



Januar 2024 – Juli 2024

## TIPPS & TERMINE

Bildungsprogramm  
der Evangelischen Familienzentren  
in Mülheim an der Ruhr



# Herzlich Willkommen,

in den Evangelischen Familienzentren in Mülheim an der Ruhr. Ausgehend von den Kindertageseinrichtungen strahlen die Familienzentren in die Stadtteile und bieten zusätzliche Angebote für alle Interessierten. Welche Angebote das sind, erfahren Sie in diesem Heft. **Also:** Herzliche Einladung zum Stöbern!

Unser Bildungsprogramm ist für alle da, ganz gleich, ob Ihr Kind eine unserer Einrichtungen besucht oder nicht.

**Alle Interessierten sind bei uns herzlich willkommen.**

---

**KB** Ev. Kirchengemeinde Broich-Saarn

**KH** Ev. Kirchengemeinde Heißen

**MK** Ev. Markuskirchengemeinde

**KS** Ev. Kirchengemeinde Speldorf

---

**BS** Bethanien Diakonissen-Stiftung

**GR** Graf-Recke-Stiftung

---

Bewegung & Entspannung . . . . .	06
Gesundheit & Ernährung . . . . .	11
Kunst & Kreatives . . . . .	14
Rat & Hilfe . . . . .	16
Begegnung . . . . .	25
Feste & Märkte . . . . .	26
Mit uns unterwegs . . . . .	27
Verschiedene Angebote . . . . .	30
Regelmäßige Gruppen . . . . .	32
Kontakte . . . . .	36

---

## Die Familienzentren:

- begleiten die Kinder in ihrer Lebenswelt und fördern ihre Entwicklung.
- machen Mütter und Väter stark für den (manchmal anstrengenden) Familienalltag.
- helfen Beruf und Familie zu vereinbaren.
- sind Treffpunkt für Menschen aus der Kirchengemeinde und aus dem Stadtteil.
- stehen in lebendigem Austausch mit Akteuren und Organisationen in der Nachbarschaft.
- profitieren vom Fachwissen ihrer Kooperationspartner.

Neben der täglichen Arbeit laden die Familienzentren zu Treffs für Jung und Alt, ebenso zu themenbezogenen Angeboten ein.

### **Das „Evangelisch“ in unserem Namen bedeutet:**

In unserem Alltag entdecken wir gemeinsam mit den Kindern das Evangelium und dürfen die Liebe Gottes spüren.

Wir feiern zusammen die Feste des Kirchenjahres. Träger der Evangelischen Familienzentren in Mülheim sind die jeweiligen Ortskirchengemeinden.

### **Haben Sie noch Fragen?**

Bitte sprechen Sie uns an, wir freuen uns auf Sie!

### **Weitere Informationen finden Sie unter:**

[www.kita.kirche-muelheim.de](http://www.kita.kirche-muelheim.de)

## Liebe Eltern, liebe interessierte Kursteilnehmer und Kursteilnehmerinnen,

für das kommende 1. Halbjahr 2024 können wir Ihnen weiterhin vielfältige, interessante Angebote für alle Eltern, Großeltern, Kinder und andere Interessierte machen. Es ist uns eine Herzensangelegenheit, Ihren Familienalltag mit unseren Kursen zu bereichern und auch unterstützen zu können.

Einige Angebote werden als Digitalangebot stattfinden. Sie sind extra gekennzeichnet. Sie bekommen dann als Teilnehmer oder Teilnehmerin per Link eine Einladung zu einer Zoom-Veranstaltung unter dem Angebotsthema. All das erfahren Sie bei Ihrer Kurs-Anmeldung im jeweiligen Familienzentrum.

Bei Rückfragen stehen wir Ihnen natürlich beratend zur Seite.

Durch organisatorische Probleme finden Sie in dieser Ausgabe keine Termine der Familienzentren Unter dem Regenbogen und Muhrenkamp. Bei Interesse könne Sie gerne direkt in den Einrichtungen nach Angeboten fragen, die Kontaktdaten finden Sie auf Seite 36.

**Ihre Familienzentren in Mülheim**

### **Hinweise zur Buchung.**

Bei den Angeboten der Ev. Familienbildungsstätte kann unter bestimmten Umständen eine Ermäßigung gewährt werden.

Weitere Informationen dazu können in den Familienzentren oder in der Ev. Familienbildungsstätte erfragt werden.

## Krabbelmäuse

KH

**mittwochs, 16.30 – 17.30 Uhr, donnerstags, 15.15 – 16.15 Uhr**  
**Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH**

Eltern und ihre Kinder ( U3 ) treffen sich zu einer Bewegungsstunde. Bequeme Kleidung und Stoppersocken werden benötigt.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Sonnenschein in Kooperation mit Sabine Uhren

**Leitung:** Sabine Uhren, Übungsleiterin

**Kostenbeitrag:** 40,- €

**Anmeldung:** jederzeit unter Tel. [0208.490316](tel:0208.490316)

---

## Fit & Fun

KH

**mittwochs, 20.00 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststraße 58, 45472 MH**

Rückengymnastik mit Musik für Erwachsene.

Bitte Sportsachen mitbringen!

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Sonnenschein in Kooperation mit Sabine Uhren

**Leitung:** Sabine Uhren, Übungsleiterin

**Kostenbeitrag:** 60,- €

**Anmeldung:** jederzeit unter Tel. [0208.490316](tel:0208.490316)

---

## Yoga für Männer und Frauen

BS

**dienstags, 16. Januar – 19. März 2024, 17.30 – 19.00 Uhr,**  
**und dienstags, 9. April – 25. Juni 2024, 17.30 – 19.00 Uhr**  
**Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH**

Für alle, die Yoga erlernen und einen Ausgleich zum Alltag wünschen. Yoga führt zu körperlichem und seelischem Wohlbefinden. Bewegungs- und Entspannungsübungen sowie achtsam eingenommene Körperhaltungen werden mit bewusst geführtem Atem verbunden und wirken sich so positiv auf Körper und Geist aus. Die Wirbelsäule wird beweglich gehalten, Spannungszustände lösen sich, die Konzentrationsfähigkeit nimmt zu und die Gesundheit wird allgemein gestärkt. Bitte bringen Sie bequeme, warme Kleidung, Socken und eine Decke mit.

**Veranstalter:** Familienzentrum Kita Kunterbunt in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Kursleitung:** Evelyn Freida, Yogalehrerin

**Kostenbeitrag:** 70,- € für 10 Termine (Jan. – März 2024)  
84,- € für 12 Termine (April – Juni 2024)

**Anmeldung:** in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. [0208.3003333](tel:0208.3003333) oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Bewegungsgruppe „Lindenhof“

KB

dienstags, 16. Januar 2024 – 19. März 2024,  
dienstags, 9. April 2024 – 25. Juni 2024,  
von 14.30 – 16.00 Uhr und

Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

Klettern und balancieren, hüpfen und schaukeln - Kinder sind gerne in Bewegung. Sie erleben dabei Lebensfreude und schulen ihren Körper und ihre Wahrnehmung. Der vorbereitete Raum und ausgewählte Materialien geben den Kindern dafür Spielanreize. Gemeinsam erleben sie in der Gruppe Kreis-, Bewegungs- und Fingerspiele. Dadurch werden sie zusätzlich in ihrer Sprachentwicklung unterstützt. Kontakte und Austausch der Eltern sind außerdem ein wichtiger Bestandteil in den Gruppenstunden.

Bitte bringen Sie Wechselschuhe oder rutschfeste Socken, etwas zu trinken sowie einen kleinen gesunden Imbiss für die gemeinsame Pause mit.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof  
in Kooperation mit der  
Ev. Familienbildungsstätte Mülheim

**Kursleitung:** Melanie Klemm, Spielgruppenleiterin

**Kostenbeitrag:** 1 Block (16.01. – 09.03.2024)  
60,- € (10 Termine)  
2. Block (09.04. – 25.06.2024)  
66,- € (11 Termine)

**Anmeldung:** in der Ev. Familienbildungsstätte unter  
Tel.: 0208.3003333 oder  
[www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Meditatives Yoga

KB

mittwochs, 17. Januar 2024 – 13. März 2024, 17.00 – 18.30 Uhr  
und mittwochs, 10. April 2024 – 22. Mai 2024, 17.00 – 18.30 Uhr  
Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

In diesem Kurs üben wir abseits von Leistungs- und Erfolgsdruck sanfte Körperübungen und nehmen ganz bewusst unseren Atem wahr. Im Vordergrund steht dabei nicht die äußere Form, sondern die Wahrnehmung unserer Empfindungen und Gefühle. Dabei begegnen wir unserem Körper mit liebevoller Aufmerksamkeit, lernen in uns hineinzuhören und durch die Entspannung des Körpers den Geist zur Ruhe kommen zu lassen.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation  
mit der Ev. Familienbildungsstätte Mülheim

**Leitung:** Sandra Hoffmann, Yogalehrerin

**Kostenbeitrag:** 17. Januar – 13. März 2024,  
(9 Termine) 68,40 €  
10. April – 22. Mai 2024,  
(6 Termin) 45,60 €

**Anmeldung:** in der Ev. Familienbildungsstätte unter  
Tel. 0208.3003333 oder  
[www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Mit Klopfakupressur gegen den Stress

KH

Dienstag, 23. Januar 2024, 15.00 Uhr

Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststraße 58, 45472 MH

Wissen Sie manchmal nicht mehr, wo Ihnen der Kopf steht? Möchten Sie ihre innere Balance wiederfinden? Klopfakupressur ist eine Selbsthilfemethode, die auf der traditionellen Chinesischen Medizin basiert. Bestimmte Akupressur Punkte am Körper werden mit den Fingern beklopft, um Blockaden in den Energiebahnen / Meridianen zu lösen und wieder positive Energie freizusetzen. Mit dieser Selbsthilfetechnik können Sie selbst aktiv werden, Ihren Stress reduzieren und Ihren eigenen Weg finden, mit Alltagsanforderungen entspannter umzugehen.

In einer kleinen Gruppe lernen Sie die Grundlagen dieser Methode praktisch kennen, die sie dann zu Hause weiter nutzen können. Bei Bedarf können die Kinder parallel betreut werden.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Sonnenschein  
in Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle für  
Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen

**Referentin:** Birgit Kolmetz, Dipl.-Sozialarbeiterin,  
System. Familientherapeutin

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis Dienstag, 16. Januar 2024  
unter Tel. [0208.490316](tel:0208.490316)

## Yoga mit und ohne Vorerfahrung

BS

mittwochs, 31. Januar 2024 – 19. Juni 2024, 10.45 – 11.45 Uhr  
Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Yoga erlernen und einen Ausgleich zum Alltag wünschen. Unter dem Leitmotiv "Entspannt bewegen- bewegt entspannen" erkunden wir die Freude an der Beweglichkeit und der Balance unseres Körpers. Auf klassische Yoga-Haltungen wird in kleinen Schritten vorbereitet. Wir führen die Haltungen mit besonderer Achtsamkeit auf den Atem und die Körperwahrnehmung aus. In der abschließenden Entspannung genießen wir den Gleichklang von Körper und Seele. Bitte bringen Sie bequeme, warme Kleidung, Socken, eine Decke und eigene Matte mit, es sind aber auch Matten vor Ort.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Kita Kunterbunt in  
Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Kursleitung:** Lisa Klahold, Yogalehrerin

**Kostenbeitrag:** 77,40 € für 18 Termine

**Anmeldung:** in der Ev. Familienbildungsstätte unter  
Tel. [0208.3003](tel:0208.3003) oder  
[www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)



## Qi Gong

KB

dienstags, 6. Februar 2024 und 7. Mai 2024,  
17.30 – 18.30 Uhr

Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

Qi (Energie, Kraft) / Gong (Arbeit) – Qi Gong wird definiert als Arbeit an der eigenen Lebensenergie und hat seine Ursprünge in China. Im Laufe der Zeit wurden unterschiedliche Methoden zur Ausübung entwickelt. Qi Gong besteht aus fest definierten Bewegungsabläufen, Atemübungen und Meditationselementen, basierend auf den Grundlagen der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) zur Vorbeugung und Stärkung der Gesundheit. Ausführliche Information unter <https://perlita.simdif.co>.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit Perlita Hartmann

**Kursleitung:** Perlita Hartmann, anerkannte Tai Chi Dozentin

**Kostenbeitrag:** 100,- € (10 Übungseinheiten a 60 Minuten)

**Anmeldung:** bei Perlita Hartman unter Tel. 0208.42 9693

## Tai Chi – die sanfte Bewegungsform zur Entspannung von Körper und Geist – Workshop

KB

samstags, 24. Februar 2024 und 13. April 2024, 10.00 – 12.15 Uhr

Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

Tai Chi Chuan ist eine Bewegungsform aus der chinesischen Kultur, deren Ursprung bis in die Anfänge der chinesischen Geschichte zurückreicht. Es ist eine innere und äußere Kampfkunst. Die Formen dienen vor allem der Entspannung von Muskulatur und Nervensystem. Drei Bereiche werden beim Tai Chi Chuan vereint: Meditation und Philosophie, Heilgymnastik sowie Kampfkunst. Die sanften Bewegungen sollen unter anderem die Selbstheilungskräfte aktivieren und die Verbesserung der Gesundheit unterstützen.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte Mülheim

**Kursleitung:** Perlita Hartmann, anerkannte Tai Chi Dozentin

**Kursgebühr:** 17,10 € pro Termin

**Anmeldung:** in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.300 33 33 oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Entspannung am Abend (Schnupper-Termine)

KS

Dienstag, 12. März und Dienstag, 19. März 2024,  
19.30 – 21.00 Uhr

Ev. Familienzentrum Speldorf West,  
Artur-Brocke-Allee 21, 45478 MH

Gönnen Sie sich einen ruhigen Ausklang des Tages und erleben Sie die wohltuende Wirkung von Körperwahrnehmung, Atementspannung, meditativen Übungen, Phantasiereisen. Bitte bringen Sie eine Matte und/oder Decke, warme Socken, eventuell ein kleines Kissen mit, und ziehen Sie bequeme Kleidung an.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Speldorf West in Kooperation mit der Entspannungspädagogin Birgit Hesse

**Leitung:** Birgit Hesse, Heilpraktikerin (Psychotherapie) und Entspannungspädagogin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldungen werden bis fünf Werktage zuvor im Ev. Familienzentrum Speldorf-West oder unter der Tel. [0208.590160](tel:0208.590160) angenommen.

## Qi Gong für Eltern und Kind

KB

Samstag, 27. April 2024, 10.00 – 11.30 Uhr

Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47,45481 MH

Eltern-Kind-Qigong ermöglicht Ihnen, gemeinsam mit Ihrem Kind und abseits vom Alltag, in entspannter Atmosphäre wohltuende Übungen für Körper und Geist durchzuführen. Die langsamen Bewegungen und das Besinnen auf sich selbst sind Entschleunigung pur.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit Perlita Hartmann

**Leitung:** Perlita Hartmann, Tai Chi Dozentin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis 19. April 2024 unter Tel. [0208.486933](tel:0208.486933)

## Offene Stillgruppe

BS

mittwochs, 10. Januar, 14. Februar, 13. März, 10. April,  
8. Mai, 12. Juni 2024, 9.30 – 11.00 Uhr

Familienzentrum Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH

Hier entstehen neue Kontakte zu anderen Müttern und ihren Babys, Sie können Fragen stellen und erhalten Unterstützung bei Unsicherheiten. Geleitet wird die Gruppe von einer ausgebildeten Stillberaterin. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

**Veranstalter:** Familienzentrum „Die kleinen Strolche“ in Kooperation mit der La Leche Liga Deutschland e.V. und der Ev. Familienbildungsstätte

**Kursleitung:** Monika Schneider, Familienbegleiterin, Stillberaterin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** zu jedem Termin bis 2 Tage vorher ist notwendig, unter Tel. [0208.40 11 87](tel:0208.401187) oder Tel. [0208.300 33 33](tel:0208.3003333)

---

## Kochen mit Vätern und Kindern ab 4 Jahre

Samstag, 24. Februar 2024, 11.00 – 14.00 Uhr

Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH

KH

Samstag, 13. April 2024, 11.00 – 14.00 Uhr

Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

BS

Kinder kochen und backen gemeinsam unter fachkundiger Anleitung. Mit diesem Angebot wird das Selbstvertrauen der Kinder unterstützt und ihr Spaß an der Zubereitung leckerer, frischer Speisen gefördert. Darüber hinaus werden Eltern und Kinder ermutigt, im häuslichen Alltag gemeinsam gesunde Mahlzeiten zu planen und zuzubereiten.

**Veranstalter:** Die Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Referentin:** Damberger, Oecotrophologin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Siehe Kontakte Seite 36. Anmeldungen werden bis zu fünf Werktagen vorher angenommen.

## StillZeit - Informations- und Vorbereitungsabend

BS

**Montag, 4. März 2024, 17.30 – 19.00 Uhr**

**Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH**

**Montag, 17. Juni 2024, 17.30 – 19.00 Uhr**

**Ökumenisches Familienzentrum Muhrenkamp,  
Muhrenkamp 8, 45468 MH**

Einen Geburtsvorbereitungskurs zu besuchen, ist für viele werdende Eltern selbstverständlich. Wofür ist dann dieser zusätzliche Abend sinnvoll? Bei diesem Angebot kann das Wissen rund um Muttermilchernährung, Stillmanagement und Bindung weiter vertieft werden. Die Erfahrung zeigt, dass Frauen, die sich mit diesen Themen schon während der Schwangerschaft beschäftigen, mit mehr Leichtigkeit und Sicherheit in ihre Stillzeit starten. Neben einem Vortrag lernen Sie u.a. Stillpositionen kennen. Auch gibt es Zeit für einen offenen Austausch mit Fragerunde. Sie können diesen Abend vor oder nach der Geburt besuchen.

### **Er richtet sich an:**

- Eltern mit ihrem ersten Kind
- Frauen, die bisher keine stärkenden Still Erfahrungen sammeln konnten
- Menschen, die die stillende Frau unterstützen möchten

**Veranstalter:** Familienzentrum Kita Kunterbunt in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Kursleitung:** Stephanie Ständer, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin IBCLC

**Anmeldung:** Siehe Kontakte Seite 36. Anmeldungen werden bis 5 Werktage vorher unter Tel. [0208.7 13 73](tel:0208.71373) oder unter Tel. [0208.30033 33](tel:0208.3003333) und [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Alltagstaugliche Erste Hilfe

KH

**Donnerstag, 7. März, 18.00 – 20.15 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH**

Kinder erforschen die Welt. Ihre Experimentierfreude und Lebendigkeit ist groß und bereichert uns. Eltern, Großeltern und andere Betreuungspersonen müssen dennoch für Notfälle Wissen erwerben und es rasch umsetzen können. Besprochen werden: Erste Hilfsmaßnahmen bei akuten Notfällen, Unfallverhütung, Stürze und Vergiftungen.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Sonnenschein in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte MH

**Referentin:** Gabriele Eggerer, Fachschwester für Anästhesie und Intensivmedizin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. [0208.3003333](tel:0208.3003333) oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Osterlämmer backen

**Donnerstag, 14. März 2024, 14.15 – 15.45 Uhr**

**Familienzentrum Speldorf West,  
Artur-Brocke-Allee 21, 45478 MH**

KS

**Dienstag, 19. März 2024, 14.15 – 15.45 Uhr**

**FZ Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH**

BS

**Mittwoch, 20. März 2024, 14.30 – 15.45 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Lindenhof,  
Waldbleeke 47, 45481 MH**

KB

**Donnerstag, 21. März 2024, 14.30 – 16.00 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Sonnenschein,  
Kleiststraße 58, 45472 MH**

KH

**Freitag, 15. März 2024, 14.30 – 15.45 Uhr**

**FZ Kita Die Kleinen Strolche,  
Feldstr. 17, 45476 MH**

BS

**Montag, 18. März 2024, 14.30 – 16.00 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Speldorf-Mitte,  
Duisburger Str. 276, 45478 MH**

KS

Aus leckerem Hefeteig können Sie mit Ihrem Kind ein dekoratives Osterlamm herstellen. Bitte bringen sie ein Tablett mit.

**Veranstalter:** Die Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte MH

**Leitung:** Ulrike Damberger, Oecotrophologin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** siehe Kontakte Seite 36. Anmeldungen werden bis zu fünf Werktagen vorher angenommen

## Musikalische Frühförderung für Kinder ab 3,5 Jahren

montags, 8. Januar 2024 – 1. Juli 2024

von 14.15 – 15.00 Uhr und von 15.15 – 16.00 Uhr

(In den Ferien findet der Kurs nicht statt)

Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

Durch vielfältige musische Gruppenaktivitäten, durch gemeinsames Musizieren und spielerisches Lernen wird die Sozialkompetenz der Kinder gefördert. Die Erlebniswelt der Kinder leitet den Unterricht.

- Spielen auf Rhythmik- und Melodie Instrumenten
- Singen von modernen und traditionellen Kinderliedern
- Tanzen und Rhythmik
- Gehörbildung: Training des Gehörs für musische Inhalte und persönliche Intuition
- Sprechen, Spielen und Gestalten von kindgemäßen Geschichten und Versen
- Instrumentenkunde und elementare Notenlehre: Die Kinder werden auf einen späteren weiterführenden Instrumentalunterricht vorbereitet.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit der Musikschule „penami – Musik macht einfach Spaß“

**Leitung:** Peter Naekel, Erzieher und Leiter der Musikschule

**Kostenbeitrag:** 30,- Euro pro Monat

**Anmeldung:** Tel. [0208.2998505](tel:0208.2998505) oder unter [info@penami.de](mailto:info@penami.de)

---

## Kerzen verzieren leicht gemacht

Donnerstag, 18. Januar 2024, 19.00 Uhr

Ev Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH

An diesem Abend können Sie ihre selbst mitgebrachten Kerzen in einer gemütlichen Runde verzieren und ihrer kreativen Ader freien Lauf lassen.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Sonnenschein

**Leitung:** Maja Oesterwind, Erzieherin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis Donnerstag, 11. Januar 2024 unter Tel. [0208.490316](tel:0208.490316)

## Das Kinderzimmer-Orchester

KS

**Dienstag 6. Februar 2024, 14.30 – 16.00 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Speldorf- Mitte, Duisburger Str. 276, MH**

Wie macht man mit Luftballons und Gummibändern Musik? Wie bastele ich mir einen Shaker und was ist eigentlich eine Lachtrommel? Kinder lieben Musik und mit selbstgebauten Instrumenten macht das Musizieren doppelt so viel Spaß. In diesem Workshop lernen Kinder von 4 – 6 Jahren mit ihren Eltern ganz unterschiedliche Instrumente kennen. Sie können selbst herausfinden wie sie funktionieren und wie sie klingen. Und am Ende zaubern sie mit ganz alltäglichen Dingen ein kleines Orchester ins Kinderzimmer.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Speldorf-Mitte in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte Mülheim an der Ruhr

**Leitung:** Maren Köhler, Dipl.-Ingenieurin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldungen werden bis fünf Werktage zuvor im Ev. Familienzentrum Speldorf-Mitte unter Tel. [0208.53913](tel:0208.53913) angenommen oder in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. [0208.3003333](tel:0208.3003333) oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Schultüten basteln

KB

**Donnerstag, 13. Juni 2024, 19.00 – 21.00 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH**

Bald ist es soweit und ihr Kind kommt in die Schule! Bestimmt hat es schon eine genaue Vorstellung davon, wie seine Schultüte aussehen soll. Bei uns bekommen Sie die Möglichkeit, in kreativer und geselliger Runde, diese Idee in die Tat umzusetzen. Einen Schultüten Rohling, sowie Schablonen für z.B. Feen, Ninja, Drachen oder Einhörner müssten Sie an diesem Abend mitbringen. Wir stellen Ihnen verschiedene Materialien, wie z. B. Pappe, Moosgummi, Filz, Krepppapier, Scheren, Kleber, und Heißklebepistolen zur Verfügung, um die Idee ihres Kindes zu verwirklichen. Gerne stehen wir Ihnen auch mit Rat und Tat zur Seite.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof

**Leitung:** Mitarbeiterin des Familienzentrums

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis 6. Juni 2024 unter Tel. [0208.486933](tel:0208.486933)

### Vorbereitung auf den Schulbeginn – Ein Orientierungsabend für Eltern

**Dienstag, 16. Januar 2024, 19.00 – 21.15 Uhr**

**Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH**

BS

**Freitag, 21. Juni 2024, 19.00 – 21.15 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH**

KH

Dieser Abend dient dazu, Ihnen eine Orientierung zu den spannenden Entwicklungsphasen von Kindern im Vorschulalter und zum Schulbeginn zu geben, um Sie als Familie auf die Schule vorzubereiten.

**Veranstalter:** Die Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Kursleitung:** Vera Wollenberg, Ausbildung Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg, Kursleiterin nach der bindungs- und beziehungsorientierten Pädagogik

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** siehe Kontakte Seite 36. Anmeldungen werden bis zu fünf Werktage vorher angenommen. Anmeldung auch unter: Tel. [0208.3003333](tel:0208.3003333) oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

---

### Familie digital – Tipps und Anregungen für Eltern und pädagogische Fachkräfte

KS

**Donnerstag, 18. Januar 2024, 19.00 Uhr – 21.15 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Speldorf-Mitte,  
Duisburger Straße 276, 45478 MH**

Unsere Kinder gehen ganz selbstverständlich mit digitalen Medien um. Doch wieviel „online“ ist gut für welches Alter? Welche Spiele und Apps sind sicher? Wie bin ich ein gutes Vorbild im Umgang mit digitalen Medien? Wie schütze ich mein Kind vor Gefahren im Netz? Eltern und pädagogische Fachkräfte haben viele Fragen und es ist nicht immer einfach, das richtige Maß an Regeln, Spaß und Vertrauen im Umgang mit den digitalen Medien zu finden. In dieser Veranstaltung bekommen sie Tipps und praktische Hilfen vom „Netzführerschein“ bis hin zur „Handygarage“, wie sie digitale Medien in den Familien- und Erziehungsalltag integrieren können.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Speldorf-Mitte in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte MH

**Kursleitung:** Maren Köhler, Dipl. Ingenieurin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldungen werden bis fünf Werktage zuvor im Ev. Familienzentrum Speldorf-Mitte oder unter der Tel. [0208.53913](tel:0208.53913) oder in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. [0208.3003333](tel:0208.3003333) oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)



## Noch Kita, bald Schulkind! – Den Übergang zur Schule gestalten

BS

dienstags, 6. Februar 2024 – 13. März 2024,  
(6 Termine à 3 UE), jeweils 19.00 – 21.15 Uhr  
Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

Die Kita-Zeit geht zu Ende und die Schulzeit steht bevor. Ein weiterer aufregender Abschnitt im Familienleben deutet sich an. In der Schulzeit beginnen Kinder ihre eigenen Wege zu gehen und gleichzeitig gibt es viele Situationen, in denen sie unsere Hilfe brauchen. Wie kann ich mein Kind bei diesem Übergang unterstützen? Welche Entwicklungsschritte durchlaufen Kinder in dieser Phase und wie können Sie die Veränderungen in Ihren Familienalltag integrieren? Wie verändert sich Ihre Rolle? Das sind wesentliche Themen, auf die in diesem Kurs eingegangen werden.

- Veranstalter:** Familienzentrum Kita Kunterbunt in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte
- Kursleitung:** Vera Wollenberg, Ausbildung Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg, Kursleiterin nach der bindungs- und beziehungsorientierten Pädagogik
- Kostenbeitrag:** kostenfrei
- Anmeldung:** bis Freitag, 2. Februar 2024 unter Tel. 0208.7 13 73, Tel. 0208.300 33 33 oder unter [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

### ONLINE-Veranstaltung

KS

## Sensible, feinfühlige Kinder begleiten – der schmale Grad zwischen Bestärken und Schützen

Montag, 19. Februar 2024, 19.30 – 21.45 Uhr

Sensible, feinfühlige Kinder sind großartig. Sie haben ganz besondere Eigenschaften, die im Alltag oft unerkannt oder wenig wertgeschätzt werden. Ihr Kind beobachtet lieber, als mit anderen Kindern zu spielen? Ihr Kind wacht nachts oft aus seinen Träumen auf? Ihr Kind bleibt nicht gerne alleine? Es geht zurückhaltend auf neue Herausforderungen zu? Sie wünschen sich, es wäre mutiger? Eltern wollen ihr Kind beschützen und zugleich bestärken. Das ist eine Herausforderung. Wenn Sie mehr erfahren wollen und Ihr Kind in seinem Selbstwert stärken möchten, laden wir zu einem Austausch ein.

- Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Speldorf-West in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte MH
- Kursleitung:** Denise Piecha, Erzieherin
- Kostenbeitrag:** kostenfrei
- Anmeldung:** Anmeldungen in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.300 33 33 oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Kinder sind wunderbar! Unterstützen statt Erziehen

KB

Dienstag, 27. Februar 2024, 19.30 Uhr

Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

Wunderbar? Die Kinder können schon sehr anstrengend sein und Eltern sind oft am Limit. Der Abend lädt Sie herzlich ein, einmal durchzuatmen und durch die Perspektive „unterstützen statt erziehen“ neuen Schwung in ihre Beziehung zu den Kindern zu tragen. Auf dass sich die vielen ärgerlichen Alltagsprobleme effektiver lösen lassen.

**Veranstalter:** Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit Dr. Hubertus von Schoenebeck

**Referent:** Dr. Hubertus von Schoenebeck (Lehrer im Ruhestand, Sachbuchautor zu Erziehungsfragen)

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Anmeldung bis Dienstag, 20. Februar 2024 unter Tel. [0208.486933](tel:0208.486933)

## Alleinerziehend – juristische Aspekte

BS

Termin wird noch bekannt gegeben

FZ Kita Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH

Alleinerziehende stehen im Alltag vor besonderen Herausforderungen. Der Vortrag gibt einen Überblick über juristische Aspekte, die speziell Alleinerziehende betreffen, z. B. Fragen zum Unterhalt und Sorgerecht oder zur Aufnahme einer Berufstätigkeit. Der Bezug von staatlichen Leistungen wie Elterngeld und Unterhaltsvorschuss wird ebenfalls näher erörtert. Im Anschluss erhalten Sie die Möglichkeit, individuelle Fragen anzusprechen. Für eine Kinderbetreuung ist gesorgt.

**Veranstalter:** FZ Kita Die kleinen Strolche

**Kosten:** kostenfrei

**Kursleitung:** Andrea Thul, Notarin, Rechtsanwältin, Fachanwältin für Familienrecht

**Anmeldung:** Termin kann in der Einrichtung erfragt werden unter Tel. [0208.401187](tel:0208.401187)

## Sichere Bindung und Eingewöhnung

Donnerstag, 14. März 2024, 19.00 – 20.30 Uhr

Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

KB

Donnerstag, 18. April 2024, 19.00 – 20.30 Uhr

Familienzentren Speldorf-West und -Mitte,

Ev. Gemeindehaus Mitte, Duisburger Str. 276, 45478 MH

KS

Dienstag, 7. Mai 2024, 17.30 – 19.00 Uhr

FZ Kita Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH

BS

Dienstag, 11. Juni 2024, 18.30 – 20.00 Uhr

Ev. Kindergarten Sternenzelt und Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH

KH

---

**Donnerstag, 20. Juni 2024, 14.30 – 16.00 Uhr**

**Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH**

BS

Nicht jedes Kind steckt den Start in die Kita-Zeit locker weg. Das Abschiednehmen an der Tür fällt auch Eltern nicht leicht. Wie man mit Situation umgehen kann, erfahren Eltern vor dem Start ins neue Kindergartenjahr bei diesem Informationsabend. Die Berater/innen der Evangelischen Beratungsstelle und die pädagogischen Mitarbeiterinnen des Familienzentrums informieren über das „Berliner Eingewöhnungsmodell“ und das Thema „Sichere Bindung“. Eine sichere Bindung hilft Kindern, sich ohne Angst zeitweise von den Eltern trennen zu können. Eltern erfahren, wie die wichtigsten Bezugspersonen (Eltern, andere Verwandte und die Erzieherinnen) ein Grundgefühl von Sicherheit und Verbundenheit geben können.

**Veranstalter:** Die Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle MH

**Referenten:** Volker Rohse, Diplom Psychologe und Syst. Familientherapeut, Annette Zorn, Dipl.-Sozialpädagogin, Birgit Kolmetz, Dipl.-Sozialarbeiterin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Siehe Kontakte Seite 36. Anmeldungen werden bis zu fünf Werktagen vorher angenommen

---

**ONLINE-Veranstaltung**

## **Fit für die Schule**

KB

**Mittwoch, 24. April 2024, 19.00 – 21.15 Uhr**

Der Übergang vom Kindergarten in die Grundschule ist ein wichtiger Meilenstein für die Familie. Was macht mein Kind stark für den Übergang? Welche Fragen und Sorgen haben wir als Familie? Frau Miriam Böddinghaus leitet durch den Abend, setzt Impulse und nimmt Fragen auf. Der Elternabend findet online über ZOOM statt. Angemeldete Eltern erhalten rechtzeitig einen ZOOM Link / Einwahldaten zugesandt.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit dem Ev. Bildungswerk Düsseldorf-Mettmann

**Leitung:** Miriam Böddinghaus

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** [www.ev-familienbildung.de](http://www.ev-familienbildung.de)  
Kurs Nr. 241-39075A

## Gewaltfreie und wertschätzende Kommunikation in der Familie

**Donnerstag, 18. April 2024, 17.30 – 19.00 Uhr**  
**FZ Kita Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH**

BS

**Montag, 6. Mai 2024, 19.30 – 21.00 Uhr**  
**Ev. Familienzentrum Speldorf-West,**  
**Artur-Brocke-Allee 21, 45478 MH**

KS

Was ist das überhaupt – gewaltfreie und wertschätzende Kommunikation? Lasse ich einfach Kraftausdrücke weg oder muss ich „jedes Wort auf die Goldwaage legen“? Wer daran interessiert ist, sich Familienkommunikation „unter dem Mikroskop“ anzuschauen, möglicherweise auch sein eigenes Gesprächsverhalten zu reflektieren und neue Ideen für wertschätzende Kommunikation kennenzulernen, ist hier herzlich willkommen. Nach einem kleinen theoretischen Input wird es viel Raum zum Gespräch miteinander geben, um Erfahrungen auszutauschen und neue Kommunikationswege zu entwickeln.

**Veranstalter:** Die Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle MH

**Kursleitung:** Julie Küpny, Erziehungswissenschaftlerin, BA

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** siehe Kontakte Seite 36. Anmeldungen werden bis fünf Werktage zuvor angenommen.

## Wege aus der Brüllfalle

KH

**Montag, 13. Mai 2024, 14.30 – 16.00 Uhr**  
**Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH**

Der Film „Wege aus der Brüllfalle“ vermittelt an konkreten Erziehungsbeispielen ein Konzept, das Eltern helfen kann, ihrer elterlichen Stimme mehr Gewicht zu geben, ohne dabei laut werden zu müssen oder Strafen anzudrohen. Wir laden Sie herzlich ein, mit uns Ideen zu entwickeln, die für Ihr Familienleben passend sind.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Sonnenschein in Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle MH

**Referentin:** Annette Zorn, Dipl.- Sozialpädagogin, System. Familientherapeutin Volker Rohse, Dipl. Psychologe, System. Familientherapeut

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis Montag, 6. Mai 2024 unter  
 Tel. [0208.490316](tel:0208.490316)

## Pubertät – und jetzt???

BS

Montag, 27. Mai 2024, 17.30 – 19.00 Uhr

FZ Kita Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH

Gestern noch kuschelig auf dem Sofa, heute Türen knallend und vorwurfsvoll. Wenn unsere Kinder in die Pubertät kommen, ist das eine anspruchsvolle Phase für das ganze Familiensystem. Wie können wir es schaffen, miteinander im Gespräch zu bleiben? Was brauchen wir als Eltern, damit wir mit ruhig und klar Grenzen setzen und wenn nötig auch verteidigen können, damit wir gleichzeitig aber auch einfühlsam und kooperativ bleiben können? Wie können wir uns gut um uns selbst kümmern, damit wir entspannt bleiben, wenn es mal lauter wird? Neben einem kurzen Input soll viel Zeit für Fragen und Austausch bleiben.

**Veranstalter:** FZ Kita Die kleinen Strolche in Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle MH

**Referenten:** Mitarbeiter der Ev. Beratungsstelle MH

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis Montag 20. Mai 2024 unter  
Tel. [0208.401187](tel:0208.401187)

## Familie leben – und gerne stressfreier!

BS

Dienstag, 21. Mai 2024, 18.30 – 20.45 Uhr

FZ Kita Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH

Dieser Kurs richtet sich an Eltern von Kindern vom Kleinkind- bis Grundschulalter, die sich mehr Leichtigkeit in ihrem Familienalltag wünschen. In den drei Kurseinheiten geht es darum, Stressfaktoren im Familienalltag zu entdecken und diese zu reduzieren. Dabei lernen Sie auch, die Aufmerksamkeit auf Ihre eigenen Bedürfnisse im Alltag zu lenken sowie Konfliktsituationen mit mehr Leichtigkeit zu begegnen. Gemeinsam werden Handlungsstrategien entwickelt, die zu Ihrem Familienalltag passen.

**Veranstalter:** FZ Kita Die kleinen Strolche in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Kosten:** kostenfrei

**Kursleitung:** Vera Wollenberg, Ausbildung Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg, Kursleiterin nach der bindungs- und beziehungsorientierten Pädagogik

**Anmeldung:** bis Mittwoch, 15. Mai 2024 unter  
Tel. [0208.401187](tel:0208.401187) oder in der  
Ev. Familienbildungsstätte unter  
Tel. [0208.3003333](tel:0208.3003333) oder  
[www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Kinder besser verstehen

BS

**dienstags, 9. – 23. April, 7. und 14. Mai 2024,  
jeweils 18.30 – 20.45 Uhr**

**FZ Kita Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH**

Sie möchten Ihr Verständnis über das Verhalten von Kindern vertiefen und darüber zu Handlungsalternativen gelangen? Dieser Kurs unterstützt Sie mit wesentlichen Grundlagen zur Entwicklung von Kindern zwischen 1 und 5 Jahren in Theorie und Praxis, um im eigenen Familienalltag sowie im pädagogischen Berufsalltag ganz neue Lösungen zu finden und neue Wege auszuprobieren. Ein wertvoller Kurs für Eltern, Großeltern und pädagogische Fachkräfte

**Veranstalter:** FZ Kita Die kleinen Strolche

**Kosten:** 30.– €, 6 x 3 UE

**Kursleitung:** Vera Wollenberg, Ausbildung Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg, Kursleiterin nach der bindungs- und beziehungsorientierten Pädagogik

**Anmeldung:** bis 2. April 2024 unter Tel. [0208.40 11 87](tel:0208.401187) oder in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. [0208.300 33 33](tel:0208.3003333) oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Unterhaltsrecht

BS

**Montag, 4. März 2024, 19.30 Uhr**

**FZ Kita Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH**

Was steht mir bei einer Trennung oder Scheidung unter finanziellen Aspekten zu? Der Vortrag beschäftigt sich mit aktuellen Fragen des Unterhaltsrechts, z. B.: – Wann muss eine Erwerbstätigkeit aufgenommen werden? – Dauer des Unterhalts – Dauer des Kindesunterhalts – Sonderbedarf, z. B. Kindergartenkosten – Kosten der Klassenfahrt

Dieser Abend gibt Ihnen die Gelegenheit, sich zu informieren und mit der Referentin individuelle Themen anzusprechen.

**Veranstalter:** FZ Kita Die kleinen Strolche

**Kosten:** kostenfrei

**Kursleitung:** Andrea Thul, Notarin, Rechtsanwältin, Fachanwältin für Familienrecht

**Anmeldung:** bis Dienstag, 27. Februar 2024 unter Tel. [0208.40 11 87](tel:0208.401187) oder in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. [0208.300 33 33](tel:0208.3003333) oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Offene Sprechstunden der Ev. Beratungsstelle für Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen

In Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle bieten die Familienzentren einmal monatlich offene Sprechstunden an. Das Angebot gilt für alle Menschen aus Mülheim an der Ruhr. Unabhängig von Alter, Geschlecht, Religionszugehörigkeit und Nationalität. In den Familienzentren sind darüber hinaus individuelle Terminvereinbarungen möglich.

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Siehe Kontakt auf Seite 36. Anmeldungen werden bis zu fünf Werktagen zuvor angenommen.

### Offene Sprechstunden 1. Halbjahr 2024

#### Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

Di,	09.01.24	08.30 – 09.30 Uhr	Annette Zorn
Di.,	06.02.24	08.30 – 09.30 Uhr	Julie Küpny
Di.,	12.03.24	08.30 – 09.30 Uhr	Annette Zorn
Di.,	09.04.24	08.30 – 09.30 Uhr	Julie Küpny
Di.,	14.05.24	08.30 – 09.30 Uhr	Annette Zorn
Di.,	11.06.24	08.30 – 09.30 Uhr	Julie Küpny

#### Familienzentrum Sonnenschein, Kleisstr. 58, 45472

Do.,	11.01.24	10.00 – 11.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Do.,	01.02.24	11.00 – 12.00 Uhr	Linda Braß
Do.,	14.03.24	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Mi.,	17.04.24	11.00 – 12.00 Uhr	Linda Braß
Do.,	16.05.24	10.00 – 11.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Mi.,	12.06.24	11.00 – 12.00 Uhr	Linda Braß

#### Familienzentrum Speldorf-Mitte, Duisburger Str. 276, 45478 MH

Mo.,	15.01.24	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
Mo.,	12.02.24	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
Mo.,	11.03.24	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
Mi.,	10.04.24	13.00 – 14.00 Uhr	Annette Zorn
Mi.,	15.05.24	13.00 – 14.00 Uhr	Annette Zorn
Mi.,	19.06.24	13.00 – 14.00 Uhr	Annette Zorn

#### Familienzentrum Speldorf-West, Brocke-Allee 21, 45478 MH

Di.,	16.01.24	08.30 – 09.30 Uhr	Annette Zorn
Di.,	06.02.24	08.30 – 09.30 Uhr	Annette Zorn
Di.,	05.03.24	08.30 – 09.30 Uhr	Annette Zorn
Mo.,	15.04.24	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
Mo.,	13.05.24	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
Mo.,	10.06.24	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse

#### Familienzentrum Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

Do.,	11.01.24	11.30 – 12.30 Uhr	Annette Zorn
Do.,	15.02.24	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Do.,	14.03.24	11.30 – 12.30 Uhr	Annette Zorn
Do.,	18.04.24	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Do.,	16.05.24	11.30 – 12.30 Uhr	Annette Zorn
Do.,	13.06.24	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz

---

**Familienzentrum Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH**

Do., 18.01.24	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
Do., 15.02.24	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
Do., 14.03.24	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
Do., 11.04.24	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Di., 14.05.24	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Do., 20.06.24	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz

**FZ Unter dem Regenbogen, Steigerweg 12, 45473 MH**

Do., 18.01.24	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Do., 22.02.24	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Do., 21.03.24	09.00 – 10.00 Uhr	Birgit Kolmetz
Do., 18.04.24	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
Do., 16.05.24	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse
Do., 13.06.24	08.30 – 09.30 Uhr	Volker Rohse

**FZ Muhrenkamp, Muhrenkamp 8, 45468 MH**

Mi., 10.01.24	11.00 – 12.00 Uhr	Linda Braß
Di., 06.02.24	13.15 – 14.15 Uhr	Julie Küpny
Fr., 15.03.24	11.00 – 12.00 Uhr	Linda Braß
Di., 09.04.24	13.15 – 14.15 Uhr	Julie Küpny
Mi., 15.05.24	11.00 – 12.00 Uhr	Linda Braß
Di., 11.06.24	13.15 – 14.15 Uhr	Julie Küpny



## Info-Point für Eltern

Im Eingangsbereich des Familienzentrums.  
Zugang und Nutzung sind während der Öffnungszeiten  
des Familienzentrums möglich.

### Broich-Saarn

Ev. Familienzentrum Lindenhof,  
Waldbleeke 47, 45481 MH

KB

### Speldorf

Ev. Familienzentrum Speldorf-West,  
Artur-Brocke-Allee 21, 45478 MH

KS

Ev. Familienzentrum Speldorf - Mitte,  
Duisburger Strasse 276, 5478 MH

KS

### Dümpten

Familienzentrum Kita Kunterbunt,  
Schildberg 1, 45475 MH

BS

---

## Offener Treff

KH

Jeder 3. Freitag im Monat, 14.00 – 16.00 Uhr

Familienzentrum Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH

In einem zwanglosen Treffen, haben Sie die Möglichkeit andere Eltern kennen zu lernen und sich auszutauschen. Die Räumlichkeiten und das Außengelände stehen den Kindern zur Verfügung. Wir planen von Treffen zu Treffen saisonale Aktionen und jeder kann sich einbringen, so wie er oder sie mag. Wir freuen uns auf Sie!

**Veranstalter:** Familienzentrum Die kleinen Strolche

**Organisation:** Das Team der kleinen Strolche

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis einen Tag vorher unter Tel. [0208.401187](tel:0208.401187)

## Kunterbunter Kindertrödel

BS

**Samstag, 9. März 2024, 11.00 – 14.00 Uhr**

**Einlass für Schwangere mit Mutterpass ab 10.30 Uhr**

**Ev. Gemeindehaus, Oberheidstr. 231, 45475 MH**

Wir verkaufen für Sie auf Kommission:

Kinderkleidung (Frühling/Sommer), Spielzeug, Bücher, Fahrzeuge aller Art sowie weiteres Zubehör rund ums Kind (Kinderwagen, Autositze, etc.) Es erwarten Sie außerdem Kuchen, Kaffee und kalte Getränke. 20 % des Erlöses kommen dem Ev. Familienzentrum Kita Kunterbunt zu Gute.

**Veranstalter:** Eltern und Erzieherinnen des  
Ev. Familienzentrums Kita Kunterbunt

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Sowie Infos unter:  
[kunterbunter@kita-troedel-mh.de](mailto:kunterbunter@kita-troedel-mh.de)

---

## Kunterbunter

KB

## Kinderkleider- und Spielzeugtrödel

**Sonntag, 10. März 2024, 11.00 – 15.00 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH**

Wir möchten Sie herzlich zum Trödelmarkt in unserm Familienzentrum Lindenhof einladen. Es werden Kinderkleider, Spielzeug und Kinderbücher angeboten. Der Verkauf wird durch Sie organisiert. Bitte bringen Sie einen eigenen Tisch, max. 3m x 1m, mit. Auch für das leibliche Wohl wird gesorgt. Ein Kuchenbüffet, lädt zusätzlich zum geselligen Austausch mit anderen Familien ein. Wir freuen uns auf Sie.

**Veranstalter:** Eltern und Erzieherinnen des  
Ev. Familienzentrums Lindenhof

**Leitung:** Verena Weinfurtnner und Sonja Holdkamp

**Standgebühr:** 10,- €

**Anmeldung:** für einen Verkaufsstand bis zum  
26. Februar 2024 unter  
Tel. [0208.48.69.33](tel:0208.48.69.33) melden.

## Schnupperklettern für Familien

**Samstag, 20. April 2024, 14.00 – 17.00 Uhr**

**Familienzentrum Speldorf-West,  
Artur-Brocke-Allee 21, 45478 MH**

KS

**Samstag, 15. Juni 2024, 14.00 – 17.00 Uhr**

**Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH**

BS

**Treffpunkt für beide Veranstaltungen:** Landschaftspark Nord,  
Haupteingang Emscherstraße 71, 47137 DU.

Wie verhalte ich mich in einer Kletteranlage? Wie binde ich mich ins Seil ein? Und, natürlich, wie klettere ich an der Wand hoch und komme aber auch sicher wieder unten an?

Anmelden kann sich immer ein Erwachsener mit einem Kind.

**Voraussetzungen:** Mindestalter des Kindes: 5 Jahre, festes Schuhwerk, sportliche Kleidung.

**Veranstalter:** Die Familienzentren in Kooperation mit dem DAV

**Leitung:** Kletterlehrer des DAV

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** siehe Kontakte Seite 36. Anmeldungen werden bis zu fünf Werktage vorher angenommen.

---

## Tanz der Fledermäuse

KH

**Freitag, 3. Mai 2024, 20.30 – 21.45 Uhr**

**Naturwerkstatt e. V., Wambachsee 21, 47279 Duisburg**

Eine geheimnisvolle Nachtführung unter dunklem Blätterdach. Während dieser Führung werden Fledermäuse, Nachtigallen, Eulen und Flusskrebse und Nutria belauscht.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Sonnenschein in Kooperation mit der Naturwerkstatt Duisburg

**Referent:** Martin Scholz, Pädagoge

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis Freitag, 26. April 2024 unter  
Tel. [0208.490316](tel:0208.490316)

## Grugapark – tierisch gut

KB

**Samstag, 4. Mai 2024, 11.00 – 12.30 Uhr**

**Treffpunkt Orangerie, Virchowstraße 167, 45147 Essen**

Der Grugapark beherbergt viele Einheimische und nicht einheimische Tierarten. Sehr viel Raum nehmen dabei die Vögel ein. Die Freiflugganlage und die zahlreichen Seen des Grugaparks bieten die Gelegenheit, eine Vielzahl von Wasservögeln wie unter natürlichen Bedingungen zu beobachten. In weiteren Anlagen werden exotische Vögel und Eulen gehalten. Besonders im Frühjahr zur Lammzeit ist der Streichelzoo ein besonderer Anziehungspunkt. Aber auch wild lebende Parktiere sind zahlreich vertreten. Sie sind besonders spannend zu erforschen. Seien es die Eichhörnchen oder die Kaninchen, die Schmetterlinge und Käfer oder die versteckt lebenden Bodentiere, es gibt viel zu entdecken. Im Park haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, die Lebensräume zahlloser Tierarten kennen zu lernen. Bei einer Pirsch durch das Gelände der Gruga können die Kinder einzelne Tiere entdecken und genauer betrachten. Schnell wird z. B. deutlich, dass man vom Körperbau der Tiere auf ihren Lebensraum schließen kann. Oder dass die Schnabelform der Vögel Rückschlüsse auf die Art und Weise der Ernährung zulässt. Bei der Suche nach Spuren oder gut getarnten Tieren wird die Beobachtungsgabe der Teilnehmenden geschärft. Und nicht zuletzt erfahren sie, dass es Räuber und Beutetiere gibt und lernen etwas über die Beziehungen zwischen den Tierarten.

Bitte melden Sie sich im Ev. Familienzentrum an. Dort können auch Fahrgemeinschaften verabredet werden.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit der Schule - Natur (Grugapark)

**Leitung:** Lutz Niemann

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis 19. April 2024 unter Tel. [0208.48.69.33](tel:0208.48.69.33)

## Abenteuer Wald für Eltern mit Kindern von 3 bis 6 Jahren

Samstag 4. Mai 2024, 10.30 – 12.45 Uhr  
Familienzentrum Speldorf-Mitte, Duisburger Str.

KS

Samstag, 8. Juni 2024, 10.30 – 12.45 Uhr  
Familienzentrum Speldorf-West,  
Arthur-Brocke-Allee 21, 45478 MH

KS

Samstag, 22. Juni 2024, 10.30 – 12.45 Uhr  
Familienzentrum Kita Kunterbunt,  
Schildberg 1, 45475 MH

BS

**Treffpunkt für alle Veranstaltungen:**  
Naturfreundehaus, Böllrodt 3, 45470 MH

Gemeinsam erkunden wir den Wald. Die Sinne werden angeregt und die Phantasie geweckt. Je nach Jahreszeit und Wetter präsentiert sich der Wald auf ganz unterschiedliche Weise, so dass sich auch unser Waldabenteuer immer wieder neu und anders gestaltet. Vielleicht finden und sammeln wir beim Spielen Naturmaterialien, aus denen wir etwas basteln können. Je nach Witterung gehen wir auch zum Bach, dafür sind Gummistiefel oder Wasserschuhe notwendig. Mitzubringen sind auf jeden Fall wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk für Erwachsene und Kinder, eine Wechselgarnitur für die Kinder, sowie ein kraftspendendes Picknick.

**Veranstalter:** Die Familienzentren in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte MH

**Leitung:** Cornelia Bremer, Erzieherin, Zusatzausbildung Waldpädagogik

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** siehe Kontakte Seite 36. Anmeldungen werden bis fünf Werktage vorher angenommen oder in der Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. 0208.3003333 oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## „Der große Zauberboxer – Naturwissenschaften und Mathematik

Kurs für Kinder mit 8 Terminen:

5. Februar 2024, 19.00 Uhr, [Online-Elternabend](#) mit Informationen rund um den Kurs und Möglichkeit für die Eltern Fragen zu stellen.

Familienzentrum Speldorf-West,  
Artur-Brocke-Allee 21, 45478 MH

KS

**Kurstermine für die Kinder:** 20. Februar 2024, 27. Februar 2024, 5. März 2024, 12. März 2024, 19. März 2024, 16. April 2024, 23. April 2024, 30. April 2024, 14.15 Uhr bis 15.45 Uhr  
– an einem der letzten Termine werden die Eltern eingeladen mit in den Kurs zu kommen.

Familienzentrum Speldorf-West,  
Artur-Brocke-Allee 21, 45478 MH

KS

Warum fliegt ein Flugzeug? Warum rauscht es in der Muschel und gibt es für „Nichts“ eine Zahl? Kinder haben viele Fragen. An acht aufeinanderfolgenden Terminen können Kinder im Alter von 4 – 6 Jahren diesen und weiteren Fragen auf den Grund gehen. Mit Neugierde und Kreativität erforschen die Kinder naturwissenschaftliche Phänomene und entdecken mathematische Zusammenhänge in ihrer unmittelbaren Umgebung.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Speldorf-West

**Leitung:** Maren Köhler, Dipl.-Ingenieurin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis zum 6. Februar 2024 unter  
Tel. [0208.590160](tel:0208.590160)  
oder [kigawest@kirche-muelheim.de](mailto:kigawest@kirche-muelheim.de)

---

## Der Zauberboxer – Thema: Luft – ein Eltern-Kind- Angebot für Kinder ab 4 Jahren

KH

**Donnerstag, 18. April 2024, 14.30 – 16.00 Uhr**

**Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58, 45472 MH**

Warum fliegt ein Flugzeug? Wie funktioniert eine Rakete? Warum rauscht es in der Muschel? Kinder haben viele Fragen. Um diesen Fragen auf den Grund zu gehen, braucht man nicht viel. Nur ein paar Ideen, einige Dinge aus der Küche und Keller und etwas Zeit. An diesem Tag können die Kinder Naturwissenschaften kennenlernen und gemeinsam mit ihren Eltern selbst Experimente rund um das Thema Luft durchführen.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Sonnenschein in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Referentin:** Maren Köhler, Dipl. Ingenieurin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bis Freitag, 12. Mai 2024,  
unter Tel. [0208.490316](tel:0208.490316)

---

## Der Zauberboxer – Thema: Alle Sinne – ein Eltern-Kind- Angebot für Kinder ab 4 Jahren

KS

**Mittwoch, 5. Juni 2024, 14.30 – 16.00 Uhr****Familienzentrum Speldorf-Mitte, Duisburger Str. 276, MH**

Warum rauscht es in der Muschel? Wie funktioniert eine Lachtrömmel? Was sind optische Täuschungen? Kinder haben viele Fragen. Um diesen Fragen auf den Grund zu gehen, braucht man nicht viel. Nur ein paar Ideen, einige Dinge aus der Küche und Keller und etwas Zeit. An diesem Tag können Kinder ab 4 Jahren die Naturwissenschaften kennenlernen und gemeinsam mit ihren Eltern selbst Experimente rund um das Thema „Alle Sinne“ durchführen und verstehen.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Speldorf-Mitte**Leitung:** Maren Köhler, Dipl.-Ingenieurin**Kostenbeitrag:** kostenfrei**Anmeldung:** Anmeldungen werden bis fünf Werktage zuvor im Ev. Familienzentrum Speldorf-Mitte unter der Tel. [0208.53913](tel:0208.53913) oder [kigamitte@kirche-muelheim.de](mailto:kigamitte@kirche-muelheim.de) angenommen

---

## Der Zauberboxer – Thema: Wasser für Kinder und ihre Eltern

KH

**Donnerstag, 6. Juni 2024, 14.30 – 16.00 Uhr**

Ev. Familienzentrum Sonnenschein, Kleiststr. 58 45471 MH  
Kann eine Nadel auf dem Wasser schwimmen? Wie bastele ich Mir mein eigenes Schwammboot? Wie funktioniert eine Wasseruhr? In diesem Kurs erforschen Kinder ab 4 Jahren Gemeinsam mit ihren Eltern naturwissenschaftliche Phänomene. Dabei werden die Neugierde und die Lust auf das Experimentieren geweckt und manche Fragen beantwortet.

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Sonnenschein in Kooperation mit der Familienbildungsstätte**Referentin:** Maren Köhler, Dipl.-Ingenieurin**Kostenbeitrag:** kostenfrei**Anmeldung:** bis Freitag, 31. Mai 2024 unter Tel. [0208.490316](tel:0208.490316)

## Offene Spielgruppe „Holunderstraße“

KB

montags, 15. Januar – 24. Juni 2024, 9.30 – 11.00 Uhr  
Gemeindehaus, Holunderstr. 5, 45481 MH

Sie können ohne vorherige Anmeldung kommen, so oft Sie Zeit haben. Gemeinsam singen und spielen Sie mit den Kindern. Hier können Sie andere Familien kennenlernen oder wiedertreffen. Die Kinder erforschen mit dem Rückhalt der Eltern den Raum und die Angebote und knüpfen neue Kontakte. Die Gebühr von 6,00 € pro Treffen wird von der Kursleiterin eingesammelt.

**Bitte mitbringen:** Wechselschuhe oder rutschfeste Socken, etwas zu trinken sowie einen kleinen gesunden Imbiss für die gemeinsame Pause

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Leitung:** Daniela Fischer, Pädagogin der Kindheit und Familienbildung

**Kostenbeitrag:** 6,- € pro Termin wird vor Ort bezahlt

**Anmeldung:** Ev. Familienbildungsstätte unter  
Tel. 0208.3003333 oder  
[www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

---

## Spielgruppe „Kleine Strolche“ für Eltern mit ihren Kindern von 9 bis 24 Monaten

LK

dienstags, 16. Januar – 25. Juni 2024, 9.30 – 11.00 Uhr  
Familienzentrum Die kleinen Strolche, Feldstr. 17, 45476 MH

Die Kinder werden nun immer mobiler, sind neugierig und aktiv. Eltern können viel zu einer gesunden Entwicklung beitragen, indem sie achtsam auf individuelle Entwicklungsphasen der Kinder eingehen. In der Spielgruppe können sie miterleben, wie sich die Kinder je nach Persönlichkeit erproben und beim Spielen und Singen einbringen. Mit dem Rückhalt der Eltern gehen die Kinder voll Vertrauen auf Entdeckungsreise.

Mit Kindern wachsen, heißt auch als Eltern wachsen: Elternabende oder Familientage sind Teil des Kursangebotes. Die Termine werden im Kurs vereinbart.

**Bitte mitbringen:** Wechselschuhe oder rutschfeste Socken, etwas zu trinken sowie einen kleinen gesunden Imbiss für die gemeinsame Pause

**Veranstalter:** Familienzentrum Die kleinen Strolche in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte MH

**Kursleitung:** Katrin Breuer, staatlich anerkannte Erzieherin

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** unter Tel. 0208.3003333 oder unter  
[www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)



## Musikgarten® – Gemeinsames Musikerleben für Eltern mit ihren Babys von 9 bis 18 Monaten

freitags, 19. Januar – 22. März 2024 und  
freitags, 12. April – 28. Juni 2024, jeweils 11.15 – 12.00 Uhr  
Familienzentrum Kita Kunterbunt, Schildberg 1, 45475 MH

Im Musikgarten® haben schon die kleinsten Kinder Freude. Eltern können hier den natürlichen Zugang ihrer Kinder zu Musik und Rhythmus begleiten. Viele Anregungen nehmen sie mit nach Hause - so kann Musik und Musizieren zu einem festen Bestandteil des Familienlebens werden. Melodien und Rhythmus, Hören und Singen bereichern auf besondere Weise nicht nur die kindliche Entwicklung in Sprache, Kreativität und Aufmerksamkeit, sondern auch das soziale Miteinander. Eltern und Kinder sind herzlich eingeladen, im Musikgarten® mitzuwachsen.

Die Musikgarten®-Phasen sind jeweils dem Alter und dem Entwicklungsstand der Kinder angepasst. Ein Teil des Materials wird gestellt, darüber hinaus erhalten Sie Empfehlungen für eigenes Material.

**Veranstalter:** Familienzentrum Kita Kunterbunt in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte MH

**Kursleitung:** Vanessa Sczyslo, staatl. anerkannte Erzieherin, Kursleiterin Musikgarten®

**Kostenbeitrag:** 55,- € (Januar – März)  
66,- € (April – Juni)

**Anmeldung:** unter Tel. [0208.3003333](tel:0208.3003333) oder unter [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

## Offene Bewegungsgruppe „Lindenhof“

KH

freitags, 19. Januar – 28. Juni 2024, 15.30 – 17.00 Uhr  
Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH

Klettern und balancieren, hüpfen und schaukeln - Kinder sind gerne in Bewegung. Sie erleben dabei Lebensfreude und schulen ihren Körper und ihre Wahrnehmung. Der vorbereitete Raum und ausgewählte Materialien geben den Kindern dafür Spielanreize. Gemeinsam erleben sie in der Gruppe Kreis-, Bewegungs- und Fingerspiele. Dadurch werden sie zusätzlich in ihrer Sprachentwicklung unterstützt. Kontakte und Austausch der Eltern sind außerdem ein wichtiger Bestandteil in den Gruppenstunden. Die Gebühr von 6,- € pro Treffen wird von der Kursleiterin eingesammelt. Bitte bringen Sie Wechselschuhe oder rutschfeste Socken, etwas zu trinken sowie einen kleinen gesunden Imbiss für die gemeinsame Pause mit.

Hier ist ein Kurseinstieg jederzeit möglich, eine Anmeldung ist nicht notwendig.

### Bei Fragen wenden Sie sich an:

Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. [0208.3003333](tel:0208.3003333) oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte Mülheim

**Kursleitung:** Melanie Klemm, Spielgruppenleiterin

**Kostenbeitrag:** 6,- € pro Termin

## Spielgruppe „Kunterbunt“ – für Eltern mit ihren Kindern von 9 bis 18 Monaten

BS

freitags, 19. Januar – 28. Juni 2024, 9.30 – 11.00 Uhr

Die Kinder werden nun immer mobiler, sind neugierig und aktiv. Eltern können viel zu einer gesunden Entwicklung beitragen, indem sie achtsam auf individuelle Entwicklungsphasen der Kinder eingehen. In der Spielgruppe können sie miterleben, wie sich die Kinder je nach Persönlichkeit erproben und beim Spielen und Singen einbringen. Mit dem Rückhalt der Eltern gehen die Kinder voll Vertrauen auf Entdeckungsreise.

Mit Kindern wachsen, heißt auch als Eltern wachsen: Elternabende oder Familientage sind Teil des Kursangebotes. Die Termine werden im Kurs vereinbart.

**Bitte mitbringen:** Wechselschuhe oder rutschfeste Socken, etwas zu trinken sowie einen kleinen gesunden Imbiss für die gemeinsame Pause

**Veranstalter:** Familienzentrum Kita Kunterbunt in Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte

**Leitung:** Vanessa Sczyslo

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** Ev. Familienbildungsstätte unter Tel. [0208.3003333](tel:0208.3003333) oder [www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)

---

## Väter-Bastel-Gruppe

KB

**Am 1. Freitag im Monat**

**Ev. Familienzentrum Lindenhof, Waldbleeke 47, 45481 MH**

**Veranstalter:** Ev. Familienzentrum Lindenhof in Kooperation mit der Väter-Bastel-Gruppe

**Leitung:** Bernd Feldermann

**Kostenbeitrag:** kostenfrei

**Anmeldung:** bei Herrn Bernd Feldermann unter  
Tel. [0208.480809](tel:0208.480809) und [www.vbg-lindenhof.de](http://www.vbg-lindenhof.de)

## EVANGELISCHE FAMILIENZENTREN

### Ev. Kirchengemeinde Broich-Saarn:

Familienzentrum Lindenhof

Waldbleeke 47, 45481 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.48 69 33

**E-Mail** [kiga-lindenhof@kirche-muelheim.de](mailto:kiga-lindenhof@kirche-muelheim.de)

**Kontakt** Beate Konze

### Ev. Kirchengemeinde Heißen:

Familienzentrum Sonnenschein

Kleiststraße 58, 45472 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.49 03 16

**E-Mail** [kiga-kleist@kirche-muelheim.de](mailto:kiga-kleist@kirche-muelheim.de)

**Kontakt** N.N.

### Ev. Markuskirchengemeinde:

Familienzentrum Unter dem Regenbogen

Knappenweg 28, 45473 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.76 24 39

**E-Mail** [unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de](mailto:unterdemregenbogen@kirche-muelheim.de)

**Web** [www.famz-regenbogen.de](http://www.famz-regenbogen.de)

**Kontakt** Sarah Koop

### Ev. Kirchengemeinde Speldorf:

Familienzentrum Speldorf-Mitte

Duisburger Straße 276, 45478 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.5 39 13

**E-Mail** [kigamitte@kirche-muelheim.de](mailto:kigamitte@kirche-muelheim.de)

**Kontakt** Anika Engels

Familienzentrum Speldorf-West

Artur-Brocke-Allee 21, 45478 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.59 01 60

**E-Mail** [kigawest@kirche-muelheim.de](mailto:kigawest@kirche-muelheim.de)

**Kontakt** Anika Engels

### Bethanien Diakonissen-Stiftung:

Familienzentrum Kita Kunterbunt

Schildberg 1, 45475 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.7 13 73

**E-Mail** [kita\\_kunterbunt@bethanien-stiftung.de](mailto:kita_kunterbunt@bethanien-stiftung.de)

**Kontakt** Tanja Haberkamp

Familienzentrum Die kleinen Strolche

Feldstraße 17, 45476 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.40 11 87

**E-Mail** [kita\\_die\\_kleinen\\_strolche@bethanien-stiftung.de](mailto:kita_die_kleinen_strolche@bethanien-stiftung.de)

**Kontakt** Marcel Juretzko

### Graf-Recke-Stiftung gGmbH:

Ökumenisches Familienzentrum Kirchenhügel

Ev. Kindergarten am Muhrenkamp

Muhrenkamp 8, 45468 Mülheim an der Ruhr,

**Telefon** 0208.3 58 41

**E-Mail** [k.brueck@graf-recke-stiftung.de](mailto:k.brueck@graf-recke-stiftung.de)

**Kontakt** Katharina Brück

---

## KOOPERATIONSPARTNER

**Ev. Familienbildungsstätte**

Scharpenberg 1b, 45468 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.3003333**E-Mail** [info@evfamilienbildung.de](mailto:info@evfamilienbildung.de)  
[www.evfamilienbildung.de](http://www.evfamilienbildung.de)**Ev. Beratungsstelle für Erziehungs, Ehe- und Lebensfragen**

Hagdorn 23, 45468 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.32014**E-Mail** [beratungsstelle@kirche-muelheim.de](mailto:beratungsstelle@kirche-muelheim.de)**Internet** <http://beratung.kirche-muelheim.de>**Diakonisches Werk im Kirchenkreis An der Ruhr**

Hagdorn 1a, 45468 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.3003277**E-Mail** [gst@diakonie-muelheim.de](mailto:gst@diakonie-muelheim.de)**Verein für „Qualifizierte Kindertagespflege in Mülheim an der Ruhr e.V.“**

Parsevalstraße 2d, 45470 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0176.24439735**Kontakt** [kontakt@tagesmuetter-mr.de](mailto:kontakt@tagesmuetter-mr.de)**Stadt Mülheim an der Ruhr****Gesundheitsamt**

Heinrich-Melzer-Straße 3, 45468 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.4555300**Amt für Kinder, Jugend und Schule**

Am Rathaus 1, 45468 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.4554500**Servicestelle für Betreuungsangebote**

Am Rathaus 1, 45468 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.4554520**Ev. Kirchenkreis an der Ruhr**

Petra Busch

Althofstrasse 9, 45468 Mülheim an der Ruhr

**Telefon** 0208.3003127

Weitere Kooperationspartner entnehmen Sie bitte den einzelnen Einrichtungsflyern

**Impressum:**

Der Flyer „Tipps und Termine“ wird herausgegeben von den Ev. Familienzentren in Mülheim, dem ökumenischen Familienzentrum der Graf -Recke-Stiftung und den Familienzentren der Bethanien Diakonissen-Stiftung.

**Redaktion:**

Katharina Brück, Tanja Haberkamp, Marcel Juretzko, Beate Konze, Andrea Marx, Karin Rüdiger, Brigitte Schneiderei, Herlinde Bothe und Katja Schwinkendorf

**Erscheinungsweise:**

halbjährlich

**Satz und Gestaltung:**

Firestone Design

Martin Holtkamp, [www.firestone-design.de](http://www.firestone-design.de)

**Titelbild:**

Grafiken Copyright gst,

Benutzung unter Lizenz von Shutterstock.com





Ev. Beratungsstelle



**Diakonie** 



**Ev. Kirchenkreis An der Ruhr**  
Althofstraße 9  
45468 Mülheim an der Ruhr  
Telefon 0208.3 00 30

Weitere Informationen finden Sie unter  
[www.kita.kirche-muelheim.de](http://www.kita.kirche-muelheim.de)