EVANGELISCHE KIRCHE
AN DER RUHR
KIRCHENKREIS AN DER RUHR

August 2022 – Dezember 2022

TIPPS & TERMINE

Bildungsprogramm
der Evangelischen Familienzentren
in Mülheim an der Ruhr

www.kita.kirche-muelheim.de

Herzlich Willkommen,

in den Evangelischen Familienzentren in Mülheim an der Ruhr. Ausgehend von den Kindertageseinrichtungen strahlen die Familienzentren in die Stadtteile und bieten zusätzliche Angebote für alle Interessierten. Welche Angebote das sind, erfahren Sie in diesem Heft. **Also:** Herzliche Einladung zum Stöbern!

Unser Bildungsprogramm ist für alle da, ganz gleich, ob Ihr Kind eine unserer Einrichtungen besucht oder nicht.

Alle Interessierten sind bei uns herzlich willkommen.

KB Ev. Kirchengemeinde Broich-Saarn

KH Ev. Kirchengemeinde Heißen

MK Ev. Markuskirchengemeinde

KS Ev. Kirchengemeinde Speldorf

BS Bethanien Diakonissen-Stiftung

GR Graf-Recke-Stiftung

Bewegung & Entspannung 04
Gesundheit & Ernährung 10
Kunst & Kreatives 12
Rat & Hilfe 14
Begegnung 24
Feste & Märkte 25
Mit uns unterwegs 27
Verschiedene Angebote 27
Regelmäßige Gruppen 28
Kontakte 29

Die Familienzentren:

- begleiten die Kinder in ihrer Lebenswelt und fördern ihre Entwicklung.
- machen Mütter und Väter stark für den (manchmal anstrengenden) Familienalltag.
- helfen Beruf und Familie zu vereinbaren.
- sind Treffpunkt für Menschen aus der Kirchengemeinde und aus dem Stadtteil.
- stehen in lebendigem Austausch mit Akteuren und Organisationen in der Nachbarschaft.
- profitieren vom Fachwissen ihrer Kooperationspartner.

Neben der täglichen Arbeit laden die Familienzentren zu Treffs für Jung und Alt, ebenso zu themenbezogenen Angeboten ein.

Das „Evangelisch" in unserem Namen bedeutet:
In unserem Alltag entdecken wir gemeinsam mit den Kindern das Evangelium und dürfen die Liebe Gottes spüren.

Wir feiern zusammen die Feste des Kirchenjahres. Träger der Evangelischen Familienzentren in Mülheim sind die jeweiligen Ortskirchengemeinden.

Haben Sie noch Fragen?
Bitte sprechen Sie uns an, wir freuen uns auf Sie!

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.kita.kirche-muelheim.de

EINGANGSWORTE

Liebe Eltern, liebe interessierte Kursteilnehmer und Kursteilnehmerinnen,

auch für das kommende 2. Halbjahr 2022 können wir Ihnen vielfältige Angebote für alle Interessierten, Eltern, Großeltern und Kinder machen. Es ist uns eine Herzensangelegenheit, Sie auch in Pandemiezeiten mit unseren Kursen in Ihrem Familienalltag unterstützen zu können.

Noch wissen wir nicht, ob uns die Corona-Pandemie im Herbst und Winter noch in Atem hält. Sie können aber sicher sein, dass alle Angebote unter Beachtung der aktuellen Corona-Schutzverordnung durchgeführt werden.

Sollten die Angebote aufgrund weiterer Einschränkungen ausfallen müssen, können Sie, wenn möglich, diese auch als Digitalangebot nutzen. Sie bekommen als Teilnehmende per Link eine Einladung zu einer Zoom-Veranstaltung unter dem Angebotsthema. Es kann auch vorkommen, dass Angebote verschoben werden müssen oder gar ausfallen. All das erfahren Sie bei Ihrer Kurs-Anmeldung im jeweiligen Familienzentrum.

Bei Rückfragen stehen wir Ihnen natürlich beratend zur Seite.

BEWEGUNG & ENTSPANNUNG

Kinder in Bewegung – für Eltern mit ihren Kindern von 1 bis 3 Jahren

KB

dienstags, 16. August – 13. Dezember 2022, 14.30 – 16.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

Krabbeln und klettern, hüpfen und steigen, balancieren, schaukeln und schwingen - Kinder sind gerne in Bewegung. Sie erleben dabei Lebensfreude und schulen ihren Körper und ihre Wahrnehmung. Der vorbereitete Raum und ausgewählte Materialien geben den Kindern dafür Spielanreize. Gemeinsam erleben sie in der Gruppe Kreis-, Bewegungs- und Fingerspiele. Dadurch werden sie zusätzlich in ihrer Sprachentwicklung unterstützt. Kontakte und Austausch der Eltern sind außerdem ein wichtiger Bestandteil in den Gruppenstunden.
Bitte bringen Sie Wechselschuhe oder rutschfeste Socken, etwas zu trinken sowie einen kleinen gesunden Imbiss für die gemeinsame Pause mit.
Ein Kurseinstieg ist jederzeit möglich; eine vorherige Anmeldung ist nicht notwendig.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte Mülheim

Kursleitung: Frau Julia Oetken

Kostenbeitrag: 16. August bis 13. Dezember 2022: 105,– €

Anmeldung: in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.3003 317 oder www.evfamilienbildung.de

Fit & Fun

KH

mittwochs, ab 17. August 2022, 20.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH

Rückengymnastik mit Musik für Erwachsene.
Bitte Sportsachen mitbringen!

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Sonnenschein in Kooperation mit Sabine Uhren

Leitung: Sabine Uhren, Übungsleiterin

Kostenbeitrag: 60,– €

Anmeldung: jederzeit unter Tel. 0208.49 03 16

Krabbelmäuse

KH

mittwochs, ab 17. August 2022, 16.30 – 17.30 Uhr
donnerstags, ab 18. August 2022, 15.15 – 16.15 Uhr
Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH

Eltern und ihre Kleinkinder (U3) treffen sich zu einer Bewegungsstunde. Bequeme Kleidung und Stoppersocken werden benötigt.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Sonnenschein in Kooperation mit Sabine Uhren

Leitung: Sabine Uhren, Übungsleiterin

Kostenbeitrag: 40,– €

Anmeldung: jederzeit unter Tel. 0208.490316

Zumba-Schnupperstunde

MK

Montag, 22. August 2022, 17.00 – 18.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen, Knappenweg 28, 45473 MH

ZUMBA® ist ein Mix aus klassischer Fitness und lateinamerikanischen Moves. Effektives Training und jede Menge Spaß stehen bei diesem Tanz- Workout im Vordergrund.
Tanzen tut gut, gibt Kraft und vor allem Fröhlichkeit im Alltag.
Bitte bequeme Kleidung und Schuhe mitbringen.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen

Leitung: Miriam Höser, lizenzierte Zumba Trainerin

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Mittwoch, 15. August 2022 unter Tel. 0208.762439

Yoga mit und ohne Vorerfahrung

BS

mittwochs, 31. August – 16. November 2022,
10.45 – 11.45 Uhr
Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

Dieser Kurs richtig sich an alle, die Yoga erlernen oder für sich wieder neu entdecken wollen und einen Ausgleich zum Alltag wünschen.
Unter dem Leitmotiv entspannt bewegen - bewegt entspannen erkunden wir die Freude an der Beweglichkeit und der Balance unseres Körpers. Auf klassische Yoga-Haltungen wird in kleinen Schritten vorbereitet. Wir führen die Haltungen mit besonderer Achtsamkeit auf den Atem und die Körperwahrnehmung aus. In der abschließenden Entspannung genießen wir den Gleichklang von Körper und Seele.
Bitte bringen Sie bequeme, warme Kleidung, Socken, eine Decke und eigene Matte mit.

Veranstalter: Familienzentrum Kita Kunterbunt in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

Kursleitung: Lisa Klahold, Yogalehrerin

Kostenbeitrag: 43,– € für 10 Termine

Anmeldung: in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.3003 oder www.evfamilienbildung.de

Ein Nachmittag voller Musik für Mütter mit Ihren Kindern im Alter von 4 – 6 Jahren

KS

Freitag, 16. September 2022, 15.30 – 17.00 Uhr
Ev. Gemeindehaus Mitte, Duisburger Str. 276, 45478 MH

Ein fröhlicher Nachmittag mit Tanz, Spiel und Musik.
Bitte an Getränke und bequeme Kleidung denken.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Speldorf-Mitte

Leitung: Martina Marciniak, Erzieherin

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Montag, 12. September 2022 unter Tel. 0208.5 39 13

Erkundung – Sportpark Styrum

BS

Montag, 19. September 2022, 14.30 – 16.00 Uhr
Familienzentrum Die kleinen Strolche, Feldstr.17, 45476 MH

Kennen Sie schon den Sportpark Styrum? Gemeinsam wollen wir uns vom Kindergarten aus auf eine Erkundungstour begeben, denn es gibt allerhand zu entdecken. Neben einem überdachten Kunstrasenplatz, gibt es einen Parcour, eine Calisthenics-Anlage, die zur Fitness dient, eine Boulderwand zum Klettern und natürlich einen Spielplatz. Gemeinsam wollen wir auf dem Gelände des Sportparks einen schönen Nachmittag mit viel Spaß und Bewegung verbringen.

Veranstalter: Familienzentrum Die kleinen Strolche

Leitung: Marcel Juretzko, Erzieher

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Montag, 12. September 2022 unter Tel. 0208.40 11 87

Schnupperklettern für Kinder

BS

Samstag, 3. September 2022, 11.00 – 14.00 Uhr
Samstag, 24. September 2022, 14.00 – 17.00 Uhr
Landschaftspark Nord, Haupteingang, Emscherstraße 71, 47137 DU

Wie verhalte ich mich in einer Kletteranlage? Wie binde ich mich ins Seil ein?
Und natürlich, wie klettere ich an der Wand hoch und komme aber auch sicher wieder unten an?
Anmelden kann sich immer ein Erwachsener mit einem Kind.
Voraussetzungen:
Mindestalter des Kindes 5 Jahre, festes Schuhwerk, sportliche Kleidung.

Veranstalter: Familienzentrum Kita Kunterbunt (3.9.2022) und Ev. Familienzentrum Speldorf-West (24.9.2022)

Leitung: Sabrina und Maik Hesse, Trainer für Sportklettern

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: Siehe Kontakte Seite 29. Anmeldungen werden bis zu 5 Werktage vorher angenommen.

Entspannung am Abend

MK

Donnerstag, 29. September, 20. Oktober und 24. November 2022, 19.30 – 21.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen, Knappenweg 28, 45473 MH

Gönnen Sie sich einen ruhigen Ausklang des Tages und erleben Sie die wohltuende Wirkung von Körperwahrnehmung, Atementspannung, meditativen Übungen, Phantasiereisen.
Bitte bringen Sie eine Matte und/oder Decke, warme Socken, eventuell ein kleines Kissen mit, und ziehen Sie bequeme Kleidung an.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen in Kooperation mit der Entspannungspädagogin Birgit Hesse

Leitung: Birgit Hesse, Heilpraktikerin (Psychotherapie) und Entspannungspädagogin

Teilnehmerzahl: min. 10 Personen

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: jeweils bis zum Montag zuvor bei Birgit Hesse unter Tel. 0208.30 58 28 34 oder per Mail info@birgit–hesse.de

Workshop Atementspannung

MK

Samstag, 8. Oktober 2022, 11.00 – 15.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen, Knappenweg 28, 45473 MH

Achtsamkeit bedeutet, mit allen Sinnen, Gefühlen und Gedanken ganz „bei der Sache" zu sein. Achtsamkeit heißt, alles was im gegenwärtigen Moment geschieht, bewusst wahrzunehmen, ohne zu urteilen. Mit allen Sinnen wahrnehmen, den Körper spüren, bewusst atmen, in Stille sitzen oder gehen sind Grundübungen der Achtsamkeit. Diese Übungen können eine Anregung sein, jeden Tag ein wenig bewusster zu leben und somit auch entspannter und gelassener zu sein.
Bitte bringen Sie eine Matte und/oder Decke, warme Socken, evtl. ein kleines Kissen mit und ziehen Sie bequeme Kleidung an.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen in Kooperation mit der Entspannungspädagogin Birgit Hesse
Die Veranstaltung könnte auch der Pandemiesituation angepasst werden und auch Online durchgeführt werden. Die Kosten würden dann angeglichen.

Leitung: Birgit Hesse, Heilpraktikerin (Psychotherapie) und Entspannungspädagogin

Kostenbeitrag: 40,– € pro Person, Mindestteilnehmerzahl: 5 Personen

Anmeldung: bis zum 28. September bei Birgit Hesse unter Tel. 0208.30 58 28 34 oder per Mail info@birgit–hesse.de

Auf Klangreise gehen

MK

Freitag, 4. November 2022, 19.30 – 21.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen, Knappenweg 28, 45473 MH

Eine Klangreise ist eine wunderbare Möglichkeit zur Ruhe zu kommen. Die sanften und harmonischen Klänge der Klangschalen führen schnell in eine tiefe Entspannung. Die rhythmischen Klangschwingungen durchdringen den Raum und den erreichen den Menschen und sein Innerstes. An diesem Abend haben Sie Gelegenheit, die Klangschalen kennenzulernen und gemeinsam auf Phantasiereise zu gehen, während die Klangschalen Sie begleiten.
Bitte bringen Sie eine Matte und/oder eine Decke, warme Socken, eventuell ein kleines Kissen mit und ziehen Sie bequeme Kleidung an.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen in Kooperation mit der Entspannungspädagogin Birgit Hesse

Leitung: Birgit Hesse, Heilpraktikerin (Psychotherapie) und Entspannungspädagogin

Teilnehmerzahl: min. 5 Personen

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis zum 28. Oktober bei Birgit Hesse unter Tel. 0208.30 58 28 34 oder per Mail info@birgit–hesse.de

Entspannung zum Kennenlernen

KH

Do., 25. August, 1. und 8. September 2022, 18.00 – 19.30 Uhr
Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH

Progressive Muskelrelaxation oder lieber autogenes Training? Eventuell mal eine Traumreise? Was ist für mich das Richtige? Um diese Frage zu klären ermöglicht Ihnen unser Kurs einen Einblick in die verschiedenen Ansätze der Entspannung. Anhand von kurzen theoretischen Aspekten und großen Praxisteilen können Sie für sich herausfinden, wo die eigenen Interessen liegen und welche Entspannungsform für Sie am geeignetsten ist. Vielleicht ist aber auch der Mix genau das Richtige- finden Sie es heraus!
Bitte bringen Sie ggfs. eine Matte, ein großes Handtuch, eine Fleecedecke, ein kleines Kissen, dicke Socken und etwas zu trinken mit. Des Weiteren wäre es ratsam bequeme Kleidung in Lagen zu tragen, um sich den verschiedenen Techniken entsprechend warm zu halten.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Sonnenschein in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

Leitung: Monika Neubauer, Krankenschwester, Entspannungstherapeutin und Übungsleiterin für Rehasport

Kostenbeitrag: 15,– €

Anmeldung: für alle Termine bis Freitag, 19. August 2022 unter Tel. 0208.49 03 16

Erste Hilfe

Kinder erforschen die Welt. Ihre Experimentierfreude und Lebendigkeit sind groß und bereichern uns. Eltern, Großeltern und andere Betreuungspersonen müssen dennoch für Notfälle Wissen erwerben und es rasch umsetzen können.
Besprochen werden: Erste Hilfemaßnahmen bei akuten Notfällen, Unfallverhütung, Stürze und Vergiftungen.
Beim 2. Termin werden Verhalten bei Atemnot, Augenverätzung, Vergiftung, Verbrennung, Verbrühung und Fieberkrampf besprochen.

Alltagstaugliche Erste Hilfe – 2-tägiger Kurs

KS

Donnerstag, 3. November und 10. November 2022, jeweils von 19.00 – 21.15 Uhr
Gemeindehaus Mitte, Duisburger Str. 276, 45478 MH

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Speldorf-West in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

Referentin: Gabriele Egerer, Fachschwester für Anästhesie und Intensivmedizin

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: für beide Termine bis Freitag, 28. Oktober 2022 unter Tel. 0208.59 01 60

Alltagstaugliche Erste Hilfe

GR

Donnerstag, 24. November 2022, 19.00 – 21.15 Uhr
Ökumenisches Familienzentrum Muhrenkamp, Muhrenkamp 8, 45468 MH

Veranstalter: Ev. Kindertagesstätte Muhrenkamp in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

Referentin: Gabriele Egerer, Fachschwester für Anästhesie und Intensivmedizin

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Freitag, 18. November 2022 unter Tel. 0208.35 84 1

Alltagstaugliche Erste Hilfe – Ergänzungskurs

GR

Montags, 28. November und 5. Dezember 2022, 19.00 – 21.15 Uhr
Ökumenisches Familienzentrum Muhrenkamp, Muhrenkamp 8, 45468 MH

Veranstalter: Ev. Kindertagesstätte Muhrenkamp in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

Referentin: Farina Marx, Kursleiterin Erste Hilfe

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Montag, 21. November 2022 unter Tel. 0208.35 84 1

Traumstunde – Entspannt in die Advents- und Weihnachtszeit

KS

Donnerstag, 24. November 2022, 19.30 – 21.00 Uhr
Ev. Gemeindehaus Mitte, Duisburger Str. 276, 45478 MH

Eine besinnliche Advents- und Weihnachtszeit wünschen wir uns alle. Für viele wird sie aber oft zum Stressfaktor. Gönnen Sie sich doch einen entspannten Abend in gemütlicher Atmosphäre mit kurzen Entspannungsübungen und Fantasiereisen.
Bitte bringen Sie ein großes Handtuch, Kuscheldecke und ein kleines Kissen mit. Bequeme Kleidung und dicke Socken erleichtern die Entspannung

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Speldorf-Mitte

Leitung: Bettina Jungkurth-Bodden, Erzieherin und Entspannungstherapeutin

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Montag, 21. November 2022 unter Tel. 0208.5 39 13

Lebkuchendorf

BS

Montag, 28. November 2022, 14.30 – 16.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Die kleinen Strolche, Feldstraße 17, 45476 MH

KS

Dienstag, 29. November 2022, 14.30 – 16.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Speldorf-West, Artur-Brocke-Allee 21, 45478 MH

BS

Mittwoch, 30. November 2022, 9.00 – 10.30 Uhr
Ev. Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

KB

Mittwoch, 30. November 2022, 14.30 – 16.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

KS

Donnerstag, 01. Dezember 2022, 14.30 – 16.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Speldorf-Mitte, Duisburger Straße 276, 45478 MH

Auf einer Lebkuchenplatte können Sie mit Ihrem Kind aus Keksen und Süßigkeiten ein dekoratives, weihnachtliches Dorf herstellen.
Bitte bringen Sie ein Tablett mit.

Veranstalter: Ev. Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

Referentin: Ulrike Damberger, Oecotrophologin

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: siehe Kontakt Seite 29. Anmeldungen werden bis zu fünf Werktagen vorher angenommen.

Lasst euch überraschen! Eine Aktion für Papa und Kind/er

KB

Samstag, 27. August 2022, 10.00 – 12.30 Uhr
Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

An diesem Vormittag dreht sich alles um die Papas und ihrem Kind/ihren Kindern.
Wir möchten gemeinsam eine schöne Zeit verbringen und haben uns dafür etwas Großartiges ausgedacht. Und neugierig geworden? Dann freuen wir uns auf Sie/Euch!
Das Einzige, an das ihr denken müsst, ist ein kleiner Snack. Mineralwasser und Kaffee steht zur Verfügung.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Lindenhof und Peter Naekel von der Integrativen Kunst- und Musikschule Ruhrgebiet Süd

Leitung: Peter Naekel und 2 Erzieherinnen aus dem Lindenhof

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: bis Freitag, 19. August 2022 unter Tel. 0208.48 69 33

Sterne aus Beton

KB

Donnerstag, 8. September 2022, 18.00 – 20.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

Wir starten auf vielfachen Wunsch, die nächste Aktion – Sterne aus Beton.
Wer also noch ein etwas weihnachtliche Dekoration für zu Hause benötigt, ist an diesem Abend im Familienzentrum Lindenhof sicherlich richtig aufgehoben.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit der Väterbastelgruppe

Leitung: Bernd Feldermann

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Donnerstag, 1. August 2022 unter Tel. 0208.48 69 33

Kürbisschnitzen

BS

Montag, 24. Oktober 2022, 16.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Die kleinen Strolche, Feldstraße 17, 45476 MH

Pünktlich zu Halloween wollen wir gemeinsam dekorative Kürbisse schnitzen. Hier sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt und es muss auch nicht immer gruselig sein.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum die kleinen Strolche

Leitung: Marcel Juretzko

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Montag, 17. Oktober 2022 unter Tel. 0208.40 11 87

Leuchtsterne aus Draht

KB

Dienstag, 25. Oktober 2022, 19.30 – 21.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

Draußen werden die Tage allmählich kürzer und die Adventszeit ist nicht mehr fern.
Damit in der dunklen Jahreszeit ein kleines Licht brennt, laden wir Sie herzlich zu unserer Aktion „Leuchtsterne aus Draht gestalten“ ein und freuen uns auf einen schönen kreativen und geselligen Abend.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit der Mütter-Bastel-Runde

Leitung: Heike Winkler und Iris Thissen

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Freitag, 11. Oktober 2022 unter Tel. 0208.48 69 33

Kleine Weihnachtswerkstatt

MK

Samstag, 26. November 2022, 14.00 – 16.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen, Knappenweg 28, 45473 MH

Gemeinsam wollen wir den Zauber der Adventszeit erleben. Zusammen wollen wir basteln, singen und kreativ werden.
Das Angebot richtet sich an Eltern mit Kindern in der Altersklasse 2 – 6 Jahre.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen

Leitung: Kita-Team

Kostenbeitrag: kostenlos

Anmeldung: bis Freitag, 11. November 2022 unter Tel. 0208.76 24 39

Wege aus der Brüllfalle

GR

Montag, 29. August 2022, 15.00 – 16.30 Uhr
Ökumenisches Familienzentrum Muhrenkamp, Muhrenkamp 8, 45468 MH

Der Film „Wege aus der Brüllfalle“ vermittelt an konkreten Erziehungsbeispielen ein Konzept, das Eltern helfen kann, ihrer elterlichen Stimme mehr Gewicht zu geben, ohne dabei laut werden zu müssen, oder Strafen anzudrohen. Wir laden Sie herzlich ein, mit uns Ideen zu entwickeln, die für Ihr Familienleben passend sind.

Veranstalter: Ev. Kindertagesstätte Muhrenkamp in Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle für Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen

Referenten: Volker Rohse, Dipl.-Psychologe und Annette Zorn, Dipl-Sozialpädagogin

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Mittwoch, 24. August 2022 unter Tel. 0208.35 84 1

Alleine machen – das Verlangen nach Selbstständigkeit

BS

Montag, 5. September 2022, 19.30 – 21.45 Uhr
Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

Kinder entwickeln sich in den ersten Jahren so rasant wie in keinem späteren Lebensabschnitt. Das stellt nicht nur die Erwachsenen vor Herausforderungen, sondern auch die Kleinkinder selber. Gerade waren sie noch Babys und schon schallt es „Alleine machen“! Eltern staunen über den großen Willen ihrer Kinder, die aufbrausende Wut und das energiegeladene Verlangen nach Selbstständigkeit. Mit dem Bewusstsein für die guten Gründe und die große Bedeutung dieses Entwicklungsschrittes können Eltern ihre Kinder in dieser Phase gelassener begleiten und nachhaltig unterstützen. Zugleich schützen sie sich selbst davor, in ungünstige Mechanismen und Erziehungsmethoden zu geraten.
Das erleichtert Ihren Familienalltag und verhilft zu mehr Gelassenheit, Klarheit und Vertrauen. Wir laden Sie ein zu einem Impulsvortrag und einem Austausch mit anderen Eltern.

Veranstalter: Familienzentrum Kita Kunterbunt in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

Referentin: Denise Piecha, Erzieherin

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Dienstag, 30. August 2022 unter Tel. 0208.7 13 73

Liebe, Grenzen, Konsequenzen

GR

Montag, 12. September 2022, 15.00 – 16.30 Uhr
Ökumenisches Familienzentrum Muhrenkamp, Muhrenkamp 8, 45468 MH

BS

Mittwoch, 14. September 2022, 17.30 – 19.00 Uhr
Familienzentrum Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH

KB

Dienstag, 15. November 2022, 19.00 – 20.30 Uhr
Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

Elterliche Liebe und Zuwendung bilden eine gute Basis für die kindliche Entwicklung und das familiäre Miteinander. Doch Kinder brauchen auch Struktur und Grenzen, die ihnen Orientierung bieten. Und Kinder können aus Konsequenzen ihr Verhalten lernen. Wie kann ich durch eine gute Beziehung mein Kind stärken? Was kann ich tun, wenn ich im Erziehungsalltag an meine Grenzen komme und wie kann ich dem vorbeugen? Zu diesen Fragen wird es einen Input und die Möglichkeit zum Austausch geben.

Veranstalter: Die Ev. Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle für Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen

Referent: Volker Rohse, Dipl. Psychologe

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: Siehe Kontakte Seite 29. Anmeldungen werden bis fünf Werktage vorher angenommen.

Geschwisterkonflikte

GR

Dienstag, 20. September 2022, 18.30 – 20.45 Uhr
Ökumenisches Familienzentrum Muhrenkamp, Muhrenkamp 8, 45468 MH

Konflikte und Streit zwischen den Geschwistern belasten den Familienalltag und stellen die Eltern vor eine echte Herausforderung. Kann die Liebe, Zuwendung und Zeit der Eltern auf alle Kinder gerecht verteilt werden? Wie gehen Eltern auf die unterschiedlichen Persönlichkeiten der Kinder ein? Wie können Eltern bei Konflikten vermitteln und die Beziehung zwischen den Kindern positiv beeinflussen? Ein Abend für Eltern, Großeltern und pädagogische Fachkräfte mit Impulsen, Anregungen du gegenseitigen Austausch.

Veranstalter: Ökumenisches Familienzentrum Muhrenkamp in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

Referentin: Vera Wollenberg, Ausbildung Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg, Kursleiterin nach der bindungs- und beziehungsorientierten Pädagogik für Kinder von 1-5 Jahre

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Freitag, 16. September 2022 unter Tel. 0208.35 84 1

Mit Klopfakupressur gegen den Stress

GR

Donnerstag, 22. September 2022, 19.00 – 21.00 Uhr
Ökumenisches Familienzentrum Muhrenkamp, Muhrenkamp 8, 45468 MH

Wissen Sie manchmal nicht mehr, wo Ihnen der Kopf steht? Möchte Sie Ihre innere Balance wiederfinden? Klopfakupressur ist eine Selbsthilfemethode, die auf der Traditionellen Chinesischen Medizin basiert. Bestimmte Akkupressurpunkte am Körper werden mit den Fingern beklopft, um Blockaden an den Energiebahnen/ Meridianen zu lösen und wieder positive Energie freizusetzen.
Mit dieser Selbsthilfetechnik können Sie selbst aktiv werden, Ihnen Stress reduzieren und Ihren eigenen Weg finden, mit Alltagsforderungen entspannter umzugehen. In einer kleinen Gruppe lernen Sie die Grundlagen dieser Methode praktisch kennen, die sie dann zu Hause weiter nutzen können.

Veranstalter: Ökumenisches Familienzentrum Muhrenkamp in Kooperation mit der Ev. Familienberatungsstelle für Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen

Referentin: Birgit Kolmetz, Diplom-Sozialarbeiterin

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Freitag,16. September 2022 unter Tel. 0208.35 84 1

Abschied von der Windel

KH

Mittwoch, 28. September 2022, 19.00 – 20.30 Uhr
Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH

BS

Mittwoch, 19. Oktober 2022, 19.30 – 21.00 Uhr
Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

Ab wann kann ein Kind bewusst spüren oder sagen, dass es „Pippi" muss? Welche körperlichen und seelischen Reifungsprozesse sind beim Kind dazu notwendig? Die Referentin wird aufzeigen, welche Faktoren eine Rolle spielen, bis der Abschied von der Windel geschafft ist. Es kann auch besprochen werden, was die Erwachsenen tun können, wenn Bett oder Hose noch häufiger nass sind. Eingeladen zum Thema sind Eltern, Tagespflegepersonen und Großeltern.

Veranstalter: Die Ev. Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

Referentin: Grit-Angela von Bartenwerffer-Meyer, Dipl.-Pädagogin

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: Siehe Kontakte Seite 29. Anmeldungen werden bis zu fünf Werktage vorher angenommen.

Trotz – kindliche Machtprobe oder notwendiger Akt in der Persönlichkeitsentwicklung?

GR

Donnerstag, 29. September 2022, 15.00 – 16.30 Uhr
Ökumenisches Familienzentrum Muhrenkamp, Muhrenkamp 8, 45468 Mülheim

BS

Donnerstag, 20. Oktober 2022, 17.30 – 19.00 Uhr
Familienzentrum Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH

Wir informieren Sie über spannende, aber manchmal auch nervenreibende Entwicklungsphasen und geben Anregungen, um in kritischen Alltagssituationen mit mehr Geduld und Gelassenheit zu reagieren.

Veranstalter: Die Ev. Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle für Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen

Referenten: Birgit Kolmetz, Dipl.-Sozialarbeiterin und Annette Zorn, Dipl.-Sozialpädagogin

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: Siehe Kontakte Seite 29. Anmeldungen werden bis fünf Werktage vorher angenommen.

Die Entwicklung der frühkindlichen Sexualität

KS

Donnerstag, 29. September 2022, 19.30 Uhr
Ev. Gemeindehaus Mitte, Duisburger Str. 276, 45478 MH

Folgenden Themenschwerpunkte werden besprochen:
Welche Phasen gibt es?
Doktorspiele – Wie gehen wir als Eltern damit um?
Die Bedeutung von Körperwahrnehmung und Schutz.
Sensibilität für Sprache.
Wie stärken wir unsere Kinder?

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Speldorf-Mitte in Kooperation mit dem Diakonischen Werk

Referentin: Sabine Boeger, Ev. Beratungsstelle für Schwangerschaftskonflikte

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Montag, 26. September 2022 unter Tel. 0208.5 39 13

Unterhaltsrecht

KS

Montag, 10. Oktober 2022, 19.30 – 21.00 Uhr
Gemeindehaus Mitte, Duisburger Str. 276, 45478 MH

Was steht mir bei einer Trennung oder Scheidung unter finanziellen Aspekten zu?
Der Vortrag beschäftigt sich mit aktuellen Fragen des Unterhaltsrechts, z.B.:

- Wann muss eine Erwerbstätigkeit aufgenommen werden?
- Dauer des Unterhalts
- Dauer des Kindesunterhalts
- Sonderbedarf, z.B. Kindergartenkosten
- Kosten der Klassenfahrt

Dieser Abend gibt Ihnen die Gelegenheit, sich zu informieren und mit der Referentin individuelle Themen anzusprechen.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Speldorf-West in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte Mülheim an der Ruhr

Referentin: Andrea Thul, Notarin, Rechtsanwältin, Fachanwältin für Familienrecht

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Dienstag, 4. Oktober 2022 unter Tel. 0208.59 01 60

» Online-Veranstaltung

Schüchterne, feinfühlige Kinder begleiten – der schmale Grad zwischen Bestärken und Schützen

KB

Dienstag, 18. Oktober 2022, 19.30 – 21.45 Uhr
Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

KH

Mittwoch, 2. November 2022, 19.00 – 21.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststraße 58, 45472 MH

Schüchterne, feinfühlige Kinder sind großartig. Sie haben ganz besondere Eigenschaften, die im Alltag oft unerkannt oder wenig wertgeschätzt werden. Ihr Kind beobachtet lieber, als mit anderen Kindern zu spielen? Ihr Kind wacht nachts oft aus seinen Träumen auf? Ihr Kind bleibt nicht gern alleine? Es geht zurückhaltend auf neue Herausforderungen zu? Sie wünschen sich, es wäre mutiger?
Eltern wollen ihr Kind beschützen und zugleich bestärken. Das ist eine Herausforderung. Wenn Sie mehr erfahren wollen und Ihr Kind in seinem Selbstwert stärken möchten, laden wir zu einem Austausch ein.

Veranstalter: Die Ev. Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

Referentin: Denise Piecha, Erzieherin

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: bis zu fünf Werktage vorher nur in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.3003 333 oder www.evfamilienbildung.de

Wie dir der Schnabel gewachsen ist

KH

Donnerstag, 27. Oktober 2022, 19.00 – 21.15 Uhr
Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH

Die Entwicklung der kindlichen Sprache und des Sprechens als Teil der Gesamtentwicklung.
Ein Kind verfügt nicht von Geburt an über Sprache, sie entwickelt sich langsam. Das Kind muss zugrunde liegende Entwicklungsprozesse durchlaufen, ehe es Sprache erwerben und anwenden kann.
Wie kann ich mein Kind zu Hause sprachlich fördern?
Was ist förderndes, was ist hemmendes Kommunikationsverhalten?
Ist mein Kind sprachlich altersgemäß entwickelt?
Wann sollte ich mir bei Fachleuten rechtzeitig Rat und Unterstützung holen?
In dem Kurs werden Grundkenntnisse zu den Themen Sprache, Sprechenlernen und Sprachentwicklung vermittelt, Hinweise für die Sprachförderung zu Hause sowie Orientierungsmöglichkeiten zur Einschätzung einer altersgemäßen Sprachentwicklung gegeben.
Neben dem theoretischen Teil sowie praktischen Hinweisen für den Alltag gibt es die Zeit und Gelegenheit für persönliche Fragen und einen generellen Austausch zu diesem Thema.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Sonnenschein in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

Referentin: Birgit Schlenker, Logopädin

Kostenbeitrag: 5,– €

Anmeldung: bis Donnerstag, 20. Oktober 2022 unter Tel. 0208.49 03 16

Was Kinder brauchen, um Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein zu entwickeln

GR

Dienstag, 8. November 2022, 15.00 – 16.30 Uhr
Ökumenisches Familienzentrum Muhrenkamp, Muhrenkamp 8, 45468 MH

Eltern wünschen sich für Ihre Kinder, dass sie ein gutes Gefühl für sich selbst entwickeln und mit innerer Stärke an die Herausforderungen herangehen, die an sie gestellt sind. Herausforderungen können der Übergang in Kindergarten, oder Schule sein, Auseinandersetzungen mit anderen in Kita oder Familie oder auch der Umgang mit der Pandemie sein. Es wird bei diesem Elternabend um vielfältige Möglichkeiten gehen, wie Eltern ihre Kinder bei der Entwicklung von Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein hilfreich unterstützen können. Auch für Fragen der Eltern wird Raum sein.

Veranstalter: Ökumenisches Familienzentrum Muhrenkamp in Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle für Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen

Referent: Volker Rohse, Dipl. Psychologe

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Mittwoch, 2. November 2022 unter Tel. 0208.3 58 41

Was Kinder an Medien toll finden und wie Eltern damit umgehen können

BS

Donnerstag, 17. November 2022, 17.30 – 19.00 Uhr
Familienzentrum Die kleinen Strolche,
Feldstr. 17, 45476 MH

Immer früher kommen Kinder mit Medien in Berührung. Kinder lernen in der Familie, wie man mit Medien umgeht. Wir laden Sie ein zu einer Reise in kindliche Medienwelten und geben Ihnen Tipps, wie Sie Ihre Kinder im Umgang mit Medien begleiten und fördern können. Dabei werden wichtige Fragen beantwortet: Was begeistert Kinder so an Medien? Ab wann darf mein Kind ans Tablet oder Smartphone? Wie viel Fernsehen oder YouTube darf sein? Wie kann ich mein Kind mit Medien fördern?

Veranstalter: Familienzentrum Die kleinen Strolche in Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle

Leitung: Volker Rohse, Dipl.-Psychologe

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Donnerstag, 10. November 2022 unter Tel. 0208.40 11 87

Babysitten und Kinderbetreuung

MK

Samstag, 19. November 2022, 10.00 – 16.00 Uhr und
Sonntag, 20. November 2022, 11.00 – 15.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen,
Knappenweg 28, 45473 MH

Viele Eltern sind froh, wenn sie bei Bedarf eine zuverlässige Betreuung ihrer Kinder finden. Für Jugendliche, die bereit sind, eine verantwortungsvolle Aufgabe zu übernehmen, ist Babysitten und Kinderbetreuung eine gute Möglichkeit sich etwas Geld zu verdienen. Das ist eine gute Ausgangssituation.
In dem Wochenendkurs werden die wichtigsten Grundlagen vermittelt, diese verantwortungsvolle Aufgabe zu übernehmen. Am Ende kann ein „Babysitterpass“ erworben werden, mit dem Jugendlichen sich auch über eine Babysitter Vermittlungen vermitteln lassen können.
Themen:

- Motivation und Voraussetzungen
- Kontakt zur Familie und vertragliche Vereinbarungen
- Rechte und Pflichten der Babysitter
- Unfallverhütung und Sicherheit im Straßenverkehr und auf dem Spielplatz
- Richtiges Verhalten in Notfällen und Erster Hilfe
- Kindliche Entwicklungsstufen
- Spiel und Beschäftigung drinnen und draußen
- Pflege – Gesundheit – Ernährung

An lebensechten Puppen werden richtiges Halten und Tragen sowie der Umgang mit einem Baby geübt.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

Referentin: Ute Voß, Krankenschwester, Still- und Laktationsberaterin

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Mittwoch 9. November 2022 unter Tel. 0208.76 24 39

Was braucht mein Kind für die Schule? – Ein Elternabend zum Thema „Schulfähigkeit“

KS

Mittwoch, 23. November 2022, 19.00 Uhr
Der Veranstaltungsort wird kurz vorher bekannt gegeben, auch eine Online-Veranstaltung ist möglich.

Den eigenen Namen schreiben, zählen und Wackelzähne – zum Schulstart gibt es noch andere Dinge, die wichtig sind. Welche das genau sind und welche Anforderungen auf die Kinder zukommen, darüber informiert Daniela Laaks, sozialpäagogische Fachkraft der Barbaraschule. Das Schulfähigkeitsprofil hilft dabei.

Veranstalter: Familienzentrum Kunterbunt in Kooperation mit der GGS Barbarastrasse

Referentin: Daniela Laaks, sozialpädagogische Fachkraft

Anmeldung: bis Donnerstag, 17. November 2022 unter Tel. 0208.7 13 73

„Vom Trotzen und Motzen“

KH

Donnerstag, 24. November 2022, 15.30 – 17.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH

Wutanfälle und Tränen bei den Kindern, angespannte Nerven bei den Eltern? Die Referentin wird erläutern, welche Veränderungen im „Trotzalter“ stattfinden. In dieser Zeit den eigenen Weg zu finden sowie Konflikte und innere Spannungen auszuhalten, ist für Kinder eine wichtige Lebenserfahrung. Der Abend kann Eltern helfen, das Verhalten ihres Kindes in dieser Phase besser zu verstehen und in schwierigen Alltagssituationen mit mehr Geduld, Gelassenheit und innerer Distanz zu reagieren.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Sonnenschein in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

Referentin: Grit-Angela von Bartenwerffer-Meyer, Dipl.-Pädagogin

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Donnerstag, 17. November 2022 unter Tel. 0208.49 03 16

» Online-Veranstaltung

„Komm, ich nehme dich in den Arm“ KB

Dienstag, 29. November 2022, 19.30 – 21.45 Uhr

Ob Wut, Frust, Enttäuschung, Schreck oder Traurigkeit – all diese Gefühle gipfeln in dicken Tränen. Für Eltern ist es oft schwierig zu verstehen, worum es grade geht.
Ist aber auch gar nicht so wichtig, denn wichtig ist, dass es Trost gibt. Kinder in den ersten Jahren ihres Lebens haben eine große Erlebenswelt und sind somit mit enorm vielen Situationen konfrontiert, die oben genannte Gefühle auslösen können. Sie schaffen es aber nicht alleine aus diesen Gefühlen wieder heraus zu kommen. Sie brauchen einen anderen Menschen, um dies gemeinsam zu lernen.
Das bedeutet, es strapaziert ggf. auch die elterlichen Gefühle. Selbstfürsorge ist ein wichtiger Bestandteil dieser herausfordernden Zeit.
Folgende Inhalte werden besprochen:

- Emotionen hinter den Tränen
- Warum übermannt es unsere Kinder so?
- Frust-Motorik – Wille
- die 4 Säulen des Trostes – Trosttankstelle
- Co. Regulation
- Selbstfürsorge – Tank füllen

Wir laden Sie zu einem Impulsvortrag und einem Austausch mit anderen Eltern ein.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Speldorf-Mitte in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

Referentin: Denise Piecha, Erzieherin

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Montag, 24. Oktober 2022 in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.300 33 33

Kindertagespflege/Kinderpflegenester

Sehr gerne stellen wir den Kontakt zu verschiedenen Stellen der Kindertagespflege/ den Kinderpflegenestern her.

Kontakt siehe Seite 29

Babysitterpool

Unsere Familienzentren verfügen alle über einen Babysitterpool. Nähere Informationen und Kontaktdaten der einzelnen Babysitter erhalten Sie über das jeweilige Familienzentrum. Sie möchten in unseren Babysitterpool aufgenommen werden ? Dann melden Sie sich bei unseren Familienzentren.

Kontakt siehe Seite 29

Offene Sprechstunden der Ev. Beratungsstelle für Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen

In Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle bieten die Familienzentren einmal monatlich offene Sprechstunden an. Das Angebot gilt für alle Menschen aus Mülheim an der Ruhr. Unabhängig von Alter, Geschlecht, Religionszugehörigkeit und Nationalität. In den Familienzentren sind darüber hinaus individuelle Terminvereinbarungen möglich.

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: Siehe Kontakt auf Seite 29.
Anmeldungen werden bis zu fünf Werktage zuvor angenommen.

Familienzentrum Lindenhof,
Waldbleeke 47, 45481 MH

Do.,	08.09.22	08.30 – 10.30 Uhr	Volker Rohse
Mi.,	19.10.22	08.30 – 10.30 Uhr	Volker Rohse
Di.,	15.11.22	08.30 – 10.30 Uhr	Annette Zorn
Di.,	13.12.22	08.30 – 10.30 Uhr	Annette Zorn

Familienzentrum Sonnenschein,
Kleiststraße 58, 45472 MH

Mo.,	12.09.22	11.30 – 13.30 Uhr	Franz Maurer
Do.,	20.10.22	11.00 – 13.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Fr.,	11.11.22	12.00 – 14.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Do.,	15.12.22	11.00 – 13.00 Uhr	Birgit Kolmetz

Familienzentrum Speldorf-Mitte,
Duisburger Straße 276, 45478 MH

Mi.,	07.09.22	12.30 – 14.30 Uhr	Annette Zorn
Mi.,	19.10.22	12.30 – 14.30 Uhr	Annette Zorn
Mo.,	14.11.22	11.00 – 13.00 Uhr	Volker Rohse
Mo.,	05.12.22	11.00 – 13.00 Uhr	Volker Rohse

Familienzentrum Speldorf-West,
Artur-Brocke-Allee 21, 45478 MH

Mo.,	05.09.22	11.00 – 13.00 Uhr	Volker Rohse
Mo.,	17.10.22	11.00 – 13.00 Uhr	Volker Rohse
Mo.,	07.11.22	12.00 – 14.00 Uhr	Franz Maurer
Mi.,	14.12.22	12.00 – 14.00 Uhr	Franz Maurer

Familienzentrum Kunterbunt,
Schildberg 1, 45475 MH

Do.,	15.09.22	11.00 – 13.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Mi.,	26.10.22	11.00 – 13.00 Uhr	Franz Maurer
Do.,	24.11.22	11.00 – 13.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Fr.,	09.12.22	11.00 – 13.00 Uhr	Franz Maurer

Familienzentrum Die kleinen Strolche,
Feldstraße 17, 45476 MH

Termine für die offene Sprechstunde können individuell abgesprochen werden, bitte melden Sie sich beim Familienzentrum oder in der Beratungsstelle.

**Familienzentrum Unter dem Regenbogen,
Knappenweg 28, 45473 MH**

Do.,	15.09.22	12.30 – 14.30 Uhr	Volker Rohse
Mi.,	19.10.22	12.30 – 14.30 Uhr	Volker Rohse
Mo.,	14.11.22	12.30 – 14.30 Uhr	Franz Maurer
Do.,	08.12.22	12.30 – 14.30 Uhr	Birgit Kolmetz

**Ökumenisches Familienzentrum Kirchenhügel,
Muhrenkamp 8, 45468 MH**

Do.,	08.09.22	11.00 – 13.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Mi.,	19.10.22	11.00 – 13.00 Uhr	Franz Maurer
Do.,	17.11.22	11.00 – 13.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Mi.,	07.12.22	11.00 – 13.00 Uhr	Franz Maurer

BEGEGNUNG

Info-Point für Eltern

Im Eingangsbereich des Familienzentrums. Der Zugang und die Nutzung sind während der Öffnungszeiten des Familienzentrums möglich.

MK

**Ev. Familienzentrum Unter dem Regenbogen,
Knappenweg 28, 45473 MH**

KS

**Ev. Familienzentrum Speldorf-Mitte,
Duisburger Str. 276, 45478 MH**

KB

**Ev. Familienzentrum Lindenhof,
Waldbleeke 47, 45481 MH**

Offener Familien-Treff

BS

Freitag, 19. August, 2. September, 16. September und 30. September 2022, jeweils 15.00 – 17.00 Uhr
**Familienzentrum Die kleinen Strolche,
Feldstr. 17, 45476 MH**

Das Außengelände der kleinen Strolche öffnet seine Türen. Kinder in Begleitung können unser Gelände kennenlernen und erforschen, während die Eltern neue Kontakte zu anderen Familien knüpfen können. In zwangloser Atmosphäre wollen wir den Spätsommer genießen und eine gute Zeit miteinander verbringen.

Veranstalter: Familienzentrum Die kleinen Strolche

Leitung: Marcel Juretzko, Erzieher

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: ohne Anmeldung

Spielzeug- und Kleiderbörse rund um die Lutherkirche

KS

Sonntag, 4. September 2022, 11.00 – 14.00 Uhr
Kirchplatz, Duisburger Str. 276, 45478 MH

Verkauft wird gebrauchte Kinderkleidung, Spielzeug und Handwerkliches aus den Kindergärten.
Bitte bringen Sie einen eigenen Tisch mit (max. 1m x 3m). Der Verkauf wird durch Sie organisiert und findet im Freien statt. Die Verkaufsstände können ab 9.00 Uhr auf den Ihnen zugewiesenen Plätzen aufgebaut werden. Eine Anlieferung zum Standort ist mit dem Auto nicht möglich.

Veranstalter: Familienzentren Speldorf-West und Mitte

Leitung: Heike Philipps, Brigitte Schneidereit

Standgebühr: 10,– €

Anmeldung: für einen Verkaufsstand: 22. bis 26. August 2022 im Familienzentrum Speldorf-West bei Heike Philipps unter Tel. 0208.590 160 oder kigawest@kirche-muelheim.de

Kunterbunter Kindertrödel

BS

Samstag, 17. September 2022, 11.00 – 14.00 Uhr
Einlass für Schwangere mit Mutterpass ab 10.30 Uhr
Ev. Gemeindehaus, Oberheidstr. 231, 45475 MH

Wir verkaufen für Sie auf Kommission:
Kinderkleidung (Herbst/Winter), Spielzeug, Bücher, Fahrzeuge aller Art sowie weiteres Zubehör rund ums Kind (Kinderwagen, Autositze, etc.)
Es erwarten Sie außerdem kalte Getränke, Kaffee und Kuchen.
20 % des Erlöses kommen dem Ev. Familienzentrum Kita Kunterbunt zu Gute.

Veranstalter: Eltern und Erzieherinnen des Familienzentrums Kita Kunterbunt

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: Für eine Verkäufernummer bitte eine Mail an kunterbuntertroedel@gmail.com

Laternenumzug

KS

Dienstag, 8. November 2022, 17.00 – 19.00 Uhr
Ev. Familienzentrum Speldorf-West,
Artur-Brocke-Allee 21, 45478 MH

Mit selbstgebastelten Laternen und musikalischer Begleitung ziehen die Kinder und Familien durch die umliegenden Straßen unseres Kindergartens. Neben dem hellen Schein der Kinderlaternen sind, wie auch in den vergangenen Jahren, alle Nachbarn herzlichst dazu eingeladen an diesem Tag Ihre Vorgärten und Haustüren für uns zu beleuchten. Wer möchte, kann für sich und seine Familie vorab telefonisch einen Stutenkerl bestellen.

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Speldorf-West

Kostenbeitrag: je nach Verzehr

Anmeldung: bis Montag, 31. Oktober 2022 unter Tel. 0208.590 160

Martinsmarkt und Laternenumzug

BS

Samstag, 12. November 2022, ab 15.00 Uhr
Immanuelkirche, Kaiser-Wilhelm-Straße 21,
45476 Mülheim an der Ruhr

Herzliche Einladung zum Martinsmarkt und Laternenumzug der Lukaskirchengemeinde. Das Familienzentrum die kleinen Strolche bietet, neben den Ständen der Lukaskirchengemeinde, eine Bastelaktion für Kinder an. Nachdem Gottesdienst um 16.30 Uhr werden wir uns gemeinsam mit St. Martin, Pferd, Kapelle und Laternen auf den Weg machen. Im Anschluss gibt es noch Puhmänner für die Kinder.

Veranstalter: Evangelische Lukaskirchengemeinde in Kooperation mit dem Familienzentrum Die kleinen Strolche

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: ohne Anmeldung

MIT UNS UNTERWEGS

Abenteuer Wald

KS

Samstag, 3. September 2022, 10.30 – 12.45 Uhr
Ev. Familienzentrum Speldorf-West
Treffpunkt: Naturfreundehaus, Böllrodt 3, 45470 MH

KB

Samstag, 24. September 2022, 10.30 – 12.45 Uhr
Ev. Familienzentrum Lindenhof
Treffpunkt: Naturfreundehaus, Böllrodt 3, 45470 MH

Gemeinsam erkunden wir den Wald. Die Sinne werden angeregt und die Phantasie geweckt. Je nach Jahreszeit und Wetter präsentiert sich der Wald auf ganz unterschiedliche Weise, so dass sich auch unser Waldabenteuer immer wieder neu und anders gestaltet. Vielleicht finden und sammeln wir beim Spielen Naturmaterialien, aus denen wir etwas basteln können.
Je nach Witterung gehen wir auch zum Bach, dafür sind Gummistiefel oder Wasserschuhe notwendig.
Mitzubringen sind auf jeden Fall wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk für Erwachsene und Kinder, eine Wechselgarnitur für die Kinder sowie ein kraftspendendes Picknick.

Veranstalter: Ev. Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

Kursleitung: Cornelia Bremer, Erzieherin und Waldpädagogin

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: siehe Kontakte Seite 29. Anmeldungen werden bis zu fünf Werktage vorher angenommen

VERSCHIEDENE ANGEBOTE

Der Zauberkoffer – „Mit allen Sinnen“

KB

Donnerstag, 25. August 2022, 14.00 – 15.30 Uhr
Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

„Warum rauscht es in der Muschel? Wie funktioniert eine Lachtrommel? Was sind optische Täuschungen?
Kinder haben viele Fragen. Um diesen Fragen auf den Grund zu gehen, braucht man nicht viel. Nur ein paar Ideen, einige Dinge aus Küche und Keller und etwas Zeit.
An diesem Tag können Kinder **ab 3 Jahren** die Naturwissenschaften kennenlernen und gemeinsam mit ihren Eltern selbst Experimente rund um das Thema „Alle Sinne“ durchführen und verstehen.“

Veranstalter: Familienzentrum Kita Kunterbunt in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

Leitung: Maren Köhler, Dipl.-Ingenieurin

Kostenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung: bis Freitag, 23. August 2022 unter Tel. 0208.7 13 73

REGELMÄSSIGE GRUPPEN

Offene Eltern-Kind-Spielgruppe für Eltern mit ihren Kindern ab einem Jahr

KB

montags, 15. August – 19. Dezember 2022,
9.30 – 11.00 Uhr
Gemeindehaus Holunderstraße 5, 45481 MH

Gemeinsam singen und spielen Sie mit den Kindern. Hier können Sie andere Familien kennenlernen oder wiedertreffen. Die Kinder erforschen mit dem Rückhalt der Eltern oder Großeltern den Raum und die Angebote und knüpfen Kontakte. Sie können ohne vorherige Anmeldung kommen, so oft Sie Zeit haben."

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

Leitung: Frau Fischer

Kostenbeitrag: 4,50 € pro Termin wird vor Ort bezahlt

Anmeldung: Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.3003 333, www.evfamilienbildung.de

Väter-Bastel-Gruppe

KB

Jeden 1. Freitag im Monat
Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

Veranstalter: Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit der Väter-Bastel-Gruppe

Leitung: Bernd Feldermann

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: bei Bernd Feldermann unter Tel. 0208.48 08 09 und www.vbg-lindenhof.de

KONTAKTE

EVANGELISCHE FAMILIENZENTREN

Ev. Kirchengemeinde Broich-Saarn:
Familienzentrum Lindenhof
Waldbleeke 47, 45481 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0208.48 69 33
E-Mail kiga-lindenhof@kirche-muelheim.de
Kontakt Beate Konze

Ev. Kirchengemeinde Heißen:
Familienzentrum Sonnenschein
Kleiststraße 58, 45472 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0208.49 03 16
E-Mail kiga-kleist@kirche-muelheim.de
Kontakt Karin Rüdiger

Ev. Markuskirchengemeinde:
Familienzentrum Unter dem Regenbogen
Knappenweg 28, 45473 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0208.76 24 39
E-Mail unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de
Web www.famz-regenbogen.de
Kontakt Katja Schwinkendorf

Ev. Kirchengemeinde Speldorf:
Familienzentrum Speldorf-Mitte
Duisburger Straße 276, 45478 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0208.5 39 13
E-Mail kigamitte@kirche-muelheim.de
Kontakt Brigitte Schneidereit

Familienzentrum Speldorf-West
Artur-Brocke-Allee 21, 45478 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0208.59 01 60
E-Mail kigawest@kirche-muelheim.de
Kontakt Heike Philipps

Bethanien Diakonissen-Stiftung:
Familienzentrum Kindergarten Kunterbunt
Schildberg 1, 45475 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0208.7 13 73
E-Mail kita_kunterbunt@bethanien-stiftung.de
Kontakt Tanja Haberkamp

Familienzentrum Die kleinen Strolche
Feldstraße 17, 45476 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0208.40 11 87
E-Mail kita_die_kleinen_strolche@bethanien-stiftung.de
Kontakt Marcel Juretzko

Graf-Recke-Stiftung gGmbH:
Ökumenisches Familienzentrum Kirchenhügel
Ev. Kindergarten am Muhrenkamp
Muhrenkamp 8, 45468 Mülheim an der Ruhr,
Telefon 0208.3 58 41
E-Mail k.brueck@graf-recke-stiftung.de
Kontakt Katharina Brück

KOOPERATIONSPARTNER

Ev. Familienbildungsstätte
Scharpenberg 1b, 45468 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0208.300 33 33
E-Mail info@evfamilienbildung.de
www.evfamilienbildung.de

Ev. Beratungsstelle für Erziehungs, Ehe- und Lebensfragen
Hagdorn 23, 45468 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0208.3 20 14
E-Mail beratungsstelle@kirche-muelheim.de
Internet http://beratung.kirche-muelheim.de

Diakonisches Werk im Kirchenkreis An der Ruhr
Hagdorn 1a, 45468 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0208.300 32 77
E-Mail gst@diakonie-muelheim.de

Verein für „Qualifizierte Kindertagespflege in Mülheim an der Ruhr e.V."
Parsevalstraße 2d, 45470 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0176.244 397 35
Kontakt kontakt@tagesmuetter-mr.de

Stadt Mülheim an der Ruhr
Gesundheitsamt
Heinrich-Melzer-Straße 3, 45468 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0208.455 53 00

Amt für Kinder, Jugend und Schule
Am Rathaus 1, 45468 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0208.455 45 00

Servicestelle für Betreuungsangebote
Am Rathaus 1, 45468 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0208.455 45 20

Ev. Kirchenkreis an der Ruhr
Petra Busch
Althofstrasse 9, 45468 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0208.300 31 27

Weitere Kooperationspartner entnehmen Sie bitte den einzelnen Einrichtungsflyern

Impressum:
Der Flyer „Tipps und Termine“ wird herausgegeben von den Ev. Familienzentren in Mülheim, dem ökumenischen Familienzentrum der Graf -Recke-Stiftung und den Familienzentren der Bethanien Diakonissen-Stiftung.

Redaktion:
Angelika Becker, Katharina Brück, Tanja Haberkamp, Marcel Juretzko, Beate Konze, Andrea Marx, Heike Philipps, Brigitte Schneidereit und Katja Schwinkendorf

Erscheinungsweise:
halbjährlich

Satz und Gestaltung:
Firestone Design
Martin Holtkamp, www.firestone-design.de

Titelbild:
Grafiken Copyright gst,
Benutzung unter Lizenz von Shutterstock.com

Ev. Beratungsstelle

EVANGELISCHE
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE
MÜLHEIM AN DER RUHR

FAMILIEN
ZENTRUM
NRW.

Diakonie

EVANGELISCHE KIRCHE
AN DER RUHR
KIRCHENKREIS AN DER RUHR

Ev. Kirchenkreis An der Ruhr
Althofstraße 9
45468 Mülheim an der Ruhr
Telefon 0208.3 00 30

Weitere Informationen finden Sie unter
www.kita.kirche-muelheim.de