

ELTERN.WISSEN.MEHR.

FAMILIEN

A B C

HERBST /
WINTER
2022 / 23



LANDKREIS
ERLANGEN-HÖCHSTADT



Stadt Erlangen





Im vierzehntägigen **Offenen Schwangeren-café** erhalten Sie Tipps, Rat und Hilfe von Fachleuten aus dem Bereich Schwangerschaft, Geburt und frühe Kindheit (siehe S. 6)



All diese Angebote und vieles mehr finden Sie auch auf der Homepage des Familien ABC unter www.familien-abc.net, in der Kategorie „**Schwangerschaft und Geburt**“.

Mit Hilfe dieser und anderer Kategorien können Sie auf der Webseite die Veranstaltungen nach Ihren Interessen filtern. Schauen Sie doch mal rein! Übrigens werden inzwischen viele Veranstaltungen für Eltern auch online angeboten.

Ob Sie die zahlreichen Angebote für Eltern in unserer Region lieber online oder auf dem Papier entdecken: Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Stöbern und Scrollen im neuen Familien ABC!

Dr. Florian Janik
Oberbürgermeister der Stadt Erlangen

Alexander Tritthart
Landrat des Landkreises Erlangen-Höchstadt

LIEBE ELTERN,

wir freuen uns sehr, Ihnen wieder eine Broschüre des Familien ABC mit einem Veranstaltungskalender rund um Themen des Familienalltags präsentieren zu können. Schwangerschaft und Geburt eines Kindes stellen für Eltern einen neuen, aufregenden Lebensabschnitt dar. In dieser Ausgabe finden werdende und frischgebackene Mamas und Papas hilfreiche Vorträge und Veranstaltungen für diese wichtige Zeit, z.B.:

„**Digitaler Vortrag und Gespräch: Baby in Bewegung**“ über embryonale und frühkindliche Entwicklung von BildungEvangelisch (siehe S. 30)

Informationen zu Elterngeld und Elternzeit – ein Vortrag der VHS Erlangen (siehe S. 73) oder des Zwergerlands Eckental (siehe S. 9)



Eine Initiative der Jugendämter
von Landkreis Erlangen-Höchstadt
und Stadt Erlangen

ELTERN.WISSEN.MEHR. FAMILIEN ABC

- Angebote für Eltern passend zum Alter ihrer Kinder
- Finanzielle und rechtliche Antworten für Familien
- Hilfreiche Videos zum Familienleben
- Beratungsstellen zu allen Fragen rund um Familie
- Angebote, Infos und Videos mit Freunden teilen

Unsere neue Webseite kann mit jedem Endgerät
besucht werden, daher gibt es keine App mehr.



www.familien-abc.net



SEPTEMBER

Familiencafé

01.09.22, 14:30 – 16:30

**Familienstützpunkt im Haus der Begegnung,
Dutendorfer Str. 18, Vestenbergsgreuth**

Herzlich eingeladen sind alle Familien mit Kindern. Wir freuen uns auch über Oma und Opa, Tante und Onkel. Unser Familiencafé bietet Begegnung und Austausch für die Erwachsenen sowie Spiel und Spaß für die Kinder in einer neu eingerichteten Spielecke vom Säugling bis zum Schulkind. Gerne bringen Sie ihre eigenen Getränke und Snacks mit oder erwerben Kaffeespezialitäten und Kuchen vor Ort. Mikrowelle, Abstellmöglichkeiten für Kinderwagen und Wickeltisch vorhanden. Kostenlos und ohne Anmeldung • Sofie Wedel; Es stehen vor Ort Schließfächer (auch zur Dauernutzung) zur Verfügung. **R** Sofie Wedel, 0151/14014207, hdb@vestenbergsgreuth.de

Stammtisch für Alleinerziehende Mütter und Väter

03.09.22, 11:00 – 13:00

DW Erlangen e.V., An den Kellern, Erlangen

Ein Stammtisch mit Frühstück und guten Gesprächen. Kinderbetreuung ist vorhanden. • Manuela Heck; **A R** Manuela Heck, 09131/6301122, alleinerziehend@diakonie-erlangen.de

FINDET MEIN KURS STATT?

Bitte vergewissern Sie sich beim Veranstalter oder auf www.familien-abc.net, ob Ihr Kurs stattfindet. Die Telefonnummer finden Sie in der Kursbeschreibung.

Vielen Dank und Viel Spaß

Familientreff Eckental

05.09.22, 09:30 – 11:30

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Im Offenen Familientreff immer montags von 9:30 – 11:30 Uhr und mittwochs von 14:30 – 17:00 Uhr treffen sich Familien mit Babys und Kleinkindern von 0 – 4 Jahren zum Kennenlernen, Austauschen und gemeinsamen Spielen. Das Familiencafé ist ausgestattet mit kleinkindgerechten Spielmaterialien, in der Küchenecke kann mitgebrachtes Essen erwärmt oder Kaffee und Tee gekocht werden. Komm einfach vorbei, eine Anmeldung ist nicht nötig. Das Angebot ist kostenfrei. • Sabine Will-Wehner; Kostenlose Parkmöglichkeit am Park & Ride Parkplatz direkt am Gleis 3. Wickelmöglichkeiten und Kinderwagenabstellplätze sind vorhanden.

R Sabine Will-Wehner, 09126/2909813, gleis3.eckental@web.de



PEKiP-Kurs früh September – Oktober 2022

06.09.22, 09:00 – 10:30

**Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V.,
Strümpellstr. 10**

Ihr Baby hat das Licht der Welt erblickt. Es erforscht eine neue Welt mit vielen offenen Fragen. Für Eltern mit Babys geboren Januar 22 – März 22. Der Kurs findet unter Beachtung der zum Kurszeitpunkt geltenden Hygiene- und Abstandsregeln statt. 7 Termine. Dienstag (09:00–10:30), Davon 1 x Väter-PEKiP am Samstag 08.10. • Indre Matheus; 95€, Folgetermine: 13.09., 20.09., 04.10., 08.10., 11.10., 18.10.22 **A R** Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de

Bewegungstreff Eckental

06.09.22, 09:30 – 11:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Im Bewegungstreff immer dienstags von 9:30–11:00 Uhr treffen sich Eltern mit Kleinkindern bis ca. 3 Jahre um gemeinsam aktiv zu sein, sich kennenzulernen und auszutauschen. Der Bewegungstreff findet im Familienstützpunkt Gleis 3 in der Halle im Erdgeschoss statt. Es wird jedes Mal eine andere altersgerechte Bewegungslandschaft aufgebaut, die die Kinder erkunden und bespielen können. Entfällt in den Schulferien! Das Angebot ist kostenfrei, eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich. • Nora Breiter; Kostenlose Parkmöglichkeit am Park & Ride Parkplatz direkt am Gleis 3. Wickelmöglichkeiten und Kinderwagenabstellplätze sind vorhanden. **A R** Sabine Will-Wehner, 09126/2909813, gleis3.eckental@web.de

PEKiP-Kurs spät September – Oktober 2022

06.09.22, 11:00 – 12:30

**Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V.,
Strümpellstr. 10**

Ihr Baby hat das Licht der Welt erblickt. Es erforscht eine neue Welt mit vielen offenen Fragen. Für Eltern mit Babys geboren April 22 – Juli 22. Der Kurs findet unter Beachtung der zum Kurszeitpunkt geltenden Hygiene- und Abstandsregeln statt. 7 Termine, Dienstag Vormittag (11:00–12:30), davon 1x Väter-PEKiP am Samstag 08.10. • Indre Matheus; 95€, Folgetermine: 13.09., 20.09., 04.10., 08.10., 11.10., 18.10.22 **A R** Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de

Spielend die Welt erobern

06.09.22, 15:00 – 16:00

**Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V.,
Strümpellstr. 10**

Für Kinder im Alter von 1 – 1,5 Jahren. Für Kinder ist es ein Grundbedürfnis, mit Neugier und Eifer alles in der Welt zu erforschen und zu „begreifen“. Dieser Kurs leitet Eltern zu Spielen mit ihren Kindern an, die alle Sinne durch Bewegung, Sprache und Konzentration ansprechen. • Indre Matheus; 80€, Folgetermine: 13.09., 20.09., 04.10., 11.10., 18.10.22 **A R** Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de



SEPTEMBER

KOSTEN-
FREI

Schwangeren
Café

- ERLANGEN -



Für weitere Infos
bitte scannen!

- Andere Schwangere kennenlernen & sich gegenseitig austauschen.
- Ein offenes Ohr für Ihre Fragen finden.
- Alle wichtigen Infos zur Schwangerschaft, Geburt und der ersten Zeit mit dem Baby.
- Mit einer Hebamme und Fachkräften aus dem Bereich Frühe Kindheit.
- Es wird z.Zt. online per „webex“ durchgeführt. Sie bekommen einen Zugangslink von uns zugeschickt.

jeden zweiten Freitag
(außer in den Schulferien)

10:00 – 12:00 Uhr



SO FINDEN SIE UNS
Stadtteilhaus ISAR 12

Isarstr. 12, Erlangen; 1. Stock
Familienpädagogische Einrichtung
(Mutter-Kind-Treff)



linda.altuntas@stadt.erlangen.de



09131 86 36 62

Stadt Erlangen



DAS JUGENDAMT.
Unterstützung, die ankommt.

LANDKREIS
ERLANGEN-HÖCHSTADT



Veranstalter: Familienpädagogische Einrichtungen des Stadtjugendamtes staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen des & Landkreises ER-Höchstadt und des Stadtjugendamtes Erlangen

Familientreff Eckental

07.09.22, 14:30 – 17:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Familientreff Eckental

12.09.22, 09:30 – 11:30

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

NextSteps® Kurs – Zusammen wachsen – 1.–3. Lebensjahr

13.09.22, 09:30 – 10:45

BINDUNGsvERLANGEN, Schenkstr. 111

NextSteps-Kurs: Warum ist mein Kind so anders, als das Kind meiner Freundin? Welche Wirkung hat mein Umfeld auf unseren Alltag? Wer hat in unserer Familie welche Aufgaben und wie sind sie verteilt? Welchen Einfluss haben Soziale Medien auf uns und unsere Kinder? Welchen Einfluss hat mein Umfeld auf mich und auf uns als Familie? Ich bin ich und du bist du – neue Blickwinkel schaffen. In gemütlicher Atmosphäre werden wir diese und viele weitere Themen besprechen. • Elke Bothe; Eltern-Kind-Raum, EG Kursnummer: BN 22-3, 129 € (69 € für zweiten Elternteil), Folgetermine: 20.09., 27.09., 04.10., 11.10., 18.10., 25.10., 01.11., 08.11.22

A www.bindungsverlangen.de, 0173/7478618, team@bindungsverlangen.de **R** Elke Bothe, 0172/9164525, team@bindungsverlangen.de

Bewegungstreff Eckental

13.09.22, 09:30 – 11:00

Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 06.09.

BabySteps® Kurs „Flöhe“: vom 0. – 4. Lebensmonat

13.09.22, 11:30 – 12:45

BINDUNGsvERLANGEN, Schenkstr. 111

Im BabySteps-Kurs kommen Eltern und Kinder gleichermaßen auf ihre Kosten. Während die Kleinen tolle altersentsprechende Sinnesanregungen erfahren, behandelt jede Stunde ein anderes Thema, wie z.B. Bindung, Stillen/Milchnahrung, Tragen, Schlafen etc. Wir beantworten Deine Fragen, lassen Dich Dein Baby besser verstehen, räumen mit Ammenmärchen auf und erläutern wissenschaftliche Hintergründe. Ein toller Kurs für Groß und Klein, mit viel Spaß, Herz und Informationen. • Elke Bothe; Kursnummer: BS 22-1 Raum: EG rechts Eltern-Kind-Raum (Änderungen je nach aktueller Corona-Lage möglich), 123 € (63 € für zweites Elternteil), Folgetermine: 20.09., 27.09., 04.10., 11.10., 18.10., 25.10., 01.11., 08.11.22 **A R** Elke Bothe, 0172/9164525, www.bindungsverlangen.de, team@bindungsverlangen.de

FamilienCafé im Familienstützpunkt Adelsdorf

13.09.22, 14:30 – 16:30

Familienstützpunkt Adelsdorf, Hauptstr. 21

Wir laden Euch ganz herzlich zu unserem „FamilienCafé“ ein. Hier wird gespielt, getobt und gelacht, während Mami, Papi, Oma, Opa und Bald-Mami miteinander ins Gespräch kommen. Die Leitung des FamilienCafés hat als Sozialpädagogin vor Ort jederzeit ein offenes Ohr für die Fragen und Probleme der Familien. Es werden außerdem auch regelmäßig ReferentInnen zu verschiedenen familienrelevanten Themen eingeladen. • Jessica Thomsen; **A R** Jessica Thomsen, 0163/7412719, familienstuetzpunkt@caritas-erlangen.de



SEPTEMBER

NextSteps® Kurs – Perfekt unperfekt – 1. – 3. Lebensjahr

13.09.22, 15:00 – 16:15

BINDUNGsvERLANGEN, Schenkstr. 111

„Familienglück trotz Belastung und Stress“ Welche Stressoren gibt es und wie kann ich sie verringern? Was ist Familie als System und wie funktioniert es? Wie können wir achtsam miteinander sprechen und finden gemeinsame Lösungen?

Wie gehe ich achtsam mit mir, meinen Gefühlen und Grenzen um? Und wenn ich doch mal laut werde? In gemütlicher Atmosphäre werden wir diese und viele weitere Themen besprechen, um euch zu unterstützen, eure Kinder und ihr Verhalten immer besser zu verstehen. • Elke Bothe; Eltern-Kind-Raum, EG Kursnummer: BN 22-4, 129 € (69 € für zweiten Elternteil) 119 € für Mütaff-Mitglieder, Folgetermine: 20.09., 27.09., 04.10., 11.10., 18.10., 25.10., 01.11., 08.11.22

A www.bindungsverlangen.de, 0173/7478618, team@bindungsverlangen.de **R** Elke Bothe, 0172/9164525, team@bindungsverlangen.de



Familientreff Eckental

14.09.22, 14:30 – 17:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

FamilySteps® Kurs 1.–3. Lebensjahr

14.09.22, 15:00 – 16:45

BINDUNGsvERLANGEN, Schenkstr. 111

FamilySteps-Kurs – eine Auszeit vom Alltag für Eltern und Kinder. Für die Eltern: Wir sprechen über Erziehungsziele, Trösten, Autonomiephase, KitaStart, KitaAlltag, Strafen, Konsequenzen, Belohnung, Schlafen, Schnuller, Trocken werden, Rollenbilder, Lügen, Teilen, achtsame Kommunikation. Für die Kinder: Kinderyoga, Bewegungs- und Singspiele, Massagegeschichten, Atemspiele, verschiedene Sinnesanregungen und Basteln. In gemütlicher Atmosphäre kommen alle gleichermaßen auf ihre Kosten. • Elke Bothe; Eltern-Kind-Raum, EG Kursnummer: FS 22-5, 129 € (69 € für zweiten Elternteil), Folgetermine: 21.09., 28.09., 05.10., 12.10., 19.10., 26.10., 02.11., 09.11.22 **A**

www.bindungsverlangen.de, 0173/7478618, team@bindungsverlangen.de **R** Elke Bothe, 0172/9164525, team@bindungsverlangen.de

Online Schwangerencafé

16.09.22, 10:00 – 11:30

Familienpädagogische Einrichtungen

Liebe Schwangere, wir sind wieder für Sie da! Das Schwangerencafé lädt herzlich alle werdenden Mamas aus Erlangen und dem Landkreis Erlangen-Höchstadt ein, Informationen und Tipps rund um Schwangerschaft, die bevorstehende Geburt und die erste Zeit mit Ihrem Kind auszutauschen. Sie finden hier ein offenes Ohr für alle Ihre Fragen, Rat, Hilfe und praktische Unterstützung durch unsere Hebamme und erfahrenen Mitarbeiterinnen.

Das Online-Café findet aktuell über „Webex“ statt. Wir freuen uns auf Sie! • Linda Altuntas; Für einen Zugangslink zum „Online-Schwangerencafé“ melden Sie sich bitte beim unten genannten Kontakt. Das Angebot ist kostenfrei. **A** Linda Altuntas, 09131/863662, linda.altuntas@stadt.erlangen.de **R** Linda Altuntas, 09131/863174, linda.altuntas@stadt.erlangen.de

Gratis Elterngeld-Beratung

16.09.22, 18:00–20:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Mit über 11 Jahren Erfahrungen in der Beratung greifen wir auf ein hohes Know-How zurück! Wir beraten Sie individuell, ausgerichtet auf Ihre Bedürfnisse und Planungen. Sie bekommen einen persönlichen Ansprechpartner, der für Sie die optimale Höhe Ihres Elterngeldes berechnet und Ihnen zeigt, wie Sie dieses auch bekommen. Wir nehmen Ihnen im Nachgang auf Wunsch den lästigen Papierkram ab und stellen Ihnen die optimierten und fehlerfreien Anträge zur Verfügung. • Andreas Griesel; Präsenz-Kurs – 75 €. Online-Kurs – 56 € **A** **R** Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@dazswergenland.com



Babywerkstatt Herzogenaurach

19.09.22, 09:30–11:00

Babywerkstatt, Erlanger Str. 16, Herzogenaurach

Herzlich Willkommen an alle Eltern mit Babys und Kleinkindern. Wir lernen uns kennen und tauschen uns über die neue Situation mit dem Baby aus. Kostenfreies Gruppenangebot für Eltern mit Baby und Kleinkind mit Fachbegleitung. Informationen zum aktuellen Hygienekonzept erhalten Sie nach der Anmeldung bei der Kursleitung • Doris Hanke; 1. Stock **A** **R** Doris Hanke, 0176/41112921, gfb.hanke@gmx.net

Familientreff Eckental

19.09.22, 09:30–11:30

Familienstützpunkt Gleis 3, Neunkirchner Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Baby-Musikgarten ca. 4–18 Mon.

20.09.22, 09:00–09:30

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Musik ist Balsam für die Seele und es ist erwiesen, dass Musik sich positiv auf die Entwicklung von Kindern auswirkt. Der Musikgarten für Babys lädt Babys mit Ihren Eltern / Bezugsperson zum musikalischen Spiel ein. Gemeinsames Musizieren und Musikhören in dieser frühen Phase ist für das Baby Nahrung für Körper Geist und Seele. • Anette Lorch-Heufelder; 8 Kurseinheiten á 30 min. 65 € **A** **R** Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@dazswergenland.com

SEPTEMBER

Musikgarten ca. 1,5–3 Jahre

20.09.22, 09:00–09:45

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Musikgarten ist ein musikpädagogisches Konzept, das Kinder ab dem Säuglingsalter und deren Eltern zum gemeinsamen Musizieren anregt. Durch musikalische Kinderspiele, Tänze und das gemeinsame Singen erfahren die Kinder eine frühe musikalische Förderung. Die Kinder sollen ohne Leistungserwartungen die Gelegenheit bekommen, Musik aufzunehmen und selbst zu gestalten. Einfache Instrumente wie Klanghölzer, Glöckchen, Rasseln oder Trommeln lassen sie selbst aktiv werden. • Anette Lorch-Heufelder; 8 Kurseinheiten á 45 min auch Nachmittags möglich, 65 € **A R** Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@daszwergenland.com

Eltern-Kind-Café

20.09.22, 09:00–11:00

Schuster's five Familienstützpunkt, Schustergasse 5, Heroldsberg

Beim Eltern-Kind-Café können sich Familien mit Kindern bis 3 Jahren austauschen, Ideen teilen und Kontakte knüpfen. Es gibt die Möglichkeit, sich über Themen wie Geburt, Stillen, Tragehilfen, Ernährung und Schlaf auszutauschen und zu informieren. Außerdem gibt es kleine Snacks und natürlich leckeren Kaffee! Gerne darf man sich aber auch selbst ein Frühstück mitbringen. Einladungen und Infos zu den Terminen bekommt man, wenn man sich zum Newsletter anmeldet: elterncafe@heroldsberg.de • Martina Chalupka und Valentina Kohlmann; Parkplätze am Festplatz. Wir bieten Kinderwagenstellplätze.

Plätze zum Füttern und Wickeln, tolle Spielsachen. Bitte Hausschuhe mitbringen!

A R Martina und Valentina, 0911/518570, elterncafe@heroldsberg.de

Bewegungstreff Eckental

20.09.22, 09:30–11:00

Familienstützpunkt Gleis 3, Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 06.09.

ELTERN TALK im Familienstützpunkt Anger

20.09.22, 09:30–11:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Bei ELTERN TALK können Sie sich in kleiner Runde entspannt mit anderen Eltern zu Erziehungsfragen austauschen, eigene Erfahrungen weitergeben und voneinander lernen. Im Mittelpunkt stehen die Themen Medien, Konsum und Suchtvorbeugung. Begleitet werden die Gesprächsrunden von einer als Moderatorin geschulten Mutter. Für alle Eltern von Kindern bis 14 Jahren, die im Erlanger Stadtteil Anger leben. • Roshenara Bhatti; Die aktuellen Corona-Regelungen erfahren Sie bei der Anmeldung. **A R** Anja Eidloth und Mona Dengler, 09131/863663, familienstuetzpunkt-anger@stadt.erlangen.de



Fragen nach der Geburt ...?

20.09.22, 10:00 – 11:30

**Staatlich anerkannte Beratungsstelle
für Schwangerschaftsfragen,
Karl-Zucker-Str. 10, Erlangen**

Mit der Geburt eines Kindes beginnt eine Lebensphase, die oft mit neuen Herausforderungen und vielen Fragen verbunden ist. Die Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen bietet zusammen mit der Jugend- und Familienberatung Eltern während des ersten Lebensjahres Ihres Kindes an, sich über lebensnahe Themen Ihrer neuen Lebenssituation auszutauschen und bei Bedarf Infos und Unterstützung zu erhalten. Die Babys dürfen gerne zum Termin mitgebracht werden. • Beraterinnen der Schwangerschaftsberatung und der Jugend- und Familienberatung Stadt Erlangen; Nach Möglichkeit wird das Angebot als offene Gruppe stattfinden. **A R** Integrierte Beratungsstelle / Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen, 09131/862295, schwangerenberatung@stadt.erlangen.de

FamilienCafé im Familienstützpunkt Adelsdorf

20.09.22, 14:30 – 16:30

Familienstützpunkt Adelsdorf, Hauptstr. 21

Infos Siehe Angebot am 13.09.

Elternstammtisch „Vom Milchtrinker zum Feinschmecker“

20.09.22, 19:00 – 22:00

**Schuster's five Familienstützpunkt,
Schustergasse 5, Heroldsberg**

Der erste Bissen & die damit verbundene Vielfalt ist ein wichtiger Schritt im Leben Ihres Babys. Gleichzeitig wirft das bei den Eltern auch viele Fragen auf. Wann soll ich mit der Beikost starten? Brei oder Baby led weaning? Und dürfen es auch Gläschen sein? In diesem Vortrag bieten wir allen Interessierten dafür Antworten & eine Orientierung. Dabei sprechen wir auch über die richtige Lebensmittelauswahl. Auch Kostproben & Rezepte, die sich ganz einfach im Alltag umsetzen lassen, fehlen nicht. • Ute Ehrck (Diplom-Ökotrophologin), Valentina Kohlmann (Leitung Elternstammtisch), Armin Stingl (Leitung Schuster's five); barrierefrei. Parkplätze vor Ort vorhanden. Getränke vor Ort erhältlich **A R**

Valentina Kohlmann, 0176/62417822,
elternstammtisch@
heroldsberg.de



SEPTEMBER

BabySteps® „Flöhe, Käfer“: 0.–8. Lebensmonat

21.09.22, 09:30–10:45

BINDUNGsvERLANGEN, Schenkstr. 111

Im BabySteps-Kurs kommen Eltern und Kinder gleichermaßen auf ihre Kosten. Es gibt tolle altersentsprechende Sinnesanregungen, Sing- und Schoßspiele uvm. Zusätzlich behandelt jede Stunde ein anderes Thema, wie z.B. Bindung, Stillen/Milchnahrung, Tragen, Schlafen etc. Wir beantworten Deine Fragen, lassen Dich Dein Baby besser verstehen, räumen mit Ammenmärchen auf und erläutern wissenschaftliche Hintergründe. Ein toller Kurs für Groß und Klein, mit viel Spaß, Herz und Informationen. • Kerstin Jaremenko und Ines Larrea Werner; 123 €, Folgetermine: 28.09., 05.10., 12.10., 19.10., 26.10., 09.11., 23.11.22 **A R** Ines Larrea Werner, 0173/7478618, info@bindungsverlangen.de



Mama-Baby-YOGA (KKzertifiziert)

21.09.22, 10:00–11:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Eine Schwangerschaft und auch die Geburt eines Kindes bringen viele emotionale und körperliche Veränderungen mit sich. Schritt für Schritt gehen wir in die Yogapraxis – eine Praxis die diesen Veränderungen gerecht wird. Wir setzen unseren Fokus auf den Beckenboden, den Rücken und die Bauchdecke. Wir arbeiten mit gezielten aufbauenden Asanas für die geschwächte Muskulatur mit Entspannungsübungen für dich und dein Baby und fördern damit Deine Beweglichkeit und Kräftigung. • Stefanie Zametzer; 8 Kurseinheiten á 60 min, 100 €, wird von der Krankenkasse übernommen **A R** Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@dazwergenland.com

Sie suchen etwas Bestimmtes?

Dann besuchen Sie doch auch die Homepage [www.familien-abc.net!](http://www.familien-abc.net)

Dort können Sie ganz einfach nach Zeiträumen, Veranstaltern oder verschiedenen Kategorien suchen!



BabySteps „Käfer, Mäuse“: 4.–12. Lebensmonat

21.09.22, 11:15 – 12:30

BINDUNGsvERLANGEN, Schenkstr. 111

Im BabySteps-Kurs kommen Eltern und Kinder gleichermaßen auf ihre Kosten. Es gibt tolle altersentsprechende Sinnesanregungen, Sing- und Schoßspiele uvm. Zusätzlich behandelt jede Stunde ein anderes Thema, wie z.B. Bindung, Stillen/Milchnahrung, Tragen, Schlafen etc. Wir beantworten Deine Fragen, lassen Dich Dein Baby besser verstehen, räumen mit Ammenmärchen auf und erläutern wissenschaftliche Hintergründe. Ein toller Kurs für Groß und Klein, mit viel Spaß, Herz und Informationen.

• Kerstin Jaremenko und Ines Larrea Werner; 123 €, Folgetermine: 28.09., 05.10., 12.10., 19.10., 26.10., 09.11., 23.11.22 **A** Ines Larrea Werner, 0173/7478618, info@bindungsverlangen.de **R** Elke Bothe, 0172/9164525, team@bindungsverlangen.de

Familientreff Eckental

21.09.22, 14:30 – 17:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Kindheit und Jugend in Zeiten von Corona

21.09.22, 20:00 – 22:00

**Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V.,
Strümpellstr. 10**

Wir alle sind tief verunsichert. Andere Menschen sind potentiell gefährlich – Nähe nein danke, Lieber auf Abstand gehen – selbst Oma und Opa werden nicht mehr besucht, Schule findet digital statt und Kontaktbeschränkungen zu Freunden begrenzen Spiel und Spaß deutlich. Was macht all das mit unseren Kindern, fragen sich viele Eltern. Was können wir tun, um diese Erfahrungen zu verarbeiten? Lassen Sie uns darauf blicken was Kinder und Jugendliche benötigen, um sich gesund zu entwickeln. • Ilona Schwertner-Welker; 5 € **A** **R** Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de



SEPTEMBER

Familienwochenende „Wald, Wiese und Weltall“

23.09.22, 17:00 – 25.09.22, 13:00

**Kreisjugendring Erlangen-Höchstadt,
Schmidsleiten, Vestenbergsgreuth**

Gemeinsam Zeit verbringen ist wohl das Kostbarste, was wir im Alltag haben. Die Familien erwartet an diesem Wochenende allerhand zu den Themen „Wald, Wiese und Weltall“. Gemeinsam werden Aktionen im Wald durchgeführt und in einer hoffentlich sternklaren Nacht erkunden Kinder und Erwachsene die Wunder des Weltalls. Übernachtet kann wahlweise in den Holzhütten mit Glasdach oder in einem Familienzimmer im Übernachtungshaus.

• Jasmin Siegfried; Eine Teilnahme ist nur für das gesamte Wochenende möglich. Bei Bedarf kann auch ein barrierefreies Bad zur Verfügung gestellt werden. 45 € pro Erwachsenen und 32 € pro Kind inklusive vollwertiger Verpflegung **A R** Susanne Körner, 09131/8032515, susanne.koerne@kjr-erh.de



Familientreff Eckental

26.09.22, 09:30 – 11:30

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Trauercafé

**BildungEvangelisch
Villa an der Schwabach
Hindenburgstr. 46A, Erlangen**

Der Tod eines geliebten Menschen erschüttert die einzelnen Hinterbliebenen und auch die ganze Familie. Bis diese sich wieder stabilisiert hat, dauert es lange, oft Jahre. Wir versuchen Unterstützung in dieser schweren Zeit zu geben. Das ehrenamtlich geleitete Trauercafé bietet einen geschützten Rahmen und lädt Menschen in Trauer ein, sich mitzuteilen, aneinander Anteil zu nehmen, zuzuhören, miteinander zu weinen und auch zu lachen. • Leitung: Illa Kuch, Dorothea Kerling-Winkelmann **R** Bitte melden Sie sich in Corona-Zeiten an bei Illa Kuch, Tel. 0171/8230979 Aktuell gilt die 2G-Regel.

**Termine: jeweils 16:00 – 18:00
22.9. 13.10. 24.11. 15.12.22**

Die Teilnahme ist kostenlos. Einen Film über das Trauercafé gibt es auf unserer Homepage www.bildung-evangelisch.de Den Trauerflyer mit den aktuellen Terminen finden Sie dort unter Downloads.

PEKiP-Bewegungsspiele für Babys (2.–5. Lebensmonat)

27.09.22, 09:00–10:30

Volkshochschule Erlangen, Wilhelmstr. 2f

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Konzept der Gruppenarbeit für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr. Die Bewegungsspiele des PEKiP stellen eine aktivierende Lernform dar. Im intensiven Kontakt und in der genauen Beobachtung erfahren Sie, welchen Anregungen Ihr Kind gerne folgt. Durch die Fachkraft angeleitet unterstützen Sie seine natürliche Entwicklung. • Uta Kuntz-Gärber; vhs Gebäude, Wilhelmstraße 2f, Raum 4, 84 €. Ermäßigungen für versch. Personengruppen möglich! Informationen unter www.vhs-erlangen.de > Kontakt > AGB, Folgetermine: 04.10., 11.10., 18.10., 25.10., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12., 13.12., 20.12.22 **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de



Bewegungstreff Eckental

27.09.22, 09:30–11:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 06.09.

10-Wochen-Kurs MCP „Weniger Stress im Eltern-Sein“

27.09.22, 09:30–11:00

**Lernwege und Lebenswege,
Drausnickstr. 82, Erlangen**

Anerkannter und bezuschusster Präventionskurs. Angeleitete Übungen und Meditationen zu Achtsamkeit und Selbstfürsorge, Reflexion, Input und Austausch in einer kleinen Gruppe. Die Kurstermine und auch die kleinen Übungen für zuhause schenken dir einen Raum zum Auftanken und stärken deine Ressourcen, um im Familienalltag auch dann ruhig und verbunden zu bleiben, wenn es hoch her geht. • Claudia Schlichting; Frühbucherpreis bis 16.08.: 230 €. Zuschuss durch gesetzliche Kassen ca. 80 €, 250 €, Folgetermine: 04.10., 11.10., 18.10., 25.10., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12.22 **A R** Claudia Schlichting, 0151/56957609, info@lernwege-lebenswege.de

ELTERN TALK im Familienstützpunkt Anger

27.09.22, 09:30–11:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 20.09.

SEPTEMBER

Musikgarten für Babys II. (12.–18. Lebensmonat)

27.09.22, 10:15 – 11:00

Volkshochschule Erlangen, Wilhelmstr. 2f

Alle Kinder bringen von Geburt an musikalisches Potenzial mit. Wie sich die musikalischen Fähigkeiten entwickeln, hängt im hohen Maß von der Förderung in den ersten Lebensjahren ab. Im „Musikgarten“ werden die Kinder auf spielerische Weise in die Welt der Musik eingeführt: durch gemeinsames Singen, Fingerspiele, Tanzen und Bewegungen zur Musik, Schaukel-, Kitzel- und Schmuseverse, das Spielen mit einfachen Instrumenten wie Klanghölzern, Glöckchen oder Rasseln sowie genaues Hinhören. • Silvia Cuesta; Bitte eigene Matte als Unterlage mitbringen. Friedrichstraße 17. Raum 24, 74,50 €. Ermäßigungen für versch. Personengruppen möglich! Informationen unter www.vhs-erlangen.de > Kontakt > AGB, Folgetermine: 04.10., 11.10., 18.10., 25.10., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12., 13.12., 20.12., 10.01., 17.01., 24.01.23 **A R**
VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

PEKiP – Bewegungsspiele für Babys (6.–9. Lebensmonat)

27.09.22, 10:45 – 12:15

Volkshochschule Erlangen, Wilhelmstr. 2f

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Konzept der Gruppenarbeit für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr. Die Bewegungsspiele des PEKiP stellen eine aktivierende Lernform dar. Im intensiven Kontakt und in der genauen Beobachtung erfahren Sie, welchen Anregungen Ihr Kind gerne folgt. Durch die Fachkraft angeleitet unterstützen Sie seine natürliche Entwicklung.

• Uta Kuntz-Gärber; vhs-Gebäude, Wilhelmstraße 2f, Raum 4, 84 € zzgl. 3 € Materialgeld an die Kursleiterin. Ermäßigungen für versch. Personengruppen möglich! Informationen unter www.vhs-erlangen.de > Kontakt > AGB, Folgetermine: 04.10., 11.10., 18.10., 25.10., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12., 13.12., 20.12.22 **A R**
VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de



ELTERNBRIEFE per E-Mail

48 Briefe passend zum Alter des Kindes mit wertvollen Tipps und Entwicklungsinfos können kostenlos abonniert werden. Alle Elternbriefe finden Sie auch unter

www.familien-abc.net in Wissenswertes ☞ Elternbriefe.

Musikgarten für Babys I. (6.–12. Lebensmonat)

27.09.22, 11:15 – 12:00

Volkshochschule Erlangen, Wilhelmstr. 2f

Alle Kinder bringen von Geburt an musikalisches Potenzial mit. Wie sich die musikalischen Fähigkeiten entwickeln, hängt im hohen Maß von der Förderung in den ersten Lebensjahren ab. Im „Musikgarten“ werden die Kinder auf spielerische Weise in die Welt der Musik eingeführt: durch gemeinsames Singen, Fingerspiele, Tanzen und Bewegungen zur Musik, Schaukel-, Kitzel- und Schmuseverse, das Spielen mit einfachen Instrumenten wie Klanghölzern, Glöckchen oder Rasseln sowie genaues Hinhören. • Silvia Cuesta; Bitte eigene Matte als Unterlage mitbringen. Friedrichstraße 17, Raum 24, 82,50 €. Ermäßigungen für versch. Personengruppen möglich! Informationen unter www.vhs-erlangen.de > Kontakt > AGB, Folgetermine: 04.10., 11.10., 18.10., 25.10., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12., 13.12., 20.12., 10.01., 17.01., 24.01.23 **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

FamilienCafé im Familienstützpunkt Adelsdorf

27.09.22, 14:30 – 16:30

Familienstützpunkt Adelsdorf, Hauptstr. 21

Infos Siehe Angebot am 13.09.

Musikgarten: Phase I. (24.–30. Lebensmonat)

27.09.22, 14:45 – 15:30

Volkshochschule Erlangen, Wilhelmstr. 2f

Alle Kinder bringen von Geburt an musikalisches Potenzial mit. Wie sich die musikalischen Fähigkeiten entwickeln, hängt im hohen Maß von der Förderung in den ersten Lebensjahren ab. Im „Musikgarten“ werden die Kinder auf spielerische Weise in die Welt der Musik eingeführt: durch gemeinsames Singen, Fingerspiele, Tanzen und Bewegungen zur Musik, Schaukel-, Kitzel- und Schmuseverse, das Spielen mit einfachen Instrumenten wie Klanghölzern, Glöckchen oder Rasseln sowie genaues Hinhören. • Silvia Cuesta; Bitte eigene Matte als Unterlage mitbringen. Friedrichstraße 17, Raum 24. 74,50 €. Ermäßigungen für versch. Personengruppen möglich! Informationen unter www.vhs-erlangen.de > Kontakt > AGB, Folgetermine: 04.10., 11.10., 18.10., 25.10., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12., 13.12., 20.12., 10.01., 17.01., 24.01.23 **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de



SEPTEMBER

Musikgarten Phase I. (18.–24. Lebensmonat)

27.09.22, 15:45 – 16:00

Volkshochschule Erlangen, Wilhelmstr. 2f

Alle Kinder bringen von Geburt an musikalisches Potenzial mit. Wie sich die musikalischen Fähigkeiten entwickeln, hängt im hohen Maß von der Förderung in den ersten Lebensjahren ab. Im „Musikgarten“ werden die Kinder auf spielerische Weise in die Welt der Musik eingeführt: durch gemeinsames Singen, Fingerspiele, Tanzen und Bewegungen zur Musik, Schaukel-, Kitzel- und Schmuseverse, das Spielen mit einfachen Instrumenten wie Klanghölzern, Glöckchen oder Rasseln sowie genaues Hinhören. • Silvia Cuesta; Bitte eigene Matte als Unterlage mitbringen. Friedrichstraße 17, Raum 24, 74,50€. Ermäßigungen für versch. Personengruppen möglich! Informationen unter www.vhs-erlangen.de > Kontakt > AGB, Folgetermine: 04.10., 11.10., 18.10., 25.10., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12., 13.12., 20.12., 10.01., 17.01., 24.01.23 **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

Musikgarten Phase I. (30.–36. Lebensmonat)

27.09.22, 16:45 – 17:30

Volkshochschule Erlangen, Wilhelmstr. 2f

Alle Kinder bringen von Geburt an musikalisches Potenzial mit. Wie sich die musikalischen Fähigkeiten entwickeln, hängt im hohen Maß von der Förderung in den ersten Lebensjahren ab. Im „Musikgarten“ werden die Kinder auf spielerische Weise in die Welt der Musik eingeführt: durch gemeinsames Singen, Fingerspiele, Tanzen und Bewegungen zur Musik, Schaukel-, Kitzel- und Schmuseverse, das Spielen mit einfachen Instrumenten wie Klanghölzern, Glöckchen oder Rasseln sowie genaues Hinhören. • Silvia Cuesta; Bitte eigene Matte als Unterlage mitbringen. Friedrichstraße 17, Raum 24, 74,50€. Ermäßigungen für versch. Personengruppen möglich! Informationen unter www.vhs-erlangen.de > Kontakt > AGB, Folgetermine: 04.10., 11.10., 18.10., 25.10., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12., 13.12., 20.12., 10.01., 17.01., 24.01.23 **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de



BABY WILLKOMMEN!

ist ein Serviceangebot des familienfreundlichen Landkreises Erlangen-Höchstadt in Kooperation mit dem Kinderschutzbund und der Hebammenzentrale. Das geht ganz leicht. Sie fordern den Besuch über www.erlangen-hoechststadt.de > Jugend & Familie > Beratung & Unterstützung von Anfang an > Baby willkommen! an. Dann kommt eine erfahrene Familienhebamme oder Familienkinderkrankenschwester nach Hause und Sie erhalten neben vielen nützlichen Informationen und einem individuellen Gespräch auch einen Gutschein für einen B(r)eikostkurs.

Familientreff Eckental

28.09.22, 14:30 – 17:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Grenzen setzen mit klarer Kommunikation

28.09.22, 19:00 – 21:00

**BildungEvangelisch Erlangen,
Hindenburgstr. 46a**

Im beruflichen und privaten Alltag mit Selbstvertrauen für sich einstehen und gleichzeitig im Kontakt mit anderen bleiben – so gelingt es, Beziehungen wirkungsvoll zu gestalten. „Da hätte ich doch NEIN sagen müssen, aber ich habe mich nicht getraut, ich war wie erstarrt.“ Situationen, in denen die Worte fehlen, Hilflosigkeit und Schamgefühle den eigenen Schutz verhindern. Auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation schauen wir uns den Grund für unser Handeln an und suchen Wege um Grenzen zu setzen. • Simone Grallath; barrierefrei, 20 €. Ermäßigung möglich, Folgetermin: 12.10.22 **A** BildungEvangelisch, 09131/20013, bildung.evangelisch-er@elkb.de **R** Renate Abeßer, 09131/20013, renate.abesser@elkb.de

Starke Eltern – Starke Kinder®

28.09.22, 20:00 – 22:00

**Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V.,
Strümpellstr. 10**

Kindererziehung ist schön und anstrengend zugleich – und manchmal auch eine Herausforderung, die uns an unsere Grenzen bringen kann: Der Elternkurs „Starke Eltern – Starke Kinder“ unterstützt Sie dabei, Ihre Kinder gut zu begleiten, auch wenn's mal hoch hergeht – aber auch die eigenen Bedürfnisse nicht aus den Augen zu verlieren. Der Elternkurs entlastet. Sie verbessern Ihre Familienatmosphäre, wir vermitteln Kenntnisse zu alltäglichen Erziehungsthemen, die Sie erproben können. • Ilona Schwertner-Welker; 90 €, Folgetermine: 05.10., 12.10., 19.10., 09.11., 23.11., 30.11., 07.12.22 **A** **R** Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de



SEPTEMBER

Sprechstunde der Jugend- und Familienberatungsstelle

29.09.22, 09:00 – 12:00

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Frau Burek aus der Jugend- und Familienberatungsstelle der Stadt Erlangen bietet an diesem Tag zwischen 9:00 -12:00 Uhr eine Sprechstunde im Familienstützpunkt Anger an. Haben Sie Fragen rund um das Familienleben zu Erziehung, Schulschwierigkeiten, Partnerschaftskonflikten, Trennung & Scheidung, etc.? Dann vereinbaren Sie telefonisch einen Termin bei uns. Das Angebot richtet sich an alle im Stadtteil Anger lebenden Familien (Aktuelle Corona-Bestimmungen erhalten Sie bei der Anmeldung). • Dunja Burek; Bitte vereinbaren Sie unter: 09131/863663 einen Termin. **A R** Anja Eidloth und Mona Dengler, 09131/863663, familienstuetzpunkt-anger@stadt.erlangen.de

Familiencafé im Familienstützpunkt Büchenbach

29.09.22, 15:00 – 17:00

Familienstützpunkt Büchenbach, Goldwitzerstr. 27, Erlangen

Wir laden Euch ganz herzlich zu unserem „FamilienCafé-Little“ ein. Wir treffen uns im Familienstützpunkt in den Räumen der Familienpädagogischen Einrichtung. Hier können wir in einer Kleingruppe von maximal 5 Besuchern,

gemeinsam Kaffee trinken und allerhand Wichtiges austauschen. Alle Themen rund um Familie sind hier bei den zwei Sozialpädagoginnen gut aufgehoben. Aktuelle Corona-Bestimmungen erhaltet Ihr bei Anmeldung.

• Susanne Zwingel und Madeleine Wunderlich; Diese Veranstaltung ist ausschließlich für Familien aus dem Stadtteil Büchenbach. **A R** Susanne Zwingel und Madeleine Wunderlich, 09131/863537, familienstuetzpunkt-buechenbach@stadt.erlangen.de

Erste Hilfe für Dein Baby – Säuglingspecial – Online

29.09.22, 19:00 – 21:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Dieser Erste Hilfe für dein Baby Säuglingspecial-Kurs soll dir mehr Sicherheit für und mit deinem Baby geben und geht ganz im Speziellen auf die Bedürfnisse und eventuellen Probleme deines Babys ein. Folgende Themen sind dabei: Notruf absetzen, Fieberkrampf, Pseudokrampfanfall, Stürze, Fremdkörperaspiration (also das Verschlucken eines Fremdkörpers am Säugling) und der Unterschied zum größeren Kind inklusive praktischer Übung) und Reanimation am Säugling inklusive praktischer Übung. • Svenja Höse; 120 min. 45 € **A R** Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@dazwergenland.com



Online Schwangerencafé

30.09.22, 10:00 – 11:30

Familienpädagogische Einrichtungen

Infos Siehe Angebot am 16.09.

Frühchengruppe in der Frühförderung Kinderhilfe

30.09.22, 10:30 – 12:00

**Frühförderung Kinderhilfe, Hofmannstr. 67,
Erlangen**

Die Frühchengruppe bietet Raum für Fragen und Erfahrungsaustausch für Eltern von Frühgeborenen ab der Geburt bis zum dritten Geburtstag. Die Gruppe ist kostenlos, offen und findet jeden letzten Freitag im Monat in den Räumen der Frühförderung Kinderhilfe statt. Für die Teilnahme gelten die aktuellen Hygienerichtlinien. • Anja Elpelt; **A R** Anja Elpelt, 09131/208954, anja.elpelt@vfmn.de

Musikgarten: Phase II. (3–4 Jahre)

30.09.22, 14:00 – 14:45

Volkshochschule Erlangen, Wilhelmstr. 2f

Alle Kinder bringen von Geburt an musikalisches Potenzial mit. Wie sich die musikalischen Fähigkeiten entwickeln, hängt im hohen Maß von der Förderung in den ersten Lebensjahren ab. Im „Musikgarten“ werden die Kinder auf spielerische Weise in die Welt der Musik eingeführt: durch gemeinsames Singen, Fingerspiele, Tanzen und Bewegungen zur Musik, Schaukel-, Kitzel- und Schmuseverse, das Spielen mit einfachen Instrumenten wie Klanghölzern, Glöckchen oder Rasseln sowie genaues Hinhören. • Silvia Cuesta; Bitte eigene Matte, ABS-Socken oder Hausschuhe mitbringen. Friedrichstraße 17, Raum 24, 74,50 €. Ermäßigungen für versch. Personengruppen möglich! Informationen unter www.vhs-erlangen.de > Kontakt > AGB, Folgetermine: 07.10., 14.10., 21.10., 28.10., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12., 13.01., 20.01., 27.01., 03.02.23 **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de



SEPTEMBER

Musikgarten: Phase II. (3–4 Jahre)

30.09.22, 14:00–14:45

Volkshochschule Erlangen, Wilhelmstr. 2f

Im Mittelpunkt stehen die Freude am Singen und Musizieren und ein spielerischer Umgang mit Klängen. Die Themen, vor allem Dinge aus der Natur, werden den Kindern durch Klanggeschichten, Lieder, Rhythmikspiele, Tänze und verschiedene Bewegungsmöglichkeiten zur Musik nahegebracht. • Silvia Cuesta; Bitte eigene Matte, ABS-Socken oder Hausschuhe mitbringen. Friedrichstraße 17, Raum 24, 74,50€. Ermäßigungen für versch. Personengruppen möglich! Informationen unter www.vhs-erlangen.de > Kontakt > AGB, Folgetermine: 07.10., 14.10., 21.10., 28.10., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12., 13.01., 20.01., 27.01., 03.02.23 **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

Musikgarten – Geschwisterkurs (3–4 Jahre)

30.09.22, 15:00–15:45

Volkshochschule Erlangen, Wilhelmstr. 2f

Dieser Kurs richtet sich ausschließlich an 3- bis 4-jährige Kinder und einem Geschwisterkind zwischen 1–7 Jahren (max. 2 Kinder) mit einem Elternteil. Sie nach Lust und Laune zur Musik bewegen, verschiedene Instrumente ausprobieren und einfach spielerisch musizieren: So macht der Musikgarten mit Kindern in verschiedenen Altersstufen richtig Spaß. Wenn Sie sich für diesen Geschwisterkurs anmelden, tragen Sie bitte sich und Ihre Kinder ein. • Silvia Cuesta; Bitte eigene Matte. ABS-Socken oder Hausschuhe mitbringen. Friedrichstraße 17, Raum 24, 90€. Ermäßigungen für versch. Personengruppen möglich! Informationen unter www.vhs-erlangen.de > Kontakt > AGB, Folgetermine: 07.10., 14.10., 21.10., 28.10., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12., 13.01., 20.01., 27.01., 03.02.23 **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de



Musikgarten: Phase II. (3–4 Jahre)

30.09.22, 17:00 – 17:45

Volkshochschule Erlangen, Wilhelmstr. 2f

Im Mittelpunkt stehen die Freude am Singen und Musizieren und ein spielerischer Umgang mit Klängen. Die Themen, vor allem Dinge aus der Natur, werden den Kindern durch Klanggeschichten, Lieder, Rhythmikspiele, Tänze und verschiedene Bewegungsmöglichkeiten zur Musik nahegebracht. • Silvia Cuesta; Bitte eigene Matte, ABS-Socken oder Hausschuhe mitbringen. Friedrichstraße 17, Raum 24. 74,50 €. Ermäßigungen für versch. Personengruppen möglich! Informationen unter www.vhs-erlangen.de > Kontakt > AGB, Folgetermine: 07.10., 14.10., 21.10., 28.10., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12., 13.01., 20.01., 27.01., 03.02.23 **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

KEK-Beziehungs-Coaching für Paare mit mehrjähriger Beziehung

30.09.22, 17:30 – 03.10.22, 16:00

**Erzb. Ordinariat Bamberg | HA Seelsorge |
Fachbereich Ehe und Familie,
Dr. Karl Braun Straße 1, Teuschnitz**

Im Mittelpunkt des Kursangebotes steht das Paargespräch. Dabei lernen die teilnehmenden Paare schrittweise, konstruktiv miteinander zu sprechen und sich gegenseitig zuzuhören. Unterstützt werden sie dabei durch geschulte Trainer. In Kursteilen werden grundlegende Gesprächs- und Problemlösefertigkeiten erarbeitet und eingeübt. Damit Sie auch als Familie kommen können, bieten wir

Kinderbetreuung für Kinder ab 3 Jahre an.
Termin: Freitag. 30.09. 17:30 – Montag. 03.10.,
16:00 • Barbara Zellfelder-Flecken, Gerhard
Mall **A** familie@erzbistum-bamberg.de **R**
anita.schmitt@erzbistum-bamberg.de

DANKE, DASS DU ZEIT HAST!

FAMILIENPATENSCHAFTEN
unterstützen ehrenamtlich Familien in herausfordernden Lebenslagen. Das Angebot ist kostenlos.

Im Landkreis Erlangen-Höchstadt
Tel.: 0152/0194 1934

In der Stadt Erlangen
Tel.: 0179/415 65 42

OKTOBER

Stammtisch für Alleinerziehende Mütter und Väter

01.10.22, 11:00 – 13:00

DW Erlangen e.V., An den Kellern, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 03.09.

Märchenspaziergang für Kinder

01.10.22, 14:30 – 16:00

Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V., Atzelsberg 1, Atzelsberg

Wo kann man nicht besser auf Märchen lauschen als an verwunschenen Felsen und Quellen? Macht Euch mit einer Märchenerzählerin auf den Weg und taucht in wundersame Geschichten ein von Riesen und Drachen, von sprechenden Tieren, von mutigen Burschen und klugen Mädchen. Für Kinder von 5 – 10 Jahren, bis 8 Jahren in Begleitung Erwachsener • Iris Frick; 5 € **A R** Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de

Eltern-Kind-Café

04.10.22, 09:00 – 11:00

Schuster's five Familienstützpunkt, Schustergasse 5, Heroldsberg

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Bewegungstreff Eckental

04.10.22, 09:30 – 11:00

Familienstützpunkt Gleis 3, Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 06.09.

ELTERN TALK im Familienstützpunkt Anger

04.10.22, 09:30 – 11:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 20.09.

FamilienCafé im Familienstützpunkt Adelsdorf

04.10.22, 14:30 – 16:30

Familienstützpunkt Adelsdorf, Hauptstr. 21

Infos Siehe Angebot am 13.09.

Waldwichtel unterwegs – Waldbaden im Herbst (Kurs)

05.10.22, 09:30 – 11:00

Volkshochschule Erlangen, Weinstr. 100

Für Erwachsene mit ihrem (Enkel-)Kind im Alter zwischen 18 und 30 Monaten. Unterwegs sein im Wald inspiriert und beruhigt. Gemeinsam durchstreifen wir den Wald. Wir erleben mit allen Sinnen den Wechsel der Jahreszeit rund um das Walderlebniszentrum (WEZ). Dabei testen wir unsere Bewegungsmöglichkeiten aus. Lieder und Fingerspiele begleiten uns. Das Kind muss sicher laufen können! Bitte eine Sitzunterlage mitbringen. • Katja Ehmcke; Feste Schuhe und wetterfeste Kleidung sind Pflicht, wir sind bei jedem Wetter draußen unterwegs. 34 € zzgl. 3 € Materialgeld. Ermäßigungen für versch. Personengruppen möglich! Informationen unter www.vhs-erlangen.de > Kontakt > AGB, Folgetermine: 12.10., 19.10., 26.10.22 **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

Familientreff Eckental

05.10.22, 14:30 – 17:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Schulreife – mehr als Zahlen und Buchstaben

05.10.22, 19:30 – 21:00

**VHS Herzogenaurach, Badgasse 4,
Herzogenaurach**

Die Einschulung steht an und Sie sind sich unsicher, ob Ihr Kind schon so weit ist? Was sollte ein Vorschulkind beherrschen? Welche Kompetenzen sind wichtig und wie können diese spielerisch im Alltag integriert, gefestigt und geübt werden? Mit vielen alltagstauglichen Tipps für Eltern sowie einer Fragerunde am Ende des Vortrags. • Carolin Deutschmann; Kursnummer noch nicht bekannt – wird nachgereicht. 8–10 €
[A] VHS Herzogenaurach, 09132/901320, vhs@herzogenaurach.de [R] Carolin Deutschmann, 0170/7563333, herz_im_glueck@web.de

PEKiP® Geburtsmonate Januar – April 2022

06.10.22, 09:00 – 10:30

La Sudi, Gaisbühlstraße 4, Erlangen

Ein Kurs für dich, dein Baby und eure Bindung. Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Konzept für Eltern und ihre Babys im ersten Lebensjahr. Ab der 8. Lebenswoche deines Babys begleite ich dich und dein Baby sanft und bindungsorientiert mit individuellen Spiel-, Bewegungs- und Sinnesanregungen. Sofern Plätze frei sind freuen wir uns auf NeueinsteigerInnen in Fortsetzungskursen. • Sudi Zhang-Michl; PEKiP-Kurse werden von manchen Krankenkassen bezuschusst. Bitte erkundige dich bei deiner Krankenkasse. 130 € (inkl. 2 € Materialkosten) [A] Sudi Zhang-Michl, 0176/45533465, info@la-sudi.de [R] Sudi Zhang-Michl, 0176/45533465, zhang.sudi@gmail.com



OKTOBER

Babymassage

06.10.22, 09:30 – 10:15

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

“Babymassage ist kein Trend, vielmehr ist es eine uralte Kunst...” [Vimala Schneider Mc Clure] Das Baby hat ein Grundbedürfnis nach Nähe und Körperkontakt, Berührung und Zuneigung sind das Fundament einer starken Beziehung. Babys brauchen deshalb Körperkontakt wie die Luft zum Atmen. Die Babymassage ist hervorragend dazu geeignet, die Entwicklung der natürlichen Eltern-Kind-Bindung zu unterstützen, in Präsenz und online möglich • Sandy Matthes; Kurseinheiten: 5 x 45 Min. Dieser Kurs wird von manchen Krankenkassen anteilig oder komplett übernommen. Präsenz-Kurs – 75 €. Online-Kurs – 56 €
A R Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@daszwergenland.com

PEKiP®

Geburtsmonate Mai–Juli 2022

06.10.22, 10:45 – 12:15

La Sudi, Gaisbühlstraße 4, Erlangen

Ein Kurs für dich, dein Baby und eure Bindung. Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Konzept für Eltern und ihre Babys im ersten Lebensjahr. Ab der 8. Lebenswoche deines Babys begleite ich dich und dein Baby sanft und bindungsorientiert mit individuellen Spiel-, Bewegungs- und Sinnesanregungen. Sofern Plätze frei sind freuen wir uns auf NeueinsteigerInnen in Fortsetzungskursen. • Sudi Zhang-Michl; PEKiP-Kurse werden von manchen Krankenkassen bezuschusst. Bitte erkundige dich bei deiner Krankenkasse. 130 € (inkl. 2 € Materialkosten), Folgetermine: 13.10., 20.10., 27.10., 10.11., 17.11., 24.11., 01.12.22 **A** Sudi Zhang-Michl, 0176/45533465, info@la-sudi.de
R Sudi Zhang-Michl, 0176/45533465, zhang.sudi@gmail.com



ELTERNTALK

auch
online

ELTERNTALK bringt Eltern ins Gespräch.

Eltern treffen sich mit einem/einer ModeratorIn in privaten Gesprächsrunden, um Lösungswege für den Umgang mit Medien und Konsum zu besprechen und Sicherheit in Erziehungsfragen zu bekommen. Die ModeratorIn führt in das jeweilige Thema ein und ermutigt die Eltern, sich ihre Erfahrungen

mitzuteilen. Die Gesprächsrunden finden nach Wunsch in ukrainisch, arabisch, türkisch, russisch, deutsch oder anderen Sprachen statt! Informationen und Kontakt: Gabriele Heller, 09131/9333556 oder 0176/24746524, elterntalk.dksb-er@gmx.de www.elterntalk.de

Familiencafé

06.10.22, 14:30 – 16:30

Familienstützpunkt im Haus der Begegnung,
Dutendorfer Str. 18, Vestenbergsgreuth

Infos Siehe Angebot am 01.09.

Meine Kinder – Deine Kinder – Unsere Familie

06.10.22, 19:00 – 21:00

Erziehungs-, Jugend- und Familien-
beratungsstelle der Caritas Erlangen,
Anna-Herrmann-Str. 3, Herzogenaurach

Ein Abend mit Informationen und Austausch für Eltern in Stief- und Patchworkfamilien. • Birgitt Fiederle (Dipl.Päd.), Holger Dettenthaler (Dipl. Soz.-Päd.); **A** Angelika Biermann, 09132/8088, eb@caritas-erlangen.de **R** Simone Steiner, 09132/8088, eb@caritas-erlangen.de



Wie spreche ich mit meinem Kind über Krieg?

06.10.22, 20:00 – 22:00

Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V.,
Strümpellstr. 10

Diese Frage stellen sich aktuell viele Eltern, da der Krieg in der Ukraine längst über die Medien in Bildern, Filmaufnahmen und Beiträgen bei uns angekommen ist. Der Krieg beunruhigt und schockiert uns alle und das Thema ist allgegenwärtig. Kinder reagieren auf diese Situation sehr unterschiedlich. Je nach Alter benötigen sie auf ihre Fragen und Gefühle eine angemessene Begleitung. Es gibt viele Möglichkeiten, gemeinsam mit den Kindern Entlastung zu finden. • Ilona Schwertner-Welker; 5 € **A** **R** Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de

Waldbaden – Shinrin-Yoku für Kinder

08.10.22, 10:00 – 12:00

Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V.,
Spardorfer Str. 81, Erlangen

Achtsame Zeit in der Natur verbringen. Für alle, die den Wald und die Natur mögen, wird es interessant sein, diesen einmal auf andere Art und Weise wahrzunehmen und so vielleicht neu kennenzulernen. Wir werden den Wald mit allen Sinnen erfahren und erspüren. Wir werden alle Sinne aktivieren: sehen, hören, riechen, schmecken, fühlen und so unseren Körper und unsere Umwelt erspüren, sozusagen im Wald baden. Für Kindergartenkinder im Alter von 4–6/7 Jahren mit einem Elternteil. • Katrin Pierer von Esch; 5 € **A** **R** Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de

OKTOBER

Erste Hilfe am Kind

08.10.22, 11:00–17:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Im Kurs Erste Hilfe am Kind steht die Vermittlung der grundlegenden Maßnahmen zur unmittelbaren Lebensrettung in Theorie und Praxis im Mittelpunkt: Verhalten an Unfallstellen, Retten aus Gefahrenbereichen, Notruf, Verhalten bei Bewusstlosigkeit, Behandlung von Atem- und Kreislaufstörungen inklusive Beatmung und Herz-Lungen-Wiederbelebung, Blutstillung bei lebensbedrohlichen Blutungen, Behandlung des Schocks. Insbesondere wird hier auf die Besonderheiten der Notfälle im Kindesalter eingegangen. • Der Kurs wird gehalten von einem Dozenten des ASB Erlangen-Höchstädt; Kursgebühr: 55 €. Paare zahlen zusammen 90 €, Folgetermin: 03.12. **A R** Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@daszwergenland.com

Herbst-Aktionstag für Familien

08.10.22, 14:00–17:00

Familienstützpunkt Büchenbach, Goldwitzerstr.27, Erlangen

Ein Aktionstag für die ganze Familie! Hier können Sie als Erwachsene mit Ihren Kindern gemeinsam die Natur erkunden, experimentieren und als Familie Aufgaben lösen. Also Spaß für Groß und Klein! Der Herbsttag wird je nach Wetterlage passend gestaltet. Bei schlechtem Wetter findet er in den Räumen des Familienstützpunktes statt. Am Ende gibt es einen Imbiss für alle Teilnehmer. • Elke Weidner und Susanne Tassus; Diese Veranstaltung richtet sich

ausschließlich an Büchenbacher Familien. **A** Familienstützpunkt Büchenbach, 09131/863537, familienstuetzpunkt-buechenbach@stadt.erlangen.de **R** Susanne Zwingel und Madeleine Wunderlich, 09131/863537, familienstuetzpunkt-buechenbach@stadt.erlangen.de

Babywerkstatt Herzogenaurach

10.10.22, 09:30–11:00

Babywerkstatt, Erlanger Str. 16, Herzogenaurach

Einführung in die Babymassage. Kathrin Brendel stellt uns die Babymassage vor und auf was wir achten müssen. Kostenfreies Gruppenangebot für Eltern mit Baby und Kleinkind. Informationen zum aktuellen Hygienekonzept erhalten Sie nach der Anmeldung von der Kursleitung. • Doris Hanke; 1. Stock **A R** Doris Hanke, 0176/41112921, gfb.hanke@gmx.net

Familientreff Eckental

10.10.22, 09:30–11:30

Familienstützpunkt Gleis 3, Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

FINDET MEIN KURS STATT?

Bitte vergewissern Sie sich beim Veranstalter oder auf www.familien-abc.net, ob Ihr Kurs stattfindet. Die Telefonnummer finden Sie in der Kursbeschreibung.

Vielen Dank und Viel Spaß

Homöopathie Basics – einfach erklärt

10.10.22, 17:00 – 18:00

**Zwergenland Familien und Hebammen-
zentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental**

Petra Giegold kommt ins Zwergenland nach Forth und erklärt Dir die wichtigsten Grundlagen dieser wundervollen Therapieform und was Du bei der Behandlung von Kindern beachten musst.

• Petra Giegold; **A R** Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@daszwergenland.com

AD(H)S und Co.

10.10.22, 19:00 – 21:00

**Erziehungs-, Jugend- und Familien-
beratungsstelle der Caritas Erlangen,
Anna-Herrmann-Str. 3, Herzogenaurach**

Gesprächskreis für Eltern über Fragen, Probleme und Lösungen im Zusammenhang mit betreuungsintensiven Kindern, die Aufmerksamkeitsstörungen oder auffallend impulsives Verhalten zeigen und die Beziehungs- und Erziehungsfähigkeit der Eltern in besonderem Maß herausfordern. • Marion Serafin (Dipl.Psych.), Martin Weidner (Dipl.-Soz.päd); Folgetermin: 07.11.22 **A** Angelika Biermann, 09132/8088, eb@caritas-erlangen.de **R** Simone Steiner, 09132/8088, eb@caritas-erlangen.de

Bewegungstreff Eckental

11.10.22, 09:30 – 11:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 06.09.

FamilienCafé im Familienstützpunkt Adelsdorf

11.10.22, 14:30 – 16:30

Familienstützpunkt Adelsdorf, Hauptstr. 21

Infos Siehe Angebot am 13.09.

Beikost-Kurs Eckental

12.10.22, 09:30 – 12:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Workshop zur Beikost-Einführung für Eltern mit Kindern von 0–8 Monaten. Die Ernährungsberaterin Juliana Morelli-Bell gibt Infos und Tipps wenn dein Kind bald schon bereit ist, die Welt des Essens zu entdecken oder auch gerade schon mittendrin ist. Themen sind u.a.: Wie lernt ein Baby essen und kauen? Wie kann ich die Bereitschaftssignale erkennen? Wie kann ich ein essenlernendes Baby im Ess-Alltag unterstützen? Die Sicherheit rund ums Essen. Lebensmittel – was kann ich anbieten, was ist tabu? • Juliana Morelli Bell; Der Beikost-Kurs ist für Teilnehmer*innen aus dem Landkreis ERH kostenfrei; für Teilnehmer*innen aus anderen Landkreisen Kursgebühr 40 €. **A R** Sabine Will-Wehner, 09126/2909813, gleis3.eckental@web.de

Familientreff Eckental

12.10.22, 14:30 – 17:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

OKTOBER

Waldwichtel besuchen ihre Tierfreunde

12.10.22, 15:00 – 17:00

Volkshochschule Erlangen, Weinstr. 100

Für (Groß-)Eltern mit ihrem (Enkel-)Kind im Alter von 3 – 6 Jahren. Auch im Herbst sind viele kleine Tiere aktiv im Wald. Wir besuchen sie und schauen, wie sie leben. Wir schlüpfen in ihre Rolle und entdecken den Wald aus ihrer Perspektive. Lasst euch darauf ein und erlebt Überraschendes. Feste Schuhe und wetterfeste Kleidung sind Pflicht, wir sind bei jedem Wetter draußen unterwegs. • Katja Ehmcke; Bitte eine Sitzunterlage mitbringen! 15 € pro Veranstaltung zzgl. 1 € Materialgeld an die Kursleiterin **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

PEKiP® Geburtsmonate Januar – April 22

13.10.22, 09:00 – 10:30

La Sudi, Gaisbühlstraße 4, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 06.10.

Das Familiencafé im Familienstützpunkt Anger

13.10.22, 16:00 – 17:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Wir laden euch herzlich zu unserem Familiencafé ein. Hier könnt ihr andere Familien treffen, es euch bei Kaffee und süßen Teilchen gut gehen lassen, den zwei Sozialpädagoginnen Fragen rund um das Familienleben stellen und gemeinsam mit euren Kindern eine gute Zeit verbringen. (Aktuelle Corona-Bestimmungen erhaltet ihr

bei der Anmeldung.) • Anja Eidloth und Mona Dengler; Das Angebot richtet sich an Familien, die im Stadtteil Anger leben. Es findet im großen Saal des Stadtteilhaus Isarstraße 12 statt. **A** **R** Anja Eidloth, Mona Dengler, 09131/863663, familienstuetzpunkt-anger@stadt.erlangen.de

Digitaler Vortrag und Gespräch: Baby in Bewegung

13.10.22, 20:00 – 21:30

BildungEvangelisch Erlangen

Die Schwangerschaft – Wie entwickelt sich mein Baby im Mutterleib? Was sind frühkindliche Reflexe? Was kann ich tun, damit sich mein Baby schon im Mutterleib optimal entwickelt? Die Geburt – Wie wichtig ist die natürliche Geburt für das Baby? Was sollte ich beachten? Das erste Lebensjahr – Warum sind frühkindliche Reflexe lebensnotwendig? Was hat das alles mit der Vernetzung im Gehirn und der neuronalen Reife zu tun? Welche Meilensteine sollte mein Baby unbedingt durchlaufen? • Daniela Saam; Anmeldung und Registrierungslink über die Homepage: www.bildung-evangelisch.de **A** Anja Zum Winkel, 09131/20013, bildung.evangelisch-er@elkb.de **R** Renate Abesser, 09131/20013, renate.abesser@elkb.de



PEKiP-Bewegungsspiele für Babys (5.-7. Lebensmonat)

14.10.22, 09:00 – 10:30

**Volkshochschule Erlangen,
Goldwitzer Straße 27**

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Konzept der Gruppenarbeit für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr. Die Bewegungsspiele des PEKiP stellen eine aktivierende Lernform dar. Im intensiven Kontakt und in der genauen Beobachtung erfahren Sie, welchen Anregungen Ihr Kind gerne folgt. Durch die Fachkraft angeleitet unterstützen Sie seine natürliche Entwicklung. • Sudi Zhang-Michl; Bitte Handtuch als Unterlage für das Baby mitbringen. 63 € zzgl. 3 € Materialgeld an die Kursleiterin. Ermäßigungen für versch. Personengruppen möglich! Informationen unter www.vhs-erlangen.de > Kontakt > AGB, Folgetermine: 21.10., 28.10., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12.22 **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

Online Schwangerencafé

14.10.22, 10:00 – 11:30

Familienpädagogische Einrichtungen

Infos Siehe Angebot am 16.09.

PEKiP-Bewegungsspiele für Babys (2.–4. Lebensmonat)

14.10.22, 10:45 – 12:15

**Volkshochschule Erlangen,
Goldwitzer Straße 27**

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Konzept der Gruppenarbeit für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr. Die Bewegungsspiele des PEKiP stellen eine aktivierende Lernform dar. Im intensiven Kontakt und in der genauen Beobachtung erfahren Sie, welchen Anregungen Ihr Kind gerne folgt. Durch die Fachkraft angeleitet unterstützen Sie seine natürliche Entwicklung. • Sudi Zhang-Michl; Bitte Handtuch als Unterlage für das Baby mitbringen. 63 €. Ermäßigung mit Erlangen Pass möglich, Folgetermine: 21.10., 28.10., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12.22 **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de



OKTOBER

Wir können die Wellen nicht aufhalten ...

15.10.22, 09:30 – 15:00

Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V., Strümpellstr. 10

„Mein Problem ist es, dass ich durch meine große Wut gar nicht mehr dazu komme, diese „schönen“ Erziehungsmethoden anzuwenden“, sagte eine Mutter im Elternkurs. Wie können Eltern mit ihren großen Emotionen in schwierigen Erziehungssituationen umgehen, um handlungsfähig zu bleiben? Wie ein Surfer die großen Wellen zu reiten, die Energie sinnvoll zu nutzen und sich von dem hohen Seegang nicht zu sehr beeindrucken lassen, wird Thema dieses Workshops sein.

• Ilona Schwertner-Welker; 20 € **A R** Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de

Babymassage CRASHKURS 2 x 90 min

15.10.22, 10:00 – 11:30

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

„Babymassage ist kein Trend, vielmehr ist es eine uralte Kunst...“ [Vimala Schneider Mc Clure] Das Baby hat ein Grundbedürfnis nach Nähe und Körperkontakt. Berührung und Zuneigung sind das Fundament einer starken Beziehung. Babys brauchen deshalb Körperkontakt wie die Luft zum Atmen. Die Babymassage ist hervorragend dazu geeignet, die Entwicklung der natürlichen Eltern-Kind-Bindung zu unterstützen, in Präsenz und online möglich • Stefanie Zametzer; 2 x ca. 90 Min. zzgl. Austauschzeit für die Eltern. Präsenz-Kurs: 75 €. Online-Kurs: 56 € **A R** Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@dazwergenland.com

„Ich kann das!“ Was dem Selbstbewusstsein des Kindes gut tut

15.10.22, 10:00 – 12:30

VHS Herzogenaurach, Badgasse 4, Herzogenaurach

Warum ist es so wichtig den Selbstwert deines Kindes zu stärken und weshalb ist dein Kind so, wie es ist? Wir erarbeiten gemeinsam welche Erfahrungen dein Kind braucht, damit sich sein Selbstwert positiv entwickelt und wie du das in euren Familienalltag integrierst. Wir reden über die Kraft des Mentaltrainings & besprechen Praxisbeispiele aus denen dein Kind gestärkt hervorgeht. Unterstütze dein Kind in seiner Entwicklung und sei ihm ein starker Partner auf dem Weg ins Leben. • Carolin Deutschmann; Kursnummer noch nicht bekannt – wird nachgereicht, 8 – 10 € **A VHS Herzogenaurach, 09132/901320, vhs@herzogenaurach.de R** Carolin Deutschmann, 0170/7563333, herz_im_glueck@web.de



„Der Herbst, der Herbst ist da“ Eltern-Kind-Spezial ab 8 Jahren

15.10.22, 14:00 – 17:00

VHS Eckental, Heidestr. 11, Eckental

An unserem herbstlichen Eltern-Kind-Nachmittag bietet die Kreativwerkstatt ein vielfältiges Angebot passend zur Herbstzeit. In drei Stunden entstehen dekorativer Tischschmuck (z.B. Fliegenpilze, Igelsteine), Igel-Stabpuppen und Papierdrahtskulpturen (in dieser Technik werden auch noch Enten, Eicheln oder Pilze gefertigt). Wir bemalen Blätter in Aborigines-Technik und verarbeiten sie zu Windlichtern, Türkränzen und Girlanden. Und natürlich gibt es wieder die beliebten Entenbilder aus Körnern. • Gaby Ochner; 4 Paare = 1 Kind (ab 8) + 1 Erwachsener (Mutter, Vater, Opa, Oma), 15 € Erwachsener, 11,50 € Kind **A R** VHS Eckental, 09126/9030, vhs@eckental.de **R** Ekaterina Grimm, 09126/903224, vhs@eckental.de

Miniclub

17.10.22, 09:00 – 10:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Im Miniclub können sich Eltern mit ihren Kindern freuen auf eine Stunde voller Singen, Spielen, Turnen und Basteln. Hier ist Raum für die Kinder um positive Erfahrungen zu sammeln und auch Kontakte zu anderen Kindern zu knüpfen. Ein schönes Gruppenerlebnis, auch um sich auszutauschen. Der Miniclub kann Dich und Deine Kinder von ca. 1 – 3 Jahren begleiten zur Vorbereitung auf die Krippen- oder Kindergartenzeit. • Jasmin Adigüzel; 8 Kurseinheiten á 60 min, 80 € **A R** Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@daszwergerland.com

Bewegungswerkstatt ca. 6 – 18 Monate

17.10.22, 09:00 – 10:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Das erste Lebensjahr ist ein ganz Besonderes. Dein Kind lernt immer mehr dazu. Es übt die ersten Laute, beginnt seine Umwelt zu erkunden und kann seinen Körper immer besser steuern. In diesem Kurs stehen Spiel- und Bewegungsanregungen für die Kinder im Mittelpunkt der Gruppenarbeit. • Simone Grau; 8 Kurseinheiten á 60 min, 80 € **A R** Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@daszwergerland.com



Familientreff Eckental

17.10.22, 09:30 – 11:30

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

OKTOBER

Digital: Ich bin so frei – wenn Kinder flügge werden

17.10.22, 19:00–21:00

BildungEvangelisch Erlangen

Die Pubertät – eine Lebensphase, die Kinder und Eltern oft gleichermaßen verunsichert und stresst. Wie gelingt es, das Kind los zu lassen, ohne es fallen zu lassen? Was darf ich erlauben, was kann ich wie verbieten? Wie kann der Alltag und das Zusammenleben neu geordnet und gestaltet werden? Welches Erziehungsverhalten ist entwicklungshemmend, welches entwicklungsfördernd? Dieses Seminar will Eltern Information, Orientierung und Hilfe geben, gut und mit Humor durch die Pubertätszeit zu kommen. • Anette Jenne; Anmeldung und Registrierungslink über die Homepage: www.bildung-evangelisch.de, 60 €. Paar 90 €. Ermäßigung möglich, Folgetermine: 07.11., 12.12., 09.01.23 **A** Anja Zum Winkel, 09131/20013, bildung.evangelisch-er@elkb.de **R** Renate Abeßer, 09131/20013, renate.abesser@elkb.de

Babys in Bewegung ca. 4–6 Mon.

18.10.22, 09:00–10:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Nach einer musikalischen Begrüßungsrunde, einer Kurzmassage oder einer kleinen Dehnungsübung für die Kleinen gibt es im Anschluss Bewegungsspiele und erste Sinneserfahrungen werden zusammen mit den anderen Babys gemacht. Eine sehr aufregende Sache. Dabei wird aber stets darauf geachtet, die Angebote

in dem Kurs altersgerecht und in Maßen anzubieten um die Kinder nicht zu überfordern. • Sandy Matthes; 8 Kurseinheiten à 60 min, 80 € **A** **R** Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@dazwergenland.com

Sinnes- & Bewegungswerkstatt ca. 6–18 Monate

18.10.22, 09:00–10:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Das erste Lebensjahr ist ein ganz Besonderes. Dein Kind lernt immer mehr dazu. Es übt die ersten Laute, beginnt seine Umwelt zu erkunden und kann seinen Körper immer besser steuern. In diesem Kurs stehen Spiel-, Bewegungs- und Sinnesanregungen für die Kinder im Mittelpunkt der Gruppenarbeit. • Jasmin Adigüzel; 8 Kurseinheiten à 60 min, 80 € **A** **R** Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@dazwergenland.com

Eltern-Kind-Café

18.10.22, 09:00–11:00

Schuster's five Familienstützpunkt, Schustergasse 5, Heroldsberg

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Bewegungstreff Eckental

18.10.22, 09:30–11:00

Familienstützpunkt Gleis 3, Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 06.09.

ELTERNTALK im Familienstützpunkt Anger

18.10.22, 09:30 – 11:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 20.09.

FamilienCafé im Familienstützpunkt Adelsdorf

18.10.22, 14:30 – 16:30

Familienstützpunkt Adelsdorf, Hauptstr. 21

Infos Siehe Angebot am 13.09.

Elternstammtisch „Mit Homöopathie durch die Erkältungszeit“

18.10.22, 19:00 – 22:00

**Schuster's five Familienstützpunkt,
Schustergasse 5, Heroldsberg**

Im Vortrag erfahren Sie, wie sie mit den gängigen homöopathischen Mitteln und Naturheilkunde gesund durch den Herbst und Winter kommen. Als langjährige Kinderkrankenschwester und Heilpraktikerin mit eigener Praxis besprechen wir die Einsatzmöglichkeiten und Wirkweisen von Globuli. Auch Schüßlersalzen, Immunkuren und Nahrungsergänzungsmitteln besprechen wir. Sie erhalten Informationen wie Sie sich eine kleine Hausapotheke zusammenstellen und wie sie die einzelnen Mittel einsetzen können. • Nicole Deuerling (staatl. gepr. Heilpraktikerin und Kinderkrankenschwester), Valentina Kohlmann (Leitung Elternstammtisch). Armin Stingl (Leitung Schusters five); barrierefrei. Parkplätze vor Ort vorhanden. Getränke vor Ort erhältlich

A R Valentina Kohlmann, 0176/62417822, elternstammtisch@heroldsberg.de

Zeitmanagement „Plane das Spontane“ (Online-Vortrag)

18.10.22, 20:00 – 22:00

Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V.

Job, Kinder, Haushalt – Eltern kennen das tägliche Jonglier-Spiel und fragen sich zu Recht: „Wo bleibe eigentlich ich!“ Ein alltagstaugliches Zeitmanagement ist der Schlüssel zu einem entspannten Tagesablauf und mehr Qualitätszeit! Denn Sie müssen sich um sich selbst kümmern, um beruflich sowie privat produktiv und leistungsstark sein zu können und für Ihre Kinder stark zu sein! • Julia Tiefenbacher; Anmeldung auf der Homepage **A R** Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de

Sinneswerkstatt ca. 8–11 Monate

19.10.22, 09:00 – 10:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Babys finden in der Sinneswerkstatt Anregungen und vielfältige Möglichkeiten um sich zu bewegen und ihre Sinne anzuregen. Z.B. arbeiten wir in drei Kurseinheiten auch mit Lebensmitteln. Nicht um damit zu spielen sondern um den Kindern die Möglichkeit zu geben, diese zu be"greifen". Der Austausch zwischen den Eltern ist in diesem Kurs immer herzlich Willkommen. • Ina Neureuther; 8 Kurseinheiten á 60 min, 80 € **A R** Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@dazwergenland.com

OKTOBER

Familientreff Eckental

19.10.22, 14:30 – 17:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Turn- & Spielzwerge ca. 1–2 Jahre

19.10.22, 15:00 – 16:00

**Zwergenland Familien und Hebammen-
zentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental**

Bewegung fördert sowohl die körperliche Fitness als auch psychomotorische Fähigkeiten wie Konzentration. Körperwahrnehmung und Sozialverhalten. All diese Vorteile vereint unser Kurs "Turn- & Spielzwerge". Wir werden zusammen turnen, spielen, singen, tanzen, basteln und vieles vieles mehr. Auch für Eltern, um sich auszutauschen und sich Anregungen und Tipps für die Erziehung und das Leben mit Kindern von der Kursleitung einzuholen. • Jasmin Adigüzel; 8 Kurseinheiten á 60 min. 80 €
A R Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@daszwergenland.com

Turn- & Spielzwerge ca. 3–4 Jahre

19.10.22, 16:15 – 17:15

**Zwergenland Familien und Hebammen-
zentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental**

Bewegung fördert sowohl die körperliche Fitness als auch psychomotorische Fähigkeiten wie Konzentration. Körperwahrnehmung und Sozialverhalten. All diese Vorteile vereint unser Kurs "Turn- & Spielzwerge". Wir werden zusammen turnen, spielen, singen, tanzen, basteln und vieles vieles mehr. Auch für Eltern,

um sich auszutauschen und sich Anregungen und Tipps für die Erziehung und das Leben mit Kindern von der Kursleitung einzuholen. • Jasmin Adigüzel; 8 Kurseinheiten á 60 min. 80 €
A R Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@daszwergenland.com

Gemeinsam kochen und genießen im Familienstützpunkt Anger

19.10.22, 17:30 – 20:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Für Mütter oder Väter mit ihren 6 – 14-jährigen Kindern: Heute wird gemeinsam geschneipelt, geschält und gekocht. Frau Ehrck (Ernährungsberaterin) bringt feine Zutaten mit und ihr zaubert gemeinsam etwas Leckeres, das ihr dann zusammen genießen könnt. (Die Veranstaltung ist eine Kooperation des Familienstützpunktes und des Hippy-Projektes/der Anger-Initiative) • Ute Ehrck; Aktuelle Corona-Bestimmungen werden bei der Anmeldung bekanntgegeben. **A R**
Anja Eidloth und Mona Dengler, 09131/863663, familienstuetzpunkt-anger@stadt.erlangen.de

Sinneswerkstatt ca. 6–8 Monate

20.10.22, 09:00 – 10:00

**Zwergenland Familien und Hebammen-
zentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental**

Das erste Lebensjahr ist ein ganz Besonderes. Dein Kind lernt immer mehr dazu. Es übt die ersten Laute, beginnt seine Umwelt zu erkunden und kann seinen Körper immer besser steuern. In diesem Kurs stehen Spiel-, Bewegungs- und Sinnesanregungen für die Kinder im Mittelpunkt der Gruppenarbeit. Die Eltern können hier mit ihrem Baby viel Neues entdecken und

Ausprobieren. Lieder- und Fingerspiele für die Kleinen gibt es natürlich auch zu hören • Jasmin Adigüzel; 8 Kurseinheiten á 60 min, 80 € **A**
R Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@daszwergenland.com

PEKiP® Geburtsmonate Januar – April 2022

20.10.22, 09:00 – 10:30

La Sudi, Gaisbühlstraße 4, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 06.10.

Familiencafé

20.10.22, 14:30 – 16:30

**Familienstützpunkt im Haus der Begegnung,
Dutendorfer Str. 18, Vestenbergsgreuth**

Infos Siehe Angebot am 01.09.

Fit durch die kalte Jahreszeit – Kneipen für Familien

20.10.22, 19:30 – 21:00

Volkshochschule Erlangen, Wilhelmstr. 2f

Es ist Herbst und die kalte Jahreszeit steht vor der Tür. Jetzt ist es höchste Zeit die Abwehrkräfte aufzubauen, damit wir gegen Erkältungen und andere Infekte gestärkt in den Winter gehen können. Dabei umfasst die Lehre von Sebastian Kneipp viel mehr als Wasseranwendungen. Schon Kindergartenkinder lieben Kneipp-Anwendungen wie Fußbad oder Wickel. Erfahren Sie, wie leicht das in der Familie umsetzbar ist und kommen Sie so gut durch den Winter. • Katja Ehmcke; Friedrichstraße 17, Aula **A** **R**
VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de



Termine / Ort:

jeweils samstags,
9:30 – 12:30 Uhr

**22.10., 12.11., 10.12. und
14.01.22**

Frühförderstelle Höchstadt,
Am Vogelseck 1

Offene Elterngruppe Down Syndrom / Trisomie 21

Eltern mit einem Kind mit Down Syndrom (Trisomie 21) treffen sich etwa alle zwei Monate zum Austausch, zur gegenseitigen Unterstützung und um nette gemeinsame Stunden mit den Kindern zu verbringen.

Die Gruppe ist jederzeit offen für neue Mitglieder. Für Fragen stehen wir gerne zur Verfügung. Bitte kontaktieren Sie uns! Kosten: einmalig 5 €

Information:

Andrea Kalbreyer (teilnehmende Mutter)
0178 / 4079394, skorpi11@freenet.de

Ort:

Interdisziplinäre Frühförderstelle
der Lebenshilfe Höchstadt



Lebenshilfe
Erlangen-Höchstadt

OKTOBER

MFM „Die Zyklusshow“ – für Mädchen von 10–12 Jahren

22.10.22, 10:00–16:00

**BildungEvangelisch Erlangen,
Hindenburgstr. 46a**

Im Mittelpunkt des Tages steht die Geheimsprache des weiblichen Körpers und die Story von den spannenden Ereignissen während des Zyklus der Frau. Spielerisch, abwechslungsreich und unterhaltsam wird die „Zyklusshow“ Szene für Szene dargestellt, und wir erfahren jede Menge Neuigkeiten über uns. Bitte mitbringen: Brotzeit und Getränk, Hausschuhe oder dicke Socken, sowie Kissen und Decke, wir sitzen auf dem Boden! Begrenzte Teilnehmerzahl, von 15:30 – 16:00 Uhr Elterninformation. • Annika Rosenberger; 35 €. Ermäßigung möglich **A** BildungEvangelisch Erlangen, 09131/20013, bildung.evangelisch-er@elkb.de **R** Renate Abeßer, 09131/20013, renete.abesser@elkb.de



Halloween im Wald – Ein Geschwisterkurs im WEZ

22.10.22, 11:00–13:00

Volkshochschule Erlangen, Weinstr. 100

Für (Groß-)Eltern mit ihrem (Enkel-)Kind im Alter von 3–8 Jahren. Max. 2 Kinder pro Erwachsener. Wir wollen gemeinsam verschiedene Waldgeister basteln und auf Geistersuche im WEZ gehen. Lustige Gespensterspiele werden uns zum Lachen bringen, bevor wir uns am Feuer wärmen.

• Verena Blauen; Treffpunkt: Eingang des Walderlebnis zentrums am Franzosenweg. 20 € pro Veranstaltung zzgl. 1 € Materialgeld an die Kursleiterin **A** **R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

„Der Herbst, der Herbst ist da“ Eltern-Kind-Spezial ab 8 Jahren

22.10.22, 14:00–17:00

VHS Eckental, Heidestr. 11, Eckental

An unserem herbstlichen Eltern-Kind-Nachmittag bietet die Kreativwerkstatt ein vielfältiges Angebot passend zur Herbstzeit. In drei Stunden entstehen dekorativer Tischschmuck (z.B. Fliegenpilze, Igelsteine), Igel-Stabpuppen und Papierdrahtskulpturen (in dieser Technik werden auch noch Enten, Eicheln oder Pilze gefertigt). Wir bemalen Blätter in Aborigines-Technik und verarbeiten sie zu Windlichtern, Türkränzen und Girlanden. Und natürlich gibt es wieder die beliebten Entenbilder aus Körnern. • Gaby Ochner; 4 Paare = 1 Kind (ab 8) + 1 Erwachsener (Mutter, Vater, Opa, Oma), 15 € Erwachsener, 11,50 € Kind **A** VHS Eckental, 09126/9030, vhs@eckental.de **R** Ekaterina Grimm, 09126/903224, vhs@eckental.de

Aktionswoche Wiedereinstieg

24.10.22, 09:00–09:00

Landratsamt Erlangen-Höchstadt – Gleichstellungsstelle, Nägelsbachstr. 1, Erlangen

Der berufliche Wiedereinstieg nach einer Familienpause ist eine Herausforderung. Sehr wichtig sind passende Rahmenbedingungen, Unterstützungsangebote, verlässliche Netzwerke und eine gute persönliche Vorbereitung. Mit Bewerbungsmappenchecks, Speedcoaching, Informationen und Vorträgen möchten wir Sie auf Ihrem Weg unterstützen. • Gleichstellungsstellen, Agentur für Arbeit, Jobcenter und Soziale Beratung der Caritas; Präsenzveranstaltung mit Onlinevorträgen via Webex in Erlangen, Heroldsberg, Herzogenaurach und Höchstadt **A** Claudia Wolter, 09131/8031321, gleichstellung@erlangen-hoechstadt.de **R** Claudia Wolter, 09131/8031321, claudia.wolter@erlangen-hoechstadt.de

Babywerkstatt Herzogenaurach

24.10.22, 09:30–11:00

Babywerkstatt, Erlanger Str. 16, Herzogenaurach

Was gibt es Neues mit dem Baby? Austausch und Kennenlernen. Themen und Fragen rund um die Bedürfnisse des Babys/ Kleinkinds sind willkommen. Kostenfreies Treffen für Eltern mit Babys und Kleinkindern mit fachlicher Begleitung. Informationen zum aktuellen Hygienekonzept erhalten Sie nach der Anmeldung bei der Kursleitung. • Doris Hanke; 1. Stock **A R** Doris Hanke, 0176/41112921, gfb.hanke@gmx.net

Familientreff Eckental

24.10.22, 09:30–11:30

Familienstützpunkt Gleis 3, Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Vortrag „Erste Zähnen“

24.10.22, 14:30–15:30

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Schwerpunktt Themen sind dabei die vier Säulen der Prophylaxe: Richtige Mundhygiene, zahngesunde Ernährung, Schmelzhärtung/Fluoridierung, regelmäßiger Zahnarztbesuch. Die LAGZ erfüllt damit den staatlichen Auftrag gemäß § 21 SGB V. Zahnerkrankungen durch Gruppenprophylaxe in Kindertagesstätten und Schulen vorzubeugen. • Gerti Kowatsch; **A R** Zwergenland Eckental, 09126/2986999, info@dazwergenland.com



OKTOBER

Kinder im Blick (KIB) – Kurs für Eltern in Trennung

24.10.22, 17:30 – 20:30

**Städt. Jugend- und Familienberatung,
Karl-Zucker-Str. 10, Erlangen**

Wenn Eltern sich trennen, verändert sich vieles, auch für die Kinder. Sie brauchen in dieser Zeit viel Zuwendung, um den Übergang in den neuen Lebensabschnitt gut zu bewältigen. Der Kurs behandelt drei grundlegende Fragen: Wie kann ich die Beziehung zu meinem Kind positiv gestalten und seine Entwicklung fördern? Was kann ich tun, um Stress zu vermeiden oder abzubauen? Wie kann ich den Kontakt zum anderen Elternteil im Sinne meines Kindes konstruktiv gestalten? (7 Abende à 2,5 Stunden) • Dunja Burek und Jochen Geist; nur 1 Elternteil der (Ex-) Familie pro Kurs; Folgetermine: 31.10., 07.11., 14.11., 21.11., 28.11. und 05.12.22 Nachtreffen: 06.02.23, 50 € **A** Dunja Burek und Jochen Geist, 09131/862295, familienberatung@stadt.erlangen.de **R** Sabine Schernich, 09131/862295, familienberatung@stadt.erlangen.de

Digital: Was Sie schon immer über Alkohol wissen s/wollten

24.10.22, 19:30 – 21:00

BildungEvangelisch Erlangen

Beim ersten alkoholischen Getränk verzieht jedes Kind angeekelt das Gesicht. Das ändert sich mit der Konsumhäufigkeit. So massiv, dass Alkohol die Volksdroge wurde und massive Schäden verursacht: In der psychischen und physischen Gesundheit der Menschen, in Beziehungen, Familien und Volkswirtschaften. Wie kommt es, dass einzelne Menschen davon irgendwann nicht genug bekommen können? Alkoholismus als Krankheit der Verleugnung: Wie kann man mit „Verleugungsphänomenen“ konstruktiv umgehen? • Martin Berger; **A** Anmeldung und Registrierungslink über die Homepage: www.bildung-evangelisch.de, Anja Zum Winkel, 09131/20013, bildung.evangelisch-er@elkb.de **R** Renate Abeßer, 09131/20013, renate.abesser@elkb.de



Strolchis Kreativkurs für Kleinkinder

25.10.22, 09:15 – 10:30

Kurse rund ums Kind, Siedlerstr.6, Erlangen

Strolchis Kreativkurs für Kleinkinder (1–3Jahre) ist ein von mir entwickeltes Programm zur ganzheitlichen kreativen Förderung Ihres Kindes mit Hilfe einer Terrier Handspielpuppe. ZIEL DES KURSES: Die Intelligenz zu fördern, Sozialkompetenz und Selbstbewusstsein Ihres Kleinkindes zu unterstützen, Feinmotorik und Kreativität durch das künstlerische Angebot in jeder Stunde zu fördern. Durch Wechsel von Bewegung und Ruhe, konzentriertem Zuhören und freiem Spiel intensives Lernen zu ermöglichen. • Verena Leonhard-Singer; 99 €, Folgetermine: 08.11.22 09:15 – 10:30. 15.11.22 09:15 – 10:30. 22.11.22 09:15 – 10:30. 28.11.22 17:15 – 18:30. 29.11.22 09:15 – 10:30. 06.12.22 09:15 – 10:30. 13.12.22 09:15 – 10:30 **A R** Verena Leonhard-Singer, 09131/9333890, info@kurse-rundumskind.de

Bewegungstreff Eckental

25.10.22, 09:30 – 11:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 06.09.

ELTERNTALK im Familienstützpunkt Anger

25.10.22, 09:30 – 11:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Strolchis Kreativkurs für Kleinkinder

25.10.22, 11:00 – 12:15

Kurse rund ums Kind, Siedlerstr.6, Erlangen

Strolchis Kreativkurs ist ein Programm zur ganzheitlichen kreativen Förderung Ihres Kindes mit Hilfe einer Terrier Handspielpuppe. Für Kinder von 1–3 Jahren +1 Erwachsener. ZIEL DES KURSES: Die Intelligenz zu fördern, Sozialkompetenz und Selbstbewusstsein Ihres Kleinkindes zu unterstützen, Feinmotorik und Kreativität durch das künstlerische Angebot in jeder Stunde zu fördern. Durch Wechsel von Bewegung und Ruhe, konzentriertem Zuhören und freiem Spiel intensives Lernen zu ermöglichen. • Verena Leonhard-Singer; 99 €, Folgetermine: 08.11.22 11:00 – 12:15. 15.11.22 11:00 – 12:15. 18.11.22 17:15 – 18:30. 22.11.22 11:00 – 12:15. 29.11.22 11:00 – 12:15. 06.12.22 11:00 – 12:15. 13.12.22 11:00 – 12:15 **A R** Verena Leonhard-Singer, 09131/9333890, info@kurse-rundumskind.de



FamilienCafé im Familienstützpunkt Adelsdorf

25.10.22, 14:30 – 16:30

Familienstützpunkt Adelsdorf, Hauptstr. 21

Infos Siehe Angebot am 13.09.

OKTOBER

Strolchis Kreativkurs für Kleinkinder

25.10.22, 14:45 – 16:00

Kurse rund ums Kind, Siedlerstr.6, Erlangen

Strolchis Kreativkurs ist ein Programm zur ganzheitlichen kreativen Förderung Ihres Kindes mit Hilfe einer Terrier Handspielpuppe. Für Kinder von 1–3 Jahren und ein Erwachsener. ZIEL DES KURSES: Die Intelligenz zu fördern, Sozialkompetenz und Selbstbewusstsein Ihres Kleinkindes zu unterstützen, Feinmotorik und Kreativität durch das künstlerische Angebot in jeder Stunde zu fördern. Durch Wechsel von Bewegung und Ruhe, konzentriertem Zuhören und freiem Spiel intensives Lernen zu ermöglichen. • Verena Leonhard-Singer; 99 €, Folgetermine: 08.11., 15.11., 18.11. (17:15 – 18:30), 22.11., 29.11., 06.12., 13.12. **A R** Verena Leonhard-Singer, 09131/9333890, info@kurse-rundumskind.de



PEKiP Kurs (online) für Babys die 05–09/22 geboren sind

25.10.22, 17:00 – 18:15

Kurse rund ums Kind, Siedlerstr. 6, Erlangen

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Konzept für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr, um diese im sensiblen Prozess des Zueinanderfindens zu unterstützen. Ich zeige Ihnen viele Spiel- und Bewegungsanregungen, die Sie auch zu Hause mit Ihrem Baby machen können. Sie werden lustige Fingerspiele, Schmuseweise und Traglieder für Ihr Kind kennenlernen. Themen wie Schlafen, Ernährung, Zähne etc werden ausführlich besprochen. Der Samstagstermin ist online mit Kinderarzt Dr. Singer • Verena Leonhard-Singer; 99 € **A R** Verena Leonhard-Singer, 09131/9333890, info@kurse-rundumskind.de



FINDET MEIN KURS STATT?

Bitte **vergewissern Sie sich** beim Veranstalter oder auf www.familien-abc.net, ob Ihr Kurs stattfindet. Die Telefonnummer finden Sie in der Kursbeschreibung.

Vielen Dank und Viel Spaß

PEKiP Kurs für Babys die 03–07/22 geboren sind

26.10.22, 09:15 – 10:30

Kurse rund ums Kind, Siedlerstr.6, Erlangen

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Konzept für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr, um diese im sensiblen Prozess des Zueinanderfindens zu unterstützen. Ich zeige Ihnen viele Spiel- und Bewegungsanregungen, die Sie auch zu Hause mit Ihrem Baby machen können. Sie werden lustige Fingerspiele, Schmuseverse und Tralieder für Ihr Kind kennenlernen. Themen wie Schlafen, Ernährung, Zähne etc werden ausführlich besprochen. Der Samstagstermin ist online mit Kinderarzt Dr. Singer • Verena Leonhard-Singer; 99 €, Folgetermine: 02.11., 05.11., 09.11., 16.11., 23.11., 30.11., 07.12.22 **A R** Verena Leonhard-Singer, 09131/9333890, info@kurse-rundumskind.de

PEKiP Kurs für Babys die 02–06/22 geboren sind

26.10.22, 11:00 – 12:15

Kurse rund ums Kind, Siedlerstr.6, Erlangen

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Konzept für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr, um diese im sensiblen Prozess des Zueinanderfindens zu unterstützen. Ich zeige Ihnen viele Spiel- und Bewegungsanregungen, die Sie auch zu Hause mit Ihrem Baby machen können. Sie werden lustige Fingerspiele, Schmuseverse und Tralieder für Ihr Kind kennenlernen. Themen wie Schlafen, Ernährung, Zähne etc werden ausführlich besprochen. Der Samstagstermin ist online mit Kinderarzt Dr. Singer • Verena Leonhard-Singer; 99 €,

Folgetermine: 02.11., 05.11. (09:15 – 10:30)
09.11., 16.11., 23.11., 30.11., 07.12.22 **A R**
Verena Leonhard-Singer, 09131/9333890,
info@kurse-rundumskind.de

PEKiP Kurs für Babys die 10/21 – 2/22 geboren sind

26.10.22, 14:15 – 15:30

Kurse rund ums Kind, Siedlerstr.6, Erlangen

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Konzept für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr, um diese im sensiblen Prozess des Zueinanderfindens zu unterstützen. Ich zeige Ihnen viele Spiel- und Bewegungsanregungen, die Sie auch zu Hause mit Ihrem Baby machen können. Sie werden lustige Fingerspiele, Schmuseverse und Tralieder für Ihr Kind kennenlernen. Der Kurs ist ein Fortsetzungskurs. Sie können in den Kurs neu miteinsteigen. • Verena Leonhard-Singer; 79 €, Folgetermine: 02.11., 05.11. (09:15 – 10:30), 09.11., 16.11., 23.11. **A R** Verena Leonhard-Singer, 09131/9333890, info@kurse-rundumskind.de

Familientreff Eckental

26.10.22, 14:30 – 17:00

Familienstützpunkt Gleis 3, Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

PEKiP® Geburtsmonate Januar – April 22

27.10.22, 09:00 – 10:30

La Sudi, Gaisbühlstraße 4, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 06.10.

OKTOBER

Förderung von Medienkompetenz – Kinder stark machen!

27.10.22, 19:00 – 20:30

VHS Eckental, Ambazac-Straße 5, Eckental

Digitale Medien sind ein fester Bestandteil im Leben unserer Kinder. Daher ist Medienkompetenz wichtig, damit sie sicher und verantwortungsbewusst mit Medien umgehen können. Dieser Vortrag soll Eltern dabei helfen einen guten Weg zu finden und Medienkompetenz bei Kindern und Jugendlichen zu fördern. • Astrid Deinhard; 10 € **A** VHS Eckental, 09126/9030, vhs@eckental.de **R** Ekaterina Grimm, 09126/903224, vhs@eckental.de

Online Schwangerencafé

28.10.22, 10:00 – 11:30

Familienpädagogische Einrichtungen

Infos Siehe Angebot am 16.09.

Frühchengruppe in der Frühförderung Kinderhilfe

28.10.22, 10:30 – 12:00

Frühförderung Kinderhilfe, Hofmannstr. 67, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 30.09.

Gratis Elterngeld-Beratung

28.10.22, 18:00 – 20:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Infos Siehe Angebot am 16.09.

Digital: Mein Baby verstehen – die „Dunstan Babysprache“

28.10.22, 20:00 – 21:00

BildungEvangelisch Erlangen

Wenn ein neuer Mensch in unser Leben kommt, dann beginnt die Zeit des Kennenlernens. Jedes Mal, wenn das Baby weint, fragt man sich: WAS BRAUCHST DU KLEINER MENSCH? Wie großartig wäre es, wenn die Kinder gleich von Beginn an mit uns kommunizieren und uns direkt „sagen“ könnten, welche Bedürfnisse sie gerade haben. Im Workshop erfahren Sie, dass jedes Baby auf dieser Welt von Geburt an angeborene Reflexlaute nutzt, um auf seine Grundbedürfnisse hinzuweisen.

• Barbara Köslin; **A** Anmeldung und Registrierungslink über die Homepage: www.bildung-evangelisch.de, Anja Zum Winkel, 0913/20013, bildung.evangelisch-er@elkb.de **R** Renate Abeßer, 09131/20013, renate.abesser@elkb.de



Babymassage CRASHKURS 2x 90 min

29.10.22, 10:00–11:30

Zwergenland Familien und Hebammen-
zentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Infos Siehe Angebot am 15.10.

„Der Herbst, der Herbst ist da“ Eltern-Kind-Spezial ab 8 Jahren

29.10.22, 14:00–17:00

VHS Eckental, Heidestr. 11, Eckental

An unserem herbstlichen Eltern-Kind-Nachmit-
tag bietet die Kreativwerkstatt ein vielfältiges
Angebot passend zur Herbstzeit. In drei Stunden
entstehen dekorativer Tischschmuck (z.B.
Fliegenpilze, Igelsteine), Igel-Stabpuppen und
Papierdrahtskulpturen (in dieser Technik werden
auch noch Enten, Eicheln oder Pilze gefertigt).
Wir bemalen Blätter in Aborigines-Technik und
verarbeiten sie zu Windlichtern, Türkränzen
und Girlanden. Und natürlich gibt es wieder die
beliebten Entenbilder aus Körnern.

- Gaby Ochner; 4 Paare = 1 Kind (ab 8) + 1
Erwachsener (Mutter, Vater, Opa, Oma), 15 €
Erwachsener. 11,50 € Kind  VHS Eckental,
09126/9030, vhs@eckental.de  Ekaterina
Grimm, 09126/903224, vhs@eckental.de

Familientreff Eckental

31.10.22, 09:30–11:30

Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

ELTERN.WISSEN.MEHR.
FAMILIEN

A B C



www.familien-abc.net



NOVEMBER

FamilienCafé im Familienstützpunkt Adelsdorf

01.11.22, 14:30 – 16:30

Familienstützpunkt Adelsdorf, Hauptstr. 21

Infos Siehe Angebot am 13.09.

PEKiP Kurs (online) für Babys die 05–09/22 geboren sind

01.11.22, 17:00 – 18:15

Kurse rund ums Kind

Infos Siehe Angebot am 25.10.

Familientreff Eckental

02.11.22, 14:30 – 17:00

Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Familiencafé

03.11.22, 14:30 – 16:30

Familienstützpunkt im Haus der Begegnung,
Dutendorfer Str. 18, Vestenbergsgreuth

Infos Siehe Angebot am 01.09.

PEKiP Kurs (online) für Babys die 05–09/22 geboren sind

05.11.22, 09:15 – 10:30

Kurse rund ums Kind

Infos Siehe Angebot am 25.10.

Stammtisch für Alleinerziehende Mütter und Väter

05.11.22, 11:00 – 13:00

DW Erlangen e.V., An den Kellern, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 03.09.



Babywerkstatt Herzogenaurach

07.11.22, 09:30 – 11:00

Babywerkstatt, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach

Von der Beikost zur Tischkost mit Ernährungsberaterin Andrea Schober. Was kommt nach dem Brei? Kostenfreies Gruppenangebot. Aktuelle Hygieneregeln erhalten Sie nach der Anmeldung von der Kursleitung. • Doris Hanke; 1. Stock   Doris Hanke, 0176/41112921, gfb.hanke@gmx.net

Familientreff Eckental

07.11.22, 09:30 – 11:30

Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

PEKiP-Kurs früh November – Dezember 22

08.11.22, 09:00 – 10:30

**Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V.,
Strümpellstr. 10**

Ihr Baby hat das Licht der Welt erblickt. Es erforscht eine neue Welt mit vielen offenen Fragen. Für Eltern mit Babys geboren Januar 22 bis März, Der Kurs findet unter Beachtung der zum Kurszeitpunkt geltenden Hygiene- und Abstandsregeln statt. Kursbeginn: 08.11., Kursende 13.12. Kurstage: 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 03.12. (Väterpekipp) 06.12., 13.12., 7 Termine. Dienstag Vormittag (09:00 – 10:30 Uhr), davon 1x Väter-PEKiP am Samstag • Indre Matheus; 95 €, Folgetermine: 15.11., 22.11., 29.11., 03.12., 06.12., 13.12.22 **A** **R** Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 6. Woche – 3 Monate

08.11.22, 09:15 – 10:15

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Leboyer geht davon aus, dass es ein Urbedürfnis von Kindern ist, berührt und gestreichelt zu werden. Dazu eignet sich bestens eine Massage. Das Besondere der traditionellen indischen Babymassage ist es, dass sie sowohl beruhigend als auch belebend wirken kann. Die Entspannung für Mutter und Kind aber auch die non-verbale Kommunikation stehen hierbei im Mittelpunkt. In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt diese besondere Art der Massage kennen und anzuwenden. • Katharina Ertel; 48 € **A** VHS Eckental, 09126/9030, vhs@eckental.de **R** Ekaterina Grimm, 09126/903224, vhs@eckental.de

Bewegungstreff Eckental

08.11.22, 09:30 – 11:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 06.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 6. Woche – 3 Monate

08.11.22, 10:30 – 11:30

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Leboyer geht davon aus, dass es ein Urbedürfnis von Kindern ist, berührt und gestreichelt zu werden. Dazu eignet sich bestens eine Massage. Das Besondere der traditionellen indischen Babymassage ist es, dass sie sowohl beruhigend als auch belebend wirken kann. Die Entspannung für Mutter und Kind aber auch die non-verbale Kommunikation stehen hierbei im Mittelpunkt. In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt diese besondere Art der Massage kennen und anzuwenden. • Katharina Ertel; 48 € **A** VHS Eckental, 09126/9030, vhs@eckental.de **R** Ekaterina Grimm, 09126/903224, vhs@eckental.de



NOVEMBER

PEKiP-Kurs spät November – Dezember 22

08.11.22, 11:00 – 12:30

**Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V.,
Strümpellstr. 10**

Ihr Baby hat das Licht der Welt erblickt. Es erforscht eine neue Welt mit vielen offenen Fragen. Für Eltern mit Babys geboren April 22 – Juli 22. Der Kurs findet unter Beachtung der zum Kurszeitpunkt geltenden Hygiene- und Abstandsregeln statt. Kursbeginn: 08.11., Kursende 13.12., Kurstage: 08.11.22 15.11.22 22.11.22 29.11.22 03.12.22 (Väterpekipp) 06.12.22 13.12.22 7 Termine. Dienstag Vormittag (11:00 – 12:30), davon 1x Väter-PEKiP am Samstag • Indre Matheus; 95 €, Folgetermine: 15.11., 22.11., 29.11., 03.12., 06.12., 13.12.22 **A R** Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de

FamilienCafé im Familienstützpunkt Adelsdorf

08.11.22, 14:30 – 16:30

Familienstützpunkt Adelsdorf, Hauptstr. 21

Wir laden Euch ganz herzlich zu unserem „FamilienCafé“ ein. Hier wird gespielt, getobt und gelacht, während Mami, Papi, Oma, Opa und Bald-Mami miteinander ins Gespräch kommen. Die Leitung des FamilienCafés hat als Sozialpädagogin vor Ort jederzeit ein offenes Ohr für die Fragen und Probleme der Familien. Es werden außerdem auch regelmäßig ReferentInnen zu verschiedenen familienrelevanten Themen eingeladen. • Jessica Thomsen; Folgetermine: 15.11., 22.11., 29.11., 06.12., 13.12., 20.12.22 **A R** Jessica Thomsen, 0163/7412719, familienstuetzpunkt@caritas-erlangen.de

Spielend die Welt erobern

08.11.22, 15:00 – 16:00

**Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V.,
Strümpellstr. 10**

Für Kinder im Alter von 1 – 1,5 Jahren. Für Kinder ist es ein Grundbedürfnis, mit Neugier und Eifer alles in der Welt zu erforschen und zu „begreifen“. Dieser Kurs leitet Eltern zu Spielen mit ihren Kindern an, die alle Sinne durch Bewegung, Sprache und Konzentration ansprechen. • Indre Matheus; 80 €, Folgetermine: 15.11., 22.11., 29.11., 06.12., 13.12.22 **A R** Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de



PEKiP Kurs (online) für Babys die 05–09/22 geboren sind

08.11.22, 17:00 – 18:15

Kurse rund ums Kind

Infos Siehe Angebot am 25.10.

NOVEMBER

Richtige Hilfe bei Kinderkrankheiten und -notfällen (Online)

08.11.22, 20:00–22:00

Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V.

Als Eltern sind Sie gefordert, mit Kinderkrankheiten und Notfällen umgehen zu können und sich richtig zu verhalten. Dieser Einführungsabend will Ihnen Grundkenntnisse vermitteln im Umgang mit: Bauchweh, Husten, Bronchitis, Atemnot und Pseudokrampf; Fieber (z.B. Fieberkrampf); Häuslichen Unfällen (Verbrennungen, Vergiftungen, Stürze). Eine erfahrene Kinderkrankenschwester gibt Ihnen eine Einführung in die wichtigsten Verhaltensmaßnahmen bei Notfällen. • Anja Ritzer; Anmeldung auf der Homepage   Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de

Familientreff Eckental

09.11.22, 14:30–17:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

PEKiP® Geburtsmonate Januar – April 22

10.11.22, 09:00–10:30

La Sudi, Gaisbühlstraße 4, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 06.10.

Babymassage

10.11.22, 09:30–10:15

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Infos Siehe Angebot am 06.10.

Fragen nach der Geburt ...?

10.11.22, 10:00–11:30

**Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen,
Karl-Zucker-Str. 10, Erlangen**

Infos Siehe Angebot am 20.09;  



Familiencafé im Familienstützpunkt Büchenbach

10.11.22, 15:00–17:00

**Familienstützpunkt Büchenbach,
Goldwitzerstr.27, Erlangen**

Infos Siehe Angebot am 29.09.

NOVEMBER

Digitaler Vortrag: Medien in der Familie

10.11.22, 20:00–21:00

BildungEvangelisch Erlangen

Immer früher kommen Kinder mit elektronischen Medien in Berührung. Das familiäre Umfeld bildet dabei den Rahmen, in dem Ihr Kind Medien kennen und nutzen lernt. Gemeinsam gehen wir in dieser Infoveranstaltung z.B. den Fragen nach, wie Kinder Medieninhalte wahrnehmen, welche Inhalte ihnen Angst machen oder sie überfordern können. Unter den Schlagworten Verständnis – Verantwortung – Kompetenz bekommen Sie praktische Tipps, wie Sie Ihr Kind im Umgang mit Medien begleiten und fördern können. • Stefan Kraus; Anmeldung erforderlich per Mail über BildungEvangelisch: bildung.evangelisch-er@elkb.de In Kooperation mit der Stiftung Medienpädagogik **A** Anja Zum Winkel, 09131/20013, bildung.evangelisch-er@elkb.de **R** Renate Abeßer, 09131/20013, renete.abesser@elkb.de



Kraft tanken durch Yoga für Mutter und Kind

11.11.22, 09:15–10:30

Familienstützpunkt Anger, Am Anger 32, Erlangen

Yoga-Kurs für Mütter mit Kindern bis 3 Jahren. In diesem Kurs gibt die Yogalehrerin Nora Gabert (BYV) auch Müttern mit kleinen Kindern die Möglichkeit, mal wieder innezuhalten, sich auf sich selbst zu besinnen und aufzutanken. Die Kinder werden dabei in den Kurs mit einbezogen. Das Angebot richtet sich an Mütter, die am Anger wohnen. (Die aktuellen Corona-Bestimmungen werden bei der Anmeldung mitgeteilt) • Nora Gabert; Folgetermine: 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12.22 **A** Gabriele Harms. Anja Eidloth, 09131/863663, familienstuetzpunkt-anger@stadt.erlangen.de **R** Anja Eidloth und Mona Dengler, 09131/863663, familienstuetzpunkt-anger@stadt.erlangen.de

Online Schwangerencafé

11.11.22, 10:00–11:30

Familienpädagogische Einrichtungen

Infos Siehe Angebot am 16.09.

FINDET MEIN KURS STATT?

Bitte **vergewissern Sie sich** beim Veranstalter oder auf www.familien-abc.net, ob Ihr Kurs stattfindet. Die Telefonnummer finden Sie in der Kursbeschreibung.

Vielen Dank und Viel Spaß

EPL-Beziehungs-Coaching für Paare am Beginn ihrer Beziehung

11.11.22, 17:30 – 13.11.22 13:00

Erzb. Ordinariat Bamberg | HA Seelsorge | Fachbereich Ehe und Familie, Klosterdorf, Scheinfeld

Die Paare lernen schrittweise, konstruktiv miteinander zu sprechen und sich gegenseitig zuzuhören. Unterstützt werden sie dabei durch geschulte Trainer. Erst wenn die TeilnehmerInnen die Gesprächsregeln beherrschen und sich sicher fühlen, wird ihnen die Möglichkeit gegeben, über tiefere Themen ihrer Beziehung zu sprechen. Wir bieten Kinderbetreuung für Kinder ab 3 Jahre an. • Petr Chamrad, Barbara Zellfelder-Flecken; Kinderbetreuung pro Kind (ab 3 Jahre): 50€ (mit U/V), 345 € (mit U/V) pro Paar **A R** Fachbereich Ehe und Familie im Erzbistum Bamberg, 0951/5022105, familie@erzbistum-bamberg.de

Wochenendseminar für Alleinerziehende Mütter und Väter

11.11.22, 18:00 – 13.11.22 13:00

DW Erlangen e.V., Friedrich-Bauer-Str. 5, Neuendettelsau

Wie sag ich's meinem Kind? Kommunikation im Alltag. Man kann nicht nicht kommunizieren. Manchmal muss man nicht einmal etwas sagen, und doch kann es zu Missverständnissen und Konflikten kommen. Kommunikation passiert also in allen Bereichen des Lebens, sie entscheidet letztendlich über die Qualität von Beziehungen. Umso wichtiger also, sich mit diesem Thema auseinanderzusetzen. Wir tun das in unserem Seminar in Theorie, Praxis

und vor allem gegenseitigem Austausch. • Manuela Heck; Erwachsene 120€. Kinder 80€ **A R** Manuela Heck, 09131/6301122, alleinerziehend@diakonie-erlangen.de

Familientreff Eckental

14.11.22, 09:30 – 11:30

Familienstützpunkt Gleis 3, Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Starke Eltern – Starke Kinder® (Online-Kurs)

14.11.22, 20:00 – 22:00

Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V.

Kindererziehung ist schön und anstrengend zugleich – und manchmal auch eine Herausforderung, die uns an unsere Grenzen bringen kann. Der Elternkurs „Starke Eltern – Starke Kinder“ unterstützt Sie dabei. Ihre Kinder gut zu begleiten, auch wenn's mal hoch hergeht – aber auch die eigenen Bedürfnisse nicht aus den Augen zu verlieren. Der Elternkurs entlastet. Sie verbessern Ihre Familienatmosphäre, wir vermitteln Kenntnisse zu alltäglichen Erziehungsthemen, die Sie erproben können. • Liv Schacht; Anmeldung auf der Homepage, 90€, Folgetermine: 21.11., 28.11., 05.12., 12.12., 19.12., 09.01., 16.01.23 **A R** Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de

NOVEMBER

Eltern-Kind-Café

15.11.22, 09:00 – 11:00

Schuster's five Familienstützpunkt,
Schustergasse 5, Heroldsberg

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 6. Woche – 3 Monate

15.11.22, 09:15 – 10:15

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 08.11.

Bewegungstreff Eckental

15.11.22, 09:30 – 11:00

Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 06.09.

ELTERN TALK im Familienstützpunkt Anger

15.11.22, 09:30 – 11:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 6. Woche – 3 Monate

15.11.22, 10:30 – 11:30

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 08.11.

PEKiP Kurs (online) für Babys die 05–09/22 geboren sind

15.11.22, 17:00 – 18:15

Kurse rund ums Kind

Infos Siehe Angebot am 25.10.

Waldwichtel entdecken den Herbst

16.11.22, 14:30 – 16:30

Volkshochschule Erlangen, Weinstr. 100

Für (Groß-)Eltern mit ihrem (Enkel-)Kind im Alter von 3 – 6 Jahren. Wir nähern uns dem Wald heute aus einer ganz anderen Perspektive – er wird für uns Konzertsaal. Bühne und Experimentierlabor sein. Gemeinsam sind wir mit allem kreativ, was der Herbst uns an Spielmaterial zu bieten hat. Bitte mitbringen: feste Schuhe, wettergerechte Kleidung • Katja Ehmcke; Treffpunkt: Eingang des Walderlebnis zentrums am Franzosenweg. 15 € pro Veranstaltung zzgl. 1 € Materialgeld an die Kursleiterin **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

Sie suchen etwas Bestimmtes?

Dann besuchen Sie doch auch die Homepage www.familien-abc.net!

Dort können Sie ganz einfach nach Zeiträumen, Veranstaltern oder verschiedenen Kategorien suchen!



Familientreff Eckental

16.11.22, 14:30 – 17:00

Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

PEKiP®

Geburtsmonate Januar – April 22

17.11.22, 09:00 – 10:30

La Sudi, Gaisbühlstraße 4, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 06.10.

Sprechstunde der Jugend- und Familienberatungsstelle

17.11.22, 09:00 – 12:00

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 29.09.

Familiencafé

17.11.22, 14:30 – 16:30

Familienstützpunkt im Haus der Begegnung,
Dutendorfer Str. 18, Vestenbergsgreuth

Infos Siehe Angebot am 01.09.

Das Familiencafé im Familienstützpunkt Anger

17.11.22, 16:00 – 17:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 13.10.

Depressionen bei Kindern und Jugendlichen (Vortrag)

17.11.22, 19:00 – 21:00

Volkshochschule Erlangen, Wilhelmstr. 2f

Depressionen können nicht nur Erwachsene, sondern auch Kinder und Jugendliche treffen – aber nicht jede Phase gedrückter Stimmung ist gleich eine Depression! Und inwieweit haben Corona und die damit einhergegangenen Lockdowns, Home Schooling und fehlende Peerkontakte Auswirkungen auf die Psyche? Die "normalen" Veränderungen im Laufe der Entwicklung von Heranwachsenden machen eine diagnostische Einschätzung zu dieser Störung besonders schwierig. Anmeldung online! • Prof. Dr. med Oliver Kratz; Friedrichstraße 17, Aula **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

Digital: Wir haben ein Kind – was ändert sich in unserer Liebe?

17.11.22, 20:00 – 21:30

BildungEvangelisch Erlangen

Kein Ereignis ist intensiver für ein Paar als die Geburt eines Kindes. Oft unvorbereitet bekommt dadurch die Liebe einen neuen Stellenwert. Dass dies oft nicht ohne Probleme verläuft, hat tiefere ursächliche Gründe. Wie kann es gelingen, der Liebe in allen Bereichen einen achtsamen Platz zu geben? • Harald Kriegbaum; **A** Anmeldung und Registrierungslink über die Homepage: www.bildung-evangelisch.de, Anja Zum Winkel, 09131/20013, bildung.evangelisch-er@elkb.de **R** Renate Abeßer, 09131/20013, renate.abesser@elkb.de

NOVEMBER

Babywerkstatt Herzogenaurach

21.11.22, 09:30 – 11:00

**Babywerkstatt, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach**

Wie können Eltern ihre erstgeborenen Kinder gut auf ein neues Familienmitglied vorbereiten? Wie können Sie mit Ablehnung oder Eifersucht umgehen? Und was können sie tun, wenn sich ihre Kinder oft streiten? Informationen und praktische Anregungen gibt Birgitt Fiederle (Diplompädagogin/ Erziehungsberatungsstelle des Caritasverbandes). Aktuelle Hygieneregeln erhalten Sie nach der Anmeldung bei der Kursleitung. • Doris Hanke; 1. Stock **A R** Doris Hanke, 0176/41112921, gfb.hanke@gmx.net

Familientreff Eckental

21.11.22, 09:30 – 11:30

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Digital: Was könnten Sie tun, damit Ihr Alltag schlimmer wird

21.11.22, 19:30 – 21:00

BildungEvangelisch Erlangen

Die Haltung und Perspektiven systemischer Berater* • Peter Martin Thomas; Anmeldung und Registrierungslink über die Homepage: www.bildung-evangelisch.de
A Anja Zum Winkel, 09131/20013, bildung.evangelisch-er@elkb.de **R** Renate Abeßer, 09131/20013, renate.abesser@elkb.de

Baby-Musikgarten ca. 4 – 18 Mon.

22.11.22, 09:00 – 09:30

**Zwergenland Familien und Hebammenzentrum,
Forther Hauptstr. 26, Eckental**

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Musikgarten ca. 1,5 – 3 Jahre

22.11.22, 09:00 – 09:45

**Zwergenland Familien und Hebammenzentrum,
Forther Hauptstr. 26, Eckental**

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 6. Woche – 3 Monate

22.11.22, 09:15 – 10:15

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 08.11.

Bewegungstreff Eckental

22.11.22, 09:30 – 11:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 06.09.

ELTERN TALK im Familienstützpunkt Anger

22.11.22, 09:30 – 11:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 6. Woche – 3 Monate

22.11.22, 10:30 – 11:30

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 08.11.

PEKiP Kurs (online) für Babys die 05 – 09/22 geboren sind

22.11.22, 17:00 – 18:15

Kurse rund ums Kind

Infos Siehe Angebot am 25.10.

Elternstammtisch „Pubertät-Achterbahnfahrt“

22.11.22, 19:00 – 22:00

**Schuster's five Familienstützpunkt,
Schustergasse 5, Heroldsberg**

Die Entdeckungsreise, wer wir wirklich sind, endet nie und die Pubertät ist ein wichtiger Meilenstein dieser Entwicklung. Die Adoleszenz unserer Kinder ist sowohl für die Heranwachsenden als auch für uns Eltern anstrengend. Das liegt daran, dass große Umbauprozesse im Gehirn der Teenager deren Denken, Fühlen und Handeln stark verändern. Das Verständnis darüber, welche Auswirkungen die Neuverdrahtung im jugendlichen Gehirn hat, kann helfen, in schwierigen Situationen angemessener zu reagieren. • Valentina Kohlmann (Leitung Elternstammtisch), Ilona Schwertner-Welker (Heilpraktikerin für Psychotherapie. Diplom-Psychologin) (Fachvortrag); barrierefrei. Parkplätze vor Ort vorhanden. Getränke vor Ort erhältlich
A R Valentina Kohlmann, 0176/62417822, elternstammtisch@heroldsberg.de

Familienkost-Kurs Eckental

23.11.22, 09:30 – 12:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Der Workshop, der an die Einführung von Beikost anknüpft. Für Eltern mit Kindern von 8–15 Monaten. Die Ernährungsberaterin Juliana Morelli-Bell zeigt, dass Familienkost richtig Spaß macht und es auch mit Kindern in der Küche entspannt zugehen kann. Du erhältst viele nützliche Tipps. z.B. was du tun kannst, wenn dein Kind bestimmte Lebensmittel ablehnt. Dabei werden auch Fertigprodukte für Kinder unter die Lupe genommen und einem kleinen Lebensmittel-Check unterzogen. • Juliana Morelli Bell; Der Familienkost-Kurs ist für Teilnehmer*innen aus dem Landkreis ERH kostenfrei; für Teilnehmer*innen aus anderen Landkreisen Kursgebühr 40€ **A R** Sabine Will-Wehner, 09126/2909813, gleis3.eckental@web.de



NOVEMBER

Mama-Baby-YOGA (KKzertifiziert)

23.11.22, 10:00 – 11:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Infos Siehe Angebot am 21.09.

Familientreff Eckental

23.11.22, 14:30 – 17:00

Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

PEKiP®

Geburtsmonate Januar – April 22

24.11.22, 09:00 – 10:30

La Sudi, Gaisbühlstraße 4, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 06.10.

Digitale Medien – Risiken und Gefahren für Kinder und Jugend

24.11.22, 19:00 – 20:30

VHS Eckental, Ambazac-Straße 5, Eckental

Digitale Medien prägen frühzeitig den kindlichen Alltag. Besonders das Internet entwickelte sich zu einem sozialen Medium, in dem Kinder und Jugendliche viel Zeit verbringen. Ein wichtiger Grundgedanke ist es daher Risiken aufzuzeigen denen Kinder und Jugendliche im Internet begegnen. An diesem Abend erhalten Eltern wertvolle Tipps wie sie Gefahren abwenden können. Sie sollen fit werden, um ihren Kindern einen verantwortungsbewussten Umgang mit digitalen Medien zu ermöglichen. • Astrid Deinhard; 10 €  VHS Eckental, 09126/9030, vhs@eckental.de  Ekaterina Grimm, 09126/903224, vhs@eckental.de

Erste Hilfe für Dein Baby – Säuglingsspecial – Online

24.11.22, 19:00 – 21:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Infos Siehe Angebot am 29.09.



Die Familien-Kräuter-Haus-apotheke (Vortrag)

24.11.22, 19:30–21:00

Volkshochschule Erlangen, Wilhelmstr. 2f

Welche Kräuter gehören in jede Familien-Haus-apotheke und können bereits bei den Aller kleinsten angewendet werden? Das erfahren Sie anhand vieler Anwendungsbeispiele in diesem Vortrag. Die Naturmedizin sinnvoll eingesetzt stärkt und unterstützt sie das Immunsystem. Das können verschiedene Kräutertees leisten, aber z.B auch die Zwiebelsocke oder eine Leinsamen-auflage. Sie lernen verschiedene Anwendungen kennen, die verständlich erklärt werden und einfach zuhause umgesetzt werden können. • Katja Ehmcke; Friedrichstraße 17. Aula **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de



Trotzige Kinder – wütende Eltern

24.11.22, 20:00–22:00

Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V., Strümpellstr. 10

Wie können Eltern angemessen auf das Autonomiestreben ihrer Kinder reagieren? Das Verweigern, Schreien oder Trotzen des Kindes bringt Eltern häufig an ihre Grenzen. Endlose Diskussionen und Machtkämpfe belasten nicht selten die Beziehung zwischen Eltern und Kind. Die Orientierung an den kindlichen Bedürfnissen kann Eltern den Weg aufzeigen, wie sie ihr Kind in dieser anstrengenden Entwicklungsphase gut unterstützen können. • Ilona Schwertner-Welker; 5 € **A R** Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de

Online Schwangerencafé

25.11.22, 10:00–11:30

Familienpädagogische Einrichtungen

Infos Siehe Angebot am 16.09.

Frühchengruppe in der Frühförderung Kinderhilfe

25.11.22, 10:30–12:00

Frühförderung Kinderhilfe, Hofmannstr. 67, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 30.09.

NOVEMBER

Weihnachtsfest im Wald – Ein Geschwisterkurs im WEZ

26.11.22, 11:00–13:00

Volkshochschule Erlangen, Weinstr. 100

Für (Groß-)Eltern mit ihrem (Enkel-)Kind im Alter von 3–8 Jahren. Max. 2 Kinder pro Erwachsener. Gemeinsam werden wir mit Geschichten und Spielen das Weihnachtsfest feiern. Lasst uns einen Baum mit echten Kerzen schmücken, etwas basteln und den Tieren des Waldes einen Weihnachtsschmaus zubereiten. Unbedingt auf wetterfeste Kleidung achten, wir sind draußen unterwegs! • Verena Blauen; Treffpunkt: Eingang des Walderlebniszentrums am Franzosenweg. 20 € pro Veranstaltung zzgl. 1 € Materialgeld an die Kursleiterin **A R**
VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

Familientreff Eckental

28.11.22, 09:30–11:30

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 6. Woche – 3 Monate

29.11.22, 09:15–10:15

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 08.11.

Bewegungstreff Eckental

29.11.22, 09:30–11:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 06.09.

ELTERN TALK im Familienstützpunkt Anger

29.11.22, 09:30–11:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 20.09.



Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 6. Woche – 3 Monate

29.11.22, 10:30–11:30

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 08.11.

PEKiP Kurs (online) für Babys die 05–09/22 geboren sind

29.11.22, 17:00–18:15

Kurse rund ums Kind

Infos Siehe Angebot am 25.10.

Family-Life-Balance

30.11.22, 09:30 – 11:00

Herz im Glück Familienberatung

Die anderen schaffen gefühlt viel mehr in 24 Stunden? Bei euch herrscht ständig Chaos und das letzte Mal "Me-Time" liegt schon eine Ewigkeit zurück? In diesem Vortrag erkläre ich etwas über Zeitmanagement im Familienalltag. Alltagsstrukturen, sogenannte Wunderwaffen und was das große Geheimnis für einen funktionierenden Familienalltag ist. Ich zeige dir, wie du in ein paar Minuten viel (aber nicht alles) schaffst und dass Organisation einfach das A und O ist. • Carolin Deutschmann; **A R** Carolin Deutschmann, 0170/7563333, herz_im_glueck@web.de

Advent bei den Waldwichteln

30.11.22, 14:00 – 16:00

Volkshochschule Erlangen, Weinstr. 100

Für 8 Erwachsene und ihr (Enkel-)Kind zwischen 3 und 6 Jahren. Die Tage werden immer kürzer, es wird kälter. Wir stimmen uns mit verschiedenen Aktionen, Liedern und Fingerspielen auf den Advent ein. Dabei verbringen wir einen adventlichen Nachmittag im Wald und basteln mit Naturmaterial. Feste Schuhe und wetterfeste Kleidung sind Pflicht, wir sind bei jedem Wetter draußen unterwegs. Bitte eine Sitzunterlage mitbringen! Anmeldung Online! • Katja Ehmcke; Treffpunkt: Eingang des Walderlebnis zentrums am Franzosenweg. 15 € zzgl. 1 € Materialgeld an die Kursleiterin **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

Familientreff Eckental

30.11.22, 14:30 – 17:00

Familienstützpunkt Gleis 3, Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.



DEZEMBER

PEKiP®

Geburtsmonate Januar – April 22

01.12.22, 09:00 – 10:30

La Sudi, Gaisbühlstraße 4, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 06.10.

Familiencafé

01.12.22, 14:30 – 16:30

**Familienstützpunkt im Haus der Begegnung,
Dutendorfer Str. 18, Vestenbergsgreuth**

Infos Siehe Angebot am 01.09.

Digital: Feinfühligkeit und Bindungsentwicklung im 1. Jahr

01.12.22, 20:00 – 21:30

BildungEvangelisch Erlangen

Im ersten Lebensjahr machen Kinder die grundlegendsten Erfahrungen über die Welt, in die sie hineinwachsen, und – als soziale Wesen – über die Art, wie Beziehungen gelebt werden. An diesem Abend erhalten Sie Einblick in die wichtigsten Erkenntnisse der Bindungstheorie: wie entwickelt sich das kindliche Gehirn? Welche Rolle spielt dabei das feinfühliges Verhalten der Eltern und was ist das überhaupt? Wie kann ich erkennen, wann mein Kind Trost und Nähe braucht und wann es in Ruhe die Welt erkunden • Renate Abeßer; **A** Anmeldung und Registrierungslink über die Homepage: www.bildung-evangelisch.de, Anja Zum Winkel, 09131/20013, bildung.evangelisch-er@elkb.de **R** Renate Abeßer, 09131/20013, renate.abesser@elkb.de

Stammtisch für Alleinerziehende Mütter und Väter

03.12.22, 11:00 – 13:00

DW Erlangen e.V., An den Kellern, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 03.09.

Babywerkstatt Herzogenaurach

05.12.22, 09:30 – 11:00

**Babywerkstatt, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach**

Austausch über Wachstumsschübe. Kostenfreies Gruppenangebot, Fragen und Anliegen im Umgang mit dem Säugling und Kleinkind zu Bedürfnissen in veränderten Lebenssituationen sind willkommen. Aktuelle Hygieneregeln erhalten Sie nach der Anmeldung von der Kursleitung. • Doris Hanke; 1. Stock **A** **R** Doris Hanke, 0176/41112921, gfb.hanke@gmx.net

Familientreff Eckental

05.12.22, 09:30 – 11:30

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.



Mehr Gelassenheit und Gelingen des Miteinander in der Familie

05.12.22, 19:30–21:00

BildungEvangelisch Erlangen

Achtsamkeit ist eine Haltung von Akzeptanz, Offenheit und Gegenwärtigkeit uns selbst und anderen gegenüber. Sie kann uns im familiären Miteinander entlasten von Optimierungswünschen und Erziehungskämpfen. Ein achtsamer, akzeptierender Umgang verstärkt Zugehörig • Marika Eidmann;  Anmeldung und Registrierungslink über die Homepage: www.bildung-evangelisch.de, Anja zum Winkel, 09131/20013, bildung.evangelisch-er@elkb.de  Renate Abeßer, 09131/20013, renate.abesser@elkb.de

Eltern-Kind-Café

06.12.22, 09:00–11:00

Schuster's five Familienstützpunkt, Schustergasse 5, Heroldsberg

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 6. Woche – 3 Monate

06.12.22, 09:15–10:15

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 08.11.

Bewegungstreff Eckental

06.12.22, 09:30–11:00

Familienstützpunkt Gleis 3, Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 06.09.

ELTERN TALK im Familienstützpunkt Anger

06.12.22, 09:30–11:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 6. Woche – 3 Monate

06.12.22, 10:30–11:30

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 08.11.

PEKiP Kurs (online) für Babys die 05–09/22 geboren sind

06.12.22, 17:00–18:15

Kurse rund ums Kind

Infos Siehe Angebot am 25.10.

Familientreff Eckental

07.12.22, 14:30–17:00

Familienstützpunkt Gleis 3, Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

DEZEMBER

Sprechstunde der Jugend- und Familienberatungsstelle

08.12.22, 09:00–12:00

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 29.09.

Das Familiencafé im Familienstützpunkt Anger

08.12.22, 16:00–17:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 13.10.

Es ist nie zu spät für positive Veränderungen

08.12.22, 20:00–22:00

Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V., Strümpellstr. 10

Vielleicht haben Sie das Gefühl, dass Ihr Verhalten gegenüber Ihrem Kind teilweise dem entgegensteht, was Sie sich unter einer gelungenen Erziehung vorstellen. Oder Sie erkennen im Nachhinein, dass Sie Strategien anwenden, die nicht zum gewünschten Erfolg führen. In diesem Vortrag werden Ihnen hierzu keine Patentrezepte gegeben oder eine pädagogische Trickkiste geöffnet – vielmehr erfahren Sie etwas über die große Neuroplastizität Ihres Gehirns. • Ilona Schwertner-Welker; 5 €   Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de

Online Schwangerencafé

09.12.22, 10:00–11:30

Familienpädagogische Einrichtungen

Infos Siehe Angebot am 16.09.

Miniclub

12.12.22, 09:00–10:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Infos Siehe Angebot am 17.10.

Bewegungswerkstatt ca. 6–18 Mon.

12.12.22, 09:00–10:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Infos Siehe Angebot am 17.10.

Familientreff Eckental

12.12.22, 09:30–11:30

Familienstützpunkt Gleis 3, Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Babys in Bewegung ca. 4–6 Mon.

13.12.22, 09:00–10:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Infos Siehe Angebot am 18.10.

Sinnes- & Bewegungswerkstatt ca. 6–18 Monate

13.12.22, 09:00–10:00

**Zwergenland Familien und Hebammen-
zentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental**

Infos Siehe Angebot am 18.10.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 6. Woche – 3 Monate

13.12.22, 09:15–10:15

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 08.11.

Bewegungstreff Eckental

13.12.22, 09:30–11:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 06.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 6. Woche – 3 Monate

13.12.22, 10:30–11:30

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 08.11.

Sinneswerkstatt ca. 8–11 Monate

14.12.22, 09:00–10:00

**Zwergenland Familien und Hebammen-
zentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental**

Infos Siehe Angebot am 19.10.

Waldwichtel feiern Weihnachten

14.12.22, 14:00–16:00

Volkshochschule Erlangen, Weinstr. 100

Für 8 Erwachsene und ihr (Enkel-)Kind zwischen 3 und 6 Jahren. Bald ist Weihnachten! Auch die Waldwichtel feiern das und wollen natürlich auch ihren Tierfreunden ein schönes Fest bereiten.

Dazu gehören Geschichten, Lieder und andere schöne Dinge. Freut euch auf einen schönen Familiennachmittag im Wald! Feste Schuhe und wetterfeste Kleidung sind Pflicht, wir sind bei jedem Wetter draußen unterwegs. Bitte eine Sitzunterlage mitbringen! • Katja Ehmcke; Treffpunkt: Eingang des Walderlebnis zentrums am Franzosenweg. 15 € pro Veranstaltung zzgl. 1 € Materialgeld an die Kursleiterin  VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

Familientreff Eckental

14.12.22, 14:30–17:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

DEZEMBER

Turn- & Spielzwerge ca. 1–2 Jahre

14.12.22, 15:00–16:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Infos Siehe Angebot am 19.10.

Turn- & Spielzwerge ca. 3–4 Jahre

14.12.22, 16:15–17:15

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Infos Siehe Angebot am 19.10.

Family-Life-Balance

14.12.22, 19:30–21:00

Herz im Glück Familienberatung

Infos Siehe Angebot am 30.11.

Sinneswerkstatt ca. 6–8 Monate

15.12.22, 09:00–10:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Infos Siehe Angebot am 20.10.

Familiencafé im Familienstützpunkt Büchenbach

15.12.22, 15:00–17:00

Familienstützpunkt Büchenbach,
Goldwitzerstr.27, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 29.09.

Babymassage

15.12.22, 09:30 – 10:15

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Infos Siehe Angebot am 06.10.

Familiencafé

15.12.22, 14:30 – 16:30

Familienstützpunkt im Haus der Begegnung,
Dutendorfer Str. 18, Vestenbergsgreuth

Infos Siehe Angebot am 01.09.

Gratis Elterngeld-Beratung

15.12.22, 18:00 – 20:00

Zwergenland Familien und Hebammenzentrum, Forther Hauptstr. 26, Eckental

Infos Siehe Angebot am 16.09



Babywerkstatt Herzogenaurach

19.12.22, 09:30 – 11:00

**Babywerkstatt, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach**

„Ausreichend gut ist gut genug“ – Abschied vom Perfektionismus in der Familie. „Meinem Kind muss es immer gut gehen, ich muss es immer richtig machen mit meinem Kind, ich darf nichts versäumen für eine optimale Entwicklung“ – solche Gedanken sorgen für Stress bei Eltern und Kindern und werden schnell zu Quellen von Enttäuschung. Good-enough-parenting ist ein Ansatz der für Entlastung und mehr Zufriedenheit im Alltag sorgen kann. Simone Steiner. Heilpädagogin. Erziehungsberatungsstelle • Doris Hanke; 1. Stock **A R** Doris Hanke, 0176/41112921, gfb.hanke@gmx.net

Familientreff Eckental

19.12.22, 09:30 – 11:30

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Bewegungstreff Eckental

20.12.22, 09:30 – 11:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 06.09.

ELTERN TALK im Familienstützpunkt Anger

20.12.22, 09:30 – 11:30

**Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12,
Erlangen**

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Familientreff Eckental

21.12.22, 14:30 – 17:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Online Schwangerencafé

23.12.22, 10:00 – 11:30

Familienpädagogische Einrichtungen

Infos Siehe Angebot am 16.09.



JANUAR

Familientreff Eckental

09.01.23, 09:30 – 11:30

Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 4.–6. Monat

10.01.23, 09:15 – 10:15

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Leboyer geht davon aus, dass es ein Urbedürfnis von Kindern ist, berührt und gestreichelt zu werden. Dazu eignet sich bestens eine Massage. Das Besondere der traditionellen indischen Babymassage ist es, dass sie sowohl beruhigend als auch belebend wirken kann. Die Entspannung für Mutter und Kind aber auch die non-verbale Kommunikation stehen hierbei im Mittelpunkt. In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt diese besondere Art der Massage. • Katharina Ertel; 48 € **A** VHS Eckental, 09126/9030, vhs@eckental.de **B** Ekaterina Grimm, 09126/903224, vhs@eckental.de

Strolchis Kreativkurs für Kleinkinder

10.01.23, 09:15 – 10:30

Kurse rund ums Kind, Siedlerstr.6, Erlangen

Strolchis Kreativkurs ist ein Programm zur ganzheitlichen kreativen Förderung Ihres Kindes mit Hilfe einer Terrier Handspielpuppe. Für Kinder von 1–3 J. + 1 Erwachsener. ZIEL DES KURSES: Die Intelligenz zu fördern, Sozialkompetenz und Selbstbewusstsein Ihres Kleinkindes zu unterstützen, Feinmotorik und Kreativität durch das künstlerische Angebot in jeder Stunde zu fördern. Durch Wechsel von Bewegung und Ruhe, konzentriertem Zuhören und freiem Spiel intensives Lernen zu ermöglichen. • Verena Leonhard-Singer; 99 €, Folgetermine: 17.01., 24.01., 31.01., 07.02., 14.02., 21.02.23 **A** **R** Verena Leonhard-Singer, 09131/9333890, info@kurse-rundumskind.de

Bewegungstreff Eckental

10.01.23, 09:30 – 11:00

Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 06.09.



Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 4.–6. Monat

10.01.23, 10:30 – 11:30

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Leboyer geht davon aus, dass es ein Urbedürfnis von Kindern ist, berührt und gestreichelt zu werden. Dazu eignet sich bestens eine Massage. Das Besondere der traditionellen indischen Babymassage ist es, dass sie sowohl beruhigend als auch belebend wirken kann. Die Entspannung für Mutter und Kind aber auch die non-verbale Kommunikation stehen hierbei im Mittelpunkt. In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt diese besondere Art der Massage kennen und anzuwenden. • Katharina Ertel; 48 € **A** VHS Eckental, 09126/9030, vhs@eckental.de **R** Ekaterina Grimm, 09126/903224, vhs@eckental.de

Strolchis Kreativkurs für Kleinkinder

10.01.23, 11:00 – 12:15

Kurse rund ums Kind, Siedlerstr.6, Erlangen

Strolchis Kreativkurs ist ein Programm zur ganzheitlichen kreativen Förderung Ihres Kindes mit Hilfe einer Terrier Handspielpuppe. Für Kinder von 1–3 J. + 1 Erwachsener. ZIEL DES KURSES: Die Intelligenz zu fördern, Sozialkompetenz und Selbstbewusstsein Ihres Kleinkindes zu unterstützen, Feinmotorik und Kreativität durch das künstlerische Angebot in jeder Stunde zu fördern. Durch Wechsel von Bewegung und Ruhe, konzentriertem Zuhören und freiem Spiel intensives Lernen zu ermöglichen. • Verena Leonhard-Singer; 99 €, Folgetermine: 17.01., 24.01., 31.01., 07.02., 14.02., 21.02.23 **A** **R** Verena Leonhard-Singer, 09131/9333890, info@kurse-rundumskind.de

Strolchis Kreativkurs für Kleinkinder

10.01.23, 14:45 – 16:00

Kurse rund ums Kind, Siedlerstr.6, Erlangen

Strolchis Kreativkurs ist ein Programm zur ganzheitlichen kreativen Förderung Ihres Kindes mit Hilfe einer Terrier Handspielpuppe. Für Kinder von 1–3 J. + 1 Erwachsener. ZIEL DES KURSES: Die Intelligenz zu fördern, Sozialkompetenz und Selbstbewusstsein Ihres Kleinkindes zu unterstützen, Feinmotorik und Kreativität durch das künstlerische Angebot in jeder Stunde zu fördern. Durch Wechsel von Bewegung und Ruhe, konzentriertem Zuhören und freiem Spiel intensives Lernen zu ermöglichen. • Verena Leonhard-Singer; 99 €, Folgetermine: 17.01., 24.01., 31.01., 07.02., 14.02., 21.02. **A** **R** Verena Leonhard-Singer, 09131/9333890, info@kurse-rundumskind.de



JANUAR

Online PEKiP Kurs für Babys die 07–11/22 geboren sind

10.01.23, 17:00–18:15

Kurse rund ums Kind

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Konzept für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr, um diese im sensiblen Prozess des Zueinanderfindens zu unterstützen. Ich zeige Ihnen viele Spiel- und Bewegungsanregungen, die Sie auch zu Hause mit Ihrem Baby machen können. Sie werden lustige Fingerspiele, Schmuseverse und Trigelieder für Ihr Kind kennenlernen. Themen wie Schlafen, Ernährung, Zähne etc werden ausführlich besprochen. Der Samstagstermin ist online mit Kinderarzt Dr. Singer • Verena Leonhard-Singer; 120 €, Folgetermine: 14.01. (09:15 – 10:30), 17.01., 24.01., 31.01., 07.02., 14.02.23, 21.02.23 **A** **R** Verena Leonhard-Singer, 09131/9333890, info@kurse-rundumskind.de

PEKiP Kurs für Babys die 07–11/22 geboren sind

11.01.23, 09:15–10:30

Kurse rund ums Kind, Siedlerstr.6, Erlangen

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Konzept für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr, um diese im sensiblen Prozess des Zueinanderfindens zu unterstützen. Ich zeige Ihnen viele Spiel- und Bewegungsanregungen, die Sie auch zu Hause mit Ihrem Baby machen können. Sie werden lustige Fingerspiele, Schmuseverse und Trigelieder für Ihr Kind

kennenlernen. Themen wie Schlafen, Ernährung, Zähne etc werden ausführlich besprochen. Der Samstagstermin ist online mit Kinderarzt Dr. Singer • Verena Leonhard-Singer; 120 €, Folgetermine: 14.01., 18.01., 25.01., 01.02., 08.02., 15.02., 22.02.23 **A** **R** Verena Leonhard-Singer, 09131/9333890, info@kurse-rundumskind.de

PEKiP Kurs für Babys die 01–06/22 geboren sind

11.01.23, 11:00–12:15

Kurse rund ums Kind, Siedlerstr.6, Erlangen

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Konzept für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr, um diese im sensiblen Prozess des Zueinanderfindens zu unterstützen. Ich zeige Ihnen viele Spiel- und Bewegungsanregungen, die Sie auch zu Hause mit Ihrem Baby machen können. Sie werden lustige Fingerspiele, Schmuseverse und Trigelieder für Ihr Kind kennenlernen. Der Kurs ist ein Fortsetzungskurs. Sie können in den Kurs neu miteinsteigen. • Verena Leonhard-Singer; 79 €, Folgetermine: 18.01., 25.01.2, 01.02., 08.02., 15.02. (09:15 – 10:30) **A** **R** Verena Leonhard-Singer, 09131/9333890, info@kurse-rundumskind.de



PEKiP Kurs für Babys die 04–08/22 geboren sind

11.01.23, 14:15 – 15:30

Kurse rund ums Kind, Siedlerstr.6, Erlangen

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Konzept für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr, um diese im sensiblen Prozess des Zueinanderfindens zu unterstützen. Ich zeige Ihnen viele Spiel- und Bewegungsanregungen, die Sie auch zu Hause mit Ihrem Baby machen können. Sie werden lustige Fingerspiele, Schmuseverse und Traglieder für Ihr Kind kennenlernen. Themen wie Schlafen. Ernährung, Zähne etc werden ausführlich besprochen. Der Samstagstermin ist online mit Kinderarzt Dr. Singer • Verena Leonhard-Singer; 120€, Folgetermine: 14.01. (09:15 – 10:30), 18.01., 25.01., 01.02., 08.02., 15.02., 22.02.23 **A R** Verena Leonhard-Singer, 09131/9333890, info@kurse-rundumskind.de

Familientreff Eckental

11.01.23, 14:30 – 17:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Geschwisterbeziehungen

11.01.23, 19:30 – 21:00

**Herz im Glück Familienberatung,
Badgasse 4, Herzogenaurach**

Geschwisterbeziehungen – ein lebenslanges Projekt im Trainingsfeld Familie! Wie werden Geschwister zum Team? Was können Eltern dafür tun, um die Beziehung zu fördern und was sollte vermieden werden? Mit Praxisbeispielen aus dem Familienalltag gehen wir Streitigkeiten auf den Grund. Sie erhalten leicht im Alltag umzusetzende Tipps und können somit das Verhalten Ihrer Kinder besser hinterfragen. Im Anschluss bleibt noch Zeit für eine Fragerunde. • Carolin Deutschmann; Kursnummer noch nicht bekannt – wird nachgereicht. 8–10 € **A** VHS Herzogenaurach, 09132/901320, vhs@herzogenaurach.de **R** Carolin Deutschmann, 0170/7563333, herz_im_glueck@web.de

Sprechstunde der Jugend- und Familienberatungsstelle

12.01.23, 09:00 – 12:00

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 29.09.



JANUAR

Spaß & Spiel in Wohnräumen: Übungen

12.01.23, 19:30 – 21:00

Volkshochschule Erlangen, Wilhelmstr. 2f

Im Winter hält uns das feucht-kalte Wetter mehr in Räumen, doch Kinder brauchen Bewegung. Wie motiviere ich ein Kindergartenkind mit wenig Aufwand und einfachen Mitteln (Luftballon, Wasserball, Papier, Tüchern) sich gerne im Zimmer zu bewegen? Das steht im Fokus dieses Vortrages. Bewegung ist die Grundlage für alles Lernen. Zusammen Spaß haben und nebenbei Koordination, Orientierung, Musikalität und Gleichgewicht trainieren – das ist wichtig für viele Lebensbereiche. • Katja Ehmcke; Friedrichstraße 19. Historischer Saal **A** **R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

Digital: Was tun, damit mein Kind (auf) mich hört?

12.01.23, 20:00 – 21:30

BildungEvangelisch Erlangen

Der Film "Wege aus der Brüllfalle-wenn Eltern sich durchsetzen müssen" zeigt in anschaulichen Modellen, warum Kinder für Erwachsene oft nur schwer zu erreichen sind. Er gibt Anregungen, wie Eltern ihren Kindern die Ernsthaftigkeit ihrer Anliegen deutlich machen können und die Kinder erkennen, dass es Dinge gibt, die sie einfach tun müssen, auch wenn es ihnen gerade nicht in den Kram passt. Er zeigt, was Eltern "schwächeln lässt", das alles auf eine realistische und gleichzeitig humorvolle Weise.

• Renate Abeßer; Anmeldung und Registrierungslink über die Homepage: www.bildung-evangelisch.de **A** Anja Zum Winkel, 09131/20013, bildung.evangelisch-er@elkb.de **R** Renate Abeßer, 09131/20013, renate.abesser@elkb.de

Stammtisch für Alleinerziehende Mütter und Väter

14.01.23, 11:00 – 13:00

DW Erlangen e.V., An den Kellern, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 03.09.

Babywerkstatt Herzogenaurach

16.01.23, 09:30 – 11:00

**Babywerkstatt, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach**

Wir tauschen uns mit der Kinderzahnärztin Dr. Wießner rund ums Thema Zahnen und gesunde Kinderzähne aus. Nach der Anmeldung erhalten Sie von der Kursleitung Informationen zum aktuellen Hygienekonzept. • Doris Hanke; 1. Stock **A** **R** Doris Hanke, 0176/4112921, gfb.hanke@gmx.net

Familientreff Eckental

16.01.23, 09:30 – 11:30

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Trennungs- und Scheidungskindergruppe

16.01.23, 15:00–17:00

**Städt. Jugend- und Familienberatung,
Karl-Zucker-Str. 10, Erlangen**

Wenn Eltern sich trennen, haben die Kinder oft jahrelange Auseinandersetzungen miterlebt und haben Sorge, einen Elternteil zu verlieren. In dieser schwierigen Zeit fühlen sich Kinder oft alleingelassen. Nach einer Trennung, hat ein Elternteil meist weniger Kontakt zu den Kindern als vorher. Von den Eltern und Kindern muss ein neuer Weg gefunden werden, mit der aktuellen Situation umzugehen. Für betroffene Kinder bietet die Familienberatung einen Kurs "Hilfe! Meine Eltern haben sich getrennt" an.

• Manuela Schaller und NN; Beginn: 16.01., fortlaufende Termine jeweils montags. Ende voraussichtlich 27.03.23 **A B** Manuela Schaller, 09131/862295, familienberatung@stadt.erlangen

Eltern-Kind-Café

17.01.23, 09:00–11:00

**Schuster's five Familienstützpunkt,
Schustergasse 5, Heroldsberg**

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 4.–6. Monat

17.01.23, 09:15–10:15

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 17.01.

Bewegungstreff Eckental

17.01.23, 09:30–11:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 06.09.

ELTERN TALK im Familienstützpunkt Anger

17.01.23, 09:30–11:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 4.–6. Monat

17.01.23, 10:30–11:30

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 10.01.



JANUAR

Elternstammtisch „Notfälle bei Babys+Kleinkindern“

17.01.23, 19:00–22:00

**Schuster's five Familienstützpunkt,
Schustergasse 5, Heroldsberg**

Kinder sind aktiv, fit und kennen keine Gefahr, deshalb können Notfälle im Kindesalter sehr schnell passieren. Hier bekommen Sie einen Überblick über die verschiedenen Notfälle, die Ihnen im Kleinkindalter begegnen können (Bauchweh, Husten, Bronchitis, Atemnot, Pseudokrupp, Fieber, Fieberkrampf, häuslichen Unfällen, Verbrennungen, Vergiftungen, Stürze ...) und die Maßnahmen die erforderlich sind um die Notfallsituation gut zu meistern. Dieser Kurs soll ihnen Sicherheit geben, um Ruhe zu bewahren. • Anja Ritzer (Referentin, Familienkinderkrankenpflegerin), Valentina Kohlmann (Leitung Elternstammtisch). Armin Stingl (Leitung Schusters five); barrierefrei. Parkplätze vor Ort vorhanden. Getränke vor Ort erhältlich
A B Valentina Kohlmann, 0176/62417822, elternstammtisch@heroldsberg.de

Kopf hoch!

17.01.23, 20:00–22:00

**Kinderschutzbund Kreisverband Erlangen e.V.,
Strümpellstr. 10**

Mentale Stabilität und Selbstfürsorge mit BODY 2 BRAIN CCM®! Der Alltag fordert uns jeden Tag aufs Neue heraus. Oft reagieren wir nur noch auf das, was passiert und erleben uns fremdbestimmt. Als „Resilienz“ wird die Fähigkeit bezeichnet, Herausforderungen nicht nur in den Griff zu bekommen, sondern im besten Fall gestärkt aus ihnen hervor zu gehen.

BODY 2 BRAIN CCM® Übungen unterstützen Sie in Ihrer Selbstwirksamkeit im Alltag. • Elke Hambrock-Trumler; 5 € **A R** Kathrin Lipp, 09131/209100, dksberlangen@web.de

Familientreff Eckental

18.01.23, 14:30–17:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Welche Schule ist die richtige für mein Kind? (Vortrag)

18.01.23, 19:00–21:00

Volkshochschule Erlangen, Wilhelmstr. 2f

Wie finde ich heraus, ob mein Kind schulreif ist bzw, für welche weiterführende Schulart es geeignet ist? Wie aussagekräftig sind die Empfehlungen der Erzieher*innen. Lehrer*innen und Noten? Welche Rolle spielen Teilleistungsschwächen? Welche Begabungen hat mein Kind? Schulische Leistungsschwierigkeiten und damit verbundene Versagensängste und Blockaden können vielfältige Ursachen haben. Dieser Vortrag soll eine Orientierungshilfe geben. • Dr. Johannes Wilkes; Friedrichstraße 17, Aula **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

Das Familiencafé im Familienstützpunkt Anger

19.01.23, 16:00–17:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 13.10.

Wie zahlt sich die Elternzeit aus? (Vortrag)

19.01.23, 19:00 – 20:30

Volkshochschule Erlangen, Wilhelmstr. 2f

Dieser Vortrag bietet einen groben Überblick über die aktuell gültige Gesetzgebung und bestehende Regelungen bzgl. Mutterschutz, Arbeitsrecht in der Schwangerschaft, Elterngeld etc. Wie und wo können die entsprechenden Unterstützungen beantragt werden? Welche Fristen sind wichtig? Welche Hilfestellungen gibt es in der Stadt Erlangen, die in dieser Lebenssituation zusätzlich unterstützen? Der Vortrag richtet sich hauptsächlich an Schwangere und Mütter mit sehr kleinen Kindern. • Jörg Iglar; Friedrichstraße 17, Aula **A R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

Digitaler Vortrag: Family-Life-Balance

19.01.23, 20:00 – 21:30

BildungEvangelisch Erlangen

Viele Mütter sind einer wahnsinnig hohen Erwartungshaltung ausgesetzt – Erwartungen der Gesellschaft, des Arbeitgebers, der eigenen Familie. Dazu kommen die Ansprüche an sich selbst und das erdrückende Gefühl, dass jeder denkt er könne sich in das doppelte Netz deiner Alltagsorganisation fallen lassen. Dein Kopf schwirrt, er ist einfach zu voll und du willst daran jetzt was ändern! Ich zeige dir, wie du Prioritäten setzt und dein Mental Load reduzierst. • Carolin Deutschmann; **A** Anmeldung und RegistrierungslinK über die Homepage: www.bildung-evangelisch.de,

Anja Zum Winkel, 09131/20013, bildung.evangelisch-er@elkb.de **R** Renate Abeßer, 09131/20013, renate.abesser@elkb.de

Familientreff Eckental

23.01.23, 09:30 – 11:30

Familienstützpunkt Gleis 3, Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 4.–6. Monat

24.01.23, 09:15 – 10:15

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 17.01.

Bewegungstreff Eckental

24.01.23, 09:30 – 11:00

Familienstützpunkt Gleis 3, Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 06.09.

ELTERN TALK im Familienstützpunkt Anger

24.01.23, 09:30 – 11:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 4.–6. Monat

24.01.23, 10:30 – 11:30

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 10.01.

JANUAR

Eisige Zeiten bei den Waldwichteln

25.01.23, 14:00 – 16:00

Volkshochschule Erlangen, Weinstr. 100

Für 8 Erwachsene und ihr (Enkel-)Kind zwischen 3 und 6 Jahren. Brr – es ist kalt! Der Wald ist im Winterschlaf. Doch auch im Winterwald gibt es viel zu entdecken. Schlafen wirklich alle? Wir machen uns auf die Suche nach Spuren und genießen mit einer Geschichte sowie verschiedenen anderen Aktionen einen bewegten Nachmittag im Wald. Feste Schuhe und wetterfeste Kleidung sind Pflicht, wir sind bei jedem Wetter draußen unterwegs. Bitte eine Sitzunterlage mitbringen! • Frau Katja Ehmcke; Treffpunkt: Eingang des Walderlebniszentrums am Franzosenweg. zzgl. 1.00 € Materialgeld an die Kursleiterin. 15 € pro Veranstaltung **A** **R** VHS Sekretariat Stadt Erlangen, 09131/862668, vhs.sekretariat@stadt.erlangen.de

Familientreff Eckental

25.01.23, 14:30 – 17:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Frühchengruppe in der Frühförderung Kinderhilfe

27.01.23, 10:30 – 12:00

**Frühförderung Kinderhilfe, Hofmannstr. 67,
Erlangen**

Infos Siehe Angebot am 30.09.

Mental Load – nein danke! (Workshop für Eltern inkl. Vortrag)

28.01.23, 10:00 – 12:30

**Herz im Glück Familienberatung, Badgasse
4, Herzogenaurach**

Die To Do-Liste ist lang, du hast 1000 Dinge in deinem Kopf! Alles bleibt an dir hängen, die Familie verlässt sich komplett auf dich? Du kennst das? In diesem Workshop lernst du Prioritäten zu setzen. Aufgaben abzugeben & dein Mental Load zu reduzieren. Du lernst, wie du in in ein paar Minuten viel (aber nicht alles) schaffst, wo die Stolpersteine im Alltag liegen & dass Organisation das A & O ist. Gestärkt kannst du bald euren Familienalltag neu strukturieren & hast wieder mehr Zeit für dich. • Carolin Deutschmann; Noch nicht bekannt – wird nachgereicht. 8 – 10 € **A** VHS Herzogenaurach, 09132/901320, vhs@herzogenaurach.de **R** Carolin Deutschmann, 0170/7563333, herz_im_glueck@web.de



MFM „Die Zyklusshow“ – für Mädchen von 10–12 Jahren

28.01.23, 10:00–16:00

**BildungEvangelisch Erlangen,
Hindenburgstr. 46a**

Im Mittelpunkt des Tages steht die Geheimsprache des weiblichen Körpers und die Story von den spannenden Ereignissen während des Zyklus der Frau. Spielerisch, abwechslungsreich und unterhaltsam wird die "Zyklusshow" Szene für Szene dargestellt, und wir erfahren jede Menge Neuigkeiten über uns. Bitte mitbringen: Brotzeit und Getränk, Hausschuhe oder dicke Socken, sowie Kissen und Decke, wir sitzen auf dem Boden! Begrenzte Teilnehmerzahl, von 15:30 – 16:00 Uhr Elterninformation. • Annika Rosenberger; 35 €. Ermäßigung möglich **A** BildungEvangelisch Erlangen, 09131/20013, bildung.evangelisch-er@elkb.de **R** Renate Abeßer, 09131/20013, renete.abesser@elkb.de

Familientreff Eckental

30.01.23, 09:30–11:30

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 4.–6. Monat

31.01.23, 09:15–10:15

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 17.01.

Bewegungstreff Eckental

31.01.23, 09:30–11:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 06.09.

ELTERN TALK im Familienstützpunkt Anger

31.01.23, 09:30–11:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 4.–6. Monat

31.01.23, 10:30–11:30

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 10.01.



FEBRUAR

Familientreff Eckental

01.02.23, 14:30 – 17:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Digitaler Vortrag: Der Schlaf von Kleinkindern

02.02.23, 20:00 – 21:30

BildungEvangelisch Erlangen

Warum wachen Kinder nachts auf? Warum schlafen die meisten Kinder auch nach dem ersten Geburtstag nicht durch? Wie lange braucht ein Kind nachts Nahrung? Was hat es mit den Monstern unterm Bett, dem Nachtschreck und Alpträumen auf sich? Was können Mama und Papa machen, um diese Phasen möglichst angenehm und bindungsorientiert zu gestalten? Diese und weitere Fragen rund um das Thema Kinderschlaf werden wir besprechen. • Doris Berghofer; Anmeldung und Registrierungslink über die Homepage: www.bildung-evangelisch.de,  Anja Zum Winkel, 09131/20013, bildung.evangelisch-er@elkb.de  Renate Abeßer, 09131/20013, renate.abesser@elkb.de

Familientreff Eckental

06.02.23, 09:30 – 11:30

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Eltern-Kind-Café

07.02.23, 09:00 – 11:00

**Schuster's five Familienstützpunkt,
Schustergasse 5, Heroldsberg**

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 4.–6. Monat

07.02.23, 09:15 – 10:15

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 17.01.

Bewegungstreff Eckental

07.02.23, 09:30 – 11:00

**Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau**

Infos Siehe Angebot am 06.09.

ELTERN TALK im Familienstützpunkt Anger

07.02.23, 09:30 – 11:30

**Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12,
Erlangen**

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 4.–6. Monat

07.02.23, 10:30 – 11:30

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 10.01.

Familientreff Eckental

08.02.23, 14:30 – 17:00

Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Sprechstunde der Jugend- und Familienberatungsstelle

09.02.23, 09:00 – 12:00

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 29.09.



Das Familiencafé im Familienstützpunkt Anger

09.02.23, 16:00 – 17:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 13.10.

Stammtisch für Alleinerziehende Mütter und Väter

11.02.23, 11:00 – 13:00

DW Erlangen e.V., An den Kellern, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 03.09.

Babywerkstatt Herzogenaurach

13.02.23, 09:30 – 11:00

Babywerkstatt, Erlanger Str. 16,
Herzogenaurach

Mein Baby verstehen. Von Geburt an teilen Babys sich mit und wollen verstanden werden. Wie können Eltern feinfühlig auf die Signale ihres Babys antworten und so zu einem guten Team mit ihrem Baby werden? Simone Steiner, Heilpädagogin B.A./ Erziehungsberatungsstelle des Caritasverbandes. • Doris Hanke; 1. Stock **A B** Doris Hanke, 0176/4112921, gfb.hanke@gmx.net

Familientreff Eckental

13.02.23, 09:30 – 11:30

Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 4.–6. Monat

14.02.23, 09:15 – 10:15

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 17.01.

Bewegungstreff Eckental

14.02.23, 09:30 – 11:00

Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 06.09.

FEBRUAR

Babymassage nach Frédéric Leboyer ab 4.–6. Monat

14.02.23, 10:30–11:30

VHS Eckental, Ambazac Str. 5, Eckental

Infos Siehe Angebot am 10.01.

Familientreff Eckental

15.02.23, 14:30–17:00

Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Familientreff Eckental

20.02.23, 09:30–11:30

Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Familientreff Eckental

22.02.23, 14:30–17:00

Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.

Digital: Ich bleib dann mal da. Autorität durch Beziehung

23.02.23, 19:30–21:00

BildungEvangelisch Erlangen

Jugendliche verhalten sich respektlos. Kinder ziehen sich in beängstigender Weise zurück. Jungen schlagen ihre Geschwister und Mädchen verweigern den Schulbesuch. Immer häufiger fühlen Eltern. Lehrer*innen und Erzieher*innen

sich hilflos. Wie kann eine Beziehung gestaltet werden, die sowohl den Widerstand gegen die schwierigen Verhaltensweisen als auch die (Wieder-)Aufnahme der Bindung zum Kind ermöglicht? Sie erhalten einen Einblick in das Konzept der Autorität durch Beziehung nach Haim Omer. • Petra Girolstein; **A** Anmeldung und Registrierungslink über die Homepage: www.bildung-evangelisch.de, Anja Zum Winkel, 09131/20013, bildung.evangelisch-er@elkb.de **R** Renate Abeßer, 09131/20013, renate.abesser@elkb.de

Frühchengruppe in der Frühförderung Kinderhilfe

24.02.23, 10:30–12:00

Frühförderung Kinderhilfe, Hofmannstr. 67,
Erlangen

Infos Siehe Angebot am 30.09.

Babywerkstatt Herzogenaarach

27.02.23, 09:30–11:00

Babywerkstatt, Erlanger Str. 16,
Herzogenaarach

Vom Trotzalter und dem Umgang mit dem Willen Wenn ein nicht passendes Getränk scheinbar die Welt zusammenbrechen lässt, steht man als Eltern manchmal fassungslos da. So schlimm kann das doch nicht sein – meint man. Das ist die Trotzphase heißt es. Wozu trotzst ein Kind überhaupt? Der eigene und der fremde Wille, das ist im 2. Lebensjahr ein großes Thema. Dass eigener und fremder Wille nicht immer übereinstimmen ist unvermeidlich und fordert Eltern und Kinder. Simone Steiner, Heilpädagogin B.A. • Doris Hanke; 1. Stock **A** **R** Doris Hanke, 0176/41112921, gfb.hanke@gmx.net

Familientreff Eckental

27.02.23, 09:30 – 11:30

Familienstützpunkt Gleis 3,
Neunkirchener Str. 60, Eschenau

Infos Siehe Angebot am 05.09.



ELTERN TALK im Familienstützpunkt Anger

28.02.23, 09:30 – 11:30

Familienstützpunkt Anger, Isarstr.12, Erlangen

Infos Siehe Angebot am 20.09.

Elternstammtisch „Erstes / Handy Smartphone“

28.02.23, 19:00 – 22:00

Schuster's five Familienstützpunkt,
Schustergasse 5, Heroldsberg

Ein eigenes Handy bzw. Smartphone? Das ist spannend! Neben mobilen Telefonieren und Nachrichten schreiben bietet es viele weitere Funktionen. Im Laufe der Grundschulzeit bekommen viele Kinder ein eigenes Handy, allerdings fehlt ihnen oft noch die Kompetenz, Chancen und Risiken ihrer Handynutzung richtig einzuschätzen. Wie können wir uns und unsere Kinder darauf vorbereiten? Was gibt es im Vorfeld zu beachten? Welche Probleme können vermieden werden? Damit das Handy nicht zum Streitthema wird. • Melanie Rubenbauer (Referentin für Medienpädagogik und Jugendmedienschutz), barrierefrei. Parkplätze vor Ort vorhanden. Getränke vor Ort erhältlich

A R Valentina Kohlmann, 0176/62417822,
elternstammtisch@heroldsberg.de



freecall
unterstützt durch die
Deutsche Telekom

Elterntelefon

0800
1110550

NummergegenKummer

anonym und kostenlos erreichbar:

über das deutsche Festnetz und Handy

montags bis freitags
9 - 11 Uhr und

dienstags und donnerstags
17 - 19 Uhr

Das nächste Familien ABC erscheint im März 2023

Weitere, aktuelle Termine finden Sie auf unserer Homepage: www.familien-abc.net

APP'S & WEBTIPPS

PRAKTISCHE APPS FÜR ELTERN UND KINDER

Apps für Smartphone und Tablet PC. Von der Redaktion getestet und für gut befunden. Mehr geprüfte Apps für Ihre Kinder finden Sie unter <https://www.klick-tipps.net/kinderapps>

DAS LEBEN DER BIENEN IN VR



Begleite das Leben der Bienen in 3D und erkunde die vielfältigen Aufgaben im Bienenstock. Ab 8 Jahren. Kostenlos für iOS und Android

GEOMINI DSCHUNDEL



Ein Lernspiel für Kinder. Erforsche mit Georg den Urwald – und entdecke allerlei tolle Tiere! 5 Jahren. 3,99 € für iOS

KOSMO & KLAX: BAUMHAUSPARTY



Auf ins Baumhaus, fertig, los! Spielspaß, Abenteuer und jede Menge zum Entdecken warten auf dich in der fröhlich-bunten Welt von Kosmo & Klax. Ab 3 Jahren. 2,99 € für Android.

DREI KLEINE SCHWEINCHEN



Erlebe das berühmte Märchen „Die drei kleinen Schweinchen“ als kindgerechte APP in einer nie dagewesenen Erlebnisvielfalt. Ab 3 Jahren 0,99 € für iOS und Android

PRAKTISCHE INFORMATIONEN RUND UM SMARTPHONE & CO

Brauchen Sie noch weitere Informationen? Hier werden Sie bestimmt fündig!

www.baer.bayern.de/medienbriefe



Die **Medienbriefe** des Bayerischen Landesjugendamtes sind die Fortsetzung der beliebten 48

Elternbriefe. In fünf Ausgaben erhalten Familien und Eltern Unterstützung, Kinder und Jugendliche medienkompetent zu erziehen. Konkrete Tipps, Checklisten und weiterführende Beratungslinks werden in den fünf Medienbriefen dem Entwicklungsstand des Kindes entsprechend gegliedert und aufbereitet.

www.seitenstark.de



Altersgerechte Texte, Videos, Audios und Spiele vermitteln Wissen, sensibilisieren die Kinder für gesellschaftliche,

kulturelle oder Umweltthemen und fördern ihre Sozial- und Medienkompetenz.

www.schau-hin.de



Der Medienratgeber für Familien informiert Eltern und Erziehende über aktuelle Entwicklungen

der Medienwelt und Wissenswertes zu den verschiedensten Medienthemen.

Wissen, wie's geht:

www.internet-abc.de



internet-abc

Im Internet-ABC erhalten Kinder, Eltern und Lehrkräfte zielgruppenspezifisch aufbereitete Inhalte und entsprechende Materialien zur Förderung der eigenen Medienkompetenz sowie Unterstützungsangebote zur Begleitung von Kindern bei den ersten Schritten ins Internet.

Familienstützpunkt



Gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales,
den Landkreis Erlangen-Höchstadt und die Stadt Erlangen

Veranstaltungen der
Familienstützpunkte finden Sie
auf: www.familien-abc.net

Familienstützpunkt Adelsdorf

Hauptstraße 21
91325 Adelsdorf
0163 / 7412719
familienstuetzpunkt@caritas-erlangen.de

Familienstützpunkt Gleis 3

Neunkirchenerstraße 60
90542 Eckental
09126/2909813
familienstuetzpunkt@eckental.de

Familienstützpunkt Schuster's five

Schustergasse 5
90562 Heroldsberg
0911/5188160
schusters-five@heroldsberg.de

Familienstützpunkt im Haus der Begegnung Vestenbergsreuth

Dutendorfer Straße 18
91487 Vestenbergsreuth
0151 / 14014207
HDB@Vestenbergsreuth.de

Familienstützpunkt Anger im Stadtteilhaus Isar12

Isarstraße 12
91052 Erlangen
09131 / 863663
familienstuetzpunkt-anger@stadt.erlangen.de

Familienstützpunkt Büchenbach im gowi.27

Goldwitzerstraße 27
91056 Erlangen
09131 / 863537
familienstuetzpunkt-buechenbach@stadt.erlangen.de

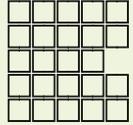
FAMILIENSTÜTZPUNKTE

sind Anlaufstellen für Eltern und Familien. Hier finden Sie **kostenlos Informationen, Rat** und auf Wunsch eine **Vermittlung zu weiterführenden Hilfen** rund um **Erziehung, Familie** und die **Entwicklung von Kindern**.

Außerdem gibt es hier **Angebote** für Eltern, in denen es um **Kinder, Erziehung, das Familienleben** oder die **Partnerschaft** geht.

Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales





JUGEND- UND FAMILIENBERATUNGSSTELLE der Stadt Erlangen

Karl-Zucker-Straße 10, 3. Etage, 91052 Erlangen; 09131/862295

Regelmäßig stattfindende Kursangebote:

Bitte melden Sie sich bei Interesse!

KIB-Kinder im Blick

Kurs für getrennte Eltern zur Förderung einer positiven Eltern-Kind-Beziehung und eines konstruktiven Kontaktes zum anderen Elternteil.

Trennungs- und Scheidungskindergruppe Hilfe – meine Eltern haben sich getrennt!

(Grundschul Kinder, 10 Termine / 1,5 Std.)

„Wiege“ – Wir Eltern geben Geborgenheit

Elternkurs zur Förderung einer sicheren Bindung (6 Termine/3 Std.)

„EFFEKT“ – Entwicklungsförderung in Familien

Elterntraining für den Umgang mit herausfordernden Erziehungssituationen.

Mit Kinderkurs „Ich kann Probleme lösen“ zur Förderung der sozialen Kompetenz (jeweils 6 Termine/2 Std.)

LANDKREIS
ERLANGEN-HÖCHSTADT



ERZIEHUNGS-, JUGEND- UND FAMILIENBERATUNGSSTELLE

des Caritasverbandes im Landkreis ERH, Anna-Herrmann-Str. 3, 91074 Herzogenaurach, 09132/8088

Regelmäßig stattfindende Kursangebote:

Wetterfest

Wöchentliche Gruppe zur Begleitung von Kindern beim Übergang von der Kita in die Schule. Anmeldungen sind jederzeit möglich. Zielgruppe: Kinder im letzten Kindergartenjahr.

- montags von 14:30 – 16:00 Uhr, Durchführung: Herta Görlich (Dipl. Soz.-Päd.) März 2023 – Februar 2024

Kinder im Blick ONLINE

auch für Eltern aus Erlangen:

Kurs für getrennte Eltern zur Förderung einer positiven Eltern-Kind-Beziehung und eines konstruktiven Kontaktes zum anderen Elternteil.

- 8 Termine, dienstags von 18:00 – 21:00 Uhr, Beginn: 04.10.22 Durchführung: Jutta Poser (Dipl. Soz.-Päd.), Holger Dettenthaler (Dipl. Soz.-Päd.) Kosten für Unterlagen 50 Euro; Ermäßigung möglich

AD(H)S-Elterngruppe

Gruppe für Eltern von „betreuungsintensiven“ Kindern die Aufmerksamkeitsstörungen und impulsives Verhalten zeigen.

- montags 10.10, 07.11. und 05.12.22 von 19:00 – 21:00 Uhr Durchführung: Marion Serafin (Dipl. Psychologin), Martin Weidner (Dipl. Soz.-Päd.)

Babysitterkurs mit Zertifikat

Vermittlung von Kenntnissen in den Bereichen Entwicklung, Pflege, Beschäftigungsmöglichkeiten und Unfallverhütung für Jugendliche ab 15 Jahren.

- 3 Termine, samstags 08.10. 15.10. und 22.10.22 von 9:00 – 13:00 Uhr Ort: Gleis 3 in Eckental

BABYSITTERDIENSTE

AUSBILDUNG UND VERMITTLUNG

Erziehungs-, Jugend- und

Familienberatungsstelle

Anna-Herrmann-Straße 3, Herzogenaurach
09132/8088

Kinderschutzbund Erlangen

Strümpelstr. 10, Erlangen, 09131/209100

**Fachbereich Familie, Bildung und Soziales –
Röttenbach**

Schulstraße 14a, Röttenbach, 09195/949041

Familienstützpunkt Gleis 3

Neunkirchener Straße 60, Eckental
09126/2909813

SCHREIKINDSPRECHSTUNDE

Beratung von Eltern mit Kindern im Alter von
0–3 Jahre mit Regulationsproblemen

**Interdisziplinäre Frühförder- und Beratungs-
stelle Lebenshilfe Herzogenaurach**

Einsteinstraße 26, Herzogenaurach,
09132/781020

Frühförderung Lebenshilfe Erlangen

Artilleriestraße 54, Erlangen

09131/5066930

09131/6103902 (Erlangen-Büchenbach),

09126/2749999 (Eckental-Eschenau)

Frühförderung Kinderhilfe

Hofmannstraße 67, Erlangen

09131/208954

KoKi Erlangen

Werner-von-Siemens-Straße 61, Erlangen

09131/861779

ELTERN-KIND-GRUPPEN in Erlangen

Hier treffen sich Eltern gemeinsam mit ihren
(kleinen) Kindern in einer Gruppe.

BETREUTE SPIELGRUPPEN in Erlangen

Hier treffen sich (kleine) Kinder ohne Eltern in
einer Gruppe mit einer festen Betreuungsperson.
Infos zu beiden Gruppenarten beim

Stadtjugendamt,

Erlanger Bündnis für Familien

eltern-kind-gruppen@stadt.erlangen.de

<https://erlanger-familienbueundnis.de/>



Koordinationsstelle Frühe Hilfen des Stadtjugendamtes

Werner-von-Siemens-Str. 61,
Erlangen, 09131/86-1868

Die Koordinationsstelle Frühe Hilfen bietet
Eltern möglichst frühzeitig, schon zu Beginn der
Schwangerschaft oder wenn Ihr Kind noch
ganz klein ist, Rat und Hilfe und unterstützt sie
in Fragen der Entwicklung des Kindes und in
belastenden Lebenssituationen.

Netzwerk frühe Kindheit des Landratsamtes

Nägelsbachstraße 1, Erlangen 09131/8032610

Wir bieten Ihnen zeitnah und unkompliziert
Beratung und Unterstützung an und vermitteln
Ihnen auch gerne weitergehende Hilfen. Wir
nehmen uns Zeit für Sie und Ihre Fragen und
kommen auf Wunsch auch zu Ihnen nach Hause.

DIE FAMILIENPÄDAGOGISCHEN EINRICHTUNGEN in Erlangen

... begleiten und beraten Mütter und Familien
in ihrem Stadtteil bei der Bewältigung des
Lebensalltags mit Kindern im Alter von 0–3 J.

- Treff für Mütter und Kinder
 - Beratung in allen Fragen der Familie,
kindlichen Entwicklung und Erziehung,
Partnerschaft und Lebensbewältigung
 - Spielerische Entwicklungsförderung der Kinder
 - Frühe Elternbildung und Tipps von Fachleuten
 - Gemeinsame Unternehmungen, Ausflüge und
mehrtägige Mutter-Kind-Fahrten
 - Praktische Unterstützung für Schwangere
- Träger ist das Jugendamt der Stadt Erlangen.

In **BRUCK**: Junkersstraße 1, Tel. 863565

Am **ANGER**: Isarstraße 12, Tel. 863662

In **BÜCHENBACH**: Goldwitzerstraße 27, Tel. 863535

DAS JUGENDAMT.

Unterstützung, die ankommt.



Koordinierungsstelle Familienbildung für den Landkreis Erlangen-Höchstadt

Amt für Kinder, Jugend und Familie ERH

Nägelsbachstr.1, 91052 Erlangen

Jennifer Kneisl und Jacqueline Gasche

09131/8032612

familienbildung@erlangen-hoechstadt.de

www.erlangen-hoechstadt.de

Koordinierungsstelle Familienbildung im Stadtjugendamt Erlangen

Rathausplatz 1, 91052 Erlangen

Irene Oelerich, 09131/861795 (Mo–Mi)

Heidi Schuhmann-Helmbrecht, 09131/861652

koordinierungsstelle-fb@stadt.erlangen.de

www.erlangen.de

www.familien-abc.net

Ausgabe: H / W 22

Das Familien-ABC ist ein Überblick über Angebote der Familienbildung, die für alle Eltern in ER(H) offen sind. Aufgeführt sind Angebote der öffentlichen und freien Jugendhilfe, der Erwachsenenbildung, ehrenamtlicher Organisationen sowie kommerzieller Anbieter. Mögliche Teilnahmegebühren können sich daher unterscheiden. Für den Inhalt der Angebote sind die Veranstalter verantwortlich.