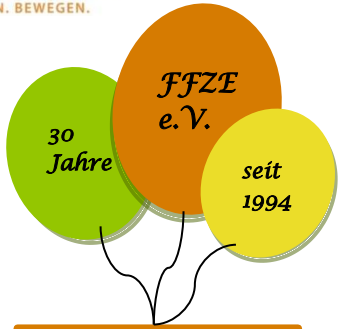




FamilienZentrum am Anger
BILDEN. BEGEGNEN. BEWEGEN.



Programmheft 2024

Wünsche eines Kindes an seine Eltern

(angelehnt an einen Newsletter der „International Study Group“ aus dem Jahr 1963)

Achte auf meine Stärken und positiven Seiten!

Es gibt viele Dinge, die ich noch lernen will, aber ich kann schon sehr viel!

Verwöhne mich nicht!

...aber Sorge gut für mich, solange ich es noch nicht selber kann. Ich weiß sehr wohl, dass ich nicht alles bekommen kann, wonach ich frage. Ich will Dich manchmal nur auf die Probe stellen und mir die Aufmerksamkeit und Zuwendung verschaffen, die ich brauche.

Lass mich selber Dinge ausprobieren!

...aber schütze mich vor Gefahren, die ich noch nicht einschätzen kann! Ich muss auch peinliche und schmerzhaft Situationen erleben, um innerlich zu reifen.

Unterstütze mich bei Dingen, die ich gerne mache!

Dadurch wächst mein Selbstvertrauen. Und halte meine Experimente aus, denn sie sind für mich wichtig, um eigene Erfahrungen zu machen und Dinge zu begreifen.

Sei mir ein Vorbild!

An dir lerne ich, wie man mit Wut, Frust, Stress und Problemen umgeht, aber auch wie man Freude und Zuneigung ausdrückt und mit anderen Menschen umgeht.

Gib mir Rückmeldung über mein Verhalten, wenn wir unter uns sind!

Ich werde Deinen Worten mehr Beachtung schenken, wenn Du mit mir unter vier Augen sprichst und mich nicht vor Anderen blamierst.

Trau Dich, Deine Standpunkte zu vertreten!

Mir ist eine feste Haltung wichtig, weil ich mich dann sicher fühle.

Sei nicht fassungslos, wenn ich zu Dir sage „Ich hasse dich!“

Ich hasse nicht Dich, sondern Deine Macht, meine Pläne zu durchkreuzen.

Sei geduldig mit mir und meckere und nörgle nicht zu viel!

Ansonsten schütze ich mich dadurch, dass ich mich taub stelle.

Sage mir, dass Du mich lieb hast!

Damit vermittelst Du mir die Sicherheit, dass ich immer zu Dir kommen kann, auch wenn ich Dinge getan oder gesagt habe, für die ich mich schäme.

Mach nur Versprechungen, die Du einhalten kannst und willst.

Wenn Du Dich nicht an Deine Versprechungen hältst, fühle ich mich schrecklich im Stich gelassen.

Lass mich ausreden und höre mir zu, wenn ich Fragen stelle!

Sonst wende ich mich an Andere, um dort meine Antworten zu bekommen!

Nimm meine Ängste ernst!

Sie sind erschreckend echt, aber Du kannst mir helfen, wenn Du versuchst, mir zuzuhören und meine Gefühle zu verstehen.

Wenn Dir etwas leid tut, entschuldige Dich auch bei mir.

Glaube nicht, ich nähme Dich nicht mehr ernst - im Gegenteil, ehrliche Entschuldigungen verstärken bei mir das Gefühl von Zuneigung und Verständnis.

Versuche nicht so zu tun als seist du perfekt oder unfehlbar!

Das macht es mir schwer, meine Fehler zuzugeben und daraus zu lernen.

Sorge auch gut für Dich und Deine Bedürfnisse!

Ich spüre Deine Stimmungen und wenn Du Dich ausgeglichen und gut fühlst, färbt Deine Stimmung auf mich ab.

Ich wachse so schnell. Wo ich gestern noch Hilfe brauchte, will ich es heute schon alleine schaffen.

Jeder Tag, an dem Du versuchst, mit meiner Entwicklung Schritt zu halten, ist wertvoll!



Liebe Eltern,

wir freuen uns auf ein neues Jahr mit euch!

Endlich haben wir es geschafft und präsentieren euch unser Programmheft für 2024.

In diesem Jahr feiert unser Verein „Frauen- und Familienzentrum Erfurt e.V.“ 30-jähriges Bestehen. Hurraaa! 🥳

Schaut gerne auch auf unsere Internetseite, falls sich Änderungen ergeben.

Kommt vorbei, wir freuen uns auf euch! 😊

Euer Team vom FamilienZentrum am Anger



Inhaltsverzeichnis

Veranstaltungskalender	04
Krabbelgruppen	16
Selbsthilfe	17
Aktionstage für Familien	18
Veranstaltungen und Workshops	19
Familien-Café und Raumnutzung	29
Kursprogramm	30
Familienbildung vor Ort	39
Familienservice	40
Rat, Hilfe und Beratung	41
Nothilfe	43
Wissenswertes für Eltern	44
Spendenkonto	46
Der Verein - werden Sie Mitglied!	47

09.01.2024	ab 15:30	Kursbeginn „Eltern-Kind-Turnen“	32
09.01.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
10.01.2024	ab 15:30	Kursbeginn „Eltern-Kind-Turnen“	32
10.01.2024	ab 16:00	Familien fragen – Rechtsanwältin antwortet	42
10.01.2024	ab 17:00	SHG für Anfallkranke und deren Angehörige	17
10.01.2024	ab 16:30	Müttergruppe – Emämaa	17
12.01.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
15.01.2024	ab 10:30	Kursbeginn „Spielkreis“	31
16.01.2024	ab 09:00	Kursbeginn „Spielkreis“	31
16.01.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
17.01.2024	ab 09:00	Kursbeginn „Spielkreis“	31
18.01.2024	ab 09:00	Kursbeginn „Eltern-Kind-Turnen“	32
23.01.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
24.01.2024	ab 16:30	Müttergruppe – Emämaa	17
26.01.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
30.01.2024	ab 15:00	Familien-Café	29



Weihnachtspause

Vom **1.** bis **5. Januar 2024** bleibt unser Haus
geschlossen.

02.02.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
02.02.2024	ab 10:00	Generationsübergreifende Krabbelgruppe	16
06.02.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
06.02.2024	ab 17:00	Eltern Medienabend	19
07.02.2024	ab 16:30	Müttergruppe – Emämaa	17
10.02.2024	ab 14:00	Familienfasching	18
13.02.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
14.02.2024	ab 16:00	Familien fragen – Rechtsanwältin antwortet	42
14.02.2024	ab 17:00	SHG für Anfallkranke und deren Angehörige	17
15.02.2024	ab 09:00	Winterferienangebot KIKA	
15.02.2024	ab 17:00	Mitgliederstammtisch	19
16.02.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
20.02.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
21.02.2024	ab 16:30	Müttergruppe – Emämaa	17
22.02.2024	ab 16:00	Familienyoga	20
22.02.2024	ab 19:00	Kursbeginn „Starke Eltern – Starke Kinder“	36
23.02.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
27.02.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
28.02.2024	ab 16:00	Kost-Bar	20



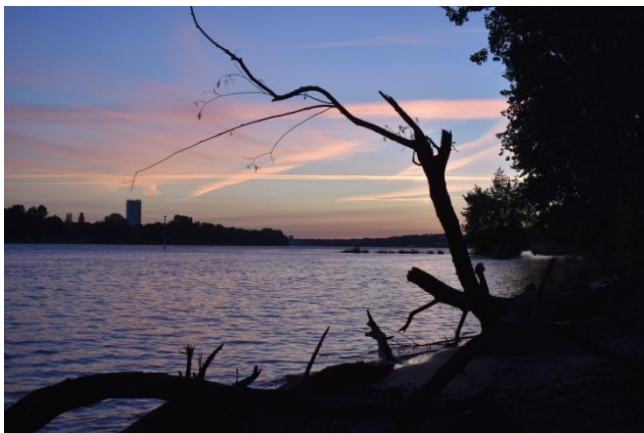
01.03.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
05.03.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
06.03.2024	ab 16:30	Müttergruppe – Emämaa	17
07.03.2024	ab 16:00	Modellier-Workshop	20
08.03.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
08.03.2024	ab 10:00	Generationsübergreifende Krabbelgruppe	16
12.03.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
12.03.2024	ab 15:30	Kursbeginn „Eltern-Kind-Turnen“	32
13.03.2024	ab 15:30	Kursbeginn „Eltern-Kind-Turnen“	32
13.03.2024	ab 16:00	Filz-Workshop	21
13.03.2024	ab 16:00	Familien fragen – Rechtsanwältin antwortet	42
13.03.2024	ab 17:00	SHG für Anfallkranke und deren Angehörige	17
15.03.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
15.03.2024	ab 10:30	Familienfrühstück	21
19.03.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
19.03.2024	ab 16:00	Osterwerkstatt	21
20.03.2024	ab 16:30	Müttergruppe – Emämaa	17
22.03.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
26.03.2024	ab 15:00	Familien-Café	29



02.04.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
03.04.2024	ab 16:30	Müttergruppe – Emämaa	17
05.04.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
09.04.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
10.04.2024	ab 16:00	Familien fragen – Rechtsanwältin antwortet	42
10.04.2024	ab 17:00	SHG für Anfallkranke und deren Angehörige	17
10.04.2024	ab 16:00	Upcycling – Nähworkshop	22
12.04.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
16.04.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
17.04.2024	ab 16:30	Müttergruppe – Emämaa	17
19.04.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
19.04.2024	ab 10:30	Familienfrühstück	22
22.04.2024	ab 09:00	Kursbeginn „Spielkreis“	31
23.04.2024	ab 09:00	Kursbeginn „Spielkreis“	31
23.04.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
23.04.2024	ab 18:30	Filmabend für Eltern	22
24.04.2024	ab 09:00	Kursbeginn „Spielkreis“	31
25.04.2024	ab 09:00	Kursbeginn „Eltern-Kind-Turnen“	32
26.04.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
30.04.2024	ab 15:00	Familien-Café	29



06.05.2024	ab 16:30	Kursbeginn „Ramba-Zamba“	35
07.05.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
08.05.2024	ab 16:00	Familien fragen – Rechtsanwältin antwortet	42
08.05.2024	ab 17:00	SHG für Anfallkranke und deren Angehörige	17
14.05.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
14.05.2024	ab 15:30	Kursbeginn „Eltern-Kind-Turnen“	32
15.05.2024	ab 15:30	Kursbeginn „Eltern-Kind-Turnen“	32
15.05.2024	ab 16:00	Kost-Bar	22
17.05.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
21.05.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
22.05.2024	ab 16:30	Müttergruppe – Emämaa	17
24.05.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
28.05.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
28.05.2024	ab 16:00	Kleine Werkstatt	23
31.05.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
31.05.2024	ab 10:00	Generationsübergreifende Krabbelgruppe	16



Schließtage

Am **2., 3. und 10. Mai 2024** bleibt unser Haus geschlossen.

04.06.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
05.06.2024	ab 16:30	Müttergruppe – Emämaa	17
07.06.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
07.06.2024	ab 09:30	Wohlfühlzeit zu zweit	23
11.06.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
12.06.2024	ab 16:00	Familien fragen – Rechtsanwältin antwortet	42
12.06.2024	ab 17:00	SHG für Anfallkranke und deren Angehörige	17
14.06.2024	ab 14:00	Sommerfest	18
18.06.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
19.06.2024	ab 16:30	Müttergruppe – Emämaa	17
20.06.2024	ab 17:00	Mitgliederstammtisch	23
21.06.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
25.06.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
28.06.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16



23.07.2024	ab 17:00	Familien-Café	29
26.07.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
30.07.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
31.07.2024	ab 15:00	Zuckertüten, Ranzen & Co	24



Sommerpause

Vom **1. bis 19. Juli 2024**

bleibt unser Haus geschlossen.

Es finden in dieser Zeit keine
Kurse/Veranstaltungen/Krabbelgruppen etc.
statt.

02.08.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
05.08.2024	ab 09:00	Kursbeginn „Spielkreis“	31
06.08.2024	ab 09:00	Kursbeginn „Spielkreis“	31
06.08.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
07.08.2024	ab 09:00	Kursbeginn „Spielkreis“	31
08.08.2024	ab 09:00	Kursbeginn „Eltern-Kind-Turnen“	32
09.08.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
09.08.2024	ab 10:30	Familienfrühstück	24
13.08.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
13.08.2024	ab 15:30	Kursbeginn „Eltern-Kind-Turnen“	32
14.08.2024	ab 16:00	Kost-Bar	24
14.08.2024	ab 16:00	Familien fragen – Rechtsanwältin antwortet	42
14.08.2024	ab 15:30	Kursbeginn „Eltern-Kind-Turnen“	32
16.08.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
20.08.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
21.08.2024	ab 17:00	Eltern Medienabend	24
23.08.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
27.08.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
30.08.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16



Schließtag

Am **26. August 2024** bleibt unser Haus geschlossen.

03.09.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
04.09.2024	ab 16:00	Green Family	25
05.09.2024	ab 19:00	Kursbeginn „Starke Eltern – Starke Kinder“	36
06.09.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
06.09.2024	ab 10:00	Generationsübergreifende Krabbelgruppe	16
06.09.2024	ab 15:00	Mitgliederstammtisch	25
10.09.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
11.09.2024	ab 16:00	Familien fragen – Rechtsanwältin antwortet	42
11.09.2024	ab 17:00	SHG für Anfallkranke und deren Angehörige	17
13.09.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
16.09.2024		Start „Erfurter Familienwoche“	18
17.09.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
24.09.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
27.09.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16



01.10.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
08.10.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
08.10.2024	ab 16:00	Kleine Werkstatt	25
09.10.2024	ab 16:00	Familien fragen – Rechtsanwältin antwortet	42
09.10.2024	ab 17:00	SHG für Anfallkranke und deren Angehörige	17
11.10.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
14.10.2024	ab 09:00	Kursbeginn „Spielkreis“	31
15.10.2024	ab 09:00	Kursbeginn „Spielkreis“	31
15.10.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
15.10.2024	ab 15:30	Kursbeginn „Eltern-Kind-Turnen“	32
15.10.2024	ab 18:30	Filmabend für Eltern	25
16.10.2024	ab 09:00	Kursbeginn „Spielkreis“	31
16.10.2024	ab 15:30	Kursbeginn „Eltern-Kind-Turnen“	32
17.10.2024	ab 09:00	Kursbeginn „Eltern-Kind-Turnen“	32
18.10.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
18.10.2024	ab 10:00	Generationsübergreifende Krabbelgruppe	16
22.10.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
25.10.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
25.10.2024	ab 10:30	Familienfrühstück	26
29.10.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
29.10.2024	ab 16:00	Laternenwerkstatt	26



Schließtag

Am **4. Oktober 2024** bleibt unser Haus
geschlossen.

05.11.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
05.11.2024	ab 16:00	Kost-Bar	26
08.11.2024	ab 09:30	Wohlfühlzeit zu zweit	26
08.11.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
12.11.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
13.11.2024	ab 16:00	Familien fragen – Rechtsanwältin antwortet	42
13.11.2024	ab 17:00	SHG für Anfallkranke und deren Angehörige	17
13.11.2024	ab 16:00	Filz-Workshop	27
15.11.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
15.11.2024	ab 15:00	Mitgliederstammtisch	27
19.11.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
19.11.2024	ab 16:00	Kleine Werkstatt	27
21.11.2024	ab 16:00	Familienyoga	27
22.11.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
22.11.2024	ab 10:00	Generationsübergreifende Krabbelgruppe	16
26.11.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
27.11.2024	ab 16:00	Modellier-Workshop	27
30.11.2024	ab 11:00	Weihnachtswerkstatt	18



Schließtag

Am **1. November 2024** bleibt unser Haus geschlossen.

03.12.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
04.12.2024	ab 15:30	Kerzenwerkstatt	28
06.12.2024	ab 09:30	Offene Krabbelgruppe	16
06.12.2024	ab 10:30	Familienfrühstück	28
10.12.2024	ab 15:00	Familien-Café	29
11.12.2024	ab 16:00	Familien fragen – Rechtsanwältin antwortet	42
11.12.2024	ab 17:00	SHG für Anfallkranke und deren Angehörige	17

**Wir wünschen allen Familien eine besinnliche
Adventszeit, ein schönes Weihnachtsfest und
ein glückliches Jahr 2025.**



Weihnachtspause

Vom **13. Dezember 2024** bis **3. Januar 2025**
bleibt unser Haus geschlossen.

Krabbelgruppen

Freitagskrabbelgruppe

In unserer offenen Krabbelgruppe treffen sich Eltern mit ihren Säuglingen und Kleinkindern, um zusammen zu spielen und Kontakte zu knüpfen. Die kindgerechte Atmosphäre bietet den Kleinen viele Anregungen und tolle Spielmöglichkeiten.

Termine

Termine: immer freitags
Zeit: 09:30 bis 11:00 Uhr
Anmeldung: nicht erforderlich

Anmerkung:

An folgenden Tagen findet **keine** offene Krabbelgruppe statt: 18.01. / 09.02. / 29.03. / 03.05. / 10.05. / 14.06. / 20.09. / 04.10. / 01.11. / 29.11. / 13.12.2024

Während der Schließzeiten finden ebenfalls keine Krabbelgruppen statt.

Generationsübergreifende Krabbelgruppe

In dieser Krabbelgruppe treffen sich Eltern mit ihren Säuglingen und Kleinkindern zusammen mit Senioren aus dem St. Elisabeth Stift der Caritas. Drei Generationen verbringen hier wertvolle Zeit miteinander. Den Kleinen bieten sich viele Anregungen und tolle Spielmöglichkeiten. Für die Senioren ist dies eine wertvolle Abwechslung und Möglichkeit Kontakt mit kleinen Kindern zu erleben und in Erinnerungen zu schwelgen.

Termine

Termine: 02.02. / 08.03. / 31.05. / 06.09. / 18.10. / 22.11.2024
Zeit: 10:00 bis 11:00 Uhr
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Selbsthilfe

Müttergruppe – Emämaa

Ein offener Austausch, für Mütter unter 24 Jahren, in dem du deine Gedanken, Erfahrungen und Herausforderungen teilen kannst. Triff andere junge Mütter, die ähnliche Erfahrungen durchleben und baue Freundschaften auf, die über die Gruppe hinausreichen können. Dein Kind kannst du gerne mitbringen.

Termine: 10.01. / 24.01. / 07.02. / 21.02. / 06.03. /
20.03. / 03.04. / 17.04. / 22.05. / 05.06. /
19.06.2024
Zeit: 16:30 Uhr bis 18:00 Uhr
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Selbsthilfegruppe für Anfallkranke und deren Angehörige im FamilienZentrum am Anger

Epilepsie braucht Offenheit

Epileptische Anfälle können sich auf unterschiedlichste Weise bemerkbar machen. Betroffene und Angehörige sind häufig ratlos, was in solchen Situationen zu tun ist und an wen man sich davor oder danach wenden kann. Die *Selbsthilfegruppe* unter der Leitung von Gudrun Raab gibt dabei *nützliche Informationen*, die Möglichkeit sich auszutauschen oder generell mit *Betroffenen in Kontakt zu treten*. Es werden Gäste von außerhalb zu verschiedenen Themen eingeladen und die Möglichkeit für Veranstaltungen etc. eröffnet.

Termine

Termine: 10.01 / 14.02 / 13.03 / 10.04 / 08.05 / 12.06 /
14.08. / 11.09 / 09.10 / 13.11 / 11.12. 2024
Zeit: 17:00 Uhr
Leitung: Gudrun Raab
Kontakt: über das FamilienZentrum am Anger

Aktionstage/Aktionswochen

Wir feiern Kinderfasching, präsentieren unser FamilienZentrum beim Sommerfest mit vielen tollen Angeboten, erleben die Familienwoche mit dem Weltkindertag und stimmen uns voller Vorfreude auf das Weihnachtsfest ein. Unser Hauptaugenmerk liegt dabei darin, Familien ein schönes gemeinsames Erlebnis mit viel Spaß, Freude und Zeit für Gespräche zu ermöglichen.

Familienfasching:

Datum: 10.02.2024

Sommerfest:

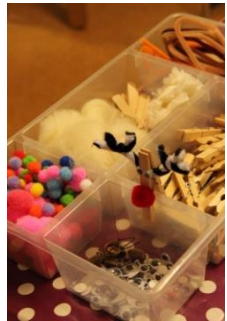
Datum: 14.06.2024

Erfurter Familienwoche:

Datum: 16.09. – 19.09.2024

Weihnachtswerkstatt

Datum: 30.11.2024



Veranstaltungen & Workshops

Bei unseren Veranstaltungen und Workshops können sich Familien mit Kindern in verschiedenen Angeboten (kreativ, musikalisch, kulinarisch, kulturell etc.) aktiv betätigen und sich Tipps, Ideen und Anregungen für zu Hause mitnehmen. Der Spaß an der Sache steht hier im Vordergrund.

Familien Medienabend

[1. Termin]

Medien sind aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. In dieser Veranstaltung erfahrt ihr von den Medienpädagog*Innen von MEiFA allerhand wissenswerte Informationen, rund um das Thema „Aufwachsen von Kindern mit Medien“.

Wann: 06.02.2024 17:00 – 18:30
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Mitgliederstammtisch

[1. Termin]

Bei Kaffee und Kuchen könnt ihr euch in geselliger Runde austauschen, kennenlernen und einfach die entspannte Atmosphäre genießen. Eigene Kinder und Enkel sind ebenfalls gern gesehene Gäste.

Wann: 15.02.2024 17:00 – 19:00
Wo: Familienzentrum (Anger 8)
Wer: Vereinsmitglieder
Kosten: keine
Anmeldung: nicht erforderlich

Familienyoga

[1. Termin]

Ihr habt Lust, Yoga einmal für euch auszuprobieren? Dann ist unsere Schnupperstunde genau das Richtige! Yoga als Sport für Groß und Klein ist gerade in der dunklen Jahreszeit bestens geeignet, den Winter aus den Gliedern zu schütteln.

Wann: 22.02.2024 16:00 – 17:00
Kosten: keine
Referentin: Stephanie Gerig
Anmeldung: 0361 – 5 62 73 84
anmeldung@ffz-erfurt.de

Kost-Bar

[1. Termin]

„Man soll dem Körper etwas Gutes bieten, damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen.“ - Winston Churchill

Unsere Kost-Bar bietet Anregungen und Tipps, wie man gesundes und wohlschmeckendes Essen mit Kindern und für Kinder zubereiten kann. „Lecker“ und „gesund“ passen sehr wohl zusammen!

Wann: 28.02.2024 16:00 – 17:00
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Modellier-Workshop

[1. Termin]

Massage für die Hände...

Mit Modelliermasse geht es hier frei ans Werk. Es wird gerollt, geknetet und modelliert, was das Zeug hält. Zusammen mit deinem Kind gestaltest du dein ganz eigenes Kunstwerk.

Wann: 07.03.2024 16:00 – 17:00
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Filz-Workshop

[1. Termin]

Sei kreativ!

Kaum eine textile Technik bietet mehr Möglichkeiten kreativ zu sein, als das Filzen mit Wolle. Unter fachkundiger Anleitung können Groß und Klein wunderschöne Dinge zur Oster- und Weihnachtszeit oder zu jedem anderen Anlass filzen. Dieser Workshop ist auch für Anfänger*Innen geeignet.

Wann: 13.03.2024 16:00 – 18:00
Kosten: 4,- € (Erwachsener) / 2,- € (Kinder)
Referentin: Claudia Tischer
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Familienfrühstück

[1. Termin]

Die Seele baumeln lassen...

Ein Frühstück speziell für werdende Mamas, Papas und Eltern von Kleinkindern. Wir gestalten für / mit euch ein Familienfrühstück in unserem Haus. Werdet Fragen rund um das Thema Kind, Geburt und Gesundheit los, trifft nette Leute und genießt in entspannter Atmosphäre die Zeit mit eurem Kind.

Wann: 15.03.2024 10:30 – 11:30
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Osterwerkstatt

„Frohe Ostern, frohe Ostern, frohe Ostern überall!“

In unserer Osterwerkstatt könnt ihr für das anstehende Fest dekorative und kreative Schätze zaubern.

Wir laden euch herzlich ein, mit euren Lieben einen Nachmittag mit allerhand Farbe, Kleber und Schere zu verbringen.

Wann: 19.03.2024 16:00 – 17:30
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Upcycling - Nähkurs

Aus alt mach neu!

Die Klamotte liegt schon ewig im Schrank – dann mach doch einfach etwas Neues daraus. In diesem Workshop kannst du deiner Kreativität freien Lauf lassen, dich ausprobieren und in netter geselliger Runde deine Ideen mit anderen teilen.

Wann: 10.04.2024 16:00 – 17:00
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Familienfrühstück

[2. Termin]

Wann: 19.04.2024 10:30 – 11:30
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Filmabend für Eltern

[1. Termin]

Ein informativer Abend für Eltern in entspannter Atmosphäre. Lasst uns, bei einem gemütlichen Filmabend, rund um die Themen Erziehung und Familienalltag gemeinsam in den Austausch kommen. Eine Beschreibung zum „Filmprogramm“ findet ihr kurz vorher auf unserer Internetseite.

Wann: 23.04.2024 18:30 – 20:30
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Kost-Bar

[2. Termin]

Wann: 15.05.2024 16:00 – 17:00
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Kleine Werkstatt

[1. Termin]

Auf die Plätze – fertig – Basteln!

In der kleinen Werkstatt haben große und kleine Besucher die Möglichkeit, sich kreativ auszuprobieren. Dem Forschertrieb und der Freude am Gestalten sind hierbei keine Grenzen gesetzt.

Wann: 28.05.2024 16:00 – 17:00
Kosten: keine
Anmeldung: nicht erforderlich

Wohlfühlzeit zu zweit

[1. Termin]

Dieses Angebot bietet frisch gebackenen Müttern mit Baby eine Pause vom Alltag und Zeit zum Austausch. Wir wollen zusammen kleine Achtsamkeits- und Atemübungen praktizieren, den Körper bewusst wahrnehmen und so in liebevoller Verbindung mit uns selbst stehen.

Wann: 07.06.2024 9:30 – 10:30
Wer: Mütter mit Kindern bis zu 6 Monate
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Mitgliederstammtisch

[2. Termin]

Wann: 20.06.2024 17:00 – 19:00
Wo: Familienzentrum (Anger 8)
Wer: Vereinsmitglieder
Kosten: keine
Anmeldung: nicht erforderlich

Zuckertüten, Ranzen und Co.

„Alle Kinder lernen lesen, ...!“

Gestaltet in diesem Workshop eine ganz persönliche Aufmerksamkeit für Schulanfänger und versüßt ihnen damit den Schulbeginn. Tauscht euch aus mit anderen und lasst euch inspirieren...

Wann: 31.07.2024 15:00 – 17:00
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Familienfrühstück

[3. Termin] *Picknick-Spezial*

Wann: 09.08.2023 10:30 – 11:30
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Kost-Bar

[3. Termin]

Wann: 14.08.2024 16:00 – 17:00
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Familien Medienabend

[2. Termin]

Wann: 21.08.2024 17:00 – 18:30
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Green Family

Nachhaltigkeit, die Spaß macht!

Dies ist ein Angebot für Eltern, die Lust darauf haben, gemeinsam mit ihren Kindern das Thema Nachhaltigkeit für sich vielfältig und spannend zu entdecken. Es erwartet euch eine bunte Mischung aus allerlei Dingen zum Selbermachen.

Wann: 04.09.2024 16:00 – 17:00
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Mitgliederstammtisch

[3. Termin]

Wann: 06.09.2024 15:00 – 17:00
Wo: Frauenzentrum (Pergamentergasse 36)
Wer: Vereinsmitglieder
Kosten: keine
Anmeldung: nicht erforderlich

Kleine Werkstatt

[2. Termin]

Wann: 08.10.2024 16:00 – 17:00
Kosten: keine
Anmeldung: nicht erforderlich

Filmabend für Eltern

[2. Termin]

Wann: 15.10.2024 18:30 – 20:30
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Familienfrühstück

[4. Termin]

Wann: 25.10.2024 10:30 – 11:30
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Laternenwerkstatt

„Ich geh mit meiner Laterne und meine Laterne...!“

Was gäbe es Schöneres, als eine eigene Laterne zu gestalten. In unserer Laternenwerkstatt findet ihr alles, was ihr dafür braucht. Die bunten Kunstwerke, die ihr mit euren Kindern zusammen zaubert, werden zum Laternenumzug sicher so manches Herz erfreuen.

Wann: 29.10.2024 16:00 – 17:30
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Kost-Bar

[4. Termin]

Wann: 05.11.2024 16:00 – 17:00
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Wohlfühlzeit zu zweit

[2. Termin]

Wann: 08.11.2024 9:30 – 10:30
Wer: Mütter mit Kindern bis zu 6 Monate
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Filz-Workshop

[2. Termin]

Wann: 13.11.2024 16:00 – 18:00
Kosten: 4,- € (Erwachsener)/ 2,- € (Kinder)
Referentin: Claudia Tischer
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Mitgliederstammtisch

[4. Termin]

Wann: 15.11.2024 15:00 – 17:00
Wo: Frauenzentrum (Pergamentergasse 36)
Wer: Vereinsmitglieder
Kosten: keine
Anmeldung: nicht erforderlich

Kleine Werkstatt

[3. Termin]

Wann: 19.11.2024 16:00 – 17:00
Kosten: keine
Anmeldung: nicht erforderlich

Familienyoga

[2. Termin]

Wann: 21.11.2024 16:00 – 17:00
Kosten: keine
Referentin: Stephanie Gerig
Anmeldung: 0361 – 5 62 73 84
anmeldung@ffz-erfurt.de

Modellier-Workshop

[2. Termin]

Wann: 27.11.2024 16:00 – 17:00
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Kerzenwerkstatt

„Kleine Kerze, leuchte hier bei uns zu Haus!“

In diesem Workshop hast du die Möglichkeit, zusammen mit deinem Kind passend zur besinnlichen Jahreszeit Kerzen nach deinen eigenen Vorstellungen zu gestalten.

Wann: 04.12.2024 15:30 – 17:30
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Familienfrühstück

[5. Termin] Weihnachts-Spezial

Wann: 06.12.2023 10:30 – 11:30
Kosten: keine
Anmeldung: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de



Familien-Café und Raumnutzung

Familien-Café

Familien sind herzlich eingeladen bei leckerem Kuchen und einer Tasse Kaffee, Tee oder Kakao sich mit anderen Familien zu treffen, über den Familienalltag auszutauschen und den Nachmittag ganz in Ruhe mit den Kindern ausklingen zu lassen.

Termine

Termine: immer dienstags
Zeit: 15:00 – 17:00Uhr
Kosten: pro Gedeck 2 €
Anmeldung: nicht erforderlich



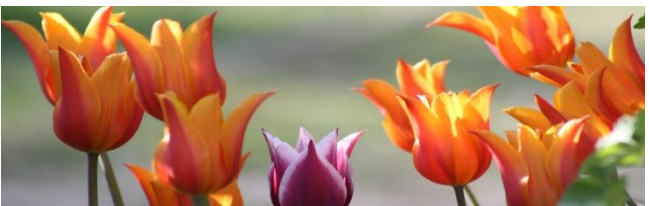
Raumnutzung

Wir machen möglich was geht!

Ihr sucht einen Raum für einen Kindergeburtstag? Ihr wollt euch gern privat mit Freunden und/oder Bekannten zu einer gemütlichen Spiel-Stunde mit euren Kindern treffen und wisst nicht wo?

Dann spricht uns gerne an ☺

Kontakt: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de



Unser Kursprogramm 2023

Zwergensprache®

Mit Babys auf dem Weg zur Sprache



Jeder Mensch – egal ob schon groß oder noch ganz klein – möchte sich selbst ausdrücken und verstanden fühlen.

Noch vor Entwicklung der Lautsprache, können sich die Kleinsten durch einfache und intuitive Handzeichen entwicklungsgemäß und ganz konkret verständlich machen. Das erleichtert den Eltern-Kind-Alltag auf eine faszinierende Weise.

In unseren Zwergensprache-Kursen vermitteln wir mit Spiel, Spaß und Musik die Babyzeichensprache für Anfänger und/oder Fortgeschrittene.

Termine und Kursleiterinnen

[Kursbeginn & Dauer: siehe Homepage www.ffz-erfurt.de und auf Anfrage – direkt bei der Kursleiterin]

Kursleiterin: Susann Kappert
Termine: montags 09:00 – 10:00 & 10:30 – 11:30
Kosten: 120 Euro für 12 Einheiten

Anmeldung:
Tel.: 0176 459 107 18
Mail: Susann.Kappert@babyzeichensprache.com

Kursleiterin: Katharina Krause
Termine: donnerstags 09:00 – 10:00 & 10:30 – 11:30
Kosten: Anfänger: 120 Euro für 12 Einheiten
Fortgeschrittene: 99 Euro für 8 Einheiten

Anmeldung:
Tel.: 0157 3176 4110
Mail: Katharina.Krause@babyzeichensprache.com

Es besteht bei allen Kursen die Möglichkeit, einen AOK Gesundheitsgutschein einzulösen.

Achtung

Bitte überweisen Sie die Teilnehmergebühr direkt an die Kursleiterin, siehe Homepage.

Spielkreis

Der Spielkreis ist für Mütter und Väter mit Babys ab dem 6. Monat oder ab 1 Jahr geeignet, die ihre Kleinen altersgemäß und spielerisch fördern wollen. Unter Leitung einer Sozialpädagogin bekommen sie Spiel-, Sing- und Bewegungsanregungen vermittelt, die mit dem eigenen Kind im Kurs mit viel Freude ausprobiert werden können.

Die natürliche Neugier der Kinder wird genutzt, um sie spielerisch in den Alltag einzubinden und gemeinsame Erfahrungen zu sammeln. Die Kinder nehmen ersten Kontakt miteinander auf und die Eltern haben die Möglichkeit ihr Kind zu beobachten und sich mit anderen Eltern auszutauschen.



Termine

Spielkreis für Eltern mit Kindern ab 6 Monaten:
dienstags / mittwochs 09:00 und 10:30 Uhr

Spielkreis für Eltern mit Kindern ab einem Jahr:
montags 09:00 und 10:30 Uhr

Kurslaufzeiten: 15.01.2024 – 20.03.2024 (10x)
22.04.2024 – 12.06.2024 (7x)
05.08.2024 – 18.09.2024 (7x)
14.10.2024 – 04.12.2024 (8x)

Kursleitung: Angelika Hanisch
Kosten: 52,50 bis 75€ - je nach Kurslänge
Anmeldung: 0361 – 5627384
 anmeldung@ffz-erfurt.de

Eltern-Kind-Turnen

Unter fachkundiger Anleitung werden Eltern gemeinsam mit ihren Kindern im Alter von 1 bis 3,5 Jahren sportlich aktiv. Zur Förderung der kindlichen Motorik bieten wir Eltern und Kindern in diesem Kurs Bewegungsspiele und altersgemäße Übungen an, die die Selbstständigkeit, den Teamgeist und die Konfliktfähigkeit des Nachwuchses stärken.

Ihr als Eltern unterstützt eure kleinen Sportfreunde dabei und könnt euch Ideen und Anregungen für zu Hause holen. Ihr habt zudem die Möglichkeit euch mit anderen Eltern auszutauschen.

Termine

Kleine Springmäuse (1 bis 2 Jahre)

dienstags 15:30 – 16:30 Uhr
mittwochs 15:30 – 16:30 Uhr

Große Erdmännchen (2 bis 3,5 Jahre)

dienstags 16:45 – 17:45 Uhr
mittwochs 16:45 – 17:45 Uhr

Kurslaufzeiten: 09/10.01.2024 – 27/28.02.2024 (8x)
12/13.03.2024 – 30.04.2024 (8/7x)
14/15.05.2024 – 25/26.06.2024 (7x)
13/14.08.2024 – 01/02.10.2024 (8x)
15/16.10.2024 – 03/04.12.2024 (8x)

Kleine Springmäuse am Vormittag (1 bis 2 Jahre)

donnerstags 09:00 – 10:00 und 10:30 – 11:30 Uhr

Kurslaufzeiten: 18.01.2024 – 21.03.2024 (10x)
25.04.2024 – 13.06.2024 (7x)
08.08.2024 – 19.09.2024 (7x)
17.10.2024 – 05.12.2024 (7x)

Kursleitung: Birgit Ahr & Angelika Hanisch
Kosten: 45,00 bis 75,00 € - je nach Kurslänge
Anmeldung: 0361 – 5 62 73 84
anmeldung@ffz-erfurt.de

Das musikalische Eltern-Kind-Konzept von der Geburt bis zum fünften Lebensjahr.



Musikalische Frühförderung lässt Kinder erleben, wie viel Freude im gemeinschaftlichen Musizieren, Singen und Tanzen liegt. Spielerisch wird der Grundstein für ein Leben mit Musik gelegt. Es fördert nicht nur eine enge Verbindung zwischen Eltern und Kind, sondern auch deren ganzheitliche Entwicklung, musikalische Begabung, Sozialverhalten und das Lernen.

Eine Unterrichtsstunde ist unter anderem gestaltet durch Singen, Sprechen, Hören, Instrumentalspiel und Tanzen. Die Kinder lernen mit allen Sinnen und vor allem durch Nachahmung und Wiederholung.

Im Unterricht kommen ungefähr neun Eltern-Kind-Paare zusammen. Die Musikgartenphasen sind in Halbjahresabschnitte eingeteilt und entsprechend dem wachsenden Entwicklungs- und Erlebnisraum der Kinder angepasst.

Die Musikgarten-Phasen:

Musikgarten für Babys	½ - 1½	Jahre
MUGA Phase 1 „Wir machen Musik“	1½-3	Jahre
MUGA Phase 2 „Der musikalische Jahreskreis“	3 – 4	Jahre

Weiterführend:

4 – 6 Jahre

Musik und Tanz für Kinder

Dieses Programm ist in vier Halbjahre unterteilt und schließt mit dem Instrumentenkarussell ab.



Termine

Kurszeiten:	vormittags 10:00 Uhr nachmittags 16:00 und 17:00 Uhr
Kursleitung:	Birgit Hubrich
Kosten:	monatlich 25,00 € ab MUGA 2 28,00 € Musik und Tanz 34,00 €

Anmeldung:

Tel.: 0361 – 222 07 07

E-Mail: musik.hubrich@t-online.de

Information:

Facebook: Kindermusik Birgit Hubrich Erfurt

Flöte

Instrumentaleinstieg mit (weiterführend)	Blockflöte Querflöte	ab 6 Jahre
---	---------------------------------------	------------



Termine

Unterrichtszeiten:	nachmittags 13:30 Uhr; 14:15 Uhr; 15:00 Uhr und nach Vereinbarung für ältere Schüler auch ab 18:15 Uhr
Lehrerin:	Birgit Hubrich
Kosten:	monatlich Einzelunterricht 62,00 € Partnerunterricht (p.P.) 31,00 €

Anmeldung: 0361 – 222 07 07
musik.hubrich@t-online.de

Ramba – Zamba

ein Theaterkurs für GROß und klein

Begreifen kommt von Greifen.

Lernt die Gedankenwelt eurer Kinder näher kennen und begeben euch gemeinsam auf eine kreative Reise. In diesem Kurs geht es um die Fragen, die Kinder bewegen und die Freude am Theaterspiel. Mit Methoden aus der Theaterpädagogik nähern wir uns den *großen Themen* eurer *kleinen Entdecker* mit viel Spaß an der Sache an.

Was macht einen guten Freund aus und warum sehen nicht alle Menschen gleich aus? (...)

Es werden Geschichten erzählt, Puppentheater gespielt und Emotionen raus gelassen. Ihr als Eltern seid hierbei ebenso gefragt wie eure Kinder.

Und warum das Ganze?

Nicht nur, dass ihr eine gute Zeit mit eurem Kind verbringen könnt, damit wird gleichzeitig ihr Selbstvertrauen gestärkt und ein positives Selbstbild gefördert. Die Theaterübungen unterstützen den Spracherwerb, die Koordination, Körperbeherrschung und Konzentrationsfähigkeit.

Im Fokus stehen die Freude am Theaterspiel und die Persönlichkeitsentwicklung eurer Kinder.

Termine

Wann: montags 15:30 – 16:30 Uhr

Für wen: Kinder zwischen 5 und 6 Jahren
und ihre Eltern/Großeltern etc.

Kurslaufzeiten: 06.05.2024 – 17.06.2024 (6x)
(ACHTUNG: am 20.05.24 findet kein Kurs statt – Pfingsten)

Kosten: 45€

Kursleitung: Melanie Messerschmidt

Anmeldung: 0361-5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de

Starke Eltern – Starke Kinder®



Elternkurs des Deutschen Kinderschutzbundes

Eltern lernen in 8 Seminaren den anleitenden Erziehungsstil kennen.

Ziel unseres Kurses ist es, das Selbstbewusstsein und die Eigenverantwortung der Eltern zu stärken, damit sie Sicherheit gewinnen und starke Eltern starker Kinder werden.

Im Kurs wird den Eltern vermittelt, wie sie ihre Kinder besser verstehen können, einen positiveren und gelasseneren Blick auf ihr Kind bekommen, es fördern und wie sie Stress, Unsicherheit und Aggression dem eigenen Kind gegenüber bewältigen können.

Das FamilienZentrum am Anger lädt alle Eltern ein, gemeinsam mit anderen Eltern Erfahrungen auszutauschen, und nach theoretischem Einstieg durch Gruppenarbeit, Selbsterfahrung, Rollenspiel und praktischen Übungen das Gehörte zu vertiefen.

Bei Bedarf kann dieser Kurs angepasst auch für Großeltern angeboten werden. Sprecht uns gerne an.

Termine

- Zeit: donnerstags von 19:00 – 20:30 Uhr
- Termine: 22.02.2024 – 11.04.2024 (8x)
05.09.2024 – 07.11.2024 (8x)
- Kursleitung: Birgit Ahr & Melanie Messerschmidt
- Kosten: 25,- €
und mit Familienpass 12,50 €
- Anmeldung: 0361- 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de



„Bessere Chancen für Kinder ermöglichen...“

Die Eltern-AG ist ein freiwilliger und kostenfreier Kurs für Eltern mit Kindern bis zum Vorschulalter. In diesem Kurs sind die Eltern die Expert*Innen und die Themen **Familie** und **Erziehung** stehen im Mittelpunkt.

Hier habt ihr einen geschützten Raum, um mit anderen Eltern zu diskutieren, sich Tipps zu holen oder zu geben und dabei in gemütlicher Runde mit anderen Müttern und Vätern über Erfahrungen zu sprechen.

Bei Bedarf können eure Kinder in dieser Zeit kostenfrei bei uns betreut werden. Auch werdende Eltern sind herzlich willkommen. Dieser Kurs wird von zwei ausgebildeten Kursleiterinnen, den Mentoren, geleitet.

Termine

- Termin: auf Anfrage
- Zeit: ein Kurs umfasst 18 Treffen
- Kursleitung: Angelika Hanisch
- Kosten: kostenfrei
- Weitere Infos: 0361 – 5627384
anmeldung@ffz-erfurt.de



Die Seele baumeln lassen.

Dieses Angebot richtet sich speziell an werdende Mamas, Papas und Eltern von Kindern bis 5 Jahren. Trefft andere Eltern und genießt in entspannter Atmosphäre die Zeit mit eurem Kind.

Ihr habt zudem die Möglichkeit, Fragen rund um das Thema Kind, Geburt und Gesundheit loszuwerden.

Termine

Zeit: Freitags 10:30 – 11:30 Uhr

Termine: 15.03. / 19.04. / 09.08. / 25.10. / 06.12.2024

Kursleitung: Michaela Steinmetz
 Familienkinderkrankenschwester

Kosten: keine

Anmeldung: 0361- 5 62 73 84
 anmeldung@ffz-erfurt.de



Und was gibt es noch?

„FaBi vor Ort“ – Familienbildung vor Ort

„FaBi vor Ort“ ist ein Angebot, um gemeinsam mit Kindertageseinrichtungen und Grundschulen eine bessere Erreichbarkeit von Familienbildungsangeboten für Eltern zu schaffen und diese vor Ort durchzuführen.

***Nicht die Eltern kommen zu uns, sondern wir
kommen zu den Eltern.***

Wir wollen mit den Kitas / Schulen zusammenarbeiten, da diese an den Schaltstellen für Elternkontakte sitzen und hochgradig sensibilisiert Bedürfnisse von Eltern und Kindern wahrnehmen. Ziel ist ein Miteinander von Eltern, Kitas, Schulen und den Familienzentren zu schaffen.

Wir unterstützen beim Elternstammtisch oder Elternabend und bieten je nach Bedarf eine Elternsprechstunde oder einen Elternkurs vor Ort an.

Setzen Sie sich gern mit uns in Verbindung, um einen Termin abzustimmen 😊

Themen können z.B. sein:

- Wege aus der Brüllfalle
- Frühe Eltern-Kind-Bindung
- Geschwisterkinder
- Wut im Bauch – Aggression bei Kindern
- Kinderängste – Elternängste
- Kinder und neue Medien
- Spielen in der Familie

*Es braucht ein ganzes Dorf,
um ein Kind großzuziehen*

afrikanisches Sprichwort

Familienservice

Familienpass der Stadt Erfurt

Jede in Erfurt gemeldete Familie mit mindestens einem minderjährigen Kind hat Anspruch auf den Familienpass, welcher mit vielen Angeboten im sportlichen, kreativen und kulturellen Bereich im Bürgeramt, Jugendamt oder Haus der Sozialen Dienste abgeholt werden kann.

Familienunterstützende Kinderbetreuung



Während bestimmter Kurse und Veranstaltungen in unserem Haus ist eine kostenfreie Kinderbetreuung möglich.

Eine **Differenzzeitbetreuung** ist situationsbedingt möglich, bitte setzen Sie sich dafür frühzeitig mit uns in Verbindung. Die Betreuung findet in unserem Haus statt.

Individuelle Krabbelgruppen

Sprecht uns an, wir schauen, was möglich ist!

Tel.: 0361 – 5627384

Mail: anmeldung@ffz-erfurt.de

Ausleihdienst

vom Schwungtuch bis zum Kinderbuch

Wir verleihen Reisebettchen, Hochstühle und Spielmaterial, sowie vieles weiteres mehr.

Sprecht uns gerne an.



Rat, Hilfe und Beratung

Anlauf-, Beratungs- und Vermittlungsstelle

im FamilienZentrum am Anger

Als Anlauf-, Beratungs- und Vermittlungsstelle für Eltern liegt unser *Schwerpunkt in der Erziehungsberatung*. In anderen Fragen überlegen wir mit Ihnen gemeinsam, welche weiterführenden Kooperations- und Hilfsangebote nötig sind, um eine Lösung zu finden.

Schuldnerberatung

im FamilienZentrum am Anger

In unserer Schuldnerberatung bekommen Sie *kostenfrei Beratung, Hilfe und Unterstützung* bei der Sicherung Ihrer materiellen Existenz und der *Regulierung Ihrer Schulden*. Zusammen bringen wir Klarheit in Ihre Schulden-situation. Wir erarbeiten maßgeschneiderte Entschuldungs- und Entlastungsstrategien und begleiten Sie bei deren Umsetzung.

Bitte vereinbaren Sie einen Termin, oder schreiben Sie uns eine E-Mail.

[Beratungen sind nur nach vorheriger Terminvereinbarung möglich]

Tel.: 0361 – 5 62 73 85

Mail: Schuldnerberatung@ffz-erfurt.de

Hebammen Sprechstunde

im FamilienZentrum am Anger – auf Anfrage

Ihr könnt bei uns im Haus auf Anfrage eine Hebammen-Beratung in Anspruch nehmen. Die Termine werden individuell vereinbart.

Bitte vergesst zu dem Termin eure Krankenkassenkarte nicht.

Hebamme: Cindy Scharfenberg

Kontakt: 01520568449

Familien fragen – Rechtsanwältin antwortet

im FamilienZentrum am Anger

Wir bieten euch eine Möglichkeit auf Eure Fragen zum Beispiel zum Thema Sorgerecht, Kindesunterhalt oder Arbeitslosenleistungen Antworten zu bekommen.

Termine

- Zeit: mittwochs 16:00 – 17:00
- Termine: 10.01.2024
14.02.2024 14.08.2024
13.03.2024 11.09.2024
10.04.2024 09.10.2024
08.05.2024 13.11.2024
12.06.2024 11.12.2024
- Rechtsanwältinnen: I. Leubner und C. Riedel
(Familien- und Sozialrecht)
- Kosten: keine
- Anmeldung: 0361- 5 62 73 84
anmeldung@ffz-erfurt.de



Nothilfe

Eltern-Sorgentelefon

Erfurt: 0361- 6000006
Bundesweit: 0800 – 1110550

Kinder- und Jugendsorgentelefon

Kinder- und Jugendschutzdienst Erfurt - "HAUT-NAH"
Mainzerhofplatz 3, 99084 Erfurt
Tel.: 0361 – 7360124 oder 116 111 (Bundesweit)

Kinder- und Jugendzuflucht

„Schlupfwinkel“
Mainzerhofplatz 3, 99084 Erfurt/Altstadt
Tel.: 0361 – 55 19939

Frauennotruf Erfurt

Tel.: 0800 – 116016

Frauenhaus Erfurt

Tel.: 0361– 7462145 (rund um die Uhr)

Interventionsstelle gegen häusliche Gewalt

Anger 12, 99084 Erfurt
Tel.: 0361 – 5416868 /
Mail: kontakt@interventionsstelle-erfurt.de

Notruf

Polizei	110
Rettungsdienst/ Feuerwehr	112
Giftnotruf	0361 – 730730
Ärztlicher Notdienst	116 117

Wissenswertes für Eltern

Verband alleinerziehender Mütter
und Väter



Zschochernstraße 35, 07545 Gera
Tel.: 03 65 – 55 19 674

Erziehungs-, Ehe-, Familien- & Lebensberatungsstellen

Caritasverband (Regierungsstraße 55)	0361- 5 55 33 70
PRO FAMILIA (Melanchtonstraße 6)	0361- 5 62 17 47
Psychologische Beratungsstelle (Schillerstraße 12)	0361- 3 46 57 22

Schwangerschaftsberatungsstellen

donumvitae	0361 – 602 94 82
pro familia	0361 – 373 16 87
caritasverband	0361 – 555 33 51

FrauenZentrum Erfurt

Pergamentergasse 36, 99084 Erfurt
Tel.: 0361 – 2251473
Mail: frauenzentrum-erfurt@t-online.de
www.frauenzentrum-erfurt.de

Zentrum für Integration und Migration

Rosa-Luxemburg-Str. 50, 99086 Erfurt
Tel.: 0361 – 6431535
www.integration-migration-thueringen.de

Evangelischer Kirchenkreis Büro für ausländische Mitbürger

Wenigemarkt 5, 99084 Erfurt
Tel.: 0361 – 777 921 43

Bürgerbeauftragter des Landes Thüringen

Dr. Kurt Herzberg

Tel.: 0361 – 573 11 38 71

Mail: post@buergerbeauftragter-thueringen.de

Hebammen-Unterstützung

Informationen unter:

www.hebammenlandesverband-thueringen.de

www.hebammenfuerdeutschland.de

Bildungs- und Teilhabegutscheine

Für kostenpflichtige Kurse und Angebote nehmen wir gern einen Bildungsgutschein entgegen. Diesen Gutschein erhalten Sie für Ihr Kind im Haus der Sozialen Dienste (Juri-Gagarin-Ring 150, Telefon: 0361-655 61 61). Voraussetzung ist ein Sozialausweis oder die Prüfung einer Bedürftigkeit.

Für Erfurter Familien ...

Family-Club / Deutscher Familienverband	www.dfv-thueringen.de
Mehrgenerationshaus	www.mmev.de
Geburtshaus	www.erfurter-geburtshaus.de
Stadt Erfurt	www.erfurt.de
Seelensteine	www.erfurter-seelensteine.de
Erfurter Kinderseite	www.kinderinerfurt.de
Stadtjugendring	www.stadtjugendring-erfurt.de
Stadtsporthund	www.stadtsportbund-erfurt.de
Naturfreunde	www.naturfreunde-thueringen.de
Jesus-Projekt	www.jesus-projekt-erfurt.de

Eine Übersicht für weitere Anlaufstellen für Familien findet ihr auf unserer Internetseite.

Spenden – FamilienZentrum am Anger

Unterstützen Sie unsere Arbeit mit einer Spende ☺

Als gemeinnützige Einrichtung sind wir auf Spenden angewiesen. Jeder Euro kommt Erfurter Familien direkt zu Gute. Sie selbst können zudem jederzeit einen Zweck für Ihre Spende bestimmen. Eine Spendenquittung stellen wir Ihnen gerne aus.

IBAN: DE 85 8207 0024 0160 7340 00

Kontoinhaber: Frauen- und FamilienZentrum Erfurt e.V.



[Foto von Sharon McCutcheon von Pexels]

Wir sagen Danke ☺

FamilienZentrum am Anger – gefördert durch:



Frauen- und FamilienZentrum

Erfurt e.V. (seit 1994)

In seinen beiden Einrichtungen – **FrauenZentrum Erfurt** und **FamilienZentrum am Anger** – bietet unser gemeinnütziger Verein Kontakt-, Informations-, Bildungs- und Beratungsmöglichkeiten für alle * Frauen, Männer, Familien und Kinder.

Wir Leben Vielfalt und fördern den Dialog der Generationen.

Wir setzen uns für die Belange von Familien und Frauen aktiv ein. Gemeinsam mit unseren Unterstützer*Innen gestalten wir hierfür jedes Jahr ein buntes und vielfältiges Angebotsprogramm in den Bereichen Frauenarbeit und Familienbildung. Auch bei Problemen mit Schulden stehen wir in unserer Schuldnerberatungsstelle als kompetenter Partner so manchem zur Seite.

Schaut doch einfach mal vorbei und lernt uns kennen ☺

Nachwuchsförderung

In beiden Einrichtungen besteht die Möglichkeit ein Praktikum im Rahmen einer Studienleistung oder im Rahmen einer Ausbildung zu absolvieren.

FamilienZentrum am Anger

Ein Praktikum ist ab einer Dauer von 6 Wochen und auf Nachfrage möglich.

Ansprechpartner: Frau Messerschmidt & Frau Hanisch
Anfragen bitte per Mail: info@ffz-erfurt.de

FrauenZentrum Erfurt

Ein Praktikum ist ab einer Dauer von 6 Wochen und auf Nachfrage möglich.

Ansprechpartner: Frau Erdmenger & Frau Hildesheim
Anfragen bitte per Mail: frauenzentrum-erfurt@t-online.de

Besucht uns auch im Internet!

FrauenZentrum

www.frauenzentrum-erfurt.de

FamilienZentrum

www.ffz-erfurt.de



Das FrauenZentrum Erfurt – **ein Ort von Frauen für Frauen** bietet Beratung und Hilfe, Kommunikation und Information, Bildung und Kultur für **ALLE** Frauen.

Wir unterstützen in schwierigen Lebensphasen, bei Gewalterfahrungen, Partnerschaftskonflikten, in Krisen- und Problemsituation.

Offene Sprechstunde der Frauenberatung jeden Mittwoch 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Ihr findet bei uns einen guten Ort. Es gibt Rat und Hilfe, **Gesprächs- und Beratungsangebote**. Regelmäßige Veranstaltungen und Kurse mit den unterschiedlichsten Themenschwerpunkten sind fester Bestandteil des Jahresprogramms. **Wichtige Themen** von Frauengesundheit bis Geschlechtergerechtigkeit finden bei uns ihren Platz und werden diskutiert.

- **Künstlerinnen** stellen ihre Werke aus.
- Zahlreiche **Frauen-Gruppen** haben bei uns ihren Treffpunkt.
- Das **FrauenCafé** lädt zu Begegnung und Austausch ein
- Die **Bibliothek** bietet frauenorientierte Literatur und einen freundlichen Leseplatz

Wir helfen Frauen, ihre Rechte einzufordern und wahrzunehmen.

„Die Frage ist nicht, wer mich lässt, sondern wer mich stoppt“ (Ayn Rand)

FrauenZentrum Erfurt

Pergamentergasse 36, 990984 Erfurt

Tel.: 0361 – 2251473

Fax.: 0361 – 654785

info@frauenzentrum-erfurt.de

www.frauenzentrum-erfurt.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag ab 10:00 Uhr
und nach Vereinbarung

Mitgliederstammtisch

-Weil es zusammen schöner ist-

Wir laden alle Vereinsmitglieder recht herzlich zu unserem **Mitgliederstammtisch** ein. Dieser findet quartalsweise im Familien- oder FrauenZentrum statt.

Wo? Anger 8 / 99084 Erfurt
Wo genau? 1. Etage
Wann? Donnerstags 17:00 Uhr – 19:00 Uhr
Donnerstags 15:00 Uhr – 17:00 Uhr

Am:

15.02.2024 – Familienzentrum (17:00 – 19:00 Uhr)
20.06.2024 – Familienzentrum (17:00 – 19:00 Uhr)
06.09.2024 – Frauenzentrum (15:00 – 17:00 Uhr)
15.11.2024 – Frauenzentrum (15:00 – 17:00 Uhr)

Bei Kaffee und Kuchen könnt ihr in netter Runde andere Vereinsmitglieder kennenlernen, Pläne für neue Projekte schmieden, euch austauschen oder auch einfach die Seele mal baumeln lassen. Eigene Kinder, Enkel und Urenkel etc. sind ebenfalls gern gesehene Gäste. Sie können unseren Spielbereich nutzen und ihrer Kreativität freien Lauf lassen.

Und warum das alles? Als Dankeschön für eure Treue und Engagement. Vereinsleben heißt, den Verein in Gemeinschaft gestalten.

**„In einer Gemeinschaft wird aus vielen Ich ein
Wir“ (Erwin Ringel)**

Kommt vorbei, wir freuen uns auf euch ☺

Impressum

Inhalt: FamilienZentrum am Anger
Änderungen vorbehalten

ONLINE GEDRUCKT VON

SAXOPRINT 

FamilienZentrum am Anger

Träger: Frauen-undFamilienZentrum Erfurt e.V.

anerkannter freier Träger der Jugendhilfe.

Anger 8, 99084 Erfurt
Tel.: 0361 – 5 62 73 84
Fax.: 0361 – 5626201

www.ffz-erfurt.de
info@ffz-erfurt.de

Unsere Öffnungszeiten

Montag	09:00 - 16:00 Uhr
Dienstag-Donnerstag	09:00 - 18:00 Uhr
Freitag	09:00 - 14:00 Uhr

und nach Vereinbarung

Bankverbindung zur Zahlung von Kursgebühren:

IBAN:

DE 85 8207 0024 0160 7340 00

Kontoinhaber:

Frauen- und FamilienZentrum Erfurt e.V.

Betreff:

Name des Kursteilnehmers, Kursname, Kurszeit

Schuldnerberatung

Tel.: 0361 – 5 62 73 85
Mail: schuldnerberatung@ffz-erfurt.de

Öffnungszeiten

Montag	10:00 - 16:00 Uhr
Dienstag	10:00 – 18:00 Uhr
Mittwoch & Donnerstag	10:00 - 16:00 Uhr
Freitag	10:00 - 14:00 Uhr

Nur nach telefonischer Terminvereinbarung oder per Mail!

Ihre Ansprechpartnerinnen

Melanie Messerschmidt melanie.messerschmidt@ffz-erfurt.de
(Leitung)

Birgit Ahr birgit.ahr@ffz-erfurt.de
(Führungsteam)

Angelika Hanisch angelika.hanisch@ffz-erfurt.de
(Führungsteam)

Mitglied im:





FamilienZentrum am Anger

BILDEN. BEGEGNEN. BEWEGEN.



Wegbeschreibung

Das FamilienZentrum am Anger befindet sich am Anger 8, direkt gegenüber vom Haupteingang der Hauptpost.

Der Anger ist mit allen Stadtbahnlinien (Haltestelle Anger) zu erreichen.



Wir freuen uns auf euch! 😊

Euer Team vom FamilienZentrum am Anger