

# AWVO

Familienbildungsstätte

## Programm 1/2025

In Zusammenarbeit mit den  
Lüdenscheider Nachrichten

Das Kurshalbjahr beginnt  
am Montag, 20.1.2025

Infos unter 02351/9853310,  
Mo - Do 9:00 - 12:00 Uhr,  
Mi 15:00 - 17:00 Uhr.

Anmeldung bitte nur mit  
Anmeldebogen (S. 2), per Post,  
Mail oder persönlich.



Bitte scannen!



### Veranstaltungen für alle Lebensbereiche und alle Generationen:

- Eltern und Kinder
- Persönlichkeitsentfaltung
- Kontakte zu anderen Familien
- gesunde und aktive Lebensgestaltung
- phantasievolle Freizeitgestaltung
- Fort- und Weiterbildung
- Vorträge zu aktuellen Themen
- Verständigung zwischen den Kulturen
- Förderung des ehrenamtlichen Engagements





Arbeiterwohlfahrt  
Unterbezirk  
Hagen – Märkischer Kreis

AWO-Familienbildungsstätte  
Christine-Schnur-Weg 3  
58511 Lüdenscheid  
familienbildung@awo-ha-mk.de

## Anmeldung

Hiermit melde ich mich **verbindlich** für folgende(n) Kurs(e) an:

Kurs-Nr.	Titel	Kursbeginn	Kursgebühr
		ab	
		ab	

**Name:**

**Vorname:**

**Geb.Dat.:**

**Str./Hausnummer:**

**PLZ/Ort:**

**Telefon:**

**E-Mail:**

**Bitte nur ausfüllen bei Eltern-Kind-Angeboten oder Inanspruchnahme der kursbegleitenden Kinderangebote:**

**Name Kind:**

**Geb.Dat.:**

**Vorname Kind:**

**Bitte nur ausfüllen bei Fort- und Weiterbildungen:**

**Einrichtung:**

**Zuständiges Jugendamt:**

**Ich erkenne die Teilnahmebedingungen (s. Programmheft, S. 3) an.**

**Datum/Unterschrift**

Vorsitzender: Wolfgang Jörg  
Geschäftsführerin: Birgit Buchholz

Eintrag unter VR 1598 Amtsgericht Dortmund  
Von der Körperschaftsteuer befreit, gemäß  
§ 5.1 Nr. 9 KStG als gemeinnützig anerkannt

Steuernummer: 321/5806/0077  
Ust.-Id-Nr. DE 161574747

Sparkasse an Volme und Ruhr  
IBAN DE59 4505 0000 0170 46  
WELADE3 HXXX

## Sie finden in diesem Heft Angebote der Familienbildungsstätte in Kooperation mit:

- dem Mehrgenerationenhaus
  - der Integrationsagentur/Migrationsberatung
  - dem Kindertagespflegebüro
  - sowie unseren Kooperationspartnern:
- in Lüdenscheid
- Familienzentrum Effzett
  - Familienzentrum Rappelkiste
  - Familienzentrum Gevelndorf
  - Familienzentrum Kindertraum
  - Familienzentrum Christine-Schnur-Weg 3 und Bunte Kluse
  - Arche Care
  - Eltern- und Geschwisterschule Hellersen
  - Familienzentrum Tinsberg
  - Kinderschutzbund mit Familienzentrum Regenbogen
  - PEKiP Spielräume und Seidel-Fischer
  - Familienzentrum SOS-Kindervilla
  - Kita Sonnenhang
  - Familienzentrum Kinderplanet
  - FZ Abenteuerland
  - FZ Kinderinsel

in Werdohl - Familienzentrum Sonnenschein

in Nachrodt - Familienzentrum Nachrodt Mitte

in Meinerzhagen - Familienzentrum Farbenspiel  
- Familienzentrum Rappelkiste  
- PEKiP Seidel-Fischer

in Kierspe - Familienzentrum Bullerbü  
- Familienzentrum Rasselbande

in Halver - Familienzentrum Wundertüte  
- PEKiP Seidel-Fische

in Schalksmühle - Familienzentrum Heedfeld Stallhaus  
- Familienzentrum Wansbeckplatz

in Herscheid - Großtagespflege Pustebume

in Altena - Familienzentrum Zauberland

**Träger:**

**Arbeiterwohlfahrt**

Unterbezirk Hagen -  
Märkischer Kreis  
Böhmerstraße 11  
58095 Hagen

**Familienbildungsstätte Lüdenscheid**

Christine-Schnur-Weg 3  
58511 Lüdenscheid

Telefon:

0 23 51 / 9 85 33 10

Telefax:

0 23 51 / 9 85 33 18

E-Mail: familienbildung@awo-ha-mk.de

### Familienbildungsstätte

Anmeldungen und Auskunft:

montags – donnerstags

von 9:00 – 12:00 Uhr, mittwochs 15:00 – 17:00 Uhr

Telefon: 0 23 51 / 9 85 33 10

Telefax: 0 23 51 / 9 85 33 18

E-Mail: familienbildung@awo-ha-mk.de

Sparkasse an Volme und Ruhr

IBAN DE59 4505 0001 0000 0170 46

BIC: WELA33 HXXX

Verantwortlich: Manuela Lex



### Teilnahmebedingungen und allgemeine Hinweise zur Anmeldung:

Das Programm umfasst die Monate Januar bis Juli 2025.

Zusätzliche Veranstaltungen sowie vielleicht notwendige Programmänderungen werden in der Presse bekanntgegeben.

### Anmeldung für alle Kurse:

Sie können sich persönlich, per Fax, auf dem Postweg oder per E-Mail anmelden. Bitte verwenden Sie immer die Anmeldekarte.

Sie finden sie auf der Rückseite.

Die Anmeldung zu den Kursen ist verbindlich!

Kostenfreie Abmeldung ist bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn möglich.

Nehmen Sie bitte unbedingt Kontakt mit uns auf, wenn Sie nicht teilnehmen können.



## Teilnehmergebühr:

Die jeweiligen Kursgebühren sind im Programmheft aufgeführt.

Angebote ohne ausgewiesene Gebühr sind kostenfrei. Bitte überweisen Sie vor Kursbeginn auf das Konto: Sparkasse an Volme und Ruhr, IBAN DE59 4505 0001 0000 0170 46, BIC: WELADE3 HXXX

Sie können die Kursgebühr auch bar spätestens am 1. Kurstag entrichten.

## Gebührenermäßigung:

Bei Vorlage eines Sozialpasses, eines Bürgergeld- oder Wohngeld-bescheides erhalten Sie für Eltern- oder Eltern-Kind-Kurse eine Ermäßigung. Bitte sprechen Sie uns an.

## Hinweis zum Datenschutz:

Die folgenden Hinweise geben einen Überblick, was mit Ihren personen-bezogenen Daten passiert, wenn Sie sich für unsere Kursangebote anmelden. Personenbezogene Daten sind alle Daten, mit denen Sie persönlich identifiziert werden können.

Wir entnehmen Ihre Daten der von Ihnen ausgefüllten und unterschriebenen Anmeldekarte, beziehungsweise der Teilnehmerliste des Kurses. Eine elektronische Speicherung erfolgt nicht. Es werden nur personen-bezogene Daten erhoben, die für die reibungslose Durchführung, Abrechnung und Belegung von Kursangeboten gegenüber dem Land benötigt werden. Anmeldekarten werden nur für das laufende Kursjahr aufbewahrt. Die Aufbewahrungspflicht für Teilnehmerlisten beträgt zehn Jahre.

Weitergehende Hinweise zum Datenschutz erhalten Sie auf unserer Homepage <https://awo-ha-mk.de/>

## Kinderangebote:

Für alle Eltern- und Erwachsenen Kursangebote bis 18:00 Uhr können wir parallel ein gebührenfreies Kinderangebot anbieten.

Bitte sprechen Sie uns an.

## Inhaltsverzeichnis nach Kursnummern

<u>Vorträge, Infoveranstaltungen, Beratungsangebote</u>	002 – 004
<u>Sommerferienspaß</u>	005 – 006
<u>Kreatives</u>	010
<u>Regelmäßige Elterntreffs</u>	031 – 034
<u>ELTERNSTART-NRW</u>	040, 041, 042
<u>Weitere Familienbildungsangebote</u>	048 – 057
<u>Wassergewöhnung für Babys</u>	075, 076
<u>Bewegung für Eltern und Kinder</u>	085, 488
<u>Maßnahmen für Kinder – kursbegleitende Angebote</u>	128
<u>Entspannung</u>	140 – 147
<u>Gymnastik</u>	166 – 189
<u>Computer / Smartphone</u>	201 – 203
<u>AWO-Migrationsdienste</u>	211 – 229
<u>Fort- und Weiterbildung</u>	235 – 240
<u>AWO-Kindertagespflegebüros</u>	246 – 251
<u>Weitere Angebote des AWO-Mehrgenerationenhauses</u>	293 – 303
<u>PEKIP</u>	331 – 334
<u>Arche Care Haus Gevelindorf</u>	372
<u>Eltern- und Geschwisterschule Hellersen</u>	340
<u>Familienzentrum Abenteuerland</u>	350
<u>Familienzentrum Kinderinsel</u>	358 – 362
<u>Familienzentrum Effzett</u>	364, 365
<u>Familienzentrum Gevelindorf</u>	371, 372
<u>Familienzentrum SOS-Kindervilla</u>	377 – 379
<u>Familienzentrum Rappelkiste SOS Kinderdorf</u>	383 – 385
<u>Familienzentrum Kindertraum</u>	390, 391
<u>Familienzentrum Christine-Schnur-Weg, Bunte Kluse</u>	399 – 405
<u>Kindergarten Sonnenhang</u>	
<u>Kindergarten Kinderplanet</u>	418 – 421
<u>Familienzentrum Zauberland Altena</u>	425 – 427
<u>Deutscher Kinderschutzbund OV Lüdenscheid mit Familienzentrum Regenbogen</u>	430 – 432
<u>Familienzentrum DRK-Kita Tinsberg</u>	443 – 446
<u>Familienzentrum Sonnenschein Werdohl</u>	450, 451
<u>Familienzentrum Nachrodt Mitte</u>	479 – 481
<u>Großtagespflege Pustebume Herscheid</u>	485
<u>Kindergarten Farbenspiel Meinerzhagen</u>	490 – 496
<u>Familienzentrum Rappelkiste Meinerzhagen</u>	500 – 511
<u>Familienzentrum Wundertüte Halver</u>	519 – 523
<u>Familienzentrum Heedfeld-Stallhaus</u>	587 – 599
<u>Familienzentrum Wansbeckplatz Schalksmühle</u>	618 – 621
<u>Familienzentrum Bullerbü Kierspe</u>	624 – 638
<u>Familienzentrum Rasselbande Kierspe</u>	650 – 656
<u>OV Lüdenscheid</u>	146, 147, 660
<u>OV Meinerzhagen</u>	
<u>OV Kierspe</u>	
<u>OV Schalksmühle</u>	
<u>OV Werdohl – Versetal</u>	
<u>Kreisjugendwerk, Jugendtreff Knast</u>	

## Vorträge und Info-Veranstaltungen, Beratungsangebote

### 002 **Stromrechnung zu hoch? Was sagt mein Stromzähler – Info-Abend mit der Verbraucherzentrale NRW**

Im Laufe des Jahres werden die Stromrechnungen der Energieversorger an die Haushalte verschickt.

Haben Sie den Verdacht, dass auf Ihrer Stromrechnung etwas nicht stimmt? Wir zeigen Ihnen erste Schritte, die Ihnen bei der Prüfung der Stromrechnung helfen können und was Sie bei Fehlern auf der Abrechnung tun können. Vortrag mit anschließender Frage- und Diskussionsrunde.

**Um Anmeldung wird gebeten unter 02351 9853310.**

Datum: Dienstag, 4.2.2025  
Zeit: 18:00 – 19:30 / 2 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Abend  
Leitung: Viola Link  
Ort: Familienbildungsstätte

### 003 **Stromsparen – da geht noch was! Info-Abend mit der Verbraucherzentrale NRW**

Sie fragen sich, wo Sie noch Strom sparen können? Wundern Sie sich beim Neukauf eines Kühlschranks darüber, dass es keine A+++--Geräte mehr gibt? Wir haben Tipps zum Stromsparen im Haushalt und erklären Ihnen das neue Effizienzlabel. Legen Sie jetzt los und identifizieren Sie Ihre Stromfresser. Vortrag mit anschließender Frage- und Diskussionsrunde.

**Um Anmeldung wird gebeten unter 02351 9853310.**

Datum: Dienstag, 11.2.2025  
Zeit: 18:00 – 19:30 / 2 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Abend  
Leitung: Helge Pfingst  
Ort: Familienbildungsstätte

### 004 **Wie funktioniert unser Unterbewusstsein? – Möglichkeiten und Grenzen der Hypnose**

Viele kennen Hypnose nur als sogenannte „Showhypnose“ aus dem Fernsehen, wo Menschen Dinge tun, die sie unter normalen Umständen niemals tun würden. Die Hypnose ist eine vielschichtige, komplexe Thematik mit Hintergründen aus der Neurologie und der Psychologie und sie ist heutzutage aus medizinischer und therapeutischer Sicht ein häufig wirkungsvolles Verfahren. Im Vortrag wird aufgezeigt, welche Arten von Hypnose es gibt, wie sie aus medizinischer bzw. therapeutischer Sicht eingesetzt wird und welche Grenzen der Einsatz von Hypnose hat. Hypnose kann einen Zugang zum Unterbewusstsein ermöglichen, den man mit dem Bewusstsein nicht oder nur schwer erreicht. Es wird anschaulich dargestellt, wie das Unterbewusstsein funktioniert und wie man es auch ohne den Einsatz von Hypnose (positiv) beeinflussen kann.

**Anmeldung erforderlich unter 02351/9853310.**

Datum: Dienstag, 18.2.2025  
Zeit: 19:00 – 20:30 / 2 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Abend  
Leitung: Birgit Schönau  
Gebühr: 8,00 € incl. Getränke  
Ort: Familienbildungsstätte

## AWO-Sommerferienspaß Angebot für Kinder in den Sommerferien

**Der AWO-Ferienspaß ist eine Veranstaltung des AWO-Ortsvereins Lüdenscheid. Er findet in den ersten beiden Wochen der Sommerferien statt:**

**14.7.2025 – 25.7.2025**

**Teilnehmen können alle Kinder von 6 (5 Jahren bei Einschulung) bis unter 14 Jahren.**

**Anmeldestart ist im Rahmen des Elternabends am Mittwoch, 30.4.2025, 17:30 – 19:00 Uhr in der Familienbildungsstätte (Kursnummer 006).**

**Ab Montag, 5.5.2025 melden Sie sich bitte zu den normalen Büroöffnungszeiten: Mo – Do, 9:00 – 12:00 Uhr, Mi auch 15:00 – 17:00 Uhr.**

**Die Teilnahmegebühr beträgt 90,00 € pro Kind und muss spätestens zwei Wochen vor Ferienbeginn überwiesen werden, ansonsten werden reservierte Plätze neu vergeben.**

**Bei drei und mehr teilnehmenden Geschwisterkindern wird eine Ermäßigung gewährt. Eine Kostenübernahme nach dem Bildungs- und Teilhabegesetz (BuT) ist möglich.**

**Wer sich für eine Mitarbeit als Betreuer\*in interessiert und mindestens 16 Jahre alt ist, kann sich ab sofort melden unter [familienbildung@awo-ha-mk.de](mailto:familienbildung@awo-ha-mk.de), (s. auch Infotag, Kursnummer 005).**

### 005 **Infotag Sommerferienspaß für interessierte Betreuungspersonen**

Junge Leute, die Freude an der Beschäftigung mit Kindern haben und mindestens 16 Jahre alt sind, erhalten an diesem Tag alle wichtigen Infos zur Mitarbeit in der Ferienbetreuung und können sich verbindlich zum Vorbereitungsseminar anmelden.

Datum: Samstag, 29.3.2025  
Zeit: 10:30 – 12:00 / 2 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Vormittag  
Leitung: Manuela Lex  
Ort: Jugendtreff Knast

### 006 **Elternabend Sommerferienspaß mit Anmeldestart**

Der AWO-Sommerferienspaß ist eine Veranstaltung des AWO-Ortsvereins Lüdenscheid. Er findet in den ersten beiden Wochen der Sommerferien statt, vom 8.7.2024 – 19.7.2024. Teilnehmen können Kinder von 6 bis unter 14 Jahren.

An diesem Abend erhalten Sie alle wichtigen Infos über Teilnahmebedingungen, Ablauf, Kosten und besondere Highlights und haben Gelegenheit, Ihr Kind direkt anzumelden.

Datum: Mittwoch, 17.4.2024  
Zeit: 17:30 – 19:00 / 2 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Abend  
Leitung: Manuela Lex  
Ort: Familienbildungsstätte

## Kreatives

**Bitte beachten Sie auch die Angebote bei unseren Kooperationspartnern.**

### 010 Schmuckwerkstatt – für Eltern mit Kindern ab 6 Jahren

Aus tollen Materialien, die die Kursleitung zur Verfügung stellt, lassen sich individuelle Schmuckstücke wie Ketten, Armbänder, Schlüsselanhänger und vieles mehr herstellen. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Jedes Werkstatt-Team besteht aus einem Erwachsenen und einem Kind ab 6 Jahren.

Datum: Samstag, 22.02.2025  
 Zeit: 9:30 - 11:45 Uhr / 3 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Vormittag  
 Leitung: Ceren Cizik  
 Gebühr: 38,00 € incl. Materialkosten  
 Ort: Familienbildungsstätte



## Regelmäßige Elterntreffs

**Bitte beachten Sie auch die Angebote bei unseren Kooperationspartnern.**

### 031 Mittwochs-Treff für junge Mütter

Dieser Treff richtet sich an junge Mütter mit Kindern im ersten Lebensjahr.

#### Wir bieten:

- Nettes Beisammensein und Erfahrungsaustausch
- Hilfe und Unterstützung bei allen Fragen des Alltags
- Informationen über Pflege und Versorgung des Kindes
- Beratung über gesunde Ernährung
- Anregungen und Tipps zu Spielangeboten und vielem mehr

Ein Expertenteam kann jederzeit hinzugezogen werden, wenn es um finanzielle oder rechtliche Fragen, Kinderbetreuung, Schule und Ausbildung mit Kind und viele weitere Themen geht. Der Einstieg ist jederzeit möglich. Die Teilnahme ist kostenlos.

#### Achtung: In den Schulferien fällt der Treff aus!

Datum: Mittwoch, 22.1.2025  
 Zeit: 10:00 - 11:30 / 44 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 22 Vormittage  
 Leitung: Züleyha Cilingir  
 Ort: Navi, Altenaer Str. 3

### 032 Donnerstags-Treff

 Bundesstiftung  
Frühe Hilfen

Dieser Treff richtet sich an junge Mütter mit Kindern bis drei Jahre.

#### Wir bieten:

- Nettes Beisammensein und Erfahrungsaustausch in der Gruppe
- Hilfe und Unterstützung bei allen Fragen des Alltags
- Informationen über Pflege und Versorgung des Kindes
- Beratung über gesunde Ernährung
- Anregungen und Tipps zum Singen und Spielen, zur Förderung von Bewegung und Sinneswahrnehmung

Ein Expertenteam kann jederzeit hinzugezogen werden, wenn es um finanzielle oder rechtliche Fragen, Kinderbetreuung, Schule und Ausbildung mit Kind und viele weitere Themen geht. Der Einstieg ist jederzeit möglich. Die Teilnahme ist kostenlos.

#### Achtung: In den Schulferien fällt der Treff aus!

Datum: Donnerstag, 23.1.2025  
 Zeit: 10:00 - 11:30 / 38 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 19 Vormittage  
 Leitung: Jihan Bek  
 Ort: Familienbildungsstätte

### 033 EP Familien-Treff am Samstag

Kostenfreies Angebot für Eltern und Kinder von drei bis sechs Jahren. Familien, in denen beide Elternteile voll berufstätig sind, sowie berufstätigen Alleinerziehenden soll durch diesen Treff am Wochenende die Teilnahme an einem Gruppenangebot ermöglicht werden. Unter dem Motto „Spiel und Spaß – aktiv gemeinsam Zeit verbringen“ treffen sich Familien einmal wöchentlich am Samstag.

Datum: Samstag, Starttermin wird noch bekannt gegeben.  
 Zeit: 9:30 - 11:30 / 40 Zeitstunden  
 Dauer: 20 Vormittage  
 Leitung: Aljona Kruglaschenko  
 Ort: Navi, Altenaer Str. 3

### 034 EP Familien-Treff am Sonntag

Kostenfreies Angebot für Eltern und Kinder. Familien, in denen beide Elternteile voll berufstätig sind, sowie berufstätigen Alleinerziehenden soll durch diesen Treff am Wochenende die Teilnahme an einem Gruppenangebot ermöglicht werden. Unter dem Motto „Spiel und Spaß – aktiv gemeinsam Zeit verbringen“ treffen sich Familien einmal wöchentlich am Sonntag.

Datum: Samstag, Starttermin wird noch bekannt gegeben.  
 Zeit: 11:30 - 13:30 / 40 Zeitstunden  
 Dauer: 20 Vormittage  
 Leitung: NN  
 Ort: Familienbildungsstätte

### Zur Kenntnisnahme

**Da die Familienbildungsstätten 2025 stark von den Haushaltskürzungen des Landes NRW betroffen sein werden, bieten wir nur ein eingeschränktes Angebot der gebührenfreien ELTERNSTART NRW-Kurse. Auch die Förderung von Angeboten in Familienzentren sowie gebührenfreien Kursen für Familien in besonderen Belastungssituationen ist eingeschränkt bzw. gänzlich gestrichen. Hier bemühen wir uns um andere Fördermöglichkeiten und können daher noch keine Starttermine angeben.**

**Wir bitten um Verständnis.**

## ELTERNSTART NRW

„ELTERNSTART NRW“ ist ein Familienbildungsangebot für Mütter und Väter in Nordrhein-Westfalen mit einem Kind im ersten Lebensjahr. Die Teilnahme ist für die Eltern einmalig kostenfrei, die Finanzierung übernimmt das Familienministerium NRW.

Eltern können in ca. 150 Einrichtungen der Familienbildung an „ELTERNSTART NRW“ teilnehmen. Immer geht es beim ELTERNSTART um Themen, die junge Eltern bewegen und interessieren, ob frühkindliche Entwicklung, Eltern-Kind-Beziehung oder den Umgang mit neuen Familiensituationen. Für Mütter und Väter gibt es viel Gelegenheit zum Austausch, die Kursleitung moderiert, gibt Tipps und Anregungen und bereitet je nach Schwerpunktthema die inhaltliche Gestaltung der Treffen vor.

**Bitte beachten Sie auch die ELTERNSTART-Angebote bei unseren Kooperationspartnern.**



### 040 E ELTERNSTART NRW

**Kostenloses Angebot für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr. Einstiegsangebot in die Familienbildung mit Schwerpunkt Spielideen für alle Sinne.** Darüber hinaus geht in dieser Eltern-Kind-Gruppe um alle Themen, die junge Eltern bewegen und interessieren, ob frühkindliche Entwicklung, Eltern-Kind-Beziehung oder den Umgang mit neuen Familiensituationen.

Datum: Montag, 31.3.2025  
Zeit: 10:30 - 11:15 / 10 Unterrichtsstunden  
Dauer: 10 Vormittage  
Leitung: Claudia Kanngießer  
Ort: Familienbildungsstätte



### 041 E ELTERNSTART NRW

**Kostenloses Angebot für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr. Einstiegsangebot in die Familienbildung mit Schwerpunkt Spielideen für alle Sinne.** Darüber hinaus geht in dieser Eltern-Kind-Gruppe um alle Themen, die junge Eltern bewegen und interessieren, ob frühkindliche Entwicklung, Eltern-Kind-Beziehung oder den Umgang mit neuen Familiensituationen.

Datum: Dienstag, 4.2.2025  
Zeit: 10:00 - 11:30 / 10 Unterrichtsstunden  
Dauer: 5 Vormittage  
Leitung: Alina Vaglio  
Ort: Familienbildungsstätte



### 042 E ELTERNSTART NRW

**Kostenloses Angebot für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr. Einstiegsangebot in die Familienbildung mit Schwerpunkt Bindung und Entspannung.** In dieser Gruppe gibt es viel Gelegenheit zum Austausch und zum gemeinsamen Spielen und Singen. Sie erlernen außerdem Yogaübungen, die Ihren Körper stärken, durch die Sie kurze Momente loslassen und entspannen können und doch das Baby einbeziehen können. Durch spezielle Atemübungen kommen Sie zur Ruhe und gewinnen neue Energie für den Elternalltag. In dieser Gruppe kommen Mamas, Papas und Babys auf ihre Kosten.

Datum: Montag, 3.2.2025  
Zeit: 10:00 - 11:30 / 10 Unterrichtsstunden  
Dauer: 5 Vormittage  
Leitung: Martina Schmitz  
Ort: Familienbildungsstätte



## Weitere Angebote für Familien

### 048 Sport und Spiel für Krabbelkinder

Datum: Dienstag, 28.1.2025  
Zeit: 15:00 - 16:30 / 20 Unterrichtsstunden  
Dauer: 10 Nachmittage  
Gebühr: 50,00 €  
Leitung: Alina Vaglio  
Ort: Familienbildungsstätte

### 049 Baby-Massage für Eltern mit Kindern bis 6 Monate

Babymassage stammt ursprünglich aus Indien und ist dort im Ayurveda verwurzelt. Sie ist eine gute Methode, dem Baby Nähe zu vermitteln und unterstützt die körperliche, geistige und emotionale Entwicklung. Die intensive Zuwendung vertieft die Bindung zwischen Eltern und Kind.

Datum: Dienstag, 13.5.2025  
Zeit: 9:30 - 11:00 / 12 Unterrichtsstunden  
Dauer: 6 Vormittage  
Gebühr: 48,00 €  
Leitung: Kendra Kloj

## 050 Babyclub

Folgeangebot zum Elternstart 041 E.

Datum: Dienstag, 11.3.2025  
 Zeit: 10:00 - 11:30 / 24 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 12 Vormittage  
 Leitung: Alina Vaglio  
 Gebühr: 48,00 €  
 Ort: Familienbildungsstätte

## 051 Miniclub ab 15 Monate

Datum: Montag, 20.1.2025  
 Zeit: 9:00 - 10:30 / 24 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 12 Vormittage  
 Leitung: Claudia Kanngießer  
 Gebühr: 48,00 €  
 Ort: Familienbildungsstätte



## 052 Miniclub ab 15 Monate

Datum: Montag, 28.4.2025  
 Zeit: 9:00 - 10:30 / 16 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 8 Vormittage  
 Leitung: Claudia Kanngießer  
 Gebühr: 32,00 €  
 Ort: Familienbildungsstätte

## 053 Yoga mit Baby – Folgekurs zum Elternstart

In dieser Gruppe gibt es viel Gelegenheit zum Austausch und zum gemeinsamen Spielen und Singen. Sie erlernen außerdem Yogaübungen, die Ihren Körper stärken, durch die Sie kurze Momente loslassen und entspannen können und doch das Baby einbeziehen können. Durch spezielle Atemübungen kommen Sie zur Ruhe und gewinnen neue Energie für den Elternalltag. In dieser Gruppe kommen Mamas, Papas und Babys auf ihre Kosten.

Datum: Montag, 10.3.2025  
 Zeit: 10:00 - 11:30 / 12 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 6 Vormittage  
 Leitung: Martina Schmitz  
 Gebühr: 36,00 €  
 Ort: Familienbildungsstätte



## MÄRKISCHER KREIS Kommunales Integrationszentrum

### 054 KI Griffbereit MINI

„Griffbereit“ ist ein Eltern-Kind-Programm zur alltagsintegrierten Sprachbildung. Teilnehmende können Familien mit Kindern bis zu einem Jahr.

Ein Angebot in Kooperation mit dem Kommunales Integrationszentrum Märkischer Kreis.

Datum: Dienstag, 7.1.2025  
 Zeit: 9:30 - 11:00 / 44 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 25 Vormittage  
 Leitung: Symela Eleftheriou, Julia Merkel  
 Ort: Navi, Altenaer Str. 3




## MÄRKISCHER KREIS Kommunales Integrationszentrum

### 055 KI Griffbereit MINI

„Griffbereit“ ist ein Eltern-Kind-Programm für Familien mit und ohne Zuwanderungshintergrund. In der Gruppe wird in der Herkunftssprache und in Deutsch gespielt, gesungen und gemalt. Mehrsprachigkeit wird als Potential der Kinder aufgegriffen und Eltern lernen, wie sie ganz ungezwungen und spielerisch mit ihrem Kind in entwicklungsfördernde Kommunikation treten können. Das Einstiegsalter der Kinder sollte ca. ein Jahr betragen.

„Griffbereit“ ist ein Angebot in Kooperation mit dem Kommunales Integrationszentrum Märkischer Kreis und dem Familienzentrum Christine-Schnur-Weg.

Datum: Freitag, 24.1.2025  
 Zeit: 16:00 - 17:30 / 44 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 22 Nachmittage  
 Leitung: Najat El Wannani  
 Ort: wird noch bekannt gegeben

### 057 ADHS-Gruppe Sausebraus

Bei Bedarf mit begleitendem Kinderangebot.

Datum: Samstag, 25.1.2025  
 Zeit: 9:30 - 12:30 / 20 Zeitstunden  
 Dauer: 10 Vormittage  
 Leitung: Angelika Nyberg  
 Ort: Familienbildungsstätte

## Wassergewöhnung für Babys

Das Babyschwimmen findet samstags im Familienbad am Nattenberg statt, um berufstätigen Elternteilen die Teilnahme an dieser Eltern-Kind-Gruppe zu ermöglichen. In den Kursgebühren ist der Eintritt für einen Erwachsenen enthalten. Die Gebühren müssen vor Kursbeginn im Büro der Familienbildungsstätte entrichtet werden. Dort erhalten Sie alle wichtigen Infos sowie die Eintrittskarten.

### 075 Wassergewöhnung für Babys von 3 - 6 Monaten

Datum: Samstag, 1.2.2025  
Zeit: 9:00 - 9:45 / 5 Unterrichtsstunden  
Dauer: 5 Vormittage  
Leitung: Lisa Seeger  
Gebühr: 50,00 € incl. Eintritt  
Ort: Nattenberg-Schwimmbad

### 076 Wassergewöhnung für Babys von 5 - 12 Monaten

Datum: Samstag, 1.2.2025  
Zeit: 9:45 - 10:30 / 5 Unterrichtsstunden  
Dauer: 5 Vormittage  
Leitung: Lisa Seeger  
Gebühr: 50,00 € incl. Eintritt  
Ort: Nattenberg-Schwimmbad

Leitung: NN  
Gebühr: 42,00 € incl. Eintritt  
Ort: Nattenberg-Schwimmbad

## Bewegungsangebote für Familien mit Babys und Kleinkindern

**Bitte bringen Sie Anti-Rutsch-Socken für sich und Ihr Kind mit.  
Achten Sie auch auf bequeme Kleidung und etwas zu trinken.**

### 085 Tanzen mit dem Baby

Bewegung zur Musik ist eine tolle Möglichkeit für Mütter und Babys eine enge Bindung aufzubauen, Spaß zu haben, zu entspannen und eine schöne Zeit miteinander zu verbringen. Alles ist auf die Bedürfnisse der Babys abgestimmt, einen strengen Trainingsablauf gibt es nicht. Auch Alltagsbewegungen, wie das rückenschonende Ausräumen der Waschmaschine mit Baby auf dem Arm werden trainiert.

Voraussetzung für die Teilnahme ist ein abgeschlossener Rückbildungskurs. Eine geeignete Tragehilfe (Tragetuch, Mei Tai, Baby Carrier o.ä.) muss mitgebracht werden.

Datum: Mittwoch, 5.3.2025  
Zeit: 10:00 - 11:30 / 12 Unterrichtsstunden  
Dauer: 6 Vormittage  
Leitung: Julia Kurska  
Gebühr: 24,00 €  
Ort: Familienbildungsstätte

## Maßnahmen für Kinder – Kursbegleitende Angebote für Kinder

Parallel zu unseren Kursen für Eltern bieten wir für Kinder gebührenfrei altersentsprechende Angebote, die fachlich an die Bildungsangebote der Eltern anknüpfen. Auch Geschwisterkinder aus Familien, die Eltern-Kind-Gruppen besuchen, können an diesen Angeboten teilnehmen. Bitte sprechen Sie uns an.

## Entspannung

Gesundheit und Wohlbefinden sind ein wertvolles Gut, das bewahrt werden muss. Besonders in der durch hohe Belastungssituationen geprägten Familienphase ist es besonders wichtig, einen Ausgleich zu finden. Mit unseren Kursen möchten wir Sie motivieren, selbst aktiv zu werden. Parallel zu allen Kursen bis 18:00 Uhr kann gebührenfrei ein Angebot für Kinder, die noch nicht in Kita oder Schule sind, gebucht werden.

Bitte sprechen Sie uns an.

### 140 Guten Morgen Yoga

Krankenkassenzertifizierter Präventionskurs nach §20 SGB V.

Datum: Montag, 3.2.2025  
Zeit: 8:00 - 9:00 / 8 Zeitstunden  
Dauer: 8 Vormittage  
Leitung: Olaf Zander  
Gebühr: 48,00 €  
Ort: Familienbildungsstätte

### 141 Guten Morgen Yoga – Folgekurs

Krankenkassenzertifizierter Präventionskurs nach §20 SGB V.

Datum: Montag, 28.4.2025  
Zeit: 8:00 - 9:00 / 8 Zeitstunden  
Dauer: 8 Vormittage  
Leitung: Olaf Zander  
Gebühr: 48,00 €  
Ort: Familienbildungsstätte

### 142 Yoga in der Königstraße

Krankenkassenzertifizierter Präventionskurs nach §20 SGB V.

**Anmeldung bitte direkt bei der Kursleitung unter 02351/6498153 oder 0171/7094506.**

Datum: Mittwoch, 5.2.2025  
Zeit: 9:30 - 11:00 / 16 Unterrichtsstunden  
Dauer: 8 Vormittage  
Leitung: Olaf Zander  
Gebühr: 70,00 €  
Ort: Königstraße 1, 58511 Lüdenscheid

## 143 Yoga in der Königstraße

Krankenkassenzertifizierter Präventionskurs nach §20 SGB V.

**Anmeldung bitte direkt bei der Kursleitung unter 02351/6498153 oder 0171/7094506.**

Datum: Mittwoch, 5.2.2025  
Zeit: 11:15 - 12:30 / 8 Zeitstunden +  
Dauer: 8 Vormittage  
Leitung: Olaf Zander  
Gebühr: 70,00 €  
Ort: Königstraße 1, 58511 Lüdenscheid

## 144 Yoga in der Königstraße

Krankenkassenzertifizierter Präventionskurs nach §20 SGB V.

**Anmeldung bitte direkt bei der Kursleitung unter 02351/6498153 oder 0171/7094506.**

Datum: Mittwoch, 5.2.2025  
Zeit: 9:30 - 11:00 / 16 Unterrichtsstunden  
Dauer: 8 Vormittage  
Leitung: Olaf Zander  
Gebühr: 75,00 €  
Ort: Königstraße 1, 58511 Lüdenscheid

## 145 Yoga in der Königstraße

Krankenkassenzertifizierter Präventionskurs nach §20 SGB V.

**Anmeldung bitte direkt bei der Kursleitung unter 02351/6498153 oder 0171/7094506.**

Datum: Mittwoch, 2.4.2025  
Zeit: 11:15 - 12:30 / 8 Zeitstunden +  
Dauer: 8 Vormittage  
Leitung: Olaf Zander  
Gebühr: 70,00 €  
Ort: Königstraße 1, 58511 Lüdenscheid

## 146 Yoga auf dem Stuhl – AWO-Begegnungsstätte Marienstraße

Krankenkassenzertifizierter Präventionskurs nach §20 SGB V.

Stuhlyoga ist eine Form des Yoga, die auf dem Stuhl sitzend oder am Stuhl stehend praktiziert werden kann. Es ist ideal für Menschen, die neu einsteigen oder Mobilitätseinschränkungen haben.

Genau wie klassisches Yoga fördert auch Stuhlyoga die Beweglichkeit des Körpers, unterstützt die Lungenfunktion, trainiert den Gleichgewichtssinn und erhöht die Lebensqualität.

**Anmeldung bitte bei der Begegnungsstätte, unter 02351/24960.**

Datum: Freitag, 7.2.2025  
Zeit: 9:30 - 10:30 / 8 Zeitstunden  
Dauer: 8 Vormittage  
Leitung: Olaf Zander  
Gebühr: 48,00 €  
Ort: AWO-Begegnungsstätte, Marienstr. 17

## 147 Yoga auf dem Stuhl – AWO-Begegnungsstätte Marienstraße

Krankenkassenzertifizierter Präventionskurs nach §20 SGB V.

Stuhlyoga ist eine Form des Yoga, die auf dem Stuhl sitzend oder am Stuhl stehend praktiziert werden kann. Es ist ideal für Menschen, die neu einsteigen oder Mobilitätseinschränkungen haben.

Genau wie klassisches Yoga fördert auch Stuhlyoga die Beweglichkeit des Körpers, unterstützt die Lungenfunktion, trainiert den Gleichgewichtssinn und erhöht die Lebensqualität.

**Anmeldung bitte bei der Begegnungsstätte, unter 02351/24960.**

Datum: Freitag, 4.4.2025  
Zeit: 9:30 - 10:30 / 8 Zeitstunden  
Dauer: 8 Vormittage  
Leitung: Olaf Zander  
Gebühr: 48,00 €  
Ort: AWO-Begegnungsstätte, Marienstr. 17

## Gymnastik

**Unsere Gymnastikangebote unterstützen Teilnehmerinnen und Teilnehmer, das Gleichgewicht zwischen den vielfältigen Anforderungen des Alltags zu finden und zu wahren. Spezielle Bedürfnisse der jeweiligen Lebensphasen mit ihren unterschiedlichen familiären und beruflichen Belastungssituationen werden berücksichtigt.**

**Ziel unserer verschiedenen Angebote ist es, durch Spaß an Bewegung Gesundheit zu fördern und zu erhalten, Stresssituationen zu bewältigen, sowie traditionelle und neue Methoden und Verfahren kennenzulernen und auszuprobieren.**

**Die Teilnahme an ausgewählten Präventionskursen in den Bereichen Bewegung und Entspannung kann unter bestimmten Voraussetzungen von Ihrer Krankenkasse gefördert werden (§ 20 SGB V).**

**Parallel zu allen Kursen bis 18:00 Uhr bieten wir gebührenfreie Kinderangebote für Eltern.**

**Bitte sprechen Sie uns an.**

**Achtung: In den Schulferien finden keine Kurse statt!**

## 166 M Seniorengymnastik am Montag

Datum: Montag, 20.1.2025  
Zeit: 10:00 - 11:30 / 42 Unterrichtsstunden  
Dauer: 21 Vormittage  
Leitung: Bettina Kanthak  
Gebühr: 147,00 €  
Ort: Familienbildungsstätte

**167 M Sitz-Gymnastik I**

In diesem Kurs werden alle Übungen im Sitzen oder im Stehen am Stuhl ausgeführt. Dadurch eignet er sich sehr gut für Personen, die aufgrund von körperlichen Einschränkungen nicht mehr allzu lange oder nicht sicher stehen können. Auf Übungen im Liegen wird verzichtet. Gezielte gymnastische Übungen im Stehen oder Sitzen ermöglichen ein effektives Training des Herz-Kreislaufsystems, erhalten oder verbessern die Beweglichkeit der Gelenke und fördern die allgemeine Kräftigung der Muskulatur. Auch Übungen für Gleichgewichtssinn und Koordinationsfähigkeit zur Sturzprophylaxe gehören zum regelmäßigen Ganzkörpertraining.

Datum: Dienstag, 21.1.2025  
 Zeit: 9:30 - 10:30 / 21 Zeitstunden  
 Dauer: 21 Vormittage  
 Leitung: Jennifer Marx  
 Gebühr: 94,50 €  
 Ort: Familienbildungsstätte

**168 M Sitz-Gymnastik II**

In diesem Kurs werden alle Übungen im Sitzen oder im Stehen am Stuhl ausgeführt. Dadurch eignet er sich sehr gut für Personen, die aufgrund von körperlichen Einschränkungen nicht mehr allzu lange oder nicht sicher stehen können. Auf Übungen im Liegen wird verzichtet. Gezielte gymnastische Übungen im Stehen oder Sitzen ermöglichen ein effektives Training des Herz-Kreislaufsystems, erhalten oder verbessern die Beweglichkeit der Gelenke und fördern die allgemeine Kräftigung der Muskulatur. Auch Übungen für Gleichgewichtssinn und Koordinationsfähigkeit zur Sturzprophylaxe gehören zum regelmäßigen Ganzkörpertraining.

Datum: Dienstag, 21.1.2025  
 Zeit: 10:45-11:45 / 21 Zeitstunden  
 Dauer: 21 Vormittage  
 Leitung: Jennifer Marx  
 Gebühr: 100,00 €  
 Ort: Familienbildungsstätte

**189 Faszien, Muskeln und Gelenke – fit von Kopf bis Fuß**

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich unbeweglich fühlen, unter Verspannungen leiden, Haltungsschwächen haben, oder aber Ihren Körper präventiv stärken möchten. Trainiert werden alle Muskelgruppen, die für eine gute Körperhaltung und schmerzfreie Bewegungsabläufe entscheidend sind. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf angepasstem Herz-Kreislauf-Training, Rückenfreundliche Entspannungsübungen und Übungen für das Bindegewebe runden das Trainingsprogramm ab.

Datum: Dienstag, 21.1.2025  
 Zeit: 17:00 - 18:30 / 42 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 21 Abende  
 Leitung: NN  
 Gebühr: 147,00 €  
 Ort: Familienbildungsstätte

**201 M Smartphone & Tablet – Internet-Grundlagen**

Gearbeitet wird jeweils mit dem eigenen Laptop, welches zu den Kurstagen mitgebracht werden muss. Dabei ist auf einen geladenen Akku zu achten, zu

**Themen sind:**

- Einkaufen im Internet
- Passende Apps auf dem Smartphone
- Bezahlsysteme im Internet – PayPal, Klarna & Co.
- Sicherheit im Internets

Dieser Kurs ist für Android Geräte geeignet, nicht aber für iPhone, iPad oder Windows. Vergewissern Sie sich bitte im Zweifel vor einer Anmeldung, welches Gerät Sie haben. Bringen Sie Ihr Gerät und Ihr Ladekabel zum Kurs mit.

Datum: Mittwoch, 12.2.2025  
 Zeit: 15:00 - 17:15 / 6 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 2 Nachmittage  
 Leitung: Patricia Theofel  
 Gebühr: 24,00 €  
 Ort: Mehrgenerationenhaus

**202 M Smartphone & Tablet – Grundkurs (Android) für Anfänger**

In diesem Kurs erlernen Sie die grundlegenden Funktionen Ihres Smartphones und/oder Tablets, sodass Sie in der Lage sind Basiseinstellungen Ihren Bedürfnissen anzupassen.

**Themen sind:**

- Surfen im Internet
- Apps herunterladen und deinstallieren
- Fotos verwalten und bearbeiten

Dieser Kurs ist für Android Geräte geeignet, nicht aber für iPhone, iPad oder Windows. Vergewissern Sie sich bitte im Zweifel vor einer Anmeldung, welches Gerät Sie haben. Bringen Sie Ihr Gerät und Ihr Ladekabel zum Kurs mit.

Datum: Mittwoch, 4.6.2025  
 Zeit: 15:00 - 17:15 / 9 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 3 Nachmittage  
 Leitung: Patricia Theofel  
 Gebühr: 36,00 €  
 Ort: Mehrgenerationenhaus

**203 M EDV am eigenen Laptop – Kurs für Anfänger mit Grundkenntnissen****Themen sind:**

- Das Windows Betriebssystem, weitergehende Einstellungen und das Thema Sicherheit
- Installieren und Anwenden von Programmen
- Dateiverwaltung mit dem Windows Explorer
- Umgang mit externen Speichermedien (USB Stick, externe Festplatte ...)
- Fotos auf dem Laptop bringen und bearbeiten
- Textverarbeitung mit Praxisbeispielen
- Internet: Browserfunktionen, Suche im Internet, Surfen im Internet, Schreiben von E-Mails

Gearbeitet wird jeweils mit dem eigenen Laptop, welcher zu den Kurstagen mitgebracht werden muss. Dabei ist auf einen geladenen Akku zu achten, zur Sicherheit sollte aber auch das Netzteil mitgebracht werden. Grundkenntnisse im Umgang mit dem Computer sind Voraussetzung für eine erfolgreiche Teilnahme.



## Computer / Smartphone

**Unsere Kurse richten sich an Teilnehmende der Generation 50 plus mit geringen Vorkenntnissen. In kleinen Gruppen machen Sie sich am eigenen Notebook mit den wichtigsten Handgriffen und Grundbegriffen Ihres Computers vertraut. Sie nehmen alle Einstellungen direkt an Ihrem eigenen Gerät vor, sodass das Gelernte auch direkt zu Hause umgesetzt werden kann.**

Datum: Mittwoch, 5.3.2025  
Zeit: 15:00 - 17:15 / 18 Unterrichtsstunden  
Dauer: 6 Nachmittage  
Leitung: Patricia Theofel  
Gebühr: 72,00 €  
Ort: Mehrgenerationenhaus

Datum: Dienstag, 7.1.2025  
Zeit: 8:30 - 12:45 / 570 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1114 Vormittage  
Leitung: Nelli Werner  
Ort: Familienbildungsstätte

## AWO Migrationsdienste

### Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer:

Larissa Ziemann,

Mail: [larissa.ziemann@awo-ha-mk.de](mailto:larissa.ziemann@awo-ha-mk.de)

Gülcan Aktas,

Mail: [guelcan.aktasawo-ha-mk.de](mailto:guelcan.aktasawo-ha-mk.de)

Tel. 02351-9853322/23

### Jugendmigrationsdienst:

Ümmühan Akbulut,

Mail: [uemmuehan.akbulut@awo-ha-mk.de](mailto:uemmuehan.akbulut@awo-ha-mk.de)

Sinem Babuscu,

Mail: [sinem.babuscu@awo-ha-mk.de](mailto:sinem.babuscu@awo-ha-mk.de)

Melanie Arndt,

Mail: [melanie.arndt@awo-ha-mk.de](mailto:melanie.arndt@awo-ha-mk.de)

Tel: 02351/9853320/21

WIR-Port A<sup>3</sup>:

Daniela Groß,

Mail: [daniela.groß@awo-ha-mk.de](mailto:daniela.groß@awo-ha-mk.de)

Tel: 02351/9853313

### Integrationsagentur:

Gülcan Aktas, Tel. 02351/9853312,

Mail: [guelcan.aktas@awo-ha-mk.de](mailto:guelcan.aktas@awo-ha-mk.de)

Melike Tek, 02351/9853312

Mail: [melike.tek@awo-ha-mk.de](mailto:melike.tek@awo-ha-mk.de)

### Integrationskurse:

Katharina Herr, Tel. 02351/9853332,

Mail: [katharina.herr@awo-ha-mk.de](mailto:katharina.herr@awo-ha-mk.de)

### 211 Türkische Frauengruppe

Datum: Mittwoch, 8.1.2025  
Zeit: 10:00 - 12:15 / 75 Unterrichtsstunden  
Dauer: 25 Vormittage  
Leitung: Müzgan Tulum  
Ort: Familienbildungsstätte

### 226 Eltern-Integrationskurs, Spezialkurs

Dieser Spezialkurs besteht aus insgesamt 900 Unterrichtsstunden. Unterrichtet wird an allen Werktagen außerhalb der Schulferien. Kinderbetreuung auf Anfrage.

### 227 - 228 Allgemeine Integrationskurse

Termine bitte erfragen.

## Fort- und Weiterbildung

Unsere Angebote stehen, wenn nicht anders gekennzeichnet, allen Interessenten zur Verfügung. Sollten Sie Wünsche oder Anregungen zur Fort- und Weiterbildung haben, sprechen Sie uns gerne an unter 02351/9853310.

### 235 M Essen und Trinken für Kinder in Tageseinrichtungen



Mehr Generationen Haus  
Miteinander - Füreinander

Gesunde Ernährung? Leichter gedacht als umgesetzt. Nicht nur Eltern, sondern auch Tageseinrichtungen für Kinder erleben dies ganz häufig. Unzählige Fragen, die es rund ums „Essen und Trinken“ gibt, stehen neben einem regen Austausch im Kollegenkreis, im Vordergrund.

Datum: Samstag, 10.5.2025  
Zeit: 9:15 - 13:00 / 5 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Vormittag  
Leitung: Sabine Bomm  
Gebühr: 18,00 € zuzüglich Lebensmittelumlage  
Ort: Mehrgenerationenhaus

### 236 a Treffen für Kursleiter\*innen am Nachmittag

An diesem Nachmittag geht es um das neue Kurshalbjahr. Wir geben einen Überblick über geplante Angebote, insbesondere Fortbildungen für Kursleitungen. Honorartätigkeit mit Rechnungsstellung, Steuern und Versicherungen und allen aktuellen Regelungen wird ebenfalls wieder Thema sein.

Beachten Sie auch den Alternativtermin am Vormittag unter 236 b.

Wir bitten um Voranmeldung unter [familienbildung@awo-ha-mk.de](mailto:familienbildung@awo-ha-mk.de).

Datum: Donnerstag, 16.1.2025  
Zeit: 17:00 - 18:30 / 2 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Nachmittag  
Leitung: Manuela Lex  
Ort: Familienbildungsstätte

### 236 b Treffen für Kursleiter\*innen am Vormittag

An diesem Vormittag geht es um das neue Kurshalbjahr. Wir geben einen Überblick über geplante Angebote, insbesondere Fortbildungen für Kursleitungen. Honorartätigkeit mit Rechnungsstellung, Steuern und Versicherungen und allen aktuellen Regelungen wird ebenfalls wieder Thema sein.

Beachten Sie auch den Alternativtermin am Nachmittag unter 236 a.

**Wir bitten um Voranmeldung unter familienbildung@awo-ha-mk.de.**

Datum: Freitag, 17.1.2025  
 Zeit: 9:00 - 10:30 / 2 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Vormittag  
 Leitung: Manuela Lex  
 Ort: Familienbildungsstätte

### 237 Treffen für Kooperationspartner

- Möglichkeiten der Kooperation
- Besondere Angebote und Förderprogramme
- Fortbildungen für Kursleiter\*innen und Mitarbeiter\*innen der Einrichtungen
- Gelegenheit zum Austausch zwischen Familienzentren und anderen Kooperationspartnern

**Wir bitten um Voranmeldung unter familienbildung@awo-ha-mk.de.**

Datum: Mittwoch, 15.1.2025  
 Zeit: 9:00 - 10:30 / 2 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Vormittag  
 Leitung: Manuela Lex  
 Ort: Navi, Altenaer Str. 3

### 240 Schulungswochenende für Betreuungs-kräfte bei Kinder-Ferienangeboten

Junge Leute, die in den Betreuungsteams der Ferienaktion mitarbeiten möchten und mindestens 16 Jahre alt sind, werden an zwei Seminartagen auf ihre Tätigkeit vorbereitet.

Für Betreuer\*innen des AWO-Ferienpasses in Lüdenscheid ist die Teilnahme gebührenfrei und verpflichtend.

Datum: Samstag und Sonntag, 14. + 15.6.2025  
 Dauer: 1 Wochenende  
 Leitung: AWO-Bezirksjugendwerk  
 Gebühr: 21,00 € / 5,00 € Verpflegung  
 Ort: Familienbildungsstätte

## Angebote in Kooperation mit den AWO-Kindertagespflegebüros

**Die Kindertagespflege ist eine gesetzlich anerkannte Betreuungsform im familiennahen Umfeld.**

**Das Kindertagespflegebüro ist Ansprechpartner für:**

- Beratung und Begleitung für Eltern, die eine Betreuung für ihr Kind suchen
- Beratung für Mütter/Väter, die sich zur Tagespflege-mutter/-vater ausbilden lassen möchten
- Begleitung der Tagespflegepersonen
- Fortbildung der Tagespflegepersonen
- regelmäßige Treffen der Tagespflegepersonen

**AWO Kindertagespflege MK**  
 Hauptstraße 29 · 58540 Meinerzhagen

**Ansprechpartner sind:**

Loredana Kruse: 0174 309 71 90  
 Christine Laudien: 0172 200 39 17

Johanna Kniewel: 0152 531 265 93

Alina PoBekel: 0171 902 97 27

Suheda Aktas: 0173 5106315

### AWO Kindertagespflege MK, Altena, Werdohl

Am Stapel 20 - 22 · 58762 Altena

**Ansprechpartner sind:**

Sarah Lustinetz: 0172 858 75 64

Yasemin Werner: 02352 337 06 86

Daniela Wall: 0173 273 12 83

### 246 Jahreszeitlich mit Musik aufwachsen – Spiel und Spaß, Rhythmus und Fantasie im U3-Bereich

Kinder sind schon sehr früh in der Lage Melodien zu erkennen. Bereits im Mutterleib können sie die ersten Töne wahrnehmen.

Gemeinsames Singen fördert die emotionale Bindung und schafft Vertrauen. Beide Gehirnhälften werden durch Worte, Melodie und Bewegung angeregt und es werden neue Synapsen gebildet. Die Kinder können auf diese Art und Weise in Freude und Begeisterung Instrumente, ihre Stimme und Sprache ausprobieren, neue Wörter lernen und den Jahreszyklus langsam verinnerlichen.

Die Fortbildung zielt nicht darauf, den Kindern ein Instrument beizubringen oder sie zu Sängern auszubilden. Hier geht es vorrangig um gemeinsames jahreszeitlich bezogenes Singen, Reimen, Bewegung, Rhythmus, Fantasie, Experimentieren, sowie Spiel- und Spaß.

Denn bereits Johann Amos Comenius (Entwickler der ersten systemisch aufgebauten Pädagogik) vertrat die Methode, dass das Lernen ganzheitlich und ohne Zwang, wie ein Spiel vor sich gehen sollte.

Gerne können eigene Ideen den anderen Teilnehmern vorgestellt werden.

Datum: Samstag, Termin wird noch bekannt gegeben  
 Zeit: 9:30 - 12:00 / 4 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Vormittag  
 Leitung: Meike Hohnbaum  
 Ort: Familienbildungsstätte

### 247 Mehrsprachigkeit in der Kindertagespflege

Mehrsprachigkeit ist für immer mehr Kinder und Familien in Deutschland eine Normalität und gelebte Alltagsrealität. Viele Kinder wachsen nicht nur mit Deutsch als Familiensprache auf, sondern kommen früh mit verschiedenen Sprachvarianten und meist spätestens beim Eintritt in die Bildungseinrichtungen mit weiteren Sprachen in Kontakt. Im Sinne einer durchgängigen sprachlichen Bildung, die in frühester Kindheit ansetzt und Brücken zwischen dem Erleben der Kinder in ihren Familien und in den Bildungseinrichtungen herstellt, ist es daher wichtig, diese mehrsprachigen Realitäten anzuerkennen und als Ressource wertzuschätzen.

Mit diesen Fragen werden wir an dem Vormittag beschäftigen:

- Sprach- und Lernerfahrungen der Kinder
- aktiv mit einbeziehen der Familiensprachen,
- Durchgängige Sprachbildung gestaltet sich alltagsintegriert und handlungsbegleitend, von der Anzieh- oder Essenssituation über den gemeinsamen Spaziergang bis zum geplanten pädagogischen Angebot.
- Sie bezieht die lebensweltlichen und biografischen Erfahrungen der Kinder und ihrer Familien mit ein,
- orientiert sich an ihren Ressourcen und Kompetenzen.

Datum: Samstag, 15.2.2025  
Zeit: 9:30 - 13:30 / 5 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Samstag  
Leitung: Sevgi Sarikaya  
Ort: Familienbildungsstätte

## 248 Kommunikation in der Kindertagespflege, Teil II

Datum: Samstag, 5.4.2025  
Zeit: 9:30 - 12:30 / 4 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Samstag  
Leitung: Jessica Dulinski  
Ort: Familienbildungsstätte

## 251 Anschlussqualifizierung von Kindertagespflegepersonen 160+

Tagesmütter und -väter sind in den letzten Jahren zu einer verlässlichen Säule der Kinderbetreuung geworden. Neben den Kindertagesstätten sind auch in der Kindertagespflege die Erziehung, Bildung und Betreuung von Kindern bis zum Schuleintritt feste Größen. Um die Qualität der Kindertagespflege zu verbessern und zu stärken, hat das Deutsche Jugendinstitut (DJI) die bisherige Ausbildung neu konzipiert und im QHB, dem Kompetenzorientierten Qualitätshandbuch Kindertagespflege, veröffentlicht. Nach diesen Vorgaben bilden wir aus, nach erfolgreich bestandener Lernergebnisfeststellung erhalten die Teilnehmenden ein Zertifikat.

Die Qualifizierung startet am 07.02.2025, die Lernergebnisfeststellung findet im Juli 2025 statt. Die tätigkeitsbegleitende Qualifizierung 160+ umfasst 140 Unterrichtsstunden, hinzu kommen 40 Selbstlernstunden. In der Regel finden die Qualifizierungsstunden freitags von 15:45 - 19:15 Uhr und samstags von 8:45 - 16:00 Uhr statt. Der genaue Ablauf wird noch bekannt gegeben.

**Wir können eine parallele Kinderbetreuung in unserem Haus vermitteln. Bei Inanspruchnahme müssen die Honorarkosten von 12,00 € pro Unterrichtsstunde übernommen werden.**

Es handelt sich um eine Veranstaltung in Kooperation mit den Jugendämtern Märkischer Kreis und Lüdenscheid, dem Verein für Tages- und Pflegeeltern (TUPF) und dem AWO-Kindertagespflegebüro.

Anmeldung per E-Mail an familienbildung@awo-ha-mk.de oder anica.broeker@awo-ha-mk.de. Bitte im Anmeldeformular Vor- und Nachname, Beruf und zuständiges Jugendamt angeben.

Datum: Freitag, 7.2.2025  
Zeit: 15:45 - 19:15 (Fr)  
08:45 - 16:00 (Sa) /  
140 Unterrichtsstunden + 40 Selbstlernstunden  
Leitung: Anica Bröker  
Gebühr: 1.370,00 € (wird u. U. vom zuständigen Jugendamt bezuschusst, bitte nehmen Sie Kontakt auf)  
Ort: Familienbildungsstätte

**Der Café-Treff bietet ein Frühstücksbuffet, eine Kaffeetafel für Gruppen und Kuchen auf Vorbestellung an. Sie möchten mitarbeiten, Aktionen im Café anbieten oder sich einfach nur wohl fühlen? Kommen Sie doch einfach unverbindlich vorbei. Wir freuen uns immer über neue Ideen und tatkräftige Unterstützung!**

**Bei vielen Menschen entsteht Bedarf nach individueller und organisatorischer Hilfe. Im Rahmen der Informationsbörse für Familien und Senioren beraten wir telefonisch und persönlich in diesen Fragen und vermitteln bei Bedarf kompetente Partner und passende Hilfsangebote, wie z. B. Kontakte zu Kindergärten, Beratungsstellen, Sozialamt, Arbeitsagentur, Jugendamt, Tagesmüttern und Babysitterdiensten.**

### Netzwerk Demenz Lüdenscheid

**Menschen mit einer Demenz und ihre Angehörigen sind auf ein gut abgestimmtes Netzwerk von ambulanten und auch stationären Hilfen angewiesen. Wir, das Demenznetzwerk Lüdenscheid, möchten den Betroffenen, Angehörigen, Freunden und Interessierten die Möglichkeiten aufzeigen, wie sie die Herausforderungen im Alltag meistern können. Aus diesem Grund haben sich viele Gesundheitsexperten aus Lüdenscheid zusammengeschlossen.**

## 293 M AWO Tauschring Lüdenscheid



Im Tauschring werden Dienstleistungen, Kenntnisse und Fähigkeiten untereinander getauscht. Diese werden nicht mit Geld, sondern in einer eigenen Währung, den „AWO-Herzen“, bezahlt. Der Tausch geschieht zum gegenseitigen Nutzen und ist nicht gewinnorientiert. In einer Tauschzeitung werden Angebote und Nachfragen veröffentlicht. Beim „TauschRausch“, dem Tauschring-Treffen können sich die Mitglieder kennenlernen und austauschen. Um Mitglied zu werden, ist ein Besuch unserer Infoveranstaltung nötig, die zeitgleich zum Tauschringtreffen „TauschRausch“ stattfindet.

Datum: Dienstag, 23.1.2024, weitere Termine: 25.2., 25.3., 29.4., 27.5., 24.6.  
Zeit: 17:45 - 20:00 / 18 Unterrichtsstunden  
Dauer: 6 Abende  
Leitung: Sabine Bomm  
Ort: Mehrgenerationenhaus

## 294 M Reflexion für lesepat\*innen



Datum: Termin wird noch bekannt gegeben  
Zeit: 9:30 - 11:45 / 3 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Vormittag  
Leitung: Sabine Bomm  
Ort: Mehrgenerationenhaus

## 295 M Lesepat\*innen für Kinder mit Migrationshintergrund



Ehrenamtliche Lesepaten\*innen üben mit Grundschulern lesen. Sie haben Spaß am Umgang mit Kindern, einen Nachmittag in der Woche von 14 bis 16 Uhr Zeit und Lust auf eine sinnvolle Beschäftigung? Wir suchen weitere engagierte Talente, die einen guten Draht zu Kindern haben. Bitte melden Sie sich, wenn Sie Interesse haben. Ein Einstieg ist jederzeit möglich!

Weitere Informationen zur Organisation und zum Konzept unter: 02351/9853314.

## Weitere Angebote des AWO-Mehrgenerationenhaus

**In unserem Programmheft finden Sie unter dem „MGH-Häuschen“ zahlreiche Angebote in Kooperation mit dem Mehrgenerationenhaus. Bitte beachten Sie in der Tagespresse unsere vielseitigen Veranstaltungen rund ums Kochen oder lassen Sie sich vor Ort im Mehrgenerationenhaus beraten.**

**296 M Eltern-Kind Kochkurs für Kinder ab 6 Jahren – Ravioli selbst gemacht**

Mehr Generationen Haus  
Miteinander – Füreinander

Unter Anleitung unserer Kursleiter wird gemeinsam ein Zwei-Gänge Menü zubereitet.

Neben den selbst gemachten Ravioli mit Fleischfüllung und einer leckeren Tomatensoße mit Parmesankäse gibt es zum Nachtisch ein Kinder-Tiramisu.

Datum: Samstag, 8.2.2025  
Zeit: 9:15 - 13:00 / 5 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Vormittag  
Leitung: Sabine Bomm, Peter Müller  
Gebühr: pro Paar 30,00 € inkl. Lebensmittel (Oma / Opa / Tante / Onkel?  
– Das geht natürlich auch).  
Ort: Mehrgenerationenhaus

**297 M Eltern-Kind Kochkurs für Kinder ab 6 Jahren – Osterbackstube**

Mehr Generationen Haus  
Miteinander – Füreinander

Wir backen alle möglichen Sachen rund um Ostern.

Kinder bekommen beim Backen nicht nur wichtiges Wissen zur Handhabung mit Lebensmitteln und zur Zubereitung vermittelt, sondern auch praktische Erfahrungen mit dem Umgang der Küchenutensilien. Das fördert die Feinmotorik und die Selbstständigkeit. Egal ob Rühren, Kneten, Formen, Ausstechen oder Verzieren, die Kinder haben ihren Spaß und wollen mitmachen.

Datum: Samstag, 5.4.2025  
Zeit: 9:15 - 13:00 / 5 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Vormittag  
Leitung: Sabine Bomm, Annette Kostal  
Gebühr: pro Paar 30,00 € incl. Lebensmittel (Oma / Opa / Tante / Onkel?  
– Das geht natürlich auch).  
Ort: Mehrgenerationenhaus

**298 M Eltern-Kind Kochkurs für Kinder ab 6 Jahren – Schupfnudeln selbst gemacht**

Mehr Generationen Haus  
Miteinander – Füreinander

Was hat Oma früher eigentlich alles gekocht? Und was haben die Gerichte für komische Namen? Heute geht es um die westfälische Küche. Da findet jeder sein „Blindhuhn“, das bedeutet – dass jede/r etwas findet, was sie/er gerne mag.

Datum: Samstag, 17.5.2025  
Zeit: 9:15 - 13:00 / 5 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Vormittag  
Leitung: Sabine Bomm, Peter Müller  
Gebühr: pro Paar 30,00 € inkl. Lebensmittel (Oma / Opa / Tante / Onkel?  
– das geht auch.)  
Ort: Mehrgenerationenhaus

**302 M Männer am Herd am Dienstag**

Mehr Generationen Haus  
Miteinander – Füreinander

Datum: Dienstag, 21.1.2025,  
Folgetermine: 18.2., 18.3., 8.4., 6.5., 3.6.  
Zeit: 17:30 - 21:30 Uhr / 24 Unterrichtsstunden  
Dauer: 6 Abende  
Leitung: Ulli Koch  
Gebühr: 84,00 € zuzüglich Lebensmittelumlage  
Ort: Mehrgenerationenhaus

**303 M Männer am Herd am Mittwoch**

Mehr Generationen Haus  
Miteinander – Füreinander

Datum: Dienstag, 22.1.2025,  
Folgetermine: 19.2., 19.3., 9.4., 7.5.,  
4.6., 11.6.  
Zeit: 17:30 - 21:30 Uhr / 24 Zeitstunden  
Dauer: 6 Abende  
Leitung: Uli Koch  
Gebühr: 84,00 € zuzüglich Lebensmittelumlage  
Ort: Mehrgenerationenhaus

## „Spielräume – PEKiP in und um Lüdenscheid“ – Kooperationspartner

„Spielräume“ bietet PEKiP-Kurse in Lüdenscheid und Umgebung an.

Anmeldung und weitere Infos unter 02359/2943175.

E-Mail: [Spieldraeume.PEKiP@t-online.de](mailto:Spieldraeume.PEKiP@t-online.de)

**331 PEKiP**

Datum: Mittwoch, Starttermin bitte erfragen.  
Zeit: 9:00 - 10:30 Uhr / 20 Unterrichtsstunden  
Dauer: 10 Treffen a 1 ½ Zeitstunden  
Leitung: Petra Neudenberger  
Gebühr: 120,00 €  
Ort: Eltern- und Geschwisterschule Hellersen,  
Paulmannshöher Str. 14, 58515 Lüdenscheid

**332 PEKiP in Lüdenscheid**

Datum: Mittwoch, Starttermin bitte erfragen.  
Zeit: 11:00 - 12:30 / 20 Unterrichtsstunden  
Dauer: 10 Treffen a 1 ½ Zeitstunden  
Leitung: Petra Neudenberger  
Gebühr: 120,00 €  
Ort: Eltern- und Geschwisterschule Hellersen,  
Paulmannshöher Str. 14, 58515 Lüdenscheid

## PEKiP in Halver und Meinerzhagen – Janine Seidel-Fischer Kooperationspartnerin

Janine Seidel-Fischer bietet PEKiP-Kurse in und um Halver und Meinerzhagen an.

## Anmeldung und weitere Infos unter E-Mail: pekup\_janine@outlook.de



### 333 a PEKiP in Halver – Block I

PEKiP- Gruppen sollten möglichst während des 1. Lebensjahres zusammenbleiben.  
Der Kurs besteht aus insgesamt aus 3 Blöcken zu ca. 24 Treffen. Ein späterer Ein- und Ausstieg ist jederzeit möglich.

#### Anmeldung und weitere Infos unter E-Mail: pekup\_janine@outlook.de

Datum: Mittwoch, Starttermin bitte erfragen.  
Zeit: 15:00 - 16:30 / 16 Unterrichtsstunden  
Dauer: 8 Treffen a 90 Minuten  
Leitung: Janine Seidel-Fischer  
Gebühr: 120,00 €  
Ort: Zentral in 58553 Halver, Bekanntgabe der Adresse bei Anmeldebestätigung



### 333 b PEKiP in Halver – Block II

PEKiP- Gruppen sollten möglichst während des 1. Lebensjahres zusammenbleiben.  
Der Kurs besteht insgesamt aus 3 Blöcken zu ca. 24 Treffen. Ein späterer Ein- und Ausstieg ist jederzeit möglich.

#### Anmeldung und weitere Infos unter E-Mail: pekup\_janine@outlook.de

Datum: Mittwoch, Starttermin bitte erfragen.  
Zeit: 15:00 - 16:30 / 16 Unterrichtsstunden  
Dauer: 8 Treffen a 90 Minuten  
Leitung: Janine Seidel-Fischer  
Gebühr: 120,00 €  
Ort: Zentral in 58553 Halver, Bekanntgabe der Adresse bei Anmeldebestätigung



### 333 c PEKiP in Halver – Block III

PEKiP- Gruppen sollten möglichst während des 1. Lebensjahres zusammenbleiben.  
Der Kurs besteht insgesamt aus 3 Blöcken zu ca. 24 Treffen. Ein späterer Ein- und Ausstieg ist jederzeit möglich.

#### Anmeldung und weitere Infos unter E-Mail: pekup\_janine@outlook.de

Datum: Mittwoch, Starttermin bitte erfragen.  
Zeit: 15:00 - 16:30 / 16 Unterrichtsstunden  
Dauer: 8 Treffen a 90 Minuten  
Leitung: Janine Seidel-Fischer  
Gebühr: 120,00 €  
Ort: Zentral in 58553 Halver, Bekanntgabe der Adresse bei Anmeldebestätigung



### 334 a PEKiP in Meinerzhagen – Block I

PEKiP- Gruppen sollten möglichst während des 1. Lebensjahres zusammenbleiben.  
Der Kurs besteht insgesamt aus 3 Blöcken zu ca. 24 Treffen. Ein späterer Ein- und Ausstieg ist jederzeit möglich.

#### Anmeldung und weitere Infos unter E-Mail: pekup\_janine@outlook.de

Datum: Dienstag, Starttermin bitte erfragen  
Zeit: 16:00 - 17:30 / 16 Unterrichtsstunden  
Dauer: 8 Treffen a 90 Minuten  
Leitung: Janine Seidel-Fischer  
Gebühr: 120,00 €  
Ort: Zentral in 58540 Meinerzhagen, Bekanntgabe der Adresse bei Anmeldebestätigung

### 334 b PEKiP in Meinerzhagen – Block II

PEKiP- Gruppen sollten möglichst während des 1. Lebensjahres zusammenbleiben.  
Der Kurs besteht insgesamt aus 3 Blöcken zu ca. 24 Treffen. Ein späterer Ein- und Ausstieg ist jederzeit möglich.

#### Anmeldung und weitere Infos unter E-Mail: pekup\_janine@outlook.de

Datum: Dienstag, Starttermin bitte erfragen  
Zeit: 16:00 - 17:30 / 16 Unterrichtsstunden  
Dauer: 8 Treffen a 90 Minuten  
Leitung: Janine Seidel-Fischer  
Gebühr: 120,00 €  
Ort: Zentral in 58540 Meinerzhagen, Bekanntgabe der Adresse bei Anmeldebestätigung



### 334 c PEKiP in Meinerzhagen – Block III

PEKiP- Gruppen sollten möglichst während des 1. Lebensjahres zusammenbleiben.  
Der Kurs besteht insgesamt aus 3 Blöcken zu ca. 24 Treffen. Ein späterer Ein- und Ausstieg ist jederzeit möglich.

#### Anmeldung und weitere Infos unter E-Mail: pekup\_janine@outlook.de

Datum: Dienstag, Starttermin bitte erfragen  
Zeit: 16:00 - 17:30 / 16 Unterrichtsstunden  
Dauer: 8 Treffen a 90 Minuten  
Leitung: Janine Seidel-Fischer  
Gebühr: 120,00 €  
Ort: Zentral in 58540 Meinerzhagen, Bekanntgabe der Adresse bei Anmeldebestätigung



## Arche Care Haus – Kooperationspartner

Karls Höhe 6A • 58513 Lüdenscheid  
Tel.: 01520 / 6378582 • Fax: 02351 / 6631328

Mail: [dorfgemeinschaft@arche-luedenscheid.de](mailto:dorfgemeinschaft@arche-luedenscheid.de)  
Web: [www.arche-luedenscheid.de](http://www.arche-luedenscheid.de)

#### Ansprechpartner\*in: Ute Gall, Karsten Schlüter

- Umfassende Betreuung von Senior\*innen in der eigenen Wohnung und im Stadtteil
- Ambulantes Hospiz mit Aus- und Fortbildung von Ehrenamtlichen
- Schulung von Fachkräften
- Vorträge und Infoveranstaltungen
- Ort der Begegnung Arche Care Haus

#### Tierbesuch im Arche Care Haus mit den Kindern des Familienzentrums

Kleintiere besuchen Alt und Jung. Kaninchen, Hühner, einen Papagei und ein Schlangenpärchen kann man kennenlernen, beobachten, vielleicht sogar streicheln und füttern. Bei der Kontaktaufnahme erleben Menschen, dass sie so angenommen werden, wie sie sind. Tiere bieten einen Kommunikationsanlass und fördern so soziale Interaktion zwischen den Generationen. Erinnerungen werden geweckt, denn viele Senioren kennen das Zusammenleben mit Tieren aus ihrer Vergangenheit und können ihre Erfahrungen kommunizieren. Kinder machen die Erfahrung, dass auch ein Tier eigene Bedürfnisse hat, auf die Rücksicht genommen werden muss. Echte Tiere sind eben keine Kuschtiere oder Spielzeuge, mit denen man nach Belieben verfahren kann.

In Kooperation mit der AWO-Familienbildungsstätte.

Datum: Donnerstag, 8.5.2025  
 Zeit: 10:00 - 11:30 / 2 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Vormittag  
 Leitung: Manuela Lex  
 Ort: Gevelsdorf, Karlshöhe 6A

## Eltern- und Geschwisterschule Hellersen – Kooperationspartner

Klinikum Lüdenscheid  
 Paulmannshöher Straße 14  
 Haus 10, EG  
 58515 Lüdenscheid

Tel. 02351/46-3212 · Mobil: 0177/3516580

Mail: [elternschule@klinikum-luedenscheid.de](mailto:elternschule@klinikum-luedenscheid.de)

Ansprechpartnerin: Pia Heusler

Bürozeiten: dienstags und mittwochs von 9.00 - 12.00 Uhr

Die Eltern- und Geschwisterschule am Klinikum möchte werdende Eltern und Eltern mit ihren Babys auf Ihrem Weg als Familie begleiten.

Das aktuelle Programm finden Sie unter folgender Internetadresse  
<https://bit.ly/2WzUxEs>

## 340 Yoga mit Baby



In dieser Gruppe gibt es viel Gelegenheit zum Austausch und zum gemeinsamen Spielen und Singen. Sie erlernen außerdem Yogaübungen, die Ihren Körper stärken, durch die Sie kurze Momente loslassen und entspannen können und doch das Baby einbeziehen können. Durch spezielle Atemübungen kommen Sie zur Ruhe und gewinnen neue Energie für den Elternalltag. In dieser Gruppe kommen Mamas, Papas und Babys auf ihre Kosten.

Datum: Montag, 28.4.2025  
 Zeit: 10:00 - 11:00 / 5 Zeitstunden  
 Dauer: 5 Vormittage  
 Leitung: Martina Schmitz  
 Gebühr: 20,00 €  
 Ort: Elternschule

## Familienzentrum Johanniter-Kita Abenteuerland – Kooperationspartner

Brüderstraße 41/43 und 25/27  
 58507 Lüdenscheid

Tel. 02351/36673300

Mail: [kita.abenteuerland@johanniter.de](mailto:kita.abenteuerland@johanniter.de)

Ansprechpartnerin: Katharina Chluba

## 350 Tierbesuch im Familienzentrum

Kleintiere besuchen das Familienzentrum. Kaninchen, Hühner, einen Papagei und ein Schlangenpärchen kann man kennenlernen, beobachten, vielleicht sogar streicheln und füttern. Bei der Kontaktaufnahme erleben Kinder, dass sie so angenommen werden, wie sie sind. Echte Tiere sind allerdings keine Kuscheltiere oder Spielzeuge, mit denen man nach Belieben verfahren kann. So machen Kinder die Erfahrung, dass auch ein Tier eigene Bedürfnisse hat, auf die Rücksicht genommen werden muss.

Datum: Donnerstag, 6.3.2025  
 Zeit: 10:00 - 11:30 / 2 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Vormittag  
 Leitung: Manuela Lex  
 Ort: Abenteuerland

## Familienzentrum Kinderinsel – Kooperationspartner

Freiherr-vom-Stein-Str. 27 · 58511 Lüdenscheid

Telefon: 02351/67240210 · Fax: 02351/67240-211

E-Mail: [kristin.haenisch@sos-kinderdorf.de](mailto:kristin.haenisch@sos-kinderdorf.de)

Ansprechpartnerin: Sabina Plate

## 358 Interkulturelles Elterncafé

Dieser Treff ist für alle Familien aus dem Stadtteil mit und ohne Migrationshintergrund gedacht. Kontakte knüpfen zu anderen Familien, Spielanregungen für Eltern und Kinder und Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch rund um den Familienalltag stehen auf dem Programm. Gebührenfreies Angebot.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich!

Datum: Montag, Starttermin wird noch bekannt gegeben  
 Zeit: 9:00 - 11:15 / 30 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 10 Vormittage  
 Leitung: Züleyha Cilingir  
 Ort: Kinderinsel

## 359 Hundebesuch im Familienzentrum

Hunde begegnen uns überall: in der Fußgängerzone, im Park, bei Bekannten, im Urlaub. Umso wichtiger ist es, dass Kinder den richtigen Umgang mit Hunden kennenlernen und ihnen angstfrei gegenübertreten können. Wie reagiert ein Hund in unterschiedlichen Situationen? Wie verstehe ich die Sprache der Hunde? Wie verhalte ich mich richtig? Mit den Besuchshunden der Hundeschule Brauckmann gehen wir diesen Fragen auf den Grund. Für Kinder ab 4 Jahre.

Datum: Donnerstag, 6.2.2025  
 Zeit: 10:00 - 11:30 / 2 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Vormittag  
 Leitung: Pit Brauckmann  
 Ort: Kinderinsel

### 362 IA Sprachkurs für Frauen – Migrantinnen einfach stark im Alltag (MiA-Kurs)

Inhalt des Sprachkurses: Teilnehmerinnen werden auf ihren Alltag vorbereitet. Um dies zu erreichen werden Deutschkenntnisse in verschiedenen Themenbereichen wie bspw. Freizeit, Beruf, Einkaufen, Gesundheit, Behörden und Ämter erworben. Wichtige Regeln der Grammatik und die Wortschatzerweiterung stehen im Fokus. Dies beinhaltet den Satzbau, die korrekte Verwendung von Personalpronomen, Artikeln und das Konjugieren von Verben etc.

Kinder können parallel zu den Kurszeiten betreut werden. Bitte sprechen Sie uns an.

Ein Angebot in Kooperation mit der Integrationsagentur und der Familienbildungsstätte der AWO Hagen – Märkischer Kreis.

**Anmeldung: Gülcan Aktas Tel.: 02351-98533-12 / 0157 33914229**

Datum: Dienstag, Starttermin wird noch bekannt gegeben.  
 Zeit: 9:00 - 12:00 / 34 Zeitstunden  
 Dauer: 11 Vormittage  
 Leitung: NN  
 Ort: Kinderinsel

## Familienzentrum „Effzett“ in der Kindertagesstätte Heberg – Kooperationspartner

Leifringhauser Str. 7 · 58511 Lüdenscheid

Telefon: 02351/40464

Mail: [kita.heberg@luedenscheid.de](mailto:kita.heberg@luedenscheid.de)

**Ansprechpartnerin: Aleksandra Popovic**

**Sprechstunde mit dem Jugendamt Lüdenscheid: Auf Anfrage**

**Türkische Sprechstunde: Auf Anfrage**

**Russische Sprechstunde: Auf Anfrage**

**In allen unseren Sprechstunden können Fragen gestellt werden und Sie erhalten Unterstützung bei Briefen, Anträgen und dem Ausfüllen von Formularen, ebenso können wir Sie zu Behörden-gängen begleiten.**

### 364 Offenes Stadtteil-Café

Datum: immer montags  
 Zeit: 14:00 - 16:00 / 18 Zeitstunden  
 Dauer: 18 Nachmittage  
 Ort: Effzett

### 365 Kleine Forscherwerkstatt: Luft, das ist nicht nichts! – für Kinder ab 5 J.

An zwei Vormittagen beschäftigen wir uns mit den Eigenschaften der Luft und anderen Gasen. Die Kinder führen eigene Experimente (z.B. mini-Feuerlöcher) durch und werden spielerisch an die Wissenschaft herangeführt. Für die dazwischenliegende Woche gibt es eine kleine Aufgabe.

Datum: Donnerstag, 6.2. und 20.2.2025  
 Zeit: 10:00 - 11:30 / 4 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 2 Vormittage  
 Leitung: Sarah Katherina Popov  
 Ort: Effzett



## Familienzentrum städtische Kindertagesstätte Gevelndorf – Kooperationspartner

Gevelndorferstr. 12 · 58507 Lüdenscheid  
 Tel. 02351/570071

Mail: [kita.gevelndorf@luedenscheid.de](mailto:kita.gevelndorf@luedenscheid.de)

**Ansprechpartner\*in: Barbara Dahmann, Uwe Hindrichs**

### 371 Elterncafé

Datum: immer donnerstags, Starttermin wird noch bekannt gegeben  
 Zeit: 14:00 - 16:00 / 44 Zeitstunden  
 Dauer: 22 Nachmittage

### 372 Tierbesuch im Arche Care Haus mit den Kindern des Familienzentrums

Kleintiere besuchen Alt und Jung. Kaninchen, Hühner, einen Papagei und ein Schlangenpärchen kann man kennenlernen, beobachten, vielleicht sogar streicheln und füttern. Bei der Kontaktaufnahme erleben Menschen, dass sie so angenommen werden, wie sie sind. Tiere bieten einen Kommunikationsanlass und fördern so soziale Interaktion zwischen den Generationen. Erinnerungen werden geweckt, denn viele Senioren kennen das Zusammenleben mit Tieren aus ihrer Vergangenheit und können ihre Erfahrungen kommunizieren. Kinder machen die Erfahrung, dass auch ein Tier eigene Bedürfnisse hat, auf die Rücksicht genommen werden muss. Echte Tiere sind eben keine Kuscheltiere oder Spielzeuge, mit denen man nach Belieben verfahren kann.

In Kooperation mit der AWO-Familienbildungsstätte.

Datum: Donnerstag, 8.5.2025  
 Zeit: 10:00 - 11:30 / 2 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Vormittag  
 Leitung: Manuela Lex  
 Ort: Gevelndorf, Karlshöhe 6A

## SOS-Kindervilla – Kooperationspartner

**Freiherr-vom-Stein-Str. 27 · 58511 Lüdenscheid  
Tel. 02351/67240210 · Fax 02351 67240-211**

**E-Mail: kristin.haenisch@sos-kinderdorf.de**

**Informationen und Anmeldung: Kristin Hänisch**

### 377 „Was machen die denn da?“ – Umgang mit frühkindlicher Sexualität

Im Rahmen eines Elternabends sollen wichtige Aspekte der frühkindlichen Sexualentwicklung dargelegt werden und am Beispiel der „Doktorspiele“ ein Augenmerk darauf liegen, in welchem Rahmen Kinder spielerisch den eigenen und fremde Körper erkunden, an welchen Stellen es aber auch notwendig ist, Grenzen zu benennen und diese klar zu setzen. Es besteht für alle interessierten Eltern die Möglichkeit im Anschluss Fragen zu stellen, so dass ein gemeinsamer Austausch stattfinden kann, um für das Thema „Frühkindliche Sexualität“ zu sensibilisieren aber es auch gleichzeitig ein Stück aus der „Tabu-Zone“ zu holen.

Datum: Donnerstag, 20.2.2025  
Zeit: 18:00 – 19:30 / 2 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Abend  
Leitung: NN  
Ort: SOS-Kindervilla

### 379 Tierbesuch im Familienzentrum

Kleintiere besuchen das Familienzentrum. Kaninchen, Hühner, einen Papagei und ein Schlangenpärchen kann man kennenlernen, beobachten, vielleicht sogar streicheln und füttern. Bei der Kontaktaufnahme erleben Kinder, dass sie so angenommen werden, wie sie sind. Echte Tiere sind allerdings keine Kuscheltiere oder Spielzeuge, mit denen man nach Belieben verfahren kann. So machen Kinder die Erfahrung, dass auch ein Tier eigene Bedürfnisse hat, auf die Rücksicht genommen werden muss.

Datum: Donnerstag, 20.3.2025  
Zeit: 10:00 – 11:30 / 2 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Vormittag  
Leitung: Manuela Lex  
Ort: Familienzentrum SOS-Kindervilla

## Familienzentrum Rappelkiste im SOS Kinderdorf – Kooperationspartner

**Claudiusstr. 34 · 58513 Lüdenscheid  
Tel. 02351/6724020**

**Mail: KDSauerlandFamilienzentrum@sos-kinderdorf.de**

**Ansprechpartnerin: Juliane Pritzl**

### 383 Offener Stadtteiltreff

Dieser Treff ist für Menschen von 0 bis 99 Jahren aus dem Stadtteil Rathmecke-Dickenberg als fußläufiges Angebot ohne Stress im Stau oder bei der Parkplatzsuche gedacht. Es wird gemeinsam gespielt und für die Erwachsenen gibt es Gelegenheit zum Kennenlernen, zum Austausch und zur Stärkung der nachbarschaftlichen Kontakte.

Datum: Mittwoch, Starttermin wird noch bekannt gegeben.  
Zeit: 15:00 – 16:00 / 12 Zeitstunden  
Dauer: 12 Nachmittage  
Leitung: Annette Kostal  
Ort: Familienzentrum Rappelkiste im SOS-Kinderdorf

### 384 Hundebesuch im Familienzentrum

Hunde begegnen uns überall: in der Fußgängerzone, im Park, bei Bekannten, im Urlaub. Umso wichtiger ist es, dass Kinder den richtigen Umgang mit Hunden kennenlernen und ihnen angstfrei gegenüber treten können. Wie reagiert ein Hund in unterschiedlichen Situationen? Wie verstehe ich die Sprache der Hunde? Wie verhalte ich mich richtig? Mit den Besuchshunden der Hundeschule Brauckmann gehen wir diesen Fragen auf den Grund. Für Kinder ab 4 Jahre.

Datum: Donnerstag, 13.2.2025  
Zeit: 10:00 – 11:30 / 2 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Vormittag  
Leitung: Pit Brauckmann  
Ort: Familienzentrum Rappelkiste im SOS-Kinderdorf

### 385 Yoga für Erwachsene und Jugendliche

Suchen Sie einen körperlichen Ausgleich für Ihren beruflichen Alltag oder bei Schulstress? Möchten Sie einmal 1 Stunde in der Woche abschalten und entspannen, dann probieren Sie es doch mal mit Yoga! Bewegung durch Yoga und eine abschließende Entspannung macht Sie wieder frisch, fit und lässt Sie innerlich zur Ruhe kommen. Durch Meditationen, die gelegentlich durchgeführt werden, lässt sich eine innere Ruhe erreichen.

Meditationen stärken zudem auch die Konzentration. Genießen Sie diese Wohlfühlstunden.

Teilnehmerzahl 10 Personen.

**Anmeldung erforderlich unter 02351/6724020.**

Datum: Montag, Termin wird noch bekannt gegeben  
Zeit: 19:15 – 20:15 / 10 Zeitstunden  
Dauer: 10 Abende  
Leitung: Gerald Benfeld  
Gebühr: 60,00 €  
Ort: Familienzentrum Rappelkiste im SOS-Kinderdorf

## Familienzentrum Kindergarten Kindertraum e.V. am Vogelberg – Kooperationspartner

**Wilhelm-Kattwinkel-Straße 7 · 58513 Lüdenscheid  
Tel. 02351/679678 · Fax: 02351/981082**

**Mail: mail@kindergarten-kindertraum.de  
Internet: www.kindergarten-kindertraum.de**

**Informationen und Anmeldung: Claudia Okon, Nicole Schulte**

**Der Allgemeine Soziale Dienst des Jugendamtes steht in unseren  
Räumen jeden 1. Montag im Monat von 16:00 - 17:00 Uhr zu einer  
offenen Sprechstunde zur Verfügung (Anmeldung erforderlich).**

**(Anmeldung erforderlich)**

## 390 Vogelberger Krabbeltreff

Datum: Montag, Starttermin wird noch bekannt gegeben.  
Zeit: 14:45 - 15:45 / 11 Zeitstunden  
Dauer: 12 Nachmittage  
Leitung: Katja Schmidt  
Gebühr: 27,00 €  
Ort: Kindertraum

## 391 Tierbesuch im Familienzentrum

Kleintiere besuchen das Familienzentrum. Kaninchen, Hühner, einen Papagei und ein Schlangenpärchen kann man kennenlernen, beobachten, vielleicht sogar streicheln und füttern. Bei der Kontaktaufnahme erleben Kinder, dass sie so angenommen werden, wie sie sind. Echte Tiere sind allerdings keine Kuscheltiere oder Spielzeuge, mit denen man nach Belieben verfahren kann. So machen Kinder die Erfahrung, dass auch ein Tier eigene Bedürfnisse hat, auf die Rücksicht genommen werden muss.

Datum: Donnerstag, 27.3.2025  
Zeit: 10:00 - 11:30 / 2 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Vormittag  
Leitung: Manuela Lex  
Ort: Kindertraum

## 401 Naturwissenschaftliches Experimentieren für Väter / Onkel / Opas mit Kindern im Alter von 4 bis 6 Jahren

Kinder erforschen ihre Umwelt und beobachten alltägliche Phänomene mit großem Staunen. Durch Ausprobieren, Wiederholen und Experimentieren begreifen sie naturwissenschaftliche Zusammenhänge und suchen nach weiteren Erklärungen für alltägliches Geschehen. Einfache Experimente zum Nachmachen und Weiterforschen.  
Gebührenfreies Angebot des Familienzentrums

**Anmeldung erforderlich, Anmeldeschluss 24.3.2025**

Datum: Montag, 31.3.2025  
Zeit: 14:15 - 15:30 / 2 Unterrichtsstunde  
Dauer: 1 Nachmittag  
Leitung: Rita Lahme  
Ort: Christine-Schnur-Weg

## 403 Interkultureller Eltern-Kind-Treff

Hier sind alle Familien mit und ohne Migrationshintergrund angesprochen. Beim Spielen mit den Kleinen gibt es viele Anregungen. Es entstehen neue Kontakte und viele Gelegenheiten zum Austausch. Sprachbarrieren treten in den Hintergrund. Wichtige Infos für Familien wie Gesundheitsthemen oder Fragen zu Kita und Schule werden in der Gruppe diskutiert.  
Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Datum: Dienstag, 20.01.2025  
Zeit: 8:30 - 10:00 / 16 Unterrichtsstunden  
Dauer: 8 Vormittage  
Leitung: Züleyha Cilingir  
Ort: Bunte Kluse

## 404 Tierbesuch im Familienzentrum

Kleintiere besuchen das Familienzentrum. Kaninchen, Hühner, einen Papagei und ein Schlangenpärchen kann man kennenlernen, beobachten, vielleicht sogar streicheln und füttern. Kinder machen die Erfahrung, dass auch ein Tier eigene Bedürfnisse hat, auf die Rücksicht genommen werden muss. Echte Tiere sind eben keine Kuscheltiere oder Spielzeuge, mit denen man nach Belieben verfahren kann.

In Kooperation mit der AWO-Familienbildungsstätte.

Datum: Donnerstag, 15.5.2025  
Zeit: 10:00 - 11:30 / 2 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Vormittag  
Leitung: Manuela Lex  
Ort: Bunte Kluse

## 405 Bewegungslandschaft für Eltern und Kinder von 1 - 2 Jahren

Bewegung ist ein Bedürfnis aller Kinder und wichtig, um sich gut entwickeln zu können. Wir laden Sie und ihr Kind zu einer Bewegungsstunde ein. Ihr Kind sollte sicher laufen können. Die Kinder möchten Ihnen zeigen, wie sie rennen, werfen, klettern etc. können.

Gebührenfreies Angebot des Familienzentrums.

**Anmeldung erforderlich, Anmeldeschluß 3.3.2025**

Datum: Montag, 10.3.2025  
Zeit: 14:15 - 15:30 / 2 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Nachmittag  
Leitung: Sylvia Schulz  
Ort: Christine-Schnur-Weg

**AWO - Kindertagesstätten  
Christine-Schnur-Weg und Bunte Kluse  
– Kooperationspartner**

**Das Familienzentrum ist ein Verbund aus zwei  
Kindertageseinrichtungen:**

### **AWO Kindertagesstätte „Christine-Schnur-Weg“**

**Christine-Schnur-Weg 3 · 58511 Lüdenscheid  
Telefon 02351/390108**

**Mail: [kita-christine-schnurweg@awo-ha-mk.de](mailto:kita-christine-schnurweg@awo-ha-mk.de)**

**Ansprechpartnerin: Kerstin Turk**

### **AWO Kindertagesstätte „Bunte Kluse“**

**Kluser Straße 35 · 58511 Lüdenscheid  
Telefon 02351/7871200**

**Mail: [kita-bunte-kluse@awo-ha-mk.de](mailto:kita-bunte-kluse@awo-ha-mk.de)**

**Ansprechpartnerin: Petra Skerra**

## 399 Familiencafé in der Bunten Kluse

Datum: jeden letzten Freitag im Monat  
Zeit: 9:00 - 10:30 / 12 Unterrichtsstunden  
Dauer: 6 Vormittage  
Ort: Kita Bunte Kluse

## 400 Familiencafé am Christine-Schnur-Weg

Datum: jeden 1. Dienstag im Monat  
Zeit: 8:00 - 11:00 / 24 Unterrichtsstunden  
Dauer: 6 Vormittage  
Ort: Christine-Schnur-Weg

## AWO-Kindertagesstätte Sonnenhang – Kooperationspartner

Am Sonnenhang 8 · 58511 Lüdenscheid  
**Telefon: 02351/26775 · Fax: 02351/676618**  
**E-Mail: kita-sonnenhang@awo-ha-mk.de**  
**Ansprechpartnerin: Lieselotte Winter**

## Familienzentrum kombinierte AWO-Kindertagesstätte Kinderplanet – Kooperationspartner

Bahnhofsallee 26 · 58507 Lüdenscheid  
**Tel. 02351/3668646**  
**E-Mail: kita-kinderplanet@awo-ha-mk.de**  
**Ansprechpartnerin: Frauke Däumer**

### 418 Familiencafé

Datum: einmal monatlich donnerstags, Termine werden noch bekannt gegeben.  
 Zeit: 14:00 - 16:00 / 12 Zeitstunden  
 Dauer: 6 Termine  
 Leitung: N N  
 Ort: Kinderplanet

### 419 ELTERNSTART NRW

**Kostenloses Angebot für Eltern mit Kindern von 6 - 12 Monaten. Einstiegsangebot in die Familienbildung mit Schwerpunkt Kennenlernen und Austausch.** Es geht in dieser Eltern-Kind-Gruppe um alle Themen, die junge Eltern bewegen und interessieren, ob frühkindliche Entwicklung, Eltern-Kind-Beziehung oder den Umgang mit neuen Familiensituationen. Natürlich sind alle Kinder, insbesondere auch Kinder mit Behinderung/Beeinträchtigung, herzlich willkommen.

Datum: Freitag, 24.1.2025  
 Zeit: 9:00 - 10:30 / 10 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 5 Vormittage  
 Leitung: Hiu-Yan Emmert  
 Ort: Kinderplanet

### 419 Spieltreff im Kinderplanet

Babys und Kleinkinder setzen sich intensiv mit ihrer Umgebung auseinander. Singen, schaukeln, kitzeln, lachen, viele Gesichter und fremde Stimmen, das regelmäßige Zusammentreffen in einer Gruppe bietet den Kleinen Anregungen für alle Sinne und gibt Eltern Gelegenheit zum Austausch.

Natürlich sind alle Kinder, insbesondere auch Kinder mit Behinderung / Beeinträchtigung, herzlich willkommen.

Datum: Freitag, 21.3.2025  
 Zeit: 9:00 - 10:30 / 12 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 6 Vormittage  
 Leitung: Hiu-Yan Emmert  
 Gebühr: 24,00 €  
 Ort: Kinderplanet



### 421 KI Griffbereit – Eltern und Kinder von 1 bis 3 Jahren entdecken gemeinsam Spiel und Sprache

„Griffbereit“ ist ein Eltern-Kind-Programm für Familien mit und ohne Zuwanderungshintergrund. In der Gruppe wird in der Herkunftssprache und in Deutsch gespielt, gesungen und gemalt. Mehrsprachigkeit wird als Potential der Kinder aufgegriffen und Eltern lernen, wie sie ganz ungezwungen und spielerisch mit ihrem Kind in entwicklungsfördernde Kommunikation treten können. Das Einstiegsalter der Kinder sollte ca. ein Jahr betragen.

„Griffbereit“ ist ein Angebot in Kooperation mit dem Kommunalen Integrationszentrum Märkischer Kreis

Datum: Mittwoch, 21.8.2025  
 Zeit: 9:15 - 11:15 Uhr/ 44 Zeitstunden  
 Dauer: 22 Vormittage  
 Leitung: Julia Merkel  
 Ort: Kinderplanet

## Kombinierte AWO-Kita Zauberland, Familienzentrum im Verbund – Kooperationspartner

**In der Heimecke 20 · 58762 Altena**  
**Tel. 02352/71051 · Fax: 02352/75206**  
**Mail: kita-zauberland@awo-ha-mk.de**  
**Ansprechpartnerinnen: Frau Frenis, Frau Piotrowski**

### 425 Familiencafé im Zauberland

Termine werden noch bekannt gegeben

### 426 Tierbesuch im Familienzentrum

Kleintiere besuchen das Familienzentrum. Kaninchen, Hühner, einen Papagei und ein Schlangenpärchen kann man kennenlernen, beobachten, vielleicht sogar streicheln und füttern. Kinder machen die Erfahrung, dass auch ein Tier eigene Bedürfnisse hat, auf die Rücksicht genommen werden muss. Echte Tiere sind eben keine Kuscheltiere oder Spielzeuge, mit denen man nach Belieben verfahren kann.

In Kooperation mit der AWO-Familienbildungsstätte.

Datum: Donnerstag, 3.4.2025  
 Zeit: 10:00 - 11:30 / 2 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Vormittag  
 Leitung: Manuela Lex  
 Ort: Zauberland

### 427 „Netter“ Spieltreff

Dieser Spieltreff ist ein quartiersnahes Angebot für Eltern mit Kindern bis vier Jahre, ein Raum für erste Kontakte zu anderen Kindern, für Kreativangebote, Förderung von Bewegung und Sinneswahrnehmung, kurz, für alles, was Spaß macht und Interesse weckt.

Für Eltern bietet der Treff Gelegenheit zum Austausch und gibt Anregungen zur Gestaltung des Familienalltags. Gebührenfreies Angebot in Kooperation mit der Familienbildungsstätte.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.



Datum: Mittwoch, Starttermin wird noch bekannt gegeben  
Zeit: 10:00 - 11:30 / 16 Unterrichtsstunden  
Dauer: 8 Vormittage  
Leitung: NN  
Ort: Zauberland

**Jahnplatz 2 · 58509 Lüdenscheid**  
**Tel. 02351/6759947**

**Mail: [kitaregenbogen@kinderschutzbund-luedenscheid.de](mailto:kitaregenbogen@kinderschutzbund-luedenscheid.de)**  
**Ansprechpartnerin: Frauke Muschlin**

**• Sommerfest: Samstag, 28.6.2025, 14:00 - 17:00 Uhr:**  
**Wir feiern ein schönes buntes Sommerfest auf unserem Kita-**  
**Außengelände, mit viel Spielen und Spaß und Leckereien. Es sind alle**  
**Familien und Interessierte herzlich eingeladen vorbeizukommen und einen**  
**schönen Nachmittag miteinander zu verbringen.**

## **Deutscher Kinderschutzbund DKSB,** **Ortsverband Lüdenscheid e. V.** **– Kooperationspartner**

**Jahnstr. 15 · 58509 Lüdenscheid**  
**Tel. 02351/3010**

**Mail: [info@kinderschutzbund-luedenscheid.de](mailto:info@kinderschutzbund-luedenscheid.de)**  
**Ansprechpartnerin: Katrin Nockemann**

### **430 Interkulturelles Sprach-Café – Deutsch lernen für Eltern**

Dieser Sprachtreff vermittelt Kenntnisse der deutschen Sprache für den Alltag. Einkaufen, Arztbesuch, Kita-Anmeldung oder Einschulung, nur durch schnellen Aufbau von Sprachkompetenz sind Eltern in der Lage, Kinder in wichtigen Lebenssituationen gut zu unterstützen. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Die Kursleitung spricht deutsch, englisch und russisch. Kinder werden parallel zum Kurs betreut.

Datum: Samstag, Starttermin wird noch bekannt gegeben  
Zeit: 11:00 - 13:00 / 44 Zeitstunden  
Dauer: 22 Vormittage  
Leitung: Karina Krieger  
Ort: Geschäftsstelle DKSB

### **432 Vater-Kind-Aktion**

Tolle Mitmach-Aktion für Väter und ihre Kinder

**Anmeldung bitte unter Mail: [kitaregenbogen@kinderschutzbund-luedenscheid.de](mailto:kitaregenbogen@kinderschutzbund-luedenscheid.de)**  
**oder unter Telefon 02351-6759947.**

Datum: Montag, 8.9.2025  
Zeit: 15:30 - 17:30 / 2 Zeitstunden  
Dauer: 1 Nachmittag  
Ort: Regenbogen

### **433 Schultüten basteln für Vorschulkinder**

**Anmeldung unter Mail: [kitaregenbogen@kinderschutzbund-luedenscheid.de](mailto:kitaregenbogen@kinderschutzbund-luedenscheid.de)**  
**oder unter Telefon 02351-6759947 gebeten bis zum 15.5.2025.**

Datum: Donnerstag, 26.6.2025  
Dauer: 1 Nachmittag  
Ort: Regenbogen



### **431 KI „Griffbereit +“ am Samstag – Eltern und Kinder von 1 bis 5 Jahren entdecken gemeinsam Spiel und Sprache**

„Griffbereit“ ist ein Eltern-Kind-Programm für Familien mit und ohne Zuwanderungshintergrund. In der Gruppe wird in der Herkunftssprache und in Deutsch gespielt, gesungen und gemalt. Mehrsprachigkeit wird als Potential der Kinder aufgegriffen und Eltern lernen, wie sie ganz ungezwungen und spielerisch mit ihrem Kind in entwicklungsfördernde Kommunikation treten können. Das Einstiegsalter der Kinder sollte ca. ein Jahr betragen.

„Griffbereit“ ist ein Angebot in Kooperation mit dem Kommunalen Integrationszentrum Märkischer Kreis.

Datum: Samstag, Starttermin wird noch bekannt gegeben  
Zeit: 10:00 - 11:00 / 22 Zeitstunden  
Dauer: 22 Vormittage  
Leitung: Karina Krieger  
Ort: Geschäftsstelle DKSB

## **Familienzentrum DRK-Kita Tinsberg** **– Kooperationspartner**

**Familienzentrum des Deutschen Roten Kreuzes**

**Obertinsberger Str. 46 · 58507 Lüdenscheid**  
**Tel. 02351/85560**

**Mail: [kita.tinsberg@drk-kinderwelt.de](mailto:kita.tinsberg@drk-kinderwelt.de)**

**Ansprechpartner: Andreas Brisch**

### **443 Interkultureller Eltern-Kind-Spieltreff**

Dieser Spiele-Treff ist für Eltern und Kinder ab 2 Jahren gedacht. Ein Raum für soziale Kontakte, Spielmöglichkeiten und Kreativität. Für die Eltern bietet der Treff Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch und gibt Anregungen und Tipps zu Singen und Spielen, zur Förderung von Bewegung und Sinneswahrnehmung. Spiel und Spaß stehen im Vordergrund.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Datum: Starttermin wird noch bekannt gegeben  
Zeit: 15:45 - 17:30 / 20 Unterrichtsstunden  
Dauer: 10 Nachmittage  
Leitung: Dilek Dinc  
Ort: Tinsberg

## **Familienzentrum** **Kindertagesstätte Regenbogen** **DKSB – Kooperationspartner**

**444 Hundebesuch im Familienzentrum**

Hunde begegnen uns überall: in der Fußgängerzone, im Park, bei Bekannten, im Urlaub. Umso wichtiger ist es, dass Kinder den richtigen Umgang mit Hunden kennenlernen und ihnen angstfrei gegenüber treten können. Wie reagiert ein Hund in unterschiedlichen Situationen? Wie verstehe ich die Sprache der Hunde? Wie verhalte ich mich richtig? Mit den Besuchshunden der Hundeschule Brauckmann gehen wir diesen Fragen auf den Grund. Für Kinder ab 4 Jahre.

Datum: Donnerstag, 20.2.2025  
 Zeit: 10:00 - 11:30 / 2 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Vormittag  
 Leitung: Pit Brauckmann  
 Ort: Tinsberg

**445 Eltern-Kind-Nachmittag Kreativwerkstatt**

Hier können Familien sich gemeinsam ausprobieren. Bastelvorlagen und Materialien stehen zur Verfügung.

**Anmeldung erforderlich unter 02351/85560.**

Datum: Mittwoch, Termin wird noch bekannt gegeben.  
 Zeit: 14:00 - 16:00 / 2 Zeitstunden  
 Dauer: 1 Nachmittag  
 Leitung: NN  
 Ort: Tinsberg

**446 Bewegung und Spiel für Kinder und Eltern**

Gemeinsam mit den Eltern positive Bewegungserfahrungen zu machen, sich auszutesten, Fähigkeiten und Grenzen zu erfahren, Selbstvertrauen aufzubauen und Spaß an Bewegung und Spiel zu entwickeln.

An diesem Tag können Familien geeignete Methoden zu dem gemeinsamen Spiel kennenlernen und ausprobieren.

Datum: Mittwoch, 19.3.2025  
 Zeit: 14:00 - 16:00 / 2 Zeitstunden  
 Dauer: 1 Nachmittag  
 Leitung: NN  
 Ort: Tinsberg

**450 Elterncafé**

Datum: jeden 1. Mittwoch im Monat  
 Zeit: 8:30 - 10:00 / 12 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 6 Vormittage  
 Ort: Sonnenschein

**451 Interkultureller Eltern-Kind-Treff**

Gebührenfreies Angebot für Familien. Kinder brauchen soziale Kontakte, damit sie gut gerüstet in den Kindergarten starten können. In dieser Gruppe wird gesungen, gebastelt, gemalt, gespielt, kurz alles gemacht, was in der Gruppe Spaß macht. Für Eltern gibt es viel Gelegenheit zum Austausch.

Datum: Montag, Starttermin wird noch bekannt gegeben.  
 Zeit: 9:00 - 11:15 / 66 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 22 Vormittage  
 Leitung: Tugba Sertol  
 Ort: Sonnenschein

## Familienzentrum Nachrodt Mitte – Kooperationspartner

**Das Familienzentrum Nachrodt Mitte ist ein Verbund aus zwei  
Kindertageseinrichtungen:**

### AWO Kindertagesstätte

**Geschwister-Scholl-Str. 14 · 58769 Nachrodt-Wiblingwerde  
Tel. 02352/3658**

**Mail: [kita-nachrodt@awo-ha-mk.de](mailto:kita-nachrodt@awo-ha-mk.de)**

**Anmeldung und Auskunft: Katrin Bormann**

**Kath. Kindertageseinrichtung St. Elisabeth  
Hagener Straße 5, · 58769 Nachrodt-Wiblingwerde  
Tel. 02352/30042**

**E-Mail: [kita.st.elisabeth.nachrodt@kita-zweckverband.de](mailto:kita.st.elisabeth.nachrodt@kita-zweckverband.de)**

**Informationen und Auskunft: Sandra Schwieren**

**Das Familienzentrum ist Servicepunkt für das Kindertagespflegebüro.**

**479 Familientreff im Stadtteil**

Dieser Treff ist für alle Familien aus Nachrodt als fußläufiges Angebot ohne Stress im Stau oder bei der Parkplatzsuche gedacht. Es wird gemeinsam gespielt und für die Erwachsenen gibt es Gelegenheit zum Austausch.

Kostenloses Angebot in Kooperation mit der Familienbildungsstätte.

Datum: Starttermin wird noch bekannt gegeben.

**481 Tierbesuch im Familienzentrum**

Kleintiere besuchen das Familienzentrum. Kaninchen, Hühner, einen Papagei und ein Schlangenpärchen kann man kennenlernen, beobachten, vielleicht sogar streicheln und füttern. Bei der Kontaktaufnahme erleben Kinder, dass sie so angenommen werden, wie sie sind. Echte Tiere sind allerdings keine Kuschtiere oder Spielzeuge, mit denen man nach Belieben verfahren kann. So machen Kinder die Erfahrung, dass auch ein Tier eigene Bedürfnisse hat, auf die Rücksicht genommen werden muss.

Datum: Termin wird noch bekannt gegeben

## Familienzentrum

## AWO-Kindertagesstätte Sonnenschein – Kooperationspartner

**Familienzentrum der AWO Kindertagesstätte Sonnenschein**

**Meilerstraße 10 · 58791 Werdohl  
Tel. 02392/70185**

**Mail: [kita-werdohl@awo-ha-mk.de](mailto:kita-werdohl@awo-ha-mk.de)**

**Ansprechpartnerin: Melanie Sprenger**

**• Jeden 3. Mittwoch im Monat:**

**ab 8:30 Uhr, offene Sprechstunde der Erziehungs- und  
Familienberatungsstelle**

## **Großtagespflege Pustebume – Kooperationspartner**

**Auf dem Rode 39 · 58849 Herscheid  
Telefon: 02357/9239 996**

**E-Mail: [pustebume-herscheid@web.de](mailto:pustebume-herscheid@web.de)**

**Ansprechpartner/in: Nicole Ballsieper-Tillmann**

### **485 Kleintiere auf Besuch bei Alt und Jung**

Kleintiere besuchen die Tageskinder der Pustebume und die Bewohner\*innen des CMS-Seniorenzentrums. Kaninchen, Hühner, einen Papagei und ein Schlangenpärchen kann man kennenlernen, beobachten, vielleicht sogar streicheln und füttern. Bei der Kontaktaufnahme erleben Alt und Jung, dass sie so angenommen werden, wie sie sind. Tiere bieten einen Kommunikationsanlass und fördern so soziale Interaktion zwischen den Generationen. Erinnerungen werden geweckt, denn viele Senioren kennen das Zusammenleben mit Tieren aus ihrer Vergangenheit und können ihre Erfahrungen kommunizieren. Kinder machen die Erfahrung, dass auch ein Tier eigene Bedürfnisse hat, auf die Rücksicht genommen werden muss. Echte Tiere sind eben keine Kuschtiere oder Spielzeuge, mit denen man nach Belieben verfahren kann.

In Kooperation mit der AWO-Familienbildungsstätte.

Datum: Donnerstag, 10.4.2025  
Zeit: 10:00 – 11:30 / 2 Unterrichtsstunden  
Dauer: 1 Vormittag  
Leitung: Manuela Lex  
Ort: Pustebume, CMS-Seniorenzentrum, Auf dem Rode 39

## **Bewegungsangebote für Familien mit Kindern bis 3 Jahre in Herscheid in Kooperation mit Frühe Hilfen Märkischer Kreis**

**Ansprechpartnerin: Susanne Mangione  
Netzwerkkoordination Frühe Hilfen Märkischer Kreis  
Anmeldung und weitere Infos: AWO-Familienbildung**

**Tel. 02351 9853310**

**Mail: [familienbildung@awo-ha-mk.de](mailto:familienbildung@awo-ha-mk.de)**



### **MÄRKISCHER KREIS**

### **488 Tanzen, laufen, springen, klettern – Sport und Spiel für Kinder bis 3 Jahre, die sicher laufen**

Dies ist ein Bewegungsangebot für Eltern und Kinder die sicher laufen. Trauen Sie Ihrem Kind etwas zu. Je mehr und vielfältiger die Bewegungsanreize, desto sicherer wird Ihr Kind in seiner Körperwahrnehmung. Mit Musik, und Rhythmen und einem bunten Angebot an großen und kleinen Spiel- und Sportgeräten kann man Neues ausprobieren und Spaß an Bewegung entdecken. Sing- und Fingerspiele gehören ebenso dazu, wie das Spielen mit Bällen, Reifen, Tüchern und vielem mehr. Kostenfreies Angebot in Kooperation mit den Frühen Hilfen Märkischer Kreis.

Datum: Donnerstag, Starttermin wird noch bekannt gegeben  
Zeit: 15:00 – 16:30 / 12 Unterrichtsstunden  
Dauer: 6 Nachmittage  
Leitung: Hanni Hallmann  
Ort: Alte Aula, Bildungszentrum Rahlenberg

## **Kombinierte AWO-Kita Farbenspiel – Kooperationspartner**

**Birkeshöhstraße 24 a · 58540 Meinerzhagen  
Telefon: 02354 7088790**

**E-Mail: [kita-farbenspiel@awo-ha-mk.de](mailto:kita-farbenspiel@awo-ha-mk.de)**

**Ansprechpartnerinnen: Sabrina König, Bettina Vollmann-Kniebel**

### **490 Offene Elterncafés ohne Themenschwerpunkt**

Datum: Mittwoch, Starttermin wird noch bekannt gegeben  
Zeit: 14:00 – 15:30 / 2 Unterrichtsstunden  
Ort: Farbenspiel

### **491 Öffentlicher Elternabend**

Datum: Mittwoch, Starttermin wird noch bekannt gegeben  
Zeit: 18:00 – 19:30 / 2 Unterrichtsstunden  
Ort: Farbenspiel

### **496 Erste Hilfe am Kind – Unfälle verhüten**

Infoveranstaltung für Eltern.

Datum: Termin wird noch bekannt gegeben  
Ort: Farbenspiel

## **Familienzentrum der AWO Kita Rappelkiste – Kooperationspartner**

**Zum Eickenhahn 2a,  
Außenstelle Gruppe Eulenwald:  
Genkeler Str. 24 · 58540 Meinerzhagen  
Tel. 02354/14008**

**Mail: [kita-rappelkiste@awo-ha-mk.de](mailto:kita-rappelkiste@awo-ha-mk.de)**

**Ansprechpartnerin: Sabine Fernholz**

- **Offene Sprechstunde der Erziehungsberatungsstelle mit Frau Bauer, jeden 2. Freitag im Monat außerhalb der Schulferien, ab 8:00 Uhr in der Rappelkiste oder im Eulenwald.**
- **Fußball AG mit Herrn Hösel vom RSV Meinerzhagen immer montags außerhalb der Ferien, 14:00 – 15:00 Uhr in der Rappelkiste. Fußballturnier, Freitag, 16.5.2025, 15:00 – 18:00 Uhr, Sporthalle Rothenstein.**
- **Sommerfest in der Rappelkiste mit Verabschiedung der Vorkindergartenkinder, Freitag, 4.7.2025, 15:00 – 18:00 Uhr.**

**Das Familienzentrum ist Servicepunkt für das Kindertagespflegebüro.**

### 500 **Offenes Elterncafé unter dem Motto „Zeit, sich auszutauschen“**

Datum: jeden 2. Mittwoch im Monat  
 Zeit: 14:00 - 16:00 / 12 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 6 Nachmittage  
 Ort: Rappelkiste

### 503 **Babytreff im Eulenzwald**

Datum: Mittwoch, 22.1.2025  
 Zeit: 10:30 - 12:00 / 24 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 12 Vormittage  
 Leitung: Catherine Mürmann  
 Gebühr: 48,00 €  
 Ort: Turnhalle der Gruppe Eulenzwald, Genkeler Str. 24

### 503 b **Babytreff im Eulenzwald**

Datum: Mittwoch, 30.4.2025  
 Zeit: 10:30 - 12:00 / 22 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 11 Vormittage  
 Leitung: Catherine Mürmann  
 Gebühr: 44,00 €  
 Ort: Turnhalle der Gruppe Eulenzwald, Genkeler Str. 24

### 504 **Spieltreff im Eulenzwald**

Datum: Mittwoch, 22.1.2025  
 Zeit: 8:45 - 10:15 / 24 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 12 Vormittage  
 Leitung: Catherine Mürmann  
 Gebühr: 48,00 €  
 Ort: Turnhalle der Gruppe Eulenzwald, Genkeler Str. 24

### 504 b **Spieltreff im Eulenzwald**

Datum: Mittwoch, 30.4.2025  
 Zeit: 8:45 - 10:15 / 22 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 11 Vormittage  
 Leitung: Catherine Mürmann  
 Gebühr: 48,00 €  
 Ort: Turnhalle der Gruppe Eulenzwald, Genkeler Str. 24

### 505 **„Stark in Action“**

Selbstsicherheit und Resilienz-Training für Familien mit Kindern von 5 - 7 Jahren, um mit den Herausforderungen des Lebens klarzukommen. Körpersprache, der Einsatz der Stimme, richtige Atmung, Konzentration und Meditations-techniken, einfache und realistische Selbstverteidigungstechniken, Mindset Training, Kooperative Spiele und ganz viel Spaß und Bewegung sind die Kernelemente. Selbststärkung für angehende Schulkinder, mit Elternaktion

Datum: Mittwoch, Starttermin wird noch bekannt gegeben  
 Zeit: 16:00 - 16:45 Uhr / 25 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 25 Nachmittage  
 Leitung: Claas Altenähr  
 Ort: Rappelkiste

### 506 **„Stark in Action“**

Selbstsicherheit und Resilienz-Training für Familien mit Kindern von 7 - 10 Jahren, um mit den Herausforderungen des Lebens klarzukommen. Körpersprache, der Einsatz der Stimme, richtige Atmung, Konzentration und Meditations-techniken, einfache und realistische Selbstverteidigungstechniken, Mindset Training, Kooperative Spiele und ganz viel Spaß und Bewegung sind die Kernelemente.

Selbststärkung für angehende Schulkinder, mit Elternaktion

Datum: Mittwoch, Starttermin wird noch bekannt gegeben  
 Zeit: 17:00 - 17:45 Uhr / 25 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 25 Nachmittage  
 Leitung: Claas Altenähr  
 Ort: Rappelkiste

### 507 **„Stark in Action“**

Selbstsicherheit und Resilienz-Training für Familien mit Kindern von 10 - 14 Jahren, um mit den Herausforderungen des Lebens klarzukommen. Körpersprache, der Einsatz der Stimme, richtige Atmung, Konzentration und Meditationstechniken, einfache und realistische Selbstverteidigungstechniken, Mindset Training, Kooperative Spiele und ganz viel Spaß und Bewegung sind die Kernelemente.

Selbststärkung für Kinder und Jugendliche, mit Elternaktion

Datum: Mittwoch, Starttermin wird noch bekannt gegeben  
 Zeit: 18:00 - 18:45 Uhr / 14 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 14 Nachmittage  
 Leitung: Claas Altenähr  
 Ort: Rappelkiste



### 508 KI **Griffbereit – Eltern und Kinder von 1 bis 3 Jahren entdecken gemeinsam Spiel und Sprache**

„Griffbereit“ ist ein Eltern-Kind-Programm für Familien mit und ohne Zuwanderungshintergrund. In der Gruppe wird in der Herkunftssprache und in Deutsch gespielt, gesungen und gemalt. Mehrsprachigkeit wird als Potential der Kinder aufgegriffen und Eltern lernen, wie sie ganz ungezwungen und spielerisch mit ihrem Kind in entwicklungsfördernde Kommunikation treten können. Das Einstiegsalter der Kinder sollte ca. ein Jahr betragen.

„Griffbereit“ ist ein Angebot in Kooperation mit dem Kommunalen Integrationszentrum Märkischer Kreis.

Datum: Dienstag, 7.1.2025  
 Zeit: 16:00 - 17:00 / 25 Zeitstunden  
 Dauer: 25 Nachmittage  
 Leitung: Frau Aktas  
 Ort: Rappelkiste

### 509 **Yoga für Kinder ab drei Jahre**

Kinder werden in diesem Kurs spielerisch mit Yoga vertraut gemacht. Im Mittelpunkt stehen Selbsterfahrung und Spaß an Bewegung. Kinderfreundliche Übungen kombiniert mit Atem- und Entspannungstraining verbessern Beweglichkeit, Motorik und Konzentrationsfähigkeit.

Datum: Dienstag, 7.1.2025  
 Zeit: 16:00 - 17:00 / 10 Zeitstunden  
 Dauer: 10 Nachmittage  
 Leitung: Grazia La Mattina -Fraglica  
 Gebühr: 70,00 €  
 Ort: Rappelkiste

### 510 **Yoga für Grundschul Kinder**

Kinder werden in diesem Kurs spielerisch mit Yoga vertraut gemacht. Im Mittelpunkt stehen Selbsterfahrung und Spaß an Bewegung. Kinderfreundliche Übungen kombiniert mit Atem- und Entspannungstraining verbessern Beweglichkeit, Motorik und Konzentrationsfähigkeit.

Datum: Donnerstag, 9.1.2025  
 Zeit: 16:00 - 17:00 / 10 Zeitstunden  
 Dauer: 10 Nachmittage  
 Leitung: Grazia La Mattina -Fraglica  
 Gebühr: 70,00 €  
 Ort: Rappelkiste

### 511 **Kunst-AG ab 4 Jahre**

Datum: Mittwoch, 12.2.2025  
 Zeit: 14:00 - 15:00 / 10 Zeitstunden  
 Dauer: 10 Nachmittage  
 Leitung: Anastasia Jäger, Alina Kreamsler  
 Ort: Rappelkiste



## **Familienzentrum Heedfeld Stallhaus – Kooperationspartner**

**Das Familienzentrum ist ein Verbund aus zwei  
 Kindertageseinrichtungen:**

**AWO Kindertagesstätte „Mittendrin“  
 Stallhaus 17 · 58579 Schalksmühle**

**Tel. 02355/400449**

**Mail: [kita-mittendrin@awo-ha-mk.de](mailto:kita-mittendrin@awo-ha-mk.de)**

**Ansprechpartnerinnen: Malwina Mitter**

**Ev. Kindergarten Heedfeld  
 Sterbeckerstraße 2a · 58579 Schalksmühle**

**Telefon 02351/53451**

**Mail: [kiga.fz@huelscheid-heedfeld.de](mailto:kiga.fz@huelscheid-heedfeld.de)**

**Ansprechpartnerin: Maike Harnisch**

**Das Familienzentrum ist Servicepunkt für das  
 Kindertagespflegebüro.**

## **AWO Kombinierte Kindertagesstätte und Familienzentrum Wundertüte – Kooperationspartner**

**Pestalozziweg 3 · 58553 Halver  
 Tel. 02353/66988-50**

**Mail: [kita-wundertue@awo-ha-mk.de](mailto:kita-wundertue@awo-ha-mk.de)**

**Ansprechpartnerin: Sibylle Bause**

**• Sprechstunde mit der Erziehungsberatungsstelle jeden letzten  
 Freitag im Monat, 8:00 - 10:00 Uhr**

### 519 **Offenes Elterncafé**

Datum: Termine werden noch bekannt gegeben.

### 522 **Windelrocker im FZ Wundertüte I**

Die Gruppe Windelrocker bietet die Möglichkeit mit den Kleinen zu Schmusen, zu Tanzen und einfach mal fröhlich sein. Mit Musik und Spaß suchen wir neue Wege, mit den Kleinen fit zu werden. Bei schönem Wetter gehen wir nach Draußen.

Datum: Dienstag, 4.2.2025  
 Leitung: Martina Schmitz  
 Zeit: 10:30 – 12:00 / 10 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 5 Vormittage  
 Leitung: Martina Schmitz  
 Gebühr: 30,00 €  
 Ort: Wundertüte

**Weitere Infos und Anmeldung: Martina Schmitz, zertifizierte Yogalehrerin, Tel.:  
 02353/668771 oder Mail: [info@yogaraum-halver.de](mailto:info@yogaraum-halver.de).**

### 523 **Windelrocker im FZ Wundertüte II**

Datum: Dienstag, 11.3.2025  
 Zeit: 10:30 - 12:00 / 12 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 6 Vormittage  
 Leitung: Martina Schmitz  
 Ort: Wundertüte

**Weitere Infos und Anmeldung: Martina Schmitz, zertifizierte Yogalehrerin, Tel.:  
 02353/668771 oder Mail: [info@yogaraum-halver.de](mailto:info@yogaraum-halver.de).**

### 587 **Familiencafé Mittendrin**

Datum: Mittwoch, 22.1.2025,  
 Folgetermine 25.2., 25.3., 29.4., 22.5., 25.6.2025 Di, 18.6.  
 Zeit: 14:15 - 15:30 / 10 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 5 Nachmittage  
 Ort: AWO Kita Mittendrin Stallhaus

### 588 **Elterncafé Heedfeld**

Datum: jeden 2. Dienstag im Monat  
 Zeit: 14:00 - 15:30 / 14 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 7 Nachmittage  
 Ort: ev. Kiga Heedfeld

**589 Krabbel- Café Mittendrin**

Babys und Kleinkinder setzen sich ganz intensiv mit ihrer Umgebung auseinander. Singen, schaukeln, kitzeln, lachen, viele Gesichter und fremde Stimmen, das Zusammentreffen in einer Gruppe bietet den Kleinen Anregungen für alle Sinne und gibt Eltern Gelegenheit zum Austausch. Gebührenfreies Angebot in Kooperation mit der Familienbildungsstätte Lüdenscheid.

Datum: Freitag, Starttermin wird noch bekannt gegeben  
Zeit: 8:15 - 09:15 / 10 Unterrichtsstunden  
Dauer: 10 Vormittage  
Ort: AWO Kita Mittendrin Stallhaus

**590 Heedfelder Krabbel-Café**

Babys und Kleinkinder setzen sich ganz intensiv mit ihrer Umgebung auseinander. Singen, schaukeln, kitzeln, lachen, viele Gesichter und fremde Stimmen, das Zusammentreffen in einer Gruppe bietet den Kleinen Anregungen für alle Sinne und gibt Eltern Gelegenheit zum Austausch. Gebührenfreies Angebot in Kooperation mit der Familienbildungsstätte Lüdenscheid.

Datum: Starttermin wird noch bekannt gegeben.  
Zeit: 14:30 - 16:00 / 10 Unterrichtsstunden  
Dauer: 5 Nachmittage  
Ort: ev. Kiga Heedfeld

**591 Kreativnachmittag: Winterbilder**

Für Familien mit U3-Kindern. Um Anmeldung wird gebeten!

Datum: Dienstag, 28.1.2025  
Zeit: 14:15 - 15:15 / 1 Zeitstunde  
Dauer: 1 Nachmittag  
Ort: Mittendrin Stallhaus

**592 Kreativnachmittag: Knete selbstgemacht**

Für Familien mit U3-Kindern. Um Anmeldung wird gebeten!

Datum: Dienstag, 18.3.2025  
Zeit: 14:15 - 15:15 / 1 Zeitstunde  
Dauer: 1 Nachmittag  
Ort: Mittendrin Stallhaus

**593 Kreativnachmittag: Sommerbilder**

Für Familien mit U3-Kindern. Um Anmeldung wird gebeten!

Datum: Dienstag, 10.6.2025  
Zeit: 14:15 - 15:15 / 1 Zeitstunde  
Dauer: 1 Nachmittag  
Ort: Mittendrin Stallhaus

**594 Spielenachmittag – Gesellschaftsspiele**

Datum: Mittwoch, 12.2.2025  
Zeit: 14:15 - 15:15 / 1 Zeitstunde  
Dauer: 1 Nachmittag  
Ort: Mittendrin Stallhaus

**595 a Forscherwerkstatt – wir experimentieren**

Datum: Mittwoch, 12.3.2025  
Zeit: 14:15 - 15:15 / 1 Zeitstunde  
Dauer: 1 Nachmittag  
Ort: Mittendrin Stallhaus

**595 b Forscherwerkstatt – wir experimentieren**

Datum: Mittwoch, 26.3.2025  
Zeit: 14:15 - 15:15 / 1 Zeitstunde  
Dauer: 1 Nachmittag  
Ort: Mittendrin Stallhaus

**596 Wir backen Osterlämmer**

Datum: Dienstag, 8.4.2025  
Zeit: 14:15 - 15:15 / 1 Zeitstunde  
Dauer: 1 Nachmittag  
Ort: Mittendrin Stallhaus

**597 Wir backen Osterlämmer**

Datum: Donnerstag, 10.4.2025  
Zeit: 14:15 - 15:15 / 1 Zeitstunde  
Dauer: 1 Nachmittag  
Ort: ev. Kiga Heedfeld

**598 Musikinstrumente selbstgebaut – Regenmacher**

Datum: Donnerstag, 8.5.2025  
Zeit: 14:15 - 15:15 / 1 Zeitstunde  
Dauer: 1 Nachmittag  
Ort: ev. Kiga Heedfeld

**599 Waldmeisterbowle selbstgemacht**

Datum: Dienstag, 20.5.2025  
Zeit: 14:15 - 15:15 / 1 Zeitstunde  
Dauer: 1 Nachmittag  
Ort: Mittendrin Stallhaus

**Familienzentrum  
Kita Wansbeckplatz –  
Kooperationspartner**

**Wansbeckplatz 3 · 58579 Schalksmühle  
Tel. 02355/1084**

**Mail: [kitafaz@schalksmuehle.de](mailto:kitafaz@schalksmuehle.de)**

**Ansprechpartnerin: Ulrike Hesse**

**Das Familienzentrum ist Servicepunkt für das Kindertagespflegebüro.**

**618 Elterncafé**  
 Datum: jeden 1. Mittwoch im Monat  
 Zeit: 8:00 - 11:00 / 18 Zeitstunden  
 Dauer: 6 Vormittage  
 Ort: Wansbeckplatz

**619 Tierbesuch im Familienzentrum**  
 Kleintiere besuchen das Familienzentrum. Kaninchen, Hühner, einen Papagei und ein Schlangenpärchen kann man kennenlernen, beobachten, vielleicht sogar streicheln und füttern. Kinder machen die Erfahrung, dass auch ein Tier eigene Bedürfnisse hat, auf die Rücksicht genommen werden muss. Echte Tiere sind eben keine Kuschtiere oder Spielzeuge, mit denen man nach Belieben verfahren kann.

In Kooperation mit der AWO-Familienbildungsstätte.

Datum: Donnerstag, 22.5.2025  
 Zeit: 10:00 - 11:30 / 2 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Vormittag  
 Leitung: Melanie Lex  
 Ort: Wansbeckplatz



**621 Spieltreff am Wansbeckplatz**  
 Kinder brauchen soziale Kontakte, damit sie gut gerüstet in den Kindergarten starten können. Für Eltern gibt es Kontakt zu anderen Familien mit gleichaltrigen Kindern und viel Gelegenheit zum Austausch.

Gebührenfreies Angebot in Kooperation mit der Familienbildungsstätte.

Datum: Freitag, 24.1.2025  
 Zeit: 10:30 - 11:30 / 20 Zeitstunden  
 Dauer: 20 Vormittage  
 Leitung: Sarah Katharina Popov  
 Ort: Wansbeckplatz

• **Offene Sprechstunde der Erziehungsberatungsstelle, Termine werden bekannt gegeben**

• **Osterspaziergang mit Eltern und Kindern, 17.4.2025**

**Das Familienzentrum ist Servicepunkt für das Kindertagespflegebüro.**

**Das Familienzentrum ist „Literaturkita“.**

**Das Familienzentrum ist Servicepunkt für Eltern-Kind-Kuren.**

**624 Krabbelgruppe ab 1 Jahr**

Datum: Dienstag, 7.1.2025  
 Zeit: 14:30 - 15:30 / 24 Zeitstunden  
 Dauer: 24 Nachmittage  
 Ort: Bullerbü

**625 Familienturnen**

Bewegungsangebot für Familien mit Kindern von 2 - 4 Jahren. In unserer Turnhalle möchten wir mit Ihnen gemeinsam klettern, spielen, rennen, hüpfen und vieles mehr, und so die Kinder in ihrer Bewegungsentwicklung begleiten und fördern.

Datum: Montag, 13.1.2025, Folgetermine 3.2., 10.3., 7.4.  
 Zeit: 16:00 - 17:00 / 4 Zeitstunden  
 Dauer: 4 Nachmittage  
 Ort: Bullerbü

**626 Bullet Journal – eine Einführung**

Ein Bullet Journal ist ein individuelles Buch für jeden Tag. Es ist ideal für Planungen, Checklisten, Termine, Notizen, Ideensammlungen, Skizzen und Erinnerungen. Es ist ein kleines Buch, das einen Kalender, ein Notizbuch, ein Skizzenbuch und To-Do-Listen kreativ kombiniert. Es kann ganz schlicht gehalten, aber auch sehr kreativ gestaltet sein und ist damit genauso individuell wie sein/e Ersteller/in.

Datum: Mittwoch, 15.1.2025, Folgetermine 22.1., 29.1., 5.2.  
 Zeit: 18:30 - 20:00 / 8 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 4 Abende  
 Leitung: Gabi Rose  
 Ort: Bullerbü

**628 Spielenachmittag**

Brettspiele neu entdeckt.

Datum: Dienstag, 25.2.2025  
 Zeit: 14:30 - 16:00 / 2 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Nachmittage  
 Ort: Bullerbü

**630 Qigong**

Arbeiten mit der Lebensenergie - DYYSG-Gesundheits-Qigong. Qigong ist eine Atem- und Bewegungstechnik, die Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden fördert. Qigong wirkt prophylaktisch aber lindert auch Beschwerden und unterstützt Therapie und Rehabilitation. Übungen wirken ganzheitlich, also nicht nur auf den Körper, sondern auch auf die Psyche und helfen damit, Stimmungsschwankungen auszugleichen und Entspannung sowie innere Ruhe zu fördern. Erleben Sie, wie Sie durch ruhiges Atmen und sanfte Dehnübungen wieder mehr Beweglichkeit und Kraft erlangen.

Dieser Kurs ist zertifiziert und kann von der Krankenkasse bezuschusst werden! (8 von 10 Einheiten müssen mindestens besucht werden.)

**AWO Familienzentrum kombinierte Kita Bullerbü – Kooperationspartner**

**Dr.-Hans-Wernscheid-Straße 11 · 58566 Kierspe**

**Tel. 02359/2973006**

**Mail: [kita-bullerbue@awo-ha-mk.de](mailto:kita-bullerbue@awo-ha-mk.de)**

**Ansprechpartnerin: Anke Holthaus**

Anmeldung bitte per Mail über [kita-bullerbue@awo-ha-mk.de](mailto:kita-bullerbue@awo-ha-mk.de).

Der erste Termin kann zum „Schnuppern“ genutzt werden!

Datum: Montag, 13.1.2025  
 Zeit: 18:30 - 19:45 / 10 Zeitstunden+  
 Dauer: 10 Abende  
 Leitung: Anke Bouzko  
 Gebühr: 120,00 €  
 Ort: Bullerbü

### 632 Yoga & Entspannung für Erwachsene – Anfängerkurs

Datum: Mittwoch, 12.2.2025, Folgetermine 12.3., 9.4., 14.5., 11.6.  
 Leitung: 18:30 - 20:00 / 10 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 5 Abende  
 Leitung: Solveig Borlinghaus  
 Ort: Bullerbü

### 634 Kreativnachmittag mit (Groß-)Eltern: Frühlingbasteln

Datum: Donnerstag, 20.3.2025  
 Zeit: 15:00 - 16:30 / 2 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Nachmittag  
 Ort: Bullerbü

### 635 Kreativnachmittag: Frühlingfilzen für Familien mit Kindern ab fünf

Datum: Dienstag, 11.2.2025  
 Zeit: 14:30 - 16:00 / 2 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Nachmittag  
 Ort: Bullerbü

### 636 Kreativabend: Frühlingfilzen für Eltern /Erwachsene

Datum: Mittwoch, 19.2.2025  
 Zeit: 18:30 - 20:00 / 2 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Abend  
 Ort: Bullerbü

### 637 Spanische Küche für Eltern und Kinder

Datum: Freitag, 7.3.2025  
 Zeit: 14:30 - 16:00 / 2 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Nachmittag  
 Ort: Bullerbü

### 638 (Groß-) Elternnachmittag

(Groß-) Eltern & Kinder basteln „Regenmacher“.

Datum: Montag, 27.1.2025  
 Zeit: 14:30 - 15:30 / 1 Zeitstunde  
 Dauer: 1 Nachmittag  
 Ort: Bullerbü

## AWO Kita Rasselbande – Kooperationspartner

Höherstraße 14 • 58566 Kierspe

Telefon: 02359/2626 • Fax: 02359/297540

Mail: [kita-hoehoerstrasse@awo-ha-mk.de](mailto:kita-hoehoerstrasse@awo-ha-mk.de)

Anmeldung und Auskunft: Sandra Stein

### 650 Familiencafé

Termine werden noch bekannt gegeben.

### 651 Hundebesuch im Familienzentrum

Hunde begegnen uns überall: in der Fußgängerzone, im Park, bei Bekannten, im Urlaub. Umso wichtiger ist es, dass Kinder den richtigen Umgang mit Hunden kennenlernen und ihnen angstfrei gegenüber treten können. Wie reagiert ein Hund in unterschiedlichen Situationen? Wie verstehe ich die Sprache der Hunde? Wie verhalte ich mich richtig? Mit den Besuchshunden der Hundeschule Brauckmann gehen wir diesen Fragen auf den Grund. Für Kinder ab 4 Jahre.

Datum: Donnerstag, 27.2.2025  
 Zeit: 10:00 - 11:30 / 2 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Vormittag  
 Leitung: Pit Brauckmann  
 Ort: Rasselbande

### 652 Musikprojekt „Die Musis kommen“

Ein neues Musikprojekt startet durch. Unter der Flagge der musikalischen Früherziehung und der musikalischen Sprachförderung reisen wir wieder in die Welt der Musis. Instrumente, Tanz, Lieder, musiktheoretisches Wissen, Fantasie und Spaß werden wieder an Bord sein. Das Musikatelier Franke führt euch durch die bunten Welten der Musis.

Datum: Freitag, Starttermin wird noch bekannt gegeben  
 Zeit: 11:00 - 12:00 / 10 Zeitstunden  
 Dauer: 10 Vormittage  
 Leitung: Ralf Franke  
 Ort: Rasselbande

### 653 Malschule

Kinder haben hier die Möglichkeit, in ihrer künstlerischen Tätigkeit aufzugehen, längere Zeit konzentriert zu sein, sich nicht ablenken zu lassen, sich ausprobieren zu können und sich vollkommen der Faszination des Materials hinzugeben. Nicht das Ergebnis zählt, sondern die Tätigkeit als solche. Denn nur dann können Kinder mit echter Engagiertheit, Freude und Ausdauer dabei sein.

Durch die Malschule lernen Kinder spielerisch und im sozialen Miteinander ihre Aufmerksamkeit, Wahrnehmung, Ausdauer und viele andere Fähigkeiten zu stärken.

Datum: Montag, 20.1.2025 im vierzehntägigen Turnus  
 Zeit: 14:00 - 15:00 / 10 Zeitstunden  
 Dauer: 10 Nachmittage  
 Leitung: Claudia Ackermann  
 Ort: Rasselbande

## 654 Erste Hilfe für Eltern mit Save Kids Life MK

Beulen, Wunden und kleinere Verletzungen sind bei Kindern an der Tagesordnung. Doch kann es auch passieren, dass eine Verletzung schwerwiegender ausfällt. Deswegen ist es besonders wichtig, zu wissen, wie man bei Unfällen richtig reagiert und wann Krankheiten und Verletzungen ernst genommen werden müssen.

Datum: Termin wird noch bekannt gegeben  
 Zeit: 18:00 - 20:15 / 3 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 1 Abend  
 Leitung: Team Save Kids Life MK  
 Ort: Rasselbande

## 655 Workshop: Wenn der Kreis ein Dreieck ist - oder der Stift einfach nicht das macht, was er soll!

In diesem Workshop dreht sich alles um die feinmotorische Entwicklung und Stifthaltung. Neben den theoretischen Inhalten gibt es viele praktische Ideen zum Ausprobieren und Nachmachen, die Kinder fördern und trotzdem Spaß machen!

Datum: Montag, 20.1.2025  
 Zeit: 19:00 - 21:00 / 2 Zeitstunden  
 Dauer: 1 Abend  
 Leitung: Marina Leise  
 Ort: Rasselbande

## 656 Workshop: „Nein ich esse meine Suppe nicht...!“

Gesunde und entspannte Familienmahlzeiten sind oft gar nicht so einfach. In diesem Workshop schauen wir uns die Geschmacksentwicklung und das Essverhalten der Kinder genauer an.

Was ist eigentlich noch normal!? Und wie gehe ich mit auffälligem Essverhalten um!? Es gibt praktische Ideen, wie Kinder unterschiedlicher Altersklassen in die Essenplanung und Zubereitung einbezogen werden können.

Außerdem schauen wir uns an welche „Regeln“ am Familientisch die Selbstwirksamkeit und eine positive Einstellung der Kinder fördern.

Datum: Dienstag, 20.5.2025  
 Zeit: 19:00 - 21:00 / 2 Zeitstunden  
 Dauer: 1 Abend  
 Leitung: Marina Leise  
 Ort: Rasselbande

## AWO-Ortsvereine

### In eigener Sache...

#### Mitgliedschaft bei der AWO!

**Je größer die Löcher im sozialen Netz, desto größer werden die Aufgaben der Wohlfahrtsverbände.**

**Je mehr Mitglieder die AWO hat, desto leistungsfähiger kann sie sein und bleiben. Auch die AWO in Lüdenscheid möchte ihre bisherigen Angebote allen Bürgern ihrer Stadt erhalten.**

**Sie möchten die sozialen Aufgaben der AWO unterstützen? Das können Sie tun, indem Sie Mitglied im AWO-Ortsverein werden. Und - Sie unterstützen nicht nur einen guten Zweck. Der Mitgliedsbeitrag ist steuerlich absetzbar.**

## OV Lüdenscheid

**AWO Ortsverein Lüdenscheid**  
 Marienstraße 17 · 58511 Lüdenscheid

**Tel. 02351/24960**  
**Fax: 02351/671285**

**Mail: [ortsverein@awo-luedenscheid.de](mailto:ortsverein@awo-luedenscheid.de)**

**Ansprechpartnerin: Heidi Skorupa**

**Büroöffnungszeiten : Mo, Mi, Do, 10:00 - 13:00 Uhr**

**Öffnungszeiten der Begegnungsstätte:**  
**Mi, Do, 9:00 - 17:00 Uhr; Mo, Fr, sowie der 1. Sa**  
**im Monat 9:00 - 13:15 Uhr**

- Mittagstisch
- Nachmittagscafé
- Kleidershop „das Klamöttchen“
- AWO-Wintertreff „gemeinsam statt einsam“
- Kreativangebote
- Bingo, Skat, Schach, Rummikub oder andere Spielegruppen
- Workshops und Vorträge, s. Kursnummer 660
- Yoga, Kursnummer 146 – 147

**Infos und Anmeldung unter 02351/24960.**

## 660 Lust auf Lesen?

Eine Flut von Büchern überschwemmt den Markt. Talk Shows sind voll von Prominenten, die ihre frischer erschienenen Bücher vorstellen und natürlich auch verkaufen wollen. Wer findet hier noch das Richtige?

Aber wir alle haben Lieblingsbücher, die uns fesseln und die wir gerne weiterempfehlen möchten.

Ein Treffpunkt für alle, die gerne selbst lesen oder Anregungen fürs Lesen suchen.

**Anmeldung erforderlich unter 02351/24960.**

Datum: Montag, 27.1.2025, Folgetermine 24.2, 31.3., 28.4., 26.5., 30.6.2025  
 Leitung: 18:00 - 20:15 / 15 Unterrichtsstunden  
 Dauer: 6 Abende  
 Leitung: Karin Löhrl  
 Gebühr: Unkostenbeitrag pro Abend 6,00 € incl. Snack und Getränke  
 Ort: AWO-Begegnungsstätte



## **OV Meinerzhagen**

Lindenstraße 1 · 58540 Meinerzhagen

Mail: [awo-meinerzhagen@dokom.net](mailto:awo-meinerzhagen@dokom.net)

Ansprechpartner: Rolf Puschkarsky

Tel. 0151/16838185

## **OV Werdohl - Versetal**

Meilerstraße 10 · 58791 Werdohl

Tel. 02392/62294

## **OV Kierspe**

Haunerbusch 17 · 58566 Kierspe

Tel. 02359/2053

Mobil: 0151/12748078

Mail: [friwiwer@t-online.de](mailto:friwiwer@t-online.de)

Ansprechpartner: Friedhelm Werner

## **Kreisjugendwerk der AWO Märkischer Kreis**

c/o Jugendtreff Knast

Alte Wache 1 · 58513 Lüdenscheid

Mail: [kjw.maerkischerkreis@googlemail.com](mailto:kjw.maerkischerkreis@googlemail.com)

Instagram: [jugendwerk\\_maerkischerkreis](#)

Facebook: Jugendwerk der AWO Märkischer Kreis

## **OV Schalksmühle**

Volmestraße 30 · 58579 Schalksmühle

Tel. 02355/5093937

Ansprechpartner: Uwe Giese

## **Jugendtreff „Knast“**

Alte Wache 1 · 58509 Lüdenscheid

Tel. 02351/7871145

Ansprechpartnerinnen:

Kübra Bulut; [kuebra.bulut@awo-ha-mk.de](mailto:kuebra.bulut@awo-ha-mk.de)

0176/71058066

Klaudyna Musialek; [klaudyna.musialek@awo-ha-mk.de](mailto:klaudyna.musialek@awo-ha-mk.de)

0176/74670224

