



PROGRAMM

August – Dezember 2021



SzenenWechsel
Frauen- und Familienzentrum

hoffnung-fuer-kinder.de

Wir machen
Kinder ein bisschen
glücklicher.

Morgen
kann kommen.

Wir machen den Weg frei.



VORWORT

Liebe Leserinnen und Leser,

hier ist unser aktuelles Programmheft in der „Corona-Lightversion“. Wir setzen wie in den letzten Monaten auf kurzfristig geplante Kurse, die wir über unseren Newsletter bewerben. In diesem Heft stellen wir Euch deshalb nur eine kleine Auswahl von Angeboten vor. Im Magazinteil richten wir unseren Blick auf schöne Geschichten wie das Schmetterlingserlebnis einer Mitgliedsfamilie, die Highlights im Coronajahr und unsere kleine Gärtnerei.

Ein wirklich herausforderndes Jahr liegt hinter uns! Die Folgen der Kontaktbeschränkungen haben auch uns ordentlich durchgeschüttelt. Was tun, wenn nahezu alle Angebote unmöglich sind? Da war viel Einfallsreichtum gefragt. Was uns sehr eindrücklich im Gedächtnis bleibt: Sich ständig ändernde Regelungen erfordern ein hohes Maß an Flexibilität. Das produziert natürlich auch eine Menge Mehraufwand an allen Ecken. Und dann war da ja noch die Sache mit dem Homeschooling...

Viele glückliche Momente hatten wir mit unseren „Kleinen Strolchen“, die wir im ersten Lockdown ganz besonders vermisst haben. Einfach goldig, wenn die Kleinen ihre Nase an der Bürotür platt drücken und laut „Hallo, Rinna!“ rufen. Oder zum hundersten Mal erzählen, wie das mit dem Autoschlüssel funktioniert: „Rein, rundrehen!“ Das Ganze wird mit einem ausrangierten Autoschlüssel demonstriert, der zufällig in ein kleines Loch in der Sitzbank passt :)

Zum Schluss die gute Nachricht: Wir werden, Stand heute, als Verein und Familienzentrum die Krise überleben. Das verdanken wir auch unseren Mitgliedsfamilien, die uns trotz Corona treu geblieben sind! Dazu beigetragen haben weiter der sensationelle Verkaufserfolg unseres Kalenders, Spenden, ein Mietgeschenk sowie Fördergelder, die glücklicherweise auch mit Corona weiterlaufen, und natürlich unser engagiertes Team. Wir hoffen einfach, dass es weiter bergauf geht.

Viel Spaß beim Lesen wünscht Euch
Euer SzenenWechsel-Team



MAGAZIN

MEIN SCHMETTERLINGSTAGEBUCH

WIR „ZÜCHTEN“ DISTELFALTER IM WOHNZIMMER

Schmetterlinge sind faszinierend. Jeder freut sich, sie in der Natur zu sehen. Doch habt Ihr schonmal die beeindruckende Entwicklung von der Raupe bis zum Falter beobachtet? Corona hat viele Familien kreativ werden lassen und so hat sich eine Familie aus Seeheim-Jugendheim genau dieses Erlebnis nach Hause geholt. Ihre Erfahrungen mit einem Schmetterlingszucht-Set teilen sie mit uns in ihrem Tagebuch:

Donnerstag, 22. April 2021

Endlich ist es so weit. Unsere neuen „Haustiere“ dürfen bei uns im Wohnzimmer einziehen. Für die nächsten vier Wochen werden wir live erleben, wie die winzigen Raupen immer größer werden, sich verpuppen und schließlich als

wunderschöner Distelfalter in die Natur entlassen werden. Alles, was sie brauchen, wurde mitgeliefert: Ein Aufzuchtbecher mit Lüftungsschlitzen und Futter aus pflanzlichen Bestandteilen gemischt mit Fruchtzucker sowie eine Aufzuchtvoliere für die Schmetterlinge. Wir sind sehr gespannt!

Die vier Raupen sind vielleicht einen Zentimeter groß und bekommen einen ruhigen Stellplatz im Wohnzimmer, damit wir sie immer gut beobachten können. Außerdem lassen wir Videos im Zeitraffer mitlaufen.

Donnerstag, 29. April 2021

Die Raupen sind mittlerweile auf ein paar Zentimeter Größe angewachsen. Vor allem über Nacht scheinen sie immer sehr zu wachsen. Damit wir wissen, was die Rau-

pen den ganzen Tag so machen, hilft uns die Kamera mit Zeitraffer. Da können wir zum Beispiel einen ganzen Nachmittag in 30 Sekunden nachschauen. Und wir stellen fest: Die sind ganz schön viel unterwegs im Becher...

Mittwoch, 5. Mai 2021

Mittlerweile sieht es im Aufzuchtbecher ganz schön wüst aus. Die Raupen häuten sich ab und zu und haben auch Seidenfäden gesponnen, denn in der Natur würden sie sich so vor Fressfeinden und Wind schützen. Außerdem hängen darin überall „Ausscheidungen“. Heute passiert etwas ziemlich Aufregendes. Die 1. Raupe verpuppt sich und wir sind mit eigenen Augen dabei. Der Zeitraffer hat alles festgehalten, sodass wir dieses Schauspiel nochmal

anschauen können. Zuerst hängt sich die Raupe wie ein „J“ oben am Deckel auf. Der Kopf hängt nach unten. So hängt sie erstmal ein paar Stunden.

Dann häutet sie sich ein letztes Mal. Im Zeitraffer sieht es so aus als würde sich ein Reißverschluss nach oben ziehen. Danach zap-pelt die Raupe und von unten her entsteht eine grün-gräuliche Puppe. Sehr faszinierend! Sofort werden alle interessierten Mitschülerinnen und Verwandte über dieses Ereignis informiert.

Donnerstag, 6. Mai 2021

Als wir am Morgen in den Aufzuchtbecher schauen, hat sich auch die 2. Raupe verpuppt und im Laufe des Tages noch die 3. Raupe. Nun hat Raupe Nr. 4 den restlichen Futtermvorrat für sich alleine während die anderen so da „rumhängen“ und sich etwas dunkler verfärben.

Samstag, 8. Mai 2021

Langsam wird das Futter knapp und wir hoffen, dass sich Raupe Nr. 4 auch bald verpuppt. Sonst müssen wir vielleicht noch echte Distelpflanzen als Futterpflanze sammeln? Aber die Raupe ist gnädig und entschließt sich an diesem Tag, auch in das Puppenstadium zu wechseln. Glück gehabt... Nun hängen 4 Puppen im Becher.

Dienstag, 11. Mai 2021

Nach 3 Tagen dürfen die Puppen nun in die Aufzucht-Voliere umziehen, in der sie dann schlüpfen werden. Vorsichtig nehmen wir den Deckel des Bechers ab und hängen das Vlies mit den Puppen an die Seite der Voliere. Sie denken sofort, dass hier eine Gefahr lauert und fangen an, sich ganz wild zu schütteln. Das soll Feinde abschrecken und ehrlich gesagt hat es uns auch ein bisschen erschreckt. Aber nach ungefähr 5 Minuten ist das Schütteln vorbei.

Freitag, 14. Mai 2021

Es ist soweit und unser 1. Schmetterling schlüpft aus der Puppe. Wir sind so überrascht, dass es schon soweit ist, dass wir das Zeitraffer-Video gar nicht laufen haben. Ok, 3 Chancen haben wir ja noch...

Samstag, 15. Mai 2021

Wir sind nun besser vorbereitet und das Zeitraffer-Video läuft. Belohnt werden wir an diesem Tag mit dem Schlüpfen von Schmetterling 2 und 3. Nun können wir beobachten, dass ein Schmetterling mit dem Kopf nach unten herausschlüpft, dann etwas nach oben krabbelt, die Flügel auseinanderfaltet und sie dann „aufpumpt“. Fliegen tun sie aber noch nicht, sie krabbeln munter umher und werden nun mit Fruchtzuckerlösung auf einem Blumenschwämmchen gefüttert.

Dienstag, 18. Mai 2021

Leider ist das Wetter noch nicht passend, sodass wir die bisher geschlüpften Schmetterlinge besser noch nicht in die Natur entlassen. Mindestens 17 Grad und trockenes Wetter wäre gut. Also warten wir noch. Dafür schlüpft nun auch Schmetterling Nr. 4. Die Wettervorhersage für morgen klingt vielversprechend für einen Flug.

Mittwoch, 19. Mai 2021

Das Wetter ist sonnig und hat angenehme 17 Grad. Nun dürfen die vier Schmetterlinge in die weite Welt fliegen.

Sie krabbeln zuerst auf unsere Hand, bleiben eine Weile sitzen und flattern dann davon. Ein Schmetterling braucht ein paar Anläufe bis er gut fliegen kann – so wie jeder von uns auch unterschiedlich ist... Auch wenn wir Distelfalter noch nie bewusst bei uns in der Natur gesehen haben, sind sie hier heimisch und werden nun den Kreislauf neu starten: Eier legen, als Raupe schlüpfen, voll futtern und größer werden, sich verpuppen und zu wunderschönen Schmetterlingen werden.

**STECKBRIEF**

Der Distelfalter gehört zu den Wanderfaltern. Er ist an vielen Orten auf der Welt zu Hause, seine eigentliche Heimat ist jedoch in der subtropischen Steppe. Mit dem Wind lässt er sich bis zu uns tragen. Seine bräunlich-gelben Flügel erreichen eine Spannweite von 45 – 60 mm. Am liebsten essen die Distelfalter Disteln, sie sind aber nicht ganz so wählerisch. Zweimal im Jahr legen sie Eier, so dass zwei Generationen neue Falter heranwachsen. Wenn es kälter wird, fliegen die Distelfalter zurück in den warmen Süden.

HIGHLIGHTS IN DER CORONAZEIT

Wir erinnern uns an schöne Momente in einem herausfordernden Jahr. Trotz Corona gab es Grund zur Freude über eine Ehrung, neue Kursangebote und erfolgreiche Verkaufsaktionen.

EHRENTAFEL

Eine ganz besondere Auszeichnung haben wir im Dezember 2020 erhalten. Der Soroptimist International Club Seeheim-Jugenheim hat unser langjähriges Engagement für Frauen und Familien mit einer Menschenrechtstafel gewürdigt. Das hat uns riesig gefreut! Die Tafel verweist auf die Grundrechte eines jeden Menschen wie z. B. das Recht auf Gleichberechtigung von Mann und Frau. Im Eingangsbereich gleich neben dem Büro hat die Tafel ihren Ehrenplatz bekommen. Vielen Dank an die Initiatorinnen für diese Anerkennung!



MARKTTAG

Wir haben den Markt in Seeheim neu für uns entdeckt. Schon dreimal waren wir dort zu Gast. Im Angebot: Basteltüten und unser allererster Kalender. Beides sollte wegen coronabedingten Ausfällen etwas Geld in die Haushaltskasse spülen. Der Erfolg war grandios! Wir hatten als Marktfrauen viel Spaß am Verkaufen, Leute treffen und Schwätzen. Ein schönes Kontrastprogramm nach Monaten Social Distance! Danke an alle, die bei uns vorbeigeschaut haben. Das werden wir wieder machen, auch wenn es ganz schön früh morgens losgeht :).



NEUE IDEEN

In der Pandemie sind wir noch erfinderischer geworden. Die Strategie „Lieber virtuell als gar nicht“ hat uns auch als Team (s. Foto) über Wasser gehalten. Theoretisch könnte jetzt auch jemand aus Buxtehude über Zoom mit uns handlettern :) Zweiter Ansatzpunkt: Ab ins Freie! Unser wundervoller Garten wurde zum Schauplatz für Sport, Erzähltheater, Schlafcoaching u.v.m. Und dann war da noch die Idee, Outdoorspiele für Familien anzubieten wie z.B. Bienenrallye, Bingo und Ritterschnitzeljagd. Das lief richtig gut! Danke für Eure Treue!



FLOHMARKT

Im September 2020 konnten wir endlich wieder unseren Flohmarkt veranstalten. Statt wie sonst in der rappelvollen Bürgerhalle wurde an „nur“ 23 Tischen unter freiem Himmel in unserem Garten verkauft. Die Sonne lachte wie bestellt vom Himmel. Zahlreiche Besucher kamen und im Forstamt herrschte emsiges Treiben. Nach monatelanger Pause waren alle unglaublich dankbar, dass wieder ein Flohmarkt stattfinden konnte, wenn auch unter unzähligen Hygieneauflagen. Das Wagnis hat sich auf jeden Fall gelohnt!



BIENENRALLYE IN ZAHLEN

- 1 rallyebegeisterte Katja als „Erfinderin“
- 9 Fragen für kleine & große Bienenfreunde
- 12 Bienenvölker an einem himmlisch schönen Fleckchen Erde
- 2 Imker, die ihre Bienen mit der Öffentlichkeit „teilen“
- 96 Downloads der Spielpläne in den ersten drei Tagen
- 3.225 erreichte Personen auf Facebook an nur einem Wochenende
- 3 Schulklassen und wohl noch ein paar mehr gehen auf Bienenrallye

UNSERE KLEINE GÄRTNEREI

KLEINE STROLCHE IN AKTION

In unserem wundervollen Garten erleben unsere Krippenkinder den Kreislauf der Natur mit allen Sinnen. Hier wird gesät, den Pflänzchen beim Wachsen zugeschaut, gegossen und schließlich geerntet. In diesem Frühjahr haben die Kleinen Strolche fleißig gegärtnert und ein zweites Hochbeet angelegt. Eifrig haben sich die Kleinen ans Werk gemacht. Wie viel Spaß sie dabei hatten, seht Ihr hier in unserer Foto-story.

Vielen Dank an die Sparkasse Darmstadt, die das Projekt gefördert hat!



Wir stecken alle Teile vom Rahmen zusammen und verbinden sie mit Metallstiften. Ganz schön knifflig!



Ein paar Wochen später können wir schon ernten. Wir schneiden zwei große Zucchini ab.



Jetzt füllen wir unser Hochbeet in Schichten mit trockenen Ästen, Pferdemist, Kompost und Pflanzenerde.



Wir pflanzen Salat, Erdbeeren, Kohlrabi und Zucchini. Die Pflänzchen brauchen jetzt Wasser.



Ganz schön groß und schwer ist so eine Zucchini! Wie sie wohl schmeckt?



Wir kochen eine Zucchinisuppe zum Mittagessen. Mhm, sehr lecker!

VEREIN



WIR ÜBER UNS

Das Frauen- und Familienzentrum SzenenWechsel in Seeheim-Jugenheim ist ein Ort der Begegnung, Bildung und Beratung für Frauen und Familien. Väter sind herzlich willkommen – haben aber selten die Zeit und Gelegenheit, aktiv zu sein. Wir sind zu Hause im Alten Forstamt in Jugenheim. In unseren wunderschönen Räumen mit idyllischem Garten fühlen wir uns sehr wohl.

Unser Verein wurde 1993 von einer Gruppe junger Mütter gegründet, die gegenseitig ihre Kinder betreuten. Schon damals gab es Vortragsabende zu Frauenthememen. In einem Kleiderschrank war sogar ein kleiner Secondhand-Shop für Kindersachen untergebracht. Heute, 28 Jahre später, hat sich SzenenWechsel zu einem der größten Frauen- und Familienzentren in Südhessen entwickelt. Viele unserer 237 Mitglieder sind uns seit langer Zeit verbunden.

Wir bieten ein vielfältiges Angebot für Groß & Klein:

In unseren offenen Treffs wie z. B. den Krabbelgruppen, beim Mädelsabend oder bei den Kostproben begegnen sich Frauen und Familien aller Altersstufen.

Wenn nicht gerade Corona ist, sind wir mit rund 75 Kursangeboten pro Halbjahr schon fast eine Mini-Volkshochschule mit vielen interessanten Kursen und Vorträgen.

Wir unterstützen Frauen und Familien mit Beratungsangeboten z. B. zu Erziehungsthemen.

In unserer Kinderkrippe betreuen wir zehn Kinder zwischen 18 und 36 Monaten in einem geschützten, familiären Rahmen.

Wir engagieren uns auf vielen Ebenen für Frauen und Familien im Landkreis Darmstadt-Dieburg.

Darüber hinaus sind wir ein sympathischer, familienfreundlicher Arbeitgeber für unsere Mitarbeiterinnen und Ehrenamtlichen. Einige von uns haben den Verein als Sprungbrett für die eigene Berufslaufbahn nutzen können, indem sie sich hier bei uns „ausprobiert“ oder neue interessante Tätigkeitsbereiche kennengelernt haben. Wir sind offen für neue Leute und neue Ideen!

Wir laden Euch herzlich ein, uns im Alten Forstamt zu besuchen und auf unserer Homepage, Facebook oder Instagram vorbeizuschauen!

Euer SzenenWechsel-Team

KINDER- KRIPPE



KINDERKRIPPE

„ DIE KLEINEN STROLCHE “ AN 4 TAGEN

Zehn Kinder zwischen 18 und 36 Monaten haben hier die Möglichkeit, in einem geschützten, familiären Rahmen anderen Kindern zu begegnen und vielseitige Erfahrungen zu sammeln. Ein erfahrenes Team von zwei bis drei pädagogischen Fachkräften begleitet die Kinder in ihrer individuellen Entwicklung.

In unseren einladenden, kindgerecht gestalteten Räumen und in dem wunderschönen weitläufigen Außengelände gibt es viel zu entdecken und auszuprobieren. Wir unterstützen und fördern die Kinder in ihrer kreativen, musischen und kognitiven Entwicklung. Im angeleiteten und freien Spiel stärken wir altersgerecht die Neugier und Selbständigkeit. Durch wiederkehrende Rituale im Tagesablauf gewinnen unsere Jüngsten Sicherheit in ihrer neuen Umgebung.

Wir praktizieren eine sanfte Eingewöhnung in Anlehnung an das „Berliner Modell“, d. h. der zeitliche Ablauf der Eingewöhnungsphase orientiert sich an den jeweiligen Bedürfnissen des Kindes. In dieser Phase erhalten auch die Eltern einen Einblick in unsere Arbeit und können Vertrauen aufbauen.

Ganztagesplatz

Mo bis Do, 7:30 – 15:30 Uhr / 375 € pro Monat
zzgl. 70 € Essensgeld + 10 € Gruppengeld

Halbtagesplatz

Mo bis Do, 7:30 – 12:00 Uhr / 210 € pro Monat
zzgl. 70 € Essensgeld + 10 € Gruppengeld

„ Für mich die beste Kindergruppe der Welt! Es ist schon außergewöhnlich, wie klein und fein es hier doch ist. Meine zwei Kinder waren gerne „ kleine Strolche “. Das war eine sehr behütete und liebevolle Zeit im Szenenwechsel. Und der Garten: ein kleines Paradies! Mit Naschgarten, riesigem Sandkasten und tollen Rennstrecken. Wir hätten es nicht besser treffen können! “

„ Aus meiner Sicht das Beste, das Deinem Kleinsten „ passieren “ kann! Liebevolle und familiäre Umgebung mit allem, was das Kinderherz begehrt. Wenn ich morgens beim Aufwachen gefragt werde: „ Gehe ich heute wieder zu den Strolchen? “, sagt das doch alles :-). “

„ Man kann sich keinen schöneren und behüteteren Ort für seine Kinder vorstellen. Die Erzieherinnen sind einfach wundervoll im Umgang mit den Kleinen, die Räumlichkeiten prima und das Außengelände traumhaft. “



ANGEBOTE

BEGEGNUNG

Baby-Café

Hier treffen sich Mamas und Papas, denen zu Hause die Decke auf den Kopf fällt oder die sich mit anderen Gleichgesinnten treffen möchten. Die Babys sollten zwischen 0 und 8 Monate alt sein. Geschwisterkinder dürfen gerne dabei sein. Auch Schwangere sind willkommen! Alle 4 Wochen wird der Treff von Kinderkrankenschwester Steffi begleitet.

In der Coronazeit findet das Baby-Café online oder in unserem wunderschönen Garten statt. Das hängt von den aktuellen Regeln ab. Bitte meldet Euch im Büro, wenn Ihr teilnehmen möchtet.

Die Onlinetreffen sind kostenfrei. Für die Treffen bei uns zahlt Ihr eine kleine Gebühr.

Datum: immer freitags
 Zeit: 10:00 – 11:30 Uhr
 Gebühr: 2 € · Gebühr Mitglied: kostenfrei
 Kontakt: Büro, Tel. : 06257/86633
 Ort: online über Zoom oder Garten SzenenWechsel
 Anmeldung vor dem ersten Besuch notwendig

Drop In

Alter: 0 – 3 Jahre

In Seeheim öffnet jeden Donnerstag unser Treff für alle Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern im Alter von 0 – 3 Jahren. Ihr könnt Euch dort mit anderen Eltern austauschen und neue Freundschaften beginnen. Die Kinder können gemeinsam frei spielen. Wir bieten Euch außerdem ein kostenfreies Frühstück an.

Die Treffen werden von unserer qualifizierten Elternbegleiterin Kerstin Hartmann organisiert und begleitet. Sie hört Euch gerne zu und kann Euch viele Tipps geben. Auf Wunsch laden wir auch Fachleute ein, die Eure Fragen zu Erziehung, Ernährung, Sprache oder Entwicklung Eurer Kinder beantworten.

Wir passen das Angebot den aktuellen Coronabedingungen an. Bitte informiert Euch dazu im Büro.

Gefördert von Stiftungen und dem Land Hessen

Datum: immer donnerstags
 Zeit: 10:00 – 12:00 Uhr
 Gebühr: kostenfrei
 Kontakt: Büro, Tel. : 06257/86633
 Ort: Pfarrer-Reith-Haus, Weedring 47, Seeheim
 Anmeldung vor dem ersten Besuch notwendig

STÄNDIG NEUE
 ANGEBOTE ONLINE!

BERATUNG

Babysprechstunde

Das Leben mit einem Neugeborenen kann manchmal sehr turbulent sein! Mit der Babysprechstunde unterstützen wir Eltern in ihrer neuen Aufgabe als Mütter und Väter. Vielleicht fühlst Du Dich in Deiner Rolle noch unsicher oder suchst fachlichen Rat?

Eventuell hast Du auch konkrete Fragen wie:

Warum weint mein Baby so viel?

Warum schläft es so schlecht?

Wie erkenne ich die Bedürfnisse meines Babys?

Wie kann ich mein Baby besser verstehen?

Wie kann ich mein Baby in der Entwicklung unterstützen?

Hier findest Du Unterstützung!

Eltern mit unserem Gutschein aus dem Neugeborenenpaket der Gemeinde Seeheim-Jugenheim zahlen die ermäßigte Gebühr (für Mitglieder).

Datum: Termine nach Vereinbarung
 Gebühr: 65 €/h · Gebühr Mitglied: 35 €/h
 Kontakt: Bianca Niermann, Eltern- und Schlafcoach
 Tel. : niermann@schlafcoaching-niermann.de
 Ort: nach Vereinbarung, auch via Skype/ Zoom
 www.bianca-niermann.de

Pandemieberatung für Familien (Online oder Telefon)

Hier findest Du Rat und Unterstützung, um gut durch die Pandemiezeit zu kommen. Was trägt mich, meine Familie und meine Kinder durch die Krise? Welche Bewältigungsmöglichkeiten und welche Unterstützung habe ich? Was kann ich tun, um das aus der Balance geratene Leben wieder auszugleichen? Welche Kraftquellen kann ich finden, um gut für mich und für uns zu sorgen? Psychotherapeut Volker Beck hört Dir zu und zeigt Wege auf.

Die Beratung ist kostenfrei und vertraulich. Bitte anmelden über beratung@szenenwechsel-online.de. Die Telefonnummer wird nach der Anmeldung mitgeteilt.

Datum: immer mittwochs, nach Vereinbarung
 Zeit: 18:00 – 22:00 Uhr
 Gebühr: kostenfrei
 Kontakt: Volker Beck,
beratung@szenenwechsel-online.de
 Ort: telefonisch oder online über Facetime

FAMILIE

Notfälle und Erkrankungen im Kindesalter (Vortrag)

Fieber, Husten, Bauchschmerzen und Verletzungen gehören zum Großwerden dazu und keiner Familie bleibt die Betreuung von Kindern mit Atemwegs- oder Magen-Darm-Infekten erspart. In diesem Vortrag werden daher typische Krankheiten des Kindesalters, ihre Vorbeugung und Behandlung besprochen sowie Möglichkeiten bei typischen Komplikationen und Notfällen erläutert.

Aus dem Inhalt: Fieber und Fieberkrampf, Husten und Luftnot, Bauchschmerzen und Erbrechen, Bewusstseinsveränderung und Hirnhautentzündung, Stürze und Gehirnerschütterung, Verletzungen und Verbrennungen u.a.

Es gelten die aktuellen Corona-Regeln. Der Vortrag kann je nach Infektionslage auch online stattfinden.

Datum: Mo, 27.09.2021

Zeit: 20:00 Uhr

Gebühr: 9 € · Gebühr Mitglied: 6 €

Kursleitung: Dr. Andreas Rosenhagen, Kinderarzt

Ort: Gemeindehaus FEG, Am Bahnhof 1, Jugenheim

Anmeldeschluss: 22.09.2021

Wie Babys und Kleinkinder gut schlafen (Gesprächsrunde im Garten)

Schlafcoach Bianca Niermann kommt zu uns und beantwortet Euch Eure Fragen rund um das Thema Schlafen. Sie hat bereits mit über 1000 Eltern persönlich und bindungsorientiert an Schlafproblemen gearbeitet. Von Ihr kannst Du zum Beispiel erfahren, wie Du den Tagschlaf Deines Babys so verbessern kannst, dass Deine Nächte besser werden. Oder wie Du erkennst und weißt, wie viel Schlaf Dein Baby oder Kleinkind braucht. Sie sagt: „Schlafen und dem Alter entsprechendes Durchschlafen ist kein Hexenwerk“.

Es gelten die allgemeinen Coronaregeln. Babys können gerne mitgebracht werden, Schattenplätze sind vorhanden. Auch Schwangere sind herzlich willkommen. Bei schlechtem Wetter wird der Kurs verschoben.

Bitte mitbringen: Sitzunterlage/Decke, eigene Verpflegung, Maske zum Betreten des Hauses (Toilette)

Datum: Do, 23.09.2021

Zeit: 15:30 – 17:30 Uhr

Gebühr: 9 € · Gebühr Mitglied: 6 €

Kursleitung: Bianca Niermann, Schlafcoach

Ort: Garten SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 20.09.2021

STÄNDIG NEUE
ANGEBOTE ONLINE!

KINDER

Malen für Familien - Kraft tanken & Ressourcen finden**Alter: ab 2 Jahren**

Ihr spürt als Familie auch die Belastung der Corona-Krise? Dann kommt zu Kerstin zur Mal-Zeit. Gemeinsam könnt Ihr in die Welt der Farben eintauchen und beim schöpferischen Tun zur Stärkung Eurer familiären Beziehung beitragen. Ihr entdeckt Ressourcen, die sich vielleicht in Euren Alltag integrieren lassen, um Energie zu tanken und bei Kräften zu bleiben. Das dient eurer eigenen Gesunderhaltung. Die Teilnahme an einer Mal-Zeit (Dauer: 45 min) gilt immer für einen Haushalt oder eine eigene Gruppe. Bitte gewünschte Zeit bei der Anmeldung angeben. Mal-Zeiten: 10:00 Uhr, 11:15 Uhr, 14:00 Uhr, 15:15 Uhr, 16:30 Uhr.

Bitte mitbringen: eigene Malkittel und dicke Socken/ Hausschuhe, Getränk

Zugang zum Atelier über Fliederweg. Es gelten die aktuellen Coronaregeln. Termine voneinander unabhängig. Gebühr inkl. Material

Datum: Sa, 25.09.2021; Sa, 06.11.2021
 Zeit: s. oben, pro Mal-Zeit ein Haushalt/ Gruppe
 Gebühr: 25 € · Gebühr Mitglied: 22 € (pro Haushalt)
 Kursleitung: Kerstin Geduldig-Khalili, Kunsttherapeutin
 Ort: Farbenreich, Heidelbergerstr. 35, Seeheim
 Anmeldeschluss: 17.09.2021

Wir entdecken den Wald mit allen Sinnen**Alter: 3 – 6 Jahre**

Was krabbelt da auf dem Waldboden? Wie fühlt sich die Rinde von Bäumen an? Was zwitschert da in den Bäumen? Wie riecht der Wald? Kommt mit uns auf Entdeckungsreise! Wir tauchen mit allen Sinnen in den Wald ein und erleben den Wald ganz bewusst mit Augen, Ohren, Nase und Händen. Zwischendurch werden wir uns auch Zeit zum gemeinsamen Spielen nehmen. Die Kurstage bauen dabei aufeinander auf. Jedes Kind bringt eine Begleitperson mit.

Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk, Snack und Getränk

Treffpunkt wird noch bekanntgegeben. Es gelten die aktuellen Coronaregeln. Der Kurs findet in der Kleingruppe und nur bei geeignetem Wetter statt.

Preis pro Team (Kind + Begleitperson)

Datum: Sa, 18.09./ 02.10./ 30.10.2021; 3x
 Zeit: 09:30 – 12:00 Uhr
 Gebühr (pro Paar): 60 € · Gebühr Mitglied: 54 €
 Kursleitung: Heike Breitling-Slitz, Natur- u. Umweltpäd.
 Ort: Gemarkung Seeheim-Jugendheim
 Anmeldeschluss: 10.09.2021

SPIELE

Ritter-Schnitzeljagd rund ums Alte Forstamt**Alter: 3 – 5 Jahre**

Der Ritter Siegfried ist sehr vergesslich. Er hatte eine große Schatzkiste voller Edelsteine. Die anderen Ritter waren sehr neidisch. Deshalb versteckte er seinen Schatz und – Ihr ahnt es schon – vergaß, wo er ihn versteckt hatte! Das ärgerte Siegfried sehr! Er suchte überall: im Wald, in seiner Burg, in einer dunklen Höhle und sogar unter seinem Bett. Aber der Schatz bleibt bis heute verschwunden. Da kommt ihm eine Idee: Könnt Ihr ihm helfen, den Schatz zu finden? Alles was Ihr dazu braucht, bekommt Ihr im Büro.

Waldbingo**Alter: ab ca. 3 Jahren**

Im Wald gibt es viel zu entdecken! Bei dieser Art von „Schnitzeljagd“ geht Ihr los und sucht die Dinge, die auf unserem Bingoplan abgebildet sind wie z. B. ein Blatt. Die Bingos (=Abbildungen), die gefunden wurden, dürft Ihr dann ankreuzen. Das Spiel ist beendet, wenn alle Bingos entdeckt wurden.

Das Waldbingo kann überall gespielt werden, wo es ein Stück Wald gibt. Vielleicht packt Ihr zur Belohnung ein kleines Picknick ein?

Spielbereit ab ca. Ende September, bitte Ankündigung im Newsletter beachten

STÄNDIG NEUE
ANGEBOTE ONLINE!

Gebühr: 2 €

Abholung: im Büro SzenenWechsel

Kontakt: office@szenenwechsel-online.de,

Tel. : 06257/86633

Das Spiel kann auch außerhalb der Öffnungszeiten abgeholt werden (Hinterlegung im Depot)

Gebühr: 2 €

Abholung: im Büro SzenenWechsel

Kontakt: office@szenenwechsel-online.de,

Tel. : 06257/86633

Das Spiel kann auch außerhalb der Öffnungszeiten abgeholt werden (Hinterlegung im Depot)

KREATIVES

Ukulele-Kurs für Jugendliche und Erwachsene

Klein, aber oho! Heiterkeit und Lebensfreude ist diesem Saiteninstrument zuzuschreiben. Es zaubert uns ein Lächeln ins Gesicht und erhellt die grauen und dunklen Tage. Das ideale Instrument für unterwegs!

Das Spielen auf der Ukulele ist leicht erlernbar, musikalische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Im Mittelpunkt des Kurses steht die Liedbegleitung, wegen Corona leider ohne Gesang. Der Kurs ist generationenübergreifend, auch Jugendliche können teilnehmen.

Bitte mitbringen: Ukulele, Schreibzeug, Notenständer, Snack/Getränk

Der Kurs kann auch ohne Teilnahme am vorherigen Schnupperkurs besucht werden. Es gelten die aktuellen Coronaregeln. Der Kurs findet in der Kleingruppe statt.

Datum: Di, 14.9./21.9./28.9./05.10./12.10./19.10.; 6x
 Zeit: 19:00 – 20:15 Uhr
 Gebühr: 72 € · Gebühr Mitglied: 65 €
 Kursleitung: Petra Baumgart, Gitarrenlehrerin
 Ort: Altes Pfarrhaus, Bergstr. 3, Seeheim
 Anmeldeschluss: 06.09.2021

Holzschilder mit Handlettering gestalten (Workshop)

Wir lieben Holzschilder! Wir bemalen und beschriften in diesem Kurs insgesamt drei Holzschilder: ein großes Schild (60 cm lang) und zwei kleinere Schilder (30 und 40 cm lang). Ihr könnt die Gestaltung selbst wählen: Was Jahreszeitliches? Eine Urlaubserinnerung vom Meer mit selbst gesammelten Muscheln? Oder vielleicht ein Geschenk? Zu Beginn lernt Ihr die Grundlagen rund um das Thema Hand Lettering. Wir schauen uns unterschiedliche Schriftarten und Gestaltungsmöglichkeiten an. Danach folgt eine Einführung in die Arbeitsweise mit Farbe & Pinsel. Wir arbeiten im Kurs mit Acrylfarben. Dieser Kurs ist sowohl für Einsteiger als auch für Fortgeschrittene geeignet.

Bitte mitbringen: Schürze oder Kleidung, die dreckig werden darf (Acrylfarbe nicht auswaschbar!)

Es gelten die aktuellen Coronaregeln. Der Kurs findet in der Kleingruppe statt.

Datum: Fr, 02.10.2021
 Zeit: 19:00 – 21:30 Uhr
 Gebühr: 35 € · Gebühr Mitglied: 33 € inkl. 10 € Matr.
 Kursleitung: Anja Langer, Schauwerbegestalterin
 Ort: SzenenWechsel
 Anmeldeschluss: 24.09.2021

COMPUTER

Das Smartphone sicher nutzen (Workshop)

Dein Smartphone ist für Dich immer noch ein Buch mit sieben Siegeln? In diesem Kurs lernst Du verschiedene Möglichkeiten, Dein Gerät sicher zu bedienen. Außerdem schauen wir, welche zusätzlichen Programme (Apps) für Dich interessant sind. Folgende Funktionen werden erlernt: Die Grundfunktionen Deines Smartphones, Telefonieren mit dem Smartphone, Telefonnummern speichern, das E-Mail-Konto auf dem Smartphone, E-Mails schreiben und empfangen, interessante Programme (Apps) suchen, finden und herunterladen (z. B. WhatsApp), Erste Hilfe bei kleinen Problemen.

Zum Kurs bitte das eigene Smartphone mitbringen, Internetanschluss ist vorhanden. Die Funktionen werden anhand eines Samsung-Smartphones demonstriert. Auf Fragen zu anderen Modellen wird bestmöglich eingegangen. Es gelten die aktuellen Coronaregeln. Der Kurs findet in der Kleingruppe statt.

Datum: Fr, 29.10. + 12.11.2021; 2x
 Zeit: 09:00 – 12:00 Uhr
 Gebühr: 37 € · Gebühr Mitglied: 33 €
 Kursleitung: Irmgard Baden, EDV-Trainerin
 Ort: SzenenWechsel
 Anmeldeschluss: 21.10.2021

GESUNDHEIT

Lachyoga: Lach Dich frei - entdecke Dich neu!

Ich lade Euch herzlich zu einer Stunde „Lachen ohne Grund“ ein. Ein Gemeinschaftserlebnis der besonderen Art, bei dem sich pantomimische Lachübungen mit klassischen Yoga-, Atem- und Entspannungstechniken abwechseln. Euer ganzer Körper profitiert davon, sei es auf körperlicher, psychischer oder emotionaler Ebene. Wir holen in dieser Stunde mehr Fröhlichkeit in unser Leben.

Lachen öffnet Türen, Lachen ist gesund, Lachen ist eine Lebenshaltung; es steigert das Wohlbefinden, mobilisiert innere Kräfte, steigert das Immunsystem, hilft zur Stressreduktion, fördert die Atmung, verleiht geistige Frische, baut positive Energien auf... Heute ist ein guter Tag für einen guten Tag!

Es gelten die aktuellen Coronaregeln. Der Kurs findet in der Kleingruppe und nur bei geeignetem Wetter statt.

Datum: Fr, 17.09.2021
 Zeit: 18:00 – 19:00 Uhr
 Gebühr: 12 € · Gebühr Mitglied: 10 €
 Kursleitung: Manuela Lachnit, zert. Lachyoga-Leiterin
 Ort: Garten SzenenWechsel
 Anmeldeschluss: 10.09.2021

STÄNDIG NEUE
 ANGEBOTE ONLINE!

AGENTUR ALTSTADT



Webseiten | Druckdokumente | Fotografie

Dipl.-Des. Ameli Altstadt
E-Mail: info@agentur-altstadt.de
Telefon: 0179 – 50 49 070

FLOHMARKT

FÜR KINDERKLEIDUNG & SPIELSACHEN

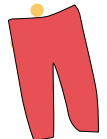


5. Feb. 2022

15:00 – 17:00 Uhr

Bürgerhalle Jugendheim

Mit Kaffeebar und großem Kuchen-
buffet, auch zum Mitnehmen!
Einlass Schwangere ab 14:00 Uhr



VERLEIH-ANGEBOTE

Hüpfburg

Unsere Hüpfburg ist der Renner auf Eurem Kindergeburtstag!

Maße: 3,65 m x 2,65 m x 2,15 m
Für Kinder bis 1,50 m und 35 kg
Verpackt in Tasche, inkl. Gebläse



Termine nach Absprache
Gebühr: 40 €
Gebühr Mitglied: 35 €
Kaution: 100 €

Zelte & Biergarnituren

Große Zelte, Pavillons, Biergarnituren (unterstützt vom Förderverein Diakoniestation Nördl. Bergstraße)

z. B. Hochzeitszelt: 5 x 6 m
z. B. großes Falzelt: 3 x 6 m
z. B. Pavillon: 3 x 3 m



Termine nach Absprache
Gebühren: z. B. Hochzeitszelt 40 €
Bierbankgarnitur 5 €
Kaution: auf Anfrage

XXL-Bausteine

Großer Spaß für kleine Baumeister!
Ideal für drinnen und draußen

Maße eines Bausteins:
L 30 cm x B 15 cm x H 9,5 cm
205 Stück, in großen Taschen



Termine nach Absprache
Gebühr: 20 €
Gebühr Mitglied: 15 €
Kaution: 30 €



SzenenWechsel
Frauen- und Familienzentrum

KONTAKT

KONTAKT

SzenenWechsel
Frauen- und Familienzentrum e. V.

Hauptstraße 15
 64342 Seeheim-Jugenheim

Tel. : 0 62 57 / 8 66 33
 Fax: 0 62 57 / 503 80 89

www.szenenwechsel-online.de
office@szenenwechsel-online.de

Unsere Bürozeiten:
 Montag bis Freitag 10:00 – 12:00 Uhr

Bankverbindung:
 Sparkasse Darmstadt
 IBAN: DE 62 5085 0150 0025 0900 20

Anmeldeformulare für Kurse, Flohmarkt und Krippe sowie einen Mitgliedsantrag findet Ihr auf unserer Homepage, entweder zum Sofort-Ausfüllen oder als Download zum Ausdrucken.

IMPRESSUM

Herausgeber:
 SzenenWechsel
 Frauen- und Familienzentrum e. V.
 Hauptstraße 15
 64342 Seeheim-Jugenheim

Inhalt:
 Christine Ammon, Jasmin Speckhardt und der Vorstand. Für den Inhalt der Anzeigen sind die jeweiligen Anzeigenpartner verantwortlich.

Konzeption, Gestaltung, Grafiken und Fotografie:
 Ameli Altstadt, AGENTUR ALTSTADT
www.agentur-altstadt.de
info@agentur-altstadt.de

Anzeigenverkauf:
 Katharina Schulz
katharina.schulz@szenenwechsel-online.de

Druck:
 agentur stilEcht GmbH, Seeheim-Jugenheim

Auflage:
 2.500 Stück



Respekt



Vielfalt



Weitsicht



Verantwortung

**Weil's um
mehr als
Geld geht.**

Wir setzen uns ein für das, was im
Leben wirklich zählt. Für Sie, für
die Region, für uns alle. Mehr auf
sparkasse.de/mehralsgeld



**Sparkasse
Darmstadt**