



Knirps, Fratz & Co.

Januar - Juli 2024

Programmkalender

- Rund um die Geburt
- Eltern und Kinder gemeinsam
- Eltern unter sich



Angebote

Rund um die Geburt	
Geburtsvorbereitungskurs	5
Rückbildungsgymnastikkurs	5
Säuglingspflege-Crashkurs	6
Eltern und Kinder gemeinsam	
Krabbelgruppe FES	7
„Lernen durch Bewegung“	7
Eltern-Baby-Café	8
Kidix	9
Lesespatzen	9
Ich koche für mein Baby!	10
Sonntagsaktion für alle	11
Bilderbuchkino	11
Nachmittag mit den Großeltern	11
„Gemeinsam die Stadtbibliothek entdecken“	12
GeKuKo – Generationen und Kulturen Kochen	12
Einmal tief durchatmen!	13
Bilderbuchkino MAXI	13
Führung durch die Stadtbibliothek	14
Wir besuchen ein Handballspiel	14
Familienschwimmen in Salchendorf	14
Sonntagscafé in der Fritz-Erler-Siedlung	15
Wir besuchen einen Bauernhof	15
Kinder lieben Geschichten – Lesestart für 3-Jährige	15
Kreativnachmittag	16
Walderlebnisse für Eltern und Kinder	16
„Backen wie zu Uromas Zeiten – im Holzofen“	17
„Da ist Musik drin!“	17
Elternstart NRW / Kidix 1. Lebensjahr	18
Kochen mit Kindern	18
Ausflug zum Museum für Gegenwartskunst	19
„Wir basteln für den Muttertag“	20
Vater-Kind-Aktion mit Daniel Rath	20
Picknick am Gemeinschaftsgarten	20
„Ernährung und Zahngesundheit“	21
Mit Oma / Opa in der Kita	21

Angebote

Eltern und Kinder gemeinsam	
Interkultureller Treff	22
Sommerfest im AWO-FZ Weltenbummler	22
Gemeinsam Basteln	22
„Besuch im Bienengarten“	23
Nachmittags Picknick	23
Wir Backen!	23
Informationen	
Krabbelgruppen	22
Spieletreff	24
Eltern unter sich	
„Vegetarische und vegane Beikost“	27
„Vegetarische und vegane Ernährung im Kindesalter“	27
„Starke Familie – Starke Kinder“	27
Erste Hilfe am Neugeborenen und Kind	28
Familie und Beruf unter einen Hut bringen	28
„Allein / getrennt erziehen“	29
„Bindung – Stärkt das Kind in seiner Entwicklung“	30
Ach Du dickes Ei!	30
„Kind und Verkehr“	31
Digitale Medien im Alltag von Kindern	31
„Giraffensprache – Gewaltfreie Kommunikation“	32
„Gelassen durch die Trotzphase“	32
Erste Hilfe am Kind	33
„Schlaf entspannt mein Baby“	33
„Kinderschlaf“ – Für Kinder Ü1 bis ins Schulalter	34
Schnell, einfach, lecker & gesund kochen –	34
Aktionstablett bzw. Lerntablett	35
„Ich reiche dir die Hand“ – Wie ich die Beziehung zu meinem Kind stärke!	35
„Schultütenbasteln“	36
„Mama lernt Deutsch“	37
Offenes Beratungsangebot	38
Elternfrühstück	38
Elterncafés	39

Liebe Eltern,

zwei Mal im Jahr treffen sich engagierte MitarbeiterInnen aus Kreuztaler Einrichtungen – Kindertagesstätten, Schulen, Beratungsstellen, Familienbildungsstätten –, um für Sie als Familie einen bunten Strauß an Angeboten zusammenzutragen.

Die halbjährliche Herausgabe des Heftes „Knirps, Fratz & Co.“ ist im Familienbüro dann fast nur noch Routine.

Wir hoffen, dass wir auch mit den Angeboten in diesem Heft, passende und ansprechende Themen zusammengetragen haben, die für Sie hilfreich sind. Denn jede Familienphase stellt Eltern vor neue Herausforderungen und wirft Fragen auf, die individuell bewältigt und unterschiedlich beantwortet werden müssen.

In unseren Einrichtungen erfahren wir immer wieder, wie hilfreich es ist, wenn Eltern in ähnlichen familiären Situationen zusammentreffen, sich austauschen und gegenseitig unterstützen.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung und vor allem auf Ihre Anregungen für neue Angebote.

Der Arbeitskreis „Familienbildung“

im Kreuztaler Bündnis für Familie

Netzwerk „Familienbildung“ im Kreuztaler Bündnis für Familie

Die Familienzentren sowie Kindertagesstätten und Schulen in der Stadt Kreuztal erstellen im Arbeitskreis „Familienbildung“ ein gemeinsam abgestimmtes Programm, das sich an alle Kreuztaler Eltern richtet und über das Familienbüro der Stadt Kreuztal als Printversion und im Internet veröffentlicht wird.

kreuztalfamilie**INFO-TELEFON: 02732 51-432 oder -356****Geburtsvorbereitungskurs**

Der Geburtsvorbereitungskurs bietet Ihnen die Möglichkeit, sich bewusst und intensiv auf die Geburt vorzubereiten. Sie erhalten umfassende Informationen, bereiten sich durch Übungen auf die Geburt vor und haben die Gelegenheit, sich mit anderen Schwangeren auszutauschen.

Der Kurs beinhaltet einen Partnerabend.

Je 7 Termine	montags ab 29.1. - 25.3. / ab 8.4. - 10.6. jeweils von 19.00 - 21.00 Uhr
---------------------	--

Leitung	Bärbel Schneider, Hebamme und Dipl. Sozialpädagogin
----------------	--

Ort	Familienzentrum Kreuztal Mitte im Dreslers Park
------------	--

Infos	www.hebamme-kreuztal.de
--------------	--

Anmeldung	Bärbel Schneider, Telefon: 02732 21754 oder unter lebensklang@t-online.de
------------------	---

Rückbildungsgymnastikkurs**ab 6 - 8 Wochen nach der Geburt**

Kommen Sie wieder im Körper an und haben Sie Spaß an Bewegung. Der Kurs bietet Ihnen auch Entspannungsübungen sowie Raum zum Austausch über die neue Lebensphase.

Je 7 Termine	dienstags ab 9.1. - 5.3. / ab 19.3. - 14.5. jeweils von 17.30 - 19.00 Uhr
---------------------	---

Leitung	Bärbel Schneider, Hebamme und Dipl. Sozialpädagogin
----------------	--

Ort	Familienzentrum Kreuztal Mitte im Dreslers Park
------------	--

Infos	www.hebamme-kreuztal.de
--------------	--

Anmeldung	Bärbel Schneider, Telefon: 02732 21754 oder unter lebensklang@t-online.de
------------------	---

Säuglingspflege-Crashkurs

- Welche Ausstattung ist sinnvoll?
- Wie wickle, bade und halte ich mein Baby?
Wir üben mit Puppen.
- Worauf muss ich beim Anziehen achten?
- Wie verstehe ich die Signale des Babys?
- Wie reagiere ich, wenn es schreit?

Termine	Bitte wenden Sie sich an die Kursleiterin!
Leitung	Bärbel Schneider, Hebamme und Dipl. Sozialpädagogin
Ort	Familienzentrum Kreuztal Mitte im Dreslers Park
Infos	www.hebamme-kreuztal.de
Anmeldung	Bärbel Schneider, Telefon: 02732 21754 oder unter lebensklang@t-online.de



Krabbelgruppe FES

19

Für frischgebackene Eltern aus dem Stadtteil und Ihre Kinder von 0 bis 3 Jahren

Wir möchten mit Ihnen und Ihren Kindern gemeinsam singen, spielen, uns bewegen und ganz nebenbei können Ihre Kleinsten auf spielerische Weise Kontakt zu anderen Kindern aufbauen.

Termine	immer mittwochs von 10.30 - 12.00 Uhr außer in den Ferien
Kosten	keine
Leitung	Maria G. Schöttler
Ort	Stadtteilbüro FES & MGH Kreuztal, Danziger Straße 2, Kreuztal
Kontakt	Telefon 02732 3790

**Weitere Krabbelgruppen finden Sie auf den Seiten
24 & 25!**

„Lernen durch Bewegung“

13 18

Eltern-Kind-Kurs mit Kindern von 10 - 18 Monaten

In diesem Kurs stehen die Motorik, das Erforschen und das Miteinander im Vordergrund. „Begreifen kommt durch Greifen“- jede Bewegungs- und Sinneserfahrung fördert die geistigen Prozesse.

Durch verschiedene Materialien und Bewegungsangebote fördern wir die Kinder im gemeinsamen Entdecken.

Die Kursleitung geht gezielt auf Fragen, die die Bewegung betreffen ein und bietet Impulse für Spielanregungen für das jeweilige Alter.

10 Termine	jew. mittwochs vom 14.2. - 17.4. Kurs I 14 - 18 Monate jew. von 9.00 - 10.30 Uhr Kurs II 10 - 14 Monate jew. von 10.45 - 12.15 Uhr
Leitung	Kerstin Rink, Motopädin, Dipl. Pädagogin
Teilnehmer	max. 10 Eltern mit Babys
Kosten	30€
Ort	JBS Der Jugendtreff, Roonstr. 19a, Kreuztal
Anmeldung	unbedingt erforderlich! Familienbüro, Stadt Kreuztal, Telefon 02732 51 432 oder per Mail: a.jaufmann@kreuztal.de

Eltern-Baby-Café

10 13

Möchten Sie:

... sich gerne in schöner Atmosphäre mit anderen Müttern und Vätern treffen, Kaffee trinken und plaudern?

... es genießen, die Entwicklung des Säuglings gemeinsam mit anderen Eltern bewusster zu erleben?

Vielleicht haben Sie auch Fragen rund ums Baby im 1. Lebensjahr, die Sie gerne einer Hebamme oder einer Trage-/Schlafberaterin stellen möchten?

Oder Sie möchten noch mehr Sicherheit in Ihrer Elternrolle gewinnen?

Dann sind Sie in unserem neuen Eltern-Baby-Café genau richtig. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Termine	jeden Mittwoch (außer in den Ferien), von 9.00 - 11.15 Uhr
Leitung	Eva Donalies, Hebamme (jeden 1. Mittwoch im Monat) Stefanie Rolfes, Ergotherapeutin B.Sc., Trage- / Schlafberaterin (an jedem anderen Mittwoch) Norma Röttgers, Familienbüro
Ort	JBS - Der Jugendtreff, Roonstr. 19a, Kreuztal
Anmeldung	ohne

Kidix

10 13

für Eltern mit Kindern ab 1 Jahr

Kidix-Kinderzeit: selbständiges Erforschen von unterschiedlichen Materialien, Experimentieren und Entdecken im Spiel mit anderen Kindern.



Kidix-Elternzeit: Erfahrungsaustausch und Anregungen zur Gestaltung von Erziehung, Familie und Alltag, Unterstützung durch die Kursleitung, Beobachten und Entdeckung des eigenen Kindes. Kidix-Gemeinsame Zeit: miteinander und voneinander lernen und durch alters- und entwicklungsgerechte Spiel- und Aktivitätsanregungen.

Kidix ist ein Kurs für Eltern mit Kindern von 1 - 3 Jahren. Das Kurskonzept wurde für die katholischen Familienbildungseinrichtungen in NRW entwickelt. Jeder Kidix Eltern-Kind-Kurs wird von einer qualifizierten Kursleitung mit Kidix-Zertifikat durchgeführt.

Termine	donnerstags, vom 11.1. - 14.3. Kurs I 10 Treffen - jew. 9.00 - 10.30 Uhr Kurs II 10 Treffen - jew. 10.45 - 12.15 Uhr
Kosten	15€
Leitung	Kerstin Rink, Kidix Eltern-Kind-Kursleiterin, Dipl. Pädagogin und Motopädin
Ort & Anmeldung	im Familienzentrum Regenbogen, Schulstr. 29, Kreuztal, Telefon 02732 82702
Infos	www.kidix-eltern-kind-kurs.de

Lesespatzen

17

Für Kinder ab 1. Jahr mit Begleitperson

Wir treffen uns um gemeinsam zu singen, zu basteln und natürlich auch ein Bilderbuch anzuschauen.

Termine	jede Veranstaltung wird an zwei Tagen angeboten, jew. ab 15.30 Uhr dienstags: 23.1./27.2./26.3./23.4./28.5./25.6./23.7. donnerstags: 25.1./22.2./28.3./25.4./23.5./27.6./25.7.
Leitung	Linda Donalies
Kosten	keine
Ort	Stadtbibliothek Kreuztal, Marburger Straße 10, Kreuztal
Anmeldung	ohne



Ich koche für mein Baby!

8 10 13

An diesem Vormittag lernen Sie die Zubereitung unterschiedlicher Babybrei-Sorten kennen. Selbstgekochter Brei ist gesund, preiswert und lecker für das Baby!

Wir werden Gemüse- und Milchbrei zubereiten, probieren und feststellen, dass selber kochen Spaß macht und ganz einfach ist.

Nützliche Informationen und natürlich alle Ihre Fragen rund um dieses Thema sollen bei uns Platz finden.

Zum Beispiel:

- Welche Lebensmittel und Getränke braucht mein Kind?
- Wann ist der richtige Zeitpunkt für den ersten Brei?
- Wie gelingen die ersten Essversuche gut?
- Kann ich mein Baby auch vegetarisch ernähren?

Termine	montags, 19.2. & 3.6. jeweils von 9.30 - 12.30 Uhr
Ort	JBS - Der Jugendtreff, Roonstr. 19a, Kreuztal
Leitung	Mariola Langenhahn
Kosten	25€ oder „Willkommen im Leben“-Gutschein
Anmeldung	Familienbüro Stadt Kreuztal, Telefon 02732 51432 oder E-Mail: familie@stadt.kreuztal.de

Sonntagsaktion für alle

Mal formen wir Saatbomben, mal entsteht Kunst aus Büchern und Papierdraht oder es gibt spannende Experimente zu sehen. Wer es genau wissen will, schaut einfach auf der Homepage der Stadtbibliothek unter: „Terminen“ nach: www.stadtbibliothek-kreuztal.de/aktuelles/termine

Termine	jeweils am 1. Sonntag im Monat, während der Öffnungszeiten von 14.00 - 18.00 Uhr
Ort:	Stadtbibliothek Kreuztal, Marburger Straße 10, Kreuztal
Kosten:	keine
Anmeldung:	ohne

Bilderbuchkino

17

Für Kinder ab 3 Jahren mit Begleitperson

Die Bilder eines Bilderbuchs werden an die Wand projiziert und dabei der Text vorgelesen. Dabei knüpfen wir an die Erfahrungen der Kinder an, stellen Fragen und tragen so spielerisch zum Verstehen des Textes und der Bilder bei.

Termine	jede Veranstaltung wird an zwei Tagen angeboten, jew. ab 16.30 Uhr dienstags: 16.1. / 6.2. / 20.2. / 5.3. / 19.3. / 2.4. 16.4. / 7.5. / 21.5. / 4.6. / 18.6. / 2.7. / 26.7. donnerstags: 18.1. / 1.2. / 15.2. / 7.3. / 21.3. 4.4. / 18.4. / 2.5. / 16.5. / 6.6. / 20.6. / 4.7. / 18.7.
Kosten	keine
Leitung	Doris Setzer-Vedder
Ort	Stadtbibliothek Kreuztal, Marburger Straße 10, Kreuztal
Anmeldung	ohne

Nachmittag mit den Großeltern

3

Für Großeltern mit Kindern ab 3 Jahren

Heute dürfen die Großeltern mit den Enkeln kommen. Wir schauen uns eine Wintergeschichte im Bilderbuchkino an und basteln einen Schneekristall. Anschließend gibt es warme Getränke und Kekse.

Termin	Dienstag, 20.2. von 14.00 - 16.00 Uhr
Leitung	Tanja Steinseifer
Ort & Anmeldung	im AWO-FZ Weltenbummler, Zum Hammerseifen 56, Kreuztal, per E-Mail: t.steinseifer@awo-siegen.de



“Gemeinsam die Stadtbibliothek entdecken“

10 19

Eltern- Kinder Angebot für Vorschulkinder 24/25

Kinder und Eltern entdecken gemeinsam die Stadtbibliothek in Kreuztal. Dabei erhalten sie einen direkten Einblick in die Vielfalt der Medien und haben die Möglichkeit Bücher, Hörbücher, Tonies, Spiele und vieles mehr kennenzulernen.

Gemeinsam erleben wir eine Bilderbuchbetrachtung und können anschließend dazu auch an einem Bastelangebot teilnehmen. Nutzen Sie die Gelegenheit, unsere Stadtbibliothek unter fachkundiger Leitung vielleicht auch von einer anderen Seite kennenzulernen.

Termine	Montag, 15.1. , für Vorschulkinder 2024 Montag, 4.3. , für Vorschulkinder 2025 jeweils von 16.00 - ca. 17.00 Uhr
Kosten	keine
Leitung	Sabine Flecke
Treffpunkt	vor dem Rathaus auf dem Roten Platz in Kreuztal
Anmeldung	erforderlich bis 1 Woche vor Aktionsbeginn! Im Familienzentrum Regenbogen, Eichen Tel. 02732 82702

GeKuKo – Generationen und Kulturen Kochen

19

Wie bringt man Menschen zusammen? Beim gemeinsamen Kochen und anschließendem Schlemmen! Bei „Generationen und Kulturen Kochen“ wird international gekocht und gemeinsam zu Abend gegessen. Eingeladen sind alle Generationen ab 10 Jahren.

Termine	Termine werden laufend auf Facebook angekündigt
Kosten	3€
Ort	Stadtteilbüro FES & MGH Kreuztal, Danziger Str. 2, Kreuztal
Bemerkung	Kinder ab 10 Jahren nur in Begleitung von Eltern
Anmeldung	Infos & Anmeldung telefonisch unter 02732 3790

Einmal tief durchatmen!

6 8 13

Entspannung für Eltern mit ihren Kindern

Manchmal braucht man einfach nur Ruhe... Nicht nur als Erwachsener, sondern auch als Kind. Verschiedene Entspannungsübungen können Kindern helfen, diese Ruhe zu finden, abzuschalten, zu entspannen und glücklich zu werden. Wir möchten Eltern mit ihren Kindern einladen, sich gemeinsam zu entspannen und Möglichkeiten kennenzulernen, was ihnen guttut. Bitte jeder 2 große Handtücher mitbringen und wer hat, eine Iso-Matte.

Im Familienzentrum Fritz-Erler-Siedlung

Termin	Montag, 22.1. I - von 14.15 - 15.00 Uhr für 2-3 jährige Kinder II - von 15.15 - 16.00 Uhr für 4-6 jährige Kinder
Teilnehmer	7 Erwachsene mit einem Kind
Leitung	Carmen Siegert, Entspannungstherapeutin
Ort	Familienzentrum Fritz Erlersiedlung, Annemonenweg 11, Kreuztal
Anmeldung	im Familienzentrum 02732 3705 Anmeldeschluss: 1 Woche vor Kursbeginn

Im Ev. Familienzentrum Fellinghausen

Termin	Montag, 29.1. I - von 14.15 - 15.00 Uhr für 2-3 jährige Kinder II - von 15.15 - 16.00 Uhr für 4-6 jährige Kinder
Teilnehmer	5 Erwachsene mit einem Kind
Leitung	Carmen Siegert, Entspannungstherapeutin
Ort	Ev. Familienzentrum Fellinghausen, Hermann-Manskopf Weg 5, Fellinghausen
Anmeldung	im Familienzentrum 02732 2498 Anmeldeschluss: 1 Woche vor Kursbeginn

Bilderbuchkino MAXI

17

Für Kinder ab 5 Jahren mit Begleitperson

Die Bilder eines Bilderbuchs werden an die Wand projiziert und dabei der Text vorgelesen. Dabei knüpfen wir an die Erfahrungen der Kinder an, stellen Fragen und tragen so spielerisch zum Verstehen des Textes und der Bilder bei.

Termine	freitags, jeweils ab 16.30 Uhr 19.1. / 16.2. / 15.3. / 19.4. / 17.5. / 21.6. / 19.7.
Kosten	keine
Leitung	Doris Setzer-Vedder
Ort	Stadtbibliothek Kreuztal, Marburger Straße 10, Kreuztal

Führung durch die Stadtbibliothek Kreuztal 7

Wir besuchen die Stadtbibliothek und erfahren mehr über die vielfältigen Angebote vor Ort. Hier ist sicherlich für jeden etwas Neues und Spannendes dabei.

Termin	Mittwoch, 7.2. von 15.30 Uhr
Kosten	keine
Leitung	Alexandra Georg, Familiengrundschulzentrum in der Grundschule an Dreslers Park
Ort	Stadtbibliothek Kreuztal, Marburger Straße 10, Kreuztal
Anmeldung	unbedingt erforderlich! Telefon: 02732 5591290

Wir besuchen ein Handballspiel 7

Der TUS Ferndorf spielt gegen den TV Gelnhausen. Seien Sie dabei und erleben Sie selbst die tolle Stimmung vor Ort. Ein schönes Erlebnis für Groß und Klein.

Termine	Samstag 17.2. von 18.15 Uhr
Kosten	3€ pro Person
Leitung	Alexandra Georg, Familiengrundschulzentrum in der Grundschule an Dreslers Park
Treffpunkt	Parkplatz der GS an Dreslers Park, Ziegeleifeld 8, Kreuztal
Anmeldung	unbedingt erforderlich! Telefon: 02732 5591290

Familienschwimmen in Salchendorf 7

Wir fahren gemeinsam ins Familienbad nach Salchendorf und verbringen dort einen schönen Tag zusammen.

Termin	Samstag 24.2.
Kosten	8€ pro Familie
Leitung	Alexandra Georg, Familiengrundschulzentrum in der Grundschule an Dreslers Park
Treffpunkt	Busbahnhof Kreuztal, Abfahrt 10.00 Uhr, bitte seien Sie 10 Minuten früher da
Bemerkung	Es ist kein Verzehr von eigenem Essen im Schwimmbad erlaubt!
Anmeldung	unbedingt erforderlich! Telefon: 02732 5591290

Sonntagscafé in der Fritz-Erler-Siedlung 19

Das Stadtteilbüro Fritz-Erler-Siedlung & Mehrgenerationenhaus Kreuztal lädt in der kalten Jahreszeit einmal im Monat zu einem Sonntagscafé für die ganze Familie ein.

Termine	14.1. / 11.2. / 10.3. / 14.4. jeweils 14.00 - 16.30 Uhr
Kosten	Kaltgetränk, Kaffee, Kuchen je 1€
Ort	Stadtteilbüro FES & MGH Kreuztal, Danziger Str. 2, Kreuztal
Anmeldung & Infos	ohne telefonisch unter 02732 3790

Wir besuchen einen Bauernhof 7

Wir bekommen eine Führung über den Irlenhof in Ferndorf und erfahren mehr über den Alltag auf einem Bauernhof.

Termine	Samstag 2.3. von 10.30 Uhr
Kosten	1€ pro Person
Leitung	Alexandra Georg, Familiengrundschulzentrum in der Grundschule an Dreslers Park
Treffpunkt	wir treffen uns um 9.45 Uhr am Skate Park in Kreuztal und laufen gemeinsam zum Bauernhof
Anmeldung	unbedingt erforderlich! Telefon: 02732 5591290

Kinder lieben Geschichten – Lesestart für 3-Jährige 8 17

Angebot für Eltern und Kinder im Alter von 3 Jahren

Gemeinsam besuchen Eltern und Kinder die Bibliothek in Kreuztal. Es wird ein Bilderbuch vorgelesen, eine Kleinigkeit gebastelt und ein Lied gesungen. Bei dem rund einstündigen Besuch erhalten die Eltern Tipps zum Vorlesen und Erzählen, Buchvorschläge und lernen die Bibliothek kennen.

Zum Abschluss erhalten die Familien eine „Lesestart-Tasche“ mit wertvollen Tipps und einem Bilderbuch!

Termin	Donnerstag 7.3., von 10.00 - 11.00 Uhr
Kosten	keine
Ort	Stadtbibliothek Kreuztal, Marburger Straße 10, Kreuztal
Anmeldung	im Familienzentrum Fritz-Erler-Siedlung Andrea Becher – Leitung, Telefon 02732 3705

Kreativnachmittag ③ Für Eltern mit Kindern ab 4 Jahren

Wir stellen gemeinsam einen Minigarten her. Kleine Pflanzen und Deko kann gerne mitgebracht werden (Sukkulente, kleine Dekoteile etc.). Es stehen verschiedene Gestaltungsmöglichkeiten zur Verfügung.

Termin	Dienstag, 19.3. von 14.00 - 15.30 Uhr
Kosten	8 €
Leitung	Daniel Rath, Moderne Umweltbildung
Ort & Anmeldung	im AWO-FZ Weltenbummler, Zum Hammerseifen 56, Kreuztal per E-Mail: t.steinseifer@awo-siegen.de

Waldlebnisse für Eltern und Kinder ⑧ mit Stockbrot vom Feuer Für Eltern mit Kindern von 3-6 Jahren

An diesem Nachmittag erleben Eltern und Kinder gemeinsam die Natur. Spielerisch werden Sie mit allen Sinnen den Wald entdecken und erfahren, was in dieser Jahreszeit wächst und blüht, welche Tiere dort beheimatet sind. Mit Materialien, die der Wald hergibt, kann gebaut und gespielt werden. Eltern und Kinder lernen gemeinsam viel Neues über den abenteuerlichen Lebensraum „Wald“ kennen.

Zum Abschluss gibt es Stockbrot vom Feuer in der Kita.

Termin	Freitag, 22.3. von 15.00 - 18.00 Uhr
Kosten	keine
Leitung	Daniel Rath, Förster und Umweltpädagoge
Ort	Familienzentrum Fritz-Erler-Siedlung, Anemonenweg 11, Kreuztal
Anmeldung	Andrea Becher – Leitung, Telefon 02732 3705
Wichtig	Wetterfeste Kleidung und Schuhe für jedes Wetter!



„Backen wie zu Uromas Zeiten – ⑩ im Holzbackofen“

Vater-Kind-Aktion mit Kindern von 4 - 10 Jahren

Kurz vor Ostern wollen wir in einem Holzbackofen verschiedene, saisonale Leckereien zubereiten.

Nachdem wir den Ofen gemeinsam angeheizt haben, bereiten wir verschiedene Teige vor und backen in geselliger Runde von der Pizza über eine Frühlingsquiche bis zum Osterzopf was der Ofen hergibt. Natürlich wird zwischendurch immer wieder probiert und genascht.

Termin	Dienstag, 26.3. von 15.00 - ca. 19.00 Uhr
Kosten	2€ pro Person
Leitung	Daniel Rath, Moderne Umweltbildung
Ort	Familienzentrum Regenbogen – hinterer Kitahof, Schulstraße 29, Eichen
Anmeldung	unbedingt erforderlich bis 1 Woche vor Aktionsbeginn! Im Familienzentrum Regenbogen, Tel. 02732 82702

„Da ist Musik drin!“ Frühlingshafte Sing- und Bewegungslieder für Eltern mit Kindern von 3 - 6 Jahren

Singen ist gesund. Es verbessert die Haltung, stärkt unsere Abwehrkräfte, bringt den Kreislauf in Schwung und macht glücklich. Unter dem Motto „Komm rein - Sing mit!“ sollen Eltern mit ihren Kindern angeregt werden, gemeinsam zu singen und traditionelles sowie neues Liedgut kennen zu lernen.

Hierbei steht die Freude am Singen, an Musik und Bewegung im Vordergrund.

Eltern verbringen wertvolle Zeit mit ihren Kindern und erhalten Ideen und Anregungen, die sie mit in ihren Familienalltag nehmen können.

Anschließend können wir bei Kaffee, Saft und selbstgebastelten Frühlingskekse den Nachmittag ausklingen lassen.

Termin	Mittwoch, 17.4., 14.30 - 16.00 Uhr
Kosten	keine
Leitung	Sylvia Paul, Dipl. Sozialpädagogin und Musiktherapeutin
Ort	Familienzentrum Regenbogen, Schulstraße 29, Eichen
Anmeldung	Anette Meier, Telefon 02732 82702

Elternstart NRW / Kidix 1. Lebensjahr 9 13

ELTERNSTART NRW ist ein Familienbildungsangebot für Eltern mit einem Kind im ersten Lebensjahr. Dieses Angebot ist einmalig kostenfrei und wird vom Familienministerium NRW finanziert.



Durch ELTERNSTART NRW können die Eltern:

- Die „Sprache“ des Säuglings besser verstehen
- Die Entwicklung ihres Kindes im ersten Jahr bewusster erleben
- Sich mit anderen Eltern austauschen
- Mehr Sicherheit in ihrer Elternrolle erlangen
- Informationen über Unterstützungsleistungen für die Familie bekommen
- Tipps und Wissen für den Familienalltag mit einem Baby bekommen.

Teilnehmen können alle Eltern mit einem Kind im ersten Lebensjahr, auch mit jedem weiteren neugeborenen Kind. Das Angebot gilt auch für Pflege- und Adoptiveltern und für werdende Eltern. Ein ELTERNSTART NRW – Kurs umfasst 5 mal 2 Unterrichtsstunden und wird von einer pädagogischen Fachkraft geleitet. Bitte zu allen Kursen mitbringen: 1 - 2 Windeln, 2 - 3 Handtücher, leichte Kleidung für die Erwachsenen.

Termine	freitags, vom 16.2. - 15.3. jeweils von 10.00 - 11.30 Uhr
Leitung	Antje Rath
Kosten	keine
Ort	Familienzentrum Kreuztal Mitte Dreslers Park
	- Villa Schübel, Hagener Str. 26, Kreuztal
Anmeldung	rathhaus@onlinehome.de

Kochen mit Kindern 3 Für Eltern mit Kindern ab 4 Jahren

Wir bereiten gemeinsam leckere Blätterteigstangen mit verschiedenen Dips zu.

Termin	Dienstag, 16.4. von 14.00 - 16.00 Uhr
Kosten	5 €
Leitung	Tanja Steinseifer
Ort & Anmeldung	im AWO-FZ Weltenbummler, Zum Hammerseifen 56, Kreuztal per E-Mail: t.steinseifer@awo-siegen.de

Ausflug zum Museum für Gegenwartskunst in Siegen 7 Für Eltern mit Kindern ab 6 Jahren

Im Museum für Gegenwartskunst kann man Kunst hautnah erleben, Fragen stellen und sich selbst künstlerisch ausprobieren.

Im Anschluss wollen wir bei gutem Wetter ein Picknick im Schlosspark machen und den Spielplatz am oberen Schloss besuchen.

Termin	Samstag, 11.5., ab 10.00 Uhr
Kosten	3 € pro Person
Leitung	Alexandra Georg, Familiengrundschulzentrum in der Grundschule an Dreslers Park
Treffpunkt	am Busbahnhof in Kreuztal
Anmeldung	unbedingt erforderlich! Telefon: 02732 5591290

„Wir basteln für den Muttertag“ 10 Vater-Kind-Angebot

Gemeinsam mit Papa können Kinder von 1 - 6 Jahren ein schönes Geschenk für den Muttertag basteln. Materialien werden gestellt.

Bitte bringen Sie einen Hammer mit.

Termin	Freitag, 3.5., von 14.30 - 15.30 Uhr
Kosten	keine
Leitung	Anette Meier
Ort	Familienzentrum Regenbogen, Schulstraße 29, Eichen
Anmeldung	erforderlich bis 1 Woche vor Aktionsbeginn! Telefon 02732 82702

Vater-Kind-Aktion mit Daniel Rath

2

Wir gehen in den Wald und sammeln dort Kräuter. Daraus wird eine Kräuterbutter hergestellt. Anschließend gibt es Stockbrot.

Termin	Montag, 6.5., von 15.00 - 18.00 Uhr
Kosten	keine
Leitung	Daniel Rath, Moderne Umweltbildung
Treffpunkt & Anmeldung	im AWO_FZ Weltenbummler, unter: t.steinseifer@awo-siegen.de

Picknick am Gemeinschaftsgarten

19

In den Sommermonaten – von Mai bis September – lädt das Stadtteilbüro Fritz-Erler-Siedlung & Mehrgenerationenhaus Kreuztal immer am 1. Dienstag des Monats die ganze Familie zum gemeinsamen Picknick ein. Das Stadtteilbüro bietet Waffeln, Kaffee und Kaltgetränke zum kleinen Preis an. Natürlich dürfen auch eigene Leckereien mitgebracht werden. Die Terrasse des Stadtteilbüros und auch die Wiese bei den Hochbeeten laden zum Verweilen und Spielen ein.

Termine	1. Dienstag im Monat (von Mai bis September), jeweils von 15.00 - 17.00 Uhr
Kosten	Kaltgetränk, Kaffee, Waffeln je 1€
Ort	Stadtteilbüro FES & MGH Kreuztal, Danziger Str. 2, 57223 Kreuztal
Anmeldung	ohne

**„Ernährung und Zahngesundheit – Eltern-Kind-Aktionsnachmittag“**

8

Zuerst können Sie sich als Eltern in einem Vortrag über die Ernährung von Kindern sowie dessen Einfluss auf die Zahngesundheit und das kindliche Wachstum sowie über einige Aspekte der Ernährungsbildung informieren. Der Vortrag ist so gestaltet, dass Sie Ihre persönlichen Fragen mit einbringen können.

Anschließend kommen die Kinder hinzu: Wir bereiten gemeinsam einen zahngesunden Imbiss zu und essen in gemütlicher Runde. Danach schauen wir uns die Zahnputzmethode „KAI“ an und Sie bekommen praktische Tipps, wie Sie Ihr Kind beim Zähneputzen unterstützen können.

Termin	Dienstag, 7.5. von 14.30 - 16.30 Uhr
Kosten	keine
Referentin	Dorothea Freyberg, Dipl.-Oecotrophologin – Arbeitskreis Zahngesundheit Siegen-Wittgenstein Olpe
Ort	Familienzentrum Fritz-Erler-Siedlung, Anemonenweg 11, Kreuztal
Anmeldung	Andrea Becher – Leitung, Telefon 02732 3705

Mit Oma/Opa in der Kita

8

Kinder und Großeltern sind herzlich zu einem Nachmittag in der Kita eingeladen!

Gemeinsam möchten wir singen, spielen, etwas essen und gemeinsame Zeit verbringen.

Termin	Mittwoch, 15.5. von 14.30 - 16.30 Uhr
Kosten	keine
Ort	Familienzentrum Fritz-Erler-Siedlung, Anemonenweg 11, Kreuztal
Anmeldung	Andrea Becher – Leitung, Telefon 02732 3705

Interkultureller Treff – Unter dem Thema ⑧ „An was ich gerne zurückdenke“ / Kindheitserinnerungen

Unser Familienzentrum ist ein interkultureller Treffpunkt für alle Familien! Dieser Nachmittag soll eine Chance sein, sich kennenzulernen, gegenseitige Perspektiven auszutauschen und damit das Miteinander im Familienzentrum und im Soziale Raum positiv zu gestalten. Wir freuen uns auf einen schönen Nachmittag.

Termin	Dienstag, 18.5. von 14.30 - 16.30 Uhr
Kosten	keine
Ort	Familienzentrum Fritz-Erler-Siedlung, Anemonenweg 11, Kreuztal
Anmeldung	Andrea Becher – Leitung, Telefon 02732 3705

Sommerfest im AWO-FZ Weltenbummler ②

Wir laden ein zum Sommerfest am Kindergartengelände. Es gibt verschiedene Spielstationen und Mitmachangebote für Kinder und Eltern. Für das leibliche Wohl ist gesorgt (gegen einen kleinen Unkostenbeitrag)

Termin	Freitag, 21.6. ab 14.00 Uhr
Leitung	Tanja Steinseifer
Ort & Anmeldung	im AWO-FZ Weltenbummler, Zum Hammerseifen 56, Kreuztal per E-Mail: t.steinseifer@awo-siegen.de

Gemeinsam Basteln ⑦

Wir wollen einen tollen Nachmittag mit unseren Kindern verbringen.

Termine	freitags, 22.3. & 17.5. jeweils von 15.00 - 17.00 Uhr
Kosten	1 € pro Person
Leitung	Alexandra Georg, Familiengrundschulzentrum in der Grundschule an Dreslers Park
Ort	Mensa der GS an Dreslers Park, Ziegeleifeld 8, Kreuztal
Bemerkung	Bitte bringen Sie einen Klebestift, eine Schere und Buntstifte mit
Anmeldung	unbedingt erforderlich! Telefon: 02732 5591290

„Besuch im Bienengarten“ ⑩ Eltern-Kind-Aktion für Kinder von 3 - 6 Jahren

Gemeinsam möchten wir den Ferndorfer Bienengarten Zitzenbach erkunden. Hier werden wir die Insektenvielfalt auf einer Blumenwiese sprichwörtlich unter die Lupe nehmen und uns natürlich auch mit dem Thema Imkerei beschäftigen. Bitte denken Sie an wetterangepasste Kleidung, Zecken- und Sonnenschutz.

Termin	Samstag, 13.7. von 15.00 - ca. 18.00 Uhr
Kosten	keine
Leitung	Daniel Rath, Moderne Umweltbildung
Treffpunkt	Am Ende der Straße „Nussbaumweg“ in Kreuztal-Ferndorf
Anmeldung	erforderlich bis 1 Woche vor Aktionsbeginn! Im Familienzentrum Regenbogen Tel. 02732 82702

Nachmittags Picknick ⑦

Sie sind herzlich zu Kaffee und Gebäck eingeladen. Wir unterhalten uns über alle Themen, die für Eltern interessant sind. Eine gute Gelegenheit sich auszutauschen und besser kennenzulernen. Wichtig! Bitte bringen Sie eine Picknickdecke, eigenes Geschirr und etwas fürs Buffet mit!

Termin	Dienstag, 18.6. ab 15.00 Uhr
Kosten	keine
Leitung	Alexandra Georg, Familiengrundschulzentrum in der Grundschule an Dreslers Park
Treffpunkt	Mensa, Grundschule an Dreslers Park

Wir Backen! ⑦

Wer Lust hat gemeinsam mit seinen Kindern Glücksbrötchen und Osterplätzchen zu backen ist hier genau richtig.

Termine	freitags, 2.2. & 19.2. von 15.00 Uhr
Kosten	1 € pro Person
Leitung	Alexandra Georg, Familiengrundschulzentrum in der Grundschule an Dreslers Park
Ort	Mensa der GS an Dreslers Park, Ziegeleifeld 8, Kreuztal
Anmeldung	unbedingt erforderlich! Telefon: 02732 5591290

Stadtmitte

Stadtteilbüro FES & MGH Kreuztal

Termine	mittwochs von 10.30 - 12.00 Uhr im Stadtteilbüro FES & MGH Kreuztal, Danziger Str. 2
Leitung	Maria G. Schöttler
Kontakt	Telefon 02732 3790

Wichteltreff

Für Eltern mit Kindern im Alter von 6 - 30 Monaten.
Bitte bringen Sie Hausschuhe oder Socken mit!

Termine	jeden 2. Dienstag im Monat von 15.00 - 16.00 Uhr
Ort	im Familienzentrum Kasimir, Pfarrstraße 2, Kreuztal
Anmeldung	ohne
Kontakt	Nicole Diehl, Kathleen Schlabach, 02372 5581369

Krabbelgruppe Griffbereit- AWO Familienzentrum Weltenbummler

In unserer interkulturellen Krabbelgruppe geht es lustig zu.

Die Kursleiterinnen halten den Kurs in Deutsch mit englischen, türkischen und arabischen Elementen. Die Familiensprache aller Kursteilnehmer fließt mit in die Krabbelgruppe ein.

Termine	freitags von 9.00 - 10.00 Uhr (Kinder von 0 - 3) freitags von 10.00 - 11.00 Uhr (Kinder von 3 - 6)
Ort	AWO-FZ Weltenbummler, Hammerseifen 56, Kreuztal
Leitung	Hatice Catoglu
Kontakt	Telefon 02732 5582222

Ferndorf / Kredenbach

Ev. Kirchengemeinde Kredenbach

Termine	dienstags ab 9.30 - 11.00 Uhr, nicht in den Ferien
Ort	Haus der evangelischen Gemeinschaft, Kredenbacherstraße 13
Kontakt	Fr. Stücher, Telefon 02732 76 68 263

Eichen / Krombach

Ev. Kirchengemeinde Eichen

Termine	mittwochs von 9.30 - 11.00 Uhr im Gemeindehaus
Ort	im Gemeindehaus der ev. Kirche, Südhang 1, Kreuztal Einmal im Monat, im Bewegungsraum des Familienzentrums Regenbogen, Schulstraße 29, Kreuztal.
Kontakt	Kim Laura Kadolph, 02732 81287 (Gemeindebüro)

**Sie kennen eine Krabbelgruppe,
die bei uns nicht erfasst ist?!**

**Sprechen Sie uns gerne an und
wir nehmen sie auf.**

Telefon: 02732 51432 oder
Mail: a.jaufmann@kreuztal.de

Spieletreff

Liebe Kinder, Liebe Eltern,

wir laden alle Kinder ganz herzlich zu unserem Spieletreff in der Fritz-Erler-Siedlung ein.

Dort wollen wir gemeinsam spielen, basteln, uns bewegen, lachen und miteinander Spaß haben.

Wir freuen uns auf zahlreiche BesucherInnen!

Lena, Johanna & Malte

Wo:
Stadtteilbüro FES & MGH
Kreuztal
Danziger Straße 2

Wer:
Alle Kinder
von 6 bis 10

Wann:
Jeden Freitag, jeweils
von 16.00 bis 17.30 Uhr
(Ferien ausgeschlossen)

**Keine
Kosten**

Kontakt:
Frauke Schorde
Telefon: 02732 51387



Mehr
Generationen
Haus

stadtteilbüro
fritz-erler-siedlung

kreuztalfamilie

kreuztaljugend

Angebote Eltern unter sich

„Vegetarische und vegane Beikost“ 13 Digitaler Elternabend

Ist eine vegetarische und vegane Beikost möglich? Auf was muss ich achten, dass das Baby auch ohne Fleisch und Fisch alle Nährstoffe erhält, die es für eine gesunde Entwicklung braucht.

Termin	Mittwoch, 17.1. von 19.00 - 21.15 Uhr
Kosten	keine
Referentin	Ramona Röther, Resilienz- und Ernährungsberaterin
Anmeldung	kefb 02761 942200

„Vegetarische und vegane Ernährung im Kindesalter“ 13 Digitaler Elternabend

Ist eine vegetarische und vegane Ernährung möglich? Auf was muss ich achten, dass das Kind auch ohne Fleisch und Fisch alle Nährstoffe erhält, die es für eine gesunde Entwicklung braucht.

Termin	Mittwoch, 24.1. von 19.00 - 21.15 Uhr
Kosten	keine
Referentin	Ramona Röther, Resilienz- und Ernährungsberaterin
Anmeldung	kefb 02761 942200

„Starke Familie – Starke Kinder“ 7 Elternabend

Die Familie sollte ein sicherer Rückzugsort sein. Doch oft ist der Alltag für uns Eltern so anstrengend, dass wir selbst nicht mehr wissen, wie wir das für unsere Kinder am besten umsetzen können. Ramona Röther gibt Rat und Tipps, wie Eltern auch in schwierigen Situationen den Boden unter den Füßen behalten. Ein Elternabend, der Sie dazu einlädt Ihre eigenen Anliegen mitzubringen, nach Lösungen zu suchen und sich gemeinsam auszutauschen.

Termin	Donnerstag, 29.2. von 19.00 Uhr
Kosten	keine
Leitung	Ramona Röther
Ort &	im Familiengrundschulzentrum in der Grundschule an Dreslers Park, Ziegeleifeld 8, Kreuztal Tel.: Mobil 0160 6965752

Erste Hilfe am Neugeborenen und Kind ⑥ Ein Erste-Hilfe-Kurs für Eltern und Angehörige

Der Kurs in Theorie und Praxis richtet sich an (werdende) Eltern, Großeltern und pädagogische Fachkräfte, die in Notfallsituationen bei Neugeborenen und Kindern richtig reagieren wollen.

Seminarinhalte sind u.a. Herz-Lungen-Wiederbelebung, Versorgung von bzw. Umgang mit: Brandwunden und Verbrennungen, Vergiftungen, Einatmen bzw. Verschlucken von Fremdkörpern, Fieberkrämpfen, ...

Auch Ihre Fragen aus dem Alltag finden Gehör.

WICHTIG: Bitte bringen Sie sich warme Socken mit! Der Kurs findet mit kleinen Pausen statt. Ein kleiner Snack und Getränke werden gestellt.

Termin	Samstag, 10.2. von 10.15 - 16.15 Uhr
Kosten	keine
Leitung	Manuel Ibanez Rodriguez, Kinderkrankenpfleger und Fachintensiv- / Anästhesiepfleger für Kinder
Ort	Gemeindehaus, Hermann-Manskopf-Weg 5, Kreuztal
Anmeldung	Ev. Familienzentrums Fellinghausen, Telefon: 02732-2498 Anmeldeschluss 1 Woche vor Kursbeginn

Familie und Beruf unter einen Hut bringen „Jedem gerecht werden und wo bleibe ICH?!“ ⑩

„Wir schaffen alles, haben ein perfektes Haus, die tollsten Kinder und sehen immer Top aus“. Dieses Bild wird uns häufig vermittelt, sei es in den Medien oder sozialen Netzwerken. Doch wie sieht es wirklich aus? Die Anforderungen an Familien steigen immer mehr. Doch wer hat in der Familie welche tatsächlichen Bedürfnisse und wie schaffe ich es mich auf das Wesentliche zu beschränken – ohne mich dabei zu vergessen.

Wir freuen uns, Sie bei diesem spannenden Thema begrüßen zu dürfen.

Termin	Montag, 19.2. von 19.00 - 21.15 Uhr
Kosten	keine
Leitung	Tanja Antekeuer-Maiworm, Entspannungspädagogin und Stressmanagerin
Ort & Anmeldung	Familienzentrum Regenbogen, Schulstr. 29, Eichen Tel. 02732 82702

„Allein / getrennt erziehen“ – Als alleinerziehender Elternteil die Herausforderung meistern Elternabend online

⑩ ⑬

Die Zeit nach einer Trennung ist ein bedeutender Übergang für alleinerziehende Eltern und ihre Kinder. Geprägt von Zeitmangel, Einsamkeit und der alleinigen Verantwortung im Alltag, wird sie zu einer anspruchsvollen Phase.



Kinder leiden oft unter dem Mangel an Kontakt zum anderen Elternteil, während Eltern darum bemüht sind, ihre Kinder aus möglichen Konflikten herauszuhalten. Die Trennung der Paar von der Elternebene, gestaltet sich häufig als Herausforderung.

Am Elternabend werden verschiedene Themen besprochen, die dazu beitragen, eine unterstützende Umgebung zu schaffen und den Familienalltag harmonisch zu gestalten.

- Förderung einer gelungenen Kommunikation für ein besseres Familienklima
- Reduzierung von Konflikten durch spezifische Kommunikationsstrategien
- Erziehungstipps für eine unterstützende Umgebung
- Umgang mit Veränderungen in der Familienstruktur und Förderung der Resilienz bei Kindern
- Ressourcenmanagement und effektive Nutzung verfügbarer Unterstützung.

Termin	Montag, 26.2. von 19.00 - 21.15 Uhr
Leitung	Sandra Schmidt, Dipl. Pädagogin
Ort	Big Blue Button / in Kooperation mit dem Familienzentrums Regenbogen, Eichen
Anmeldung	Katholische Erwachsenen- und Familienbildung in Olpe, Telefon: 02761 942200, per Mail: suedwestfalen@kefb.de oder per QR-Code, Anmeldeschluss 1 Woche vor Kursbeginn

„Bindung“ - Stärkt das Kind in seiner Entwicklung 13

Onlineabend für Eltern und Tagespflegepersonen

Eine sichere Bindung bedeutet - insbesondere für Kinder - Schutz und Vertrauen. Sie ist die Basis für eine gesunde Entwicklung, denn Kinder mit einer stabilen Bindungsentwicklung sind einfühlsam, kreativ und ausdauernd.



Daher erfahren Sie an diesem Abend, wie Bindung entsteht, was Feingefühligkeit bedeuten und wie die Beziehung gestärkt werden kann.

Termin	Freitag, 1.3. von 19.00 - 21.15 Uhr
Kosten	keine
Referentin	Sandra Schmidt, Dipl. Pädagogin
Ort	BigblueBlutten
Anmeldung	Katholische Erwachsenen- und Familienbildung in Olpe, Telefon: 02761 942200, per Mail: suedwestfalen@kefb.de oder per QR-Code, Anmeldeschluss 1 Woche vor Kursbeginn

Ach Du dickes Ei! 6

Ideen für ein gesundes Osternest

Es gibt so viele gesunde Ideen für Snacks rund um Ostern!

Wir zeigen die einfache Zubereitung mit Hilfe einer modernen Küchenmaschine (KEINE Verkaufsaktion).

Termin	Samstag, 2.3. von 10.00 - 13.00 Uhr
Leitung	Carina Grah
Ort & Anmeldung	bis 1 Woche vorher im Ev. Familienzentrum Fellinghausen, Hermann-Manskopf-Weg 5, Kreuztal, Tel. 02732 2498

„Kind und Verkehr“ 8

Elterninformationsnachmittag

Kinder sind immer in Bewegung: laufen, verstecken, fangen, seilspringen, Wettrennen, balancieren, alles ausprobieren, neugierig sein – das macht Spaß! Aber Vorsicht: Wenn Kinder spielen vergessen sie die Welt um sich herum. Wartende Freunde, Tiere und Spielsachen sind wichtig – der Straßenverkehr nicht. Kinderspiele machen vor dem Bordstein nicht halt.

Jährlich verunglücken sehr viele Kinder als Fußgänger. Diese tägliche Gefahr stellt Sie, liebe Eltern, vor große Probleme:

Wie schützen wir unser Kind? Wie bereiten wir es auf den Straßenverkehr vor?

Unsere Elternveranstaltung mit Gesprächen, Anschauung und Broschüren soll Ihnen wertvolle Entscheidungshilfen geben.

Termin	Montag, 4.3. von 14.30 - 16.30 Uhr
Kosten	keine
Referentin	Frau Hartmann, Polizeibeamtin & Verkehrssicherheitsberaterin, Polizei Kreuztal
Ort	Familienzentrum Fritz-Erler-Siedlung, Anemonenweg 11, Kreuztal
Anmeldung	Andrea Becher – Leitung, Telefon 02732 3705

Digitale Medien im Alltag von Kindern - Warum Tablets, Smartphones und Notebooks ein Teil der Kindheit sind

Schaden digitale Medien der Entwicklung von Kleinkindern? Oder können sie sogar die Entwicklung fördern? Eines ist klar: digitale Medien gehören zum Alltag dazu.

Wir werden der Frage nachgehen, welche Medien auch von (Klein-) Kindern genutzt werden können und wie diese sinnvoll einzusetzen sind. Es werden Strategien ausgearbeitet und besprochen.

Hier beziehen wir die aktuelle Forschung mit ein, betrachten gesetzliche Grundlagen und sprechen über Empfehlungen.

Termin	Mittwoch, 6.3. von 19.00 - 21.15 Uhr
Kosten	keine
Leitung	Maren Luke, Kindheitspädagogin, Frühpädagogik (B.A.)
Ort	Ev. Familienzentrum Fellinghausen, Hermann-Manskopf Weg 5, Fellinghausen
Anmeldung	im Familienzentrum 02732 2498 Anmeldeschluss: 1 Woche vor Kursbeginn



„Giraffensprache – Gewaltfreie Kommunikation“

Onlineabend für Eltern und Tagespflegepersonen

Es kommt vor, das Eltern schreien. Es ist eine Grenze erreicht. Wie schaffen wir es anders zu handeln. Die Gewaltfreie Kommunikation möchte uns zeigen, wie wir auf die Bedürfnisse und Wünsche aller schauen und damit Konflikte entschärfen und lösen können. Wir freuen uns, Dir/Ihnen an diesem Abend eine Einführung in die Giraffensprache = Sprache des Herzens geben zu dürfen.



Termin	Montag, 18.3. von 20.00 - 21.30 Uhr
Leitung	Astrid Marcinkowski, Stressmanagement- & Gewaltpräventions-Trainerin
Ort	BigBlueButton / in Kooperation mit dem Familienzentrum Fritz-Erler-Siedlung
Anmeldung	Katholische Erwachsenen- und Familienbildung, 02761 9422 00, E-Mail: olpe@kefb.de oder per QR-Code Anmeldeschluss: 1 Woche vor Kursbeginn

„Gelassen durch die Trotzphase – liebevoll und konsequent erziehen“



Spätestens nach dem ersten Geburtstag werden aus Krabbelkindern laufende und sprechende Kleinkinder.

Mit der neuen Freiheit bei Bewegung und Kommunikation ändert sich auch die Erziehung. In dieser Entwicklungsphase sollten Eltern ihren Kindern Grenzen setzen und diese liebevoll, klar und konsequent umsetzen.

Die Referentin leitet das Thema mit einem kurzen Vortrag ein, anschließend besteht die Möglichkeit, sich über Erfahrungen auszutauschen.

Termin	Donnerstag, 11.4. von 14.30 - 16.00 Uhr
Kosten	kosten
Referentin	Sabine Ameis, Dipl.-Sozialpädagogin, Erziehungsberatungsstelle Kreis Siegen-Wittgenstein
Ort	Familienzentrum Fritz-Erler-Siedlung, Anemonenweg 11, Kreuztal
Anmeldung	Andrea Becher – Leitung, Telefon 02732 3705

Erste Hilfe am Kind

Falls Kinderbetreuung nötig ist, bitte vorher anmelden.

Termin	Samstag, 27.4. von 9.00 - 12.00 Uhr
Kosten	5€
Leitung	Malteser Hilfsdienst e.V.
Ort	Stadtteilbüro FES & MGH Kreuztal, Danziger Straße 2, Kreuztal
Anmeldung	bis 25.3. unbedingt erforderlich, Mobil 0160 6965752

„Schlaf entspannt mein Baby“

Onlineabend für Eltern und Tagespflegepersonen

Häufiges Aufwachen, nächtliche Wachphasen, Schwierigkeiten beim Einschlafen, ...und dann wird auch noch die Uhr umgestellt! Was bedeutet die Zeitumstellung für mein Kind? Wenn es um Babyschlaf geht, sind viele Eltern wieder hellwach.



Doch was ist eigentlich eine normale Schlafentwicklung bei Babys, wie schaffen wir eine sichere Schlafumgebung und was können wir Eltern tun, damit die Nächte ruhiger und das Einschlafen entspannter wird?

Wir sprechen darüber, wie Babys liebevoll und bindungsorientiert durch die Nacht begleitet werden und welche Möglichkeiten Eltern haben, dabei selbst möglichst viel Schlaf mitzunehmen.

Im Anschluss ist noch Zeit für Fragen und Austausch.

Termin	Donnerstag, 14.3. von 19.30 - 21.00 Uhr
Leitung	Steffi Rolfes, Trage- und Schlafberaterin
Ort	Big Blue Button / in Kooperation mit dem FZ Fritz-Erler-Siedlung
Anmeldung	Katholische Erwachsenen- und Familienbildung, 02761 9422 00, olpe@kefb.de oder per QR-Code Anmeldeschluss 1 Woche vor Kursbeginn

10 13

„Kinderschlaf“ – Für Kinder Ü1 bis ins Schulalter

Onlineabend für Eltern und Tagespflegepersonen

Auch wenn Kinder älter werden, kann die Schlaf-situation Fragen aufwerfen. Wann ist der beste Zeitpunkt für den Umzug ins eigene Zimmer und wie kann man diesen gestalten? Wann schläft das Kind endlich durch? Wo kommen Alpträume oder Nachtschreck plötzlich her und wie gehe ich damit um? Wann wird nachts keine Nahrung mehr benötigt und was macht man stattdessen, damit das Kind weiterschläft? Wir sprechen über Schlafentwicklung und Schlafstörungen und darüber, was Kinder und Eltern für gute Schlafqualität benötigen. Eigene Fragen dürfen gerne mitgebracht werden.



Termin	Donnerstag, 18.4. von 19.30 - 21.00 Uhr
Referentin	Steffi Rolfes, Trage- und Schlafberaterin
Ort	BigBlueButton / in Kooperation mit dem Familienzentrum Regenbogen, Eichen
Anmeldung	Katholische Erwachsenen- und Familienbildung, 02761 9422 00, E-Mail: olpe@kefb.de oder per QR-Code Anmeldeschluss: 1 Woche vor Kursbeginn

Schnell, einfach, lecker & gesund kochen – mit einer Küchenmaschine mit Kochfunktion

10 13

Bei vielen Kinder hören wir oft den Spruch „Ihyyy, das ess ich nicht!“ Kochen für und mit Kindern soll Spaß machen und zwar allen! Über die Vorbereitung bis hin zum Essen deckt das Kochen mit Kindern ein nachhaltiges pädagogisches Spektrum ab. Vor Ort kochen wir einige Rezepte, die Sie mit den Kindern einfach zuhause nachkochen können. Damit es bunt, gesund, schnell und abwechslungsreich auf den Tellern wird. Als Hilfsmittel wird uns eine Küchenmaschine mit Kochfunktion unterstützen. Keine Verkaufsveranstaltung. Kinderbetreuung im Familienzentrum möglich, bitte bei Anmeldung angeben.

Termin	Donnerstag, 18.4. , von 14.00 - 16.15 Uhr
Leitung	Karina Thomas
Teilnehmer	max. 10 Erwachsene
Ort & Anmeldung	Familienzentrum Regenbogen, Schulstr. 29, Eichen, Tel. 02732 82702 Anmeldeschluss: 1 Woche vor Beginn

8

Aktionstablett bzw. Lerntablett – KEINE digitalen Tablettts

Auf einem handelsüblichen Tablett werden mit einfachsten Materialien Übungen oder Aufgabenstellungen vorbereitet. Sie werden vor allem bei den „Übungen des praktischen Lebens“ eingesetzt, sowie auch im Bereich der Sprache, Mathematik und in Sinnesübungen. Das Kind sieht das auf dem Tablett präsentierte Material, versteht die Aufgabe und fühlt sich angeregt, diese zu lösen. Hier werden die Wahrnehmung, die Handgeschicklichkeit und die Augen-Hand Koordination gefördert. Der Leitgedanke der Montessori Pädagogik – „Hilf mir es selbst zu tun“ – lässt sich mit diesen Tablettts in einfacher Art und Weise umsetzen. An praktischen Beispielen werden eine Vielzahl von Aktionstablettts und deren Lernangebote vorgestellt, die leicht im Elternhaus mit Alltagsmaterialien umgesetzt werden können.

Termin	Mittwoch, 24.4. von 14.30 - 16.00 Uhr
Kosten	kosten
Ort	Familienzentrum Fritz-Erlersiedlung, Anemonenweg 11, Kreuztal
Anmeldung	Andrea Becher – Leitung, Telefon 02732 3705

„Ich reiche dir die Hand“ – Wie ich die Beziehung zu meinem Kind stärken!

13

Onlineabend für Eltern mit Kindern ab 10 Jahren sowie Mitarbeiter in OGS

Vor allem in der Pubertät haben viele Eltern und Pädagogen Sorge, dass ihre Kinder sich ihnen mit ihren Problemen und Nöten nicht mehr anvertrauen. Klar, vieles können sie inzwischen alleine lösen aber einiges überfordert sie vielleicht doch und sie brauchen eine helfende Hand. Wir geben Ihnen Tipps und kleine Übungen wie Sie gemeinsam mit Ihren Kindern auf Kurs bleiben, Vertrauen vermitteln und gleichzeitig zu verstehen geben: ich bin da, wenn du mich brauchst und deine Privatsphäre ist mir.



Termin	Mittwoch, 28.5. von 19.00 - 21.15 Uhr
Referentin	Ramona Röther, Resilienz-Trainerin, Ernährungsberaterin
Kosten	keine
Ort	BigBlueButton
Anmeldung	telefonisch bei der kefb in Olpe, 02761 942200, per Mail: suedwestfalen@kefb.de, oder per QR-Code

„Schultütenbasteln“



Was wäre der erste Schultag ohne Schultüte? Und gerade eine selbstgebastelte verschönt diesen Tag ganz besonders und begleitet den kleinen ABC-Schützling auf dem ersten Schulweg. In der Zeit vom 13. - 24. Mai können die Kinder und Eltern sich eine Schultüte (Bastel-Set) auswählen und bestellen. Dazu hängen im Eingangsbereich des Familienzentrums Plakate mit unterschiedlichen Schultüten aus.

Termin	Mittwoch, 12.6. von 14.30 - 16.30 Uhr & Donnerstag, 13.6. von 19.30 - 21.30 Uhr
Kosten	Materialkosten je nach Modell
Leitung	Anette Meier
Ort	Familienzentrum Regenbogen, Schulstraße 29, Eichen
Anmeldung	unbedingt erforderlich bis 24.5! Im Familienzentrum Regenbogen Tel. 02732 82702



„Mama lernt Deutsch“ mehr als nur ein Sprachkurs für Frauen!

Das Kursangebot richtet sich an alle Frauen des Stadtgebietes Kreuztal, die die deutsche Sprache erlernen und die deutsche Kultur kennen lernen möchten.

Ort **Bodelschwing-Grundschule Buschhütten,**
mit Kinderbetreuung
Alte Schulstr. 14, Kreuztal-Buschhütten
mittwochs, 10.00 - 11.30 Uhr,
Veranstaltungsort:
Bottenbacher Str. 4, Buschhütten
Telefon: 02732 791043

Stadtteilbüro FES & MGH Kreuztal,
mit Kinderbetreuung
Danziger Str. 2, Kreuztal
montags, 8.30 - 10.00 Uhr & 10.00 - 11.30 Uhr
dienstags, 8.30 - 10.00 Uhr & 10.00 - 11.30 Uhr
Telefon: 02732 3790

Grundschule an Dreslers Park,
mit Kinderbetreuung
Ziegeleifeld 8, 57223 Kreuztal
mittwochs, 8.00 - 9.30 Uhr
(außer in den Schulferien)
Teilnahme ohne Anmeldung,
in der Mensa der Grundschule
Telefon: 02732 5591 290

Gemeinschaftsgrundschule Fellinghausen,
Schulweg 4, 57223 Kreuztal-Fellinghausen
dienstags, 10.00 - 11.30 Uhr
Telefon: 02732 591786

Infos Sind telefonisch bei den teilnehmenden
Institutionen zu erfragen oder unter:
mama-lernt-deutsch@kreuztal.de



Offenes Beratungsangebot ... für Familien mit Kindern im Vor- und Grundschulalter 4

Leitung	Sabine Ameis, Dipl. Sozialpädagogin und Systemische Familientherapeutin
Kosten	keine

... im Familienzentrum Kreuztal Mitte - Villa Schübel 9
Hagener Straße 31, Kreuztal

Termine	9.1. / 13.2. / 12.3. / 9.4. / 14.5. / 11.6. / 13.8. jeweils von 14.30 - 16.30 Uhr
Anmeldung	erforderlich! Karin Schneider, Telefon 02732 596844

... im Familienzentrum Fritz-Erler-Siedlung 8
Anemonenweg 11, Kreuztal

Termine	jeden 3. Donnerstag im Monat: 18.1. / 15.2. / 21.3. / 16.5. / 20.6. / 22.8. jeweils von 14.00 - 16.00 Uhr
Anmeldung	erforderlich! Andrea Becher, Telefon 02732 3705

... im Familienzentrum Regenbogen 10
Schulstraße 29, Kreuztal-Eichen

Termine	jeden 2. Dienstag im Monat: 9.1. / 13.2. / 5.3. / 9.4. / 14.5. / 11.6. / 9.7. & 10.9. jeweils von 9.00 - 12.00 Uhr
Kontakt	Anette Meier, Telefon 02732 82702

Elternfrühstück in der „Grundschule an Dreslers Park“ 7

Wir frühstücken und unterhalten uns über alle Themen, die für Eltern interessant sind. Bitte eine Kleinigkeit fürs gemeinsame Buffet mitbringen. Kinder sind willkommen.

Termine	5.2. / 15.4. / 6.5. jeweils von 8.00 - 10.00 Uhr
Leitung	Alexandra Georg
Ort	Mensa der Grundschule an Dreslers Park, Ziegeleifeld 8, Kreuztal
Anmeldung	erforderlich! Mobil: 0160 6965752

Elterncafé „Mittendrin“ 8 Treffpunkt für Kita-Eltern und Interessierte

Termine	Letzter Mittwoch im Monat: 31.1. / 28.2. / 27.3. / 24.4. / 29.5. / 26.6. / 28.8. jeweils von 7.30 - 9.30 Uhr
Ort	Familienzentrum Fritz-Erler-Siedlung, Anemonenweg 11, 57223 Kreuztal
Kontakt	Andrea Becher, Telefon: 02732 3705

Elterncafé „Treffpunkt“ 10 Ein Treffpunkt für Kita-Eltern und Interessierte

(Aktuelle Informationen und Angebote finden Sie auch am „Info-Point“ im Eingangsbereich der Einrichtung).

Termine	jeden 1. Freitag im Monat: 5.1. / 2.2. / 1.3. / 5.4. / 3.5. / 7.6. / 5.7. & 6.9. jeweils von 7.30 - 9.30 Uhr
Ort	Familienzentrum Regenbogen, Schulstraße 29, Kreuztal
Anmeldung	Anette Meier, Telefon: 02732 82702 oder E-Mail: info@familienzentrum-eichen.de

Elterncafé im AWO-FZ Weltenbummler 3 Ein Treffpunkt für Kita-Eltern und Interessierte zum gemütlichen Austausch rund ums Thema „Kinder und Erziehung“

Termine	jeden ersten Dienstag im Monat: 6.2. / 5.3. / 9.4. / 7.5. / 4.6. jeweils von 14.00 - 15.30 Uhr
Ort & Anmeldung	im AWO-FZ Weltenbummler, Zum Hammerseifen 56, Kreuztal per E-Mail: t.steinseifer@awo-siegen.de

Elterncafé in der der „Grundschule an Dreslers Park“ 7

Wichtig! Kinder sind willkommen, keine Anmeldung erforderlich!

Termine	jeden Dienstag, außer in den Schulferien jeweils von 8.00 - 9.30 Uhr
Leitung	Alexandra Georg
Ort	Mensa der Grundschule an Dreslers Park, Ziegeleifeld 8, Kreuztal



**Alternative Lebensräume
Familienzentrum Kasimir** ①
Pfarrstr. 2, 57223 Kreuztal
Kontakt: Kathleen Schlabach
Telefon: 02372 5581369
E-Mail: kita.kasimir@alia-siegen.de



**AWO-Familienzentrum
Kindertageseinrichtung Littfeld** ②
Adolf-Wurmbach-Str. 8, 57223 Kreuztal
Kontakt: Bianka Clemens
Telefon: 02732 80127
E-Mail: b.clemens@awo-siegen.de



**AWO-Familienzentrum
Weltenbummler** ③
Zum Hammerseifen 56, 57223 Kreuztal
Kontakt: Tanja Steinseifer
Telefon: 02732 5582222
E-Mail: t.steinseifer@awo-siegen.de



**Beratungsstelle für Eltern, Kinder
und Jugendliche des Kreises
Siegen-Wittgenstein** ④
Bismarckstraße 45, 57076 Siegen
Telefon: 0271 33372040
E-Mail: erziehungsberatung@
siegenwittgenstein.de



DRK-Kinderklinik Siegen ⑤
Wellersbergstraße 60, 57072 Siegen
Kontakt: Herr Dickel
Telefon: 0271 2345442
E-Mail: marketing@drk-kinderklinik.de

**Ev. Familienzentrum /
Kita Fellinghausen** ⑥
Hermann-Manskopf-Weg 5,
57223 Kreuztal-Fellinghausen
Kontakt: Anuschka Schuppener
Telefon: 02732 2498
E-Mail: fellinghausen@evangelischekita.de



**Familiengrundschulzentrum
in der Grundschule an Dreslers Park** ⑦
Ziegeleifeld 8, 57223 Kreuztal
Kontakt: Alexandra Georg
Telefon: 0160 6965752 oder 02732 5591290



Familienzentrum Fritz-Erler-Siedlung ⑧
Anemonenweg 11, 57223 Kreuztal
Kontakt: Andrea Becher
Telefon: 02732 3705



**Familienzentrum Kreuztal Mitte
Dreslers Park - Villa Schübel** ⑨
Hagener Straße 26 / 31, 57223 Kreuztal
Kontakt: Carmen Schlag
Telefon: 02732 596844 oder 02732 21056
E-Mail: info@fz-kreuztal-mitte.de



Familienzentrum Regenbogen ⑩
Schulstraße 29, 57223 Kreuztal-Eichen
Kontakt: Anette Meier
Telefon: 02732 82702
E-Mail: info@familienzentrum-eichen.de



**Friedrich von Bodelschwing-
Grundschule** ⑪
Alte Schulstraße 14,
57223 Kreuztal-Buschhütten
Kontakt: Claudia Gawrosch
Telefon: 02732 791043
E-Mail: info@bodelschwing-grundschule.de



INVEMA e.V. ⑫
Roonstraße 21, 57223 Kreuztal
Kontakt: Stephan Lück
Telefon: 02732 55290-0



KEFB Südwestfalen ⑬
Bruchstraße 53, 57462 Olpe / Biggese
Kontakt: Michaela Rudolph
Telefon: 02761 94220-15
E-Mail: Michaela.Rudolph@kefb.de



Mama lernt deutsch

14

Kontakt: Eva Lindenschmidt
E-Mail: mama-lernt-deutsch@kreuztal.de

musikschule

Musikschule Kreuztal

15

Marburger Straße 10, 57223 Kreuztal
(im Bibliotheksgebäude, Zi. 108)

Kontakt: Anne Hille
Telefon: 02732 51408
E-Mail: Musikschule@Kreuztal.de
Internet: www.kreuztal-kultur.de/musik-
schule

Regionaler Sozialdienst Nord (RSD)

16

(zuständig für Hilchenbach und Kreuztal)
Jugendamt
Bahnhofstraße 10, 57223 Kreuztal
Telefon: 0271 333 2780

kreuztalbibliothek

Stadtbibliothek Kreuztal

17

Marburger Straße 10, 57223 Kreuztal
Kontakt: Linda Donalies
Telefon: 02732 51410



Stadt Kreuztal

18

Familienbüro / Jugendförderung
Siegener Straße 3, 57223 Kreuztal



Kontakt: Norma Röttgers
Telefon: 02732 51356



Stadtteilbüro Fritz-Erler-Siedlung & Mehrgenerationenhaus Kreuztal (Stadtteilbüro FES & MGH Kreuztal)

19

Danziger Straße 2, 57223 Kreuztal
Kontakt: Christina Kölsch
Telefon: 02732 3790
E-Mail: stadtteilbuero@stadt.kreuztal.de



Volkshochschule Siegen-Wittgenstein (vhs)

20

Zweigstelle Kreuztal,
Marburger Str. 10, 57223 Kreuztal

Kontakt: Sina Heßler
Telefon: 02732 51220

Jede/r Kooperationspartner*in hat eine eigene Homepage mit vielen interessanten Angeboten.

Weitere Informationen und Anmeldung

Bitte melden Sie sich direkt telefonisch oder per E-Mail bei den angegebenen Einrichtungen oder Kontaktpersonen an.
Veranstaltungen ohne Anmeldehinweis können ohne Voranmeldung besucht werden.

Nähere Informationen erhalten Sie ebenfalls in den Einrichtungen und darüber hinaus im Internet unter:

[www.kreuztal-familie.de/
beratung-hilfen-unterstuetzung/familienbildung](http://www.kreuztal-familie.de/beratung-hilfen-unterstuetzung/familienbildung)

Kostenermäßigung / Preisstaffelung

Familien mit dem **Kreuztaler Stadtpass** erhalten auf alle Veranstaltungen der Familienbildung, die in Kreuztal stattfinden, einen **Preisnachlass von 50%** (2. Preisangabe).





Stadt Kreuztal – Familienbüro
Siegener Straße 3
57223 Kreuztal
E-Mail: n.roettgers@kreuztal.de

Ansprechpartnerin:

Norma Röttgers
Telefon: 02732 51356



kreuztalfamilie

LOKALE BÜNDNISSE
FÜR FAMILIE