



Programm

Frauen- und Mütterzentrum



in Zusammenarbeit mit dem
Tagesmütterverein
Kehl Hanauerland e.V.

2012

Wir lösen
ELTERNGUTSCHEINE
EIN

STÄRKE

Kehl
AM RHEIN





ein Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

engagierte Frauen haben zusammen mit der Leiterin des Frauen- und Mütterzentrums (FMZ) und in Kooperation mit dem Tagesmütterverein und weiteren Kehler Einrichtungen für das Jahr 2012 ein umfangreiches Programm zusammengestellt. Eine gute Kooperation und Vernetzung mit sozialen Einrichtungen gehört zur Basis der Arbeit des Frauen- und Mütterzentrums. Nur so ist es möglich, die Programmangebote an den Bedürfnissen und Wünschen der Besucherinnen und Besucher auszurichten.

Neben verschiedenen Bildungsangeboten und in Folge großer Nachfrage hat das FMZ insbesondere die Eltern-Kind-Spielgruppen deutlich ausgebaut. Unter professioneller Anleitung finden Eltern Raum und Zeit, um sich in entspannter Atmosphäre mit anderen Müttern und Vätern zu treffen und zusammen mit ihren Kindern praktische Informationen zur frühkindlichen Förderung und Bildung zu erhalten. Ganz neu im diesjährigen Programm ist das „Babycafé mit Gästen“, welches sich im Aufbau befindet und Eltern mit Babys dazu einlädt, sich mit anderen auszutauschen. Nicht selten entwickeln sich daraus nachbarschaftliche Netzwerke. Bei Bedarf können zu bestimmten Themen Fachleute eingeladen werden.

Innovativ geht es weiter mit dem Aufbau von FAM-TISCHEN, einem gemeinsamen Projekt des FMZ mit der Gemeinwesenarbeit Kreuzmatt und der Psychologischen Beratungsstelle Kehl. Mütter und Väter treffen sich zum Gespräch über Themen des Alltags wie beispielsweise Erziehung, Gesundheit und Ernährung in der Wohnung einer Gastgeberin.

Der Geist des FMZ ist geprägt von ehrenamtlichem Engagement. Frauen bringen ihr Wissen und ihre Erfahrungen ins Team ein und gestalten mit ihren Ideen und Visionen das Bild der Einrichtung. Diese enge Vernetzung an der Basis ist im Konzept des Frauen- und Mütterzentrums von wesentlicher Bedeutung und ausschlaggebend für die Angebote, welche Sie auf den folgenden Seiten finden.

Ich wünsche Ihnen beim Lesen des neuen Programms viel Spaß und hoffe, dass Sie das ein oder andere Angebot für sich nutzen.

Edeltraut Böhler

Edeltraut Böhler

Leiterin des Frauen- und Mütterzentrums

Inhalt:

- 2 Beratung für Frauen
- 4 FAM-Tische
- 5 Kreative Angebote
- 6 Eltern-Kind-Spielgruppen
- 8 Baby-Café mit Gästen
- 9 Frauencafé
- 10 Selbsthilfegruppe für Menschen mit Borderline-Störung
- 11 Stärke-Kurs für Mütter, nach Trennung oder Gewalterfahrung
- 12 Von der Erziehung zur Beziehung
- 13 Vortrag zum Internationalen Frauentag
- 14 Mars, Milchschnitte und Co. - Lebensmittel für Kinder?
- 15 Erste Hilfe bei Kindern
- 16 Sinnesentwicklung von Kleinkindern
- 17 „Wilde Zeiten“ - Lesung mit Kettly Mars
- 18 Informationsveranstaltung Frühe Hilfen im Ortenaukreis
- 19 Wenn Eltern schwierig werden
- 20 Lösungswege entdecken mithilfe des Psychodramas
- 21 N E I N sagen Mädchen - Jungen sagen S T O P
- 22 Umgang mit Empfindsamkeit und Hochsensibilität
- 23 Babymassage - Berührung mit Respekt
- 24 Von der Erziehung zur Beziehung - Ein Angebot für Väter
- 25 Zeit für mich - tanztherapeutische Selbsterfahrung für Mütter
- 26 Babysitter - Ausbildung und Vermittlung
- 27 Ich nehme meine Zeit in die Hand
- 28 Zu dieser Ausgabe & Platz für Notizen
- 29 Das Team des FMZ Kehl

Eine Ermäßigung von Kursgebühren ist grundsätzlich bei Bedarf möglich.

Bitte nehmen Sie mit uns Kontakt auf.

Beratung für Frauen

Frauen, die sich in einer Notsituation, einer Beziehung mit körperlicher Gewalt, einer Trennungsphase oder einer anderen Konfliktlage befinden, bietet das Frauen- und Mütterzentrum eine Anlaufstelle. Hier finden sie möglichst kurzfristig und unbürokratisch kompetente Beratung und Informationen über verschiedene Hilfsangebote.

Frauen- und Mütterzentrum Kehl

Beraterin: Edeltraut Böhler, Dipl.-Sozialarbeiterin,
Systemische Familientherapeutin

Telefon: 07851 4425

Termine: nach Vereinbarung

Frauen helfen Frauen Ortenau e.V.

Externe Beratung im Frauen- und Mütterzentrum Kehl
(im Beratungsraum von Leuchtfeuer e.V.)

Beraterin: Gertrud Rose, Fachberaterin

Telefon: 07851 8866134

Termine: jeden letzten Mittwoch im Monat,
10.00 bis 12.00 Uhr

Frauen helfen Frauen Ortenau e.V.
Wilhelm-Bauer-Straße 5, 77652 Offenburg

Telefon: 0781 34311
Informationen, Beratungen, Begleitung,
Aufnahme in das Frauenhaus
Montag bis Freitag: 8.00 bis 12.00 Uhr

Telefon: 0160 2459480
Wochenendbereitschaft
zur Aufnahme in das Frauenhaus

Fax: 0781 9482150

Mail: info@frauenhaus-ortenau.de

HP: www.frauenhaus-ortenau

„info-line“ - anonyme Telefonberatung

Telefon: 0781 9195222

Sprechzeiten: Dienstag, Mittwoch, Donnerstag:
8.00 bis 12.00 Uhr;

Montag, Donnerstag, Freitag:
18.00 bis 21.00 Uhr

ganz-
jährig

FAM-TISCHE

Familien im Gespräch

in Zusammenarbeit mit der Psychologischen
Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche
und der Gemeinwesenarbeit Kehl Kreuzmatt

Mit FAM-TISCHEN startet das Frauen- und Mütterzentrum ein neues, unkonventionelles Bildungsangebot für Familien in Kehl. Mütter und Väter treffen sich zum Gespräch über Themen des Alltags wie Erziehung, Gesundheit und Ernährung in der Wohnung einer Gastgeberin, die sechs bis acht Personen aus ihrem Bekanntenkreis oder der Nachbarschaft zu sich nach Hause einlädt. Eine Moderatorin regt mit einem kurzen Film das Gespräch unter den Beteiligten an.

Bei FAM-TISCHEN mit Migrantinnen kommen die Moderatorinnen aus verschiedenen Kulturen und diskutieren in ihrer Muttersprache. Es gibt auch interkulturelle FAM-TISCHE, bei denen Teilnehmer und Teilnehmerinnen aus unterschiedlichen Kulturen auf Deutsch miteinander sprechen.

Frauen, die gerne als Moderatorin mitarbeiten oder als Gastgeberin Mütter und Väter zu sich nach Hause einladen möchten, wenden sich an eine der folgenden Einrichtungen:

■ Frauen- und Mütterzentrum,
Edeltraut Böhler: 07851 4425

■ Gemeinwesenbüro Kreuzmatt,
Susanne Linnenberg: 07851 958690

Kreative Angebote

versch.
Termine

■ Frühlingskreationen

Fantasievolle Dekorationen mit Filz und Materialien aus der Natur



28.03.2012, 9.00 bis 11.00 Uhr



Kursleiterin: Michaela Rühle



3 Euro zzgl. Materialkosten

■ Kreativ mit allen Sinnen - Malen für die Seele

Malen auf Leinwand mit Aquarell und Wasserfarben



27.06.2012, 9.00 bis 11.00 Uhr



Kursleiterin: Michaela Rühle



3 Euro zzgl. Materialkosten

■ Herbstdekorationen

Kerzenlichter werden herbstlich umrahmt.



26.09.2012, 9.00 bis 11.00 Uhr



Kursleiterin: Michaela Rühle



3 Euro zzgl. Materialkosten

Eltern-Kind-Spielgruppen

Die Eltern-Kind-Spielgruppen bieten Müttern und Vätern Raum, sich intensiv Zeit für sich und ihr Kind zu nehmen und Spaß miteinander zu haben. Das Angebot orientiert sich gleichermaßen an den Bedürfnissen der Kinder wie an den Bedürfnissen der Eltern. Durch Sinnesanregungen, Bewegungsspiele und Lieder wird die Entwicklung unterstützt, die besonders im ersten Lebensjahr wichtig ist. Der Austausch mit anderen Eltern sowie Informationen zu Themen wie Bewegungsentwicklung, Sprachentwicklung und Ernährung vermitteln den Eltern Sicherheit im Umgang mit ihren Kindern. Eltern Gutscheine sind einlösbar.

Spielgruppe 1



dienstags ab 10.01.2012, 10.45 bis 11.45 Uhr



Kursleiterin: Bianca Mische, Erzieherin
Alter der Kinder: sechs bis zehn Monate



40 Euro / Ein Kurs besteht aus zehn Terminen und kann bei Bedarf weitergeführt werden.

Spielgruppe 2



dienstags ab 10.01.2012, 9.30 bis 10.30 Uhr



Kursleiterin: Bianca Mische, Erzieherin
Alter der Kinder: acht bis zwölf Monate



40 Euro / Ein Kurs besteht aus zehn Terminen und kann bei Bedarf weitergeführt werden.

Spielgruppe 3



freitags ab 03.02.2012, 9.30 bis 11.00 Uhr



Kursleiterin: Michaela Rühle

Alter der Kinder: zwölf bis 18 Monate



40 Euro / Ein Kurs besteht aus zehn Terminen und kann bei Bedarf weitergeführt werden.

Spielgruppe 4



mittwochs ab 08.02.2012, 16.00 bis 17.30 Uhr



Kursleiterin: Stephanie Mathieu

Alter der Kinder: 18 Monate bis drei Jahre



40 Euro / Ein Kurs besteht aus zehn Terminen und kann bei Bedarf weitergeführt werden.

S T Ä R K E

montags
9³⁰ - 11³⁰

Babycafé mit Gästen

im Aufbau, in Zusammenarbeit mit dem
Mütterforum Baden-Württemberg

Warum schreit mein Kind so viel? Wie viel Zuwendung ist nötig? Oder: Kind und Beruf - wie soll ich das später vereinbaren? - viele junge Eltern stellen sich solche Fragen, wünschen sich präzise Antworten und soziale Kontakte zu anderen Eltern, also zu Menschen in der gleichen Situation.

Das „Babycafé mit Gästen“ ermöglicht und fördert Begegnung und Austausch, und dies bereits in der Schwangerschaft. Mütter und Väter können jederzeit einsteigen, es gibt kein starres Kurskonzept. Die Leiterin des Babycafés nimmt Fragen der Mütter und Väter auf, stellt diese zur Diskussion in der Runde oder berät selbst mit ihrer persönlichen Erfahrung als Mutter beziehungsweise mit ihrem pädagogischen Fachwissen. Haben die Teilnehmerinnen und Teilnehmer den Wunsch, ein bestimmtes Thema zu vertiefen, so stellt das Frauen- und Mütterzentrum den Kontakt zu Fachkräften her oder lädt diese ein. Das Angebot ist für Mütter und Väter mit Babys im Alter von bis zu einem Jahr geeignet. Als Gäste herzlich willkommen sind Menschen aller Generationen, die das Babycafé mit ihrer Lebenserfahrung und ihrer Zeit unterstützen möchten.



offenes Angebot, jeden Montag von 9.30 bis 11.30 Uhr
Beginn: 15.03.2012



Leitung: Michaela Rühle



2,50 Euro

Frauencafé

offen für alle Frauen

donners-
tags

Das Frauencafé ist ein offener Treffpunkt im Frauen- und Mütterzentrum. Neue Besucherinnen sind jederzeit herzlich willkommen. Die Frauen erwartet ein gemütliches Plauderstündchen bei Kaffee oder Tee. Für Kinder bietet das Frauen- und Mütterzentrum während des Frauencafés eine kostenlose Betreuung an.

Kommen Sie einfach vorbei und

- lernen das Frauen- und Mütterzentrum kennen
- knüpfen Kontakte
- tauschen Erfahrungen aus
- führen interessante Gespräche.



donnerstags, 16.00 bis 18.00 Uhr

donners-
tags
14-tägig

Selbsthilfegruppe für Menschen mit **Borderline-Störung**

Menschen mit Borderline-Störung schaffen es nur mit sehr großer Mühe, ihr Leben zu strukturieren, werden meist Opfer ihrer extremen Stimmungsschwankungen und können sich nur selten aus eigener Kraft von dieser Krankheit befreien. Oft greifen Betroffene zu Suchtmitteln, um ihre innere Leere nicht mehr fühlen zu müssen.

Wer sich in diesen Zeilen wiederfindet, bereits eine Therapie macht und eine zusätzliche Hilfe sucht, um aus dem Chaos der Borderline-Störung auszubrechen, wird vielleicht den Mut finden, einen neuen Weg einzuschlagen und diese neue Selbsthilfegruppe aufzusuchen.

Die Selbsthilfegruppe will keine Versammlung von psychisch verlorenen Menschen sein, die sich gegenseitig nach unten ziehen. Vielmehr ist sie ein Ort des Austauschs, an dem sich aktuell und ehemals Betroffene gegenseitig Tipps und Unterstützung geben. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wollen trotz aller bestehenden Zweifel versuchen, Ordnung in ihr Leben zu bringen, und haben sich dafür entschieden, die Verantwortung für ihr Wohlbefinden selbstständig in die Hand zu nehmen.



donnerstags in jeder ungeraden Kalenderwoche,
19.00 Uhr



Referentin: Dr. Regula Stämpfli

Stärke-Kurs für Mütter, nach Trennung oder Gewalterfahrung

Februar
bis Mai

STÄRKE-Plus

Elternkurs im Rahmen des Landesprogramms Stärke Plus
- Unterstützung von Familien in besonderen Lebenssituationen

In diesem Seminar werden konkrete Situationen aus dem Erziehungsalltag aufgegriffen: Was geht in meinem Kind vor? Was geht in mir vor? Was hilft meinem Kind und mir, das Erlebte zu bewältigen? Welche Handlungsstrategien haben meinem Kind und mir bisher geholfen? Welche Stärken gibt es im Familiensystem? Was würde unser Leben bereichern? Die Bewältigung von Trennung und Gewalt in der Familie stellt für Mütter und Kinder eine Herausforderung dar. Nicht selten werden Stärken und positive Erfahrungen durch belastende Erinnerungen und Probleme überschattet.

Konkrete Anleitung, Reflektion und Austausch ermöglichen Müttern eine neue Sicht auf ihre Situation, um gemeinsam mit ihrem Kind neue Wege zu begehen.



28.02.2012, 06.03.2012, 13.03.2012, 20.03.2012,
27.03.2012, 17.04.2012, 24.04.2012, 08.05.2012,
jeweils von 15.00 bis 17.00 Uhr



Kursleiterin: Marieluise Rau,
Dipl.- Sozialarbeiterin (FH), Zusatzausbildung in sozial- und heilpädagogischer Kunsttherapie (grad. DGKT)
Anzahl der Teilnehmerinnen: maximal fünf



Für betroffene Frauen entstehen keine Kosten.

Kinderbetreuung oder eine Dolmetscherin
können bei Bedarf organisiert werden.

Februar
bis Mai

Von der Erziehung zur Beziehung

Begleitung im Umgang
mit schwierigen Erziehungssituationen
in Zusammenarbeit mit dem Tagesmütterverein Kehl

In diesem Seminar erhalten Eltern Unterstützung und Begleitung bei konkreten und aktuellen Fragen und Problemsituationen, sei es in ihrer Familie oder ihrer Tätigkeit als Tagesmutter.

Die Inhalte des Seminars ergeben sich daher aus dem, was die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an Anliegen mitbringen. Sie werden durch neue Impulse, Anleitung und Austausch unterstützt.



28.02.2012, 20.03.2012, 24.04.2012, 15.05.2012,
09.30 bis 11.30 Uhr



Referent: Thomas Brühl,
Diplom-Sozialpädagoge/Heilpraktiker für Psychotherapie



40 Euro

„Die Macht des richtigen Friseurs“ - über Bilder, Medien und Frauen

in Zusammenarbeit mit der Arbeitsgruppe internationaler Frauentag, der Evangelischen Erwachsenenbildung und dem Katholischen Bildungswerk

Je mehr Einfluss Frauen in Politik und Wirtschaft erobern, konstatiert Regula Stämpfli, umso stärker werden sie in den Medien, in der Werbung und den Wissenschaften auf ihre Biologie, ihre Materialität, ihren „Gebrauchswert“ reduziert. Die Politologin und Publizistin meint, die Presse, einst als Garant demokratischer Freiheit gefeiert, sei zur bildfixierten medialen Wirklichkeitsimulation mutiert. Ihrer These nach behindert die tausendfache Spiegelung in den Medien als Objekt und Ware die realen Lebenswege der Frauen. Wohin auch immer Frauen aufbrechen, egal, was sie in die Hand nehmen, das ewig gleiche Bild, die meist sexistische Schablone, sei schon da. Deshalb hätten auch der Friseur, das Dekolleté und das Outfit von Angela Merkel mehr Nachrichtenwert als die Politik der deutschen Kanzlerin. Der Vortrag der Referentin Regula Stämpfli in der Kehler Stadthalle ist kostenlos.



08.03.2012, 20.00 bis 22.00 Uhr

Veranstaltungsort: Stadthalle Kehl, Zedernsaal



Referentin: Dr. Regula Stämpfli

15.
März

Mars, Milchschnitte und Co. Lebensmittel für Kinder?

in Zusammenarbeit mit der VHS Kehl-Hanauerland
und dem Ernährungszentrum Südlicher Oberrhein

Müsliriegel, Joghurt und Quarkspeisen: Speziell für Kinder konzipierte Lebensmittel liegen voll im Trend. Die Hersteller sind angeblich sehr um die Gesundheit der Kleinen besorgt: Sie mischen Vitamine und Mineralstoffe bei, die Kinder laut Werbeaussagen für ein gesundes Wachstum brauchen. Was steckt nun wirklich in Kinderlebensmitteln? Sind sie notwendig oder überflüssig? Auf diese und andere Fragen geht Luzia Bollack-Beuschlein vom Ernährungszentrum im Landratsamt Ortenaukreis in ihrem kostenlosen Vortrag ein. Während des Vortrags wird eine kostenlose Kinderbetreuung angeboten.



15.03.2012, 16.00 bis 18.00 Uhr



Referentin: Luzia Bollack-Beuschlein

Erste Hilfe bei Kindern

in Zusammenarbeit mit dem DRK-Kreisverband Kehl

März/
Oktober

Eltern, Großeltern, Babysitter sowie Erzieherinnen und Erzieher lernen in diesem Kurs die richtigen Maßnahmen der Ersten Hilfe kennen. Nahezu alle denkbaren Ernstfälle - unter anderem ein Herz-Kreislauf-Stillstand, Verbrennungen, Verbrühungen oder Stromunfälle, Wunden und Insektenstiche - werden behandelt. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erlernen die Technik der Herz-Lungen-Wiederbelebung und erfahren, wie sie mit erkrankten Kindern umgehen sollten. Zusätzlich spricht ein Arzt über typische Kinderkrankheiten wie Pseudokrupp, Keuchhusten und den plötzlichen Kindstod.



24. März 2012, 9.00 bis 17.00 Uhr,
27. Oktober 2012, 9.00 bis 17.00 Uhr,
der Abend-Termin für den Arztvortrag
wird noch bekannt gegeben

Veranstaltungsort: Frauen- und Mütterzentrum



Referentin: Gina Seifriet



25 Euro pro Person, 35 Euro für Paare



Anmeldung unter Telefon: 07851 943313,
E-Mail: kurse@kv-kehl.drk.de

26.
März

Sinnesentwicklung von Kleinkindern

in Zusammenarbeit mit dem Tagesmütterverein Kehl

Die Grundlage der Wahrnehmungsverarbeitung bilden die von der evolutiven Entwicklung her älteren Formen der Wahrnehmung, die sogenannten Basissinne. Dabei geht es um die Hautwahrnehmung (Tastsinn), den Gleichgewichtssinn und den Bewegungssinn, die schon vor der Geburt funktionieren. In diesem Vortrag wird die Sinnesentwicklung von Kleinkindern und deren große Bedeutung für die gesamte weitere Wahrnehmungsentwicklung des Menschen dargestellt.



28.02.2012, 20.03.2012, 24.04.2012, 15.05.2012,
09.30 bis 11.30 Uhr



Referentin: Gertrud Brühl,
Praxis für Beratung, Psychotherapie und Spielraumgruppen



10 Euro

„Wilde Zeiten“ Lesung mit Kettly Mars

17.
April

in Zusammenarbeit mit der Arbeitsgruppe
internationaler Frauentag, der Stadtbibliothek
und dem Litradukt Verlag Kehl

Kettly Mars gehört zu den wichtigsten Gegenwartsautorinnen Haitis. In Deutschland wurde sie erstmals durch den Artikel „Ich habe überlebt“ (DIE ZEIT vom 21. Januar 2010) über das Erdbeben in Haiti bekannt, später durch ihren Roman Fado, der im Oktober desselben Jahres auf der Frankfurter Buchmesse vorgestellt wurde.

Die Veranstaltung ist vor allem ihrem neuen Buch Wilde Zeiten (Saisons sauvages) gewidmet, das im Herbst 2011 erschienen ist.

Der Ort des Geschehens ist Port-au-Prince in den Sechzigerjahren: Das Leben von Nirvah Leroy, einer Frau aus der mulattischen Oberschicht, gerät unversehens aus den Fugen, als ihr Mann aus politischen Gründen verhaftet wird. Das Werk ist ein einfühlsames Frauenporträt und zugleich ein spannender Politthriller.



17.04.2012, 20.00 bis 22.00 Uhr
Veranstaltungsort: Stadtbibliothek



Referentin: Kettly Mars



6 Euro

19.
April

Informationsveranstaltung **Frühe Hilfen** im Ortenaukreis

in Zusammenarbeit mit der Fachstelle Frühe Hilfen Kehl

Frau Cores-Rambaud informiert im Rahmen des Frauencafés über die Fachstelle Frühe Hilfen. Die Fachstelle bietet Unterstützung, Diagnostik und Beratung in allen Fragen der frühkindlichen Entwicklung und Erziehung sowie Hilfen in Belastungssituationen an. Frauen, die sich für dieses spezielle Angebot interessieren, sind herzlich zu dieser kostenlosen Veranstaltung eingeladen. Eine kostenlose Kinderbetreuung wird angeboten.



19.04.2012, 16.00 bis 18.00 Uhr



Referentin: Maria Cores-Rambaud,
Dipl.Psychologin, Heilpädagogin

Wenn Eltern schwierig werden

in Zusammenarbeit mit dem Tagesmütterverein Kehl

April
bis Mai

Elternsein in der Pubertät

Die Pubertät stellt Jugendliche wie Eltern vor neue Herausforderungen. Für alle, für die Jugendlichen wie auch für die Eltern, sind diese Herausforderungen nicht immer einfach zu bewältigen. Es kann der Eindruck entstehen, dass diese Phase eine Zeit der Krisen sei. Solche kann es unbestritten geben. Hilfreicher ist es aber, die Pubertät als eine notwendige Zeit der Entwicklung, der Veränderung und des Wandels zu betrachten. Dies gilt für beide Seiten: Eltern wie Jugendliche.

Grundlegende Informationen über die Pubertät können Eltern helfen, einen anderen Blickwinkel zu beziehen und zu entdecken, was im Umgang mit den Jugendlichen unverzichtbar ist.

Der Elternkurs stärkt die Erziehungskompetenz von Eltern und unterstützt sie dabei, ein für alle in der Familie angenehmes Klima zu schaffen.



19.04.2012, 26.04.2012, 03.05.2012, 10.05.2012,
19.30 bis 21.30 Uhr



Kursleiterin: Sabine Benz, Kinderkrankenschwester



40 Euro

April
bis Mai

Lösungswege entdecken mithilfe des Psychodramas

in Zusammenarbeit mit dem Tagesmütterverein Kehl

Konflikte und Problemsituationen in der Familie oder in der Tätigkeit als Tagesmutter gehören zum Leben dazu. Doch manchmal findet man keine Lösung oder hat den Eindruck, schon alles versucht zu haben, die Situation scheint festgefahren zu sein. Hier bietet die Methode des Psychodramas die Möglichkeit, neue und passende, teils überraschende Lösungswege zu entdecken. In diesem Seminar wird, nach einer Einführung ins Psychodrama, mit konkreten Situationen aus dem Erziehungsalltag der Teilnehmerinnen und Teilnehmer gearbeitet.



24.04.2012, 22.05.2012,
19.30 bis 21.30 Uhr



Referent: Thomas Brühl,
Diplom-Sozialpädagoge/Heilpraktiker für Psychotherapie



10 Euro pro Abend

N E I N sagen Mädchen - Jungen sagen S T O P

in Zusammenarbeit mit Leuchtfeuer Kehl e.V.

**10.
Mai**

Eltern fragen sich häufig, wie sie ihr Kind vor sexueller Gewalt und sexuellen Übergriffen schützen können und welche Möglichkeiten sie als Eltern haben, ihrem Kind Selbstbehauptungsstrategien an die Hand zu geben. Über diese Themen und Handlungsmöglichkeiten wird die Referentin im Rahmen des Frauencafés einen kostenlosen Vortrag halten und im Anschluss daran zum Gespräch einladen. Während des Vortrags wird eine kostenlose Kinderbetreuung angeboten.



10.05.2012, 16.30 Uhr bis 18.00 Uhr



Referentin: Monika Lindenberg,
Gestaltpädagogin, Leuchtfeuer Kehl e.V.

April
bis Mai

Umgang mit Empfindsamkeit und Hochsensibilität

in Zusammenarbeit mit dem Tagesmütterverein Kehl

Sensible Menschen nehmen vieles stärker und detaillierter wahr, wie beispielsweise Geräusche, optische Eindrücke, Hitze und Kälte, Gefühle, Empfindungen, Stimmungen und Spannungen.

Dadurch erreichen diese Menschen deutlich früher ihre Belastungsgrenzen, fühlen sich gestresst, aufgeregt oder angespannt, haben mehr Mühe, Entscheidungen zu treffen, nehmen eigene und fremde Fehler deutlicher wahr und erleben stärkere Schuldgefühle. Hinzu kommt, dass sensible Menschen sich meist mit den Menschen vergleichen, die deutlich belastbarer sind, und sie dadurch ihr eigenes Empfinden als Versagen oder unnormale erleben.

Dieses Seminar informiert darüber, was es bedeutet (hoch)sensibel zu sein, sich selbst besser zu verstehen, die Begabungen und Stärken zu nutzen und gut für sich zu sorgen.



10.05.2012, 09.00 bis 11.30 Uhr



Referent: Thomas Brühl,
Diplom-Sozialpädagoge/Heilpraktiker für Psychotherapie



10 Euro

Babymassage

Berührung mit Respekt

in Zusammenarbeit mit der VHS Kehl-Hanauerland

Juni
Juli

Wenn Kinder in den ersten Monaten viel berührt und gestreichelt werden, weinen sie weniger, sind aufmerksamer und zufriedener. In dem Kurs werden die klassischen Handgriffe der indischen und schwedischen Babymassage erlernt, so dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Massage später auch Zuhause anwenden können. Zusätzliche Yogaübungen fördern die motorische Entwicklung des Babys, Informationen und ein Gedankenaustausch über die Bedürfnisse des Kindes runden den Kurs ab. Die Teilnahme an der Babymassage ist für Mütter und Väter mit Kindern im Alter von vier Wochen bis elf Monaten geeignet. Handtücher, eine Babydecke, Wäsche und Windeln zum Wechseln sowie Babyöl sollten mitgebracht werden.



12.06.2012 / 19.06.2012 / 26.06.2012 /
03.07.2012 / 10.07.2012 von 14.30 Uhr bis 16.00 Uhr



Referentin: Susanne Dittrich



50 Euro, Elterngutscheine
können eingelöst werden

STÄRKE



Anmeldung über die VHS Kehl-Hanauerland,
Telefon: 07851 3222

September
bis
Dezember

Von der Erziehung zur Beziehung Begleitung im Umgang mit schwierigen Erziehungssituationen

Ein Angebot für Väter in Zusammenarbeit mit dem Tagesmütterverein Kehl

In diesem Seminar erhalten Väter Unterstützung und Wegbegleitung in konkreten und aktuellen Problemsituationen, die sich im familiären Zusammenleben ergeben.

Die Inhalte des Seminars entwickeln sich aus dem, was die Teilnehmer an Anliegen mitbringen. So können Fähigkeiten erweitert und gestärkt werden, um herausfordernde Situationen erfolgreich zu gestalten.



18.09.2012, 09.10.2012, 06.11.2012, 04.12.2012,
19.30 bis 21.30 Uhr



Referent: Thomas Brühl,
Diplom-Sozialpädagoge/Heilpraktiker für Psychotherapie



40 Euro

Zeit für mich tanztherapeutische Selbsterfahrung für Mütter

in Zusammenarbeit mit dem Tagesmütterverein Kehl

September
bis
Oktober

Die Betreuung von kleinen Kindern gibt Freude und Lebendigkeit, stellt aber auch große Anforderungen an die persönliche Belastbarkeit. Dabei geht manchmal der Blick auf eigene Bedürfnisse verloren und Stress baut sich auf. In diesem tanztherapeutischen Kurs sind Frauen eingeladen, sich Zeit und Raum für sich zu nehmen. Dabei können sie durch Wahrnehmungsübungen, Phantasiereisen und freien Tanz zur Entspannung kommen, sich spüren und vielleicht Neues entdecken und ausprobieren. Es gibt Raum, alleine und miteinander zu tanzen. In einem kurzen Gespräch können Erfahrungen ausgetauscht werden.

Eine Wolldecke und bequeme Kleidung sollten mitgebracht werden.



27.09.2012, 11.10.2012, 25.10.2012,
18.30 bis 20.30 Uhr



Kursleiterin: Sigrid Berger, Tanztherapeutin



50 Euro

Babysitter

Ausbildung und Vermittlung

Für Mädchen und Jungen, die gerne Kinder betreuen, bietet das Frauen- und Mütterzentrum an fünf Abendterminen ein Qualifizierungsseminar an. Auf dem Lehrplan stehen:

- Säuglingspflege und Ernährung
- kindliche Entwicklung vom Kleinkind bis ins Schulalter
- Erstmaßnahmen bei Krankheiten und Unfällen
- sinnvolle Spiele und Basteltipps.

Ein Praxistag in einem Kindergarten rundet die Ausbildung ab. Nach erfolgreicher Abschlussprüfung erfolgt die Aufnahme in die Babysitterkartei und die Babysitter werden an Eltern vermittelt.



Oktober 2012, genaue Termine werden in der Presse bekannt gegeben und können nach den Sommerferien im Frauen- und Mütterzentrum nachgefragt werden.



20 Euro, zu zahlen am ersten Abend;
auf Anfrage können die Kosten übernommen werden.

Ich nehme meine Zeit in die Hand

in Zusammenarbeit mit dem Tagesmütterverein Kehl

15.
Novem-
ber

Gestalte ich die Zeit – oder lebe ich überwiegend unter Zeitdruck?

Dieses Seminar lässt den Teilnehmerinnen und Teilnehmern bewusst werden, wie sie bisher mit ihrer Zeit umgehen und lässt sie erkennen, welche Gestaltungsräume sie hinsichtlich ihrer Zeit haben.

Wie kann es gelingen, dass das, was wirklich wichtig ist, den entsprechenden Raum bekommt? Wie kann man dadurch zu mehr Freude und Zufriedenheit mit seinem Tun gelangen?



15.11.2012, 09.00 bis 11.30 Uhr



Referent: Thomas Brühl,
Diplom-Sozialpädagoge/Heilpraktiker für Psychotherapie



10 Euro

Hier ist Platz für Ihre Notizen:



zu dieser Ausgabe:

Informationsstand: Dezember 2011

Alle Angaben ohne Gewähr.
Änderungen sind vorbehalten.

Legende:



Termine/Uhrzeiten/Orte



Personen (Referenten/Zielgruppe/Teilnehmerzahl etc.)



Kosten



wichtige Infos,
wie Anmeldung u.a.

Frauen- und Mütterzentrum Das Team

zum
Programm



v.l.n.r.: *Stephanie Mathieu, Lätizia Loux, Andrea Wegge, Ingeborg Lang, Nicola Geiler, Edeltraut Böhler, Michaela Rühle, Kezzi Yesilöz, Bianca Mische, Claudia Stiefel*

Das Team des Frauen- und Mütterzentrums freut sich, Ihnen das neue Programm vorstellen zu dürfen. Auch für 2012 haben wir ein umfangreiches Angebot zusammengestellt und Ideen und Wünsche, die uns zuge-
tragen wurden, aufgenommen.

Neben den Kurs- und Seminarangeboten ist das „Offene Frauencafé“ das Herzstück des Frauen- und Mütterzentrums. Hier kommen Frauen zwanglos zusammen. Immer donnerstags von 16.00 bis 18.00 Uhr laden wir ein zum gemütlichen und lockeren Plausch. Kinder sind selbstverständlich mit dabei. Auf sie warten Spiele, Spaß und andere Kinder, mit denen sie den Nachmittag verbringen können. Die Mütter nutzen die Zeit für eine Tasse Kaffee oder Tee, ein entspanntes Gespräch und Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern. Frauen ohne Kinder sind selbstverständlich genauso herzlich willkommen.

Wir sind stets offen für neue, ehrenamtlich engagierte Frauen und nehmen Sie gerne in unser Team mit auf. Hier können Sie ungezwungen Ihre Anregungen mit einbringen und das Frauen- und Mütterzentrum mit Ihrem Erfahrungsschatz bereichern.

Kehl
AM RHEIN



tagesm tterverein
kehl hanauerland e. v.

STÄRKE

Impressum



Stadt Kehl

vertreten durch

Oberbürgermeister Dr. Günther Petry

Hausanschrift: Postanschrift:
Hauptstr. 85 Postfach 1720
77694 Kehl 77677 Kehl

Telefon: 07851/880
Telefax: 07851/881102
E-Mail: info@stadt-kehl.de

Pressestelle Stadt Kehl

Hauptstraße 85
77694 Kehl

Telefon: 07851/88-1111
Telefax: 07851/88-1102
E-Mail: A.Lipowsky@Stadt-Kehl.de

Frauen- und Mütterzentrum

Richard-Wagner-Str. 3
77694 Kehl

Telefon: 07851/44 25
Telefax: 07851/99 48 64
E-Mail: info@fmz-kehl.de

Layout

Raphael Würth
E-Mail: rwuerth@web.de

Druck

Sikora Druck, Offenburg

Auflage

Dezember 2011, 2.000 Exemplare