



**25**  
JAHRE  
Sonntag,  
**20. Sept. 2026**  
ab 14.00 Uhr

# Familienfest zum Weltkindertag

**Eintritt frei**

**Eröffnung** – Marktplatz Homberg (Efze) um 14:00 Uhr

14:15 – 18 Uhr **Buntes Programm rund um Familienzentrum & Marktplatz**

**Gerd der Gaukler** - Bühne Marktplatz 14:30 Uhr ALLES AUS DER LUFT GEGRIFFEN 1

/ **Jörg Dreismann und sein Bauchladentheater** - auf dem Festgelände ab 15:00 Uhr WALKING ACT / **Gerd der Gaukler** – Terrasse Familienzentrum 15:20 Uhr SCHNUPPER-

WORKSHOP / 16:00 Uhr ALLES AUS DER LUFT GEGRIFFEN 2 / **Herr Müller und seine Gitarre**

– Bühne Marktplatz 17:00 Uhr LIVEKONZERT / ab 14:30 Uhr Offene Musikschule mit Instrumentenstationen im Multifunktionshaus /15:00 bis 17:00 Uhr Infomobil der Kindergeldkasse Hessen auf dem Marktplatz / 15:00 Hüpfburg Enge Gasse / ab 14:30 Uhr Kaffee, selbstgebackenen Kuchen, Snacks und kalte Getränke im Familienzentrum / ab 14:15 Uhr lustige Aktionen & Attraktionen für Groß und Klein, Spielen, Toben, Basteln, Mitmachen und Neues ausprobieren mit Kitas und Vereinen aus Homberg / Kommt vorbei und feiert mit uns den Weltkindertag und unser 25-jähriges Jubiläum!

# Inhaltsverzeichnis

<b>Anmeldung &amp; Datenschutz</b>	3
<b>Beratungsangebote</b> im Familienzentrum	4
<b>Praktische Hilfe nach der Geburt</b>	5
<b>Trageberatung &amp; Verleih</b>	6

## **sich treffen - austauschen - informieren**

wellcome Elterntreff	7
Café Klapperstorch	8
Elterntreff	10
Alleinerziehend aber nicht allein	11
Drop In(klusive)	12
Baby-Treff	13
VäterTreff	13

## **Kurse & Erlebnisse für Groß und Klein**

Eltern-Kind-Kurse & Indoorspielplatz	14
Aktivitäten für Familien	16
Kurse, Workshops & Vorträge für Erwachsene	18
Trauergruppe für Jugendliche	24
Kurse für Jugendliche	25
Entspannung & Fitness	27
Rund um die Geburt .	33
<b>Weitere Beratungsangebote</b>	36



Weitere interessante Kurse und Vorträge finden Sie kurzfristig auch auf unserer Homepage

## Familienzentrum und Elternschule Schwalm-Eder e.V.

Marktplatz 15, 34576 Homberg (Efze)

**Unsere Sprechzeiten:** Montag bis Freitag 9 - 12 Uhr

**Telefon:** 05681 - 9364631

**E-Mail:** [info@faz-se.de](mailto:info@faz-se.de)

**Homepage:** [www.familienzentrum-schwalm-eder.de](http://www.familienzentrum-schwalm-eder.de)



- ∞ *Änderungen des Programms behalten wir uns vor.*
- ∞ *Weitere Kurse u. aktuelle Vorträge finden Sie auf unserer Homepage*
- ∞ *Die Aufsichtspflicht bei Eltern-Kind-Angeboten liegt bei der begleitenden Person, nicht bei der Kursleitung.*

---

## Hinweis zum Datenschutz bei Kursanmeldungen:

Die bei Anmeldung für einen Kurs abgefragten persönlichen Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Ohne die anzugebenden Daten kann kein Vertrag geschlossen werden.

Ihr Geburtsdatum erheben wir, um die Volljährigkeit zu belegen, bzw. um bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z.B. Babyspielgruppen, kann die Angabe des Geburtsmonats des Kindes zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage ihrer Telefonnummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, um Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Sämtliche von ihnen bereitgestellten Daten werden vom Verein elektronisch verarbeitet. Sie werden nicht an Dritte weitergegeben. Diese Einwilligung kann jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden.

# SOZIALPÄDAGOGISCHE BERATUNG FÜR ELTERN MIT SÄUGLINGEN UND KLEINKINDERN

- bei Fragen rund um Kinder und Familie
- wenn die Nerven blank liegen
- wenn Sie einfach mal ein offenes Ohr brauchen



**Kleine Sorgen, große Sorgen ... rufen Sie uns an!**

**Homburg:** Tel. 05681 - 93 64 631

**Felsberg:** Tel. 05662 - 40 80 853

**Schwalmstadt:** Tel. 06691 - 91 58 831

Wir sind von Montag - Freitag

von 9:00 - 12:00 Uhr zu erreichen

**Wir vereinbaren gern einen Termin für ein persönliches Gespräch!**



## Elternbegleitung in Sachen Bildungschancen

Von der Geburt bis zur Entscheidung für eine weiterführende Schule müssen Eltern viele Entscheidungen treffen und Übergänge mit Ihren Kindern meistern. Um möglichst vielfältige Bildungsoptionen eröffnen zu können und frühzeitig mit kompetentem Rat zur Seite zu stehen, richtet sich das Beratungsangebot in erster Linie an Eltern mit jungen Kindern.



## Beratung und Information für Eltern von Kindern mit Beeinträchtigungen

Marina Otteni, Verein „Unsere besonderen Kinder e.V.“

**Beratung:** Dienstag 9:00 bis 12:00 Uhr

**Telefon:** 05681-93 64 631

**Wir vereinbaren gern einen Termin für ein persönliches Gespräch!**

## wellcome - praktische Hilfe nach der Geburt

**Das Baby ist da, die Freude ist riesig – und nichts geht mehr.**

Gut, wenn Familie und Freunde helfen, den Baby-Stress zu bewältigen. Wer keine Hilfe hat, bekommt sie von wellcome.

### Was ist wellcome?

Mütter werden heute meist nach wenigen Tagen aus der Klinik entlassen. Zu Hause beginnt der ganz normale Wahnsinn einer Wochenbettfamilie: das Baby schreit, niemand kauft ein, das Geschwisterkind ist eifersüchtig und der besorgte Vater hat keinen Urlaub mehr.

Sie wünschen Unterstützung durch wellcome oder möchten wellcome mit ehrenamtlicher Mitarbeit oder als Kooperationspartner unterstützen?

**Ihre Ansprechpartnerin:** Marina Otteni

**Kontakt :** 05681- 9382301  
homberg-efze@wellcome-online.de

**Sprechzeit:** dienstags 09:00 bis 11:00 Uhr  
und nach Vereinbarung



## Hebammensprechstunde im Eltern-Kind-Treff

Bei Fragen rund um Geburt, Stillen und Entwicklung der Kleinsten bieten wir eine offene Hebammensprechstunde einmal im Monat im Rahmen unserer Eltern-Kind-Treffs in folgenden Orten an:

**Homberg, Felsberg, Schwalmstadt, Gudensberg, Fritzlar und Wabern**

**kostenfrei!**

Die Termine können Sie telefonisch erfragen: **05681-93 64 631**

**Weitere Sprechstunden auf Seite 34**



Bundesstiftung  
Frühe Hilfen

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Bildung, Familie, Senioren,  
Frauen und Jugend

## Trageberatung & Verleih

Tragen ist einfach praktisch und kann den Alltag und die kindliche Entwicklung positiv beeinflussen. Es gibt viele sehr unterschiedliche Tragesysteme. Deshalb bieten wir viele verschiedene Tragen zum Testen an. So kann individuell herausgefunden werden, welche als passend und bequem von Baby und Elternteil empfunden wird.

Dank unserer kostenlosen Ausleihe, können Sie ein Tragesystem auch über einen längeren Zeitraum testen und so einen Fehlkauf vermeiden.

In unserer Trageberatung bekommen Sie die Möglichkeit:...

- die Vorteile des Tragens zu erfahren
- sich über die wichtigsten Merkmale einer empfehlenswerten Tragehilfe zu informieren
- das richtige Anlegen einer Trage zu lernen
- eine Auswahl an unterschiedlichen Tragehilfen zu testen
- eine Tragehilfe auszuleihen
- eine eigene Tragehilfe anzupassen



### Trageberatung durch eine zertifizierte Fachkraft für gesundes Babytragen

**Ort:** Familienzentrum **Schwalmstadt**

**Terminvereinbarung:** 06691-91 58 831

**E-Mail:** mirjam.schmidt@faz-se.de

**Kosten:** für Familien aus dem Schwalm-Eder-Kreis kostenfrei / sonst 60€

**Ausleihe der Tragesysteme gegen Pfand.**

Wir haben verschiedene Voll- und Halbschnallenträger sowie verschiedene Tragetücher, Ringslings, Frühchenträger und Zwillingsträger.

## LUST AUF AUSTAUSCH MIT ANDEREN ELTERN?



Wir freuen uns  
auf euch

100 Tage  
wellcome

## KOMM VORBEI...


Für Eltern mit  
Babys &  
Kleinkindern

Termine in Ziegenhain  
jeweils montags 10-11:30 Uhr  
24.08.26  
14.09.26  
26.10.26  
23.11.26  
14.12.26

Termine in Homberg  
jeweils mittwochs 10-11:30 Uhr  
26.08.26  
16.09.26  
28.10.26  
25.11.26  
16.12.26

Kostenfrei

Steinweg 33  
34613 Schwalmstadt / ZH  
 06691 - 9158831

Marktplatz 15  
34576 Homberg / Efze  
 05681 - 9364631



# UNSERE THEMEN:

<u>Woche ab:</u>	<u>Themen</u>
10. bis 14.08.	Beikost- Familienküche
17. bis 21.08.	Bewegungsspiele für Babys
24. bis 28.08.	Gute Gründe fürs Tragen
31. bis 04.09.	Ist mein Kind hochsensibel?
07. bis 11.09.	Kratzen, Beißen, Schubsen
14. bis 18.09.	Ausflug in den Wildpark
21. bis 25.09	Meine Grenze ist dein Halt
28. bis 02.10	Spielideen mit Alltagsgegenständen
<b>05. bis 16.10.</b>	<b>Herbstferien</b>
19. bis 23.10.	Genderneutrale Erziehung
26. bis 30.10	Kinderzimmergestaltung
02. bis 06.11.	Geschenke zu Weihnachten
09. bis 13.11.	Es braucht ein Dorf...
16. bis 20.11.	Mit Büchern und Geschichten die Welt entdecken
23. bis 27.11.	Kinderzuschlag, Bildung und Teilhabe
30. bis 04.12.	Nikolaus
07. bis 11.12.	Autonomiephase
14. bis 18.12.	Weihnachtliches im Café Klapperstorch
21. bis 22.12.	Wunschthema





## mit Spielwiese für Kinder ab 1 Jahr

Die Kinder wachsen. Die Themen, über die wir sprechen ändern sich!

Als ergänzendes Angebot zum Café Klapperstorch bieten wir in Homberg und Schwalmstadt einen Elterntreff am Nachmittag an.

Hier gibt es: Platz zum Spielen, interessante Themen, Zeit zum Reden  
Informationen, Kontakte und eine Tasse Kaffee...

Eine Pädagogin steht den Eltern als Ansprechpartnerin zur Verfügung.

**Ort:** Familienzentrum **Homberg**

**Termin:** dienstags 15:30 - 17:00 Uhr

**Leitung:** Rahel Floherschütz

---

**Ort:** Familienzentrum **Schwalmstadt**

**Termin:** dienstags 15:30 - 17:00 Uhr

**Leitung:** Anika Neubauer



## Alleinerziehend aber nicht allein!

Du gestaltest euer Familienleben alleine und bist auf der Suche, nach Menschen in der gleichen Lebenssituation? Dann bist du herzlich zu unserem Alleinerziehenden Treff eingeladen. Hier hast du die Möglichkeit, dich bei einem gemeinsamen Abendessen in Ruhe auszutauschen.

Du kannst andere Alleinerziehende treffen, gemeinsam etwas unternehmen und gestärkt in den Alltag gehen. Zusätzlich bieten wir Informationen und vermitteln Kontakte. Eine Pädagogin steht als Ansprechpartnerin zur Verfügung.



**Ort:** Familienzentrum **Homberg**

**Termin:** **ab 12.8.** Mittwoch, ungerade Woche

---

**Ort:** Familienzentrum **Fritzlar**

**Termin:** **ab 2.9.** Mittwoch, gerade Woche

---

**Zeit:** 16 - 18 Uhr

**Leitung:** Nicole Löchel-Tschirner

Für Kinderbetreuung ist eine Anmeldung erforderlich!

**Wir freuen uns auf euch!**

kostenfrei

willkommen

välkommen

welcome

dobrodošli

hoş geldiniz

tervetuloa

ترحيب

benvenuto

добро пожаловать

serdecznie witamy



Jetzt am Vormittag!

## DROP IN(klusive)

### Ein Willkommensort für Eltern mit Kindern

...ein offener und kostenfreier Treff für alle Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern

... an open and free meeting place for all parents with infants and young children

**Ort:** Familienzentrum **Homberg**

**Termin:** Montag / Monday, 10 - 11:30 Uhr

**Leitung:** Natalia Lautenschlager & Christiane von Löwenstein



## Baby - Treff

**Erfahrungsaustausch mit anderen Müttern & Beratung zu Themen rund ums Baby:**

- Rhythmus des Kindes
- Wenn das Baby viel weint
- Umstellung auf die neue Familiensituation
- Stillen und Stillprobleme
- Fragen zur Flaschennahrung & Beikost
- Fragen rund um Tragehilfen



**Ort:** Familienzentrum **Schwalmstadt**

**Termin:** montags von 10:00 - 11:30 Uhr

**Leitung:** Mirjam Schmidt

kostenfrei!

## Väter - Treff mit Spielwiese

**für Väter mit Kindern von 0 - 3 Jahre**

Väter können sich treffen, Kontakte knüpfen und sich bei einer Tasse Kaffee über das neue Lebenskapitel mit all seinen Fragen austauschen.

Für die Kinder: hier könnt ihr klettern, schaukeln und toben. Bringt eure Stoppersocken und etwas zu Trinken mit, denn hier geht's rund.

**Ort:** Familienzentrum **Schwalmstadt**

**Termine:** freitags, 15:30 - 17:00 Uhr

25.9., 2.10., 16.10.,30.10., 6.11., 27.11.,  
4.12., 18.12.

**Leitung:** Alex, Valentin und Marco



**Infos und Anmeldung:** 05681-93 64 631 & [info@faz.se.de](mailto:info@faz.se.de)

## Indoorspielplatz

### Freies Spielen im Familienzentrum

An diesem Nachmittag wird geklettert, geschaukelt und getobt. Bringt eure Stoppersocken und etwas zu Trinken mit, denn hier geht's rund.

Eltern können sich treffen, Kontakte knüpfen und sich mit anderen Eltern austauschen.

**Ort:** Familienzentrum **Schwalmstadt**

**Termine:** ab 22.10.26 jeden 2. und 4. Donnerstag im  
Monat für Kinder von 18-35 Monate

**Zeit:** 15:30 - 17:00 Uhr

**Anmeldung** erbeten: **06691-9158831** auch über die Spond-App möglich



## Entspannte Babyzeit

Gemeinsam lernen wir Lieder, Fingerspiele und Reime, die deinem Kind und dir Spaß machen. Außerdem zeige ich euch die Handgriffe und Techniken für die Babymassage nach Leboyer, sodass ihr sie sicher zuhause anwenden könnt. Wir werden Übungen machen, die du spielerisch mit deinem Kind zusammen machen kannst, um deinen Körper wieder ein bisschen zu stärken. Ein bisschen Entspannung u.a. für den Nacken darf natürlich auch nicht fehlen. Neben Austausch mit den anderen Müttern, lernst du außerdem erste Babygebärden, um dein Kind frühzeitig in der Kommunikation zu unterstützen.

**Ort:** Familienzentrum **Homburg**

**Termine:** freitags 9:45—10:30 Uhr

**Leitung:** Michèle Henkel

**Kosten:** 80€ inkl. Material für 10 Termine

laufender Kurs, Einstieg jederzeit möglich

Dieser Kurs kann über Bildung und Teilhabe finanziert werden.  
Viele Krankenkassen beteiligen sich an den Kosten.

**Anmeldung und Info:** Michèle Henkel, 0151-10234727

### **Kunterbunte Babyzeit - für Babys bis 12 Monate**

Wir wollen gemeinsam singen, spielen, entdecken, bauen und ausprobieren. Wir treffen uns 9x zum Spielkreis. Zusätzlich gibt es einen kreativen Abend, an dem wir für die Kids etwas basteln (Ich-Buch, Erinnerungskiste, etc.).

- Ort:** Familienzentrum **Homberg**  
**Termin:** vormittags (Kurszeiten erfragen)  
**Leitung:** Michèle Henkel  
**Kosten:** 75€ incl. Material für 9 x Spielkreis  
plus 1 x Kreativabend

Diese Kurse können über das Bildung und Teilhabepaket finanziert werden.



### **Kunterbunte Kinderzeit - für Kinder ab 12 Monaten**

Wir wollen gemeinsam singen, spielen, klettern, bauen und ausprobieren. Wir treffen uns 9x zum Spielkreis. Zusätzlich gibt es einen kreativen Abend, an dem wir für die Kids etwas basteln (Spiele aus Alltagsmaterialien, Erweiterung des ICH-Buchs, etc.).

- Ort:** Familienzentrum **Homberg**  
**Termine:** vormittags (Kurszeiten erfragen)  
**Leitung:** Michèle Henkel  
**Kosten:** 75€ incl. Material für 9 x Spielkreis plus 1 x Kreativabend

**Fortlaufende Kurse, Einstieg jederzeit möglich**

**Anmeldung und Info:** Michèle Henkel 0151-10234727

## Bilderbuchkino

- mit Geschichten die Welt entdecken

Alle kleinen und großen Bücherwürmer sind mit ihren Eltern oder Großeltern herzlich willkommen.

**Homberg:** Mittwoch, 16.12. 16:00 - 17:30 Uhr

**Schwalmstadt:** Donnerstag, 24.09. & 5.11. 15:30 - 17:00 Uhr

---

## Basteln für kleine Hände

Gemeinsames Basteln für Eltern, Omas und Opas und andere Verwandte mit kleinen Kindern.



**Homberg:** Donnerstag, 29.10. 15:30 - 17:00 Uhr

**Wabern:** Donnerstag, 24.09. 15:00 - 17:30 Uhr

**Felsberg:** regelmäßig mittwochs in der Spielgruppe 15:30-17:00 Uhr  
mehrgenerationenhaus@felsberg.de

**Schwalmstadt:** Termine werden noch bekannt gegeben

---

## Singen für Groß und Klein

Wir laden Groß und Klein zum gemeinsamen Singen ein. Ob laut oder leise, hoch oder tief, gerade oder schief...Wir freuen uns auf Euch!

**Homberg:** Donnerstag 05.11. & 10.12. 15:30 - 17:00 Uhr

**Schwalmstadt:** Donnerstag 29.10. & 03.12. 15:30 - 17:00 Uhr

**Wabern:** Donnerstag 24.09. 16:00 - 17:30 Uhr

## Komm mit ins Frieloland!

Das Frieloland hat **extra nur für uns** geöffnet! Auf 2.400m<sup>2</sup> überdachter und beheizter Fläche erwarten Dich viele Überraschungen.

**Ort:** Silbersee 300; 34621 Frielendorf

**Termin:** Mittwoch, 4. November 2026

**Uhrzeit:** von 16 - 18:00 Uhr

**Kosten:** Kinder 1-3 Jahre: **4,50€**

Kinder 4-12 Jahre: **5,50€**

Erwachsene: **3,50€**



### Anmeldung erbeten

Bitte ABS Socken mitbringen



14.8. - 20.11.2026

## WASCHBÄRENBANDE

Die Waschbärenbande trifft sich auf dem Bachspielplatz in Falkenberg, im Wald und an anderen schönen Orten zum gemeinsamen Spielen, forschen, werken und toben. Das Angebot ist für Kinder von 3-6 Jahren in Begleitung der Eltern.

**Termin: freitags 16-18 Uhr**

**Verbindliche Anmeldung erforderlich  
unter 0171-3612947**



### „Alles rund!? – um Elterngeld, Elternzeit, Mutterschutz & Co.“

Elternzeit, Elterngeld, Mutterschutz und Co. werfen bei werdenden Eltern viele Fragen auf. Es müssen Anträge gestellt und Entscheidungen getroffen werden. Dies stellt werdende Eltern oft vor große Herausforderungen. Dabei erweisen sich die Themen Elternzeit und Elterngeld als besonders komplex, da diese sehr individuell gestaltet und an das Leben der jeweiligen Familien angepasst werden können.

Ein Informationsabend rund um die vielfältigen Ansprüche während der Schwangerschaft und nach der Geburt an. Der Vortrag soll einen Überblick über die Themen Elterngeld, Elternzeit, Mutterschutz, Mutterschaftsleistungen sowie Kindergeld geben. Außerdem beantwortet die Referentin am Ende gerne offene Fragen dazu.



Referentin ist die Dipl. Sozialpädagogin (FH) Kathrin Günther. Sie leitet eine Schwangerschaftsberatungsstelle und ist zertifizierte Elterntainerin, systemische Familienberaterin sowie freiberufliche Referentin für Elternabende in Kindergärten und anderen Einrichtungen.

**Ort:** Familienzentrum **Schwalmstadt**, Steinweg 33

**Termin:** 30. September 2026 um 18:00 Uhr

Anmeldung erforderlich

**kostenfrei!**

## **Kinder Bindungs- und Bedürfnisorientiert Begleiten: Gewaltfreie Kommunikation und Konfliktlösung mit Kindern**

Ein Seminar für Eltern und alle, die mit Kindern im Alter von 0-13 Jahren leben

### **Du möchtest:**

- ⊙ Dein Kind nicht mehr schimpfen oder bestrafen?
- ⊙ Mehr Harmonie, Ruhe und Gelassenheit im Familienalltag?
- ⊙ Dein Kind besser verstehen?
- ⊙ Wertschätzend mit deinem Kind kommunizieren?
- ⊙ Besser mit deiner Wut und deinem Stress in Bezug auf dein Kind umgehen?
- ⊙ Ursachen für herausfordernde Situationen mit deinem Kind verstehen und besser meistern?
- ⊙ Eine starke Eltern-Kind Beziehung?

### **Weitere Infos:**

Dieses Seminar ist interaktiv, es bietet viel Raum für deine Fragen und Fallbeispiele - gemeinsam entwickeln wir Lösungen für deine Herausforderungen mit deinem Kind.

**Termin** Samstag, 24.10.26 von 9 bis 14 Uhr

**Ort:** Familienzentrum **Homberg**

**Leitung:** Michaela Leiss / [www.jetzt-zusammen-wachsen.de](http://www.jetzt-zusammen-wachsen.de)  
mobil: 0172 165 9348

**Kosten:** 65,00 Euro pro Person  
Kosten für Vereinsmitglieder Familienzentrum: 35€

**Anmeldung:** per E-Mail bis 18.10.26

**[info@jetzt-zusammen-wachsen.de](mailto:info@jetzt-zusammen-wachsen.de)**



- **Aufbauseminar** -

## **Bindungsorientierung, Gewaltfreie Kommunikation und Konfliktlösung mit Kindern und Jugendlichen**

Im Seminar geht es darum, die Ursachen von Konflikten und Stress besser zu verstehen und die eigene Kommunikation bewusst weiterzuentwickeln. Du möchtest deine Kenntnisse in Gewaltfreier Kommunikation & Konfliktlösung auffrischen oder verbessern

Die Teilnehmenden üben anhand eigener Beispiele die Gewaltfreie Kommunikation und lernen, aktiv und empathisch zuzuhören. Ein weiterer Schwerpunkt liegt darauf, sensibel auf die Gefühle von Kindern zu reagieren und ihnen kindgerecht zu erklären, was in ihrem Gehirn bei Wut und Stress passiert, sowie wie sie gesund damit umgehen und ihre Grenzen wahren können, ohne die anderer zu überschreiten. Außerdem wird ein alltagsnaher Weg erarbeitet, der ohne Tadel, Strafen oder Schimpfen auskommt. In praktischen Simulationen werden gewaltfreie Konfliktlösungen erprobt und individuelle Lösungsansätze für eigene Konfliktsituationen entwickelt.

Dieses Seminar ist interaktiv, es bietet viel Raum für deine Fragen und Fallbeispiele - gemeinsam entwickeln wir Lösungen für deine Herausforderungen mit deinem Kind. Die Gruppengröße ist daher auf maximal 12 Teilnehmende begrenzt.

- Ort:** Familienzentrum **Homburg**  
**Termin** Samstag, 28. November 2026 von 9 bis 14 Uhr  
**Leitung:** Michaela Leiss / [www.jetzt-zusammen-wachsen.de](http://www.jetzt-zusammen-wachsen.de)  
mobil: 0172 165 9348  
**Kosten:** 65,00 Euro pro Person

Kosten für Vereinsmitglieder Familienzentrum: 35€

**Anmeldung:** bis 23.11.26 an [info@jetzt-zusammen-wachsen.de](mailto:info@jetzt-zusammen-wachsen.de)



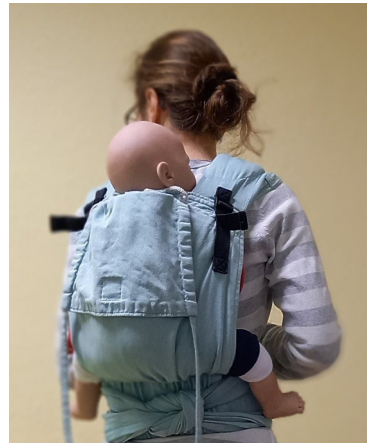
## Tragen auf dem Rücken & auf der Hüfte

### - Workshop -

Möchtest du gern dein Baby/Kind auf dem Rücken oder auf der Hüfte tragen? Traust es dich aber noch nicht ohne Anleitung oder hast noch Fragen dazu?

In einer kleinen Gruppe zeige ich dir, wie du dein Kind in der Tragehilfe sicher auf dem Rücken oder auf der Seite tragen kannst.

Im Fokus steht dabei **deine eigene Tragehilfe**. Auf Wunsch kannst du mit deinem Baby aber auch andere Modelle testen.



### Voraussetzungen:

\*dein Baby hält seinen Kopf dauerhaft selbständig

\*du hast bereits eine dem Baby sehr gut passende Tragehilfe

**Ort:** Familienzentrum **Schwalmstadt**

**Termin:** Termin nach Absprache ab 4 Anmeldungen

**Kosten:** 25 €/Person & 30 €/Paar (Ermäßigung bei Bedarf möglich!)

**Leitung:** Mirjam Schmidt, Erzieherin und zertifizierte Trageberaterin

**Anmeldung:** 06691-9158831

mirjam.schmidt@faz-se.de



## Ich kann das schon allein!

### *Zwischen Autonomie und Überforderung -*

### *so begleitest du dein Kind gelassen(er) durch die Autonomiephase*

Im turbulenten Familienalltag kann dich das Bedürfnis deines Kindes nach Autonomie schnell überfordern - seine Bedürfnisse und Wünsche prallen auf deine und es stößt an seine und deine Grenzen.

In meinem Kurs biete ich einen Raum zum Austausch für Eltern, die gerade ähnlich herausgefordert sind in der Begleitung ihrer Kinder. Zusätzlich erhältst du fachlichen Input zur Autonomiephase, der Begleitung intensiver Gefühle und Ideen zur Selbstfürsorge und Regulation. Dieser Kurs soll dich in deinem Umgang mit deinem Kind stärken!

**Ort:** Familienzentrum **Wabern**

**Termin:** Donnerstag, 10. September 18 - 20 Uhr

**Info und Anmeldung:** 0160 95558652  
familienzentrum@wabern.de

**kostenfrei!**

**Ort:** Familienzentrum **Homberg**

**Termin:** Mittwoch, den 25. November 18 - 20 Uhr

**Info und Anmeldung:** 05681-9364631  
info@faz-se.de

**Leitung:** Lisa Rietschle, Erzieherin & zertifizierte InFanT Familienberaterin



**Info & Anmeldung: [info@faz-se.de](mailto:info@faz-se.de)**

## Sprachtreff für Frauen - Deutsch4U

учить немецкий

вивчати німецьку мову

تعلم الألمانية  
فیری زمانی ئەلمانی ببییت  
الماني زده کړه

Erste Deutschkenntnisse für die Kommunikation im Alltag für zugewanderte Frauen und Mütter.

- Auf spielerische Art die deutsche Sprache erlernen oder die Sprachkenntnisse erweitern.
- Im Fokus stehen Begriffe aus dem Familienalltag.
- Es werden Sprachsituationen geschaffen und zur Sprachverwendung ermutigt.
- Wir spielen, lernen Reime und schauen uns Bücher an
- Lesen und Schreiben auf Deutsch wird gelernt und geübt
- Kinder, die noch nicht betreut werden, können dabei sein

**Ort:** Familienzentrum **Homberg**  
**Termin:** dienstags und freitags am Vormittag  
**Beginn:** Einstieg jederzeit möglich, sofern Plätze frei sind  
**Leitung:** Nicole Löchel-Tschirner & Natalia Lautenschlager

**kostenfrei!**

Gefördert von:



**HESSEN**



**Kofinanziert von der  
Europäischen Union**

**Infos und Anmeldung:** 05681-93 64 631 & [info@faz-se.de](mailto:info@faz-se.de)

## Trauergruppe für Jugendliche

Jemand, der dir wichtig ist, ist gestorben und vielleicht fühlst du dich seitdem manchmal allein und wie abgeschnitten. Du bist überfordert und weißt nicht, an wen du dich wenden kannst. Die Welt der anderen dreht sich einfach weiter, während deine stillsteht. Niemand kann dich so richtig verstehen.

In der Trauergruppe triffst du auf andere Jugendliche, die Ähnliches erlebt haben. Der Austausch mit Betroffenen kann dir dabei helfen, deine Trauer besser zu verstehen und zu verarbeiten. Ihr könnt euch gegenseitig unterstützen und neue Wege finden, mit eurer Trauer umzugehen.

Geleitet wird die Gruppe von der Pädagogin und Trauerbegleiterin Semin (M.A.-Päd.) von *rab-en-bunt*, die deine Fragen rund um Sterben, Tod und Trauer beantwortet und dir mit verschiedenen Methoden zur Seite steht. Wir treffen uns einmal pro Woche in insgesamt 10 Sitzungen.

- Ort:** Familienzentrum **Homberg**
- Termine:** dienstags von 17:30 - 19:00 Uhr  
10 Termine
- Starttermin:** 20. Oktober 2026
- Leitung:** Semin Wenzel
- Infos und Anmeldung:** 0172 10 939 10  
[hallo@rab-en-bunt.de](mailto:hallo@rab-en-bunt.de)

**Ein Erstkontakt zu den Eltern ist notwendig.**



**rab-en-bunt.de**

## Babysitter-Kurs

für Jugendliche ab 14 Jahren inklusive Zertifikat und 1.Hilfe-Kurs (am Kind)

Die Ausbildung umfasst folgende Inhalte:

- Entwicklungsbesonderheiten im Säuglings- und Kleinkindalter
- Kinderkrankheiten
- Baby- und Kinderpflege
- Gesunde Ernährung
- Altersgerechte Kinderspiele
- Kindernotfälle im Haushalt und beim Spielen



**Ort:** Familienzentrum **Homberg**

**Termin:** 5.- 8. August 2026 in den Sommerferien (weitere auf Anfrage)

**Kosten:** 30€

**Leitung:** Marina Otteni

**Info und Anmeldungen:** marina.otteni@faz-se.de

## Adventskranz- Werkstatt für Erwachsene

In gemütlicher Runde können Sie unter Anleitung aus Naturmaterialien einen Türkranz oder einen Kranz mit Kerzen binden.

**Zum 14 Uhr Termin können Kinder ab 8 Jahre mitgebracht werden.**

**Ort:** Familienzentrum **Homberg**

**Termin:** Samstag 28. November um 10:00 Uhr, 12:00 Uhr und 14:00 Uhr

**Kosten:** 20 € pro Kranz  
plus Deko-Material

**Leitung:** Marina Otteni

Bitte eine Gartenschere mitbringen.

**Verbindliche Anmeldung erforderlich bis 16.11.26**



**Infos und Anmeldung:** 05681-93 64 631 & info@faz-se.de



## Klangwiese -

Ein musikpädagogisches Eltern-Kind Angebot ab einem Alter von **18 Monaten bis 3 Jahren**

In der Klangwiese wird Ihr Kind spielerisch an musikalische Bereiche wie Singen, Bewegung, Hören und Rhythmus herangeführt. Dazu sammeln Sie jede Menge Anregungen, um zusammen mit Ihrem Kind den Alltag vermehrt musikalisch zu gestalten.

**Ort:** Familienzentrum **Schwalmstadt**  
**Termin** mittwochs 16:45 – 17:30 Uhr (45 Minuten)  
**Kosten:** 29,00 € im Monat (29,90 € ab 1.10.2026)



**Anmeldung:** Wir bitten um Voranmeldung unter Telefon 05681 2947 oder an [info@musikschule-schwalm-eder.de](mailto:info@musikschule-schwalm-eder.de)

Auch in **Homburg** jeweils freitags um 15:15 Uhr im Multifunktionshaus

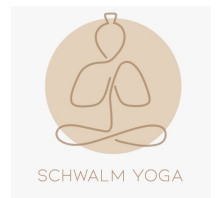
---

## Kinderyoga (6-10 Jahre)

Auf spielerische, fantasievolle Weise lernt dein Kind, sich selbst besser wahrzunehmen und ein Gespür dafür zu entwickeln, was ihm gut tut.

Wir erleben in jeder Stunde gemeinsam ein Abenteuer und gehen auf Reisen und kommen zum Schluss bei uns selbst an. Der Wechsel von ruhigen und ausgleichenden Fantasiereisen und Entspannungsübungen zu energievollen Bewegungsideen gibt deinem Kind genau das, was es braucht.

**Ort:** Familienzentrum **Schwalmstadt**  
**Termine:** 28.8., 18.9., 23.10., 13.11., 11.12. von 16-17 Uhr  
**Kosten:** 12€ pro Stunde  
**Leitung:** Ann-Christine Birkholz, Yogalehrerin



**Infos und Anmeldung:** [kontakt@schwalm-yoga.de](mailto:kontakt@schwalm-yoga.de)

## Yoga - Fitness für Schwangere

Sie sind schwanger. Sie spüren die Umstellung ihres Körpers. Die Schwangerschaftshormone lassen sie dies auf verschiedenen Ebenen fühlen und wissen. Genau jetzt wäre der Zeitpunkt perfekt gewählt, sich für Yoga zu entscheiden.

Bewegung des gesamten Körpers, Atmung und Entspannung fördern die körperliche und innere Eigenwahrnehmung, hilft bei Beschwerden und führt zu Wohlbefinden.

**Ort:** Familienzentrum **Homberg**  
**Termin:** mittwochs 17:30 - 19:00 Uhr  
**Beginn:** auf Anfrage  
**Kosten:** 90 Euro (6 x 90 Min)



**Anmeldung, Informationen und weitere Termine:**  
Susanna Ziegler 0173 8495782 (auch WhatsApp)

## Hatha Yoga

- durch Yoga zu mehr Harmonie, körperlichem u. seelischem Gleichgewicht

Yoga ist eine „sanfte Gymnastik“ mit Atem- und Entspannungsübungen und vielen positiven Wirkungen auf den Körper. Es bietet die Möglichkeit beim Üben eine neue Tiefe und innere Achtsamkeit zu erfahren.

Die Übungen kräftigen, mobilisieren und stabilisieren den Körper, lösen Energieblockaden, machen den Körper frisch und vital. Sie fördern die Koordination, geben Kraft, Ausdauer und schenken nachhaltig Lebensenergie und Freude.

**Ort:** Familienzentrum **Homberg**  
**Termin:** Freitag ab 15:00 Uhr  
**Beginn:** ab 9.10.2026  
**Leitung:** Werner Vaupel



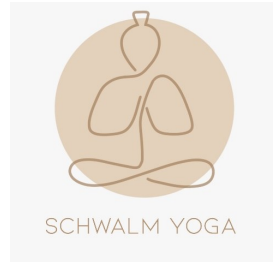
**Infos und Anmeldung:** Pascal.Marggraf@drk-schwalm-eder.de  
06691-946317

## Yoga für Schwangere

Schwangerschafts-Yoga ist eine sanfte und liebevolle Art von Yoga, die speziell auf die Bedürfnisse von Schwangeren abgestimmt ist. Die Kombination aus sanften Yoga-Übungen, Atemtechniken und Meditationen hilft dir dabei, dich körperlich, geistig und emotional auf die Geburt und das Muttersein vorzubereiten.

Es sind keinerlei Yogaerfahrungen nötig.

- Ort:** Familienzentrum **Schwalmstadt**  
**Termin:** mittwochs 18—19 Uhr  
jeweils 6 Termine á 60 Minuten  
**Kosten:** 80 €  
**Leitung:** Ann-Christine Birkholz, Yogalehrerin



## Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

Ein wöchentlicher Yoga-Kurs, bei dem du die Möglichkeit hast, inmitten des oft hektischen Alltags Momente der Entspannung und innerer Ausgeglichenheit zu finden. Tauche ein in die Welt des Yoga und erfahre, wie diese uralte Praxis Körper, Geist und Seele in Einklang bringt.

Die Yogastunden sind für TeilnehmerInnen aller Erfahrungsstufen geeignet, ob du ein/e AnfängerIn bist oder bereits Yoga praktizierst.

- Ort:** Familienzentrum **Schwalmstadt**  
**Termin:** donnerstags 18:30 - 19:30 Uhr und 20:00 - 21:15 Uhr  
**Kosten:** 5er Karte: 70€ / 8er Karte: 110€  
**Leitung:** Ann-Christine Birkholz, Yogalehrerin

Infos und Anmeldung: [kontakt@schwalm-yoga.de](mailto:kontakt@schwalm-yoga.de)

## Yoga für Mama mit Baby

Diese Yogastunde zusammen mit deinem neugeborenen Kind bietet dir nach deiner langen Schwangerschaft (und Wochenbett) und ersten gemeinsamen Zeit in neuer Familienkonstellation wieder einen achtsamen und bewussten Einstieg in deine körperliche Bewegung und fördert gleichzeitig die mentale Ausgeglichenheit.

Wir singen am Anfang Mantras und binden je nach Asana (Körperhaltung) die Kinder auch jederzeit liebevoll mit ein. Der Kurs ist für Yogageübte, wie auch Neueinsteiger geeignet.

- Ort:** Familienzentrum **Schwalmstadt**  
**Termin:** mittwochs 9 - 10 Uhr  
**Kosten:** 80 € für 6 Termine  
**Leitung:** Gisela Peschke (Yogalehrerin)

---

## Yoga für Senioren (oder Menschen mit Einschränkungen)

Yoga ist für jeden möglich und dieser Kurs ist speziell für Ältere und/oder „Menschen mit Einschränkungen“.

Wir üben Yoga am Boden und im Stehen, sowie mit und ohne Stuhl, sodass du immer die Möglichkeit hast, dich am Stuhl festzuhalten, oder auf dem Stuhl sitzen zu bleiben.

Wir stärken vor allem auch die tiefer liegende Gesamtmuskulatur und fördern die Mobilität der Gelenke. Wir verbinden uns bewusst mit unserem Atem, um unsere innere Ruhe und Kraft zu finden und unsere Bedürfnisse zum Ausdruck zu bringen. In der Stille schulen wir unsere Wahrnehmung und beim Singen von Mantras spüren wir den Klang unseres Herzens.

Der Kurs ist für Yogageübte, wie auch Neueinsteiger geeignet.

- Ort:** Familienzentrum **Schwalmstadt**  
**Termin:** mittwochs 11:00 - 12:30 Uhr  
**Kosten:** 120 € für 8 Termine  
**Leitung:** Gisela Peschke (Yogalehrerin)

# KURSE

## Yoga

Yoga wirkt auf allen Ebenen und unterstützt Körper, Geist und Seele im Einklang zu sein.

Wir stärken durch die Körperübungen (Asanas) die tiefer liegende Gesamtmuskulatur und regulieren durch den bewussten und tiefen Atem, wie speziellen Atemübungen (Pranayama) das Nervensystem.

Wir singen Mantren und fördern und unterstützen damit unseren individuellen Ausdruck und sitzen in der Stille und verfeinern unsere Wahrnehmung für unsere innere Stimme.

Es geht um die Entfaltung deines wahren SEINS und die Kraft und Lebendigkeit aus deiner Mitte heraus.

Der Kurs ist für Yogageübte, wie auch Neueinsteiger geeignet.

**Ort:** Familienzentrum **Schwalmstadt**

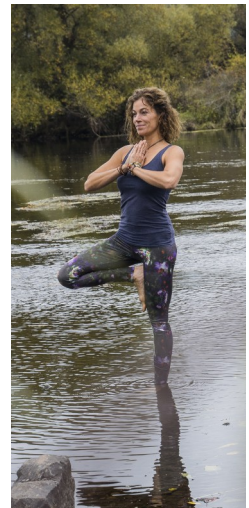
**Termin:** montags 18 Uhr

**Termin:** freitags 17:30 Uhr

**Termin:** freitags 10 Uhr

**Kosten:** 120 Euro für 8 Termine

**Leitung:** Gisela Peschke (Yogalehrerin)



**Infos und Anmeldung:** [giselame@gmx.de](mailto:giselame@gmx.de)

## Yoga - Stretch für Frauen

Starte bewegt in den Tag mit unserer ehrenamtlichen Kursleiterin

**Ort:** Familienzentrum **Homberg**

**Termin:** montags 10-11 Uhr

**Leitung:** Selena Sepanlou

**Infos und Anmeldung:** [info@faz-se.de](mailto:info@faz-se.de) 05681-9364631

## Fit für Mütter - indoor

Fit für Mütter frischgebackene Mütter nach der Rückbildung und für Mütter, die schon ältere Kinder haben. Wir wärmen uns zu flotter Musik auf, um dann für Bauch, Beine, Po aber auch für Rücken, Arme und Beine und den Beckenboden Übungen zumachen. Wir trainieren mit dem eigenen Körpergewicht oder mit Hilfe von Fitnessbändern oder kleinen Bällen. Im Anschluss dehnen wir uns, um Verspannungen zu lösen.

**Das Besondere am Montag:** Im Anschluss gibt es eine kurze Entspannung/Igelballmassage.

**Das Besondere am Freitag:** Wer mag kann sein Baby oder Kind mitbringen. Die Kinder werden nicht aktiv in den Sport eingebunden. Es liegt eine Spielwiese bereit.

**Ort:** Familienzentrum **Homberg**

**Termine:** montags, 19:45 - 21:00 Uhr und freitags, 8:15 - 9:15 Uhr

**Kosten:** 70€ für 10 Einheiten

**Anmeldung:** Michèle Henkel, 0151-10234727

Du kannst nicht jeden Montag, Mittwoch oder Freitag? Kein Problem, du zahlst nur, wenn du kommst!

## Fit für Mütter - outdoor

Wir walken mit Stöcken, Kinderwagen, Babytrage oder auch ohne alles. Dabei wollen wir uns nicht nur flott bewegen, sondern auch Übungen machen. Bei schlechtem Wetter treffen wir uns im Familienzentrum und werden dort unsere Ausdauer in Form von Indoor Walking stärken.

**Ort:** Familienzentrum **Homberg**

**Termine:** mittwochs, 9:30– 10:30 Uhr, wir treffen uns in den EfzeWiesen

**Kosten:** 70€ für 10 Einheiten

**Anmeldung:** Michèle Henkel, 0151-10234727

Fortlaufende Kurse, Einstieg jederzeit möglich



### Mama trainiert mit Baby - Fitnesskurs

In den Kursstunden werden wir durch ganzheitliches Fitnessstraining die Körperhaltung verbessern. Dabei stehen Bauch-Beine-Po-Übungen für ein gutes Körpergefühl, Beckenbodentraining und Rückengymnastik für die Herausforderungen im Alltag mit Baby im Vordergrund. Die Übungen werden durch unsere Babys unterstützt, so dass nicht nur die Mütter die Zeit genießen können.

- Anschließend an Rückbildungskurs
- Alter der Babys: 6 - 12 Monate



- Ort:** Familienzentrum **Schwalmstadt**  
**Termin:** mittwochs ab 15 - 16 Uhr  
**Beginn:** fortlaufender Kurs, Einstieg jederzeit möglich  
**Kosten:** 70€ ■ 10 Termine / max. 8 Teilnehmerinnen  
**Leitung:** Irina Ickert, Fitnesstrainerin

**Infos und Anmeldung:** 05681-93 64 631 & [info@faz-se.de](mailto:info@faz-se.de)

### Hebammensprechstunde

#### *der Geburtsstation im Asklepios Klinikum*

In der Hebammensprechstunde nimmt sich eine Hebamme eine Stunde Zeit, um in einem ausführlichen Anamnesegespräch individuell auf ihre Schwangerschaft einzugehen.

Dieses Gespräch bietet Raum für alle ihre Fragen und dient auch als Anmeldung zur Geburt.

- Ort:** Familienzentrum **Homberg**  
**Termin:** jeden Mittwoch von 09.00 bis 14.00

Terminvereinbarung idealerweise um die 30. Schwangerschaftswoche, unter der Nummer: **06691 – 799460**

Gern auch gemeinsam mit dem Partner oder einer Begleitperson

**Neues Angebot in  
Homberg**

## Elternkurse im Asklepios Klinikum Schwalmstadt

Die Hebammen der Frauenklinik im Asklepios Klinikum Schwalmstadt bieten verschiedene Kurse rund um die Geburt an:

- Geburtsvorbereitung für Frauen und Paare
- Stillkurse
- Rückbildungsgymnastik
- Kreißsaalbesichtigung und vieles mehr...

Termine und nähere Informationen der Klinik unter:

**06691 - 799 460 (Hebammen)**

und auf der Homepage [www.asklepios.com](http://www.asklepios.com)

---



## Elternkurse im Hospital zum Heiligen Geist Fritzlar

Die Hebammen der Frauenklinik im Hospital zum Heiligen Geist Fritzlar bieten verschiedene Kurse rund um die Geburt an:

- Geburtsvorbereitung für Frauen und Paare
- Stillgruppe
- Rückbildungsgymnastik
- Säuglingspflegekurs & Beikost Kochkurs
- Kreißsaalbesichtigung und vieles mehr...

Termine und nähere Informationen der Klinik unter:

**05622 - 997 228 (Hebammen)** und auf der Homepage

[www.hospital-fritzlar.de](http://www.hospital-fritzlar.de)

## Geburtsvorbereitung

Die 3 Termine umfassen den Ablauf der normalen Geburt, Atemübungen und Entspannungsübungen, Infos zu den angewandten Schmerzmitteln . Außerdem soll er euch Sicherheit geben, zu erkennen wann ihr losfahrt, wie ihr euch bei einem Geburtsbeginn mit Wehen oder Blasensprung verhalten sollt und euch gut auf eure Geburt vorbereiten und das eigene Vertrauen in eure Kraft stärken.

Zusätzlich zu den 3 Terminen in der Gruppe ohne Partner , könnt ihr 3 weitere individuelle Einzeltermine buchen. Diese umfassen das Stillen , einen Paartermin mit Tipps und Tricks wie er euch positiv unterstützen kann und einen Termin zur Babyausstattung/ Kinderzimmercheck bei euch zu Hause .

**Ort:** Familienzentrum **Homberg**

**Termin:** Donnerstag, 22.10., 29.10. und 5.11.

**Zeit:** 18:00 - 20:30 Uhr

*Kostenübernahme für  
beide Kurse durch die  
Krankenkasse*

## Rückbildungskurs

Wiederaufbau und der Stärkung eures Beckenbodens . Er enthält außerdem Übungen zur Stärkung des unteren Rücken, der Arme / Schultern, der Beine und Gesäßmuskulatur , sowie leichte Bauchmuskelübungen.

Dieser Kurs findet ohne Babys statt , sie können in Ausnahmesituationen mitgebracht werden (Bitte erfragen) . Ein Handtuch , sportliche bequeme Kleidung ausreichend Wasser nicht vergessen !

**Ort:** Familienzentrum **Homberg**

**Termin:** Donnerstag, 13.08. - 10.09.26 (5 Termine)

**Zeit:** 18:00 - 19:30 Uhr

**Termin:** Montag, 09.11. - 07.12.26 (5 Termine)

**Zeit:** 18:00 - 19:30 Uhr

**Infos & Kontakt:** Juliane Schäfer 0173 / 2913266

juliane@hebamme-homberg.de

## Beikost-Kurs

Wann ist der richtige Zeitpunkt für Beikost? Womit fange ich an? Brei oder Fingerfood? In diesem Kurs erhaltet ihr fundierte Informationen und praktische Tipps für einen entspannten Start in die Beikostzeit. Gemeinsam klären wir Fragen rund um die Einführung fester Nahrung und geben euch Sicherheit für den neuen Lebensabschnitt mit eurem Baby.

- Ort:** Familienzentrum **Homberg**  
**Termin:** Montag, 7.9. und 7.12.  
**Zeit:** 10 - 11:30 Uhr  
**Kosten:** übernimmt die Krankenkasse



**Infos & Kontakt:** Juliane Schäfer 0173 / 2913266  
juliane@hebamme-homberg.de

## Qigong

Zur Ruhe kommen, deine Energie wieder aufladen und Körper sowie Geist in Einklang bringen! In unserem abendlichen Qigong-Kurs lernst du sanfte, fließende Bewegungen, die deine innere Balance fördern, Stress abbauen und deine Konzentration stärken. Gönn dir eine Auszeit vom Alltag und entdecke die wohltuende Kraft des Qigong.

- Ort:** Familienzentrum **Homberg**, Raum Mosenberg  
**Termin:** donnerstags von 18.30 bis 20 Uhr  
**Kosten:** 120,00 Euro (10 Termine)  
**Leitung:** Luise Kohl-Hajek und Petra Hebeler  
**Anmeldung und Kontakt:** 0170-9010521 oder  
herbs-body-and-soul@gmx.de



## OFFENES BERATUNGSANGEBOT

### Offenes Beratungsangebot der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Alle Fragen rund um die Themen beruflicher (Wieder-)Einstieg, Vereinbarkeit von Familie und Beruf, Arbeitszeitmodelle, Kinderbetreuungsmöglichkeiten und finanzielle Leistungen werden beantwortet.

Es gibt hilfreiche Tipps, Informationen und Hinweise zu den Unterstützungs- und Hilfsmöglichkeiten sowie Beratungsstellen und Netzwerkpartnern.

<b>Ort:</b>	Familienzentrum <b>Homberg</b>
<b>Termin:</b>	Mittwoch, den 2.12. von 10-12 Uhr
<b>Ort:</b>	Familienzentrum <b>Schwalmstadt</b>
<b>Termin:</b>	Donnerstag, den 12.11. von 10-12 Uhr

## MITGLIED WERDEN

Sie haben **Zeit** und möchten unsere Arbeit unterstützen? Dann kommen Sie einfach mal vorbei.



Sie haben **keine Zeit**, aber möchten unsere

Arbeit unterstützen? Werden Sie Mitglied im Verein und fördern Sie unsere Arbeit durch Ihren finanziellen Beitrag. Der Verein ist vom Finanzamt als gemeinnützig anerkannt, Ihren Mitgliedsbeitrag können Sie steuerlich absetzen.

Das Anmeldeformular finden Sie auf der Homepage oder kontaktieren Sie uns, wir schicken es gerne zu.

**Infos:** 05681-93 64 631 & [info@faz-se.de](mailto:info@faz-se.de)

### **Tageselternverein Schwalm-Eder** - Servicebüro für Tagespflege

Kindertagespflege unterstützt Ihren Wunsch nach einem Betreuungsangebot zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

**Ansprechpartnerin:** Christine Ullmann

**Kontakt:** Festnetz: 05681-772 99 99 / Mobil: 0176-780 56 987

oder [info@tageselternverein-schwalm-eder.de](mailto:info@tageselternverein-schwalm-eder.de)

[www.tageselternverein-schwalm-eder.de](http://www.tageselternverein-schwalm-eder.de)



### **Mütternotdienst Schwalm-Eder**

Der Mütternotdienst der Kinder- und Jugendhilfe Hessen Nord e.V. arbeitet flächendeckend als ambulantes familienentlastendes Hilfsangebot für Familien und alleinerziehende Frauen und Männer im Schwalm-Eder-Kreis.

Die Mitarbeiterinnen bieten Ihnen während krankheitsbedingter Abwesenheit, z.B. bei einem Krankenhausaufenthalt, bei Reha- oder Kurmaßnahmen, aber auch bei einer schweren häuslichen Erkrankung oder einer Risikoschwangerschaft ihre Unterstützung an. **Kontakt** : 05677 - 95 98 19

### **Beratung in Fragen der Partnerschaft, Trennung und Scheidung**

Für Eltern mit einem Partnerschaftskonflikt, die in Trennung oder Scheidung leben, Patchworkfamilien, Kinder und Jugendliche, die von Trennung oder Scheidung betroffen sind.

### **Diakonisches Werk des Kirchenkreises Schwalm-Eder**

**Homburg**, Pfarrstr. 13

Agnes von Bucholtz, Dipl.-Sozialpädagogin

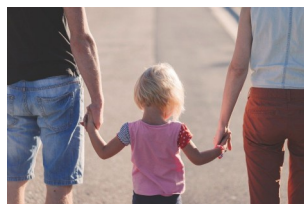
**Telefon:** 05681 - 99 20 14

**Schwalmstadt**, Heinrich-Bachmann-Str. 7

Ulrike Keding, Dipl.-Sozialarbeiterin, Diakonin

**Telefon:** 0176 - 87573340

**Termine nach Vereinbarung**



## Fachstelle Frühe Hilfen



Die Fachstelle Frühe Hilfen in Homberg bietet Unterstützung, Information und Beratung für Familien in der Zeit der Schwangerschaft und in den ersten drei Lebensjahren des Kindes an. Wir beraten zu Fragen der kindlichen Entwicklung, der Beziehungs- und Erziehungsgestaltung, es werden weiterführende Hilfen vermittelt. Die Beratung findet auf Wunsch auch bei Ihnen zu Hause statt. Termine nach Vereinbarung

**Ansprechpartnerin:** Jutta Petrich, Hans-Schollstr.8 in **Homberg** (Efze)  
**Telefon:** 05681 - 775 5199

## Das „Job-Café“

bietet individuelle Unterstützung für (Allein-)Erziehende und Frauen, sowie Menschen mit Migrationshintergrund aus dem Schwalm-Eder-Kreis, die nach einer beruflichen Neuorientierung suchen.

### Das Angebot:

- Hilfe beim Erstellen von Bewerbungsunterlagen
- Internetrecherche, Stellensuche
- Hilfe zur Selbsthilfe bei der PC-Nutzung
- Beratung bei der Suche nach Arbeit und beruflichen Perspektiven
- Hilfestellung beim Aufbau eines individuellen Netzwerkes
- Informationsveranstaltungen (Rente, Schuldnerberatung etc.)
- Hilfestellung bei der Anerkennung von im Ausland erworbenen Abschlüssen und Qualifikationen
- Kompetenzermittlung (evtl. Erwerb des Kompetenzpasses)

*Beratungstermine  
nach Vereinbarung*



**Ort:** Familienzentrum **Homberg**

**Termin:** Donnerstag 8:00 - 12:00 Uhr nach Terminvereinbarung

**Infos:** Katja Heiwig, Mobil 0176-57912887

E-Mail: [kheiwig@starthilfe-abv.de](mailto:kheiwig@starthilfe-abv.de)

## UNTERSTÜTZUNG UND BERATUNG

### **AWO Beratungszentrum**



Familienplanung, Schwangerschaft, Sexualität und Schwangerschaftskonfliktberatung, Beratung bei Partnerschafts-, Trennungs- und Scheidungsfragen, Kurberatung. (für aktuelle Infos: [www.awo-beratungszentrum.de](http://www.awo-beratungszentrum.de))

**Terminvereinbarung: 05681 - 6888** werktags 10-12 Uhr

Hauptstelle Homberg, Pfarrstr. 25

**E-Mail:** [beratungszentrum@awo-schwalm-eder.de](mailto:beratungszentrum@awo-schwalm-eder.de)

---

### **Frühförderung Schwalm-Eder - Interdisziplinäre Beratungsstelle**

Das Angebot der Beratungsstelle umfasst u.a. die Gebiete:

- Entwicklungsberatung
- Ambulante und mobile Familienberatung
- Krisenintervention
- Einzel- und Gruppenförderung von Kindern
- Psychomotorik, Unterstützte Kommunikation und anderes



Sie erreichen die Mitarbeiter\*innen der Frühförderung zur Terminvereinbarung für Homberg und Schwalmstadt in der Beratungsstelle in Homberg, Obertorstr.9 unter: **05681 - 4093** oder [fruehfoerderung.homberg@viva-stiftung.de](mailto:fruehfoerderung.homberg@viva-stiftung.de)

---

### **Erziehungs- und Familienberatung**

#### **Beratungsstelle des Schwalm-Eder Kreises**

Die Beratungsstelle bietet Beratung für Kinder, Jugendliche, Eltern, Familien und für Fachkräfte, die Rat und Unterstützung suchen, an.

**Telefon: 05681 - 775 5180**

E-Mail: [familienberatung@schwalm-eder-kreis.de](mailto:familienberatung@schwalm-eder-kreis.de)

Schlesierweg 1 in Homberg (Efze)

**[www.beratungsstelle-schwalm-eder.de](http://www.beratungsstelle-schwalm-eder.de)**



### **Kirchliche allgemeine Sozial- und Lebensberatung**

Beratung von Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen,  
Alleinerziehende, Paare, Familien in allgemeinen Problemlagen

**Telefon:** 05681 - 992 017

**Diakonisches Werk, Pfarrstr. 13, 34576 Homberg (Efze)**

### **Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer**

Zu allen Fragen von Alltag und Beruf

**Telefon:** 05681- 99 20 13 ■ **E-Mail:** nidal.younes@ekkw.de

**Diakonisches Werk, Pfarrstr. 13, 34576 Homberg (Efze)**

### **AWO Beratungs- u. Interventionstelle für Menschen, die Gewalt erleben**

Untergasse 22, 34576 Homberg, Termine nach telefonischer Vereinbarung

**Telefon:** 05681 - 6170

### **Mobile Ernährungsberatung**

Anke Schäfer, Dipl. Oec.troph.

**Telefon:** 05681 - 60 195 oder E-Mail: aumschaefer@arcor.de

### **Sprechstunden der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt**

Elena Rein, Termine nach telefonischer Vereinbarung

**Telefon:** 05622 9899-30 oder elena.rein@jobcenter-ge.de

### **Verbraucherzentrale Hessen (Schuldnerberatung)**

Fraumünsterstraße 23, 34560 Fritzlar

**Telefon:** 05622 - 7129000 / [www.verbraucherzentrale-hessen.de](http://www.verbraucherzentrale-hessen.de)

### **AWO Schuldnerberatung**

Pfarrstr.25, 34576 Homberg **Telefon:** 05681-931873

**Elterntelefon : 0800 111 0550** anonym und kostenlos  
von Handy und Festnetz  
montags – freitags von 9 – 11 Uhr  
dienstags + donnerstags von 17 – 19 Uhr

