

# PROGRAMM

August – Dezember 2023

hoffnung-fuer-kinder.de

**Wir machen  
Kinder ein bisschen  
glücklicher.**

**Morgen  
kann kommen.**

**Wir machen den Weg frei.**



# INHALTSVERZEICHNIS

● Magazin	06 – 19
● Verein	20 – 25
● Kinderkrippe	26 – 27
● Angebote	
Begegnung & Beratung	28 – 43
Familie & Kinder	44 – 63
Kreatives & Bewegung	64 – 71
Sprachen & PC	72 – 73
Leben & Gesundheit	74 – 79
Dies & Das	80 – 85
● Kontakt & Impressum	86 – 87

# 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](http://www.szenenwechsel-online.de)  
[office@szenenwechsel-online.de](mailto:office@szenenwechsel-online.de)

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

Immer informiert sein über aktuelle Kurse, Vorträge  
und was sonst noch so passiert?  
Abonniere unseren Newsletter und vernetze Dich  
mit uns auf Facebook oder Instagram.

# PAPI SEEHEIM RESTAURANT

Heidelbergerstr.61, 64342 Seeheim-Jugenheim

WIR KOCHEN MIT FRISCHEN ZUTATEN AUS DER REGION.  
HOCHZEIT-UND FIRMFESTEIER WIR BIETEN IHNEN ÜBER 60 SITZPLÄTZE IN EINEM GEMÜTLICHEN AMBIENTE.

[www.papi-kitchen.de](http://www.papi-kitchen.de)

Mo-Do 17.30-22:30  
Fr/Sa 17.30-23:00  
So 11.30-22:00



# VORWORT



Liebe Leserinnen und Leser,

im zweiten Halbjahr erwarten Euch viele spannende Themen! Dabei haben wir auch viele Eurer Wünschen erfüllt, die Ihr uns in unserer großen Umfrage Ende vergangenen Jahres mitgeteilt habt. So gibt es beispielsweise mehr Kreativkurse mit „neuem“ Inhalt, Programmpunkte auch am Wochenende und einen Familienausflug. Die Angebote „Ich kann kochen“, „Führung im Museum Stangenberg Merck“ und „Heilsames Singen“ gehen ebenfalls auf Eure Anregungen zurück. Ich bin mir sicher, dass Ihr bei der Vielfalt an Kursen fündig werdet!

Unser Jubiläum ist natürlich auch Thema im Magazin. Ich habe Euch zusammen mit Diana ein paar alte Fotos aus dem Archiv geholt. Kinder, wie die Zeit vergeht! Auf vier Seiten gibt's schöne Erinnerungen und auch ein paar Momente zum Schmunzeln. Nicht zuletzt wegen der unglaublich angesagten Mode der 90er. Im Magazin beschäftigen wir uns außerdem mit dem großen und kleinen Glück. Was braucht es, um glücklich zu sein? Glückstrainerin Susanne hat hier alltagstaugliche Tipps parat.

Im Verein hat sich über den Sommer personell auch einiges getan. Dany Leggewie hat sich nach ganz vielen engagierten Jahren aus dem Vorstand verabschiedet. Frauke Wassum ist nachgerückt und wird sich hier neu einbringen. Ich selbst habe im Büro Szenenwechsel aufgehört und bin jetzt wieder in meinem ursprünglichen Berufsfeld tätig. Sieben Jahre lang habe ich unsere Angebote geplant und dieses Heft geschrieben. Jetzt gebe ich das Staffelholz an meine Nachfolgerin weiter. Bestimmt sehen wir uns das ein oder andere Mal wieder, z.B. beim Café Szene!

Ach ja, wir suchen immer Leute, die gerne ehrenamtlich bei uns mitmachen wollen, aktuell besonders im Programmteam. Hast Du Interesse? Dann melde Dich gerne im Büro.

Ich wünsche Euch viel Spaß beim Lesen,  
Christine Ammon





MAGAZIN

## 30 JAHRE SZENENWECHSEL – 5 BÜRGERMEISTER\*INNEN

### Wir haben gefragt: Welche Erinnerungen und Erlebnisse verbinden Sie mit SzenenWechsel?

**Robert Müller:** „Es war in unserer Gemeinde ein Novum, dass sich Frauen freiwillig und ehrenamtlich zur Verfügung stellten, um andere Frauen in bestimmten Situationen zu entlasten – zumal die Gemeinde zur damaligen Zeit ein derartiges Angebot nicht machen konnte. Der Betrieb war von Anfang an gut durchdacht und vorbereitet, so dass er ohne ‚Stottern‘ anlaufen konnte.“

**Frank Cornelius:** „Was wollen denn diese Mütter noch alles, so oder ähnlich habe ich reagiert. Ich selbst war Vater und meine damalige Frau hat die Kinder zu Hause betreut. Was ein Glück, dass die Gründungsfrauen von SzW weiter gemacht haben. Heute bin ich froh, dass es Euch seit 30 Jahren gibt. Vieles ehrenamtlich und trotzdem hoch professionell.“

**Brigitte Kruza:** „Herzlichen Glückwunsch zum 30. Jubiläum! Ich danke den Initiatorinnen dieser Einrichtung, dass sie nicht nur die Idee dazu hatten, sondern auch das notwendige Durchsetzungsvermögen. Ich war Ihnen persönlich und auch als Bürgermeisterin sehr

dankbar, dass sie mitgeholfen haben, in unserer Gemeinde Rahmenbedingungen zu schaffen, die die Vereinbarkeit von Familie und Beruf ermöglicht haben.“

**Olaf Kühn:** „Was mich mit der 30-jährigen Erfolgsgeschichte SzenenWechsel verbindet: zwölfjährige Zusammenarbeit im Interesse der Gemeinde. Mein Beitrag zur Gründung einer gemeinnützigen Stiftung zum Erwerb des Jugendheim Forstams. Der dadurch ermöglichte Umzug des Vereins. Und der Rückgriff auf dessen Erfahrung beim Aufbau einer kommunalen Kleinkindbetreuung. Liebe SzenenWechseler, herzlichen Glückwunsch! Danke, und macht weiter so!“

**Alexander Kreissl:** „Ein schönes Erlebnis war für mich die Verleihung des Ludwig-Metzger-Preises an SzenenWechsel Frauen- und Familienzentrum e.V. in Darmstadt. Als Bürgermeister habe ich die Delegation des Vereins zum Festakt gerne begleitet. Liebes SzenenWechsel-Team, danke für die wichtige soziale Arbeit und das ehrenamtliche Engagement in unserer Gemeinde.“

# KLEINE BILDERREISE IM JUBILÄUMSJAHR



Domizil Hippo-Häuschen



Adventskranzbinden



Internationaler Kochclub



Das Team in den Anfangsjahren



Krippenkinder unterwegs



Klausurtagung in Bad Homburg



Sport mit Kind



Renovierung Forstamt



Klausurtagung





White Christmas



Eröffnung Drop In



Meilenstein Familienzentrum



Adventsmarkt im Hof



Begegnung im Garten



Teamabend im Backhaus



Quadrate für Viva Vittoria



Babysitterdiplom



Erstes Online-Teammeeting



Kleine Strolche bei der Ernte

## HIGHLIGHTS DES VERGANGENEN HALBJAHRES

Im Jubiläumsjahr haben wir uns und unseren Verein gefeiert, beim Großevent in der Nachbargemeinde unterstützt, einen „Familienausflug“ ausprobiert und viele Familien mit einem tierischen Erlebnis glücklich gemacht. Und im Vorstand gab es einen „Szenenwechsel“. Seht selbst!

### AUF ZUM HESSENTAG

Ob wir beim Hessestag mit einem ehrenamtlichen Team mitmachen würden? Na klar! Fünf von uns waren im Juni insgesamt 29 Stunden im „Kinderland“ eingesetzt. Ausgestattet mit Helferbändchen und Hessestags-T-Shirt haben wir gebastelt, gemalt, die Rollenrutsche betreut und auf die Hüpfburg aufgepasst. Vor allem am Wochenende war ganz schön was los! Wir hatten meist ein schattiges Plätzchen und freuten uns, wenn auch mal eine Familie aus Seeheim-Jugendheim vorbeischaute. Danke an Gabi, Diana, Katja, Helga und Christine, die mit dabei waren!



### FAMILIEN ON TOUR

Am Brückentag nach Fronleichnam radelte Simon Forster mit zwölf Familien ins Ried. Die Kids fuhren je nach Alter auf dem eigenen Rad oder eben bei den Eltern mit. Gestartet wurde am Szenenwechsel. Ziel war das Erdbeercafé auf dem Hartenauer Hof, das extra für unsere Gruppe seine Türen öffnete. Dort gab es leckeren Erdbeerkuchen und viel Zeit zum Spielen und Ausruhen. Dann ging's leider schon wieder nach Hause! Es war so schön, dass wir auch im zweiten Halbjahr wieder einen Familienausflug anbieten werden, dieses Mal ohne Rad. Danke Simon!



## TIERISCHES TREKKING

Wir hätten nicht gedacht, dass unser „Ziegentrekking“ der mit Abstand gefragteste Kurs im ersten Halbjahr werden würde! Mit Kursleiterin Chantal und den Ziegen an der Leine ging's ins Gelände rund um den Frankenstein. Die Tiere trotteten munter und mit emsigen Tempo voraus. Wie viel Kraft so eine kleine Ziege doch hat! Aber mit etwas Hilfe der Eltern hatten alle Kinder eine Menge Spaß. Nebenbei konnten sich die Familien kennenlernen und die idyllische Natur drum rum genießen. Ein wunderschöner Vormittag an der Bergstraße!



## VORSTAND ADIEU

23 Jahre lang war Dany Leggewie unsere zweite Vorstandsfrau. Los ging's damals, als eines ihrer Kinder in unserer Kindergruppe aufgenommen wurde. Seither war Dany engagiert dabei! Am liebsten organisierte sie Feste aller Art wie den Adventsmarkt (den es heute leider so nicht mehr gibt) oder unsere großen Partys. Sie war es auch, die unsere allererste Website mit auf die Beine stellte. Nach so langer Zeit möchte sie jetzt lieber in der zweiten Reihe stehen und die „jüngere Generation“ nachrücken lassen. Danke liebe Dany für 23 intensive Vorstandsjahre!



## JUBILÄUMSPARTY IN ZAHLEN

**> 200** feiernde Gäste waren gekommen, darunter auch viele Ehemalige

**6** Bandmitglieder von Games of Jones & Friends heizten uns so richtig ein

**20** kg Crushed Ice wurden an der Cocktailbar „veredelt“

**VIELE** Bambusstangen aus heimischen Gärten sorgten für Flair in der Halle

**1** Geburtstagstorte mit funkelnden Wunderkerzen versüßte den Abend

**5** Stunden lang herrschte beste Partylaune

## BE HAPPY! WEGE ZUM GLÜCK

**Glück kann man lernen! Davon ist die Glücks- und Mentaltrainerin Susanne Rudolph überzeugt. In einem Workshop möchte sie zusammen mit den Teilnehmer\*innen einen „positiven Werkzeugkasten für den Alltag“ erarbeiten, um den Gehirnen beim Glücklich-Sein auf die Sprünge zu helfen.**

Oh, Mensch, schon wieder Regen, denke ich, als ich morgens den Rollladen öffne. Meinen kleinen Sohn durchzuckt beim Anblick der dicken, schweren Tropfen die pure Freude. „Gutes Wetter“, findet er voller Vorfreude darauf, dass er mit dem Regenschirm zur Kita laufen darf. Eine Sichtweise bzw. ein Optimismus, der Erwachsenen oft abhandengekommen ist. „Das Gute: Das Hirn lässt sich wieder umtrainieren, wenn man es nur oft genug macht“, sagt die ausgebildete Glückstrainerin Susanne Rudolph.

Im Workshop, den sie im Szenenwechsel anbietet, möchte sie den Teilnehmer\*innen genau dafür erste Werkzeuge an die Hand geben. Gemeinsam sollen die ausgetretenen neuronalen Netze verlassen werden. „Die Psychologin Sonja Lyubomirsky hat herausgefunden, dass etwa 50 Prozent unseres Glücksempfindens von den Genen abhängen, zu ungefähr 10 Prozent sind unsere Lebensumstände, also zum Beispiel wo wir wohnen oder wie viel wir verdienen, entscheidend fürs Glückempfinden. Aber zu etwa 40 Prozent können wir selbst darüber entscheiden, wie glücklich wir sind“, sagt Susanne Rudolph. Glück ist also eine Entscheidung! Die Stellschrauben dafür: Achtsamkeit, Dankbarkeit, Selbstwirksamkeit. Und letztlich geht es um persönliche Antworten auf die großen Fragen: Was sind meine Visionen, meine Werte, meine Ziele? Und wie kann ich danach

leben und handeln? Glück, das ist für Susanne Rudolph „eine Zufriedenheit, ein liebevoller Umgang mit sich und anderen. Und ein positiver Optimismus, ganz ohne rosarote Brille. Eher das Wissen, in Krisen handlungsfähig zu sein. Und Krisen gibt es immer wieder, die gehören dazu“.

Als Glückstrainerin erarbeitet Susanne Rudolph mit den Teilnehmer\*innen des Workshops, durch welche Schritte erste Veränderungen bewirkt werden können. „Das sind zum Teil ganz kleine Schritte“, sagt sie. Zum Beispiel abends drei Dinge aufschreiben, für die man am Tag dankbar war. Das leckere Essen, das nette Gespräch mit der Nachbarin, die Waschmaschine, die einem so viel Arbeit abnimmt. „Der positive Rückblick beeinflusst im Schlaf das Unterbewusstsein.“ Und letzteres spielt eine große Rolle. Ein verschwin-

●  
dend geringer Anteil unserer Gedanken ist bewusstes Denken, der Rest läuft quasi ganz von alleine im Hintergrund ab. Noch einen Schritt weiter ins Unterbewusstsein geht es beim Aufwachen: Noch im Dämmerzustand kann man sich fragen, wie man den Tag erleben möchte? Heute vielleicht sorglos? Oder doch lieber liebevoll? Oder lustig?

Andere Werkzeuge, die beim Glücklicher-Werden helfen können, sind zwar bekannt, aber nicht angewendet. Dass die Körperhaltung Einfluss auf das eigene Empfinden hat, haben die meisten schon mal gehört. Warum schafft man es trotzdem nicht, lächelnd, leicht und aufrecht durch den Alltag zu gehen? „Den Unterschied wirklich mal am eigenen Körper zu erfahren und zu spüren, kann ein Augenöffner sein“, sagt Susanne Rudolph. Der Workshop will hier auf die Sprünge helfen.

In anderen Ländern gehört das „Glückstraining“ schon längst zum Alltag. In Österreich, wo Susanne Rudolph auch die Ausbildung zur Glücks- und Mentaltrainerin absolviert hat, werden Aspekte des Glückstrainings unterrichtsbegleitend in der Grundschule vermittelt. Unter anderem hat dieser Unterrichtsstoff große Auswirkungen auf Mobbingprävention. „Wer seine Talente kennt, seine Werte lebt, ist zum Beispiel weniger anfällig für abfällige Bemerkungen“, sagt Susanne Rudolph.

Und glücklich sein lohnt sich erwiesenermaßen: Glückliche Menschen sind durch die Ausschüttung der Glückshormone gesündere Menschen mit niedrigerem Stresslevel. Zudem sind sie resilienter, sprich handlungsfähiger in Krisen, offener, lebenslustiger und kreativer.



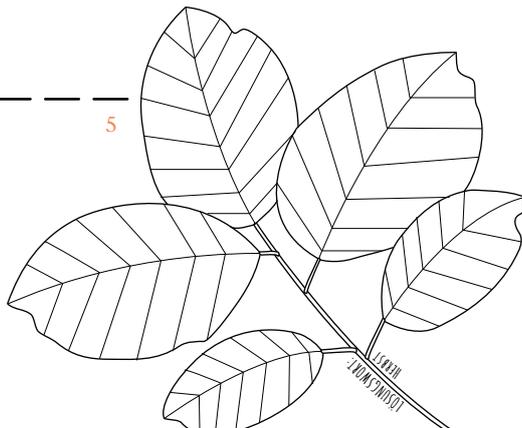
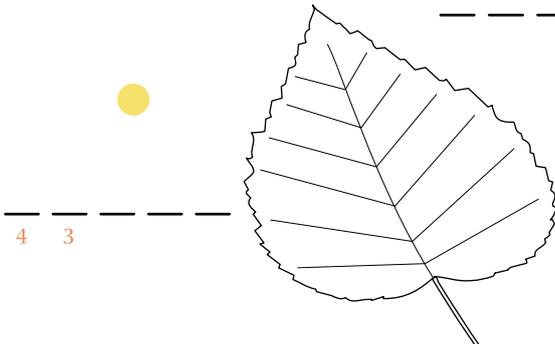
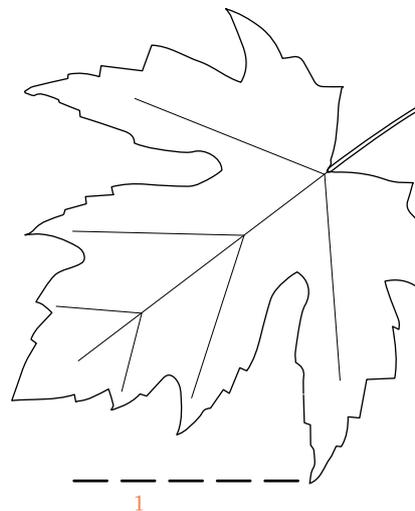
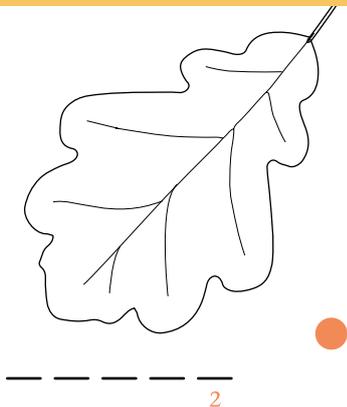
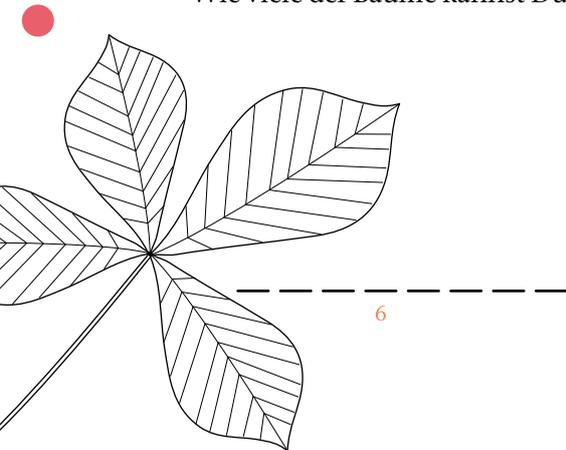
#### KURZINFO

Susanne Rudolph engagiert sich als Teammitglied im SzW. Sie ist nicht nur Glücks- und Mentaltrainerin sowie Resilienzcoachin, sondern auch ausgebildet in gewaltfreier Kommunikation und „Shared Reading“. Letzteres bietet Sie im Verein als „LeseSzene“ an. Zum Thema „Glücklich sein!“ spricht sie am 14.10.2023 beim Happiness Workshop. Dieser richtet sich an Erwachsene jeden Alters, die gemeinsam einen „positiven Werkzeugkasten“ für den Alltag erarbeiten möchten.  
Foto: © Leila Martin

# FÜR GROB & KLEIN

## LÖSE DAS RÄTSEL

Male die Blätter in bunten Herbstfarben an.  
Wie viele der Bäume kannst Du erraten?



## DIE NATUR IST BUNT!

Gerade der Herbst zeigt sich farbenfroh. Neben Blättern in allen erdenklichen Brauntönen sind auch farbenfrohe Beeren, andere Früchte und letzte Blüten zu entdecken. Wer einen Spaziergang macht, kann sich leicht auf eine Regenbogen-Schnitzeljagd begeben.

So geht's: Einfach ein Stück Pappe mit Tonpapierkärtchen bekleben. Je älter die Suchenden, desto mehr Farben können aufgeklebt werden. Wer es besonders herbstlich mag, wählt nur Brauntöne – vom hellen Ocker bis zu Rostrot. Besonders praktisch dafür sind übrig gebliebene Farbkarten aus dem Baumarkt. Zum Schluss an den Rand Wäscheklammern stecken, sodass die gefundenen Schätze fixiert werden können.

Übrigens ist das ein schöner Weg, um kleine (und große) Stubenhocker vor die Türe zu bringen und ordentlich Schritte zu sammeln.



## VORGESTELLT...

## CHRISTINE AMMON



Foto: © Leila Martin

Bei Christine Ammon liefen noch bis vor kurzem in unserem Büro die Fäden zusammen. Nach sieben Jahren „Hauptamt“ im Verein wagte sie im Sommer den Schritt zurück in ihren eigentlichen Beruf. Sie ist nicht nur studierte Ökotrophologin, sondern auch zweifache Mutter, Hundefrauchen, Frankreich-Liebhaberin, passionierte Näherin und Upcyclerin, gebürtige Reutlingerin, heutige Jugenheimerin und noch viel mehr.

**Warum SzenenWechsel?**

Weil man hier die entsprechende Offenheit findet, Ideen einzubringen und mitzugestalten. Ich bin seit 2010 dabei, seit meine erste Tochter die Krippe besucht hat – ehrenamtlich und lange Jahre auch hauptamtlich.

**Was war Dein persönliches SzenenWechsel-Highlight?**

Das sind definitiv die Kerbumzüge und vor allem der aus dem Jahr 2019. Die Geschichte dahinter zeigt, wie offen der Verein für unkonventionelle Ideen ist. In der Tagesschau hatte ich in einem Bericht über einen Umzug in Berlin einen Wagen entdeckt, der perfekt zu unserem Nachhaltigkeitsthema gepasst hat: ein Bienenkorb aus gelben Drainagerohren. Über verschiedene Umwege haben wir das Unmögliche möglich gemacht: den Wagen nach Seeheim geholt und ordentlich aufgepeppt.

**Was war Dein Lieblingskurs?**

Besonders gerne erinnere ich mich an das Adventskranzbinden zurück. Schon beim Reinkommen in den Raum war ich verzaubert: der Duft, die Musik, die Deko, ach quatsch, ein ganzes Deko-Buffer! Das war alles so stimmig.

**Bitte vervollständige den Satz: SzenenWechsel ist für Dich...**

...mein Freundeskreis! Ich fühle mich dem Verein und den Menschen dort sehr verbunden.

**Was hast Du uns für dieses Heft mitgebracht?**

Ein Foto vom Kerbumzug 2019:



# KUNST FÜR ALLE

"DIES MUSEUM IST EIN GESAMTKUNSTWERK" (BESUCHERSTIMME)

**Museum Stangenberg Merck**

Museum Stangenberg Merck  
Helene-Christaller-Weg 13  
64342 Seeheim-Jugenheim  
Tel. 06257 - 90 53 61  
www.mstm.info  
facebook: Museum Stangenberg Merck

800 qm Kunstaussstellung auf 4 Etagen  
Ein Kleinod abseits der Hektik mit traumhaftem Blick über die Rheinebene

**Ausstellungs-Highlights 2023:**  
bis 08/2023: 100 Jahre H. Stangenberg-Merck  
bis 11/2023: Karen Shahverdyan: Begegnung

## geiger

**Garten Haushalt Handwerk**

Bahnhofstraße 1  
64342 Seeheim-Jugenheim  
Telefon 06257-3154

www.studioeg.de

**Alles was man so braucht!**

- pflanzen  
graben  
düngen  
binden  
schneiden  
schützen...
- sägen  
schleifen  
kleben  
schrauben  
bohren  
dübeln...
- kochen  
braten  
essen  
trinken  
backen...
- Schlüsseldienst  
& Schlösser  
Reinigungs-  
annahme

Montag - Freitag 9 - 13 & 15 - 18  
Mittwoch 9 - 13, Samstag 9 - 12

# 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! 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 Frauenthematen. In einem Kleiderschrank war sogar ein kleiner Secondhand-Shop für Kindersachen untergebracht. Heute, 30 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.

Mit dem Paritätischen Wohlfahrtsverband, dem Bundesverband der Mütterzentren, dem Bundesverband der Familienzentren und der LAG freie Kitaträger Hessen e.V. haben wir starke Partner an unserer Seite.

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.

Mit rund 75 Kursangeboten pro Halbjahr sind wir 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, bei uns im Alten Forstamt vorbeizuschauen!

Euer SzenenWechsel-Team

## VORSTAND &amp; BEIRAT



Gabriela Jaspert  
1. Vorsitzende



Frauke Wassum  
2. Vorsitzende



Beate Bechtold  
3. Vorsitzende



Steffi Müller  
Schriftführung



Sophia Binn  
Finanzen



Beate Kaiser  
Beirat



Anke Höfle  
Beirat



Christine Ammon  
Beirat

## TEAM KRIPPE



Elke Stahlschmidt-Christ  
Erzieherin



Sylvia Lorenz  
Erzieherin



Elena Loos  
Erzieherin



Larissa Helm  
Kindheitspäd. & Büro



Yordanos Atobirhan  
Mittagsfee, Krippe



Laura Hill  
BFD



## TEAM BÜRO



Johanna Straßer  
Büro



Silke Volz  
Büro



Constanze Jost  
Buchhaltung

## TEAM EHRENAMT

Was wären unsere „hauptamtlichen“ Teams ohne unsere Ehrenamtlichen? Über 40 Frauen und auch ein paar Männer jeden Alters engagieren sich für unsere „Herzensache“. Hier findet jede\*r das passende Resort, ob im Kinderkursteam, bei der Redaktion von Heft, Web oder Social Media, beim Fundraising, in unseren Treffs oder oder oder...

Du möchtest uns ehrenamtlich unterstützen? Wir sind ein sympathisches Team und freuen uns über Verstärkung! Bei uns kannst Du Deine Ideen und Fähigkeiten einbringen, z.B. bei der Organisation von Kursen/Festen oder beim Anzeigenverkauf. Und auch sonst ist jede helfende Hand gerne gesehen. Interessiert? Dann schau' einfach mal vorbei!

ES IST ZEIT FÜR  
EIN NEUES  
BILD AN  
DEINER WAND !!



Tel.: 0170 88 55707

Email: [info@leilamartinphotography.com](mailto:info@leilamartinphotography.com)  
[www.leilamartinphotography.com](http://www.leilamartinphotography.com)

BEI VORLAGE  
DIESES HERZENS  
ERHÄLST DU  
10 % AUF DEIN  
SHOOTING!



Mutter-Tochter



Freundesshooting



Nudebabeshooting



Hochzeiten



1. Geburtstag



Tier shooting



PLUS 60 BEAUTY



Geschwistershooting



Familie



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**

## TEILNAHMEBEDINGUNGEN

### Anmeldung und Kursgebühren

Bitte meldet Euch schriftlich (über das Formular auf unserer Homepage) innerhalb der Anmeldefristen bzw. bei Veranstaltungen ohne Frist spätestens 1 Woche vor der Veranstaltung an.

Eure Anmeldung wird Euch per E-Mail bestätigt. Wir behalten uns vor, Veranstaltungen bei zu geringer Teilnehmerzahl abzusagen. Die Kursgebühren werden nach Kursende von Eurem Konto abgebucht.

### Abmeldung und Ausfallgebühren

Bitte storniert Anmeldungen rechtzeitig und schriftlich im Büro des SzenenWechsels (bitte nicht bei den Kursleitern). Rechtzeitig heißt bei Veranstaltungen ohne Anmeldefrist bis spätestens eine Woche vorher, bei Veranstaltungen mit Anmeldefrist eben bis zu dieser Frist. Bitte bedenkt, dass wir für viele Veranstaltungen eine Warteliste führen und Ihr durch rechtzeitige Absage anderen Interessierten die Teilnahme ermöglichen könnt. Das Fernbleiben von einer Veranstaltung gilt nicht als Abmeldung. Bei nicht fristgerechter Abmeldung wird die volle Kursgebühr fällig.

### Vorträge

Bitte meldet Euch zu unseren Vorträgen schriftlich (über das Formular auf unserer Homepage) an. Die Bezahlung erfolgt in bar vor Beginn des Vortrages.

### Veranstaltungsort

In der Regel finden unsere Veranstaltungen in unseren Räumen im Alten Forstamt statt. Wir möchten allen Menschen die Möglichkeit geben, an unseren Veranstaltungen teilzunehmen. Leider sind unsere Räume nicht barrierefrei zugänglich.

Bitte meldet Euch in unserem Büro, wenn Ihr Hilfe beim Besuch unserer Veranstaltungen benötigt.

### Haftung

Die Haftung des SzenenWechsel Frauen- und Familienzentrums e. V. für Schäden jeglicher Art, gleich aus welchem Rechtsgrund sie entstehen mögen, ist auf die Fälle beschränkt, in denen dem SzenenWechsel Frauen- und Familienzentrum e. V. Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit nachgewiesen werden kann.

### Teilnahmebestätigungen

Auf Wunsch erhaltet Ihr eine Teilnahmebestätigung. Voraussetzung dafür ist eine 80%-ige Teilnahme.

● **BEGEGNUNG**

**Krabbel- und Spielgruppen**

Ihr habt Kinder und sucht Kontakt zu gleichaltrigen Kindern und deren Eltern? Dann kommt an einem Nachmittag in der Woche zu uns. Hier könnt Ihr Euch austauschen und schöne gemeinsame Stunden in liebevollem Ambiente verbringen. Die Kleinen können zusammen spielen – im Winter drinnen und im Sommer draußen auf unserem großzügigen Außengelände mit Schaukel, Sandkasten und Co.

Eigenverantwortlich könnt Ihr die Räume und Spielsachen (Kinderküche, Parkhaus etc.) der Kinderkrippe nutzen. Es gibt eine Wickelmöglichkeit, Toiletten sowie eine Küche.

Bitte ruft vor dem ersten Besuch die jeweilige Ansprechpartnerin an.

Zeit: jeweils 16:00 – 17:30 Uhr, außer in den Ferien  
 Gebühr: 2 € · Gebühr Mitglied: frei  
 Ort: SzenenWechsel

Tag	geb.	Ansprechpartnerin
Di	2022	Tonia Baum (Tel. : 0151/14467983)
Mi	2021	Johanna St. (johanna.strasser@posteo.de)
Do	2023	Lea Heidemann (Tel. : 0157/88494578)

**Drop In**

**Alter: 0 – 3 Jahre**

Jeden Freitag öffnet 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.

Unser qualifiziertes Team – Kerstin H., Kerstin B. und Steffi M. – organisiert und begleitet die Treffen. Die drei hören Euch gerne zu und können Euch viele Tipps geben. Auf Wunsch laden wir auch Fachleute ein, die Eure Fragen zu Erziehung, Ernährung, Sprache oder Entwicklung Eurer Kinder beantworten.

Zwei Altersgruppen:

09:00 – 10:30 Uhr: 0 – 1 Jahre

10:30 – 12:00 Uhr: 1 – 3 Jahre

Gefördert von Stiftungen und dem Land Hessen

Datum: immer freitags  
 Zeit: 09:00 – 12:00 Uhr (s. oben Altersangabe)  
 Gebühr: kostenfrei  
 Kontakt: Büro, Tel. : 06257/86633  
 Ort: SzenenWechsel, Garten oder Haus ohne Anmeldung

## BEGEGNUNG

### Café Szene

Hereinspaziert! Wir öffnen wieder unser nachhaltiges Garten-Café. In unserem wunderschönen Garten könnt Ihr entspannte Stunden verbringen. Alle sind herzlich willkommen! Während die Kleinen den Spielplatz erkunden, nehmen die Großen ein schattiges Plätzchen im Café ein.

An unserer Cafetheke erhaltet Ihr leckere Kaffeespezialitäten und selbst gebackene Kuchen. Das Besondere: Alle Speisen und Getränke sind fair, nachhaltig und regional eingekauft und hergestellt. Wir freuen uns auf unsere Gäste!

### Café International

Hier kommen Geflüchtete aus der Ukraine zusammen, die Lust auf Begegnungen mit anderen Menschen haben. Das Café International bietet die Möglichkeit zum Kennenlernen, sich auszutauschen, oder einfach nur zum Verweilen, in netter Gesellschaft, bei einer Kleinigkeit zum Essen und Trinken. Bei gutem Wetter gibt es die Möglichkeit, sich an der frischen Luft auf der neugestalteten Terrasse des Pfarrer-Reith-Hauses aufzuhalten.

Der Besuch ist kostenfrei – Spenden sind willkommen. Weitere Helfer\*innen dürfen gerne dazukommen.

Eine Kooperation von Kirchen, Vereinen und Privatpersonen

Datum: So, 08.10.2023  
Zeit: 15:00 – 17:30 Uhr  
Gebühr: kostenfrei, Spenden erbeten  
Kontakt: Büro, Tel. : 06257/86633  
Ort: Garten SzenenWechsel  
ohne Anmeldung

Datum: donnerstags, 14-tägig  
Zeit: 16:00 – 18:00 Uhr  
Gebühr: kostenfrei, Spende erbeten  
Kontakt: Büro, Tel.: 06257/86633  
Ort: Pfarrer-Reith-Haus, Weedring 47, Seeheim  
ohne Anmeldung

## BEGEGNUNG

### Vätertreff

Diese Gruppe richtet sich an Väter mit Kleinkindern (geb. ca. 2019 – 2022). Das „Programm“ ist kunterbunt: Kneipenabende, Spiele-Nachmittag mit den Kids, Radtour und noch vieles mehr! Gemeinsam plant Ihr Eure nächsten Aktivitäten, mal mit Mini-Anhang, mal ohne.

Ihr fühlt Euch angesprochen? Simon nimmt Euch gerne in seinen Verteiler auf.

Datum: wird in der Gruppe bekannt gegeben  
 Zeit: nach Absprache  
 Gebühr: kostenfrei  
 Kontakt: Simon Forster, Tel. : 0177/3267884  
 Ort: nach Absprache  
 Anmeldeschluss: individuell

### Jungsabend

Unsere Frauen schwärmen von Mädelsabend, Kreativkursen und Kinderprogramm. Warum sollte es nicht endlich einmal etwas nur für uns Männer geben?

Immer am letzten Mittwoch eines Monats treffen wir uns in einer Kneipe / Restaurant in der Umgebung, um einen gemütlichen Abend mal ohne Frau und Kind zu genießen. Die Gruppe besteht aus momentan ca. 8 – 10 Männer mit Kindern im Alter von ca. 6 Jahren und älter. Neben dem monatlichen Treffen planen wir weitere Aktivitäten je nach Lust und Laune der Teilnehmer, z. B. einen Grillkurs oder eine interessante Besichtigung.

Interessierte wenden sich gerne an:  
 Mike Supp (Tel. : 06257/9990609) oder  
 Bernd Renz (Tel. : 0176/32846013)

Details werden per E-Mail bekannt gegeben.

Datum: letzter Mittwoch im Monat  
 Zeit: ab 19:30 Uhr  
 Gebühr: kostenfrei  
 Kontakt: Mike Supp, Bernd Renz  
 Ort: wechselnde Restaurants etc. in der Umgebung  
 Anmeldeschluss: individuell



Saalbau-Kino in Pfungstadt, Lindenstr. 71

**Kino für EUCH von UNS mit EUCH**

Programm und Trailer unter  
[www.kino-pfungstadt.de](http://www.kino-pfungstadt.de)

Kontakt: [info@kino-pfungstadt.de](mailto:info@kino-pfungstadt.de)

## Schnick-Schnack Lädchen

Dekorationen - Geschenke - Kunsthandwerk - Schmuck - Wohnaccessoires  
Tee - Kaffee - Schokolade - Feinkost - Liköre

Geschenke mit HERZ

außergewöhnlich  
einzigartig  
einfach himmlisch

Öffnungszeiten:  
Dienstag bis Freitag  
9.00 - 12.30 Uhr  
14.30 - 18.00 Uhr

Samstag  
9.00 - 12.30 Uhr

Bergstr. 14  
64342 Seeheim  
Tel. 06257-944540  
Fax 06257-944541

[www.Schnick-Schnack-Laedchen.de](http://www.Schnick-Schnack-Laedchen.de)

## BEGEGNUNG

### Treff für junge Mütter

Du wünschst Dir Kontakt zu jungen Müttern in Deiner Nähe für regelmäßige Treffen mit und ohne Kind, für gemeinsame Freizeitaktivitäten und für einen Austausch über Themen rund um Familie, Beruf und Freizeit?

Wir treffen uns etwa einmal im Monat an wechselnden Wochentagen und in unterschiedlichem Rahmen. Zum Beispiel bei einem gemeinsamen Essen, bei einem Ausflug oder auch mal bei einem Spielplatzbesuch mit den Kindern am Nachmittag. Neue Ideen für gemeinsame Unternehmungen sind immer willkommen. Ach ja, unsere Kinder sind noch klein, zwischen 0 und 2 Jahren.

Habt Ihr Lust? Dann meldet Euch per E-Mail bei Johanna Straßer: [johanna.strasser@szenenwechsel-online.de](mailto:johanna.strasser@szenenwechsel-online.de)

Datum: wird per E-Mail bekannt gegeben  
 Zeit: nach Absprache  
 Gebühr: kostenfrei  
 Kontakt: Johanna Straßer, E-Mail s.o.  
 Ort: nach Absprache  
 Anmeldung erwünscht

### Mädelsabend

Ihr begegnet einer netten Frauenrunde (zwischen ungefähr 35 und 50 Jahren mit Kindern im Schulalter), die sich immer wieder neu zusammensetzt. Ihr könnt Euch über viele Themen rund um Familie, Beruf und Freizeit austauschen und neue Kontakte knüpfen. Neue Mädels sind jederzeit willkommen!

Wir treffen uns ca. 1x im Monat an wechselnden Wochentagen in verschiedenen Restaurants in der Umgebung. So ist für jeden Geschmack etwas dabei. Gelegentlich unternehmen wir auch etwas zusammen.

Bei Interesse tragt Euch bitte auf unserer Homepage in unsere Mädelsabend-Mailingliste ein:  
<https://www.szenenwechsel-online.de/maedelsabend>

Datum: wird per E-Mail bekannt gegeben  
 Zeit: ab 19:30 Uhr  
 Gebühr: kostenfrei  
 Kontakt: Diana Kraher, Tel. : 06257/506877  
 Ort: wechselnde Restaurants in der Umgebung  
 Anmeldeschluss: individuell

## BEGEGNUNG

### Kostproben

Dies ist der „Mädelsabend“ für Frauen ohne Kinder oder mit richtig großen Kindern. Hier könnt Ihr in netter Runde über alles reden, was Euch beschäftigt. ●

Wir treffen uns ca. alle vier Wochen in wechselnden Restaurants der Region. Dabei wollen wir die Welt bereisen und viele Küchen kennenlernen, von Thailand über Indien bis Mexiko. Eine gute Gelegenheit, Kontakte zu knüpfen, falls Ihr neu in der Gemeinde seid.

Der jeweilige Treffpunkt wird per E-Mail bekannt gegeben. Tragt Euch dazu bitte in unsere Kostproben-Mailingliste ein:

<https://www.szenenwechsel-online.de/kostproben>

Wir bilden Fahrgemeinschaften. ●

Datum: wird per E-Mail bekannt gegeben  
 Zeit: freitags, ab 19:30 Uhr  
 Gebühr: kostenfrei  
 Kontakt: Beate Bechtold, Tel. : 06257/9992266  
 Ort: wechselnde Restaurants in der Umgebung  
 Anmeldeschluss: individuell

### Über 60, na und?

Hast Du endlich Zeit für die schönen Dinge des Lebens und würdest gerne Deinen (Vor-)Ruhestand mit Gleichgesinnten genießen? Dann bist Du bei uns richtig!

Einmal im Monat treffen wir uns zu interessanten Gesprächen und tauschen uns dabei über all das aus, was gerade so „aktuell“ ist. Dabei planen wir gemeinsame Unternehmungen. Wie wäre es mit Theater, Kino, Museum oder einem Konzert? Oder einem Spaziergang?

Diese Gruppe trifft sich zum ersten Mal am 18.10.2023. Termine und Themen/ Inhalte können dann bei diesem Treffen gemeinsam besprochen werden. Wir suchen außerdem eine Person, die die Treffen organisieren möchte. ●

Datum: Mi, 18.10.2023  
 Zeit: ab 19:00 Uhr  
 Gebühr: kostenfrei  
 Kontakt: Büro, Tel.: 06257/86633  
 Ort: SzenenWechsel  
 Anmeldeschluss: individuell

## BEGEGNUNG

### Frauen International – Women International

Hier treffen sich ausländische Frauen, die Kontakt suchen zu Frauen aus aller Welt. Egal woher Du kommst, wir freuen uns auf Dich! Zusammen gehen wir ins Restaurant oder unternehmen etwas Besonderes wie Kino oder Museum. Vivian, die den Treff leitet, hat ihre Heimat in Ecuador und in der Schweiz. Sie spricht Spanisch, Englisch, Deutsch, Italienisch und ein bisschen Französisch.

This is where foreign women meet, who would like to make contacts with women from all over the world. No matter where you come from, we are looking forward to meeting you! Together we enjoy an evening at the restaurant or do something special like going to the movies or visiting a museum. Vivian, who leads the meeting, has her home in Ecuador and in Switzerland. She speaks Spanish, English, German, Italian and a little French.

Datum: wird per E-Mail bekannt gegeben  
 Zeit: 20:00 Uhr  
 Gebühr: kostenfrei  
 Kursleitung: Vivian Lacroix  
 Ort: SzenenWechsel  
 Anmeldeschluss: individuell

### Treff für Alleinerziehende & getrennt Lebende

Du bist alleinerziehend oder teilst Dir die Sorge für Deinen Nachwuchs mit Deinem Ex-Partner oder Deiner Ex-Partnerin? Du meisterst die täglichen Herausforderungen mit Kind alleine und wünschst Dir einen Austausch mit Mamas oder Papas, die ebenfalls alleine sind?

Unser Treff für Alleinerziehende und getrennt lebende Eltern bietet Dir einen Ort für Gespräche und Information in einer lockeren Atmosphäre. Gemeinsam gestalten wir den Treff mit Fragen und Antworten zu den Themen, die Dich im Alltag begleiten oder planen einen gemeinsamen Ausflug oder ein gemeinsames Frühstück (Events immer samstags).

Deine Kids darfst Du natürlich gerne mitbringen. Der große Garten lädt zum Spielen und Toben ein und es gibt immer eine helfende Hand.  
 Bitte vor der ersten Teilnahme im Büro anmelden,  
 Tel. : 06257/86633

Datum: freitags, ca. 1x im Monat  
 Zeit: 15:00 – 17:00 Uhr  
 Gebühr: kostenfrei  
 Kontakt: Kristina Götz  
 Ort: SzenenWechsel  
 Anmeldeschluss: jeweils 3 Tage vorher

## BEGEGNUNG

### Internationaler Kochclub für Frauen

Ihr habt Spaß am Kochen? Der Geruch von exotischen Gewürzen macht Euch neugierig? Lasst uns gemeinsam eine kulinarische Weltreise machen!

Frauen aus aller Welt stellen uns ihre Lieblingsgerichte vor. Unter ihrer Anleitung werden wir gemeinsam kochen und im Anschluss in gemütlicher Runde essen.

Bei Interesse tragt Euch bitte auf unserer Homepage in unsere Kochclub-Mailingliste ein:  
<https://www.szenenwechsel-online.de/kochclub>

Die Kosten für die Lebensmittel teilen wir am Abend untereinander auf.

### Internationaler Kochclub für Männer

Nach dem Erfolg des „Frauen-Kochclubs“ würden wir gerne eine Männergruppe gründen. Etwa alle 6 – 8 Wochen wollen wir Männer einladen, um gemeinsam zu kochen, zu essen und verschiedene Kulturen kennenzulernen. Im Begegnungs-Café nutzen wir eine vollständig ausgestattete Küche. Die Kosten für die Lebensmittel legen wir auf alle Teilnehmer um.

Möchtest Du dabei sein? Kannst Du Dir sogar vorstellen, die Gruppe zu leiten? Dann melde Dich bitte im Büro. Wir unterstützen Dich gerne bei den ersten Schritten.

Datum: wird per E-Mail bekannt gegeben

Zeit: freitags, 18:00 Uhr

Gebühr: kostenfrei, zzgl. Umlage

Kontakt: Beate Bechtold, Tel. : 06257/9992266

Ort: Begegnungscafé, Lindenstr. 10, Jugenheim

Anmeldeschluss: jeweils eine Woche vorher

Datum: steht noch nicht fest

Zeit: 17:00 – 20:00 Uhr

Gebühr: 2 € · Gebühr Mitglied: kostenfrei

Kontakt: Büro, Tel. : 06257/86633

Ort: Begegnungscafé, Lindenstr. 10, Jugenheim

Anmeldeschluss: individuell

## BEGEGNUNG

### Dieser Michel – AD(H)S und andere Spezialitäten

Die Selbsthilfegruppe richtet sich an Eltern, deren Kinder „anders“ sind. Eltern von Kindern mit AD(H)S, Dyskalkulie, Legasthenie, Asperger-Syndrom u.ä. sind willkommen. Oftmals passen diese Kinder nicht in „das System“ und es gibt Probleme im Familienleben, der Schule und anderen Gruppen. Dadurch kommen alle Beteiligten an ihre Grenzen.

Bei den monatlich stattfindenden Treffen können Eltern sich in einem geschützten Rahmen mitteilen, fachlich informieren und austauschen, voneinander lernen, sich emotional stärken und auch einfach mal herzlich lachen.

Anmeldung per E-Mail an [dieser-michel@gmx.de](mailto:dieser-michel@gmx.de)

Datum: jeden 1. Mittwoch im Monat  
 Zeit: 20:00 Uhr  
 Gebühr: 2 € · Gebühr Mitglied: kostenfrei  
 Kontakt: Rabea Paletta, [dieser-michel@gmx.de](mailto:dieser-michel@gmx.de)  
 Ort: SzenenWechsel  
 Anmeldeschluss: kurzfristige Teilnahme möglich

### Wenn Schule frustet – Austausch für Eltern

Der Schulalltag gestaltet sich oft als sehr herausfordernd und führt zu Spannungen in der Familie. Wir fühlen uns überfordert, unsicher und ehrlich gesagt manchmal auch einfach nur genervt und alleine gelassen.

Dieser Treff richtet sich daher an Eltern, die sich Lösungen für diese Herausforderungen wünschen. Wir tauschen uns bei einem netten Brunch aus und sammeln Ideen, Antworten und Inspirationen. Aus der Erfahrung von Karin, geht es gemeinsam einfach leichter und mit gegenseitiger Unterstützung und Verständnis kann auch wieder Frieden in den Familienalltag einkehren.

Bitte mitbringen: etwas fürs Brunch-Bufferet

Datum: Sa, 07.10./ 11.11.2023  
 Zeit: 11:00 – 13:00 Uhr  
 Gebühr: kostenfrei – Beitrag zum Brunch erwünscht  
 Kursleitung: Karin Wenz, Lerncoach  
 Ort: SzenenWechsel  
 Anmeldeschluss: jeweils 1 Woche vorher



in der Werkstatt SONNE e.V.  
Sandstr. 86, 64342 Seeheim-Jugendheim

## Reparieren statt wegwerfen !

Jeden letzten Samstag im Monat, 14 - 18 Uhr  
[www.repaircafe-seeheim.de](http://www.repaircafe-seeheim.de)



Grafik: [www.freepik.com](http://www.freepik.com)

## Leben im Alten Forstamt

Die Wohn- und Lebensgemeinschaft  
für Menschen mit Demenz

Jugendheim, Altes Forstamt, Hauptstr. 15



Weitere Informationen:  
[www.leben-im-alten-forstamt.de](http://www.leben-im-alten-forstamt.de)

## BERATUNG

### Familienberatung

Wir beraten Eltern, die mit der momentanen Familiensituation unzufrieden sind und sich deshalb Rat zu Erziehungsfragen einholen möchten. Oft helfen einfache Methoden aus einem Problem heraus. Eine unbeteiligte Dritte erkennt häufig schneller Lösungsansätze. In einem Gespräch können die Themen der Familie besprochen werden.

Bitte beachten: Es handelt sich um eine Erstberatung. Manchmal liegen die Probleme tiefer, dann helfen wir, die richtige Beratungsstelle zu finden.

Datum: Termine nach Vereinbarung  
Gebühr: kostenfrei, Spende erbeten  
Kontakt: Kerstin Hartmann, über Büro  
Tel. : 06257/86633,  
office@szenenwechsel-online.de  
Ort: nach Vereinbarung

### Psychosoziale Beratung für Kinder und Eltern bei Hochsensibilität/Hochbegabung

Was ist genetisch bedingtes, hochsensibles Verhalten? Was ist hausgemacht und somit veränderbar? Kinder, die besonders stark auf alles reagieren, was sie erleben, können bei einem inkonsistenten Erziehungsstil schnell „schwierig“ (gemacht) werden. In einem empathischen Familienklima hingegen sind sie erstaunlich „pflegeleicht“.

Die Autorin (Komm raus - ich seh dich) und psychosoziale Beraterin M.A. Britta Karres betrachtet mit Dir in einem individuellen Beratungstermin das Familiensystem/Zusammenhänge und entwickelt im Einklang mit Euren Bedürfnissen Handlungsalternativen. Mit Spieltherapie werden u.U. auch die Kinder in den Beratungsprozess mit eingebunden. Hochsensibilität bzw. Hochbegabung werden dabei berücksichtigt, sind aber nicht unbedingt leitend.

Termine nach Vereinbarung  
Gebühr: 69 €/h  
Kontakt: Britta Karres, Tel. : 06103/5096948,  
kinderberatung@web.de  
Ort: SzenenWechsel oder FamZ Langen  
www.britta-karres.de

## BERATUNG

### Trennungs- und Scheidungsberatung für Frauen

Trennung und Scheidung bedeuten einen gravierenden Einschnitt im Leben. Wer in einer Trennung steckt, weiß oft nicht, wie es weitergehen soll. Die Beratung soll helfen, das Chaos der Gefühle zu ordnen. Sie bietet eine Erstorientierung, die eine Entscheidungsfindung unterstützen soll und Tipps für weitere Schritte gibt. Wichtige Fragen zur Wohnsituation, der Existenzsicherung sowie Sorge- und Umgangsrecht können besprochen werden.

Die Beratung ersetzt keinen Rechtsbeistand! Es beraten die Mitarbeiterinnen der Fachberatungsstelle „Frauen helfen Frauen e. V.“ aus Dieburg.

Anmeldung erforderlich unter:  
[andrea.lehrian@seeheim-jugendheim.de](mailto:andrea.lehrian@seeheim-jugendheim.de)  
 Tel. : 06257/990284

### Angebot der Gemeinde Seeheim-Jugendheim

Datum: Di, 10.10.2024  
 Zeit: 09:00 – 12:30 Uhr  
 Gebühr: 10 €  
 Kontakt: Andrea Lehrian, Tel. : 06257/990284  
 Ort: Rathaus, Schulstr. 12, Seeheim  
 Anmeldeschluss: 26.09.2023

### Berufliche Beratung bei Wiedereinstieg

Der Wiedereinstieg nach familienbedingter Berufsunterbrechung bedeutet eine Veränderung und Herausforderung auf vielen Ebenen.

Viele Fragen stellen sich:

Wie sieht ein beruflicher Neubeginn aus?

Sind meine fachlichen Kenntnisse noch aktuell?

Welche beruflichen Perspektiven habe ich?

Wie finde ich die passende Stelle?

Wo finde ich die nötigen Informationen?

Im Rahmen einer Beratung findest Du Orientierung und kannst Perspektiven entwickeln.

### Mobile Beratung in Seeheim-Jugendheim:

Mi, 11.10.2023; 09:00 – 12:00 Uhr; Rathaus Schulstr. 12  
 kostenfrei, Angebot der Gemeinde

Anmeldung über Andrea Lehrian, Tel. : 06257/990284,  
[andrea.lehrian@seeheim-jugendheim.de](mailto:andrea.lehrian@seeheim-jugendheim.de)

Datum: Termine nach Vereinbarung  
 Gebühr: frei (1x pro Jahr für fürsorgetätige Personen)  
 Kontakt: Frauenkompetenzzentrum Femkom,  
 Tel. : 06151/428840, [mail@femkom.de](mailto:mail@femkom.de)  
 Ort: Wienerstraße 78, Darmstadt  
[www.femkom.de](http://www.femkom.de)

## BERATUNG

### Psychosoziale Krebsberatung

Eine Krebsdiagnose erfasst einen Menschen als Ganzes und betrifft auch Angehörige und Freund\*innen.

Im Verein Weiterleben e. V. haben Erkrankte und ihre Angehörigen die Möglichkeit, sich von Psychologinnen, Sozialarbeiterinnen und einer Ärztin unterstützen zu lassen und einen Weg im Umgang mit der Erkrankung und deren Folgen zu finden. Neben der psychoonkologischen Beratung bietet der Verein auch Hilfe zur Sozialberatung an. Beratungen finden in Darmstadt und Bensheim statt.

Ebenso kann der Austausch mit Betroffenen untereinander hilfreich sein. Hierzu finden verschiedene Gruppentreffen für Betroffene und Angehörige statt. Auch Bewegung unterstützt Körper, Geist und Seele, weshalb der Verein zusätzlich Lauftreff-Gruppen anbietet.

Datum: Termine nach Vereinbarung  
 Gebühr: kostenfrei  
 Kontakt: Weiterleben e. V., Tel. : 06151/3927761,  
 office@weiterleben.org  
 Ort: Ingelheimer Straße 1, Darmstadt  
 www.weiterleben.org

### Schuldnerberatung

Kritische Lebensereignisse wie Krankheit, Trennung oder Arbeitslosigkeit können Auslöser für eine Überschuldung sein. Drohender Wohnungsverlust, Energiesperre oder auch Lohn- und Kontopfändung sind weitere Folgen, die zu einem Leben an der Armutsgrenze führen. Rechtzeitiges Erkennen und Einleitung geeigneter Maßnahmen sind Mittel, um erfolgreich mit einer Verschuldung umzugehen.

Schuldnerberater Christoph Hartmann aus Seeheim-Jugenheim beantwortet Deine Fragen zur Ver- und Überschuldung und zeigt Dir Wege aus dem „Schulden-Dschungel“ auf. Du kannst direkt mit ihm einen Termin vereinbaren.

Die Beratungen sind vertraulich.

Datum: Termine nach Vereinbarung  
 Gebühr: kostenfrei  
 Kontakt: Christoph Hartmann, ehrenamtlich tätiger  
 Schuldnerberater  
 Tel. : 0171/2934202  
 Ort: SzenenWechsel o. nach Vereinbarung

# EIN **GGEWINN** FÜR DIE **REGION:** SPARSAM UND KLIMANEUTRAL MOBIL MIT **E-CARSHARING!**

Unser Team ermöglicht es, dass Sie jederzeit mobil sind – ohne Investitionen und ganz ohne schlechtes Umweltbewusstsein.

**Nähere Informationen auf**  
[www.ggew.de/ecarsharing](http://www.ggew.de/ecarsharing) oder  
telefonisch unter 06251 1301-285.



## 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.

Datum: Mo, 25.09.2023

Zeit: 20:00 Uhr

Gebühr: 12 € · Gebühr Mitglied: 9 €

Kursleitung: Dr. Andreas Rosenhagen, Kinderarzt

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 21.09.2023

### Familienwanderung rund um den Frankenstein

**Alter: ab 4 Jahren**

Ein wahres Walderlebnis verspricht die Familienwanderung rund um die Burgruine Frankenstein in Mühlthal/Nieder-Beerbach. Im Kräuter-Riech-Garten kann man beispielsweise den Geruch besonderer Kräuter kennenlernen, auf dem Barfußpfad lassen sich verschiedene Untergründe ertasten oder man kann testen, ob Eichhörnchen wirklich telefonieren können. Klaus Mayer und Reinhold Diehl vom Verein Walderlebnis Frankenstein führen uns zu 22 spannenden Stationen.

Details zur Route: ca. 3 Kilometer, ca. 2 bis 3 Stunden, für Familien mit gut geübten Läufer\*innen, nicht kinderwagentauglich.

Bitte mitbringen: Verpflegung für kleine Mittagspause

Treffpunkt: Eingang Burg Frankenstein

Datum: Di, 03.10.2023

Zeit: 11:00 – 14:00 Uhr

Gebühr: Erwachsene 4 €, Kinder 2 € (bar vor Ort)

Kursleitung: Team Walderlebnis Frankenstein

Ort: Burg Frankenstein, Mühlthal

Anmeldeschluss: 26.09.2023

## FAMILIE

### **Großeltern und die Kernfamilie – Eine gelingende Beziehung (Workshop)**

In welchen Bereichen können Großeltern stärkend wirksam sein? Was genau erleben die Kinder als wertvoll? „Eine gelingende Beziehung“ – wie würde sie aussehen?

Wir setzen unseren Kurs zur Familienresilienz aus dem Frühjahr fort. Auch neue Interessierte sind herzlich willkommen! Der Workshop richtet sich an Großeltern und führt mit Impulsen ins Thema ein. In der Gesprächsrunde ist Gelegenheit für Austausch und Fragen.

Der Workshop erstreckt sich über zwei Abende.

Datum: Mo, 09.10. + 16.10.2023; 2x  
Zeit: 18:30 – 20:30 Uhr  
Gebühr: 24 € · Gebühr Mitglied: 20 €  
Kursleitung: Monika Reetz, Coach  
Ort: FEG, Am Bahnhof 1, Jugenheim  
Anmeldeschluss: 02.10.2023

### **Weshalb Bindung so grundlegend ist (Vortrag)**

Jedes Kind ist von Geburt an darauf ausgerichtet, Bindung zu suchen und zu empfangen. Ohne wieder und wieder erfahrene Bindung kann ein Kind sich nicht angemessen entwickeln. Die frühen Erlebnisse prägen das Bindungsmuster, das Kinder entwickeln und das sehr unterschiedlich sein kann. Mit sicherer Bindung zu Eltern und Vertrauenspersonen haben Kinder gute Voraussetzungen zur Persönlichkeitsentwicklung und können Resilienz entwickeln.

An diesem Abend lernen wir verschiedene Ansätze in der Bindungsforschung kennen, beschäftigen uns mit den Folgen von sicherer und unsicherer Bindung und überlegen, wie wir als Betreuungspersonen oder als Eltern das unterschiedliche Bindungsverhalten der Kinder wahrnehmen und damit annehmend und fördernd umgehen können. Beispiele aus der eigenen Praxis sollen eingebracht werden.

Datum: Do, 19.10.2023  
Zeit: 19:00 – 21:00 Uhr  
Gebühr: 12 € · Gebühr Mitglied: 9 €  
Kursleitung: Jürgen Breustedt, Systemischer Therapeut  
Ort: SzenenWechsel  
Anmeldeschluss: 12.10.2023

## FAMILIE

### Frühstückstreff für Schwangere

Du bist schwanger und suchst Kontakte? Du hast Fragen zur Geburt oder zu den ersten Monaten mit dem Baby? Du möchtest einen Vormittag in netter Runde verbringen?

Wir treffen uns am Samstagmorgen zu einem gemütlichen Frühstück im SzenenWechsel. Hier kannst Du in lockerer Runde Fragen stellen und andere Schwangere kennenlernen. Außerdem kannst Du schon einmal ein bisschen SzenenWechsel-Luft schnuppern. Denn wir haben viele tolle Angebote für Groß & Klein!

Der Vormittag wird begleitet von Kerstin Hartmann (Elternbegleiterin), Steffi Müller (Kinderkrankenschwester), Salome Beil (Doula) und Claudia Reinhardt (Stillberaterin). Die vier verraten Dir gerne ihre Tipps und Tricks.

Datum: Sa, 21.10.2023  
 Zeit: 10:00 – 13:00 Uhr  
 Gebühr: kostenfrei  
 Kursleitung: Team SzenenWechsel  
 Ort: SzenenWechsel  
 Anmeldeschluss: 13.10.2023

### Happy Birth Day – Babyshower mal anders

Was stimmt uns besser auf eine Geburt ein als ein fröhliches, bestärkendes Zusammensein unter schwangeren Frauen? Eine Babyshower ist etwas Schönes, aber dabei stehen oft materielle Dinge und das Baby im Mittelpunkt. Nun ist es Zeit, die Mamas ins Zentrum zu rücken.

Wir genießen gesundes Fingerfood, trinken alkoholfreien Sekt und beschenken uns gegenseitig mit positiven Geschichten über Geburt, Elternschaft und die Baby-Zeit. Wir sind kreativ beim Bemalen der Babybäuche und Geburtskerze/-kettchen basteln. Beim gemeinsamen Wünsche-Fliegenlassen finden auch Sorgen und Ängste rund um die Geburt und die Mutterschaft ihren Raum. Dabei entscheidet jede für sich, was sie mit der Gemeinschaft teilen möchte.

Für Schwangere ab dem späten zweiten Trimester.  
 Bitte mitbringen: gesundes Fingerfood, dickes Sitzkissen

Datum: So, 19.11.2023  
 Zeit: 10:00 – 13:00 Uhr  
 Gebühr: 40 € · Gebühr Mitglied: 35 € inkl. Material  
 Kursleitung: Salome Beil, Doula  
 Ort: SzenenWechsel  
 Anmeldeschluss: 10.11.2023

KINDER WACHSEN AUS VIELEM HERAUS, KURZSICHTIGKEIT MUSS JEDOCH SOFORT BEHANDELT WERDEN.



**RODENSTOCK MYCON,**  
UM DIE AUGENGESUNDHEIT  
IHRES KINDES  
LANGFRISTIG  
ZU SCHÜTZEN.

Ist Ihr Kind  
kurzsichtig?  
Wir beraten  
Sie gerne.

**exler**  
augenoptik

**64342 seeheim-jugendheim**  
am grundweg 10 tel. (0 62 57) 8 15 56

**64625 bensheim-aerbach**  
darmstädter str. 171 tel. (0 62 51) 93 88 88

[www.exler-optik.de](http://www.exler-optik.de)

**Zeissler**

dein Fachgeschäft für  
Schreibwaren, Spielwaren und schöne Dinge



...für Sommer, Sonne, Regenschirm, Wind, Wetter, Eis und Schnee...

bei uns findest Du Spielsachen für alle Jahreszeiten  
Schreibwaren, Bastelbedarf  
...und nette Kleinigkeiten zum Behalten oder Verschenken

Am Grundweg 2, Seeheim, Tel 06257-81826,  
mail: [zeissler-schreibwaren@online.de](mailto:zeissler-schreibwaren@online.de) [www.zeissler-seeheim.de](http://www.zeissler-seeheim.de)

## FAMILIE

### Edelsteinmomente in der Sprachentwicklung & Früherkennung von Verzögerungen (Online-Vortrag)

Welche sensiblen Phasen der Sprachentwicklung bei Kindern sind besonders wertvoll? Woran erkennen wir diese „Edelsteinmomente“? Durch welche sprachfördernde Haltung und Gesprächstechniken können wir Kinder alltagsintegriert fördern?

Gerade Kita und Elternhaus sind eine wertvolle und wichtige Unterstützung bei der Sprachförderung von Kindern. In dem spannenden Vortrag werden Meilensteine der Sprachentwicklung, Frühwarnzeichen einer möglichen Sprachverzögerung und Unterstützungsmöglichkeiten aufgeführt.

Anschließend gibt es eine offene Fragerunde für Erzieher\*innen, Pädagog\*innen und Eltern mit Kindern im Alter von 0 bis 6 Jahren.

Datum: Do, 23.11.2023

Zeit: 19:00 – 21:00 Uhr

Gebühr: 12 € · Gebühr Mitglied: 9 €

Kursleitung: Cornelia Sajidman, Logopädin

Ort: online über Zoom

Anmeldeschluss: 20.11.2023

### Beikost – von der Milch zur festen Nahrung (Vortrag)

Mit ungefähr 6 Monaten ändert sich die Ernährungsweise Deines Kindes. Obwohl die Milch noch wichtigster Bestandteil bleibt, sollte das Baby nun in seinem eigenen Tempo und ganz entspannt andere Lebensmittel kennenlernen und probieren dürfen. Wie erkennst Du, dass Dein Baby bereit dafür ist? Was könnt Ihr anbieten und in welcher Form? Was gilt es zu beachten? Wie könnt Ihr Eurem Kind ein gesundes Verhältnis zum Thema Essen vermitteln?

Für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr Babys können mitgebracht werden, wenn notwendig

Die Kursleiterin ist FamilienLotSinn und Mütterpflegerin

Datum: Sa, 02.12.2023

Zeit: 09:00 – 12:00 Uhr

Gebühr: 17 € · Gebühr Mitglied: 15 €

Kursleitung: Juliane Waldminghaus, FamilienLotSinn

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 24.11.2023

**KINDER AB 2 JAHREN** **Wir entdecken den Kinderbauernhof****Alter: 2 – 3 Jahre + Elternteil**

Auf der Kinder- und Jugendfarm in Darmstadt wollen wir erste Erfahrungen mit Schafen, Ziegen, Kaninchen, Hühnern und Ponys sammeln: Wir füttern die Tiere, erleben und beobachten sie in artgerechter Haltung, streicheln sie und bürsten die Ponys.

Die Eltern können beobachten, wie ihre Kinder früh Selbstvertrauen im Umgang mit Tieren entwickeln und lernen, die Bedürfnisse der Tiere zu achten.

Zudem bietet das große Gelände einen tollen Abenteuerspielplatz und Heuboden zum Toben. Bei Regen gibt es ein Alternativprogramm im Trockenen.

Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung, Frühstück

Datum: Fr, 29.09./ 06.10./ 13.10.2023; 3x  
 Zeit: 10:00 – 12:00 Uhr  
 Gebühr: 39 € · Gebühr Mitglied: 35 €  
 Kursleitung: Team Kinder- und Jugendfarm  
 Ort: Kinder- und Jugendfarm, Maulbeerallee 59, DA  
 Anmeldeschluss: 22.09.2023

**Erzähltheater: Vom kleinen Maulwurf, der wissen wollte, wer ihm auf den Kopf gemacht hat****Alter: ab 2 Jahren + Elternteil**

Christina erzählt am Kamishibai eine lustige Geschichte vom kleinen Maulwurf. Ein Kamishibai ist eine Art Klappladen, in den Bildkarten eingesteckt werden. Ein bisschen wie ein Fernseher ohne Strom.

Zum Inhalt des Buchs:

Dem Maulwurf fällt ein Häufchen auf den Kopf. Um herauszubekommen, von wem es stammt, befragt er nacheinander eine Taube, ein Pferd, einen Hasen, eine Ziege, eine Kuh und ein Schwein. Alle verneinen seine Frage und beweisen ihm dies mit den Worten (und Taten): „Ich, nein, wieso? Ich mach so.“ Von Fliegen, den Spezialisten in Sachen Kot, erfährt der Maulwurf schließlich, wer der Übeltäter war, und kann sich beim Hund des Metzgers mit Namen Hans-Heinerich revanchieren.

Datum: Di, 10.10.2023  
 Zeit: 16:00 – 16:30 Uhr  
 Gebühr: kostenfrei, Spende erbeten  
 Kursleitung: Christina Prenzel, Kinderkursteam  
 Ort: SzenenWechsel  
 Anmeldeschluss: 03.10.2023

## KINDER AB 2 JAHREN

### Besuch in der Zahnarztpraxis

**Alter: ab 2 Jahren + Elternteil**

Für viele Kinder ist ein Zahnarztbesuch das Normalste der Welt. Anderen macht die Situation Angst, der Mund bleibt zu und der Gang zum Zahnarzt wird zum Stress für die ganze Familie. Manchmal sind auch die Eltern beim Thema Zahnarzt so vorbelastet, dass den Kindern ein entspannter Umgang damit nicht vermittelt werden kann. Wieder andere sind einfach auf der Suche nach einer netten Praxis in der Nähe.

Wir treffen uns in der Praxis der Zahnärzte Dres. Herr und Fischer-Kahl & Partner. Bei Frau Dr. Antonia Postina dürfen die Kinder sich alles anschauen, ausprobieren und auf dem Stuhl sitzen, Wasser in den Becher füllen und wieder ausschlürfen, etc. Natürlich werden auch Fragen rund um das Thema Kinderzähne fachkundig beantwortet.

Pro Kind eine Begleitperson, bitte gewünschte Uhrzeit bei der Anmeldung angeben (4 Kinder pro 30 min)

Datum: Fr, 03.11.2023

Zeit: 16:00/ 16:30/ 17:30 Uhr, bitte wählen

Gebühr: kostenfrei

Kursleitung: Dr. Antonia Postina, Zahnärztin

Ort: Zahnarztpraxis, Heidelberger Str. 61, Seeheim

Anmeldeschluss: 27.10.2023

### Kreativ mit Mama oder Papa – Keramik bemalen

**Alter: ab 2 Jahren + Elternteil**

Hier schaffst Du mit Deinem Kind Euer ganz eigenes Lieblingsstück. Als persönliches Geschenk zu Weihnachten oder zum Geburtstag, als tolle Erinnerung oder einfach nur so.

Ob mit Hand- oder Fingerabdrücken, mit Zaubertupfern oder Aufklebeschablonen, hier können schon die Kleinsten kreativ werden. Ihr sucht Euch aus den zur Verfügung stehenden Farben die passenden aus und könnt nach kurzer Einweisung direkt einen Frühstücksteller gestalten.

Euer Lieblingsstück wird von uns zum Glasieren und Brennen gebracht und kann nach ca. 2 – 3 Wochen bei uns abgeholt werden.

Datum: Mi, 15.11.2023

Zeit: 16:00 – 17:30 Uhr

Gebühr: 24 € · Gebühr Mitglied: 22 € inkl. 17 € Mat.

Kursleitung: Johanna Straßer

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 01.11.2023

**KINDER AB 3 JAHREN****Erlebnis Ziegenhof****Alter: ab 3 Jahren + Elternteil**

Ziegenfreund\*innen aufgepasst: Wir besuchen die Zwergziegen in ihrem Zuhause. Nach einer kurzen Vorstellung der Ziege Molly darfst Du mit dem Putzkasten ins Gehege und die Tiere bürsten und streicheln.

Danach kannst Du Dir Deine eigene Ziege basteln und sie natürlich auch mit nach Hause nehmen. Wie soll Deine Ziege aussehen? Magst Du ihr vielleicht einen Namen geben?

Für die Pause zwischendurch gibt es für jedes Kind eine Brezel und ein kleines Getränk. Das Gelände hat einen Spielbereich.

Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung, Kursgebühr in bar

Datum: Fr, 17.11.2023

Zeit: 15:00 – 18:00 Uhr

Gebühr: 10 € inkl. Material + Snack (bar vor Ort)

Kursleitung: Chantal Bandello

Ort: Ziegenhof Kl. Zwerge, Jahnstr. 62, Groß-Bieberau

Anmeldeschluss: 10.11.2023



**PEKiP<sup>®</sup>**

Babymassage

Babygymnastik

Babymassage - Papakurs

Geschwistervorbereitungskurs

Stillberatung

Schwangerschaftsmassage



**Babyzeit**

Darmstädterstr.48  
64342 Seeheim-Jugenheim  
Tel. 06257/5065264  
claudia.schildt@t-online.de



[www.babyzeit-seeheim.de](http://www.babyzeit-seeheim.de)

## KINDER AB 4 JAHREN

### Schnuppern bei der Kinderfeuerwehr

**Alter: 4 – 7 Jahre + Elternteil**

Tatütata, die Feuerwehr ist da! Habt Ihr Lust mal zu schauen, was bei der Kinder- und Jugendfeuerwehr Jugendheim los ist?

Wir treffen uns am Feuerwehrgerätehaus in Jugendheim und Ihr könnt Euch die großen Autos ansehen. Außerdem erfahrt Ihr, welche Ausrüstung ein Feuerwehrmann / eine Feuerwehrfrau braucht und wie man ein Feuer löscht. Habt Ihr schon mal einen echten Feuerwehrhelm aufgesetzt? Die Betreuer\*innen erklären Euch alles und beantworten gerne alle Eure Fragen. Mitmachen erwünscht! Das ist nicht nur was für Jungs!

Wenn Ihr nach dem Kurs Lust auf mehr bekommt und schon 6 Jahre alt seid, könnt Ihr Euch auch bei der Kinder-Feuerwehr anmelden.

Das Feuerwehr-Gerätehaus ist hinter der Bürgerhalle.

Datum: Mi, 06.09.2023

Zeit: 17:00 – 18:30 Uhr

Gebühr: 4 € (in bar vor Ort, bitte passend)

Kursleitung: Freiwillige Feuerwehr Jugendheim

Ort: Feuerwehr-Gerätehaus, Jugendheim

Anmeldeschluss: 30.08.2023

### Wir schnuppern Zirkusluft

**Alter: 4 – 6 Jahre**

Du warst schon mal im Zirkus und hast Dich selbst in die Manege gewünscht? Wolltest Du der Star im Zelt sein? Dann kommst Du hier Deinem Traum einen Schritt näher. Wir nehmen Dich mit ins Zirkuszelt, wo Du verschiedene Sachen ausprobieren kannst und Zirkus für Dich lebendig wird. Ob am Boden oder in der Luft, hier ist für jeden etwas dabei.

Während Du Zirkusluft schnupperst, können deine Eltern/Großeltern im Cafewagen – einem umgebauten Eisenbahnwagen – eine kleine Pause vom Alltag einlegen. Dort gibt es bis 16:30 Uhr kalte und warme Getränke. Als Aufenthaltsraum steht der Wagen bis zum Ende des Workshops zur Verfügung.

Bitte mitbringen: Trinkflasche

Datum: Mi, 18.10.2023

Zeit: 16:00 – 17:30 Uhr

Gebühr: 19 € · Gebühr Mitglied: 17 €

Kursleitung: Kirsten Kunschke, Trainerin

Ort: Zirkus Waldoni, Grenzallee 4-6, Darmstadt

Anmeldeschluss: 05.10.2023

## KINDER AB 4 JAHREN

### Vorlesenachmittag

**Alter: ab 4 Jahren**

Die Vorfreude auf Weihnachten ist groß! Nicht nur bei Kindern und Erwachsenen. Auch Wichtel lieben Weihnachten. Ja, genau! Vielleicht wohnt auch ein Wichtel bei Dir zu Hause und freut sich schon auf Weihnachten, genau wie Du.

Bist Du neugierig geworden, was es mit den Wichteln auf sich hat? Bei Plätzchen und Kerzenlicht lesen wir zusammen die Geschichte „Das Geheimnis der Weihnachtswichtel“.

Eltern können ihr Kind gerne begleiten, müssen aber nicht dabei sein. Bitte bei der Anmeldung angeben, wie viele Personen teilnehmen.

Datum: Do, 30.11.2023

Zeit: 16:00 – 17:00 Uhr

Gebühr: kostenfrei, Spende erbeten

Kursleitung: Meike Kleemann, Kinderkursteam

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 23.11.2023



# kleine rapauken

Musikschule im Stettbacher Tal



**Große Rapauken**  
ab 4 Jahren



**Kleine Rapauken**  
ab 18 Monaten



**Mini Rapauken**  
ab 3 Monaten



Entdecken Sie Musik mit allen Sinnen gemeinsam mit Ihrem Kind. Am besten bei den **Kleinen Rapauken**: Hier erleben Babys und Kleinkinder die Welt der Musik ganz unmittelbar.

Den aktuellen Kursplan und weitere Informationen finden Sie unter:  
**[www.kleine-rapauken.de](http://www.kleine-rapauken.de)**

---

**Kleine Rapauken**  
**Musikschule im Stettbacher Tal**  
Sandra Papakonstantinou  
Stettbacher Tal 11  
64342 Seeheim - Jugenheim  
06257 50 60 708  
info@kleine-rapauken.de

## KINDER AB 5 JAHREN

### Obst und Gemüse – wo kommt ihr denn her?

#### Alter: 5 – 8 Jahre

Kennst Du Dich bei Obst und Gemüse aus? Woher kommen eigentlich Gurke, Paprika, Apfel und die anderen Früchte? Tina und Thomas vom Seeheimer Hofladen „Tinas Leckereien“ zeigen Dir, wo die leckeren Dinge wachsen, die bei uns so auf dem Teller landen. Du kannst Fragen stellen, die Pflanzen anfassen, selbst etwas ernten und natürlich auch probieren - denn frisch vom Feld schmeckt es noch mal so gut. Vielleicht legen uns die Hühner auch noch ein Ei?

Wir treffen uns am Schuldorf-Parkplatz neben der Sporthalle an der Düne. Von dort gehen wir gemeinsam zu den Feldern.

Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung, die schmutzig werden darf; Trinkflasche

Datum: Mo, 11.09.2023

Zeit: 15:00 – 17:00 Uhr

Gebühr: 4 € (in bar vor Ort), bitte passend zahlen

Kursleitung: Martina und Thomas Görisch

Ort: Treffpunkt Sporthalle an der Düne, Haupteingang

Anmeldeschluss: 04.09.2023

### Ich kann kochen!

#### Alter: 5 – 7 Jahre

An die Schürze, fertig, los! Zusammen mit Heike kocht Ihr leckere Gerichte in unserer Küche im Alten Forstamt. Ihr werdet sehen, dass das gar nicht so schwer ist! Ihr zaubert aus frischen Zutaten eine Suppe, einen Salat, ein Kartoffelgericht und noch viel mehr. Zum Abschlussessen dürft Ihr Euch auch ein Gericht wünschen. Kommt vorbei und macht mit!

#### Information für Eltern:

Die Kursleiterin ist Genussbotschafterin der Sarah Wiener Stiftung. Beim pädagogischen Kochen ist der Weg das Ziel! Nicht das perfekte Kochergebnis ist wichtig. Durch Ausprobieren und Entdecken von unterschiedlichen Lebensmitteln und Geschmackseindrücken lernen die Kinder eine ausgewogene und gesundheitsfördernde Ernährung kennen.

Datum: Mi, 13.09./ 27.09./ 04.10./ 11.10.2023; 4x

Zeit: 15:30 – 17:30 Uhr

Gebühr: 80 € inkl. Lebensmittel

Kursleitung: Heike Schuhknecht

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 05.09.2023

**KINDER AB 5 JAHREN**

**Ziegentrekking**

**Alter: ab 5 Jahren mit Familie**

Ein Erlebnis für Klein und Groß! Daher darfst Du zu diesem Erlebnisausflug – wenn Du möchtest – auch Deine Familie mitbringen. Wir treffen uns um 11:00 Uhr auf dem Parkplatz der Burg Frankenstein, wo Du die Zwergziegen kennenlernenst. Im Anschluss geht es auf Tour. Mit den Ziegen an der Leine wandern wir vorbei an der Felsinghütte über den Barfußpfad entlang der Magnetsteine. Gemeinsam mit den Ziegen erkunden wir die Natur und klettern über Stock und Stein. Zwischendurch picknicken wir, besprechen unser Erlebtes und spielen mit den Ziegen. Gegen 13:00 Uhr sind wir wieder am Parkplatz.

Pro Familie ist die Betreuung einer Zwergziege vorgesehen. Die Tour findet bei fast jeder Witterung statt. Bei Starkregen wird der Termin verschoben.

Bitte mitbringen: Trinkflasche, kleine Stärkung

Kurs 1: So, 24.9./ Kurs 2: So, 8.10./ Kurs 3: So, 15.10.23  
 Zeit: jeweils 11:00 – 13:00 Uhr  
 Gebühr: 24 € pro Familie/ Ziege  
 Kursleitung: Chantal Bandello  
 Ort: Treffpunkt Parkplatz Burg Frankenstein  
 Anmeldeschluss: jeweils 1 Woche vorher

**Tina's Leckereien**  
 aus Haus und Hof



Tinas Leckereien bietet Ihnen frisches Obst und Gemüse aus überwiegend eigenem Anbau an. Zudem bieten wir allerlei kreative Feinkost-Produkte in Glas und Flasche an.

**Mit unserer App „Tinas Leckereien“ erfahren Sie mehr über uns.**

**Android: Apple:**



**Tinas Leckereien GbR**  
 Darmstädter Str. 35  
 64342 Seeheim  
 06257-84692

## KINDER AB 5 JAHREN

### **Besuch im Museum: Ritter Philipp führt etwas im Schilde Alter: 5 – 7 Jahre**

Philipp ist mächtig aufgeregt. Bald wird er zum Ritter geschlagen und darf an seinem ersten Turnier teilnehmen. Ist er gut genug vorbereitet? Wo sind die Dinge, die er für diesen Tag benötigt? Nachdem klar ist, was Philipp »im Schilde führt«, beginnt im Waffensaal des Hessischen Landesmuseum Darmstadt die Suche nach seiner Ausrüstung. Zum Abschluss schlüpfen alle in die Rolle der Turnierteilnehmer\*innen und begleiten Philipp an diesem wichtigen Tag.

Bitte mitbringen: Handynummer für Kontaktaufnahme mit den Eltern, falls nötig

Wichtig: Treffpunkt ist bereits um 11.00 Uhr in der Haupthalle am Haupteingang. Die Führung findet ohne Eltern mit Begleitperson von SzenenWechsel statt.

Datum: Sa, 30.09.2023  
Zeit: 11:15 – 12:45 Uhr  
Gebühr: 10 € · Gebühr Mitglied: 8 €  
Kursleitung: Museumspädagog\*innen  
Ort: Hessisches Landesmuseum Darmstadt  
Anmeldeschluss: 22.09.2023

### **Schnupperkurs Voltigieren**

**Alter: 5 – 10 Jahre**

Das Glück der Erde liegt auf dem Rücken der Pferde... Wenn Ihr Pferde gern habt und keine Angst davor, auf einem Pferd zu turnen, seid Ihr hier goldrichtig.

Wir putzen gemeinsam das Pferd und bereiten es für das Voltigieren vor. Während das Pferd an der Longe läuft, lernt Ihr das korrekte Aufsteigen, was „die Fahne“ für eine Übung ist, dass man auf einem Pferd auch stehen kann und wie man gekonnt wieder abspringt. Sogar zu zweit oder dritt könnt Ihr Übungen auf dem Pferd machen! Findet selbst heraus, wie viel Spaß das macht!

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turnschlappchen

Datum: Sa, 07.10.2023  
Zeit: 15:00 – 17:00 Uhr  
Gebühr: 23 € · Gebühr Mitglied: 20 €  
Kursleitung: Team RUF Seeheim  
Ort: Reit- u. Fahrverein Seeheim, In den Weiherwiesen  
Anmeldeschluss: 29.09.2023

**KINDER AB 5 JAHREN****Ein Nachmittag bei den Ponys (Schnupperkurs)****Alter: 5 – 10 Jahre**

Du liebst Pferde und Ponys und würdest gerne einmal Pferdeluft schnuppern? Komm mit uns zum Reit- und Fahrverein Seeheim!

Wir holen gemeinsam die Ponys aus dem Stall. In einer kleinen Gruppe putzen wir die Tiere, die ganz schön dreckig sein können. Aber das schaffen wir! Dann satteln wir die Ponys und machen erste Reitversuche. Die Helfer halten das Pony fest und führen es, also keine Angst! Das Team vom Reitverein erklärt Dir genau, was Du beachten musst. Außerdem kannst Du alle Deine Fragen stellen.

Bitte mitbringen: Schuhe mit kleinem Absatz oder Turnschuhe, bequeme Kleidung, Fahrradhelm (falls kein Leihhelm passt)

Datum: Sa, 14.10.2023

Zeit: 15:00 – 17:00 Uhr

Gebühr: 32 € · Gebühr Mitglied: 30 €

Kursleitung: Team RUF Seeheim

Ort: Reit- u. Fahrverein Seeheim, In den Weiherwiesen

Anmeldeschluss: 06.10.2023

**Besuch im Museum: „Flugakrobaten“****Alter: 5 – 7 Jahre**

Vögel, Fledermäuse und viel Insektenarten beherrschen die Kunst des Fliegens. Wieso können sie so lange in der Luft bleiben? Wie kommt es, dass sie wissen, wohin sie wollen?

Diese und andere Fragen rund ums tierische Fliegen werden unter die Lupe genommen und kindgerecht erklärt. Im Anschluss könnt Ihr selber Flieger bauen und schauen, ob diese auch so gut fliegen können, wie die Tiere, die Ihr vorher in den Vitrinen des Museums angesehen habt.

Wichtig: Treffpunkt ist bereits um 11:00 Uhr in der Haupthalle am Haupteingang. Die Führung findet ohne Eltern mit Begleitperson von SzenenWechsel statt.

Datum: Sa, 18.11.2023

Zeit: 11:15 – 12:45 Uhr

Gebühr: 10 € · Gebühr Mitglied: 8 €

Kursleitung: Museumspädagog\*innen

Ort: Hessisches Landesmuseum Darmstadt

Anmeldeschluss: 10.11.2023

## KINDER AB 6 JAHREN

### Experimentieren mit Elektronik für Mädchen

**Alter: 6 – 10 Jahre**

Entdecke mit uns die faszinierende und schöne Welt der Technik! Hier kannst Du Deine eigenen Ideen in einem kleinen Team umsetzen. Mit der Unterstützung von Kynthia und Elena baust Du ein kleines Projekt, das blinkt, leuchtet oder sich bewegt.

Du musst keine Vorkenntnisse mitbringen! Gemeinsam erkundet Ihr elektronische Bauteile wie Widerstände, Schalter und LEDs. Du lernst, wie Du einfache Schaltungen aufbauen kannst, die Du für Dein Projekt benötigst. Außerdem erklären Dir die Kursleiterinnen die wichtigsten Begriffe aus der Elektrotechnik. Am Ende kannst Du Dein ganz persönliches „technisches Objekt“ mit nach Hause nehmen.

Der Kurs richtet sich ausschließlich an Mädchen.

#### Wochenendkurs

Datum: 3.11./ 4.11./ 24.11./ 25.11./ 1.12./ 2.12.23; 6x  
 Zeit: 15:00 – 18:00 Uhr  
 Gebühr: 155 € inkl. Material  
 Kursleitung: K. Stavarakakis, E. Petrevska, ET-Ing.  
 Ort: Jugendtreff, Sandstr. 86, Seeheim  
 Anmeldeschluss: 19.10.2023

## KINDER AB 7 JAHREN

### Wir bemalen Keramik

**Alter: ab 7 Jahren**

Heute Nachmittag lassen wir die Schule hinter uns und werden kreativ! Du gestaltest Dein eigenes „Geschirrtel“ aus einem Keramik-Rohling, den Du bemalst und verzierst. Am Anfang schauen wir uns zusammen ein paar verschiedene Techniken an. Dann wählst Du aus den zur Verfügung stehenden Farben die für Dich passenden aus und schaffst Dein ganz eigenes Lieblingsstück. Dein Werk eignet sich toll als persönliches Geschenk, z.B. zu Weihnachten oder zum Geburtstag, oder Du behältst es einfach für Dich.

Folgende Rohlinge stehen zur Auswahl: Frühstücksteller, Müslischale, Becher oder Mega-Pott (Aufpreis Mega-Pott 5 €). Bitte bei Anmeldung Rohling-Wunsch angeben.

Euer Lieblingsstück wird von uns zum Glasieren und Brennen gebracht und kann nach ca. 2 – 3 Wochen bei uns abgeholt werden.

Datum: Do, 16.11.2023  
 Zeit: 16:00 – 18:00 Uhr  
 Gebühr: 24 € · Gebühr Mitglied: 22 € inkl. 17 € Mat.  
 Kursleitung: Katja Witzel, Kinderkursteam  
 Ort: SzenenWechsel  
 Anmeldeschluss: 01.11.2023

## KINDER AB 8 JAHREN

### Nähmaschinenführerschein

#### Alter: ab 8 Jahren

Du hast eine Nähmaschine zu Hause und weißt nicht, wie man sie bedient? Oder Du willst selbst etwas nähen? In diesem Kurs lernst Du, die Nähmaschine selbstständig aufzubauen, einzufädeln und einfache Werkstücke zu nähen. Am Ende des Workshops ist mindestens ein Nähwerk fertig, das Du stolz zu Hause präsentieren kannst.

Bitte mitbringen: Trinkflasche und ggf. Snack, eigene Nähmaschine. Wenn Du keine Maschine hast, sag Bescheid.

Die Materialkostenpauschale beinhaltet Stoffreste, Knöpfe, Klettband, Schnittmuster, Nähgarne.



Datum: Fr, 22.09. + Sa, 23.09.2023; 2x  
 Zeit: Fr, 15:00 – 18:00 Uhr + Sa, 11:00 – 14:00 Uhr  
 Gebühr: 46 € · Gebühr Mitglied: 30 € inkl. 10 € Mat.  
 Kursleitung: Simone Schneider-Hedderich  
 Ort: SzenenWechsel  
 Anmeldeschluss: 15.09.2023

### Nähworkshop „Weihnachten“

#### Alter: ab 8 Jahren

Bist Du schon in Weihnachtsstimmung? In diesem Nähworkshop kannst Du spielend leicht tolle weihnachtliche Dekorationen wie Stiefel oder Tannenbäume herstellen, z.B. als kleines Geschenk für Deine Familie oder Freunde.

Wenn Du zu Hause noch einen tollen Baumwollstoff hast, den Du gerne verwenden möchtest, bring ihn doch einfach mit und kombiniere ihn mit weiteren kleinen Details. Das Mitbringen eines Stoffes ist jedoch nicht notwendig. Voraussetzung für diesen Kurs ist, dass Du die Nähmaschine bedienen kannst und schon mal gerade Nähte genäht hast.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, evtl. Stoffschere (mit welcher Du gut umgehen kannst) Trinkflasche und Snack

Wenn Du keine Maschine hast, sag bitte bei der Anmeldung Bescheid.

Datum: Sa, 25.11.2023  
 Zeit: 11:00 – 14:00 Uhr  
 Gebühr: 26 € · Gebühr Mitglied: 23 € inkl. 8 € Material  
 Kursleitung: Simone Schneider-Hedderich  
 Ort: SzenenWechsel  
 Anmeldeschluss: 17.11.2023

## KINDER AB 9 JAHREN

### Ferienkurs: Besuch in der Sternwarte

**Alter: 9 – 12 Jahre + Elternteil**

Unsere Heimat, die Erde, ist nicht der einzige Planet, der die Sonne umkreist. Auch die anderen Welten des Sonnensystems sind sehr spannend. Hast Du schon einmal vom sonnenverbrannten Merkur gehört? Kennst Du unseren Nachbarn Mars oder den Eisriesen Neptun? Ein Mitglied der Sternwarte nimmt uns mit auf die Reise!

Nach dem kindgerechten Vortrag (45 Min) kann das große Teleskop besichtigt und bei gutem Wetter der Himmel beobachtet werden.

Bitte mitbringen: warme Jacke

Preis pro Person (Kursgebühr auch für Begleitperson), Anfahrtsbeschreibung folgt (Sternwarte ist auf einem Berg, kurzer Fußweg)

Bitte bei der Anmeldung angeben, wie viele Personen teilnehmen.

Datum: Mi, 25.10.2023

Zeit: 18:00 – ca. 20:00 Uhr

Gebühr: 8 € · Gebühr Mitglied: 6 €

Kursleitung: Rainer Kresken

Ort: Starkenburg-Sternwarte, Heppenheim

Anmeldeschluss: 13.10.2023

## TEENAGER

### Fotografieren leicht gemacht

**Alter: 10 – 14 Jahre**

Fotografin Leila zeigt Dir in diesem Kurs die Grundlagen der Fotografie. Du lernst, welche verschiedenen Einstellungen und Funktionen es gibt und wie Du Licht und Fokus richtig einstellst. Außerdem beschäftigst Du Dich mit der Komposition und Gestaltung von Fotos. Welche Perspektiven und Blickwinkel nutze ich? Wie verwende ich Linien, Formen und Farben? So entstehen interessante und einzigartige Fotos.

Zusätzlich wirst Du die digitale Bildbearbeitung mit der Software Adobe Photoshop oder Lightroom kennenlernen, um Deine Fotos zu verbessern (zuschneiden, Farben anpassen, Effekte hinzufügen).

Kurs mit praktischen Übungen und kleinen Projekten

Datum: So, 24.09. + 01.10.2023; 2x

Zeit: 14:00 – 17:00 Uhr

Gebühr: 35 € · Gebühr Mitglied: 32 €

Kursleitung: Leila Martin, Fotografin

Ort: SzenenWechsel + im Freien

Anmeldeschluss: 15.09.2023

### Programmieren von Microcontrollern für Anfänger Alter: ab 12 Jahren

Was ist ein Microcontroller und was kann man damit machen? Dich interessiert, wie man diesen Mini-computern Leben einhaucht? Wir erklären Euch die „Basics“ und programmieren dann zusammen in der Programmiersprache Micro Python auf dem Raspberry Pico eine kleine Applikation. Du kannst während des Kurses eines aus drei Projekten wählen: Ampelsteuerung für eine Legokreuzung, elektronischer Spielwürfel oder Feuchtigkeitssensor für eine „smarte Pflanze“.

Bitte mitbringen: Laptop mit vorinstallierter Software für diesen Kurs (kostenfreier Download)

Datum: Sa, 07.10.2023

Zeit: 14:00 – 17:00 Uhr

Gebühr: 40 € · Gebühr Mitglied: 35 € inkl. 18 € Mat.

Kursleitung: D. Roß, Automatisierungstechnik (B.Eng.)

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 25.09.2023



Eine Geschenkbox bei  
**Spreng** | Spielen  
Schreiben  
Lesen  
ist immer eine gute Idee!

 Pfungstädterstr.8 in Bickenbach  
06257/2168

## TEENAGER

**Graffiti – Vom Papier an die Wand!****Alter: ab 12 Jahren**

Hast Du Lust, von einem professionellen Graffitikünstler zu lernen? In einem zweitägigen Workshop beschäftigen wir uns mit der Kunst des Graffitis.

Am ersten Tag starten wir mit einer kleinen Einführung in die Geschichte des Graffiti. Dann üben wir mit Buchstaben und Wörtern auf Papier und entwerfen unser eigenes Design. Am zweiten Tag bringen wir unsere Entwürfe mit der Sprühdose an die Wand. Natürlich legal auf einer Mauer einer SzW-Familie.

Bitte mitbringen: Imbiss, Getränk

Du bist neugierig, wer der Künstler ist? Dann schau doch mal hier vorbei: [www.instagram.com/riot\\_184/](http://www.instagram.com/riot_184/)

Treffpunkt: Samstag Jugendtreff, Sandstr. 86, Seeheim;  
Sonntag Schwimmbad, Burkhardtstr. 21, Jugenheim

Datum: Sa, 14.10. + So, 15.10.2023; 2x  
Zeit: 11:00 – 16:00 Uhr  
Gebühr: 62 € · Gebühr Mitglied: 60 € inkl. 40 € Mat.  
Kursleitung: Pascal Lorenz, Graffitikünstler  
Ort: Seeheim + Jugenheim (s.o.)  
Anmeldeschluss: 29.09.2023

**Babysitterdiplom****Alter: ab 14 Jahren**

Du möchtest gerne Babysitten oder Du hast schon erste Erfahrungen im Babysitten? Steffi (Kinderkrankenschwester) zeigt Dir in diesem Kurs, was Du dafür alles wissen solltest. Kursinhalte sind:

- Erste Hilfe bei kleinen Verletzungen
- Trage-/ Haltetechniken bei Kindern, z. B. beim Füttern
- Wickeln
- Nahrungszubereitung
- Rolle der Betreuungsperson
- psychomotorische Entwicklung im Kindesalter von 0 bis 6 Jahren
- Interaktion Eltern – Kind
- Spielzeug selbst gestalten

Nach Beendigung des Kurses erhältst Du ein Diplom und ein Skript mit den wichtigsten Inhalten. Mit dem Diplom kannst Du Dich in unsere Babysitterkartei aufnehmen lassen.

Datum: Sa, 04.11.2023  
Zeit: 10:00 – 17:00 Uhr  
Gebühr: 48 € · Gebühr Mitglied: 43 €  
Kursleitung: Steffi Müller, Kinderkrankenschwester  
Ort: SzenenWechsel  
Anmeldeschluss: 27.10.2023



Verpackungsmöglichkeiten und ausgefallene Schachteln in vielen Farben und Mustern, um Ihren Ideen eine persönliche Note zu verleihen.



Alle Papier- und Kartonprodukte sind handgemacht in unserem Atelier in Seeheim-Jugenheim. Öffnungszeiten und Termine nach Vereinbarung.

[www.papercandy.de](http://www.papercandy.de) / [shop@papercandy.de](mailto:shop@papercandy.de)

# GuT gemacht.

Die Arbeitsgruppe Gerechtigkeit und Teilhabe (AG GuT) setzt sich für die Chancengleichheit und soziale Teilhabe aller Kinder in Seeheim-Jugenheim ein.



## Gutes tun:

**Spendenkonto** Soko GuT SzenenWechsel e.V.  
**Stichwort** Spende Bildungschancen für Kinder  
Stadt- und Kreissparkasse Darmstadt  
**IBAN** DE 94 5085 0150 0024 0080 88  
(Spendenbescheinigungen werden ausgestellt)

Bild: Freepik.com

## KREATIVES

### Ukulele (Folgekurs)

**Alter: Teenager + 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!

Im Mittelpunkt des Kurses steht die Liedbegleitung. Der Kurs ist generationenübergreifend, auch Jugendliche können teilnehmen.

Bitte mitbringen: Ukulele, Schreibzeug, Notenständer

Vorkenntnisse notwendig!

Datum: Di, 12.9./ 19.9./ 26.9./ 10.10./ 17.10./ 24.10.; 6x  
 Zeit: 19:00 – 20:15 Uhr  
 Gebühr: 84 € · Gebühr Mitglied: 77 €  
 Kursleitung: Petra Baumgart, Gitarrenlehrerin  
 Ort: Altes Pfarrhaus, Bergstr. 3, Seeheim  
 Anmeldeschluss: 05.09.2023

### Ukulele-Schnupperworkshop

**Alter: ab 10 Jahren + 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. Der Kurs ist generationenübergreifend, auch Kinder ab 10 Jahren können teilnehmen. Wer dann auf den Geschmack gekommen ist, kann in einem Folgekurs weitermachen.

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

Einige Ukulelen können bei Bedarf ausgeliehen werden. Bitte bei der Anmeldung unbedingt angeben, wenn Ihr ein Instrument leihen wollt!

Datum: Sa, 14.10.2023  
 Zeit: 10:00 – 12:30 Uhr  
 Gebühr: 27 € · Gebühr Mitglied: 25 €  
 Kursleitung: Petra Baumgart, Gitarrenlehrerin  
 Ort: Altes Pfarrhaus, Bergstr. 3, Seeheim  
 Anmeldeschluss: 06.10.2023

## KREATIVES

### Kreativtreff

Du bist kreativ, werkelst aber lieber in netter Runde? Hier kannst Du Gleichgesinnte treffen. Egal, ob Du nährst, strickst oder mit Papier bastelst – komm vorbei! Wir machen uns zusammen einen gemütlichen Abend.

Jede\*r arbeitet am eigenen Projekt. Auf Wunsch planen wir einen Abend zu einem festen Thema.

Gebühr pro Termin

### Kreative Mixed Media Collage

**Alter: ab 14 Jahre + Erwachsene**

Entdecke eine spannende Technik! In diesem Workshop gestaltest Du eine Leinwand mit den verschiedensten Materialien wie Acrylfarbe, Stoffrest, Papier, Schrift und vieles mehr. Das kann eine goldige Leinwand mit Name und „Geburtsfakten“ sein, ein genussvolles Bild für die Küche oder etwas ganz Wildes und Abstraktes. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt!

Anja zeigt Dir Schritt für Schritt, wie Du eine Collage aufbaust und welches Material Du wann verwendest. Als i-Tüpfelchen integrierst Du ein Hand Lettering ins Bild.

Keine Vorkenntnisse erforderlich

Datum: jeder 1. Montag im Monat

Zeit: 19:30 – 21:30 Uhr

Gebühr: 2 € · Gebühr Mitglied: kostenfrei, exkl. Mat.

Kursleitung: Vivian Lacroix, Brigitte Mildenberger

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 3 Tage vorher

Datum: Do, 21.09.2023

Zeit: 18:00 – 20:00 Uhr

Gebühr: 38 € · Gebühr Mitglied: 36 € inkl. 12 € Mat.

Kursleitung: Anja Langer, Schauwerbegestalterin

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 14.09.2023

## KREATIVES

### Brandmalerei trifft Hand Lettering

**Alter: ab 14 Jahre + Erwachsene**

Achtung: jetzt wird's heiß! In diesem Workshop verewigst Du Dein Hand Lettering mit Hilfe eines Brennstabs auf Holz. So können Deko-Objekte genauso wie praktische Gebrauchsgegenstände mit Hand Lettering und kleinen Illustrationen stilvoll gestaltet werden. Im Kurs arbeitest Du an einem Frühstücksbrettchen. Du lernst, wie Du einen Spruch mit unterschiedlichen Schriftarten und kleinen Illustrationen perfekt in Szene setzt und anschließend auf Holz brennst. Mit Acrylfarben und Lasuren bringst Du noch zusätzlich Farbe ins Spiel. Damit das Brettchen lange schön bleibt, wird es zum Schluss noch mit mattem oder glänzendem Klarlack lackiert.

Dieser Workshop ist für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte mitbringen: Brandmalkolben, falls vorhanden (weitere Kolben werden gestellt)

Datum: Fr, 06.10.2023

Zeit: 18:30 – 20:30 Uhr

Gebühr: 38 € · Gebühr Mitglied: 36 € inkl. 12 € Mat.

Kursleitung: Anja Langer, Schauwerbegestalterin

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 29.09.2023

### Kreative Auszeit – Keramik bemalen

Wir lassen den Alltag hinter uns und werden bei einem Glas leckeren Punsch gemeinsam kreativ. Du gestaltest Dein eigenes „Geschirrtell“ aus einem Keramik-Rohling, den Du bemalst und verzierst.

Am Anfang stellen wir verschiedene Techniken vor. Dann wählst Du aus den zur Verfügung stehenden Farben die für Dich passenden aus und schaffst Dein ganz eigenes Lieblingsstück. Dein Werk eignet sich toll als persönliches Geschenk, z.B. zu Weihnachten oder zum Geburtstag, oder Du behältst es einfach für Dich.

Folgende Rohlinge stehen zur Auswahl: Frühstücksteller, Müslischale, Becher oder Mega-Pott (Aufpreis Mega-Pott 5 €). Bitte bei Anmeldung Rohling-Wunsch angeben.

Euer Lieblingsstück wird von uns zum Glasieren und Brennen gebracht und kann nach ca. 2 - 3 Wochen bei uns abgeholt werden.

Datum: Di, 14.11.2023

Zeit: 19:30 – 22:00 Uhr

Gebühr: 24 € · Gebühr Mitglied: 22 € inkl. 17 € Mat.

Kursleitung: Katja Witzel, Kinderkursteam

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 01.11.2023



**BUCHHANDLUNG ZABEL**  
LUDWIGSTRASSE 4A  
64342 SEEHEIM-JUGENHEIM  
TEL: 06257/3624 FAX 2079  
www.buchhandlung-zabel.de

Grosse Auswahl und kompetente Beratung bei  
Kinder- und Jugendbüchern und bei Lernhilfen



*Original ital. Espresso*

[giulio@mollo.org](mailto:giulio@mollo.org)  
Tel.: 06257 990876

*ideenreich*  
KUNST | HAND | WERK

**Schöner  
schenken**

Stilvolle Wohnaccessoires  
& Geschenkkideen

regional • nachhaltig • von Herzen

facebook: [ideenreich.jugenheim](https://www.facebook.com/ideenreich.jugenheim)  
Vor-Ort: Hauptstraße 38, 64342 Seeheim-Jugenheim  
Öffnungszeiten: Di.-Fr. 14.00-18.00 Uhr & Sa. 10.00-14.00 Uhr  
Telefon: 06257 904096

## KREATIVES

### Adventskalender-Torte basteln

Hast Du Lust, in diesem Jahr einen ganz besonderen Adventskalender zu basteln? Wie wäre es mit einer zweistöckigen Torte? Vivian begrüßt Dich im Atelier Paper Candy und zeigt Dir, wie Du eine Papiertorte herstellen kannst. Dazu kannst Du aus vielen tollen Motiven und Farben wählen.

Die Leckerei aus Papier bietet mit 24 Tortenstücken Platz für viele Kleinigkeiten und hat ungefähr die Größe einer „richtigen“ Torte (Durchmesser unten 27cm und oben 22 cm, Gesamthöhe 12 cm). Die Füllung für die einzelnen Tortenstücke besorgst Du Dir selbst.

### Winterliche Acrylgasmalerei

Wir treffen uns im „Stifteparadies“ Papiri und gestalten winterliche Deko aus Acrylglas wie Sterne, Kugeln oder Glocken. Diese Hohlkörper werden mit Glanzlackmarkern und Sprays verziert. Da die Glanzlackmarker schnell trocknen, können Motive mit vielen verschiedenen Farben umgesetzt werden. Martin steht Euch mit Rat und Tat zur Seite. Am Ende hat jede\*r ein kleines Kunstwerk für die heimische festliche Deko geschaffen.

Jede\*r verziert drei Hohlkörper (ca. 8-12 cm). Eine große Auswahl an Markern liegt bereit.

Datum: Sa, 11.11.2023  
 Zeit: 14:00 – 17:00 Uhr  
 Gebühr: 29 € · Gebühr Mitglied: 25 € inkl. 14 € Mat.  
 Kursleitung: Vivian Lacroix, Atelier Paper Candy  
 Ort: Atelier, Im Guldernen Wingert 31, Seeheim  
 Anmeldeschluss: 03.11.2023

Datum: Sa, 18.11.2023  
 Zeit: 11:00 – 12:30 Uhr  
 Gebühr: 25 € inkl. 18 € Material  
 Kursleitung: Martin Dächert, Papiri Schreibwaren  
 Ort: Papiri, Ludwigstr. 2, Jugenheim  
 Anmeldeschluss: 31.10.2023

**KREATIVES**

**Adventskranz binden leicht gemacht**

Hast Du Lust, Deinen Adventskranz einmal selbst zu gestalten? In entspannter vorweihnachtlicher Atmosphäre bindest Du Deinen eigenen Kranz. Lydia Winkelmann zeigt Dir, wie Du das am Besten machst.

Weil die Dekoration des Kranzes Geschmacksache ist, haben wir uns deshalb Folgendes überlegt: Wir stellen Euch einen Kranzrohling, „Grünzeug“, Draht, Klammern. Zur Dekoration besorgen wir Naturmaterialien und Kerzen in weiß, rot oder grün (bitte Farbe bei der Anmeldung mit angeben). Alle anderen Dekodinge wie Kugeln, Holzschlitten oder Plüschelche bringt Ihr bitte selbst mit. Gerne könnt Ihr untereinander auch Deko tauschen, deshalb einfach ein bisschen mehr mitbringen. Vielleicht habt Ihr auch was zum Upcyceln aus dem letzten Jahr noch übrig?

Bitte mitbringen: Gartenschere, Allzweckschere, Heißklebepistole, Deko für eigenen Kranz und zum Tauschen

Datum: Fr, 01.12.2023  
 Zeit: 19:00 – 22:00 Uhr  
 Gebühr: 17 € · Mitglied: 15 € zzgl. Mat. ca. 40 €  
 Kursleitung: Lydia Winkelmann, Floristin  
 Ort: SzenenWechsel  
 Anmeldeschluss: 16.11.2023



**Karten und Verpackungen selber basteln?**

Weil alleine basteln keinen Spaß macht, bietet Atelier Paper Candy Kreative Karten & Verpackungs- Workshops in Seeheim.

Ihr möchtet die schönen Stampin'Up! Produkte kennenlernen und mehr erfahren?

Für Anmeldungen, Fragen, Sammelbestellungen, Kataloge, Bastelflohmarkt und Workshops, kontaktieren Sie mich ganz unverbindlich.



Vivian Lacroix  
 Unabh. Stampin' Up Demonstratorin  
 Im Guldenen Wingert 31  
 64342 Seeheim - Jugenheim  
 06257 918913  
 atelier@papercandy.de  
 vivianlacroix.stampinup.net  
 #AtelierPaperCandy




**KUNSTHANDWERK**

**TASCHEN- UND SCHMUCKMANUFAKTUR**

**Elke Reuter**  
 Wilhelm-Leuschner-Str. 50  
 64342 Seeheim-Jugenheim  
 www.der-kiosk-seeheim.de

**Öffnungszeiten:**  
 Mi und Do  
 14:30 - 18:30 Uhr



## BEWEGUNG

### Bodyshaping

Ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining, mit und ohne Handgeräten, welches alle Muskelgruppen kräftigt und zusätzlich Koordination, Gleichgewicht und Beweglichkeit schult. Bodyshaping beugt Problemen vor, die durch einseitige Bewegungen im Alltag entstehen. Mit viel guter Laune und motivierender Musik wird gemeinsam trainiert. Bei Stretch und Relax werden verschiedene Muskeldehnungen und Entspannungstechniken angewendet, um den Bewegungsapparat wieder ins Gleichgewicht zu bringen und das Wohlbefinden zu stärken.

„Wenn Du nichts veränderst, wird sich auch nichts verändern.“ ( Sparky Anderson )

Der Kurs findet fortlaufend statt, nach jeweils 10 Kursabenden geht „eine Runde“ zu Ende. Der Einstieg ist jederzeit möglich, sofern Plätze frei sind.

Datum: montags fortlaufend; 10x  
 Zeit: 18:30 – 19:30 Uhr  
 Gebühr: 48 € · Gebühr Mitglied: 45 €  
 Kursleitung: Monika Aha  
 Ort: Pfarrer-Reith-Haus, Weedring 47, Seeheim  
 kein Anmeldeschluss

### Qigong

Qigong ist ein Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin und wird meist mit „Energiearbeit“ übersetzt. Die einfachen, langsam und sanft ausgeführten Übungen verbinden Meditation, Bewegung und Entspannung. Sie regen den Kreislauf an und vertiefen den Atem, dehnen und kräftigen den Körper, lösen Spannungen, machen Muskeln geschmeidig und haben eine wohltuende Wirkung auf die Wirbelsäule. Unsere körperlich-seelischen Kräfte werden aktiviert und ausgeglichen und unsere Energie kommt in Fluss. Wir gehen erfrischt in den Alltag.

Fortlaufende Kurse, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken.

**Kooperation mit Beerbach in Bewegung: SzW-Mitglieder bezahlen die Kursgebühr für Mitglieder.**

Termine/Gebühren/Anmeldung siehe:  
[www.qigong.veramueller.de](http://www.qigong.veramueller.de) oder  
[www.beerbach-in-bewegung.de](http://www.beerbach-in-bewegung.de)  
 Kursleitung: Vera Müller  
 Ort: ev. Gemeindehaus Ober-Beerbach, Im Mühlfeld  
 Anmeldeschluss: s. Homepage BIB

## BEWEGUNG

### Lauftreff

Unser Lauftreff spricht alle Mädels an, die sich gerne einmal in der Woche in einer Gruppe bei fast jedem Wetter bewegen und nebenbei nett unterhalten möchten. Das Alter spielt dabei keine Rolle!

Wir laufen verschiedene Runden, jeweils ca. 5 km lang. Das Tempo ist moderat und lässt Luft zum Atmen. In der eher dunklen und kühlen Jahreszeit motivieren wir uns gegenseitig. Wir genießen es einfach, dem Alltag ab und zu davonzulaufen.

Datum: immer dienstags  
 Zeit: 19:30 Uhr  
 Gebühr: kostenfrei  
 Kursleitung: Anja Kasper, Tel. : 0151/46628695  
 Ort: variiert nach Absprache  
 kein Anmeldeschluss

### Sport mit Kinderwagen

Ihr wollt nach der Schwangerschaft wieder fit und aktiv werden und mit Bewegung in die neue und spannende Zeit starten? In diesem Kurs treffen wir uns an der frischen Luft und wagen uns gemeinsam an das Thema „Sport mit Kind“. Die Kursleiterin zeigt Euch, wie Ihr altbekannte Sportübungen mit dem Kinderwagen kombinieren könnt und gleichzeitig etwas für Euch selbst und Eure Gesundheit tut. Die Übungen sind so konzipiert, dass jede mitmachen kann und gefördert wird.

Bitte mitbringen: wettergerechte Kleidung (Sportklamotten) und Kinderwagen oder Trage

Der Kurs findet fortlaufend statt, nach jeweils 10 Kurs-tagen geht „eine Runde“ zu Ende. Der Einstieg ist jederzeit möglich, sofern Plätze frei sind.

Wochentag noch unklar wegen Wechsel der Kursleitung

Datum: vormittags fortlaufend; 10x  
 Zeit: 09:45 – 10:45 Uhr  
 Gebühr: 48 € · Gebühr Mitglied: 45 €  
 Kursleitung: N.N.  
 Treffpunkt: vor Stadion, Sandstraße, Seeheim  
 kein Anmeldeschluss

## SPRACHEN

### Is your English a little rusty?

Did you do English at school and now seldom have the opportunity to use it? Well, now you have the chance. Join our English Conversation Group. In this group we would like to increase our vocabulary, improve our grammar and most of all build up our confidence while speaking English.

We will read various articles on different subjects and then discuss them in detail. During the discussions we hope to improve our pronunciation, build up self-confidence and have a good time.

Datum: freitags, fortlaufend  
 Zeit: 17:30 – 18:30 Uhr  
 Gebühr: 60 € · Gebühr Mitglied: 45 €; 10x  
 Kursleitung: Sartaj Raja  
 Ort: privat in Seeheim  
 kein Anmeldeschluss

## COMPUTER

### Smartphone-Sprechstunde

Du hast ein spezielles Problem oder eine Frage zur Anwendung bei Deinem Smartphone? Bei der Smartphone-Sprechstunde erhältst Du „Erste Hilfe“ von Irmgard Baden. Sie hilft Dir weiter, wenn z.B. der Download einer App nicht klappt, der WhatsApp-Klingelton plötzlich ausgeschaltet ist oder die Kamera partout nicht das macht, was sie soll.

Je nach Andrang in der Sprechstunde kann Irmgard Baden pro Teilnehmer\*in eine (!) Frage beantworten. Bitte beachten: keine Kaufberatung, keine komplette Einführung, keine Reparaturen

Jeder Termin kann separat gebucht werden

Datum: Mo, 23.10./ 04.12.2023  
 Zeit: 17:00 – 18:00 Uhr  
 Gebühr: kostenfrei, Spende erbeten  
 Kursleitung: Irmgard Baden, EDV-Trainerin  
 Ort: SzenenWechsel  
 Anmeldeschluss: jeweils 1 Woche vorher



## WEBSITES

Dynamische Websites, um Sie mit Ihren Kunden zu verbinden.

---

**Desktop & Smartphone optimiert**

**Design  
anfragen**

[www.tilmanfalke.de](http://www.tilmanfalke.de)  
[info@tilmanfalke.de](mailto:info@tilmanfalke.de)



## CORPORATE DESIGN

Einheitliche Erscheinungsbilder für einen professionellen Geschäftsauftritt.

---

**Logo, Layout & Kommunikationsmittel**



## PRINT

Wirkungsvolle Info- und Kommunikations-Materialien.

---

**Flyer, Poster & Visitenkarten**



## LEBEN

### Glücklich sein! – Happiness Workshop

Träumst Du auch von einem Leben voller Leichtigkeit und Glück? Und möchtest Du bei all den Alltagsanforderungen und Weltkrisen in Deiner Mitte bleiben? Dann bist Du in diesem Workshop genau richtig!

Es ist wissenschaftlich bewiesen, dass Glück eine erlernbare Fähigkeit ist! Wer dreimal häufiger positive als negative Gefühle erlebt, bewältigt Schicksalsschläge leichter, entwickelt mehr Resilienz und lebt ein gesünderes, glücklicheres Leben.

Aber was macht uns denn nun glücklich? Wir erkunden unser persönliches Glücksempfinden und erleben in Theorie und Praxis, wie wir unsere Lebensfreude wachsen lassen können. Der Workshop bietet Dir Übungen an, die Du gut in Deinen Alltag integrieren kannst – für Deinen Weg ins Glück!

Datum: Sa, 14.10.2023  
Zeit: 14:00 – 18:00 Uhr  
Gebühr: 56 € · Gebühr Mitglied: 53 €  
Kursleitung: S. Rudolph, Glücks- und Mentaltrainerin  
Ort: SzenenWechsel  
Anmeldeschluss: 06.10.2023

### Weniger Stress im Alltag (Workshop)

Du bist wegen Deiner Arbeit gestresst, mit Deinem Partner kommt es ständig zum Streit, Deine Mutter sorgt immer für Diskussionen und die Kinder nerven – Dir wird alles zu viel?

In diesem Kurs schauen wir, wo die Energiefresser im Alltag lauern. Welche Methoden zur Stressbewältigung gibt es? Gemeinsam erarbeiten wir Strategien zur Alltagsbewältigung. Denn nur wer gut für sich selbst sorgt, kann auch für andere da sein – aus einem leeren Glas lässt sich ja schließlich auch nichts mehr ausschütten.

Datum: So, 12.11.2023  
Zeit: 10:00 – 14:00 Uhr  
Gebühr: 56 € · Gebühr Mitglied: 53 €  
Kursleitung: Frauke Feller, Coaching von Frau zu Frau  
Ort: SzenenWechsel  
Anmeldeschluss: 03.11.2023

**LEBEN**

**Worte können Brücken bauen – ein Einblick in die gewaltfreie Kommunikation (Workshop)**

Sehnt Du Dich auch nach einer anderen Qualität in der Kommunikation? Möchtest Du, gerade wenn es schwierig ist, Dich souverän und klar ausdrücken können und Konflikte ohne die typischen Schuldzuweisungen klären?

Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) von Marshall Rosenberg ist ein Weg dorthin, bestehend aus innerer Haltung und bewusster Sprache. Ziel ist es dabei, aus hinderlichen Kommunikationsmustern auszusteigen und stattdessen eine einfühlsame Verbindung zu sich und zum Gegenüber aufzubauen.

Nach dem Ganztages-Workshop wirst Du alte Kommunikationsmuster schneller erkennen, somit mehr Klarheit und Wertschätzung in Gespräche bringen und mutiger sein, Unangenehmes anzusprechen.

Datum: Sa, 18.11.2023  
 Zeit: 09:30 – 17:30 Uhr  
 Gebühr: 90 €; 10 % Ermäßigung für Familien/Paare  
 Kursleitung: Christine Schmidt, Coach & Mediatorin  
 Ort: SzenenWechsel  
 Anmeldeschluss: 03.11.2023

Vimala  
**Tasty Treats**  
 Trust the Taste

+ Neu

**Indisches Restaurant**

Südindische und Nordindische Menüs,  
 Süßigkeiten und Snacks

Jetzt in deiner Nähe

Wir bieten vegetarische,  
 Hühner-,Lamm- und Tandoorspezialitäten an.  
 Hochwertiges, authentisches und  
 leckeres indisches Essen.

**Kontakt:**  
 +49 174 9545 416

**Adresse:**  
 Balkhäuser Tal 10,  
 64342 Seeheim-Jugenheim

**Öffnungszeiten:**  
 11:00 Uhr bis 15:00 Uhr  
 17:00 Uhr bis 21:30 Uhr  
 Montags geschlossen

## GESUNDHEIT

### Heilsames Singen

„If you can walk you can dance. If you can talk, you can sing.“ Wir singen Lieder für Herz und Seele, interkulturell und überkonfessionell. Die Texte und Melodien der Lieder aus aller Welt sind so eingängig, dass jede\*r sofort einstimmen kann. Kurze Tanz- und Bewegungs-choreografien machen das heilsame Singen zu einem Gemeinschaftserlebnis. Die Lieder werden instrumental mit Gitarre und Ukulele begleitet.

Dieses Angebot richtet sich an alle, die Spaß am Singen haben und neue Erfahrungen machen möchten. Ganz nebenbei lassen wir den Stress von uns abfallen und genießen Freude und Entspannung. Ein musikalischer Wellness-Abend!

Anmeldung pro Termin erforderlich, jeder Abend kann separat gebucht werden

#### Kooperation mit der ev. Kirchengemeinde Jugenheim

Datum: Fr, 29.09./ 27.10./ 24.11.2023

Zeit: 19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr: 10 € pro Termin

Kursleitung: Petra Baumgart, Gitarrenlehrerin

Ort: ev. Gemeindehaus, Lindenstr. 6, Jugenheim

Anmeldeschluss: jeweils 1 Woche vorher

### Heilung aus der Stille (Meditation)

In der Ruhe, sagt man, liegt die Kraft. Viele sagen: „In mir Stille finden – das schaffe ich nicht alleine.“

Einmal in der Woche werden wir in einer kleinen Gruppe die Gedanken zur Ruhe kommen lassen. Das schafft Raum für die Selbstheilungskräfte und die innere Stimme. Diese lebendige, kreative Kraft brauchen wir für ein selbstbestimmtes Leben. Nach ein paar Worten und einer Anleitung zur Entspannung verweilen wir in meditativer Stille.

Bitte mitbringen: warme Socken, bequeme Kleidung, evtl. Sitzkissen

Datum: Do, 12.10./ 19.10./ 02.11./ 09.11.2023; 4x

Zeit: 20:00 – 21:15 Uhr

Gebühr: 50 € · Gebühr Mitglied: 45 €

Kursleitung: Clemens Tilmann, Heilpraktiker

Ort: Praxis, Haydnweg 7, Seeheim

Anmeldeschluss: 05.10.2023

## GESUNDHEIT

### Long-COVID, Post-COVID & Post-Vac-Syndrom in der logopädischen Therapie (Online-Vortrag)

Die Logopädie ist eine anerkannte Therapieform zur Behandlung von Long-COVID, Post-COVID & Post-Vac-Syndrom. Der Vortrag geht auf folgende Symptome ein:

- Atemtherapie (Kurzatmigkeit, eingeschränkte Lungenaktivität, gestörte Atem-Schluck-Koordination)
- Hustentechnik (insbesondere bei trockenem Husten und bei störender Schleimbildung), Sekretolyse
- Stimmtherapie
- Schlucktherapie
- Riechtraining und Geschmackstraining
- Therapie bei Konzentrationsstörungen, Wortabrufstörungen und bei neurokognitiven Einschränkungen
- Beratung, Begleitung und Vernetzung bei Erschöpfungszuständen (Fatigue), Depression, Ängsten und Traumata

Vortrag mit kleinen Übungen und Fragerunde

Datum: Mi, 01.11.2023

Zeit: 19:00 – 21:00 Uhr

Gebühr: 12 € · Gebühr Mitglied: 9 €

Kursleitung: Cornelia Sajidman, Logopädin

Ort: online über Zoom

Anmeldeschluss: 26.10.2023

### Privatpraxis für Logopädie

**Cornelia Sajidman**

Sprach- und Sprechtherapie

Atem- und Stimmtherapie

Schlucktherapie

Merckstraße 21

64342 Seeheim-Jugenheim

Termine nach Vereinbarung

Tel (0 62 57) 99 17 562

[www.logopaedie-praxis.eu](http://www.logopaedie-praxis.eu)

[sajidman@logopaedie-praxis.eu](mailto:sajidman@logopaedie-praxis.eu)



## GESUNDHEIT

### Mütterkur/ Väterkur – Erholung vom Familienalltag

Das Leben mit Kindern kann ganz schön turbulent und kräftezehrend sein! Manchmal reicht die Erholung im Alltag nicht mehr aus, um mit beiden Beinen im Leben zu stehen. Dann kann eine Kur für Mütter oder Väter eine Lösung sein. Doch die wenigsten wissen, dass es das überhaupt gibt!

Was steht mir zu? Welche Möglichkeiten habe ich? Wie und wo beantrage ich eine solche Kur? Wie wuppt der Rest der Familie den Alltag, wenn ich nicht da bin? Die Referentin Ilka Gössl spricht aus eigener Erfahrung. Sie war bereits zweimal auf Kur und zeigt Wege zur Regeneration.

Datum: Mo, 30.10.2023

Zeit: 19:30 Uhr

Gebühr: 9 € · Gebühr Mitglied: 6 €

Kursleitung: Ilka Gössl, Heilpraktikerin

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 23.10.2023

### Rheuma hat viele Gesichter (Vortrag)

Als „Rheuma“ werden Erkrankungen bezeichnet, die mit Schmerzen und Bewegungseinschränkungen an Gelenken, Wirbelsäule, Knochen, Muskeln und Sehnen einhergehen. Rheumatische Erkrankungen müssen jedoch nicht nur auf den Bewegungsapparat beschränkt sein. Bei vielen rheumatischen Erkrankungen treten auch an anderen Organen Entzündungen auf, z. B. an Haut, Augen, Herz, Blutgefäßen, Nieren und Nerven. Menschen jeder Altersklasse können an Rheuma erkranken, auch jüngere Erwachsene und Kinder.

Rheuma muss kein Schicksal sein! Häufig können Symptome mit Mitteln aus der Naturheilkunde gelindert werden. Dazu muss jedoch jeder Fall individuell und ganzheitlich betrachtet werden. Der erfahrene Heilpraktiker Heinz Kreher aus Mühlthal stellt an diesem Abend vor, was die Naturheilkunde bei Rheuma leisten kann, und steht für Fragen im Anschluss zur Verfügung.

Datum: Do, 09.11.2023

Zeit: 20:00 Uhr

Gebühr: 12 € · Gebühr Mitglied: 9 €

Kursleitung: Heinz Kreher, Heilpraktiker

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 02.11.2023

**GESUNDHEIT**

**Sternenlicht – Meditation in der Vorweihnachtszeit**

Die Tage werden wieder länger – wir feiern die Wiedergeburt des Lichtes. Wir treffen uns zu einem kleinen Besinnungsabend, gleichfalls als Einstimmung auf Weihnachten.

In geleiteten Meditationsreisen laden wir unser eigenes inneres Licht auf und lassen es hell werden in uns und öffnen uns für die innere Stille aus dem Herzen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Sitzkissen und Decke

Datum: Fr, 15.12.2023  
 Zeit: 19:30 – 21:30 Uhr  
 Gebühr: 20 € · Gebühr Mitglied: 18 €  
 Kursleitung: J. Winkler & C. Tilmann, HP Psychoth.  
 Ort: Praxis, Haydnweg 7, Seeheim  
 Anmeldeschluss: 08.12.2023

**Kreis Apotheke**  
 SEEHEIM - JUGENHEIM

**IHRE GESUNDHEIT - UNSER ANLIEGEN**

**75 Jahre Kreis Apotheke**

Ihr Partner für Gesundheit und Wohlbefinden,  
 heute und in Zukunft!



**Gesundheit rund um die Uhr**  
**Unser Automat,**  
**immer für Sie geöffnet!**

Hauptstr.23 in Seeheim-Jugenheim

**06257 - 22 26**

apotheke-jugenheim.com



## DIES & DAS

### LeseSzene

Habt Ihr auch Lust auf Begegnungen? Mit Literatur, mit Menschen, mit den eigenen Gedanken, Gefühlen und Erinnerungen? In der LeseSzene lesen wir gemeinsam eine Erzählung und ein Gedicht. Beides bekommt Ihr zu Beginn der jeweiligen Lesung als Kopie. Eine ausgebildete Leseleitung sucht Texte aus, die die Kraft haben, uns zu berühren. An festgelegten Stellen halten wir inne und sprechen über das, was wir gerade gelesen, gehört und empfunden haben.

Die Methode des organisierten gemeinsamen Lesens wurde Ende des 20. Jahrhunderts von Dr. Jane Davis in Liverpool begründet. Lesen in der Gruppe bereitet Freude, hat positive Effekte auf das persönliche Wohlbefinden, die Lebenszufriedenheit, das Gemeinschaftsgefühl und stärkt die Resilienz.

Jeder Termin einzeln buchbar, Anmeldung unter:  
Susanne.Rudolph@szenenwechsel-online.de

Datum: Do, 28.09./ 26.10./ 30.11.2023

Zeit: 19:00 – 20:30 Uhr

Gebühr: kostenfrei

Kursleitung: S. Rudolph, Shared Reading Leseleitung

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: jeweils am Dienstag davor

### Weltkindertag

Seit 1992 richtet die Gemeinde Seeheim-Jugenheim jährlich den Weltkindertag aus – und zwar immer am 20. September. Alle Kinder, Eltern und Interessierten sind eingeladen, dabei zu sein. Im Christian-Stock-Stadion gibt es tolle Spiele und Aktionen, leckeres Essen, Vorführungen und viele Informationen.

SzenenWechsel ist mit XXL-Bausteinen, Bobbycar-Parcours und einer Krabbelandschaft dabei.

Wir freuen uns auf Euch!

Datum: Mi, 20.09.2023

Zeit: 15:00 Uhr

Ort: Christian-Stock-Stadion, Seeheim

# ASK

ARCHITEKTURBÜRO SIBYLLE KAETHER  
Objektplanung • Sanierung • Bauleitung



64342 Seeheim-Jugenheim Burkhardtstr. 41 Tel: 06257-937204 www.architektur-sk.de



**X YMBOL**  
GRAPHICS



www.xymbol.de



www.altes-forstamt-jugenheim.de

## Altes Forstamt

3. Sept. 2023, 11-17 Uhr

# »Gartenfest«

15 Jahre Stiftung  
Altes Forstamt Jugenheim  
Hauptstraße 15



11 Uhr  
**Freiluftgottesdienst der Ev. Kirche**

12 Uhr  
**Begrüßung**

12-14 Uhr  
**Livemusik „Blütenwegjazz“**

13/14/15 Uhr  
**Führungen Forstamt und Remise**

Kaffee, Kuchen, Würstchen und Getränke  
und Spiele für Kinder im Garten

*jung für Generationen ...*






## DIES & DAS

### Brot im Holzofen backen

In Stettbach gibt es ein wunderbares Backhaus mit einem Holzofen. Wir backen dort „wie früher“ Brot und Kuchen mit einzigartigem Geschmack. Der Umgang mit dem Ofen ist gar nicht so leicht! Eva vom Team Backhaus kennt sich bestens aus und weiht uns in die Geheimnisse des Holzofenbackens und der Teigherstellung ein.

Zum Ablauf: Am Freitag heizen wir den Ofen an und bereiten nebenan in der Feuerwehrrküche unsere Heffeteige vor. Wir setzen außerdem einen Sauerteig für zu Hause an. Am Samstag formen wir die Teige aus, feuern nochmals ein und backen dann Brot und Kuchen. Während das Brot backt, setzen wir uns zu einem kleinen Frühstück zusammen.

Bei Kursbestätigung versenden wir eine Liste der mitzubringenden Dinge (Zutaten, Küchenutensilien). Das Kursende kann wegen der Temperatur des Ofens nicht genau festgelegt werden.

Datum: Fr, 22.09. + Sa, 23.09.2023; 2x  
 Zeit: Fr, 16 – ca. 18 Uhr + Sa, 8 – ca. 12 Uhr  
 Gebühr: 36 € · Gebühr Mitglied: 32 €  
 Kursleitung: Eva Michel, Team Backhaus  
 Ort: Backhaus, Am Hang 5, Stettbach  
 Anmeldeschluss: 15.09.2023

### Führung im Museum Stangenberg Merck

Das 2010 eröffnete Museum Stangenberg Merck zählt zu den schönsten privaten Kunstmuseen an der Bergstraße und wird von Besucher\*innen oft als „Gesamtkunstwerk“ bezeichnet. Wie schön, dass wir einen solchen Kulturschatz direkt vor unserer Haustür haben! Das Museum erstreckt sich über 4 Etagen mit rund 800 m<sup>2</sup> und zeigt vor allem das Werk der Malerin Heidy Stangenberg-Merck, die in diesem Haus aufgewachsen ist. Ebenfalls zu sehen sind Arbeiten ihrer Mutter Marietta Merck und von Karl Stangenberg.

Lasst Euch überraschen von vielen großformatigen Bildern, wundervollen Räumen und einem sensationell schönen Ausblick in der obersten Etage des Museums. Im Anschluss an die Führung könnt Ihr Euch die aktuelle Sonderausstellung ansehen, im Café Kunstgenuss verweilen oder durch den Garten schlendern.

Datum: So, 24.09.2023  
 Zeit: 14:00 – 15:00 Uhr + Zeit zur freien Verfügung  
 Gebühr: 10 € (in bar vor Ort)  
 Kursleitung: Team Museum  
 Ort: Museum, Helene-Christaller-Weg 13, Jugenheim  
 Anmeldeschluss: 15.09.2023

## DIES & DAS

### **Kinobesuch: Wenn uns die Worte fehlen – Frauen erzählen vom Neuanfang**

Vorhang auf im Saalbaukino in Pfungstadt! Drei Frauen, die 2015 mit ihren Kindern aus Syrien und dem Iran geflüchtet sind, erzählen vom Neuanfang in Jena. Es war ein Aufbruch in eine unbekanntere Zukunft. Haben sich die Wünsche und Träume der Frauen in den letzten Jahren erfüllt? Wie sind sie mit den neuen Herausforderungen zurechtgekommen? Auf was sind sie jetzt besonders stolz? Oder sind sie immer noch Fremde in diesem Land und ihre Träume sind wie Seifenblasen zerplatzt?

Im Anschluss an den Film findet eine Gesprächsrunde mit den Protagonistinnen des Films statt. Danach gibt es syrisches und iranisches Fingerfood sowie Getränke zum lockeren Gespräch.

Eine Kooperation von verschiedenen Institutionen in der Kommune und im Landkreis

Datum: Mo, 25.09.2023

Zeit: 19:00 Uhr

Gebühr: kostenfrei

Ort: Saalbaukino, Lindenstr. 71, Pfungstadt

keine Reservierung notwendig

### **Swappen – Kleidertauschparty**

Nix im Kleiderschrank? Oder nur Sachen, die nicht mehr passen oder doch irgendwie ein Fehlkauf waren? Dann nichts wie hin zum „Swappen“! Es ist jedes Mal eine Riesengaudi, wenn die Koffer anrollen und ausgepackt werden. Ob Oberteil, Hose, Schuhe, Schal oder Tasche – es ist immer für jede was dabei.

Wir starten mit einem gemeinsamen Brunch und dann „stürmen“ wir die Klamotten. „Mit Euch tausche ich gerne“ oder „Ich bin so glücklich“ sind oft gehörte Sätze nach unseren Kleidertauschpartys. Details, wie eine Swap-Party abläuft, findet Ihr auf unserer Homepage.

Bitte mitbringen: etwas Leckeres fürs Brunchbuffet und natürlich Klamotten, die Ihr eintauschen möchtet.

Anmeldung erforderlich unter  
[diana.krahmer@szenenwechsel-online.de](mailto:diana.krahmer@szenenwechsel-online.de)

Datum: Sa, 11.11.2023

Zeit: 11:00 – 14:00 Uhr

Gebühr: kostenfrei, Spende erbeten

Kontakt: Diana Krahmer, E-Mail für Anmeldung s.o.

Ort: ev. Gemeindehaus, Lindenstr. 6, Jugenheim

Anmeldeschluss: 03.11.2023

## WERBEN SIE IN UNSEREM PROGRAMMHEFT

...und erreichen Sie Kund\*innen für Ihr Unternehmen vor Ort.

Bei Interesse nehmen Sie bitte mit uns Kontakt auf:  
Tel. : 06257/ 86633  
E-Mail: [office@szenenwechsel-online.de](mailto:office@szenenwechsel-online.de)

**XL Quer:**  
175 x 128 mm  
160 €

**L Hoch:**  
85,2 x 128 mm  
90 €

**M Quer:**  
85,2 x 60 mm  
60 €

# FLOHMARKT

FÜR KINDERKLEIDUNG & SPIELSACHEN



3. Feb. 2024

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 €

**Polydron Baumaterial**

Spielspaß und Bauvergnügen für Kinder ab etwa 3 Jahren.

Maße eines Quadrats:  
ca. 17 cm x 17 cm x 2 cm, 80 Bausteine, in mittlerer Tasche



Termine nach Absprache  
Gebühr: 15 €  
Gebühr Mitglied: 10 €  
Kaution: 30 €

**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 €



**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](http://www.szenenwechsel-online.de)  
[office@szenenwechsel-online.de](mailto: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

 **DER PARITÄTISCHE**  
UNSER SPITZENVERBAND

## IMPRESSUM

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

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

**Layout:**  
Tilmann Falke, Kommunikationsdesigner

**Quelle Bilder:**  
Titel: Adobe Stock 439581336  
Seite 6: Adobe Stock 393089741

**Konzeption und CI:**  
Ameli Altstadt, Agentur Altstadt

**Anzeigenverkauf:**  
[office@szenenwechsel-online.de](mailto:office@szenenwechsel-online.de)

**Druck:**  
agentur stilEcht GmbH, Seeheim-Jugenheim  
Auflage 2.500 Stück

# Car2Flight

## Flughafentransfer

### Unsere Leistungen:

- Routinierte Fahrer
- Festpreise zum Flughafen & zurück ab Bergstrasse
- Mercedes V&E Klasse
- Gruppentransfer bis zu 7 Personen
- Sichere Kindersitze
- 24/7 Service



Details & Preise

- ☎ : 06257/5049005  
☎ : 06257/5049005  
✉ : info@car2flight.de  
🌐 : www.car2flight.de



Mit uns starten Sie sicher  
& pünktlich in den Urlaub

