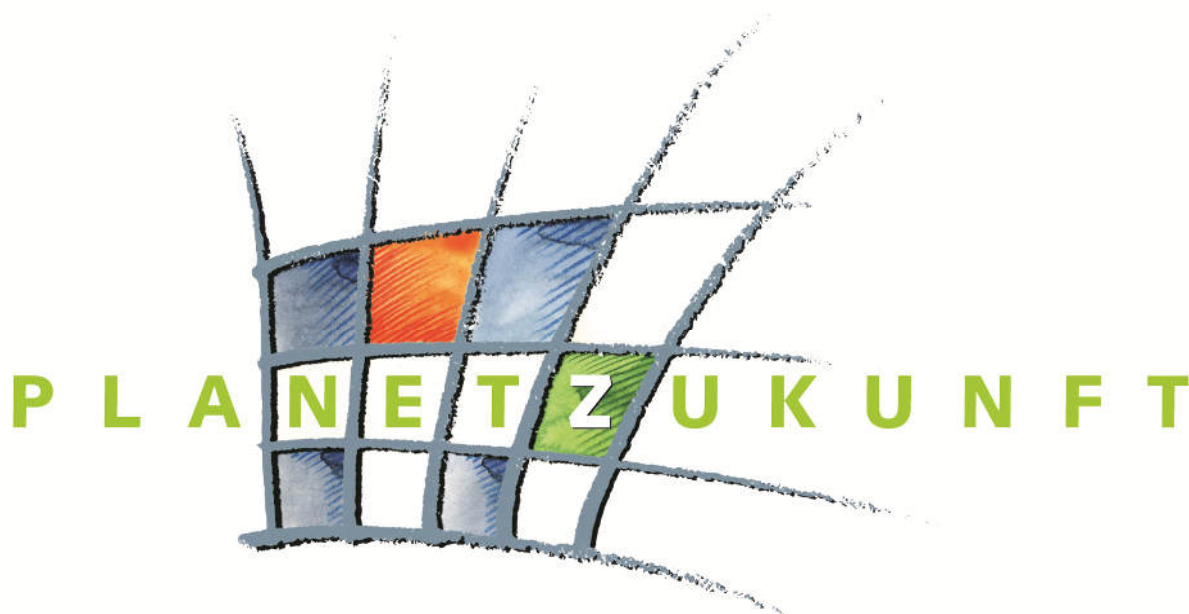


Halbjahresprogramm 2019

Familienzentrum Planet Zukunft



Kurse, Vorträge, Workshops, Treffs, Beratung –
alle Altersklassen

1. Halbjahr 2019

HESSEN



Hessisches Ministerium
für Soziales und Integration



Familienzentren
HESSEN



BÜDINGEN
-hier lebt Geschichte-



Ermöglicht durch das
Sozialbudget

Inhalt	Seite
Das Familienzentrum Planet Zukunft der Stadt Büdingen	3
Kurse	
Sturzpräventionstraining	4
Starker Rücken	4
Rückenfit mit Feldenkrais	4
„70sHop-Disco-Fitness“ - Tanz-Fitness-Angebot	4
Qi Gong für Anfänger und Fortgeschrittene	5
Geburtsvorbereitungskurs	5
Vorträge/Workshops	
Kinder-Sicherheits-Training für Kinder von der 1. - 6. Klasse	5
Digital Natives – Unsere Kinder und die Medien	6
Entwicklung der Schulfähigkeit / Schulreife – Wie können Kinder Zuhause und in der Kita unterstützt werden?	6
„Wege aus der Brüllfalle“ – Wenn Eltern sich durchsetzen müssen - Elternvortrag mit Filmvorführung	6
Gewalt, Sehen, Helfen – Ein Weg zur Stärkung der Zivilcourage	7
(Wieder-) Einstieg in das Berufsleben	7
Elternkurs - Vertrauen - Spielen - Lernen	7
Frühförderung, Lebenshilfe e.V.	8
Ist das schon Demenz?	8
Treffs	
PC-Treff für Senioren	8
Alleinerziehenden-Treff	9
Drop In(-klusive) – Eltern-Kind-Frühstück	9
Zwergentreff – Eltern-Kind-Gruppe	9
Sprachcafé für Frauen	10
Beratung	
Allgemeine Beratung & Information	10
Ehe- und Paarberatung, Allgemeine Lebensberatung	10
Mobile Sprechstunde der Erziehungsberatungsstelle Wetteraukreis	11
Beratung für Alleinerziehende	11
Sonderaktionen	
Osterferienspiele/Sommerferienspiele	12
Generationsübergreifendes Minigolfturnier	12
Neugeborenen-Empfang der Stadt Büdingen	12

Aktuellste Informationen zum Familienzentrum Planet Zukunft und seinen Angeboten unter:

<https://www.familienstadt-buedingen.de>

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 zugehörigen 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 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 sind wichtiger Bestandteil. Netzbildung mit Kooperationspartnern sowie die Zusammenarbeit mit der Stadt spielen eine wesentliche 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

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

Tel.: 06042/ 95 34 101

E-Mail: pz@familienstadt-buedingen.de, Web: <https://www.familienstadt-buedingen.de>

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

Verwendungszweck: Spende Familienzentrum Planet Zukunft (bitte unbedingt angeben)

VR-Bank Main-Kinzig-Büdingen e.G.

IBAN: DE77506616390001001469

BIC: GENODEF1LSR

Bei manchen Veranstaltungen kann eine Kinderbetreuung unter vorheriger Anmeldung im Planet Zukunft in Anspruch genommen werden. Soweit nicht anders angegeben, finden die Veranstaltungen im Familienzentrum Planet Zukunft statt. Weitere Informationen zu den Angeboten und Aktionen des Familienzentrums Planet Zukunft finden Sie unter <https://www.familienstadt-buedingen.de>.

Kurse

Sturzprävention – sicher und aktiv auf den Beinen stehen

8 Termine jeweils Dienstag, ab dem 09.04.2019, 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 09.04.2019 um 9:00 Uhr im Familienzentrum Planet Zukunft statt, um Voranmeldung bei Antje Grunow wird gebeten.

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

Kosten: 60 Euro

Infos/Anmeldung: Antje Grunow, 0162/ 7743609, grunow.antje@web.de

Starker Rücken

9 Termine jeweils Montag, ab dem 29.04.2019, 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 nicht nur den Rücken, 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: 67,50 Euro

Infos/Anmeldung: Dominique Steinmark, 0170/ 8396218, d.foeller88@gmail.com

Rückenfit mit Feldenkrais

12 Termine jeweils Montag, ab dem 29.04.2019, 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 unспортlich, gesund oder weniger gesund. Die Bewegungen wirken entspannend, kräftigend und ausgleichend auf das Nervensystem.

Leitung: Fara Gräf, zertifizierte Feldenkrais-Practitioner

Kosten: 104 Euro

Infos/Anmeldung: Fara Gräf, 06051/ 473172, fara.graef@gmail.com

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

6 Termine jeweils Donnerstag, ab dem 02.05.2019, 19:00-20:00 Uhr

Unter dem Label „70sHop©-Discofitness“ startet ein neuer 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 Sandra Oliviera Ramos entwickelte mit femininem Gespür für die Teilnehmerinnen den überwiegenden Teil der Choreografie-Elemente, welcher energiegeladenen mit viel Elan und Witz vermittelt wird.

Leitung: Sandra Oliviera Ramos, Tanztrainerin

Kosten: 49 Euro

Hinweis: Bitte saubere Turnschuhe (Hallenschuhe) mitbringen

Infos/Anmeldung: Mick Eisentraut, mickeisentraut@t-online.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, Dauer und Anmeldung: 10 Termine 100 Euro, weitere Konditionen auf Anfrage bei Sabine Kundtmann, 0152/ 31038817, 06042/ 5454808, sabine.kundtmann@web.de

Geburtsvorbereitung vET Juni bis August

7 Termine jeweils Dienstag, ab dem 07.05.2019, 18:00-19:30 Uhr + 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. Durch Information und Aufklärung sollen Ängste und Sorgen genommen werden und auf eine selbstbestimmte Geburt vorbereitet werden.

Unter anderem werden folgende Themen behandelt: Sport und Ernährung in der Schwangerschaft, Geburtsbeginn - „Wann fahren wir los?“, Atmung, Entspannungsübungen, Gebärpositionen, die Rolle der Geburtsbegleitung / des Mannes, Möglichkeiten der Schmerzlinderung, Nachgeburt, Stillbeginn, Säuglingspflege, Ernährung des Babys, Erstausrüstung und Besonderheiten im Wochenbett. Es wird überlegt, welche körperlichen und psychischen Veränderungen den Müttern bevorstehen. Dazu gehört auch ein Gespräch über das Mutter- bzw. Vaterwerden und die Veränderungen in einer Paarbeziehung, wenn ein Baby geboren wird. 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 Euro für die Schwangeren, 40 Euro für deren Männer

Infos/Anmeldung: Sjoukje Linneberger, 0171/ 8939887, E-Mail: info@familienbande-buedingen.de

Vorträge/Workshops

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

Samstag, 16.02.2019, 15:00-17:00 Uhr

Der *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



Digital Natives – Unsere Kinder und die Medien

Donnerstag, 28.02.2019, 19:30-21:00 Uhr

Tablet, Smartphone und Co. Wir umgeben uns und unsere Kinder täglich mit den „neuen“ Medien, die schon längst keine Neuen mehr sind.

Für uns ist die regelmäßige Nutzung ja ok, oder? Aber ist es das auch für unsere Kinder? Was passiert mit der Entwicklung meines Kindes, wenn es sich uneingeschränkt oder nur zeitweise mit dem Handy und dem Tablet beschäftigt? Ist es ungefährlich oder sogar vielleicht schädlich? Und was passiert mit meinem Kind, wenn ich selbst ganz vertieft in mein Smartphone bin?

Guido Glück klärt an diesem Abend die Wirkung der Mediennutzung in Bezug auf die Entwicklung der Kinder. Gemeinsam wird eine kindgerechte Medienerziehung besprochen und Ideen zur Förderung der Medienkompetenz entwickelt.

Leitung: Guido Glück, Diplompädagogin und Erlebnispädagogin, Fachstelle Suchtprävention Wetteraukreis

Kosten: kostenfrei

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

Entwicklung der Schulfähigkeit / Schulreife – Wie können Kinder Zuhause und in der Kita unterstützt werden?

Dienstag, 12.03.2019 von 19:30 – 21:00 Uhr

Eltern, Erzieher/innen und Lehrkräfte an Grundschulen sind herzlich eingeladen, um sich gemeinsam mit Frau Ziegler-Süßel der Frage zu widmen, wie Kinder von Anfang an unterstützt werden können, den Anforderungen der Schule gewachsen sind und vor allen Dingen ihre Freude am Lernen behalten können. In dem Vortrag geht es um die Veranschaulichung der Entwicklung der Schulfähigkeit sowie um Diagnose-, Förder- und Kooperationsmöglichkeiten. Frau Ziegler-Süßel 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

„Wege aus der Brüllfalle“ - Wenn Eltern sich durchsetzen müssen - Elternvortrag mit Filmvorführung

Montag, 25.03.2019, 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: 10 Euro

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

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

Samstag, 30.03.2019, 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

(Wieder-) Einstieg in das Berufsleben

Dienstag, 02.04.2019, 10:00-12:00 Uhr

jobcenter
Wetterau

Es ist die besondere Aufgabe der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt des Jobcenters, die Lebensumstände der Leistungsberechtigten Kundengruppe in den Blick zu nehmen und über die Möglichkeiten der Unterstützung im Rahmen des Leistungsbezugs SGB II zu informieren. Der Themenschwerpunkt wird sein: Das Prinzip „Fördern und Fordern“ im 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

Elternkurs - Vertrauen - Spielen - Lernen

Für Mütter und Väter von Kindern in den ersten drei Lebensjahren

4 Termine jeweils Donnerstag, 02.05., 09.05., 23.05. und 06.06.2019 von 15:30 – 18:00 Uhr

Die Themen:

- 1. Vertrauen können:** Wie stärke ich die Beziehung zu meinem Kind? Wie gewinnt mein Kind Vertrauen in sich, in Andere und die Welt?
- 2. Auf eigenen Beinen stehen:** Wie begleite ich mein Kind dabei, selbstständig zu werden?
- 3. Beim Spielen lernen:** Wie kann ich die Spiel- und Lernfreude meines Kindes unterstützen?
- 4. Nobody is perfect:** Wie schütze ich mich als Mutter/ als Vater vor Überlastung?

Leitung: Renate Faltermeier, Diplom-Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin und Heike Häming, Diplom-Psychologin

Kosten: kostenfrei

Hinweis: Für die Kinderbetreuung wird während des Kurses im Familienzentrum Planet Zukunft gesorgt. Um vorherige Anmeldung wird gebeten.

Infos & Anmeldung: Wetteraukreis -Fachstelle Erziehungsberatung und Eingliederungshilfe, 06031 83 3241 (Geschäftszimmer).

Veranstaltungsort: Familienzentrum Planet Zukunft

Frühförderung, Lebenshilfe e.V.

Donnerstag, 16.05.2019, 14:30- 16:30 Uhr

Frühförderung wendet sich an alle Eltern, die sich Sorgen um die Entwicklung ihrer Kinder machen. Die Unterstützung kann gewährt werden von der Geburt bis zur Einschulung. Die Frühförderung ist ein freiwilliges Angebot von Hilfen für Kinder, die in ihrer Entwicklung auffällig geworden, verzögert oder behindert sind.

Frühförderung hat das Ziel, dass sich das Kind möglichst gut entwickelt und seine Fähigkeiten entfalten und verbessern kann. Ute Wilhelm gibt heute pädagogischen Fachkräften Einblicke in die Arbeit der Frühförderstelle der Lebenshilfe und steht für individuelle Fragen zur Verfügung.

Leitung: Ute Wilhelm, Fachbereichsleitung Frühförderung, Lebenshilfe Wetterau e.V.

Kosten: kostenfrei

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

Ist das schon Demenz?

Dienstag, 21.05.2019 von 19:30 – 21:00 Uhr

„Ich kann mir keinen Namen merken.“ – „Wie hieß noch der Film, den ich letzte Woche gesehen habe?“ – „Was hat mein Mann / meine Frau eben zu mir gesagt?“

Wenn sich solche und ähnliche Situationen im Alltag immer häufen, deuten dies Menschen im schlimmsten Fall als Zeichen für eine Demenz- oder Alzheimererkrankung und sind beunruhigt. Obwohl derzeit mehr als 1 Million Menschen in Deutschland an einer Demenzerkrankung leiden, bedeutet jedoch nicht jedes Vergessen gleich den Beginn einer solchen Erkrankung.

Die Diakonie-Dienstleistungen informieren deshalb pflegende Angehörige, Betroffene und Interessierte über das Thema Demenz im Familienzentrum Planet Zukunft. Welches Verhalten deutet auf eine Demenzerkrankung hin? Wie verläuft eine solche Erkrankung? Wie können Betroffene und Angehörige damit umgehen und wo können sie Hilfe und Unterstützung bekommen?

Kosten: kostenfrei

Leitung: Karin Stöcker, Bereichsleitung Altenhilfe im Diakonischen Werk Wetterau

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



Ehrenamtsagentur
Aktiv in Büdingen e.V.

Treffs

PC-Treff für Senioren

14-tägige Termine, außer in den Schulferien, die genauen Termine bitte im Familienzentrum erfragen.

14-tägig dienstags oder mittwochs von 10:00-12:00 Uhr, Fortgeschrittene,

14-tägig mittwochs von 14:00-16:00 Uhr oder freitags von 10:00-12:00 Uhr, Anfänger

Der PC-Treff findet **bis zu den Sommerferien im Sitzungssaal der Stadtverwaltung statt**. Ziel des Senioren-Projektes ist, 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.

Leitung: Ehrenamtsagentur, Manfred Rosenberg

Kosten: kostenfrei

Infos/Anmeldung: Ehrenamtsagentur „Aktiv im Alter“, 06042 884 167

Veranstaltungsort: Sitzungssaal der Stadtverwaltung, EG, Eberhard-Bauner-Allee 16, 63654 Büdingen

Alleinerziehenden-Treff

Mehrere Termine im Jahr jeweils Samstag, alle 2 Monate, 10:00-12:00 Uhr

kommende Termine: 09.02.2019, 13.04.2019, 08.06.2019, 17.08.2019, 19.10.2019, 14.12.2019

Alle Alleinerziehenden aus der Region sind herzlich zum gegenseitigen Kennenlernen und Austauschen 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

Infos/Anmeldung: Evangelischen Dekanat Büdinger Land unter 06043/9640222 oder per E-Mail: kornelia.brueckmann@diakonie-wetterau.de, **Kinderbetreuung:** Familienzentrum Planet Zukunft, 06042/9534101/-2 oder pz@familienstadt-buedingen.de

Veranstaltungsort: Zentrum Kirche & Diakonie, Gymnasiumstr. 5, 63654 Büdingen, am 09.02.2019 im Café la Porta, Vorstadt 9-11, 63654 Büdingen



Drop In(-klusive)

Jeweils Freitag, 15:00-17:00 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. Sie können andere Eltern und Kinder kennenlernen und gemeinsam spielen, trinken und essen. 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 Kaffeetrinken. 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.

Leitung: Elena Knippel, Erzieherin

Kosten: kostenfrei, bitte mitbringen: Hausschuhe oder Stoppersocken für die Kinder

Anmeldung: ist nicht erforderlich, die Gruppe besteht fortlaufend

Eltern-Kind-Gruppe Zwergentreff

Jeweils Montag, 14:00-15:30 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 – 24 Monate. Bei uns können Sie:

- Kontakte knüpfen, Erfahrungen und Informationen austauschen und Menschen anderer Kulturen kennenlernen
- Den Spaß und die Freude an gemeinsamen Aktivitäten mit Kindern erleben
- Anregungen zu Spielen und kindgerechte 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 sowie 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. Sie begleitet und leitet die Gruppe unter Einbeziehung der Wünsche und Interessen der Kinder und Eltern.

Kosten: kostenfrei, **bitte mitbringen:** Hausschuhe oder Stoppersocken für die Kinder, eine Kleinigkeit zu Essen und Trinken für die Frühstückspause

Leitung: Elena Knippel, Erzieherin

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

Sprachcafé für Frauen

Mit Kinderbetreuung, donnerstags, 15:00-17:00 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, Suha Mousa

Kosten: kostenfrei

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

Beratung

Allgemeine Beratung & Information

Sie suchen Hilfestellung oder haben ein Problem – wissen aber nicht wohin?

Im 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.

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.

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.

Terminabsprache erforderlich über das Familienzentrum. Die Beratungen sind vertraulich und kosten 25 Euro.
Beratung: Christine Surkau, psychologische Beratung, Supervision

Mobile Sprechstunde der Erziehungsberatungsstelle Wetteraukreis

Sind Sie Mutter oder Vater? Sind Sie Erziehungsberechtigte/r? 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.

jeden ersten und dritten Donnerstag im Monat im Familienzentrum Planet Zukunft

Terminvereinbarung bei der Beratungsstelle in Friedberg, 06031/833241

Beratung: Heike Häming, Psychologin, Erziehungsberatungsstelle des Wetteraukreises

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 unter 06043/9640222. Monatlich gibt es außerdem einen Alleinerziehenden-Treff zum Austausch mit anderen Alleinerziehenden im Familienzentrum Planet Zukunft.

Sonderveranstaltungen

Osterferienspiele/Sommerferienspiele

In den Osterferien und in den ersten drei Wochen der Sommerferien (und in den Herbstferien) bietet das Familienzentrum Planet Zukunft in Zusammenarbeit mit dem Hort kleine Frösche Ferienspiele an. Das Programm wird ca. sechs Wochen vor Beginn der jeweiligen 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.

Generationsübergreifendes Minigolfturnier

Samstag, 18.05.2019, 14:30-17:30 Uhr

Lust auf Minigolf zum Ferienbeginn? Am Samstag, den 18. Mai, bieten das Touristik Büro, die Hephata Diakonie und das Familienzentrum Planet Zukunft für große und kleine Minigolfbegeisterte ein Turnier auf der Büdinger Anlage zwischen den Stadtmauern an. Die Teilnahmebedingung ist lediglich, dass ein Altersunterschied von 15 Jahren zwischen den beiden Teammitgliedern besteht (bei einem Mindestteilnahmealter von 6 Jahren). Die Eröffnung ist um 14.30 Uhr, die Siegerehrung findet um 17.30 Uhr statt. Die Anmeldung über die Tourist-Information Büdingen ist ab sofort möglich. Eine Teilnahmegebühr entfällt, die Ausleihgebühr für die Schläger beträgt wie gehabt 2,50 € für Erwachsene und 1,50 € für Kinder bis 14 Jahre. Für das leibliche Wohl an diesem schönen Tag ist gesorgt. Auf die ersten drei Gewinner warten tolle Preise. 😊

Alter: 6 - 99 Jahre · **Anzahl:** 20 Teams mit je 2 Personen · **Preis:** Ausleihgebühr (2,50 € für Erwachsene und 1,50 € für Kinder) · **Ort:** Minigolfanlage zwischen den Stadtmauern und Marktplatz / Auf dem Damm · **Anmeldung:** Tourist-Information Büdingen (Marktplatz 9, 63654 Büdingen und 06042 96370) oder Planet Zukunft, 06042/ 9534101, pz@familienstadt-buedingen.de



Neugeborenen-Empfang der Stadt Büdingen

Montag, 17.06.2019, 16:00-18:00 Uhr

Mit der Geburt eines Kindes beginnt für eine Familie ein aufregendes Abenteuer und eine große Verantwortung und Herausforderung, das eigene Kind auf dem Weg in ein selbständiges und glückliches Leben zu begleiten. Bei all den kleinen und großen (Entwicklungs-)Schritten, die dabei noch vor einem liegen, möchte die Stadt Büdingen Eltern nach Kräften zur Seite stehen. Dazu sind bereits viele hilfreiche und unterstützende Strukturen in Büdingen entstanden und die Verantwortlichen der Stadt hoffen, diese in den nächsten Jahren stetig weiter ausbauen und miteinander vernetzen zu können.

Eltern, die im Jahr 2018 ein Kind bekommen haben, sind herzlich zum Neugeborenen-Empfang der Stadt Büdingen am 17.06.2019 um 16:00 Uhr ins Familienzentrum Planet Zukunft eingeladen.

Bürgermeister Erich Spamer und 1. Stadträtin Henrike Strauch möchten unsere kleinsten MitbürgerInnen und Sie herzlich begrüßen und Ihnen viele nützliche Informationen über Büdingen und dessen Betreuungs-, Beratungs- und Unterstützungsangebote für junge Familien mit auf den Weg geben. Da die Angebote sehr vielfältig sind, heben wir den Bereich der Frühen Hilfen besonders hervor. Die Kindergärten, die Tagesmütter, das Familienzentrum und der Hort werden vor Ort sein. Sie haben die Chance, sich in lockeren Gesprächen über die jeweiligen Angebote zu informieren. Gleichzeitig wird es für Geschwisterkinder ein tolles Programm geben. Sie erhalten als Willkommensgruß von der Stadt Büdingen eine Willkommenstasche für Neugeborene. Diese ist gefüllt mit einem Gutschein für einen Jahresausweis der Stadtbücherei, kleinen Geschenken und vielen nützlichen Informationen.