

2017



Familienzentrum  
BENSHEIM E.V.

---

# 2017 KURSPROGRAMM & BEGEGNUNGSANGEBOTE

---

Das Familienzentrum  
wird gefördert von:

**GGEW**  
WIR SIND ENERGIE.

 **Sparkasse  
Bensheim**

# LEBENSGEFÜHL IST, WENN ALLE **GGEWINNEN!**

Alles echt super für die Family, freundlich und easy,  
dazu Angebote, die happy machen: die Energie für  
ganz Deutschland, ganz einfach.

**Stella Zeymer**  
Tochter von GGEW-Kunden  
aus Lampertheim

**GGEW**  
WIR SIND ENERGIE.



## INHALTSVERZEICHNIS

### Das Kursprogramm 2017

Offene Begegnungsangebote	6
Kurse mit Baby	12
Eltern-Kind-Kurse	20
Kurse für Kinder & Jugendliche	30
Kurse für Erwachsene	38

### Ihr Familienzentrum Bensheim

Service für Kinderbetreuung	48
Krippe & Kindergarten	50
Wir für Sie und Sie für uns	54

### Informationen & Anmeldung

Kontaktdaten	56
Mitgliedsantrag	57
Kursanmeldungen	58
Impressum	63



Hauptstraße 81, 64625 Bensheim  
Am Hospitalbrunnen in der Bensheimer Innenstadt



Sprechzeiten Mo, Mi, Fr 9:00 bis 12:00  
(auch telefonisch)



06251 58 03 66



06251 78 07 22



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



[partner@familienzentrum-bensheim.de](mailto:partner@familienzentrum-bensheim.de)



[www.facebook.com/familienzentrum.bensheim](https://www.facebook.com/familienzentrum.bensheim)



OFFENE BEGEGNUNGSANGEBOTE

## OFFENE BEGEGNUNGSANGEBOTE

Drop-Ins

Café Klatsch

Tragecafé

Mitgliederfrühstück

Einen Offenen Treff starten

OA-Selbsthilfegruppe

Literaturkreis

Großer Flohmarkt

Kleidertausch-Party

## DROP INS

### OFFENE TREFFS FÜR ELTERN MIT KINDERN

Eltern können mit ihren Kindern im Rahmen unserer Drop Ins andere Eltern kennen lernen, Spielgefährten für ihre Kinder finden und angenehmen Austausch genießen.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Sie können einfach ohne Voranmeldung vorbeischauen und die Gemeinschaft genießen.

Die Drop Ins finden in Kooperation mit der Karl Kübel Stiftung statt und werden an drei verschiedenen Orten in Bensheim angeboten. Unsere Mitarbeiterinnen, die die Treffs betreuen, sind immer ganz Ohr für Ihre Fragen, Hinweise und Anregungen. In den Schulferien sowie an Feiertagen finden keine Drop Ins statt.



**Montags** | 8:30–10:30  
Kirchengemeinde Heilig Kreuz  
Weserstraße 3, Bensheim

**Montags** | 15:00–17:00  
Katholische Pfarrei St. Georg  
Marktplatz 10, Bensheim

**Donnerstags** | 8:30–10:30  
Pfarrzentrum der Katholischen  
Pfarrgemeinde St. Laurentius  
Hagenstraße 32, Bensheim

**Freitags** | 8:30–10:30  
Stephanusgemeinde  
Eifelstraße 37, Bensheim



**INKA KUUSELA**  
Leiterin der Drop-Ins

## CAFÉ KLATSCH

### FÜR ELTERN MIT KINDERN, MITGLIEDER UND FREUNDE

Haben Sie Lust auf frische Waffeln und netten Austausch in schöner Atmosphäre? Dann sind Sie bei uns an der richtigen Adresse! Die Kinder können sich in der gemütlichen Spielecke austoben und Sie dürfen entspannt Kaffee und Tee genießen.

Das Café Klatsch ist der Ort an dem Eltern mit Kindern entspannt ins Gespräch kommen und sich austauschen können.

Wir freuen uns auf Sie!

#### Café Klatsch

Dienstags | 9:30–11:30  
Haupthaus EG, Café  
Essen zum Selbstkostenpreis



**ULRIKE DÜRR**  
Pädagogische Mitarbeiterin, Elternberaterin,  
welcome-Koordinatorin

## TRAGECAFÉ

### TIPPS & TRICKS ZUM TRAGEN

Im Tragecafé haben Eltern die Möglichkeit verschiedene Tragehilfen und Tücher auszuprobieren, sich auszutauschen und in gemütlicher Runde mit ihren Babys zusammen zu sitzen.

Das Tragecafé richtet sich an Schwangere, Mütter und Väter mit Kindern vom Säugling bis zum Ende der Tragezeit (ca. 2-3 Jahre).

Die Trageberaterinnen Gesine Häuser und Nadine Wundrak stehen Ihnen während dieser Zeit für Fragen zur Verfügung. Das Tragecafé ersetzt keine individuelle Trageberatung. Vereinbaren Sie dazu einfach einen persönlichen Beratungstermin mit einer Trageberaterin.

---

#### Tragecafé

Alle zwei Monate | Freitags  
27.01. | 31.03. | 26.05.  
25.08. | 27.10. | 14.12.  
9:30–11:30  
Haupthaus EG, Café



**GESINE HÄUSER**  
Zertifizierte  
Trageberaterin



**NADINE WUNDRAK**  
Zertifizierte  
Trageberaterin

## MITGLIEDER-FRÜHSTÜCK

### FÜR UNSERE VEREINSMITGLIEDER

Neben den Kursvergünstigungen und vielen weiteren Angeboten freuen wir uns, ein Frühstück für unsere Vereinsmitglieder anbieten zu können. Bei einem gemeinsamen Frühstück können wir ins Gespräch kommen. Sie können mehr über das Familienzentrum erfahren und wir ein paar Ideen für unser Familienzentrum sammeln.

Interessierte und Freunde sind natürlich auch herzlich willkommen!

Das Frühstück ist für unsere Mitglieder kostenlos. Für Interessierte erheben wir eine Pauschale von 5 € pro Person.

---

#### Mitglieder-Frühstück

Zweiter Donnerstag im Monat  
09.02. | 09.03. | 11.05. | 08.06.  
14.09. | 09.11. | 14.12.

9:30–11:30  
Haupthaus EG, Café  
5 € | Für Mitglieder kostenlos



**KATHARINA NAEGELE**  
Geschäftsleitung des  
Familienzentrums



**GESINE HÄUSER**  
Mitarbeiterin im  
Familienzentrum

## WEITERE REGELMÄSSIGE TREFFS ODER SELBST EINEN STARTEN

### Literaturkreis für Frauen

Alle, die Lust haben, gemeinsam mit interessierten Frauen Bücher zu besprechen, sind herzlich eingeladen, an unserem Literaturkreis teilzunehmen.

Die Gruppe sucht jeweils ein Buch für das nächste Treffen aus. Interessierte können einfach vorbei kommen.

**Letzter Donnerstag im Monat, 20:00, Haupthaus EG, Café  
Kontakt über Marianne Wahlig 06251 2607**

### OA-Selbsthilfegruppe für Menschen mit Essproblemen

OA steht für Overeaters Anonymous und ist eine Selbsthilfegemeinschaft von Frauen und Männern, für die Essen zu einem Problem geworden ist. Die Gruppe trifft sich regelmäßig zum Erfahrungsaustausch und zur gegenseitigen Unterstützung bei uns im Familienzentrum.

Nähere Informationen zu OA finden Sie im Internet unter:  
[www.overeatersanonymous.de](http://www.overeatersanonymous.de)

**Sonntags, 17:30, Haupthaus 1.OG, interne Kostenregelung**

### Selbst einen offenen Treff starten

Wir stellen unsere Räumlichkeiten gern für Ihre Idee zur Verfügung. Wenn Sie zu einem bestimmten Thema einen Treff organisieren wollen, sprechen Sie uns einfach an!

## ALLEIN MUSS NICHT SEIN TREFFEN FÜR ALLEINERZIEHENDE MIT KINDERN

Alleinerziehend ist nicht immer einfach! Deshalb finden im Familienzentrum regelmäßig offene Treffs für alleinerziehende Mütter und Väter statt. In einer angenehmen Atmosphäre soll alleinerziehenden Elternteilen die Möglichkeit gegeben werden, andere Mütter und Väter mit gleicher Problematik kennenzulernen und sich auszutauschen. Gemeinsam soll herausgefunden werden, was Alleinerziehende bewegt und was sie benötigen.

Es gibt genügend Möglichkeiten zum Toben und Spielen für Kinder und Gelegenheit für Kontakt und Austausch der Eltern.

### Bei Interesse melden Sie sich einfach!

Wenden Sie sich direkt an Elke Redemund, die die Treffen organisiert und betreut.

---

### Treffen für Alleinerziehende

Termine und Details erfragen bei  
Elke Redemund  
0170 31 54 263



**ELKE REDEMUND**

Organisatorin für Alleinerziehenden-Treffs



## GROSSER FLOHMARKT „RUND UMS KIND“

11.03. & 16.09. IM KOLPINGHAUS IN BENSHEIM

Von Umstandsmode und Säuglingsausstattung über Kinder- und Teeniebekleidung, Spiel- und Sportsachen, Schuhe, Kinderwägen und Autokindersitze kann alles ver- und gekauft werden.

Wenn Sie als Verkäufer dabei sein wollen, melden Sie sich bitte über das Kursformular, telefonisch oder per E-Mail an. Tische (1,50 m) gibt es vor Ort, Kleiderständer bitte selbst mitbringen. Als Käufer können Sie ohne Anmeldung einfach vorbeischaun.

**Samstag, 11.03. | Samstag 16.09. | Jeweils 10:00–12:00**

Aufbau ab 9:00 | 8 € Standgebühr  
Kolpinghaus, Am Rinnentor 46, Bensheim

**KINDERKLEIDUNG  
& ACCESSOIRES**

Biologisch, fair und nachhaltig – für Kinder von 0–10 Jahren

**GRAS HÜPFER**

Hauptstraße 68 • 64625 Bensheim • Tel. 06251/ 8690240  
Mo.-Fr.: 9:30 – 13:00 und 14:00 – 18:00 Uhr | Sa.: 10:00 – 14:00 Uhr  
[www.grashuepfer-kindersachen.de](http://www.grashuepfer-kindersachen.de)



## KLEIDERTAUSCH-PARTY

24.03. & 22.09. IM FAMILIENZENTRUM

Die Schuhe waren ein totaler Fehlkauf, die Tasche passt nicht zum Mantel, die Hose ist zu eng und der Kleiderschrank ist viel zu voll? Dann kommt doch zu unserer Tauschparty! Hier habt ihr die Möglichkeit, die alten Klamotten loszuwerden und dabei noch Spaß zu haben.

Das Konzept der Kleidertauschbörse ist simpel: Alle tauschwilligen Frauen geben vorab maximal zehn sehr gut erhaltene Kleidungsstücke (gewaschen) und/ oder Accessoires gegen „Chips“ ab. Auf der Party können Sie diese dann gegen andere Kleidungsstücke und Accessoires eintauschen. Haben sich alle „ausgetauscht“, feiern Sie bei Getränken und Knabberereien Ihren persönlichen Mode-Erfolg.

Warum tauschen? Neben Spaß beim „Ertauschen“ der Mode, ist die Umweltfreundlichkeit ein Grund für die steigende Beliebtheit des Trends. So werden wertvolle Ressourcen geschont und der Kleiderschrank aufgeräumt.

**Bitte beachten:** Es werden nur sehr gut erhaltene Teile angenommen (Damenbekleidung, Schuhe, Taschen, Tücher, Gürtel). Gemeint ist gängige Markenware. Das Label des Kleidungsstückes muss vorhanden sein.

**Nicht angenommen werden** Schmuck, Unterwäsche, Bademoden.

Pro Person können maximal zehn Teile abgegeben werden. Pro Teil erhält man einen Chip. Man kann nur so viele Teile tauschen, wie man über Chips verfügt. Übrig gebliebene Kleidungsstücke gehen an die Flüchtlingshilfe Heppenheim.

**Freitag, 24.03. | Freitag, 22.09. | Jeweils 18:00–21:00**  
**Haupthaus 1. OG | 5 € pro Teilnehmer**