

PLANETZUKUNFT

FAMILIENZENTRUM
DER STADT BÜDINGEN

Programm
2. Halbjahr 2019

Impressum

Familienzentrum

Planet Zukunft

der Stadt Büdingen

Gymnasiumstraße 28

63654 Büdingen

Telefon 06042 9534101

pz@familienstadt-buedingen.de

www.familienstadt-buedingen.de



BÜDINGEN

– hier *lebt* Geschichte –

Liebe Büdinger MitbürgerInnen,

das Familienzentrum Planet Zukunft der Stadt Büdingen entwickelt sich stetig weiter. Wir freuen uns, dass es zu einer festen Institution für alle Büdinger Mitmenschen und Freunden aus der Umgebung geworden ist. Mit dem hier vorliegenden Programm für das **2. Halbjahr 2019** informieren wir Sie über die vielfältigen Angebote im Familienzentrum. Jeder Mensch jeder Altersklasse ist im Familienzentrum Planet Zukunft der Stadt Büdingen willkommen. Probieren Sie es aus und schauen Sie nach, was es für Sie bereithält. Das Programm des 2. Halbjahres startet nach der Sommerferienpause.

Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen ehrenamtlichen MitarbeiterInnen und UnterstützerInnen des Familienzentrum Planet Zukunft. Mit Ihrer Hilfe werden das Familienzentrum und dessen Angebote zu einem Ort des sozialen Miteinanders für alle Menschen. Ebenso danken wir allen weiteren KooperationspartnerInnen für die gute und verlässliche Zusammenarbeit, welche in allen Bereichen des Familienzentrums wiederzufinden ist.

In wenigen Wochen werden die Renovierungsarbeiten am Standort des Familienzentrums in der Gymnasiumstraße 28 abgeschlossen sein. Mit dem Anbau des Aufzugs ist das Familienzentrum dann barrierefrei erreichbar. Dies wollen wir zum Anlass nehmen, um mit Ihnen gemeinsam im Herbst mit einem Fest für die ganze Familie, die **Neueröffnung des Familienzentrums und der Kita Wichelhaus** zu feiern. Merken Sie sich schon jetzt den **19. 10. 2019** dafür vor.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch,
bis bald im Familienzentrum Planet Zukunft, herzliche Grüße



Erich Spamer
Bürgermeister



Henrike Strauch
Erste Stadträtin

Vorträge/Workshops

Meine Kompetenzen und Stärken – (Wieder-)Einstieg in das Berufsleben	6
Mein Kind in den ersten drei Lebensjahren	7
Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung	7
(Wieder-)Einstieg in das Berufsleben	8
Leben mit Demenzerkrankten	9
Gewalt, Sehen, Helfen – Ein Weg zur Stärkung der Zivilcourage	10
„Wege aus der Brüllfalle“ – Wenn Eltern sich durchsetzen müssen	11
Kinder-Sicherheits-Training (1. – 6. Klasse)	12
Mein Kind hat dauerhaft Probleme mit der Rechtschreibung und / oder dem Lesen – Woran liegt das und was kann man tun?	13

Kurse

Qi Gong für Anfänger und Fortgeschrittene	14
Starker Rücken	15
Geburtsvorbereitungskurs	16
„70s-Hop-Disco-Fitness“ - Tanz-Fitness-Angebot	17
Rückenfit mit Feldenkrais	18
Sturzpräventionstraining	19
Entspannt ins Wochenende – Progressive Muskelentspannung	20
Selbstbehauptungskurs für Mädchen von 12-16 Jahren	21

Treffs

PC-Treff für Senioren	22
Alleinerziehenden-Treff	23
Drop In(klusive) – Eltern-Kind-Frühstück	24
Zwergentreff – Eltern-Kind-Gruppe	25
Sprachcafé für Frauen	26

Beratung

Allgemeine Beratung & Information	27
Ehe- und Paarberatung, Allgemeine Lebensberatung	28
Mobile Sprechstunde der Erziehungsberatungsstelle Wetteraukreis	30
Beratung für Alleinerziehende	31
Willkommenstasche für Neugeborene	32

Weitere Veranstaltungen

Spielplatzbesuche	33
Erster brandheißer Seniorennachmittag	34
Herbstfest und Eröffnungsfeier	35
Herbstferienspiele	35
Adventsbasteln	36
Das Familienzentrum „Planet Zukunft“ der Stadt Büdingen	37
Spendenkonto	39

Bei manchen Veranstaltungen kann eine Kinderbetreuung unter vorheriger Anmeldung im Planet Zukunft in Anspruch genommen werden. Soweit nicht anders angegeben, finden die Veranstaltungen im Planet Zukunft statt.

Aktuellste Informationen finden Sie unter:

www.familienstadt-buedingen.de

Meine Kompetenzen und Stärken – Workshop rund um den (Wieder-) Einstieg

Dienstag, 03.09.2019, 9:30–12:00 Uhr

Dienstag, 03.12.2019, 9:30–12:00 Uhr

Die Beraterin für Wiedereinstieg Christiane Meyer-Fenderl informiert und berät rund um den Wiedereinstieg in das Berufsleben. Sie ermutigt Menschen, den eigenen „Marktwert“ zu bestimmen und den Wiedereinstieg in das Berufsleben planvoll anzugehen. „Wenn Sie sich die Frage stellen, „Was kann ich gut?“ und „Wie kann ich das für meine Bewerbung richtig einsetzen?“ sind Sie auf dem richtigen Weg und profitieren von diesem Workshop“, berichtet Christiane Meyer-Fenderl. Der kostenfreie Workshop soll BerufsrückkehrerInnen bei der Erkundung ihrer Stärken und dem beruflichen Einstieg unterstützen. Neben Tipps und Informationen ermöglicht die Veranstaltung aber auch einen regen Austausch mit anderen Frauen und Männern rund um das Thema Berufsrückkehr. Ausdrücklich sind auch Menschen eingeladen, die bisher noch nicht mit der Agentur für Arbeit in Kontakt stehen. Die Beraterin steht im Anschluss für individuelle Beratungen bereit.

Natürlich ist bei Fragen eine Kontaktaufnahme vorab auch möglich unter giessen.wiedereinstieg@arbeitsagentur.de oder telefonisch unter 0641 / 9393-450.

Leitung: Christiane Meyer-Fenderl, Beraterin
für Wiedereinstieg, Arbeitsagentur Gießen

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: Planet Zukunft, 06042/9534101
pz@familienstadt-buedingen.de

In Zusammenarbeit mit der Arbeitsagentur Gießen

Mein Kind in den ersten drei Lebensjahren

Donnerstag, 19.09.2019, 19:00–20:30 Uhr

Wie stärke ich die Beziehung zu meinem Kind?

Wie begleite ich mein Kind dabei, selbständig zu werden?

Wie kann ich meinem Kind angemessen Grenzen setzen?

Wie schütze ich mich, als Mutter oder Vater, vor Überlastung?

Wenn Sie sich im Alltag diese oder ähnliche Fragen stellen, dann sind Sie bei unserem Vortrag genau richtig.

Leitung: Heike Häming, Diplom-Psychologin
Renate Faltermeier, Diplom-Sozialpädagogin
Erziehungsberatungsstelle des Wetteraukreises

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: Planet Zukunft, 06042/9534101

Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung – Möglichkeiten der Vorsorge

Mittwoch, 25.09.2019, 19:00–21:00 Uhr

Rita Hüser vom Betreuungsverein des Caritasverbands Gießen e.V. informiert an diesem Abend über Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung – Möglichkeiten der Vorsorge. Alle Altersgruppen sind herzlich eingeladen.

Leitung: Rita Hüser, Betreuungsverein
des Caritasverbands Gießen e.V.

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: Planet Zukunft, 06042/9534101
pz@familienstadt-buedingen.de



(Wieder-) Einstieg in das Berufsleben

Dienstag, 22.10.2019, 10:00–12:00 Uhr

Es ist die besondere Aufgabe der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt des Jobcenters, die Lebensumstände der Leistungsberechtigten Kundengruppe in den Blick zu nehmen. Sie informieren über die Möglichkeiten der Unterstützung im Rahmen des Leistungsbezugs SGB II. In diesem Zusammenhang sollen vor allem Möglichkeiten betrachtet werden, die helfen können, sich bei der geplanten Rückkehr in das Berufsleben erfolgreich zu positionieren.

Leitung: Marita Ache, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: Planet Zukunft, 06042/9534101
pz@familienstadt-buedingen.de

In Zusammenarbeit mit:



Leben mit Demenzerkrankten für Angehörige

2 Termine

Dienstag, 22.10.2019 und Mittwoch, 30.10.2019

von 19:30–21:00 Uhr

Angehörige von Demenzerkrankten sind in vielfacher Weise von der Erkrankung mit betroffen. Sie müssen zunehmend eine Pflege- und Versorgerrolle übernehmen, den Alltag organisieren und mit dem veränderten Verhalten der erkrankten Personen umgehen. Oft leiden die Kontakte zu Freunden und Bekannten, die eigenen Bedürfnisse und die eigene Gesundheit werden vernachlässigt und ein langsamer Abschied muss bewältigt werden. An zwei Abenden informiert Karin Stöcker darüber, wie Angehörige das Leben für sich und die erkrankte Person gestalten können, wo sie Entlastung bekommen und wie sie die Erkrankten besser verstehen können.

Leitung: Karin Stöcker, Bereichsleitung Altenhilfe
im Diakonischen Werk Wetterau

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: Planet Zukunft, 06042/9534101
pz@familienstadt-buedingen.de

In Zusammenarbeit mit:

Diakonie 
Diakonisches Werk
Wetterau

Gewalt, Sehen, Helfen – Ein Weg zur Stärkung der Zivilcourage

Samstag, 26.10.2019, 13:30–17:30 Uhr

- Wo fängt Gewalt an?
- Wie kann ich mich selbst schützen?
- Wie kann ich anderen helfen, ohne mich selbst zu gefährden?
- Wie kann ich andere Menschen motivieren, auch aktiv zu werden?

Diese Fragen stehen im Mittelpunkt des hessenweiten Programms „Gewalt-Sehen-Helfen“. Das Programm möchte Menschen Mut machen, nach ihren individuellen Möglichkeiten kompetent und gewaltfrei in bedrohlichen Alltagssituationen zu agieren. Das Programm unterstützt Menschen, sich angemessen im öffentlichen Raum zu bewegen, und dabei solidarisch und besonnen in gewaltbesetzten Situationen zu agieren.

Leitung: Kreispräventionsrat Wetterau
Präventionsrat Büdingen

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: Planet Zukunft, 06042/9534101
pz@familienstadt-buedingen.de

In Zusammenarbeit mit: Kreispräventionsrat Wetterau
Präventionsrat Büdingen



Wetterau

Kreispräventionsrat

„Wege aus der Brüllfalle“ – Wenn Eltern sich durchsetzen müssen – Vortrag mit Filmvorführung

Montag, 11.11.2019, 19:30–21:30 Uhr

„Wege aus der Brüllfalle“ handelt von den Schwierigkeiten, die Eltern immer dann bekommen, wenn sie sich gegenüber ihren Kindern durchsetzen wollen bzw. müssen. In solchen Situationen verlieren Eltern schnell die Geduld, sie werden lauter, wütend, ungehalten.

„Wege aus der Brüllfalle“ vermittelt in einfachen, nachvollziehbaren Schritten ein Konzept, mit dessen Hilfe, Eltern sich ohne Brüllerei und Androhung von Strafe durchsetzen können.

Zum Ablauf des Elternvortrags:

1. Präsentation des Hauptfilms (30 Min.)
2. Diskussion und die Möglichkeit, Fragen zu stellen
3. Letzter Teil des Films (10 Min.): Dieser Teil hebt typische Verhaltensweisen hervor, die sich im Erziehungsalltag einschleichen und zeigt Eltern, was sie stattdessen tun können.

Leitung: Martina Maskos,
systemische Beratung und Coaching

Kosten: 5 Euro

Anmeldung: Planet Zukunft, 06042/9534101
pz@familienstadt-buedingen.de

Kinder-Sicherheits-Training für Kinder von der 1. – 6. Klasse

Samstag, 16.11.2019, 15:00–17:00 Uhr (angefragt)

„Goldener Drache Kampfsport“ macht mit einem professionellen und kindgerechten Trainingskonzept fit für Gefahrensituationen, den Umgang mit fremden Menschen und behandelt auch das Thema Mobbing.

Das KINDER-SICHERHEITS-TRAINING ist wie folgt aufgebaut:

Teil 1: Situationsunterricht

Teil 2: „harte“ (altersgerechte) Selbstverteidigungstechniken für den Notfall

Teil 3: „weiche“ Selbstverteidigung: „Pausenhof“

Leitung: qualifizierte Trainer des
„Goldener Drache Kampfsport“

Kosten: 10 Euro

Anmeldung: Planet Zukunft, 06042/9534101
pz@familienstadt-buedingen.de



Mein Kind hat dauerhaft Probleme mit der Rechtschreibung und / oder dem Lesen – Woran liegt das und was kann man tun?

Dienstag, 19.11.2019 von 19:30–21:00 Uhr

Frau Claudia Ziegler-Süßel ermöglicht an diesem Abend Zusammenhänge über Ursachen, Erscheinungsformen sowie Diagnose und Fördermöglichkeiten bei Lese- Rechtschreibschwäche kennenzulernen. Sie arbeitet seit 20 Jahren in der psychomotorisch-orientierten Lernförderung und ist seit 2008 Lehrerin in der Erzieherausbildung.

Leitung: Claudia Ziegler-Süßel, Dipl.-Pädagogin und Dipl.-Motologin, Berufsschullehrerin, Inhaberin der Praxis für Psychomotorik und Lernförderung in Altenstadt

Kosten: 5 Euro

Anmeldung: Planet Zukunft, 06042/9534101
pz@familienstadt-buedingen.de

Qi Gong für Anfänger und Fortgeschrittene

Einfach in den fortlaufenden Kurs hineinschnuppern,
jeweils Mittwoch, 19:00–20:30 Uhr

Qi Gong ist Teil der traditionellen chinesischen Medizin. Qi steht für Energie, Gong bedeutet Üben und Zeit. Qi Gong sind sanfte Übungsfolgen, die der Gesunderhaltung, Kräftigung und Harmonisierung dienen. Meditative Atem- und Körperübungen im Stehen oder Sitzen regulieren den Energiefluss im Körper, aktivieren die Selbstheilungskräfte und stärken die Vitalität und das Wohlbefinden. Die Übungen eignen sich für jedes Lebensalter. Bitte kommen Sie in lockerer Kleidung und bequemen Schuhen.

Leitung: Sabine Kundtmann

Kosten: 10 Termine 100 Euro
weitere Konditionen auf Anfrage

Anmeldung: bei der Veranstalterin
Sabine Kundtmann, 0152/31038817
oder 06042/5454808
sabine.kundtmann@web.de

Starker Rücken

7 Termine

jeweils Montag, ab dem 12.08.2019,
15:50–16:50 Uhr oder 17:00–18:00 Uhr

11 Termine

jeweils Montag, ab dem 14.10.2019,
15:50–16:50 Uhr oder 17:00–18:00 Uhr

Wenn es mit dem Rücken nicht stimmt, befindet sich der ganze Körper außerhalb seiner Balance. Diese Balance sollte dringend wieder hergestellt werden. Der Kurs beinhaltet Grundlagen des Rückentrainings - effizient und richtig ausgeführt kann es zur Linderung von Beschwerden und Schmerzen führen!

Im Kurs „starker Rücken“ stärken und kräftigen wir den Rücken nicht nur, sondern alle Bereiche die zu einem starken Rücken dazugehören. Mobilisieren und Dehnen runden den Kurs ab. Vorbeikommen und ein kleines Stückchen aufrechter nach Hause gehen!

Leitung: Dominique Steinmark, Fitnesstrainerin

Kosten: 7 Termine 52,50
11 Termine 82,50 Euro

Anmeldung: bei der Veranstalterin
Dominique Steinmark, 0170/8396218
d.foeller88@gmail.com

Geburtsvorbereitung vET Oktober bis Mitte Dezember

7 Termine

jeweils Dienstag, ab dem 20.08.2019, 18:00–20:00 Uhr
und ein Nachtreffen mit Babys

Geburtsvorbereitung vET Ende Dezember bis Mitte Februar

7 Termine

jeweils Dienstag, ab dem 29.10.2019, 18:00–20:00 Uhr
und ein Nachtreffen mit Babys

In diesem Kurs werden alle Themen, die werdende Eltern im Hinblick auf die Geburt und die erste Zeit mit dem Neugeborenen beschäftigen, besprochen. Unter anderem: Sport und Ernährung in der Schwangerschaft, Geburtsbeginn („Wann fahren wir los?“), Atmung, Entspannungsübungen, Gebärpositionen, die Rolle der Geburtsbegleitung / des Mannes, Möglichkeiten der Schmerzlin-derung, Nachgeburt, Stillbeginn, Säuglingspflege, Ernährung des Babys, Erstausrüstung und Besonderheiten im Wochenbett. Es wird überlegt, welche körperlichen und psychischen Veränderungen den Müttern bevorstehen, ein Gespräch über das Mutter- bzw. Vaterwerden und die Veränderungen in einer Paarbeziehung. Die werdenden Väter sind selbstverständlich herzlich willkommen. Die Kosten des Kurses können von den Krankenkassen im Rahmen der Hebammengebührenverordnung erstattet werden. Die Erstattung sollte mit der Krankenkasse abgeklärt werden.

Mitzubringen sind: lockere Kleidung und bequeme Schuhe.

Leitung: Sjoukje Linneberger
GfG Familienbegleiterin und Geburtsvorbereiterin

Kosten: 130 € für die Schwangeren, 40 € für deren Männer

Anmeldung: bei der Veranstalterin
Sjoukje Linneberger, 0171/8939887
info@familienbande-buedingen.de

„70sHop-Disco-Fitness“ – Tanz-Fitness-Angebot

6 Termine

jeweils Donnerstag, ab dem 22.08.2019, 19:00–20:00 Uhr

Unter dem Label „70sHop©-Discofitness“ startet der Tanz-Fitness-Trend als Revival eines Klassikers aus den 70er Jahren. Die Discokugel dreht sich und die Nächte werden durchgetanzt. Das 70s Hop© nimmt genau dieses Feeling auf. Eine Mischung aus einfach zu lernenden Schrittkombinationen ermöglicht es, auch dem ungeübten Neuling, mit viel Spaß ins Schwitzen zu kommen. Die gebürtige Latina und Tanztrainerin Ramos entwickelte mit femininem Gespür für die TeilnehmerInnen den überwiegenden Teil der Choreografie-Elemente, die sie spannungsgeladen mit viel Elan und Witz vermittelt.

Leitung: Sandra Oliviera Ramos, Tanztrainerin

Kosten: 49 Euro

Anmeldung: beim Veranstalter
Mick Eisentraut
mickeisentraut@t-online.de

Rückenfit mit Feldenkrais

12 Termine

jeweils Montag, ab dem 09.09.2019,
18:30–19:30 Uhr oder 19:45–21:00 Uhr

Unbefangen und ohne Leistungsdruck lässt sich mit Feldenkrais die Beweglichkeit verbessern und ein körperliches Wohlfühl herstellen. Die langsam durchgeführten Übungen eignen sich für Menschen jeden Alters, egal ob sportlich oder unsportlich, gesund oder weniger gesund. Die Bewegungen wirken entspannend, kräftigend und ausgleichend auf das Nervensystem.

Leitung: Fara Gräf, zertifizierte Feldenkrais-Practitioner

Kosten: 104 Euro

Anmeldung: bei der Veranstalterin
Fara Gräf, 06051/473172
fara.graef@gmail.com

Sturzprävention – sicher und aktiv auf den Beinen stehen

8 Termine

jeweils Dienstag, ab dem 17.09.2019, 09:00 – 10:00 Uhr

Das Training zielt darauf ab, eine stabile Körpermitte für eine aufrechte Haltung sowie mehr Muskelkraft für einen sicheren Gang zu entwickeln. Übungen zur Förderung der Beweglichkeit, der Ausdauerfähigkeit sowie koordinative Übungen und Muskeltraining sind Bestandteile des Kurses. Die Fitness wird erhöht und die Aktivitäten des Alltags können leichter gemeistert werden. Eine **unverbindliche Informationsstunde** findet am Dienstag, den **03.09.2019 um 9:00 Uhr** im Familienzentrum Planet Zukunft statt. Um Voranmeldung bei Antje Grunow oder im Familienzentrum wird gebeten.

Leitung: Antje Grunow, Übungsleiterin,
Lizenz B in Prävention und Rehabilitation

Kosten: 60 Euro

Anmeldung: bei der Veranstalterin
Antje Grunow, 0162/7743609
grunow.antje@web.de

Anmeldung Informationsstunde:
Planet Zukunft, 06042/9534101
pz@familienstadt-buedingen.de

„Entspannt ins Wochenende“ – Progressive Muskelentspannung für Erwachsene

8 Termine

jeweils Freitag, ab dem 11.10.2019, 19:00–20:00 Uhr

Die Progressive Muskelentspannung ist eine wirkungsvolle Entspannungsmethode, die hilfreich sein kann, um bei Stress wieder einen Weg zu sich selbst zu finden. Außerdem kann den negativen Folgen von Dauerstress, wie z.B. Herzproblemen, erhöhtem Blutdruck oder Schlafstörungen entgegengewirkt werden. Die aktive An- und Entspannung verschiedener Muskelgruppen führt zu einem körperlichen Wohlfühl und nach den Übungen fühlt man sich locker und gelöst.

Leitung: Marion Glück, Heilpädagogin
Trainerin für Progressive Muskelentspannung

Kosten: 95 Euro

Hinweis: Diese Kurse sind von den gesetzlichen Krankenkassen als Leistung zur Primärprävention nach SGB V §20 anerkannt. Es werden in der Regel bis zu 80 % der Teilnehmekosten erstattet. Dies bitte vor Anmeldung mit der Krankenkasse klären.

Anmeldung: bei der Veranstalterin
Marion Glück, 06054/2379
oder 0170/2455963
glueck-hettersroth@t-online.de

Selbstbehauptungskurs für Mädchen von 12-16 Jahren

Samstag, den 12.10.2019 von 10:00–16:00 Uhr

In diesem Kurs geht es nicht nur darum sich aus brenzligen Situationen zu befreien, sondern in solche erst gar nicht hinein zu geraten. Gemeinsam unter fachlicher Leitung einer Selbstverteidigungs- und Gewaltschutztrainerin werden wir erarbeiten, wie wir stark und selbstbewusst wirken und dies zu unserem Nutzen einsetzen. In lebensweltbezogenen Rollenspielen werden brenzlige Situationen durchgegangen und mögliche Reaktion- und Verhaltensweisen erarbeitet. Gemeinsam trainieren wir Abwehr- und Befreiungstechniken. Mit viel Spaß und Bewegung bekommst Du einen Eindruck davon, was in Dir steckt und wie Du diese Kräfte aktivieren kannst.

Leitung: B-Trainerin: Malu Schäfer, 2. Dan Shotokan Karate, Selbstverteidigungslehrerin (Gold), Gewaltschutztrainerin, Taijiquan-Kursleiterin

Kosten: 5 Euro

Anmeldung: Jugendarbeit der Stadt Büdingen
0163/7434160, jjwk-ja.buedingen@jj-ev.de

In Zusammenarbeit mit: Jugendberatung und Jugendhilfe e.V.



PC-Treff für Senioren

14-tägige Termine, außer in den Schulferien

Fortgeschrittene: 14-tägig Dienstag oder Mittwoch,

10:00–12:00 Uhr

Anfänger: 14-tägig Mittwoch, 14:00–16:00 Uhr

oder Freitag von 10:00–12:00 Uhr

Der PC-Treff findet im zweiwöchigen Rhythmus im Familienzentrum Planet Zukunft statt. Ziel des Senioren-Projektes ist es, Vertrauen in die neuen Techniken und das Internet zu schaffen, damit jeder von den Vorteilen profitieren kann. Angefangen bei Fragen zum Kauf eines PCs, über WLAN, Internet und bis hin zur Nutzung von Office-Anwendungen, reicht die Palette möglicher Themen. Es gibt kein „Kursprogramm“, die Teilnehmer definieren durch ihre Anliegen worüber gesprochen wird. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Es gibt im wöchentlichen Wechsel Termine für Anfänger und Fortgeschrittene. Der PC-Treff wird von Manfred Rosenberg geleitet. Manfred Rosenberg ist ein „Microsoft Certified Professional“ und hat viele Jahre als selbständiger Systemberater gearbeitet. Das Angebot richtet sich vorrangig an Senioren - aber willkommen ist jeder. Es stehen Laptops zur Verfügung. Gebühren werden nicht erhoben.

Leitung: Manfred Rosenberg, Ehrenamtsagentur

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: bei der Veranstalterin
Ehrenamtsagentur „Aktiv im Alter“
06042/884167

Alleinerziehenden-Treff

mehrere Termine im Jahr

jeweils Samstag, alle zwei Monate, 10:00–12:00 Uhr

kommende Termine: 17.08.2019, 19.10.2019, 14.12.2019

Alle Alleinerziehenden aus der Region sind herzlich zum gegenseitigen Kennenlernen und Austausch eingeladen! Bei Interesse an einer Teilnahme bitten wir um Anmeldung, spätestens eine Woche vor dem Termin. Die Kinder werden von Mitarbeiterinnen des Familienzentrums Planet Zukunft betreut, damit Gespräche auch ohne „Mithören“ möglich sind.

Leitung: Karin Kornelia Brückmann, Sozialarbeiterin
Evangelisches Dekanat Büdinger Land

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: Evangelischen Dekanat Büdinger Land
06043/9640222
kornelia.brueckmann@diakonie-wetterau.de

Kinderbetreuung: Familienzentrum
Planet Zukunft, 06042/9534101-2
pz@familienstadt-buedingen.de

Veranstaltungsort:

Zentrum Kirche & Diakonie,
Gymnasiumstr. 5, 63654 Büdingen,
nach Abschluss der Renovierungsarbeiten:
Familienzentrum Planet Zukunft

Drop In(klusive)

jeweils Freitag, 9:30–11:30 Uhr, außer in den Schulferien

Drop In(klusive) ist ein offenes Angebot für alle Eltern mit Kindern bis zu drei Jahren, die sich austauschen und informieren, andere Eltern und Kinder kennenlernen und gemeinsam spielen, trinken und essen wollen. Die Treffen sind kostenfrei und finden wöchentlich statt.

Die Treffen werden von einer qualifizierten Elternbegleiterin bzw. pädagogischen Fachkraft organisiert und begleitet, die gerne zuhört, als erfahrene Ansprechpartnerin zur Verfügung steht und die Interessen und Bedürfnisse der Familien aufgreift. Im Mittelpunkt steht ein kostenloses gemeinsames Frühstück.

Die Drop In(klusive) wurden als offene Anlaufstellen für Eltern mit Kleinkindern von der Karl Kübel Stiftung für Kind und Familie entwickelt und werden von dieser und dem Hessischen Ministerium für Soziales und Integration landesweit gefördert. **Bitte Hausschuhe oder Stoppersocken für die Kinder mitbringen.**

Leitung: Elena Knippel, Erzieherin

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: ist nicht erforderlich,
die Gruppe besteht fortlaufend

Eltern-Kind-Gruppe „Zwergentreff“

jeweils Montag, 9:00–11:00 Uhr, außer in den Schulferien

Die Internationale Eltern-Kind-Gruppe „Zwergentreff“ freut sich über Mütter, Väter und Großeltern aller Nationalitäten mit Kindern im Alter von 0 bis 24 Monate. Bei uns können Sie:

- Kontakte knüpfen, Erfahrungen und Informationen austauschen und Menschen anderer Kulturen kennenlernen
- Freude an gemeinsamen Aktivitäten mit Kindern erleben
- Anregungen zu Spielen und kindgerechten Beschäftigungen finden

Während für die Eltern ausreichend Zeit für Gespräche vorhanden ist, finden die Kinder im Kontakt zu Gleichaltrigen und durch die Gruppenaktivitäten vielfältige Entwicklungsanregungen. Miteinander spielen und auch streiten, Grenzen setzen und achten lernen, sind wichtige Faktoren beim Aufbau von sozialen Verhaltensweisen, die Kinder in der Gruppe einüben können. Die Treffen beinhalten neben einem gemeinsamen Begrüßungs- und Abschiedsritual, einen strukturierten Wechsel zwischen Freispielphasen, gelenkten Gruppenaktivitäten aus den Bereichen Bewegung, Basteln und Malen, Musik und Spiel. Ein zweites Frühstück ist ebenfalls ein regelmäßiger Bestandteil der Treffen. Die Gruppe wird von einer erfahrenen Fachkraft begleitet. Sie gestaltet den Rahmen der Treffen, gibt Anregungen und Informationen und schafft Gesprächsraum für Fragen aus dem Familien- und Erziehungsalltag. **Bitte mitbringen: Hausschuhe oder Stoppersocken für die Kinder, eine Kleinigkeit zu Essen und Trinken für die Frühstückspause**

Leitung: Elena Knippel, Erzieherin
Kosten: kostenfrei
Anmeldung: Planet Zukunft, 06042/9534101
pz@familienstadt-buedingen.de

Sprachcafé für Frauen

mit Kinderbetreuung

jeweils Donnerstag, 9:30–12:00 Uhr, außer in den Schulferien

Alle Frauen sind herzlich zu unserem Sprachcafé für Frauen eingeladen. Wir treffen uns jeden Woche donnerstags, um deutsch zu reden, zu lachen, zu malen, zu schreiben, und zu was uns sonst noch so alles einfällt. Eigene Kinder sind ebenfalls herzlich willkommen. Es gibt eine Kinderbetreuung für das Café.

Uns ist die Begegnung zwischen Frauen jeden Alters, Lebenslage, Sprache und Kultur wichtig. Lustige Aktionen, Gesprächsthemen, die auf Deutsch beredet werden, und weitere Anliegen werden in dem Frauentreff selbst entwickelt und umgesetzt. Das Familienzentrum Planet Zukunft steht unterstützend zur Seite. Bei den Treffen gibt es einen kleinen Snack, Getränke und spielerische Übungen, um Deutsch zu sprechen. Kommen Sie gerne vorbei! Wir freuen uns auf einen bunten und lebhaften Vormittag.

Leitung: Ehrenamtsagentur und Planet Zukunft

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: Planet Zukunft, 06042/9534101
pz@familienstadt-buedingen.de

Allgemeine Beratung & Information

Sie suchen Hilfestellung oder haben ein Problem – wissen aber nicht wohin? Im Familienzentrum Planet Zukunft erwartet Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Senioren

- ein offenes Ohr für jedes Anliegen
- kurzfristig Unterstützung durch eine kostenfreie Orientierungsberatung.
- Hilfe bei der Suche nach einem passenden Ansprechpartner in Wohnortnähe.

Wir arbeiten eng mit den (Fach-)Beratungsstellen im Wetteraukreis zusammen.

Die Beratung ist vertraulich und kostenfrei

Terminabsprache erforderlich über das Familienzentrum:

Planet Zukunft, 06042/9534101
pz@familienstadt-buedingen.de

Ehe- und Paarberatung

Für Partner, die

- ihre Beziehung neu überdenken wollen
- sich in einer Krise befinden
- sich in ihrer Beziehung sprachlos fühlen
- Missverständnisse und Verletzungen verarbeiten wollen
- Zweifel an ihrer Partnerschaft haben
- über eine Trennung nachdenken.

Es ist sinnvoll, wenn beide Partner zur Beratung kommen. Einzelgespräche sind aber auch möglich. **Die Beratung ist vertraulich.**

Beratung: Christine Surkau
psychologische Beratung, Supervision

Kosten: 25 Euro

Terminabsprache erforderlich über das Familienzentrum:
Planet Zukunft, 06042/9534101
pz@familienstadt-buedingen.de

Allgemeine Lebensberatung

Zu unserem Leben gehören schwierige Situationen und Krisen. Meistens kommen wir alleine oder mit der Hilfe vertrauter Menschen da hindurch. Doch manchmal wünscht man sich einen unabhängigen Blick von außen,

- wenn sich die Lebenssituation gewollt oder ungewollt verändert hat und man sich auf das neue Leben einstellen muss.
- wenn der Kontakt zu anderen Menschen nicht so ist, wie man es sich wünscht und es Konflikte mit dem sozialen Umfeld gibt.
- wenn das eigene Gefühlsleben aus dem Gleichgewicht geraten ist und wenn die Ziele im Leben abhanden gekommen sind.

Die Beratung ist vertraulich.

Beratung: Christine Surkau
psychologische Beratung, Supervision

Kosten: 25 Euro

Terminabsprache erforderlich über das Familienzentrum:
Planet Zukunft, 06042/9534101
pz@familienstadt-buedingen.de

Mobile Sprechstunde der Erziehungsberatungsstelle Wetteraukreis

jeden ersten und dritten Donnerstag im Monat
im Familienzentrum Planet Zukunft

Sind Sie Mutter oder Vater? Sind Sie ErziehungsberechtigteR?
Fühlen Sie sich manchmal unsicher oder geraten häufig an Ihre
Grenzen in der Erziehung? Beschäftigen Sie Fragen ...

- zur körperlichen oder seelischen Entwicklung Ihres Kindes
oder Jugendlichen?
- zum Sozial- und Arbeitsverhalten Ihres Kindes im
Kindergarten und in der Schule?
- zu Konflikten in der Familie zwischen Eltern/Partnern,
Kindern und Geschwistern?
- zu Trennung und Scheidung oder Verlust eines wichtigen
Menschen?
- zu Gewalt gegen Kinder und Jugendliche?

Unser Angebot ist kostenfrei und jedes Gespräch wird vertraulich
behandelt.

Beratung: Heike Häming, Psychologin,
Erziehungsberatungsstelle des Wetteraukreises

Kosten: kostenfrei

Terminvereinbarung bei der Erziehungsberatungsstelle des
Wetteraukreises in Friedberg: **06031/833636**

Beratung für Alleinerziehende

Die Stelle zur „Begleitung von Müttern in Konfliktsituationen und alleinerziehenden Familien“ des Evang. Dekanats Büdinger Land bietet Beratung für Alleinerziehende an.

- zu Fragen der Existenzsicherung (Unterhalt, Arbeitslosengeld, ...)
- zur Unterstützung und Begleitung in schwierigen Situationen
- zum Entwickeln von Bewältigungsstrategien
- zu Fragen des Sorge- und Umgangsrechts

Wenn Sie diese oder ähnliche Themen beschäftigen, finden Sie in der Beratung Unterstützung. Die Beratung ist vertraulich und kostenfrei. Termin und Ort der Beratung nach Absprache mit Kornelia Brückmann vom Evang. Dekanat Büdinger Land.

Monatlich gibt es außerdem einen Alleinerziehenden-Treff zum Austausch mit anderen Alleinerziehenden im Familienzentrum Planet Zukunft.

Beratung: Kornelia Brückmann
Evang. Dekanat Büdinger Land
06043/9640222

Kosten: kostenfrei

Veranstalterin:



Willkommenstasche für Neugeborene

Liebe Eltern,

welch ein freudiges Ereignis! Zur Geburt Ihres Kindes möchten wir Ihnen von Herzen gratulieren und Ihnen und dem neuen Erdenmenschen alles erdenklich Gute für die Zukunft wünschen. Wir möchten Sie in Büdingen nach Kräften auf diesem Weg begleiten. Dazu sind bereits viele hilfreiche und unterstützende Strukturen entstanden und wir hoffen, diese in den nächsten Jahren noch stetig weiter ausbauen zu können.

Sie erhalten als Willkommensgruß von der Stadt Büdingen eine Willkommenstasche für Neugeborene. Diese ist gefüllt mit einem Gutschein für einen Jahresausweis der Stadtbücherei und vielen nützlichen Informationen. Sie können die Tasche im Familienzentrum Planet Zukunft abholen. Kommen Sie einfach im Rahmen der Öffnungszeiten mit diesem Brief vorbei oder vereinbaren Sie telefonisch unter 06042 / 9534101-2 einen Termin. Hier haben Sie auch die Gelegenheit, sich rund um das Thema Familie zu informieren und beraten zu lassen.

Weitere Informationen zum Familienzentrum Planet Zukunft finden Sie unter www.familienstadt-buedingen.de.

Beratung: May-Britt Weismantel

Kosten: kostenfrei

Terminvereinbarung: Planet Zukunft, 06042/9534101
pz@familienstadt-buedingen.de

Spielplatzbesuche des Spielmobils – JUMPZS

August 2019: Spielplatz Rohrbach

September 2019: Spielplatz Dohlberg Büdingen

jeweils Mittwoch, 16.00 – 18.00 Uhr

Die Jugendarbeit Büdingen und das Familienzentrum Planet Zukunft werden mobil und besuchen gemeinsam euren Spielplatz. Jeden Mittwoch von 16.00 bis 18.00 Uhr kommen wir mit dem Spielmobil für ein offenes Angebot auf euren Spielplatz, um gemeinsam eine tolle Zeit mit euch zu verbringen. Hierfür werden wir viel Spielmaterial mitbringen. Bei Regen muss die Aktion leider ausfallen. Nach den Sommerferien im August werden wir den Spielplatz in Rohrbach und im September den Spielplatz Dohlberg in Büdingen besuchen.

Info: Planet Zukunft, 06042/9534101
pz@familienstadt-buedingen.de

Erster brandheißer Seniorennachmittag

Samstag, 07.09.2019, 14:00–17:00 Uhr
Willi-Zinnkann-Halle

Mit dieser Veranstaltung für Seniorinnen und Senioren wollen wir Sie mit präventiven Angeboten im häuslichen, täglichen Gebrauch unterstützen, Ihnen mögliche Gefahren im Haushalt aufzeigen und erläutern, sowie einen Umgang mit der Gefahr vermitteln. Wir bieten Ihnen auf Wunsch einen Fahrdienst zur Veranstaltung und wieder zurück. Bitte melden Sie sich bis zum 1.8.2019 im Familienzentrum Planet Zukunft an.

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: Planet Zukunft, 06042/9534101
pz@familienstadt-buedingen.de
bis 01.08.2019

Ort: Willi-Zinnkann-Halle

Mitwirkende: Team Brandschutzerziehung Büdingen,
Feuerwehren der Stadt Büdingen,
Sicherheitsberater für Senioren,
Polizei, DRK, Präventionsrat Büdingen,
Familienzentrum Planet Zukunft,
Stadt Büdingen

Herbstfest und Eröffnungsfeier

Samstag 19.10.2019, 11:00–15:00 Uhr

Wir feiern gemeinsam den Abschluss der Renovierungsarbeiten und die Neueröffnung des Familienzentrums Planet Zukunft und der KiTa Wichtelhaus.

Herbstferienspiele

30.9.2019 und 7.10.2019

In den Herbstferien (und den Oster- und Sommerferien) bietet das Familienzentrum Planet Zukunft in Zusammenarbeit mit dem Hort kleine Frösche Ferienspiele an. Das Programm wird circa sechs Wochen vor Beginn der Ferien in einer gesonderten Broschüre veröffentlicht. Ab dann ist auch die Anmeldung zu den Angeboten möglich. In der Broschüre sind darüber hinaus weitere Anbieter vertreten.

Adventsbasteln

Adventszeit ist Bastelzeit im Familienzentrum Planet Zukunft. Damit das mit den (Groß-)Eltern gelingt, bietet das Familienzentrum ein abwechslungsreiches Adventsbastelprogramm an den Freitagen vor Weihnachten an. Das Angebot ist für Großeltern oder Eltern mit Kindern. Es wird dann gewerkelt, gefaltet, gebastelt, verziert, genascht, Musik gehört, Mandarinen gegessen und dabei die Adventszeit genossen.

Advent, Advent ein Lichtlein brennt – Adventskranzbasteln

Freitag, 29.11.2019, 14:30–17:30 Uhr

Damit bei Euch auch pünktlich zum 1. Advent die erste Kerze angezündet werden kann, basteln wir aus Kugeln, Tannenzweigen und anderen Materialien diese tollen Kränze für eine vorweihnachtliche Stimmung. Je nach Weihnachtslust sind Strohhohling und Kerzen mitzubringen. **Kosten: 5,00 Euro / Adventskranz**

Knusper, knusper, Knusperhäuschen

Freitag, 06.12.2019, 14:30–17:30 Uhr

Heute am Nikolaustag basteln wir leckere Knusperhäuschen. Es geht soooooo einfach, Du wirst es sehen und schmecken.

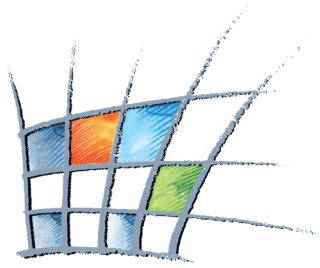
Kosten: 1,00 Euro / Haus

Weihnachtswichtel basteln

Freitag, 13.12.2019, 14:30–17:30 Uhr

Sind diese kleinen Kerlchen nicht süß? Aus einer Holzkugel, einem Zapfen, Filz und einem goldenen Glöckchen wird leicht ein kleiner Wichtel gebastelt, welcher auch schön am Weihnachtsbaum aussieht.

Kosten: 1,50 Euro / Wichtel



PLANETZUKUNFT

FAMILIENZENTRUM
DER STADT BÜDINGEN

Das Team

May-Britt Weismantel

**Leitung Familienzentrum Planet Zukunft
Diplom Sozialpädagogin (FH),
Bachelor of Arts „Angewandte Musikwissenschaft
und Musikpädagogik“**

May-Britt Weismantel ist verantwortlich für die konzeptionellen, organisatorischen und personellen Belange des Familienzentrums Planet Zukunft unter Berücksichtigung des Gesamtkonzeptes. Zu ihrem Aufgabenbereich gehören u.a. die allgemeine Beratung, Kurs- und Veranstaltungsplanung, Personalführung, Organisation der Ferienangebote, Netzwerkarbeit sowie Öffentlichkeitsarbeit.

Elena Knippel Erzieherin

Verleiht dem pädagogischen Alltag mit ihrem Engagement, ihrer Umsicht und vielen kreativen Ideen Flügel. Sie ist verantwortlich für die Betreuung und Förderung der Kinder und den Eltern-Kind-Treffs. Sie ist direkte Ansprechpartnerin für die Eltern. Bei Festen, Veranstaltungen und Ferienangeboten ist sie tragende Stütze bei der Umsetzung von kinder- und familienfreundlichen Aktivitäten.

**Des Weiteren verstärken das Team vom Familienzentrum
Planet Zukunft mit viel Freude, Flexibilität und Engagement:**

Christine Dönges, Barbara Dörfler, Waltrud Franz, Susanne Heß,
Elisabeth Raszka und Ina Woschitz.

Das Familienzentrum Planet Zukunft der Stadt Büdingen

Das Hessische Ministerium für Soziales und Integration misst Familienzentren in der Sozialraumentwicklung von Städten eine besondere Bedeutung bei. Gerade bei den sich veränderten Familienkonstellationen bietet ein Familienzentrum Unterstützung, Beratung und Begegnungsmöglichkeiten. Es trägt zur Familienfreundlichkeit der Stadt bei und festigt das soziale Unterstützungsnetz. Eine qualifizierte Kinderbetreuung dient zur Entlastung aber auch zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie. Sie wird von ausgebildeten pädagogischen Fachkräften auf Basis des Hessischen Bildungs- und Erziehungsplanes im Dialog und mit der Kompetenz der Eltern gemeinschaftlich gestaltet. Der Begriff Familie wird nicht mehr „nur“ auf Vater, Mutter und Kind bezogen, sondern im Blick stehen alle zu einer Familie zugehörenden Personen, die unterschiedlichen Lebenslagen und Lebensphasen. Zur Zielgruppe eines Familienzentrums zählt gerade aufgrund des demographischen Wandels auch die immer älter werdende Bevölkerung. Alle im Sozialraum befindlichen Menschen und Familien im engeren Sinne sollen einen Ort finden, in dem sie uneingeschränkt partizipieren und anderen Menschen begegnen können. Mithilfe von regelmäßigen niedrigschwelligen Angeboten in einer offenen und vertrauensvollen Atmosphäre wird die partnerschaftliche Teilhabe und Mitwirkung von Interessierten ermöglicht. Die Einbeziehung der einzelnen Personen und Gruppen in die Ideen- und Weiterentwicklung der Projekte ist ein wichtiger Bestandteil. Netzerkennung mit Kooperationspartnern sowie die Zusammenarbeit mit der Stadt, spielen eine wichtige Rolle. Das Familienzentrum bildet einen Knotenpunkt und übernimmt zum Teil eine Lotsenfunktion, indem es über die Angebote in der Stadt informiert und gegebenenfalls an andere Einrichtungen oder Träger weitervermittelt.

Hauptaufgaben eines Familienzentrums sind die Bereiche:

1. Kinderbetreuung, 2. Information und Bildung, 3. Beratung,
4. Engagement, 5. Begegnung, Teilhabe

Falls Sie die Arbeit des Familienzentrums Planet Zukunft finanziell unterstützen möchten, freuen wir uns über Ihre Spende an:

Stadt Büdingen

Verwendungszweck:

Spende Familienzentrum Planet Zukunft (bitte unbedingt angeben)

VR-Bank Main-Kinzig-Büdingen e.G.

IBAN: DE77506616390001001469

BIC: GENODEF1LSR

Kontaktdaten

Sie möchten uns unterstützen oder wir können Ihnen weiterhelfen? Dann freuen wir uns über Ihre Kontaktaufnahme!

Familienzentrum „Planet Zukunft“ der Stadt Büdingen

Gymnasiumstraße 28

63654 Büdingen

Telefon 06042/9534101

pz@familienstadt-buedingen.de,

www.familienstadt-buedingen.de

Familienzentrum
Planet Zukunft
der Stadt Büdingen
Gymnasiumstraße 28
63654 Büdingen

Telefon 06042 9534101

pz@familienstadt-buedingen.de
www.familienstadt-buedingen.de



BÜDINGEN
– hier *lebt* Geschichte –

HESSEN



Hessisches Ministerium
für Soziales und Integration



Familienzentren
HESSEN



Ermöglicht durch das
Sozialbudget