsprechender Gerichte.
- Kursleitung: Karin Skielo

**603-05-F1**

05.06.2012  
18.30 – 20.30 Uhr  
12.06.2012  
18.30 – 22.00 Uhr  
dienstags, 2 x  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 15,80 €

Lebensmittelumlage  
ca. 8,00 €



## FÜR SPEZIELLE ZIELGRUPPEN

### **Kochtreff für Menschen mit Behinderung**

---

Beim gemeinsamen Kochen und Backen werden wir sehr viel Spaß haben. Wir lernen etwas über verschiedene Lebensmittel und ihre mögliche Zubereitung kennen. Am Ende jeder Kursstunde genießen wir die leckeren Speisen.

Lebensmittelumlage ca. 25,00 €

Kursleitung: Anja Altvater-Frowein

#### **604-01-F2**

24.02.2012

23.03.2012

20.04.2012

freitags, 3 x

14.00 – 17.00 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 002 – Küche

Gebühr: 24,90 €

### **Kochtreff für (männliche) Senioren – Fortsetzung**

---

Kursleitung: Katharina Maiwald

Lebensmittelumlage ca. 35,00 €

**Bitte fragen Sie nach unter**

**Tel.: 13 25 09 – Frau Becker-Ciardo oder**

**Tel.: 13 30 31 – Frau Maiwald**

#### **604-02-F2**

27.03.2012

24.04.2012

22.05.2012

27.06.2012

dienstags, 4 x

9:30 – 13:30 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 002 – Küche

Gebühr: 43,10 €



## BACKEN/CONFISERIE

### Schokoladen-Trüffel-Herstellung Zum Verschenken oder selber naschen

---

Sie lieben Schokolade? Fertigen Sie unter fachmännischer Anleitung verschiedene Trüffelsorten an. Es ist für jeden Geschmack etwas dabei. Sie bereiten die Füllungen zu, z.B. für

- weiße Trüffel – alkoholfrei,
- rote Trüffel zu Kir Royal, Prosecco oder Sekt,
- Vollmilch – Williams Christ oder mit
- dunkler Schokolade und Kirschwasser.

Sie befüllen die Hohlkörper, überziehen die verschiedenen Trüffelsorten und garnieren diese aus.

In der Lebensmittelumlage sind ca. 500 g Trüffel zum Mitnehmen nach Ihrem Geschmack enthalten.

Kursleitung: Erich Schmunk

#### 605-01-F2

am 13.02.2012  
Montag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 13,20 €

Lebensmittelumlage  
ca. 9,00 €

### Schokoladen-Trüffel-Herstellung Zum Verschenken oder selber naschen

---

Kursleitung: Erich Schmunk

#### 605-02-F2

am 14.03.2012  
Mittwoch, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 13,20 €

Lebensmittelumlage  
ca. 9,00 €

siehe auch Kurs 607-04-F1

### Von der Kakaobohne zum Schokoladenosterhasen

## **Backen mit Schokolade**

---

Lieben Sie Chokolade? Wenn Sie erleben wollen, wie vielfältig hochwertige Schokolade beim Backen verfeinert werden und welche exquisiten Köstlichkeiten Sie in Ihrer eigenen Backstube herstellen können, dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig, in dem es darum geht, dem Geschmack der Schokolade auf die Spur zu kommen. Lernen Sie backen wie bei Starbuck's. Wir stellen amerikanische Spezialitäten wie Cookies, Brownies, Cupcakes und Muffins her oder genießen herrlich luftige Schokoladen-Tartes. Lassen Sie sich verzaubern und tauchen Sie ein in die Welt der Schokolade.  
Kursleitung: Stefan Beckmann

### **605-03-F1**

am 10.02.2012  
Freitag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 7,50 €

## **Hefeteig in verschiedenen Variationen – von A wie Apfelkuchen bis P wie Pizza**

---

Hefeteig ist relativ einfach herzustellen und gut zu variieren. Wir wollen an diesem Abend 4 verschiedene Hefeteige herstellen und daraus 12 verschiedene Speisen zubereiten. Bei der Vielfältigkeit wird für jeden Geschmack etwas dabei sein.  
Bitte Dosen mit Deckel zum Mitnehmen der Backwaren mitbringen.  
Kursleitung: Dagmar Kirch

### **605-04-F1**

am 20.03.2012  
Dienstag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 7,00 €

## Osterbrote – Osterzöpfe

---

Nach der Fastenzeit ist es üblich, das Osterfest mit leckeren Osterbroten aus reichhaltigen Hefeteigen zu begehen. Eine Kunst ist auch das Flechten der Zöpfe nach dekorativen Mustern. Wer seine Familie und Freunde mit etwas Besonderem überraschen will, ist hier genau richtig!

Zudem ist frischer Hefeteig mit seinem Duft und Geschmack ein Genuss für alle Sinne!

Kursleitung: Stefan Beckmann

### 605-05-F1

am 02.04.2012  
Montag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 8,50 €



## Urgesunde Brote – Vollkornbrote

---

Gesunde Ernährung kann sehr gut schmecken: Erleben Sie die Geschmacksvielfalt urgesunder Brote ohne chemische Zusätze, aber mit der vollen Kraft der Natur! Verschiedene Körner und Saaten verfeinern unsere Vollkornbrote mit Sauerteig, z.B. 100% Dinkelvollkornbrot, Hafer-Grünkernbrot, Mehrkornsaatenbrot... und sorgen für ein einzigartiges Geschmackserlebnis! Unsere Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden werden wirksam gesteigert. Ohne Backzusätze, ganz einfach zum Nachbacken zu Hause.

Kursleitung: Stefan Beckmann

### 605-06-F1

am 16.04.2012  
Montag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 8,50 €

## INTERNATIONALE KÜCHE

### Sushi

---

Sushi ist aus Japan bekannt. Lernen Sie die Zubereitung dieser weltweiten Delikatesse mit ganz frischen Zutaten wie Fisch, Garnelen, Gemüse, Seetang, Wasabi, Sojasoße und Ingwer.

Kursleitung: Kwanja Jaeger

### 606-01-F1

am 08.02.2012  
Mittwoch, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 10,00 €

### Asiatische Köstlichkeiten

---

Asiatisch zu kochen, ist gar nicht so schwer! In diesem Kochkurs werden einfache asiatische Gerichte ausprobiert, die man prima zu Hause nach kochen kann, von einer süß-sauren Suppe bis hin zu Seefischfilet in Kokosmilch.

Natürlich werden auch verschiedene Currygerichte ihren Einsatz finden.

Kursleitung: Elke Schneider

### 606-02-F1

am 23.02.2012  
Donnerstag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60€

Lebensmittelumlage  
ca. 8,50 €

## Die marokkanische Küche

---

Die marokkanische Küche ist eine aufregende Symphonie aus Farben, Düften und Geschmäckern. Marokko wurde im Lauf der Geschichte von vielen Völkern und Kulturen geprägt. Die Einflüsse findet man in der schier unendlichen Vielfalt der marokkanischen Gerichte wieder. Eine Vielzahl von Gewürzen, Kräutern und feinsten Ölen verleihen den einfachsten Gerichten einen besonderen Zauber.

Gewinnen Sie einen Einblick in die Küche von 1001 Nacht und genießen Sie mit allen Sinnen diese kulinarischen Köstlichkeiten.

Gewürze wie Koriander, Kümmel, Ingwer, Safran, Nelken, Rosenwasser, eingelegte Früchte, Rosinen, frische Minze und noch viele weitere kulinarische Besonderheiten werden wir gemeinsam in Gerichten wie Tajines, Cous-Cous, Salaten und Suppen verarbeiten.

Kursleitung: Souad Rais-Elkertoubi

### 606-03-F1

am 24.02.2012  
Freitag  
18.30 – 22.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 11,90 €

Lebensmittelumlage  
ca. 10,50 €



## Die marokkanische Küche

---

Kursleitung: Souad Rais-Elkertoubi

### 606-04-F1

am 18.05.2012  
Freitag  
18.30 – 22.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 11,90 €

Lebensmittelumlage  
ca. 10,50 €

## Die thailändische Küche

---

Thailand... die Küche der Welt. Die thailändische Küche mit einer reichhaltigen Vielfalt und gesunden Gerichten. Die vielen Kräuter und Gewürze der thailändischen Küche bieten zusätzlich medizinischen Nutzen. Es ist ein köstliches Vergnügen, eine perfekte Harmonie von Geschmack, Aroma und Konsistenz zu kreieren. Typische Zutaten: Basilikum, Chillies, Kokosmilch, Koriander, Knoblauch und Zitronengras.  
Kursleitung: Kwanja Jaeger

### 606-05-F1

am 29.02.2012  
Mittwoch, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 9,00 €

## Die thailändische schnelle Küche

---

Die thailändische Küche besticht durch schlichte Raffinesse. Leicht verständlich werden wir im Handumdrehen exotische Köstlichkeiten zaubern. Wir verwenden viel Gemüse, Fleisch, Garnelen, Tofu, Glasnudeln, Wantan sowie Frühlingsrollen, Erdnuss-Soße, süß-sauer Soße, Curry usw. Bitte Ihren eigenen Wok mitbringen (falls vorhanden).  
Kursleitung: Kwanja Jaeger

### 606-06-F1

am 09.03.2012  
Freitag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 9,00 €

## Die thailändische schnelle Küche

---

Kursleitung: Kwanja Jaeger

### 606-07-F1

am 08.05.2012  
Dienstag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 9,00 €

## Gehobene klassische italienische Küche – als 4 Gang Menü

---

Außer Pizza und Pasta hat Italien mehr zu bieten. Sie lernen klassische italienische Spezialitäten kennen, die wir im Rahmen eines Vier-Gang-Menüs zubereiten und verkosten. Als Vorspeise servieren wir Vitello tonnato, Brenn- und Brunnenkresse-Suppe mit Mascarpone-Kartoffel-Bällchen, Involtini von der Pute mit Kartoffel-Spinat-Püree und Schokoladen- Tagliatelle mit Kirschraugout und Kokos-crumble

Kursleitung: Stefan Beckmann

### 606-08-F1

am 15.03.2012  
Donnerstag, 1 x  
18.00 – 22.15 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 12,55 €

Lebensmittelumlage  
ca. 12,50 €



## Kreative Wok- und Pfannengerichte

---

Sie lieben den exotischen Geschmack und Sie kochen gerne mit frischem Gemüse? Wir zaubern Wok-Gerichte mit Zutaten, die wir kennen und die wir auch leicht einkaufen können.

Bitte bringen Sie eine Schürze und Dosen mit.

Kursleitung: Detlef Eberlein

### 606-09-F1

am 20.04.2012  
Freitag, 1 x  
18.30 – 22:00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 10,00 €

## Kreative Wok- und Pfannengerichte

---

Kursleitung: Detlef Eberlein

### 606-10-F1

am 11.05.2012  
Freitag, 1 x  
18.30 – 22:00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 10,00 €

## **Vietnamesische Küche**

---

Trotz der Vielfalt der asiatischen Küche hebt sich die vietnamesische Küche durch ihre einzigartige Gewürzmischung und Zubereitungsart hervor. Dabei werden die regionalen Unterschiede deutlich ersichtlich, denn das Land hat durch seine geographischen Gegebenheiten sehr traditionelle gebietsbedingte Ess- und Geschmacksgewohnheiten. Sie erlernen für das Land typische Gerichte und Menüfolgen, mal raffiniert, mal einfach, aber immer köstlich zubereitet. Darüber hinaus werden Ihnen interessante Einblicke in die vietnamesische Lebens- und Essgewohnheiten gegeben, die Ihnen das Land und seine geheimnisvollen Seiten näher bringen.

Kursleitung: Duong Thi, Thanh Thuy

### **606-11-F1**

am 19.04.2012  
und 26.04.2012  
donnerstags, 2 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Dauer: 2 x  
Gebühr: 19,70 €

Lebensmittelumlage  
ca. 15,00 €

## **Vegetarische Indische Küche – Basiskurs**

---

Was ist Ghee, Paneer, Masala, Dal und Curry? In diesem Basiskurs lernen Sie all diese Grundlagen und die am meisten verwendeten Gewürze kennen. Wir kochen uns ein leckeres indisches Essen und Sie erfahren mehr über die regionalen Unterschiede der „Indischen Küche“.

Kursleitung: Gisela Bösch

### **606-12-F1**

am 24.04.2012  
Dienstag, 1 x  
18.00 – 22.00Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 11,90 €

Lebensmittelumlage  
ca. 9,00 €

## Mediterrane Küche

---

An diesem Abend werden wir etwas von dem südländischen Lebensstil erfahren und die Leichtigkeit der südländischen Küche genießen. Die Rezepte sind so vielfältig, dass bestimmt für jeden Geschmack etwas dabei ist.

Kursleitung: Dagmar Kirch

### 606-13-F1

am 03.05.2012  
Donnerstag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60€

Lebensmittelumlage  
ca. 8,50 €



## Vegetarische Indische Küche – Aufbaukurs

---

Wir werden ein klassisches Indisches Thali (Menue) zubereiten. Dabei werden wir sowohl südindische als auch nordindische Unterschiede berücksichtigen. Lernen Sie außerdem die Vielfalt der frisch zubereiteten indischen Snacks und Brote kennen.

Kursleitung: Gisela Böschen

### 606-14-F1

am 15.05.2012  
Dienstag, 1 x  
18.00 – 22.00Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 11,90 €

Lebensmittelumlage  
ca. 9,00 €

## Die thailändische vegetarische Küche

---

Die thailändische Küche bietet eine bunte gesunde Vielfalt nicht nur für Vegetarier. Aus Gemüse, Tofu, Bananen, Ananas, Nudeln, Glasnudeln, Reis, Kokosmilch, Curry, Erdnusssoße, Frühlingsrollen, Suppen usw. werden leckere Gerichte zubereitet.

Kursleitung: Kwanja Jaeger

### 606-15-F1

am 15.06.2012  
Freitag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 10,60 €

Lebensmittelumlage  
ca. 8,00 €

## **KOCHEN UND BACKEN MIT KINDERN**

### **Verschiedene Aufläufe kochen und genießen**

---

Für Mama oder Papa mit Kindern von 6 – 10 Jahren  
Wer mag nicht einen leckeren Nudelaufwurf oder einen süßen Kirschenmichel? Noch leckerer wird es, wenn es in Gemeinschaft gekocht wird. Bei den Gerichten können die Kinder fleißig helfen und werden Spaß daran haben, mit den Eltern zu kochen und anschließend die Köstlichkeiten zu verspeisen.

Kursleitung: Dagmar Kirch

#### **607-01-F1**

am 04.02.2012  
Samstag, 1 x  
10.00 – 13.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr:  
Erw.: 10,60 €  
Kinder: 5,25 €

Lebensmittelumlage  
ca. 7,00 €

### **Backvergügen mal herzhaft mal süß**

---

Für Mama oder Papa mit Kindern von 6 – 10 Jahren  
Gebackenes schmeckt in vielen Variationen gut. Mit viel Freude wollen wir verschiedene Geschmacksrichtungen backen. Sowohl herzhaft Pizza, als auch süße Muffins. Die Rezepte sind auch für den Kindergeburtstag oder die Familienfeier geeignet. Nach getaner Arbeit werden wir gemeinsam unsere Werke genießen.

Bitte Dosen mit Deckel zum Mitnehmen der Backwaren mitbringen.

Kursleitung: Dagmar Kirch

#### **607-02-F1**

am 10.03.2012  
Samstag, 1 x  
10.00 – 13.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Dauer: 1 x  
Gebühr:  
Erw.: 10,60 €  
Kinder: 5,25 €

Lebensmittelumlage  
ca. 7,00 €

## **Kochen mit dem Wok – einfach, schnell und frisch**

---

Für Erwachsene mit Kindern von 6 – 12 Jahren.  
 Wenn Eltern keine Zeit haben lange in der Küche zu stehen, aber dennoch mit ihren Kindern ein gutes Essen gemeinsam kochen möchten, bietet sich der Wok für die Zubereitung einfacher Speisen besonders an. Schnell können z.B. mit Nudeln, Reis, Gemüse, Ei, Watan, Bananen, Ananas, Apfel usw. leckere Gerichte zubereitet werden.

Bitte einen eigenen Wok mitbringen (falls vorhanden).

Kursleitung: Kwanja Jaeger

### **607-03-F1**

am 24.03.2012  
 Samstag  
 11.00 – 14.30 Uhr  
 Frankfurter Str. 71  
 Raum 002 – Küche  
 Dauer: 1 x  
 Gebühr:  
 Erw.: 10,60 €  
 Kinder: 5,25 €

Lebensmittelumlage  
 ca. 10,00 €



## **Von der Kakaobohne zum Schokoladenosterhasen**

---

Für Erwachsene mit Kindern von 6 – 10 Jahren.  
 Wo „wächst“ die Schokolade? Wie leben die Menschen dort? Wie wird aus Kakaobohnen richtige Schokolade? Dies und vieles mehr rund um die Schokolade werden wir erfahren. Aus Kakaobohnen werden wir Schokolade in verschiedenen Geschmacksvarianten selber herstellen. Wir gießen verschiedene Formen und wenn alles klappt, wird daraus vielleicht sogar ein Schokoladenosterhase. Zum Abschluss trinken wir leckeren Kakao und probieren dazu unsere selbst gemachte Leckerei.

Kursleitung: Petra Schefzyk

Friederike Mühlherr

### **607-04-F1**

am 24.03.2012  
 Samstag  
 15.00 – 18.00 Uhr  
 Frankfurter Str. 71  
 Raum 002 – Küche + Raum 003  
 Dauer: 1 x  
 Gebühr:  
 Erw.: 9,30 €  
 Kinder: 4,50 €

Lebensmittelumlage  
 ca. 2,50 € pro Person

## **In Kooperation mit dem Weltladen Darmstadt**

## KOCHKURSE FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Der Spaß am gemeinsamen, kreativen Tun steht hier im Vordergrund. Essen kann als Genuss mit allen Sinnen erlebt werden. Ich spüre, ob ich (nur) Appetit habe oder wirklich hungrig bin, ob ich (nur) esse weil's schmeckt oder ob ich schon satt bin. Es ist toll, mal mit Vielen gemeinsam an einem Tisch zu sitzen und zu essen. Man kann Tischmanieren ausprobieren und auch etwas über andere Esskulturen erfahren.

### Gemüse in vielen leckeren Variationen

---

Für Jugendliche von 12 – 15 Jahren

An diesem Samstag wollen wir alle zusammen aus einheimischen Gemüsen ein leckeres, vielfältiges Mittagessen zubereiten und dieses auch gemeinsam genießen.

Kursleitung: Dagmar Kirch

#### 608-01-F1

am 28.04.2012  
Samstag, 1 x  
10.00 – 13.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 6,75 €

Lebensmittellage  
ca. 7,00 €

### Backen und Basteln für den Muttertag

---

Für Jugendliche von 8 – 12 Jahren

An diesem Vormittag habt Ihr die Gelegenheit, kleine Geschenke für Eure Mütter herzustellen, mit denen Ihr Eurer Mutter am Muttertag eine Freude machen könnt. Wir werden diese Dinge auch hübsch verpacken, damit sie zum 13. Mai gut aufgehoben sind.

Kursleitung: Dagmar Kirch

#### 608-02-F1

am 05.05.2012  
Samstag, 1 x  
10.00 – 13.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002 – Küche  
Gebühr: 7,50 €

Materialumlage  
ca. 5,00 €

## Entspannung und Bewegung



Wir verweisen auf weitere Angebote zu den Bereichen Körperarbeit  
Psychologie – Gesundheitsbildung im Programm der Volkshochschule,  
Justus-Liebig-Haus, Große Bachgasse 2, Tel.: 13 27 86 und 13 27 87

**Einzelne Krankenkassen bezuschussen die Kurse dieses Fachbereichs.**

### ENTSPANNUNG FÜR ERWACHSENE

#### **Workshop: Klassische medizinische Massage und mehr \* Geschenkidee**

Massage ist eine uralte Heilkunst. Verhärtungen (Myogelosen) in der Muskulatur werden gelockert und beseitigt. Diese Störungen können unterschiedliche Symptome auslösen, wie z.B. Kopfschmerzen, Tinnitus, taube Hände, Einschränkungen der Wirbelsäulenbeweglichkeit etc.. Themenschwerpunkte sind: Praktische Vermittlung einiger Ganzkörpermassagetechniken, anatomisches und physiologisches Grundwissen, individuelle Beratung bei Rückenproblemen und Haltungsfehlern, Übungen der Wirbelsäulengymnastik und Rückenschule als „Hilfe zur Selbsthilfe“ sowie praktische Anwendungen der entspannenden Fußmassage. Ziel ist, zu einer praktischen Hilfe im persönlichen Bereich der Gesundheitspflege zu gelangen.

Bitte kommen Sie mit einer Person, die Ihnen vertraut ist.

Kursleitung: Ingrid Schmitt

#### **609-01-F1**

am 03.03.2012  
10.00 – 18.00 Uhr  
incl. 1 Std. Pause  
Samstag  
Frankfurter Str. 71  
Raum 003  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 22,30 €

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Badetuch, Decke, kleines Kissen und Massageöl.

**Workshop: Klassische medizinische Massage und mehr  
\* Geschenkidee**

---

siehe Kurs 609-01-F1  
Kursleitung: Ingrid Schmitt

**609-02-F1**

am 17.03.2012  
10.00 – 18.00 Uhr  
incl. 1 Std. Pause  
Samstag  
Frankfurter Str. 71  
Raum 003  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 22,30 €

**Wohlfühl- und Entspannungsmassage für zu Hause**

---

Körper, Geist und Seele bilden eine Einheit. Beim Geben einer Massage nicht nur mit den Händen, sondern mit unserer vollen Aufmerksamkeit und in liebevoller Achtsamkeit kann eine tiefe Entspannung und Regeneration möglich werden.

Sie lernen eine wirkungsvolle und leicht zu erlernende Massagetechnik, die Sie für sich selbst oder bei Ihren Familienmitgliedern anwenden können.

Bitte kommen Sie mit einem Menschen, dem Sie sich verbunden fühlen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Handtuch, Socken, Decke, Laken, Massageöl, Kissen und Imbiss.

Kursleitung: Gisela Böschen

**609-03-F1**

am 21.04.2012  
Samstag  
13.00 – 19.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 21,00 €

## Yoga

---

Yoga, entstanden im Laufe von mehreren tausend Jahren in Indien, umfasst verschiedene Lehren, in denen aus der Beschäftigung mit der Frage nach dem Grund des Lebens entsprechende Methoden für die Gestaltung eines sinnerfüllten Lebens entwickelt wurden. Das Grundprinzip des Yoga ist die Harmonie von Körper, Seele und Geist. Durch Körper- und Atemübungen wird versucht, ein Gleichgewicht zwischen Anspannung und Entspannung herzustellen und Beschwerden wie Kopfschmerzen, Rückenschmerzen und Schlaflosigkeit zu lindern sowie die Körperwahrnehmung zu fördern.

Kursleitung: Gloria Bartusch

### 609-04-F1

ab 16.01.2012  
bis 26.03.2012  
montags  
9.00 – 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Dauer: 10 x  
Gebühr: 40,50 €



Bitte Decke, bequeme Kleidung und Socken mitbringen sowie möglichst 2 Stunden vor Kursbeginn nichts essen.

## Yoga

---

Kursleitung: Gloria Bartusch

### 609-05-F1

ab 16.04.2012  
bis 25.06.2012  
montags, 10 x  
9.00 – 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Gebühr: 40,50 €

## Yoga

---

Kursleitung: Gloria Bartusch

### 609-06-F1

ab 16.01.2012  
bis 26.03.2012  
montags, 10 x  
18.30 – 20.00Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Gebühr: 40,50 €

## Yoga

---

Kursleitung: Gloria Bartusch

### 609-07-F1

ab 16.04.2012  
bis 25.06.2012  
montags, 10 x  
18.30 – 20.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Gebühr: 40,50 €

## Yoga

---

Bitte ein Yoga-Sitzkissen mitbringen.

Kursleitung: Gloria Bartusch

### 609-08-W1

ab 18.01.2012  
bis 28.03.2012  
mittwochs, 10 x  
18.00 – 19.30 Uhr  
Wixhausen, Verdistr. 22  
Gebühr: 40,50 €

## Yoga

---

Bitte ein Yoga-Sitzkissen mitbringen.

Kursleitung: Gloria Bartusch

### 609-09-W1

ab 25.04.2012  
bis 27.06.2012  
mittwochs, 10 x  
18.00 – 19.30 Uhr  
Wixhausen, Verdistr. 22  
Gebühr: 40,50 €

## Yoga

---

Bitte ein Yoga-Sitzkissen mitbringen.

Kursleitung: Gloria Bartusch

### 609-10-W1

ab 18.01.2012  
bis 28.03.2012  
mittwochs, 10 x  
19.45 – 21.15 Uhr  
Wixhausen, Verdistr. 22  
Gebühr: 40,50 €

## Yoga

---

Bitte ein Yoga-Sitzkissen mitbringen.

Kursleitung: Gloria Bartusch

### 609-11-W1

ab 25.04.2012  
bis 27.06.2012  
mittwochs, 610x  
19.45 – 21.15 Uhr  
Wixhausen, Verdistr. 22  
Gebühr: 40,50 €

## Hatha-Yoga Ü 60 und Ungeübte

---

Hatha-Yoga ist unter den vielen Yoga-Wegen der am häufigste praktizierte, um die körperliche, seelische und geistige Beweglichkeit und Widerstandskraft zu verbessern. Durch die Verbindung von Atmung, Körperübung, Konzentration und Meditation wird die Gesundheit gefestigt, das Wohlbefinden gesteigert.

Die speziell für ungeübte und ältere Menschen ausgesuchten Übungen zur praktischen Anwendung im Alltag entspannt Geist und Körper, dehnen und kräftigen die Wirbelsäule und beruhigen das Nervensystem und können zur geistigen und körperlichen Ausgeglichenheit beitragen.

Kursleitung: Waltraud Ortkamp

### 609-12-F1

ab 10.01.2012  
bis 20.03.2012  
dienstags  
14.00 – 15.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Dauer: 10 x  
Gebühr: 27,50 €



### 609-13-F1

ab 10.01.2012  
bis 20.03.2012  
dienstags  
15.30 – 16.30 Uhr

## Hatha-Yoga Ü 60 und Ungeübte

---

Kursleitung: Waltraud Ortkamp

### 609-14-F1

ab 17.04.2012  
bis 26.06.2012  
dienstags  
14.00 – 15.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Dauer: 10 x  
Gebühr: 27,50 €

### 609-15-F1

ab 17.04.2012  
bis 26.06.2012  
dienstags  
15.30 – 16.30 Uhr

## ENTSPANNUNG FÜR KINDER

### Sonnengruß & Co. – Yoga für Jugendliche

---

Für 12 – 14-Jährige.

Du beugst dich nach vorn, nach hinten, nach unten, streckst den Rücken, machst den Rücken rund, neigst den Oberkörper nach rechts, neigst ihn nach links, drehst den Körper, stellst ihn „auf den Kopf“, grüßt die Sonne, grüßt den Mond in einfachen Übungsfolgen. Viele verschiedene Yoga-Haltungen werden zu einer Übungsreihe, die Du Dir gut merken und die Du üben kannst. Du strengst Dich an und entspannst Dich. Du konzentrierst Dich und wirst ruhig.

Kursleitung: Myriam Buekens-Gonschorek

#### 610-01-F1

ab 09.01.2012  
bis 19.03.2012  
montags  
16.15 – 17.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Dauer: 10 x  
Gebühr: 39,00 €

#### 610-02-F1

ab 16.04.2012  
bis 18.06.2012

### EMYK – Entspannungstraining mit Yogaelementen für Kinder von 8 – 10 Jahren

---

Einfache altersgerechte Yogahaltungen werden mit verschiedenen Atem- und Meditationsübungen, Phantasie- und Massagetechniken sowie Sinnesübungen kombiniert. Durch regelmäßiges Üben können diese Entspannungsmethoden erlernt und in den Alltag integriert werden. Dies kann bei der Bewältigung der stets steigenden Anforderungen unterstützen.

„Du kannst ganz still und bewegungslos sitzen wie ein Berg, stehen wie ein Baum, liegen wie ein toter Mann, Du kannst zur Ruhe kommen, langsamer atmen, die kleinen „Äffchen“ im Kopf – Die Gedanken – beruhigen, Dich im (Schul-)Alltag entspannen

Kursleitung: Myriam Buekens-Gonschorek

#### 610-03-F1

ab 11.01.2012  
bis 21.03.2012  
mittwochs  
15.30 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Dauer: 10 x  
Gebühr: 31,50 €

#### 610-04-F1

ab 18.04.2012  
bis 27.06.2012

## BEWEGUNG FÜR ERWACHSENE

### Aqua-Gymnastik für Jedermann

---

Sanfte, gymnastische Bewegungen gegen den Wasserwiderstand fördern das Wohlbefinden, kräftigen die Muskulatur und wirken sich positiv auf die Atmung und das Herz-Kreislaufsystem aus. Ausdauer und Kondition werden gefördert. Im Wasser sind Bewegungsabläufe möglich, die an Land nicht bzw. nur sehr beschwerlich ausgeführt werden können.

Freude am eigenen Können sowie Fröhlichkeit und Spaß in der Gemeinschaft machen jede

Übungsstunde zu einem wohltuenden Erlebnis.

Ein Kurs für Jedermann/-frau jeden Alters.

Kursleitung: Corinna Reif

#### 611-01-JB1

ab 02.02.2012  
bis 22.03.2012  
donnerstags  
9.00 – 10.00 Uhr  
Jugendstilbad  
Dauer: 7 x  
Gebühr: 75,35 €

Senioren-Card A:  
70,43 €

Senioren-Card S:  
65,59 €

**inkl. Eintritt und eine weitere  
Stunde Schwimmbadnutzung**



### Aqua-Gymnastik für Jedermann

---

Kursleitung: Corinna Reif

#### 611-02-JB1

ab 19.04.2012  
bis 31.05.2012  
donnerstags  
9.00 – 10.00 Uhr  
Jugendstilbad  
Dauer: 7 x  
Gebühr: 75,35 €

Senioren-Card A:  
70,43€

Senioren-Card S:  
65,59 €

## Wirbelsäulengymnastik

---

Das Gleichgewicht unserer Rumpfmuskulatur ist Voraussetzung für einen gesunden, leistungsfähigen Rücken. Ein durch Bewegungsmangel oder Überlastung schlecht behandelter Muskel wehrt sich durch Verspannungen und Schmerzen. Um diesem „Kreuz mit dem Kreuz“ vorzubeugen, wollen wir in diesem Kurs gezielte gymnastische Übungen zur Entspannung, Dehnung und Kräftigung der Wirbelsäulenmuskulatur durchführen. Auf Wunsch können wir rückenfreundliche Alltagsbewegungen wie z. B. Sitzen, Liegen, Stehen, Bücken und Heben gezielt üben.

Bitte Handtuch und Turnschuhe mitbringen.

Kursleitung: Andrea Roth

### 611-03-W1

ab 09.01.2012  
bis 26.03.2012  
montags, 11 x  
18.15 – 19.45 Uhr  
Wixhausen  
Verdistr. 22  
Bewegungsraum  
Gebühr: 44,40 €

**Bei regelmäßiger Teilnahme  
erstatten die meisten  
Krankenkassen 80 % der  
Kursgebühr!**

## Wirbelsäulengymnastik

---

Kursleitung: Andrea Roth

### 611-04-W1

ab 09.01.2012  
bis 26.03.2012  
montags, 11 x  
20.00 – 21.30 Uhr  
Wixhausen, Verdistr. 22  
Bewegungsraum  
Gebühr: 44,40 €

## Wirbelsäulengymnastik

---

Kursleitung: Andrea Roth

### 611-05-W1

ab 10.01.2012  
bis 27.03.2012  
dienstags, 11 x  
19.00 – 20.30 Uhr  
Wixhausen, Verdistr. 22  
Bewegungsraum  
Gebühr: 44,40 €

## Wirbelsäulengymnastik

---

Kursleitung: Andrea Roth

### 611-06-W1

ab 16.04.2012  
bis 25.06.2012  
montags, 10 x  
18.15 – 19.45 Uhr  
Wixhausen, Verdistr. 22  
Bewegungsraum  
Gebühr: 40,50 €



## Wirbelsäulengymnastik

---

Kursleitung: Andrea Roth

### 611-07-W1

ab 16.04.2012  
bis 25.06.2012  
montags, 10 x  
20.00 – 21.30 Uhr  
Wixhausen, Verdistr. 22  
Bewegungsraum  
Gebühr: 40,50 €

## Wirbelsäulengymnastik

---

Kursleitung: Andrea Roth

### 611-08-W1

ab 17.04.2012  
bis 26.06.2012  
dienstags, 11 x  
19.00 – 20.30 Uhr  
Wixhausen, Verdistr. 22  
Bewegungsraum  
Gebühr: 44,40 €

## **Beckenbodengymnastik**

---

Mit gezielten Übungen soll in erster Linie Ihre Beckenbodenmuskulatur aufgebaut werden. Bauch- und Rückenmuskulatur werden ebenfalls gestärkt, um Wirbelsäule und Becken Form und Stabilität zu geben. Dieser Kurs richtet sich an Frauen aller Altersgruppen, die beispielsweise durch ihre Geburt oder Gebärmutterensenkung usw. zur Inkontinenz neigen und etwas dagegen tun möchten. Elemente der Wahrnehmung und Entspannung durchfließen unser Übungsfeld in Verbindung mit Musik.

Kursleitung: Beate Pfeifer

### **611-09-F1**

ab 12.01.2012  
bis 15.03.2012  
donnerstags  
18.45 – 19.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Dauer: 10 x  
Gebühr: 27,50 €

### **611-10-F1**

ab 19.04.2012  
bis 21.06.2012  
donnerstags  
18.45 – 19.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Dauer: 8 x  
Gebühr: 22,30 €

## **Power-Yoga**

– **energievoll, dynamisch, fröhlich**

---

Eine faszinierende Kombination aus dynamischen, kraftvollen Bewegungsabläufen und vitalisierenden Yogaübungen, die die Lebensenergie ins Fließen bringt. Durch Wahrnehmungsübungen und harmonisierende Entspannung erfahren Sie sich ganzheitlich, gewinnen neue Kraft und Energie. Sie finden Freude an Ihrem Körper und an Ihrer Beweglichkeit. Lassen Sie sich überraschen, was alles in Ihnen steckt.

Kursleitung: Marion Israng

### **611-11-F1**

ab 13.01.2012  
bis 16.03.2012  
freitags, 10 x  
19.00 – 20.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr: 40,50 €

### **611-12-F1**

ab 23.03.2012  
bis 29.06.2012  
freitags, 11 x  
19.00 – 20.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr: 43,40 €

## T'AI CHI und Qi Gong für Anfänger und Fortgeschrittene

T'AI CHI ist eine alte chinesische Bewegungskunst. Ebenso wie das Qi Gong ist sie eingebettet in die Philosophie des Taoismus. Während die Wurzeln des T'ai Chi in der Selbstverteidigung und in der Gesundheitspflege liegen, wird Qi Gong heute fast ausschließlich zur Unterstützung der Heilung und zur Gesunderhaltung praktiziert. In unserem Kurs ergänzen und befruchten sich kurze, oft nur im Stand ausgeführte Qi Gong-Übungen mit dem Erlernten der T'ai Chi-Form des Li-Stils. Wir erfahren Entspannung auf eine neue Art und Weise. Das Ruhen in der Mitte gibt uns Stabilität, ein sicherer Stand lässt unseren Körper wieder aufrichten und gibt unseren Bewegungen Weichheit und Stärke. Das führt gerade für ältere Menschen zu einer deutlichen Verbesserung der Lebensqualität. Regelmäßiges Üben verbessert die körperlichen Abwehrkräfte und steigert unsere Vitalität, unsere Lebenslust und Lebensfreude. Das Körperbewusstsein wird geschärft, der Gleichgewichtssinn und die Konzentrationsfähigkeit geschult.

Kursleitung: Annette Böffinger

### 611-13-A1

(für Anfänger)  
ab 20.01.2012  
bis 23.03.2012  
freitags, 10 x  
9.00 – 10.30 Uhr  
Arheilgen,  
Jakob-Jung-Str. 2  
Gebühr: 40,50 €

### 611-14-A1

(für Fortgeschrittene)  
ab 20.01.2012  
bis 23.03.2012  
freitags, 10 x  
10.45 – 12.15 Uhr

### 611-15-A1

(für Anfänger)  
ab 20.04.2012  
bis 22.06.2012  
freitags, 8 x  
9.00 – 10.30 Uhr  
Arheilgen,  
Jakob-Jung-Str. 2  
Gebühr: 32,70 €

### 611-16-A1

(für Fortgeschrittene)  
ab 20.04.2012  
bis 22.06.2012  
freitags, 8 x  
10.45 – 12.15 Uhr



**Fit für den Alltag**  
**Gymnastik nicht nur nach der Rückbildung**

---

Dieses Angebot richtet sich an Mütter, die anschließend an die Rückbildungsgymnastik weiterhin mit anderen Frauen in Bewegung bleiben wollen. In Verbindung mit Musik werden die unterschiedlichen Muskelpartien (Beckenboden, Bauch, Beine, Rücken, Po) gekräftigt. Mit Übungen zur Entspannung, Dehnung und Körperwahrnehmung soll ein wohltuender Ausgleich geschaffen werden.

Bitte Turnschuhe, Handtuch und Getränk mitbringen.  
Kursleitung: Tobita Patricia Schnabel

**611-17-F1**

ab 11.01.2012  
bis 28.03.2012  
mittwochs  
20.15 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Dauer: 12 x  
Gebühr: 48,30 €

**Fit für den Alltag**  
**Gymnastik nicht nur nach der Rückbildung**

---

Kursleitung: Tobita Patricia Schnabel

**611-18-F1**

ab 18.04.2012  
bis 27.06.2012  
mittwochs  
20.15 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Dauer: 11 x  
Gebühr: 44,40 €

# Pädagogik – Psychologie



**Fachbereichsleiterin:**  
**Johanna Foshag, Tel.: 13 28 99**

---

<b>Thematische Elternabende</b>	Seite	140 – 142
---------------------------------	-------	-----------

---

<b>Thema Schule</b>	Seite	141
---------------------	-------	-----

---

## **Therapeutische Gruppe für Kinder:**

• Sozialkompetenztraining	Seite	142
---------------------------	-------	-----

---

<b>Elternkurse</b>	Seite	143 – 146
--------------------	-------	-----------

---

<b>Pflege von Angehörigen</b>	Seite	148
-------------------------------	-------	-----

---

Eltern sein ist schön. Als Eltern sind wir gefordert. Wir müssen uns immer wieder auf neue Entwicklungsschritte des Kindes einstellen, ihre Bedürfnisse kennen und verstehen lernen, um zu angemessenem Erziehungsverhalten und Entscheidungen zu finden.

An unseren thematischen Abenden greifen wir Fragen und Themen auf, die für Eltern wichtig sind. Hier erhalten Sie Informationen, viele Anregungen und Tipps und die Möglichkeit zu Austausch und Diskussion rund um das Leben mit Kindern. Suchen Sie nach mehr Sicherheit für Ihr Erziehungsverhalten empfehlen wir unsere Elternkurse. Der Gewinn, den Sie daraus ziehen können ist dann am größten, wenn beide Elternteile den Kurs besuchen. Durch den günstigen Paarp reis möchten wir Sie dahingehend bestärken und unterstützen.

## THEMATISCHE ELTERNABENDE

### Hochsensitiv? Hochsensibel? Zartbesaitet...??

---

Informationen über HSM –Hochsensitive Menschen siehe Seite 143,144

Kursleitung: Heidi Schreiber-Grübel

#### 702-01-F1

am 18.01.2012  
Mittwoch  
20.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Gebühr: 6,70 €

### Warum hört mein Kind nicht auf mich?

---

Die täglichen Kämpfe ums Aufräumen, Fernsehen, Anziehen, Trödeln, Schlafen gehen: Soll ich mein Kind zwingen, konsequent sein, mit Belohnungen locken? Wenn Ihnen die Beziehung zu Ihrem Kind wichtig ist – besser nicht! Aber wie kann ich dann gut für mein Kind und auch für meine Bedürfnisse sorgen?

Kursleitung: Dr. Nicole Wilhelm

#### 700-01-F1

am 23.02.2012  
Donnerstag  
19.30 – 21.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Gebühr: 6,70 €

### Wenn das Baby nicht durchschläft...

---

Die Erkenntnisse der modernen Säuglingsforschung und Bindungsforschung helfen uns, die Bedürfnisse unseres Babys besser zu verstehen und eine eigene Sicht auf den Kinderschlaf zu entwickeln.

Kursleitung: Eva Solmaz

#### 700-02-F1

am 24.03.2012  
Samstag  
9.30 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Gebühr: 6,70 €

## Schule

---

Ratlose Eltern, entmutigte Kinder, zermürende Streitereien: Wenn Schule so ist, muss etwas passieren, damit die Beziehung zu Ihrem Kind und das Selbstwertgefühl Ihres Kindes nicht beschädigt werden. Wir möchten Sie einladen, dem Thema Schule neu zu begegnen und eigene Wege zu finden.

Wie kann es gelingen, den Kindern die Verantwortung für die Schule zu übergeben und sie dabei so zu begleiten, dass sie bekommen, was sie an Unterstützung von uns Eltern brauchen?

Kursleitung: Dr. Nicole Wilhelm

### 700-03-F1

am 26.04.2012  
Donnerstag  
20.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Gebühr: 6,70 €



## Eingewöhnung – nicht ohne die Eltern!

---

Werden Kinder in eine Krippe, zur Tagesmutter oder in den Kindergarten gebracht, stehen sie enorm unter Stress. Neuere Forschungsergebnisse zeigen, dass die Art und Weise wie Kinder diese Eingewöhnungszeit erleben, weit reichende Auswirkungen auf ihre Entwicklung, ihr Lern- und Spielverhalten haben. Deshalb sollte diese Zeit für jedes Kind optimal gestaltet werden. Wir informieren und Sie schauen, was Ihr Kind braucht.

Kursleitung: Andrea Sattler

### 700-04-F1

am 22.05.2012  
Dienstag  
20.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Gebühr: 6,70 €

## **Trotziges Verhalten – wie reagiere ich am besten?**

---

Trotz ist, den eigenen Willen zu spüren und leben zu wollen. Das ist eine wichtige Grundlage für ein selbstbestimmtes, glückliches Leben. Kinder müssen dabei den angemessenen Umgang mit ihren Wünschen und Gefühlen noch lernen. Wir können ihnen dabei helfen.  
Kursleitung: Dr. Nicole Wilhelm

### **700-05-F1**

am 12.06.2012  
Donnerstag  
19.30 – 21.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Gebühr: 6,70 €

## **FÜR KINDER**

### **Sozialkompetenztraining**

#### **Gruppe für Kinder im Alter von 8 – 11 Jahren**

---

Dieses Angebot richtet sich an Kinder, die nicht in der Lage sind, ihr Konfliktverhalten zu steuern und dazu neigen, in sozialen Situationen aggressiv und/oder nicht situationsgerecht zu reagieren.

Voraussetzung zur Teilnahme an der Gruppe ist ein Vorgespräch mit den Kindern und deren Eltern und die Teilnahme der Eltern an zwei Elternabenden. Die Termine für die Vorgespräche werden 5 Wochen vor Gruppenbeginn individuell vereinbart.

**Die Anmeldung erfolgt direkt über die Erziehungsberatung, Tel.: 06151 35060.**

Gruppenleitung: Ursula Glöckner-Schultze  
Kirsten Schierholz

### **701-06-F1**

Beginn voraussichtlich März/  
April 2012  
Arheilgen  
Jakob-Jung-Str. 2  
Dauer: 10 x

In den Ferien finden keine Treffen statt.

## ELTERNKURSE

### Infoabend HSM: „Hochsensitiv? Hochsensibel? Zartbesaitet...??“

„Ist er immer so schüchtern?“, „Sie beklagt sich über den Lärm in der Klasse...“, „Dann brauche ich ganz schnell was zu essen, sonst...“, „Manchmal bist Du so fit und manchmal so empfindlich“.

Hochsensitive Menschen – ob Kinder oder Erwachsene – erleben die Welt differenzierter und intensiver als andere Menschen. Elaine Aron prägte die Bezeichnung HSP für „highly sensitiv person“, also Menschen mit einer „hohen Empfindsamkeit für sensorische Prozesse“. Im Deutschen hat sich die Übersetzung „Hochsensible Person“ verbreitet, wobei „HSM – Hochsensitive Menschen“ dem amerikanischen Begriff sinngemäß näher kommt.

Etwa 15 – 20 % der Bevölkerung gehören zu diesem Personenkreis. Die sensitiven Fähigkeiten von HSM sind unterschiedlich ausgeprägt. Sie können eine feinere, intensivere Wahrnehmung, aber auch tiefere Verarbeitung von „sensorischem Input“ aufweisen. Das kann hilfreich sein, es kann aber auch zu einer Übererregung des Nervensystems führen.

An diesem Abend geht es vor allem um Informationen über „Hochsensitivität“:

- Wie erkennt man HSM?
- Was bedeutet es „highly sensitive“ zu sein – als Kind – als Erwachsener?
- Welche Auswirkungen hat dieser Wesenszug auf Betroffene und auf die Familie?

Kursleitung: Heidi Schreiber-Grübel

#### 702-01-F1

am 18.01.2012  
Mittwoch  
20.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 6,70 €



## **Gesprächskreis für HSM Hochsensitive Menschen**

---

Je nach Ausprägung verfügen Hochsensitive über eine „feine“, differenzierte, intensive Wahrnehmungsfähigkeit – dies bringt besondere Erfahrungen und Folgen im Alltagsleben mit sich. Bitte siehe auch „Infoabend HSM“.

Wie gehe ich als HSM damit um? Wie gelingt es mir, meine Fähigkeiten für mich zu nutzen?

Im Gesprächskreis geht es, neben der Vertiefung einzelner Aspekte der Thematik, vor allem um den Austausch mit Menschen, die ähnliche Erfahrung machen. So gibt es immer wieder individuell-kreative Anregungen „eigensinnige“ Lösungen und vieles mehr, das einfach gut tut.

Die Teilnahme am Gesprächskreis ist auch ohne Besuch des Infoabends möglich.

Kursleitung: Heidi Schreiber-Grübel

### **702-02-F1**

30.01.2012  
27.02.2012  
26.03.2012  
23.04.2012  
21.05.2012  
25.06.2012  
montags  
10.00 – 12.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Dauer: 6 x  
Gebühr: 32,70 €

## **Gesprächskreis für HSM Hochsensitive Menschen**

---

Kursleitung: Heidi Schreiber-Grübel

### **702-03-F1**

15.02.2012  
21.03.2012  
18.04.2012  
23.05.2012  
20.06.2012  
mittwochs  
20.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Dauer: 5 x  
Gebühr: 27,50 €

## Achtsamkeit in der Partnerschaft

---

Im Schwung der ersten Liebe am Anfang einer Beziehung, wenn Sie verliebt und neugierig sind sich kennenzulernen, achten Sie „automatisch“, ohne bewussten Vorsatz, auf Ihren Partner oder Ihre Partnerin. Sie sind aufmerksam und rücksichtsvoll zueinander. Wie es Ihnen gelingen kann, Achtsamkeit und Respekt in der Partnerschaft zu bewahren, ihrer Beziehung Tiefe und Lebendigkeit zu geben, erfahren Sie an diesem Abend. Achtsamkeit unter den Eltern kann auf das ganze Familienklima ausstrahlen.

Kursleitung: Annette Lück

### 702-04-F1

am 08.03.2012  
Donnerstag  
19.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 6,70 €



## Gordon-Familientraining® + familylab-Seminar

---

- Praktische Umsetzung der Erkenntnisse von Thomas Gordon und Jesper Juul.
- Sie möchten ihre Kinder ohne Strafen und Drohen erziehen und lernen hier, dies nachhaltig im Alltag umzusetzen.
- Sie lernen Konflikte so zu lösen, dass Sie und Ihre Kinder – aller Altersstufen! – mit der Lösung zufrieden sind.
- Sie lernen gut für sich selbst zu sorgen und den Alltag stressfreier zu gestalten.

Ziel dieses Kurses ist es, den Wunsch nach einer gleichwürdigen Erziehung ohne „Wenn...dann“ im Alltag auch wirklich leben zu können – damit liebevolle Gedanken und Gefühle zu liebevollen Handlungen werden.

Die erlernten Fähigkeiten führen in Familie, Partnerschaft und Beruf dazu, Konflikte sicher und konstruktiv lösen zu können.

Kursleitung: Dr. Nicole Wilhelm

### 702-05-F1

ab 05.03.2012  
bis 21.05.2012  
montags  
19.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Dauer: 10 x  
Gebühr: 66,50 €  
Paare: 115,25 €

In den Ferien finden keine Treffen statt.

Nachhilfe... Nachhilfe... Nachhilfe... Nachhilfe... Nachhilfe...

# Erfolg durch Nachhilfe!



www.LernStudioRied.de

Das sympathische LernStudio

- Individuelle Schülerförderung
- Alle Fächer - Alle Klassen
- Prüfungsvorbereitung auf Haupt- & Realschulabschluss
- Ferienkurse & Nachprüfungsvorbereitung
- Faire Preise



DA-Arheilgen Frankfurter Landstr. 167

06151 - 35 292 35

Bürozeiten Mo-Fr 14:00 - 17:30 - direkt neben Wiegmann Optik

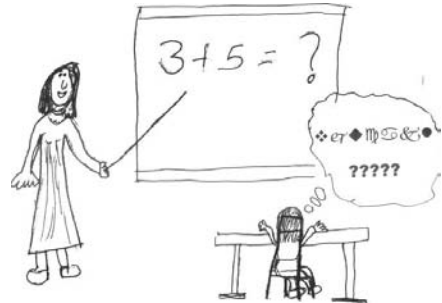
## Kennen Sie das?



### Lese-Rechtschreibstörung LRS, Legasthenie?

Wir, der **Landesverband Legasthenie und Dyskalkulie Darmstadt**, Mitglied im Bundesverband Legasthenie und Dyskalkulie, befassen uns mit dieser Problematik. Wir bieten umfassende Informationen und regelmäßige Vortragsveranstaltungen.

## Oder das?



### Rechenstörung, Dyskalkulie?

Kommen Sie doch einmal vorbei. Wir laden alle Eltern, Lehrer und Interessierte ein. Das Programm und den Veranstaltungsort finden Sie auf unserer Homepage [www.ledy-darmstadt.de](http://www.ledy-darmstadt.de)



**Starke Eltern – Starke Kinder®**  
**Für Eltern mit Kindern von 0 – 3 Jahren.**

Auf der Grundlage der „Anleitenden Erziehung“, aus den erprobten Elternkursen des Deutschen Kinderschutzbundes, richtet sich dieser Kurs speziell an junge Familien mit Kleinkind(ern). Wir wollen uns Zeit nehmen unsere Elternrolle und unseren Alltag mit Kleinkindern zu reflektieren und an einer tragfähigen Haltung und Beziehung arbeiten. Große und kleine Probleme des Alltags werden besprochen und kleine Rituale geübt, um mit liebevollen und klaren Regeln Familienleben zu gestalten.

Kursinhalte: Werte und Ziele, Bedürfnisse, Bindung, Gefühle, Partnerschaft und Elternschaft, Kommunikation, Geschwister, Ich-Entwicklung.

Kursleitung: Ulrike Dürr

**702-06-E1**

ab 31.01.2012  
 bis 24.04.2012  
 samstags  
 20.00 – 22.00 Uhr  
 Eberstadt,  
 Oberstr. 13  
 Dauer: 10 x  
 Gebühr: 56,10 €  
 Paare: 95,55 €



In den Ferien finden keine Treffen statt.

Literaturhinweis:  
 Paula Honkanen-Schobert:  
 Starke Kinder brauchen starke Eltern, Urania-Verlag 2003

**Starke Eltern – Starke Kinder®**  
**Mehr Freude, weniger Stress in der Familie**

Der Elternkurs des Kinderschutzbundes vermittelt Eltern, wie sie mehr Offenheit, Klarheit und Humor in ihren Erziehungsalltag bringen können. Das gegenseitige Verstehen, die Kommunikation in der Familie werden verbessert und das Selbstwertgefühl als Erziehende wird gefördert. Im Kurs werden Wege aufgezeigt, wie Sie z.B. in Stresssituationen nicht die Kontrolle verlieren. Fragestellungen zu Erziehungswerten und Erziehungsstilen, Grenzsetzungen und praktikable Lösungen in Konfliktsituationen werden behandelt.

Kursleitung: Anette Lück

**702-07-F1**

DI 17.01.2012  
 SA 21.01.2012  
 SA 28.01.2012  
 SA 18.02.2012  
 SA 17.03.2012  
 DI 27.03.2012  
 dienstags,  
 19.30 – 22.00 Uhr  
 samstags  
 9.30 – 13.00 Uhr  
 Frankfurter Str. 71  
 Raum 017  
 Gebühr: 38,55 €  
 Paare: 50,90 €

Für Arbeitsmaterialien fallen 2,00 € an.

## **PFLEGE VON ANGEHÖRIGEN**

### **Gesprächskreis für Angehörige chronisch Kranker und pflegebedürftiger Menschen**

---

**703-01-F1**

25.02.2012

29.02.2012

28.03.2012

25.04.2012

30.05.2012

27.06.2012

jeweils mittwochs

16.00 – 18.00 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 017

Gebühr: keine

Angehörige sind immer mitbetroffen... Die Diagnose einer chronischen Krankheit wirft viele Fragen auf und macht häufig Angst: Wie wird die Erkrankung verlaufen? Welche Veränderungen werden notwendig sein? Wie können wir die anstehenden Aufgaben bewältigen und verteilen?

Wenn Sie einen alten oder chronisch kranken Menschen betreuen oder pflegen, kennen Sie die Belastungen, die damit einhergehen und häufig sind Sie allein mit Ihren Gedanken und Gefühlen. Unser Kreis bietet Gelegenheit:

- Mit Menschen zu sprechen, die ähnliches erleben wie Sie
- Praktische Tipps zur Entlastung im Alltag auszutauschen
- Einfach etwas für Sie selbst zu tun und besser für Ihr eigenes Wohlbefinden zu sorgen

Kursleitung: Heidi Schreiber-Grübel

*In Kooperation mit dem Beratungs- und Servicezentrum für ältere Menschen (BuS)*

## Fortbildung für Fachkräfte



**Fachbereichsleiterin:**

**Johanna Foshag, Tel.: 13 28 99**

---

**Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte**

Seite 150 – 153

---

**Vorschau 2. Halbjahr 2012**

Seite 154 – 157

---

Der Hessische Bildungs- und Erziehungsplan für Kinder von 0 – 10 Jahren hat die Entwicklung und das Lernen von Kindern in den Focus des öffentlichen Interesses gerückt. Hohe Anforderungen an die Professionalität pädagogischer Fachkräfte erfordern eine stete Reflexion und Auseinandersetzung mit den theoretischen und praktischen Inhalten pädagogischen Handelns.

Mit unseren Fortbildungsangeboten möchten wir Sie einladen, Ihre beruflichen und persönlichen Kompetenzen zu erweitern.

## **Herausfordernde Kinder**

---

Kinder, die die Regeln und den Rahmen nicht befolgen können oder wollen, sind eine Herausforderung. Wie gelingt es jenseits von Diagnosen eine hilfreiche Beziehung aufzubauen, die für beide Seiten fruchtbar ist. Dabei steht nicht die Modifizierung des Verhaltens des Kindes auf der Symptomebene im Vordergrund, sondern die Integrität, das Selbstwertgefühl und die persönliche Verantwortung des Kindes.

Referentin: Dr. Nicole Wilhelm

### **801-01-F1**

ab 01.02.2012  
bis 15.02.2011  
mittwochs  
9.00 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Dauer: 3 x  
Gebühr: 29,60 €

## **Professionelle Entwicklung in einer lernenden Gemeinschaft**

---

Berufliche Entwicklung ist ein ständiger Prozess, in dem wir die Denk- und Handlungsmuster untersuchen, erkennen und verarbeiten, die uns daran hindern, unser berufliches Engagement, unsere Ziele und das Potential in professionellen Beziehungen zu verwirklichen.

Eine „Lernende Gemeinschaft“ – von und miteinander lernen – ist die Ausgangsbasis einer solchen Entwicklung.

Wie eine „Lernende Gemeinschaft“ entsteht und wie das daraus resultierende Feedback für die eigene professionelle Entwicklung genutzt werden kann, darum geht es in dieser Fortbildung.

Referentin: Dr. Nicole Wilhelm

### **801-02-F1**

ab 28.02.2012  
bis 13.03.2011  
dienstags  
14.00 – 16.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Dauer: 3 x  
Gebühr: 29,60 €

## Elterngespräche II

---

Die Theorie in die Praxis umzusetzen ist eine Herausforderung, die nur durch Reflexion und Übung gelingen kann. Die Fortsetzung von „Elterngespräche erfolgreich führen“ bietet die Möglichkeit Kenntnisse aufzufrischen, Erfahrungen auszutauschen, Erlebtes zu reflektieren und mehr Sicherheit in der Führung des Dialogs zu bekommen.

Referentin: Dr. Nicole Wilhelm

### 801-03-F1

ab 14.03.2012  
bis 28.03.2011  
mittwochs  
9.00 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Dauer: 3 x  
Gebühr: 29,60 €



## Kinder psychomotorisch begleiten

---

Im Spiel verarbeiten Kinder bedeutsame Erlebnisse, nehmen fremde Rollen ein und bringen ihre Lebensthemen zum Ausdruck. Eine solche spielerische Verarbeitung von wichtigen Themen wirkt entwicklungsfördernd. Wenn man nicht möchte, dass das Spiel in der Psychomotorik zu einer bloßen Verpackung für Lerninhalte verkommt, muss dieser Tatsache Rechnung getragen werden. In diesem Sinne beschäftigt sich der Kurs mit der sinnverstehenden Psychomotorik und leitet den Blick weg von den Defiziten, hin zu der Möglichkeit eines Miteinanders zwischen Kind und Psychomotoriker oder Psychomotorikerin.

Referentin: Eva Solmaz

### 801-04-F1

am 19.04.2012  
Donnerstag  
9.00 – 12.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Gebühr: 12,75 €

## **Tiergestützte Pädagogik**

---

Die positive Wirkung von Tieren auf Menschen ist inzwischen auch in Fachkreisen anerkannt. Aus diesem Grund möchten immer mehr Menschen Tiere in der pädagogischen Arbeit einsetzen. Dies bedarf allerdings einer genauen Planung. Der Kurs wird sich unter anderem mit folgenden Fragen beschäftigen: Welche positiven Effekte sind durch den Einsatz von Tieren zu erwarten? Welche Risiken und Nachteile gibt es? Welche Tiere sind geeignet? Was muss beachtet werden, wenn man Tiere in das pädagogische Setting integrieren möchte? Welche Kosten entstehen?

Referentin: Eva Solmaz

### **801-05-F1**

am 25.04.2012  
Mittwoch  
9.00 – 12.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Gebühr: 12,75 €

## „Hochsensibel? Was ist denn das nun wieder?“

Eine Informationsveranstaltung für Erzieherinnen und andere Fachkräfte in der Kinderbetreuung

Jedes Kind ist anders – auch in der Gruppe der hochsensitiven Kinder...

Elaine Aron prägte die Bezeichnung HSP für „highly sensitive person“, also Menschen mit einer „hohen Empfindsamkeit für sensorische Prozesse“. Im Deutschen hat sich die Übersetzung „Hochsensible Personen“ verbreitet, wobei „hochsensitiv“ dem amerikanischen Begriff näher kommt.

Nach bisherigen Forschungen gehören etwa 15 – 20 % der Bevölkerung zu diesem Personenkreis, wobei die sensitiven Fähigkeiten unterschiedlich ausgeprägt sind. Es kann eine differenziertere, intensivere Wahrnehmung aber auch tiefere Verarbeitung von „sensorischem Input“ möglich sein. Dies kann zu einer Übererregung des Nervensystems führen, aber auch sehr bereichernd erlebt werden...

Bei dieser Fachveranstaltung geht es um Informationen und Austausch:

- Wie erkennt man HSP / HSM?
- Was bedeutet es als Kind „highly sensitive“ zu sein?
- Was ist für mich als Betreuungsperson wichtig?

Kursleitung: Heidi Schreiber-Grübel

### 801-06-F1

am 19.06.2012  
Dienstag  
9.30 – 12.30Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 12,75 €



## Vorschau 2. Halbjahr 2012

### Medienkompetenz

---

Spiele – auch die virtuellen – sollen Gefühle erzeugen. Macht uns ein Spiel Spaß, dann spielen wir auch gern weiter, ansonsten hören wir eben auf. Klingt ganz einfach und doch beschäftigen sich weltweit Fachleute mit der Frage: Wie funktioniert das und was passiert bei den Menschen, die zu viel online-spielen?

Der Workshop geht darauf ein, wie Realität und Träume verbunden werden, um ein möglichst gutes Spielerlebnis zu schaffen. Was bringt so viele Menschen dazu, sehr viel Zeit damit zu verbringen oder sich in virtuellen Welten ein zweites Zuhause zu erschaffen?

Es werden exemplarisch virtuelle Welten vorgestellt und verschiedene Spiel-Aspekte genauer betrachtet. Was sagt die Hirnforschung dazu und was die Suchtexperten? Brauche ich für eine Gesprächs- oder Beratungssituation bestimmte Kompetenzen? Welche Anlaufstellen gibt es für mich/die Betroffenen? Wie gehe ich im Arbeitsalltag mit dem Thema um?

Ziel des Workshops ist es, Ihnen aktuelles Fachwissen und motivierende Interventionen für Ihren Arbeitskontext in Hort und Kita an die Hand zu geben. Im Ablauf liegt der Schwerpunkt daher auf größtmöglicher Praxisnähe und Umsetzbarkeit.

Kursleitung: Andreas Gohlke

### 801-01-F2

am 01.09.2012  
Samstag  
10.00 – 14.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 16,50 €

### „Hochsensibel? Was ist denn das nun wieder?“

---

Eine Informationsveranstaltung für Erzieherinnen/Erzieher und andere Fachkräfte in der Kinderbetreuung.  
Kursleitung: Heidi Schreiber-Grübel

#### 801-02-F2

am 25.09.2012  
Dienstag  
9.30 – 12.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Dauer: 1 x  
Gebühr: 12,75 €



### Kollegiale Reflexion

---

Professionelle Entwicklung in/durch eine Lernende Gemeinschaft.  
Im Hessischen Bildungs- und Erziehungsplan wird das Bild einer Lernenden Gemeinschaft aufgezeigt. Was genau heißt das für Ihre Einrichtung und wie können Sie diesen Prozess anstoßen oder weiterentwickeln. Welche Voraussetzungen müssen gegeben oder entwickelt werden, welche praktischen Schritte und Methoden gibt es? Das Ziel einer Lernenden Gemeinschaft ist stets, das Potential eines jeden Einzelnen/der gesamten Einrichtung zu sehen und optimal zu entfalten zum Wohle aller. Was Sie gewinnen sind Vertrauen, einen offenen, wertschätzenden und respektvollen Umgang und eine Atmosphäre, in der Überforderung und burn out nicht gedeihen.

Kursleitung: Dr. Nicole Wilhelm

#### 801-03-F2

ab 25.09.2012  
bis 09.10.2012  
dienstags  
9.30 – 12.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Dauer: 3 x  
Gebühr: 29,60 €

## **Wahrnehmung, was ist das eigentlich?**

---

In diesem Seminar erfahren Sie, was Wahrnehmungsverarbeitung bedeutet und wie unsere Sinnessysteme arbeiten. Wie die Normalentwicklung von Kindern aussieht und wie Sie mögliche Auffälligkeiten erkennen und einordnen können.

Sie werden anhand praktischer Selbsterfahrung einfühlen, wie sich ein Kind fühlt, das vom Hautsinn her überempfindlich ist. Was Sie tun können, damit es z.B. mit Fingerfarben malen und mit Pappmaché arbeiten kann, um darüber Lernerfahrungen zu sammeln, anstatt sich abzuwenden, sobald es diffuse Materialien berühren soll.

Sie erfahren, was es bedeuten kann, ein unsicheres Gleichgewicht zu haben und immer Angst haben zu müssen, wenn Klettern und Schaukeln auf dem Programm stehen. Sie können das laute, poltrige Verhalten mancher Kinder besser verstehen und adäquater darauf reagieren.

Es werden Fördermöglichkeiten besprochen und es besteht die Möglichkeit, Fallbeispiele aus Ihrer täglichen Arbeit einzubringen.

Ziel ist es, dass Sie die Schwierigkeiten und „die Not“ mancher Kinder frühzeitig erkennen und mehr Verständnis entwickeln für Kinder, die „irgendwie anders“ sind.

Kursleitung: Maria Busch

### **801-04-K2**

am 28.09.2012  
und 12.10.2012  
freitags  
9.00 – 13.00 Uhr  
Kranichstein  
Bartningstr. 33  
Dauer: 2 x  
Gebühr: 31,50 €

## Konflikte sicher begegnen

---

Erzieherinnen und Erzieher, Lehrerinnen und Lehrer stehen in vielfältigem Kontakt zu anderen und erleben dadurch vielfältige Konflikte: Mit den Kindern, den Eltern, den Kolleginnen und Kollegen.

Konflikte sind ein natürlicher Teil jeder Zusammenarbeit. Werden diese unvermeidbaren Konflikte konstruktiv gelöst, so hat das deutliche Auswirkungen auf die Qualität unserer Beziehungen, auf unser eigenes Wohlbefinden und auf die Effektivität unserer Arbeit. In dieser Fortbildung geht es darum, Konflikte zu verstehen und die kommunikativen Fähigkeiten zu verbessern, um Konflikten konstruktiv begegnen zu können.

Kursleitung: Nicole Wilhelm

### 801-05-F2

ab 06.11.2012  
bis 20.11.2012  
dienstags  
9.00 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 004  
Dauer: 3 x  
Gebühr: 29,60 €





## Qualifizierung für Tagespflegepersonen

**Fachbereichsleiterin: Marion Metz**

**i.V. Sonja Brenner, Tel.: 13 40 54**

**Judith Staake-Ludwig, Tel.: 13 32 11**




---

### Qualifizierung für Tagespflegepersonen

Grundqualifizierung (60 UE)	Seite	160 – 166
Erweiterte Grundqualifizierung (100 UE)	Seite	167 – 169
Aufbauqualifizierung	Seite	170 – 181
Praxisreflexion	Seite	182

---

### **Bildung – Erziehung – Betreuung in der Kindertagespflege.**

Unter diesem Leitthema haben wir für Sie im 1. Halbjahr 2012 wieder ein fundiertes und praxisbezogenes Qualifizierungsangebot konzipiert. Die Grundqualifizierung bereitet Sie auf die Tätigkeit als Tagespflegeperson vor. Erweiterte Grundqualifizierung, Aufbauqualifizierung und Praxisreflexion schließen sich als praxisbegleitende und vertiefende Angebote an.

Erstmalig finden Sie in diesem Programm eine komplette Jahresübersicht der Aufbauqualifizierung.

Die Teilnahme an den Kursen ist für Sie kostenfrei.

Zur Finanzierung der Qualifizierungsangebote wird das Familienzentrum für das Jahr 2011 wieder Mittel beim Land Hessen beantragen.

Weitere Informationen zu Voraussetzungen zur Qualifizierung von Tagespflegepersonen finden Sie im Internet unter [www.familienzentrum-darmstadt.de](http://www.familienzentrum-darmstadt.de).

Wenn Sie Fragen zur Qualifizierung haben beraten wir Sie gerne.



## **Wie Kleinkinder sich (gut) entwickeln: (10,66 UE) Entwicklungspsychologische Grundlagen**

---

Unsere Arbeit mit Kindern hat immer das Ziel, sie in ihrer Entwicklung zu begleiten und zu fördern. In diesem Seminar werden folgende grundlegende Kenntnisse der kindlichen Entwicklung vermittelt, um im Alltag sensibel auf kindliches Wahrnehmen, Denken und Verhalten eingehen zu können:

- Überblick über die Phasen kindlicher Entwicklung und deren Bedeutung
- Die Rolle von Bezugspersonen und die Bedeutung von Bindung
- Spielen als Entwicklungsmotor
- Umgang mit Grenzen und Konsequenzen

Kursleitung: Andrea Sattler

### **901-03-F1**

am 21.01.2012  
und 04.02.2012  
samstags  
10.00 – 14.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Dauer: 2 x



## **Vertrauen schaffen von Anfang an (6 UE) – Wie eine gute Eingewöhnung gelingen kann –**

---

Gerade am Anfang ist es wichtig, die Eingewöhnungszeit sorgfältig zu gestalten. Denn Übergangsphasen stellen an Kinder hohe Anforderungen und auch Eltern brauchen in dieser Zeit Unterstützung.

- Was kann ich als Tagesmutter für eine gute Eingewöhnung alles tun?
- Wie kann ich das Kind dabei unterstützen?
- Wie können Eltern ihr Kind in dieser Zeit gut begleiten?

Erkenntnisse aus der Bindungsforschung werden zudem wichtige Hinweise für eine gelingende Eingewöhnungszeit liefern.

Kursleitung: Ulrike Anders

### **901-04-F1**

am 07.02.2012  
und 14.02.2012  
dienstags  
19.30 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Dauer: 2 x

**„So bin ich Tagesmutter/Tagesvater!“ (6 UE)**  
**Eine Infomappe für Eltern erstellen**

---

In diesem Kurs erhalten Sie Anleitung dafür, wie Sie eine Infomappe erstellen können. Die Infomappe kann z.B. bei einem Erstgespräch mit den Eltern angeschaut werden. Dadurch entsteht ein anschaulicher Eindruck von ihrer Arbeit und ihrem Selbstverständnis. Viele Fragen der Eltern lassen sich so schon von Beginn an beantworten, auch bei Nachfragen zu den Besonderheiten der Tagespflege oder wenn es um den Vertragsabschluss geht. Im zweiten Treffen können Sie für sich weitere Anregungen einholen und eigene Entwürfe besprechen.

Kursleitung: Ulrike Anders

**901-05-F1**

am 15.02.2012  
und 07.03.2012  
mittwochs  
9.15 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008  
Dauer: 2 x

**Entwicklungsbegleitung für Kinder (4 UE)**

---

Um die Interessen, Bedürfnisse und Wünsche der uns anvertrauten Kinder zu verstehen, ist die Beobachtung kindlichen Verhaltens unerlässlich. In diesem Seminar wollen wir uns mit folgenden Fragestellungen beschäftigen:

- Was brauchen Kinder für eine gute Entwicklung?
- Welche Kenntnisse können aus Beobachtungen gewonnen werden?
- Wie können Eltern an den Beobachtungen der kindlichen Entwicklungsgeschichten teilhaben?

Kursleitung: Andrea Sattler

**901-06-F1**

am 16.02.2012  
Donnerstag  
19.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008  
Dauer: 1 x

## **Kinder betreuen – Haushalt managen (3 UE)**

---

Sie wollen die Ihnen anvertrauten Kinder gut betreuen und fördern, doch auch der Haushalt will erledigt sein. Folgende und ähnliche Fragen werden uns an diesem Abend beschäftigen:

- Welche Arbeiten können Sie gut zusammen mit den Kindern erledigen?
- Welche Form der Hausarbeit fördert die Kinder sogar in ihrer Entwicklung?
- Welche Arbeiten müssen auf die betreuungsfreie Zeit verschoben werden?
- Wie können Sie Ihre Zeit gut einteilen und Aufgaben in der Familie gut verteilen?

Kursleitung: Damaris Quandt-Wiese

### **901-07-F1**

am 22.02.2012  
Mittwoch  
19.30 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008  
Dauer: 1 x



## **Den Grundstein legen von Anfang an – (10 UE) Gespräche führen in der Tagespflege**

---

In diesem Seminar werden grundlegende Regeln vermittelt, um Gespräche im Tagespflegealltag sicher und kompetent führen zu können.

- Wie kann ich als Tagesmutter/Tagesvater aktiv die Kennenlernphase mit den Eltern des künftigen Tageskindes vorbereiten?
- Was sind dafür günstige Rahmenbedingungen?
- Wie bereite ich die ersten Gespräche vor und wie führe ich diese durch?
- Worauf sollte ich achten, damit eine gute Zusammenarbeit von Anfang an gelingt?

Kursleitung: Ulrike Anders

### **901-08-K1**

am 24./25.02.2012  
Freitag  
17.00 – 20.30 Uhr  
Samstag  
10:00 – 14:00 Uhr  
Kranichstein  
Bartningstr. 33  
Dauer: 2 x

## **Finanzielle Förderung der Tagespflege (2 UE)**

---

- Satzung der Stadt Darmstadt  
Sach- und Förderleistungen, Rentenversicherung,  
Kranken- und Pflegeversicherung, Unfallversicherung  
(Antragstellung, Verfahrensweise)
- Förderprogramm (Hessen)  
Bambini-Knirps  
Offensive  
Investitionsförderprogramm

Kursleitung: Susanne Piotrowski  
Jeanette Schütz

### **901-09-F1**

am 29.02.2012  
Mittwoch  
10.00 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 4.06  
Hundertwasserraum  
4. Stock  
Dauer: 1 x

## **Was tun bei Kindeswohlgefährdung? (4 UE)**

---

Am 01.10.2005 trat das Gesetz zur Weiterentwicklung der Kinder- und Jugendhilfe (KICK) in Kraft. Mit der Einführung des § 8a SGB VIII wurde der ursprüngliche Auftrag, Kinder vor Gefahren für ihr Wohl zu schützen, konkretisiert und eine Verfahrensweise bei Verdacht auf Kindeswohlgefährdung festgelegt.

Woran man Kindeswohlgefährdung erkennt und wie der Schutzauftrag in der Kindertagespflege inhaltlich und organisatorisch umgesetzt werden kann, ist Bestandteil dieser Qualifizierung.

Kursleitung: Kornelia Grimm

### **901-10-K1**

am 15.03.2012  
Donnerstag  
8.30 - 11.45 Uhr  
Kranichstein,  
Bartningstr. 33  
Dauer: 1 x



**GRUNDQUALIFIZIERUNG April – Juni 2012**

**Die Tages-kindgerechte Umgebung – (4 UE)  
Sicherheit drinnen und draußen**

siehe Kurs 901-01-F1  
Kursleitung: Damaris Quandt-Wiese

**901-11-F1**  
am 18.04.2012  
Mittwoch, 1 x  
19.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008

**Vertrauen schaffen von Anfang an (6 UE)  
– Wie eine gute Eingewöhnung gelingen kann –**

siehe Kurs 901-04-F1  
Kursleitung: Ulrike Anders

**901-12-F1**  
am 24.04.2012  
und 15.05.2012  
dienstags, 2 x  
19.30 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017

**Den Grundstein legen von Anfang an – (10 UE)  
Gespräche führen in der Tagespflege**

siehe Kurs 901-08-K1  
Kursleitung: Ulrike Anders

**901-13-K1**  
am 20./21.04.2012  
Freitag  
17.00 – 20.30 Uhr  
Samstag  
10:00 – 14:00 Uhr  
KR, Bartningstr. 33

**Wie Kleinkinder sich (gut) entwickeln: (10,66 UE)  
Entwicklungspsychologische Grundlagen**

siehe Kurs 901-03-F1  
Kursleitung: Andrea Sattler

**901-14-F1**  
am 05.05.2012  
und 12.05.2012  
samstags, 2 x  
10.00 – 14.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008

**Tageskinder – eigene Kinder (3 UE)  
Wie komme ich damit zurecht?**

siehe Kurs 901-02-F1  
Kursleitung: Damaris Quandt-Weise

**901-15-F1**  
am 07.05.2012  
Montag, 1 x  
19.30 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008

**Kinder betreuen – Haushalt managen (3 UE)**

---

siehe Kurs 901-07-F1  
Kursleitung: Damaris Quandt-Wiese

**901-16-F1**

am 23.05.2012  
Mittwoch, 1 x  
19.30 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008

**„So bin ich Tagesmutter/Tagesvater!“ (6 UE)**

---

**Eine Infomappe für Eltern erstellen**

siehe Kurs 901-05-F1  
Kursleitung: Ulrike Anders

**901-17-F1**

am 29.05.2012  
und 12.06.2012  
dienstags, 2 x  
19.30 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008

**Entwicklungsbegleitung für Kinder (4 UE)**

---

siehe Kurs 901-06-F1  
Kursleitung: Andrea Sattler

**901-18-F1**

am 31.05.2012  
Donnerstag, 1 x  
19.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008

**Finanzielle Förderung der Tagespflege (2 UE)**

---

siehe Kurs 901-09-F1  
Kursleitung: Susanne Piotrowski  
Jeanette Schütz

**901-19-F1**

am 06.06.2012  
Mittwoch  
10.00 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 4.06  
Hundertwasserraum  
4. Stock

**Was tun bei Kindeswohlgefährdung? (4 UE)**

---

siehe Kurs 901-10-K1  
Kursleitung: Kornelia Grimm

**901-20-K1**

am 14.06.2012  
Donnerstag, 1 x  
8.30 – 11.45 Uhr  
Kranichstein,  
Bartningstr. 33



## ERWEITERTE GRUNDQUALIFIZIERUNG

Die Erweiterte Grundqualifizierung im Umfang von 105 Unterrichtseinheiten findet von Februar bis Juni 2012 im Familienzentrum, Frankfurter Str. 71, Raum 008 statt.

Die Anzahl der Plätze ist begrenzt. Die Anmeldung erfolgt in Absprache mit Frau Schädler, Fachaufsicht und –beratung für Tagespflegepersonen. Am Ende der Erweiterten Grundqualifizierung steht das Abschlusskolloquium. Die Prüfungstermine teilen wir Ihnen in Laufe des Kurses mit. Nach bestandener Prüfung erhalten Sie das Zertifikat des Bundesverbandes für Kindertagespflege

### Der Bildungsauftrag in der Kindertagespflege

**(15,67 UE)**

#### 902-01-F1

07.02.2012  
19.00 - 21.45 Uhr  
14.02.2012  
21.02.2012  
28.02.2012  
06.03.2012  
dienstags  
19.30 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008  
Dauer: 5 x

- Was ist Bildung?
- Grundlagen für Bildung
- Bildungsprozesse erkennen
- Bildungspläne und Dokumentation
- Entwicklungsräume
- Sprachentwicklung
- Kinder brauchen Bücher und Medien

Kursleitung: Susanne Klein

### Die Entwicklung von Kindern

**(24,33 UE)**

#### 902-02-F1

25.02.2012  
10.03.2012  
24.03.2012  
samstags, 3 x  
10.00 - 14.00 Uhr  
14.03.2012  
28.03.2012  
25.04.2012  
mittwochs, 3 x  
19.30 – 21.45 Uhr

- Allgemeines zur Entwicklung incl. Wiederholung aus der Grundqualifizierung
- Die Rolle der T.P.P. innerhalb des kindlichen Entwicklungsprozesses
- Frühkindliche Bindung
- Sozio-emotionale Entwicklung
- Ich-Entwicklung und Trotz
- Abschied vom Tageskind

Kursleitung: Silke Latscha

Frankfurter Str. 71  
Raum 008

## **Erziehung in der Kindertagespflege Teil I (18 UE)**

---

- Erziehungsstile – Erziehungsziele
- Wie erziehe ich? Wie wurde ich erzogen?
- Positive Beziehung zum Tageskind gestalten
- Schwierige Erziehungssituationen
- Bevor mir der Kragen platzt
- Kinder sind verschieden – Mädchen und Jungen

Kursleitung: Susanne Klein

**902-03-F1**

13.03.2012  
20.03.2012  
27.03.2012  
17.04.2012  
24.04.2012  
08.05.2012  
dienstags  
19.30 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008  
Dauer: 6 x

## **Wie Elterngespräche gut gelingen können**

**„Miteinander reden“**

**(20 UE)**

---

- Wie lässt sich mit den Eltern des Tageskindes eine gute Zusammenarbeit dauerhaft aufbauen, die am Wohle des Kindes orientiert ist?
- Wie kann ich ein Elterngespräch gut vorbereiten?
- Was kann ich dafür tun, damit Erwartungen und Interessen von beiden Seiten gut miteinander abgestimmt werden können?
- Was kann ich tun, wenn Konflikte entstehen? Wie kann ich dann vorgehen, damit die Zusammenarbeit harmonisch bleibt?

Kursleitung: Ulrike Anders

**902-04-K1**

02./03.03.2012  
und  
11./12.05.2012  
freitags  
17.00 – 20.30 Uhr  
samstags  
10.00 – 14.00 Uhr  
Kranichstein,  
Bartningstr. 33  
Dauer: 4 x

## **Erziehung in der Kindertagespflege Teil II (3 UE)**

---

- Das Tageskind – Kind in zwei Familien

Kursleitung: Silke Latscha

**902-05-F1**

02.05.2012  
Mittwoch, 1 x  
19.30 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008



### **Vorbereitung auf das Kolloquium (6 UE)**

---

- Organisatorisches/schriftliche Abschlussarbeit/  
Prüfungsvorbereitungen

Kursleitung: Annedore Bauer  
Sonja Brenner  
Silke Latscha

#### **902-06-F1**

03.05.2012  
Donnerstag  
19.00 – 21.15 Uhr

30.05.2012  
Mittwoch  
19.30 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008

### **Gesundheit (6 UE)**

---

- Gesunde Ernährung für Säuglinge und Kleinkinder

Kursleitung: Martina Osterodt

- Aus welchen Quellen schöpfe ich?

Kursleitung: Heidi Schreiber-Grübel

#### **902-07-F1**

14.05.2012  
11.06.2012  
Montag  
19.30 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008

### **Besondere Herausforderungen (6 UE)**

---

- Säuglinge in der Kindertagespflege
- Kinder mit besonderem Entwicklungsbedarf

Kursleitung: Susanne Klein

#### **902-08-F1**

22.05.2012  
05.06.2012  
dienstags, 2 x  
19.30 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008

### **Beruf Tagesmutter/Tagesvater (6 UE)**

---

- Zeit- und Selbstmanagement
- Vernetzung und Ausklang

Kursleitung: Silke Latscha

#### **902-09-F1**

13.06.2012  
20.06.2012  
mittwochs, 2 x  
19.30 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008

## AUFBAUQUALIFIZIERUNG

### Jahresprogramm 2012

#### Portfolioarbeit in der Tagespflege (6 UE)

---

Immer wieder erstaunt es uns Erwachsene, wie schnell sich die Entwicklung eines jungen Menschen vollziehen kann. „Bist du aber groß geworden“, „Was du schon alles kannst“, „Man möchte manchmal die Zeit anhalten“. Portfolio ist eine Methode des Festhaltens und des Sichtbarmachens. Im pädagogischen Kontext ist Portfolioarbeit als Entwicklungsdokumentation anzusehen. Das Portfolio wird in erster Linie für das Kind angelegt, dient aber natürlich auch der Tagespflegeperson in der Arbeit mit dem Kind und den Eltern. Das Portfolio ist eine Möglichkeit, die rasanten Entwicklungsschritte des Kindes festzuhalten und so rückblickend noch einmal zu einem späteren Zeitpunkt reflektieren zu können. Auf fachlich hohem Niveau dokumentieren die Portfolioseiten, wie ein Kind sich entwickelt, wo es Hilfen und Förderung gebrauchen könnte und wo alles wie von selbst den richtigen Weg geht.

Kursleitung: Ulrike Anders

#### 903-01-F1

am 29.02.2012  
und 28.03.2012  
mittwochs  
19.30 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Dauer: 2 x

#### Beim 2. Kurs handelt es sich um eine Wiederholung!

#### 903-13-F1

am 03.09.2012  
und 24.09.2012  
montags  
19.30 – 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Dauer: 2 x

## **Optimistisch den Stress meistern (19,98 UE)**

Im Alltag einer Tagesmutter steht das Wohl der Kinder im Mittelpunkt. Dabei kann es sein, dass das Leben für und mit den Kindern oft ziemlich hektisch ist. Die Folge: Ein chronischer Stresszustand, der oftmals nicht bemerkt wird, aber dennoch zu verschiedenen Krankheiten führen kann.

In diesem Kurs lernen Sie Ihren persönlichen Stresslevel erkennen. Wirkungsvolle Entspannungsmethoden wie Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung und andere Techniken zur Stressreduktion helfen, zur Entspannung zu finden. Indem Sie Ihren eigenen Entspannungszustand vertiefen, tragen Sie auch zur emotionalen Entwicklung Ihrer Tagespflegekinder bei. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Decken, Kissen und Knierolle.

Kursleitung: Gisela Böschen

### **903-02-F1**

08.03.2012

15.03.2012

22.03.2012

29.03.2012

19.04.2012

26.04.2012

donnerstags

16.30 - 19.00 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 004

Dauer: 6 x



## **Mit Kindern die Sprache entdecken (15 UE)**

---

**903-03-F1**

12.03.2012

19.03.2012

26.03.2012

16.04.2012

23.04.2012

montags

19.30 – 21.45 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 008

Dauer: 5 x

Kinder entdecken im gemeinsamen Spiel und im Miteinander die Sprache. Erwachsene begleiten die Kinder dabei und unterstützen sie durch Freude am Sprechen und der Kommunikation.

In diesem Kurs erarbeiten wir

- wie man die Sprechfreude beim Kind fördert,
- welche speziellen Sprachfördermöglichkeiten es für zu Hause gibt,
- welche Verhaltensweisen das Sprechen hemmen können.

Dabei können Sie ausprobieren, wie Sie diese Verhaltensweisen beim Bücher anschauen, in Alltagssituationen und mit Hilfe von Liedern und Reimen umsetzen können. Außerdem erhalten Sie eine kurze Einführung zum Ablauf der Sprachentwicklung.

Wir wollen uns auch einigen Besonderheiten der Sprachförderung zuwenden, wenn mehr als eine Sprache „im Spiel“ ist. Wer soll welche Sprache sprechen? Was kann man zur Förderung des Deutschen tun? Was kann man zur Förderung der anderen Sprache tun?

Kursleitung: Anke Liebherr

**Erfassen, Begreifen, Erfahrung sammeln -  
kreatives Gestalten mit Kindern zwischen dem  
2. – 4. Lebensjahr (12 UE)**

Basteln ist eine Beschäftigung, die Erwachsene und Kinder verbindet. Es macht einfach Spaß, etwas Gemeinsames zu schaffen. Folgende Überlegungen werden angestellt:

- Welche Materialien und Techniken sind für dieses Alter geeignet?
- Wie fördern und unterstützen wir die Kinder auf ihrer Entwicklungsreise?
- Welche Sinne werden gezielt gefördert?
- Wie plane und setze ich ein Kreativ-Angebot um?

Im Jahreszeitenrhythmus werden wir uns mit verschiedenen Materialien beschäftigen.

Kursleitung: Elvine Eggebrecht

**Kommunikation „auffrischen“ (5,33 UE)**

Das Angebot richtet sich an Tageseltern, die ihr „Basiswissen Kommunikation“ auffrischen wollen. Es geht um die Kommunikationswerkzeuge: Ich-Botschaften, Positiv-Formulierungen, Aktives Zuhören und das Thema Gesprächsgestaltung.

In der Gruppe greifen wir vertraute Gesprächssituationen aus Ihrem Alltag als Tagesmütter/-väter auf – z.B. Gespräche mit den Kindern, den Eltern oder anderen Ansprechpartnern – und probieren in entspannter Atmosphäre gemeinsam die Anwendung dieser Kommunikationsmittel aus.

Kursleitung: Heidi Schreiber-Grübel

**903-04-F1**

16.03.2012

15.06.2012

12.10.2012

16.11.2012

freitags

19.30 - 21.45 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 001

Dauer: 4 x



**903-05-F1**

am 26.05.2012

Samstag

9.00 - 13.00 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 017

Dauer: 1 x

## **Bewegung in der Tagespflege**

**(21,33 UE)**

**903-06-F1**

17.03.2012  
24.03.2012  
21.04.2012  
28.04.2012  
samstags  
10.00 – 14.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Dauer: 4 x

Bitte bequeme Kleidung und  
Turnschuhe oder Rutschsock-  
ken mitbringen.

Die Bewegung ist ein Elementares Bedürfnis von Kindern, Ausdruck ihrer emotionalen Befindlichkeit und eine wichtige Grundlage für ihr Lernen. Wie kann es mir als Tagesmutter/Tagesvater gelingen, geeignete Bewegungsangebote in der Wohnung und Draußen anzubieten? Welche Räume und Materialien eignen sich? Wie kann ich sie sinnvoll einsetzen? Welche Bedürfnisse haben die Kinder/ Welche Bedürfnisse habe ich? In diesem Seminar werden neben der Theorie auch viele Praxiseinheiten zur Bewegung stattfinden.  
Kursleitung: Petra Hessenfeld

## **Bildungs- und Lerngeschichten in der Kindertagespflege**

**(10,66 UE)**

**903-07-K1**

am 24.03.2012  
und 05.05.2012  
samstags  
10.00 - 14.00 Uhr  
Kranichstein  
Bartningstr. 33  
Dauer: 2 x

Kinder sind Akteure ihrer Entwicklung und eignen sich die Welt durch eigene Aktivitäten und eigenes Tun an. Sie erfahren die Welt mit all ihren Sinnen und machen sich so ein Bild von der Welt. Je nach Interesse und Fähigkeiten eines Kindes verlaufen die Bildungs- und Lernprozesse sehr unterschiedlich. Mit dem Konzept der Bildungs- und Lerngeschichten werden Materialien angeboten, mit deren Hilfe Tagespflegeeltern erfolgreich Bildungsprozesse der Kinder im Alltag beobachten und unterstützen können.  
Kursleitung: Ulrike Anders

**903-18-K1**

am 10.11.2012  
und 01.12.2012  
samstags  
10.00 - 14.00 Uhr  
Kranichstein  
Bartningstr. 33  
Dauer: 2 x

**Beim 2. Kurs handelt es sich um eine Wiederholung!**

## Honigbärchen und Pustekuchen – heute spielen wir

(2,67 UE)

Schon für Kleinkinder gibt es unzählige Brettspiele. Wir fragen uns, welche Spiele dem Alter angemessen sind? Wie kann ich Spielregeln umstellen, dass ein Spiel richtig Spaß macht, vor allem nicht überfordert und unseren Tageskindern gerecht wird? Wie nehmen unsere Tageskinder die Spiele bei uns an? Wir wollen unsere Erfahrungen austauschen und eine kleine Auswahl an Spielen kennenlernen. Weiterhin gibt es Anregungen, kreativ zu werden und ein einfaches Spiel selbst herzustellen.  
Kursleitung: Eva-Maria Herzog-Reichwein

### Beim 2. Kurs handelt es sich um eine Wiederholung!

## Morgenkreis – Orientierung für den Tag

(3 UE)

Der Morgenkreis ist ein Orientierungspunkt im gesamten Tagesablauf und gibt den Kindern ein Gefühl der Sicherheit. Mit diesem traditionellen Ritual möchten wir uns an diesem Abend beschäftigen. Wir stellen uns die Fragen:

- Was fasziniert Kinder an einem Morgenkreis?
- Wie gestalte ich einen Morgenkreis?
- Welche Utensilien benötige ich?
- Welche Entwicklungsschritte der Kinder werden gezielt gefördert?

Kursleitung: Elvine Eggebrecht

### 903-08-F1

am 30.03.2012  
Freitag  
19.30 – 21.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Dauer: 1 x

### 903-20-F1

am 15.11.2012  
Donnerstag  
19.30 – 21.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Dauer: 1 x

### 903-09-F1

am 20.04.2012  
Freitag  
19.30 - 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 006  
Dauer: 1 x



## Natur von Anfang an

(8 UE)

### 903-10-F1

am 27.04.2012  
und 04.05.2012  
freitags  
16.30 - 19.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 001  
Dauer: 2 x

Täglich draußen sein, in den Wiesen, im Wald, oder am Bach ist (nicht mehr) selbstverständlich. Sich in der Natur zu bewegen stärkt die Wahrnehmung aller Sinne und wirkt sich positiv auf die gesamte Entwicklung unserer Tageskinder aus. Wir wollen gemeinsam Erfahrungen sammeln und Anregungen mitnehmen, wie schon die Kleinsten auf ihre Weise die Vielfalt der Natur entdecken können. Vor Ort, selbst im innerstädtischen Grün, werden wir erfahren:

- wie wir unsere Sinne bewusst erleben (Hören, Sehen, Riechen, Fühlen)
- welche Singspiele und Rituale es für draußen gibt
- wie Tageskinder ein natürliches Gefühl zu unseren kleinen Tieren und Pflanzen entwickeln können
- wie wir mit Naturmaterialien dem Alter angemessen bauen und basten.

Bitte an wetterfeste Kleidung denken, da ein Kursteil draußen stattfindet.

Kursleitung: Eva-Maria Herzog-Reichwein

### 903-17-N1

am 28.09.2012  
Freitag  
16.30 - 19.30 Uhr  
und 06.10.2012  
Samstag  
9.00 - 12.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 001  
Dauer: 2 x

**Beim 2. Kurs handelt es sich um eine Wiederholung!**

## Sich selbst und die Tageskinder stärken (10 UE)

---

Sich stark und sicher fühlen heißt: Ein klares Gefühl für die eigenen Identität, Kompetenz und Wertigkeit zu haben. Zahlreiche Fähigkeiten wie z.B., die eigenen Bedürfnisse wahrnehmen, Nein sagen, wenn es zuviel wird, Ja zu sich selbst sagen, Respekt einfordern und Grenzen setzen, können zu einem solch klaren und stärkenden Gefühl des eigenen Selbstkonzeptes sowie zu einem selbstbewussten Umgang mit sich und Anderen beitragen.

Im Kurs werden Sie unterschiedliche Methoden kennenlernen, wie Sie Ihre selbststärkenden Kompetenzen ausbauen können und auch Ihre Tageskinder bei der Entwicklung eines positiven Selbstkonzeptes und eines gesunden Selbstwertes unterstützen können, um sie zu stärken.

Kursleitung: Silke Latscha

### 903-11-F1

am 01./02.06.2012

Freitag

17.30 - 21.00 Uhr

Samstag

9.30 - 13.30 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 008

Dauer: 2 x



**Was steckt hinter Clowns, Träumern (8 UE)  
und schwarzen Schafen? – Zur Bedeutung von Verhal-  
tensauffälligkeiten bei Kindern**

---

**903-21-F1**

am 25.08.2012  
Samstag  
10.00 - 16.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008  
Dauer: 1 x

Schwierige Kinder, problematische Situationen und die Suche nach Lösungsansätzen, die Kinder wieder besser „funktionieren“ lassen, sind Inhalt zahlreicher Diskussionen. Unberücksichtigt dabei bleibt oft die Frage, was das Verhalten bedeutet und welchen Sinn es für das Kind hat.

In diesem Seminar beschäftigen wir uns zunächst mit der Bedeutung von Normalität. Was muten wir unseren Kindern täglich zu? Welche Anpassungsleistungen haben sie zu bewältigen. Dabei soll das eigene Verständnis von normalem bzw. auffälligem kindlichen Verhalten überprüft werden. Exemplarisch setzen wir uns kritisch mit den gängigen Theorien zu ADHS und aggressivem Verhalten auseinander. Danach wenden wir uns den praktischen Fragen zum Alltag und zur Unterstützung der Kinder zu. Wie können wir diesen Kindern begegnen? Warum ist die Zusammenarbeit mit den Eltern so wichtig? Wo sind die (eigenen) Grenzen als Tagespflegeperson?

Kursleitung: Andrea Sattler

**„Hochsensibel? Hochsensitiv?  
Was ist denn das nun wieder?“**

**(3 UE)**

„Die Eingewöhnung war recht schwierig“, „Dieses Kind ist irgendwie anders“, „Die Eltern haben mir gesagt, es könnte hochsensibel sein...“

Jedes Kind ist anders - auch in der Gruppe der hochsensitiven Kinder. Seit einigen Jahren erlangt das Konzept der Hochsensitivität auch in Deutschland mehr Beachtung. Hochsensitive können eine differenziertere, intensivere Wahrnehmung aber auch tiefere Verarbeitung von „sensorischem Input“ aufweisen. Das kann einerseits hilfreich und wohltuend sein, es kann aber auch schnell zu einer Überregung des Nervensystems führen.

Kursleitung: Heidi Schreiber-Grübel

**„So bin ich Tagesmutter/Tagesvater!“ (4 UE)  
Eine Infomappe erstellen oder aktualisieren**

In welcher Form könnte ich meine Arbeit als Tagespflegeperson den Eltern präsentieren?

Was biete ich eigentlich Besonderes an?

Das eigene Angebot, Ihr individuelles Profil, genauer anzuschauen und zu formulieren, gibt Ihnen nicht nur eine Grundlage für Ihre Elterngespräche, sondern ist auch die wichtigste Quelle für Ihre Infomappe. Dieser Kurs richtet sich sowohl an Tageseltern, die eine Infomappe neu erstellen möchten oder ihre bereits vorhandene Mappe aktualisieren/überarbeiten wollen.

Kursleitung: Ulrike Anders

**903-12-F1**

am 27.08.2012  
Montag  
19.30 - 21.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Dauer: 1 x



**903-14-K1**

am 04.09.2012  
Dienstag  
19.00 - 22.00 Uhr  
Kranichstein  
Bartningstr. 33  
Dauer: 1 x

**Bereits vorhandene Infomappe  
bitte mitbringen.**

## **Gesunde Ernährung für Säuglinge und Kleinkinder – Theorie und Praxis (7 UE)**

---

Die Ernährung in den ersten Lebensjahren ist eine wichtige Grundlage für die weitere Entwicklung des Kindes. Einem Kind, dem von Anfang an eine gesunde Ernährungsweise nahegebracht wird, fällt es auch später leicht, sich gesund zu ernähren. Bei der Fülle an Informationen und dem großen Angebot am Lebensmittelmarkt stellt sich für Betreuungspersonen immer wieder die Frage: Worauf kommt es wirklich an? Im Rahmen dieses Kurses werden diese und weitere Fragen geklärt. Im Praxisteil erfahren Sie leckere Tipps für die praktische Umsetzung im Betreuungsalltag.  
Kursleitung: Martina Osterodt

## **Kommunikation im Alltag (5,3 UE)**

---

Dieses Angebot richtet sich an Tageseltern, die entweder am Kurs „Kommunikation auffrischen“ teilgenommen haben oder sowieso vertraut sind mit den „Basiswerkzeugen der Kommunikation“ und ihre Fähigkeiten gerne erweitern und vertiefen möchten. Es geht darum, zunächst die eigenen Kommunikationsmuster in vertrauten Situationen (Gespräche mit den Kindern, den Eltern u.a.) zu erkennen. Durch gemeinsames Experimentieren in entspannter Atmosphäre gelingt es, neue Wege und Gesprächsformen für sich selbst zu entdecken und diese individuellen Lösungen zu erproben.  
Kursleitung: Heidi Schreiber-Grübel

### **903-15-F1**

am 10.09.2012  
Montag  
19.30 – 21.45 Uhr  
Raum 008  
und am 20.09.2012  
Donnerstag  
19.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 002/Küche  
Dauer: 2 x

Lebensmittelumlage: ca.  
7,00 €

### **903-16-F1**

am 15.09.2012  
Samstag  
9.00 – 13.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008  
Dauer: 1 x

**Was ist ein Trauma?****(6 UE)**

Jeder Mensch reagiert anders, wenn es zu einer traumatischen Situation kommt. Um diesen Unterschieden Rechnung zu tragen, soll eine Einführung in das Thema Unterstützung und Anleitung darin geben, was alles unter dem Begriff Trauma gefasst werden kann. Neben Ursachen und Symptomen von Traumata soll außerdem aufgezeigt werden, wie eine emotionale Erste Hilfe für Kinder und Erwachsene geleistet werden kann.

Kursleitung: Ulrike Anders

**903-19-F1**

am 12.11.2012  
und 26.11.2012  
Montags  
19.30 – 21.45 Uhr  
Raum 017  
Dauer: 2 x


**Tageskinder aus Trennungs- und Scheidungsfamilien**  
**(4 UE)**

Trennung und Scheidung der Eltern ist für immer mehr Kinder eine Realität, die meist eine einschneidende und schmerzhaft Erfahrung ist. Den Eltern ist es nicht möglich alle Gefühle und Schwierigkeiten der Kinder, die mit der Trennung einhergehen, aufzufangen, da sie immer auch ein Teil der Problematik sind. Hier erweist sich die stabile und verlässliche Beziehung zur Tagesmutter und den Tagesgeschwistern als große Hilfe. An diesem Abend wollen wir uns mit den Lebenswelten und Lebenslagen von Trennungs- und Scheidungskindern auseinandersetzen. Wie erleben Kinder eine Trennung? Wie können wir als Tagespflegeperson die Kinder und Eltern bei der Bewältigung dieser Krise unterstützen?

Kursleitung: Andrea Sattler

**903-22-F1**

am 22.11.2012  
Donnerstag  
18.30 – 21.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 008  
Dauer: 1 x

## PRAXISREFLEXION

### Praxisreflexion – Gesprächsrunde

(18,66)

904-01-F1

24.01.2012  
27.03.2012  
05.06.2012  
14.08.2012  
25.09.2012  
06.11.2012  
11.12.2012  
dienstags  
20.00 - 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Dauer: 7 x

● Diese Treffen wollen wir gemeinsam dazu nutzen, unterschiedliche Fragen, Erfahrungen und Probleme aus Ihrer Praxis anzusprechen. Der Gesprächskreis bietet dabei die Möglichkeit zur gegenseitigen Unterstützung und zur persönlichen Entlastung. Anhand von Beispielen aus Ihrem Alltag wird das eigene Handeln überprüft. Im Austausch mit der Gruppe können neue Sichtweisen entwickelt, Informationen ausgetauscht und Ihre Kompetenzen für den Alltag gestärkt werden.

Kursleitung: Ulrike Anders

### Praxisreflexion – Gesprächsrunde

(21,33 UE)

904-02-F1

08.02.2012  
07.03.2012  
02.05.2012  
13.06.2012  
05.09.2012  
10.10.2012  
14.11.2012  
05.12.2012  
mittwochs  
20.00 - 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 017  
Dauer: 8 x

● Kursleitung: Heidi Schreiber-Grübel



## **Fachausschuss „Kinderbetreuung/ Familie und Familienzentrum“**

CDU-Fraktion	Beate Kölsch
Bündnis '90 / Die Grünen-Fraktion	Yücel Akdeniz
UFFBASSE	Kerstin Lau
SPD-Fraktion	Moritz Röder
Der Paritätische Hessen/ASB	Elke Brockfeld
FDP-Fraktion	Chris Heck
Das KinD e.V.	Uschi Plötz
Förderverein Astrid-Lindgren-Schule	Peter Gehbauer
Kath. Dekanat	Monika Korn
Ev. Dekanat	Uwe Wiegand
AWO	Barbara Lücke
KursleiterInnensprecherin	Heide Reitz
Hausfrauenbund	Eva Orth

## In eigener Sache

Sind Sie an einer nebenberuflichen Tätigkeit als Kursleiterin/ Kursleiter im Familienzentrum interessiert?

Wir suchen insbesondere Kursleiterinnen/Kursleiter für

Schwangerschafts- und Rückbildungsgymnastik

Natur- und Umweltpädagogik

Haushaltsführung

Eltern-Kind-Gruppen

Väterarbeit

Aber auch für andere Themenbereiche und neue Kursangebote sind wir offen.

Wenn Sie über entsprechende fachliche Qualifikation und Erfahrung verfügen und an familien- und erwachsenenpädagogischen Fragen interessiert sind, dann nehmen Sie Kontakt zu den jeweiligen Fachbereichsleiterinnen auf.

Wir freuen uns auf das Gespräch mit Ihnen.

### Vertretung der Honorarkräfte

Im Familienzentrum gibt es eine Interessenvertretung der Honorarkräfte. In Fachbereichssitzungen wurden von den Kursleiterinnen/ Kursleitern Vertreterinnen/Vertreter für jeden Fachbereich gewählt. Die Vertreterinnen möchten für die Honorarkräfte Ansprechpartnerinnen sein und sind für Anregungen offen. Sprecherinnen für die Honorarkräfte sind:

**Heide Reitz**

**Kathrin Horn**



## In eigener Sache

### Wir sind Mitglied:

- Im Bündnis für Familien in Darmstadt
- In der AHF, Arbeitsgemeinschaft Hessischer Familienbildungsstätten
- In der AGEF, Bundesarbeitsgemeinschaft Familienbildung und Beratung e.V.
- In der GAIMH, Gesellschaft für seelische Gesundheit in der frühen Kindheit e.V.



### Wir weisen hin:

#### **[www.familien-willkommen.de](http://www.familien-willkommen.de)**

Der Internet-Wegweiser für Familien, Firmen und Facheinrichtungen in Darmstadt [www.familien-willkommen.de](http://www.familien-willkommen.de) dient auch als Informations- und Kommunikationsplattform für die Bündnisarbeit.

#### **Kinderbetreuung/Ferienbetreuung**

Hier gibt es im Rahmen des Bündnis für Familie Darmstadt verschiedene Angebote für Firmen. Kontakt über die „Servicestelle Beruf und Familie Darmstadt“ im Frauenbüro, Edda Feess.

#### **Datenbank Kinderbetreuung**

Um einen schnellen Überblick über Darmstädter Kinderbetreuungseinrichtungen zu ermöglichen, ist im Familien-Wegweiser Darmstadt [www.familien-willkommen.de](http://www.familien-willkommen.de) eine Datenbank „Kinderbetreuung“ abrufbar.

## Kooperationspartner



Abteilung Kinderbetreuung der Wissenschaftsstadt Darmstadt  
 Adoptions- und Pflegekinderdienst der Wissenschaftsstadt Darmstadt  
 Agenda-Büro der Wissenschaftsstadt Darmstadt  
 Beratungs- und Servicezentrum für ältere Menschen der Wissenschaftsstadt Darmstadt  
 DANA Darmstädter Netzwerk für Alleinerziehende  
 Deutscher Kinderschutzbund, Bezirksverband Darmstadt  
 Deutsches Rotes Kreuz  
 Fachaufsicht und –beratung für Tagespflegepersonen, Wissenschaftsstadt Darmstadt  
 Frauenbüro der Wissenschaftsstadt Darmstadt  
 Freundeskreis Eberstädter Streuobstwiesen e.V.  
 Frühberatung für entwicklungsgefährdete Kinder und ihre Familien/  
 Caritasverband Darmstadt e.V.  
 Gutenbergschule  
 Interkulturelles Büro der Wissenschaftsstadt Darmstadt  
 Jugendgerichtshilfe der Wissenschaftsstadt Darmstadt  
 Jugendstilbad  
 Kinder- und Jugendfarm Darmstadt e.V.  
 Kinderhaus Sonnenblume  
 Kinderklinik Prinzessin Margaret  
 Klinikum Darmstadt  
 Projekt „Kinder schützen – Familien fördern“  
 Städtische Kindertagesstätten Bessungen  
 Tageseltern Tageskinder Vermittlung  
 Tageselternvermittlung Merck  
 Weltladen Darmstadt  
 Eigenbetrieb Darmstädter Werkstätten und Wohneinrichtungen

## Qualifikationsbeschreibung

<b>Name</b>	<b>Ausbildung, Fortbildung</b>
Altwater-Frowein, Anja	Dipl.-Oecotrophologin
Anders, Ulrike	Dipl.-Sozialpädagogin, Psychotherapeutin (HPG), Ausbildung in Gestalttherapie und Integrativer Paar- und Sexualtherapie
Bär, Iris	Dipl.-Sozialpädagogin, GfG-Geburtsvorbereiterin®
Bartusch, Gloria	Yogalehrerin, Yogalehrerin für Schwangere
Bauer, Annedore	Dipl.-Sozialarbeiterin, Ausbildung in system. Supervision, zertifizierte Starke Eltern-Starke Kinder®-Kursleiterin, Marte Meo Therapeutin und Fachberaterin, Leiterin des Familienzentrums
Beckmann, Stefan	Schreiner, Koch
Böffinger, Annette	Dipl.-Biologin, Übungsleiterin für T'AI CHI
Böschen, Gisela	Dipl.-Sozialwirtin, Ayurveda-Köchin, Ayurveda-Ernährungs- und Kräuterberaterin, Kursleiterin für Autogenes Training, Stressmanagementtrainerin
Bräuninger-Feyerabend, Helga	Dipl.-Sozialpädagogin
Brenner, Sonja	Dipl. Sozialpädagogin, Erzieherin, Elternberaterin in der Familienbildung®, hauptamtl. Mitarb. des Familienzentrums
Buekens-Gonschorek, Myriam	Lehrerin, KOP- und TAK-Übungsleiterin
Busch, Maria	Ergotherapeutin
Chekabab-Kraft, Andrea	Kinderkrankenschwester, Still- und Laktationsberaterin
Dippel, Rita	Kinderkrankenschwester- Intensivpflege, Safe-Mentorin, Weiterbildung in systemischer Beratung, hauptamtl. Mitarb. des Familienzentrums

Dippel, Stephanie	Physiotherapeutin, Weiterbildung in Säuglings- und Kleinkinderschwimmen
Dürr, Ulrike	PEKiP-Gruppenleiterin, Dipl.-Religionspädagogin, Elternberaterin in der Familienbildung, zertifizierte „Starke Eltern – Starke Kinder®“-Kursleiterin
Eberlein, Detlef	Koch, Lebensmittelverarbeitungstechniker
Echternach-Dietz, Martina	Dipl.-Sozialpädagogin
Eggebrecht, Elvina	Kinderpflegerin, Erzieherin, Sozialfachwirtin
Eichler, Petra	Dipl.-Sozialpäd., Aggressionsberaterin, Ausbildung in Themenzentrierter Interaktion und in system. Aufstellungsarbeit, HP für Psychotherapie
Eidmann-Klüche, Dorothea	Dipl.-Pädagogin, Umweltpädagogin
Ellertoubi, Soud Rais	Köchin und Pâtisseries
Eppinger, Michaela	Physiotherapeutin
Esselbrügge, Anne	Krankenschwester, Heilpädagogin
Formhals, Konstanze	Erzieherin, Basiszertifikat in Transaktionsanalyse, Fortbildung in Systemischer Familienberatung, Elternberaterin in der Familienbildung®
Foshag, Johanna	Pädagogin, Fortbildung in Systemisch lösungsorientierter Beratung, hauptamtl. Mitarb. des Familienzentrums
Gebler, Gabi	Lehrerin
Gerbig, Antonella	Sozialpädagogin
Glöckner-Schultze,	Dipl.-Psychologin hauptamtl. Mitarbeiterin des Familienzentrums
Glunz, Berthold	Dipl.-Ing. Energietechnik, geprüfter Sportfischer
Gohlke, Andreas	Dipl.-Sozialarbeiter, Mediensuchtextperte
Gradtke-Betz, Martina	Dipl.-Sozialpädagogin
Griesar Medina, Karin	Informatikerin, Dozentin Kinder- und Erwachsenenbildung
Grimm, Kornelia	Dipl.-Sozialpädagogin, Gestaltberaterin, Kinderschutzfachkraft
Haberthür, Mario	Kanu-Guide, Outdoor-Trainer



Herzog-Reichwein, Eva-Maria	Dipl.-Geographin, Naturpädagogin
Heinz, Renata	Dipl.-Sozialpädagogin, hauptamtliche Mitarbeiterin des Familienzentrums
Hessenfeld, Petra	Dipl.-Sozialpädagogin, syst. Beraterin, klientenzentr. Gesprächsführung
Horn, Kathrin	Dipl.-Sozialpädagogin, Physiotherapeutin
Istrang, Marion	Dipl.-Sozialarbeiterin, Yogalehrerin
Jäger, Kwanjai	Servicekraft Gastronomie
Jung-Kroh, Imke	Dipl.-Sozialpädagogin, Trageberaterin
Kanzler-Sackreuther, Monika	Dipl.-Sozialpädagogin, GfG- Geburtsvorbereiterin®, Safe-Mentorin, Lehrerin für kompensator. Sportunterricht, zertifizierte Starke Eltern- Starke Kinder®-Kursleiterin, hauptamtl. Mitarb. des Familienzentrums
Kirch, Dagmar	Hauswirtschafterin
Klein, Susanne	Dipl.-Sozialarbeiterin, Kinderkrankenschwester, zertifizierte PEP-Trainerin
Klink-Spatz, Erika	Kinderkrankenschwester, Gruppenleiterin für Baby-Massage
Knechtel, Gerta	Grundschullehrerin
Krahn-Raab, Ulrike	Dipl.-Pädagogin, Sonderschullehrerin
Kuhnhäuser-Neukirch, Gertrud	Ayurvedische Ernährungs- und Gesundheitsberaterin
Latscha, Silke	Dipl.-Psychologin, Systemische Therapeutin und Beraterin (DGST), zertifizierte Gordon®-Familientrainerin, zertifizierte Starke Eltern-Starke Kinder®-Kursleiterin
Lehnert, Uwe	Selbst. Unternehmensberater, Recyclingfachmann
Leiss, Rita	Hebamme
Liebherr, Anke	Logopädin
Lück, Anette	Pädagogin, Paartherapeutin, zertifizierte Psychoorganische Analytikerin, zertifizierte Starke Eltern-Starke Kinder®-Kursleiterin

Maiwald, Katharina	Dipl.-Oecotrophologin, hauptamtl. Mitarb. des Familienzentrums
Manger, Stefanie	Dipl.-Sozialarbeiterin, SAFE-Mentorin
Mann, Katharina	Geigenbauerin
Massarat, Susan	Pädagogin (M.A.)
Mayer, Anja	Kinderkrankenschwester
Metz, Marion	Dipl.-Sozialarbeiterin, hauptamtl. Mitarb. des Familienzentrums
Mühlherr, Friederike	Sozialpädagogin, Bildungsreferentin des Weltladen Darmstadt
Müller, Saskia	Dipl.-Sozialpädagogin i.A.
Müller-Sievers, Klaus	Bio- und Medizinphysiker, Gesundheitsberater
Müller-Sievers, Maren	Sozialpädagogin, Gesundheitsberaterin
Namendorf, Iris	Erzieherin, Elternberaterin in der Familienbildung®
Neukirch, Martina	Dipl.-Sozialpädagogin, Gestalttherapeutin
Osterodt, Martina	Dipl.-Oecotrophologin
Paries, Gabriele	Dipl.-Sozialpädagogin
Pfeifer, Beate	Krankengymnastin
Platzer, Alexandra	Übungsleiterin-Lizenz im Bereich Erwachsenengymna- stik
Quandt-Wiese, Damaris	Dipl.-Sozialarbeiterin, PEKiP-Gruppenleiterin
Reif, Corinna	Übungsleiterin
Reinert, Ute	Diplom-Sportwissenschaft, Diplom-Sportlehrerin
Reitz, Heide	Kinderkrankenschwester, Kursleiterin für Babymassage
Roß, Kirsten	Lizenzierte Übungsleiterin, Bankkauffrau
Roth, Andrea	Krankengymnastin, Rückenschullehrerin
Sattler, Andrea	Dipl.-Sozialpädagogin, Zusatzqualifikation Psychomoto- rik
Schacker, Barbara	Physiotherapeutin, Feldenkraislehrerin, Tiefenpsychologische Körpertherapie



Schanz-Heinz, Christiane	Bauingenieurin/Naturpädagogin
Schefszyk, Petra	Dipl.-Bibliothekarin, Bildungsreferentin des Weltladens Darmstadt
Schierholz, Kirsten	Dipl.-Psychologin
Schmitt, Ingrid	staatl. anerkannte Masseurin
Schmunk, Erich	Konditormeister
Schnabel, Patricia	Gymnastik- und Yogalehrerin
Schneider, Elke	Staatl. gepr. Oecotrophologin
Schneider, Helen	Dipl.-Sozialpädagogin
Schneider, Ulrike	Kinderkrankenschwester, Kursleiterin für Babymassage
Schreiber-Grübel, Heidi	Dipl.-Psychologin, Gesprächspsychotherapeutin
Schrickel, Heidi	Freischaffende Künstlerin
Schröter, Eva	Kinderkrankenschwester
Schweiggruber, Astrid	Shiatsupraktikerin JSOM
Simon, Christine	Dipl.-Psychologin
Skilo, Karin	Sparkassenfachwirtin, Weiterbildung in traditioneller chinesischer Ernährungslehre, westl. Kräuterheilkunde
Solmaz, Eva	Dipl.-Pädagogin
Staake-Ludwig, Judith	Dipl.-Sozialpädagogin, Shiatsutherapeutin, Heilpraktikerin, hauptamtliche Mitarbeiterin des Familienzentrums
Steffen, Gretel	Gartenbauhelferin
Stelz, Ute	Dipl.-Sozialpädagogin
Thiele, Sieglinde	Dipl.-Sozialpädagogin, Erzieherin
Tiedemann, Johanna	Chemielaborantin, Erzieherin
Trenzen, Inge	Kinderkrankenschwester
Udluft, Ramona	Dipl.-Sozialpädagogin
Vöpel, Nadin	Dipl.-Oecotrophologin
Vogt, Patricia	Ernährungsberaterin
Wallrabenstein, Trudi	Erzieherin, PEKiP-Gruppenleiterin
Wehinger, Constance	Dipl.-Sozialpädagogin, Dipl.-Religionspädagogin

Weimar, Sieglinde	Dipl.-Sozialpädagogin
Wieler-Prittowitz, Ellen	Tanztherapeutin
Wilhelm, Dr. Nicole	Molekularbiologin, autorisierte Gordon-Familien-trainerin, zertifizierte familiylab-Seminarleiterin
Zoch, Eberhard	Dipl.-Forstwirt, Fortbildung in Wald- und Erlebnispädagogik
Zucca, Carolin	Dipl.-Sozialpädagogin, Systemische Beraterin
Zucca, Martin	Student, Weiterbildung in Säuglings- und Kleinkinderschwimmen i.A.
Zeuch, Martin	Dipl.-Biologe



# Stichwortverzeichnis

- A**  
Achtsamkeit 145  
Action Painting  
– Vater + Kind 95  
Anmeldung 198  
Aqua-Gymnastik  
für Schwangere 27  
Aufbauqualifizierung 170 ff.  
Außenstellen 4, 196 ff.  
Ayurveda 110
- B**  
Babymassage 41 – 42  
Babyschlaf 140, 8  
Babyschwimmen 40  
Babyschwimmen für Väter 88  
Baby-Shiatsu 42  
Babysitterkurse 21  
Babysittervermittlung 11  
Baby-Still-Treffs 39  
Babysprache 17  
Babysprechstunde 9  
Baby-Treffs 39  
Backen 115  
Backen mit Papa 92  
Bauernhof 84  
Beckenbodengymnastik 136  
Behinderte 56  
Behinderte Kinder 56  
Beratungsangebote 8 – 10  
Bewegung in der  
Tagespflege 174  
Bewegung mit Kindern 46, 90,  
151  
Bewegung  
für Erwachsene 133  
Bewegung  
für Schwangere 26 ff.  
Bienenhotel  
Bildung 159  
Bildungs- und  
Lerngeschichten 174  
Bündnis für Familie 186
- C**  
Confiserie 115 – 117
- D**  
Das 1. Lebensjahr 37 ff.  
Drinnen und Draußen 61 – 62  
Drunter und Drüber für  
Väter und Kinder 90
- E**  
Eingewöhnung 141
- Seite  
Eltern werden 16 ff.  
Eltern-Kind-Gruppen 56 ff.  
Eltern-Kind-Treffs 55  
Elternkurse 143 ff.  
Elternzeit 8  
Elterngeld 8  
Entdecker 63  
Elternvorbereitung 16  
Entspannung 127 ff.  
Entwicklungsverzögerte  
Kinder 56  
Ernährung 102 ff.  
Ernährung in der  
Schwangerschaft 8  
Erweiterte  
Grundqualifizierung 167 ff.  
Erziehung 139  
Experimentieren 96  
Experimentieren für Väter  
und Kinder 95
- F**  
familylab 145  
Farbe, Papier & Co. 67  
Feldenkrais und  
Rückbildung 35  
Ferienangebote 12, 78 – 80  
Feuerexperimente –  
Vater + Kind 96  
Filzen 71 – 72  
Fisch 105  
Fortbildungen 149 ff.  
Fremdsprachige Eltern-  
Kind Gruppen 66  
Frühgeborene 38
- G**  
Geburtsvorbereitung 23  
Gemeinsam 56  
Geschwister 20  
Gesunde Ernährung 110, 180  
Gesundheit 101  
Gordon-Familientraining 145  
Grundqualifizierung 160 ff.
- H**  
Hochsensibel 143, 144, 179  
Holz bauen und reparieren 99  
Hotline 8
- I**  
Infomappe 162, 166, 179  
Inhaltsverzeichnis 1  
Integrative Eltern-Kind-  
Gruppe 56  
Internationale Küche 118 ff.
- Internetadresse 4
- J**  
Jahreszeiten erleben und  
gestalten für Kinder 64 – 65
- K**  
Kaiserschnitt 8, 36  
Kanutour – Vater + Kind 96  
Kinder wollen hören,  
sehen, fühlen 46 ff.  
Kindergarteneinsteig 141  
Kinderbetreuung 11, 200  
Kinderernährung 102  
Kinderschlaf 140  
Kleine Entdecker 63  
Klettern Vater + Kind 97  
Kochen für Väter  
und Kinder 87 ff.  
Kochkurse 102 ff.  
Kochtreff für Menschen  
mit Behinderung 114  
Kochtreff für  
Senioren 114  
Kommunikation an der  
Tagespflege 173  
Kommunikation mit  
dem Baby 17  
Konfliktlösung 157  
Kräuterwanderung 81  
Krankenkassen-  
bezuschung 200  
Kreatives Gestalten  
mit Kindern 69 ff.
- M**  
Malen und Gestalten 76 – 77  
Massage 127, 128  
Massage für Babys 41 – 42  
Mitarbeiterinnen 6, 7, 188 ff.  
Morgenkreis 175  
Mutterschutz 8  
Muttertag 74
- N**  
Natur von Anfang an 176  
Naturerfahrung 61 – 63, 81 ff.,  
91  
Naturerfahrung – Väter  
und Kinder 91 ff.
- O**  
Offene Eltern-Kind-  
Angebote 55  
Ökologie 81 ff.  
Osterbäckerei Vater + Kind 92

**P**

Paarbeziehung 145  
 Paarkurse 145  
 Papa und Kind 87 ff.  
 PEKiP 43 – 45  
 Pfannenkuchen Vater  
 + Kind 98  
 Pflegende Angehörige 148  
 Pizza Vater + Kind 91  
 Polnisch/Deutsche Eltern  
 Kind-Gruppe 66  
 Portfolioarbeit 170  
 Power-Yoga 136  
 Pränataldiagnostik 8  
 Praxisreflexion 182

**Q**

Qualifizierung für  
 Tagespflegepersonen 159 ff.

**R**

Rückbildung – Feldenkrais 35  
 Rückbildungs-Yoga 32  
 Rückbildungsgymnastik 31 ff.  
 Rund um die Geburt 15 ff.  
 Ruthsenbach 92

**S**

Säuglingsernährung 102  
 Säuglingspflege 15, 16  
 SAFE® 19  
 Schatzsuche 93  
 Schule 141  
 Schwangerschaft 8, 13  
 Schwangerschafts-  
 gymnastik 26  
 Schwangerschaftshotline 8  
 Schwimmen für  
 Schwangere 26  
 Senioren 114, 131  
 Shiatsu für Babys 42  
 Shiatsu für Schwangere 29  
 Shiatsu für Väter und Babys 89  
 Sozialkompetenztraining  
 für Kinder 142  
 Speckstein 75  
 Spielen auf Polnisch 66  
 Sprache 66, 172  
 Sprachförderung/  
 entwicklung 172  
 Starke Eltern – Starke  
 Kinder® 147  
 Stillen 8, 9  
 Stillen und Beruf 8, 9  
 Streuobstwiesen 85 – 86  
 Stressbewältigung 171  
 Survival-Tag – Vater + Kind 97  
 Sushi 118

**T**

T'AI CHI und Qi Gong 137  
 Tageseltern  
 Qualifizierung 159 ff.  
 Tageskinder stärken 177  
 Teilnahmebedingungen 198  
 Thaiküche 120  
 Thematische  
 Elternabende 53 – 54  
 Thematische Gruppen 61 ff.  
 Töpfern 72 – 74  
 Traditionelle Chinesische  
 Medizin (TCM) 112, 113  
 Tragehilfen/Tragetuch 16, 30  
 Trauma 36, 181  
 Trennung/Scheidung 10  
 Trennungs- und Scheidungs-  
 familien/Tagespflege 181  
 Trotz 142  
 Trüffel 115

**V**

Vater-Kind-Treff 90  
 Väter und Kinder 87 ff.  
 Väter und Kinder  
 in der Natur 91 ff.  
 Verhaltensauffälligkeiten in der  
 Tagespflege 178  
 Vorbereitung auf das  
 Baby 15 ff.

**W**

Wassergymnastik 133  
 Winteraustreibung 65  
 Wirbelsäulengymnastik 134 ff.  
 Wok 121, 125

**Y**

Yoga 129 ff.  
 Yoga mit Baby 34  
 Yoga für Kinder und  
 Jugendliche 132  
 Yoga für  
 Schwangere 28  
 Yoga-Rückbildung 32

**Z**

Zartbesaitet 143 – 144  
 Zweisprachige  
 Eltern-Kind-Gruppe 66  
 Zweisprachigkeit 66, 172



# Stadtteilübersicht

## Programmangebote in:

### Arheilgen

---

103-03/04A1	Schwangerschaftsgymnastik
105-20/22-A1	Rückbildungsgymnastik und Babymassage
202-02-A1	Offener Baby-Treff
204-04-A1	PEKiP
301-02-A2	Offener Eltern-Kind-Treff
303-01/02-A1	Eltern-Kind-Gruppen
304-05-A1	Die kleinen Entdecker auf Tour
304-11/12-A1	Farbe, Papier & Co.
501-08-A1	Vater-Kind-Treff
611-13-16-A1	T'AI CHI
701-04-A1	Sozialkompetenztraining für Kinder von 8 – 11 Jahren

### Wixhausen

---

202-05-W1	Offener Baby-Treff
301-06/07-W1	Offener Eltern-Kind-Treff
302-07/08-W1	Eltern-Kind-Gruppen
303-05/06-W1	Eltern-Kind-Gruppen
403-01/02-W1	Specksteinwerkstatt im Garten
609-08-11-W1	Yoga
611-03-08-W1	Wirbelsäulengymnastik

## Eberstadt

---

102-01-03-E1	Geburtsvorbereitung
102-04/05-E1	Geburtsvorbereitung am Wochenende ...
105-06-08-E1	Rückbildungsgymnastik
105-21-E1	Rückbildung und Babymassage
202-04-E2	Offener Baby-Treff
204-01/02/05-E1	PEKiP
301-03/04-E1	Offener Eltern-Kind-Treff
303-05/06-E1	Eltern-Kind-Gruppen
304-08-E1	Winteraustreibung - Wir erleben und feiern den Frühling
701-04-E1	Starke Eltern – Starke Kinder



## Kranichstein

---

202-03-K1	Offener Baby-Treff
301-05-K1	Offener Eltern-Kind-Treff
303-03/04-K1	Eltern-Kind-Gruppen
304-03-K1	Drinnen und Draußen im Winter
304-04-K1	Drinnen und Draußen im Frühling
403-05/06-K1	Wenn Musik in der Luft liegt
90-10/20-K1	Was tun bei Kindeswohlgefährdung
902-04-K1	Wie Elterngespräche gut gelingen können
903-07-K1	Bildungs- und Lerngeschichten in der Kindertagespflege
903-14-K1	So bin ich Tagesmutter/Tagesvater
901-08/13-K1	Den Grundstein legen von Anfang an – Gespräche führen in der Tagespflege
801-03-K2	Wahrnehmungsverarbeitung

# Teilnahmebedingungen

## Anmeldung:

---

Eine Anmeldung zu den Kursen ist nur schriftlich möglich, Anmeldeformulare finden Sie im Anhang dieses Heftes. Weitere Formulare erhalten Sie im Anmeldebüro. **Sie erhalten keine Anmeldebestätigung!** Findet ein Kurs nicht statt, erfolgt eine Absage in der Regel 10 Tage vor Kursbeginn.

**Zu Ihrer Information:** Bei Anmeldung per FAX oder E-Mail kommt es gelegentlich zu Übermittlungsfehlern. Wir empfehlen Ihnen deshalb, telefonisch nachzufragen, ob Ihre Anmeldung angekommen ist.

## Kursgebührenzahlung

---

Bitte tragen Sie die Gebühr in voller Höhe in das Anmeldeformular ein. Die Kursgebühr enthält eine Verwaltungskostenpauschale in Höhe von 1,50 pro Kurs (nicht ermäßigungsfähig) für das Programm, Ummeldung, Teilnahmebescheinigung etc.. Die Materialumlage ist ebenfalls nicht ermäßigungsfähig.

Die Gebührenzahlung erfolgt durch eine einmalige Einzugsermächtigung oder durch Bareinzahlung.

## Mindestteilnehmerzahl:

---

Die angegebenen Kursgebühren sind in der Regel für eine Gruppengröße von mindestens 10 Personen berechnet. Kurse mit geringerer Teilnehmerzahl können nur mit erhöhter Gebühr durchgeführt werden.

## Kurswechsel:

---

Der Wechsel in einen anderen Kurs ist nur nach Rücksprache mit dem Anmeldebüro möglich.



### Abmeldung:

---

Eine Abmeldung von Kursen ist nur in schriftlicher Form möglich und muss spätestens bis zum 10. Wochentag vor Beginn des Kurses in der Verwaltung des Familienzentrums vorliegen. Bei einer späteren Abmeldung werden grundsätzlich 100 % des Kursentgeltes fällig. Dies entfällt, wenn ein(e) Ersatzteilnehmer(in) gefunden werden kann.

### Nichtteilnahme:

---

Sollten Sie einen Kurs, zu dem Sie sich angemeldet haben nicht besuchen, müssen wir Ihnen in diesem Fall die volle Kursgebühr in Zahlung stellen. Eine Teiltrückerstattung für versäumte Termine ist grundsätzlich nicht möglich.

Lediglich in folgenden Ausnahmefällen ist eine Teiltrückerstattung möglich:

- Teilnehmerinnen von Schwangerschaftskursen nach Vorlage eines ärztlichen Attestes.
- Teilnehmerinnen und Teilnehmern, denen aus nachweislichen Gründen (Krankheit/Wohnortwechsel) eine weitere Teilnahme in der ersten Hälfte des Kurses nicht möglich ist.

Es wird eine Bearbeitungsgebühr von 25 % des Kursentgeltes fällig.

### Gebührenermäßigungen sind möglich für **Darmstädter Bürgerinnen und Bürger:**

---

1. Wer den Bezug von Arbeitslosengeld I nach dem Sozialgesetzbuch III, eine Schwerbehinderung oder den Bezug von Wohngeld nachweist oder einen Schülerausweis vorlegt, erhält eine Ermäßigung von **50 %** auf die angegebenen Kursgebühren.

Bei Kursen für Kinder/Jugendliche ist die angegebene Kursgebühr bereits ermäßigt.

2. Wer den Bezug von Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch II (Arbeitslosengeld II und Sozialgeld), dem Sozialgesetzbuch XII (Sozialhilfe und Grundsicherung im Alter) oder dem Asylbewerberleistungsgesetz sowie den BAföG-Bezug nachweist erhält eine Kursgebührenermäßigung von **75 %**.

3. Wer eine Seniorencard A vorlegt erhält eine Ermäßigung von **25 %** und auf die Seniorencard S eine Ermäßigung von **50 %**.

Die Verwaltungsgebühren, die erhoben werden, sind nicht ermäßigungsfähig.

**Die aktuellen Nachweise sind mit der Anmeldung in der Verwaltung vorzulegen.**

#### **Krankenkassen:**

---

**(K)** Die Gebühren für **Kurse**, die **mit einem (K)** gekennzeichnet sind, werden auf Antrag von einzelnen Krankenkassen teilweise oder ganz erstattet. Bitte erfragen Sie die Möglichkeiten bei Ihrer Krankenkasse. Auf Wunsch erhalten Sie am Kursende eine Teilnahmebescheinigung.

#### **Kinderbetreuung:**

---

Einige Kurse werden auf Wunsch mit Kinderbetreuung angeboten (siehe Kursaus-schreibung). Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, wenn Kinderbetreuung für 1 bis 6-Jährige gewünscht wird. Zur Kostendeckung wird eine Unkostenpauschale von 2,60 € pro Kind und Kursstunde erhoben.

#### **Haftung:**

---

Die Stadt Darmstadt übernimmt keinerlei Haftung bei Unfall, Diebstahl oder Sach-schaden während der Teilnahme an Kursen.

#### **Datenschutz:**

---

Der Magistrat der Stadt Darmstadt bedient sich zur Erfassung der Teilnehmenden an Kursen zur Entgelterhebung einer automatisierten Datenverarbeitung. Dazu werden Name, Vorname, Anschrift, Kursnummer, Semester, Kurstitel und Kursent-gelt, im Falle des Entgelteinzugs die Bankverbindung sowie die Angabe männlich/weiblich in einer Teilnehmerdatei gespeichert.



**Impressum:**

Herausgeber:  
Magistrat der Wissenschaftsstadt Darmstadt  
Jugendamt  
Familienzentrum  
Frankfurter Straße 71  
64293 Darmstadt

Redaktion:  
Mitarbeiterinnen des Familienzentrums

Textverarbeitung:  
Ursula van der Meulen

Gesamtherstellung:  
typographics GmbH, Darmstadt



## Familienzentrum/-Familienbildung

Jugendamt  
Frankfurter Str. 71, 64293 Darmstadt  
Tel.: 06151-132509 / FAX: 132815  
E-Mail: [fbs@darmstadt.de](mailto:fbs@darmstadt.de)  
[www.familienzentrum-darmstadt.de](http://www.familienzentrum-darmstadt.de)

## EINZUGSERMÄCHTIGUNG

Ich ermächtige zum einmaligen Einzug  
der Gebühr mittels Lastschrift vom

Konto Nr.: \_\_\_\_\_

Kontoinhaber \_\_\_\_\_

Bankinstitut \_\_\_\_\_

BLZ: \_\_\_\_\_

**Bei Anspruch auf Ermäßigung lege ich den  
aktuellen Nachweis bei.**

**Barzahlung ist nur gleichzeitig mit der  
Anmeldung möglich.**

**Sie erhalten KEINE Anmeldebestätigung**

# ANMELDUNG

Kurs-Nr.: \_\_\_\_\_

Titel: \_\_\_\_\_

Kursbeginn: \_\_\_\_\_

Gebühr: € \_\_\_\_\_

Die Gebühr enthält eine Verwaltungs-  
pauschale von 1,50 €, die nicht  
abzugsfähig ist.

Anzahl der angemeldeten Personen

Erwachsene  Kinder

Name des Kindes(r) Geburtsdatum

voraussichtlicher Geburtstermin  
(betr. Angebote für Schwangere)

Name des(r) teilnehmenden Partners(-in)

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ/Wohnort \_\_\_\_\_

Telefon (privat) (beruf.) \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

**Mit meiner Unterschrift erkenne ich die  
Teilnahmebedingungen an.**

Datum/Unterschrift  
(Teilnehmer/-in / Kontoinhaber/-in)

**Benachrichtigung nach Paragraph 33, Absatz 1,  
Bundesdatenschutzgesetz vom 20.12.90, BGB 1. IS. 2954.**

Das Bundesdatenschutzgesetz sieht eine Benachrichtigung aller Betroffenen vor, deren personenbezogene Daten erstmals gespeichert werden. Wir geben Ihnen daher folgendes zur Kenntnis:

Die Familien-Bildungsstätte hat im Rahmen der Kursanmeldung über Sie und evtl. über Ihre Kinder die auf der Vorderseite geforderten Daten gespeichert.

## Familienzentrum/-Familienbildung

Jugendamt  
Frankfurter Str. 71, 64293 Darmstadt  
Tel.: 06151-132509 / FAX: 132815  
E-Mail: [fbs@darmstadt.de](mailto:fbs@darmstadt.de)  
[www.familienzentrum-darmstadt.de](http://www.familienzentrum-darmstadt.de)

## EINZUGSERMÄCHTIGUNG

Ich ermächtige zum einmaligen Einzug  
der Gebühr mittels Lastschrift vom

Konto Nr.: \_\_\_\_\_

Kontoinhaber \_\_\_\_\_

Bankinstitut \_\_\_\_\_

BLZ: \_\_\_\_\_

**Bei Anspruch auf Ermäßigung lege ich den  
aktuellen Nachweis bei.**

**Barzahlung ist nur gleichzeitig mit der  
Anmeldung möglich.**

**Sie erhalten KEINE Anmeldebestätigung**

# ANMELDUNG

Kurs-Nr.: \_\_\_\_\_

Titel: \_\_\_\_\_

Kursbeginn: \_\_\_\_\_

Gebühr: € \_\_\_\_\_

Die Gebühr enthält eine Verwaltungs-  
pauschale von 1,50 €, die nicht  
abzugsfähig ist.

Anzahl der angemeldeten Personen

Erwachsene  Kinder

Name des Kindes(r) Geburtsdatum

voraussichtlicher Geburtstermin  
(betr. Angebote für Schwangere)

Name des(r) teilnehmenden Partners(-in)

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ/Wohnort \_\_\_\_\_

Telefon (privat) (beruf.) \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

**Mit meiner Unterschrift erkenne ich die  
Teilnahmebedingungen an.**

Datum/Unterschrift  
(Teilnehmer/-in / Kontoinhaber/-in)

**Benachrichtigung nach Paragraph 33, Absatz 1,  
Bundesdatenschutzgesetz vom 20.12.90, BGB 1. IS. 2954.**

Das Bundesdatenschutzgesetz sieht eine Benachrichtigung aller Betroffenen vor, deren personenbezogene Daten erstmals gespeichert werden. Wir geben Ihnen daher folgendes zur Kenntnis:

Die Familien-Bildungsstätte hat im Rahmen der Kursanmeldung über Sie und evtl. über Ihre Kinder die auf der Vorderseite geforderten Daten gespeichert.

## Familienzentrum/-Familienbildung

Jugendamt  
Frankfurter Str. 71, 64293 Darmstadt  
Tel.: 06151-132509 / FAX: 132815  
E-Mail: [fbs@darmstadt.de](mailto:fbs@darmstadt.de)  
[www.familienzentrum-darmstadt.de](http://www.familienzentrum-darmstadt.de)

## EINZUGSERMÄCHTIGUNG

Ich ermächtige zum einmaligen Einzug  
der Gebühr mittels Lastschrift vom

Konto Nr.: \_\_\_\_\_

Kontoinhaber \_\_\_\_\_

Bankinstitut \_\_\_\_\_

BLZ: \_\_\_\_\_

**Bei Anspruch auf Ermäßigung lege ich den  
aktuellen Nachweis bei.**

**Barzahlung ist nur gleichzeitig mit der  
Anmeldung möglich.**

**Sie erhalten KEINE Anmeldebestätigung**

# ANMELDUNG

Kurs-Nr.: \_\_\_\_\_

Titel: \_\_\_\_\_

Kursbeginn: \_\_\_\_\_

Gebühr: € \_\_\_\_\_

Die Gebühr enthält eine Verwaltungs-  
pauschale von 1,50 €, die nicht  
abzugsfähig ist.

Anzahl der angemeldeten Personen

Erwachsene  Kinder

Name des Kindes(r) Geburtsdatum

voraussichtlicher Geburtstermin  
(betr. Angebote für Schwangere)

Name des(r) teilnehmenden Partners(-in)

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ/Wohnort \_\_\_\_\_

Telefon (privat) (beruf.) \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

**Mit meiner Unterschrift erkenne ich die  
Teilnahmebedingungen an.**

Datum/Unterschrift  
(Teilnehmer/-in / Kontoinhaber/-in)

**Benachrichtigung nach Paragraph 33, Absatz 1,  
Bundesdatenschutzgesetz vom 20.12.90, BGB 1. IS. 2954.**

Das Bundesdatenschutzgesetz sieht eine Benachrichtigung aller Betroffenen vor, deren personenbezogene Daten erstmals gespeichert werden. Wir geben Ihnen daher folgendes zur Kenntnis:

Die Familien-Bildungsstätte hat im Rahmen der Kursanmeldung über Sie und evtl. über Ihre Kinder die auf der Vorderseite geforderten Daten gespeichert.