



Hilda 1/2013

Kursangebote für
Familien in Hilden

Programmübersicht

Eltern mit Kindern im 1. Lebensjahr	Seite 4
Eltern-Kind-Gruppen	Seite 6
Spielgruppen nur für Kinder	Seite 16
Elternt raining	Seite 18
Kinder-Uni	Seite 31
Praktischer Familienalltag	Seite 40
Sprachförderung	Seite 54
Bewegung und Entspannung	Seite 58
Freizeitangebote für Familien	Seite 63

Vorwort

Liebe Bürgerinnen und Bürger,
Hilda ist ein weiteres innovatives Projekt für Familien in Hilden. In dieser Broschüre werden die vielfältigen Kursangebote für Familien in Hilden gebündelt und übersichtlich präsentiert. Hilda steht für Hildener Angebote für Familien. Hinter Hilda steht ein Redaktionskreis, dem eine Vielzahl von Hildener Institutionen und Einrichtungen angehören. Koordiniert wird der Redaktionskreis von den Sozialen Diensten des Amtes für Jugend, Schule und Sport der Stadt Hilden. Damit möchten wir die Angebotsvielfalt in Hilden für Sie übersichtlicher und damit leichter zugänglich gestalten und die Abstimmung der Kursangebote untereinander ausbauen. Hilda stellt damit einen wichtigen weiteren Baustein für die Förderung von Familien und Kindern in Hilden dar. Ich wünsche Ihnen viel Spaß mit der neuen Ausgabe von Hilda.



Reinhard Gatzke
Beigeordneter
und Jugenddezernent

A handwritten signature in dark ink, which appears to read 'Reinhard Gatzke'. The signature is written in a cursive, flowing style.

Teilnehmende Institutionen

DRK-Familienbildungswerk



Evangelische Erwachsenenbildung - Familienakademie



Volkshochschule Hilden-Haan



Deutscher Kinderschutzbund Hilden e.V.



Städt. Familienzentrum Kunterbunt



AWO-Familienzentrum „Zur Verlach“

AWO Familienbildungswerk Ratingen

AWO-Kindertagesstätte Kolpingstraße



Evangelisches Familienzentrum an der Erlöserkirche



Evangelisches Familienzentrum an der Friedenskirche



Städt. Familienzentrum „DIE ARCHE“



Familienzentrum St. Konrad



Familienzentrum S.P.E. MÜHLE e.V.



Kulturamt



Stadtbücherei



Wilhelm-Fabry-Museum



Musikschule der Stadt Hilden



Spielmobil Hilden



Stellwerk Hilden - Büro für Familie und Bildung



Eltern mit Kindern im 1. Lebensjahr

Elternstart NRW - ein kostenfreies Angebot für Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr

Ab sofort können Eltern im ersten Jahr nach der Geburt eines jeden Kindes den Elternkurs „Elternstart NRW“ im DRK-Familienbildungswerk Hilden besuchen. Der Kurs „Elternstart NRW“ umfasst fünf Treffen und dreht sich um frühkindliche Entwicklung, die Eltern-Kind-Beziehung, den Umgang mit der neuen Familiensituation, Babypflege, Ernährung und andere Themen, die teilnehmende Eltern bewegen.

10.01. – 07.02.2013	09:00 – 10:30
10.01. – 07.02.2013	10:45 – 12:15
21.02. – 21.03.2013	09:00 – 10:30
21.02. – 21.03.2013	10:45 – 12:15
11.04. – 16.05.2013	09:00 – 10:30
11.04. – 16.05.2013	10:45 – 12:15
06.06. – 04.07.2013	09:00 – 10:30
06.06. – 04.07.2013	10:45 – 12:15

DRK-Familienbildungswerk

Benrath Str. 49 a
40721 Hilden

Ansprechpartnerinnen:

Andrea Rentsch
Anmeldung: Cornelia Halfter
Tel. 02103 556 28

fbw@drk-mettmann.de



Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP ®) Kurs für Eltern mit Kindern ab der 6. Woche

Mütter und Väter erhalten Gelegenheit, die individuelle Entwicklung ihres Babys zu beobachten und es mit Spiel- und Bewegungsanregungen zu unterstützen. Eltern gewinnen Sicherheit im Umgang mit

DRK-Familienbildungswerk

Benrath Str. 49 a
40721 Hilden

Tel. 02103 556 28

ihrem Kind und kommen miteinander über Fragestellungen des Erziehungsalltags ins Gespräch. Es ist sinnvoll, mit PEKiP in den ersten zwei Lebensmonaten des Babys zu beginnen und bis zum Ende des ersten Lebensjahres fort zu führen.

Dienstags: 9:00 – 10:30 und 10:45 – 12:15 Uhr

Freitags: 9:00 – 10:30 und 10:45 – 12:15 Uhr

Ansprechpartnerinnen:

Sabine Fischer

Anmeldung: Cornelia Halfter

Tel. 02103 556 28

fbw@drk-mettmann.de



PEKiP / Gut durch das erste Lebensjahr

Ab dem 1. Lebensmonat bieten wir Müttern und Vätern mit ihren Säuglingen Unterstützung, die das Hineinwachsen in die Elternrolle erleichtert. Wir wollen gemeinsam das Kind in seiner Weisensart wahrnehmen, die Entwicklung des Babys auf behutsame Weise unterstützen, Erfahrungen austauschen und Freude im Alltag mit dem Kind entdecken. Die Veranstaltung umfasst zusätzlich zum regelmäßigen Termin einen Familientag und gegebenenfalls einen Elternabend. Eine Teilnahme für frühgeborene und behinderte Kinder ist nach Absprache möglich.

Leitung Süd: Petra Schelbach

Leitung Nord: Deborah Eder

Evangelische Erwachsenenbildung-Familienakademie

Martin-Luther-Weg 1c

40723 Hilden

Tel. 02103 5 39 48

Ansprechpartnerinnen:

Dr. Susanne Pramann

Cornelia Weinert

info@eeb-hilden.de

www.eeb-hilden.de



Mittwoch, 9:15 – 10:30 Uhr, 6x vom 06.02. – 20.03.2013, Gebühr: 39 €

Mittwoch, 10:45 – 12:00 Uhr, 6x vom 06.02. – 20.03.2013, Gebühr: 39 €

Mittwoch, 12:15 – 13:30 Uhr, 6x vom 06.02. – 20.03.2013, Gebühr: 39 €

Mittwoch, 9:15 – 10:30 Uhr, 11x vom 10.04. – 03.07.2013, Gebühr: 71,50 €

Mittwoch, 10:45 – 12:00 Uhr, 11x vom 10.04. – 03.07.2013, Gebühr: 71,50 €

Mittwoch, 12:15 – 13:30 Uhr, 11x vom 10.04. – 03.07.2013, Gebühr: 71,50 €

im Familienzentrum an der Erlöserkirche, Martin-Luther-Weg 3

Donnerstag, 9:00 – 10:30 Uhr, 10x vom 10.01. – 21.03.2013, Gebühr: 80 €
Donnerstag, 10:45 – 12:15 Uhr, 10x vom 10.01. – 21.03.2013, Gebühr: 80 €
Donnerstag, 9:00 – 10:30 Uhr, 12x vom 11.04. – 18.07.2013, Gebühr: 95 €
Donnerstag, 10:45 – 12:15 Uhr, 12x vom 11.04. – 18.07.2013, Gebühr: 95 €
im Gemeindezentrum Friedenskirche, Molzhausweg 2

Eltern-Kind-Gruppen

Sprachförderung von Kindern mit Migrationshintergrund unter 3 Jahren und deren Mütter und Väter

Der Elternverband für Chancengleichheit aus Velbert bietet als Kooperationspartner des Städt. Familienzentrums Kunterbunt eine Sprachfördergruppe für Kinder mit Migrationshintergrund unter 3 Jahren und deren Eltern an. Spielerisch und ganzheitlich erlernen die Kinder die deutsche Sprache und können sich später im Kindergarten schon besser verständigen.

**Städt. Familienzentrum
Kunterbunt**

Lortzingstr. 1+2
40724 Hilden

Tel. 02103 91 04 63 00

Ansprechpartnerin:

Shahin Wagner
Tel. 02103 4 85 41
Bürgertreff Nord
Lortzingstraße 1



Städt. Familienzentrum
Kunterbunt

Dienstags und donnerstags, 9:30 – 10:30 Uhr und 10:30 – 12:00 Uhr

Tagesmütter-Treff

Die Tagesmütter treffen sich mit ihren Pflegekindern einmal wöchentlich mit einer Erzieherin im Haus „Kunterbunt“ zum gemeinsamen Austausch, zum Singen, Spielen und Bewegen.

Freitags, 10:00 – 12:00 Uhr

**Städt. Familienzentrum
Kunterbunt**

Lortzingstr. 1+2
40724 Hilden

Tel. 02103 91 04 63 00
Kunterbunt

Tel. 02103 4 53 81
Traumquelle

Ansprechpartnerin:

Inge Kemmerling
FZ Kunterbunt
Tel. 02103 91 04 63 01



Städt. Familienzentrum
Kunterbunt

Mutter-Kind-Spielgruppen

Dies ist ein Angebot für Kinder von ca. einem Jahr bis ca. drei Jahren. In kleinen Gruppen mit max. acht Kindern haben die Kinder Gelegenheit, erste Kontakte zu Spielkameraden zu knüpfen. Angeleitet von unserer langjährigen Gruppenleitung sind die Treffen bunt gestaltet; Lieder, gemeinsames Frühstück, Bastelangebote und freies Spielen sorgen für Kurzweile und auch die Möglichkeit des Erfahrungsaustausches wird gerne genutzt.

Dienstags, 9:30 – 11:30 Uhr
kontinuierliche Treffen (außer Ferien)

**Deutscher Kinderschutzbund
OV Hilden e.V.**

Schulstr. 44
40721 Hilden

Tel. 02103 5 48 53

Ansprechpartnerin:

Jutta Friesewinkel



Spieko - Spiel- und Kontaktgruppen für Eltern mit Kindern von 1 bis 3

Neben freiem Spiel werden altersgemäße Bewegungs- und Singspiele sowie erste Materialerfahrungen angeboten. Eltern informieren sich im Austausch mit anderen Eltern in der gleichen Lebenssituation und einer qualifizierten Kursleiterin über aktuelle Themen rund um Elternschaft und Kind. Während der begleitenden Elternabende werden Beziehungen und Erziehungsthemen vertieft. Die Zusammenstellung der Gruppen erfolgt nach dem Alter der Kinder. Zu jedem Kurs gehört ein Elternabend.

Mittwochs, von 9:00 – 10:30 und 10:30 – 12:00 Uhr

Freitags, von 9:00 – 10:30 und 10:30 – 12:00 Uhr

DRK-Familienbildungswerk

Benrather Str. 49 a
40721 Hilden

Ansprechpartnerinnen:

Beate Bartusch,
Angela Adolphy
Anmeldung: Cornelia Halfter
Tel. 02103 556 28

fbw@drk-mettmann.de



Vater-Kind-Turnen (Kinder im Alter von 24 bis 36 Monaten)

Kinder brauchen Bewegung, um ihre Fähigkeiten entwickeln und entfalten zu können. Im Vordergrund stehen beim Turnen der Spaß an der Bewegung und das gemeinsame Ausprobieren neuer Spielmöglichkeiten. Mit Bewegungslandschaften und Fingerspielen fördern wir die motorische Entwicklung und geben den Kindern die Möglichkeit, erste Kontakte zu anderen Kindern aufzunehmen und soziales Verhalten zu lernen.

Bequeme Kleidung (Sportkleidung) und Hallenschuhe sind erforderlich.

DIE ARCHE

Städt. Familienzentrum
Schulstraße 35
40721 Hilden

Ansprechpartnerin:

Christiane Schulze
Tel. 02103 9 11 51 30
familienzentrum-arche@hilden.de



DIE ARCHE | Städt. Familienzentrum Hilden

Kursleitung: Renate Hodiamont-Hancke (Übungsleiterin)

Samstags, jeweils in der Zeit von 10:00 – 11:30 Uhr

Termine: 02.03., 09.03., 16.03., 23.03., 13.04., 20.04., 27.04., 04.05.
8x 2 UStd.

Mutter-Kind-Turnen (für Kinder im Alter von 3 bis 4 Jahren)

Dieser Kurs richtet sich an Mütter, die Lust haben, sich mit ihren drei- bis vierjährigen Kindern bei Spiel und Spaß zu bewegen. Verschiedene Bewegungsmöglichkeiten werden angeboten, um die Kinder in ihrer Fein- und Grobmotorik zu fördern. Im Vordergrund steht an diesen Nachmittagen die gemeinsame, ungestörte Zeit und der Spaß miteinander.

Bequeme Kleidung (Sportkleidung) und Hallenschuhe sind erforderlich.

Kursleitung: Renate Hodiamont-Hancke (Übungsleiterin)

Montags, jeweils in der Zeit von 15:30 – 16:30 Uhr

Termine: 18.02., 25.02., 04.03., 11.03. 4x 1 Std.

DIE ARCHE

Städt. Familienzentrum
Schulstraße 35
40721 Hilden

Ansprechpartnerin:

Christiane Schulze
Tel. 02103 9 11 51 30
familienzentrum-arche@hilden.de



DIE ARCHE | Städt. Familienzentrum Hilden

Piccolini

Die „Piccolini“ sind unsere kleinsten Schüler in der Musikschule. Mit circa zwei Jahren kommen sie gemeinsam mit einem Elternteil zu uns. Im Schoße ihrer Vertrauten lassen die Kinder sich auf das Abenteuer Musik ein. Das rege Mitwirken der Eltern ist dabei das Vorbild für die Kinder.

Montags, 9:00 Uhr
Dienstags, 16:00 Uhr und 16:45 Uhr
Donnerstags, 11:00 Uhr
Je Kurs 15x 45 Min.
Kursentgelt: 81 €

Musikschule der Stadt Hilden

Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden
Tel. 02103 72-250

Ansprechpartnerin:

Ingrid Bothe
Tel. 02103 72-256



Bambini

Mit circa drei Jahren sind die Kinder nun in der Lage, alleine den weiteren Weg durch die Musikwelt zu gehen, da ihnen die Inhalte vertraut sind. Auch neu dazukommende Musikschüler werden durch diesen Rückhalt getragen.

Dienstags, 15:15 Uhr
Je Kurs 15x 45 Min.
Kursentgelt: 81 €

Musikschule der Stadt Hilden

Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden
Tel. 02103 72-250

Ansprechpartnerin:

Ingrid Bothe
Tel. 02103 72-256



Krabbel- und Spielkreis am Nachmittag für kleine Menschen im Alter von 12 - 24 Monaten (E18011)

Sehen, Hören, Greifen, Rappeln, Krabbeln - so entdecken die Kleinen ihre Umgebung. Das ist für die Kinder und ihre Eltern ein spannendes Vergnügen. In unserem Krabbelkreis wollen wir mit unseren Kindern die Umwelt entdecken. Anregungen für Sing- und Bewegungsspiele, Austausch von Erlebnissen, Problemen und Tipps für unser Leben mit Kindern werden dabei nicht zu kurz kommen.
Leitung: Susanne Friebe-Emonts

Volkshochschule Hilden-Haen

Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 30
www.vhs-hilden-haen.de

Ansprechpartnerin:

Dr. Juliane Kerzel-Kohn
Dieker Str. 49
42781 Haan

Tel. 02129 94 10 20



Montags, ab 18.02.2013, 15:30 – 17:00 Uhr
11x 2 UStd. und ein Elternabend,
Gebühr: 61,- Euro, für Geschwister je 10,- Euro
(Gebühren zzgl. 7 € pro Kind für Materialkosten)

Anmeldung erforderlich!

Details (Ort etc.) unter www.vhs-hilden-haen.de oder im VHS-Programmheft!

Krabbel- und Spielkreise für Kinder von 12 - 36 Monaten

In diesem Kurs erhalten Eltern und Kinder die Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen und sich auszutauschen. Ein erstes miteinander und nebeneinander Spielen bietet den Ein- bis Dreijährigen ein hervorragendes Übungsfeld für den sozialen Umgang miteinander. Durch kleine Bastelarbeiten, bei denen die Kinder ihren Fähigkeiten entsprechend immer einbezogen werden, machen sie erste Erfahrungen mit den verschiedensten Materialien, z.B. Farben, Knete, Kleister, etc. Eine Vielzahl von Liedern, Sing- und Bewegungsspielen sowie Fingerpuppen gehören zum regelmäßigen Spielgruppenprogramm.

Leitung: Monika Scheib

E18020: dienstags, ab 19.02.2013, 9:00 - 10:30 Uhr,

E18021: dienstags, ab 19.02.2013, 10:35 - 12:05 Uhr,

E18022: mittwochs, ab 20.02.2013, 9:30 - 11:00 Uhr,
jeweils 15x 2 UStd. und ein Elternabend

Gebühr: je Kurs 81 €, für Geschwister je 12 €
(Gebühren zzgl. 8 € pro Kind für Materialkosten)

Anmeldung erforderlich!

Details (Ort etc.) unter www.vhs-hilden-haan.de oder im VHS-Programmheft!

Volkshochschule Hilden-Haan

Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 30
www.vhs-hilden-haan.de

Ansprechpartnerin:

Dr. Juliane Kerzel-Kohn
Dieker Str. 49
42781 Haan

Tel. 02129 94 10 20



Mini-Clubs

In den Mini-Clubs erleben die Kinder in Begleitung ihrer Eltern soziale Kontakte in einer Gruppe von Gleichaltrigen. Es wird gemeinsam gesungen, gespielt und gebaut. Die Eltern haben Gelegenheit,

sich untereinander auszutauschen. Die Miniclubs umfassen neben dem regelmäßigen Termin einen Elternabend, um Erziehungsfragen – in der Gruppe oder mit Fachleuten – aufzugreifen und um die Arbeit in der Gruppe zu begleiten sowie gegebenenfalls einen Familientag.

Leitungen:

Nina Krug, Stefanie Schlösser, Melanie Pawlik

**Evangelische Erwachsenen-
bildung-Familienakademie**

Martin-Luther-Weg 1c
40723 Hilden

Tel. 02103 5 39 48

Ansprechpartnerinnen:

Dr. Susanne Pramann
Cornelia Weinert

info@eeb-hilden.de
www.eeb-hilden.de



Freitag,	9:00 – 10:00 Uhr,	10x ab 11.01. – 15.03.2013,	Gebühr: 46 €
Freitag,	10:15 – 11:15 Uhr,	10x ab 11.01. – 15.03.2013,	Gebühr: 46 €
Freitag,	9:00 – 10:00 Uhr,	13x ab 12.04. – 12.07.2013,	Gebühr: 70 €
Freitag,	10:15 – 11:15 Uhr,	13x ab 12.04. – 12.07.2013,	Gebühr: 70 €
Dienstag,	9:30 – 10:45 Uhr,	11x ab 08.01. – 19.03.2013,	Gebühr: 73 €
Dienstag,	9:30 – 10:45 Uhr,	13x ab 09.04. – 16.07.2013,	Gebühr: 83 €
Montag,	16:30 – 18:00 Uhr,	9x ab 07.01. – 11.03.2013,	Gebühr: 54 €
Montag,	16:30 – 18:00 Uhr,	13x ab 08.04. – 01.07.2013,	Gebühr: 78 €

im Familienzentrums an der Erlöserkirche, Martin-Luther-Weg 3

Montag,	9:00 – 10:15 Uhr,	10x ab 14.01. – 18.03.2013,	Gebühr: 68 €
Montag,	10:30 – 11:45 Uhr,	10x ab 14.01. – 18.03.2013,	Gebühr: 68 €
Montag,	9:00 – 10:15 Uhr,	13x ab 08.04. – 15.07.2013,	Gebühr: 83 €
Montag,	10:30 – 11:45 Uhr,	13x ab 08.04. – 15.07.2013,	Gebühr: 83 €

im Gemeindezentrum Friedenskirche, Molzhausweg 2

Eltern-Kind-Turnen mit Kindern unter 3 Jahren

Familienspaß garantiert! Das Elter-Kind-Turnen ist nicht nur für Kinder ein Erlebnis, auch die Eltern werden integriert und sind aktiv dabei. Ziel ist eine entwicklungsgemäße Bewegungsförderung in spielerischer Form. Neben den motorischen Fähigkeiten steht vor allem die Freude an der Bewegung im Vordergrund. Eltern und Kinder erwartet ein bunt gemischtes Programm aus Kreisspielen, Bewegungslandschaften, kleinen Tänzen und Ähnlichem.

Familienzentrum zur Verlach

Zur Verlach 22
40723 Hilden

Ansprechpartnerin:

Frau Otten
Tel. 02103 2 12 52



Donnerstags,	11.04. – 11.07.13,	14.00 Uhr,	12x 2 UStd
Donnerstags,	10.01. – 21.03.13,	14.00 Uhr,	11x 2 UStd

Spiel- und Gesprächskreis für Eltern mit Kindern

Einmal wöchentlich treffen sich Eltern und Kinder zum Singen, Spielen und Basteln. Lernen Sie andere Eltern kennen und erleben Sie Ihr Kind in einem Umfeld, in dem es sich selbst neu entdecken kann, seine Fähigkeiten erproben und entfalten kann und ein gutes Selbstbewusstsein entwickeln wird.

Familienzentrum zur Verlach

Zur Verlach 22
40723 Hilden

Ansprechpartnerin:

Frau Otten
Tel. 02103 2 12 52



Dienstags,	09.04. – 02.07.13,	9.00 Uhr,	12x 2 UStd
Dienstags,	08.01 – 12.03.13,	9.00 Uhr,	9x 2 UStd

Spiel- und Gesprächskreis für Kinder ab 1 Jahr

Einmal wöchentlich treffen sich Eltern und Kinder zum Singen, Spielen und Basteln. Lernen Sie andere Eltern kennen und erleben Sie Ihr Kind in einem Umfeld, in dem es sich selbst neu entdecken kann, seine Fähigkeiten erproben und entfalten kann und ein gutes Selbstbewusstsein entwickeln wird.

Kindertagesstätte Kolpingstraße

Kolpingstraße 12
40723 Hilden

Ansprechpartnerin:

Frau Escolano
Tel. 02103 6 66 53



Donnerstags,	11.04. – 11.07.13,	9.00 Uhr,	12x 2 UStd
Donnerstags,	10.01. – 14.03.13,	9.00 Uhr,	10x 2 UStd

Spielgruppen nur für Kinder

Tschüss, Mama ! Vorbereitung auf den Kindergarten für Eltern mit Kindern ab 2 Jahren

Mit diesem Kurs bereiten sich Eltern und Kinder auf den Eintritt in die Kita vor. Im Laufe des Kurses wird behutsam das Loslassen des Kindes von Mutter/Vater und auch umgekehrt eingeübt und zunehmend Platz für Austausch und Aktionen der Eltern geschaffen. Aktuelle und individuelle Fragen zur Erziehung werden darüber hinaus an einem Elternabend thematisiert.

DRK-Familienbildungswerk

Benrather Str. 49 a
40721 Hilden

Ansprechpartnerinnen:

Cilli Schmeinck
Tel. 02103 4 15 15
Anmeldung: Cornelia Halfter
Tel. 02103 556 28

fbw@drk-mettmann.de

Montags, 14.01. – 11.03.2013, 9:00 – 11:15 Uhr
Montags, 15.04. – 01.07.2013, 9:00 – 11:15 Uhr



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

„Ich bin ich! Und ich bin gut so wie ich bin!“ Kurs zur Stärkung des Selbstbewusstseins für Kinder im Alter von 4 bis 5 Jahren

So bin ICH: Einmalig!

Mal traurig und mal fröhlich. Mal schüchtern und mal mutig. Ich kann schon ganz viel und manches aber nicht! Ich traue mir Vieles zu, aber Manches auch nicht!

Sich selbst vertrauen und mutig sein, ist nicht immer einfach. In diesem Kurs lernen Kinder, dass sie etwas ganz besonderes sind und stolz auf sich sein

können. Dieses Gefühl macht stark und lässt sie neue oder schwierige Situationen leichter meistern. In gemeinsamen spielerischen Übungen sich selbst entdecken, ist das Ziel dieses Kurses. Bitte eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen. Dieser Kurs richtet sich ausschließlich an Kinder, die ihn noch nicht besucht haben.

Kursleitung: Karin Eckhardt (Heilpraktikerin, Entspannungstrainerin)

Dienstags, jeweils von 14:30 – 15:15 Uhr
Termine: 19.02., 26.02., 05.03., 12.03., 19.03., 09.04., 16.04., 23.04.,
30.04., 07.05. 10x 1 UStd.

DIE ARCHE

Städt. Familienzentrum
Schulstraße 35
40721 Hilden

Ansprechpartnerin:

Christiane Schulze
Tel. 02103 9 11 51 30
familienzentrum-arche@
hilden.de



DIE ARCHE | Städt. Familienzentrum Hilden

KÜKEN: Kinder üben Kindergarten - Eltern natürlich auch

Dies ist ein Angebot für Familien mit Kindern ab 2 Jahren, die sich auf die Kindergartenzeit vorbereiten möchten. Bei uns singen, spielen, toben, kneten, basteln und bauen Ihre Kinder und werden dabei von zwei erfahreneren Gruppenleiterinnen liebevoll betreut. Die Kinder machen hier ihre ersten selbstständigen sozialen Erfahrungen mit Gleichaltrigen, entwickeln ihr Selbstvertrauen weiter und wachsen in eine Gruppensituation hinein. Dabei üben Kinder und auch Eltern das Loslassen und eine zeitweise Trennung. Bei uns gehört zu jedem Kurs ein Elternabend, den wir nach den Bedürfnissen und Interessen der Eltern gestalten.

Evangelische Erwachsenenbildung-Familienakademie

Martin-Luther-Weg 1c
40723 Hilden

Tel. 02103 5 39 48

Ansprechpartnerinnen:

Dr. Susanne Pramann
Cornelia Weinert

info@eeb-hilden.de
www.eeb-hilden.de



Leitung:

Süd: Heike Bendorf, Martina Jüntgen-Huber

Nord: Andrea Schnepf, Sandra Dedert, Martina Jüntgen-Huber, Nicole Bartosch

Montag, 9:00 – 11:30 Uhr, 9x ab 07.01. – 11.03.2013, Gebühr: 70 €
Montag, 9:00 – 11:30 Uhr, 12x ab 08.04. – 01.07.2013, Gebühr: 90 €
im Familienzentrum an der Erlöserkirche, Martin-Luther-Weg 3

Mittwoch, 9:00 – 11:30 Uhr, 10x ab 09.01. – 13.03.2013, Gebühr: 77 €
Mittwoch, 9:00 – 11:30 Uhr, 12x ab 10.04. – 03.07.2013, Gebühr: 90 €
Freitag, 9:00 – 11:00 Uhr, 10x ab 11.01. – 15.03.2013, Gebühr 77 €
Freitag, 9:00 – 11:30 Uhr, 12x ab 12.04. – 05.07.2013, Gebühr: 90 €
im Gemeindezentrum Friedenskirche, Molzhausweg 2

Elterntraining

Deutschkurs für ausländische Mütter

Alphabetisierungskurs für Frauen mit Migrationshintergrund

- Übung des schriftlichen und mündlichen Sprachgebrauches in Verbindung mit den Lebenssituationen der Frauen
- Wortschatzübungen
- Grammatikübungen
- Einführung verschiedener Lesetexte

Montags für Anfänger 9:30 – 11:30 Uhr

**Städt. Familienzentrum
Kunterbunt**
Lortzingstr. 1+2
40724 Hilden

Tel. 02103 91 04 63 00
Kunterbunt
Tel.: 02103 4 53 81
Traumquelle

Ansprechpartnerinnen:
Misbahia El Mokhtari
Ferdinand-Lieven-Schule
Lortzingstr. 1
Anmeldung: Birgit Klinge
Tel. 02103 91 04 63 00



GELKI

Gesunde Kinder brauchen gesunde Eltern!
 Viele Kinder essen ungesund, bewegen sich zu wenig und finden keine Entspannung. Übergewicht, Schwierigkeiten beim Lernen und Krankheiten können die Folge sein. Den Eltern fehlt oft die Zeit zum Kochen und für Entspannung. Gründe sind häufig das fehlende Bewusstsein für ausgewogene Ernährung und Bewegung und/oder auch die Doppelbelastung durch Beruf und Familie.
 Grundlage und zentrale Themen dieses Kurses sind gesunde Ernährung, Bewegung und Entspannung. Termine erfragen Sie bitte in unserem Büro.
 Kursleitung: Susanne Hentschel, Dipl. Soz. Päd.

**Deutscher Kinderschutzbund
 OV Hilden e.V.**

Schulstr. 44
 40721 Hilden

Tel. 02103 5 48 53

Ansprechpartnerin:

Anmeldung:
 Christa Cholewinski



Wege durch den Mediendschungel - Ein Kurs für Eltern und Erziehende

Kinder und Jugendliche wachsen heute selbstverständlich in Medienwelten auf: Instant Messenger und soziale Netzwerke sind Ihren Kindern vertraut. In diesem Workshop lernen Sie die digitale Welt Ihrer Kinder kennen und bekommen zahlreiche Informationen sowie nützliche Hilfen, wie Sie mit Medien in Ihrer eigenen Familie umgehen können. Termine erfragen Sie bitte in unserem Büro.
 Kursleitung: Susanne Hentschel, Dipl. Soz. Päd.

**Deutscher Kinderschutzbund
 OV Hilden e.V.**

Schulstr. 44
 40721 Hilden

Tel. 02103 5 48 53

Ansprechpartnerin:

Anmeldung:
 Christa Cholewinski



Frühe Sexualerziehung als Schutz gegen sexuelle Gewalt gegen Kinder

Eltern wünschen sich zuverlässige Informationen und Hilfen, um ihre Kinder vor den Bedrohungen der sexuellen Gewalt schützen zu können. Dies setzt die Sensibilisierung der Menschen voraus, die mit Kindern leben und arbeiten. Ein wesentlicher Ansatz hierbei ist als Prävention die Sexualerziehung. Diese Diskussionsveranstaltung soll dazu beitragen Eltern im alltäglichen Umgang mit dieser Thematik Sicherheit zu vermitteln.

Termin erfragen Sie bitte im Büro.

Referentin: Susanne Hentschel, Dipl. Soz. Päd.

**Deutscher Kinderschutzbund
OV Hilden e.V.**

Schulstr. 44
40721 Hilden

Tel. 02103 5 48 53

Ansprechpartnerin:

Anmeldung:
Christa Cholewinski



EFFEKT - Entwicklungsförderung in Familien Eltern-Training (mit Kinderbetreuung)

Das EFFEKT-Elternt raining zur Entwicklungsförderung richtet sich an Eltern von Kindern im Alter zwischen drei und sechs Jahren. Folgende Fragen stehen im Mittelpunkt des Kurses:

Wie stärke ich das Selbstvertrauen meines Kindes?

Wie erkläre ich meinem Kind klare Regeln? Wie

kann ich Stress in der Erziehung besser bewältigen? Wie unterstütze ich die Freundschaften

meines Kindes am besten?

An fünf Kursnachmittagen bekommen Sie Informationen und Tipps. Dabei tauschen Sie Ihre Erfahrungen mit anderen Eltern aus.

Donnerstags, 11.04. – 16.05.2013, von 16:00 – 18:15 Uhr

Ort: im Kath. Familienzentrum St. Konrad, Am Wiedenhof 6

DRK-Familienbildungswerk

Benrather Str. 49 a
40721 Hilden

Ansprechpartnerinnen:

Anmeldung: Kath. St. Konrad

Ursula Ebelt

Tel. 02103 65316

Cornelia Halfter

Tel. 02103 5 56 28

fbw@drk-mettmann.de



PALME - Präventionskurs für alleinerziehende Mütter

PALME ist ein speziell auf die Bedürfnisse alleinerziehender Mütter abgestimmtes Präventionstraining mit Kindern im Vor- und Grundschulalter.

Ziel ist es, das Befinden von Mutter und Kind und ihre Beziehung zueinander zu stärken. Es geht um emotionale Selbstwahrnehmung, Einfühlung in das Erleben des Kindes, Wahrnehmung in die Gesamtsituation der Familie sowie das Suchen und Finden von Lösungen für den Alltag.

Termine nach Vereinbarung, 20x 1,5 Std.

DIE ARCHE

Städt. Familienzentrum
Schulstraße 35
40721 Hilden

Ansprechpartnerin:

Gabriele Liebscher
Tel. 02103 91 15 13 – 20
familienzentrum-arche@hilden.de



DIE ARCHE | Städt. Familienzentrum Hilden

Philosophieren mit Kindern. Hinweise und Informationen für Eltern, Großeltern, Erzieher/innen, Bezugspersonen (E18001)

Auch Kinder werden von existenziellen Problemen bedrängt. Und sie stellen philosophische Fragen, die aber nicht immer sogleich als solche zu erkennen sind.

Der Vortrag will Eltern und Bezugspersonen Mut machen, mit Kindern auch über fundamentale Fragen zu reden, und bietet dafür einige Anregungen.

Leitung: Dr. Uta D. Rose

Volkshochschule Hilden-Haas

Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 30

Ansprechpartnerin:

Dr. Juliane Kerzel-Kohn
Dieker Str. 49
42781 Haas
Tel. 02129 94 10 20

Dienstag, 23.04.2013, 19:30 – 21:00 Uhr
1x2 UStd.,

Gebühr: 8 € (Anmeldung erforderlich!)

Details (Ort etc.) unter www.vhs-hilden-haas.de oder im VHS-Programmheft!



Schwanger? – Wir beantworten Ihre Fragen!

Das Angebot der Schwangerschaftsberatungsstellen ist umfangreich, doch kaum jemand kennt die vielfältigen Themenbereiche. Nicht nur Frauen und Paare im Schwangerschaftskonflikt haben einen Rechtsanspruch auf Beratung, sondern jede Frau und jeder Mann hat das Recht, sich in Fragen zu Verhütung und Familienplanung sowie in allen eine Schwangerschaft betreffenden Fragen informieren und beraten zu lassen.

Eine Schwangerschaft ist für viele Frauen und Paare ein Grund zur Freude, für viele jedoch auch mit unterschiedlichen Gefühlen, Fragen oder Sorgen verbunden.

Die Veranstaltung informiert über die Inhalte einer Beratung im Schwangerschaftskonflikt wie auch über das Spektrum Familien unterstützender staatlicher Leistungen bis hin zur Beratung nach dem Verlust eines Kindes und der psychosozialen Beratung vor, während und nach vorgeburtlichen Untersuchungen.

Die Veranstaltung richtet sich an Erzieherinnen und Tagesmütter sowie alle Interessierten und werdende Eltern.

Referentin: Margret Herbertz, Schwangerschaftsberaterin

Donnerstag, 28.02.2013, 19.30 – 21.30 Uhr, 1x 2 Std.

Veranstaltungsort: DIE ARCHE, Städtisches Familienzentrum,
Schulstraße 35, 40721 Hilden

DIE ARCHE

Städt. Familienzentrum
Schulstraße 35
40721 Hilden

in Kooperation mit

**Frauen beraten /
donum vitae e.V.**

Kreis Mettmann
Gerresheimer Str. 106
40721 Hilden

Tel. 02103 41 77 45

Ansprechpartnerin:

Christiane Schulze
Tel. 02103 91 15 13 - 0
familienzentrum-arche@
hilden.de



DIE ARCHE | Städt. Familienzentrum Hilden



Fragen rund um die Schwangerschaft

Sind Sie schwanger? Werden Sie in naher Zukunft Vater? Dann fühlen Sie sich gern angesprochen! An diesem Nachmittag wird die Hebamme Susanne Winkler Fragen zur Hebammenbegleitung während und nach der Schwangerschaft beantworten, sowie über Vorsorgeuntersuchungen, Hilfen bei Beschwerden und den Geburtsprozess informieren. Als Schwangerschaftsberaterin beantwortet Frau Herbertz rechtliche Fragen, z.B. zum Mutterschutzgesetz, Elterngeldgesetz und Kindschaftsrecht und erläutert staatliche finanzielle Hilfen für Familien.

Referentinnen: Susanne Winkler, Hebamme
Margret Herbertz, Schwangerschaftsberaterin

DIE ARCHE

Städt. Familienzentrum
Schulstraße 35
40721 Hilden

in Kooperation mit

Frauen beraten / donum vitae e.V.

Kreis Mettmann
Gerresheimer Str. 106
40721 Hilden

Tel. 02103 41 77 45

Ansprechpartnerin:

Christiane Schulze
Tel. 02103 91 15 13 - 0
familienzentrum-arche@
hilden.de



DIE ARCHE | Städt. Familienzentrum Hilden



Mittwoch, 26.06.2013, 16.00 – 18.00 Uhr, 1x 2 Std.

Veranstaltungsort: DIE ARCHE, Städtisches Familienzentrum,
Schulstraße 35, 40721 Hilden

Muss ich alles 10mal sagen ...?!

In Kooperation mit der Evangelischen Kindertagesstätte Sonnenschein

Die Kinder stellen ‚auf Durchzug‘ - und wir werden immer hilfloser und wütender, weil wir nicht bei ihnen ‚ankommen‘. Was können wir tun, um gehört zu werden – wie kommen wir raus aus sinnlosen Machtkämpfen? Wir finden Wege, um wieder handlungsfähig zu sein und Autorität zurück zu gewinnen.

Bitte melden Sie sich zu dieser Veranstaltung an!

Leitung: Cordula Heuberg, Diplom-Pädagogin

Dienstag, 02.07.2013, 19.30 – 21.45 Uhr
in der Kindertagesstätte Sonnenschein, Kalstert 84
Gebühr: 5 €

Evangelische Erwachsenenbildung - Familienakademie

Martin-Luther-Weg 1c
40723 Hilden

Tel.: 02103 5 39 48

Ansprechpartnerin:

Dr. Susanne Pramann
Cornelia Weinert

info@eeb-hilden.de
www.eeb-hilden.de



Alles meins!? Oder: Wie lernen Kinder einen ‚sozialen‘ Umgang mit Besitz?

In Kooperation mit dem Evangelischen Familienzentrum Friedenskirche

Die Welt begreifen, in Besitz nehmen – das ist der Alltag kleiner Kinder und oft können wir uns einfach daran freuen. Manchmal ist es uns dann aber unangenehm, wenn unsere Kinder ihr Spielzeug nicht mal kurz abgeben wollen und es hartnäckig verteidigen. Was brauchen die Kinder von uns, damit sie lernen für sich und ‚ihr Ding‘ einzustehen, großzügig zu teilen und abzugeben und auch selbst jemanden um etwas bitten zu können? Alle ihre Fragen und aktuellen Erziehungssituationen

Evangelische Erwachsenenbildung - Familienakademie

Martin-Luther-Weg 1c
40723 Hilden

Tel.: 02103 5 39 48

Ansprechpartnerin:

Dr. Susanne Pramann
Cornelia Weinert

info@eeb-hilden.de
www.eeb-hilden.de

zu diesem Thema sind willkommen! Bitte melden Sie sich zu dieser Veranstaltung an!

Leitung: Cordula Heuberg, Diplom-Pädagogin



Dienstag, 04.06.2013, 19:30 – 21:45 Uhr
im Gemeindezentrum Friedenskirche, Molzhausweg 2,
Gebühr: 5 €

Den Erziehungsalltag „verzaubern“. Ein Angebot für Eltern mit Kindern ab ca. 3 Jahren

In Kooperation mit dem Evangelischen Familienzentrum an der Erlöserkirche

Kinder lieben Märchen, Geschichten, in denen Wunder passieren und geheimnisvolle Verwandlungen, die zum Träumen einladen. Das können wir im Alltag nutzen. An diesem Abend zeige ich Ihnen kleine Übungen und Methoden, wie Sie Ihrem Kind dabei helfen können Probleme zu verzaubern, Kraftstoff zu tanken, sich selbst als kompetent und mutig zu erleben, Sorgen in Luft aufzulösen und Sonnenstrahlen einzufangen für trübe Tage ...Bitte melden Sie sich zu diesem Seminar an!

Leitung: Cordula Heuberg, Diplom-Pädagogin

Evangelische Erwachsenenbildung - Familienakademie

Martin-Luther-Weg 1c
40723 Hilden

Tel.: 02103 5 39 48

Ansprechpartnerin:

Dr. Susanne Pramann
Cornelia Weinert

info@eeb-hilden.de
www.eeb-hilden.de



Dienstag, 26.02.2013, 19:30 – 21:45 Uhr
im Familienzentrum an der Erlöserkirche, Martin-Luther-Weg 3,
Gebühr: 5 €

Elterncoaching: Gern Mutter/Vater sein und sich den alltäglichen Herausforderungen mit mehr Gelassenheit stellen

In Kooperation mit dem Evangelischen Familienzentrum an der Erlöserkirche

Was brauchen wir, damit wir den Erziehungsalltag gut meistern? In dieser Gruppe gibt es die Möglichkeit, das loszuwerden, was belastet, Ängste, Hilflosigkeit, Sorgen, das Gefühl, nicht wirklich so ‚gut‘ zu sein, wie man gerne wäre. Anderen geht es auch so, das hilft schon ein Stückchen weiter. Und dann die Erfahrung, dass es etwas ganz Persönliches ist, was die Lösung bringt: jeder braucht etwas, was genau in seine Familie, in seinen Alltag passt, was seinen Fähigkeiten und Möglichkeiten entspricht – und doch werden wir entdecken, dass es viele Gemeinsamkeiten und ‚Joker‘ gibt! Bitte melden Sie sich zu diesem Seminar an!

Leitung: Cordula Heuberg, Diplom-Pädagogin

Evangelische Erwachsenenbildung - Familienakademie

Martin-Luther-Weg 1c
40723 Hilden

Tel.: 02103 5 39 48

Ansprechpartnerin:

Dr. Susanne Pramann
Cornelia Weinert

info@eeb-hilden.de
www.eeb-hilden.de



Dienstag, 19:30 – 21:45 Uhr, 6x ab 15.01. – 11.06.2013
im Familienzentrum an der Erlöserkirche, Martin-Luther-Weg 3,
Gebühr: 60 €

Themenbuffet: Mit dem Säugling im Gespräch?

In Kooperation mit dem Evangelischen Familienzentrum Friedenskirche

In den ersten Lebensmonaten des Säuglings lernen Eltern und Kinder sich erst kennen. Viele Eltern

sind gerade in der Anfangsphase verunsichert, weil die Säuglinge noch nicht sagen können, was sie brauchen. Wie kann man die Signale des Kindes erkennen und interpretieren? Nach dem thematischen Teil, während dem es im Nebenraum eine Kinderbetreuung für die (größeren) Kinder gibt, findet ein gemeinsames Abendessen statt, zu dem alle Teilnehmer/innen herzlich eingeladen sind. Wir freuen uns, wenn Sie sich zu dieser Veranstaltung anmelden.

Leitung: Petra Schelbach

Freitag, 15.03.2013, 15:00 – 18:00 Uhr
im Gemeindezentrum Friedenskirche, Molzhausweg 2,
Gebühr: 5 €

**Evangelische Erwachsenen-
bildung - Familienakademie**

Martin-Luther-Weg 1c
40723 Hilden

Tel.: 02103 5 39 48

Ansprechpartnerin:

Dr. Susanne Pramann
Cornelia Weinert

info@eeb-hilden.de
www.eeb-hilden.de



Pflege- und Adoptiveltern informieren sich

Viele Pflege- und Adoptiveltern stellen bei ihrer Aufgabe fest, dass sie einer Anzahl von Problemen gegenüber stehen und ihnen viele Hilfsmöglichkeiten zu wenig bekannt sind. Wir treffen uns regelmäßig in lockerer Runde zum Erfahrungsaustausch mit anderen Pflege- und Adoptiveltern. Sie können gerne mit der Leitung direkt Kontakt aufnehmen: Tel. 02103 – 66364.

Leitung: Ursula Willms, Verein der Pflege- und Adoptivfamilien Hilden e.V.

Mittwoch, 20:00 – 22:15 Uhr,
5x ab 09.01. – 08.05.2013
im Familienzentrum an der Erlöserkirche, Martin-Luther-Weg 3

**Evangelische Erwachsenen-
bildung - Familienakademie**

Martin-Luther-Weg 1c
40723 Hilden

Tel.: 02103 5 39 48

Ansprechpartnerin:

Dr. Susanne Pramann
Cornelia Weinert

info@eeb-hilden.de
www.eeb-hilden.de



Themenbuffet: Von der Flasche zur Festkost

In Kooperation mit dem Evangelischen Familienzentrum Friedenskirche

Die Umstellung vom Stillen bzw. von der Flasche zur Festkost ist gar nicht so kompliziert, wie es oft gesehen wird. An diesem Nachmittag gehen wir den Fragen nach „Was verträgt mein Kind“ und „Wie kann ich mein Kind unkompliziert an Festkost gewöhnen?“. Nach dem thematischen Teil, während dem es im Nebenraum eine Kinderbetreuung für die (größeren) Kinder gibt, findet ein gemeinsames Abendessen statt, zu dem alle Teilnehmer/innen herzlich eingeladen sind. Wir freuen uns, wenn Sie sich zu dieser Veranstaltung anmelden.

Leitung: Petra Schelbach

Evangelische Erwachsenenbildung - Familienakademie

Martin-Luther-Weg 1c
40723 Hilden

Tel.: 02103 5 39 48

Ansprechpartnerin:

Dr. Susanne Pramann
Cornelia Weinert

info@eeb-hilden.de
www.eeb-hilden.de



Freitag, 03.05.2013, 15:00 – 18:00 Uhr
im Gemeindezentrum Friedenskirche, Molzhausweg 2,
Gebühr: 5 €

Selber machen und sich stark fühlen ... Kinder zur Selbständigkeit erziehen

In Kooperation mit dem Evangelischen Familienzentrum Friedenskirche

Klar möchten wir, dass unsere Kinder selbstständige Menschen werden – fragt sich nur, wann und wie. Wie kommen wir klar mit dem Spannungsverhältnis zwischen Halt geben und Loslassen, zwischen Fürsorge und Zutrauen in das Streben nach Eigenständigkeit unserer Kinder? Wie finden wir

das richtige Maß beim Unterstützen und Fordern?
Wie führen wir unsere Kinder so, dass sie einen
guten inneren ‚Autopiloten‘ entwickeln? Sie sind
herzlich willkommen mit all Ihren eigenen Fragen
zu diesem Thema. Bitte melden Sie sich zu dieser
Veranstaltung an!

Leitung: Cordula Heuberg, Diplom-Pädagogin

Dienstag, 09.07.2013, 19:30 – 21:45 Uhr
im Gemeindezentrum Friedenskirche,
Molzhausweg 2,

Gebühr: 5 €

**Evangelische Erwachsenen-
bildung - Familienakademie**

Martin-Luther-Weg 1c
40723 Hilden

Tel.: 02103 5 39 48

Ansprechpartnerin:

Dr. Susanne Pramann
Cornelia Weinert

info@eeb-hilden.de
www.eeb-hilden.de



„Wir können Kinder nicht erziehen – sie machen uns eh alles nach“ (Karl Valentin) – ein Seminar zum Thema: Vorbild sein

In Kooperation mit dem Evangelischen Familien- zentrum an der Erlöserkirche

Als Eltern wissen wir nicht erst seit gestern, dass es
auf unser ‚gutes Vorbild‘ ankommt - und finden das
gar nicht komisch... Wie bleiben wir glaubwürdig,
wenn Kinder uns bei einer ‚Notlüge‘ erwischen,
beim Lästern über die Nachbarin oder wenn wir
mit vollem Mund sprechen? Ist das schädlich für
Kinder? Vorbild sein ist so anstrengend – wie kann
man dabei ‚Mensch bleiben‘? Ein ernstes Thema –
und hoffentlich auch ein lustiger Abend – Sie sind
herzlich willkommen! Bitte melden Sie sich zu

**Evangelische Erwachsenen-
bildung - Familienakademie**

Martin-Luther-Weg 1c
40723 Hilden

Tel.: 02103 5 39 48

Ansprechpartnerin:

Dr. Susanne Pramann
Cornelia Weinert

info@eeb-hilden.de
www.eeb-hilden.de



diesem Seminar an!

Leitung: Cordula Heuberg, Diplom-Pädagogin

Donnerstag, 11.04.2013, 19:30 – 21:45 Uhr

im Familienzentrum an der Erlöserkirche, Martin-Luther-Weg 3,

Gebühr: 5 €

Umgang mit Konflikten in der Familie - Wie geht das?

In Kooperation mit dem Evangelischen Familien- zentrum an der Erlöserkirche

Wenn Menschen mit unterschiedlichen Bedürfnissen und Interessen aufeinander treffen, entstehen Konflikte – in der Familie gibt es also reichlich Gelegenheit dazu! Nicht Unterschiede an sich sind das Problem, sondern der Umgang damit. Wie könnten in Ihrer Familie gute Lösungen in Konfliktsituationen aussehen? Wie geht das, dass alle dabei gewinnen und ein friedliches Miteinander möglich wird? Sie sind herzlich willkommen zu einem anregenden Austausch über ein aufregendes Thema!

Leitung: Cordula Heuberg, Diplom-Pädagogin

Evangelische Erwachsenen- bildung - Familienakademie

Martin-Luther-Weg 1c
40723 Hilden

Tel.: 02103 5 39 48

Ansprechpartnerin:

Dr. Susanne Pramann
Cornelia Weinert

info@eeb-hilden.de
www.eeb-hilden.de



Dienstag, 23.04.2013, 19:30 – 21:45 Uhr

im Familienzentrum an der Erlöserkirche, Martin-Luther-Weg 3

Gebühr: 5 €

Kinder-Uni

Neue Kurse der Kinder- und Jugendkunstschule im Frühjahr und in den Osterferien 2013

Im Januar startet die Kinder- und Jugendkunstschule ins neue Jahr mit den Semesterkursen. Auch in den Osterferien kommen Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 16 Jahren auf ihre Kosten. Genaue Termine und Informationen finden Sie auf www.hilden.de und im aktuellen Flyer. Bei weiteren Fragen stehen Ihnen die Mitarbeiterinnen des Kulturamtes gerne zur Verfügung.

Kulturamt Hilden

Tel.: 02103 722 37

kulturamt@hilden.de



16. Kinderkunstwoche im Wilhelm-Fabry-Museum

Vom 25.03. – 28.03.2013 führen Michaela Fröhling, Friedel W. Warhus und Jochen Schwab die Kinder an Kunst und verschiedene Techniken heran. Sie arbeiten in kleinen Gruppen mit maximal 15 Kindern. Dabei gibt es die Möglichkeit, die eigene Kreativität zu entfalten und der Spaß kommt auch nicht zu kurz. Die Künstlerin und Künstler werden von erfahrenen Betreuerinnen unterstützt.

Wilhelm-Fabry-Museum

Benrather Str. 32a
40721 Hilden

Tel.: 02103 59 03

Ansprechpartnerin:

Margit Laschet

margit.laschet@hilden.de

www.wilhelm-fabry-museum.de



Mo – Do, von 9:00 – 13:00 Uhr (25.03. – 28.03.2013), 4x 4 ZStd., 40 €

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte der Broschüre, die in allen öffentlichen Gebäuden, im Kulturamt und im Wilhelm-Fabry-Museum ausliegt.

Für Familien, die im Besitz des „Itterpasses“ der Stadt Hilden sind, wird die Teilnahmegebühr an den Kursen und Workshops um 50 % ermäßigt.

Freches Filzen für Kids

Kinder ab 4 Jahren filzen einfache, frühlingshafte Formen.

Samstag, 23.02.2013

Samstag, 02.03.2013

jeweils von 10:00 – 13:00 Uhr

**Städt. Familienzentrum
Kunterbunt**

Lortzingstr. 1+2
40724 Hilden

Tel. 02103 91 04 63 00
Kunterbunt

Tel. 02103 4 53 81
Traumquelle

Ansprechpartnerin:

Sabrina Celec

Anmeldung: Birgit Klinge

Tel. 02103 91 04 63 00



Städt. Familienzentrum
Kunterbunt

Ernährungsführerschein für Schulkinder im Alter von 8 bis 10 Jahren

Der Grundstein für eine optimale Ernährungsweise wird schon im Kleinkindalter gelegt, was die Wichtigkeit der elterlichen Aufklärung in diesem Bereich unterstreicht. Kinder zeigen in Sachen Ernährung meist großes Interesse. Von Gemüse putzen über Sahne schlagen bis hin zum Tisch decken sollen sich Kinder praktische Fertigkeiten aneignen. Für sie sind Fragen wie: „Warum muss die Milch in den Kühlschrank?“ oder „Warum muss man Obst und Gemüse vor dem Essen abwaschen?“ spannend und wichtig. Hiermit lässt sich langfristig betrachtet eine we-

DIE ARCHE

Städt. Familienzentrum
Schulstraße 35
40721 Hilden

Ansprechpartnerin:

Christiane Schulze

Tel. 02103 9 11 51 30

familienzentrum-arche@
hilden.de



DIE ARCHE | Städt. Familienzentrum Hilden

sentliche Verbesserung des Ernährungswissens sowie des Ernährungszustandes unserer Kinder und Jugendlichen erreichen. In 5 Doppelstunden bekommen die Schülerinnen und Schüler die Chance, Lebensmittel mit allen Sinnen wahrzunehmen, zuzubereiten und gemeinsam zu genießen. Bitte eine Schürze pro Person sowie eine Frischhaltedose mitbringen!
Kursleitung: Cornelia Manert (Ernährungsberaterin)

Mittwoch, jeweils von 15:30 – 17:00 Uhr, 5x 2 UStd.
Termine: 20.02., 27.02., 06.03., 13.03., 20.03.

KiWi - Kinder und Wissenschaft

KiWi ist die Reihe der VHS Hilden-Haas für Kinder im Grundschulalter (6-10 Jahre): Kinder wollen lernen, wollen erforschen und wissen „Warum?“. Diesem Drang folgen wir: In Kleingruppen von 6 bis 10 Kindern gehen verschiedenen Themen experimentell auf den Grund. Bitte geben Sie Ihrem Kind jeweils einen „Kittel“ (z. B. ein altes Oberhemd) und Stifte mit. Details (Ort etc.) unter www.vhs-hilden-haas.de oder im VHS-Programmheft!
Leitung: Dr. Marion Bach

Volkshochschule Hilden-Haas

Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 30
www.vhs-hilden-haas.de

Ansprechpartnerin:

Dr. Juliane Kerzel-Kohn
Dieker Str. 49
42781 Haas

Tel. 02129 94 10 20



„Anziehend“ - Magnetismus und mehr

Anziehend oder abstoßend - Magnetismus ist ein spannendes Thema nicht nur für Kinder, sondern es ist auch in der Medizin kaum mehr wegzudenken. Für Jungen und Mädchen (E12051):

Samstag, 16.03.2013, 9:45 – 11:45 Uhr, 1x 2 ZStd.,

Gebühr: 12 € (inkl. Lehrmaterial, Anmeldung erforderlich)

„Beweg' dich! - Keine Panik für Mechanik“

Wir wollen neugierigen Kindern die Möglichkeit geben, naturwissenschaftlichen Fragen auf den Grund zu gehen, denn: KiWi vermittelt lebensnahes Wissen praktisch und (be-)greifbar - diesmal mit dem Schwerpunkt Bewegung.

Für Jungen und Mädchen (E12052):

Samstag, 27.04.2013, 9:45 – 11:45 Uhr, 1x 2 ZStd.,

Gebühr: 12 € (inkl. Lehrmaterial, Anmeldung erforderlich)

Drück mich mal, mir ist so kalt! - Wärmelehre für Aufsteiger

Im nahenden Sommer beschäftigen wir uns mit Wärme und zugleich mit Kälte:

Wo ist es im Raum am wärmsten? Welcher Körperteil ist der meist kälteste?

Für Jungen und Mädchen (E12054):

Samstag, 04.05.2013, 9:45 – 11:45 Uhr, 1x 2 ZStd.,

Gebühr: 12 € (inkl. Lehrmaterial, Anmeldung erforderlich)

Kunstkiste zur Osterzeit für Kinder von 4 – 6 Jahren (E23510)

Spielerisch entdecken wir bunte Farben, Stifte, Pinsel und Papier. Wir hören Geschichten, malen, basteln kleine Osterpräsente und so ganz nebenbei entstehen kunterbunte Kinderkunstwerke.

Bitte zieht euch alte Sachen an, falls einmal etwas „daneben“ geht, und bringt euch eine Kleinigkeit zu Essen und zu Trinken für die kreative Pause mit!

Leitung: Birgit Schlickmann

Volkshochschule Hilden-Haas

Gerresheimer Str. 20

40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 30

www.vhs-hilden-haas.de

Ansprechpartnerin:

Dr. Juliane Kerzel-Kohn

Dieker Str. 49

42781 Haas

Tel. 02129 94 10 20



Samstag, 09.03.2013, 10:00 – 13:00 Uhr 1x 4 UStd.,

Gebühr: 17 € (inkl. 5 € Materialkosten, max. 6 Kinder,
Anmeldung erforderlich)

Details (Ort etc.) unter www.vhs-hilden-haan.de oder im VHS-Programmheft!

Fit in Windows - Ein Ferienkurs für Grund- schüler der Klasse 3 und 4 (E58310)

In diesem Ferienkurs in den Osterferien könnt ihr euch fit für den Computer machen. Hier geht es nicht um Computerspiele, sondern um viele andere Anwendungsmöglichkeiten: Briefe und Hausarbeiten schreiben, Diagramme und Bilder erstellen.

Außerdem lernt Ihr, E-Mails zu senden und zu empfangen und im Internet nach Informationen zu suchen. Ein kompaktes „Rundum-Paket“ also, um den Computer sinnvoll einzusetzen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte keine jüngeren oder älteren Kinder anmelden!

Leitung: Panagiota Jakovou

Volkshochschule Hilden-Haen

Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 30
www.vhs-hilden-haan.de

Ansprechpartner:

Dr. Frank Lungenstraß
Am Wiedenhof 1-5
40723 Hilden

Tel. 02103 9 67 56 11



Dienstag, 02.04. – Freitag, 05.04.2013, jeweils 9:00 – 13:15 Uhr 4x 5 UStd.

Gebühr: 70 € (Anmeldung erforderlich)

Details (Ort etc.) unter www.vhs-hilden-haan.de oder im VHS-Programmheft!

Kunstkiste zur Osterzeit für Kinder von 7 – 9 Jahren (E23511)

Hier entstehen die schönsten Kunstwerke zu Ostern, wir malen bunte Bilder mit den unterschiedlichsten Farben, es gibt dicke Osterhasen, bunte Osternester, und noch viele witzige Ideen rund um das Osterfest. Lasst Euch überraschen!

Bitte zieht euch alte Sachen an, falls einmal etwas „daneben“ geht, und bringt euch eine Kleinigkeit zu Essen und zu Trinken für die kreative Pause mit!
Leitung: Birgit Schlickmann

Sonntag, 10.03.2013, 10:00 – 13:00 Uhr
1x 4 UStd.,

Gebühr: 17 € (inkl. 5 € Materialkosten,
max. 8 Kinder, Anmeldung erforderlich)

Details (Ort etc.) unter www.vhs-hilden-haan.de oder im VHS-Programmheft!

Volkshochschule Hilden-Haan

Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 30

www.vhs-hilden-haan.de

Ansprechpartnerin:

Dr. Juliane Kerzel-Kohn
Dieker Str. 49
42781 Haan

Tel. 02129 94 10 20



Sommerekunstkiste für Kinder von 4 – 6 Jahren (E23520)

Bunte Blumen, Muscheln, Sand und die Vorfreude auf die Ferien, das ergibt viele Ideen für bunte Kinderkunstwerke. Und sicherlich könnt ihr euch im Freien mit Wasser und Farbe spielerisch besonders gut austoben.

Bitte zieht euch alte Sachen an, falls einmal etwas „daneben“ geht, und bringt euch eine Kleinigkeit zu Essen und zu Trinken für die kreative Pause mit!
Leitung: Birgit Schlickmann

Volkshochschule Hilden-Haan

Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 30

www.vhs-hilden-haan.de

Ansprechpartnerin:

Dr. Juliane Kerzel-Kohn
Dieker Str. 49
42781 Haan

Tel. 02129 94 10 20

Samstag, 8.06.2013, 10:00 – 13:00 Uhr 1x 4 UStd.,
Gebühr: 17 € (inkl. 5 € Materialkosten, max. 6 Kinder,
Anmeldung erforderlich)

Details (Ort etc.) unter www.vhs-hilden-haan.de oder im VHS-Programmheft!

Mangas und Comics zeichnen für Kinder und Jugendliche zwischen 10 und 14 Jahren (E23540)

Wir werden herausfinden, wo genau das Manga-Zeichnen seine Wurzeln hat und, wie man die Mangafiguren nach seinen eigenen Darstellungen und Wünschen malen kann, ohne sie abpausen zu müssen. Dazu gehören natürlich Übungen der menschliche Figuren, Proportionen und Mimik. Bitte folgende Materialien mitbringen: Buntstifte, Marker, Filzstifte, Zeichenblock Din A3
Leitung: Paola Giles

Volkshochschule Hilden-Haen

Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 30
www.vhs-hilden-haan.de

Ansprechpartnerin:

Dr. Juliane Kerzel-Kohn
Dieker Str. 49
42781 Haan

Tel. 02129 94 10 20



Samstag, 02.03.2013, 10:00 – 13:00 Uhr 1x 4 UStd.,
Gebühr: 16 € (max. 8 Kinder, Anmeldung erforderlich)

Details (Ort etc.) unter www.vhs-hilden-haan.de oder im VHS-Programmheft!

Alle Farben dieser Welt - Kunstprojekte der Kinderkunstwerkstatt für Kinder ab fünf Jahren

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung - Familienakademie

Freies spielerisches Experimentieren mit unterschiedlichen Materialien lässt die kleinen Künstler die Welt der Farben entdecken und ermöglicht eine ganzheitliche Erfahrung der Dinge. Die Kinder benötigen Kleidung, die Farbkleckse abbekommen dürfen und zu jedem Projekttag wieder angezogen wird (auch Schuhe!). Kittel sind wegen der weiten Ärmel unpraktisch und behindern die Bewegungsfreiheit. Bitte melden Sie sich zu dieser Veranstaltung an!

Leitung: Monika Gerhards, Kunstmalerin vom Atelier65-Hilden

Evangelisches Familienzentrum Friedenskirche

Molzhausweg 2
40724 Hilden

Tel. 02103 4 26 78

kita.friedenskirche@web.de
www.familienzentrum-friedenskirche-hilden.de

Ansprechpartnerin:

Doris Mees



Donnerstags, 14:30 – 15:30 und 16:00 – 17:30 Uhr, 6x
vom 17.01. – 21.02.2013 im Familienzentrum Friedenskirche, Molzhausweg
Gebühr: 18 €

Töpfern für Kinder

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung - Familienakademie

Kinder machen kreative Experimente mit Ton. Bitte melden Sie sich zu dieser Veranstaltung an!

Leitung: Claudia Eschenbach

Montags, 14:30 – 16:00 Uhr, 6x 1,5 ZStd.
vom 14.01. – 18.02.2013 im Familienzentrum
Friedenskirche, Molzhausweg
Gebühr: 18 €

Evangelisches Familienzentrum Friedenskirche

Molzhausweg 2
40724 Hilden

Tel. 02103 4 26 78

kita.friedenskirche@web.de
www.familienzentrum-
friedenskirche-hilden.de

Ansprechpartnerin:

Doris Mees



Naturwissenschaftliche Experimente für Kinder ab 4 Jahren

Kinder sind besonders neugierig auf die Welt. In der Lern- und Forscherwerkstatt wird die hohe Lernbereitschaft genutzt, um Bildungsprozesse anzuregen und zu unterstützen. In diesem Kurs greifen wir die Faszination der Kinder für bestimmte Themen wie z.B. Sprache, Mathematik und Naturwissenschaften auf.

Familienzentrum zur Verlach

Zur Verlach 22
40723 Hilden

Ansprechpartnerin:

Frau Otten
Tel. 02103 2 12 52



Dienstags,	09.04. – 09.07.13,	10.00 Uhr,	13x 1 UStd
Dienstags,	09.04. – 09.07.13,	9.15 Uhr,	13x 1 UStd
Dienstags,	08.01. – 19.03.13,	10.00 Uhr,	11x 1 UStd
Dienstags,	08.01. – 19.03.13,	09.15 Uhr,	11x 1 UStd

Praktischer Familienalltag

Offener Kleiderschrank

Im vergrößerten „Offenen Kleiderschrank“ können Sie gebrauchte, aber gut erhaltene Kinderbekleidung zu äußerst günstigen Preisen erhalten. Unser Angebot reicht von Gr. 62 bis Gr. 164. Jede Familie kann unser Angebot in Anspruch nehmen.

**Deutscher Kinderschutzbund
OV Hilden e.V.**

Schulstr. 44
40721 Hilden

Tel. 02103 5 48 53

Ansprechpartnerin:

Birgit Römmling, Koordinatorin
Christa Cholewinski

Dienstags und donnerstags 9:30 – 11:00 Uhr
Dienstags von 15:30 – 17:00 Uhr



Familienberatung

Bei allen Paaren treten unvermeidbare Konflikte auf, die in der Regel gelöst werden können und letztlich die Familie und Partnerschaft stärken. Scheint eine Klärung der Konflikte jedoch nicht möglich, leiden häufig einzelne Familienmitglieder - meist die Kinder- unter dieser Situation. In der Familienberatung bieten wir die Möglichkeit an, sich die vorhandenen Probleme anzuschauen und einen Weg aus den Schwierigkeiten zu finden. Zwei ausgebildete Familienberater sind für uns tätig.

**Deutscher Kinderschutzbund
OV Hilden e.V.**

Schulstr. 44
40721 Hilden

Tel. 02103 5 48 53

Ansprechpartnerin:

Christa Cholewinski



Zeiten nach Absprache

Hilfe für trauernde Kinder und Jugendliche

Das Thema Tod und Trauer löst viele Unsicherheiten und Ängste bei Betroffenen und Angehörigen aus. Erst recht, wenn Kinder betroffen sind.

Seit acht Jahren bietet der Kinderschutzbund Trauerarbeit an und hat mehr als 120 Kinder und Jugendliche in schweren Zeiten begleitet.

Wie spricht man mit einem Kind/Jugendlichen über Sterben und Tod? Worauf ist zu achten?

An unserem Informationsabend stehen wir Ihnen für alle Fragen rund um dieses Thema zur Verfügung, haben eine Vielfalt an Literatur für Sie vorbereitet und bieten Ihnen einen Einblick in die Trauerarbeit des Kinderschutzbundes.

**Deutscher Kinderschutzbund
OV Hilden e.V.**

Schulstr. 44
40721 Hilden

Tel. 02103 5 48 53

Ansprechpartnerin:

Christa Cholewinski



18.03.2013, 19:00 Uhr, 1x 2 Std. Um Anmeldung wird gebeten
Referentin: Christa Cholewinski, Trauerbegleiterin für Kinder, Jugendliche und Eltern

Globuli – Zauberkügelchen?

Wenn Sie bereits einige Erfahrungen mit der oft verblüffenden Wirkung von homöopathischen Arzneimitteln bei Kindern und Erwachsenen haben, wissen Sie, dass Homöopathie keine Zauberei ist. Aber manchmal ist es schwer, das passende Mittel zu finden.

Im Erweiterungskurs an zwei Abenden lernen Sie wichtige Mittel für häufig vorkommende Erkrankungen im Alltag kennen.

Familienzentrum St. Konrad

Am Wiedenhof 6
40723 Hilden

Tel. 02103 6 13 56

Ansprechpartnerin:

Ursula Ebelt

Tel. 02103 6 53 16

info@kleiner-konrad.de
www.kleiner-konrad.de

Gemeinsame Übungen und Probefälle geben Ihnen die Sicherheit, nach welchen Kriterien Sie ein Mittel für Ihr Familienmitglied auswählen können.

Ebenfalls zeige ich Ihnen die Möglichkeiten, aber auch die Grenzen der Selbstmedikation bei akuten wie auch chronischen Erkrankungen (Heuschnupfen, Asthma, Neurodermitis etc.) auf.

Mit Fr. Dr. med. Renate Dietz, Ärztin, Homöopathie

Mit Voranmeldung

In Kooperation mit dem Kath. Bildungswerk



Donnerstag, 28.02.2013, 07.03.2013 20:00 – 21:30 Uhr

Kostenbeitrag 10 €

Mein Kind ist krank – Wie kann ich ihm mit natürlichen Arzneimitteln helfen?

Als Eltern eines kranken Kindes stellt man sich oft die Frage: Was kann ich für die Gesundheit meines Kindes tun? Gibt es nicht auch ein wirksames natürliches Medikament, das meinem Kind hilft, die Krankheit zu überwinden? Im Vortrag werden homöopathische Präparate und praktische Tipps genannt, mit deren Hilfe Sie den Heilungsprozess Ihres Kindes unterstützen können. Ausserdem werden die wichtigsten Begriffe und Wirkprinzipien der Homöopathie vorgestellt. Begleitend wird aber auch erklärt, in welchen Situationen ein Arzt hinzugezogen werden sollte.

Ruth Johann, Apothekerin, Referentin für die Fa. Wala

Dr. Renate Dietz, Ärztin für Homöopathie

Dienstag, 05.02.2013,

20:00 – 21:30 Uhr

Familienzentrum St. Konrad

Am Wiedenhof 6

40723 Hilden

Tel. 02103 6 13 56

Ansprechpartnerin:

Ursula Ebel

Tel. 02103 6 53 16

info@kleiner-konrad.de

www.kleiner-konrad.de



Erziehung konkret: Wach, neugierig, klug – kindliche Entwicklung im 2. und 3. Lebensjahr

Kleine Kinder stellen ihre Eltern manchmal vor große Fragen: Was ist gut für mein Kind? Was braucht es für seine gesunde Entwicklung und worauf kann es verzichten lernen? Was muss ihm zugemutet werden und welche Ziele soll die Erziehung haben? Eltern wissen heute, dass die ersten Jahre des Kindes sehr entscheidend sind für die weitere gesunde Entwicklung des Kindes. Im Mittelpunkt des Abends steht die kindliche Entwicklung im 2. und 3. Lebensjahr und wie Eltern kindliche Fähigkeiten fördern können durch Spiel, Kommunikation und Beziehung.

DRK-Familienbildungswerk

Benrather Str. 49 a
40721 Hilden

Ansprechpartnerinnen:

Julia Wartner
Anmeldung: Cornelia Halfter
Tel. 02103 556 28

fbw@drk-mettmann.de



Donnerstag, 04.02.2013,

19:30 – 21:45 Uhr

Information und Unterhaltung für Eltern und Kinder

In der Stadtbücherei finden sich Ratgeber und Informationen für Eltern sowie Bücher, CDs, Videos und DVDs für Kinder zur Unterhaltung. Medien zu allen Fragen rund um das Thema „Eltern werden und sein“ sind in der Themenbibliothek „Für Eltern & Pädagogen“ im 1. OG zusammengefasst.

Stadtbücherei

Nove-Mesto-Platz 3
40721 Hilden
Tel. 02103 72-300

www.stadtbuecherei-hilden.de

Ansprechpartnerin:

Claudia Büchel
Anmeldung zu den Öffnungszeiten

Dienstag + Mittwoch, 9.30 – 19.00 Uhr
Donnerstag + Freitag, 13.00 – 19.00 Uhr
Samstag, 9.30 – 14.00 Uhr



Rucksack - Sprachförderung und Elternbildung im Elementarbereich

in Kooperation mit dem städt. Familienzentrum Traumquelle/Kunterbunt und der evangelischen Kita an der Friedenskirche

Das Programm „Rucksack“ geht die Förderung von Kindern ab vier Jahren mehrdimensional und systemisch an: Es berücksichtigt die Entwicklung der Kinder in Bezug auf ihre Lebenswelt und ihre Familie. Ziel ist die Förderung der Muttersprachenkompetenz, die Förderung der deutschen Sprache und der allgemeinen kindlichen Entwicklung. Eltern lernen, wie sie ihre Erziehungskompetenz zum Wohle ihrer Kinder weiterentwickeln können.

DRK-Familienbildungswerk

Benrather Str. 49 a
40721 Hilden

Ansprechpartnerinnen:

Ansprechpartnerin für
marokkanische Familien:
Misbahia El Mokhtari
Tel. 02103 7 15 29 77

Anmeldung: Cornelia Halfter
Tel. 02103 556 28

fbw@drk-mettmann.de



Mittwochs	09.01. – 27.03.2013	9:00 – 11:15 Uhr
Mittwochs	03.04. – 17.07.2013	9:00 – 11:15 Uhr
Kursort:	Ev. Kita an der Friedenskirche, Molzhausweg 2	

Erziehung konkret: Strafen, Grenzen, Konsequenzen?

Das Kind als eigene Persönlichkeit annehmen und wahrnehmen ist eine Herausforderung im Familienalltag. Müssen Kinder gehorchen? Wie sinnvoll ist Strafe? Wie wichtig ist das ‚Nein‘ und das Einhalten von Konsequenzen? Wie lässt es sich wirksam umsetzen? Diese Fragen werden im Hinblick auf ihre Wertigkeit und Realisierung angesprochen.

DRK-Familienbildungswerk

Benrather Str. 49 a
40721 Hilden

Ansprechpartnerinnen:

Katja Kirsten

Anmeldung: Cornelia Halfter
Tel. 02103 556 28

fbw@drk-mettmann.de



Montag	10.06.2013	19:30 – 21:15 Uhr
--------	------------	-------------------

Alles unter einem Hut - Familie und Beruf managen (D18003)

Eine gute Mutter sein und trotzdem arbeiten? Das kann doch gar nicht funktionieren, sagen viele. Das kann es aber sogar sehr gut. Viele verschiedene, mehr oder weniger flexible Modelle existieren nebeneinander. Aber was ist gerade für Sie das Richtige? Dieser Seminarabend hilft Ihnen in einem kleinen Kreis, Ihre ganz individuellen Antworten zu finden, zu planen und zu organisieren sowie herauszufinden, wo Sie Unterstützung und Förderungen bekommen. - Das Seminar wendet sich an Mütter und Väter, denn gemeinsam klappt es besser!

Leitung: Julia Wartner

Volkshochschule Hilden-Haan

Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 30
www.vhs-hilden-haan.de

Ansprechpartnerin:

Dr. Juliane Kerzel-Kohn
Dieker Str. 49
42781 Haan

Tel. 02129 94 10 20



Donnerstag, 17.01.2013, 19:00 – 22:00 Uhr

1x 4 UStd.,

Gebühr: 21 € (Anmeldung erforderlich)

Details (Ort etc.) unter www.vhs-hilden-haan.de oder im VHS-Programmheft!

Haaner-Felsenquelle - Firmenbesichtigung auch für Kinder ab 6 Jahren (E13100)

Unter dem Motto „Woher kommt das Mineralwasser?“ lassen wir uns durch die Produktion der „Haaner Felsenquelle“ führen.- Heute wird das Wasser mit Hilfe modernster Technik gefördert. Über Haupt- und Filterrohren wird das Wasser in 150m Tiefe entnommen und zur Abfüllung in modernste technische Anlagen geleitet. Täglich verlassen den Produktionsbetrieb viele Tausend Flaschen. Die Führung eignet sich für Kinder ab 6 (!) Jahren mit (Groß-)Eltern.

Leitung: Birgit Schlickmann

Volkshochschule Hilden-Haan

Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 30
www.vhs-hilden-haan.de

Ansprechpartnerin:

Dr. Juliane Kerzel-Kohn
Dieker Str. 49
42781 Haan

Tel. 02129 94 10 20



Dienstag, 26.03.2013, 10:00 – 11:30 Uhr 1x 2 UStd.,

Gebühr: 4 € (Kinder 2 €, Anmeldung zwingend erforderlich)

Details (Ort etc.) unter www.vhs-hilden-haan.de oder im VHS-Programmheft!

Babysitter-Führerschein für Jugendliche ab 14 Jahren

Babysitting ist Vertrauenssache. Denn Babysitten heißt mehr als „ein bisschen aufzupassen“: Ein Babysitter übernimmt eine Menge Verantwortung. Um Jugendlichen den Einstieg als Babysitter zu erleichtern, vermittelt dieses Seminar wichtige Grundlagen für den Umgang mit Kindern - vom Säugling bis zum Grundschulkind. Zum Abschluss erhalten die Teilnehmenden einen Babysitter-Führerschein.

Leitung: Julia Wartner

Volkshochschule Hilden-Haan

Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 30
www.vhs-hilden-haan.de

Ansprechpartnerin:

Dr. Juliane Kerzel-Kohn
Dieker Str. 49
42781 Haan

Tel. 02129 94 10 20



Seminar E18400:

Samstag, 09.02.2013, 9.30 - 16.00 Uhr, 1x 8 UStd,

Gebühr: 23 € (Anmeldung erforderlich)

Seminar E18401:

Samstag, 29.06.2013, 9.30 - 16.00 Uhr, 1x 8 UStd,

Gebühr: 23 € (Anmeldung erforderlich)

Details (Ort etc.) unter www.vhs-hilden-haan.de oder im VHS-Programmheft!

Rund ums Kind: Der traditionelle Flohmarkt der eeb

In Kooperation mit dem Evangelischen Familienzentrum Friedenskirche

Sie können Kinderkleidung und Spielzeug zu günstigen Preisen erwerben, sich in Ruhe umschauchen, zwischendurch einen Kaffee und Kuchen genießen und ganz sicher viel Geld sparen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Möchten Sie Ware anbieten, rufen Sie rechtzeitig an, um sich einen Ausstellungstisch zu sichern. Leitung: Brigitta Dörner

Freitag, 19.04.2013, 15:00 – 17:30 Uhr
im Gemeindezentrum Friedenskirche, Molzhausweg 2
Aufstellungstisch 12,50 €, Eintritt frei.

Evangelische Erwachsenenbildung - Familienakademie

Martin-Luther-Weg 1c
40723 Hilden

Tel.: 02103 5 39 48

Ansprechpartnerin:

Dr. Susanne Pramann
Cornelia Weinert

info@eeb-hilden.de
www.eeb-hilden.de



Nähkurs für Erwachsene: Näher/innen mit Vorkenntnissen

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung - Familienakademie

Wer seine Kleidung selber näht, kann sie so gestalten wie er oder sie es haben will und spart darüber hinaus noch Geld. Bitte bringen Sie Ihre Nähmaschine und Nähutensilien (Garn, Schere, Stecknadeln...) mit. Bitte melden Sie sich zu dieser Veranstaltung an!

Leitung: Alexandra Dittrich

Evangelisches Familienzentrum Friedenskirche

Molzhausweg 2
40724 Hilden

Tel. 02103 4 26 78

kita.friedenskirche@web.de
www.familienzentrum-friedenskirche-hilden.de

Ansprechpartnerin:

Doris Mees

Dienstags, 15.01. – 25.02.2013 19:30 – 21:00 Uhr 6x
im Familienzentrum Friedenskirche, Molzhausweg 2, Gebühr 30 €

Nähkurs für Erwachsene: Anfänger/innen

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung - Familienakademie

Wer seine Kleidung selber näht, kann sie so gestalten wie er oder sie es haben will und spart darüber hinaus noch Geld. Bitte bringen Sie Ihre Nähmaschine und Nähutensilien (Garn, Schere, Stecknadeln...) mit. Bitte melden Sie sich zu dieser Veranstaltung an!

Leitung: Isabelle Lipek

Evangelisches Familienzentrum Friedenskirche

Molzhausweg 2
40724 Hilden

Tel. 02103 4 26 78

kita.friedenskirche@web.de
www.familienzentrum-
friedenskirche-hilden.de

Ansprechpartnerin:

Doris Mees



Mittwochs, 13.02. – 20.03.2013 19:30 – 21:00 Uhr 6x
im Familienzentrum Friedenskirche, Molzhausweg 2, Gebühr 30 €

Treff für junge Eltern

auf dem Abenteuerspielplatz

Eltern treffen sich hier (mit und ohne Kind) zum Kennenlernen, Austausch und Beratung. Wir erzählen, spielen und frühstücken gemeinsam. Dieser Treff ist für junge Eltern gedacht, die sich in einer normalen Spielgruppe nicht wohlfühlen. Das Angebot ist kostenlos und verpflichtet nicht zur regelmäßigen Teilnahme.

im Spielhaus des Abenteuer-spielplatzes

Richard-Wagner-Straße 101
40724 Hilden

Ansprechpartnerin:

Carola Seidel-Meier
Heilpädagogin, Erzieherin

Tel. 02103 93 71 30
(Di., Do. und Fr.)

Mittwochs von 9:30 – 11:30 Uhr außer in den Schulferien

Einmischen oder Raushalten - ein Seminar für Menschen mit alten Eltern

Alte Eltern spüren ihre nachlassenden Kräfte, bitten ihre Kinder um Unterstützung und wollen gleichzeitig selbstbestimmt leben und nicht von ihren Kindern bevormundet werden. So entsteht für die erwachsenen Kinder eine schwierige Situation. Hinzu kommen nicht selten eigene berufliche und persönliche Herausforderungen. Wir wollen uns Zeit nehmen, für die Auseinandersetzung mit unseren Eltern und dabei gemeinsam nach Lösungsansätzen suchen, die Eltern als auch die erwachsenen Kinder zufriedenstellen.

Leitung: Kathrin Hohage, Pflegedienstleiterin und Supervisorin

Donnerstag, 21.02.2013, 18:00 – 21:00 Uhr
im Gemeindezentrum Reformationskirche, Markt 18
Gebühr: 10 €

Evangelische Erwachsenenbildung - Familienakademie

Martin-Luther-Weg 1c
40723 Hilden

Tel.: 02103 5 39 48

Ansprechpartnerin:

Dr. Susanne Pramann
Cornelia Weinert

info@eeb-hilden.de
www.eeb-hilden.de



Nähnachmittag für Erwachsene

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung - Familienakademie

An diesem Nachmittag haben die Teilnehmer/innen die Gelegenheit ein Kleidungsstück, eine Tasche oder ein anderes „Stück“ nach eigenen Ideen mit fachlicher Unterstützung fertigzustellen. Bitte bringen Sie Ihre Nähmaschine und alle Utensilien, die Sie brauchen (Stoff, Garn, Stecknadeln...) mit. Bitte melden Sie sich zu dieser Veranstaltung an!

Evangelisches Familienzentrum Friedenskirche

Molzhausweg 2
40724 Hilden

Tel. 02103 4 26 78

kita.friedenskirche@web.de
www.familienzentrum-friedenskirche-hilden.de

Ansprechpartnerin:

Doris Mees

Leitung: Isabelle Lipek



Samstag, 20.04.2013, 14:00 – 18:00 Uhr
im Familienzentrum Friedenskirche, Molzhausweg 2,
Gebühr 10 €

Prinz Kniggi entdeckt die guten Umgangsformen (E18002)

Knigge-Kurs für Kinder zwischen der 2. und 5. Klasse (Lesealter!)

An diesem unterhaltsamen und spannenden Tag dreht sich alles um kinderleichtes gutes Benehmen und das richtige Verhalten am Tisch z.B.: Warum sollte ich mich ordentlich anziehen oder bei besonderen Anlässen sogar chic machen? Wie esse ich Spaghetti, und darf ich Pommes mit den Fingern essen? Wie begrüße ich Erwachsene oder Kinder richtig?... Dazu gibt es Zeit zum Staunen und Zeit zum Toben, Zeit zum Lachen und zum Nachdenken. Zum Abschluss bekommen alle Kinder eine Knigge-Urkunde und ein Tisch-Set mit den wichtigsten Knigge-Regeln.

Leitung: Astrid Meier-Krei, Katja Vöttiner und das Seminar-Maskottchen Prinz Kniggi

Volkshochschule Hilden-Haarn

Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 30
www.vhs-hilden-haarn.de

Ansprechpartnerin:

Dr. Juliane Kerzel-Kohn
Dieker Str. 49
42781 Haarn

Tel. 02129 94 10 20



Samstag, 16.03.2013, 9:00 – 14:00 Uhr 1x 5 ZStd.,
Gebühr: 39 € (inkl. Seminarunterlagen und Mittagessen,
Anmeldung erforderlich!)

Details (Ort etc.) unter www.vhs-hilden-haarn.de oder im VHS-Programmheft!

Internationales Müttercafé Hilden

Mütter können hier gemütlich einen Kaffee oder Tee trinken, leckere Kekse und andere Köstlichkeiten genießen. Sie können sich mit anderen Müttern über Alltagssituationen oder Sorgen austauschen. Wer mag, kann sich auch „handwerklich“ austoben, beim Backen, Nähen, Basteln ...

Es ist mitunter gedacht als Begegnungsstätte unterschiedlichster Nationen. Ebenso stehen die Mitarbeiterinnen immer bereit, wenn sich jemand Hilfe holen möchte, auch bei scheinbar kleinsten Problemen. Mit Kinderbetreuung!

Interessierte Mütter können immer freitags von 9:00 bis 11:15 Uhr, außer in den Schulferien, zur Ferdinand-Lieven-Schule, Lortzingstraße 1 in 40724 Hilden kommen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich!

Das Müttercafé ist ein Angebot des DRK-Familienbildungswerkes Hilden in Kooperation mit dem Amt für Jugend, Schule und Sport.

DRK-Familienbildungswerk

Benrather Str. 49 a
40721 Hilden

Ansprechpartnerinnen:

Misbahia El Mokhtari

Anmeldung nicht erforderlich



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Stellwerk Hilden - Büro für Familie und Bildung

Das Stellwerk Hilden ist lokaler Ansprechpartner und Erstanlaufstelle für alle Belange und Fragen rund um die Themen Familie und Bildung. Familien, Kinder und Jugendliche werden beraten, informiert, unterstützt oder auf Wunsch an weitere Ansprechpartner vermittelt. Das Stellwerk begreift sich auch als Knotenpunkt zu allen familienrelevanten Akteuren in Hilden. In dieser Funktion ist es das Ziel, aktuelle Fragen und Bedarfe der Familien aufzugreifen und bei der Entwicklung zukünftiger Angebote zu integrieren.

Familien finden darüber hinaus im Stellwerk auch Ansprechpartner zum Bildungs- und Teilhabepaket. Dieses kann hier für alle Berechtigten, die nicht Kunde des Jobcenters sind, beantragt werden. Zusätzlich bietet das Stellwerk einmal monatlich, donnerstagsabend die „Extraschicht“. Zu wechselnden Themen werden Informationsabende mit Diskussionsmöglichkeit zu aktuellen familien- und bildungsrelevanten Themen angeboten. Die Teilnahme ist kostenlos. Nachfrage des aktuellen Themas und Termins unter: 02103 72-506 oder unter www.hilden.de

Stellwerk Hilden- Büro für Familie und Bildung

Mittelstraße 40,
Bürgerhaus, I. Etage
40721 Hilden

Tel. 02103 72-504

Fax 02103 72-502

stellwerk@hilden.de

www.hilden.de



Öffnungszeiten:

Mo., Di. 11:00 – 17:00 Uhr, Mi. 7:00 – 12:00 und Do. 12:00 – 18:00 Uhr
Interkulturelle Beratung: Fr. 10:00 – 12:00 Uhr oder nach Vereinbarung.

Sprachförderung

Rucksack - Sprachförderung und Elternbildung im Elementarbereich

In Kooperation mit dem städt. Familienzentrum Traumquelle/Kunterbunt und der evangelischen Kita an der Friedenskirche

Das Programm „Rucksack“ geht die Förderung von Kindern ab vier Jahren mehrdimensional und systemisch an: Es berücksichtigt die Entwicklung der Kinder in Bezug auf ihre Lebenswelt und ihre Familie. Ziel ist die Förderung der Muttersprachenkompetenz, die Förderung der deutschen Sprache und der allgemeinen kindlichen Entwicklung. Eltern lernen, wie sie ihre Erziehungskompetenz zum Wohle ihrer Kinder weiterentwickeln können.

DRK-Familienbildungswerk

Benrather Str. 49 a
40721 Hilden

Ansprechpartnerinnen:

Ansprechpartnerin für
marokkanische Familien:
Misbahia El Mokhtari
Tel. 02103 7 15 29 77

Anmeldung: Cornelia Halfter
Tel. 02103 556 28

fbw@drk-mettmann.de



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Mittwochs von 9:00 – 11:15 Uhr

09.01. – 27.03.2013 und 03.04. – 17.07.2013

Kursort: Ev. Kita an der Friedenskirche, Molzhausweg 2

Vorlesen ist schön in jeder Sprache - Ein Training für zweisprachige Vorlesepatinnen und Vorlesepaten

Mit Yilmaz Holtz-Ersahin (Leiter der „Türkischen und Internationalen Bibliothek“ Duisburg) und dem Kinderbuchautor Mustafa Cebe.

Am Montag, 18. Februar, findet in der Stadtbücherei

Stadtbücherei

Nove-Mesto-Platz 3
40721 Hilden

Tel. 02103 72-300

rei wieder ein Workshop zum Thema „Vorlesen in der Muttersprache“ statt. Im Januar 2012 wurde dieser Workshop zum ersten Mal durchgeführt. Die Veranstaltung richtet sich an Interessierte mit und ohne Migrationshintergrund, die sich vorstellen können, als ehrenamtliche Vorlesepatinnen und –paten bei zweisprachigen Vorlesestunden in der Stadtbücherei oder auch in Kindergärten und Grundschulen vorzulesen. Der Workshop startet um 9.30 Uhr und endet um 13.30 Uhr. Die Teilnahme ist kostenlos und wird mit einem Zertifikat bestätigt.

www.stadtbuecherei-hilden.de

Ansprechpartnerin:

Christiane Kurz



Montag, 18.02.2013, 9:30 – 13:30 Uhr

Medien für Lese- und Sprachförderung

In der Elternbibliothek im 1. OG bietet die Stadtbücherei ein umfangreiches Angebot an Medien für die Lese- und Sprachförderung. Neben Bilderbüchern stehen viele Spiele und Fördermaterialien zur Verfügung. Für Kinder, die mehrsprachig aufwachsen gibt es Material, spielerisch Deutsch zu lernen. Fremdsprachige sowie zweisprachige Bilder- und Kinderbücher sind in der Kinderbücherei zu finden. Ausleihen kann, wer persönlich als Kundin / Kunde angemeldet ist (bitte Personalausweis mitbringen).

Stadtbücherei

Nove-Mesto-Platz 3
40721 Hilden

Tel. 02103 72-300

www.stadtbuecherei-hilden.de

Ansprechpartnerin:

Birgit Halfkann
Christiane Kurz



Öffnungszeiten: Dienstag + Mittwoch 9:30 – 19:00 Uhr

Donnerstag + Freitag 13:00 – 19:00 Uhr, Samstag 9:30 – 14:00 Uhr

Chinesisch für Anfänger - Schnupperkurs in den Osterferien für Schülerinnen und Schüler von 8 - 14 Jahren (E48058)

Wir tauchen ein in die chinesische Kultur. Wir lernen chinesische Schriftzeichen und erste Redewendungen ebenso kennen wie das Leben in China und nicht zuletzt die typisch chinesische Kochkunst.

Leitung: Yi Frank-Sun

Montag, 25. März – Donnerstag, 28. März 2013,
jeweils täglich von 10:00 – 14:30 Uhr

4x6 UStd.,

Gebühr: 70 € (einschl. chinesischem

Mittagessen, Anmeldung erforderlich)

Details (Ort etc.) unter www.vhs-hilden-haan.de oder im VHS-Programmheft!

Volkshochschule Hilden-Haas

Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 30
www.vhs-hilden-haan.de

Ansprechpartnerin:

Heiner Fragemann
Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 37



Chinesisch (3. Semester) für Kinder und Jugendliche von 8 - 12 Jahren (E48059)

Leitung: Yi Frank-Sun

12 x samstags,

Beginn: 23.02.2013, jeweils 10:00 – 11:30 Uhr

12x2 UStd.,

Gebühr: 60 € (Anmeldung erforderlich)

Details (Ort etc.) unter www.vhs-hilden-haan.de
oder im VHS-Programmheft!

Volkshochschule Hilden-Haas

Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 30
www.vhs-hilden-haan.de

Ansprechpartnerin:

Heiner Fragemann
Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 37

English for Kids

Seit 2004 wird in den Grundschulen Englisch gelehrt. Deshalb ist es Ziel des Kurses, den Kindern in den AWO Kindertagesstätten auf spielerische, kindgerechte Art und Weise ein Gefühl für die Englische Sprache zu vermitteln.

Kindertagesstätte Kolpingstraße

Kolpingstraße 12
40723 Hilden

Ansprechpartnerin:

Frau Escolano
Tel. 02103 6 66 53



Mittwochs,	10.04. – 17.07.13,	15.00 Uhr,	14x 1 UStd
Mittwochs,	09.01. – 20.03.13,	15.00 Uhr,	11x 1 UStd

English for Kids

Seit 2004 wird in den Grundschulen Englisch gelehrt. Deshalb ist es Ziel des Kurses, den Kindern in den AWO Kindertagesstätten auf spielerische, kindgerechte Art und Weise ein Gefühl für die Englische Sprache zu vermitteln.

Familienzentrum zur Verlach

Zur Verlach 22
40723 Hilden

Ansprechpartnerin:

Frau Otten
Tel. 02103 2 12 52



Montags,	07.01. – 18.03.13,	9.00 Uhr,	10x 1 UStd
Montags,	08.04. – 08.07.13,	9.00 Uhr,	13x 1 UStd
Montags,	08.04. – 08.07.13,	9.45 Uhr,	13x 1 UStd
Montags,	07.01. – 18.03.13,	9.45 Uhr,	10x 1 UStd

Bewegung und Entspannung

Pilates für Mütter mit kostenloser Kinderbetreuung

Pilates bietet ein ganzheitliches Körpertraining nach sieben Prinzipien: Atmung, Zentrierung, Beweglichkeit, Koordination, Lockerheit, Körperwahrnehmung und -haltung. Das Training stärkt die Elastizität der Muskeln und erhöht die Beweglichkeit in den Gelenken.

Mittwochs 16:30 – 17:30 Uhr

**Städt. Familienzentrum
Kunterbunt**

Haus Traumquelle
Lortzingstr. 1
40724 Hilden

Tel. 02103 91 04 63 00

Ansprechpartnerin:

Ulrike Cistecky
DRK Familienbildungswerk
Anmeldung: Städt. Familienzentrum Kunterbunt



Städt. Familienzentrum
Kunterbunt

Yoga für Mütter

Einmal wöchentlich treffen sich Mütter zu entspannenden Yoga-Übungen. Die Kinderbetreuung ist kostenfrei.

Dienstags 16:30 – 18:00 Uhr

**Städt. Familienzentrum
Kunterbunt**

Lortzingstr. 1+2
40724 Hilden

Tel. 02103 91 04 63 00
Kunterbunt

Tel. 02103 4 53 81
Traumquelle

Ansprechpartnerin:

Barbara Kranz
Anmeldung: Birgit Klinge
Tel. 02103 91 04 63 00

Pilates (mit Kinderbetreuung)

Pilates bietet ein ganzheitliches Körpertraining nach sieben Prinzipien: Atmung, Zentrierung, Beweglichkeit, Koordination, Lockerheit, Körperwahrnehmung und -haltung. Das Training verbessert die Elastizität der Muskeln und erhöht die Beweglichkeit in den Gelenken.

Die Übungen werden mit hoher Aufmerksamkeit auf die präzise Bewegung ausgeführt.

Kursort: Städtisches Familienzentrum Traumquelle/
Kunterbunt, Lortzingstr. 1/2

09.01. – 20.03.2013 16:30 – 17:15 Uhr

17.04. – 0.07.2013 16:30 – 17:15 Uhr

DRK-Familienbildungswerk

Benrather Str. 49 a
40721 Hilden

Ansprechpartnerin:

Ulrike Cistecky

Anmeldung: Cornelia Halfter

Tel. 02103 556 28

fbw@drk-mettmann.de



Gymnastik und Fitness für muslimische Frauen

Frauen, die ihre Beweglichkeit erhalten, verbessern oder wiederherstellen möchten, erwartet ein vielseitiges Ausdauer-, Kraft- und Koordinationsprogramm mit Musik und Kleingeräten. Gemeinschaftsgefühl und das Miteinander in der Gruppe stehen im Mittelpunkt. Dabei werden unterschiedliche körperliche Fähigkeiten und Konditionen berücksichtigt.

Kursort: Ferdinand-Lieven-Schule, Lortzingstr. 1,
Turnhalle

07.01. – 18.03.2013 8:30 – 9:30 Uhr

08.04. – 15.07.2013 8:30 – 9:30 Uhr

DRK-Familienbildungswerk

Benrather Str. 49 a
40721 Hilden

Ansprechpartnerin:

Anja Thull

Städt. Familienzentrum
Traumquelle/ Kunterbunt

Tel. 02103 91 04 63 00



Pilates (mit Kinderbetreuung)

Pilates bietet ein ganzheitliches Körpertraining nach sieben Prinzipien: Atmung, Zentrierung, Beweglichkeit, Koordination, Lockerheit, Körperwahrnehmung und -haltung. Das Training verbessert die Elastizität der Muskeln und erhöht die Beweglichkeit in den Gelenken. Die Übungen werden mit hoher Aufmerksamkeit auf die präzise Bewegung ausgeführt.

Kursort: Gesundheitsamt Hilden, Kirchhofstr. 33, Multifunktionsraum

09.01. – 20.03.2013	9:15 – 10:00 Uhr
09.01. – 20.03.2013	10:15 – 11:00 Uhr
17.04. – 10.07.2013	9:15 – 10:00 Uhr
17.04. – 10.07.2013	10:15 – 11:00 Uhr
14.01. – 18.03.2013	19:00 – 20:00 Uhr
14.01. – 18.03.2013	20:15 – 21:15 Uhr
08.04. – 01.07.2013	19:00 – 20:00 Uhr
08.04. – 01.07.2013	20:15 – 21:15 Uhr

DRK-Familienbildungswerk

Benrather Str. 49 a
40721 Hilden

Ansprechpartnerin:

Ulrike Cistecky

Anmeldung: Cornelia Halfter
Tel. 02103 556 28

fbw@drk-mettmann.de



Yoga

Als Ausgleich zur Alltagsbelastung vor allem für Eltern oder Berufstätige ist Yoga ein aktiver und bewusster Weg zur Förderung, Pflege und Erhaltung der eigenen Gesundheit.

09.01. – 13.03.2013	mittwochs 18.30 – 20.00 Uhr
09.01. – 13.03.2013	mittwochs 20.15 – 21.45 Uhr
10.04. – 10.07.2013	mittwochs 18.30 – 20.00 Uhr
10.04. – 10.07.2013	mittwochs 20.15 – 21.45 Uhr

DRK-Familienbildungswerk

Benrather Str. 49 a
40721 Hilden

Ansprechpartnerin:

Andrea Behr-Fischer

Anmeldung: Cornelia Halfter
Tel. 02103 556 28

fbw@drk-mettmann.de

Entspannung für Vorschulkinder (für Kinder im Alter von 5 bis 6 Jahren)

Sich auf die Schule vorbereiten, ist eine freudige und aufregende Zeit. Der Beginn der Schulzeit erfordert dann von den Kindern Ruhe und Aufmerksamkeit. Dieser Kurs bietet Ihren Kindern auf fröhliche und gelassene Weise eine Einführung in Stille- und Entspannungsübungen.

Über Anteile des autogenen Trainings, der Progressiven Muskelentspannung, Phantasiereisen und mehr erleben Ihre Kinder einen Ausgleich im Tagesablauf, den sie dann auch in ihren Alltag und späteres Schüler-Leben übertragen können.

Bitte eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen.

Kursleitung: Karin Eckhardt (Entspannungstrainerin)

DIE ARCHE

Städt. Familienzentrum
Schulstraße 35
40721 Hilden

Ansprechpartnerin:

Christiane Schulze
Tel. 02103 9 11 51 30
familienzentrum-arche@
hilden.de



DIE ARCHE | Städt. Familienzentrum Hilden

Dienstags, jeweils von 14:30 – 15:15 Uhr, 8x 1 UStd.

Termine: 28.05., 04.06., 11.06., 18.06., 25.06., 01.07., 09.07., 16.07.

Mit allen Sinnen Bewegung erleben - Psycho- motorik für Körper und Geist (für Kinder im Alter von 5 bis 6 Jahren)

Zur Vorbereitung auf die Schule möchte dieser Psychomotorik-Kurs Ihr Kind in folgenden Bereichen unterstützen: Konzentration - Ausdauer - Gleichgewicht - Sozialverhalten - Kommunikationsfähigkeit - Fein- und Grobmotorik - Entspannung - Wahrnehmung - Reaktion - Denken und Bewegen.

Die Gruppengröße von maximal acht Kindern

DIE ARCHE

Städt. Familienzentrum
Schulstraße 35
40721 Hilden

Ansprechpartnerin:

Christiane Schulze
Tel. 02103 9 11 51 30
familienzentrum-arche@
hilden.de

bietet hierfür individuelle Möglichkeiten für jedes Kind. In der Psychomotorik wird Ihr Kind ganzheitlich gesehen und in seiner Entwicklung unterstützt. Die Psychomotorik verfolgt unter anderem das Ziel, über Bewegungserlebnisse zur Stabilisierung der Persönlichkeit beizutragen.

Bequeme Kleidung (Sportkleidung) und Gymnastikschuhe sind erforderlich.

Kursleitung: Ellen Keller (Erzieherin im FZ, Motopädin)

Mittwochs, jeweils in der Zeit von 15:00 – 16:00 Uhr 8x 1 Std.

Termine: 17.04., 24.04., 08.05., 15.05., 05.06., 12.06., 19.06., 26.06.



DIE ARCHE | Stadt. Familienzentrum Hilden

Die Ferien-Idee! „Intuitives Bogenschießen“ für Kinder ab 10 Jahren (E35095)

Diese zu 95% praxisorientierte Unterweisung führt Kinder von 10 bis 14 Jahren ein in die faszinierende Welt des „intuitiven“ Bogenschießens. „Intuitives Bogenschießen“ nach dem DO KAN YO-Konzept wird ohne Wettbewerb und ohne Erfolgsdruck durchgeführt. Mit Ruhe, Gelassenheit und Selbstdisziplin wird der Körper vom Scheitel bis zur Sohle unter Kontrolle gebracht. Die Teilnehmer/-innen lernen nebenher „vereinstauglich“ zu schießen. - Das komplette Übungsgerät wird gestellt.

Leitung: Volkart Kuhn

Volkshochschule Hilden-Haan

Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 30
www.vhs-hilden-haan.de

Ansprechpartnerin:

Heiner Fragemann
Gerresheimer Str. 20
40721 Hilden

Tel. 02103 50 05 37



Dienstag, 26.03.2013, 10:00 – 17:00 Uhr

1x 8 UStd.,

Gebühr: 29 € (max. 12 Kinder, Anmeldung bis zum 18.03.2013 erforderlich)

Details (Ort etc.) unter www.vhs-hilden-haan.de oder im VHS-Programmheft!

Freizeitangebote für Familien

Zeit für Familie – Ein Wochenende für Eltern und Kinder

An diesem Wochenende erleben Familien eine intensive gemeinsame Zeit abseits vom üblichen Alltag. Eltern und Kinder erleben sich neu, stärken ihre Beziehung zueinander, haben Freude miteinander und sind im lebendigen Kontakt zu anderen Familien. Dabei werden kindliche, familiäre und partnerschaftliche Bedürfnisse gleichermaßen berücksichtigt.

Die Anreise erfolgt privat.

DRK-Familienbildungswerk

Benrather Str. 49 a
40721 Hilden

Ansprechpartnerin:

Anmeldung: Cornelia Halfter
Tel. 02103 556 28

fbw@drk-mettmann.de



Käte-Strobel-Haus, Gummersbach - Finny Breitbach, Andreas Pauly
Anmeldeschluss 28.02.2013

Beginn Freitag, 07.06.2013 ab 17:45 Uhr

Ende Sonntag, 09.06.2013 bis 13:00 Uhr

Der Natur auf der Spur - Erlebniswochenende für Väter und Kinder

Kinder brauchen ihre Väter als Spielgefährten, als Anleiter, als Klettergerüst, als Wegweiser, zum Anlehnen. Den Papa mal für sich allein haben, das wünschen sich viele Kinder.

Gemeinsam aktiv werden, spielen, Spaß haben, bauen, kuscheln, toben, am Lagerfeuer singen, das Miteinander genießen ... - ein ganzes Wochenende lang für Väter und Kinder in der Eifel.

DRK-Familienbildungswerk

Benrather Str. 49 a
40721 Hilden

Ansprechpartner:

Anmeldung: Cornelia Halfter
Tel. 02103 556 28

FZ Traumquelle/Kunterbunt
Birgit Klinge
Tel. 02103 91 04 63 00

Die Anreise erfolgt privat, Verpflegung wird in
Absprache organisiert.

26.04. – 28.04.2013 im KJG-Bildungshaus
Simmerath-Steckenborn
Anmeldeschluss: 28.01.2013

Kath. Familienzentrum
St. Konrad
Ursula Ebelt
Tel. 02103 6 53 16



Spiel-Sport-Spannung: Väter und Kinder in Bewegung

**DRK-Familienbildungswerk in Kooperation mit
Familienzentrum Traumquelle/Kunterbunt**

Kinder brauchen ihre Väter für Spiel, Spaß und zum
Toben. Viele Kinder haben Papa gern mal ganz für
sich. Der Vormittag lädt ein zum Klettern, Springen,
Balancieren, Werfen, Fangen und vielen anderen
Bewegungen.

Veranstaltungsort: Turnhalle Ferdinand-Lieven-
Schule, Lortzingstr. 1

02.03.2013 samstags von 10:00 – 13:00 Uhr

DRK-Familienbildungswerk
Benrather Str. 49 a
40721 Hilden

Ansprechpartnerin:
Heike Trottenberg
DRK-Familienbildungswerk
Tel. 02103/5 56 28

oder Frau Klinge
Städtisches Familienzentrum
Traumquelle/ Kunterbunt

Tel. 02103 91 04 63 00



Spiel-Sport-Spannung: Väter und Kinder in Bewegung

DRK-Familienbildungswerk in Kooperation mit dem katholischen Familienzentrum St. Konrad

im Rahmen der Bildungspartnerschaft Hilden-Süd

Kinder brauchen ihre Väter für Spiel, Spaß und zum Toben. Viele Kinder haben Papa gern mal ganz für sich. Der Vormittag lädt ein zum Klettern, Springen, Balancieren, Werfen, Fangen und vielen anderen Bewegungen.

Veranstaltungsort: Turnhalle Jugendzentrum am Weidenweg, Hilden

DRK-Familienbildungswerk

Benrather Str. 49 a
40721 Hilden

Ansprechpartnerin:

Anmeldung: Cornelia Halfter
DRK-Familienbildungswerk
Tel. 02103/5 56 28

Frau Ebelt

Katholisches Familienzentrum
St. Konrad

Tel. 02103 6 53 16

23.02.2013 samstags von 10:00 – 13:00 Uhr



Essig, Öl & mehr (Kochkurs für Eltern und Großeltern)

Ein ganz besonderes Geschenk aus der eigenen Küche ist ein selbstgemachtes Öl oder ein selbstgemachter Essig. Wenn dann daraus noch ein köstliches Salatdressing wird, ist der Sommerabend perfekt. An diesem Abend werden wir jeweils zwei Sorten Öl und zwei Sorten Essig selber würzen und leckere Salatdressings mit ihnen zubereiten. Zum Abschluss darf alles auf Salat gegessen werden. Bitte eine Schürze pro Person sowie eine Frischhaltedose mitbringen!

Kursleitung: Renate Hodiament-Hancke (Ernährungsberaterin)

Freitag, 07.06.2013, 19:00 – 21:00 Uhr, 1x 2 Std.

DIE ARCHE

Städt. Familienzentrum
Schulstraße 35
40721 Hilden

Ansprechpartnerin:

Christiane Schulze
Tel. 02103 9 11 51 30
familienzentrum-arche@hilden.de



DIE ARCHE | Städt. Familienzentrum Hilden

Fingerfood für Feste und Feiern (für Eltern und Kinder ab 5 Jahre)

Die Geburtstagsfeier Ihres Kindes steht an und Ideenreichtum ist gefragt. Kindergarten oder Schule bitten um Fingerfood für diverse Veranstaltungen - was gelingt schnell und ist lecker?

Die Party zuhause oder ein Picknick am Wochenende sollen ohne großes Kochen dennoch mit Selbstgemachtem bestückt werden?

Sie brauchen Ideen? Dann sind Sie hier genau richtig! Sie erhalten an diesem Nachmittag zahlreiche Rezeptideen und dürfen diese gemeinsam mit Ihrem Kind gleich ausprobieren und testen. Eine köstliche Veranstaltung!

Bitte eine Schürze pro Person sowie eine Frischhaltedose mitbringen!

Kursleitung: Renate Hodiamont-Hancke (Ernährungsberaterin)

DIE ARCHE

Städt. Familienzentrum
Schulstraße 35
40721 Hilden

Ansprechpartnerin:

Christiane Schulze
Tel. 02103 9 11 51 30
familienzentrum-arche@hilden.de



DIE ARCHE | Städt. Familienzentrum Hilden

Freitag, 24.05.2013, 16:30 – 18:30 Uhr, 1x 2 Std.

Über den Tellerrand gucken - Kulinarische Kochreise in die türkische Küche (Kochkurs für Frauen und Männer)

Die türkische Küche ist mit ihren zahlreichen Geschmacksrichtungen und Spezialitäten mit einer großen Auswahl an Gemüse, Früchten, Fleisch und Fisch so vielfältig wie das Land selbst.

Wer die landestypische und abwechslungsreiche

DIE ARCHE

Städt. Familienzentrum
Schulstraße 35
40721 Hilden

Küche kennen lernen, selbst kochen, sich über Land und Leute sowie die türkische Esskultur austauschen möchte, ist an diesem Abend am richtigen Ort. Ein Kochkurs diesmal nicht nur für Frauen ... Alle Speisen können zuhause nachgekocht werden. Bitte pro Person eine Schürze und Frischhaltedosen mitbringen!

Kursleitung: Ayten und Bekir Arslan

Freitag, 21.06.2013, 19:00 – 22:00 Uhr, 1x 3 Std.

Über den Tellerrand gucken - Süßes und herzhaftes Gebäck aus der türkischen Küche (Kochkurs für Frauen)

In der Türkei ist es Tradition, dass sich Frauen wechselseitig bei einer Bekannten oder Freundin treffen. Ein reichhaltig gedeckter Tisch mit herben, salzigen und süßen Teigwaren wie Börek, Cörek, Tuzlu Kurabiye und anderen landestypischen Speisen laden dann zum gemeinsamen Gespräch ein. Im Mittelpunkt des Abends steht das gemeinsame Tun. Ob beim Zubereiten, Essen, Aufräumen oder Austausch bei typischen türkischen Spezialitäten. Ein Glas Tee darf natürlich nicht fehlen. Alle Speisen können zuhause nachgekocht werden. Bitte pro Person eine Schürze und Frischhaltedosen mitbringen!

Kursleitung: Ayten Arslan

Freitag, 22.03.2013, 19:00 – 22:00 Uhr, 1x 3 Std.

Ansprechpartnerin:

Christiane Schulze
Tel. 02103 9 11 51 30
familienzentrum-arche@hilden.de



DIE ARCHE | Städt. Familienzentrum Hilden

DIE ARCHE

Städt. Familienzentrum
Schulstraße 35
40721 Hilden

Ansprechpartnerin:

Christiane Schulze
Tel. 02103 9 11 51 30
familienzentrum-arche@hilden.de



DIE ARCHE | Städt. Familienzentrum Hilden

Ringelblume und Gänseblümchen

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung

Eltern tauchen gemeinsam mit Ihren Kindern in die Welt der Kräuter ein. Die Kinder fühlen, riechen, probieren die Kräuter, aus denen kleine Mitbringsel hergestellt werden. Bitte melden Sie sich zu dieser Veranstaltung an!

Leitung: Barbara Trennhaus

Dienstag, 04.06.2013, 15:00 – 16:30 Uhr
im Familienzentrum an der Erlöserkirche,
Martin-Luther-Weg 3

Evangelisches Familienzentrum an der Erlöserkirche

Martin-Luther-Weg 3
40723 Hilden

Tel. 02103 8 78 17

info@familienzentrum-hilden.de
www.familienzentrum-hilden.de

Ansprechpartnerin:

Claudia Brink



Ab in den Wald - Kinder brauchen Wildnis und Familien erleben die Natur

In Kooperation mit dem Familienzentrum St. Konrad

Der Wald ist ein ganz eigener Lebensraum für viele Tiere und Pflanzen. Dort auf Entdeckungsreise zu gehen, ist zu jeder Jahreszeit spannend – immer ist etwas los im Wald! Bitte melden Sie sich bis spätestens eine Woche vor Veranstaltungsbeginn in der eeb an oder schreiben Sie eine E-Mail an eeb-waldtag@gmx.de. Den Treffpunkt erfahren Sie wenige Tage vor dem Termin von der Kursleitung. Die Termine sind einzeln buchbar! Bitte bringen Sie einen Imbiss und eine Sitzunterlage mit!

Leitung: Susanne Beckers, Deborah Eder, Anja Schmitz

Sonntags, 17.02. – 04.07.2013, 15:00 – 17:30 Uhr

Gebühr pro Termin 10 € für Familien und 5 € für Alleinerziehende

Evangelische Erwachsenenbildung - Familienakademie

Martin-Luther-Weg 1c
40723 Hilden

Tel. 02103 5 39 48

Ansprechpartnerin:

Dr. Susanne Pramann
Cornelia Weinert

info@eeb-hilden.de
www.eeb-hilden.de



6x

Spielplatz unterm Dach

In Kooperation mit dem Evangelischen Familienzentrum Friedenskirche

Dieses Winterangebot bietet kleinen Kindern zwischen 1 und 5 Jahren und ihren Eltern oder Großeltern einen Raum, um gemeinsam zu toben, zu basteln, zu singen und zum zwanglosen Spiel auf dem Bauteppich oder in den Höhlen und auf den Balance-Straßen. Aufgebaut werden Bewegungsstationen, Basteltische und auch eine Cafeteria. Zwischendurch gibt es einen kleinen Singkreis und zum Schluss kommt der „Mann mit dem Zauberkoffer“ – eine kleine Darbietung als allererstes Theater für die Aller kleinsten.

Leitung: Christian Meyn-Schwarze

Freitag, 15:00 – 18:00 Uhr

im Gemeindezentrum Friedenskirche, Molzhausweg 2,
4x freitags vom 11.01. – 01.02.2013, ohne Gebühr

Evangelische Erwachsenenbildung - Familienakademie

Martin-Luther-Weg 1c
40723 Hilden

Tel.: 02103 5 39 48

Ansprechpartnerin:

Dr. Susanne Pramann
Cornelia Weinert

info@eeb-hilden.de
www.eeb-hilden.de



Was steht am Wegesrand?

In Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung

Natur mit Kindern hautnah erleben. Sie lernen Pflanzen am Wegesrand und im Wald kennen. Im Anschluss an die Wanderung gibt es einen kleinen Imbiss mit selbstgesammelten Pflanzen in Familienzentrum a. d. Erlöserkirche. Für Eltern mit Kindern ab 4 Jahren. Bitte melden Sie sich zu dieser Veranstaltung an!

Evangelisches Familienzentrum an der Erlöserkirche

Martin-Luther-Weg 3
40723 Hilden

Tel. 02103 8 78 17

info@familienzentrum-hilden.de
www.familienzentrum-hilden.de

Ansprechpartnerin:

Claudia Brink

Leitung: Barbara Trennhaus

Samstag, 20.04.2013, 10:30 – 13:00 Uhr
im Familienzentrum an der Erlöserkirche,
Martin-Luther-Weg 3,
Gebühr: 10 €



Spielmobil – pädagogisches Angebot für Familien im gesamten Stadtgebiet von Hilden

Circa 30 – 35 Einsätze werden in jeder Saison von Anfang April bis Ende September durchgeführt. Zweimal pro Woche kommt das Spielmobil (bei gutem Wetter!) zu Orten, wo sich Kinder von 2-14 Jahren aufhalten: An Schulen, KITAs und Spielplätzen werden kostenlos pädagogisch betreute offene Spielangebote für Kinder durchgeführt. Das Motto: Viel Spaß, Lust, Spiel, Sport und Spannung! Auch Erwachsene, Eltern, AnwohnerInnen, Spielplatzpatinnen und -Paten sowie die sozialen Einrichtungen im Rahmen der Stadtteilarbeit und sonstige interessierte Menschen sind jederzeit herzlich eingeladen mitzuplanen und mitzumachen.

Spielmobil Hilden

Stadt Hilden/
Abt. Jugendförderung
Heiligenstraße 13
40721 Hilden

Tel. 02103 24 65 52
Fax 02103 24 65 59
www.hilden.de

Ansprechpartner:

Mike Dörflinger
doerflinger@jugendzeit-hilden.de
hilden.de



www.hilden.de/kinder/jugend/familie

Dienstags und donnerstags
von Anfang April – Ende September, jeweils von 15:00 – 19:00 Uhr.

Die Veröffentlichung des monatlichen Fahrplans mit allen Terminen und Orten erfolgt in der Presse, in den sozialen Einrichtungen und im Internet auf www.hilden.de, Menüpunkt „Kinder/Jugend/Familie“.

Die nächste Hilda
erscheint am 01.08.2013



Herausgeber:

Stadt Hilden
Amt für Jugend, Schule und Sport
Am Rathaus 1
4021 Hilden
www.hilden.de

Stand: Dezember 2012

Gestaltung: deus werbung

Titelbild: Gemeinschaftsarbeit von Vorschulkindern der Ev. Kindertageseinrichtung „Sonnen-schein“, entstanden in der Vorlesestunde der Stadtbücherei