



**Familienbildung
der Arbeiterwohlfahrt
Unterbezirk Hagen-Märkischer-Kreis**



**Programm 02/2021
für Hemer & Iserlohn**



Babysittervermittlung

Wenn Sie auf der Suche nach einem geschulten Babysitter sind
melden Sie sich einfach bei uns. **Wir helfen Ihnen gerne weiter.**



AWO Familienbildung

Feldstraße 42 | 58675 Hemer | Telefon 02372-501885

E-Mail: familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de

■ Allgemeine Hinweise

Allgemeine Hinweise zum Programm und zur Anmeldung

Das Programm umfasst die Monate September bis Dezember 2021. In den Ferien vom 11.10. bis zum 22.10.21 und an gesetzlichen Feiertagen finden keine Kurse statt. **Bitte beachten Sie die Hinweise zur Corona-Pandemie auf Seite 26/34.**

Anmeldung und Auskunft

Eine schriftliche Anmeldung bzw. per Fax oder E-Mail ist für alle Kurse und Veranstaltungen erforderlich. Sie können sich persönlich, schriftlich, telefonisch bei Silke Ittershagen-Becker unter Hemer **02372/501885**, unter der Fax.-Nr. 02372/501884 oder per Post AWO Familienbildung, Feldstr. 42, 58675 Hemer, per E-Mail: **familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de** anmelden. **Hier werden auch die Anmeldungen für Iserlohn entgegengenommen.**

Ihre Anmeldung ist verbindlich.

Eine schriftliche Bestätigung der Familienbildungsstätte erfolgt nicht. Voranmeldungen sind unbedingt erforderlich, da infolge begrenzter Teilnehmerzahl die Personenanzahl vor Kursbeginn bekannt sein muss. Melden Sie sich später als 1 Woche vor Kursbeginn wieder ab, müssen Sie die Kursgebühr trotzdem bezahlen.

Teilnehmergebühren

Bitte überweisen Sie die Kursgebühr auf das **Konto der Sparkasse Iserlohn, IBAN DE96 4455 0045 0000 0385 05, BIC WELADED11SL** unter Vermerk der Kursnummer. Weiterhin besteht die Möglichkeit, am ersten Kurstag bei der Kursleitung oder bei Frau Ittershagen-Becker bar zu bezahlen.

Gebührenermäßigung

Folgende Personengruppen erhalten nach Vorlage eines Sozialpasses oder des Wohngeldbescheides eine Ermäßigung: Sozialhilfeempfänger und Familien mit arbeitslosem Haupternährer/in. Bitte sprechen Sie uns auf eine eventuell in Frage kommende Gebührenermäßigung an. Einige Kurse sind von einer Ermäßigung ausgenommen! Kurse unter 7,50 € werden nicht ermäßigt.

Haftung

Für Beschädigungen oder Verlust persönlichen Eigentums kann keine Haftung übernommen werden.

Gebührenerstattung

Die Rückerstattung gezahlter Kursgebühren erfolgt nur, wenn der Kurs nicht stattfindet. Die Rückerstattung von Gebühren bei Abbruch des Kurses oder bei nicht in Anspruch genommenen einzelnen Kursstunden ist grundsätzlich nicht möglich.

Datenschutz

Die folgenden Hinweise geben einen Überblick, was mit Ihren personenbezogenen Daten passiert, wenn Sie sich für unsere Kursangebote anmelden. Personenbezogene Daten sind alle Daten, mit denen Sie persönlich identifiziert werden können.

Wir entnehmen Ihre Daten der von Ihnen ausgefüllten und unterschriebenen Anmeldekarte, beziehungsweise der Teilnehmerliste des Kurses. Eine elektronische Speicherung erfolgt nicht. Es werden nur personenbezogene Daten erhoben, die für die reibungslose Durchführung, Abrechnung und Belegung von Kursangeboten gegenüber dem Land benötigt werden. Anmeldekarten werden nur für das laufende Kursjahr aufbewahrt. Die Aufbewahrungspflicht für Teilnehmerlisten beträgt zehn Jahre. Weitergehende Hinweise zum Datenschutz erhalten Sie auf der Homepage <https://awo-ha-mk.de/>

Allgemeines	Anmeldung und Hinweise	3
	Dozentenverzeichnis	6
	Datenschutzhinweis	3
Pädagogik/ Elternkompetenz	Offene Sprechstunde Erziehungs- und Familienberatung. 10, 21, 24, 27, 33, 37	
	Infonachmittag Kur und Erholung	21, 29, 39
	Werkstatt für Tageseltern.	38
	Einschulung 2022 – Wie kann ich mein Kind unterstützend begleiten. 11	
	Kraft tanken und entspannen	11
	Bewegungsintensiv, verhaltenskreativ oder auffällig?	12
	Raus aus dem Machtkampf!	13
	Die spielen ja nur – Warum das kindliche Spiel so wichtig ist	14
	„Jetzt konzentrier dich doch bitte!“	15
	„Kinder besser verstehen“-warum eigentlich?	22
	Fingerspiele – Einheit von Sprache und Bewegung	22
	„Kleine Kinder können in Bewegung“	22
	Starke Eltern-Starke Kinder	39
	Verhaltensauffällige Kinder	38
	Wie erkläre ich meinem Kind das Mama/ Papa nicht mehr bei uns wohnt? . 35	
	Aktive Selbstfürsorge	35
	Erste Hilfe am Kind	31
	Neue Lebenssituationen – Trennung, Scheidung, Patchwork, Alleinerziehend 30	
	Getrennt lebend mit gemeinsamen Kindern	29
	Eingewöhnung und Alltag in Kita und Schule	25
	Wege aus der Brüllfalle	28
Eltern und Kind	Waldstrolche	20
	Mini-Räuberclub	8
	Spielgruppe „Sternschnuppen“	9
	Zwinkerzwerge	9
	Spielgruppe für Tagespflegepersonen	20
	Wassergewöhnung	18
	Geschwister-Kurse	18
	Spielgruppe ab 6 Monaten	34
	Turnen, Toben und Bewegen	10
	PEKiP	19
	Alle meine Sinne – ganz Kleine entdecken ganz Großes!	11, 30
	Entspannung für Mütter und Kinder	13
	Spurensuche im Wald	26
	Weihnachtsbäckerei	39
	Spielgruppe St. Peter und Paul	32
	Spaß, Sport und Spiel	8, 9
	Elternchance ist Kinderchance	10
	„Fingerspiele“ und „Knireiter“	12
	Vater/Ersatzvater-Tobetag	12
	Sprache ist der Schlüssel zur Welt	13
	Wahrnehmungsspiele kreativ selbstgemacht!	14
	Sozial Walk – „Hast Du auch ein besonderes Kind“?	20
	Knete ganz einfach selbstgemacht	21
	Spielenachmittag für Kinder und Eltern	38

	„Griffbereit“	33, 37
	Eltern-Kind-Kreativangebot	36
	„Rucksack-Projekt“	34
	Eltern-Kind-Turnen.	24, 32
	Spielgruppe „Peter und Paul“	32
	Digitale Naturlallye rund um den Seilersee!	28
	Spurensuche im Herbstwald für die ganze Familie!	26
	Im Wald – vom Wald lernen	25
	Fußballolympiade	35
	Wir experimentieren mit Farbe	23
Körper, Geist, Bewegung, Gesundheit und Entspannung	Yoga für Erwachsene.....	16, 40
	Gymnastik für aktive Seniorinnen	16
	Rund um fit.	17
	Fitnessgymnastik	17
	Rückenfit	17
	Korrektive Gymnastik	41, 42
	Gymnastik für Paare und Einzelpersonen	41
	BioChemie nach Dr. Schüßler.....	28
Kinderangebote	Entspannungskurs für Kinder im Alter von 5-7 Jahren	25
	„In der Weihnachtsbäckerei“	23
	Spiel und Spaß im Nass	19
Freizeitgestaltung/ Kultur/Kreativ sprachl. Bildung	Freizeittreff	15
	Tauschbörse	36
	Alleinerziehenden Treffen	31
	Selbsthilfegruppe „Adipositas“	24
	Adventskalenderbasteln für Eltern	23
	Baby-Café	15
	Mütterfrühstück	21
	Elterncafe	27, 33

■ Dozentinnen und Dozenten

Isabell Ambrosius	Inge Kruse	Regina Schwarzpaul
Martin Bathe	Sandra Langenkämper	Bettina Seim
Claudia Becker	Kornelia Lemke	Violetta Solga
Galina Borger	Andrea Mainzer	Petra Sommerfeld
Angelika Comes	Anke Martens	Alexandra Tholen
Bettina Danger	Ines Marques	Regina Voß
Barbara Eichhorn	Andrea Meyer zur Capellen	Annegret Weber
Deleilha Ersoy	Annegret Michael	Monika Willholt
Anja Fischer-Amelung	Janine Miele	Heike Winter
Violetta Gallina	Dorothea Mika	
Iana Grauer	Anja Neuhaus	
Tim Graumann	Nadine Neundorf	
Iris Große-Schnettker	Martina Noak	
Ingrid Grundler	Matthias Nowak	
Sara Hilbig	Jacqueline Numrich	
Britta Holt	Evelin Piotrowski	
Nicole Jaworsky-Benzler	Magdalena Potempa	
Kathrin Jäger	Elke Rau	
Sigrid Jonas	Lisa-Maria Reinhardt	
Martina Kanakidis	Ines Rudoph	
Jasmin Klockner	Birgitta Rüschenbaum-Kümper	
Iwona Knopek	Silke Rolke	
Diana Kolbe-Schmidt	Martina Schäfer	
Elena König	Elke Scheffs	
Kerstin Joan König	Ingrid Schott	
Nicole Kopp	Susanne Schröder	
Anja Kreuzer	Katja Schönenberg	

■ Herausgeber

Arbeiterwohlfahrt Unterbezirk Hagen-Märkischer Kreis
 Böhmerstraße 11, 58095 Hagen
 Vorsitzender: Wolfgang Jörg
 Geschäftsführerin: Birgit Buchholz
 Mitglied der AWO Bezirk Westliches Westfalen e.V.
 Dortmund, Kronenstraße 63-69
 Amtsgericht Dortmund, VR 1598



■ Veranstaltungsorte

Hemer

Familienzentrum AWO
Ruth-Grohe-Haus
Feldstraße 42
Kooperationspartner

Iserlohn

Familienzentrum AWO
Am Löbbeckenkopf 30
Kooperationspartner

Die abweichenden Veranstaltungsorte bei unseren Kooperationspartnern

sind vor den Angeboten in farbigen Kästchen angegeben.

Wenn Sie Fragen haben, nehmen Sie gerne Kontakt auf.

AWO Familienbildung, Feldstr. 42, 58675 Hemer,

E-Mail: familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de Tel- 02372/501885

Angebote im AWO Ortsverein Letmathe-Nachrodt

Bitte informieren Sie sich über das aktuelle Programm des AWO Ortvereins.

Kaffeestube: montags 13.30 - 16.30 Uhr

Spiele-Nachmittag: mittwochs 13.30 - 16.30 Uhr

Bürozeiten: freitags 9.30 - 11.30 Uhr

Telefon mit Anrufbeantworter: 0 23 74 - 1 42 92

E-Mail-Adresse: ortsverein_letmathe@dokom.net

Selbsthilfegruppe Depressionen, Angst und Panikerkrankungen

Du suchst Hilfe und willst etwas verändern, weil es so nicht weitergehen kann? Komm zu uns in die Gruppe! Gewinne innere Ruhe und Zufriedenheit! Hilfe zur Selbsthilfe!

Gruppentreffen: jeden Mittwoch 19.30 - 21.30 Uhr (auch in den Ferien)

Leitung: Detlev Wieczorek - Telefon 0 23 74 – 135 59

■ Bildnachweis

AWO | alle folgenden: www.adobestock | Titelseite © Patrizia Tilly/ Titelseite, 621, 606© Pixxs/735 © Gina Sanders/ 720© Aleksandr Stennikov/608 © Marem/718 © fredredhat/700-708 © fotorena.de/742 © M.H/613,748 © Jiri Hera/ S.16,726, S.40 © DOC RABE Media/605 © Yantra/ Titelseite,604,607,719 © nakedking/ Babysittervermittlung © Hans-Jörg Nisch/712 © Taiga/623, 754, 756-759 © Robert Kneschke/600,601 © K.F.L./ 622, 753 © hailey_copter/626,627 © Ideenkoch/ Titelseite, 606,724,731 © DOC RABE Media/603,737,741 © Ana Blazic Pavlovic/722,752 © Jeanette Dietl/628,755 © Robert Kneschke/ S.21,S.27,S.33 © Gehen/730 © Lana/609,616 © hailey_copter/ S.24 © envfx/745 © Marina Lohrbach/611,612,750 © VRD/618 © unikat/614,615, 715,732,734,747,749,75 © THesIMPLIFY 1/ S.36 © M. Johannsen/725,728 © Irochka/727 © Pixelfeger/619 © jiris/716 © alphaspirt/620,717,729,744 © Trueffelpix/602,713,723,738 © lunaundmo/617 © Stillfx

**Folgende Kurse finden in der städtischen Kindertageseinrichtung
„Die Räuberbande“ Birkenweg 77 in Hemer statt.**
- Kooperationspartner



Mini-Räuber-Club



Väter und Mütter finden einen Ort des Erfahrungsaustausches, der Kontaktaufnahme und der Information. Die Kinder machen in der Gruppe der Gleichaltrigen soziale Erfahrungen, singen, spielen, basteln zusammen und haben viel Spaß dabei. Die Gruppe kann bis zum Kindergarteneintritt bestehen bleiben.

- 600** Für kleine Mini-Räuber ab 8 Monaten
Datum: Freitag, 20.08.21 | **Zeit:** 9.00-10.30 Uhr
Dauer: 11 Vormittage | **Leitung:** Nadine Neuendorf | **Gebühr:** 38,50 €
- 601** Für Mini-Räuber ab 1,5 Jahren
Datum: Freitag, 20.08.21 | **Zeit:** 10.30-12.00 Uhr
Dauer: 11 Vormittage | **Leitung:** Nadine Neuendorf | **Gebühr:** 38,50 €



Spaß, Sport und Spiel

Für Kinder im Alter von 2-5 Jahren
mit einem Elternteil

Bewegung macht Spaß und ist wichtig für die Entwicklung des Kindes. Die Kinder können schon früh die Freude an der Bewegung mit Gleichaltrigen teilen. Die Teilnehmerzahl ist auf zehn begrenzt.

Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe oder Anti-Rutsch-Socken mitbringen.

- 602** **Datum:** Freitag, 20.08.21 | **Zeit:** 15.00-16.00 Uhr
Dauer: 10 Nachmittage | **Leitung:** Anja Neuhaus | **Gebühr:** 33,- €

**Anmeldungen und Informationen zu den Kursen 600-602
bei Herrn Jonas Stieglitz, Telefon: 02372 / 551773**



Bitte beachten Sie die unterschiedlichen Veranstaltungsorte.

**Folgender Kurs findet in dem städtischen
Familienzentrum Zaubergarten, Dahlienweg 1-3 statt.
- Kooperationspartner**



Zwinkerzwerge

Für Kinder ab 6 Monaten

Kleinkinder sind unermüdlich im Entdecken und Begreifen ihrer Umwelt und sie nehmen gerne Kontakt zu anderen Kindern auf. Die Mütter geben durch ihre Anwesenheit den Kindern die nötige Sicherheit. In einer überschaubaren und festen Gruppe wird unter Anleitung gesungen, gelacht, vieles Neues ausprobiert und dabei alle Sinne der Kinder angesprochen. Für die Mütter besteht die Möglichkeit sich auszutauschen.

603

Datum: Donnerstag, 26.08.21 | Zeit: 09.30-11.00 Uhr
Dauer: 11 Vormittage | Leitung: Janine Miele | Gebühr: 38,50 €



Spaß, Sport und Spiel

Für Kinder im Alter von 2-4 Jahren
mit einem Elternteil oder Ersatzeltern

**Ein Einstieg ist
jederzeit möglich.**

Bewegung macht Spaß und ist wichtig für die Entwicklung des Kindes. Hier können die Kinder schon früh die Freude an der Bewegung mit Gleichaltrigen teilen.

604

Datum: Donnerstag, 26.08.21 | Zeit: 14.00-15.00 Uhr
Dauer: 10 Nachmittage | Leitung: Janine Miele | Gebühr: 33,- €

**Folgender Kurs findet in der städtischen
Kindertageseinrichtung „Sternenburg“,
Sternstr. 10 in Hemer statt. - Kooperationspartner**



Spielgruppe „Sternschnuppen“

Für Kinder ab einem Jahr



Väter und Mütter finden einen Ort des Erfahrungsaustausches, der Kontaktaufnahme und der Information. Die Kinder machen in der Gruppe der Gleichaltrigen soziale Erfahrungen, singen, spielen, basteln zusammen und haben viel Spaß dabei. Die Gruppe kann bis zum Kindergarteneintritt bestehen bleiben.

605

Datum: Freitag, 27.08.21 | Zeit: 08.30-10.00 Uhr | Dauer: 12 Vormittage
Leitung: Andrea Meyer zur Capellen | Gebühr: 42,- €
Bei gutem Wetter finden die ersten Treffen im Freien statt

**Folgende Kurse finden im Familienzentrum
AWO Ruth-Grohe-Haus, Feldstr. 42 in Hemer statt.
– Kooperationspartner**



Elternchance ist Kinderchance

Die Elternbegleiter des AWO Familienzentrums Ruth Grohe Haus laden ein zu einem Familientreffen. Dieses Angebot ist in erster Linie ein Beratungsangebot für Eltern und Familien, wobei der Fokus auf deren Belange gelegt ist.

Eltern können hier z.B. Hilfe, Beratung, und Unterstützung in problematischen und herausfordernden Lebenssituationen finden. Es sind auch gemeinsame Aktionen mit den Kindern möglich. Über die Gestaltung dieser Treffen entscheiden die Eltern mit.

Das Familientreffen findet jeden letzten Samstag im Monat, vor- oder nachmittags statt. Die genaue Uhrzeit kann in der Einrichtung erfragt werden.

606 Leitung: Violetta Galina und Regina Schwarzpaul | Gebühr: **kostenfrei**



Offene Sprechstunde Erziehungs- und Familienberatung

Beratung und Therapie stehen unter einem besonderen Vertrauensschutz.
Die Beraterin der zfb, Frau Beate Hahn, unterliegt der Schweigepflicht.

Zeit: jeden zweiten Montag ab September ab 8.30 Uhr

Gebühr: kostenfrei | Anmeldung erforderlich!



Turnen, Toben und Bewegen Für Kinder ab 1 Jahr – mit Begleitperson

In dem Kurs kann das große Bedürfnis der Kinder an Bewegung durch ein gezieltes Sport- und Bewegungsangebot zur Förderung der körperlichen, seelischen und sozialen Entwicklung der Kinder ausgelebt werden. Dabei kommen Spaß und Freude nicht zu kurz.

607 Datum: Dienstag, 07.09.21 | Zeit: 15.30-16.30 Uhr
Dauer: 10 Nachmittage | Leitung: Jacqueline Numrich | Gebühr: 33,- €



Einschulung 2022

Wie kann ich mein Kind unterstützend begleiten

In lockerer Runde stellt Ihnen Frau Isabell Ambrosius (Kinder- und Jugendärztlicher Dienst des MK) unterschiedlichste Institutionen vor. Auch haben Sie die Möglichkeit, Fragen rund um die bevorstehende Einschulung und unterstützenden Maßnahmen zu stellen.

608

Datum: Mittwoch, 01.09.21 | Zeit: 16.00-17.30 Uhr

Leitung: Isabell Ambrosius | Gebühr: kostenfrei



Kraft tanken und entspannen

Die Veranstaltung richtet sich an alle Eltern, die entweder schon eine Mutter/Vater-Kur gemacht haben, oder demnächst in den Genuss kommen möchten.

Sie erfahren, wie Sie eine Kur beantragen können, welche Indikationen „Kurfähig“ sind und wie Sie die notwendigen Unterlagen hierfür erhalten. Neben guten Gesprächen und Informationen wird es noch ein Wellness- und Entspannungsangebot geben – schon als Vorgeschmack für die vielleicht bevorstehende Kur.

609

Datum: Samstag, 04.09.21 | Zeit: 14.00-17.00 Uhr

Leitung: Regina Schwarzpaul | Gebühr: kostenfrei

Für die Kinder wird eine Betreuungsgruppe angesetzt.

Eine Anmeldung ist erforderlich



„Alle meine Sinne – ganz Kleine entdecken ganz Großes!“

Für Eltern und Babys ab 3 Monaten

In dieser Gruppe treffen sich Eltern bzw. ein Elternteil mit ihren Babys an 5 Vormittagen. In diesem Kurs geht es um die vielfältigen Möglichkeiten der Sinneserfahrung von Babys ab 3 Monaten bis ca. 11 Monaten. Im gemeinsamen Spiel begleitet von ersten Liedern, erfährt das Baby Zuwendung, Wärme und Geborgenheit, so dass die Bindung zwischen Mutter/Vater und Kind positiv unterstützt wird.

Darüber hinaus können die Babys Kontakt zu gleichaltrigen Kindern knüpfen. Während des Kurses ist auch ausreichend Zeit, sich über die Erlebnisse und Veränderungen in der neuen Familie auszutauschen und Fragen zur Entwicklung, Ernährung und Pflege des Babys zu besprechen.

610

Datum: Donnerstag, 16.09.21 | Zeit: 09.30-11.00 Uhr

Dauer: 5 Vormittage | Leitung: Jacqueline Numrich

Gebühr: kostenfrei – Ein Kursangebot über Elternstart NRW



„Fingerspiele“ und „Knireiter“

Ein Mitmachangebot
für Eltern und Kinder

Möchten Sie mit Ihrem/n Kind/ern die Welt der alten, vielleicht vergessenen Knireiter, Reime und Fingerspiele wieder neu entdecken und Ihrem/n Kind/ern den Spaß und die Freude an diesen Spielen vermitteln? Dann melden Sie sich an und genießen gemeinsam diesen Nachmittag.

611 Angebot für Eltern mit Kindern 0 bis 3 Jahre

Datum: Mittwoch, 15.09.21 | **Zeit:** 16.00-17.00 Uhr

Leitung: Susanne Schröder | **Gebühr:** kostenfrei

612 Angebot für Eltern mit Kindern 3 bis 6 Jahre

Datum: Donnerstag, 16.09.21 | **Zeit:** 16.00-17.00 Uhr

Leitung: Martina Noak | **Gebühr:** kostenfrei



Vater/Ersatzvater-Tobetag

Heute dürfen die Kinder (ab 2 Jahren bis 5 Jahren) mit ihren Vätern oder Ersatzvätern die Turnhalle unsicher machen. Es darf auch mal „wild“ gespielt werden.

613

Datum: Samstag, 18.09.21 | **Zeit:** 11.00-13.00 Uhr

Leitung: Lisa-Maria Reinhardt | **Gebühr:** kostenfrei



Bewegungsintensiv, verhaltenskreativ oder auffällig?

Manches Kind sticht aus der Gruppe oder aus der Familie heraus, sei es durch übermäßige Bewegungsfreude, starke Zurückhaltung oder auch unangepasstes Verhalten. Aber ab wann zählen die kindlichen Verhaltensweisen zu den Auffälligkeiten oder gar zu Verhaltensstörungen? Was ist Charakter und Persönlichkeit und welches Verhalten ist nicht mehr tragbar? Diesen Fragen wollen wir an dem Abend auf den Grund gehen.

614

Datum: Mittwoch, 29.09.21 | **Zeit:** 19.30 Uhr

Leitung: Diana Kolbe-Schmidt | **Gebühr:** kostenfrei



Raus aus dem Machtkampf!

Wie Sie in ein wertschätzendes Miteinander mit Kindern kommen

Dieser Themenabend ist für alle interessierten pädagogischen Fachkräfte, Eltern, Großeltern und Betreuungskräfte gleichermaßen. Wir schauen auf die Mechanismen die hinter den Machtkämpfen liegen. Dabei erfahren Sie, wie es möglich ist auch ohne Machtkämpfe, Streitereien und Androhungen mit Kindern im (Betreuungs-) Alltag zu leben. Dabei schaffen wir eine angstfreie Umgebung voller Vertrauen und Miteinander. Ich freue mich auf Sie!

615

Datum: Freitag, 08.10.21 | Zeit: 18.30-20.00 Uhr

Leitung: Sara Hilbig | Gebühr: kostenfrei

Ort: Zoom – Online Veranstaltung – Sie bekommen einen Tag vor der Veranstaltung einen Link von mir per Mail zugesandt.

Es ist keine Registrierung nötig.

Anmeldungen bitte an: info@frei-verbunden.de



Entspannung für Mütter und Kinder ab 4 Jahren

Gemeinsam mit Ihrem Kind erfahren Sie, wie Sie und Ihr Kind über Atem-, Körper- und Sinneswahrnehmungsübungen und einfache Meditationen und Massagen, zu mehr Ausgeglichenheit, innerer Ruhe und Entspannung gelangen. Gleichzeitig wird über das gemeinsame Erleben der Kontakt zu Ihrem Kind vertieft.

Bitte Decke, Kissen und ein Kuscheltier mitbringen.

616

Datum: Samstag, 02.10.21 | Zeit: 14.00-15.30 Uhr

Leitung: Regina Voß | Gebühr: kostenfrei



Sprache ist der Schlüssel zur Welt

„Geschichten und Bewegung tun der Sprache gut“

Eltern und Kind-Aktion

Bewegung ist ein wichtiger Schritt zur Kommunikation von zeitlichen, räumlichen und alltäglichen Begriffen. An diesem Nachmittag erfahren Sie praktische Tipps, wie Sie die sprachliche Entwicklung ihres Kindes spielerisch in der Bewegung unterstützen und fördern können.

Bitte Rutschesocken/ Turnschuhe und bequeme Kleidung mitbringen.

617

Datum: Dienstag, 05.10.21 | Zeit: 16.00-17.30 Uhr

Leitung: Heike Winter, Anja Fischer-Amelung | Gebühr: kostenfrei



Wahrnehmungsspiele kreativ selbstgemacht!

Eltern-Kind-Nachmittag für Kinder ab 3 Jahren

An diesem Nachmittag stellen wir gemeinsam aus Alltagsmaterialien zusammen etwas zu spielen her. Lasst euch überraschen.

618

Datum: Mittwoch, 28.10.21 | Zeit: 15.00-17.00 Uhr

Leitung: Silke Rolke, Violetta Gallina | Gebühr: kostenfrei



Bauchtanz

Mutter-Kind Workshop für Kinder ab 3 Jahren

Gemeinsam lernen wir in diesem Workshop verschiedene Bauchtanzbewegungen kennen, lassen unsere Hüften schwingen und kreisen und haben viel Spaß dabei.

619

Datum: Samstag, 06.11.21 | Zeit: 10.00-12.00 Uhr

Leitung: Martina Noak | Gebühr: kostenfrei



Die spielen ja nur – Warum das kindliche Spiel so wichtig ist

Immer wieder stellt man in unserer Gesellschaft fest, dass so mancher denkt: „Spielen ist nur Spielerei und reines Vergnügen“.

Sie als Eltern wissen natürlich, dass das Spiel in den verschiedenen Formen für die Entwicklung der Kinder unwahrscheinlich wichtig ist und absolut keine Spielerei. Das Thema Spiel ist also prädestiniert für einen informativen Themen-Elternabend und dazu laden wir Sie recht herzlich ein.

620

Datum: Mittwoch, 10.11.21 | Zeit: 17.00-19.00 Uhr

Leitung: Nicole Kopp | Gebühr: kostenfrei



Aufgrund der Corona Pandemie sind für sämtliche Angebote Anmeldungen erforderlich, damit in der Planung die vorgegebenen Sicherheitsabstände eingehalten werden können.



„Jetzt konzentrier dich doch bitte!“

Was als Aufforderung und Motivation gedacht ist, ist für Kinder schwer nachzuvollziehen. Noch schwerer ist die Umsetzung etwas am eigenen Verhalten spontan oder auch für die Zukunft zu ändern. Je jünger das Kind, desto schwieriger kann es Konzentration über einen längeren Zeitraum halten. Doch was ist Konzentration? Entwickelt sie sich von selbst oder kann ich „nachhelfen“? Was kann ich tun, um mein Kind hier zu unterstützen? Welche Bedingungen müssen erfüllt sein für eine „gute“ Konzentration?

Wir gehen in den Austausch und entwickeln Ideen der Konzentrationsförderung.

621

Datum: Mittwoch, 24.11.21 | Zeit: 19.30 Uhr

Leitung: Diana Kolbe-Schmidt | Gebühr: kostenfrei



Freizeittreff

**Ein Einstieg ist
jederzeit möglich.**

Nach dem Motto: „Lieber gemeinsam als allein etwas unternehmen“ besteht hier die Möglichkeit, Gleichgesinnte für diverse Freizeitaktivitäten zu finden. Wenn der Partner z.B. keine Zeit oder Lust hat oder wenn man niemanden hat und alleine nicht so gerne etwas unternimmt. Gemeinsame Theater- und Kinobesuche, Fahrten ins Grüne, Städtebesichtigungen, gemeinsam etwas trinken und und und....

Dabei müssen nicht alle Lust auf alles haben. Sowie sich ein paar Leute oder auch nur zwei mit gleichen Interessen zusammen finden kann es sofort losgehen. Neben den Treffen gibt es eine Kontaktliste, die aushängt um sich auch zwischenzeitlich zu verabreden.

622

Datum: Donnerstag, 30.09.21 | Zeit: 18.00 Uhr · weiterhin jeden letzten

Donnerstag im Monat | Gebühr: kostenfrei

Ansprechpartner: Annegret Michael, Tel. 02372 / 17169



Baby-Café

**Treffpunkt für alle werdenden Eltern
und Mamas und Papas mit ihren Babys
und Kleinkindern bis 3 Jahren**

**GENAUER STARTTERMIN WIRD
NOCH BEKANNT GEGEBEN!**

Gesundheit, Bewegung & Entspannung

Gesundheit und Wohlbefinden sind ein wertvolles Gut, das es zu bewahren gilt. Die aktive Familienphase ist geprägt durch hohe Belastungssituationen, sei es Familie und Beruf miteinander zu vereinbaren, sich um die Kinder zu kümmern oder den Haushalt zu organisieren. Da gilt es einen Ausgleich zu schaffen und etwas für die eigene Gesundheit und das persönliche Wohlempfinden zu tun.

Mit unseren Kursen wollen wir Sie motivieren, selbst aktiv zu werden um so einen guten Ausgleich zum Familienalltag zu finden.



Yoga für Erwachsene

Bitte bequem kleiden,
Wolldecke und ein
Sitzkissen mitbringen.

Unbeweglich?! Durch sanft geführte Körperbewegungen und Haltungen in alle Bewegungsrichtungen finden Sie das Gleichgewicht zwischen Muskelanspannung und Dehnung.

Verspannt?! Blockierte Lebensenergie kommt wieder in Fluss, sowohl im Körper als auch auf seelisch-geistiger Ebene.

Erschöpft?! Durch hohe Sauerstoffaufnahme im Einklang mit Bewegung und Atmung wird dem Organismus vermehrt Lebensenergie zugeführt.

Unaufmerksam?! Durch Förderung der Aufmerksamkeit und Wahrnehmung durch die 5 Sinne lernen sie Ihre eigene Körpersprache besser zu verstehen.

Überreizt?! Losgelöst reisen Sie ins Traumland und geben dem Nervensystem die Ruhe, das Gelernte zu integrieren. Wollen auch Sie ein Meister ihres ganzheitlichen Selbst sein? Dann lassen Sie es uns in Freude gemeinsam tun!

Yoga ist für Menschen jedes Alters geeignet und auch für Paare eine positive Erfahrung.

622

Datum: Mittwoch, 25.08.21 | Zeit: 19.00-20.30 Uhr | Dauer: 10 Abende
Leitung: Elke Rau | Gebühr: 60,- €



Gymnastik für aktive Seniorinnen

Ein Sport für Geist und Körper mit rückengerechter Gymnastik

- Leichtes Herz-Kreislauftraining • Koordinationsschulung
- Gymnastik mit Handgeräten und Alltagsmaterialien

623

Datum: Montag, 06.09.21 | Zeit: 17.30-18.15 Uhr | Dauer: 10 Abende
Leitung: Ingrid Grundler | Gebühr: 23,- €



Rund um fit

624

Datum: Montag, 06.09.21 | **Zeit:** 18.30-19.15 Uhr | **Dauer:** 10 Abende
Leitung: Ingrid Grundler | **Gebühr:** 23,- €

625

Datum: Montag, 06.09.21 | **Zeit:** 19.15-20.00 Uhr | **Dauer:** 10 Abende
Leitung: Ingrid Grundler | **Gebühr:** 23,- €



Fitnessgymnastik

626

Datum: Dienstag, 07.09.21 | **Zeit:** 18.30-19.30 Uhr | **Dauer:** 11 Abende
Leitung: Ingrid Grundler | **Gebühr:** 33,- €

627

Datum: Dienstag, 07.09.21 | **Zeit:** 19.30-20.30 Uhr | **Dauer:** 11 Abende
Leitung: Ingrid Grundler | **Gebühr:** 33,- €



Rückenfit

Für Damen und Herren
jeden Alters geeignet

Im Rahmen des Präventionssports wird hier rückengesundes Fitnesstraining mit Übungen zur Verbesserung der Körperwahrnehmung, Kraft und Dehnfähigkeit, sowie Haltungsschulung angeboten.

628

Datum: Donnerstag, 09.09.21 | **Zeit:** 17.45-18.45 Uhr | **Dauer:** 10 Abende
Leitung: Monika Wilholt | **Gebühr:** 30,- €



Kurse in Iserlohn finden im AWO Familienzentrum, Am Löbbeckenkopf 30 statt. – Kooperationspartner



Wassergewöhnung für Babys und Kleinkinder

In diesem Kurs erleben Eltern unter fachlicher Anleitung, wie sie ihre Kinder spielerisch an das Wasser gewöhnen können. Dabei steht nicht das Erlernen des Schwimmens im Vordergrund, sondern durch den Körperkontakt mit Vater oder Mutter sollen Ängste abgebaut und Freude und Spaß im Wasser gefördert werden. Die Übungen stärken die Muskulatur und Abwehrkräfte. Durch motopädische Elemente wird die Motorik geschult und der Gleichgewichtssinn gefördert. Das Angebot ist auch für Kinder mit Bewegungsproblemen geeignet. Die Kinder sollten enganliegende Hosen oder Aquawindeln tragen.

- 700** Datum: Montag, 13.09.21 | Zeit: 13.45-14.30 Uhr
Dauer 10 Nachmittage | Leitung: Bettina Seim
- 701** Datum: Montag, 13.09.21 | Zeit: 14.30-15.15 Uhr
Dauer 10 Nachmittage | Leitung: Bettina Seim
- 702** Datum: Donnerstag, 16.09.21 | Zeit: 13.30-14.15 Uhr
Dauer 10 Nachmittage | Leitung: Brigitta Rüschbaum-Kümper
- 703** Datum: Donnerstag, 16.09.21 | Zeit: 14.15-15.00 Uhr
Dauer 10 Nachmittage | Leitung: Brigitta Rüschbaum-Kümper
- 704** Datum: Donnerstag, 16.09.21 | Zeit: 15.00-15.45 Uhr
Dauer 10 Nachmittage | Leitung: Brigitta Rüschbaum-Kümper
- 705** Datum: Donnerstag, 16.09.21 | Zeit: 15.45-16.30 Uhr
Dauer 10 Nachmittage | Leitung: Brigitta Rüschbaum-Kümper

Geschwister-Kurse

In diesen Kursen besteht die Möglichkeit, mit Ihren Kindern unterschiedlichen Alters gemeinsam schwimmen zu gehen

- 706** Datum: Montag, 13.09.21 | Zeit: 15.15-16.00 Uhr
Dauer 10 Nachmittage | Leitung: Bettina Seim
- 707** Datum: Montag, 13.09.21 | Zeit: 16.00-16.45 Uhr
Dauer 10 Nachmittage | Leitung: Bettina Seim
- 708** Datum: Dienstag, 14.09.21 | Zeit: 14.45-15.30 Uhr
Dauer 10 Nachmittage | Leitung: Bettina Seim

Kursgebühren: 53,- € pro Kind



Spiel und Bewegung im Nass

Zu „Groß“ für die Wassergewöhnung und zu „Jung“ für die Schwimmkurse, dann ist der Kurs genau das Richtige. Hier können Kinder ab 3 Jahren miteinander Spaß im Wasser haben. Das freie Bewegen im kleinen Becken und der Umgang mit dem Element Wasser stehen im Vordergrund.

709

Datum: Dienstag, 14.09.21 | **Dauer:** 10 Nachmittage
Zeit: 15.30-16.15 Uhr | **Leitung:** Bettina Seim | **Gebühr:** 53,- €

710

Datum: Dienstag, 14.09.21 | **Dauer:** 10 Nachmittage
Zeit: 16.30-17.15 Uhr | **Leitung:** Bettina Seim | **Gebühr:** 53,- €



Die Wassergewöhnungskurse werden altersentsprechend zusammengesetzt, bitte nehmen Sie Kontakt zu uns auf.

In Geschwisterschwimmkursen besteht die Möglichkeit, mit Kindern unterschiedlichen Alters gemeinsam schwimmen zu gehen.



Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP)

Spiel und Spaß durch Bewegung
für Babys im 1. Lebensjahr

PEKiP ist eine Gruppe für Eltern (Väter oder Mütter) mit ihren Babys ab ca. der 8.–12. Lebenswoche bis zum ersten Lebensjahr, in der

- die Babys nackt in ihrer Entwicklung durch vielfältige Spiel-, Sinnes- und Bewegungsanregungen begleitet und gefördert werden.
- dem Kind frühe soziale Kontakte zu Gleichaltrigen ermöglicht werden.
- die Eltern-Kind-Beziehung vertieft wird und den Eltern konkrete pädagogische Hilfestellung gegeben wird.
- die Eltern die Möglichkeit erfahren einander kennen zu lernen und sich auszutauschen.

Die Gruppe (max. 6–8 Teilnehmer) trifft sich einmal wöchentlich für 90 Minuten in einem gut beheizten Raum in Iserlohn-Oestrich.

711

Anmeldungen und weitere Infos bei:

Alexandra Tholen | Tel. 0 23 74 / 92 03 88 | E-Mail: alexandra.tholen@web.de
Dipl. Soz. Päd. mit PEKiP-Zusatzausbildung



Bitte beachten Sie die Hinweise zur Corona-Pandemie auf Seite 26/34



Waldspielgruppe „Die Waldstrolche“

In dieser Spielgruppe entdecken Eltern und Kinder ab 1,5 Jahren gemeinsam den Wald und die Natur. Wir können den Wald mit allen Sinnen erleben und dem Bewegungsdrang in der natürlichen Umgebung freien Lauf lassen. Außerdem macht es Spaß, wenn wir kreativ und spielerisch mit Naturmaterialien umgehen.

712

Datum: Mittwoch, 01.09.21 | **Zeit:** 15.00-16.00 Uhr

Dauer: 13 Nachmittage | **Leitung:** Claudia Becker | **Gebühr:** 56,-€



Spielgruppe für Tagespflegepersonen

In der Turnhalle besteht die Möglichkeit, sich einmal in der Woche zum Austausch und zur gezielten Beschäftigung mit den Kindern zu treffen. Die Bewegungserfahrung steht im Vordergrund.

713

Datum: Mittwoch, 01.09.21 | **Zeit:** 09.30-11.00 Uhr

Dauer: 12 Vormittage | **Leitung:** Jacqueline Numrich

Gebühr: kostenfrei | **Ort:** Turnhalle Grüner Talstraße/Obergrüne

Folgende Kurse finden in der AWO Kombinierten Kita, Am Löbbeckenkopf 30, statt. – Kooperationspartner



Sozial Walk – „Hast Du auch ein besonderes Kind“?

Dieses Angebot richtet sich an Eltern/Erziehungsberechtigte und ihre von einer Behinderung betroffenen Kinder im Alter von 0-12 Jahren.

Ziel ist es, sich in lockerer Atmosphäre bei einem Spaziergang um den Seilersee kennen zu lernen und auszutauschen.

714

Datum: Freitag, 10.09.2021 | **Zeit:** 16.00-17.00 Uhr

Leitung: Annegret Weber, Ines Rudolph, Martin Bathe

Gebühr: kostenfrei | **Ort:** Treffpunkt ist vor dem Restaurant „Wilde Ente“ am kleinen Seilersee



Offene Sprechstunde Erziehungs- und Familienberatung

Beratung und Therapie stehen unter einem besonderen Vertrauensschutz.
Die Beraterin unterliegt der Schweigepflicht.

Termine bitte in der Einrichtung erfragen.

Gebühr: kostenfrei | Anmeldung erforderlich!



Mütterfrühstück

**Die Teilnahme am
Café bedarf
keiner Anmeldung!**

In gemütlicher Runde kann bei Kaffee oder Tee „geplaudert“ werden und u. a. ein Austausch zu Erziehungsfragen stattfinden. Bei Bedarf können gerne Erzieherinnen oder andere Fachleute zu besonderen Themen eingeladen werden.

Das Café ist offen für Eltern der Einrichtung, Nachbarn und für alle Interessierten.

Die genauen Termine können in der Einrichtung erfragt werden.



Infonachmittag Kur und Erholung!

**Mit Kinderbetreuung
– diese bitte vorab
anmelden!**

Einfach mal etwas Gutes für sich selbst tun, der Hetze des Alltags entfliehen. Wie wär's mit einer „Mutter-Kind-Kur“? Was ist eine Kur, wie wird sie beantragt, was muss beachtet werden, was ist mit meinem/n Kind/ern? Dazu erhalten Sie an diesem Nachmittag alle notwendigen Informationen.

715

Datum: Montag, 04.10.21 | Zeit: 15.00-16.00 Uhr

Leitung: Anke Martens | Gebühr: kostenfrei



Knete ganz einfach selbstgemacht

**Für Kinder im Alter von 3-6 Jahren
mit ihren Eltern**

Wir stellen Knete selber her und probieren sie anschließend aus. Eine luftdichte Plastikdose zur Aufbewahrung ist mitzubringen.

716

Datum: Donnerstag, 21.10.21 | Zeit: 15.00 -16.00 Uhr

Leitung: Martina Kanakidis, Iwona Knopek

Gebühr: kostenfrei



„Kinder besser verstehen“ – warum eigentlich?

Online-
Veranstaltung

Neben den wichtigen Entwicklungsschritten und der aktuellen Forschung verstehen wir Kinder vor allem dann besser, wenn wir uns als erwachsene Menschen besser verstehen. Der Weg geht immer über uns. Wir sind es, die stets die Verantwortung für die Qualität der Beziehung haben. Kinder geben uns die Chance zu uns selbst (zurück) zu finden und unsere eigenen Handlungen und Empfindungen besser kennen und verstehen zu lernen. Wieso wir dadurch raus aus den Machtkämpfen und rein in Beziehungen in Verbindung zu uns und unseren Kindern kommen, erfahren Sie an diesem Themenabend.

717

Datum: Donnerstag, 21.10.21 | **Zeit:** 18.30-20.00 Uhr

Leitung: Sara Hilbig | **Gebühr:** kostenfrei

via Zoom- online-Veranstaltung

Sie bekommen einen Tag vor der Veranstaltung einen Link per mail zugesandt, es ist keine Registrierung nötig.



Fingerspiele - Einheit von Sprache und Bewegung

Kinderbetreuung
möglich – diese bitte
vorab anmelden!

Auch Kinder mit geringen Sprachkenntnissen zeigen im Fingerspiel Freude an Sprachklang und Sprachrhythmus. Fingerspiele tragen dazu bei, die Feinmotorik der Hände und die Konzentration zu fördern und verschaffen einen ersten Eindruck in die Welt der Zahlen.

718

Datum: Mittwoch, 03.11.21 | **Zeit:** 15.00-16.00 Uhr

Leitung: Anke Martens | **Gebühr:** kostenfrei



„Kleine Kinder können in Bewegung“ vormachen-nachmachen-selbermachen

In einer kleinen Einführung betrachten wir, wie Kinder lernen, was ihr Interesse weckt und wie sie Sachverhalte kognitiv abspeichern. Im Anschluss gibt es dazu praktische Ideen, einfaches Material und die Motivation einfach mal „mitmachen“. Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe mitbringen!

719

Datum: Mittwoch, 10.11.21 | **Zeit:** 19.30 Uhr

Leitung: Diana Kolbe-Schmidt | **Gebühr:** kostenfrei



Wir experimentieren mit Farben

Für Kinder im Alter von 1 – 3 Jahren und ihren Eltern

Mischen, Stempeln, Pusten, Kratzen, Spritzen, Tupfen, Malen....Eurer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt! Experimentiert mit einem Eltern- bzw. Ersatzelternteil, sammelt Erfahrungen und habt Spaß!

720

Datum: Donnerstag, 18.11.21 | **Zeit:** 15.00 -16.00 Uhr

Leitung: Petra Sommerfeld, Nicole Jaworsky-Benzler

Gebühr: kostenfrei

© FotoHiero / pixelio.de



Adventskalenderbasteln für Eltern

An dem Nachmittag können die Eltern/Ersatzeltern für die spannende Adventszeit einen schönen Adventskalender herstellen, während die Kinder betreut werden.

721

Datum: Dienstag, 23.11.21 | **Zeit:** 15.00-16.30 Uhr

Leitung: Angelika Comes, Patricia Fox, Irina Poljaschenko

Gebühr: kostenfrei



„In der Weihnachtsbäckerei“

Plätzchenbacken in der Vorweihnachtszeit

Für Kinder im Alter von 3-6 Jahren

An diesem Nachmittag werden wir für euch zu Hause aus köstlichem Teig leckere Plätzchen backen und anschließend auch verzieren und dekorieren. Gerne dürft ihr eure eigenen Ausstechförmchen mitbringen.

722

Datum: Mittwoch, 01.12.21 | **Zeit:** 14.45-16.00 Uhr

Leitung: Galina Borger, Magdalena Potempa | **Gebühr:** kostenfrei



Bitte beachten Sie die Hinweise zur Corona-Pandemie auf Seite 26/34

Folgende Kurse finden in dem städtischen Familienzentrum „Kleine Strolche“, Ulrich-Fust-Straße 4, statt. – Kooperationspartner

Anmeldungen und Infos für die Kurse erhalten Sie auch bei Frau Wipper-Matrigiano unter Tel. 02371/13412 oder per E-Mail unter ulrich_fust@kita-iserlohn.de



© Thommy Weiss / pixelode



Offene Sprechstunde Erziehungs- und Familienberatung

Datum: ab September – bitte Termine erfragen

Dauer: regelmäßig einmal im Monat

Leitung: Lena Rhunau, Psychologin im Beratungszentrum Iserlohn (zfb)

Gebühr: kostenfrei | Anmeldung erforderlich!



Selbsthilfegruppe Adipositas

Jeden 2. Montag im Monat trifft sich die Selbsthilfegruppe „Adipositas SHG Kalorienreich“ im Familienzentrum „Kleine Strolche“.

Datum: Jeden 2. Montag im Monat | **Zeit:** 19.00-20.30 Uhr

Leitung: Frau Baumeister | **Gebühr:** kostenfrei

Anmeldung (wegen Corona Hygieneregeln) erforderlich



Eltern-Kind-Turnen

Für Kinder im Alter von 2-3 Jahren mit einer erwachsenen Begleitperson

In dem Kurs kann das große Bedürfnis der Kinder an Bewegung durch ein gezieltes Sport- und Bewegungsangebot zur Förderung der körperlichen, seelischen und sozialen Entwicklung der Kinder ausgelebt werden. Dabei kommen Spaß und Freude nicht zu kurz.

723

Datum: Donnerstag, 09.09.21 | **Zeit:** 15.30 -16.30 Uhr

Dauer: 10 Nachmittage | **Leitung:** Jacqueline Numrich | **Gebühr:** kostenfrei
Teilnehmerzahl auf 8 Kinder mit je einem Elternteil begrenzt.

Die Betreuung eines Geschwisterkindes ist in unserer Einrichtung gewährleistet.



Eingewöhnung und Alltag in Kita und Schule

Online-
Veranstaltung

Für Kinder sind diese Trennungssituationen von den Eltern häufig eine Herausforderung. Wie Kindern damit umgehen ist vielfältig. Wir Erwachsene können die Kinder stärken und in ihren Gefühlen begleiten, ihnen in der neuen und verunsichernden Situation verständnisvoll zur Seite stehen.

Eingeladen sind Eltern, Großeltern und pädagogische Fach- und Betreuungskräfte.

724

Datum: Freitag 22.10.21 | Zeit: 18.30 Uhr–20.00 Uhr

Leitung: Sara Hilbig | Gebühr: kostenfrei

via Zoom- online-Veranstaltung

Sie bekommen einen Tag vor der Veranstaltung einen Link per Mail zugesandt, es ist keine Registrierung nötig.



Im Wald – vom Wald lernen für Familien mit Kindern ab 4 Jahren

Wir wollen draußen sein, die Natur erleben, spielerisch und lustvoll den Wald mit allen Sinnen entdecken. Dabei lernen wir Waldpflanzen, Tiere oder Baumarten kennen und erfahren wie wichtig ein verantwortungsvoller Umgang mit der Natur ist.

Denken Sie bitte an angemessene Kleidung, robustes Schuhwerk und vielleicht etwas Proviant.

725

Datum: Samstag, 23.10.21 | Zeit: 11.00-13.00 Uhr

Leitung: Kathrin Jäger | Gebühr: übernimmt das Familienzentrum

Treffpunkt: Hotel Vierjahreszeiten



Entspannungskurs

für Kinder im Alter von 5-7 Jahren

Auch Kinder können schon unter Stress-Symptomen leiden. Dies kann sich unter anderem in häufigen Kopfschmerzen, Konzentrationsschwierigkeiten oder Ein- und Durchschlafproblemen äußern. Sie kommen nicht mehr gut zur Ruhe.

Mit Hilfe von Entspannungstechniken können Kinder lernen sich in Stresssituationen besser zu regulieren, sich zu entspannen und zu beruhigen.

726

Datum: Samstag, 30.10.21 | Zeit: 10.30 –11.30 Uhr |

Leitung: Kerstin Joan König | Gebühr: übernimmt das Familienzentrum

Infoabend für Eltern: Donnerstag 14.10. 21 | Zeit: 19.00- 20.00 Uhr



Spurensuche im Herbstwald für die ganze Familie!

Wir gehen auf die Suche nach Veränderungen, Spuren, Tieren, Geräuschen, Düften, Früchten usw. alles was der Wald im Herbst zu bieten hat.

727

Datum: Samstag, 06.11.21 | **Zeit:** 10.00 Uhr–13.00 Uhr

Leitung: Tim Graumann | **Gebühr:** kostenfrei-übernimmt das Familienzentrum | **Treffpunkt:** Hotel VierJahreszeiten



Anmeldungen und Infos für die Kurse erhalten Sie auch bei Marc Tummescheit unter Tel. 02371/13412 oder per E-Mail unter ulrich_fust@kita-iserlohn.de



Unsere Angebote sind offen für alle Interessierten wie Tagespflegepersonen, Omas , Opas, Tanten, Onkel, Nachbarn, Freunde etc...

Allgemeine Hinweise zur Corona-Pandemie

Alle Terminangaben für das zweite Kurshalbjahr 2021 erfolgen lediglich unter Vorbehalt. Wir entscheiden kurzfristig über die Durchführung unserer Angebote, nach Vorgaben der zum jeweiligen Zeitpunkt gültigen Verordnung zum Schutz vor Neuinfizierungen mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 (Coronaschutzverordnung -CoronaSchVO).

- Eine Anmeldung zu unseren Kursangeboten – auch bei kostenfreien Infoveranstaltungen – ist zwingend erforderlich.
- Die Teilnehmerzahl ist eingeschränkt.
- Die Kontaktdaten aller Teilnehmer und Besucher werden erfasst.
- Infos zu Hygienemaßnahmen entsprechend der gültigen CoronaSchVO erhalten Sie vor Ort von den Kursleitungen oder vorab unter 02372/501885. Das Hygienekonzept kann eingesehen werden.
- Bitte bringen Sie eine medizinische Mund-Nasen-Schutz-Maske mit.



Wir danken für Ihr Verständnis!

**Folgende Kurse finden in der AWO Kindertagesstätte Lummerland,
Leckinger Straße 197c / Refflinger Straße 4, Iserlohn, statt.
– Kooperationspartner**

**Interessierte für die folgenden Angebote können sich auch bei der AWO Kita
Lummerland unter 02371/461149 oder per Mail kita-kalthof@awo-ha-mk.de
informieren und anmelden. Aufgrund von Corona sind für alle Angebote ver-
bindliche Anmeldungen erforderlich!**

© Thommy Weiss / pixelnode



Offene Sprechstunde Erziehungs- und Familienberatung der Caritas

Erziehungstipps, Familienberatung, Auffälligkeiten im Kindergarten, Hilfe in Krisen, Jugendliche in der Pubertät **Haben Sie Fragen zu diesen Themen? Dann kommen Sie vorbei!** In ruhiger entspannter Atmosphäre bieten wir Ihnen Gelegenheit, in unseren Einrichtungen jeweils 1-mal im Monat mittwochs dieses Gesprächsangebot zu nutzen.

**Datum: Mittwochs abwechselnd in der Kita St. Peter und Paul
und AWO Kita Leckingerstr.4**

Dauer: 45 Minuten | Zeit: 14.00-14.45 Uhr | Gebühr: kostenfrei

Anmeldung erforderlich unter

Tel. 02371-461149 Kita Lummerland oder

Tel. 02371-41196 Kita Peter und Paul



Elterncafé Austausch und Begegnung

Unser Elterncafé befindet sich in der Kindertagesstätte. Hier haben die Eltern die Möglichkeit, sich in gemütlicher Atmosphäre bei einer Tasse Kaffee und Gebäck zu treffen, sich auszutauschen, das Neueste zu erzählen oder nur entspannt zu verweilen.

Datum: Mittwochs, (2. und 4. Mittwoch im Monat/

Termin und Veranstaltungsort werden noch bekannt gegeben.

Zeit: 15.00 Uhr | Gebühr: kostenfrei



Digitale Naturrallye rund um den Seilersee!

Eine moderne Schnitzeljagd für die Familie steht an diesem Nachmittag in unserem heimischen Wald auf dem Programm. Dazu benötigen Sie die Smartphone-APP „biparcous“, dann kann die Rallye starten. Mit der GPS-Funktion werden die Standorte gesucht, an denen via QR-Code oder einem Bild Fragen freigeschaltet werden. So werden Punkte gesammelt und natürlich nebenbei die Natur erlebt.

728

Datum: Samstag, 25.09.21 | Zeit: 14.00-17.00 Uhr

Leitung: Tim Graumann | Gebühr: kostenfrei



„Wege aus der Brüllfalle“

**Mit Kinder-
betreuung –
diese bitte vorab
anmelden!**

In der Erziehung ist Respekt und Gewaltlosigkeit oberstes Gebot. Der Film „Wege aus der Brüllfalle“ vermittelt in einfachen nachvollziehbaren Schritten ein Konzept, mit dessen Hilfe Eltern sich ohne Brüllerei und Androhung von Gewalt durchsetzen können und ihre Kinder trotzdem respektvoll behandeln können.

729

Datum: Mittwoch, 06.10.21 | Zeit: 14.30 Uhr

Leitung: Evelin Piotrowski | Gebühr: kostenfrei | Ort: Refflingser Straße 4



BioChemie nach Dr. Schüßler

Mit den Schüßler-Salzen unterstützen Sie Ihre Gesundheit auf sanfte, natürliche Art und Weise. Sie können die Mineral-Salze z.B. als Erste-Hilfe bei Erkrankungen, zur Unterstützung des Wohlergehens und zur optimalen Versorgung bei Entwicklungsschüben von Kindern einsetzen. Schüßler-Salze sind gut verträglich, einfach zu handhaben und auch schon für Säuglinge geeignet.

Im Vortrag lernen Sie die verschiedenen Salze sowie ihre Funktion kennen und erhalten viele praktische Anwendungstipps.

730

Datum: Montag, 11.10.21 | Zeit: 19.30 Uhr

Leitung: Katja Schönenberg | Gebühr: kostenfrei | Ort: Refflingser Straße 4



Getrennt lebend mit gemeinsamen Kindern

Online-
Veranstaltung

Treffen mit dem Ex-Partner wertschätzend gestalten

Trennungen sind eine Herausforderung für alle Beteiligten. Sowohl Eltern als auch Kinder erleben eine sehr unsichere Zeit, in der sich jeder neu sortieren darf und einen neuen Platz im neuen Gefüge sucht. Diese Zeit ist häufig geprägt von Trauer, Schmerz, Wut und Ängsten. Ich bin Eltern- und Familienberaterin und berate Paare und Eltern auch in Trennungssituationen, wie sie in ein konstruktives und respektvolles Miteinander finden. Dabei ist der verständnisvolle Blick auf sich selbst ebenso wichtig, wie der verständnisvolle Blick auf den Ex-Partner.

An diesem Themenabend möchte ich Ihnen Impulse und Ideen mitgeben und Ihnen eine neue Perspektive auf die Situation und den Ex-Partner eröffnen. Gleichzeitig möchte ich Ihnen einen Raum zur Verfügung stellen, indem Sie selbst Stärkung erfahren und aus dieser Stärkung neue Kraft entwickeln können.

Ich freue mich auf Sie!

731

Datum: Samstag, 16.10.21 | Zeit: 10.00-11.30 Uhr

Leitung: Sara Hilbig | Gebühr: kostenfrei

via Zoom- online-Veranstaltung

Sie bekommen einen Tag vor der Veranstaltung einen Link per mail zugesandt, es ist keine Registrierung nötig.

Anmeldungen bitte an: info@frei-verbunden.de



Infonachmittag Kur und Erholung!

Mit Kinderbetreuung
– diese bitte vorab
anmelden!

Einfach mal etwas Gutes für sich selbst tun, der Hetze des Alltags entfliehen. Wie wär's mit einer „Mutter-Kind-Kur“? Was ist eine Kur, wie wird sie beantragt, was muss beachtet werden, was ist mit meinem/n Kind/ern? Dazu erhalten Sie an diesem Nachmittag alle notwendigen Informationen.

732

Datum: Mittwoch, 27.10.21 | Zeit: 14.30 -16.00 Uhr

Leitung: Evelin Piotrowski | Gebühr: kostenfrei

Ort: AWO Kita Lummerland, Refflinger Straße 4



Wenn Sie für uns als Kursleitung aktiv werden möchten, nehmen Sie einfach Kontakt auf.



„Alle meine Sinne – ganz Kleine entdecken ganz Großes!“

Für Eltern und Babys ab 3 Monaten

In dieser Gruppe treffen sich Eltern bzw. ein Elternteil mit ihren Babys an 5 Vormittagen. In diesem Kurs geht es um die vielfältigen Möglichkeiten der Sinneserfahrung von Babys ab 3 Monaten bis ca. 11 Monaten. Im gemeinsamen Spiel begleitet von ersten Liedern, erfährt das Baby Zuwendung, Wärme und Geborgenheit, so dass die Bindung zwischen Mutter/Vater und Kind positiv unterstützt wird. Darüber hinaus können die Babys Kontakt zu gleichaltrigen Kindern knüpfen. Während des Kurses ist auch ausreichend Zeit, sich über die Erlebnisse und Veränderungen in der neuen Familie auszutauschen und Fragen zur Entwicklung, Ernährung und Pflege des Babys zu besprechen.

733

Datum: Mittwoch, 27.10.21 | Zeit: 09.30-11.00 Uhr

Dauer: 5 Vormittage | Leitung: Nadine Neuendorf

Gebühr: kostenfrei

Ein Kursangebot über Elternstart NRW.



Trennung, Scheidung, Patchwork, Alleinerziehend

**Online-
Veranstaltung**

Neue Lebenssituationen sind für alle Beteiligten eine Herausforderung, die sich auf vielen Ebenen bemerkbar machen kann. Die Veränderungen können Ängste, Unsicherheiten, Kämpfe, Wut und Rückzug mit sich bringen. Das alles kann Auswirkungen auf den gesamten Schul- oder Kitaalltag und Familienalltag haben.

Um in diesen Zeiten stets im Kontakt und Beziehung zueinander zu bleiben, benötigt es viel Verständnis, Kraft, Geduld und Achtsamkeit mit sich selbst und den Kindern.

Wie Sie Ihre Kinder in dieser unsicheren Zeit begleiten können und wie Sie selbst durch diese Zeit gestärkt gehen, schauen wir uns gemeinsam an diesem Abend an.

Ich freue mich auf Sie!

734

Datum: Freitag, 05.11.21 | Zeit: 18.30-20.00 Uhr

Leitung: Sara Hilbig | Gebühr: kostenfrei

via Zoom- online-Veranstaltung

Sie bekommen einen Tag vor der Veranstaltung einen Link per mail zugesandt, es ist keine Registrierung nötig.

Anmeldungen bitte an: info@frei-verbunden.de



Wenn Sie für uns als Kursleitung aktiv werden möchten, nehmen Sie einfach Kontakt auf.



Erste Hilfe am Kind

Können Sie ihr Kind in die stabile Seitenlage drehen? Wissen Sie, was Sie tun müssen, wenn Ihr Kind hoch fiebert, krampft, einen Pseudokrapp erleidet? Was tun Sie bei Verbrennungen / Verbrühungen? Frischen Sie Ihr Wissen auf oder vervollständigen Sie es im 2teiligen Erste-Hilfe-Kurs am Kind!

735

Freitag, 12.11.21/ 26.11.21 | Zeit: 14.00 – 17.00 Uhr | Dauer: 2 Nachmittage
Leitung: Anja Kreuzer | Gebühr: 15,- € - bitte vor Ort bezahlen
Ort: Refflingser Straße 4



Interessierte für die oben genannten Angebote können sich auch bei der AWO Kita Lummerland unter 02371/461149 oder per Mail kita-kalthof@awo-ha-mk.de informieren und anmelden.

Folgende Angebote finden im Katholischen Kindergarten St. Peter und Paul, Schüttholzweg 4, 58640 Iserlohn statt. – Kooperationspartner

Interessierte für das folgende Angebot können sich auch bei der kath. Kita Peter und Paul unter 02371/41196 oder per Mail an kigapeterundpaul@gmx.de informieren und anmelden.



Treffen der Alleinerziehenden

Mit Kinderbetreuung

Das Treffen richtet sich an alleinerziehende Eltern und dient dem Austausch unter gleichgesinnten. Nach Bedarf werden Referenten eingeladen.

736

Datum: Jeden ersten Dienstag im Monat | Zeit: 16.00-18.00 Uhr
Leitung: Dorothea Mika | Gebühr: kostenfrei



Spielgruppe „Peter und Paul“

Väter und Mütter finden einen Ort des Erfahrungsaustausches, der Kontaktaufnahme und der Information. Die Kinder machen in der Gruppe der Gleichaltrigen soziale Erfahrungen, singen, spielen, basteln zusammen und haben viel Spaß dabei. Die Gruppe kann bis zum Kindergarteneintritt bestehen bleiben.

737

Datum: Donnerstag, 26.08.21 | Zeit: 14.00-15.30 Uhr

Dauer: 11 Nachmittage | Leitung: Sigrid Jonas | Gebühr: 38,50 €



Eltern-Kind-Turnen

Für Kinder im Alter von 3-5 Jahren
mit einer erwachsenen Begleitperson

In dem Kurs kann das große Bedürfnis der Kinder an Bewegung, durch ein gezieltes Sport- und Bewegungsangebot zur Förderung der körperlichen, seelischen und sozialen Entwicklung der Kinder, ausgelebt werden. Dabei kommen Spaß und Freude nicht zu kurz.

738

Datum: Montag, 06.09.21 | Zeit: 16.00-17.00 Uhr

Dauer: 12 Nachmittage | Leitung: Violetta Solga | Gebühr: kostenfrei

Ort: Sporthalle Kalthof (neben der Grundschule)



Interessierte für die oben genannten Angebote

können sich auch bei Dorothea Mika unter

02371/41196 oder per Mail [kigapeterundpaul@](mailto:kigapeterundpaul@gmx.de)

gmx.de informieren und anmelden.



Folgende Kurse finden im Familienzentrum AWO Kinderland, An Der Wiemer 1, Iserlohn statt. – Kooperationspartner

Interessierte für die folgenden Angebote können sich auch direkt bei dem AWO Familienzentrum Kinderland unter 02371/29152 oder per Mail kita-wiemer@awo-ha-mk.de informieren und anmelden.

© Tommy Weiss / pixelio.de



Sprechstunde der Familienberatungsstelle Caritas

Dies ist ein regelmäßiges Angebot.

Beratung und Therapie stehen unter einem besonderen Vertrauensschutz.
Die Beraterin unterliegt der Schweigepflicht.

Datum: Freitags - Bitte vorher anmelden! | Gebühr: kostenfrei



Elterncafé

Das Elterncafé ist offen für Eltern der Einrichtung, Nachbarn und für alle Interessierten.

Es findet täglich ab 8.00 Uhr statt.



Griffbereit

Eltern und Kinder entdecken gemeinsam Spiel und Sprache

Das Programm Griffbereit richtet sich an Eltern mit und ohne Einwanderungsgeschichte mit ihren Kindern im Alter zwischen 1 und 3 Jahren. Griffbereit fördert die frühkindliche Entwicklung durch konkrete kleinkindgerechte Aktivitäten und schafft eine wichtige Grundlage zum Erwerb von Sprachkompetenz.

Die Mehrsprachigkeit wird dabei als Potenzial der Kinder aufgegriffen

739

Start: Herbst 2021 | Leitung: N.N.

Gebühr: kostenfrei

Kommunale Integrationszentren NRW



Unsere Angebote sind offen für alle Interessierten wie Tagespflegepersonen, Omas , Opas, Tanten, Onkel, Nachbarn, Freunde etc...



Rucksack KiTa

Ein mehrsprachiges Konzept zur Sprach- und Familienbildung im Elementarbereich

Das Programm Rucksack KiTa richtet sich an Familien mit internationaler Geschichte und ihre Kinder zwischen 4 und 6 Jahren, die eine Tageseinrichtung besuchen sowie an die Kindertageseinrichtungen, die von diesen Kindern besucht werden. Rucksack KiTa hat die allgemeine sprachliche Bildung anhand von Themen wie beispielsweise „Körper“, „Kindertageseinrichtung“ und „Familie“ zum Ziel. Die Kinder werden von den Eltern/Familien in der/den Familiensprache(n) und von den Erzieherinnen und Erziehern in der deutschen Sprache gefördert.

740

Start: Mittwoch, Datum wird noch bekannt gegeben

Leitung: Elena König | Gebühr: kostenfrei



Spielgruppe für Eltern und Kinder ab 6 Monaten

Ein Einstieg ist jederzeit möglich

Es wird unter pädagogischer Anleitung gemeinsam gespielt, gebastelt, gesungen und Spaß gehabt. Die Kinder können erste soziale Kontakte knüpfen und die Eltern finden einen Ort des Erfahrungsaustausches.

741

Datum: Mittwoch, 25.08.21 | Zeit: 15.00-16.30 Uhr

Dauer: 12 Nachmittage | Leitung: Jacqueline Numrich | Gebühr: kostenfrei

Allgemeine Hinweise zur Corona-Pandemie

Alle Terminangaben für das zweite Kurshalbjahr 2021 erfolgen lediglich unter Vorbehalt. Wir entscheiden kurzfristig über die Durchführung unserer Angebote, nach Vorgaben der zum jeweiligen Zeitpunkt gültigen Verordnung zum Schutz vor Neuinfizierungen mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 (Coronaschutzverordnung -CoronaSchVO).

- Eine Anmeldung zu unseren Kursangeboten – auch bei kostenfreien Infoveranstaltungen – ist zwingend erforderlich.
- Die Teilnehmerzahl ist eingeschränkt.
- Die Kontaktdaten aller Teilnehmer und Besucher werden erfasst.
- Infos zu Hygienemaßnahmen entsprechend der gültigen CoronaSchVO erhalten Sie vor Ort von den Kursleitungen oder vorab unter 02372/501885. Das Hygienekonzept kann eingesehen werden.
- Bitte bringen Sie eine medizinische Mund-Nasen-Schutz-Maske mit.



Wir danken für Ihr Verständnis!



Aktive Selbstfürsorge

Wie schaffe ich es Besonnenheit, Heiterkeit und Auszeiten in meinem Leben einzuplanen.

Eine Trennung oder Scheidung ist traurig, häufig emotional und belastend- sowohl für die betroffenen Kinder als auch für die Eltern.

Der Unterschied zu gemeinsam erziehenden Eltern ist jedoch, dass sie die meisten Entscheidungen alleine treffen müssen.... und dass zu wenig Zeit für sich selbst bleibt. Mit unserer Gruppe für alleinerziehende Mütter und Väter wollen wir dieser enormen Herausforderung entgegenwirken und einen aktiven Austausch und gegenseitige Unterstützung ermöglichen. Deshalb laden wir alle Alleinerziehenden zu uns ins AWO Familienzentrum Kinderland ein!

742

Datum: Mittwoch, 15.09.21 | **Zeit:** 14.30 -15.45 Uhr

Leitung: Elke Scheffs, Deleilha Ersoy | **Gebühr:** kostenfrei

© Ann / pixabay.com



Fußballolympiade

Ein Bewegungsangebot mit acht Einheiten, bei dem motorische Basisfertigkeiten wie Fangen, Prellen, Stoppen, Werfen, Schlagen und Kicken des Balles spielerisch vermittelt werden.

743

Datum: Mittwoch den 22.09.21 | **Zeit:** 14.00-15.00 Uhr

Gebühr: kostenfrei | **Ort:** Die große Wiese am FZ Kinderland /
Wiener 1 58636 Iserlohn



Wie erkläre ich meinem Kind das Mama/ Papa nicht mehr bei uns wohnt?

Eine Trennung oder Scheidung ist traurig, häufig emotional und belastend – sowohl für die betroffenen Kinder als auch für die Eltern.

Der Unterschied zu gemeinsam erziehenden Eltern ist jedoch, dass sie die meisten Entscheidungen alleine treffen müssen.... und dass zu wenig Zeit für sich selbst bleibt. Mit unserer Gruppe für alleinerziehende Mütter und Väter wollen wir dieser enormen Herausforderung entgegenwirken und den aktiven Austausch und gegenseitige Unterstützung ermöglichen. Deshalb laden wir alle Alleinerziehenden zu uns ins AWO Familienzentrum Kinderland ein!

744

Datum: Mittwoch, 03.11.21 | **Zeit:** 14.30 -15.45 Uhr

Leitung: Elke Scheffs, Deleilha Ersoy

Bitte melden Sie sich bis zum 29.10.21 an!



Tauschbörse

In der Tauschbörse finden zu klein gewordene Kleidungsstücke, vergessene Spielsachen und Bilderbücher ein neues Zuhause. Sie können alles, was nicht mehr gebraucht wird, vorher in der Kita abgeben. Vielleicht finden Sie ja auch etwas Schönes!!

Datum: Mittwoch, 03.11.21 | Zeit: 14.00–16.00 Uhr

Leitung: Sandra Langenkämper, Jasmin Klockner

**Geben sie ihre Spenden bitte bis Donnerstag 28.10. 21
im Familienzentrum ab**



Eltern-Kind-Kreativangebot

Passend zur dunklen Jahreszeit möchten wir gemeinsam mit Ihnen und Ihren Kindern schöne Glitzer-Windlichter gestalten.

745

Datum: Donnerstag, 02.12.21 | Zeit: 14.30 Uhr

Leitung: Andrea Mainzer, Ines Marques | Gebühr: kostenfrei



Interessierte für die oben genannten Angebote können sich auch bei der AWO Kita Kinderland unter 02371/29152 oder per Mail kita-wierner@awo-ha-mk.de informieren und anmelden.



Folgende Kurse finden im AWO Familienzentrum Dürerstr. 49 in Iserlohn statt. - Kooperationspartner

Interessierte für die folgenden Angebote können sich auch in dem AWO FZ Dürerstraße unter 02371/836595 oder per Mail an kita-duererstrasse@awo-ha-mk.de informieren und anmelden.

© Tommy Weiss / pixelode



Offene Beratungssprechstunde für Erziehungs- und Entwicklungsfragen

Beratung durch eine Diplom-Psychologin (Psychologische Psychotherapeutin). Die Beratung ist unentgeltlich. Beratung und Therapie stehen unter einem besonderen Vertrauensschutz.

Die Beraterin unterliegt der Schweigepflicht.

Datum: ab Mittwoch, 01.09.21 | Zeit: 08.00-10.00 Uhr

Gebühr: kostenfrei | Anmeldung erforderlich!



Griffbereit

Eltern und Kinder entdecken gemeinsam Spiel und Sprache

Das Programm Griffbereit richtet sich an Eltern mit und ohne Einwanderungsgeschichte mit ihren Kindern im Alter zwischen 1 und 3 Jahren. Griffbereit fördert die frühkindliche Entwicklung durch konkrete kleinkindgerechte Aktivitäten und schafft eine wichtige Grundlage zum Erwerb von Sprachkompetenz.

Die Mehrsprachigkeit wird dabei als Potenzial der Kinder aufgegriffen

746

Datum: Donnerstag, 02.09.21 | Zeit: 14.30-16.30 Uhr

Leitung: Iana Grauer | Gebühr: kostenfrei

Kommunale Integrationszentren NRW



Aufgrund der Corona Pandemie sind für sämtliche Angebote Anmeldungen erforderlich, damit in der Planung die vorgegebenen Sicherheitsabstände eingehalten werden können.



Verhaltensauffällige Kinder

Warum werden Kinder scheinbar auffällig in ihrem Verhalten?

Online-
Veranstaltung

Dieser Themenabend ist für alle interessierten pädagogischen Fachkräfte, Eltern, Großeltern und Betreuungskräfte gleichermaßen.

Wir schauen uns die wichtigsten Entwicklungsstufen unserer Kinder an und blicken auf mögliche Verhaltensauffälligkeiten, wie aggressives Verhalten, ADHS, Hochsensibilität sowie Verweigerungen. Sie können an diesem Abend verstehen, woher viele dieser sogenannten Auffälligkeiten herrühren und wie wir Kinder dabei begleiten können, um diese mutmaßlichen Auffälligkeiten sogar zu beruhigen.

Ich freue mich schon auf Sie!

747

Datum: Freitag, 03.09.21 | **Zeit:** 18.30-20.00 Uhr

Leitung: Sara Hilbig | **Gebühr:** kostenfrei

via Zoom- online-Veranstaltung

Sie bekommen einen Tag vor der Veranstaltung einen Link per mail zugesandt, es ist keine Registrierung nötig.

Anmeldungen bitte an: info@frei-verbunden.de



Spielenachmittag für Kinder von 2-3 Jahren mit Eltern

Gemeinsames Singen und Spielen von altbekannten und neuen Kreisspielen.

748

Datum: Mittwoch, 16.09.21 | **Zeit:** 14.30-15.30 Uhr

Dauer: 1 Nachmittag | **Leitung:** Bettina Danger | **Gebühr:** kostenfrei



Werkstatt für Tageseltern

An diesem Abend möchten wir Erfahrungen austauschen und gemeinsam mit Herrn Nowak Sorgen, Probleme oder sonstige Fragen besprechen und Lösungsansätze finden.

749

Datum: Dienstag, 07.09.21 | **Zeit:** 19.00 Uhr

Leitung: Matthias Nowak | **Gebühr:** 3,- € - bitte vor Ort bezahlen



Wenn Sie für uns als Kursleitung aktiv werden möchten, nehmen Sie einfach Kontakt auf.



„Starke Eltern, starke Kinder“

Jeder soll sich in seiner Familie wohl fühlen trotz unterschiedlicher Bedürfnisse! Oft sind wir ratlos und merken, dass wir Dinge im Umgang mit unseren Kindern tun, die erzieherisch gesehen eigentlich nicht viel bringen. Die Gefühle und Bedürfnisse von Eltern und Kindern auszudrücken und zu verstehen, gegenseitig Respekt haben und lernen, gesetzte Grenzen einzuhalten, diese Themen möchte wir mit Eltern erarbeiten und helfen, ihre Erziehungskompetenz zu verbessern. Wir möchten den Eltern helfen, die Fähigkeiten zum Verhandeln, Zuhören und Verständigen zu erweitern. Miteinander Zeit verbringen und daran Freude haben!

750

Datum: Mittwoch, 20.10.21 | Zeit: 19.30-21.00 Uhr | Dauer: 8 Abende

Leitung: Barbara Eichhorn, Martina Schäfer | Gebühr: 40,- €

Bei regelmäßiger Teilnahme wird die Hälfte der Gebühr zurückerstattet!



Infonachmittag Kur und Erholung!

**Mit Kinderbetreuung
– diese bitte vorab
anmelden!**

Einfach mal etwas Gutes für sich selbst tun, der Hetze des Alltags entfliehen. Wie wär's mit einer „Mutter-Kind-Kur“? Was ist eine Kur, wie wird sie beantragt, was muss beachtet werden, was ist mit meinem/n Kind/ern? Dazu erhalten Sie an diesem Nachmittag alle notwendigen Informationen.

751

Datum: Dienstag, 08.09.21 | Zeit: 15.00–15.45 Uhr

Leitung: Martina Schäfer | Gebühr: kostenfrei



Weihnachtsbäckerei

An diesem Nachmittag backen Eltern und Kinder zusammen raffinierte Weihnachtsplätzchen.

752

Datum: Dienstag, 07.12.21 | Zeit: 14.30 Uhr–16.00 Uhr

Leitung: Iris Große-Schnettker | Gebühr: Umlage Zutaten 3,50 € - bitte vor Ort bezahlen



Interessierte für die oben genannten Angebote können sich auch in dem AWO FZ Dürerstr. unter 02371/836595 oder per Mail kita-duererstrasse@awo-ha-mk.de informieren und anmelden.

Gesundheit, Bewegung & Entspannung

Gesundheit und Wohlbefinden sind ein wertvolles Gut, das es zu bewahren gilt. Die aktive Familienphase ist geprägt durch hohe Belastungssituationen, sei es Familie und Beruf miteinander zu vereinbaren, sich um die Kinder zu kümmern oder den Haushalt zu organisieren. Da gilt es einen Ausgleich zu schaffen und etwas für die eigene Gesundheit und das persönliche Wohlempfinden zu tun.



Mit unseren Kursen wollen wir sie motivieren, selbst aktiv zu werden um so einen guten Ausgleich zum Familienalltag zu finden.



Yoga für Erwachsene

Unbeweglich?! Durch sanft geführte Körperbewegungen und Haltungen in alle Bewegungsrichtungen finden Sie das Gleichgewicht zwischen Muskelanspannung und Dehnung.

Verspannt?! Blockierte Lebensenergie kommt wieder in Fluss, sowohl im Körper als auch auf seelisch-geistiger Ebene.

Erschöpft?! Durch hohe Sauerstoffaufnahme im Einklang mit Bewegung und Atmung wird dem Organismus vermehrt Lebensenergie zugeführt.

Unaufmerksam?! Durch Förderung der Aufmerksamkeit und Wahrnehmung durch die 5 Sinne lernen sie Ihre eigene Körpersprache besser zu verstehen.

Überreizt?! Losgelöst reisen Sie ins Traumland und geben dem Nervensystem die Ruhe, das Gelernte zu integrieren.

Wollen auch Sie ein Meister ihres ganzheitlichen Selbst sein? Dann lassen Sie es uns in Freude gemeinsam tun!

**Bitte bequem kleiden,
Wolldecke und ein
Sitzkissen mitbringen.**

753

Datum: Donnerstag, 26.08.21 | Zeit: 17.15-18.45 Uhr
Dauer: 10 Abende | Leitung: Elke Rau | Gebühr: 60,- €

Die folgenden Kurse finden in der AWO Turnhalle,
Stennerstraße 10a statt.



Korrektive Gymnastik

Gezielte Kräftigungsübungen für Rücken-, Bauch und Beckenbodenmuskulatur bilden die Grundlage dieser Gymnastik. Mit Hilfe gezielter Kräftigungs- und Dehnungsübungen für den Rücken werden Muskelverspannungen, Muskelschwächen und Schmerzen langfristig entgegen gewirkt. Unter Einsatz von Pezzi-Bällen und Therabändern ist es das Ziel, eine bessere Körperhaltung sowie eine Schmerzminderung zu erlangen.

754

Datum: Mittwoch, 18.08.21 | **Zeit:** 16.45-17.45 Uhr | **Dauer:** 10 Nachmittage
Leitung: Brigitta Rüschenbaum-Kümper | **Gebühr:** 30,-€



Gymnastik für Paare und Einzelpersonen

Durch gezielte Übungen und Rückentraining werden Körperhaltung und Beweglichkeit verbessert, Wirbelsäule und Gelenke entlastet. Unser Wohlbefinden steigt und es entwickelt sich mehr Spaß und Freude an der Bewegung.

755

Datum: Montag, 30.08.21 | **Zeit:** 20.00-20.45 Uhr
Dauer: 10 Abende | **Leitung:** Kornelia Lemke | **Gebühr:** 23,- €



**Bitte beachten Sie die Hinweise zur
Corona-Pandemie auf Seite 26/34**

Folgende Kurse finden in der Turnhalle des Deutschen Roten Kreuz,
Kreisverband Iserlohn e.V., Karnacksweg 35 a, Iserlohn statt.



Korrektive Gymnastik

Gezielte Kräftigungsübungen für Rücken-, Bauch und Beckenbodenmuskulatur bilden die Grundlage dieser Gymnastik. Mit Hilfe gezielter Kräftigungs- und Dehnungsübungen für den Rücken werden Muskelverspannungen, Muskelschwächen und Schmerzen langfristig entgegen gewirkt. Unter Einsatz von Pezzi-Bällen und Therabändern ist es das Ziel, eine bessere Körperhaltung sowie eine Schmerzminderung zu erlangen.

- 756** Datum: Montag, 16.08.21 | Zeit: 19.15-20.15 Uhr | Dauer: 10 Abende
Leitung: Brigitta Rüschbaum-Kümper | Gebühr: 48,-€
- 757** Datum: Montag, 16.08.21 | Zeit: 20.15-21.15 Uhr | Dauer: 10 Abende
Leitung: Brigitta Rüschbaum-Kümper | Gebühr: 48,-€
- 758** Datum: Mittwoch, 18.08.21 | Zeit: 18.30-19.30 Uhr | Dauer: 10 Abende
Leitung: Brigitta Rüschbaum-Kümper | Gebühr: 48,-€
- 759** Datum: Freitag, 20.08.21 | Zeit: 14.30-15.30 Uhr | Dauer: 10 Abende
Leitung: Brigitta Rüschbaum-Kümper | Gebühr: 48,-€



Bitte beachten Sie auch die Angebote des AWO Bildungsforums
in den Bereichen der Schulabschlüsse und allgemeinen
und politischen Weiterbildung.

AWO Bildungswerk Sauerland e. V,
Peterstr. 15, 58636 Iserlohn
Tel.: 02371 29277 · Fax: 02371 29277

A close-up photograph of several macarons in various colors including pink, yellow, and brown, arranged on a light surface. The macarons are the background for the top section of the page.

Lecker Drucksachen!

So individuell, wie Ihre Kunden.

So individuell, wie Ihre Produkte.

Aber eins so gut wie's andere.

geldsetzer.de

geldsetzer&schäfers

Am Burgberg 2

58642 Iserlohn

02374.9385-0

info@geldsetzer.de

Bitte
ausreichend
frankieren.
Danke.



Familienbildung
Feldstraße 42

58675 Hemer



Kurs-Nr.: _____

Titel: _____

Beginn: _____

Ort: _____

Hinweise zur Anmeldung und Teilnahmebedingungen finden Sie auf Seite 3 in diesem Heft.

A N M E L D E K A R T E

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende(n) Kurs(e) an:

Kurs-Nr.	Titel	Beginn	Gebühr
		ab	
		ab	
		ab	

[illegible]

Ich erkenne die Teilnahmebedingungen (siehe Programmheft Seite 3) an.

Datum/Unterschrift