



# Familienzentrum

Familienbildung – Erziehungsberatung

Programm

1. Halbjahr 2020

Wissenschaftsstadt  
Darmstadt





# HÖHEN FLUG

sponsored by Merck

Wir mögen's lebendig! Darum freuen wir uns, dass wir so viele tolle Projekte in der Region unterstützen dürfen: in den Bereichen Schulbildung, Sport, Kultur – und Nachbarschaft.

[MERCK.de](https://www.merck.de)

**MERCK**



# Inhaltsverzeichnis

## Wegweiser

---

|                                           |   |
|-------------------------------------------|---|
| Inhaltsverzeichnis . . . . .              | 1 |
| Grußwort . . . . .                        | 3 |
| So finden und erreichen Sie uns . . . . . | 4 |
| Wer wir sind . . . . .                    | 6 |

## Beratung im Familienzentrum

---

|                                                                                                                         |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Netzwerkkoordination Frühe Hilfen . . . . .                                                                             | 8  |
| Kita Einstieg – Brücken bauen in frühe Bildung. . . . .                                                                 | 9  |
| Beratung von Schwangeren und Eltern mit Kindern, Hotline,<br>Beratung nach Kaiserschnitt/traumatischer Geburt . . . . . | 10 |
| Baby- und Kleinkindersprechstunde . . . . .                                                                             | 11 |
| Beratungsangebot im Bereich Erziehungsberatung . . . . .                                                                | 12 |

## Serviceleistungen und besondere Veranstaltungen

---

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| Thema Ihrer Wahl. . . . .       | 13 |
| Babysittervermittlung . . . . . | 13 |
| Ferienakademie. . . . .         | 86 |

## Angebote in den Fachbereichen

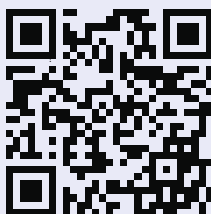
---

|                                                        |     |
|--------------------------------------------------------|-----|
| Rund um die Geburt . . . . .                           | 17  |
| Die ersten Wochen und Monate mit dem Baby . . . . .    | 39  |
| Mit Kindern die Welt entdecken . . . . .               | 65  |
| Väter / Vater-Kind-Angebote. . . . .                   | 89  |
| Gesundheit – Ernährung, Entspannung, Bewegung. . . . . | 95  |
| Pädagogik – Psychologie. . . . .                       | 121 |
| Fortbildung für Fachkräfte. . . . .                    | 135 |
| Qualifizierung für Kindertagespflegepersonen . . . . . | 143 |

## Informationen

---

|                                                 |     |
|-------------------------------------------------|-----|
| Fachausschuss Kinderbetreuung und Familie ..... | 161 |
| In eigener Sache.....                           | 162 |
| Kooperationspartner .....                       | 163 |
| Qualifikationsbeschreibung.....                 | 165 |
| Stadtteilübersicht.....                         | 171 |
| Teilnahmebedingungen.....                       | 173 |
| Stichwortverzeichnis .....                      | 176 |
| Anmeldeformular .....                           | 179 |



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

# Grußwort

**Liebe Darmstädterinnen und Darmstädter, liebe Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer, liebe Interessierte,**



Sie halten das neue Programm für Frühjahr und Sommer 2020 in den Händen, vielleicht werfen Sie auch einen Blick in unser digitales Programm unter [www.familienzentrum-darmstadt.de](http://www.familienzentrum-darmstadt.de). Wir laden Sie ganz herzlich ein, die vielfältigen Angebote aus dem Bereich der Familienbildung zu erkunden und sich über die weiteren Begleitungs- und Beratungsangebote zu informieren.

Die Kurse, offenen Eltern-Kind-Treffs und Themenabende bringen Familien oder Familienmitglieder in ähnlicher Lebensphase und/oder Interessenslage zusammen. Sie ermöglichen den Austausch und geben Anregungen für die Gestaltung des Familien- und Erziehungsalltages. Wir möchten, dass Sie über das gemeinsame Hören, Sehen, Erleben und Entwickeln schöne, anregende Erlebnisse haben und Sie für den Alltag miteinander gestärkt werden.

Bei speziellen Fragen und Themen können Sie die individuelle Beratung nutzen. Die Hotline ist eingerichtet, damit Sie in der Schwangerschaft und in der ersten Zeit mit dem Baby verlässlich und schnell Unterstützung erhalten. Dies gilt auch für die Still-, Baby- und Kleinkindersprechstunde und ebenso für die Erziehungsberatungsstelle. Gesunde Familienbeziehungen und die Bindung zwischen Erwachsenen und Kind stehen dabei im Fokus. Das vorliegende Programm informiert Sie auch über die Bundesinitiative „Frühe Hilfen“, das Bundesprogramm „Kita Einstieg – Brücken bauen in Frühe Bildung“ und die Qualifizierung zur Kindertagespflegeperson.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Wir freuen uns, Sie und Ihre Familie im Familienzentrum begrüßen zu dürfen.

Barbara Akdeniz  
Sozial- und  
Jugenddezernentin

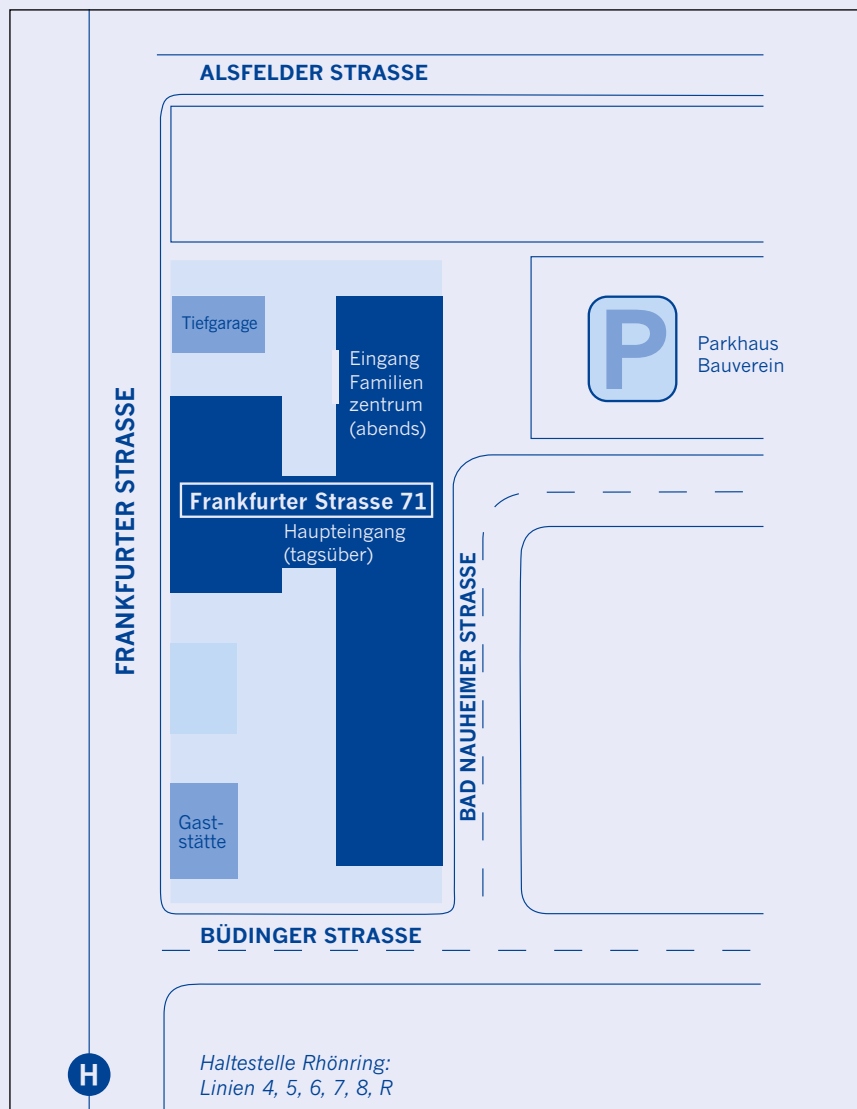
Imke Jung-Kroh  
Leiterin des  
Jugendamtes

Annedore Bauer  
Leiterin des  
Familienzentrums

# So finden Sie uns

Familienzentrum – Bereich Familienbildung, Frankfurter Str. 71

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



# So erreichen Sie uns

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



## Familienzentrum – Bereich Familienbildung Frankfurter Straße 71, 64293 Darmstadt

### Anmeldung Bereich Familienbildung – Elke Redemund

Montag – Freitag 09.00 – 12.00 Uhr

Donnerstag 14.00 – 16.00 Uhr

(in den Schulferien ist die Anmeldung DO-nachmittags geschlossen)

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

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

#### Außenstellen:

**Eberstadt**, Oberstraße 13

Frau Metz, Tel. 13 25 24

**Kranichstein**, Bartningstraße 33

Frau Brenner, Tel. 9 67 15 28

**Arheilgen**, Jakob-Jung-Straße 2

N.N., Tel. 350611

**Wixhausen**, Verdisträße 22

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

#### Sprechzeiten vor Ort:

Mo. 09.00 – 09.30 Uhr

Mi. 09.00 – 09.30 Uhr

Do. 14.00 – 14.30 Uhr

Mo. 09.00 – 09.30 Uhr

## Familienzentrum – Bereich Erziehungsberatung Jakob-Jung-Straße 2, 64291 Darmstadt

### Anmeldung Bereich Erziehungsberatung – Frau Köhler/Frau Hösl

Montag 08.00 – 17.30 Uhr

Dienstag – Donnerstag 08.00 – 16.30 Uhr

Freitag 08.00 – 12.00 Uhr

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

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

# Wer wir sind

Leiterin: **Annedore Bauer**, Dipl.-Sozialarbeiterin      Tel.: 13 32 58  
Stellv. Leiterin: **Yvonne Gaye**, Dipl.-Sozialpäd.      Tel.: 3 50 60

## Bereich Familienbildung:

---

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

**Rita Dippel**, Kinderkrankenschwester      Tel.: 13 32 12  
FB 2: Die ersten Wochen und Monate mit dem Baby  
FB 4: Väter

**Marion Metz**, Dipl.-Sozialarbeiterin      Tel.: 13 30 88  
FB 3: Mit Kindern die Welt entdecken

**Katharina Maiwald**, Dipl.-Ökotrophologin      Tel.: 13 30 31  
FB 5: Gesundheit – Ernährung, Entspannung, Bewegung

**N.N.**      Tel.: 13 28 99  
FB 6: Pädagogik - Psychologie  
FB 7: Fortbildung für Fachkräfte

**Sonja Brenner**, Dipl.-Sozialpäd.      Tel.: 13 40 54  
FB 8: Fortbildung für Tagespflegepersonen

**Judith Staake-Ludwig**, Dipl.-Sozialpäd.      Tel.: 13 32 11  
FB 8: Fortbildung für Tagespflegepersonen

**Elisabeth Maltzahn**      Tel.: 13 38 71  
Soziale Arbeit (B.A.) im Anerkennungsjahr



### Netzwerkkoordination Frühe Hilfen:

---

**Sylke Israel**, Soziale Arbeit (M.A.)  
E-Mail: sylke.israel@darmstadt.de

Telefon: 13 25 23

### Netzwerkkoordination Kita-Einstieg – Brücken bauen in frühe Bildung:

---

**Donata Amara**, Dipl. Sozialpädagogin  
E-Mail: donata.amara@darmstadt.de

Telefon: 35 06 20

### Bereich Erziehungsberatung:

---

Telefon: 3 50 60

**Yvonne Gaye**, Dipl.-Sozialpädagogin  
**Stefan Fray**, Dipl.-Psychologe  
**Johanna Wagner-Volkmann**, Dipl.-Sozialpädagogin

### Mitarbeiterinnen der Verwaltung des Familienzentrums:

---

#### Anmeldung Familienbildung:

**Elke Redemund**  
Telefon: 13 25 09

#### Verwaltung:

**Sandra Müller**  
Telefon: 13 25 45  
**Heike Wehner**  
Telefon: 13 32 56

#### Sekretariat Familienbildung:

**Rosemarie Hösl**  
Telefon: 13 30 30

#### Sekretariat Erziehungsberatung:

**Katja Köhler, R. Hösl**  
Telefon: 3 50 60

# Netzwerkkoordination Frühe Hilfen



In Darmstadt gibt es viele Angebote für Eltern mit ihren Kindern, zum Beispiel sind das:

- Hilfen zu Hause oder bei einer Fachkraft
- Besuche nach der Geburt des Kindes
- Gruppen mit anderen Babys/Kindern

Diese Fachkräfte der Frühen Hilfen helfen Eltern von Babys und Kleinkindern bei Fragen und Problemen. Sie wissen, wo es weitere Hilfen gibt. Alle Fachkräfte, die Kontakt zu Familien ab der Schwangerschaft und mit Kindern bis zum 3. Lebensjahr haben, bilden gemeinsam das **Netzwerk Frühe Hilfen**.

## Haben Sie Fragen?

Mehr Informationen über Frühe Hilfen gibt es für Schwangere, Mütter und Väter bis zum 3. Geburtstag der Kinder.

**Sie können uns anrufen oder eine E-Mail schreiben.**

## Sylke Israel

Telefon: 06151 / 13-25 23

[sylke.israel@darmstadt.de](mailto:sylke.israel@darmstadt.de)

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

# Kita Einstieg – Brücken bauen in frühe Bildung



In Darmstadt möchten wir mit dem Bundesprogramm „Kita Einstieg – Brücken bauen in frühe Bildung“ durch niedrigschwellige Angebote den Zugang zur Kindertagesbetreuung vorbereiten und unterstützend begleiten. In Zusammenarbeit mit unseren Kooperationspartner\*innen und Ankerkitas bieten wir:

- Informationsveranstaltungen
- Offene Eltern-Kind-Gruppen
- Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte

## **Die Angebote sind kostenlos.**

Das **Netzwerk „Kita Einstieg – Brücken bauen in Frühe Bildung“** arbeitet an der Weiterentwicklung von bedarfsgerechten und sozialraumorientierten Angeboten für Familien und Kooperationen.

## **Haben Sie Fragen?**

Auf Wunsch erhalten Eltern mit Kindern von 0-6 Jahren, Einrichtungen und pädagogische Fachkräfte mehr Informationen über „Kita Einstieg – Brücken bauen in Frühe Hilfen“. Bitte erfragen Sie die aktuellen Termine oder besprechen Sie Ihr Fortbildungsinteresse.

**Sie können uns anrufen oder eine E-Mail schreiben.**

## **Donata Amara**

Telefon 06151/350620

[Donata.Amara@darmstadt.de](mailto:Donata.Amara@darmstadt.de)

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

# Unser Service für Sie: Beratung von Schwangeren und Eltern

mit Kindern im Alter von 0 – 3 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 – 11 Uhr** erreichen. Sollte sich während des Telefonats ein umfassender Beratungsbedarf zeigen, vereinbaren wir gerne mit Ihnen ein persönliches Gespräch.

## Beratung nach Kaiserschnitt, schwieriger Entbindung oder Trennung direkt nach der Geburt vom Baby

---

Die „Narben an Körper und Seele“ müssen verarbeitet werden. Hierzu haben Sie in einer individuellen Beratung Gelegenheit. Sie können sich telefonisch unter der Rufnummer 13 30 30 montags bis freitags von 8.00 – 12.00 Uhr anmelden. Falls Sie außerhalb dieser Zeiten anrufen, können Sie auch eine Nachricht auf den Anrufbeantworter sprechen.

## Geburtsvorbereitung für Paare in besonderen Lebenssituationen

---

Rufnummer 13 30 32 und Seite 26

## Stillsprechstunde

---

Sie haben Fragen oder Probleme beim Stillen, z.B. bei Themen wie: Stillrhythmus, Brustentzündung, Zufüttern, Abstillen oder bei Ihrem ganz individuellen Problemen, dann sind Sie in unsere Stillsprechstunde willkommen.

**Jeden 2. Montag im Monat von 10 – 11:30 Uhr.**

Nähere Informationen finden Sie im Fachbereich 2 auf Seite 51.

## Baby- und Kleinkindersprechstunde

### 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?
- Wie begleiten wir die Entwicklungsschritte unseres Kindes gut?
- Erziehungsziele und Erziehungsstil, wie kann das gut gelingen?
- ... und Ihr individuelles Anliegen?

Die Beratung ist auch nach der Marte-Meo-Methode videogestützt möglich. Wir sind ein multiprofessionelles Team aus den Bereichen Psychologie, Sozialarbeit, Sozialpädagogik, Oecotrophologie und Kinderkrankenpflege. Alle Mitarbeiterinnen/Mitarbeiter 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 – 12 Uhr** für ein persönliches Beratungsgespräch bei uns anmelden.



# Beratungsangebot im Bereich Erziehungsberatung

## Jakob-Jung-Straße 2

Unser Beratungsangebot richtet sich an alle **Darmstädter Bürgerinnen und Bürger** mit Kindern bis zum 21. 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 Eltern, Alleinerziehenden, Stieffamilien, Patchworkfamilien und Regenbogenfamilien
- 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                   | 8:00 bis 17:30 Uhr |
| dienstags bis donnerstags | 8:00 bis 16:30 Uhr |
| und freitags              | 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.

# Unser Service für Sie: 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:

- Bildung
- Erziehungsirrtümer
- Kinderängste
- Rituale – Regeln – Grenzen
- Rund um das Thema Geschwister
- Kinder ermutigen – Selbstvertrauen stärken
- Umgang mit aggressivem Verhalten bei Kindern
- Wertevermittlung heute
- ...und vieles mehr...

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 / Frau Gaye Tel.: 13 32 58.

## 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.



# „Sprich mit mir!“

Moderne Medien sind attraktiv.  
 Persönliche Gespräche sind attraktiver.  
 Und wichtig: Für Ihr Kind, für Sie  
 und für Ihre gemeinsame Beziehung.



# „Sprich mit mir!“

Moderne Medien sind attraktiv.  
Persönliche Gespräche sind attraktiver.  
Und wichtig: Für Ihr Kind, für Sie  
und für Ihre gemeinsame Beziehung.



# „Sprich mit mir!“

Moderne Medien sind attraktiv.  
 Persönliche Gespräche sind attraktiver.  
 Und wichtig: Für Ihr Kind, für Sie  
 und für Ihre gemeinsame Beziehung.

# Rund um die Geburt

**Fachbereichsleiterin:**

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

**E-Mail: [Monika.Kanzler-Sackreuther@darmstadt.de](mailto:Monika.Kanzler-Sackreuther@darmstadt.de)**

**Anmeldungen bitte an: [fbs@darmstadt.de](mailto:fbs@darmstadt.de)**



---

|                          |       |    |
|--------------------------|-------|----|
| <b>Beratungsangebote</b> | Seite | 10 |
|--------------------------|-------|----|

---

## **Vorbereitung auf das Baby**

|                                |       |    |
|--------------------------------|-------|----|
| Säuglingspflege                | Seite | 18 |
| Vorbereitung auf das Enkelkind | Seite | 19 |
| Elternvorbereitung             | Seite | 20 |
| Geschwistervorbereitung        | Seite | 21 |

---

## **Schwangerschaft und Vorbereitung auf die Geburt**

|                                 |       |    |
|---------------------------------|-------|----|
| Themenabende                    | Seite | 22 |
| Geburtsvorbereitung             | Seite | 23 |
| Schwangerentreff                | Seite | 23 |
| Bewegung in der Schwangerschaft | Seite | 27 |

---

## **Die ersten Wochen nach der Entbindung**

|                                     |       |    |
|-------------------------------------|-------|----|
| Rückbildung mit und ohne Baby       | Seite | 31 |
| Rückbildungsyoga mit und ohne Baby  | Seite | 32 |
| Rückbildungsgymnastik – Babymassage | Seite | 36 |
| ...wenn die Geburt schwierig war    | Seite | 37 |
| Babysitterkurse                     | Seite | 45 |

---

## VORBEREITUNG AUF DAS BABY

### **Die ersten Wochen mit dem Baby Säuglingspflege und Entwicklung**

---

Das Baby mit einer angemessenen Pflege gut zu versorgen, die Signale des Babys erkennen und eine gute Bindung zu dem Baby aufzubauen, das sind die Schwerpunkte des Kurses. Die Themen der Säuglingspflege umfassen Körperpflege des Säuglings, Handling, Babys Schlaf, mit dem Baby unterwegs und nützliche Anschaffungen. Das Handling, Wickeln und Baden wird mit Säuglingspflegepuppen geübt.

Kursleitung: Melanie Rziha / Isabelle Koch

#### **101-01-F1**

25.01.2020  
Samstag, 1x  
09:30 – 14.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr: 19,00 €  
Paare: 27,75 €

Bitte denken Sie  
an Verpflegung

### **Die ersten Wochen mit dem Baby Säuglingspflege und Entwicklung**

---

Kursleitung: Melanie Rziha / Yvonne Gaye

#### **101-02-F1**

07.03.2020  
siehe oben

### **Die ersten Wochen mit dem Baby Säuglingspflege und Entwicklung**

---

Kursleitung: Heide Reitz / Monika Kanzler-Sackreuther

#### **101-03-F1**

18.04.2020  
siehe oben

### **Die ersten Wochen mit dem Baby Säuglingspflege und Entwicklung**

---

Kursleitung: Esther Querbach / Isabelle Koch

#### **101-04-F1**

27.06.2020  
sieh oben



## Stoffwindel-Workshop

Stoffwindeln von heute – einfach, saugstark und schick. Dieser Workshop hilft Ihnen den Stoffwindel-Dschungel zu durchqueren. Sie lernen verschiedene Stoffwindeln, Materialien und sinnvolles Zubehör kennen und können sich am Stoffwindeln wickeln an Wickeldummys probieren. Wir besprechen aufkommende Fragen insbesondere:

- Wie viele Windeln werden benötigt?
- Was kosten Stoffwindeln?
- Wie aufwendig ist das Waschen?

Eigene Stoffwindeln können gern mitgebracht und soweit die Zeit es zulässt, Probleme besprochen werden.

Kursleitung: Sawa Nordt

### 101-05-F1

19.02.2020  
Mittwoch, 1x  
10.00 – 12.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Vielzweckraum  
Gebühr: 8,50 €  
Paare: 12,00 €

### 101-06-F1

29.04.2020  
Mittwoch, 1x  
siehe oben

### 101-07-F1

24.06.2020  
Mittwoch, 1x  
siehe oben

## Vorbereitung auf das Enkelkind

Omas und Opas spielen eine große Rolle für das Enkelkind, aber wie diese Rolle ausfüllen und eine gute Beziehung aufbauen? In diesem Kurs erhalten Sie Ideen zur Beschäftigung mit dem Baby sowie Informationen über den aktuellen Stand der Säuglingspflege, Ernährung und Säuglingsforschung.

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther

### 101-08-F1

13.02.  
20.02.2020  
donnerstags, 2x  
18.00 – 20.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr: 15,50 €  
Paare: 22,50 €

### 101-09-F1

07.05.  
14.05.2020  
donnerstags, 2x  
18.00 – 20.00 Uhr  
Raum 0.04  
Frankfurter Str. 71  
siehe oben

## **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: Sawa Nordt

### **101-10-F1**

21.02.2020  
Freitag, 1x  
09.30 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr: 8,50 €  
Paare: 12,00 €

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

24.04.2020  
siehe oben

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

19.06.2020  
siehe oben

## **Das Baby 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: Monika Kanzler-Sackreuther

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

17.03.2020  
Dienstag, 1x  
19.00 – 21.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.08  
Gebühr: 8,50 €  
Paare: 12,00 €

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

22.06.2020  
siehe oben



## **Willkommen Baby – Elternglück – Babyglück (Die Zeit des Wochenbetts)**

Ein Baby stellt das Leben seiner Eltern auf den Kopf: Das Leben zu dritt muss organisiert werden, Haushalt, Arbeit, das Baby, die neue Rolle als Eltern und dann noch die Partnerschaft. Das alles ist ein ziemlicher Balanceakt. Doch es ist möglich schon vor der Geburt Stolperfallen aus dem Weg zu räumen. Mit etwas Vorbereitung und guten Tipps können Sie so manche Überraschung entspannt angehen.

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther

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

03.03.2020  
10.03.2020  
dienstags, 2x  
19:00 – 21.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr: 15,50 €  
Paare: 22,50 €

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

12.05.2020  
19.05.2020  
siehe oben

## **Unsere Familie wächst... - Geschwistervorbereitung -**

Vorbereitung auf die Zeit mit dem Geschwisterchen, ein Kurs für Eltern und Kinder. Nach einem gemeinsamen Willkommen teilt sich die Gruppe in Kinder und Eltern. Während die Kinder sich der Säuglingspflege annähern, erfahren die Eltern, wie sie die Entwicklung einer positiven Geschwisterbeziehung unterstützen können. In der Gruppe der Kinder können jüngere Kinder durch einen Elternteil begleitet werden.

Kursleitung:  
Monika Kanzler-Sackreuther / Anja Mayer

*In Kooperation mit dem Mutter-Kind-Zentrum des  
Klinikums Darmstadt*

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

25.01.2020  
Samstag, 1x  
15.30 – 17.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr:  
1 Elternteil mit Kind  
9,70 €  
2. Elternteil zahlt  
5,20 €

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

28.03.2020  
Samstag, 1x  
10.00 – 12.00 Uhr  
siehe oben

### **101-19-F1**

20.06.2020  
Samstag, 1x  
10.00 – 12.00  
siehe oben

# SCHWANGERSCHAFT UND VORBEREITUNG AUF DIE GEBURT

*Einige Kurse werden von den Krankenkassen bezuschusst.*

## **Themenabende für Schwangere in der Frankfurter Str. 71**

Die Themen sind einzeln buchbar!

Gebühr  
jeweils: 8,50 €  
Paare: 12,00 €

### **Vorbereiten auf das Stillen – Was macht einen Sinn?**

Wie kann ein guter Stillstart gelingen? Ideen werden an diesem Abend vorgestellt sowie vieles Wissenswerte über das Stillen.

Kursleitung: Petra Siebert

#### **102-01-F1**

26.02.2020  
Mittwoch,  
17.00 Uhr  
Vielzweckraum

#### **102-02-F1**

29.04.2020  
siehe oben

#### **102-03-F1**

17.06.2020  
siehe oben

### **Der Dschungel der Formalitäten**

Mutterschutz, Elternzeit, Elterngeld, Kindergeld, Sorgerecht, Krankenkasse...

Dieser Abend gibt eine Orientierung über die Formalitäten rund um die Geburt.

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther

#### **102-04-F1**

22.01.2020  
Mittwoch,  
20.00 Uhr  
Raum: 0.04

#### **102-05-F1**

18.03.2020  
siehe oben

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

06.05.2020  
siehe oben

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

15.07.2020  
siehe oben

### **Ein Abend für den werdenden Papa**

Schwangerschaft, Geburt, die Freude auf das Baby... Aufgaben und Rolle des werdenden Papas.

Kursleitung: Christoh Lippok

#### **102-08-F1**

13.02.2020  
Donnerstag, 1x  
19.30 Uhr  
Raum 0.04

#### **102-09-F1**

14.05.2020  
siehe oben



## Bald zu viert – 8 Strategien der Eifersucht

Eifersucht – davor haben wohl alle Eltern Sorge, die Ihr zweites Kind erwarten. Eifersucht – was ist das eigentlich? Wie zeigt sie sich und wie als Eltern reagieren.

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther

### 102-10-F1

10.02.2020  
20.00 Uhr  
Montag, 1x  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04

### 102-11-F1

18.05.2020  
siehe oben

## Bauchgeflüster – Treffen für Schwangere

Die Schwangerschaft stellt das Leben ziemlich auf den Kopf. Der Treff bietet die Möglichkeit andere Schwangere kennenzulernen und sich auszutauschen.

Kursleitung:  
Monika Kanzler-Sackreuther und Team

### 102-12-F1

15.01., 29.01.,  
12.02., 26.02.,  
11.03., 25.03.,  
08.04., 22.04.,  
06.05., 20.05.,  
03.06., 17.06.,  
01.07., 15.07.2020  
immer mittwochs  
alle 14 Tage von  
10.30 – 12.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.01  
Gebühr: 5,25 € pro  
Treffen  
1,50 € Verwaltungs-  
pauschale/Quartal

## Ganzheitliche Geburtsvorbereitung® am Wochenende

Dieser kompakte Geburtsvorbereitungskurs richtet sich an Paare, die das erste Kind erwarten. Wesentliche Elemente sind Informationen rund um die Geburt, Körper- und Atemübungen und der Austausch untereinander. Intensiv wird auf die Rolle des Vaters während der Geburt eingegangen. Der Ausblick auf die erste Zeit mit dem Baby spielt ebenso eine Rolle wie die Veränderung von der Zweisamkeit zur Dreisamkeit.

Kursleitung: Lena Etzel / Christoph Lippok

### 102-13-F1

Fr., 07.02.2020  
18.00 – 21.00 Uhr  
Sa., 08.02.2020  
09.00 – 15.00 Uhr  
plus Nachtreffen  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr: 37,20 €  
Paare: 55,05 €

### 102-14-F1

Fr., 27.03.2020  
18.00 – 21.00 Uhr  
Sa., 28.03.2019  
09.00 – 15.00 Uhr  
siehe oben

### 102-15-F1

Fr., 19.06.2020  
18.00 – 21.00 Uhr  
Sa., 20.06.2020  
09.00 – 15.00 Uhr  
siehe oben

**Ganzheitliche Geburtsvorbereitung® für Frauen  
und Paare, die ihr erstes Kind erwarten  
- Abendkurs -**

---

In diesem Kurs werden wir uns gemeinsam auf die Geburt des Babys vorbereiten! Wir sprechen darüber, wie sich der Körper auf die Geburt vorbereitet und woran man merkt, dass es jetzt „richtig“ losgeht. Wir beschäftigen uns mit den verschiedenen Phasen der Geburt, probieren Atem- und Entspannungsübungen aus, diskutieren Wege der Schmerzlinderung und tauschen Ideen aus, wie eine mögliche Unterstützung durch die Begleitperson aussehen kann. Es wird außerdem genug Raum geben für mögliche Hoffnungen und Ängste rund um den Geburtsverlauf. Schließlich werden wir auch über das Stillen und das Wochenbett sprechen, sowie die Veränderung von der Zwei- zur Dreisamkeit.

An einem Termin wird der Väterbegleiter Christoph Lippok für eine separate Gesprächsstunde für die Partner mit dabei sein.

Kursleitung: Anna-Katharina Klein

**102-16-F1**

26.02.2020 -  
08.04.2020  
mittwochs, 7x  
plus Nachtreffen  
19.00 – 21.00  
Frankfurter Str. 71  
Raum: 0.03  
Gebühr: 57,50 €  
Paare: 85,50 €

**102-17-F1**

Mi., 06.05.2020-  
17.06.2020  
siehe oben

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

Dieser Kurs richtet sich an Frauen und 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
- Atmung, Gebärhaltung und Geburtsphasen
- Die ersten Wochen mit den Kindern

Kursleitung:

Monika Kanzler-Sackreuther / Christoph Lippok

Bei Bedarf ist Kinderbetreuung möglich.

Zur Kostendeckung wird eine Unkostenpauschale von 2,60 € pro Kind und Kursstunde erhoben. Wenn gewünscht, bitte bei Anmeldung angeben.

### 102-18-F1

Sa., 07.03.2020  
14.30 – 18.30 Uhr  
So, 08.03.2020  
15.00 – 18.00 Uhr

plus Nachtreffen  
Frankfurter Str.71  
Bewegungsraum  
Gebühr: 27,70 €  
Paare: 40,80 €

### 102-19-F1

Sa., 16.05.2020  
14.30 – 18.30 Uhr  
So, 17.05.2020  
15.00 – 18.00 Uhr  
siehe oben





# GEBURTSHILFE

www.die-geburtsklinik.de

## Informationsabend

Jeden dritten Montag im Monat  
18:00 und 19:30 Uhr

- **Unsere Beleghebammen** betreuen Sie zu Hause und im ALICE-HOSPITAL
- **Unsere Gynäkologen** versorgen Sie ambulant und stationär
- **Die Kinderärzte** der Kinderkliniken stehen für den Notfall bereit



AliceGute!

TELEFON  
06151 4020

IHR HEISSE  
DRAHT ZU  
UNSEREM HAUS

## **Birth preparation course on a weekend**

---

In this compact course you will be equipped with basic information about birth: We talk about each phase of birth, go through breathing and relaxation exercises, discuss ways of pain relief and exchange ideas for possible support by the partners/birth companions. There will also be room for sharing your hopes or fears, so you can prepare for your birth in a confident way. Finally, we will talk about nursing and the first time at home with your baby. Of course partners/birth companions are welcome!

Courseleader: Anna-Katharina Klein

*Some health insurances subsidise course costs.*

### **102-20-F1**

Sa., 21.03.2020  
10.00 – 17.00 Uhr  
So, 22.03.2020  
10.00 – 17.00 Uhr  
jeweils 1 Std. Mittagspause  
plus Nachtreffen  
Frankfurter Str.71  
Raum: 0.03  
Gebühr: 50,50 €  
Paare: 75,00 €

### **102-21-F1**

Sa., 09.05.2020  
10.00 – 17.00 Uhr  
So, 10.05.2020  
10.00 – 17.00 Uhr  
jeweils 1 Std.  
Mittagspause  
siehe oben

## **Ganzheitliche Geburtsvorbereitung® für Paare in besonderen Lebenssituationen**

---

Der Kurs bietet die Möglichkeit, sich einzeln auf die Geburt vorzubereiten, z.B. nach einer schwierigen ersten Entbindung, dem Tod des Babys, einer körperlichen oder psychischen Beeinträchtigung.

Nähere Informationen und Absprachen können Sie vorab mit Frau Monika Kanzler-Sackreuther, Telefon: 06151/13-3032, besprechen.

### **102-22-F1**

Termine und Länge  
des Kurses nach  
Absprache



## BEWEGUNG IN DER SCHWANGERSCHAFT

*Einige Kurse werden von den Krankenkassen bezuschusst.*

### Fit mit Babybauch

---

Ein ganzheitliches Fitnessstraining, bei dem die Kombination von Ausdauer, Muskeltraining und Entspannung auf die Schwangerschaft abgestimmt ist. Das Übungsprogramm trägt dazu bei, trotz der enormen Belastung der Schwangerschaft, diese Zeit aktiv zu gestalten, beweglich zu bleiben und positiv zu erleben.

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther

Der Einstieg in den Kurs ist auch nach Beginn in Absprache mit der Anmeldung,  
Telefon: 06151/13-2509, möglich.

#### 103-01-A1

14.01. – 25.02.2020  
dienstags, 7x  
19.15 – 20.15 Uhr  
Arheilgen  
Jakob-Jung-Str. 2  
Bewegungsraum  
Gebühr: 26,00 €

#### 103-02-A1

24.03. – 05.05.2020  
siehe oben

#### 103-03-A1

09.06. – 21.07.2020  
siehe oben

### Happy Bauch

---

Der Müdigkeit und den Rückenschmerzen mit Bewegung begegnen. Fit durch die Schwangerschaft. Eine Mischung aus Ausdauer, Kräftigung, Stretching und Entspannung steigert das persönliche Wohlbefinden und fördert die Beweglichkeit. Dem Baby kommt es auch zugute.  
Happy Mama – Happy Baby!

Kursleitung: Mareike Heymanns

#### 103-04-A1

27.01. – 16.03.2020  
montags, 8x  
19.30 – 20.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr: 29,50 €

#### 103-05-A1

30.03. –  
25.05.2020  
siehe oben

#### 103-06-A1

08.06. –  
27.07.2020  
siehe oben

#### Bitte mitbringen:

Wasserflasche,  
Handtuch

## **MumToBe – Fitness Outdoor Training für Schwangere**

---

Für alle, die auch in der Schwangerschaft auf ein Fitnesstraining nicht verzichten möchten und ihre Körperwahrnehmungen in Vorbereitung auf die Geburt verbessern wollen. Wir erhalten und trainieren die Ausdauer durch Walking-Einheiten im wunderschönen, vielseitigen Park Rosenhöhe ergänzt von Übungen zur Stabilisation und Kräftigung. Wir arbeiten mit Bändern und Kleinhanteln und nutzen bei passender Witterung auch mal die Wiese für Übungen zur Körperwahrnehmung und Kräftigung.

Das Training ist auf die veränderten Anforderungen des Körpers in der Schwangerschaft abgestimmt und kann zusätzlich jeweils individuell angepasst werden. Der Kurs findet wetterunabhängig statt!

Bitte an stabile Sportschuhe und Sportkleidung, Regen- oder Sonnenschutz und ggf. eine Matte/ Picknickdecke denken.

Kursleitung: Michaela Schmidt-Eppinger

Ein Einstieg in den Kurs ist auch nach Beginn in Absprache mit der Anmeldung, Telefon 06151/13-2509, möglich.

### **103-08-N1**

03.03. –  
31.03.2020  
dienstags, 5x  
10.45 – 11.45 Uhr  
Treffpunkt:  
Löwentor/Parkplatz  
Rosenhöhe  
Gebühr: 19,00 €

### **103-09-N1**

21.04. –  
19.05.2020  
siehe oben



## Aqua-Gymnastik für Schwangere

---

Dieses Angebot wird erst wieder im 2. Halbjahr angeboten

**104-01-F1**

und

**104-02-F1**

## 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.

Kursleitung: Gloria Bartusch

Der Einstieg in den Kurs ist nach Absprache mit der Anmeldung, Telefon: 06151/13-2509, möglich.

**104-03-F1**

28.01. –  
31.01.2020  
(nicht am 25.2.20)  
dienstags, 9x  
18.00 – 19.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr: 48,75 €

**104-04-F1**

05.05. –  
30.06.2020  
siehe oben

**Bitte mitbringen:**

bequeme Kleidung  
und Socken

## Yoga für Schwangere

---

Mutter zu werden ist ein großes Abenteuer im Leben. Die Schwangerschaft bringt dabei enorme körperliche und emotionale Veränderungen mit sich. Yoga-Techniken beim Atmen, Bewegen und Entspannen sind in dieser Zeit eine große Hilfe. Sie unterstützen die Beweglichkeit und das Wohlbefinden in der Schwangerschaft und sind eine gute Vorbereitung für die Geburt.

Kursleitung: Solène Juillet

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

08.01. –  
19.02.2020  
mittwochs, 7x  
18.00 – 19.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr: 26,00 €

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

11.03 –  
22.04.2020  
siehe oben

### **104-07-F1**

13.05. –  
24.06.2020  
siehe oben

### **Bitte mitbringen:**

bequeme Kleidung  
und Socken



## DIE ERSTEN WOCHEN NACH DER ENTBINDUNG

*Einige Kurse werden von den Krankenkassen bezuschusst.*

### RÜCKBILDUNG – ABENDKURSE

#### Rückbildungsgymnastik

---

Neben sanften Übungen für den Beckenboden, Bauch und Rücken werden Atem- und Entspannungsübungen angeboten. So kann Energie getankt und das Wohlbefinden gefördert werden. Zudem gibt es die Möglichkeit des Austauschs über Themen rund um die neue Situation als Mutter.

Kursleitung: Maren Risch

#### 105-01-F1

15.01. –  
04.03.2020  
mittwochs, 8x  
18.30 – 19.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.03  
Gebühr: 29,50 €

#### 105-02-F1

12.02. –  
01.04.2020  
mittwochs, 8x  
19.30 – 20.30 Uhr  
siehe oben

#### 105-03-F1

11.03. –  
29.04.2020  
mittwochs, 8x  
18.30 – 19.30 Uhr  
siehe oben

#### Rückbildungsgymnastik – Teil 2

---

Dieser Kurs richtet sich an Frauen mit abgeschlossener Rückbildung, die gerne weiter sportlich aktiv sein wollen. Mit intensiven Übungen für die gesamte Muskulatur (unter spezieller Berücksichtigung für Beckenboden, Bauch und Rücken) gewinnen Sie mehr Körperkraft und ein positives Wohlbefinden.

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther

#### 105-04-A1

14.01. –  
25.02.2020  
dienstags, 7x  
20.30 – 21.30 Uhr  
Arheilgen,  
Jakob-Jung-Str. 2  
Bewegungsraum  
Gebühr: 26,00 €

#### 105-05-A1

24.03.  
05.05.2020  
siehe oben

#### 105-06-A1

09.06. –  
21.07.2020  
siehe oben

## **Rückbildungsyoga**

---

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

### **105-07-F1**

28.01. –  
31.03.2020  
(nicht am 25.02.20)  
dienstags, 9x  
19.45 – 21.15 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr: 48,75 €

### **105-08-F1**

05.05. – 30.06.2020  
siehe oben

## **Yoga nach der Geburt**

---

Die Zeit nach der Geburt ist eine große Herausforderung für den Körper. Dazu kommen einseitige Belastungen durch das Tragen und Stillen des Babys. Yoga hilft die Muskulatur, auch im Beckenbereich, sanft aufzubauen und so den Körper wieder in Form zu bringen. Yoga wirkt beruhigend und hilft die Balance im Alltag zu bewahren.

Kursleitung: Solène Juillet

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

08.01. –  
19.02.2020  
mittwochs, 7x  
19.15 – 20.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr: 38,25 €

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

11.03. –  
22.04.2020  
siehe oben

### **105-11-F1**

13.05. –  
24.06.2020  
siehe oben



### **...und dann blieb die Wiege leer Rückbildung nach dem Verlust des Baby's**

---

Für Frauen, deren Kind in der Schwangerschaft, unter der Geburt oder in der Zeit danach verstorben ist. Gymnastik, Körperwahrnehmung und Zeit für Gespräche und Austausch.

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther

#### **105-12-A1**

04.02. –  
25.02.2020  
dienstags, 4x  
17.30 – 19.00 Uhr  
Arheilgen,  
Jakob-Jung-Str. 2  
Bewegungsraum  
Gebühr: 22,50 €

#### **105-13-A1**

14.04. –  
05.05.2020  
Siehe oben

#### **105-14-A1**

16.06. -  
07.07.2020  
siehe oben

### **Trauer um den Verlust des Baby's**

---

Warum wir? Wie den Verlust des Babys aushalten, wie ohne das Baby weiterleben? Aus dem Kurs „und dann bleibt die Wiege leer, Rückbildung nach dem Verlust des Babys“ ist eine Gesprächsgruppe entstanden.

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther

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

Gebühr:  
7,00 € pro Treffen  
1,50 € Verwaltungs-  
pauschale/Quartal

Nähere Informationen und persönliche Anliegen zum Gesprächskreis, sowie Termine können Sie mit Frau Monika Kanzler-Sackreuther,  
Telefon: 06151/13-3032, besprechen.

# RÜCKBILDUNG MIT BABYS

*Einige Kurse werden von den Krankenkassen bezuschusst.*

## Rückbildung mit Baby

---

Durch gut abgestimmte Übungen für die Zeit nach der Geburt werden Beckenboden, Bauch- und Rückenmuskulatur gestärkt und die eigene Körperwahrnehmung geschult. Außerdem ist Zeit für Informationen und Tipps rund um den Alltag mit dem Baby.

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, ein Handtuch und eine Decke für das Baby mitbringen.

Kursleitung: Maren Risch

### 105-16-A1

16.01. –  
05.03.2020  
donnerstags, 8x  
10.00 – 11.30 Uhr  
Arheilgen,  
Jakob-Jung-Str. 2  
Bewegungsraum  
Gebühr: 43,50 €

### 105-17-A1

06.02. – 26.03.2020  
donnerstags, 8x  
11.30 – 13.00 Uhr  
siehe oben

## Rückbildung mit Baby

---

Durch gut abgestimmte Übungen für die Zeit nach der Geburt werden Beckenboden, Bauch- und Rückenmuskulatur gestärkt und die eigene Körperwahrnehmung geschult. Außerdem ist Zeit für Informationen und Tipps rund um den Alltag mit dem Baby.

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, ein Handtuch und eine Decke für das Baby.

Kursleitung: Michèle Andres

### 105-18-W1

14.02. – 03.04.2020  
freitags, 8x  
09.15 – 10.45 Uhr  
Wixhausen,  
Verdistr. 22  
Vielzweckraum  
Gebühr: 43,50 €

### 105-19-W1

08.05. –  
26.06.2020  
donnerstags, 8x  
siehe oben

## **Rückbildungsgymnastik mit Baby – Ein Kurs für Mamas und Baby**

---

Neben dem Rückbildungstraining (u. a. Beckenboden und Bauchmuskulatur) stehen die allgemeine Fitness sowie Tipps für einen schonenden Bewegungsalltag mit dem Baby im Mittelpunkt. Gemeinsame Übungen erleichtern auch das Trainieren zu Hause. Es gibt außerdem Zeit und Raum für Gespräche und Fragen rund um Themen wie

- Veränderungen des Körpers nach der Geburt und in der Stillzeit.
- Zeit für sich und Partner/in finden und nutzen
- praktische Tipps für kreative (Bewegungs)-Spiele im ersten Lebensjahr
- richtiges, physiologisches Tragen/geeignete Tragehilfen
- Entspannung für Mutter und Kind
- Tipps rund um den Alltag mit dem Baby und dessen Entwicklung

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, ein Handtuch und eine Decke für das Baby.

Kursleitung: Michaela Schmidt-Eppinger

### **105-20-F1**

29.01. –  
18.03.2020  
mittwochs, 8x  
09.00 – 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum: 0.03  
Gebühr: 43,50 €

### **105-21-F1**

22.04. –  
24.06.2020  
mittwochs, 10x  
09.00 – 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.03  
Gebühr: 54,00 €



## Rückbildungsyoga mit Baby

---

Durch sanfte Yoga-Übungen den Körper spüren und aufbauen, die Beckenboden- und Bauchmuskulatur kräftigen, den Rücken und die Wirbelsäule stärken, die Körpermitte finden. Bewusst ein- und ausatmen, zur Ruhe kommen, loslassen und sich entspannen, Zeit für sich haben, sich wohlfühlen, gut zu sich sein, das tut auch dem Baby gut. Zeit für wohlthuende Gespräche, Informationen, Erfahrungsaustausch.

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, ein Handtuch und eine Decke für das Baby.

Kursleitung: Myriam Buekens-Gonschorek

### 105-22-F1

10.01. –  
07.02.2020  
freitags, 5x  
10.00 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr: 27,75 €

### 105-23-F1

06.03. –  
03.04.2020  
freitags, 5x  
siehe oben

### 105-24-F1

29.05. –  
10.07.2020  
freitags, 6x  
Gebühr: 33,00 €  
siehe oben

## 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 mitbringen:** Handtuch, Pflanzenöl und eine Decke.

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther / Heide Reitz

### 105-25-A1

02.02. –  
01.03.2020  
sonntags, 5x  
10.00 – 11.30 Uhr  
Arheilgen,  
Jakob-Jung-Str. 2  
Gebühr: 43,50 €

### 105-26-A1

30.06. –  
28.07.2020  
dienstags, 5x  
17.30 – 19.00 Uhr  
Arheilgen, Jakob-  
Jung-Str. 2  
Bewegungsraum  
Gebühr: 43,50 €

*Auch Geschwisterkinder sind willkommen.*

*Bitte bei der Anmeldung angeben!*

## ...,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).

...Ein holpriger Start? An diesem Abend können Sie das Erlebte ordnen, den Gründen auf die Spur gehen und sich mit anderen betroffenen Frauen austauschen.

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther

### 105-27-A1

05.02.2020

08.04.2020

10.06.2020

Termine sind auch  
einzeln buchbar  
mittwochs, 3x  
20.00 – 22.00 Uhr  
Arheilgen,  
Jakob-Jung-Str. 2  
Eltern-Kind-Raum  
Gebühr:  
8,50 € /Treffen



## BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES

**Hotline**

**Seite 10**

**Babysprechstunde**

**Seite 11**

**Beratung nach Kaiserschnitt/  
traumatische Geburt**

**Seite 10**

**Babysitterkurse**

**Seite 45**

## BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES

**Unser Tipp:**

## **Ein Kursangebot des Familienzentrums als Geschenk!**

**Für werdende Eltern, befreundete Familien oder den Ehepartner – gerne auch als gemeinsame Erlebniszeit – haben Sie auch die Möglichkeit, unsere Kurse und Veranstaltungen in Form eines Geschenk-Gutscheins weiter zu verschenken.**



Wenn Sie Fragen haben, beraten wir Sie gerne. Telefon: 06151 / 13-2509.

# Die ersten Wochen und Monate mit dem Baby

Fachbereichsleiterin:

Rita Dippel, Tel.: 13 32 12

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

Anmeldungen bitte an: [fbs@darmstadt.de](mailto:fbs@darmstadt.de)



|   |                                    |       |    |
|---|------------------------------------|-------|----|
| • | Tragetuchkurse                     | Seite | 40 |
| • | Bewegung mit Baby                  | Seite | 42 |
| • | Erste Hilfe für Baby und Kind      | Seite | 45 |
| • | Babymassage/Shiatsu                | Seite | 51 |
| • | Baby-Schwimmen                     | Seite | 55 |
| • | PEKIP                              | Seite | 57 |
| • | Kinder wollen hören, sehen, fühlen | Seite | 60 |
| • | Elternabende                       | Seite | 86 |
| • | Väter                              | Seite | 87 |
| • | Babysitterkurse                    | Seite | 45 |
| • |                                    |       |    |

Ein Kind wird geboren und im Leben der Eltern verändert sich Entscheidendes. Es treten ungeahnte Fragen auf, neue Kontakte werden gesucht und ein zufriedenes Miteinander zwischen Vater, Mutter und Baby muss erst noch entstehen. Die Signale des Babys wahrzunehmen, zu deuten und angemessen darauf reagieren, 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 und andere Bezugspersonen aller Nationen sind uns herzlich willkommen. Ebenso entwicklungsverzögerte Kinder und Eltern und Kinder mit besonderen Bedarfen.

### **Tragetuchkurs für Bauchbindeweisen**

---

In diesem Kurs dreht sich alles darum, das Baby im Tragetuch vorn auf dem Bauch zu tragen. Es werden klassische Bindeweisen wie die Wickelkreuztrage und das Känguru vorgestellt und je nach Wunsch eingeübt. Für diesen Kurs wird keine Bindeerfahrung benötigt und das Baby sollte ca. 0-6 Monate alt sein.

Zum Üben steht eine Tragepuppe zur Verfügung und auf Wunsch auch Tragetücher (falls benötigt, senden Sie uns bitte eine E-Mail an [fbs@darmstadt.de](mailto:fbs@darmstadt.de)). Eigene Tragetücher, gewebt oder elastisch, können gerne zum Kurs mitgebracht werden.

Kursleitung: Sawa Nordt

#### **106-01-F1**

07.02.2020  
Freitag, 1x  
09.30 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr: 8,50 €  
Paare: 12,00 €

#### **106-02-F1**

27.03.2020  
Freitag, 1x  
09.30 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr: 8,50 €  
Paare: 12,00 €

#### **106-03-F1**

15.05.2020  
Freitag, 1x  
09.30 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr: 8,50 €  
Paare: 12,00 €



## Tragetuchkurs für Rückenbindeweisen

In diesem Kurs lernen Sie, wie das Kind sicher auf dem Rücken gebunden wird. Sie beschäftigen sich damit, wie Sie das Kind sicher auf den Rücken bekommen und üben den einfachen Rucksack. Je nach Wunsch können weitere Bindeweisen für das Rückentragen vorgestellt und eingeübt werden. Für diesen Kurs werden keine Bindeerfahrungen benötigt und das Kind kann zwischen 0-3 Jahre alt sein. Zum Üben steht eine Tragepuppe zur Verfügung und auf Wunsch Tragetücher (falls benötigt, senden Sie uns bitte eine E-Mail an [fbs@darmstadt.de](mailto:fbs@darmstadt.de)). Eigene gewebte Tragetücher können gerne mitgebracht werden.

Kursleitung: Sawa Nordt

### 106-04-F1

06.03.2020  
Freitag, 1x  
09.30 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr: 8,50 €  
Paare: 12,00 €

### 106-05-F1

05.06.2020  
Freitag, 1x  
09.30 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr: 8,50 €  
Paare: 12,00 €

## Tragehilfen – Sprechstunde

Es gibt Hilfe zum Handling und Einstellungsmöglichkeiten für die eigene Tragehilfe mit dem Ziel, den Tragekomfort zu optimieren und das Kind optimal zu stützen. Egal ob Neugeborenes oder Kleinkind, egal ob Bauch- oder Rückentrageweise, es gibt Unterstützung für ein bequemes und sicheres Tragen. Abgerundet wird das Ganze mit allgemeinen Tipps zum Thema Tragen von Babys und Kleinkindern.

Kursleitung: Sawa Nordt

### 106-06-F1

13.03.2020  
Freitag, 1x  
09.30 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum: 0.04  
Gebühr: 8,50 €  
Paare: 12,00 €

### 106-07-F1

08.05.2020  
Freitag, 1x  
09.30 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr: 8,50 €  
Paare: 12,00 €

## **Wohlfühlen für Eltern und Baby**

Gemeinsam mit dem Baby genießen wir die Zeit beim Tanzen, sich Entspannen und zu einander finden. Die Übungen und die Musik (von Kinderliedern, Klassik, Latein, Pop bis Jazz und leichter Trommelmusik) unterstützen das Spüren-Fühlen-Wahrnehmen und stärken die Bindung zum Baby (und zum Partner). Entspannungsübungen und Phantasiereisen beruhigen die Großen als auch die Kleinen, geben Kraft und lassen die Seele zur Ruhe kommen. Ein perfekter Start ins Wochenende!

Kursleitung: Rasa Beinoraviciute

### **106-08-F1**

01.02.2020 –  
07.03.2020  
samstags, 6x  
10.00 – 12.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr:  
Erw. + Baby:  
38,70 €  
Partner:  
18,60 €

### **Bitte mitbringen:**

Eigene Trage

## **Workshop: Tragen & Tanzen & Schlafen**

Gemeinsam mit den Babys widmen wir uns den Themen Tragen, Schlafen und genießen das Tanzen. Hierbei sind Mamas und Papas angesprochen! Während der Trage(tuch-)Tanz-Einheiten werden Elemente des freien Tanzes mit verschiedenen Schrittfolgen aus Jazz, Hip-Hop, Line Dance, Salsa etc. kombiniert, die leicht erlernbar sind. Die Bewegung zur Musik und die körperliche Nähe wirkt auf das Baby beruhigend. Sie werden im Kurs eine Möglichkeit kennenlernen, wie das Baby leicht in den Schlaf getanzt werden kann! Tänzerische Einheiten und Info-Einheiten bzw. Austauschmöglichkeiten zum Tragen und Schlafen stehen im fließenden Wechsel. Wie wirkt sich das Tragen auf den (Nacht-)Schlaf aus? Diese und weitere Fragen werden im Workshop aufgegriffen und thematisiert.

### **106-09-F1**

01.02.2020  
Samstag, 1x  
10.00 – 14.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr:  
Erw. + Baby:  
15,50 €  
Partner:  
10,40 €

### **106-10-F1**

22.03.2020  
Sonntag, 1x  
siehe oben

### **106-11-F1**

27.06.2020  
Samstag, 1x  
siehe oben

**Bitte falls vorhanden, die eigene Tragehilfe mitbringen. Auf Wunsch kann eine Tragehilfe zur Verfügung gestellt werden.**

Kursleitung: Marina Stuckert / Saskia Beran

## Bauch-Beutel-Po

---

Nach der Schwangerschaft den Körper wieder in Form bringen. Bauch, Beine, Po, Beckenboden und Rücken stärken. Die Rückbildung weiter vorantreiben. Dein Baby kann sich während des Trainings in der Tragehilfe an Dich schmiegen oder Dir von der Matte aus beim Schwitzen zugucken.

**Bitte mitbringen:** Wasserflasche, Handtuch, Sporttaugliche Babytrage, Utensilien fürs Baby

Kursleitung: Mareike Heymanns

### 106-12-F1

11.02. – 31.03.2020  
dienstags, 8x  
10.00 – 11.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Vielzweckraum  
Gebühr: 29,50 €

### 106-13-F1

10.03. – 28.04.2020  
dienstags, 8x  
11.15 – 12.15 Uhr  
siehe oben

### 106-14-F1

21.04. – 9.06.2020  
dienstags, 8x  
10.00 – 11.00 Uhr  
siehe oben

### 106-15-F1

26.05.-14.07.2020  
dienstags, 8x  
11.15 – 12.15 Uhr  
siehe oben



## **„mama-outdoor-fitness“ – Training mit dem Baby Kurse im Park Rosenhöhe und in Darmstadt Eberstadt**

---

Ein Outdoor-Workout mit Baby-mit Kinderwagen und/oder Tragehilfe. Im vielfältigen Gelände des Parks Rosenhöhe bzw. auf den Eberstädter Streuobstwiesen und im angrenzenden Wald wechseln sich Ausdauertraining, „Bauch-Beine-Po“, Rückentraining und Kräftigung des Beckenbodens ab. Je nach Witterung stehen Übungen - auch zusammen mit dem Baby - auf der Wiese auf dem Programm.

Die Teilnahme sollte frühestens 10 Wochen nach der Geburt beginnen. Der Kurs findet wetterunabhängig statt!

Bitte an stabile Sportschuhe und Sportkleidung, Regen- oder Sonnenschutz und eine Matte oder Picknickdecke denken.

Kursleitung: Michaela Schmidt-Eppinger

Ein Einstieg in den Kurs ist auch nach Beginn in Absprache mit der Anmeldung,  
Telefon: 06151/13 25 09, möglich

### **106-16-N1**

28.01. – 24.03.2020  
(kein Kurs am  
25.02.2020)  
dienstags, 8x  
09.00 – 10.30 Uhr  
Treffpunkt:  
Park Rosenhöhe,  
Eingang Löwentor  
Gebühr: 43,50 €

### **106-17-N1**

21.04. – 23.06.2020  
dienstags, 10x  
09.00 – 10.30 Uhr  
Gebühr: 54,00 €  
siehe oben

### **106-18-E1**

30.01. – 19.03.2020  
donnerstags, 8x  
09.15 – 11.15 Uhr  
Treffpunkt: Eber-  
stadt, Kita,  
Thomasstraße  
Gebühr: 57,50 €

### **106-19-E1**

23.04. -  
25.06.2020  
donnerstags, 8x  
siehe oben



## 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 Not-situationen, 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 Teilnehmenden werden am Ende des Kurses mit einem Babysitterdiplom ausgezeichnet. Zusätzlich erhalten sie die Möglichkeit, in die Babysitterkartei des Familienzentrums aufgenommen zu werden.

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther / Heide Reitz  
*In Kooperation mit dem Deutschen Kinderschutzbund  
Darmstadt e.V.*

### 106-20-F1

16.04. – 17.04.2020  
Do./Fr. 2x  
09.30 – 13.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr: 19,00 €

### 106-21-F1

09.07. – 10.07.2020  
Do./Fr. 2x  
09.30 – 13.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr: 19,00 €

## Erste Hilfe für Baby und Kind

Großeltern sind willkommen. Der letzte Erste-Hilfe-Kurs ist schon eine Weile her und Sie möchten genaueres über Notfälle im Kindesalter wissen, um bei Bedarf adäquat reagieren zu können. In diesem Kurs wird die Unfallvermeidung im Kindesalter einen wichtigen Teil einnehmen und Ihr Wissen über verschiedene Unfallarten aufgefrischt und erweitert sowie lebensrettende Maßnahmen an Puppen geübt. Auf Wunsch können Sie gegen eine Gebühr ein Handout erhalten.

**Kinder können aus organisatorischen Gründen nicht mitgebracht werden.**

Kursleitung: Sabine Lindau

### 201-01-F1

20.03.2020  
Freitag, 1x  
17.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.03  
Gebühr: 31,50 €

### 201-02-F1

20.06.2020  
Samstag, 1x  
11.00 – 15.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.03  
Gebühr: 31,50 €

### Bitte mitbringen:

Bei Bedarf Getränk  
und Snack

## **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.

**Eine Vorabanmeldung ist erforderlich.**

Kursleitung: Rita Dippel

### **201-03-F1**

Momentan findet der Treff 1 x im Monat mit Kindern statt. Nähere Informationen und persönliche Anliegen zum Gesprächskreis sowie Termine können Sie vorab mit der Kursleiterin, Frau Rita Dippel, unter Telefonnummer: 06151-13 32 12 besprechen.

Gebühr:  
5,20 € pro Person  
+1,50 € Verwaltungspauschale pro Quartal

## OFFENE TREFFS



### Offener Treff / Endlich ist unser Baby da

---

Für Mütter und Väter mit ihren Babys  
von **0 - 6 Monaten**

Im Dschungel der Gefühle, Glück, Freude, Unsicherheit, Ängste etc. möchten wir Sie in der Anfangszeit Ihrer neuen Lebensphase begleiten. Wir möchten Ihnen, in einem geschützten Rahmen mit anderen Eltern und ihren Babys, einen Austausch unter Begleitung einer Kinderkrankenschwester ermöglichen.

Themen und Fragen könnten zum Beispiel sein:

- Der neue Alltag
- Was braucht mein Baby – was brauche ich als Mutter oder Vater?
- Die Signale des Babys erkennen, deuten und angemessen darauf reagieren
- Achterbahn der Gefühle
- Beruhigungsmethoden für mein Baby
- Verwöhnen – Erziehen
- Stillen – Ernährung
- Schreien – Schlafen
- Wie gelingt eine gute Bindung von Anfang an?
- Und Ihre ganz persönlichen Themen und Fragen

#### 202-01-F1

Ab 15.01.2020  
mittwochs fortlaufend außer in den Schulferien  
09.30 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Eine Vorab-anmeldung ist nicht erforderlich

Dieses Angebot findet in Kooperation mit dem Darmstädter Modell „Kinder schützen, Familien fördern“ statt und ist gebührenfrei

Wir freuen uns auf Sie!

Kursleitung: Rita Dippel

## 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 / Flaschennahrung / Beikost
- Fragen rund ums Baby und vieles mehr..

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

**Eine Voranmeldung ist nicht erforderlich.**

### **Durchgehendes Angebot – auch in den Schulferien Frankfurter Str. 71**

montags, 9.30 – 11.30 Uhr, Raum 0.03

Kursleitung: Heide Reitz

**202-02-F1**

ab 13.01.2020

### **Fortlaufende Angebote – mit Ausnahme der Schulferien Eberstadt, Oberstr. 13**

mittwochs, 9.30 – 11.30 Uhr

Kursleitung: Corinne Striebel

**202-03-E1**

ab 15.01.2020

### **Wixhausen, Verdistr. 22**

dienstags, 9.30 – 11.30 Uhr

Kursleitung: Gabi Gebler

**202-04-W1**

ab 14.01.2020

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

freitags, 09.30 – 11.30 Uhr

Kursleitung: Doris Brand

**202-05-A1**

ab 17.01.2020

## Offener „Mehrlings-Treff“

---

Für Mütter und Väter mit ihren Babys bis **14 Monate**

Dieses Angebot richtet sich an Eltern von Zwillingen oder Drillingen. Hier besteht die Möglichkeit sich mit anderen „Mehrlingseltern“ auszutauschen und unter fachlicher Anleitung über die vielfältigen Herausforderungen zu sprechen und gegebenenfalls neue Impulse zu erhalten.

Kursleitung: Andrea Chekabab-Kraft

*Dieses Angebot findet in Kooperation mit dem Darmstädter Modell „Kinder schützen, Familien fördern“ statt und ist gebührenfrei.*

### 202-06-F1

ab 15.01.2020  
mittwochs fortlaufend außer in den Schulferien  
10.45 – 12.15 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.03 /  
Bewegungsraum

**Eine Vorab-  
anmeldung ist  
nicht erforderlich.**



## Offener Treff für Alleinerziehende

---

### Mit Kindern im Alter von **10 Monaten – 3 Jahre**

Dieser offene Treff richtet sich an alleinerziehende Mütter und Väter mit ihren Kindern im Alter von 10 Monaten bis 3 Jahren und findet jeden ersten Sonntag im Monat unter fachlicher Anleitung statt.

Für die Kinder gestalten wir einen Raum der ihre Spiel- und Bewegungsfreude anregt, so dass neue Sinneseindrücke, Spaß bei gemeinsamen Spielen, Entdecken und Erkunden, möglich werden können.

Lassen Sie sich als Mutter oder Vater von der „Spielfreude“ Ihrer Kinder anstecken und begleiten Sie aktiv und auch passiv die Entwicklungsschritte Ihrer Kinder. Weiterhin haben Sie die Möglichkeit, sich über die alltäglichen Herausforderungen auszutauschen, wie zum Beispiel:

- Mein Alltag mit Baby und Kleinkind
- Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- Eltern sein – jedoch kein Liebespaar
- Übungen für Selbstfürsorge und Stressreduktion

Kursleitung: Nadine Weber

### 202-07-F1

Ab 05.01.2020  
jeden 1. Sonntag  
im Monat,  
02.02., 01.03.,  
05.04., 03.05.,  
07.06.2020,  
10.00-11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06

Auf der Basis von  
Spendenmitteln  
kann das Angebot  
in diesem Halbjahr  
kostenfrei stattfinden.

## 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.

Kursleitung: Heide Reitz

### 203-01-F1

06.02. –  
05.03.2020  
donnerstags, 5x  
09.00 – 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr:  
Erw.: 21,60 €  
Kind: 9,40 €

### Bitte mitbringen:

Handtuch, Decke  
und Pflanzenöl



## STILLSPRECHSTUNDE | STILLSPRECHSTUNDE | STILLSPRECHSTUNDE

Sie haben Fragen oder Probleme beim Stillen, z.B. bei Themen wie: Stillrhythmus, Brustentzündung, Zufüttern, Abstillen oder bei Ihrem ganz individuellem Problem, dann sind Sie in unserer Stillsprechstunde willkommen. Das Angebot ist kostenfrei!

Jeden 2. Montag im Monat von 10.00 - 11.30 Uhr

Frankfurter Str. 71, Raum 0.04

Termine: 13.01.20, 10.02.20, 09.03.20, 20.04.20, 11.05.20, 08.06.20

Kursleitung: Andrea Chekabab-Kraft, Stillberaterin

## STILLSPRECHSTUNDE | STILLSPRECHSTUNDE | STILLSPRECHSTUNDE

## **Sanfte Hände – Massage für Babys**

Für Babys ab **8 Wochen**.

Kursleitung: Claudia Schildt

**203-02-E1**

29.04. –  
03.06.2020  
nicht am 06.05.20  
mittwochs, 5x  
10.00 – 11.30 Uhr  
Eberstadt,  
Oberstr. 13  
Raum 07  
Gebühr:  
Erw.: 21,60 €  
Kind: 9,40 €

## **Sanfte Hände – Massage für Babys**

Für Babys ab **8 Wochen**.

Kursleitung: Heide Reitz

**203-03-F1**

25.06. –  
23.07.2020  
donnerstags, 5x  
10.45 – 12.15 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr:  
Erw.: 21,60 €  
Kind: 9,40 €

**BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES**

**Hotline**

**Seite 10**

**Stillsprechstunde**

**Seite 51**

**Babysprechstunde**

**Seite 11**

**Babysittervermittlung**

**Seite 13**

**Gesprächskreis für Eltern von Frühgeborenen**

**Seite 46**

**BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES**

## SHIATSU - mit Baby

Für Babys von **2 - 8 Monate**.

Vielen Eltern ist es ein Bedürfnis, Ihr Baby von Beginn an in seiner Entwicklung zu begleiten und zu unterstützen.

Berührung ist dabei ganz wichtig und grundlegend.

Babys mögen ein gezieltes Drücken meist sehr gerne, denn das ist ihnen noch aus der Zeit in Mamas Bauch ganz vertraut. Die Berührungen im Shiatsu werden Ihrem Baby helfen, seine Grenzen wahrzunehmen und sich auch außerhalb des Bauches wohl zu fühlen. Sie unterstützen Ihr Baby darin, seine Lebenskraft gesund und harmonisch zu entfalten.

In dem Kurs erlernen Sie einfache Griffe und Berührungen, die später mühelos in den Alltag integriert werden können. Zudem werden Ihnen gezielte Griffe gezeigt, die Ihrem Baby helfen, besser zu schlafen, zur Ruhe zu kommen und Linderung bei typischen Beschwerden wie Bauchweh und Zahnweh helfen.

Kursleitung: Judith Staake-Ludwig

### 203-04-F1

11.03. –  
01.04.2020  
mittwochs, 4x  
14.00 – 15.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr:  
Erw.: 21,60 €  
Kind: 9,40 €

### 203-05-F1

11.03. –  
01.04.2020  
mittwochs, 4x  
15.30 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr:  
Erw.: 21,60 €  
Kind: 9,40 €

### Bitte mitbringen:

Eine Kuscheldecke  
für das Baby



## **Bewegungsspiele**

---

### **Für Babys von 3 – 5 Monate**

In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf der Unterstützung der natürlichen Bewegungs-entwicklung des Kindes. Diese soll beobachtet und mit altersgerechten Bewegungsspielen unterstützt werden. Dieser Kurs beinhaltet:

#### **Aktivitäten mit dem Baby**

- Handling (wie kann ich z. B. durch Hochnehmen des Babys die Bewegungsentwicklung unterstützen?)
- Bewegungs- und Berührungsspiele mit Kinderversen und -liedern
- Eine Einheit Baby- und Fußreflexzonenmassage

#### **Freie Bewegungs- und Spielzeiten**

- Eltern haben Zeit ihre Kinder in der Bewegung zu beobachten

#### **Informationen**

- zur Bewegungsentwicklung der Kinder im 1. Lebensjahr vom Liegen zum Stehen
- Zeit für Fragen und Austausch mit den anderen Eltern

Kursleitung: Kathrin Hild

#### **203-06-E1**

17.02. –  
23.03.2020  
montags, 6x  
15.00 – 16.00 Uhr  
Eberstadt,  
Oberstr. 13  
Raum 07  
Gebühr:  
Erw.: 14,10 €  
Kind: 9,00 €

#### **203-07-F1**

28.05. –  
09.07.2020  
donnerstags, 6x  
10.00 – 11.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr:  
Erw.: 14,10 €  
Kind: 9,00 €

#### **203-08-F1**

28.05. –  
09.07.2020  
donnerstags, 6x  
11.15 – 12.15 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr:  
Erw.: 14,10 €  
Kind: 9,00 €

#### **Bitte mitbringen:**

Babydecke

## Baby-Schwimmen im Jugendstilbad

---

Für Mütter oder Väter mit ihren Babys

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.

**Der Kurs ist für ein Elternteil mit einem Baby gedacht.**

Kursleitung: Martin Zucca

**203-09-JB1**

**Für 12 – 18 Monate  
alte Babys**

15.01. –  
04.03.2020  
mittwochs, 8x  
08.00 – 09.00 Uhr  
Gebühr: 108,30 €

**203-10-JB1**

**Für 4 – 12 Monate  
alte Babys**

15.01. –  
04.03.2020  
mittwochs, 8x  
09.00 – 10.00 Uhr  
Jugendstilbad  
Gebühr: 108,30 €



## Baby-Schwimmen im Jugendstilbad

---

Für Mütter oder Väter mit ihren Babys  
von **4 – 12 Monate**

Kursleitung: Sabine Berkner

**203-11-JB1**

16.01. –  
05.03.2020  
donnerstags, 8x  
08.00 – 09.00 Uhr  
Jugendstilbad  
Gebühr: 108,30 €

**203-12-JB1**

16.01. –  
05.03.2020  
donnerstags, 8x  
09.00 – 10.00 Uhr  
Jugendstilbad  
Gebühr: 108,30 €

### **Baby-Schwimmen im Jugendstilbad**

**203-13-JB1**

Für Mütter oder Väter mit ihren Babys  
von **4 – 12 Monate**

06.03. –  
08.05.2020  
freitags, 8x  
09.00 – 10.00 Uhr  
Jugendstilbad  
Gebühr: 108,30 €

Kursleitung: Anna Katharina Kairlas

### **Baby-Schwimmen im Jugendstilbad**

**203-14-JB1**

Für Mütter oder Väter mit ihren Babys  
von **12 – 18 Monate**

22.04. –  
10.06.2020  
mittwochs, 8x  
08.00 – 09.00 Uhr  
Jugendstilbad  
Gebühr: 108,30 €

Kursleitung: Martin Zucca

### **Baby-Schwimmen im Jugendstilbad**

**203-15-JB1**

Für Mütter oder Väter mit ihren Babys  
von **4 – 12 Monate**

22.04. –  
10.06.2020  
mittwochs, 8x  
09.00 – 10.00 Uhr  
Jugendstilbad  
Gebühr: 108,30 €

Kursleitung: Martin Zucca

## PEKiP

---



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, stehen 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!

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

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

## PEKiP

---

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

**Elternabend: 03.02.2020, 20.00 Uhr, Eberstadt**

Kursleitung: Damaris Quandt-Wiese

### 204-01-E1

04.02. –  
07.04.2020  
dienstags, 10x  
09.15 – 10.45 Uhr  
Eberstadt,  
Oberstr. 13  
Raum 07  
Gebühr:  
Erw.: 46,50 €  
Kind: 18,80 €

## PEKiP

---

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

**Elternabend: 27.04.20, 20.00 Uhr, Eberstadt**

Kursleitung: Damaris Quandt-Wiese

### 204-02-E1

28.04. –  
07.07.2020  
(nicht am  
05.05.2020)  
dienstags, 10x  
10.45 – 12.15 Uhr  
Eberstadt,  
Oberstr. 13  
Raum 07  
Gebühr:  
Erw.: 46,50 €  
Kind: 18,80 €

**Siehe auch Hören-Sehen-Fühlen-Kurs für Babys  
von 4 – 6 Monaten auf Seite 60.**

## Familienangebot

### Mama-Fitness - Bewegung mit Baby (10 – 14 Monate)

---

Während sich die Mütter mit Fitness- und Entspannungsübungen auf ihren Körper konzentrieren, genießen die Väter Zeit mit ihren Kindern im Angebot: „Hören-Sehen-Fühlen-Sich bewegen“. Den Kindern wird ein altersangemessenes Angebot an Materialien und viel Gelegenheit und Platz für Bewegung eingeräumt. Für Geschwisterkinder bitte eine private Betreuung organisieren.

Kursleitung:

Michaela Schmidt-Eppinger / Corinne Striebel

#### 401-07-F1

07.03. –  
04.04.2020  
samstags, 5x  
10.00 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.03  
Bewegungsraum  
Gebühr:  
Erw.: 48,00 €



## 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 auf Wunsch einen Partnersamstag sowie einen Elterngesprächsabend ein.**

Die Kurse werden für drei verschiedene Altersgruppen angeboten  
6 - 9 Monate / 9 - 12 Monate, die in Folge gebucht werden können.  
Außerdem gibt es Kurse für die Altersgruppe 12 - 18 Monate.  
Die Kurse ab 12 Monate finden Sie auf Seite 67.

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

## FÜR KINDER VON 4 – 6 UND 6 – 9 MONATE

### Kinder wollen

#### HÖREN – SEHEN – FÜHLEN – SICH BEWEGEN

---

Für Eltern mit Kindern von **4 - 6 Monate**

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** Auf Wunsch möglich

Kursleitung: Heide Reitz

#### 205-01-F1

08.01. –  
26.02.2020  
mittwochs, 8x  
09.00 – 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.03  
Gebühr:  
Erw.: 30,90 €  
Kind: 18,00 €

### Kinder wollen

#### HÖREN – SEHEN – FÜHLEN – SICH BEWEGEN

---

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

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** Auf Wunsch möglich

Kursleitung: Heide Reitz

#### 205-02-F1

13.01. –  
30.03.2020  
(nicht am 16.03.  
und 23.03.2020)  
montags, 10x  
14.00 – 15.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.03  
Gebühr:  
Erw.: 37,20 €  
Kind: 22,50 €

### Kinder wollen

#### HÖREN – SEHEN – FÜHLEN – SICH BEWEGEN

---

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

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** auf Wunsch möglich

Kursleitung: Corinne Striebel

#### 205-03-E1

17.01. –  
20.03.2020  
freitags, 10x  
09.00 – 10.30 Uhr  
Eberstadt  
Oberstr. 13  
Raum 0.07  
Gebühr:  
Erw.: 37,20 €  
Kind: 22,50 €



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

---

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

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** auf Wunsch möglich

Kursleitung: Kathrin Hild

**205-04-F1**

11.02. –  
14.04.2020  
dienstags, 10x  
09.00 – 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.03  
Gebühr:  
Erw.: 37,20 €  
Kind: 22,50 €

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

---

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

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** auf Wunsch möglich

Kursleitung: Kathrin Hild

**205-05-F1**

11.02.2020 –  
14.04.2020  
dienstags, 10x  
10.45 – 12.15 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.03  
Gebühr:  
Erw.: 37,20 €  
Kind: 22,50 €

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

---

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

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** Auf Wunsch möglich

Kursleitung: Heide Reitz

**205-06-F1**

02.04.2020 –  
28.05.2020  
donnerstags, 8x  
09.30 - 11.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.03  
Gebühr:  
Erw.: 30,90 €  
Kind: 18,00 €

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

---

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

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** Auf Wunsch möglich

Kursleitung: Corinne Striebel

**205-07-E1**

17.04.2020 –  
03.07.2020  
freitags, 10x  
10.45 - 12.15 Uhr  
Eberstadt  
Oberstr. 13  
Raum 07  
Gebühr:  
Erw.: 37,20 €  
Kind: 22,50 €

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

---

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

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** Auf Wunsch möglich

Kursleitung: Kathrin Hild

**205-08-E1**

11.05.2020 –  
13.07.2020  
montags, 9x  
15.00 - 16.30 Uhr  
Eberstadt  
Oberstr. 13  
Raum 07  
Gebühr:  
Erw.: 34,05 €  
Kind: 20,25 €

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

---

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

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** Auf Wunsch möglich

Kursleitung: Heide Reitz

**205-09-F1**

27.05.2020 –  
12.08.2020  
(nicht am 10.06.  
und 17.06.2020)  
mittwochs, 10x  
9.00 - 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.03  
Gebühr:  
Erw.: 37,20 €  
Kind: 22,50 €



## FÜR KINDER VON 9 - 12 MONATE

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

---

Für Eltern mit Kindern von **9 - 12 Monate**

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** auf Wunsch möglich

Kursleitung: Heide Reitz

#### **205-10-F1**

07.01. –  
10.03.2020  
dienstags, 10x  
15.30 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr:  
Erw.: 37,20 €  
Kind: 22,50 €

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

---

Für Eltern mit Kindern von **9 - 12 Monate**

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** auf Wunsch möglich

Kursleitung: Corinne Striebel

#### **205-11-E1**

07.02. –  
10.04.2020  
10.45 - 12.15 Uhr  
freitags, 10x  
Frankfurter Str. 71  
Eberstadt  
Oberstr. 13  
Raum 07  
Gebühr:  
Erw.: 37,20 €  
Kind: 22,50 €

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

---

Für Eltern mit Kindern von **9 - 12 Monate**

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** auf Wunsch möglich

Kursleitung: Corinne Striebel

#### **205-12-E1**

17.04. –  
03.07.2020  
(nicht am 01.05.  
und 08.05.2020)  
freitags, 10x  
09.00 – 10.30 Uhr  
Eberstadt, Oberstr.  
13  
Raum 07  
Gebühr:  
Erw.: 37,20 €  
Kind: 22,50 €

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

---

Für Eltern mit Kindern von **9 - 12 Monate**

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** auf Wunsch möglich

Kursleitung: Heide Reitz

**205-13-F1**

20.04. –  
13.07.2020  
(nicht am 15.06.  
und 22.06.2020)  
montags, 10x  
15.30 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr:  
Erw.: 37,20 €  
Kind: 22,50 €

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

---

Für Eltern mit Kindern von **9 - 12 Monate**

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** auf Wunsch möglich

Kursleitung: Kathrin Hild

**205-14-F1**

05.05. –  
07.07.2020  
dienstags, 10x  
09.00 – 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr:  
Erw.: 37,20 €  
Kind: 22,50 €

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

---

Für Eltern mit Kindern von **9 - 12 Monate**

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** auf Wunsch möglich

Kursleitung: Kathrin Hild

**205-15-F1**

05.05. –  
07.07.2020  
dienstags, 10x  
10.45 – 12.15 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr:  
Erw.: 37,20 €  
Kind: 22,50 €

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

---

Für Eltern mit Kindern von **9 - 12 Monate**

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** auf Wunsch möglich

Kursleitung: Heide Reitz

**205-16-F1**

25.06. –  
13.08.2020  
donnerstags, 8x  
09.00 – 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr:  
Erw.: 30,90 €  
Kind: 18,00 €

**Weitere Kurse finden Sie ab Seite 67.**

# Mit Kindern die Welt entdecken

**Fachbereichsleiterin:**

**Marion Metz, Tel.: 13 30 88**

**E-Mail: [Marion.Metz@darmstadt.de](mailto:Marion.Metz@darmstadt.de)**

**Anmeldungen bitte an: [fbs@darmstadt.de](mailto:fbs@darmstadt.de)**



---

## **Hören - Sehen - Fühlen**

Seite 67

Für Eltern mit Kindern von 12 – 18 Monate

---

## **Offene Eltern-Kind-Treffs**

Seite 68

Für Eltern mit Kindern von 1 – 3 Jahren

---

## **Inklusive Gruppe „Gemeinsam“**

Seite 69

Für Eltern mit Kindern von 9 Monaten – 3 Jahren

---

## **Mit Kindern neugierig sein**

Seite 70

Für Eltern mit Kindern ab 1 Jahr

---

## **Eltern-Kind-Angebote mit Schwerpunkt**

Schwerpunkt Sprache (ab 1 Jahr)

Seite 74

Schwerpunkt Musik (ab 1,5 Jahren)

Seite 75

Schwerpunkt Tanzen (ab 2 Jahren)

Seite 79

Schwerpunkt Jahreszeiten (ab 2,5 Jahren)

Seite 80

Schwerpunkt Natur (ab 1,5 Jahren)

Seite 81

Schwerpunkt Kreativität (ab 2 Jahre)

Seite 84

---

## **Ferienangebote**

Seite 86

---

## **Elternabende**

Seite 88

---

## **Väter**

Seite 89

---

## *MIT KINDERN DIE WELT ENTDECKEN*

dieser Titel ist gleichzeitig Programm. Das Wissen um die rasanten Entwicklungs- und Lernprozesse hat unser Bild vom Kind verändert: Kinder sind soziale Wesen und gestalten von Anfang an mit.

In unseren Kursangeboten laden wir Sie ganz herzlich ein zu beobachten wie sie das tun. Lassen Sie sich ein auf die Perspektive Ihrer Kinder

- bei ihren Erkundungen und Entdeckungen
- wenn sie sich im freien Spiel erproben und Erfahrungen sammeln
- wie sie ihre Umwelt „begreifen“ und sie sich erschließen.

Lassen Sie sich „anstecken“ von ihrer Neugier, ihrer Freude und ihrer Ausdauer, mit der sie die Welt entdecken. Sie sind dabei für Ihre Kinder wichtige Begleiter. Unsere „Offenen Eltern-Kind-Treffs“ sind Willkommensangebote das Familienzentrum kennen zu lernen.

Eltern und andere Bezugspersonen aller Nationen sind uns herzlich willkommen. Ebenso entwicklungsverzögerte Kinder und Eltern und Kinder mit besonderen Bedarfen.

Um die Auswahl unserer Angebote für Sie übersichtlich zu gestalten, finden sie alle Kurse nach Themen geordnet. Und innerhalb der Themenblöcke jeweils nach dem Alter der Kinder.

Weitere Eltern-Kind-Angebote finden Sie auch im Fachbereich Väter.

**Hier finden Sie die Folgekurse, die über das 1. Lebensjahr hinausgehen.**



## FÜR KINDER VON 12 - 18 MONATEN

### Kinder wollen

#### HÖREN – SEHEN – FÜHLEN – SICH BEWEGEN

---

Für Eltern mit Kindern von **12 – 18 Monaten**

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** auf Wunsch möglich

Kursleitung: Heide Reitz

### 205-17-F1

26.02. – 13.05.2020  
(nicht am 18.03. u.

25.03.2020)

mittwochs, 10x

15.30 – 17.00 Uhr

Frankfurter Str. 71

Bewegungsraum

Gebühr:

Erw.: 37,20 €

Kind: 22,50 €

### Kinder wollen

#### HÖREN – SEHEN – FÜHLEN – SICH BEWEGEN

---

Für Eltern mit Kindern von **12 – 18 Monaten**

**Elternabend:** Termin nach Absprache

**Partnersamstag:** auf Wunsch möglich

Kursleitung: Heide Reitz

### 205-18-F1

07.04. – 02.06.2020  
dienstags, 9x

15.30 – 17.00 Uhr

Frankfurter Str. 71

Bewegungsraum

Gebühr:

Erw.: 37,20 €

Kind: 22,50 €

### Drunter – Drüber – in Bewegung

---

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

Kinder erobern Schritt für Schritt die Umwelt über ihre Bewegung. In diesem Kurs haben sie die Gelegenheit sich auszuprobieren und ihre Möglichkeiten und Grenzen zu erproben, z. B. an einer Bewegungslandschaft oder bei Bewegungs- und Wahrnehmungsspielen. Für „Groß“ und „Klein“ steht Bewegung, Spiel und Spaß im Mittelpunkt der einzelnen Treffen.

Kursleitung: Heide Reitz

### 205-19-F1

27.02. – 14.05.2020  
(nicht am 19.03. und

26.03.2020)

donnerstags, 10x

15.30 – 17.00 Uhr

Frankfurter Str. 71

Bewegungsraum

Gebühr:

Erw.: 37,20 €

Kind: 22,50 €

## 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.

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

### Durchgehendes Angebot – auch in den Schulferien

#### Frankfurter Str. 71

301-01-F1

mittwochs, 9.30 – 11.30 Uhr, Raum 006

Kursleitung: Susan Massarat

### Fortlaufende Angebote – mit Ausnahme der Schulferien

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

301-02-A1

mittwochs, 9.30 – 11.30 Uhr

ab 15.01.2020

Kursleitung: Antonella Gerbig

#### Eberstadt, Oberstr. 13

301-03-E1

montags, 9.30 – 11.30 Uhr, Raum 04

ab 13.01..2020

Kursleitung: Marion Metz

#### Wixhausen, Verdistr. 22

301-04-W1

montags, 9.30 – 11.30 Uhr

ab 13.01.2020

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther

#### Kranichstein, Bartningstr. 33

301-05-K1

dienstags, 9.30 – 11.30 Uhr

Kursleitung: N.N.

Bitte fragen Sie in der  
Anmeldung nach.  
Tel.: 13 25 09

## Gemeinsam

### Für Erwachsene mit Kindern von **9 Monaten - 3 Jahren**

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

Hier können Eltern mit ihren Kindern:

- Neue Kontakte knüpfen
- Erfahrungen austauschen
- Wertvolle Anregungen für den Alltag bekommen

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/Caritasverband Darmstadt e.V.** ist die Bearbeitung gezielter Fragen der Eltern von behinderten Kindern möglich.

Kursleitung: Susanne Klein / Elisabeth Maltzahn

#### **302-01-F1**

27.01. – 06.04.2020  
montags, 11x  
09.30 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr: 57,50 €

#### **302-02-F1**

20.04. – 29.06.2020  
montags, 11x  
(inkl. Sommerfest)  
09.30 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr: 57,50 €

**Für Vorabinformationen  
wenden Sie sich bitte  
an die Fachbereichsleiterin  
Frau Metz unter Tel.: 13 3088**



## **Mit Kindern neugierig sein**

Für Mütter, Väter, Großeltern oder andere Bezugspersonen mit Kindern von **1 – 3 Jahren**.

Hier können Ihre Kinder in den Spielräumen des Familienzentrums:

- experimentieren und entdecken,
- unterschiedliche Materialien ausprobieren und erforschen,
- singen, musizieren und sich bewegen.

Über die Freude am gemeinsamen Tun lernen die Kinder ein Miteinander unter Gleichaltrigen und durch Rituale, Wiederholungen und Bereitstellung von altersgerechten Spiel- und Aktivitätsideen werden sie in ihrer Entwicklung unterstützt und gefördert. Die Erwachsenen haben hier eine ganz „bewusste Zeit“ die neugierigen Schritte und Erkundungen ihrer Kinder mit Unterstützung einer Kursleitung zu beobachten und zu begleiten. Sie erhalten neue Anregungen zur Gestaltung ihres Erziehungs- und Familienalltags und können Erfahrungen mit anderen Erwachsenen in der gleichen Lebenssituation austauschen. Jeder Kursabschnitt beinhaltet einen **Elternabend** oder eine **Familienaktivität** am Wochenende.

**Freie Plätze in den Fortsetzungsgruppen werden jederzeit aufgefüllt – fragen Sie bitte nach. Sind Sie bereits eine feste Gruppe und suchen geeignete Räume und eine pädagogische Kursleitung? Nehmen Sie Kontakt zu uns auf!**

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



### **Mit Kindern neugierig sein**

---

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

Kursleitung: Doris Brand

#### **302-03-F1**

28.01. – 24.03.2020  
dienstags, 8x  
15.00 – 16.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr: 34,20 €

### **Mit Kindern neugierig sein**

---

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

Kursleitung: Doris Brand

#### **302-04-F1**

21.04. – 16.06.2020  
dienstags, 9x  
15.00 – 16.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr: 37,65 €

### **Mit Kindern neugierig sein**

---

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

Kursleitung: Corinne Striebel

#### **302-05-E1**

30.01. – 26.03.2020  
donnerstags, 9x  
15.00 – 16.30 Uhr  
Eberstadt,  
Oberstr. 13  
Raum 0.04  
Gebühr: 37,65 €

#### **Materialumlage:**

2,00 €

### **Mit Kindern neugierig sein**

---

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

Kursleitung: Corinne Striebel

#### **302-06-E1**

23.04. – 25.06.2020  
donnerstags, 8x  
15.00 – 16.30 Uhr  
Eberstadt,  
Oberstr. 13  
Raum 0.04  
Gebühr: 34,20 €

#### **Materialumlage:**

2,00 €

## Being curios with children

---

Siehe Kurs  
**302-05-E1**  
und Kurs  
**302-06-E1**  
auf Seite 71.

For mothers, fathers, grand-parents and other caregiver with children at the age of **1 to 3 years**.

The children can play, discover their body, senses and „the world“, experiment and learn how to play with children in the same age. The adults have an intensive time with their children and can also observe their development.

The trainer shows different and individual ways to help the children doing the next step in their development. Rituals, new ideas for age-appropriate playthings, time to play and an exchange with other adults in the same situation are also a part of this course. Each course included an adults-meeting in the evening or a family activity at the weekend. The trainer speaks english.

Course leader: Corinne Striebel

### **Mit Kindern neugierig sein**

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

Kursleitung: Mira Sackeyfio

#### **302-07-F1**

31.01. – 20.03.2020  
freitags, 6x  
10.15 – 11.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr: 27,20 €



### **Mit Kindern neugierig sein**

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

Kursleitung: Mira Sackeyfio

#### **302-08-F1**

24.04. – 19.06.2020  
freitags, 6x  
10.15 – 11.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr: 27,20 €

#### **BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES**

**Baby- und Kleinkindersprechstunde für Eltern  
mit Kindern von 0 – 3 Jahren.**

**Sie können sich telefonisch unter der Rufnummer 13 30 30,  
montags bis freitags in der Zeit von 8.00 bis 12.00 Uhr  
für ein persönliches Beratungsgespräch bei uns anmelden.**

#### **BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES + BESONDERES**

## SCHWERPUNKT SPRACHE (1 – 3 JAHRE)

„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**

Fortsetzungskurs – Bitte fragen Sie nach freien Plätzen.  
Für Erwachsene mit Kindern von **1 – 3 Jahren**. Wir laden alle polnisch, polnisch-deutsch-sprachigen 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.

#### **302-09-F1**

29.01. – 25.03.2020  
mittwochs, 9x  
16.00 – 18.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr: 48,20 €

#### **302-10-F1**

22.04. – 17.06.2020  
mittwochs, 9x  
16.00 – 18.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr: 48,20 €

### **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 in-nych polskich rodzin, wymiany doświadczeń związanych z wychowywaniem dzieci w dwóch językach i kulturach, ale przede wszystkim możliwość miłego spędzania czasu.

Kursleitung: Anna Klich

## SCHWERPUNKT MUSIK (1,5 – 3 JAHRE)



### **Alles klingt und schwingt – Musik und Rhythmen für die Kleinen**

In diesem Kurs wollen wir gemeinsam einfache musikalische Elemente kennen lernen, hören und erleben. Durch Bewegungs- und Fingerspiele, Lieder und Reime und dem ersten Experimentieren mit „Musikinstrumenten“ lernen schon die Kleinsten den Rhythmus kennen. Neben altersentsprechenden Angeboten besteht Zeit und Raum zum Kennenlernen und Austausch der Großen und Kleinen. Die Kurse können als Fortsetzung nacheinander gebucht werden.

### **Alles klingt und schwingt – Musik und Rhythmen für die Kleinen**

Für Erwachsene mit Kindern von **1,5 – 3 Jahren**

Kursleitung: Andrea Sobiesinsky

**Bitte mitbringen:** Pausenverpflegung

#### **303-01-A1**

27.01. – 23.03.2020  
montags, 9x  
15.30 – 17.00 Uhr  
Arheilgen,  
Jakob-Jung-Str. 2  
Gebühr:  
Erw.: 29,85 €  
Kind: 20,25 €

### **Alles klingt und schwingt – Musik und Rhythmen für die Kleinen**

Für Erwachsene mit Kindern von **1,5 – 3 Jahren**

Kursleitung: Andrea Sobiesinsky

**Bitte mitbringen:** Pausenverpflegung

#### **303-02-A1**

20.04. – 08.06.2020  
montags, 7x  
15.30 – 17.00 Uhr  
Arheilgen,  
Jakob-Jung-Str. 2  
Gebühr:  
Erw.: 23,55 €  
Kind: 15,75 €

## **Alles klingt und schwingt – Musik und Rhythmen für die Kleinen**

---

Für Erwachsene mit Kindern von **1,5 – 3 Jahren**

Kursleitung: Andrea Sobiesinsky

**Bitte mitbringen:** Pausenverpflegung

### **303-03-A1**

28.01. – 24.03.2020  
dienstags, 9x  
15.30 – 17.00 Uhr  
Arheilgen,  
Jakob-Jung-Str. 2  
Gebühr:  
Erw.: 29,85 €  
Kind: 20,25 €

## **Alles klingt und schwingt – Musik und Rhythmen für die Kleinen**

---

Für Erwachsene mit Kindern von **1,5 – 3 Jahren**

Kursleitung: Andrea Sobiesinsky

**Bitte mitbringen:** Pausenverpflegung

### **303-04-A1**

21.04. – 02.06.2020  
dienstags, 7x  
15.30 – 17.00 Uhr  
Arheilgen,  
Jakob-Jung-Str. 2  
Gebühr:  
Erw.: 23,55 €  
Kind: 15,75 €

## **Alles klingt und schwingt – Musik und Rhythmen für die Kleinen**

---

Für Erwachsene mit Kindern von **1,5 – 3 Jahren**

Kursleitung: Corinne Striebel

**Bitte mitbringen:** Pausenverpflegung

### **303-05-E1**

28.01. – 24.03.2020  
dienstags, 8x  
15.00 – 16.30 Uhr  
Eberstadt, Oberstr. 13  
Raum 04  
Gebühr:  
Erw.: 26,70 €  
Kind: 18,00 €

The course leader speaks english and can translate it to english speaking people.

### Alles klingt und schwingt – Musik und Rhythmen für die Kleinen

---

Für Erwachsene mit Kindern von **1,5 – 3 Jahren**

Kursleitung: Corinne Striebel

**Bitte mitbringen:** Pausenverpflegung

#### 303-06-E1

21.04. – 16.06.2020  
dienstags, 9x  
15.00 – 16.30 Uhr  
Eberstadt, Oberstr. 13  
Raum 04  
Gebühr:  
Erw.: 29,85 €  
Kind: 20,25 €

The course leader speaks english and can translate it to english speaking people.



### Alles klingt und schwingt – Musik und Rhythmen für die Kleinen

---

Für Erwachsene mit Kindern von **1,5 – 3 Jahren**

Kursleitung: N.N.

**Bitte mitbringen:** Pausenverpflegung

#### 303-07-F1

04.02. – 31.03.2020  
dienstags, 8x  
10.00 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr:  
Erw.: 26,70 €  
Kind: 18,00 €

### Alles klingt und schwingt – Musik und Rhythmen für die Kleinen

---

Für Erwachsene mit Kindern von **1,5 – 3 Jahren**

Kursleitung: N.N.

**Bitte mitbringen:** Pausenverpflegung

#### 303-08-F1

21.04. – 19.05.2020  
dienstags, 5x  
10.00 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr:  
Erw.: 17,25 €  
Kind: 11,25 €

## **Alles klingt und schwingt – Musik und Rhythmen für die Kleinen**

---

Für Erwachsene mit Kindern von **1,5 – 3 Jahren**

Kursleitung: N.N.

**Bitte mitbringen:** Pausenverpflegung

**303-09-F1**

26.05. – 23.06.2020

dienstags, 5x

10.00 – 11.30 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 0.06

Gebühr:

Erw.: 17,25 €

Kind: 11,25 €

## **Music and rhythms for the youngest**

---

In this course we discover different and easy handle musical elements. With our own body, everyday objects, reims and songs. The main thing in this course is having fun, making new experience, time to experiment and having an exchange with the other children and adults. The course leader speaks english.

course leader: Corinne Striebel

Siehe Seite 76 Kurs

**303-05-E1**

und Seite 77 Kurs

**303-06-E1**

## SCHWERPUNKT TANZEN (AB 2 JAHREN)

### Kinder-„Tanzen“

Für Erwachsene mit Kindern **ab 2 Jahren**

Kinder-„Tanzen“... darunter verstehen wir in diesem Kurs alles, was den natürlichen Bewegungsdrang von Kindern aufgreift. Es fördert auf spielerische und altersgerechte Weise die motorischen Fähigkeiten und Bedürfnisse Ihres Kindes. Durch eine abwechslungsreiche Gestaltung des Kurses lernen Sie verschiedene Bewegungsformen und Tänze kennen. Im Bewegungsparcours werden die Kinder mit wechselnden Materialien (z. B. Luftballon, Tücher und Bänder) tanzen.

**Bitte mitbringen:** Imbiss für die Pause, lockere Kleidung und Anti-Rutsch-Socken

Kursleitung: Sinikka Schubert

#### 303-10-F1

06.02. – 12.03.2020  
donnerstags, 6x  
10.00 – 11.15 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr:  
Erw.: 17,25 €  
Kind: 11,25 €

#### 303-11-F1

23.04. – 14.05.2020  
donnerstags, 4x  
10.00 – 11.15 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr:  
Erw.: 12,00 €  
Kind: 7,50 €



# tanzen?

# www.baeulke.de

Ihre (Kinder-)Tanzschule in Darmstadt

## SCHWERPUNKT JAHRESZEITEN ( 1,5 – 3 JAHRE )

### Mit Kleinkindern die Jahreszeiten erleben und gestalten

---

Inhalt dieser Kurse ist es, dem Entwicklungsstand der Kinder entsprechend, den Jahreslauf erlebbar zu machen. Wir sehen, riechen, schmecken, fühlen und gestalten miteinander und „begreifen“ so den Kreislauf der Natur. Die Kinder werden altersgemäß angeleitet, dürfen entdecken und sich ausprobieren. Eltern werden unterstützt in der Umsetzung jahreszeitlicher Familienrituale und erhalten viele Anregungen für den Alltag mit ihren Kindern. Dies geschieht durch musikalische und kreative Elemente, Naturerfahrung und Bewegung.

Die Kurse können unabhängig voneinander oder fortlaufend besucht werden.

### Mit Kleinkindern die Jahreszeiten erleben und gestalten – Winter, Fasching und Frühling

---

Für Erwachsene mit Kindern von **1,5 – 3 Jahren**

Kursleitung: Elisabeth Maltzahn

#### 304-01-F1

31.01. – 20.03.2020  
freitags, 8x  
15.30 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr:  
Erw.: 26,70 €  
Kind: 18,00 €

### Mit Kleinkindern die Jahreszeiten erleben und gestalten – Frühling

---

Für Erwachsene mit Kindern von **1,5 – 3 Jahren**

Kursleitung: Elisabeth Maltzahn

#### 304-02-F1

24.04. – 19.06.2020  
freitags, 6x  
15.30 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr:  
Erw.: 20,40 €  
Kind: 13,50 €

## SCHWERPUNKT NATUR



### Die kleinen Entdecker auf Frühlings-Tour

Für Erwachsene und/oder Kindern von **2 – 4 Jahren**  
Rund um das Jagdschloss Kranichstein ist unser „Revier“. Zu Fuß und ohne Buggy entdecken wir die Natur. Wir lauschen, hören, fühlen, schmecken und beobachten was um uns geschieht. Wir singen, tanzen, hüpfen und rennen. Der jahreszeitliche Wandel wird uns immer wieder überraschen und neue Möglichkeiten zur Gestaltung bieten. Hier werden wir basteln, malen und kleine Geschichten hören.

**Der erste Termin findet in der Bartningstr. 33 in Kranichstein statt. Dort werden wir uns auch nach Absprache treffen, sollte das Wetter nicht mitspielen.**

Kursleitung: Doris Brand

#### 305-01-K1

21.02. – 03.04.2020

freitags, 7x

15.00 – 17.00 Uhr

Treffpunkt:

Parkplatz am Zeughaus/Bio-  
versum,  
Kranichsteiner Str. 253

Gebühr:

Erw.: 30,90 €

Kind: 21,00 €

#### Bitte mitbringen:

Wetterfeste Kleidung und  
Verpflegung

### Die kleinen Entdecker auf Sommer-Tour

Für Erwachsene und/oder Kindern von **2 – 5 Jahren**  
Rund um das Jagdschloss Kranichstein ist unser „Revier“. Zu Fuß und ohne Buggy entdecken wir die Natur. Sollte das Wetter einmal nicht „mitspielen“, treffen wir uns nach Absprache in der Bartningstraße 33 in Kranichstein. Hier werden wir basteln, malen und kleine Geschichten hören.

Kursleitung: Doris Brand

#### 305-02-K1

24.04. – 26.06.2020

freitags, 7x

15.00 – 17.00 Uhr

Treffpunkt:

Parkplatz am Zeughaus/Bio-  
versum,  
Kranichsteiner Str. 253

Gebühr:

Erw.: 30,90 €

Kind: 21,00 €

#### Bitte mitbringen:

Wetterfeste Kleidung und  
Verpflegung

## Wir entdecken die Kinderfarm

---

Für Erwachsene mit Kindern von **1,5 – 3 Jahren**

Die Kinder- und Jugendfarm Darmstadt e.V. bietet ein großes Naturgelände, auf dem Kaninchen, Meerschweinchen, Schafe, Ziegen, Hühner, Vögeln, Frettchen, Katzen, Ponys und viele andere Tiere leben. Gemeinsam lernen wir die Tiere kennen. Wir füttern, streicheln, beobachten sie und erkunden die Gehege. Hierbei ist bei den Kindern oft bereits nach kürzester Zeit eine Entwicklung erkennbar. Eher zurückhaltende Kinder werden mutiger und gewinnen Selbstsicherheit, eher forsche Kinder lernen sich ruhiger und geduldiger zu verhalten. Am dritten Termin dürfen die Kinder beim Pony putzen helfen und – wer sich traut – reiten.

Auch sonst gibt es auf der Farm viel zu erleben: ein großer Spielplatzbereich, ein Garten, ein Teich, eine Futter- und eine Sattelkammer ebenso wie der Heuboden werden gemeinsam erforscht.

Bei Dauerregen findet ein Alternativprogramm im Trockenen statt.

Kursleitung: Ronja Behrend

*In Kooperation mit der Kinder- und Jugendfarm e.V.*

### 305-03-N1

18.03. – 01.04.2020  
mittwochs, 3x  
10.00 – 12.00 Uhr  
Kinder- und Jugendfarm,  
Maulbeerallee 59  
Gebühr:  
Erw.: 14,10 €  
Kind: 9,00 €

### 305-04-N1

27.05. – 10.06.2020  
mittwochs, 3x  
10.00 – 12.00 Uhr  
Kinder- und Jugendfarm,  
Maulbeerallee 59  
Gebühr:  
Erw.: 14,10 €  
Kind: 9,00 €

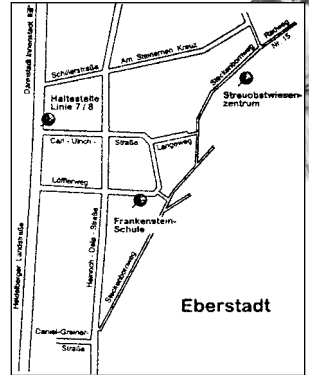
### Bitte mitbringen:

Wetterfeste Kleidung und  
Verpflegung

**Die Kurse 305-05-E1 bis 305-06-E1 finden im Streuobstwiesenzentrum Steckenbornweg 65 statt.**

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 Steinernen Kreuz. Radfahrer nehmen den Radweg Nr. 15.

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



**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: Sabine Müller

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

**305-05-E1**

25.04.2020  
Samstag, 1x  
10.00 – 12.00 Uhr  
Gebühr:  
Erw.: 5,70 €  
Kind: 3,00 €

**305-06-E1**

25.04.2020  
Samstag, 1x  
15.00 – 17.00 Uhr  
Gebühr:  
Erw.: 5,70 €  
Kind: 3,00 €

## SCHWERPUNKT KREATIVITÄT ( AB 2 JAHREN )

### Kreativwerkstatt Frühling

---

Für Eltern, Großeltern mit Kindern **ab 2 Jahren**

Gemeinsam stimmen wir uns auf den Frühling ein.  
In kurzen Geschichten erfahren wir, wie sich die Tiere auf Ostern vorbereiten. Wir mischen und rühren Pappmaschee-Matsch, wollen damit kreativ werden und kneten daraus kleine Fantasietiere und Ostereier.

Kursleitung: Eva-Maria Herzog-Reichwein

#### 306-01-F1

21.03.2020  
Samstag, 1x  
10.00 – 12.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr:  
Erw.: 5,70 €  
Kind: 3,00 €

#### Bitte mitbringen:

Verpflegung für die Pause,  
1 Schuhkarton,  
kl. Handtuch

### Kreativwerkstatt Sommer

---

Für Erwachsene mit Kindern **ab 2 Jahren**

Wir sind von den bunten duftigen Wiesen des Sommers inspiriert. Die bunte Vielfalt unserer kleinen Wiesentierchen wie Wildbienen, Schmetterlinge, Marienkäfer sowie ihre Blumen und Wildkräuter werden wir spielerisch kennenlernen. Wir bereiten uns einen einfachen leckeren „Wiesensnack“ zu und werden durch kleine Experimente fantasievolle Schmetterlinge und Blumen entstehen lassen.

Kursleitung: Eva-Maria Herzog-Reichwein

#### 306-02-F1

06.06.2020  
Samstag, 1x  
10.00 – 12.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06  
Gebühr:  
Erw.: 6,75 €  
Kind: 3,75 €

#### Materialumlage:

1,00 € für Eltern-Kind-Team,  
jedes weitere Kind 1 €

#### Bitte mitbringen:

Essen und Trinken für ein  
kleines Picknick



## Osterhasen aus Filz

Für Erwachsene mit Kindern **ab 5 Jahren**

Für unsere Osterdekoration filzen wir einen kleinen Osterhasen.

Kursleitung: Anne Esselbrügge

### 306-03-F1

21.03.2020  
Samstag, 1x  
10.00 – 13.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.01  
Gebühr:  
Erw.: 8,85 €  
Kind: 5,25 €

#### Materialumlage:

4,00 €

#### Bitte mitbringen:

Arbeitskleidung,  
Schere, Pausenverpflegung

## Gefilzte Schatzdöschen

Für Erwachsene mit Kindern **ab 5 Jahren**

Heute filzen wir kleine Döschen, in denen besondere Schätze oder Schmuck aufbewahrt werden können.

Kursleitung: Anne Esselbrügge

### 306-04-F1

22.03.2020  
Sonntag, 1x  
10.00 – 13.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.01  
Gebühr:  
Erw.: 8,85 €  
Kind: 5,25 €

#### Materialumlage:

4,00 €

#### Bitte mitbringen:

Arbeitskleidung,  
Schere, Pausenverpflegung

## Kreativwoche – ein Inklusions-Urlaubsangebot

Mit dem Erwachen des Frühlings kommen immer mehr Farben in unser Leben. Wir tauchen ein in die Farbenwelten des Frühlings. Auf großen Blättern, mit vielen Farben, löslichem Kaffee, Pinsel, Spachtel, Rollen und sonstigem Malwerkzeug bringen wir unser Erlebtes auf das weiße Papier. Als weitere Inspirationsorte nach dem Mittagessen werden wir in einem Museum malen und einzelne Ateliers besuchen. Für die gemeinsame Mittagspause sind wir beim IB Bildungszentrum Darmstadt

Kursleitung: Heidi Schrickel

### 306-05-F1

02. – 06.03.2020  
Montag – Freitag, 5x  
10.00 – 16.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.01  
Gebühr:  
Erw.: 79,50 €

#### Materialumlage:

20,00 €

#### Bitte mitbringen:

Bequeme Malkleidung  
und -schuhe

## FERIENANGEBOTE

### Kräuterwerkstatt – Altes Wissen für junge Forscher

---

Osterferienkurs für Mädchen und Jungen  
von **6 – 10 Jahren**

Wir begeben uns auf eine spannende Forschungsreise in die Welt der Wildkräuter. Auf allen Wiesen sind sie jetzt wieder zu finden und so gehen wir zum Pflücken gemeinsam auf Entdeckung. Danach sichten wir die Sammlung in unserer Werkstatt und erkunden ihre Geheimnisse. Nun kann das Experimentieren beginnen und wir verarbeiten die Kräuter zu leckeren Speisen, Bonbons und Tees, zu Creme und Farbpulver für kleine Kunstwerke. Am Montag und Donnerstag werden wir gemeinsam ein Mittagessen kochen.

Kursleitung: Eva-Maria Herzog-Reichwein

### Meine Lieblingsfarbe ist bunt

---

Freie Malerei für Mädchen und Jungen  
von **7 – 11 Jahren**

Dieser Workshop lädt Mädchen und Jungen ein, ihre Kreativität auf vielfältige Weise auszudrücken. Dazu gehören Malen, Spielen, Verkleiden... und gemeinsam viel Spaß zu haben! Auf großen Blättern, mit viel Farbe, löslichem Kaffee, Pinseln, Rollen und Spachteln, werden fantasievolle und originelle Bilder entstehen.

Kursleitung: Heidi Schrickel

#### 307-01-F1

06.04. – 09.04.2020  
Montag bis Donnerstag  
09.00 – 14.30 Uhr  
Dauer: 4x  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.01  
Gebühr: 66,50 €

Die Materialumlage  
von 10,00 € ist in der  
Kursgebühr enthalten.

An allen Tagen Frühstücksver-  
pflegung, Mittagsverpflegung,  
nur am Dienstag und  
Mittwoch

#### Bitte mitbringen:

2 leere Marmeladengläser,  
1 Schuhkarton, wetterfeste  
Kleidung.

#### 307-02-F1

14.04. – 17.04.2020  
Dienstag bis Freitag  
09.00 – 14.00 Uhr  
Dauer: 4x  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.01  
Gebühr: 63,50 €

Die Materialumlage  
von 12,00 € ist in der  
Kursgebühr enthalten.

#### Bitte mitbringen:

Bequeme Malkleidung  
und -schuhe sowie  
Pausenverpflegung.

## Sommer-Malwerkstatt

---

Freie Malerei für Mädchen und Jungen  
von **7 – 11 Jahren**

Bei diesem Workshop haben die Mädchen und Jungen Raum, um mit allen Sinnen Eindrücke zu sammeln und im spielerischen Experimentieren ihre eigene Gestaltungsfreude zu entdecken. Dabei kommen verschiedene Materialien, ungewöhnliche Werkzeuge und leuchtende Farben zum Einsatz. Am letzten Tag gestalten wir eine gemeinsame Ausstellung.

Kursleitung: Heidi Schrickel

### 307-03-F1

03.08. – 07.08.2020  
Montag bis Freitag  
09.00 – 14.00 Uhr  
Dauer: 5x  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.01  
Gebühr: 79,00 €

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

#### Bitte mitbringen:

Bequeme Malkleidung  
und -schuhe sowie  
Pausenverpflegung.



## THEMATISCHE ELTERNABENDE

### **Folgende Themenabende finden Sie im Fachbereich 6 ab Seite 121**

|                                                              |            |
|--------------------------------------------------------------|------------|
| Immer diese Diskussionen                                     | 05.02.2020 |
| WINDELN ADE!                                                 | 06.02.2020 |
| Warum ist Erziehen so anstrengend?                           | 12.03.2020 |
| Zartbesaitet....? Informationen zum Thema „Hochsensitiv“     | 01.04.2020 |
| Raufbolde und Schmusejungs – Einblicke in Jungenwelten       | 26.03.2020 |
| Mit Symbolen sprechen – wie wir Kinder spielerisch erreichen | 30.04.2020 |
| Rituale – Gefährten unseres Lebens                           | 09.06.2020 |

### **„ELTERN-/FAMILIENKURSE UND GESPRÄCHSKREISE“**

|                                                                 |                                            |
|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| Konflikte lösen mit Gewaltfreier Kommunikation                  | 08.02.2020                                 |
| Elterngesprächskreis                                            | 12.02.2020<br>01.04.2020<br>13.05.2020     |
| Zeit für mich – Zeit, die sich für Dich und Deine Familie lohnt | 13.02. – 02.04.2020                        |
| Gordon + familylab Seminar                                      | 17.02. – 11.05.2020<br>18.02. – 05.05.2020 |
| Vorbild für das Kind sein                                       | 15.03.2020                                 |
| Mit Empathie Stresssituationen entschärfen                      | 25.04.2020                                 |
| Wenn der andere das Problem ist – als Paar miteinander reden    | 28.04.2020                                 |

# Väter / Vater-Kind-Angebote

Fachbereichsleiterin:

Rita Dippel, Tel.: 13 32 12

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

Anmeldungen bitte an: [fbs@darmstadt.de](mailto:fbs@darmstadt.de)



|                               |       |    |
|-------------------------------|-------|----|
| 0 - 12 Monate                 | Seite | 90 |
| 1 ¼ - 3 Jahre                 | Seite | 91 |
| ab 3,5 Jahre                  | Seite | 92 |
| ab 4 Jahre<br>Familienangebot | Seite | 92 |

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 im Jugendstilbad**

Für Väter mit ihren Babys von **5 - 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.

**Der Kurs ist für einen Vater mit einem Baby gedacht.**

Kursleitung: Sabine Berkner

#### **401-01-JB1**

11.01. – 29.02.2020  
samstags, 8x  
09.00 - 10.00 Uhr  
Gebühr: 108,30 €

### **Baby-Schwimmen im Jugendstilbad**

Für Väter mit ihren Babys von **12 - 18 Monaten**

Kursleitung: Martin Zucca

#### **401-02-JB1**

02.02. – 22.03.2020  
sonntags, 8x  
08.00 - 09.00 Uhr  
Gebühr: 108,30 €

### **Baby-Schwimmen im Jugendstilbad**

Für Väter mit ihren Babys von **5 - 12 Monaten**

Kursleitung: Martin Zucca

#### **401-03-JB1**

02.02. – 22.03.2020  
samstags, 8x  
09.00 - 10.00 Uhr  
Gebühr: 108,30 €

### **Baby-Schwimmen im Jugendstilbad**

Für Väter mit ihren Babys von **5 - 12 Monaten**

Kursleitung: Stephanie Dippel

#### **401-04-JB1**

25.04. – 13.06.2020  
samstags, 8x  
09.00 - 10.00 Uhr  
Gebühr: 108,30 €

### **Baby-Schwimmen im Jugendstilbad**

Für Väter mit ihren Babys von **12 - 18 Monaten**

Kursleitung: Martin Zucca

#### **401-05-JB1**

26.04. – 21.06.2020  
sonntags, 8x  
08.00 - 09.00 Uhr  
Gebühr: 108,30 €

## Baby-Schwimmen im Jugendstilbad

Für Väter mit ihren Babys von **5 - 12 Monaten**

Kursleitung: Martin Zucca

### 401-06-JB1

26.04. – 21.06.2020  
sonntags, 8x  
09.00 - 10.00 Uhr  
Gebühr: 108,30 €



## Familienangebot Mama-Fitness – Bewegung mit Baby (10 – 14 Monate)

Während sich die Mütter mit Fitness- und Entspannungsbungen auf ihren Körper konzentrieren, genießen die Väter Zeit mit ihren Kindern im Angebot: „Hören-Sehen-Fühlen-Sich bewegen“. Den Kindern wird ein altersangemessenes Angebot an Materialien und viel Gelegenheit und Platz für Bewegung eingeräumt. Für Geschwisterkinder bitte eine private Betreuung organisieren.

Kursleitung:

Michaela Schmidt-Eppinger / Corinne Striebel

### 401-07-F1

07.03. – 04.04.2020  
samstags, 5x  
10.00 - 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 003 /  
Bewegungsraum  
Gebühr: 48,00 €

## Drunter – Drüber – in Bewegung

Für Väter mit Kindern von **1 1/4 - 3 Jahren**

Kinder 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 bei Bewegungs- und Wahrnehmungsspielen. Für „Groß“ und „Klein“ steht Bewegung, Spiel und Spaß im Mittelpunkt der einzelnen Treffen.

### 401-08-F1

19.01.2020  
16.02.2020  
15.03.2020  
19.04.2020  
17.05.2020  
21.06.2020  
sonntags, 6x  
11.15 - 12.45 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.06/  
Bewegungsraum  
Gebühr:  
Erw.: 20,40 €  
Kind: 13,50 €

Kursleitung: Martin Zucca

## Walderlebnis in der Dämmerung

---

Für Väter/Großväter mit Kindern von **3,5 bis 6 Jahren**  
Gemeinsam machen wir uns auf den Weg in den Wald. Wir erforschen und entdecken unter anderem, wie es hier riecht, wie sich das Licht verändert, wenn die Dämmerung einsetzt. Vielleicht finden wir auch verschiedene Materialien, mit denen wir ein Waldmobile bauen können. Das Rennen, Klettern, Buddeln und Werkeln macht müde. Bei einem gemeinsamen Picknick auf einem Waldsofa ruhen wir uns aus, bevor wir uns wieder auf den Heimweg begeben.

Kursleitung: Doris Brand

### 401-09-F1

25.04.2020  
Donnerstag, 1x  
18.00 - 22.00 Uhr  
Treffpunkt:  
Parkplatz Böllenfalltor,  
Restaurant „Bölle“  
Gebühr:  
Erw.: 5,70 €  
Kind: 3,00 €

## Papa wir kochen was!

---

Für Väter/Großväter mit Kindern von **4 bis 9 Jahren**  
Der Kurs richtet sich an alle Papas, die mit ihren Kindern einen schönen Sonntagvormittag erleben möchten mit gemeinsamen Kochen eines Mittagessens, anschließendem Spiel und viel Spaß. Alle Rezepte und Spielideen sind als Handout zum Mitnehmen, so dass an anderen „Ideenlosen“ Sonntagen, alles zuhause nachgemacht werden kann.

Kursleitung: Petra Komadina

### 401-10-F1

22.03.2020  
Sonntag, 1x  
10.00 - 13.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 und 0.06  
Gebühr:  
Erw.: 7,80 €  
Kind: 4,50 €

### 401-11-F1

17.05.2020  
10.00 – 13.00 Uhr  
Raum 0.02 und 0.04  
Gebühr:  
Erw.: 7,80 €  
Kind: 4,50 €

### Bitte mitbringen:

Kochschürze,  
ggf. Haarband

## Abenteuer Ponyhof

Für Väter/Großväter mit Kindern ab **4 Jahren**

Wir erkunden den Ponyhof mit all seinen Tieren (Hühner, Ziegen, Kaninchen, Katzen, Ponys). Dann könnt ihr „eure“ Ponys kennenlernen und euch mit Ihnen vertraut machen. Wir werden lernen und entdecken, wie ihr euer Pony begrüßen, streicheln, umsorgen und pflegen könnt, sodass es Beiden Spaß macht: Dem Pony und Euch! Wenn die Ponys merken, dass ihr sie respektiert und achtsam mit ihnen umgeht, werden sie euch gerne auf unserem Ausflug in den Wald begleiten.

### Bitte mitbringen:

Fahrradhelm, feste Schuhe, dem Wetter angemessene warme Kleidung, evtl. Regenkleidung, Gummistiefel, Verpflegung für unsere Pause.

Kursleitung: Susanne Winn

### 401-12-N1

28.03.2020  
Samstag, 1x  
09.00 - 12.00 Uhr  
Ponyhof  
Oberwaldhaus  
Dieburger Str. 270 a  
(Altes Forsthaus)  
Gebühr:  
Erw.: 7,80 €  
Kind: 4,50 €

### Materialumlage:

ca. 20,00 €  
pro Team  
weitere Geschwister-  
kinder 5,00 €

### 401-13-N1

09.05.2020  
Samstag, 1x  
09.00 - 12.00 Uhr  
Ponyhof  
Oberwaldhaus  
Gebühr: s.o.  
Materialumlage:  
s.o.

### 401-14-N1

20.06.2020  
Samstag, 1x  
09.00 - 12.00 Uhr  
Ponyhof  
Oberwaldhaus  
Gebühr: s.o.  
Materialumlage:  
s.o.



## Fadenbilder

---

Für Väter/Großväter mit Kindern ab **4 Jahren**

An diesem Nachmittag können Sie gemeinsam mit Ihrem Kind ein Fadenbild nach eigenen Vorstellungen oder nach Vorlage mit Hammer und Nägeln herstellen. Auf Holzplatten wird mit Nägeln eine Umrandung gehämmert und dann wird je nach Wunsch, Wolle hin und her gespannt, so dass ein farbiges Bild entsteht. Alternativ kann auch ein Murmellabyrinth mit Nägeln auf die Holzplatte gehämmert werden. Der Kreativität sind durch gemeinsames Planen und Gestalten keine Grenzen gesetzt.

Kursleitung: Corinne Striebel

### 401-15-N1

29.02.2020  
Samstag, 1x  
15.00 - 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.01  
Gebühr:  
Erw.: 5,70 €  
Kind: 3,00 €

#### **Bitte mitbringen:**

Getränke, Hammer  
und Kleidung,  
die schmutzig  
werden darf

#### **Materialumlage:**

ca. 6,50 €

# Gesundheit – Ernährung, Entspannung, Bewegung

Fachbereichsleiterin:

Katharina Maiwald, Tel.: 13 30 31

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

Anmeldungen bitte an: [fbs@darmstadt.de](mailto:fbs@darmstadt.de)



|   |                                                 |       |     |
|---|-------------------------------------------------|-------|-----|
| ● | <b>Kinderernährung</b>                          | Seite | 96  |
| ● | <b>Kochen</b>                                   | Seite | 97  |
| ● | <b>Prävention</b>                               | Seite | 100 |
| ● | <b>Spezielle Zielgruppen</b>                    | Seite | 103 |
| ● | <b>Backen/Confiserie</b>                        | Seite | 104 |
| ● | <b>Internationale Küche</b>                     | Seite | 105 |
| ● | <b>Kochen/Backen mit Kindern</b>                | Seite | 111 |
| ● | <b>Kochen/Backen für Kinder und Jugendliche</b> | Seite | 112 |
| ● | <b>Entspannung und Bewegung</b>                 | Seite | 113 |
| ● |                                                 |       |     |

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.

# KINDERERNÄHRUNG

## **B(r)eikost für Babys (mit Babys)**

---

Irgendwann zwischen dem 5. bis 9. Lebensmonat wird die flüssige Nahrung des Babys nach und nach auf B(r)eikost umgestellt.

- Was braucht mein Baby jetzt?
- Wie kann der Übergang zur festen Nahrung gut gestaltet werden?
- Wie sieht der Speiseplan des Babys aus?

All diese Fragen werden in dem Seminar besprochen.

Kursleitung: Katharina Maiwald

### **501-01-F1**

05.02.2020  
Mittwoch, 1x  
09.30 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.08  
Gebühr: 6,70 €

### **501-02-F1**

20.05.2020  
Mittwoch, 1x  
09.30 – 11.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.08  
Gebühr: 6,70 €

## **Kochen für Babys – Babynahrung vom 5. – 12. Lebensmonat selbst hergestellt (mit Babys)**

---

Wir bereiten verschiedene warme Mahlzeiten für Babys selber zu – von Gemüse über Karotte & Co. Bis Fleisch und Fisch. Alles, was Ihnen hilft von der Einkaufsentscheidung bis zur Vorratshaltung.

Kursleitung: Katharina Maiwald

### **501-03-F1**

18.03.2020  
Mittwoch, 1x  
09.30 – 12.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 8,00 €

### **501-04-F1**

24.06.2020  
Mittwoch, 1x  
09.30 – 12.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 8,00 €

### **Lebensmittelumlage:**

ca. 5,00 €



## KOCHEN

### Gesunde, basische Gerichte! 1

Alle Welt redet über basische Ernährung. Was ist das eigentlich? Was bewirkt das in unserem Körper? Und auf was muss ich alles achten? Wie kann ich mit dieser Ernährung einige Pfunde loswerden? Das ist doch bestimmt alles so kompliziert?

Nein, ist es nicht, wenn man weiß wie! Und genau das werde ich Ihnen näherbringen und Ihnen zeigen, wie lecker und gesund basische Ernährung ist! Wir kochen blitzschnell ein ganzes Menü: Cremig gefüllte Champignons, Bruschetta auf Süßkartoffel-Toastie mit Chips und Saubohnen-Erbсен Mash, Cremige Bananen-Mango-Nicecream.

Kursleitung: Stefanie Arlt

#### 502-01-F1

11.02.2020  
Dienstag, 1x  
18.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 11,90 €  
Lebensmittelumlage:  
14,00 €

#### Bitte mitbringen:

Sammelbehältnis

### Gesunde, basische Gerichte! 2

Noch ein anderes basisches Menü – blitzschnell zubereitet: Gemüsestäbchen mit Paprikadip, Hamli mit scharfen Kartoffelwürfeln und ein warmer Tomatensalat im Paprikaboot, Mousse au Chocolat. Alles rein pflanzlich. (Die Speisenzusammenstellung ist nicht verbindlich und kann variieren.) Dieser Kurs ist für Laktoseintolerante geeignet.

Kursleitung: Stefanie Arlt

#### 502-02-F1

05.03.2020  
Donnerstag, 1x  
18.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 11,90 €  
Lebensmittelumlage:  
14,00 €

#### Bitte mitbringen:

Sammelbehältnis

## ● **Vegetarische Frühjahrsgemüse-Küche**

Wir lernen das frische Gemüse jetzt im Frühjahr kennen und zaubern an diesem Abend leckere Gerichte ganz ohne Fleisch. Buntres Gemüse ergänzen wir mit Tofu und verschiedenen Getreidesorten, um die ganze Bandbreite vegetarischer Küche zu entdecken und zu probieren.

Kursleitung: Nadine Völpel

### **502-03-F1**

14.05.2020  
Donnerstag, 1x  
18.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 11,90 €

#### **Lebensmittellage:**

10,00 €

## ● **Basische Gerichte zum Entschlacken**

Passend zur Fastenzeit, der Zeit der Entschlackung im Frühjahr, wollen wir unseren Säure-Basen-Haushalt wieder richtig in Schwung bringen und unseren Stoffwechsel anregen. So vertreiben wir die Frühjahrsmüdigkeit! Statt aus den gewohnten Säurebildnern, wie Getreide, Fleisch und Milchprodukten, zaubern wir an diesem Abend leckere Gerichte ausschließlich aus den Basenbildnern Gemüse und Obst. Für Vegetarier und Veganer geeignet!

Kursleitung: Nadine Völpel

### **502-04-F1**

19.03.2020  
Donnerstag, 1x  
18.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02. (Küche)  
Gebühr: 11,90 €

#### **Lebensmittellage:**

11,00 €

## ● **Mit leichten Gerichten in den Frühling starten**

Gerade das Frühjahr bietet sich an, den Körper mit Frühlingsgemüse und Obst zu entschlacken. Verschiedene Rezepte werden vorgestellt, die den Körper reinigen, den Stoffwechsel anregen, von ihrem Energiegehalt nicht so sehr belasten, aber dennoch lecker schmecken.

Kursleitung: Elke Schneider

### **502-05-F1**

21.03.2020  
Samstag, 1x  
15.00 – 19.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 11,90 €

#### **Lebensmittellage:**

12,50 €



## Vielfältige Nudelgerichte

Nudeln einfach mal selbst machen oder fertige Nudeln mit neuen Zutaten kombinieren und zubereiten. In diesem Kochkurs dreht sich alles rund um die Nudel. Es finden vegetarische, vegane und mit tierischen Zutaten gespickte Rezepte in diesem Kochkurs ihre Anwendung.

Kursleitung: Elke Schneider

### 502-06-F1

04.04.2020  
Samstag, 1x  
15.00 – 19.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 11,90 €

#### Lebensmittelumlage:

12,00 €

## Kräuterwanderung

Lernen Sie auf einem Spaziergang Kräuter kennen, die schmackhaft sind. Sie helfen Ihnen bei der Umstellung vom Winter auf den Sommer und geben Energie für die kommende Jahreszeit.

Für Fragen an die Kursleiterin: 06166-920535

Kursleitung: Edith Kleinhenz

### 502-07-N1

19.04.2020  
Sonntag, 1x  
10.00 – 13.00 Uhr  
Brunnenwirt, Fischbachtal,  
OT Niedernhausen  
Gebühr:  
Erw.: 9,30 €  
Kind: 4,50 €

#### Lebensmittelumlage:

2,00 €

#### Bitte mitbringen:

Sammelbehältnis  
Wettergemäße Kleidung

## Zucchini Kochkurs

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

### 502-08-F1

06.06.2020  
Samstag, 1x  
15.00 – 19.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 11,90 €

#### Lebensmittelumlage:

12,00 €

**Bitte Behälter für  
Lebensmittelreste  
mitbringen!**

# PRÄVENTION

## **Homöopathische Hausapotheke – Erste Hilfe mit Kügelchen**

---

Mit Homöopathie können auch schwere Krankheitszustände erfolgreich behandelt werden – unter Beobachtung eines erfahrenen Therapeuten! Ebenso kann sich jeder bei akuten Beschwerden mit bewährten Mitteln verblüffend wirkungsvoll helfen.

Wer eine homöopathische Hausapotheke hat und die anzuwenden weiß, ist sicher im Umgang mit leichten Beschwerden, Insektenbissen, kleineren und größeren Verletzungen. In dem Kurs lernen Sie, wann man welches Mittel gibt, in welcher Dosierung und Potenz, wie man den Behandlungsverlauf einschätzt, wann Mittel wiederholt werden und welche Mittel in Ihrer Hausapotheke sein sollten. Wer bereits eine solche Apotheke hat, erfährt mehr zu den einzelnen Mitteln und ihren Anwendungsgebieten.

Kursleitung: Claudia Buchenauer

### **503-01-F1**

29.04.2020  
Mittwoch, 1x  
18.30 – 20.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.08  
Gebühr: 6,70 €

## Hausmittel – feuchte Wickel und Umschläge – Wirkungsweise und einfache Anwendung

Halswickel bei Erkältung, Heiserkeit, Wadenwickel bei Fieber, Gelenkwickel bei Arthrose, Leibwickel bei Brustentzündung, Schulterwickel bei Verletzungen – Wickel und Umschläge scheinen aus dem Allgemeinwissen zu verschwinden. Dabei sind sie völlig unkompliziert und ohne Vorkenntnisse anzuwenden!

Lernen Sie die wissenschaftlichen Hintergründe und Wirkungsweise des „Heilens mit dem Wasser“ auch SPA – Sanum per aquam – kennen. Gleichzeitig üben wir einfache Wickeltechniken, so dass Sie diese sofort im Familienkreis anwenden können. Wie schön ist es zu erleben, dass zum Beispiel bei kleinen Kindern Schmerzen schnell verschwinden und wie quengelige kranke Kinder sich schneller beruhigen und einschlafen können.

Kursleitung: Karfried Kessler

### 503-02-F1

18.02.2020  
Dienstag, 1x  
18.00 – 20.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.01  
Gebühr: 8,00 €

### 503-03-F1

11.03.2020  
siehe oben

#### Bitte mitbringen:

Stoffwindel, kleines Frotteetuch,  
Leintuch (oder Molton- oder  
Wollhandtuch), eine Plastiktüte  
und eine Waschschüssel



## Die Fußreflexzonen-Massage stellt sich vor Grundkurs

---

Einführung in die Reflexzonen am Fuß und Sie erlernen einfache Griffe und Massagetechniken, die Sie bei sich selbst und bei anderen einsetzen können. Eine Jahrhunderte alte Methode, die bereits von den Ägyptern und diversen Naturvölkern praktiziert wurde. Das Abbild des menschlichen Körpers findet sich im Fuß wieder und wird gezielt behandelt. Die Fußreflexzonen-Massage kann von jedem erlernt werden, der sowohl sich selbst als auch dem Partner und der Familie etwas Gutes tun möchte. Sie dient zur Prävention, zum Wohlbefinden, zur Entspannung und Regeneration. An eine kurze theoretische Einführung schließt sich ein ausführlicher praktischer Teil mit vielen Übungen an. Die Teilnehmer erhalten schriftliche Unterlagen zum Üben für Zuhause.

### 503-04-F1

25.04.2020  
Samstag, 1x  
09.30 – 12.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum: 0.01  
Gebühr: 11,25 €

## Aufbaukurs

---

Vertiefung der Techniken aus dem Grundkurs, wir erweitern unser Repertoire und gehen auf Erfahrungen und Fragen aus der Praxis der Teilnehmer ein. Die Teilnahme am Grundkurs ist Voraussetzung.

Kursleitung: Karfried Kessler

### 503-05-F1

09.05.2020  
Samstag, 1x  
09.30 – 12.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.01  
Gebühr: 11,25 €

### Bitte mitbringen:

Eine Decke,  
Kopfkissen, Knierolle und  
bequeme Kleidung, bitte  
kurzgeschnittene Fingernägel



## FÜR SPEZIELLE ZIELGRUPPEN

### Kochen um die Welt – Jedes Mal sind wir in einem anderen Land (inklusive Kochtreff)

Beim gemeinsamen Kochen und Backen werden wir sehr viel Spaß haben. Wir lernen etwas über verschiedene Länder und die Zubereitung der Lebensmittel kennen. Am Ende jeder Kursstunde genießen wir die leckeren Speisen.

*Kooperation mit der Kurt-Jahn-Anlage Darmstadt*

Kursleitung: Anja Altvater-Frowein

Wenn Sie Unterstützung zur Überwindung von Barrieren wünschen – sprechen Sie uns an.

Frau Maiwald, Tel.: 13 30 31

#### 504-01-F1

28.02.2020  
27.03.2020  
08.05.2020  
19.06.2020  
freitags, 4x  
14.00 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 32,70 €

#### Lebensmittelumlage:

35,00 €

### Männer-Senioren-Kochtreff

Fortsetzung

Kursleitung: Katharina Maiwald

Bitte fragen Sie nach unter

Tel.: 13 30 31 – Frau Maiwald oder

Tel.: 13 25 09 – Frau Redemund

#### 504-02-F1

18.02.2020  
24.03.2020  
28.04.2020  
09.06.2020  
dienstags, 4x  
09.30 – 13.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 43,10 €

#### Lebensmittelumlage:

ca. 50,00 €

## BACKEN/CONFISERIE

### **Schoko-Trüffel selbst gemacht zum Verschenken oder selbst 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 Schmunck

#### **505-01-F1**

12.02.2020  
Mittwoch, 1x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 13,20 €

#### **Lebensmittelumlage:**

10,00 €

## INTERNATIONALE KÜCHE

### Die Thailändische schnelle Küche - Neue Rezepte -

Die thailändische Küche besticht durch ihre schlichte Raffinesse. Lernen Sie die Vielfalt der frischen Zubereitung von Gemüse, Fleisch, Fisch, Garnelen sowie rotem oder grünem Curry kennen. Wir werden im Handumdrehen exotische Köstlichkeiten im Wok zubereiten.

Kursleitung: Kwanjai Jaeger

#### 506-01-F1

21.02.2020  
Freitag, 1x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum: 0.02 (Küche)  
Gebühr: 10,60 €

#### Lebensmittellage:

11,00 €

#### Bitte mitbringen:

Einen eigenen Wok, falls vorhanden



### Die echte italienische Küche

Die italienische Küche besteht nicht nur aus Pizza und Nudeln, sie bietet auch eine große Auswahl an unterschiedlichsten und vielfältigsten Gaumenfreuden. Wir wollen diesen Abend nutzen, um aus verschiedenen Regionen typische Gerichte zu kochen, die meist aus 3 – 4 Gängen bestehen werden.

Kursleitung: Elke Schneider

#### 506-02-F1

29.02.2020  
Samstag, 1x  
15.00 – 19.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum: 0.02 (Küche)  
Gebühr: 11,90 €

#### Lebensmittellage:

15,00 €

## **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. Diese Ernährung enthält nicht nur viel von den besonders gesunden einfach ungesättigten Fettsäuren des Olivenöls, sondern auch enorm viele Vitamine und Mineralstoffe und ist reich und wertvoll an sekundären Pflanzenstoffen. Das sind jene Schutz- und Heilssubstanzen, die wir täglich mit Früchten, Gemüse und Salaten essen, und über dessen Wirkungen 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

### **506-03-F1**

09.05.2020  
Samstag, 1x  
15.00 – 19.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum: 0.02 (Küche)  
Gebühr: 11,90 €

**Lebensmittelumlage:**  
12,50 €

## **Sushi – neue Rezepte!**

---

Lernen Sie die Zubereitung dieser weltweiten Delikatesse kennen, mit ganz frischen Zutaten wie Fisch, Garnelen, Gemüse, Seetang, Wasabi, Sojasoße und Ingwer. Mit so geheimnisvollen Namen wie: Hosomaki, Futomaki, Nigiri, Sake-Maki, Ebi, Tomago, California Roll oder Inside out.

Kursleitung: Kwanjai Jaeger

### **506-04-F1**

20.03.2020  
Freitag, 1 x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 10,60 €

**Lebensmittelumlage:**  
11,00 €



## Vietnamesische Küche

Die vietnamesische Küche hebt sich durch ihre einzigartige Gewürzmischung und Zubereitungsart hervor. Durch geographische Gegebenheiten ergeben sich sehr traditionelle gebietsbedingte Ess- und Geschmacksgewohnheiten. Sie erlernen die Zubereitung landestypischer Gerichte, mal raffiniert, mal einfach. Es werden Ihnen interessante Einblicke in Vietnamesische Lebens- und Essgewohnheiten gegeben, die Ihnen das Land und seine geheimnisvollen Seiten näher bringen.

Kursleitung: Thi Thanh Thuy Duong

### 506-05-F1

20.05.2020  
27.05.2020  
mittwochs, 2x  
18.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 19,70 €

#### Lebensmittelumlage:

18,00 €

## Spanische Tapas 3

Noch mehr pflanzliche Tapas! Wer noch nicht genug bekommen hat und noch mehr leckere Tapas ausprobieren möchte, fühle sich herzlich eingeladen im Kurs mitzuarbeiten! Dies erwartet Sie unter anderem: Papas Arrugadas, Empanadas, Zitronen Aioli mit frittierten Oliven, Avocado Pommes mit Dip, Kartoffel Tortilla, marinierte Zucchini, Kanarischer Kartoffelsalat, Polenta-Fritten... u.v.m.. Alles rein pflanzlich.

Kursleitung: Stefanie Arlt

### 506-06-F1

05.02.2020  
Mittwoch, 1x  
18.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 11,90 €

#### Lebensmittelumlage:

14,00 €

Dieser Kurs ist für Laktoseintolerante geeignet. (Die Speisenzusammensetzung ist nicht verbindlich und kann variieren.)

## Spanische Tapas 4

---

Noch mehr Tapas! Wer noch nicht genug bekommen hat und noch mehr leckere Tapas ausprobieren möchte, fühle sich herzlich eingeladen im Kurs mitzuarbeiten! Dies erwartet Sie unter anderem: Marinierte Paprikaschoten, Zwiebeln in Sherry-Essig, Grillgemüse Dip, herzhafte Liebesäpfel, mit Kartoffeln und Zucchini gefüllte Tomaten, Süßkartoffelecken, gefüllte Auberginenröllchen, Rosmarin-Olivenbrot... und vieles mehr.

Kursleitung: Stefanie Arlt

### 506-07-F1

11.03.2020  
Mittwoch, 1x  
18.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 11,90 €

#### Lebensmittelumlage:

14,00 €

Dieser Kurs ist für Laktoseintolerante geeignet.  
(Die Speisenzusammensetzung ist nicht verbindlich und kann variieren.)

## Indisch Kochen 3

---

Wer noch nicht genug bekommen hat und noch mehr leckere, pflanzliche, indische Gerichte ausprobieren möchte, fühle sich herzlich eingeladen im Kurs mitzuarbeiten! Unter anderem Korma Currypaste, Garam Masala Currypulver, Mango Lassi, Samosas, Rajma Masala, Navratan Korma uvm! Alles rein pflanzlich.

Kursleitung: Stefanie Arlt

### 506-08-F1

06.02.2020  
Donnerstag, 1x  
18.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 11,90 €

#### Lebensmittelumlage:

14,00 €

Dieser Kurs ist für Laktoseintolerante geeignet.  
(Die Speisenzusammensetzung ist nicht verbindlich und kann variieren.)

## Indisch Kochen 4 Streetfood

---

Jetzt mal etwas ganz anderes: Leckerer, indian Streetfood! Ihr werdet Euch wie auf einem indischen Markt fühlen und könnt Euch durch eine Variation von pflanzlichen indischen Streetfood-Wägen füttern. Na? Lust? Unter Anderem Ragda Patties, Poori Masala, Aloo Kulcha, Paneer Tikka ... u.v.m.. Alles rein pflanzlich.

Kursleitung: Stefanie Arlt

### 506-09-F1

12.03.2020  
Donnerstag, 1x  
18.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 11,90 €

#### Lebensmittelumlage:

14,00 €

Dieser Kurs ist für Laktoseintolerante geeignet.  
(Die Speisenzusammensetzung ist nicht verbindlich und kann variieren.)

## Eine Nacht in Marrakesch 1

Fremde Gewürze, Gerüche und Speisen. Und wir begeben uns auf eine Reise in die kulinarische Vielfalt der bezaubernden Stadt Marrakesch. Es erwartet Sie: Harissa Paste, Ras el Hanout Pulver, Batbout (Pfannenbrot), Gemüsetajine, marokkanisch gebackener Blumenkohl, marokkanische Karotten, Zitronencouscous. Lassen Sie sich überraschen, was der Gewürzmarkt alles herzugeben hat. Alles rein pflanzlich.

Kursleitung: Stefanie Arlt

### 506-10-F1

10.02.2020  
Montag, 1x  
18.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 11,90 €

#### Lebensmittelumlage:

14,00 €

Dieser Kurs ist für Laktose-intolerante geeignet.  
(Die Speisenzusammensetzung ist nicht verbindlich und kann variieren.)



## Eine Nacht in Marrakesch 2

Orientalische Mezze (Vorspeisen oder Gerichte zum Naschen) des Nahen Ostens. Wir kochen Cig Köfte und Cacik (Türkische „rohe Klöße“ mit türkischem Tzatziki), Kubbeh Selek (irakische Klöschen in Roter Beete Suppe), Kuschari (Ägyptisches Gericht mit Linsen, Reis und Nudeln) ... lassen Sie sich von der bunten Vielfalt auf Ihrem Tisch verzaubern! Alles rein pflanzlich.

Kursleitung: Stefanie Arlt

### 506-11-F1

12.05.2020  
Dienstag, 1x  
18.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 11,90 €

#### Lebensmittelumlage:

14,00 €

Dieser Kurs ist für Laktose-intolerante geeignet.  
(Die Speisenzusammensetzung ist nicht verbindlich und kann variieren.)

## Mezze – Orientalische Tapas 1

---

Orientalische Mezze (Vorspeisen oder Gerichte zum Naschen) des nahen Ostens. Wir kochen Fattusch (Libanesischer Brotsalat), Baba Ganoush / Hazilim (Israelisches Auberginenmus), Falaffel (Israelische Kichererbsenbällchen), Ful (Sudan/Ägyptische Frühstücksbohnen) Kisir (Türkischer Bulgur Salat), Cacik (Türkisches Tzatziki), Kibbeh (Irak/Armenische herzhaft gefüllte Bulgurbällchen) ... lassen Sie sich von der bunten Vielfalt auf Ihrem Tisch verzaubern! Alles rein pflanzlich.

Kursleitung: Stefanie Arlt

### 506-12-F1

13.02.2020  
Donnerstag, 1x  
18.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 11,90 €

#### Lebensmittelumlage:

14,00 €

Dieser Kurs ist für Laktoseintolerante geeignet.  
(Die Speisenzusammensetzung ist nicht verbindlich und kann variieren.)

## Mezze – Orientalische Tapas 2

---

Orientalische Mezze (Vorspeisen oder Gerichte zum Naschen) des nahen Ostens. Wir kochen Cig Köfte und Cacik (Türkische „rohe Klöße“ mit türkischem Tzatziki), Kubbeh Selek (Irakische Klöschen in Roter Beete Suppe), Kuschari (Ägyptisches Gericht mit Linsen, Reis und Nudeln) ... lassen Sie sich von der bunten Vielfalt auf Ihrem Tisch verzaubern! Alles rein pflanzlich.

Kursleitung: Stefanie Arlt

### 506-13-F1

13.05.2020  
Mittwoch, 1x  
18.00 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 11,90 €

#### Lebensmittelumlage:

14,00 €

Dieser Kurs ist für Laktoseintolerante geeignet.  
(Die Speisenzusammensetzung ist nicht verbindlich und kann variieren.)



## KOCHEN/BACKEN MIT KINDERN

### Von der Kakaobohne zur Schokolade – Für Erwachsene mit Kindern ab 5 Jahren

Eine Schokoladenwerkstatt für Kinder ab 5 Jahren mit Eltern (Mama, Papa, Oma, Opa...). Wir erfahren, wo und wie Schokolade auf Bäumen wächst und wie viel Arbeit es ist, bis aus den Kakaobohnen eine Schokoladentafel wird. Aus Kakaobohnen und anderen Zutaten stellen wir unsere eigene Schokolade her, die wir zum Abschluss gemeinsam mit dem Urkakao, dem Aztekentrunk probieren werden. Informationen über die Besonderheiten von fair gehandelter Schokolade runden diese Schokoladenwerkstatt für Groß und Klein ab.

Kursleitung: Petra Schefzyk / Friederike Mühlherr

#### 507-01-F1

28.03.2020  
Samstag, 1x  
15.00 – 17.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
und 0.04  
Gebühr:  
Erw.: 6,75 €  
Kind: 3,75 €

#### Lebensmittelumlage:

2,50 € p.P.

#### Bitte mitbringen:

Behälter zum Transportieren der selbstgemachten Schokolade

#### In Kooperation mit dem Weltladen Darmstadt.

### Kochen mit Kindern mit dem Wok – einfach, schnell und frisch

Für Erwachsene mit Kindern von 6 – 12 Jahren  
Der asiatische Wok oder eine Großraumpfanne sind besonders gut geeignet für ein kinderleichtes Menü. Entsprechend vorbereitet kann hier mit den Kids im Handumdrehen aus verschiedensten Zutaten ein leckeres und gesundes Essen hergestellt werden. Wir verwenden was gefällt, z. B. Gemüse oder Obst der Saison, Ei, Hähnchenfleisch, Wantan, Reis, Sate oder Nudeln dazu.

Kursleitung: Kwanjai Jaeger

### Bitte beachten Sie auch Kurs 502-07-N1 Kräuterwanderung

#### 507-02-F1

25.04.2020  
Samstag, 1x  
10.00 – 13.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr:  
Erw.: 7,80 €  
Kind: 4,50 €

#### Lebensmittelumlage:

10,00 € je Team

#### Bitte mitbringen:

Einen eigenen Wok,  
falls vorhanden

## KOCHEN/BACKEN FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

### Faschings-Party-Büffet

---

Für Kinder ab 10 Jahre

Heute ist „Altweiberfasching“ – Wir zaubern ein tolles Partybüffet. Im Handumdrehen werden aus verschiedenen einfachen Zutaten leckere Partysnacks, Salate, Fingerfood. Geschmackvoll wird Gemüse in Wraps verpackt, Nuggets und Hackklößchen selbst zubereitet und tolle frische und herzhafte Salate hergestellt. Und anschließend feiern wir – wer mag, auch mit Verkleidung, mit unserem super tollen Party-Büffet Fasching.

Kursleitung: Petra Komadina

#### 508-01-F1

20.02.2020  
Donnerstag, 1x  
15.00 – 20.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 11,50 €

#### Lebensmittelumlage:

9,50 €

### Pizza mal anders!

---

Für Kinder ab 10 Jahre

Alle lieben Pizza, nicht nur Teenager – die ist nun mal toll wenn Freunde kommen. In dem Kurs stellen wir verschiedene Variationen von Pizza her. Mal vegetarisch, mal klassisch mit Salami/Schinken, mal mit Alternativen zu Mehl wie Erbsenmehl oder auch mit Kürbis. So ist es ein Genuss ohne Reue – denn Pizza schmeckt auch, wenn sie nicht vor Fett trieft. Ihr werdet begeistert und überrascht sein, wie einfach es sein kann, eine geschmackvolle Pizza zu zaubern.

Kursleitung: Petra Komadina

#### 508-02-F1

24.04.2020  
Freitag, 1x  
15.30 – 18.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 6,50 €

#### Lebensmittelumlage:

7,50 €

## Burgertime für Kids

Für Kinder ab 10 Jahre

Liebt ihr Burger, dann seid ihr hier richtig. Schon einmal Hackfleisch durch den Fleischwolf gedreht? Wir stellen unseren Burger selbst her und zwar von der Tomatensauce, den Patties, verschiedene Dips bis hin zu Toppings. Mit jeder Menge frischen Zutaten und einem Ceasar`s Salat, machen wir jeder Fast Food Kette Konkurrenz. Probieren lohnt sich!

Kursleitung: Petra Komadina

### 508-03-F1

12.06.2020  
Freitag, 1x  
15.30 – 18.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.02 (Küche)  
Gebühr: 6,50 €

### Lebensmittelumlage:

7,50 €



## ENTSPANNUNG UND BEWEGUNG

Wir verweisen auf weitere Angebote zu dem Bereich Gesundheit im Programm der Volkshochschule hin.

Volkshochschule Darmstadt  
Justus-Liebig-Haus, Große Bachgasse 2  
Tel.: 13 27 86 und 13 30 35  
[www.darmstadt.de/vhs](http://www.darmstadt.de/vhs)

# ENTSPANNUNG FÜR ERWACHSENE

## Ruhe-Inseln

---

Sie sind auf der Suche zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden, möchten gerne öfters mal zur Ruhe kommen? Sie möchten sich einfach mal orientieren, was es überhaupt für Methoden und Möglichkeiten zum Stressabbau und zur Entspannung gibt? Gönnen Sie sich einfach mal den Kurs „Ruhe-Inseln“! An 10 Abenden haben Sie die Möglichkeit, verschiedene Entspannungsmethoden kennen zu lernen, zur Ruhe zu kommen und sich selbst etwas Gutes zu tun. Es kommen Übungen aus der Progressiven Muskelentspannung, dem Autogenen Training und dem Achtsamkeitstraining zum Tragen. Bunt gespickt auch mit Phantasie Reisen und Anwendungen aus dem Shiatsu. Es gibt viele Wege, Stress loszuwerden, den eigenen Körper wieder zu spüren, Kraft zu tanken, versuchen Sie einfach mal diesen!

Kursleitung: Elke Schneider

### 509-01-W1

30.01.– 02.04.2020  
donnerstags, 10x  
18.30 – 20.00 Uhr  
Wixhausen, Verdistr. 22  
Eltern-Kind-Raum  
Gebühr: 40,50 €

#### Bitte mitbringen:

warme Socken, bequeme  
Kleidung, ein Kissen und wer  
leicht friert: eine Wolldecke

## Hatha-Yoga für Senioren – Einsteiger und Ungeübte

---

Für Yoga ist es nie zu spät, auch in höherem Alter oder mit der einen oder anderen körperlichen Einschränkung. Sanfte Yogaübungen, speziell für Senioren, Ungeübte und Einsteiger dehnen und kräftigen die Wirbelsäule, entspannen Geist und Körper, beruhigen das Nervensystem und können zur geistigen und körperlichen Ausgeglichenheit beitragen.

Kursleitung: Waltraud Ortkamp

### 509-02-K1

14.01.– 31.03.2020  
dienstags, 12x  
14.00 – 15.00 Uhr  
Kranichstein,  
Bartningstr. 33  
Gebühr: 32,70 €

### 509-03-K1

05.05. – 30.06.2020  
dienstags, 9x  
siehe oben  
Gebühr: 24,90 €

#### Bitte beachten:

In den Osterferien finden  
keine Kurse statt.

## Hatha-Yoga für Frauen und Männer Ü60

Yoga ist eine ideale Möglichkeit Körper und Geist zu harmonisieren und die Energien ins Gleichgewicht zu bringen. Durch die Verbindung von Atmung und Körperübung, Konzentration und Meditation wird das Wohlbefinden gesteigert und die Gesundheit gefestigt. Übungen zur praktischen Anwendung im Alltag entspannen Geist und Körper, geben uns Ruhe und innere Ausgeglichenheit.

Kursleitung: Waltraud Ortkamp

## Yoga

Yoga ist entstanden im Laufe von mehreren tausenden Jahren in Indien und umfasst verschiedene Lehren. Aus der Beschäftigung mit der Frage nach dem Grund des Lebens sind entsprechende Methoden für die Gestaltung eines sinnerfüllten Lebens entwickelt worden. Das Grundprinzip des Yoga ist die Harmonie von Körper, Seele und Geist. Durch Körper- und Atemübungen wird versucht, ein Gleichgewicht zwischen An-spannung und Entspannung herzustellen und Beschwerden wie Kopfschmerzen, Rückenschmerzen und Schlaflosigkeit zu lindern sowie die Körperwahrnehmung zu fördern.

### Bitte mitbringen:

Eine Decke, bequeme Kleidung, Socken und Yoga Sitzkissen. Bitte 2 Stunden vor Kursbeginn nichts essen.

Kursleitung: Gloria Bartusch

### 509-04-K1

14.01. – 31.03.2020  
dienstags, 12 x  
15.30 – 16.30 Uhr  
Kranichstein  
Bartningstr. 33,  
Gebühr: 32,70 €

### 509-05-K1

05.05. – 30.06.2020  
dienstags, 9x  
siehe oben  
Gebühr: 24,90 €

### Bitte beachten:

In den Osterferien  
finden keine Kurse statt.



### 509-06-F1

27.01. – 30.03.2020  
(nicht am 24.02.20)  
montags, 9x  
09.00 – 10.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Bewegungsraum  
Gebühr: 36,60 €

### 509-07-F1

27.01. – 30.03.2020  
montags, 9x  
17.30 – 19.00 Uhr  
siehe oben  
Gebühr: 36,60 €

### 509-08-F1

04.05. – 29.06.2020  
montags, 8x  
09.00 – 10.30 Uhr  
siehe oben  
Gebühr: 32,70 €

### 509-09-F1

04.05. – 29.06.2020  
montags, 8x  
17.30 – 19.00 Uhr  
siehe oben  
Gebühr: 32,70 €

## Yoga

---

Yoga ist entstanden im Laufe von mehreren tausenden Jahren in Indien und umfasst verschiedene Lehren. Aus der Beschäftigung mit der Frage nach dem Grund des Lebens sind entsprechende Methoden für die Gestaltung eines sinnerfüllten Lebens entwickelt worden. Das Grundprinzip des Yoga ist die Harmonie von Körper, Seele und Geist. Durch Körper- und Atemübungen wird versucht, ein Gleichgewicht zwischen An-spannung und Entspannung herzustellen und Beschwerden wie Kopfschmerzen, Rückenschmerzen und Schlaflosigkeit zu lindern sowie die Körperwahrnehmung zu fördern.

### **Bitte mitbringen:**

Eine Decke, bequeme Kleidung, Socken und Yoga Sitzkissen. Bitte 2 Stunden vor Kursbeginn nichts essen.

Kursleitung: Gloria Bartusch

### **509-10-W1**

29.01. – 01.04.2020  
(nicht am 25.03.2020)  
mittwochs, 9x  
17.00 – 18.30 Uhr  
Wixhausen, Verdistr. 22  
Bewegungsraum  
Gebühr: 36,60 €

### **509-11-W1**

29.01. – 01.04.2020  
(nicht am 25.03.2020)  
mittwochs, 9x  
18.45 – 20.15 Uhr  
Wixhausen, Verdistr. 22  
Bewegungsraum  
Gebühr: 36,60 €

### **509-12-W1**

06.05. – 01.07.2020  
mittwochs, 9x  
17.00 – 18.30 Uhr  
Wixhausen, Verdistr. 22  
Gebühr: 36,60 €

### **509-13-W1**

06.05. – 01.07.2020  
mittwochs, 9x  
18.45 – 20.15 Uhr  
Wixhausen, Verdistr. 22  
Gebühr: 36,60 €

## Autogenes Training, Grund- und Mittelstufe

---

Autogenes Training ist eine Entspannungsmethode, die auf Autosuggestion basiert. In unserer heutigen Gesellschaft sind Zeitdruck, Stress und permanente Hektik immer häufiger die Ursache für psychische Erkrankungen und physische Krankheit. Schwindel, Burnout oder Depression sind Beispiele für mögliche Folgen dieses Lebenswandels. Deshalb ist es umso wichtiger, sich regelmäßig eine Auszeit zu nehmen und richtig zu entspannen.

Autogenes Training kann dabei helfen den Körper wieder in Einklang zu bringen. Des Weiteren wird es bei Nervosität, Schlafstörungen und psychosomatischen Beschwerden wie Kopfschmerzen, Verdauungsstörungen oder Bluthochdruck eingesetzt.

Kursleitung: Elke Schneider

### 509-14-K1

28.01. – 17.03.2020  
dienstags, 8x  
18.30 – 20.00 Uhr  
Kranichstein  
Bartningstr. 33  
Bewegungsraum  
Gebühr: 32,70 €



## BEWEGUNG FÜR ERWACHSENE

### Aquagymnastik für Jedermann

---

Im Wasser sind Bewegungsabläufe möglich, die an Land nicht bzw. nur sehr beschwerlich ausgeführt werden können. Sanfte, gymnastische Bewegungen gegen den Wasserwiderstand kräftigen die Muskulatur und wirken sich positiv auf Atmung und Herz-Kreislaufsystem aus. Ausdauer und Kondition werden gestärkt, die Freude am Können und Spaß in der Gemeinschaft fördern das Wohlbefinden und die Psyche. Ein Kurs für Jedermann/-frau jeden Alters.

Kursleitung: Manuela Oestreich

#### 511-01-JB1

16.01. – 19.03.2020  
donnerstags, 10x  
09.00 – 10.00 Uhr  
Jugendstilbad  
Gebühr: 133,50 €

#### 511-02-JB1

16.04. – 02.07.2020  
donnerstags, 10x  
09.00 – 10.00 Uhr  
siehe oben  
Gebühr: 133,50 €

## 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.

Kursleitung: Andrea Roth

### 511-03-W1

06.01. – 02.03.2020  
montags, 9x  
18.15 – 19.45 Uhr  
Wixhausen,  
Verdistr. 22  
Bewegungsraum  
Gebühr: 36,60 €

### 511-04-W1

06.01. – 02.03.2020  
montags, 9x  
20.00 – 21.30 Uhr  
siehe oben  
Gebühr: 36,60 €

### 511-05-W1

07.01. – 03.03.2020  
dienstags, 9x  
19.00 – 20.30 Uhr  
siehe oben  
Gebühr: 36,60 €

### 511-06-W1

30.03. – 29.06.2020  
montags, 12x  
18.15 – 19.45 Uhr  
siehe oben  
Gebühr: 48,30 €

### 511-07-W1

30.03. – 29.06.2020  
montags, 12x  
20.00 – 21.30 Uhr  
siehe oben  
Gebühr: 48,30 €

### 511-08-W1

31.03. – 30.06.2020  
dienstags, 12x  
19.00 – 20.30 Uhr  
siehe oben  
Gebühr: 48,30 €



## Tai Chi und Qi Gong für Anfänger

Qi Gong ist Arbeit mit der Qi- oder Lebensenergie. Kurze, leicht zu erlernende Übungen verstärken und harmonisieren den Energiefluss. Blockaden und Verspannungen werden gelöst und die Muskulatur wird gedehnt und gestärkt. Der Stoffwechsel angeregt. Die vermehrte Versorgung mit Sauerstoff und Energie führt zu Entgiftung und Reinigung des Körpers. Bestimmte Organe und Organsysteme werden angesprochen, unser Immunsystem wird leistungsfähiger.

Tai Chi ist eine alte, chinesische Bewegungskunst, die mit weichen und fließenden Bewegungen wohltuend für Körper, Geist und Seele ist. Tai Chi zentriert und verwurzelt uns, richtet auf und lässt uns unsere Mitte finden. Gedanken kommen zur Ruhe, der Geist wird klar, Meditation in der Bewegung. Weich, sanft und doch kraftvoll und stark werden Körperbewusstsein, Bewegungskoordination und Balance geschult. Gerade für ältere Menschen sehr wichtig, die Sturzgefahr wird dadurch deutlich verringert.

Kursleitung:

Leonie Böffinger / Annette Böffinger

### 511-09-K1

17.01. – 03.07.2020  
freitags, 20x  
09.15 – 10.45 Uhr  
Kranichstein,  
Bartningstr. 33  
Bewegungsraum  
Gebühr: 79,50 €

### Für Fortgeschrittene

#### 511-10-K1

17.01. – 03.07.2020  
siehe oben

## Kooperation mit der VHS

In Kooperation mit der VHS Darmstadt finden ab dem 19.

Februar bis 20. Mai 2020 in unserer Außenstelle in Kranichstein, Bartningstraße 33, zwei Kurse „**Gymball Drumming**“ um 17:30 Uhr und um 18:30 Uhr statt. Bitte melden Sie sich bei Interesse in der VHS an. Sie finden die Kurse im neuen VHS-Programm ab dem 20.01.2020 unter den Nummern **302.26** und **302.27**.

# Pädagogik – Psychologie

Fachbereichsleiterin:

Sonja Brenner, Tel.: 13 40 54

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

Anmeldungen bitte an: [fbs@darmstadt.de](mailto:fbs@darmstadt.de)



---

|                                 |       |     |
|---------------------------------|-------|-----|
| <b>Thematische Elternabende</b> | Seite | 122 |
|---------------------------------|-------|-----|

---

|                                        |       |     |
|----------------------------------------|-------|-----|
| <b>Elternkurse und Gesprächskreise</b> | Seite | 127 |
|----------------------------------------|-------|-----|

Eltern sein ist schön. Als Eltern sind wir gefordert. Wir müssen uns immer wieder auf neue Entwicklungsschritte des Kindes einstellen und seine Bedürfnisse kennen und verstehen lernen. An unseren thematischen Abenden greifen wir Fragen und Themen auf, die für Eltern wichtig sein können. 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 Ihnen unsere Elternkurse. Der Gewinn, den Sie daraus erzielen können, ist umso größer, wenn beide Elternteile den Kurs besuchen. Durch den günstigen Paarpreis möchten wir Sie dahingehend bestärken und unterstützen.

In Kooperation mit dem DRK finden HIPPY-Kurse statt:

**HIPPY-Familienbildungsprogramm für Eltern mit Vorschulkindern**

„HIPPY“ ist ein interkulturelles Familienbildungsprogramm für Eltern mit 4 – 5 jährigen Kindern. Die Kosten für die Teilnahme betragen 100,00 Euro und ermäßigt 60,00 Euro pro Jahr. Ausführliche Informationen zum Programm und Anmeldung:

**DRK Kreisverband Darmstadt-Stadt e.V., Mornewegstr. 15, 64293 Darmstadt,**

**Tel.: 06151-3606652, Mail: [hippy@drk-darmstadt.de](mailto:hippy@drk-darmstadt.de)**

## THEMATISCHE ELTERNABENDE

### Immer diese Diskussionen

Kann ich das Handy haben? Ich will aber noch nicht ins Bett! Kann ich noch was Süßes? Manchmal müssen Eltern „Nein“ sagen, sei es, um ihre Kinder zu schützen oder um gut für sich selbst zu sorgen. Häufig kommt es dann zu endlosen und anstrengenden Diskussionen, das raubt Zeit, Kraft und Freude.

An diesem Abend geht es um das „Nein“:

- Zu welchen Situationen/Verhaltensweisen will ich nein sagen?
- Wie vermeide ich nervenaufreibende Diskussionen?
- Wie komme ich zu einer Lösung mit meinem Kind?

Kursleitung: Dr. Nicole Wilhelm

### 600-01-F1

05.02.2020  
Mittwoch, 1x  
19.30 – 21.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.17  
Gebühr: 6,70 €

### WINDELN ADE!

„Na, ist er schon sauber?“ Wer kennt sie nicht, diese beliebte Frage von Müttern, Schwiegermüttern, Freunden und Nachbarn. Und schon wird der Alltag von Familien von diesem Thema bestimmt. Insbesondere wenn Kinder das 2. Lebensjahr erreicht haben, stellen Eltern sich die Frage, wie sie ihrem Kind beibringen sollen, in Zukunft auf die Windeln zu verzichten. An diesem Abend wollen wir uns mit den Fragen beschäftigen:

- Wann ist der richtige Zeitpunkt?
- Welche Voraussetzungen müssen gegeben sein?
- Wie kann dieser Entwicklungsschritt von uns gut begleitet werden?
- Was tun bei Rückschritten?

Kursleitung: Andrea Kaupp

### 600-02-F1

06.02.2020  
Donnerstag, 1x  
19.30 – 21.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.17  
Gebühr: 6,70 €

## Warum ist Erziehen so anstrengend?

---

Wir leben in einer immer komplexer werdenden, sehr beschleunigten Zeit.

- Früher aß man einfach, heute überlegen wir, was gesund oder ökologisch vertretbar ist.
- Früher telefonierte man, heute checken wir den AB, Mails, WhatsApp, Instagram...

Ebenso ist es in der Erziehung: Wir stellen uns tausend Fragen am Tag. Kein Wunder also, dass wir erschöpft sind.

An diesem Abend wollen wir der Frage nachgehen, wie wir diesem gesellschaftlichen Phänomen selbstwirksam begegnen können – mit dem Blick auf das wirklich Wichtige in unserem Leben.

Kursleitung: Dr. Nicole Wilhelm

### 600-03-E1

12.03.2020  
Donnerstag, 1x  
19.30 – 21.30 Uhr  
Eberstadt  
Oberstr. 13  
Raum 0.7  
Bewegungsraum  
Gebühr: 6,70 €



## **Zartbesaitet...?**

### **Informationen zum Thema „Hochsensitiv“**

---

Hochsensitive Menschen – ob Kinder oder Erwachsene – erleben die Welt differenzierter und intensiver als andere Menschen. Elaine Aron prägte die Bezeichnung HSP für highly sensitive person. Etwa 15 – 20 % der Bevölkerung gehören zu diesem Personenkreis. HSP nehmen mehr Reize wahr, haben also mehr „Input“ zu verarbeiten. Sie nehmen Feinheiten intensiv wahr, die andere gar nicht bemerken. Das kann zu einer Übererregung des Nervensystems führen, die als Belastung empfunden wird.

- Wie erkennt man HSP?
- Was bedeutet es „highly sensitiv“ zu sein – als Kind – als Erwachsener?
- Welche Auswirkungen hat dieser Wesenszug auf Betroffene und auf die Familie?

Kursleitung: Heidi Schreiber-Grübel

## **600-04-F1**

30.03.2020  
Montag, 1x  
18.30 – 20.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr: 6,70 €

## **Raufbolde und Schmusejungs – Einblicke in Jungenwelten**

---

Den Jungen gibt es nicht. Es gibt die „Rabauken“, aber auch die Jungen, die sich mit Charme und Witz durchsetzen und die Schüchternen, die nicht auffallen. Dieser Abend ist eine Einladung, gemeinsam einen Blick in die Lebenswelt der Jungen zu werfen. Was brauchen sie, um glücklich heranzuwachsen? Warum stehen Jungs so auf Pfeil und Bogen? Warum streiten und kämpfen Jungen so gerne?

Kursleitung: Doris Brand

## **600-05-F1**

26.03.2020  
Donnerstag, 1x  
19.30 – 21.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.17  
Gebühr: 6,70 €

## Hauen, Beißen, Kratzen

---

Wenn Kinder in dieser Weise kommunizieren, wissen wir oft nicht, wie wir reagieren sollen.

- Wie viel soll man erklären?
- Wann ist Handeln angesagt?
- Und soll man eine Entschuldigung einfordern?

An diesem Abend geht es darum, Kinder besser zu verstehen und gute Wege zu finden, sie bei ihren Lernaufgaben zu begleiten.

Kursleitung: Dr. Nicole Wilhelm

### 600-06-F1

29.04.2020  
Mittwoch, 1x  
19.30 – 21.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.17  
Gebühr: 6,70 €



## Mit Symbolen sprechen – wie wir Kinder spielerisch erreichen

---

Ab und zu verwandeln sich Kinder in Fremdlinge, die unsere Sprache einfach nicht verstehen. Nimm Spielsachen, Kuscheltiere oder Dinge vom gedeckten Tisch. Bau eine Welt, während du sprichst – und hab immer ein besonders schönes Symbol parat, mit dem du deinem Kind sagen kannst: „Ich liebe Dich, ganz egal, was ich dir sage, verbiete oder was du machst.“

Kursleitung: Anne Krieger

### 600-07-F1

30.04.2020  
Donnerstag, 1x  
16.00 – 18.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.17  
Gebühr: 8,00 €

## Rituale – Gefährten unseres Lebens

---

**600-08-F1**

09.06.2020  
Dienstag, 1x  
19.30 – 21.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.17  
Gebühr: 6,70 €

In allen Kulturen und zu allen Zeiten haben Rituale das Leben der Menschen begleitet. Dies geschieht im Alltag, in der Politik, in der Religion und natürlich in der Erziehung. Wir wollen versuchen, der Bedeutung von Ritualen in unserem und dem Leben unserer Kinder nachzuspüren.

- Was lässt eine Handlung zu einem Ritual werden?
- Ist z.B. regelmäßiges Zähneputzen schon ein Ritual?
- Welche Typen von Ritualen gibt es?
- Welche Rolle können sie in unserem Leben spielen?

Nicht zuletzt werden die Möglichkeiten von Ritualen im Zusammenhang von Persönlichkeitsentwicklung und -stärkung in der Erziehung und Begleitung unserer Kinder in den Blick kommen.

Kursleitung: Jürgen Breustedt



## „ELTERN-/FAMILIENKURSE UND GESPRÄCHSKREISE“

### Konflikte lösen mit Gewaltfreier Kommunikation

---

„Ich will mich nicht anziehen!“ „Hausaufgaben sind Scheiße!“ „Ich will aber!“ Wer kennt sie nicht? Die immer wiederkehrenden alltäglichen Konflikte mit denjenigen, die wir am liebsten haben. Die gewaltfreie oder einfühlsame Kommunikation gibt uns weitere Möglichkeiten an die Hand, einen wertschätzenden Umgang mit unseren Kindern zu pflegen.

Mit Blick auf die Bedürfnisse können Sie zu einem tieferen Verständnis für Ihre Reaktionen und für Ihre Kinder und deren Handlungen gelangen. Neben den Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation schauen wir uns konkrete Konflikte Ihres Familienalltags an. Durch Übungen können Sie die Wirkung neuer Sprachmuster direkt spüren und für eigene Themen üben.

Kursleitung: Anne Krieger

#### 601-01-ELP1

08.02.2020  
Samstag, 1x  
09.00 – 16.00 Uhr  
Kinder- und  
Familienzentrum  
Wurzel,  
Elisabeth-Schuma-  
cher-Str. 50  
Gebühr: 19,70 €

### Elterngesprächskreis

---

Diese Abende bieten die Möglichkeit zum Austausch, um eigene Wege zu finden:

- Wie wollen wir Familie gestalten?
- Was ist uns wichtig?
- Wie gehen wir mit Konflikten um?

#### 601-02-ELP 1

12.02.2020  
01.04.2020  
13.05.2020  
mittwochs, 3x  
20.00 – 22.00 Uhr  
Kinder- und  
Familienzentrum  
Wurzel,  
Elisabeth-Schuma-  
cher-Str. 50  
Gebühr: 17,10 €

Kursleitung: Dr. Nicole Wilhelm

## Zeit für mich – Zeit, die sich für Dich und Deine Familie lohnt

---

Diese Abende sind ganz für Sie als Mutter oder Vater. Sie finden Zeit, zur Ruhe zu kommen, können den Alltag reflektieren und Gedanken fließen lassen: z.B. Wie wünsche ich mir ein Miteinander in der Familie und wie erreiche ich meine Vision. Sie kennen es bestimmt: Ausgeschlafen und mit Energie geht der Alltag leichter von der Hand, Probleme sind „kleiner“ und Sie können ruhiger reagieren. Sie haben Gelegenheit für:

- **Übungen** zur Achtsamkeit und für Entspannung
- **Austausch** mit anderen Eltern über Themen rund um das Eltern sein, Familie und Kinder
- **Reflexion** der persönlichen Familiensituation
- **Zeit**, den Alltag zu betrachten und Klarheit zu erlangen, wie Sie mit konfliktreichen und anstrengenden Situationen umgehen möchten. Dazu biete ich Beispiele und Übungen aus Konfliktlösungs-Modellen an
- **Raum**, zu erforschen, was Sie brauchen, um glücklich und erfüllt den Alltag und Ihr Leben zu leben

Mein Motto: Erziehung ist Beziehung und zu allererst Beziehung zu uns selbst. Von einem achtsamen und wertschätzenden Umgang mit uns selbst, profitiert die Familie am meisten. Veränderungen beginnen bei mir selbst!

Kursleitung: Anne Krieger

### 601-03-ELP1

13.02. –  
02.04.2020  
donnerstags, 8x  
19.00 – 21.30 Uhr  
Kinder- und Familienzentrum Wurzel,  
Elisabeth-Schumacher-Str. 50  
Raum  
Gebühr: 53,50 €

## Gordon + familylab Seminar

---

Ein Seminar für Eltern mit Kindern aller Altersstufen:  
Praktische Umsetzung der Erkenntnisse von Thomas  
Gordon und Jesper Juul.

- Kinder ohne Strafen und Drohen erziehen
- Konflikte konstruktiv und zufriedenstellend lösen
- Gut für sich selbst sorgen und den Alltag stressfreier gestalten.

Ziel dieses Kurses ist es, den Wunsch nach einer gleichwürdigen Erziehung ohne „Wenn dann“ im Alltag auch wirklich leben zu können. Die erlernten Fähigkeiten führen in Familie, Partnerschaft und Beruf dazu, Konflikte sicher und konstruktiv lösen zu können.

Kursleitung: Dr. Nicole Wilhelm

### 601-04-RBL1

17.02. – 11.05.2020  
montags, 10x  
19.30 – 22.00 Uhr  
Kita  
Regenbogenland  
Havelstr. 14  
Gebühr: 66,50 €  
Paare: 115,25 €

### 601-05-T1

18.02. –  
05.05.2020  
dienstags, 10x  
19.30 – 22.00 Uhr  
Kita Thomasstraße,  
Thomasstr. 50  
Gebühr: 66,50 €  
Paare: 115,25 €



## Vorbild für das Kind sein

---

Eltern wollen alles richtig machen und ihr Kind so erziehen, dass es zu einer selbstbewussten Persönlichkeit heranreift. Wichtiger als die Anwendung bestimmter Erziehungsmethoden ist jedoch die Vorbildfunktion. Denn: Kinder tun weniger das, was man ihnen sagt, sondern eher das, was die Eltern vorleben.

Sind Sie als Eltern gestresst und überfordert, überträgt sich dies auf die Kinder. In diesem Kurs lernen Sie zu verstehen, wie wir unbewusst Dinge von unseren Eltern übernommen haben und wie uns dies heute beeinflusst. Sie lernen einige einfache Übungen, wie Sie Ihre unbewussten Reaktionen so verändern können, dass Sie zur inneren Ruhe kommen.

Kursleitung: Axel Kranz

### 601-06-F1

15.03.2020  
Sonntag, 1x  
10.00 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.03  
Gebühr: 19,70 €  
Paar: 33,40 €

Jeder bringt sich  
etwas zu essen für  
eine gemeinsame  
Mittagspause mit.

## Mit Empathie Stresssituationen entschärfen

---

Kennst Du die Situation: Dein Kind will nicht so wie du willst?

Häufig geraten wir in solchen Situationen in Ärger, da es einfach nicht so läuft, wie wir es uns vorstellen. Dann werden wir laut oder geraten in Stress, weil unser (Zeit-) Plan durcheinander kommt.

Empathie für das, was unser Kind in dem Moment will oder nicht will, kann helfen, Streit und Diskussionen zu vermeiden. In dem Workshop geht es weniger um tiefgreifende Konfliktlösung, vielmehr um akute Hilfe in stressigen Situationen, ohne auf alte Erziehungsmuster wie Bestrafung, elterliche Machtausübung und Manipulation zurückzugreifen – und ganz ohne Schuldgefühle.

Nach einer kurzen Einführung in „Was ist Empathie und wie funktioniert sie?“ üben wir an konkreten Alltagssituationen ihren Einsatz und ihre Wirkung.

Kursleitung: Anne Krieger

### 601-07-F1

25.04.2020  
Samstag, 1x  
09.00 – 12.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.17  
Gebühr: 10,60 €



## **Wenn der andere das Problem ist – als Paar miteinander reden**

---

**601-08-F1**

28.04.2020  
Dienstag, 1x  
19.30 – 22.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.17  
Gebühr: 14,50 €  
pro Paar

Wir sind mit hohen Erwartungen gestartet – und der Gewissheit, dass es bei uns besser laufen wird als bei anderen oder gar den eigenen Eltern. Aber ich kann mich noch so sehr anstrengen, aus dem anfänglich liebevollen „wortlosen Verstehen“ ist vor allem das „wortlos“ übriggeblieben. Woran liegt das? Hauptsächlich am anderen? Wir wollen an diesem Abend nachspüren,

- wie es um die Paarkommunikation steht,
- was Ursache, Sinn und Ziel von Konflikten sein kann,
- welche Chancen auch in Krisen verborgen liegen
- und was dahinter steckt, warum manche Paare auseinandergehen, andere aber zusammenbleiben.

Bei Interesse kann an diesem Abend eine Seminarreihe speziell für Paare zum Thema „Kommunikations-Coaching“ entstehen.

Die Teilnehmer\*innen vereinbaren verbindlich Vertraulichkeit.

Kursleitung: Jürgen Breustedt

## „Ein Kurs für Paare: Gut miteinander reden ist lernbar“

---

Aus der Art wie Paare miteinander reden, entsteht Zufriedenheit oder auch Frust. In diesem Kurs, in dem wir in der Gruppe und als Paare arbeiten, soll es unter anderem darum gehen:

- Wie reden wir miteinander?
- Wie kann ich auch schwierige Themen ansprechen und rüberbringen?
- Wie kann ich besser verstehen und werde besser verstanden?
- Kommunizieren Männer und Frauen unterschiedlich?

Wir wollen lernen: uns so auszudrücken, dass bei der Partnerin / dem Partner ankommt, was wir mitteilen wollen. So zuhören, dass uns das erreicht, was unser Gegenüber meint. Probleme und Meinungsverschiedenheiten so zu besprechen, dass es zielführend ist und niemand verletzt wird.

Die Teilnehmer\*innen vereinbaren verbindlich Vertraulichkeit.

Kursleitung: Jürgen Breustedt

### 601-09-F1

12.05. 2020  
(Raum 0.17)  
19.05.2020  
(Raum 0.08)  
26.05.2020  
(Raum 0.17)  
dienstags, 3x  
19.30 – 21.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Gebühr: 32,70 €  
pro Paar



## Gesprächskreis für pflegende Angehörige

---

Angehörige sind immer mit betroffen. Die Diagnose einer chronischen Krankheit wirft viele Fragen auf und macht oft Angst: Wie wird die Erkrankung verlaufen? Welche Veränderungen werden notwendig sein? Wie können wir anstehende 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
- Praktische Tipps zur Entlastung im Alltag auszutauschen
- Einfach etwas für sich selbst zu tun und besser für das eigene Wohlbefinden zu sorgen

Kursleitung: Heidi Schreiber-Grübel

**602-01-F1**

29.01.2020  
26.02.2020  
**nur am 25.03.2020  
im Raum 0.03**  
29.04.2020  
27.05.2020  
24.06.2020  
30.09.2020  
28.10.2020  
25.11.2020  
09.12.2020  
mittwochs, 10x  
16.00 – 18.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
kostenfrei

**Eine Kooperation  
des Pflegestütz-  
punkt DA mit dem  
Familienzentrum**

# Fortbildung für Fachkräfte

**Fachbereichsleiterin:**

**Judith Staake-Ludwig, Tel.: 13 32 11**

**E-Mail: [Judith.Staake-Ludwig@darmstadt.de](mailto:Judith.Staake-Ludwig@darmstadt.de)**

**Anmeldungen bitte an: [fbs@darmstadt.de](mailto:fbs@darmstadt.de)**



---

**Fortbildung für pädagogische Fachkräfte**

Seite

136

---

Der Hessische Bildungs- und Erziehungsplan für Kinder von 0 – 10 Jahren hat die Entwicklung und das Lernen von Kindern in den Fokus 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.

Alle Veranstaltungen können auch als Teamfortbildungen und als Inhouse-Veranstaltungen gebucht werden.

## **Immer das gleiche Theater... Einführung in die gewaltfreie Kommunikation nach M.B. Rosenberg**

---

In diesem Seminar lernen Sie, Ihren Blick für die Gefühle und Bedürfnisse auch „schwieriger Kinder“ zu schulen und erhalten dadurch eine weitere Handlungskompetenz in stressigen und chaotischen Situationen. Nach einer mit Beispielen gespickten Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation, wenden wir uns Themen aus Ihrem Alltag zu und betrachten anhand des 4-Schritte-Modells Konfliktsituationen aus einer neuen Perspektive. Das Erkennen der Bedürfnisse hinter unserer eigenen Handlungsweise – oder auch der der Kinder, pädagogischen Fachkräfte und Eltern – ermöglicht ein tieferes Verständnis für uns selbst und unser Gegenüber.

Kursleitung: Anne Krieger

### **701-01-F1**

28.01.2020  
04.02.2020  
dienstags, 2x  
09.00 – 16.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.17  
Gebühr: 89,00 €

## **Kinder trauern anders**

---

„Woher weiß`n der Tod, zu welchem Gott im Himmel er die Leute bringen muss?“ Kinder begegnen Tod und Trauer offen und unbefangen. In diesem Kurs wollen wir einen Blick auf die entwicklungsbezogenen Konzepte von Kindern (0-12 Jahre) werfen. Gemeinsam erarbeiten wir, wie wir als Entwicklungspartner feinfühlig, ehrlich und angemessen diesem Thema im Betreuungsalltag Raum geben, und die Kinder zugewandt, herzlich und bejahend begleiten.

Kursleitung: Christiane Mathis

### **701-02-F1**

07.02.2020  
Freitag, 1x  
09.00 – 14.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.17  
Gebühr: 35,88 €

## Sicher in der Krippe

Ein wichtiger Faktor für das Wohlbefinden von Eltern und Kleinkindern in einer Krippe oder Kindertageseinrichtung, ist eine individuelle – auf Kind und Eltern abgestimmte – Eingewöhnungsphase. Somit wollen wir uns in diesem Seminar die Zeit nehmen, die Bedeutung einer gelingenden Eingewöhnung zu reflektieren und aufzufrischen. Dazu werden wir uns mit folgenden Themen beschäftigen

- Bindungstheorie und das Konzept der Feinfühligkeit
- Den Übergang gestalten – orientiert am Berliner Modell. Was bedeutet das konkret?
- Ohne Bindung keine Bildung
- Zusammenarbeit mit den Eltern

Kursleitung: Andrea Kaupp

### 701-03-F1

20.02.2020  
Donnerstag, 1x  
14.00 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.17  
Gebühr: 20,25 €



## Herausfordernde Elterngespräche

Wenn Kinder schwieriges Verhalten zeigen oder Entwicklungsschwierigkeiten haben, ist die Mitarbeit der Eltern erforderlich, um gemeinsame Wege zu finden. Wie sage ich, was gesagt werden muss, ohne dass Eltern aussteigen?

Kursleitung: Dr. Nicole Wilhelm

### 701-04-F1

04.03.2020  
11.03.2020  
mittwochs, 2x  
14.30 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.17  
Gebühr: 32,75 €

**„Es ist nie zu spät für eine glückliche Kindheit“-  
Was unsere Erziehungsarbeit und unser  
„Inneres Kind“ verbindet**

---

Das Konzept des „Inneren Kindes“ ist ein Modell für unsere inneren Erlebniswelten und bezeichnet und symbolisiert die im Gehirn gespeicherten Gefühle, Erinnerungen und Erfahrungen aus der eigenen Kindheit. Das „Innere Kind“ umfasst ein sehr großes Spektrum dessen, was uns ausmacht und prägt. All dieses hat enormen Einfluss auf unser Verhalten und unsere Daseinsgestaltung und ganz gewiss auf unsere Arbeit als Erzieher\*innen. Wir wollen uns an diesem Tag sehr behutsam unserem „Inneren Kind“ nähern, ihm Raum geben und schauen, was von diesem Hintergrund her unsere Erziehungsarbeit und Vorstellungen prägt, was wir behalten und vielleicht ändern wollen.

Selbstverständlich ist dies kein Therapieseminar – trotzdem sollten wir bereit sein, uns selbst tiefer zu begegnen, als wir das gemeinhin im Alltag tun.

Kursleitung: Jürgen Breustedt

**701-05-F1**

10.03.2020  
Montag, 1x  
09.30 – 15.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.17  
Gebühr: 35,88 €

Bitte eine Decke  
oder Isomatte,  
evtl. kleines Kissen  
mitbringen.

## Aufsichtspflicht, wo fängt sie an – wo endet sie?

Sie bekommen in dieser Fortbildung einen Einblick über den Inhalt und den Umfang der Aufsichtspflicht in Kinderbetreuungseinrichtungen. Anhand von Beispielfällen werden Ihnen die zivilrechtlichen und strafrechtlichen Rechtsfolgen bei Verletzung der Aufsichtspflicht näher erläutert. Darüber hinaus wird aufgezeigt, dass und inwieweit ein Versicherungsschutz durch die Stadt besteht und wann mit einem Regress zu rechnen ist.

Kursleitung: Gerd Schumacher

### 701-06-F1

19.03.2020  
Donnerstag, 1x  
14.00 – 16.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum: 0.17  
Kostenfreie Veranstaltung



## Herausgeforderte Kinder

Kinder, die mit ihrem Verhalten ausdrücken, dass es ihnen nicht gut geht, sind oft auch eine Herausforderung für Pädagog\*innen. Wie gelingt es jenseits von Diagnosen hilfreiche Beziehungen aufzubauen, die für beide Seiten fruchtbar sind?

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. Ebenso steht die Frage im Zentrum, wie es gelingt, die eigenen Grenzen zu wahren.

Kursleitung: Dr. Nicole Wilhelm

### 701-07-E1

23.04.2020  
30.04.2020  
Donnerstag, 2x  
14.30 – 17.00 Uhr  
Eberstadt  
Oberstr. 13  
Raum 07  
Gebühr: 32,75 €

## **Rituale – Gefährten unseres Lebens**

---

In allen Kulturen und zu allen Zeiten haben Rituale das Leben der Menschen begleitet. Dies geschieht im privaten als auch beruflichen Alltag. Wir wollen versuchen, der Bedeutung von Ritualen in unserem Leben und dem Leben unserer Einrichtungs-Kinder nachzuspüren. Was lässt eine Handlung zu einem Ritual werden? Welche Typen von Ritualen gibt es? Welche Rolle können Sie in unserem Leben spielen? Nicht zuletzt werden die Möglichkeiten von Ritualen im Zusammenhang von Persönlichkeitsentwicklung und -stärkung in der Erziehung und Begleitung unserer Einrichtungskinder in den Blick genommen.

Kursleitung: Jürgen Breustedt

### **701-08-F1**

05.05.2020  
Dienstag, 1x  
09.30 – 14.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.17  
Gebühr: 32,75 €

## **Bedürfnisse und Entwicklungsschritte von Kindern im Alter von 0 – 3 Jahren**

---

In der täglichen Arbeit mit Kindern der Altersstufe 0 – 3 Jahre stehen pädagogische Fachkräfte oft vor einer Vielzahl von Fragen. Entwicklungspsychologische Kenntnisse können hilfreich sein, kindliches Verhalten im Kontext ihrer Entwicklung besser zu verstehen, um damit neue Wege zu finden, Kinder entwicklungsgerecht zu begleiten und zu unterstützen. Im Kurs werden folgende Themen behandelt:

- Bindung und Bildung
- Motorische Entwicklung
- Sauberkeitsentwicklung
- Ich-Entwicklung und Autonomie

Kursleitung: Andrea Kaupp

### **701-09-F1**

28.05.2020  
Donnerstag, 1x  
14.00 – 17.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.17  
Gebühr: 20,25 €

## Kleine Landart-Künstler\*innen in der Natur

Laufen wir nur ein paar wenige Meter in die Natur, so kann jedes Kind zu einem/r kleinen Entdecker\*in und Künstler\*in werden. Wir gehen auf die Suche nach Farben, Formen und Gebilden im Wald. Unter Anleitung lassen wir uns von unserer Neugierde anstecken, die Natur mit anderen Augen zu sehen.

- Welche fantasievollen Gesichter, Figuren oder Tiere entdecken wir in den Bäumen, in Rinden, Wurzeln und Steinen?
- Wie stärke ich die Wahrnehmung mit allen Sinnen in der Natur?
- Wie zeige ich den Kindern, wie spielerisch kleine „Landart-Kunstwerke“ entstehen?
- Welche unterschiedlichen Naturmaterialien finden wir, mit denen wir spielen, basteln und bauen können?

Wir werden Mandalas, Spiralen, kleine Türme, Zwergenhüttchen oder „wilde Gebilde“ in der Natur gestalten. Gespannt können wir sein, welche fantasievollen, kleinen Kunstwerke wir durch die freie Gestaltung erschaffen.

Kursleitung: Eva-Maria Herzog-Reichwein

### 701-10-N1

18.06.2020  
Donnerstag, 1x  
09.00 – 13.00 Uhr  
Böllenfalltor, Park-  
platz am Restau-  
rant „Bölle“  
Gebühr: 26,50 €

Bitte wetterfeste  
Kleidung, Snack  
und Trinken für  
kurze Pause mit-  
bringen.



**Unser Tipp:**

## **Ein Kursangebot des Familienzentrums als Geschenk!**

**Für werdende Eltern, befreundete Familien oder den Ehepartner – gerne auch als gemeinsame Erlebniszeit – haben Sie auch die Möglichkeit, unsere Kurse und Veranstaltungen in Form eines Geschenk-Gutscheins weiter zu verschenken.**



Wenn Sie Fragen haben, beraten wir Sie gerne. Telefon: 06151 / 13-2509.

# Qualifizierung und Fortbildungen für Kindertagespflegepersonen

Fachbereichsleiterin:

Sonja Brenner, Tel.: 13 40 54

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

Judith Staake-Ludwig, Tel.: 13 32 11

E-Mail: [Judith.Staake-Ludwig@darmstadt.de](mailto:Judith.Staake-Ludwig@darmstadt.de)

Anmeldungen bitte an: [fbs@darmstadt.de](mailto:fbs@darmstadt.de)



---

## Qualifizierung für Kindertagespflegepersonen

|                                     |       |     |
|-------------------------------------|-------|-----|
| <b>Grundqualifizierung (190 UE)</b> | Seite | 144 |
|-------------------------------------|-------|-----|

(inklusive Vorbereitungskurs: 15 UE) plus Praktikum

---

## Fortbildung für Kindertagespflegepersonen

|                      |       |     |
|----------------------|-------|-----|
| Aufbauqualifizierung | Seite | 148 |
|----------------------|-------|-----|

|                        |       |     |
|------------------------|-------|-----|
| Netzwerkkooperation BQ | Seite | 149 |
|------------------------|-------|-----|

|                 |       |     |
|-----------------|-------|-----|
| Praxisreflexion | Seite | 159 |
|-----------------|-------|-----|

---

## Bildung – Erziehung – Betreuung in der Kindertagespflege

Unter diesem Leitthema haben wir für Sie wieder ein fundiertes und praxisbezogenes Qualifizierungsangebot konzipiert. Der Vorbereitungskurs und die Grundqualifizierung (inklusive Praktikum) bereiten Sie auf die Tätigkeit als Kindertagespflegeperson vor. Aufbauqualifizierung und Praxisreflexion schließen sich als praxisbegleitende und vertiefende Angebote an. Die Teilnahme an den Kursen ist aktuell für Sie kostenfrei. Zur Finanzierung der Qualifizierungsangebote hat das Familienzentrum für das Jahr 2020 wieder Mittel beim Land Hessen beantragt.

**Weitere Informationen zu Voraussetzungen zur Qualifizierung und Anmeldung von Kindertagespflegepersonen finden Sie im Internet unter [www.familienzentrum-darmstadt.de](http://www.familienzentrum-darmstadt.de).**

## GRUNDQUALIFIZIERUNG ZUR KINDERTAGESPFLEGEPERSON

Kindertagespflege ist eine familienähnliche, nicht institutionelle Betreuung für maximal 5 Kinder und findet meist im Haushalt der Tagesmutter oder des Tagesvater statt. Die rechtliche Grundlage der Kindertagespflege ist in §22 und §23 des Kinder- und Jugendhilfe-Gesetzes (KJHG) geregelt. Die Kindertagespflege wird hier mit der Betreuung in Kindertageseinrichtungen gleichgestellt. Die Professionalisierung der Kindertagespflege ist uns daher ein wichtiges Anliegen.

Die Qualifizierung ist im Familienzentrum der Wissenschaftsstadt Darmstadt kostenfrei und umfasst derzeit 190 Unterrichtseinheiten (UE) und führt nach erfolgreicher Teilnahme zum Erwerb des Zertifikates des Bundesverbandes für Kindertagespflege e.V. . Die Kursinhalte orientieren sich an den Vorgaben des Curriculums des Deutschen Jugendinstituts (DJI) München und dem Hessischen Bildungs- und Erziehungsplans (BEP).

### Voraussetzungen:

Mindestalter 25 Jahre

- Hauptschulabschluss
- Wohnort in Darmstadt
- Sehr gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift (mindestens Level B2)
- Erweitertes polizeiliches Führungszeugnis
- Teilnahme an einem Infvormittag und persönlichem Vorgespräch
- Teilnahme an einem Vorbereitungskurs (15UE)
- Gesundheitsbescheinigung

**Infvormittag:** Um Sie bei der Entscheidung Kindertagespflegeperson zu werden, zu unterstützen, steht zuerst die Teilnahme an einer Informationsveranstaltung der TageselternTageskinderVermittlung (**TTV, [www.tageselternvermittlung.de](http://www.tageselternvermittlung.de)**) in Darmstadt (jeweils von 9.30 – 11.30 Uhr) an. Anmeldung erforderlich!

Informationen und Termine hierzu erhalten Sie im Jugendamt/bei der Fachaufsicht und Beratung für Kindertagespflegepersonen:

Frau Jost: Tel.: 06151 – 13 32 72, **[Erika.Jost@darmstadt.de](mailto:Erika.Jost@darmstadt.de)**

Frau Mair: Tel.: 06151 – 13 40 84, **[Gabriele.Mair@darmstadt.de](mailto:Gabriele.Mair@darmstadt.de)**

Frau Breiter: Tel.: 06151 – 13 40 87, **[Petra.Breiter@darmstadt.de](mailto:Petra.Breiter@darmstadt.de)**



### Vorbereitungskurs:

Der Vorbereitungskurs im Umfang von 15 Unterrichtseinheiten (1 UE = 45 Minuten) ist eine Kooperationsveranstaltung zwischen der Tageseltern Tageskinder Vermittlung (TTV) und den zuständigen Stellen des Jugendamtes der Wissenschaftsstadt Darmstadt: Fachaufsicht und Beratung für Kindertagespflegepersonen, Finanzielle Förderung und dem Familienzentrum - Bereich Familienbildung.

Dieser findet vor Beginn der Grundqualifizierung statt.

Nach dem Vorbereitungskurs erfolgt ein persönliches Gespräch mit der Fachaufsicht und Beratung für Kindertagespflegepersonen, Erika Jost, Gabriele Mair und Petra Breiter.

In diesem Gespräch wird geklärt, ob Ihre Teilnahme an der Grundqualifizierung im Familienzentrum möglich ist. Hierbei erhalten Sie alle erforderlichen Unterlagen und Informationen für die Anmeldung zur Grundqualifizierung.

### Grundqualifizierung:

Die Grundqualifizierung im Familienzentrum - im Umfang von derzeit 190 Unterrichtseinheiten plus Praktikum – findet von November 2019 bis August 2020 im Familienzentrum, Frankfurter Str. 71, Raum 0.08 statt. Das Praktikum bei Tagespflegepersonen soll an 8 Tagen à 5 Stunden stattfinden.

Der Bundesverband für Kindertagespflege e.V. Berlin, vergibt nach dem erfolgreichen Absolvieren der Grundqualifizierung, dem Vorlegen einer schriftlichen Hausarbeit (Abgabetermin: Juli 2020) und der Teilnahme an einem Kolloquium (Fachgespräch) das **bundesweit gültige Zertifikat: „Qualifizierte Kindertagespflegeperson“**. Die Kolloquiumstermine teilen wir Ihnen im Laufe des Kurses mit. Voraussichtlich im September 2020.

**Die nächste Grundqualifizierung beginnt voraussichtlich Ende 2020.**

**Die Anzahl der Plätze ist begrenzt.**

## *GRUNDQUALIFIZIERUNG NOVEMBER 2019 BIS AUGUST 2020*

Auf den beiden kommenden Seiten finden Sie die Themen der einzelnen Kursmodule für die Grundqualifizierung 2019/ 2020. Die genaue Beschreibung / aktuelle Terminübersicht und -orte erhalten Sie auf Nachfrage bei der Fachbereichsleitung Frau Brenner. Die Kurse finden zum Teil vormittags und abends zwischen 19.00-22.00 Uhr oder an Wochenenden (Freitag abends und samstags bis maximal 15.00 Uhr) statt:

- Die Tageskindgerechte Umgebung
- Wie Kleinkinder sich (gut) entwickeln
- Entwicklungsbegleitung für Kinder
- Tageskinder- eigene Kinder
- Konzeptmappe erstellen
- Gespräche führen in der Kindertagespflege
- Rechtliche Fragen / Wirtschaftsplan
- Kinder betreuen – Haushalt managen
- Praktikum Vor- und Nachbereitung, Präsentation
- Säuglingspflege
- Vertrauen schaffen von Anfang an - wie eine gute Eingewöhnung gelingen kann
- Gesundheit
- Der Bildungsauftrag in der Kindertagespflege
- „Miteinander reden“- Wie Elterngespräche gut gelingen können
- Abschied in der Kindertagespflege
- Die Entwicklung von Kindern
- Besondere Herausforderungen
- Bücher in der Kindertagespflege
- Erziehung in der Kindertagespflege
- Vorbereitung auf das Kolloquium
- Beruf Tagesmutter/ -Tagesvater
- Finanzielle Förderung der Tagespflege
- Gesunde Ernährung von Anfang an
- Was tun bei Kindeswohlgefährdung
- Inhaltlich/fachliche Prüfungsvorbereitung

## **Pflegerlaubnis:**

Sofern alle Voraussetzungen erfüllt sind:

- Erfolgreiche Teilnahme Grundqualifizierung und Kolloquium
- Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs für Säuglinge und Kleinkinder
- Teilnahme an einem Kurs zu steuerrechtlichen Fragen beim TTV
- Vorlage erweitertes polizeiliches Führungszeugnis



erhalten Sie nach Überprüfung ihrer persönlichen Eignung und der räumlichen Gegebenheiten vor Ort die Pflegerlaubnis gemäß § 43 SGB VIII durch das

Jugendamt/ Abteilung Kinderbetreuung  
Fachaufsicht und Beratung für Kindertagespflegepersonen  
Frankfurter Straße 71  
64293 Darmstadt

Erika Jost  
Tel: 06151 – 133272  
**Erika.Jost@darmstadt.de**

Gabriele Mair  
Tel: 06151 – 134084  
**Gabriele.Mair@darmstadt.de**

Petra Breiter  
Tel: 06151 – 134087  
**Petra.Breiter@darmstadt.de**

## AUFBAUQUALIFIZIERUNG JAHRESPROGRAMM 2020

Nach Erhalt der Pflegerlaubnis muss die Teilnahme an mindestens 20 UE aus dem Bereich der Aufbauqualifizierung bis zum Ende des Kalenderjahres der Fachaufsicht und Beratung für Kindertagespflegepersonen vorgelegt werden. Diese Aufbauqualifizierung muss, solange sie als TPP tätig sind, jährlich erfolgen.

Bitte melden Sie sich rechtzeitig schriftlich bei **fbf@darmstadt.de** zu den Seminaren an, da es nur begrenzte Plätze gibt. Wenn Sie zu einem angemeldeten Kurstermin verhindert sind, melden Sie sich bitte schriftlich gemäß unseren Teilnahmebedingungen rechtzeitig in unserer Anmeldung ab.

Die Teilnahme an einem der nachfolgenden Seminare setzt eine **verbindliche Teilnahme** voraus.

Bei einer Teilnahme von **weniger als 80%** eines Kursangebotes werden die bereits absolvierten Stunden dieses Kursangebotes nicht anerkannt und bescheinigt.

**Ausnahme:** Vorlage eines ärztlichen Attests im Krankheitsfalle.

Alle Termine an denen Sie gefehlt haben werden Ihnen, auch nach Vorlage eines ärztlichen Attests, nicht angerechnet.

Je nach Verfügbarkeit können die nachfolgenden Seminare auch von externen Kindertagespflegepersonen belegt werden. Darmstädter Kindertagespflegepersonen haben jedoch Vorrang in allen Kursen.

## NETZWERKKOOPERATION BQ



Netzwerkkooperation BQ steht für einen Kooperationsverbund von Bildungsträgern mit Maßnahmen der **B**egleitenden **Q**ualifizierung (Aufbauqualifizierung) in der Kindertagespflege im Rhein-Main-Gebiet. Dessen Ziel ist es, eine Vielfalt von Angeboten zu ermöglichen und gemeinsam neue Angebote zu entwickeln. Kindertagespflegepersonen aus Darmstadt können je nach Verfügbarkeit bei dem jeweiligen Anbieter der Netzwerkkooperation von freien Plätzen nun auch Fortbildungsangebote im Kooperationsverbund belegen.

Es gelten die jeweiligen Teilnahmebedingungen, Fristen und Anmeldeverfahren des Anbieters. Die Teilnahme an den Kursen ist kostenfrei, mit Ausnahme des Angebotes im Main-Taunus-Kreis. Die Unterrichtseinheiten (UE) werden anerkannt. Die Tagespflegepersonen aus dem jeweiligen Versorgungsgebiet des Maßnahmeträgers haben aber weiterhin Vorrang bei der Belegung der Kurse. Die jeweiligen Programme der kooperierenden Maßnahmeträger stehen im Internet auf unserer Homepage zur Verfügung.

### **Kreis Groß-Gerau Kindertagespflege**

[www.Kreisgg.de/kindertagespflege](http://www.Kreisgg.de/kindertagespflege)

Tel.: 06152 989-814

E-Mail: [kita.fb@kreisgg.de](mailto:kita.fb@kreisgg.de)



### **pme Familienservice Akademie gGmbH Frankfurt**

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

Tel.: 069 9202080

E-Mail: [frankfurt@familienservice.de](mailto:frankfurt@familienservice.de)



### **Main Taunus Kreis**

[www.Mtk.org](http://www.Mtk.org)

Tel.: 06192 201-1519

E-Mail: [sybille.seelbach@mtk.org](mailto:sybille.seelbach@mtk.org)



## Ärger (5,33 UE)

---

Der Alltag ist voller Möglichkeiten, sich zu ärgern: Über Eltern, Kinder, Autofahrer, Verkäufer, das Wetter, Dinge, die nicht funktionieren, den PC...Das ist völlig normal. Wirklich? Wie entsteht Ärger überhaupt?

Und wie geht man am besten mit ihm um, sodass er nicht den Alltag bestimmt? Oder kann man ihn gar – wenn schon nicht vermeiden – weniger werden lassen?

Kursleitung: Dr. Nicole Wilhlem

### 802-01-E1

14.01.2020  
21.01.2020  
dienstags, 2x  
19.30 – 21.30 Uhr  
Eberstadt  
Oberstr. 13  
Bewegungsraum/07

## Yoga für Kindertagespflegepersonen (24 UE)

---

In diesem Kurs werden wir uns damit beschäftigen, wie Yoga dazu beitragen kann, dass wir in der täglichen Arbeit mit den Kindern und Familie gedanklich und körperlich beweglich sowie standfest bleiben.

Wir werden Themen wie z.B. Achtsamkeit und Bewusstsein nicht nur ansprechen, sondern in den einzelnen Stellungen auch erleben, reflektieren und auf unsere Arbeit übertragen. Nur wenn wir selbst gut für uns sorgen, können wir die Anforderungen an uns als Kindertagespflegepersonen auch gut bewältigen!

Kursleitung: Mary Burdette

### 802-02-F1

17.01. – 13.03.2020  
freitags, 9x  
19.00 – 21.00 Uhr  
Kita Wurzel,  
Elisabeth-Schuma-  
cher-Str. 50

#### Bitte mitbringen:

Bequeme Kleidung,  
warme Socken und  
eine Decke

**Hessischer Bildungs- und Erziehungsplan  
Modul 12 – Kinder unter drei Jahren –  
Was können sie? Was brauchen sie? (24UE)**

---

Die Fortbildung ermöglicht den Teilnehmenden, ihre Handlungskompetenzen in der Arbeit mit Kindern in den ersten drei Lebensjahren zu erweitern. Ziel ist es, die Haltung, sowie die bisherige Praxis vor dem Hintergrund des Hessischen Bildungs- und Erziehungsplans zu reflektieren. Inhalte der Fortbildung sind das Bild vom Kind und dessen Grundbedürfnisse, das Bildungsverständnis, das auf Ko-Konstruktion und Partizipation basiert, die Rolle der Erwachsenen sowie die kindgerechte Raumgestaltung.

Kursleitung: Erika Jost

**ANMERKUNG:**

Diese Fortbildung richtet sich an Tagespflegepersonen, die noch keine ausgewiesene Modulfortbildung zum Hessischen Bildungs- und Erziehungsplan besucht haben. Die erfolgreiche Teilnahme an diesem Modul berechtigt zum Bezug der sogenannten Qualitätspauschale.

**802-03-K1**

18.01.2020  
01.02.2020  
15.02.2020  
samstags, 3x  
09.00 – 16.00 Uhr  
Kranichstein ,  
Bartningstraße 33



### „Vom Rückblick zum Ausblick“ (3,33 UE)

---

Der Jahresbeginn eignet sich zu reflektieren und Rückblick auf das vergangene Jahr zu halten.

- Was ist mir gelungen?
- Was waren meine persönlichen Höhepunkte?
- Wofür bekam ich Anerkennung?

Der Leitgedanke dieses Tages ist: Wo steh ich gerade und wo möchte ich am Jahresende 2020 sein?

Der Seminartag bietet den Raum, unter Begleitung und Anleitung, nach den eigenen Ressourcen zu suchen und mit Freude dem neuen Jahr entgegenzusehen. Methoden der systemischen Beratung und des Stressmanagements bilden den Rahmen dieser Fortbildung.

Kursleitung: Margit Langhauser

#### 802-04-E1

25.01.2020  
Samstag, 1 x  
10.00 – 17.00 Uhr  
Eberstadt  
Oberstr. 13,  
Bewegungsraum/07

### Persönliche Verantwortung (5,33 UE)

---

Wenn andere Menschen unsere Grenzen überschreiten (Eltern kommen zu spät, bringen ein krankes Kind, halten sich nicht an Absprachen...), stellt sich die Frage: Wie gehen wir am besten damit um? Tolerieren oder ansprechen? Und wenn wir es ansprechen wollen: Wie sage ich es, ohne den anderen „verkehrt“ zu machen?

Kursleitung: Dr. Nicole Wilhelm

#### 802-05-E1

06.02.2020  
13.02.2020  
donnerstags, 2x  
19.30 – 21.30 Uhr  
Eberstadt  
Oberstr. 13  
Bewegungsraum/07

## Ein Tag für mich – Tag der Entspannung, Besinnung und Achtsamkeit (8 UE)

An diesem Tag wollen wir ganz im Hier und Jetzt sein. Mit einfachen Yoga- Entspannungs- Meditations- und Achtsamkeitsübungen möchten wir unseren Körper und Geist zur Ruhe kommen lassen und somit verschiedene Methoden der Stressbewältigung kennen lernen. Nach der praktischen Umsetzung wird es auch Gelegenheit zum Gedanken- und Erfahrungsaustausch geben.

Kursleitung: Silke Latscha

### 802-06-E1

22.02.2020  
Samstag, 1x  
09.30 – 15.30 Uhr  
Eberstadt  
Oberstr. 13,  
Bewegungsraum/07

#### Bitte mitbringen:

Decken, Kissen,  
warme Socken  
und bequeme  
Kleidung



## Märchen mit allen Sinnen erleben (8UE)

„Der süße Brei“ / „Das singende klingende Bäumchen“ / „Die zertanzten Schuhe“ – schon die Titel dieser Märchen verraten, dass in ihnen mehr steckt als Text. Sie sind voller Geschmack, Klang und Bewegung! Vorgestellt und praktisch erprobt wird der Einsatz von Bewegung, Klang, Bild und Objekt beim Erzählen. Die im Seminar erprobten Methoden lassen sich einfach in der Praxis mit kleinen Kindern einsetzen.

Kursleitung: Birgit Reibel

### 802-07-F1

29.02.2020  
Samstag 1x,  
10.00 – 16.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.08

#### Bitte mitbringen:

Bequeme Kleidung  
und Schuhe, ein  
Märchen-Bilderbuch,  
das Sie benutzen

### **Frühberatungsstelle des Caritasverbandes Darmstadt e.V. (2,67 UE)**

---

An diesem Abend stellt sich die Frühberatungsstelle des Caritasverbandes Darmstadt e.V. vor. Sie richtet sich mit ihrem Angebot auch an Tagespflegepersonen, die ein behindertes, von Behinderung bedrohtes oder entwicklungsverzögertes Kind betreuen oder betreuen möchten. Es soll der Frage nachgegangen werden, welches Profil eine Tagespflegeperson haben sollte, die ein Kind mit Behinderung aufnehmen möchte. Es gibt zudem Hilfestellungen, die Eigenkräfte und Ressourcen dieser Kinder zu entdecken, neue Lernerfahrungen zu ermöglichen und Entwicklungsmöglichkeiten aufzuzeigen.

Kursleitung: Annette Spieß

#### **802-08-N1**

05.05.2020  
18.00 – 20.00 Uhr  
Dienstag, 1x; ,  
Frühberatungsstelle  
Caritasverband,  
Schwarzer Weg 14a  
64287 Darmstadt

### **Vorstellung des Angebotes im Gemeindepsychiatrischen Zentrum des Caritasverbandes Darmstadt e.V. (2UE)**

---

An diesem Informationsabend werden die Angebote des Gemeindepsychiatrischen Zentrums des Caritasverbandes Darmstadt e.V. vorgestellt, insbesondere die Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle (PSKB), das Ambulante Betreute Wohnen und die Tagesstätte für psychisch kranke Erwachsene und das Beschäftigungsprojekt sowie Vermittlungsmöglichkeiten zu anderen Angeboten. Im Anschluss ist Raum für offene Fragen. Auf Wunsch findet zum Abschluss eine Begehung der Räumlichkeiten statt.

Kursleitung: Anne Hei3

#### **802-09-N1**

27.05.2020  
18.00 – 19.30 Uhr  
Mittwoch, 1x  
Caritas Darmstadt,  
Wilhelminenplatz 7,  
64283 Darmstadt

## Die Natur in der Wiese erleben (6 UE)

Wir erfahren im Bürgerpark, wie wir und unsere Tageskinder den Lebensraum „Wiese“ mit Spaß erleben und besinnlich genießen können. Aus dem Blickwinkel der Kinder begeben wir uns auf eine Entdeckungsreise und erkunden spielerisch eine Wiese mit ihren Schätzen. Wir wollen uns über die Sensibilität der Kinder austauschen, wie sie den Tieren, Blumen und Bäumen begegnen und wie stolz sie auf ihre eigenen Entdeckungen sind.

Wir erhalten Ideen, wie wir ein kleines Gärtchen anlegen können und etwas zum Spielen in der Wiese basteln.

Anschließend erfahren wir die Heilwirkungen sowie Verwendung der Wiesenkräuter und Baumfrüchte, aus denen wir auch etwas gesundes Leckeres zubereiten.

Kursleitung: Eva-Maria Herzog-Reichwein

### 802-10-N1

29.05.2020  
16.30 – 21.00 Uhr  
Freitag, 1x,

#### Treffpunkt:

Am Eingang des ehemaligen Schwimmbades „Nordbad“, in der Nähe Messplatz; Bei starkem Regen können wir dort gemeinsam entscheiden, ins Familienzentrum zu wechseln

#### Bitte mitbringen:

wetterfeste Kleidung, 1 kleines, leeres Marmeladenglas, 1 Trinkbecher, 1 Sitzunterlage



**BEP-Modul 11 – „Vom ich und Wir – die emotionalen und sozialen Kompetenzen der Kinder im pädagogischen Alltag stärken.“ (24 UE)**

---

**802-11-F1**

22.08.2020

31.10.2020

05.12.2020

samstags, 3x

09.00 – 16.00 Uhr

Frankfurter Str. 71

Raum 0.08

Im Mittelpunkt dieser Fortbildung steht, das eigene Verständnis der Entwicklung und Vielfalt von emotionalen und sozialen Kompetenzen im Kindesalter weiterzuentwickeln. Darauf aufbauend geht es darum, die Kinder bei den wichtigen Entwicklungsschritten kompetent, feinfühlig und reflektiert zu begleiten. Hilfreiche Methoden für den ko-konstruktiven Kontakt werden erarbeitet.

Die Teilnehmenden erhalten Anregungen, um die fachliche Haltung, den Umgang mit Emotionen und das eigene Agieren in pädagogischen Beziehungen zu reflektieren und weiterzuentwickeln. Die Fortbildung thematisiert, welche Aspekte zu einer positiven emotionalen Atmosphäre beitragen können, in der sich Kinder und Erwachsene wohl, wahrgenommen und aufgehoben fühlen. Es werden konkrete Ideen zu weiteren Verbesserung des emotionalen Klimas entwickelt.

Kursleitung: Silke Latscha

**Anmerkung:**

Diese Fortbildung richtet sich an Tagespflegepersonen, die noch keine ausgewiesene Modulfortbildung zum Hessischen Bildungs- und Erziehungsplan besucht haben. Die erfolgreiche Teilnahme an diesem Modul Fortbildungsreihe berechtigt zum Bezug der sogenannten Qualitätspauschale.

## „Wie meine Mutter...“ (8 UE)

Im Umgang mit den uns anvertrauten Kindern schöpfen wir auch aus dem, was wir selbst von Eltern und Großeltern bekommen haben.

Im Kurs beschäftigen wir uns mit der eigenen Biographie unter dem Aspekt von Erziehung, Elternhaus, Schule und Wertevermittlung. Dabei arbeiten wir mit kreativen Methoden – unter Einsatz von Gegenständen, Fotos und Spiel – um uns dann im Gespräch auszutauschen. In der Gruppe können wir so auch neue Ideen für die Arbeit mit den Tageskindern bekommen, sowie das Verständnis für verschiedene Kulturen und Generationen befördern.

### Bitte mitbringen:

- vier Fotos von sich selbst aus verschiedenen Lebensaltern (Baby oder Kleinkind, Kindergartenalter, Schulkind 8-12, Teenager oder junge Erwachsene) Die Fotos sollen gern auch Ihre Familie oder Lebensumfeld zeigen; kein Name auf der Rückseite.
- Einen Gegenstand, der für Sie einen Bezug zur eigenen Kindheit/Jugend hat.
- Bequeme Kleidung und Schuhe.

Kursleitung: Birgit Reibel

### 802-12-F1

19.09.2020  
Samstag, 1x  
10.00 – 16.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.08



## **Ein Tag für mich – Tag der Entspannung, Besinnung und Achtsamkeit (8 UE)**

---

An diesem Tag wollen wir ganz im Hier und Jetzt sein. Mit einfachen Yoga- Entspannungs- Meditations- und Achtsamkeitsübungen möchten wir unseren Körper und Geist zur Ruhe kommen lassen und somit verschiedene Methoden der Stressbewältigung kennen lernen. Nach der praktischen Umsetzung wird es auch Gelegenheit zum Gedanken- und Erfahrungsaustausch geben.

Kursleitung: Silke Latscha

### **802-13-E1**

26.09.2020  
Samstag, 1x  
09.30 – 15.30 Uhr  
Eberstadt  
Oberstr. 13,  
Bewegungsraum/07

## **„Schlafsituationen im Kindertagespflegealltag einfühlsam gestalten und begleiten“ (5,33 UE)**

---

Am Thema Schlafen im Zusammenhang mit Kindern entzündeten sich häufig die Gemüter und die unterschiedlichsten Überzeugungen werden dazu verbreitet:

- Kinder müssen doch alleine schlafen können (lernen)!
- Kinder können überall schlafen!
- Kinder kommen ohne Mittagsschlaf aus!

Was ist dran an diesen „Wahrheiten“?

In diesem Kurs werden wir uns der Thematik auf unterschiedliche Weise nähern, versuchen eine eigene Position dazu zu entwickeln und insbesondere einen Blick darauf werfen, wie wir als TPP die Schlafsituationen so gestalten können, dass sie unterschiedliche Bedürfnisse verbinden und trotzdem dem einzelnen Kind gut gerecht werden können.

Kursleitung: Mary Burdette

### **802-14-F1**

20.10.2020  
27.10.2020  
dienstags, 2x  
19.30 – 21.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.08



## PRAXISREFLEXION

### Praxisreflexion – Gesprächsrunde (24 UE)

Dieses 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 dem 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: Margit Langhauser

#### 803-01-A1

20.01.2020  
17.02.2020  
23.03.2020  
11.05.2020  
22.06.2020  
24.08.2020  
21.09.2020  
19.10.2020  
30.11.2020  
montags, 9x  
19.30 – 21.30 Uhr  
Arheilgen  
Jakob-Jung-Str. 2,  
EK Raum

### Praxisreflexion – Gesprächsrunde (24 UE)

Kursleitung: Andrea Kaupp

#### 803-02-F1

22.01.2020  
26.02.2020  
01.04.2020  
06.05.2020  
17.06.2020  
19.08.2020  
30.09.2020  
04.11.2020  
09.12.2020  
mittwochs, 9x  
19.30 – 21.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.08

### Praxisreflexion – Gesprächsrunde (24 UE)

Kursleitung: Andrea Kaupp

#### 803-03-F1

27.01.2020  
09.03.2020  
20.04.2020  
25.05.2020  
29.06.2020  
24.08.2020  
28.09.2020  
02.11.2020  
07.12.2020  
montags, 9x  
19.30 – 21.30 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.08

## Praxisreflexion – Gesprächsrunde (24 UE)

Kursleitung: Dr. Nicole Wilhlem

### 803-04-E1

29.01.2020  
11.03.2020  
22.04.2020  
13.05.2020  
17.06.2020  
26.08.2020  
23.09.2020  
21.10.2019  
11.11.2020  
mittwochs, 9x  
19.30 – 21.30 Uhr  
Eberstadt  
Oberstr. 13  
EK Raum

## Praxisreflexion für Einsteiger\*innen (24 UE)

!! Dieses Kursangebot richtet sich **ausschließlich** an  
Berufsanfänger\*innen!!

Insbesondere zu Beginn der Tätigkeit ist die  
Möglichkeit der Reflexion in und mit einer Gruppe sehr  
wertvoll, da sich neue Herausforderungen ergeben, für  
die es noch keine routinierten Lösungsstrategien gibt,  
auf die man aus der Erfahrung zurückgreifen könnte.

Hier wird ein besonderes Augenmerk darauf  
gerichtet, den eigenen individuellen Standpunkt  
herauszuarbeiten, und nicht gleich „bewährte“  
Strategien der erfahrenen Kolleg\*innen zu  
übernehmen.

Kursleitung: Silke Latscha

### 803-05-E1

15.01.2020  
04.03.2020  
29.04.2020  
03.06.2020  
01.07.2020  
19.08.2020  
30.09.2020  
04.11.2020  
09.12.2020  
mittwochs, 9x  
19.30 – 21.30 Uhr  
Eberstadt  
Oberstr. 13  
EK Raum

# Fachausschuss „Kinderbetreuung/ Familie und Familienzentrum“



|                                                  |                   |
|--------------------------------------------------|-------------------|
| Bündnis 90/Die Grünen                            | Florian Gernhardt |
| SPD                                              | Samantha Härter   |
| Die Linke                                        | Maria Späh        |
| Ev. Dekanat                                      | Uwe Wiegand       |
| Kath. Dekanat                                    | Monika Korn       |
| AWO                                              | Barbara Lücke     |
| Der Paritätische Hessen/ASB                      | Elke Heinz        |
| Deutscher Kinderschutzbund                       | Ulrike Anders     |
| Hausfrauenbund                                   | Uschi Plötz       |
| Förderverein Astrid-Lindgren-Schule              | Peter Gebauer     |
| Hauptelternbeirat                                | Alexandra Jordan  |
| Sprecherin der Kursleiterinnen<br>und Kursleiter | Heide Reitz       |

# In eigener Sache

## **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:

**Frau Heide Reitz und Frau Myriam Buekens-Gonschorek**



## **Wir sind Mitglied:**

- Im Bündnis für Familien in Darmstadt
- In der AHF, Arbeitsgemeinschaft Hessischer Familienbildungsstätten
- In der GAIMH, Gesellschaft für seelische Gesundheit in der frühen Kindheit e.V.
- In der LAG, Landesarbeitsgemeinschaft Hessische Erziehungsberatung

## **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.

## **Ferienbetreuung**

Hier gibt es im Rahmen des Bündnisses für Familie Darmstadt verschiedene Angebote für Firmen. Kontakt über die "Servicestelle Beruf und Familie Darmstadt" im Frauenbüro.

## **Kinderbetreuung.darmstadt.de**

Um einen schnellen Überblick über Darmstädter Kinderbetreuungsmöglichkeiten zu erhalten, stehen Ihnen alle relevanten Informationen auf der Internetseite <https://kinderbetreuung.darmstadt.de> zur Verfügung.

# Kooperations- und Netzwerkpartner



- Abteilung Kinderbetreuung der Wissenschaftsstadt Darmstadt
- Abteilung Städtischer Sozialdienst der Wissenschaftsstadt Darmstadt
- Alice-Eleonoren-Schule
- Amt für Interkulturelles/Internationales der Wissenschaftsstadt Darmstadt
- Darmstädter Modell „Kinder schützen – Familien fördern“
- Der Kinderschutzbund, Bezirksverband Darmstadt
- Deutsches Rotes Kreuz
- Donum Vitae Südhessen e.V.
- Eigenbetrieb Darmstädter Werkstätten und Wohneinrichtungen
- Fachaufsicht und -beratung für Kindertagespflegepersonen,
- Wissenschaftsstadt Darmstadt
- Familienbüro h-da
- Frauenbüro der Wissenschaftsstadt Darmstadt
- Freundeskreis Eberstädter Streuobstwiesen e.V.
- Frühberatung für entwicklungsgefährdete Kinder und ihre Familien, Caritasverband Darmstadt e.V.
- Gemeindepsychiatrisches Zentrum, Caritasverband Darmstadt e.V.
- Jugendstilbad
- Kinder- und Familienzentrum Wurzel
- Kinder- und Jugendfarm Darmstadt e.V.
- Klinikum Darmstadt, Mutter-Kind-Zentrum
- Kreis Groß-Gerau Fachdienst Kindertagespflege
- Main-Taunus-Kreis Kindertagespflege
- Matthäusgemeinde Heimstättensiedlung
- Merck KGaA Darmstadt
- Pflegestützpunkt der Wissenschaftsstadt Darmstadt
- Pflegekinderdienst der Wissenschaftsstadt Darmstadt
- pro familia, Darmstadt
- pme Familienservice Akademie gGmbH Frankfurt
- Städtische Kindertagesstätten Bessungen/Eberstadt Mitte/Heimstätte/Nord – KitaFAZ
- Tageseltern Tageskinder Vermittlung
- Verbraucherzentrale Hessen
- Weltladen Darmstadt

# Qualifikationsbeschreibung

|                            |                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Amara, Donata              | Dipl. Sozialpädagogin, hauptamtl. Mitarb. des Familienzentrums                                                                                                                             |
| Altvater-Frowein, Anja     | Dipl.-Oecotrophologin                                                                                                                                                                      |
| Andres, Michèle            | Hebamme                                                                                                                                                                                    |
| Arlt, Stefanie             | Hotelfachfrau                                                                                                                                                                              |
| 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 |
| Beck, Heike                | Erziehungswissenschaftlerin, Dozentin FH Frankfurt, Weiterbildnerin                                                                                                                        |
| Behrend, Ronja             | B.A. Erziehungs- und Bildungs-wissenschaften, Abenteuer- und Erlebnispädagogin                                                                                                             |
| Beinoraviciute, Rasa       | Dr. rer. nat. Biochemie, Tanz- und Ausdruckstherapeutin                                                                                                                                    |
| Beran, Saskia              | Trageberaterin                                                                                                                                                                             |
| Berkner, Sabine            | Sportwissenschaftlerin, Weiterbildung im Säuglings- und Kleinkinderschwimmen                                                                                                               |
| Böffinger, Annette         | Dipl.-Biologin, Übungsleiterin für T'AI CHI und Qi Gong                                                                                                                                    |
| Böffinger, Leonie          | Übungsleiterin für T'AI CHI und Qi Gong                                                                                                                                                    |
| Brand, Doris               | Erzieherin, Elternbegleiterin                                                                                                                                                              |
| Brenner, Sonja             | Dipl. Sozialpädagogin, Erzieherin, Elternberaterin in der Familienbildung®, hauptamtl. Mitarb. des Familienzentrums                                                                        |
| Breustedt, Jürgen          | Pfarrer, Mediator, Systemischer Berater                                                                                                                                                    |
| Buchenauer, Claudia        | Heilpraktikerin für klassische Homöopathie                                                                                                                                                 |
| Bucher, Angela             | Dipl. Sozialpädagogin, Leiterin des Deutschen Kinderschutzbundes BV Darmstadt e.V.                                                                                                         |
| Buekens-Gonschorek, Myriam | Yoga-Lehrerin                                                                                                                                                                              |
| Burdette, Mary             | Erzieherin, Dipl. Sozialpädagogin, Yogalehrerin, zertifizierte Tagespflegeperson                                                                                                           |
| Chekabab-Kraft, Andrea     | Kinderkrankenschwester, Stillberaterin                                                                                                                                                     |



|                             |                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dippel, Rita                | Kinderkrankenschwester Intensivpflege, Safe-Mentorin, Start ins Leben, Grundlagen systemischer Arbeit mit Familien, hauptamtl. Mitarb. des Familienzentrums                                              |
| Dippel, Stephanie           | Physiotherapeutin, Weiterbildung in Säuglings- und Kleinkinderschwimmen, Kursleiterin „Babys in Bewegung“                                                                                                |
| Duong, Thi Than Thuy        | Altenpflegerin, Buchhaltungssekretärin                                                                                                                                                                   |
| Esselbrügge, Anne           | Krankenschwester, Heilpädagogin                                                                                                                                                                          |
| Etzel, Lena                 | Geburtsvorbereiterin®, integrative Heilpädagogin M.A.                                                                                                                                                    |
| Gaye, Yvonne                | Dipl. Sozialpädagogin, stellvertretende Leiterin des Familienzentrums                                                                                                                                    |
| Gebler, Gabi                | Lehrerin                                                                                                                                                                                                 |
| Gerbig, Antonella           | Dipl. Sozialpädagogin                                                                                                                                                                                    |
| Heiß, Anna                  | Dipl. Sozialpädagogin                                                                                                                                                                                    |
| Herzog-Reichwein, Eva-Maria | Dipl.-Geographin, Naturpädagogin                                                                                                                                                                         |
| Heymanns, Mareike           | Zertifizierte Prä- und postnatale Fitnesstrainerin                                                                                                                                                       |
| Hild, Kathrin               | Physiotherapeutin, Fortbildung in Babyturnen                                                                                                                                                             |
| Israel, Sylke               | Soziale Arbeit (M.A.)                                                                                                                                                                                    |
| Jaeger, Kwanjai             | Servicekraft, Gastronomie                                                                                                                                                                                |
| Jährling, Doris             | Yogalehrerin                                                                                                                                                                                             |
| Jost, Erika                 | Dipl. Sozialpädagogin, Multiplikatorin für den hess. BEP                                                                                                                                                 |
| Juillet, Solène             | Yoga-Lehrerin, Yoga-Lehrerin für Schwangere                                                                                                                                                              |
| Kairlas, Anna Katharina     | Studium der Sozialen Arbeit, Kursleiterin für Säuglings- und Kleinkinderschwimmen                                                                                                                        |
| Kanzler-Sackreuther, Monika | Dipl. Sozialpädagogin, Geburtsvorbereiterin®, Safe-Mentorin, Lehrerin für kompensator. Sportunterricht, zertifizierte Starke Eltern-Starke Kinder®-Kursleiterin, hauptamtl. Mitarb. des Familienzentrums |
| Kaupp, Andrea               | Dipl.-Sozialpädagogin, Zusatzqualifikation Psychomotorik                                                                                                                                                 |

|                         |                                                                                                                                                                             |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kessler, Karfried       | Heilpraktiker, Yoga-Therapeut, Homöopath,<br>Fußreflexzonen-therapeut nach HanneMarquardt®,<br>ISBT Bowen®-Therapeut                                                        |
| Kiel, Antje             | Zirkuspädagogin, Zirkusdirektorin                                                                                                                                           |
| Klein, Anna-Katharina   | Soziologin, GfG Geburtsvorbereiterin,<br>GfG-Rückbildung-Neufindung,<br>GfG-Fabel-Kursleiterin                                                                              |
| Klein, Susanne          | Dipl.-Sozialarbeiterin, Kinderkrankenschwester,<br>zertifizierte PEP-Trainerin                                                                                              |
| Kleinhenz, Edith        | Gärtnermeisterin                                                                                                                                                            |
| Klich, Anna             | Magister für Pädagogik, Vorschulerziehung und<br>frühe Vorschulbildung                                                                                                      |
| Kluwe, Laura            | Ökotrophologin B.SC.                                                                                                                                                        |
| Komadina, Petra         | Ernährungsberaterin, Übungsleiterin Kinderturnen<br>mit B/C-Lizenz                                                                                                          |
| Kranz, Axel             | NLP-Coach, Persönlichkeitstrainer,<br>Mediationskursleiter                                                                                                                  |
| Krieger, Anne           | Kommunikationstrainerin, systemischer Coach,<br>Ethnologin M.A.                                                                                                             |
| Langhammer, Margit      | Dipl. Sozialpädagogin                                                                                                                                                       |
| Latscha, Silke          | Dipl.-Psychologin, Systemische Therapeutin<br>und Beraterin (DGST), zertifizierte Gordon®-<br>Familientrainerin, zertifizierte Starke Eltern-Starke<br>Kinder®-Kursleiterin |
| Lippok, Christoph       | Journalist, GfG-Väterbegleiter                                                                                                                                              |
| Lindau, Sabine          | Fach- und Familien Kinderkranken- schwester, Erste-<br>Hilfe-Ausbilderin                                                                                                    |
| Maiwald, Katharina      | Dipl.-Ökotrophologin, hauptamtl. Mitarb. des<br>Familienzentrums                                                                                                            |
| Massarat, Susan         | Pädagogin (M.A.)                                                                                                                                                            |
| Mathis, Christiane      | Heilpraktikerin, Hospizbegleiterin, zertifizierte<br>Tagespflegeperson                                                                                                      |
| Mayer, Anja             | Kinderkrankenschwester                                                                                                                                                      |
| Meints-Korinth, Bettina | Dipl.-Ökotrophologin, Verbraucherzentrale Hessen                                                                                                                            |
| Metz, Isabelle          | Dipl.-Sozialpädagogin, Kinderkrankenschwester                                                                                                                               |
| Metz, Marion            | Dipl.-Sozialarbeiterin,<br>hauptamtl. Mitarb. des Familienzentrums                                                                                                          |

|                            |                                                                                                                                |
|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mühlherr, Friederike       | Sozialpädagogin, Bildungsreferentin<br>des Weltladen Darmstadt                                                                 |
| Müller-Sievers, Maren      | Dipl. Sozialpädagogin, Gesundheitsberaterin                                                                                    |
| Nordt, Sawa                | Trageberaterin                                                                                                                 |
| Östreich, Manuela          | Aqua Trainerin, Dipl.<br>Fitnessökonom (BA)                                                                                    |
| Ortkamp, Waltraud          | Yogalehrerin, Übungsleiterin Seniorengymnastik,<br>PEKiP-Gruppenleiterin                                                       |
| Parusel-Bucher, Christiane | Ernährungscoach (IHK)                                                                                                          |
| Quandt-Wiese, Damaris      | Dipl.-Sozialarbeiterin, PEKiP-Gruppenleiterin,<br>Systemische Beraterin                                                        |
| Querbach, Esther           | Kinderkrankenschwester                                                                                                         |
| Reibel, Birgit             | Theaterpädagogin, Theologin                                                                                                    |
| Reitz, Heide               | Kinderkrankenschwester, Kursleiterin für<br>Babymassage und Babys in Bewegung, Familien-<br>Gesundheits-Kinderkrankenpflegerin |
| Reniers, Jan               | Erzieher, Dipl. Sozialpädagoge, Weiterbildner                                                                                  |
| Risch, Maren               | Hebamme, Kinderkrankenschwester                                                                                                |
| Riffel, Christof           | Dr. med. der Allgemeinmedizin                                                                                                  |
| Roß, Manuela               | Facherzieherin für sprachliche Bildung                                                                                         |
| Roth, Andrea               | Physiotherapeutin, Kursleiterin für progressive<br>Muskulentspannung nach Jakobsen,<br>Rückenschullehrerin                     |
| Rziha, Melanie             | Kinderkrankenschwester                                                                                                         |
| Sackeyfio, Mira            | Dipl. Sozialpädagogin                                                                                                          |
| Schefszyk, Petra           | Dipl.-Bibliothekarin, Bildungsreferentin des<br>Weltladens Darmstadt                                                           |
| Schildt, Claudia           | Erzieherin, Gruppenleiterin für Babymassage                                                                                    |
| Schmidt-Eppinger, Michaela | Physiotherapeutin                                                                                                              |
| Schneider, Elke            | Ökotrophologin, Entspannungspädagogin                                                                                          |
| Schneider, Karolin         | Dipl. Ökotrophologin                                                                                                           |
| Schneider, Martina         | Dipl. Ökotrophologin                                                                                                           |
| Schreiber-Grübel, Heidi    | Dipl.-Psychologin, Gesprächspsychotherapeutin                                                                                  |
| Schrckel, Heidi            | Freischaffende Künstlerin                                                                                                      |
| Schubert, Sinikka          | ADTV Tanzlehrerin, Fachtanzlehrerin,<br>ADTV Kindertanzwelt                                                                    |
| Schumacher, Gerd           | Jurist, Magistratsdirektor im Rechtsamt der<br>Wissenschaftsstadt Darmstadt                                                    |



|                       |                                                                                                                                              |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Schütz, Jeanette      | Verwaltungsangestellte                                                                                                                       |
| Siebert, Petra        | AFS Stillberaterin                                                                                                                           |
| Sobiesinsky, Andrea   | Diplom-Sängerin                                                                                                                              |
| Spieß, Annette        | Leiterin Frühberatungsstelle Caritasverband<br>Darmstadt e.V.                                                                                |
| Staake-Ludwig, Judith | Dipl.-Sozialpädagogin, Shiatsutherapeutin,<br>Heilpraktikerin, hauptamtl. Mitarb. des<br>Familienzentrums                                    |
| Straka-Schütze, Antje | Dipl.-Pädagogin                                                                                                                              |
| Striebel, Eva Corinne | Erzieherin, Marte Meo Practitioner                                                                                                           |
| Stuckert, Marina      | Kindheitspädagogin, Tanzpädagogin                                                                                                            |
| Völpel, Nadine        | Dipl.-Oecotrophologin                                                                                                                        |
| Walter, Sophie        | Erziehungswissenschaftlerin (M.A.), Kursleiterin<br>für Babyzeichensprache, Kursleitung für GfG-<br>Rückbildung-, Neufindung und Babymassage |
| Weber, Nadine         | Studium BA Bildung in Kindheit und Jugend<br>FenKid Kursleiterin                                                                             |
| Wilhelm, Dr. Nicole   | Kommunikationstrainerin, autorisierte Gordon-<br>Familientrainerin, zertifizierte familiylab-<br>Seminarleiterin                             |
| Winn, Susanne         | Outdoor-Trainerin                                                                                                                            |
| Zucca, Martin         | Student, Weiterbildung in Säuglings- und<br>Kleinkinderschwimmen i.A.                                                                        |

## FERIENAKADEMIE IM FAMILIENZENTRUM



### Kräuterwerkstatt – Altes Wissen für junge Forscher

Für Mädchen und Jungen von **6 - 10 Jahren**

Kursleitung: Edith Kleinhenz

#### Bitte mitbringen:

An allen Tagen Frühstücksverpflegung,  
Mittagsverpflegung, nur am Dienstag und  
Mittwoch 2 leere Marmeladengläser,  
1 Schuhkarton, wetterfeste Kleidung

#### 307-01-F1

06.04. – 09.04.2020  
Montag bis  
Donnerstag, 5x  
09.00 – 14.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.01  
Gebühr: 66,00 €

Die Materialumlage von  
10,00 € ist in der Kurs-  
gebühr enthalten.

### Meine Lieblingsfarbe ist bunt

Freie Malerei für Mädchen und Jungen von

**7 - 11 Jahren**

Kursleitung: Heidi Schrickel

#### Bitte mitbringen:

Bequeme Malkleidung und -schuhe  
sowie Pausenverpflegung

#### 307-02-F1

14.04. – 17.04.2020  
Dienstag bis Freitag, 4x  
09.00 – 14.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.01  
Gebühr: 63,50 €

Die Materialumlage von  
12,00 € ist in der Kurs-  
gebühr enthalten.

### Sommer-Malwerkstatt

Freie Malerei für Mädchen und Jungen von

**7 - 11 Jahren**

Kursleitung: Heidi Schrickel

#### Bitte mitbringen:

Bequeme Malkleidung und -schuhe  
sowie Pausenverpflegung

#### 307-03-F1

03.08. – 07.08.2020  
Montag bis Freitag, 5x  
09.00 – 14.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.01  
Gebühr: 79,00 €

Die Materialumlage von  
15,00 € ist in der Kurs-  
gebühr enthalten.

## **Babysitterkurs**

---

Für Jugendliche ab **13 Jahren**.

Kursleitung: Monika Kanzler-Sackreuther  
Heide Reitz

*In Kooperation mit dem  
Deutschen Kinderschutzbund Darmstadt e.V.*

### **106-20-F1**

16.04. – 17.04.2020  
Donnerstag / Freitag, 2x  
09.30 – 13.00 Uhr  
Frankfurter Str. 71  
Raum 0.04  
Gebühr: 19,00 €

### **106-21-F1**

09./10.07.2020  
Donnerstag/  
Freitag, 2x  
siehe oben

# Stadtteilübersicht



## Arheilgen

|                    |                                           |
|--------------------|-------------------------------------------|
| 103-01-02-03-A1    | Fit mit Bauch                             |
| 105-04/05/06-A1    | Rückbildung Teil 2                        |
| 105-11/12-A1/13/A1 | Und dann blieb die Wiege leer/Rückbildung |
| 105-15/16-A1       | Rückbildung mit Babys                     |
| 105-27/F1/23/24/A1 | Rückbildungsgymnastik und Babymassage     |
| 105-21-A1/27/A1    | Wenn die Geburt schwierig war             |
| 202-05-A1          | Offener Baby/Still-Treff                  |
| 301-02-A1          | Offener Eltern-Kind-Treff                 |
| 303-01/04-A1       | Alles klingt und schwingt                 |
| 305-03/04/N1       | Wir entdecken die Kinderfarm              |
| 511-09/10-K1       | T'AI CHI                                  |
| 803-01-A1          | Praxisreflexion                           |

## Eberstadt

|               |                                                                                  |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| 106-12-E1     | Mama-Outdoor-Fitness                                                             |
| 202-03-E1     | Offener Baby-/Still-Treff                                                        |
| 203-02-E1     | Sanfte Hände – Massage für Babys                                                 |
| 204-01/02-E1  | PEKiP                                                                            |
| 205-03/07/08/ |                                                                                  |
| 011/12-E1     | Kinder wollen hören, sehen, fühlen, sich<br>Bewegen / 6 – 9 Monate/9 – 12 Monate |
| 301-03-E1     | Offener Eltern-Kind-Treff                                                        |
| 302-05-E1     | Mit Kindern neugierig sein                                                       |
| 302-06-E1     | Mit Kindern neugierig sein                                                       |
| 303-05-E1     | Alles klingt und schwingt                                                        |
| 303-06-E1     | Alles klingt und schwingt                                                        |
| 305-05/06-E1  | Rasenmäher Schaf                                                                 |
| 305-11-E1     | Spiel und Spaß am Wasser                                                         |
| 601-05-T1     | Gordon familylab-Seminar                                                         |
| 701-04-E1     | Fachpersonen oder Dienstleister?<br>für pädagogische Fachkräfte                  |
| 802-03-E1     | Tagespflege: Praxisreflexion                                                     |
| 804-02-E1     | Tageskindertreff                                                                 |

|                    |                                      |
|--------------------|--------------------------------------|
| 802-01-E1          | Ärger                                |
| 802-05-E1          | persönliche Verantwortung            |
| 802-07-E1          | Tag für mich                         |
| 802-13-E1          | Tag für mich                         |
| 802-04-E1          | Vom Rückblick zum Ausblick           |
| 803-01/02/03/04-E1 | Praxisreflexion                      |
| 803-05-E1          | Praxisreflexion für Einsteiger*innen |

### **Kranichstein**

|              |                                           |
|--------------|-------------------------------------------|
| 301-05-K1    | Offener Eltern-Kind-Treff                 |
| 509-02/03-K1 | Yoga für Senioren- Einsteiger             |
| 509-04/05-K1 | Hatha-Yoga Ü 60 und Ungeübte              |
| 509-14-K1    | Autogenes Training                        |
| 511-09-K1    | Tai Chi und Qui Gong für Anfänger         |
| 511-10-K1    | Tai Chi und Qui Gong für Fortgeschrittene |
| 701-07-K1    | Der Zirkus kommt...                       |
| 802-11-K1    | BEP für Kindertagespflegepersonen         |
| 804-01-K1    | Tageskindertreff                          |

### **Wixhausen**

|              |                                |
|--------------|--------------------------------|
| 105-17/18-W1 | Rückbildungsgymnastik mit Baby |
| 202-04-W1    | Offener Baby-/Still-Treff      |
| 301-04-W1    | Offener Eltern-Kind-Treff      |
| 509-01-W1    | Ruhe – Inseln                  |
| 509-10-13-W1 | Yoga                           |
| 511-03-08-W1 | Wirbelsäulengymnastik          |

### **Kita Regenbogenland**

|             |                            |
|-------------|----------------------------|
| 601-04-RBL1 | Gordon + familylab Seminar |
|-------------|----------------------------|

### **Ernst-Ludwig-Park**

|             |                                                                    |
|-------------|--------------------------------------------------------------------|
| 601-02-ELP1 | Elterngesprächskreis                                               |
| 601-01-ELP1 | Konflikte lösen mit Gewaltfreier Kommunikation                     |
| 601-03-ELP1 | Zeit für mich + Zeit, die sich für Dich<br>und Deine Familie lohnt |
| 802-02-ELP1 | Yoga für Kindertagespflegepersonen                                 |

# Teilnahmebedingungen



## Anmeldung:

Eine Anmeldung zu den Kursen ist nur schriftlich möglich. Anmeldeformulare finden Sie im Anhang des Programmheftes und auf der Homepage des Familienzentrums oder Sie holen sie im Anmeldebüro oder den Außenstellen ab. Sobald wir Ihre Anmeldung erfasst haben, erhalten Sie von uns eine Platzzusage oder -absage per E-Mail. Bei persönlicher Vorsprache erhalten Sie eine mündliche Platzzusage oder -absage. Findet ein Kurs nicht statt, erfolgt eine Absage in der Regel 7 Tage vor Kursbeginn.

## 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. Dies gilt auch für die nicht ermäßigungsfähige Material- und Lebensmittellage. Eine Teilrückerstattung für versäumte Termine ist nicht möglich. Lediglich in folgenden Ausnahmefällen ist eine Teilrückerstattung 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 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), Bezug von Wohngeld oder dem Asylbewerberleistungsgesetz sowie den BAföG-Bezug nachweist erhält eine Kursgebührenermäßigung von **75 %**.
3. Senioren die im Besitz einer Teilhabecard sind erhalten eine Ermäßigung von **50 %**.

**Die Verwaltungsgebühren, die erhoben werden, sind nicht ermäßigungsfähig. Die aktuellen Nachweise sind mit der Anmeldung in der Verwaltung vorzulegen.**



### **Kinderbetreuung:**

Einige Kurse werden auf Wunsch mit Kinderbetreuung angeboten (siehe Kursausschreibung). 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 Wissenschaftsstadt Darmstadt übernimmt keinerlei Haftung bei Unfall, Diebstahl oder Sachschaden während der Teilnahme an Kursen.

### **Datenschutz:**

Der Magistrat der Wissenschaftsstadt Darmstadt bedient sich zur Erfassung der Teilnehmenden an Kursen zur Entgelterhebung einer automatisierten Datenverarbeitung. Dazu werden Name, Vorname, Anschrift, Kursnummer, Semester, Kurstitel und Kursentgelt, im Falle des Entgelteinzugs die Bankverbindung sowie die Angabe männlich/weiblich in einer Teilnehmerdatei gespeichert.

# Stichwortverzeichnis

## A

Alles klingt und schwingt 75 f.  
Anmeldung 5, 7  
Aqua-Gymnastik für alle 118  
Aqua-Gymnastik für Schwangere 29  
Aufbauqualifizierung 148  
Autogenes Training 117  
Außenstellen 5

## B

Baby – Endlich ist unser Baby da 47  
Babyernährung 96  
Babymassage 51 f.  
Babyschwimmen 55 f.  
Babyschwimmen für Väter 90 f.  
Baby-Shiatsu 53  
Babysitterkurse 45  
Babysittervermittlung 13  
Baby-Still-Treffs 48  
Babysprache 20  
Babysprechstunde 11  
Babytragetechniken 20  
Backen 104  
Beratungsangebote 10 f.  
Besondere Kinder 69  
Bewegung für Erwachsene 118  
Bewegung für Schwangere 27 ff.  
Bewegungsspiele für Babys 54

## D

Das Baby verstehen 20  
Deeskalierung in der Erziehung 131, 137  
Die ersten Wochen und Monate mit dem Baby 18, 39  
Drunter - Drüber - in Bewegung 67, 91

## E

Eltern sein – Partner bleiben 132  
Eltern werden – Eltern sein 21  
Eltern-Kind-Treffs 47, 48, 50, 68  
Elternzeit 10, 22  
Elterngeld 10, 22

Elterngespräche in der Kita 137  
Elterngesprächskreise 127 f.  
Elternvorbereitung 20 ff.  
Endlich ist das Baby da 47  
Entspannung für Erwachsene 113  
Entspannung mit Baby 142  
Entwicklungsverzögerte Kinder 69  
Ernährung 95 f.  
Erste Hilfe für Baby und Kind 45  
Erstlingsausstattung 18  
Erziehungsberatung 12

## F

Fadenbilder – Väter und Kinder 94  
Familienangebot Mütter/Väter 59  
familylab 129  
Ferienangebote 86 f.  
Filzen 85  
Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte 135 ff.  
Frühe Hilfen 8  
Frühgeborene 46  
Fußreflexzonenmassage 102

## G

Geburtsvorbereitung 23 ff.  
Gemeinsam 69  
Geschwistervorbereitung 21  
Gesundheit 95 f.  
Gewaltfreie Kommunikation 136  
Gordon-Kurse 129  
Großeltern 19  
Grundqualifizierung 144 ff.  
Gymball-Drumming 120

## H

Hauen, beißen, kratzen 125  
Hausmittel 101  
Hochsensitiv 124  
Homöopathie 100  
Hotline 10  
Hören-Sehen-Fühlen 60 f.

## I

Immer diese Diskussionen 122  
Inklusive Eltern-Kind-Gruppe 69  
Inklusiver Kochtreff 103  
Internationale Küche 105 ff.  
Internetadresse 4

## J

Jahreszeiten erleben und gestalten mit Kindern 80  
Jungenwelten 124

## K

Kaiserschnitt 10, 37  
Kinder- und Jugendfarm 82  
Kinderernährung 96  
Kinder-Tanzen 79  
Kochkurse 97 f.  
Kochen Papa + Kind 92  
Kochtreff für Senioren 103  
Kommunikation mit dem Baby 20  
Kommunikation mit dem Partner 132 f.  
Konflikte mit Kindern lösen 127  
Kooperationen 163  
Kräuterwanderung 99

## M

Malkurse für Kinder 86  
Massage für Babys 51, 36  
Mehrlings-Treff 49  
Mit Kindern neugierig sein 70  
MitarbeiterInnen 6  
Musik für Kleinkinder 75  
Mutterschutz 10, 22

## N

Natur erleben 81  
Natur – Väter und Kinder 92  
Netzwerkkooperation BQ/ Tagespflege 149

**O**

Offene Eltern-Kind-Angebote 68  
 Offener Treff für Alleinerziehende 50  
 Oma und Opa 19  
 Outdoor mit Baby 44

**P**

Paar bleiben – Eltern sein 122, 132  
 Papa und Kind 92  
 Pädagogik/Psychologie 121  
 PEKiP 57 f.  
 Pflegende Angehörige 134  
 Polnisch-deutsche Eltern-Kind-Angebote 74  
 Ponyhof/Vater + Kind 93  
 Prävention 100  
 Praxisreflexion/Tagespflege 159

**Q**

Qualifizierung für Tagespflegepersonen 144 ff.

**R**

Raufbolde und Schmusejungs 124  
 Rituale in der Familie 126  
 Rückbildungs-Yoga 32, 36  
 Rückbildungsgymnastik 31 ff.  
 Ruhe – Inseln 114  
 Rund um die Geburt 17

**S**

Säuglingspflege 18 f.  
 Schokolade 104, 111  
 Schwangerentreff 23  
 Schwangerschaft 37  
 Schwangerschaftsgymnastik 27 ff.  
 Schwangerschaftshotline 10  
 Schwierige Entbindung 10, 37  
 Schwimmen für Schwangere 29  
 Shiatsu für Babys 53  
 Stadtteilübersicht 171  
 Stillen / Stillsprechstunde 51  
 Stillvorbereitung 22  
 Stresssituationen entschärfen 131  
 Streuobstwiesen 83  
 Sushi 106  
 Symbolsprache mit Kindern 125

**T**

T'AI CHI und Qi Gong 120  
 Tageseltern-Qualifizierung 144 ff.  
 Teilnahmebedingungen 173  
 Thaiküche 105  
 Tanzen mit Baby 42  
 Thematische Elternabende 122 f.  
 Thematische Eltern-Kind-Gruppen 74 ff.  
 Tragetuch 40 ff.  
 Trauer 33, 136

**V**

Väter und Kinder 89  
 Vegan kochen 97, 107 f.  
 Vegetarisch Kochen 98  
 Vorbereitung auf das Baby 17  
 Vorbild sein 130

**W**

Walderlebnis – Väter und Kinder 92  
 Wickeln 18 f.  
 Windeln Ade! 122  
 Wirbelsäulengymnastik 119  
 Wochenbett 21

**Y**

Yoga 115 f.  
 Yoga für Schwangere 29 f.  
 Yoga-Rückbildung, mit Baby 36  
 Yoga für Senioren 114 f.

**Z**

Zartbesaitet 124  
 Zeit für mich 128  
 Zwillinge 49



## **Impressum**

### **Herausgeber:**

Magistrat der Wissenschaftsstadt  
Darmstadt, Jugendamt

### **Familienzentrum**

Frankfurter Straße 71  
64293 Darmstadt

### **Redaktion:**

Mitarbeiterinnen des  
Familienzentrums

### **Gesamtherstellung:**

Ph. Reinheimer GmbH  
Darmstadt, [www.phr.de](http://www.phr.de)

**Familienzentrum/-Familienbildung**  
Frankfurter Str. 71, 64293 Darmstadt  
Tel.: 06151-132509 / Fax: 132815  
E-Mail: fbs@darmstadt.de

**SEPA-Lastschriftmandat/  
Einzugsermächtigung**

Ich ermächtige das Familienzentrum der Wissenschaftsstadt Darmstadt einmalig eine Zahlung von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Familienzentrum auf mein Konto eingezogene Lastschrift einzulösen.

Bankinstitut \_\_\_\_\_

IBAN \_\_\_\_\_

BIC \_\_\_\_\_

Kontoinhaber \_\_\_\_\_

E-Mail-Adresse des Kontoinhabers \_\_\_\_\_

Die Abbuchung erfolgt nach Beendigung des Kurses. **Bei Anspruch auf Ermäßigung lege ich den aktuellen Nachweis bei.** Barzahlung ist nur gleichzeitig mit der Anmeldung möglich.

# ANMELDUNG

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ/Wohnort \_\_\_\_\_

Telefon (privat) \_\_\_\_\_

(berufl.) \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_

Nummer der Teilhabecard \_\_\_\_\_

**Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Teilnahmebedingungen an.**

Datum/Unterschrift \_\_\_\_\_

(Teilnehmer/-in / Kontoinhaber/-in)

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) \_\_\_\_\_

## Bitte Rückseite durchlesen

☐ **Ja, ich habe die Datenschutz-  
Informationen erhalten.**

# INFORMATIONSPFLICHT NACH ART. 13 DSGVO

Die Datenschutzgrundordnung (DSGVO) der Europäischen Union bewirkt seit 25.05.2018 eine ausdrückliche Stärkung Ihrer Rechte gegenüber allen Stellen, die Ihre Daten verarbeiten; also auch gegenüber dem Familienzentrum der Wissenschaftsstadt Darmstadt.

Die in der Anmeldung angegebenen personenbezogenen Daten (*Name, Adresse, Geburtsdatum, Telefonnummer, E-Mail-Adresse, Name aller teilnehmenden Partner, Name und Geburtsdatum der Kinder, Bankverbindung, Nummer der Teilhabcard*) werden zu Zwecken der Teilnahme an Kursen erhoben, elektronisch gespeichert, verarbeitet und genutzt. Eine Speicherung für andere Zwecke findet nicht statt.

Folgende Daten werden an die Kursleiterinnen bzw. Kursleiter weitergegeben: *Name, Adresse, Geburtsdatum, Telefonnummer, E-Mail-Adresse*. Für jede darüber hinausgehende Nutzung personenbezogener Daten und die Erhebung zusätzlicher Informationen bedarf es der Einwilligung der Betroffenen. Eine automatische

Löschung erfolgt nach 10 Jahren, insofern entsprechende Daten nicht weiter benötigt werden.

## Ihr gutes Recht:

Sie haben insbesondere das Recht auf Auskunft über die zu Ihrer Person gespeicherten Daten, das Berichtigen unrichtiger Angaben und die Löschung nicht mehr erforderlicher Daten – soweit diese Angaben nicht aufgrund gesetzlicher Vorschriften aufzubewahren sind. Zudem können Sie eine freiwillig erteilte Einwilligung zur Speicherung und Verarbeitung Ihrer Daten widerrufen.

## Ihre Unterstützung:

Haben Sie Fragen oder sind Sie der Ansicht, dass die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten nicht rechtmäßig erfolgt? Dann können Sie sich an das Jugendamt – Familienzentrum – oder die zuständige Datenschutzbeauftragte wenden und um Prüfung bitten.

Das Familienzentrum erreichen Sie telefonisch unter 06151 13-2509.

Bei Fragen zum Datenschutz wenden Sie sich direkt an die Datenschutzbeauftragte: [datenschutz@ darmstadt.de](mailto:datenschutz@ darmstadt.de), Telefon 06151 – 13-2401 oder 13-2402.

Die für die Wissenschaftsstadt Darmstadt zuständige Aufsichtsbehörde: Der Hessische Beauftragte für Datenschutz und Informationsfreiheit (HBD), Gustav-Stresemann-Ring 1, 65189 Wiesbaden.

## Folgen des Nicht-Unterzeichnens:

Wenn Sie diese Information mit Ihrer Unterschrift nicht bestätigen, kann einer Teilnahme an den Kursen nicht stattgegeben werden. Bitte bestätigen Sie mir Ihrer Unterschrift, dass Sie diese Information von uns erhalten und zur Kenntnis genommen haben.

---

Datum, Unterschrift

**Familienzentrum/-Familienbildung**  
Frankfurter Str. 71, 64293 Darmstadt  
Tel.: 06151-132509 / Fax: 132815  
E-Mail: fbs@darmstadt.de

**SEPA-Lastschriftmandat/  
Einzugsermächtigung**

Ich ermächtige das Familienzentrum der Wissenschaftsstadt Darmstadt einmalig eine Zahlung von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Familienzentrum auf mein Konto eingezogene Lastschrift einzulösen.

Bankinstitut \_\_\_\_\_

IBAN \_\_\_\_\_

BIC \_\_\_\_\_

Kontoinhaber \_\_\_\_\_

E-Mail-Adresse des Kontoinhabers \_\_\_\_\_

Die Abbuchung erfolgt nach Beendigung des Kurses. **Bei Anspruch auf Ermäßigung lege ich den aktuellen Nachweis bei.** Barzahlung ist nur gleichzeitig mit der Anmeldung möglich.

# ANMELDUNG

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ/Wohnort \_\_\_\_\_

Telefon (privat) \_\_\_\_\_

(berufl.) \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_

Nummer der Teilhabecard \_\_\_\_\_

**Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Teilnahmebedingungen an.**

Datum/Unterschrift \_\_\_\_\_

(Teilnehmer/-in / Kontoinhaber/-in)

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) \_\_\_\_\_

## Bitte Rückseite durchlesen

☐ **Ja, ich habe die Datenschutz-  
Informationen erhalten.**

# INFORMATIONSPFLICHT NACH ART. 13 DSGVO

Die Datenschutzgrundordnung (DSGVO) der Europäischen Union bewirkt seit 25.05.2018 eine ausdrückliche Stärkung Ihrer Rechte gegenüber allen Stellen, die Ihre Daten verarbeiten; also auch gegenüber dem Familienzentrum der Wissenschaftsstadt Darmstadt.

Die in der Anmeldung angegebenen personenbezogenen Daten (*Name, Adresse, Geburtsdatum, Telefonnummer, E-Mail-Adresse, Name aller teilnehmenden Partner, Name und Geburtsdatum der Kinder, Bankverbindung, Nummer der Teilhabcard*) werden zu Zwecken der Teilnahme an Kursen erhoben, elektronisch gespeichert, verarbeitet und genutzt. Eine Speicherung für andere Zwecke findet nicht statt.

Folgende Daten werden an die Kursleiterinnen bzw. Kursleiter weitergegeben: *Name, Adresse, Geburtsdatum, Telefonnummer, E-Mail-Adresse*. Für jede darüber hinausgehende Nutzung personenbezogener Daten und die Erhebung zusätzlicher Informationen bedarf es der Einwilligung der Betroffenen. Eine automatische

Löschung erfolgt nach 10 Jahren, insofern entsprechende Daten nicht weiter benötigt werden.

## Ihr gutes Recht:

Sie haben insbesondere das Recht auf Auskunft über die zu Ihrer Person gespeicherten Daten, das Berichtigen unrichtiger Angaben und die Löschung nicht mehr erforderlicher Daten – soweit diese Angaben nicht aufgrund gesetzlicher Vorschriften aufzubewahren sind. Zudem können Sie eine freiwillig erteilte Einwilligung zur Speicherung und Verarbeitung Ihrer Daten widerrufen.

## Ihre Unterstützung:

Haben Sie Fragen oder sind Sie der Ansicht, dass die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten nicht rechtmäßig erfolgt? Dann können Sie sich an das Jugendamt – Familienzentrum – oder die zuständige Datenschutzbeauftragte wenden und um Prüfung bitten.

Das Familienzentrum erreichen Sie telefonisch unter 06151 13-2509.

Bei Fragen zum Datenschutz wenden Sie sich direkt an die Datenschutzbeauftragte: [datenschutz@darmstadt.de](mailto:datenschutz@darmstadt.de), Telefon 06151 – 13-2401 oder 13-2402.

Die für die Wissenschaftsstadt Darmstadt zuständige Aufsichtsbehörde: Der Hessische Beauftragte für Datenschutz und Informationsfreiheit (HBD), Gustav-Stresemann-Ring 1, 65189 Wiesbaden.

## Folgen des Nicht-Unterzeichnens:

Wenn Sie diese Information mit Ihrer Unterschrift nicht bestätigen, kann einer Teilnahme an den Kursen nicht stattgegeben werden. Bitte bestätigen Sie mir Ihrer Unterschrift, dass Sie diese Information von uns erhalten und zur Kenntnis genommen haben.

---

Datum, Unterschrift

**Familienzentrum/-Familienbildung**  
Frankfurter Str. 71, 64293 Darmstadt  
Tel.: 06151-132509 / Fax: 132815  
E-Mail: fbs@darmstadt.de

**SEPA-Lastschriftmandat/  
Einzugsermächtigung**

Ich ermächtige das Familienzentrum der Wissenschaftsstadt Darmstadt einmalig eine Zahlung von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Familienzentrum auf mein Konto eingezogene Lastschrift einzulösen.

Bankinstitut \_\_\_\_\_

IBAN \_\_\_\_\_

BIC \_\_\_\_\_

Kontoinhaber \_\_\_\_\_

E-Mail-Adresse des Kontoinhabers \_\_\_\_\_

Die Abbuchung erfolgt nach Beendigung des Kurses. **Bei Anspruch auf Ermäßigung lege ich den aktuellen Nachweis bei.** Barzahlung ist nur gleichzeitig mit der Anmeldung möglich.

# ANMELDUNG

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ/Wohnort \_\_\_\_\_

Telefon (privat) \_\_\_\_\_

(berufl.) \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_

Nummer der Teilhabecard \_\_\_\_\_

**Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Teilnahmebedingungen an.**

Datum/Unterschrift \_\_\_\_\_

(Teilnehmer/-in / Kontoinhaber/-in)

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) \_\_\_\_\_

## Bitte Rückseite durchlesen

☐ **Ja, ich habe die Datenschutz-  
Informationen erhalten.**

# INFORMATIONSPFLICHT NACH ART. 13 DSGVO

Die Datenschutzgrundordnung (DSGVO) der Europäischen Union bewirkt seit 25.05.2018 eine ausdrückliche Stärkung Ihrer Rechte gegenüber allen Stellen, die Ihre Daten verarbeiten; also auch gegenüber dem Familienzentrum der Wissenschaftsstadt Darmstadt.

Die in der Anmeldung angegebenen personenbezogenen Daten (*Name, Adresse, Geburtsdatum, Telefonnummer, E-Mail-Adresse, Name aller teilnehmenden Partner, Name und Geburtsdatum der Kinder, Bankverbindung, Nummer der Teilhabcard*) werden zu Zwecken der Teilnahme an Kursen erhoben, elektronisch gespeichert, verarbeitet und genutzt. Eine Speicherung für andere Zwecke findet nicht statt.

Folgende Daten werden an die Kursleiterinnen bzw. Kursleiter weitergegeben: *Name, Adresse, Geburtsdatum, Telefonnummer, E-Mail-Adresse*. Für jede darüber hinausgehende Nutzung personenbezogener Daten und die Erhebung zusätzlicher Informationen bedarf es der Einwilligung der Betroffenen. Eine automatische

Löschung erfolgt nach 10 Jahren, insofern entsprechende Daten nicht weiter benötigt werden.

## Ihr gutes Recht:

Sie haben insbesondere das Recht auf Auskunft über die zu Ihrer Person gespeicherten Daten, das Berichtigen unrichtiger Angaben und die Löschung nicht mehr erforderlicher Daten – soweit diese Angaben nicht aufgrund gesetzlicher Vorschriften aufzubewahren sind. Zudem können Sie eine freiwillig erteilte Einwilligung zur Speicherung und Verarbeitung Ihrer Daten widerrufen.

## Ihre Unterstützung:

Haben Sie Fragen oder sind Sie der Ansicht, dass die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten nicht rechtmäßig erfolgt? Dann können Sie sich an das Jugendamt – Familienzentrum – oder die zuständige Datenschutzbeauftragte wenden und um Prüfung bitten.

Das Familienzentrum erreichen Sie telefonisch unter 06151 13-2509.

Bei Fragen zum Datenschutz wenden Sie sich direkt an die Datenschutzbeauftragte: [datschutz@darmstadt.de](mailto:datschutz@darmstadt.de), Telefon 06151 – 13-2401 oder 13-2402.

Die für die Wissenschaftsstadt Darmstadt zuständige Aufsichtsbehörde: Der Hessische Beauftragte für Datenschutz und Informationsfreiheit (HBD), Gustav-Stresemann-Ring 1, 65189 Wiesbaden.

## Folgen des Nicht-Unterzeichnens:

Wenn Sie diese Information mit Ihrer Unterschrift nicht bestätigen, kann einer Teilnahme an den Kursen nicht stattgegeben werden. Bitte bestätigen Sie mir Ihrer Unterschrift, dass Sie diese Information von uns erhalten und zur Kenntnis genommen haben.

---

Datum, Unterschrift



# Über Geld sprechen ist einfach.



[sparkasse-darmstadt.de](https://sparkasse-darmstadt.de)

**Weil die Sparkasse  
nah ist und auf Geld-  
fragen die richtigen  
Antworten hat.**



**Sparkasse  
Darmstadt**

Dein Leben. Deine Freiheit.  
Deine Sparkasse Darmstadt.

# Gemeinsam fürs



## Der Mensch und das Leben stehen bei uns im Mittelpunkt

Jederzeit die bestmögliche Versorgung, Sicherheit und Transparenz für unsere Patientinnen und Patienten – dafür stehen unsere Teams aus Spezialisten.

Innovative Medizin, abteilungsübergreifende Zentren an einem Standort und eine ständige Verfügbarkeit zeichnen uns aus.

Gemeinsam fürs Leben.