



Netzwerk

Familienzentren
in Hemer



*Angebote
1. Halbjahr 2025*



Hinter dem Gütesiegel steht die Idee, Familien eine verlässliche Anlaufstelle für Alltagsfragen in ihrem Stadtteil zu bieten. Ein Familienzentrum bietet passgenaue Unterstützung, frühe Beratung und Hilfe in allen Lebenslagen an. Hier finden alle Familien ganz besondere Unterstützung und Angebote.

Wir möchten Eltern und Kinder im Alltag begleiten und unterstützen.

In Hemer tragen alle 15 Kindertageseinrichtungen das Gütesiegel „Familienzentrum NRW“:

Familienzentrum der AWO	KTE Ruth-Grohe-Haus
Familienzentrum STÜPS	Ev. KTE Westig Ev. KTE Kastaniennest
Familienzentrum Kompass	Städt. KTE Die Bärenbande Städt. KTE Haus Kunterbunt
Familienzentrum Auf Draht	Städt. KTE Sternenburg Ev. KTE Bredenbruch
Familienzentrum Stübecken/Geitbecke	Städt. KTE Räuberbande Kath. KTE St. Peter und Paul
Familienzentrum Meilenstein	Ev. KTE Stephanus
Familienzentrum am Sauerlandpark	Städt. KTE Zaubergarten
Familienzentrum Mücke	Ev. KTE Mühlackerweg Ev. KTE Becke
Familienzentrum Summi	Kath. KTE Christkönig Kath. KTE St. Bonifatius

In Hemer haben sich alle 9 Familienzentren zu einem Netzwerk zusammengeschlossen, um ihre Ziele und gemeinsame Arbeit besser steuern und optimieren zu können.

Zusammen mit unterschiedlichen Kooperationspartnern werden vielfältige Beratungs- und Bildungsangebote entwickelt, um Leistungen der Familienzentren **für alle in Hemer lebenden Kinder und ihre Familien** anzubieten. Einen kleinen Teil dieser Angebote finden Sie in dieser Broschüre. Fragen Sie in den Familienzentren nach, welche Veranstaltungen es noch gibt oder besuchen Sie unsere Homepage: www.familienzentren-hemer.de



Gruppen für Kinder unter drei Jahren



Übersicht



Pädagogik/Elternkompetenz



Eltern und Kind



Kinder



Körper, Geist, Bewegung und Entspannung



Künstlerisch/Kreativ



Adressen



Gruppen für Kinder unter 3 Jahren

Hier können Sie neue Kontakte knüpfen, Erfahrungen austauschen, gemeinsam spielen und vieles mehr.

Genauere Informationen erhalten Sie im jeweiligen Familienzentrum.



Mini-Räuber-Club für kleine Mini-Räuber ab 8 Monaten

Ein Angebot in Kooperation mit der AWO Familienbildung.

Bei uns finden Väter und Mütter einen einladenden Raum zum Austausch von Erfahrungen, zum Knüpfen neuer Kontakte und zur gemeinsamen Information. Währenddessen erleben die Kinder in einer fröhlichen Gruppe von Gleichaltrigen wertvolle soziale Momente. Sie singen, spielen, basteln und haben dabei jede Menge Spaß! Die Gruppe kann bis zum Eintritt in den Kindergarten bestehen bleiben.

- Datum:** Freitag, ab 17.01.2025 (10 Termine) und
Freitag, ab 02.05.2025 (9 Termine),
jeweils 8:30 – 10:00 Uhr
- Ort:** Städt. KTE Räuberbande, Birkenweg 77
- Leitung:** Danah Dettmann
- Anmeldung:** Jonas Stieglitz, Tel. 02372 / 551-773
- Gebühr:** 40 € / 36 €



Spielgruppe „Sternschnuppen“ für Kinder ab 6 Monaten

Ein Angebot in Kooperation mit der AWO Familienbildung.

Datum: **Dienstag, ab 14.01.2025 (10 Termine)**
und ab **06.05.2025 (6 Termine), jeweils 14:30 – 16:00 Uhr**
Freitag, ab 17.01.2025 (10 Termine)
und ab **09.05.2025 (6 Termine),**
jeweils 8:30 – 10:00 Uhr

Ort: Städt. KTE Sternenburg, Sternstraße 10
Anm./Leitung: Andrea Meyer zur Capellen, Tel. 0151-18750123
Teilnehmer: max. 8
Gebühr: 24 € (je 6 Einheiten), 40 € (je 10 Einheiten)

Spielgruppe für Kinder bis 3 Jahre

Gemeinsam singen, spielen, turnen und lachen. In unserer Spielgruppe ist für jedes Kind das Passende dabei. Nebenbei haben die Kinder die Gelegenheit, mit Gleichaltrigen Kontakte zu knüpfen. Für die Begleitpersonen steht Kaffee bereit und auch für sie entstehen Gelegenheiten zum Austausch. Herzlich eingeladen sind U3-Kinder mit Mama/Papa, Oma/Opa, Tagesmütter/-väter...Einfach eine fröhliche „Qualitytime“.

Datum: **Freitag, 28.02. / 07.03. / 14.03. / 09.05. /**
16.05. / 23.05.2025, jeweils 9:15 – 10:30 Uhr

Ort: Ev. KTE Bredenbruch, Ihmerter Straße 102
Leitung: Natalia Drucks
Anmeldung: Susanne Gimpel, Tel. 02372 / 80834
Gebühr: keine



Spielgruppe „Die Summis“ für Kinder ab 1 Jahr

Ein Angebot in Kooperation mit der AWO-Familienbildung.

Bei uns finden Väter und Mütter einen einladenden Raum zum Austausch von Erfahrungen, zum Knüpfen neuer Kontakte und zur gemeinsamen Information. Währenddessen erleben die Kinder in einer fröhlichen Gruppe von Gleichaltrigen wertvolle soziale Momente. Sie singen, spielen, basteln und haben dabei jede Menge Spaß!

Die Gruppe kann bis zum Eintritt in den Kindergarten bestehen bleiben. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

- Datum:** Montag, ab 27.01.2025, 14:15 – 15:45 Uhr /
8 Nachmittage
- Ort:** Kath. KTE Christkönig,
Beethovenstraße 21
- Leitung:** Lilli Bals
- Anmeldung:** Karin Arnold, Tel. 02372 / 12573
- Gebühr:** keine



Mäusezähnen

für Kinder im Alter von 9 bis 16 Monaten

Datum: Jeden Freitag, 10:30 – 12:00 Uhr

Löwenzahn

für Kinder im Alter von 16 bis ca. 24 Monaten

Datum: Jeden Freitag, 8:45 – 10:15 Uhr

Anmeldung: Ev. KTE Stephanus, Pastoratstraße 8,
Andrea Krause, Tel. 02372 / 556366-15

Gebühr: 5 € / Monat



Pekip für Babys ab 6 – 8 Wochen bis 1 Jahr

Datum: Jeden Dienstag

Ort: Ev. KTE Westig, Uhlandstraße 20

Leitung: Sigrid Jonas

Anmeldung: Sandra Fritsch, Tel. 02372 / 5598968



Griffbereit

Familien entdecken gemeinsam
Spiel und Sprache



Für Kinder ab 12 Monaten mit Begleitperson

In Kooperation mit dem Kommunalen Integrationszentrum Märkischer Kreis findet jede Woche (außer in den Schulferien) in verschiedenen Hemeraner Familienzentren das kostenfreie Angebot „**Griffbereit**“ statt.

In entspannter Atmosphäre fördern wir die frühkindliche Entwicklung durch liebevoll gestaltete Aktivitäten wie gemeinsames Spielen, Singen und Malen – sowohl in den Familiensprachen als auch auf Deutsch. So legen wir spielerisch den Grundstein für den Erwerb von Sprachkompetenz und schaffen unvergessliche gemeinsame Momente!

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.



Datum: Jeden Montag, 9:00 – 10:30 Uhr
Ort: Städt. KTE Zaubergarten,
Dahlienweg 1-3
Leitung: Naciye Celik
Anmeldung: Katja Krone, Tel. 02372 / 551-770,
E-Mail: zaubergarten@hemer.de



Datum: Jeden Freitag, 9:00 – 11:00 Uhr
Ort: Städt. KTE Die Bärenbande,
Berliner Straße 48
Leitung: Frau Kolomez
Anmeldung: Stephanie Wollmuth-Franke,
Tel. 02372 / 551-772,
E-Mail: baerenbande@hemer.de



Datum: Jeden Freitag, 9:00 – 11:00 Uhr
Ort: Ev. KTE Mühlackerweg,
Mühlackerweg 28
Leitung: Renate Hohmann
Anmeldung: Dagmar Demiet, Tel. 02372 / 14274,
E-Mail: ev.kita.muehlackerweg@tvb-is.de

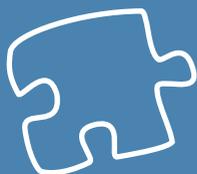


Überblick in alphabetischer Reihenfolge

Alles unter Strom	5
Begleite die kleine Elfe „Flirr“ auf dem Weg zum „Zaubernuss-Baum“	46
Bewegungsbaustelle für die ganze Familie	57
Bewegungsfreude für kleine Sportlerinnen und Sportler.....	56
Capoeira-Schnupperkurs für Kinder	63
Die Kunst des Makramee	61
Ein kunterbunt, bewegter Nachmittag	36
Ein Nachmittag im heimischen Wald	44
Einstiegsangebot in die Familienbildung mit dem Schwerpunkt Babymassage	29
Elterninformation zur Kindertagespflege in Hemer	18
Eltern-Kind-Kurs: Selbstbehauptungstraining „Stark auch ohne Muckis“	30
Erste Hilfe am Kind	25
Erziehungssystem STEP	20
Essen mit Freude	13
Familienyoga und Klang mit Britta und Jutta	54
Fledermäuse – Koblode der Nacht	42
Forschen und Entdecken	39
Forschernachmittage im Kindergarten	37
Forschernachmittag zum Thema Wasser	38
Fröhliche Bewegung für Kinder und Eltern.....	53
Haus der kleinen Forscher.....	31
Holzwerkstatt – kreatives Gestalten mit der Laubsäge	64
Kinderbewegungsabzeichen.....	59



Kindernotfalltraining	19
Kleine Menschen – Große Gefühle	16
„Leisemäuse“ und „wilde Helden“	24
Mit der Taschenlampe auf Schatzsuche	34
Mitmachzirkus	55
Naturkosmetik selber herstellen	62
Nun mach doch – bitte!	17
Osterbastelwerkstatt	63
Privatsphäre bei Kindern	21
Sanfte Eingewöhnung für mein Kind – Für einen gelingenden Start in die Kita	27
Schultüten-Basteln	65
ScienceLab Forschernachmittage	32
Sicher und gelassen Richtung Einschulung	26
Skye, Peppa, Minecraft und Co – Willkommen in der Medienwelt...	22
Spielzeit im Zaubergarten	58
Stifthaltung – Grafomotorik – Stift-Führerschein	45
Typgemäße Erziehung	15
Umgang mit neuen Medien	14
Waldrallye	43
Wellness-Nachmittag für mich und meine Mama oder „Ersatzmama“ zum Muttertag	41
Welt der Bienen	40
Willkommen in der Medienwelt	22
Yoga für Erwachsene	52



Pädagogik / Elternkompetenz

Angebote im Überblick

Essen mit Freude.....	13
Umgang mit neuen Medien.....	14
TypgemäÙe Erziehung	15
Kleine Menschen – Große Gefühle	16
Nun mach doch – bitte!.....	17
Elterninformation zu Kindertagespflege in Hemer	18
Kindernotfalltraining	19
Erziehungssystem STEP	20
Privatsphäre bei Kindern	21
Skye, Peppa, Minecraft und Co –	
Willkommen in der Medienwelt	22
„Leisemäuse“ und „wilde Helden“	24
Erste Hilfe am Kind.....	25
Sicher und gelassen Richtung Einschulung	26
Sanfte Eingewöhnung für mein Kind –	
Für einen gelingenden Start in die Kita.....	27



Essen mit Freude

Informationsveranstaltung für Eltern

Viele Kinder sind neugierig und interessiert am Essen. Sie machen vielfältige Erfahrungen in der Essenssituation und probieren gern Neues aus.

Was brauchen Kinder, um mit Freude zu essen?

An diesem Abend werden Essregeln und Möglichkeiten eines entspannten Miteinanders bei Tisch besprochen.

Ihre Fragen sind herzlich willkommen.

Anhand von Beispielen und Videoclips wird sichtbar, wie es gelingen kann, Kindern in schwierigen Momenten unterstützend zur Seite zu stehen.

Ein Angebot des Familienzentrums Kompass.

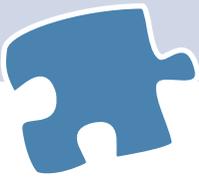
Datum: **Mittwoch, 08.01.2025, 19:30 Uhr**

Ort: Online-Angebot

Leitung: Katrin Krüger

Anmeldung: Familienzentrum Kompass,
Städt. KTE Haus Kunterbunt
Manuela Schneider, Tel. 02372 / 551-771 oder per
E-Mail an: haus-kunterbunt@hemer.de

Gebühr: keine



Umgang mit neuen Medien

Ein Online-Vortrag für Eltern

Die neuen Medien gehören heutzutage zur Lebenswelt von Kindern und ihren Familien. Altersgerecht eingesetzt, können sie ein gutes Werkzeug sein. Leider gibt es auch Gefahren.

Inhalte des Vortrags sind daher:

- Welche Medien gibt es?
- Welche Chancen und Risiken treten auf?
- Wie können Medien altersgerecht eingesetzt werden?
- Was gibt es bei der Nutzung von Medien im Alltag zu beachten?

Ein Angebot des Familienzentrums Stübecken/Geitbecke.

Datum: Dienstag, 14.01.2025, 19:30 – ca. 21:30 Uhr

Ort: Online-Angebot

Leitung: Diana Pohl (Praxis für Psychotherapie und Prävention)

Anmeldung: Familienzentrum Stübecken/Geitbecke,
Kath. KTE St. Peter und Paul
Tobias Ludwig, Tel. 02372 / 10885

Gebühr: keine



Typgemäße Erziehung

Ein Angebot für Eltern, Erzieher:innen, Großeltern und Kindertagespflegepersonen

In diesem Seminar lernen Sie die 4 verschiedenen Typen nach dem DISG-Profil kennen.

Wir werden:

- erkennen, wie der Persönlichkeitsstil unseren Erziehungsstil beeinflusst,
- lernen, wie wir das „Zusammenspiel“ zwischen Eltern und Kindern verbessern,
- den Zusammenhang zwischen Stärken und Schwächen des Kindes erkennen,
- lernen, ein gutes Elternteam zu werden,
- Wege zu einer typgemäßen Erziehung verwirklichen.

Ein Angebot des Familienzentrums Mücke in Kooperation mit Martina Pläskén.

Datum: Donnerstag, 16.01.2025, 18:30 – ca. 20:00 Uhr

Ort: Familienzentrum Mücke,
Ev. KTE Becke, Bodelschwingstraße 3

Leitung: Martina Pläskén

Anmeldung: Melanie Seeler, Tel. 02372 / 10302

Gebühr: keine



Kleine Menschen – Große Gefühle

Für alle Interessierten

Das Interesse von Kindergartenkindern am eigenen Körper und am Körper Anderer ist groß. Schmusen, Kuschneln, Doktorspiele und Rollenspiele „Vater-Mutter-Kind“ etc. gehören zum Alltag in der Familie.

Kinder sind neugierig und stellen Fragen, Eltern kennen dies sehr gut. Es ist daher notwendig, Sicherheit im Umgang mit kindlichen körperlich-sexuellen Verhaltensweisen zu entwickeln.

An diesem Elternabend wird der Schwerpunkt gelegt, Eltern über die psychosexuelle Entwicklung von Kindern im Alter von 0 – 6 Jahren zu informieren.

Unter Anderem wird erläutert, was alterstypische Ausdrucksformen sind und worin die Erwachsenensexualität sich abgrenzt.

Dieses Wissen dient vor allem auch dem Schutz der Kinder vor sexuellen Übergriffen.

Datum: Mittwoch, 05.02.2025, 18:00 – ca. 20:00 Uhr

Ort: Familienzentrum Auf Draht,
Ev. KTE Bredenbruch, Ihmerter Straße 102

Leitung: Patrizia Hültenschmidt, Sozialarbeiterin (B.A.),
Sexualpädagogin

Anmeldung: Susanne Gimpel, Tel. 02372 / 80834

Gebühr: keine



Nun mach doch – bitte!

Die meisten Eltern kennen diese Situation. Einmal nett und höflich, zweimal nett und höflich, dreimal nett und höflich, aber das Kind reagiert nicht.

Häufig versucht man, die Situation mit Hilfe von Lautstärke oder aus Verzweiflung mit Drohungen zu lösen. Wirklich hilfreich sind diese Strategien allerdings nur kurzfristig.

Wir suchen nach anderen Lösungsstrategien ohne erhobenen Zeigefinger.

Ein Angebot in Kooperation mit dem zfb - Zweckverband für psychologische Beratungen und Hilfen.

Datum: Donnerstag, 06.02.2025, 14:00 – 16:00 Uhr

Ort: Familienzentrum Auf Draht,
Städt. KTE Sternenburg, Sternstraße 10

Leitung: Luisa Teixeira (zfb)

Anmeldung: Eva Jedrasik, Tel. 02372 / 551-774

Teilnehmer: maximal 15

Gebühr: keine



Elterninformation zur Kindertagespflege in Hemer

Informationsveranstaltung für Eltern

An diesem Vormittag haben Sie die Möglichkeit, sich umfassend über das Betreuungsangebot für Kinder unter drei Jahren in der Stadt Hemer zu informieren.

Eine Mitarbeiterin des Fachdienstes Kindertagesbetreuung beantwortet Ihre Fragen und berät Sie individuell.

Die Kindertagespflege bietet eine gesetzlich anerkannte, familiennahe Betreuung und Förderung, bei der die Bedürfnisse Ihres Kindes im Mittelpunkt stehen.

Ein Angebot des Netzwerks Familienzentren in Hemer in Kooperation mit dem Fachdienst Kindertagesbetreuung.

Datum: Montag, 10.02.2025, 9:30 – 10:30 Uhr

Ort: Familienzentrum am Sauerlandpark,
Städt. KTE Zaubergarten, Dahlienweg 1-3

Leitung: Eine Mitarbeiterin des Fachdienstes
Kindertagesbetreuung

Anmeldung: Katja Krone, Tel. 02372 / 551-770

Gebühr: keine



Kindernotfalltraining

Für Erwachsene

Lassen Sie sich mit dem Kompaktkurs für den Kindernotfall vorbereiten. Wir schulen sowohl theoretisch als auch praktisch zu den folgenden Themen:

- Bewusstlosigkeit
- Wiederbelebung am Kind
- Atemstörungen wie Asthma oder das Verschlucken von Fremdkörpern
- Fieberkrampf
- Vergiftung
- Verhalten nach Stürzen
- ... und vieles mehr

Im Anschluss erhält jeder Teilnehmende ein Handout mit allen wichtigen Informationen.

Datum: Samstag, 15.03.2025, 9:00 – ca. 13:00 Uhr

Ort: Familienzentrum Auf Draht,
Ev. KTE Bredenbruch, Ihmerter Straße 102

Leitung: Felix Neuendorf

Anmeldung: Susanne Gimpel, Tel. 02372 / 80834

Gebühr: keine



Erziehungssystem STEP

„Mama, ich will nicht, ich räume nicht auf, du bist doof.“

Wer kennt sie nicht, diese Tage, an denen die kleinen und großen Machtkämpfe kein Ende nehmen wollen?!

Wie gehen Sie als Eltern mit den alltäglichen Auseinandersetzungen um?

Wie vermeiden wir die Stressfalle?

Was können wir machen, um die Kinder respektvoll zu behandeln und gleichzeitig von den Kindern respektiert werden?

Anhand des anerkannten Erziehungssystems STEP bekommen Sie an 2 Abenden Tipps und Hilfestellungen für eine kompetente und stressfreie Erziehung.

Themen:

Aktives Zuhören

Lob – Ermutigung

Machtkämpfe im Kinderzimmer

Datum: **Mittwoch, 19. und 26.02.2025, ab 19:00 Uhr**

Ort: Familienzentrum Stüps,
Ev. KTE Westig, Umlandstr. 20

Leitung: Petra Sikinger-Losch und Jasmin Hübner

Anmeldung: Sandra Fritsch, Tel. 02372 / 5598968

Gebühr: keine



Privatsphäre bei Kindern

Schützen oder verletzen? Wie verhalte ich mich richtig?

Auch Kinder haben ein Recht auf Privatsphäre.

Doch wie weit geht dieses Recht?

Was darf ich als Elternteil, Erzieher*in oder Tagesmutter/-vater tun und wo überschreite ich vielleicht eine Grenze?

Wieviel Freiraum ist wichtig für eine gesunde Entwicklung?

Und wie schaffe ich es, den Freiraum einerseits und den Schutz des Kindes andererseits gleichermaßen zu berücksichtigen?

Diesen und ähnlichen Fragen möchte ich mit Ihnen auf den Grund gehen.

Ein Angebot des Familienzentrums Summi.

Datum:	Montag, 24.02.2025, 18:00 Uhr
Ort:	Pfarrheim St. Bonifatius, Hönnetalstraße 62a, Hemer
Leitung:	Patrizia Hültenschmidt, Sozialarbeiterin (B.A.), Sexualpädagogin
Anmeldung:	Familienzentrum Summi, Kath. KTE St. Bonifatius, Carina Rendelsmann, Tel. 02372 / 2045
Teilnehmer:	max. 30
Gebühr:	keine



Skye, Peppa, Minecraft und Co – Willkommen in der Medienwelt

Medien in all ihrer Vielfalt sind aus der Familie nicht mehr wegzudenken. Von den ersten Bilderbüchern, über Fernsehserien, hin bis zu Spiele-Apps: Kinder leben eine Medienkindheit. Im Idealfall mit der allerbesten Begleitung!

Doch was macht die Faszination Fernsehen aus? Was bedeutet FSK? Warum sollten Medienhelden der Kinder auch unsere Freunde sein? Welche App kann ich mein Kind beruhigt spielen lassen?

Und wie gelingt es, Medienregeln in der Familie zu etablieren?

In entspannter Atmosphäre wollen wir an diesem Nachmittag bzw. Abend in den Austausch kommen: Über Chancen und Herausforderungen in der familiären Medienwelt, über den eigenen, achtsamen und reflektierten Medienumgang, über tolle und altersgerechte Apps.

Ein Angebot der Familienzentren Meilenstein und Kompass in Kooperation mit der Medienpädagogin Kerstin Freudenreich und der AWO Familienbildung.

Wir bieten je einen Termin nachmittags und abends an.



Datum: **Mittwoch, 12.02.2025, 14:30 – 16:30 Uhr**

Ort: Familienzentrum Meilenstein,
Ev. KTE Stephanus, Pastoratstraße 8

Anmeldung: 02372 / 556366-22

Datum: **Montag, 17.03.2025, 19:30 Uhr**

Ort: Familienzentrum Kompass,
Städt. KTE Haus Kunterbunt,
Am Hammerscheid 40

Anmeldung: Manuela Schneider, Tel. 02372 / 551-771 oder
per Mail an: haus-kunterbunt@hemer.de

Leitung: Kerstin Freudenreich (Medienpädagogin)

Gebühr: keine



„Leisemäuse“ und „wilde Helden“

Leisemäuse – Bedürfnisse erkennen und verstehen vs.

„Wilde Helden“ – Annehmen, begeistern, einbinden, akzeptieren, genießen!

Das Kind steht immer im Hintergrund und zeigt in Gruppen sein Wesen und sein Potential leider nicht. Es schmerzt dich, die Leisemäuse immer allein und still zu sehen? Oder das Kind ist wild, laut, rücksichtslos, grob und hört die ausgesprochenen Regeln wieder nicht. Grenzen werden gesprengt, es gibt nur Streit?

Warum verhält sich das Kind so?

An diesem Abend versuchen wir, das Verhalten der Kinder zu ergründen, Bedürfnisse zu verstehen und eigene Unsicherheiten abzubauen. Wir setzen uns mit dem eigenen Druck auseinander, dass das Kind „anders“ sein sollte. An diesem Abend gibt es Hintergrundwissen, praktische Ideen und einen fachlichen Austausch, damit das Miteinander in der Familie oder der Einrichtung wieder harmonischer

Datum: **Donnerstag, 20.03.2025, 19:30 Uhr**

Ort: AWO Familienzentrum Ruth-Grohe-Haus,
Feldstraße 42

Leitung: Diana Kolbe-Schmidt

Anmeldung: Marike Kesper-Vekens, Tel. 02372 / 10485,
Silke Ittershagen-Becker, Tel. 02372 / 501885

Gebühr: keine



Erste Hilfe am Kind

*Kurs für (werdende) Eltern, Großeltern, Babysitter,
Kindertagespflegepersonen und pädagogische Fachkräfte*

In diesem Erste-Hilfe-Kurs speziell für Kindernotfälle geht es um die häufigsten Gefahren- und Notfallsituationen, in die Kinder geraten können.

Sie erlernen, welche Maßnahmen Sie durchführen sollten, wenn ein Kind verletzt ist.

Kinder sind keine Miniatur-Erwachsenen und manche Vorgehensweisen unterscheiden sich durchaus im Detail von den Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Erwachsenen. Mit diesem Kurs sind Sie gerüstet und müssen nicht befürchten, kleinen Patienten durch falsches Handeln mehr zu schaden, als wirklich zu helfen.

Mit einem Umfang von neun Unterrichtsstunden ist dieser Kurs auch für Kita-Personal und andere pädagogische Fachkräfte geeignet.

Datum:	Samstag, 29.03.2025, 8:30 – 16:00 Uhr
Dauer:	1 Tag / 9 Unterrichtsstunden
Ort:	AWO Familienbildung, Feldstraße 42, Hemer
Leitung:	Felix Neuendorf – Erste Hilfe und mehr
Anmeldung:	AWO Familienbildung, Silke Ittershagen-Becker, Tel. 02372 / 501885, per E-Mail: familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de
Gebühr:	50 € oder Bescheinigung



Sicher und gelassen Richtung Einschulung

Erst 1, dann 2, dann 3, dann 4, bald steht die Einschulung vor der Tür.

Mit 5 oder 6 Jahren machen Kinder einen großen und aufregenden Schritt in ihrer Entwicklung, sie werden zum Schulkind.

Was sollte (m)ein Kind bis zur Einschulung können?

Wie kann ich (m)ein Kind unterstützen?

Und wie kann das praktisch im Alltag gelingen?

Solche und weitere Fragen sollen an diesem Abend erörtert werden.

Neben Informationen zu kindlichen Kompetenzen im Bereich von Bewegung und Sprache sowie kognitiven sozialen und emotionalen Kompetenzen werden verschiedene Anregungen und Möglichkeiten für Eltern vorgestellt, wie sie ihr/ein Kind bei diesem Übergang vom Kindergarten zur Grundschule unterstützend vorbereiten und begleiten können.

Ein Angebot in Kooperation mit der AWO-Familienbildung.

Datum: **Donnerstag, 03.04.2025, 19:30 Uhr**

Ort: Familienzentrum Stübecken-Geitbecke,
Städt. KTE Räuberbande, Birkenweg 77

Leitung: Diana Kolbe-Schmidt

Anmeldung: Jonas Stieglitz, Tel. 02372 / 551-773

Gebühr: keine



Sanfte Eingewöhnung für mein Kind – Für einen gelingenden Start in die Kita

Online-Elternabend

Ihr Kind kommt in die Kita. Das ist eine aufregende Zeit.

An diesem Abend erfahren Sie, warum die Zeit der Eingewöhnung so eine große Bedeutung für Ihr Kind hat.

Sie sind eingeladen, die Eingewöhnungsphase aus der Sicht eines Kindes zu entdecken und erhalten Informationen, was Sie konkret tun können, um Ihrem Kind den Übergang in die Kita zu erleichtern.

Mit der Sicherheit, die durch Ihre Nähe entsteht, kann Ihr Kind in den ersten Tagen seine Bezugsperson in der Kita kennenlernen, mit ihr spielen und Kontakt zu anderen Kindern aufnehmen. Sie dürfen dabei sein und alles miterleben.

Bei diesem Online-Elternabend lernen Sie die Phasen der Eingewöhnung kennen und erfahren, wie Sie sich verhalten können, um Ihrem Kind Stabilität zu vermitteln. Sie bekommen Impulse, wie Sie Ihr Kind auf den Kita Besuch vorbereiten können.

Ihre Fragen sind willkommen.

Ein Angebot des Familienzentrums Meilenstein.

Datum: Montag, 05.05.2025, 19:30 Uhr

Ort: Online-Angebot

Leitung: Katrin Krüger (Marte Meo Supervisorin)

Anmeldung: per E-Mail an kita@stephanus-kirche.de
Über die Anmeldung per Mail erhalten wir Ihre Mailadresse, an die wir den Zoom-Link für die Teilnahme frühzeitig an Sie weitergeben.

Gebühr: keine



Eltern und Kind

Angebote im Überblick

Einstiegsangebot in die Familienbildung mit dem Schwerpunkt Babymassage	29
Eltern-Kind-Kurs: Selbstbehauptungstraining	
„Stark auch ohne Muckis“	30
Haus der kleinen Forscher.....	31
ScienceLab Forschernachmittage	32
Mit der Taschenlampe auf Schatzsuche	34
Alles unter Strom	35
Ein kunterbunt, bewegter Nachmittag.....	36
Forschernachmittage im Kindergarten	37
Forschernachmittag zum Thema Wasser	38
Forschen und Entdecken.....	39
Welt der Bienen	40
Wellness-Nachmittag für mich und meine Mama oder „Ersatzmama“ zum Muttertag	41
Fledermäuse – Koblode der Nacht	42
Waldrallye	43
Ein Nachmittag im heimischen Wald.....	44
Stifthaltung – Grafomotorik – Stift-Führerschein	45
Begleite die kleine Elfe „Flirr“ auf dem Weg zum „Zaubernuss-Baum“	46



Einstiegsangebot in die Familienbildung mit dem Schwerpunkt Babymassage

*Kostenloses Angebot für Eltern mit Kindern
im Alter von 5 – 16 Wochen*



Liebe, die unter die Haut geht – Sanfte Massagen für eine stärkere Bindung.

Bei einer Babymassage findest du zusammen mit deinem Baby einen Moment der Ruhe und Geborgenheit. Im Kurs kannst du dich auf eine liebevoll gestaltete Umgebung und eine entspannte Atmosphäre freuen.

Du lernst die Grundlagen der Babymassage, damit du wertvolle Massage-Techniken sicher und effektiv bei deinem Baby anwenden kannst. Insgesamt ist die Babymassage eine ganzheitliche Methode, die nicht nur eine starke, liebevolle Verbindung zwischen Eltern und Kind, sondern auch die Gesundheit fördert.

Datum: Donnerstag, ab 16.01.2025, 10:45 – 12:15 Uhr
(5 Vormittage)

Ort: Sauerlandpark Hemer, Nelkenweg 1 – 3
(in dem Gebäude, in dem sich auch die Stadtbücherei befindet)

Leitung: Danah Dettmann

Anmeldung: AWO Familienbildung, Silke Ittershagen-Becker, Tel. 02372 / 501885, per E-Mail: familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de

Gebühr: keine – ein Kursangebot über Elternstart NRW



Eltern-Kind-Kurs: Selbstbehauptungstraining „Stark auch ohne Muckis“

*Ein Angebot für Kinder im Alter von 5 – 6 Jahren mit
einem Erwachsenen*

Dieser Kurs nach dem Konzept „Stark auch ohne Muckis“ zielt auf die Stärkung des eigenen Selbstbewusstseins.

Durch Regeln und Merksätze erlernen die Kinder den Umgang mit Streit und Beleidigungen, um Konflikte selbst und gewaltfrei zu lösen. In verschiedenen Einheiten erfahren sie auch, wie sie ihre Körperhaltung bestärken können.

Der Kurs ermöglicht den Kindern, ihre Gefühle darzustellen, andere wahrzunehmen und Respekt für ihre Mitmenschen zu entwickeln.

Eltern lernen, wie sie ein wertschätzendes, respekt- und liebevolles Vorbild werden und so ihr Kind unterstützen können.

Ein Angebot des Familienzentrums Stübecken/Geitbecke in Kooperation mit der Katholischen Erwachsenen- und Familienbildung (kefb) Dortmund.

Dauer: 4 Module

Datum: **Freitag, 31.01.2025, 14:00 – ca. 15:30 Uhr**
(45 Min. Elterneinführung, im Anschluss Einheit für die Kinder)

Montag, 03.02.2025, 9:45 – ca. 11:15 Uhr
(Einheit für Kinder)

Freitag, 07.02.2025, 9:45 – ca. 11:15 Uhr
(Einheit für Kinder)

Montag, 10.02.2025, 14:00 – ca. 15:30 Uhr
(Einheit für Eltern und Kinder)



Ort: Familienzentrum Stübecken/Geitbecke
KTE St. Peter und Paul, Geitbecke 8

Leitung: Marie-Therese Schmitz (kefb)

Anmeldung: Tobias Ludwig, Tel. 02372 / 10885

Gebühr: keine

Haus der kleinen Forscher

Für Kinder ab 4 Jahren mit einem Erwachsenen

Kinder sind von Natur aus Forscher und Entdecker. Täglich gibt es Anlässe, wo sie staunen, fragen, ausprobieren und begreifen können.

Unser Experimentierworkshop möchte ihre Neugierde wecken und Fragen beantworten.

Gemeinsam mit Mama, Papa oder... wollen wir viele kleine Experimente erforschen, bestaunen und entdecken.

Datum: Samstag, 01.02.2025, 10:00 – 12:00 Uhr

Ort: Familienzentrum Stüps,
Ev. KTE Westig, Uhlandstr. 20

Leitung: Melanie Wortmann und Jasmin Hübner

Anmeldung: Sandra Fritsch, Tel. 02372 / 5598968

Teilnehmer: 10 Kinder

Gebühr: 3 €



ScienceLab
Kinder. Wissen. Mehr.



ScienceLab Forschernachmittage

Für Kinder ab 4 Jahren mit einem Erwachsenen

Wenn du Lust und Interesse am Forschen hast, bist du hier genau richtig! Die Angebote können einzeln oder alle zusammen gebucht werden.

1. „Baumeister“

Wir experimentieren mit dem eigenen Gleichgewicht, wollen schauen, welche Türme einem Erdbeben am besten Stand halten und Brücken bauen.

2. Magnetismus“

Wir führen spannende Experimente mit Magneten durch, testen wie stark unterschiedliche Magnete sind und wie man die Kraft von Magneten sinnvoll nutzen kann

3. „Warm und kalt“

Wir schauen uns an, was verschiedene Temperaturen bewirken können, wie Luftballons ihre Form verändern und bauen ein Thermometer selbst.

4. „Mit allen Sinnen“

Wir experimentieren mit unseren Sinnen.



Datum: Jeweils Mittwoch, 15:30 – 17:00 Uhr

Angebot 1 – Baumeister: 05.02.2025

Angebot 2 – Magnetismus: 26.02.2025

Angebot 3 – Warm und kalt: 07.05.2025

Angebot 4 – Mit allen Sinnen: 04.06.2025

Ort: Familienzentrum Meilenstein,
Ev. KTE Stephanus, Pastoratstraße 8

Leitung: Ivonne Henz (Science Lab e.V. –
Naturwissenschaften für Kinder)

Anmeldung: Alexandra Kisker, Tel. 02372 / 556366-22

Teilnehmer: 6 Kinder mit einem Elternteil oder einer anderen
Begleitperson

Gebühr: keine



Mit der Taschenlampe auf Schatzsuche

Für Kinder ab 3 Jahren mit einem Erwachsenen

An diesem Nachmittag begeben wir uns an einem besonderen Ort auf eine spannende Schatzsuche mit unseren Taschenlampen.

In einer schönen Atmosphäre entdecken wir interessante Dinge und hören kurze Erzählungen und Geschichten dazu.

Bitte eigene Taschenlampen mitbringen.

Datum: Donnerstag, 13.02.2025, 14:30 – 16:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz vor der Christkönig Kirche,
Am Sinnerauwer 3, Hemer

Leitung: Jasmin Rifert-Plogmann und Karin Arnold

Anmeldung: Familienzentrum Summi, Kath. KTE Christkönig
Karin Arnold, Tel. 02372 / 12573

Gebühr: keine



ScienceLab
Kinder. Wissen. Mehr.



Alles unter Strom

Für Kinder ab 4 Jahren mit Begleitperson

In spannenden Experimenten wollen wir alles rund um Stromkreise erforschen:

Wie kann ich eine Lampe zum Leuchten bringen? Welche Materialien leiten den Strom?

Außerdem bauen wir einen Lichtschalter selbst.

Datum: **Mittwoch, 19.02.2025, 14:00 – ca. 15:30 Uhr**

Ort: Familienzentrum Auf Draht,
Ev. KTE Bredenbruch, Ihmerter Straße 102

Leitung: Ivonne Henz (Science Lab e.V. –
Naturwissenschaften für Kinder)

Anmeldung: Susanne Gimpel, Tel. 02372 / 80834

Teilnehmer: max. 8 Kinder

Gebühr: keine



Ein kunterbunt, bewegter Nachmittag

Für Kinder ab 4 Jahren mit einem Erwachsenen

Ob Tücher, Zeitungspapier, Wäscheleine ... – alles hilft bei Langeweile!

An diesem Nachmittag wollen wir uns damit beschäftigen, was man mit „Alltagsmaterialien“ aus dem Haushalt alles so bewegen, konstruieren und wie man sich anderweitig damit beschäftigen kann.

Datum: Dienstag, 25.02.2025, 15:00 – 16:30 Uhr

Ort: Familienzentrum Meilenstein,
Ev. KTE Stephanus, Pastoratstraße 8

Leitung: Simeon Henz (Motopäde – „Die Erfahrunginsel“)

Anmeldung: Simeon Henz, Tel. 02372 / 556366-22

Gebühr: keine



ScienceLab

Kinder. Wissen. Mehr.



Forschernachmittage im Kindergarten

Ein Angebot für Kinder im Alter von 4 – 6 Jahren

Stellen Ihre Kinder auch so viele Fragen und möchten am liebsten alles selbst erforschen? Dann ist dieser Forscherkurs vielleicht genau das Richtige.

Wir erforschen wie der elektrische Strom fließt, was ein Magnet ist oder woraus die Luft besteht. Außerdem betrachten wir näher unsere Sinne und experimentieren mit Farben.

In allen Einheiten werden die Kinder mit verschiedenen Experimenten zum selbstständigen Forschen animiert.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, die Anmeldefrist endet eine Woche vor Angebotsbeginn

Dauer: 5 Module

Datum: **Mittwoch, 12.03. / 19.03. / 26.03. / 02.04. / 09.04.2025, jeweils 14:00 – ca. 15:00 Uhr**

Ort: Familienzentrum Stübecken/Geitbecke
KTE St. Peter und Paul, Geitbecke 8

Leitung: Ivonne Henz (Science Lab e.V. –
Naturwissenschaften für Kinder)

Anmeldung: Tobias Ludwig, Tel. 02372 / 10885

Gebühr: keine



Forschernachmittag zum Thema Wasser

Für Kinder im Alter von 4 – 6 Jahren mit Begleitung

Kinder sind von Natur aus kleine Forscher.

Dabei geht es nicht immer darum, Ergebnisse zu liefern, sondern weiter die Neugier zu wecken.

An diesem Nachmittag bieten wir eine Sammlung verschiedener Experimente mit dem Wasser. Gemeinsam werden wir unterschiedliche Phänomene ergründen.

Ein Angebot in Kooperation mit der AWO-Familienbildung.

Datum: Dienstag, 18.03.2025, 14:30 – 16:00 Uhr

Ort: Familienzentrum Stübecken-Geitbecke,
Städt. KTE Räuberbande, Birkenweg 77

Leitung: Christina Westig

Anmeldung: Jonas Stieglitz, Tel. 02372 / 551-773

Gebühr: keine



Forschen und Entdecken

*Für Kinder ab 4 Jahren mit Vater
(oder Opa, Onkel, Bruder, ...)*

Kinder sind von Natur aus Forscher und Entdecker. Täglich gibt es Anlässe zum Staunen, Fragen, Ausprobieren und Begreifen.

Unser Experimentier-Vormittag steht unter dem Motto Wasser.

Verschiedene Techniken zeigen die besonderen Eigenschaften von Wasser auf.

Datum: Samstag, 05.04.2025, 9:30 – 11:30 Uhr

Ort: Familienzentrum Mücke,
Ev. KTE Mühlackerweg, Mühlackerweg 28

Leitung: Sylvia Falke

Anmeldung: Dagmar Demiet, Tel. 02372 / 14274

Teilnehmer: max. 8

Gebühr: keine



Welt der Bienen

Ein Angebot für Familien

An diesem Tag wollen wir in die Welt der Bienen eintauchen und ihre Wohnung kennenlernen.

Woher kommt der Honig? Wie fleißig sind die Bienen? Gibt es Unterschiede beim Geschmack des Honigs?

Anhand eines Schaukastens sehen wir das rege Treiben der Bienen, je nach Witterung kann eine Bienenbeute geöffnet und einzelne Waben gezogen werden. Fachkundige Imker geben Einblicke in ein lebendes Bienenvolk hinter Glas, die Kinder können die farblich gezeichnete Königin suchen, mit einem Hörrohr dem Bienenvolk lauschen oder am Futterloch die Bienen füttern.

Für Allergiker oder vorsichtige Besucher steht Bienenschutzkleidung zur Verfügung, alle Teilnehmer müssen lange Hosen und festes Schuhwerk tragen.

Ein Angebot des Familienzentrums am Sauerlandpark in Kooperation mit „WissensWert Natur“ (dem Grünen Klassenzimmer des Sauerlandparks) und dem Imkerverein aus Hemer.

Datum: **Mittwoch, 30.04.2025, 15:00 – 16:30 Uhr**

Treffpunkt: Sauerlandpark Hemer, Eingang zum Park der Sinne,
Deilinghofer Straße

Leitung: Imker des Imkervereins aus Hemer

Anmeldung: Familienzentrum am Sauerlandpark,
Städt. KTE Zaubergarten,
Katja Krone, Tel. 02372 / 551-770

Gebühr: keine



Wellness-Nachmittag für mich und meine Mama oder „Ersatzmama“ zum Muttertag

Für Kinder ab 4 Jahren mit einer Begleitperson

Heute laden die Kinder die Mütter mal ein, um Zeit mit der Mama zu verbringen.

Einfach einen Moment des Miteinanders genießen und dabei Spaß haben. Sich gegenseitig bei einer Massage verwöhnen und zur Ruhe finden.

Gemeinsam werden wir noch etwas Großartiges herstellen, was ihr am Ende des Workshops mitnehmen dürft.

- Datum:** Samstag, 03.05.2025, 12:00 – 14:00 Uhr
- Ort:** AWO Familienzentrum Ruth-Grohe-Haus,
Feldstraße 42
- Leitung:** Jennifer Oheim
- Anmeldung:** Marike Kesper-Vekens, Tel. 02372 / 10485,
Silke Ittershagen-Becker, Tel. 02372 / 501885
- Gebühr:** keine



Fledermäuse – Koblode der Nacht

Ein Angebot für Kinder mit Eltern

Mit Einbruch der Dämmerung machen wir uns auf den Weg durch das Felsenmeer.

Mithilfe von Ultraschall-Detektoren können wir die Rufe der insektenjagenden Fledermäuse hörbar machen und ihren Flug im Licht der Taschenlampen beobachten. Dabei erfahren wir interessante Fakten über unsere heimischen Fledermäuse und was wir für den Schutz dieser nächtlichen Flugakrobaten tun können.

Mitzubringen sind festes Schuhwerk, wettergerechte Kleidung und gern auch Taschenlampen.

Bei Kälte, Regen, Sturm und/oder Gewitter erfolgt evtl. eine kurzfristige Absage.

Ein Angebot des Familienzentrums Summi.

- Datum:** Samstag, 10.05.2025, 20:30 – 22:00 Uhr
- Treffpunkt:** Naturpark Info-Häuschen am Sauerlandpark – Eingang Deilinghofen
- Leitung:** Ursula Ladlef
- Anmeldung:** Familienzentrum Summi, Kath. KTE Christkönig
Karin Arnold, Tel. 02372 / 12573
- Gebühr:** keine



Waldrallye

Eltern und Kinder (ab 4 Jahren) erleben den Wald

Gemeinsam mit Ihrem Kind wollen wir Ihnen bei einer spannenden Rallye den Wald mit all seinen Facetten näherbringen.

Denken Sie bitte an wetterentsprechende Kleidung und Verpflegung.

- Datum:** Samstag, 17.05.2025, 10:00 – 13:00 Uhr
- Ort:** Familienzentrum Stüps,
Ev. KTE Westig, Uhlandstr. 20
- Leitung:** Laura Siepmann und Jasmin Hübner
- Anmeldung:** Sandra Fritsch, Tel. 02372 / 5598968
- Teilnehmer:** 10 Kinder ab 4 Jahren mit einem Erwachsenen
- Gebühr:** keine



Ein Nachmittag im heimischen Wald

Für Kinder ab 2 Jahren mit einem Erwachsenen

Wir erkunden die Natur und lernen spielerisch etwas über Gottes Schöpfung.

Der Ausflug wird von einer kreativen Aktivität begleitet, bei der die Kinder an einer spannenden Schnitzeljagd teilnehmen können.

Datum: Dienstag, 20.05.2025, 14:15 – 16:15 Uhr

Treffpunkt: Familienzentrum Stüps,
Ev. KTE Kastaniennest, Lamferstraße 12

Anmeldung: Katrin Siegfried, Tel. 02372 / 2114

Teilnehmer: max. 12 Kinder mit Begleitperson/en

Gebühr: keine



Stifthaltung – Grafomotorik – Stift-Führerschein

Für Kinder ab 4 Jahren mit einer Begleitperson

Ein Angebot für alle interessierten Schreibanfänger und die, die es mal werden wollen.

Das Schreiben lernen ist eine spannende Herausforderung und beginnt mit der richtigen Stifthaltung.

Aber wie wird ein Stift „richtig“ gehalten? Was muss der Körper dafür tun? Worauf muss geachtet werden, damit die Hand nicht verkrampft? Und was ist dafür alles wichtig?

Wir wollen uns gemeinsam diesen Fragen stellen und erste Übungen zur Stifthaltung ausprobieren, um dann zum Schluss des zweiten Nachmittags den Stift-Führerschein zu bestehen.

Bitte einen dicken Bleistift mitbringen.

Datum: **Dienstag, 03. und 17.06.2025**
Für Kinder ab 4 Jahren: **15:30 – 16:30 Uhr**
Für Kinder ab 5 Jahren: **16:45 – 17:45 Uhr**

Ort: Familienzentrum Kompass,
Städt. KTE Die Bärenbande, Berliner Straße 48

Leitung: Nora Erkelenz

Anmeldung: Stephanie Wollmuth-Franke, Tel. 02372 / 551-772,
E-Mail: baerenbande@hemer.de

Gebühr: keine



Begleite die kleine Elfe „Flirr“ auf dem Weg zum „Zaubernuss-Baum“

Ein Angebot für Kinder ab 4 Jahren mit Begleitperson

Die kleine Elfe „Flirr“ lädt euch ein, mit ihr durch den Wald zu gehen und diesen an verschiedenen Stationen einmal ganz bewusst wahrzunehmen.

Euch werden dabei einige Aufgaben begegnen, die ihr mit Mama/Papa, Oma/Opa erleben und bewältigen könnt. Am Ende der Wanderung wartet der Zaubernuss-Baum auf Euch. Vielleicht gibt er sein Geheimnis preis.

Geschwisterkinder sind herzlich willkommen!

Info: Wir gehen in den Wald. Daher bitte festes Schuhwerk anziehen. Bei Starkregen/Sturm/Nebel findet die Veranstaltung nicht statt.

Datum: Freitag, 06.06.2025, 15:00 – 17:00 Uhr

Treffpunkt: Waldgruppe der Städt. KTE Sternenburg,
Winkelstr. 21 a, Hemer

Leitung: Sarah Lustinetz (Naturpädagogin) und Flirr,
die kleine Elfe

Anmeldung: Familienzentrum Auf Draht, Städt. KTE Sternenburg,
Eva Jedrasik, Tel. 02372 / 551-774

Teilnehmer: max. 8 Erwachsene mit einem Kind

Gebühr: keine



Ein spannender Nachmittag – der Bibel auf der Spur	48
Bauen mit Naturmaterialien	49
Mutige Super Helferzwerge.....	50



Ein spannender Nachmittag – der Bibel auf der Spur

Für Kinder von 4 – 6 Jahren

Am Bibelnachmittag für Kinder begeben wir uns auf eine aufregende Entdeckungsreise und tauchen tief in die Geschichten der Bibel ein. Mit lebendig erzählten Erzählungen und spannenden Abenteuern lassen wir die alten Geschichten neu aufleben.

Doch damit nicht genug: In kreativen Angeboten können die Kinder das Gehörte spielerisch und fantasievoll umsetzen. So wollen wir die Kinder stärken und ihnen Mut für ihren Alltag schenken.

Datum: Dienstag, 18.02.2025, 14:30 – 16:00 Uhr

Ort: Familienzentrum Stüps,
Ev. KTE Kastaniennest, Lamferstraße 12

Leitung: Elisabeth Kübler und Nadine Brandie

Anmeldung: Katrin Siegfried, Tel. 02372 / 2114

Teilnehmer: max. 10 Kinder

Gebühr: keine



Bauen mit Naturmaterialien

Für Kinder von 4 - 6 Jahren

Wir laden Ihre Kinder herzlich ein, eine gemeinsame Entdeckungstour zu machen.

Hier lernen wir unterschiedliche Naturmaterialien kennen und die Kinder haben die Freiheit, dabei kreativ zu sein. Durch die Konstruktion und die freie Gestaltung wird die Fantasie und Kreativität gefördert und die Kinder werden für die Natur und ihre Materialien sensibilisiert.

Wir freuen uns sehr, mit Ihren Kindern in die Welt der Natur einzutauchen und dabei kreativ zu sein!

Datum: Mittwoch, 07.05.2025, 14:30 – 16:00 Uhr

Ort: Familienzentrum Mücke,
Ev. KTE Becke, Bodelschwinghstraße 3

Leitung: Dustin Velte

Anmeldung: Melanie Seeler, Tel. 02372 / 10302

Teilnehmer: 6 Kinder (ohne Begleitperson)

Gebühr: keine



Mutige Super Helferzwerge

Erste-Hilfe-Nachmittag für Kinder ab 5 Jahren

Wann sind wir am stärksten? – Wenn wir zusammenhalten und einander helfen.

Das ist auch im Kindesalter schon so. Schon die allerkleinsten Kinder können Leben retten, einen Notruf richtig absetzen und instinktiv helfen, wenn ein Mensch Hilfe benötigt.

Je früher Kinder altersgerecht und einfühlsam an das Thema herangeführt werden, umso routinierter handeln sie später auch als Erwachsene.

Datum: Dienstag, 20.05.2025, 15:30 – 16:30 Uhr

Ort: AWO Familienzentrum Ruth-Grohe-Haus,
Feldstraße 42

Leitung: Christina Westig – in Kooperation mit Neuendorf-Erste Hilfe und mehr

Anmeldung: Marike Kesper-Vekens, Tel. 02372 / 10485,
Silke Ittershagen-Becker, Tel. 02372 / 501885

Gebühr: keine

Körper, Geist, Bewegung und Entspannung Angebote im Überblick



Yoga für Erwachsene	52
Fröhliche Bewegung für Kinder und Eltern	53
Familienyoga und Klang mit Britta und Jutta	54
Mitmachzirkus	55
Bewegungsfreude für kleine Sportlerinnen und Sportler:	
Gemeinsam stark durch Spiel und Sport	56
Bewegungsbaustelle für die ganze Familie	57
Spielzeit im Zaubergarten	58
Kinderbewegungsabzeichen	59



Yoga für Erwachsene

Für alle, die sich eine Auszeit gönnen möchten, biete ich einen Raum, um sich selbst neu zu entdecken und eine tiefe Verbindung zum inneren Gleichgewicht zu finden.

Egal, ob du neu im Yoga bist oder bereits Erfahrung hast, mein Unterricht ist darauf ausgelegt, dich auf deinem Weg zu unterstützen. Erlebe, wie Energetic Flow Yoga dich belebt, dich erdet und dir wertvolle Momente der Stille schenkt.

Komm vorbei und lass dich inspirieren.

Bitte bringe eine Yoga-Matte mit, ein kleines (Sitz-)Kissen, bequeme Kleidung, in der du dich gut bewegen kannst und eine Decke. Ich freue mich darauf, dich kennen zu lernen.

Ein Angebot des Familienzentrums Summi in Kooperation mit Dr. Janina Hülsebusch.

Es kann sich für einen, mehrere oder alle Termine angemeldet werden.

Datum: Jeweils Donnerstag, 18:00 – 19:30 Uhr
13.02. / 20.02. / 06.03. / 13.03. / 27.03. / 03.04.2025

Ort: Familienzentrum Summi,
Kath. KTE St. Bonifatius, Pestalozzistraße 13

Leitung: Dr. Janina Hülsebusch

Anmeldung: Carina Rendelsmann, Tel. 02372 / 2045

Kosten: keine



Fröhliche Bewegung für Kinder und Eltern

*Ein Bewegungsangebot für Kinder
ab 3 Jahren mit Begleitperson*

Bewegung macht Spaß!

Gemeinsam mit einer ihnen vertrauten Person können die Kinder an diesem Nachmittag ihrem natürlichen Bewegungsdrang freien Lauf lassen.

Neben Spaß und Freude werden wie von selbst die soziale, seelische und motorische Entwicklung gefördert.

Datum: Dienstag 18.02.2025, 14:00 – 15:15 Uhr

Ort: Familienzentrum Kompass,
Städt. KTE Die Bärenbande, Berliner Straße 48

Leitung: Lilli Bals

Anmeldung: Stephanie Wollmuth-Franke, Tel. 02372 / 551-772,
E-Mail: baerenbande@hemer.de

Gebühr: keine



Familienyoga und Klang mit Britta und Jutta

Für Kinder von 5 – 10 Jahren mit einer Begleitperson

Wünschst du dir mehr intensive, gemeinsame Zeit abseits vom Alltagsgeschehen? Dann ist Familienyoga genau richtig für dich.

Beim Familienyoga kannst du zusammen mit deinem Kind eine besondere Zeit verbringen. Ihr werdet gemeinsam Spaß haben, euch miteinander bewegen, aber auch entspannen.

Eine wunderbare Gelegenheit, die Bindung zu stärken und euch neu zu erleben.

Wir laden dich und dein Kind ein, mit uns diese kleine Family-Auszeit zu genießen.

Du benötigst keine Yoga-Erfahrung, ein bisschen Freude an Bewegung reicht völlig aus.

Das Angebot richtet sich an einen Erwachsenen und je ein Kind im Alter zwischen 5 – 10 Jahren (Papas, Großeltern, Patentante etc. sind willkommen). Bitte bringt euch je eine Matte, eine Decke und ein Kissen mit sowie bequeme Kleidung und evtl. dicke Socken.

Ein Angebot des Familienzentrums Auf Draht in Kooperation mit Britta Rahmer, Jutta Heinrich und der Ev. Kirche Ihmert.

Datum: Samstag, 22.02.2025, 10:00 – 12:00 Uhr

Ort: Ev. Kirche Ihmert, Gemeinderaum,
Ihmerter Straße 218, Hemer

Leitung: Britta Rahmer und Jutta Heinrich

Anmeldung: Britta Rahmer, Tel. 0157-5728 6106
Jutta Heinrich, Tel. 0157-3640 1050

Teilnehmer: max. 8 Paare

Gebühr: 25 € pro Paar



Mitmachzirkus

Für Kinder ab 4 Jahren mit einer Begleitperson

Morgens Zirkus, abends Theater – ein wenig Akrobatik steckt in uns allen.

Jonglieren, Balancieren, Schwingen ... – ist doch gar nicht so schwer.

Mit der Zirkuspädagogin Debora Görzen tauchen wir ein in eine bunte Zirkuswelt. Mitmachen und Ausprobieren ausdrücklich erwünscht!

Bitte Antirutsch-Socken mitbringen.

Datum: Mittwoch, 19.03.2025, 15:00 – 16:30 Uhr

Ort: Familienzentrum Mücke,
Ev. KTE Mühlackerweg, Mühlackerweg 28

Leitung: Debora Görzen

Anmeldung: Dagmar Demiet, Tel. 02372 / 14274

Teilnehmer: 15 Kinder ab 4 Jahren mit je einer Begleitperson

Gebühr: 3 €



Bewegungsfreude für kleine Sportlerinnen und Sportler: Gemeinsam stark durch Spiel und Sport

Für Kinder im Alter von 4 – 6 Jahren mit einer Begleitperson

Für Kinder ist Bewegung essenziell für ihre ganzheitliche Entwicklung. Regelmäßige körperliche Aktivität fördert nicht nur die körperliche Gesundheit und motorischen Fähigkeiten der Kinder, sondern unterstützt auch ihre kognitiven, emotionalen und sozialen Kompetenzen.

In unserer gemeinsamen Sportstunde bieten wir Spiele an, die den Teamgeist und die Zusammenarbeit stärken.

Durch das Spielen in der Gruppe lernen die Kinder, wie wichtig es ist, zusammenzuarbeiten und sich gegenseitig zu unterstützen. Gleichzeitig entwickeln sie ihre individuellen Fähigkeiten weiter, was ihr Selbstvertrauen und ihre Selbstständigkeit fördert.

Unsere Sportangebote schaffen eine fröhliche und unterstützende Umgebung, in der Kinder wachsen und lernen können.

Bitte bringen Sie Getränke, Stoppersocken/Sportschuhe und Freude an der Bewegung mit.

Datum: Dienstag, 15.04.2025, 14:30 – 15:30 Uhr

Ort: Familienzentrum Summi,
Kath. KTE St. Bonifatius, Pestalozzistraße 13

Leitung: Lea Sauer (Freizeitsportleiterin)

Anmeldung: Carina Rendelsmann, Tel. 02372 / 2045

Teilnehmer: max. 10 Kinder mit einem Elternteil

Gebühr: keine



Bewegungsbaustelle für die ganze Familie

Die Turnhalle und der Flur in der Kindertageseinrichtung Haus Kunterbunt verwandeln sich in eine große Bewegungsbaustelle.

Die Familien haben dort verschiedene Aufgaben, die sie lösen dürfen, aber auch die Kreativität kommt nicht zu kurz, denn die vielen verschiedenen Materialien lassen viel Spielraum, um sich auszuprobieren.

Es wird ein Nachmittag mit viel Bewegung, sensomotorischen Erfahrungen und netten Gesprächen untereinander. Einfach eine schöne Familienzeit.

Datum: Mittwoch, 30.04.2025, 16:00 – 17:30 Uhr

Ort: Familienzentrum Kompass,
Städt. KTE Haus Kunterbunt, Am Hammerscheid 40

Leitung: Vanessa Thonemann

Anmeldung: Manuela Schneider, Tel. 02372 / 551-771 oder
per Mail an: haus-kunterbunt@hemer.de

Gebühr: keine



Spielzeit im Zaubergarten

Ein Bewegungsangebot für Kinder mit ihren Eltern

Gemeinsam verbringen wir einen bewegten Nachmittag im Außengelände des Zaubergartens.

Verschiedene Spielmöglichkeiten regen dazu an, diese Bereiche bewusst zu erkunden und die Bewegungsmöglichkeiten zu nutzen.

Bitte tragen Sie geeignete Kleidung.

Datum: Donnerstag, 08.05.2025, 14:00 – 16:30 Uhr

Ort: Familienzentrum am Sauerlandpark,
Städt. KTE Zaubergarten, Dahlienweg 1-3

Leitung: Mitarbeiter des Familienzentrums

Anmeldung: Katja Krone, Tel. 02372 / 551-770

Gebühr: keine



Kinderbewegungsabzeichen

Ein Angebot für Eltern und Kinder

Hier geht es rund – das Kinderbewegungsabzeichen wird absolviert. Bei diesem Angebot verbringen Eltern und Kinder einen sportlichen Vormittag.

Hierbei gibt es verschiedene Stationen, an denen unterschiedliche Einsätze des Balls gezeigt und ausprobiert werden. Spiel und Spaß werden natürlich nicht zu kurz kommen.

Zum Ende wird das KiBaz (Kinderbewegungsabzeichen) verliehen!

Ein Angebot des Familienzentrums Mücke in Kooperation mit dem Tennisclub Weiß-Blau Hemer e.V.

Datum: Samstag, 10.05.2025, 9:30 – 12:30 Uhr

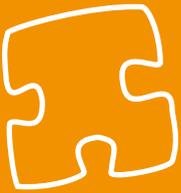
Ort: Tennisclub Weiß-Blau Hemer e.V.,
Märkische Str. 169a, 58675 Hemer

Leitung: Renate Hohmann, Lorenzina de Sa Oliveira

Anmeldung: Familienzentrum Mücke, ev. KTE Mühlackerweg,
Dagmar Demiet, Tel. 02372 / 14274

Teilnehmer: max. 25 Kinder

Gebühr: keine



Künstlerisch / Kreativ

Angebote im Überblick

Die Kunst des Makramee	61
Naturkosmetik selber herstellen	62
Osterbastelwerkstatt	63
Holzwerkstatt – kreatives Gestalten mit der Laubsäge	64
Schultüten-Basteln	65



Die Kunst des Makramee

Workshop für Erwachsene

Dieses Angebot ist für alle, die mal aus dem Alltag herauskommen und etwas Kreatives mit ihren Händen herstellen möchten.

Bei einem gemütlichen Beisammensein wirst du durch das Erlernen der grundlegenden Knoten-Techniken in die Welt des Makramee eingeführt. Diese Grundlagen geben dir die Fähigkeit, nicht nur an den folgenden Abenden mit Anleitung, sondern auch zukünftig alleine wunderschöne Dekorationen herzustellen.

Dieser Workshop eignet sich für alle! Egal, ob du gerne mal ein Makramee machen möchtest, du gerade begonnen hast oder du bereits erste Erfahrungen in diesem Gebiet gesammelt hast.

Datum: Donnerstag, 30.01. / 06.02. / 13.02. / 20.02.2025,
jeweils 18:00 – 20:30 Uhr

Ort: Familienzentrum Stübecken-Geitbecke,
Städt. KTE Räuberbande, Birkenweg 77

Leitung: Christina Hose

Anmeldung: Jonas Stieglitz, Tel. 02372 / 551-773

Gebühr: 10 €



Naturkosmetik selber herstellen

Ein Angebot für Erwachsene

Haben Sie Lust auf selbstgemachte Kosmetik?

Wie wäre es mit einem duftenden Badesalz oder einem Peeling?

Heute wollen wir ganz einfach ohne künstliche Zusätze Naturkosmetik selber herstellen.

Des Weiteren werden wir mit dem Peeling eine Handmassage vor Ort durchführen. Sie dürfen gespannt sein.

Einfache Rezepte und Ideen gibt es auch zum Mitnehmen für zu Hause.

Datum: Montag 10.03.2025, 14:30 – 16:00 Uhr

Ort: Familienzentrum Kompass,
Städt. KTE Die Bärenbande, Berliner Straße 48

Leitung: Bettina Hoffmann

Anmeldung: Stephanie Wollmuth-Franke, Tel. 02372 / 551-772,
E-Mail: baerenbande@hemer.de

Teilnehmer: 6 Erwachsene

Gebühr: keine



Osterbastelwerkstatt

Kreatives Gestalten für Groß und Klein ab 3 Jahren

In unserer Osterbastelwerkstatt laden wir Eltern und Kinder herzlich dazu ein, gemeinsam kreativ zu werden und wunderschöne Kunstwerke für das Osterfest zu gestalten.

An verschiedenen Bastelstationen können die kleinen und großen Teilnehmer viele frühlingshafte Projekte umsetzen:

Bunte Ostereier bemalen, Osterkörbchen basteln oder Hasen-Masken gestalten.

Datum: Donnerstag, 10.04.2025, 14:30 – 16:00 Uhr

Ort: Familienzentrum Mücke,
Ev. KTE Becke, Bodelschwinghstraße 3

Leitung: Alina Zielinski

Anmeldung: Melanie Seeler, Tel. 02372 / 10302

Teilnehmer: 6 Kinder ab 3 Jahren mit Begleitperson

Gebühr: keine



Holzwerkstatt – kreatives Gestalten mit der Laubsäge

Für Kinder ab 4 Jahren mit einem Erwachsenen

Passend zum Frühling / zur Osterzeit haben Sie die Möglichkeit, mit Ihrem Kind ein Motiv auszusägen und zu gestalten.

In einer kleinen Pause haben wir Zeit für Gespräche und können uns mit Gebäck und Getränken stärken.

Bitte bringen Sie eine Schraubzwinde mit!

Datum: Samstag, 12.04.2025, 9:30 – 12:00 Uhr

Ort: Familienzentrum Stüps,
Ev. KTE Kastaniennest, Lamferstraße 12

Leitung: Susanne Papendieck und Janine Schweitzer

Anmeldung: Katrin Siegfried, Tel. 02372 / 2114

Teilnehmer: max. 6 Erwachsene mit Kind

Gebühr: 5 €



Schultüten-Basteln

Ein Angebot für Erwachsene

Die Erwachsenen gestalten die Schultüte für die anstehende Einschulung ihres Kindes.

Am Nachmittagstermin besteht die Möglichkeit, Ihr Kind mitzubringen und in der Kita betreuen zu lassen.

Bei der Anmeldung können Sie verschiedene Bastelsets nachfragen und die entstehenden Materialkosten erfahren.

Datum: **Dienstag, 03.06.2025, 14:00 – 16:00 Uhr (8 Plätze)**
Donnerstag, 05.06.2025, 19:30 – 21:30 Uhr
(16 Plätze)

Ort: Familienzentrum Summi,
Kath. KTE Christkönig, Beethovenstraße 21

Leitung: Mitarbeitende der Kita

Anmeldung: Karin Arnold, Tel. 02372 / 12573

Gebühr: Materialkosten



Familienzentrum Stüps



Ev. KTE Westig, Umlandstraße 20,

E-Mail:

ev.kita.westig@tvb-is.de, ☎ 02372 / 2592

Ev. KTE Kastaniennest, Lamferstraße 12,

E-Mail:

ev.kita.sundwig@tvb-is.de, ☎ 02372 / 2114

Familienzentrum der AWO



KTE Ruth-Grohe-Haus, Feldstraße 42,

E-Mail:

kita-ruth-grohe-haus@awo-ha-mk.de,

☎ 02372 / 10485

Familienzentrum Stübecken/Geitbecke



Städt. KTE Räuberbande, Birkenweg 77,

E-Mail:

raeuberbande@hemer.de,

☎ 02372 / 551-773

Kath. KTE Peter und Paul, Geitbecke 8,

E-Mail:

peter-und-paul@kath-kitas-ruhr-mark.de,

☎ 02372 / 10885

Familienzentrum Kompass



Städt. KTE Die Bärenbande, Berliner Straße 48,

E-Mail:

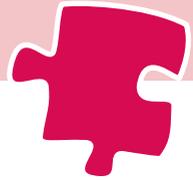
baerenbande@hemer.de, ☎ 02372 / 551-772

Städt. KTE Haus Kunterbunt, Am Hammerscheid 40,

E-Mail:

haus-kunterbunt@hemer.de,

☎ 02372 / 551-771



Familienzentrum Auf Draht



Städt. KTE Sternenburg, Sternstraße 10,
E-Mail: sternenburg@hemer.de, ☎ 02372 / 551-774
Ev. KTE Bredenbruch, Ihmerter Straße 102,
E-Mail: ev.kita.bredenbruch@tvb-is.de, ☎ 02372 / 80834

Familienzentrum Meilenstein



Ev. KTE Stephanus, Pastoratstraße 8,
E-Mail: ev.kita.deilinghofen@tvb-is.de
☎ 02372 / 556366 -11
-15 Anmeldung für Angebote
-22 Leitung

Familienzentrum am Sauerlandpark



Städt. KTE Zaubergarten, Dahlienweg 1-3,
E-Mail: zaubergarten@hemer.de,
☎ 02372 / 551-770

Familienzentrum Mücke



Ev. KTE Mühlackerweg, Mühlackerweg 28,
E-Mail: ev.kita.muehlackerweg@tvb-is.de,
☎ 02372 / 14274
Ev. KTE Becke, Bodelschwinghstr. 3,
E-Mail: ev.kita.becke@tvb-is.de, ☎ 02372 / 10302

Familienzentrum Summi



Kath. KTE Christkönig, Beethovenstraße 21,
E-Mail: christ-koenig-hemer@kath-kitas-ruhr-mark.de,
☎ 02372 / 12573
Kath. KTE St. Bonifatius, Pestalozzistr. 13,
E-Mail: bonifatius-hemer@kath-kitas-ruhr-mark.de,
☎ 02372 / 2045



Netzwerk Familienzentren in Hemer

Die Familienzentren stehen Ihnen vertrauensvoll bei Ihrer verantwortungsvollen Erziehungsaufgabe zur Seite.

Sie finden bei uns:

- ✓ Unterstützung in Erziehungsfragen
- ✓ Individuelle Familien- und Erziehungsberatung
- ✓ Familienbegleitung in schwierigen Lebenssituationen
- ✓ Familienbildung
- ✓ Unterstützung und Information zur Vermittlung und Nutzung der Kindertagespflege
- ✓ Unterstützung bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- ✓ Vielfältige Angebote im Hinblick auf Prävention und Förderung

Impressum

Herausgeber:

Netzwerk Familienzentren in Hemer
Netzwerkkoordinatorin Claudia Grau
Dahlienweg 1-3
58675 Hemer

Bildquellen:

- Stadt Hemer
- Shutterstock
(Bild-Nr. 2505519021)