



INHALTSVERZEICHNIS

Magazin	Magazin 06 – 19		
Verein	20 – 25		
Kinderkrippe	26 – 27		
Angebote			
Begegnung & Beratung	28 – 41		
Familie & Kinder	42 – 67		
Kreatives & Bewegung	68 – 73		
Sprachen & PC	74 – 75		
Leben & Gesundheit	76 – 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 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.



VORWORT

Liebe Leserinnen und Leser,

wir starten in ein neues Jahr mit vielen neuen und bewährten Kursangeboten!

Das Team vom SzenenWechsel hat fleißig für euch gearbeitet und ein vielfältiges Programm für Jung und Alt zusammengestellt. Freut euch auf einen kreativen Schreibkurs, einen spannenden Besuch beim Imker, Programmpunkte für kleine und große Fellfreunde, sowie ein breites Angebot für werdende Eltern. Mit einem "Schreib- und Bewerbungstraining" können sich Jugendliche auf die Arbeitswelt vorbereiten und wer Ruhe und Kraft tanken möchte, wird in unserer Rubrik "Leben & Gesundheit" sicherlich fündig. Für Familien wird es wieder eine Familienradtour geben und wer in den Sommerferien noch Luft hat ist herzlich zum "Eltern-Kind-Zelten" bei uns im Szenen-Wechsel Garten eingeladen. Zudem wird es erstmalig einen "Mehrgenerationen-Spieletreff" geben. Wir freuen uns auf euren Besuch!

Und auch hinter den Kulissen gab es ein paar Veränderungen. So dürfen wir nicht nur viele neue ehrenamtliche MitarbeiterInnen begrüßen, sondern auch Silke Volz, die uns seit August 2023 im Büro tatkräftig

unterstützt. Herzlich willkommen, liebe Silke! Christine Ammon hat sich im letzten Programmheft persönlich von euch verabschiedet. Nach 7 Jahren im Büro vom SzenenWechsel ist sie in ihr ursprüngliches Berufsfeld zurückgekehrt. Christine hat neben der alltäglichen Bürotätigkeit das Programmheft mit viel Liebe und einem irrsinnigen Organisationstalent gestaltet. Wir wünschen dir alles Gute und hoffen, dass du mit unserer Arbeit zufrieden bist!

Die Programmheft-Koordination habe ich übernommen. Mit tatkräftiger Unterstützung von unserem Kinderprogramm-Team, Johanna und Silke (Büro-Duo), Lara Feder (Magazin) und Maike Schulz, die uns seit Oktober in der Programmplanung unterstützt. Ich bin sehr zufrieden und natürlich sehr gespannt, wie ihr es findet.

Wir wünschen euch viel Spaß beim Lesen, Meike Kleemann & Programm-Team



AGAZIN VON FRAU ZU FRAU

VON FRAU ZU FRAU

Geburten befinden sich im Wandel. Gewaltfreie Geburtshilfe ist immer wieder Thema in den Medien. Zugleich gewinnt die emotionale Begleitung einer Gebärenden an Bedeutung – nicht zuletzt auch durch Doulas. Die Weltgesundheitsorganisation WHO empfiehlt deshalb, Doulas weltweit an allen Geburten teilhaben zu lassen. Bis dahin ist es noch ein weiter Weg, denn noch handelt es sich dabei um Kosten, die privat zu tragen sind.

Kürzere Geburten, die von den Gebärenden als positiver empfunden werden. Weniger Kaiserschnitte, Schmerzmittel oder andere Geburtsinterventionen. Eine engere Bindung zwischen Mutter, Vater und Neugeborenem. Weniger Stillprobleme. Was zunächst nach Wunschdenken klingt, ist statistisch erwiesen: Begleitet eine Doula eine Geburt, hat das positive Effekte!

Eine solche Doula, also Geburtsbegleiterin, ist Salome Beil aus Darmstadt-Eberstadt. Eine einer handvoll aus dem Landkreis Darmstadt-Dieburg. "Wäre die Doula ein Medikament, wäre es unverantwortlich, es nicht zu verabreichen", zitiert Salome Beil das Fazit einer der wichtigsten Studien. Und trotzdem ist hierzulande noch relativ unbekannt, was genau eine Geburtsbegleiterin macht. "Doula" kommt aus dem Altgriechischen und bedeutet "Dienerin". "Wir sind Dienerinnen der Gebärenden. Sie sollen sich wie Königinnen umsorgt fühlen", sagt Salome Beil.

Emotionale Geburtshilfe

Das Konzept ist tausende Jahre alt und im Grunde genommen sehr einfach: Eine Frau begleitet eine werdende Mutter liebevoll und einfühlsam während der Schwangerschaft, während der Geburt und/oder während des Wochenbetts. Die Idee dahinter ist nicht neu: Frauen mit Geburtserfahrungen stehen Schwangeren begleitend und unterstützend zur Seite. Früher in Form von Dorfgemeinschaft oder Familienhilfe, heute in Form von professionellen, sprich eigens ausgebildeten Doulas. Bislang müssen die Kosten dafür privat getragen werden.

"Während der vergangenen Jahrzehnte wurde verlernt, eine schwangere Frau adäquat zu unterstützen", sagt Salome Beil. Schwangerschaft und Geburt werde heute sehr medizinisch gesehen. "Wir Doulas haben da einen ganzheitlicheren Blick drauf, bei uns haben die Emotionen des werdenden Elternpaares einen hohen Stellenwert." Medizinisches Wissen gehört zwar zur Ausbildung, medizinisches Handeln, also zum

MAGAZIN VON FRAU ZU FRAU

Beispiel den Muttermund zu tasten, aber obliegt allein den Hebammen oder Ärzt*innen. Idealerweise arbeiten Hebammen und Doulas im Team mit den werdenden Eltern. "Für meine Arbeit ist es beispielsweise immens wichtig

zu wissen, wie das Hormon Oxytocin funktioniert – was es für die Gebärende machen kann, aber auch was die Gebärende für das Hormon machen kann. Gedimmtes Licht, Wärme, mit dem Partner kuscheln zum Beispiel lassen Oxytocin fließen

Im Team gebären

Die Doula stützt die Frau während der Geburt emotional, indem sie sie stärkt, Mut zuspricht und lobt. Gleichzeitig kann sie aber auch medizinische Vorgänge einschätzen, paramedizinisch helfen etwa durch Kreuzbeinmassage oder Geburtspositionswechsel.

Zudem unterstützen Doulas nicht nur die Gebärende, sondern auch den Partner. In erster Linie helfen sie ihm dabei, seine Rolle während der Entbindung zu finden bzw. bestmöglich für die gebärende Frau da zu sein.



Im Zentrum von Salome Beils Arbeit steht eindeutig die Geburt als solche, auch wenn die Begleitung in einigen Fällen schon in den ersten Schwangerschaftswochen beginnt und manchmal auch erst nach dem Wochenbett endet. "An jedem Geburtsort, egal wie lange es dauert, ich bleibe bei der Gebärenden, bis sie ihr Baby im Arm hält", sagt Salome Beil.

Gerade in Klinken, in denen in den Kreißsälen oftmals große Hektik herrscht, Hebammen im Schichtdienst arbeiten und mehrere Gebärende gleichzeitig betreuen, ist eine Doula ein Anker. Dadurch, dass sie MAGAZIN VON FRAU ZU FRAU

immer an der Seite der Gebärenden bleibt, vermittelt sie der werdenden Mutter ein Gefühl der Geborgenheit und Verlässlichkeit – und das wiederum wirkt sich positiv auf den Geburtsverlauf aus.

"Schon vor, aber auch nach der Geburt kann ich eine Schnittstellenfunktion einnehmen und entsprechende Hilfen vermitteln", sagt Salome Beil. Schreit das Kind viel? Dann hilft vielleicht Osteopathie. Versinkt die Familie im Wochenbett im Chaos und ist damit unzufrieden? Dann wäre vielleicht eine Mütterpflegerin eine gute Idee. "Hilfen gibt es viele. Man muss sie nur kennen", sagt sie.



In der Regel ist sie weiterhin "Dienerin der Frau": Sie hört der frischen Mutter zu, verarbeitet mit ihr zusammen die Geburt und unterstützt die Familie insgesamt. Teil der Begleitung ist ein Geburtsbrief, den Salome Beil an das neugeborene Kind schreibt Beim ersten Besuch nach der Geburt liest sie diesen dann der Familie laut vor. "Das ist ein super emotionaler Moment. Eigentlich immer fließen Tränen." Der Brief ist ein Türöffner ins Gespräch über die Geburt: Was? Die Presswehen haben so lange gedauert? Ach, da war noch eine dritte Hebamme? Details und Begebenheiten, die die Gebärende nicht aktiv wahrgenommen hat, kommen so wieder in Erinnerung. "Ein wichtiger Schritt für die Integration des Geburtserlebnisses."



Salome Beil, 32 Jahre alt, ist ausgebildete Doula, Lehrerin für Pränatalyoga, Dozentin in der Doula-Ausbildung Frauenkraft in Bad Nauheim und selbst Mutter. Sie lebt in Darmstadt-Eberstadt. Für den SzenenWechsel bietet sie in diesem Halbjahr einen Kurs an:

"Emotionale und körperliche Geburtsvorbereitung" Seite 47.

Fotos: © Salome Beil

MAGAZIN HIGHLIGHTS

HIGHLIGHTS DES VERGANGENEN HALBJAHRES

Wir blicken zurück auf ein gelungenes Jubiläumsfest, eine neue Kooperation und eine erfolgreiche Spendenaktion. Zwei Kreativkurse haben uns besonders viel Spaß gemacht.

FEST IM FORSTAMT

15 Jahre sind wir und unsere Mitmieter nun schon im Alten Forstamt zu Hause. Das haben wir mit einem großen Gartenfest gefeiert, zu dem unsere Vermieterin "Stiftung Altes Forstamt" eingeladen hat. Beim Gottesdienst am Morgen stellten sich alle Mietparteien im Interview vor. Später sorgten die Blütenweg Jazzer für fetzige Stimmung. Interessierte hatten Gelegenheit, sonst nicht zugängliche Bereiche wie den Gewölbekeller oder die Remise zu erkunden. Es war ein tolles Fest! Wir freuen uns auf eine Wiederholung in 2024.



JUNG UND ALT

In diesem Schuljahr konnten wir Herr Sandner vom Schuldorf Bergstraße für ein gemeinsames Projekt gewinnen. Vier engagierte Schülerinnen sind für uns im Altenzentrum Mission Leben in Seeheim ehrenamtlich im Einsatz. In regelmäßigen Abständen spielen sie dort mit den Bewohner*innen Gesellschaftsspiele. Es ist berührend, wie freudig die Senior*innen unser Angebot annehmen. Die Schülerinnen können auf diese Weise in den Bereich "Soziale Arbeit" schnuppern und bereichernde Begegnungen erleben. Vielen Dank an alle, die das möglich machen!



MAGAZIN HIGHLIGHTS

GESPRÜHTE KUNST

Jugenheim hat jetzt ein neues Graffiti! Sieben Jugendliche haben unter der Anleitung von Graffiti-Künstler Pascal Lorenz aus Darmstadt eine Wand in der Nähe des Jugenheimers Schwimmbads gestaltet. An einem Wochenende im Oktober haben die Teenager ihre Entwürfe zunächst auf dem Papier gestaltet und dann mit Schablonen auf der Sprühfläche umgesetzt. Ein cooler Workshop, der bei den Teilnehmer*innen richtig gut ankam. Die liebe Magdalena hat uns für den Kurs ein Stück ihrer Gartenmauer überlassen. Das war wunderbar!



NEUE KAMERA

Die Kamera des Vereins ist in die Jahre gekommen. Um die schönen Momente im SzenenWechsel insbesondere in der Krippe festzuhalten, benötigen wir ein neues Modell. Wie schön, dass unsere bislang einzige Online-Spendenkampagne so gut angenommen wurde. 850 € sind auf diesem Weg zusammengekommen. Weitere 350 € sind beim Café Szene gespendet worden, so dass wir jetzt eine solide Kamera kaufen können. Schon bald wird sie im Einsatz sein und den Trubel hier im Haus einfangen. Ein großes Dankeschön für alle Spenden!



KERAMIK BEMALEN IN ZAHLEN

- 3 Kurse für jedes Alter waren im Nu ausgebucht
- Teilnehmende werkelten zusammen
 - kreative Techniken konnten ausprobiert werden
- Farben standen zur Wahl
- Geschirrteile wurden 25 bemalt
- >1000 °C beträgt die Temperatur, bei der das Geschirr gebrannt wird
 - km insgesamt fuhr das Material in Katjas Kofferraum

LESESTOFF

Kaum ein Thema bewegt uns aktuell so sehr wie die Migration – auch schon die Kleinsten. In der Kita, der Schule, im Sportverein erfahren Kinder und Jugendliche von Flüchtlingen, Armut und Krieg in anderen Ländern. Bücher helfen, sich diesen Themen zu nähern. Wir stellen dazu in Kooperation mit der Buchhandlung "LesBar" Lesestoff für jedes Alter vor:

Ab 1 Jahr: "Ein neues Zuhause für Samira" von Nina Bitzer



Samira und ihre Familie sind aus Syrien - erst vor Kurzem sind sie nach Deutschland gekommen. Heute ist Samiras erster Tag im Kindergarten und alles ist ganz neu und fremd für sie. Doch schnell vergisst sie ihre anfängliche Angst, denn

sie merkt, dass es tolle Dinge zu entdecken gibt: Da sind Bauklötze, Kuscheltiere und ein nettes Mädchen mit blonden Zöpfen. Und so träumt Samira schon am Abend vom nächsten Tag im Kindergarten! **Ab 4 Jahren:** "Ich bin anders als du - Ich bin wie du" von Constanze von Kitzing



Hier begebnen sich viele Kinder und stellen an sich Gemeinsamkeiten und Unterschiede fest. Doch aufgepasst, was augenscheinlich für die Leser*innen beim schnellen Betrachten als gleich oder anders gilt, gilt für die Protagonist*innen selbst noch lange nicht. Jedes Umblättern wird ein Aha-Erleb-

nis und allmählich spüren die großen und kleinen Leser*innen, wie wichtig es ist, mit Bedacht wahrzunehmen und offen zu bleiben für das Kennenlernen.

Seitenzahl: 28 Seiten ISBN: 978 - 3833742903

Preis: 10 €

Seitenzahl: 82 Seiten ISBN: 978 - 3551171306

Preis: 13 €

Ab 6 Jahren: "King kommt noch" von Andrea Karimé



King kommt noch! - dieser Satz der Mutter taucht alles in ein neues Licht! Seit drei Tagen ist der Junge in diesem neuen Land. Nur King ist nicht da, sein Hund und bester Freund. In seiner neuen Heimat beginnt er, die Straße zu beobachten und wundert sich etwa über den Mann, der den Hundedreck in eine Tüte steckt und mitnimmt. Wozu nur?

Der Junge löst nach und nach die Rätsel dieser Straße, bis sie nicht mehr fremd ist. Doch die aufregendste Entdeckung macht er in Büchern. Mit einer Taschenlampe erweckt er die Bilder darin zum Leben. Und auf einem findet er einen Hund: Es ist King und er hat Flügel! Ein Kinderbuch, traurig und heiter, das nicht zuletzt durch seine warmherzigen Bilder die schönste Hoffnung beflügelt.

Seitenzahl: 40 Seiten ISBN: 978 - 3779505686

Preis: 12 €

Ab 12 Jahren: "Vor uns das Meer" von Alan Gratz



Drei Jugendliche, drei Jahrzehnte, eine Hoffnung: Ankommen. Josef ist 11, als er 1939 vor den Nazis fliehen muss. Isabel lebt im Jahr 1994 in Kuba und leidet Hunger – auch sie begibt sich auf eine gefährliche Reise. Und der 12-jährige Mahmoud verlässt im Jahr 2015 seine zerstörte Heimatstadt Aleppo, um in Deutschland neu anzufangen.

Alan Gratz verwebt geschickt und ungemein spannend die Geschichten dreier Kinder aus unterschiedlichen Zeiten. Er erzählt unsentimental und gerade dadurch ergreifend.

Seitenzahl: 304 Seiten ISBN: 978 - 3423627535

Preis: 9,95 €

13

Ab 14 Jahren: "Sanctuary - Flucht in die Freiheit" von Paolo Mendoza & Abby Sher



USA, 2032: Alle Bürger*innen werden durch einen ID-Chip überwacht. Es ist beinahe unmöglich, undokumentiert zu leben, doch genau das tut die 16-jährige Vali. Sie ist aus Kolumbien geflohen. Als der ID-Chip ihrer Mutter nicht mehr funktioniert und ihre Stadt nach Undokumentierten durchsucht wird, müssen sie fliehen. Das Ziel: Kalifornien, der einzige Bundesstaat, der sich der

Kontrolle entzogen hat. Doch als Valis Mutter festgenommen wird, muss Vali allein mit ihrem Bruder weiter, bevor es zu spät ist. **Ab 16 Jahren:** "Hope. Es gibt kein zurück. Du kommst an. Oder du stirbst." von Peer Martin



Du hast nichts zu verliehren, wenn dir alles genommen wurde! Der 19-jährige Kanadier Mathis begleitet Hope, einen elf Jahre alten Somali, auf dessen abenteuerlicher Flucht quer durch Südamerika. Kaum gestartet, heften sich zwei zwielichtige Typen an ihre Fersen. Auf ihrem atemberaubenden Trip

über den Amazonas und die Panamericana lauert der Tod überall.

Seitenzahl: 352 Seiten ISBN: 978 - 3551584410

Preis: 9€

Seitenzahl: 544 Seiten ISBN: 978 - 3791501390

Preis: 20 €

14

Für Erwachsene: "Die Optimistinnen" von Gün Tank



Die 22-jährige Nour ist in den siebziger Jahren eine der vielen Gastarbeiterinnen. Sie ist jung, motiviert und optimistisch. Doch die Arbeitsbedingungen in der Fabrik sind fragwürdig. Als Nour vom Frauenstreik im Thüringen der zwanziger Jahre erfährt, ist sie inspiriert: Gemeinsam mit all ihren Freundinnen wird sie für die Rechte der Arbeiter*innen kämpfen.

Mit ihrem Debüt feiert Gün Tank die vielen Frauen, die dieses Land mit aufbauten und veränderten, und die sich doch in der deutschen Geschichte kaum wiederfinden.

Seitenzahl: 208 Seiten ISBN: 978 - 3103971361

Preis: 22 €



MAGAZIN KINDERSEITE

FÜR GROß & KLEIN

WIR BASTELN BIENEN

Das benötigst du:

- gelben Luftballon
- Krepppapier in schwarz
- etwas dickeres weißes Papier
- Permanentmarker in schwarz
- Garn oder Wolle
- Kleber und Schere

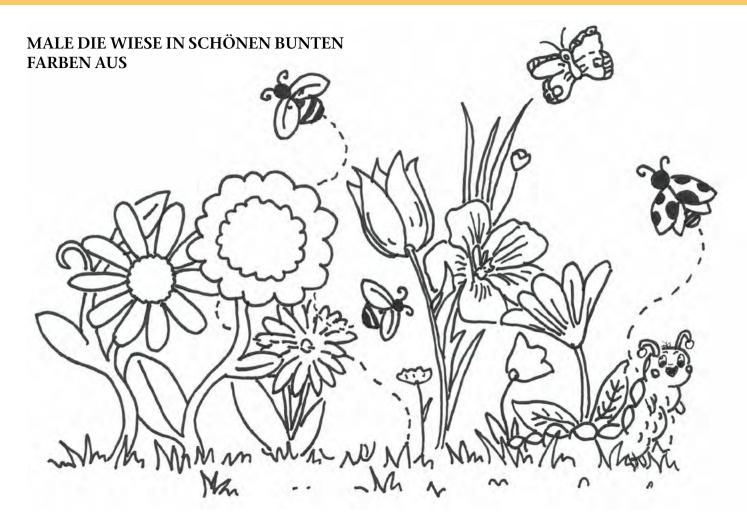




- Zunächst musst du den Luftballon auf ca. 20 cm aufblasen. Dann malst du deiner Biene zwei Augen und einen lachenden Mund.
- 2. Um den Luftballon legst du nun die Wolle. Sie muss lang genug sein, dass du deine Biene später daran aufhängen kannst.

- 3. Klebe nun einen Streifen schwarzes Krepppapier kurz vor den Wollfaden. Ein weiterer Streifen kommt ca. 3 cm hinter den Faden.
- 4. Rolle aus zwei Krepppapierstücken zwei Fühler. Bestreiche die Enden mit etwas Kleber und schiebe sie unter das erste Krepppapierstück.
- 5. Schneide aus dem weißen Papier die Flügel aus. In die Mitte stichst du ein Loch und ziehst die Fäden für die Aufhängung durch. Die Flügel kannst du mit etwas Kleber befestigen.

AGAZIN KINDERSEITI



MAGAZIN VORGESTELLT

VORGESTELLT...

KRISTINA GÖTZ



Foto: © Leila Martir

Kristina Götz ist beim Szenenwechsel nicht nur fleißige Kursteilnehmerin, sondern auch Unterstützerin und Kursleiterin z. B. des Alleinerziehenden-Treffs. Zudem wurde die zweifache Mutter vom SzenenWechsel für den neu geschaffenen kommunalen Familienbeirat nominiert und setzt sich dort für familienpolitische Themen ein.

Warum SzenenWechsel?

Als Sozialpädagogin war ich, als ich 2018 nach Seeheim zog, quasi

schon von Berufs wegen neugierig auf das Programm des Frauen- und Familienzentrums. Weil das Angebot so vielfältig und interessant ist, hat es nicht lange gedauert, bis ich erste Kurse besucht und Kontakte geknüpft habe.

Was war dein persönliches SzenenWechsel Highlight?

Als nach dem Coronawinter das DropIn im SzW-Garten stattfand. Im Gras sitzen, die Kinder inmitten dieses tollen Gartens krabbeln lassen können – das war so schön nach einer Zeit, in der man sich sonst immer nur zum Spazierengehen verabreden konnte.

Hast du einen Lieblingskurs?

Besonders gut gefallen hat mir ein DIY-Fußreflexzonenmassagekurs. Zum einen, weil der Workshop so ungewöhnlich war. Normalerweise kennt man ja Paarmassagekurse. Zum anderen, weil ich so vollkommen "bei mir" und wunderbar entspannt war.

Bitte vervollständige diesen Satz: SzenenWechsel ist für dich...

... eine Gemeinschaft, in der tolle Freundschaften und Netzwerke entstehen können.

Was hast du uns für dieses Heft mitgebracht?

Ein Ratzfatz-Rezept für Pizzateig, der nicht klebt:

1 kg Mehl 500 ml Milch 200 ml Olivenöl

2 EL Zucker

1 TL Salz

1 Würfel frische Hefe

Hefe in lauwarmer Milch auflösen, alle anderen Zutaten unterrühren, kneten und mind. eine Stunde gehen lassen. Ausrollen, belegen und bei 200 Grad Umluft etwa 10 Minuten backen.





Weinfaden im Bahnhof

- Weine aus Deutschland und Europa
- Weinpräsente
- Weinbar & Weinverkostungen

Öffnungszeiten:

Mo - Fr: 15 - 19 Uhr

Sa: 10 - 13 Uhr





VEREIN WIR ÜBER UNS

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 Frauenthemen. In einem Kleiderschrank war sogar ein kleiner Secondhand-Shop für Kindersachen untergebracht. Heute, 31 Jahre später, hat sich SzenenWechsel zu einem der größten Frauen-und Familienzentren in Südhessen entwickelt. Viele unserer 252 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

VEREIN

VORSTAND & 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

VEREIN

TEAM KRIPPE



Elke Stahlschmidt-Christ Frzieherin



Sylvia Lorenz Erzieherin



Elena Loos Frzieherin



Larissa Helm Kindheitspäd. & Büro



Yordanos Atobirhan Mittagsfee, Krippe



Laura Hill BFD

VEREIN TEAM

TEAM BÜRO



Johanna Straßer





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...

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 Organisiation 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

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



mafter-Tockfor





Fleundesshooting Neugeborenenshooting



Hochseifen





Teen shooting



PLUS 60 BEAUTY



Geschwistershooting



25



KINDERKRIPPE KONZEPTION

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. 77 € Essensgeld + 13 € Gruppengeld Halbtagesplatz

Mo bis Do, 7:30 – 12:00 Uhr / 210 € pro Monat zzgl. 77 € Essensgeld + 13 € 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."



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.

BEGE

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

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 Cafétheke 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 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, 12.05./ 09.06./ 07.07.2024

Zeit: 15:00 - 17:30 Uhr

Gebühr: kostenfrei, Spenden erbeten Kontakt: Büro, Tel. : 06257/86633

Ort: Garten SzenenWechsel

ohne Anmeldung

Datum: donnerstags, 14-tägic

Zeit: 16:00 – 18:00 Uhr

Gebühr: kostenfrei

Kontakt: Büro, Tel.: 06257/86633

Ort: Pfarrer-Reith-Haus, Weedring 47, Seeheim

ohne Anmeldung



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)



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

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

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



Mi und Do

14:30 - 18:30 Uhr

64342 Seeheim-Jugenheim

www.der-kiosk-seeheim.de





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

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: ab 19:00 Uhr Gebühr: kostenfrei

Kontakt: Diana Krahmer, Tel.: 06257/506877 Ort: wechselnde Restaurants in der Umgebung

Anmeldeschluss: individuell

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: individuel

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 17.04.2024. Termine und Themen/ Inhalte können dann bei diesem Treffen gemeinsam besprochen werden. Wir suchen außerdem eine Person, die die Treffen organisieren möchte.

Mehrgenerationen-Spieletreff

Spiel mit uns! Wir laden Jung und Alt dazu ein, gemeinsam die Welt der Spiele zu entdecken. Vielleicht hast du mal wieder Lust auf eine Partie Schach? Hier findet sich bestimmt ein ehrwürdiger Gegner. "Rommé", "Mensch ärgere dich nicht", "SKIP-BO" oder "UNO"? "Lotti-Karotti", "Das verrückte Labyrinth" oder kennst du "Halli-Galli"? Ob allein oder mit der ganzen Familie. Hier finden alle eine nette Begegnung und sicherlich das ein oder andere unbekannte Spiel mit Spaßgarantie. Du hast ein Lieblingsspiel? Dann bring es doch einfach mit! In unserem schönen Garten lässt es sich auch an sonnigen Tagen gut aushalten. Für Getränke und Snacks wird gesorgt.

Bitte mitbringen: Lieblingsspiel

Datum: Mi, 17.04.2024 Zeit: ab 19:00 Uhr

Gebühr: kostenfrei

Kontakt: Büro, Tel.: 06257/86633

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 12.04.2024

Datum: Sa, 01.06./ 29.06.2024

Zeit: 15:00 - 17:00 Uhr

Gebühr: kostenfrei, Spende erbeten

Kursleitung: Meike Kleemann, Sozialpädagogin

Ort: SzenenWechsel Garten Anmeldung erwünscht

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 1 Tage vorhei

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: kostenfrei, zzgl. Umlage 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 herzhaft lachen.

Anmeldung per E-Mail an dieser-michel@gmx.de



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: jeden 1. Mittwoch im Monat

Zeit: 20:00 Uhr

Gebühr: 2 € · Gebühr Mitglied: kostenfrei Kontakt: Rabea Paletta, dieser-michel@gmx.da

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: kurzfristige Teilnahme möglich

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.

Datum: Termine nach Vereinbarung

Gebühr: 69 €/h

Kontakt: Britta Karres, Tel.: 06103/5096948,

kinderberatung@web.de

Ort: SzenenWechsel oder FamZ Langen

www.britta-karres.de



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



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-jugenheim.de

Tel.: 06257/990284



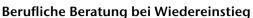
Datum: Termine nach Vereinbarung

Gebühr: 10 €

Kontakt: Andrea Lehrian, Tel.: 06257/990284

Ort: Rathaus, Schulstr. 12, Seeheim

Verein Frauen helfen Frauen, Tel.: 06071/25666



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-Jugenheim: kostenfrei, Angebot der Gemeinde Anmeldung über Andrea Lehrian, Tel.: 06257/990284, andrea.lehrian@seeheim-jugenheim.de

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

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: Weiterleben e. V., Tel. : 06151/3927761,

office@weiterleben.org

Ort: Ingelheimer Straße 1, Darmstadt

www.weiterleben.org

Datum: Termine nach Vereinbarung

Gebühr: kostenfrei

Kontakt: Christoph Hartmann, ehrenamtlich tätiger

Schuldnerberater Tel. : 01575/0399153

Ort: SzenenWechsel o. nach Vereinbarung

FAMILIE

Elternvorbereitungskurs - als Team in die Familienphase starten

Die ersten Monate mit einem Baby sind wunderbar, aufregend und sicher kein Spaziergang. Viele Paare erleben den Start in die Familienphase als sehr herausfordernd. Alles muss sich neu finden und bisher geordnete Aufgabenverteilungen, Rollen, Verantwortungen und Gefühle werden mit einem Mal ordentlich durcheinandergewirbelt.

Damit das eine großartige Chance wird, um Neues über sich selbst und den Partner/die Partnerin zu lernen, geht es in diesem Kurs um euch als werdende Eltern. Gemeinsam könnt ihr eure Idee von Familie entwickeln und herausfinden, wie ihr ein gutes Elternteam werdet und bleibt.

In einer Mischung aus Gespräch mit eurem Partner/eurer Partnerin und fachlichen Inputs lernt ihr eure persönlichen Herausforderungen und Ressourcen kennen.

Datum: Di, 09.04. und Sa, 20.04.2024

Zeit: (Di) 19:00 - 21:00 Uhr; (Sa) 11:00 - 14:00 Uhr Gebühr: 45 € · Gebühr Mitglied: 42 € (pro Paar)

Kursleitung: Verena Faber, Sozpäd./system. Coacl

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 26.03.2024

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, 17.02./ 01.06.2024

Zeit: 10:00 - 13:00 Uhr Gebühr: kostenfrei

Kursleitung: Team SzenenWechsel

Ort: SzenenWechsel Anmeldeung erwünscht

REISS MICH RAUS!

KURSPLAN ÜBERSICHT 1. HALBJAHR 2024



6/

Š

Kurs	Dekopatch ab 3 Jahren	LeseSzene	Heilsames Singen	Beikost (Workshop)	Ziegentrekking	Erlebnis Ziegenhof	Schnupperkurs Voltigieren	Erste-Hilfe-Kurs ab 12 Jahren	Café Szene	Ein Nachmittag bei den Ponys	LeseSzene	Insektenhotel	Heilsames Singen	Swappen - Kleidertausch- party	Schnuppern bei der Kinder- feuerwehr	Frühstückstreff für Schwangere	Mehrgenerationen - Spieletreff	Natürlich 8sam; 4x	Familien-Radtour
Zeit	16:00	19:00	19:00	00:60	11:00	15:00	15:00	15:30	15:00	15:00	19:00	15:30	19:00	11:00	17:00	10:00	15:00	19:00	10:00
Da- tum	24.04.	25.04.	26.04.	27.04.	28.04.	03.05.	04.05.	08.05.	12.05.	18.05.	23.05.	24.05.	24.05.	25.05.	im Juni	01.06.	01.06.	04.06.	.90.60
ک	89	52	80	79	89	99	84	47	09	47	42	47	64	79	47	59	73	47	80
Kurs	Intuitives Schreiben Schnupperkurs	Erzähltheater	LeseSzene	Heilsames Singen	Intuitives Schreiben; 6x (Einzeltermine buchbar)	Power Point	Flohmarkt	Emotionale Geburtsvorbereitung: Warm - Up	Erste-Hilfe-Kurs ab 6 Jahren	Emotionale Geburtsvorbereitung: Geburt ist Bewegung	Frühstückstreff für Schwan- gere	Emotionale Geburtsvorbereitung: Geburtspartner	Nähmaschinenfürerschein; 2x	Heilsames Singen	Emotionale Geburtsvorbereitung: Geburtsschmerz - Atem	Elektronik für Mädchen	Bergziege und Flachlandti- roler	Emotionale Geburtsvorbereitung: Innere Kraft	LeseSzene
Zeit	16:00	16:00	19:00	19:00	19:00	10:00	15:00	19:00	15:30	19:00	10:00	19:00	15:00	19:00	19:00	15:00	11:00	19:00	19:00
Da- tum	20.01.	23.01.	25.01.	26.01.	01.02.	03.02.	03.02.	06.02.	07.02.	13.02.	17.02.	20.02.	23.02.	23.02.	27.02.	02.03.	03.03.	05.03.	07.03.

6/

9/

s.	31	61	65	56	80	78	35	58	82	31	50	30	69	70	72	74	72	30	74	36
Kurs	Café Szene	Zu Besuch beim Imker	Fotografieren leicht ge- macht; 2x	Können Pinguine fliegen?	Lese Szene	Achtsamkeitsseminar; 2x	Mehrgenerationen - Spieletreff	Ziegentrekking	Empowerment für Frauen	Café Szene	Eltern-Kind-Zelten	Krabbel- und Spielgruppen nach Alter	Kreativtreff (jeder 1. Montag im Monat)	Bodyshaping	Lauftreff	Smartphone Sprechstunde (1x im Monat)	Sport mit Kinderwagen	Drop In	Is your English rusty?	Treff Alleinerziehende জ Getrennte (1x im Monat)
Zeit	15:00	15:00	14:00	14:30	19:00	10:00	15:00	11:00	10:00	15:00	16:00	16:00	19:30	18:30	19:30	17:00	09:45	00:60	17:30	15:00
Da- tum	.90.60	15.06.	16.06.	22.06.	27.06.	29.06.	29.06.	30.06.	06.07.	07.07.	20.07.	Di., Mi., Do.	Mo.	Mo.	Di.	Mo.	Ξ̈́	표	Ŧ.	Ŧ.
s.	65	58	80	51	54	9/	51	09	54	79	56	42	61	35	48	62	29	78	69	64
	eicht ge-	eum: Der	rag)	tpraxis	tag mit	cklich sein"	ıf	Jahren	Zirkusluft		3x	gskurs; 2x	en; 5x	•	y so grund- ig)		werbungs- endliche; 2x	ing; 8x	~	ab 9 Jahren
Kurs	Fotografieren leicht ge- macht; 2x	Besuch im Museum: Der Urzeitfisch	Mietrecht (Vortrag)	Besuch Zahnarztpraxis	Vorlesenachmittag mit Basteln	Workshop "Glücklich sein"	Kinderbauernhof	Dekopatch ab 6 Jahren	Wir schnuppern Zirkusluft	Heilsames Singen	Ich kann kochen! 3x	Elternvorbereitungskurs; 2x	Pfötchen Abzeichen;	Über 60, na und?	Weshalb Bindung so legend ist (Vortrag)	Manege frei!	Schreib- und Bewerbungs- training für Jugendliche; 2x	Autogenes Training;	Gitarrenkurs; 6x	Erste-Hilfe-Kurs ab 9 Jahren
Zeit Kurs	14:00 Fotografieren le macht; 2x	16:00 Besuch im Mus Urzeitfisch	17:30 Mietrecht (Vort	16:00 Besuch Zahnarz	16:00 Vorlesenachmit	14:00 Workshop "Glü	10:00 Kinderbauernho	16:00 Dekopatch ab 6	15:30 Wir schnuppern	19:00 Heilsames Singen	09:30 Ich kann kochen!	19:00 Elternvorbereitung	16:30 Pfötchen Abzeich	19:00 Über 60, na und?	19:00 Weshalb Bindung legend ist (Vortra	11:00 Manege frei!	16:00 Schreib- und Be training für Juge	19:00 Autogenes Train		15:30 Erste-Hilfe-Kurs

REISS MICH RAUS!

FAMILIE

Ganz in meiner Kraft - Emotionale und körperliche Geburtsvorbereitung

Als Expertin in die Geburt gehen: für deinen Körper, dein Kind und eure Bedürfnisse. Wenn du dir das wünscht, bist du in diesem Kurs genau richtig. Beim Fakten- und Mythencheck frischst du dein Geburtswissen auf und erforschst mit anderen Schwangeren den physiologischen Zustand des Gebärens. Was hat es mit dem Superstar Oxytocin auf sich? Welche Funktionen hat der Wehenschmerz überhaupt? Und wie gelingt es 15% der Frauen schmerzfrei zu gebären. Durch angeleitete Übungen, nützliches Hintergrundwissen und individuelle Reflexion wirst du die Expertin für deine bevorstehende Geburt.

06.02. Warm-Up, Fakten, Mythen, Hormone, Gefühle

13.02. Geburt ist Bewegung

20.02. Geburtspartner – Geburtsteam

27.02. Der Geburtsschmerz, Der Atem

05.03. Innere Kraft – Kreative Energie (Shakti-Yoga) (Einzeltermine buchbar)

Datum: Di, 6.2./ 13.2./ 20.2./ 27.2./ 05.3.2024; 5x

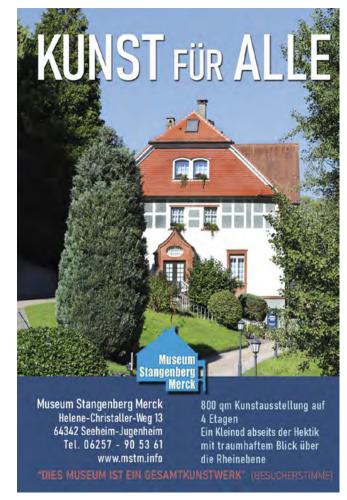
Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr

Gebühr: 95 € · Gebühr Mitglied: 90 € (Einzeln: 25 €)

Kursleitung: Salome Beil, Doula/Pränatal-Yogalehreri

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: jeweils 1 Woche vorher



FAMILIE

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, 18.04.2024 Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr

Gebühr: 12 € · Gebühr Mitalied: 9 €

Kursleitung: Jürgen Breustedt, Systemischer Therapeut

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 12.04.2024

Beikost - von der Milch zur festen Nahrung (Workshop)

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.

Die Kursleiterin ist FamilienLotSinn, Mütterpflegerin und Fachkraft für babyfreundliche Beikost.

Datum: Sa, 27.04.2024 Zeit: 09:00 - 11:30 Uhr

Gebühr: 9 € · Gebühr Mitglied: 7 €

Kursleitung: Juliane Waldminghaus, FamilienLotSinr

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 19.04.2024

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 Umweltgewissen.

Nähere Informationen auf www.ggew.de/ecarsharing oder telefonisch unter 06251 1301-285.





FAMILIE

Familien-Radtour - Für Eltern mit Kleinkindern

Ihr habt noch keine Pläne für den Sonntag und Lust auf ein sportliches Erlebnis mit der Familie an der frischen Luft? Wie wäre es mit einem kleinen Aktivurlaub in der eigenen Heimat? Dann schwingt euch auf eure Fahrräder und lasst euch von Simon auf eine Radtour für die ganze Familie mitnehmen.

Wir treffen uns am SzenenWechsel und radeln von dort aus etwa eine Stunde bis zu unserem Ziel. Nach einer Erholungspause, einer ordentlichen Stärkung und Zeit zum Spielen machen wir uns wieder auf den Rückweg. Die Tour richtet sich an Familien mit Kleinkindern, die im Fahrradsitz oder Anhänger mitfahren. Kinder dürfen natürlich auch selbst fahren, wenn sie das sicher können (keine Laufräder). Auch E-Bikes, Lastenräder etc. sind willkommen.

Eltern-Kind-Zelten im Forstamtsgarten Alter: 3 - 7 Jahre

Eine unvergessliche Nacht im Zelt, dieses Erlebnis wollen wir gemeinsam im Garten der Strolche/Forstamtsgarten erleben. Wir starten unsere spannende Zeltnacht ab 16 Uhr und enden am darauffolgenden Tag nach einem leckeren gemeinsamen Frühstück gegen 10 Uhr. Ob Zeltneuling oder schon erfahrene draußen Schläfer, alle interessierten Eltern mit Kindern (3-7 Jahre) sind herzlich eingeladen teilzunehmen. Voraussetzung ist eine eigene Campingausrüstung (Zelt und Schlafsäcke). Alle weiteren Infos, wie der genaue Ablauf und die Verteilung der Verpflegung, erfolgt durch den Kursleiter.

Bitte mitbringen: eigene Campingausrüstung und Verpflegung (nach Absprache)

Datum: So, 09.06.2024 Zeit: 10:00 - 13:30 Uhr Gebühr: kostenfrei

Ort: Treffpunkt Szenenwechsel

Datum: 20.07. - 21.07.2024 Zeit: 16:00 - 10:00 Uhr Gebühr: kostenfrei

Kursleitung: Simon Forster Ort: SzenenWechsel Garten Anmeldeschluss: 30.06.2024

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. 15.03.2024

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

Anmeldeschluss: 08.03.2024



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: Mi, 20.03.2024 Zeit: 10:00 - 12:00 Uhr

Kursleitung: Team Kinder- und Jugendfarm

KINDER AB 3 JAHREN

Erlebnis Ziegenhof Alter: ab 3 Jahren

Ziegenfreund*innen aufgepasst: Wir besuchen die Zwergziegen in ihrem Zuhause. Nach einer kurzen Vorstellung der kleinen Ziege 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, 03.05.2024 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: 26.04.2024

Erzähltheater: Es klopft bei Wanja in der Nacht Alter: ab 3 Jahren

Christina erzählt am Kamishibai die Geschichte von Wanja, der in einer eiskalten Nacht anderen Tieren Unterschlupf bietet. Ein Kamishibai ist eine Art Klappladen, in den Bildkarten eingesteckt werden.

Zum Inhalt des Buchs: du siehst und hörst die Geschichte von Wanja, den ein frierender Hase in einer eiskalten Winternacht um Zuflucht bittet. Wanja lässt den Hasen ein, doch wenig später klopfen ein Fuchs und dann auch noch ein Bär an Wanjas Tür. Und während draußen ein fürchterlicher Schneesturm tobt, sind sie nun zu viert in Wanjas Stube. Sie versprechen sich gegenseitig, friedlich zu sein und einander nichts zuleide zu tun. Ob das wohl gut geht? Am nächsten Morgen denkt Wanja, er habe alles nur geträumt. Bis er die Spuren im Schnee vor seiner Hütte sieht...

Wir freuen uns über eine Spende.

Datum: Di, 23.01.2024 Zeit: 16:00 - 16:30 Uhr

Gebühr: kostenfrei, Spende erbeter

Kursleitung: Christina Prenzel, Kinderkurstean

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 16.01.2024

KINDER AB 3 JAHREN



Kreativ mit Mama oder Papa - Dekopatch Alter: 3 - 5 Jahre + Elternteil



Bunte Tiere und das einfach nur durch spezielles Papier? Ja, durch Dekopatch könnt ihr euch ein eigenes Tier nach euren Wünschen bunt oder farblich passend gestalten. Das sieht richtig toll aus und geht ganz einfach. Mit Tierrohling, Pinsel, Leim und Papierschnipseln können dies sogar schon die Kleinsten. Und wo es noch ein wenig hängt, können Mama, Papa, Oma, Opa, Tante oder Onkel ein wenig unterstützen. Na, wer macht mit?

Es stehen verschiedene Tiere zur Auswahl.

Bitte mitbringen: Trinkflasche und ggf. Snack

Datum: Mi, 24.04.2024 Zeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Gebühr: 8 € inkl. Material (bar vor Ort)

Kursleitung: Team Papiri

Ort: Papiri, Ludwigstr. 2, Jugenheim

Anmeldeschluss: 17.04.2024



www.babyzeit-seeheim.de

KINDER AB 4 JAHREN

Vorlesenachmittag mit Henri und Henriette Alter: ab 4 Jahren

Wer sind Henri und Henriette, fragst du dich? Henri ist ein Hahn und Henriette? – Na klar, Henriette ist ein Huhn. Auf dem Bauernhof ist immer etwas los. Hahn Henri möchte mit der ganzen Familie in die Ferien fahren und hat sich so einiges vorgenommen. Wohin es wohl geht? Zusammen gehen wir mit Henri und Henriette auf Reisen. Ob allein, mit deinen Eltern oder einer guten Freundin oder einem Freund. Im Anschluss an die Geschichte hast du noch etwas Zeit einen Henri oder eine Henriette auszumalen und mit nach Hause zu nehmen.

Bitte bei der Anmeldung angeben, ob eine Begleitperson bei der Veranstaltung anwesend ist.

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 Caféwagen – einem umgebauten Eisenbahnwaggon – eine kleine Pause vom Alltag einlegen. Dort gibt es bis 16:30 Uhr kalte und warme Getränke. Als Aufenthaltsraum steht der Waggon bis zum Ende des Workshops zur Verfügung.

Bitte mitbringen: Trinkflasche

Datum: Fr, 15.03.2024 Zeit: 16:00 - 17:00 Uhr

Gebühr: kostenfrei, Spende erbeten

Kursleitung: Meike Kleemann, Szenenwechsel-Team

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 08.03.2024

Datum: Do, 21.03.2024 Zeit: 15:30 - 17:00 Uhr

Gebühr: 21 € · Gebühr Mitglied: 19 € Kursleitung: Kirsten Kunschke, Trainerin

Ort: Zirkus Waldoni, Grenzallee 4-6, Darmstadt

Anmeldeschluss: 08.03.2024

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 Jugenheim los ist?

Wir treffen uns am Feuerwehrgerätehaus in Jugenheim 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, im Juni (Datum wird noch bekannt ge-

Zeit: 17:00 – 18:30 Uhr

Gebühr: 4 € (in bar vor Ort, bitte passend) Kursleitung: Freiwillige Feuerwehr Jugenheim Ort: Feuerwehr-Gerätehaus, Jugenheim 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:





Tina's Leckereien aus Haus und Hof



Tinas Leckereien GbR

Darmstädter Str. 35 64342 Seeheim 06257-84692

KINDER AB 5 JAHREN



Können Pinguine fliegen? Alter: ab 5 Jahren

An diesem Tag nehmen wir dich mit zu den Humboldt-Pinguinen im Luisenpark, wo du die kleinen Frackträger selbst mit Fischen füttern kannst! Dies ist die Leibspeise aus der Heimat der "Humbis", der Pazifikküste Südamerikas. Wenn du Fragen hast, wie: "Wo schläft eigentlich ein Pinguin?" oder "Können Pinguine fliegen?", kannst du diese alle direkt den Pinguin-Tierpflegern stellen. Zum Schluss basteln wir noch einen Pinguin, den du mit nach Hause nehmen kannst!

Treffpunkt ist direkt im Luisenpark. Der Eintrittspreis in den Luisenpark ist zusätzlich selbst zu entrichten. Ihr könnt euch dafür den ganzen Tag dort aufhalten. Picknickplätze stehen zur Verfügung.

Bitte mitbringen: Trinkflasche und ggf. Snack

Datum: 22.06.2024 Zeit: 14:30 Uhr

Gebühr: 10 € · Gebühr Mitalied: 8 € inkl. Material

Kursleitung: Team Freizeithaus Ort: Luisenpark Mannheim Anmeldeschluss: 31.05.2024

Ich kann kochen! (Ferienkurs) 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: 02.04./ 03.04./ 04.04.2024; 3x

Zeit: 09:30 - 12:00 Uhr

Gebühr: 70 € inkl. Lebensmittel Kursleitung: Heike Schuhknecht

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 26.03.2024

KINDER AB 5 JAHREN

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, Turnschläppchen

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*innen 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, 04.05.2024 Zeit: 15:00 - 17:00 Uhr

Gebühr: 23 € · Gebühr Mitglied: 20 €

Kursleitung: Team RUF Seeheim

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

Anmeldeschluss: 26.04.2024

Datum: Sa, 18.05.2023 Zeit: 15:00 - 17:00 Uhr

Gebühr: 32 € · Gebühr Mitglied: 30 €

Surveyed to the second second in the den

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

Anmeldeschluss: 10.05.2024

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 kennenlernst. 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, 28.04./ Kurs 2: So, 30.06.2024

Zeit: jeweils 11:00 - 13:00 Uhr Gebühr: 24 € pro Familie/ Ziege Kursleitung: Chantal Bandello

Ort: Treffpunkt Parkplatz Burg Frankenstein Anmeldeschluss: ieweils 1 Woche vorher

Besuch im Museum: Der Urzeitfisch Alter: 5 - 7 Jahre

Habt ihr schon einmal einen Urzeitfisch gesehen? Mit einer Zeitmaschine reist ihr 50 Mill. Jahre zurück und entdeckt ihn in einem tropischen Regenwald. (Heute ist es die Grube Messel und der Fisch wurde dort ausgegraben.) Sein Schuppenkleid erinnert an eine Ritterrüstung. Diese könnt ihr im Waffensaal des Museums finden und beide miteinander vergleichen. Gibt es Unterschiede oder auch Gemeinsamkeiten?

Als Urzeitfisch-Experten dürft ihr dann auch selbst kreativ werden und euren eigenen Fisch bemalen und ihm ein ungewöhnliches Aussehen verleihen.

Wichtig: Treffpunkt ist bereits um 15:45 Uhr in der Haupthalle am Haupteingang. Die Führung findet ohne Eltern mit Begleitperson von SzenenWechsel statt.

Datum: 12.03.2024 Zeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Gebühr: 10 € · Gebühr Mitglied: 9 € Kursleitung: Museumspädagog*innen Ort: Hessisches Landesmuseum Darmstadt

Anmeldeschluss: 01.03.2024

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 und leuchtet.

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.

Datum: Sa, 02.03.2024 Zeit: 15:00 - 18:00 Uhr

Gebühr: 40 € · Gebühr Mitglied: 35 € inkl. Material

Ort: Jugendtreff, Sandstr. 86, Seeheim

Anmeldeschluss: 23.02.2024

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 sajidman@logopaedie-praxis.eu



KINDER AB 6 JAHREN

Dekopatch

Alter: ab 6 Jahren

Bunte Tiere und das einfach nur durch spezielles Papier? Ja, durch Dekopatch könnt ihr euch ein eigenes Tier nach euren Wünschen bunt oder farblich passend gestalten. Das sieht richtig toll aus und geht ganz einfach. Das Tier mit Leim einstreichen, Papierschnipsel draufdrücken und so rundum weitermachen. Ganz zum Schluss wird noch einmal alles mit Leim eingestrichen. Das bunte Tier ist bestimmt ein Hingucker in deinem Kinderzimmer!

Es stehen verschiedene Tiere zur Auswahl.

Bitte mitbringen: Trinkflasche und ggf. Snack

Ersthelfer von morgen - kleine Helden Alter: 6 - 8 Jahre

Helfen ist stark, und gar nicht schwer! Auch die Jüngsten können schon große Helfer*innen sein und in Notsituationen einiges tun.

Durch Übungen, kleine Rollenspiele und ein Begleitheft lernt ihr spielerisch, wie man im Notfall richtig vorgeht. Wie erkenne ich z.B. Gefahren und wie leite ich die nötigen Maßnahmen ein? Dazu zeigen wir euch Verbände und Lagerungen und spielen mit euch einen Notfall nach. Ihr braucht keine Vorkenntnisse, nur den Spaß am Helfen.

Datum: Mi. 20.03.2024 Zeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Gebühr: 8 € inkl. Material (bar vor Ort)

Kursleitung: Team Papiri

Ort: Papiri. Ludwigstr. 2. Jugenheim

Anmeldeschluss: 13.03.2024

Datum: Mi, 07.02.2024 Zeit: 15:30 - 17:30 Uhr

Gebühr: 25 €

Kursleitung: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 31.01.2024

KINDER AB 6 JAHREN

Pfötchen Abzeichen Alter: 6 - 10 Jahre

Du magst Hunde und möchtest gerne mehr über die kleinen und großen Fellnasen erfahren? Wie merke ich, ob ein Hund Angst hat? Wie nähere ich mich einem Hund? Und darf ich jeden Hund streicheln? Wie du das erkennen kannst, lernst du hier im Kurs. In einer Kleingruppe mit anderen Kindern lernst du spielerisch den artgerechten und sicheren Umgang mit Hunden.

In 5 Terminen werden wir uns mit der Körpersprache von Hunden beschäftigen, die Sinne von Hunden und Menschen vergleichen, Spiele mit einem Hund ausprobieren und lernen, wie wir Hunden etwas Neues beibringen können. Im letzten Termin findet eine kleine Prüfung mit Urkundenüberreichung statt.

Weitere Informationen unter: www.vier-pfoten-machen-stark.de

Datum: 15.04./ 29.04./ 13.05./ 27.05./ 10.06.24 5x

Zeit: 16:30 - 17:30 Uhr

Gebühr: 68 € · Gebühr Mitalied: 65 €

Kursleitung: Saskia Windeknecht, Sozialpädagogir

Ort: SzenenWechsel Garten Anmeldeschluss: 08.04.2024



Zu Besuch beim Imker Alter: 6 – 11 Jahre

Tauche ein in die faszinierende Welt der Bienen bei unserer Bienen-Rallye im Wald! Erkunde die Geheimnisse des Bienenvolks und probiere Honig in all seinen köstlichen Formen. Von leckeren Honigkuchen bis hin zu einer Honig-Limonade – wir bieten eine Vielfalt von Geschmacksabenteuern.

Ein Blick ins Bienenvolk wird dich die Wunder der Natur hautnah erleben lassen. Diese erlebnisreiche Veranstaltung wird nicht nur dein Wissen über Bienen erweitern, sondern dir auch den süßen Geschmack von Honig in neuem Licht zeigen. Sei dabei und genieße diesen einzigartigen Tag voller Entdeckungen und Genüsse!

Datum: 15.06.2024 Zeit: 15:00 - 17:30 Uhr

Gebühr: 12 € · Gebühr Mitglied: 10 € inkl. 8 € Material Kursleitung: Angelika und Alexander Zacharias, Imker

Ort: Treffpunkt am Parkplatz zur Friedensquelle

Anmeldeschluss: 07.06.2024

KINDER AB 6 JAHREN

Manege frei! Alter: ab 6 Jahren

Du warst schon einmal im Zirkus und hast dich selbst in die Manege gewünscht? Einmal Zirkusluft schnuppern und selbst der Star in der Manege sein? Kein Problem. Wir nehmen dich mit ins Zirkuszelt. Ob am Boden oder in der Luft, hier ist für jeden etwas dabei. Zusammen übt ihr eine kleine Vorstellung ein und dürft diese euren Eltern vorführen.

Dann heißt es: "Manege frei"! Bist du bereit für ein besonderes Zirkusabenteuer?

Die Abschlussvorstellung für die Eltern beginnt um 14:00 Uhr im Zirkuszelt und dauert etwa 25 Minuten.

Bitte mitbringen: Trinkflasche und kleinen Snack

Datum: 20.04.2024 Zeit: 11:00 – 14:30 Uhr

Gebühr: 33 € · Gebühr Mitglied: 30 € Kursleitung: Kirsten Kunschke, Trainerin

Ort: Zirkus Waldoni, Grenzallee 4-6, Darmstadt

Anmeldeschluss: 11.04.2024

KINDER AB 8 JAHREN

Insektenhotel Alter: ab 8 Jahren

Bastle mit uns dein eigenes Insektenhotel und schaffe damit ein neues Zuhause für Wildbienen, Hummeln und andere Krabbeltiere. Aus kleinen Tontöpfen, die wir zuerst bunt bemalen, werden mit Hilfe von verschiedenen Materialien, wie Tannenzapfen, Strohhalmen, Astscheiben etc. interessante kleine Behausungen, die du schön im Garten oder auf dem Balkon aufhängen kannst. Hier finden Wildbienen, Wespen und Co. dann einen sicheren Unterschlupf zur Überwinterung oder als Nisthilfe.

Die kleinen farbenfrohen Hotels eignen sich großartig als persönliches Geschenk oder du behältst sie einfach für dich und erfreust dich schon bald an deinen neuen "Mitbewohnern."

Bitte mitbringen: Trinkflasche

Datum: Fr, 24.05.2024 Zeit: 15:30 - 17:30 Uhr

Gebühr: 12 € · Gebühr Mitglied: 10 € inkl. Material

Kursleitung: Frauke Wassum, Kristina Götz

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 17.05.2024



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 selbständig 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.

KINDER AB 9 JAHREN

Ersthelfer von morgen - Wir sind stark! Alter: 9 - 11 Jahre

Helfen ist stark, und gar nicht schwer! Unter diesem Motto veranstalten wir einen Erste-Hilfe-Kurs für Kinder ab 9 Jahren.

FAMILIE & KINDER

Durch Übungen, kleine Rollenspiele und ein Begleitheft lernt ihr, wie man im Notfall richtig vorgeht. Wie erkenne ich z.B. Gefahren und wie leite ich die nötigen Maßnahmen ein? Dazu zeigen wir euch Verbände und Lagerungen und spielen mit euch einen Notfall nach. Ihr braucht keine Vorkenntnisse, nur den Spaß am Helfen.

Datum: Fr, 23.02. + Sa, 24.02.2024; 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: 16.02.2024

Datum: Mi, 24.04.2024 Zeit: 15:30 - 17:30 Uhr

Gebühr: 25 €

Kursleitung: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 17.04.2024

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.

Kurs 1: So, 10.03./ 17.03. Kurs 2: So, 16.06./ 23.06.24

Zeit: 14:00 - 17:00 Uhr

Gebühr: 35 € · Gebühr Mitglied: 32 € Kursleitung: Leila Martin, Fotografin Ort: SzenenWechsel + im Freien

Anmeldeschluss: jeweils 1 Woche vorher



TEENAGER

PowerPoint für Kids Alter: ab 11 Jahren

PowerPoint ist ein Programm von Microsoft und unterstützt bei der Erstellung von Präsentationen. Solche Darstellungen sind aber mehr als nur die Aneinander-Reihung von Folien. Sie beginnen bereits vor der Nutzung des Programmes bei der Sammlung von Informationen.

Ihr arbeitet in der Schule mit PowerPoint und du tust dich bei der Vorbereitung bzw. Anwendung schwer? Oder du fragst dich: "Wie geht denn das genau"? - Dann bist du hier richtig. In diesem Kurs recherchieren wir zu einem Thema, bereiten die Informationen auf und gestalten anschließend eine ansprechende und spannende Präsentation. Dabei hilft uns das Programm "PowerPoint", wie z.B. mit Übergängen und Animationen. Wir nutzen dazu die App auf dem von dir mitgebrachten Laptop.

Ersthelfer von morgen Alter: 12 - 14 Jahren

Helfen ist stark, und gar nicht schwer! Unter diesem Motto veranstalten wir einen Erste-Hilfe-Kurs für Jugendliche ab 12 Jahren.

Durch Übungen, kleine Rollenspiele und ein Begleitheft lernt ihr, wie man im Notfall richtig vorgeht. Wie erkenne ich z.B. Gefahren und wie leite ich die nötigen Maßnahmen ein? Dazu zeigen wir euch Verbände und Lagerungen und spielen mit euch einen Notfall nach. Ihr braucht keine Vorkenntnisse, nur den Spaß am Helfen.

Datum: Sa, 03.02.2024 Zeit: 10:00 - 13:30 Uhr

Gebühr: 25 €

Kursleitung: Irmgard Baden

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 26.01.2024

Datum: Mi, 08.05.2024 Zeit: 15:30 - 17:30 Uhr

Gebühr: 25 €

Kursleitung: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 01.05.2024

TEENAGER

Bewerben wie Superman & Superwoman - Schreibund Bewerbungstraining für Jugendliche

Du brauchst ein Motivationsschreiben für einen Ausbildungsplatz, Praktikumsplatz oder einen Studienplatz? Also, nicht nur eins, was formal richtig ist, sondern eins, mit dem du bei den Entscheider*innen auffällst? Das deine Qualitäten zeigt und mit dem du dich identifizieren kannst? Bei diesem 2-teiligen Gruppenkurs bekommst du Unterstützung, was die Inhalte anbetrifft, deinen Schreibstil und ein Feedback für dein Bewerbungsschreiben. Dieser Kurs ist nicht nur ein trockenes Must-Do, sondern soll ein Wanna-Have sein und Spaß machen. Du weißt noch nicht genau, bei wem du dich bewirbst? Das macht nichts, du hast danach ein wichtiges Grundgerüst, das du bei jeder Bewerbung einbringen kannst.

Den Kurs leiten Sabine Schreiber, Schreibcoach und Maike Schulz, Personalreferentin.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien, ggf. Laptop

Datum: Sa. 20.04. + 27.04.2024

Zeit: 16:00 - 18:00 Uhr

Gebühr: 45 € · Gebühr Mitglied: 42 €

Kursleitung: Sabine Schreiber, Maike Schulz

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 12.04.2024



KREATIVES

Intuitives Schreiben – Schnupperkurs

Du hast Spaß am Schreiben von Texten oder möchtest dich einfach mal darin ausprobieren? Kein Problem. Im kostenlosen Schnupperkurs bekommst du die Möglichkeit, mehr über das "Intuitive Schreiben" zu erfahren.

Sabine Schreiber zeigt dir mithilfe von kreativen Schreibübungen, dass auch in dir Gedanken und Geschichten wohnen, die nur darauf warten, aufgeschrieben zu werden. Wer Lust hat, kann sich anschließend direkt für den Kurs "Intuitives Schreiben" an 6 Terminen anmelden.

Bitte mitbringen: Papier und Stift

Datum: Sa, 20.01.2024 Zeit: 16:00 - 18:00 Uhr Gehühr: kostenfrei

Kursleitung: S. Schreiber, Redakteurin/Texterin/Autorin

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 17.01.2024

Intuitives Schreiben

Für das Intuitive Schreiben musst du nicht "schreiben können", es geht um echte, authentische Geschichten, Erzählungen und persönliche Gedanken. Mithilfe kreativer Schreibübungen, gemeinsamem Austausch und Reflexion geht es hier um eigene Prozesse und die Weisheit der inneren Stimme, die darauf wartet, schreibend entdeckt zu werden. Dieser 6-teilige Schreibzyklus ist aufeinander aufgebaut zum Thema "Anfang und Ende", wo viele biografische Elemente mit einfließen können.

Kursleiterin Sabine Schreiber hat das Schreiben gelernt. Ihrem Namen getreu ist das Schreiben ihr Handwerk und Worte sind ihre Heimat. Sie arbeitet als Redakteurin, Texterin und Autorin. Du möchtest mehr erfahren? Dann schau doch beim kostenlosen Schnupperkurs vorbei oder bei www.frau-schreiber.de.

(Einzeltermine buchbar)

Datum: Do, 01.2./ 15.2./ 29.2./14.3./28.3./11.4.; 6x

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr

Gebühr: 125 € · Gebühr Mitglied: 120 € (Einzeln: 25 €)

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 25.01.2024

KREATIVES

Gitarrenkurs für Erwachsene

Dieser Kurs richtet sich an alle, die schon immer mal Gitarre spielen wollten, jetzt endlich Zeit dafür finden oder wieder einsteigen möchten, um Erlerntes aufzufrischen. Im Mittelpunkt des Kurses steht das Spielen der Basisakkorde mit einfachen Schlag- und Zupfmustern für die Liedbegleitung.

Das bunte Liedrepertoire umfasst: Lieder aus aller Welt, Volkslieder, Gospels, Balladen und heilsame Lieder für Herz und Seele.

Kreativtreff

Du bist kreativ, werkelst aber lieber in netter Runde? Hier kannst du Gleichgesinnte treffen. Egal, ob du nähst, 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.

Datum: Di, 23.4./ 30.4./ 07.5./ 14.5./ 21.5./ 28.5.; 6x

Zeit: 19:00 - 20:15 Uhr

Gebühr: 84 € · Gebühr Mitglied: 77 €

Kursleitung: Petra Baumgart, Gitarrenlehrerin

Ort: Altes Pfarrhaus Bergstr. 3, Seeheim

Anmeldeschluss: 15.04.2024

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

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 Mitalied: 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 körperlichseelischen 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 oder 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.

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 Kurstagen geht "eine Runde" zu Ende. Der Einstieg ist jederzeit möglich, sofern Plätze frei sind.

Datum: immer dienstags

Zeit: 19:30 Uhr Gebühr: kostenfrei

Kursleitung: Anja Kasper, Tel.: 0151/46628695

Ort: variiert nach Absprache

kein Anmeldeschluss

Patum: mittwochs fortlaufend; 10x

Zeit: 09:45 – 10:45 Uhr

Gebühr: 48 € · Gebühr Mitglied: 45 €

Kursleitung: Julia Reihs

Treffpunkt: vor Stadion, Sandstraße, Seeheim

kein Anmeldeschluss

Bergziege oder Flachlandtiroler?

Du magst wandern, eine Auszeit vom Alltag und die Bewegung in der Natur? Deine Familie hat keine Lust und sitzt lieber zu Hause? Dann komm doch einfach mit. Auch wenn bei uns keine 2000er zur Verfügung stehen, gibt es viele schöne Touren in der näheren Umgebung. Und das Gute daran, wir müssen nicht bis zum nächsten Urlaub warten.

Bei unserer ersten Tour wandern wir über die Tannenbergruine Richtung Ober-Beerbach, genießen die schöne Aussicht und schauen beim Märchenteich vorbei. Im Café der Lufthansa können wir uns anschließend aufwärmen.

Voraussetzung: passendes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung

Wenn du grundsätzlich Interesse hast, aber an diesem Termin nicht kannst, melde dich bitte bei uns, um über weitere Termine informiert zu werden.

Datum: So. 03.03.2024

Zeit: 11:00 Uhr Gebühr: kostenfre

Kursleitung: Katja Witzel

Ort: Treffpunkt Parkplatz Goldschmidtspark

Anmeldeschluss: 23.02.2024

SUNPROFIT



SunProfit GmbH | Breithauptstraße 1 | 64404 Bickenbach T: 06257 9368930 | info@sunprofit.de | www.sunprofit.de

ANGEBOTE SPRACHEN & PC

SPRACHEN

Is your English 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. Where you have the opportunity to express yourself and learn to speak English confidently. In this course we do not just talk but also perform various activities to improve your English. We also discuss about interesting everyday topics that help to build confidence in you.

Come and relax yourself as you will start speaking english confidently before you know. As we talk English, play English and have lots of fun in English.

See you soon.

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: freitags, fortlaufend Zeit: 17:30 – 18:30 Uhr

Gebühr: 60 € · Gebühr Mitglied: 45 €; 10x

Kursleitung: Sartaj Raja Ort: privat in Seeheim kein Anmeldeschluss Datum: Mo, 29.1./ 26.2./ 18.3./ 15.4./ 13.5./ 17.6.24

Zeit: 17:00 - 18:00 Uhr

Gebühr: kostenfrei, Spende erbeten

Kursleitung: Irmgard Baden, EDV-Trainerin

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: jeweils 1 Woche vorhe

tf



WEBSITES

Dynamische Websites, um Sie mit Ihren Kunden zu verbinden.

Desktop & Smartphone optimiert

Design anfragen

www.tilmanfalke.de info@tilmanfalke.de



CORPORATE DESIGN

Einheitliche Erscheinungsbilder für einen professionellen Geschäftsauftritt.

Logo, Layout & Kommunikationsmittel



PRINT

Wirkungsvolle Info- und Kommunikations-Materialien.

Flyer, Poster & Visitenkarten



I F B F N

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, 16.03.2024 Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr

Gebühr: 56 € · Gebühr Mitglied: 53 €

Kursleitung: S. Rudolph, Glücks- und Mentaltrainerin

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 10.03.2024

Natürlich 8sam

Ein Tag gleicht dem anderen? Die Zeit scheint zu verfliegen? Möchtest du dich entschleunigen und spüren? Oder einfach Neues ausprobieren?

Achtsamkeit in der Natur kann ein präventives Konzept sein - für mehr Besonderheiten im Leben, für Ruhe und Kraft. Wir nutzen bei unseren Übungen die Natur und ihre Wirkung auf uns. Wir bewegen uns, lernen, berühren, hören, riechen, spielen ...

Dieser Kurs findet draußen innerhalb der Anlage Schloss Heiligenberg statt. Bei ungeeigneten Wetterbedingungen bleibt die Verschiebung einzelner Termine vorbehalten.

Bitte mitbringen: wettergerechte Kleidung und Schuhe, Sitzunterlage, Getränk, evtl. Sonnenschutz.



Datum: 04.06./ 11.06./ 18.06./ 25.06.2024; 4x

Zeit: 19:00 - 20.30 Uh

Gebühr: 60 € · Gebühr Mitglied: 57 €

Kursleitung: S. Rudolph, Achtsamkeitstrainerir

Ort: Parkplatz Schloss Heilgenberg

Anmeldeschluss: 27.05.2024



Unsere Leistungen:

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



: 06257/5049005

06257/5049005

: info@car2flight.de

: www.car2flight.de









Mit uns starten Sie sicher & pünktlich in den Urlaub



I F B F N

Achtsamkeitsseminar

Unsere Zeit ist kostbar. Die täglichen Herausforderungen im Alltag können kräftezehrend sein. Auf uns selbst zu achten und die Balance zu halten, zwischen all unseren Verpflichtungen und der eigenen Gesundheit, ist manchmal gar nicht so einfach.

Caroline Kraft ist Entspannungstrainerin und Gründerin der Entspannungswerkstatt in Seeheim. Im Wochenendseminar zeigt sie dir, wie du anhand von verschiedenen Übungen es schaffen kannst, deine Lebensqualität zu verbessern, eigene Problemlösestrategien zu hinterfragen und neue Lösungsmöglichkeiten zu finden. In gemütlicher Atmosphäre lässt du den Trubel und Alltagsstress hinter dir!

Autogenes Training

Die Entspannungswerkstatt in Seeheim öffnet ihre Türen! In einem achtwöchigen Anfängerkurs lernst du das Autogene Training als Entspannungstechnik kennen. Einmal erlernt, kann das Autogene Training das ganze Leben zur Eigen-Entspannung selbständig eingesetzt werden. Es dient beispielsweise der Erholung und Entspannung, steigert die Konzentrationsfähigkeit, fördert die Kreativität, hilft dabei innere Unruhe und Schlafstörungen zu mindern und das Selbstbewusstsein zu stärken.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung

Datum: Sa, 29.6. + So, 30.06.2024

Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr

Gebühr: 100 € · Gebühr Mitglied: 95 €

Kursleitung: Caroline Kraft, Entspannungstrainerin
Ort: Entspannungswerkstatt, Schulstraße 5, Seeheim

Anmeldeschluss: 21.06.2024

Datum: 22.4./29.4./6.5./13.5./27.5./3.6./10.6./17.6. 8x

Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr

Gebühr: 100 € · Gebühr Mitglied: 95 €

Kursleitung: Caroline Kraft, Entspannungstrainerin Ort: Entspannungswerkstatt, Schulstraße 5, Seeheim

Anmeldeschluss: 15.04.2024

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 Bewegungschoreografien 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, 26.01./ 23.02./ 22.03./ 26.04./ 24.05.24

Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr Gebühr: 10 € pro Termir

Kursleitung: Petra Baumgart, Gitarrenlehrerin Ort: ev. Gemeindehaus, Lindenstr. 6, Jugenheim Verpackungsmoglichkeiten und ausgefallene Schachteln in vielen Farben und Mustern, um Ihren Ideen eine personliche Note zu verleihen.

paper Candy

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

www.papercandy.de / shop@papercandy.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

ANGEBOTE

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. 25.01./ 07.03./ 25.04./ 23.05./ 27.06.2024

Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Kursleitung: S. Rudolph, Shared Reading Leseleitung

Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: jeweils am Dienstag davor

Mietrecht (Vortrag)

Die wichtigsten Fragen und Antworten rund um das Mietrecht!

Fachanwältin Dr. Kyra Seidenberg vom Mieterbund Darmstadt wird euch die wichtigsten Grundkenntnisse zu den Rechten und Pflichten von Mieter*innen und Vermieter*innen vermitteln und eure Fragen dazu beantworten.

Behandelt werden sollen unter anderem folgende Themen:

Wie kann ich mich gegen eine Mieterhöhung wehren? Was tun, bei Erhalt einer Kündigung?

Wie gehe ich vor, wenn meine Wohnung Mängel hat? Wie prüfe ich eine Betriebskostenabrechnung? Wie gebe ich meine Wohnung zurück? Wann bekomme ich meine Kaution wieder?



Datum: Mi, 13.03.2024 Zeit: 17:30 – 19:00 Uhr Gebühr: kostenfrei

Kursleitung: Frau Dr. K. Seidenberg, Fachanwältin

Ort: SzenenWechsel oder externe Adresse

Anmeldeschluss: 06.03.2024



ANGEBOTE

DIES & DAS

Empowerment für Frauen

Empowerment ist ein Prozess, durch den Frauen die Macht und Kontrolle über ihr eigenes Leben gewinnen und die Fähigkeit erwerben, strategische Entscheidungen zu treffen. In einer Welt, in der es leider immer noch erhebliche Ungleichheiten gibt, ist es wichtig, sich gegenseitig zu unterstützen.

Dies ist ein Workshop, in dem du lernst, dich deiner selbst bewusster zu werden. Wir reflektieren gemeinsam, was wir gut können, was uns im Leben mutig macht und wie wir diese Parameter nutzen können, um in Projekten und unserem Daily Business erfolgreicher zu werden. Gemeinsam werden wir in unterschiedlichen Übungen wertschätzend auf unser Handeln blicken. Denn oft fehlt uns nur der kleine Schubs, das kleine bisschen Mumm, um kraftvoll durchzustarten.

Bitte mitbringen: Block, Stift und Verpflegung

Datum: Sa, 06.07.2023 Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr

Gebühr: 17 € · Gebühr Mitglied: 15 €

Kursleitung: Maike Schulz Ort: SzenenWechsel

Anmeldeschluss: 24.06.2024

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

Datum: Sa, 25.05.2024 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: 17.05.2024







Saalbau-Kino in Pfungstadt, Lindenstr. 71

Kino für EUCH von UNS mit EUCH

Programm und Trailer unter www.kino-pfungstadt.de

Kontakt: info@kino-pfungstadt.de

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: anzeige@szenenwechsel-online.de

XL Quer: 175 x 128 mm 160 €

M Quer: 85,2 x 60 mm 60 €

L Hoch: 85,2 x 128 mm 90 €



ANGEBOTE VERLEIH

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 €

XXI-Bausteine

Großer Spaßfürkleine Baumeister*innen! 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

SzenenWechsel Frauen- und Familienzentrum e. V.

Hauptstraße 15 64342 Seeheim-Jugenheim

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

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

Bankverbindung:

Sparkasse Darmstadt

IBAN: DE 62 5085 0150 0025 0900 20





Hessisches Ministerium für Soziales und Integration



IMPRESSUM

Herausgeber:

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

Inhalt:

Lara Feder, Meike Kleemann, Christine Ammon und der Vorstand. Für den Inhalt der Anzeigen sind die jeweiligen Anzeigenpartner*innen verantwortlich.

Layout:

Tilman Falke, Kommunikationsdesigner

Quelle Bilder:

Adobe Stock #186749881

Konzeption und CI:

Ameli Altstadt, Agentur Altstadt

Anzeigenverkauf:

anzeigen@szenenwechsel-online.de

Druck:

agentur stilEcht GmbH, Seeheim-Jugenheim Auflage 2.500 Stück



Finden Sie bei uns die Lösung, die genau zu Ihren Zielen und Wünschen passt. sparkasse-darmstadt.de

Weil's um mehr als Geld geht.

