

## 2. Quartal 2022 im FamilienZentrum Nieder-Olm e.V.



Anmeldung für alle Kurse/Angebote im  
FamilienZentrum bitte über das

Anmeldeformular auf der Homepage:

[www.familienzentrum-nieder-olm.de](http://www.familienzentrum-nieder-olm.de)

Die Angebote finden nach den aktuellen  
Coronapräventionsverordnungen statt. Den  
aktuellen Stand findet Ihr auf der Homepage  
oder bekommt Ihr bei der Anmeldung.



### April

#### Kleine Rabauken – der Kleinkindertreff mit Eltern ab 9–24 Monaten

freitags, 9–10:30 Uhr

Am 15.04. und 22.04.22 findet kein Treffen statt!

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kostenfrei dank Förderung der Stiftung Frühe Hilfen

Um Spende wird gebeten!

Kursleitung: Diana Nordmann,

Familienkinderkrankenschwester

Die Kleinen Rabauken sind Kinder im Alter von 9–24  
Monaten in Begleitung Ihrer Eltern. Die Kinder können  
spielen und erste soziale Kontakte knüpfen, während  
die Eltern Informationen bekommen über Themen  
wie z.B. Trotzphase, Trocken werden, Ernährungs-  
beratung/Kleinkinderkost, Schnullerentwöhnung und  
Co., etc. oder persönliche Fragen stellen können.



#### Erste Hilfe am Kind – Kurs

Samstag, 02.04.22, 9:30–16:00 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: Mitglieder 48 €, Nichtmitglieder 50 €

Referentin: Diana Nordmann, Kinderkranken-  
schwester und Trainerin für Erste-Hilfe.

Kursinhalt: Wiederbelebungsmaßnahmen beim Baby,  
Kind und Erwachsenen. Was tun bei Kinder-Notfällen  
wie Verbrennungen, Verschlucken oder Vergiftungen  
etc. Was tun nach einem Sturz? Ein Kurs für Eltern und  
Großeltern.



#### Krümelmiste

montags, 09:30–11:30 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 5 €/Monat Familienmitgliedschaft

Die Krümelmiste ist eine Krabbelgruppe für Kinder von  
0–3 Jahren. Sie wird von den Eltern selbstständig  
geleitet und gestaltet. Hierbei stehen gemeinsames  
Krabbeln, Singen und der Austausch von  
Informationen im Vordergrund. Die Gruppe  
kommuniziert auch per WhatsApp untereinander. Bei  
Interesse bitte melden.

#### Räuberhöhle

montags, 15:30–17 Uhr

Haus der Vereine/Garten, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 5 €/Monat Familienmitgliedschaft

Die Räuberhöhle ist eine Eltern-Kind-Gruppe für  
Kinder von 0–5 Jahren. Sie wird von den Eltern  
selbstständig geleitet und gestaltet. Hierbei stehen  
gemeinsames krabbeln/toben, singen und der  
Austausch von Informationen im Vordergrund. Die  
Gruppe kommuniziert auch per WhatsApp  
untereinander. Bei Interesse bitte melden.

#### Sprechstunde für Angehörige von demenziell erkrankten Menschen

montags, 04.04.22 und 25.04.22, 19:00–20:00 Uhr,

½ Stunde pro Beratungstermin,

Juhubu-Haus, Pfarrgasse 5 oder telefonisch/digital

Kosten: 10 €/Beratung

Referentin: Steffi Westerhausen, Demenzassistentin,  
Coach ILP

Sie erhalten hier allgemeine Informationen rund um  
demenzielle Erkrankungen und deren Auswirkungen  
auf den Lebensalltag, Tipps zum Umgang mit  
Menschen mit Demenz uvm.

#### Café Zimt & Zucker/Babykorb

dienstags, 09:15–11:45 Uhr

Am 12.04. und 19.04.22 bleibt das Café und der  
Babykorb geschlossen. Osterpause!

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 6,90 € für Buffet inkl. Getränke

Lecker frühstücken und sich mit anderen Menschen  
unterhalten. Kinder können entspannt spielen.

Zeitgleich ist der Babykorb geöffnet. Hier findet Ihr  
gut erhaltene Kinderkleidung bis Gr. 116, Bücher,  
Spielsachen etc. gegen Spende! Bitte jeweils vorher  
anmelden!



Folgt uns auf Facebook [www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm](https://www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm)  
oder schaut nach dem aktuellen Stand unter: [www.familienzentrum-nieder-olm.de](http://www.familienzentrum-nieder-olm.de)  
Anmeldung zu allen Veranstaltungen und Treffs über das Anmeldeformular auf der Homepage!  
Mobil erreichbar unter: 0176/85913961



### **Hochsensibel – Belastung oder Superkraft?**

Dienstag, 05.04.22, 19:30 Uhr

Historisches Rathaus, Pariser Str. 101

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Referentin: Kerstin Fahr, Familienberaterin, Trainerin für ADHS, Hochbegabung, Dyskalkulie etc.

Was ist Hochsensibilität? Welche Auswirkungen hat es auf Beruf, Schule, Alltag und/oder Erziehung?



### **Shudokan Karate-Do, die Karategruppe für Kinder ab 10 Jahre**

mittwochs, 17–18 Uhr,

In den Ferien findet kein Training statt!

Turnhalle der Seltalschule, Seiteneingang über Lindenstraße

Trainer: Ingo Frommer, 2. Dan im Stil Shudokan-Ryu.

Kosten: Mitgliedschaft im Verein, 5 €/Monat

### **Schwangeren- und Babytreff**

donnerstags 9:30–11:00 Uhr

07.04.22: Beikost

14.04. und 21.04.22 ist kein Treff!

28.04.22: Zahnpflege mit Frau Heppler

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Kursleitung: Diana Nordmann, Familienkinderkrankenschwester

Der Schwangeren- und Babytreff ist eine Gruppe für Eltern mit Baby im 1. Lebensjahr und Schwangere.

Hier wird gesungen, gespielt und Ihr könnt Eure Fragen rund um die Babyzeit stellen, Eure Kinder und Ihr könnt soziale Kontakte knüpfen.



Rheinland-Pfalz  
MINISTERIUM FÜR  
FAMILIE, FRAUEN, KULTUR  
UND INTEGRATION

### **Neu!! – Waffelcafé kreativ – Der Generationentreff für Jung und Alt**

Donnerstag, 15–17 Uhr

07.04.22: Eierparade für das bevorstehende Osterfest

28.04.22: Klammertiere unterwegs

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 5 €/Teilnehmer

Referentin: Ute Herber-Ohler, Erzieherin und Fachkraft ästhetische Bildung

Ihr möchtet neue Leute kennen lernen, Euch bei einer guten Tasse Kaffee nett unterhalten und vielleicht noch kreativ beschäftigen?! Das Waffelcafé kreativ bietet all das! Hier ist jeder willkommen, egal wie alt. Ute Herber-Ohler und das Café-Team verwöhnen Euch und bieten der Jahreszeit entsprechend Kreativangebote an. Spaß, Kommunikation und Nachhaltigkeit sind unser Anliegen.



### **Damit Konflikte in KITA und Schule nicht eskalieren, braucht es ein kompetentes Konfliktmanagement**

Donnerstag, 07.04.22, 19:30 Uhr

Historisches Rathaus, Pariser Str. 101

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Referentin: Eva Wagner, Lehrerin und Schulmediatorin

Konflikte umgeben uns permanent: Sie finden zwischen den Kindern, Kinder und Pädagogen, Eltern und Pädagogen und innerhalb des Kollegiums statt. Lernen Sie die typischen Konfliktfallen kennen und wenn Sie schon mal drin sind, gute Möglichkeiten, Konflikte nicht eskalieren zu lassen.

### **Wenn das Baby kommt – Säuglingspflegekurs**

Freitag, 08.04.22, 16:00–18:30 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 23 € Mitglieder, 25 € Nichtmitglieder

Referentin: Diana Nordmann, Familienkinderkrankenschwester und Trainerin für Erste Hilfe

Wir besprechen Grundkenntnisse der Säuglingspflege, Lagerungs- und Tragetechniken, Ernährungsformen und wie die erste Zeit mit Kind ist und sprechen über sinnvolle- und sinnlose Anschaffungen. Desweiteren erfahren Sie wo sie wann welche Hilfen erhalten können.

### **Zwillingstreff**

Samstag, 09.04.22, 10–12 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Der Zwillingstreff ist eine Möglichkeit für Zwillingen- und andere Mehrlingseltern mit Ihren Kindern im Alter von 0–4 Jahren, sich miteinander zu treffen und auszutauschen. Geschwisterkinder sind natürlich ebenfalls herzlich willkommen!

### **Tragen von Babys und Kleinkindern – Tragehilfen von der Schwangerschaft bis ins Kleinkindalter**

Dienstag, 26.04.22, 19:30 Uhr

Historisches Rathaus, Pariser Str. 101

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Referentin: Sonja Werbter, zert. Trageberaterin  
Der Mensch ist ein Tragling und das Tragen von Babys und Kleinkindern ist ganz natürlich. Das Tragen ist nicht nur eine Entlastung im Alltag, sondern fördert auch die gesunde Entwicklung eines Kindes.



Folgt uns auf Facebook [www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm](https://www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm)

oder schaut nach dem aktuellen Stand unter: [www.familienzentrum-nieder-olm.de](http://www.familienzentrum-nieder-olm.de)

Anmeldung zu allen Veranstaltungen und Treffs über das Anmeldeformular auf der Homepage!

Mobil erreichbar unter: 0176/85913961



Seite 2

**fitdankbaby MAXI – Bewegung für Mütter mit Kindern ab 6 Monaten – Start neuer Kurs** 

Mittwoch, 27.04.22, 09:15–10:30 Uhr, 8x75 Min.,

**fitdankbaby MINI – Bewegung für Mütter mit Kindern ab 3 Monaten**

Mittwoch, 27.04.22, 10:45–12:00 Uhr, 8x75 Min.,

Heinz-Kerz-Sporthalle, Maria-Montessori-Str. 8

Kosten: 96 € Mitglieder, 112 € Nichtmitglieder

Kursleitung: Dijana Meshel

**Stressmanagement für Eltern**

Donnerstag, 28.04.22, 19:30 Uhr

Historisches Rathaus, Pariser Str. 101

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Referentin: Jutta Pippel, Kinderkrankenschwester und Fachberaterin für Emotionelle Erste Hilfe.

Ziel des Vortrags ist es, dass Sie sowohl die physiologischen Grundlagen von Stressreaktionen als auch Ihre eigenen Stresssymptome kennenlernen, um Verhaltensmuster durchbrechen und ändern zu können.



**Krav Maga Workshop – Selbstverteidigung für Kids im Alter von 8–15 Jahre**

Samstag, 30.04.22, 10–12:30 Uhr

Kosten: Mitglieder 25 €, Nichtmitglieder 27 €

**für Frauen und Mädchen ab 16 Jahre**

Samstag, 30.04.22, 13:00–16:00 Uhr

Kosten: Mitglieder 30 €, Nichtmitglieder 32 €

Kursort: Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Referent: Selim Saroglu, zertifizierter Trainer für Krav Maga

Krav Maga besteht aus einfachen Prinzipien und Techniken zur Selbstverteidigung, die in Stress oder Notsituationen leicht abrufbar sind. Diese sind schnell und einfach zu erlernen und damit sofort einsatzbereit.



**Der Babykorb**

Ein Raum voll mit gut erhaltener Baby- und Kinderbekleidung bis Gr. 116, Schuhe, Bücher, Spielsachen, etc. Wir geben die Sachen gegen Spende weiter und

nehmen auch gerne Eure Sachspenden entgegen. Geöffnet ist der Babykorb dienstags von 9:15–11:45 Uhr und befindet sich im Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str.6. Anmeldungen zu einem Besuch im Babykorb unter: 0176/85913961

**Mai**

**Krümelmiste**

montags, 09:30–11:30 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 5 €/Monat Familienmitgliedschaft

Die Krümelmiste ist eine Krabbelgruppe für Kinder von 0–3 Jahren.



**Räuberhöhle**

montags, 15:30–17 Uhr

Haus der Vereine/Garten, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 5 €/Monat Familienmitgliedschaft

Die Räuberhöhle ist eine Eltern-Kind-Gruppe für Kinder von 0–5 Jahren.

**Marburger Konzentrationstraining für Kinder der 2.-4. Klasse in Kleingruppen – Start neuer Block**

Montag, 02.05.22, 15–16:15 Uhr, 2.+3. Klasse

Montag, 02.05.22, 16:30–17:45 Uhr, 3.+4. Klasse

jeweils 6x75 Min.

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 65 €, gefördert durch das MFFKI

Referentinnen: Petra Schulze-Christ und Regine Roß, beide zertifizierte Trainerinnen für MKT und Legasthenie/Dyskalkulie

Dieser Kurs wird angeboten für Kinder der 2.–4. Klasse, die sich leicht ablenken lassen oder viele Flüchtigkeitsfehler machen. Ziel des Marburger Konzentrationstrainings (MKT) ist es, den Kindern Arbeitstechniken zu vermitteln, mit denen sie ihre Aufgaben selbstständig, strukturiert und konzentriert erledigen können.



**Café Zimt & Zucker/Babykorb**

dienstags, 09:15–11:45 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 6,90 € für Buffet inkl. Getränke

Bitte jeweils vorher anmelden!



**Shudokan Karate-Do, die Karategruppe für Kinder ab 10 Jahre**

mittwochs, 17–18 Uhr,

Turnhalle der Seltzalschule, Seiteneingang über Lindenstraße

Trainer: Ingo Frommer, 2. Dan im Stil Shudokan-Ryu

Kosten: Mitgliedschaft im Verein, 5 €/Monat

Folgt uns auf Facebook [www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm](https://www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm)

oder schaut nach dem aktuellen Stand unter: [www.familienzentrum-nieder-olm.de](https://www.familienzentrum-nieder-olm.de)

Anmeldung zu allen Veranstaltungen und Treffs über das Anmeldeformular auf der Homepage!

Mobil erreichbar unter: 0176/85913961



## Schwangeren- und Babytreff

donnerstags 9:30–11:00 Uhr

05.05.22: Trocken werden, Schnullerentwöhnung und Co

12.05.22: Caritas: Elterngeld, Elternzeit etc.

19.05.22: Spiel, Spaß und Beschäftigung mit Kind

26.05.22: kein Treff

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Kursleitung: Diana Nordmann, Familien-Kinderkrankenschwester



## Kleine Rabauken – der Kleinkindertreff mit Eltern ab 9–24 Monaten

freitags, 9–10:30 Uhr

04.05.22: ausnahmsweise mittwochs

27.05.22: kein Treff

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kostenfrei dank Förderung der Stiftung Frühe Hilfen

Um Spende wird gebeten!

Kursleitung: Diana Nordmann, Familienkinderkrankenschwester



## Zwillingstreff

Samstag, 07.05.22, 10–12 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Der Zwillingstreff ist eine Möglichkeit für Zwillingen- und andere Mehrlingseltern mit Ihren Kindern im Alter von 0–4 Jahren, sich miteinander zu treffen und auszutauschen. Geschwisterkinder sind natürlich ebenfalls herzlich willkommen!

## Entspannende Glücksmomente für DICH!

Samstag, 07.05.22, 16–18 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str.6

Kosten: 50€ Mitglieder, 52€ Nichtmitglieder

Kursleitung: Tanja Theß, zert.Trainerin für Entspannungstechniken und psych. Beraterin

Momente der Auszeit, Besinnung, der Stille, einfach nur entspannen, der Seele begegnen, mit dir selbst Sein, loslassen, neue Energie tanken. Das Glück für dich selbst einfangen... entspannenden Klängen lauschen...eine meditative Reise.



## Sprechstunde für Angehörige von demenziell erkrankten Menschen

montags, 09.05.22 und 23.05.22, 19:00–20:00 Uhr,

½ Stunde pro Beratungstermin,

Juhubu-Haus, Pfarrgasse 5 oder telefonisch/digital

Kosten: 10 €/Beratung

Referentin: Steffi Westerhausen, Demenzassistentin, Coach ILP

## Innere Ruhe und Selbstwirksamkeit für Kinder (7–13 Jahre) – Start neuer Kurs

Mittwoch, 11.05.22, 7x45 Min.

16:00–16:45 Uhr, 7–10 Jahre

17:00–17:45 Uhr, 10–13 Jahre

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 70 € Mitglieder, 84 € Nichtmitglieder

Referentin: Tanja Theß, zert. Trainerin für Entspannungstechniken und psych. Beraterin

Der Kurs soll dem Kind helfen spielerisch in die eigene Mitte zu kommen und zu entspannen.



## Neu!! – Waffelcafé kreativ – Der Generationentreff für Jung und Alt

Donnerstag, 15–17 Uhr

12.05.22: Wir lassen Kreisel und Spinner tanzen

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 5 €/Teilnehmer

Referentin: Ute Herber-Ohler, Erzieherin und Fachkraft ästhetische Bildung



## Baby/Kleinkind und Hund – na und!?

Donnerstag, 12.05.22, 19:30 Uhr

Historisches Rathaus, Pariser Str. 101

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Referent: Marcel Preuß, zertifizierter Hundetrainer, Familienvater

Der Nachwuchs ist im Anmarsch und mit dem neuen Familienmitglied kommen auch die Fragen. Paare, die einen Kinderwunsch haben und einen Hund besitzen, werden oft mit vielen Ratschlägen bombardiert. Unter all diesen Ratschlägen befinden sich leider noch immer viele Mythen.



## Erste Hilfe am Kind-Kurs

Samstag, 14.05.22, 9:30–16:00 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: Mitglieder 48 €, Nichtmitglieder 50 €

Referentin: Diana Nordmann, Kinderkrankenschwester und Trainerin für Erste-Hilfe. Kursinhalt: Wiederbelebungsmaßnahmen beim Baby, Kind und Erwachsenen. Was tun bei Kinder-Notfällen wie Verbrennungen, Verschlucken oder Vergiftungen etc. Was tun nach einem Sturz? Ein Kurs für Eltern und Großeltern.



Folgt uns auf Facebook [www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlmev](https://www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlmev)  
oder schaut nach dem aktuellen Stand unter: [www.familienzentrum-nieder-olm.de](https://www.familienzentrum-nieder-olm.de)  
Anmeldung zu allen Veranstaltungen und Treffs über das Anmeldeformular auf der Homepage!  
Mobil erreichbar unter: 0176/85913961



## Internationaler Tag der Familie FamilienZentrum Nieder-Olm e.V. feiert 10-jähriges Jubiläum

Sonntag, 15.05.22, 10:30–17:00 Uhr  
Grillplatz, Maria-Montessori-Str. 6

Ganztägig: Kinderflohmarkt, Infomeile, Hüpfburgen  
Kinderschminken, Kreativstationen, Workshops

11:00 Uhr: Offizielle Eröffnung durch  
Familienministerin K. Binz, Landrätin D. Schäfer und  
Stadtbürgermeister D. Hasenfuss

Weiteres Programm und Infos siehe Ende vom Flyer  
oder unter: [www.familienzentrum-nieder-olm.de](http://www.familienzentrum-nieder-olm.de)

### Babysitterkurs

Samstag, 21.05.22, 9:00–16:00 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6,  
Kosten: 15 €, inkl. Essen und Getränke

Referentinnen: Diana Nordmann, Kinderkranken-  
schwester und Trainerin für 1. Hilfe und Agathe Seifer,  
Diplomsozialpädagogin

Du bist mind. 14 Jahre alt, möchtest als Babysitter  
tätig werden und Dir dazu Wissen/Sicherheit zu  
Pflege, Versorgung, Pädagogik, Spielen, Erste Hilfe,  
Versicherung aneignen? Dann komm zu uns!

Der Kurs endet mit dem Babysitter-Diplom des  
FamilienZentrums Nieder-Olm e.V. Hier kannst Du  
dann auch Deine Kontaktdaten hinterlassen und Dich  
in der Babysitter- und Seniorenhelferbörse listen  
lassen.



### Geschwisterkinder in ihre neue Rolle begleiten

Dienstag, 24.05.22, 19:30 Uhr

Historisches Rathaus, Pariser Str. 101  
Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Referentin: Jutta Pipper, Kinderkrankenschwester und  
Fachberaterin für Emotionelle Erste Hilfe

Ein weiteres Kind ist unterwegs, eine Freude für die  
ganze Familie. Wie geht es dabei dem älteren  
Geschwisterkind? Was braucht Ihr Kind in dieser  
Anpassungszeit, worauf können Sie achten?



### Papatreff

Samstag, 28.05.22, 9:30–11:30 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6  
Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Im Papatreff sind Väter mit ihren Kindern von  
0–2 Jahre herzlich willkommen. Bei Kaffee und Tee  
könnt ihr Euch in lockerer Runde mit anderen Papas  
austauschen und gemeinsam Zeit mit Euren Kindern  
verbringen.

## Juni

### Stammtisch Schule

Mittwoch, 01.06.22 ab 20 Uhr

Restaurant Stecklers, Pariser Straße 155,  
Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Referentin: Kerstin Fahr, Schwerpunkte:  
Hochbegabung, ADS/ ADHS, Marburger  
Konzentrationstraining

Dieser Stammtisch richtet sich an alle Eltern, die  
allgemein Fragen zum Thema Schule haben, deren  
Kinder vor einem Schulwechsel stehen oder Probleme  
in der Schule haben. Welche Gründe kann es geben  
für akute Probleme, welche Hilfsmöglichkeiten gibt es,  
welche Wege kann man gehen und wie führe ich ein  
gutes Gespräch mit dem Lehrer sind unsere Themen.



### Schwangeren- und Babytreff

donnerstags 9:30–11:00 Uhr

02.06.22: Urlaub mit Baby

09.06.22: Entwicklung der Sprache

16.06.22: kein Treff

23.06.22: Kindertagespflege, KV Mainz-Bingen

30.06.22: Kitas in Nieder-Olm, Fr. Kempf,  
Verbandsgemeinde

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6  
Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Kursleitung: Diana Nordmann, Familien-  
Kinderkrankenschwester



### Neu!! – Waffelcafé kreativ – Der Generationentreff für Jung und Alt

Donnerstag, 15–17 Uhr

02.06.22: Federleicht

23.06.22: Sonnenfänger für drinnen und draußen  
Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 5€/Teilnehmer

Referentin: Ute Herber-Ohler, Erzieherin und Fach-  
kraft ästhetische Bildung



### Kleine Rabauken – der Kleinkindertreff mit Eltern ab 9–24 Monaten

freitags, 9–10:30 Uhr

15.06.22: ausnahmsweise mittwochs

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kostenfrei dank Förderung der Stiftung Frühe Hilfen  
Um Spende wird gebeten!

Kursleitung: Diana Nordmann,  
Familienkinderkrankenschwester



Folgt uns auf Facebook [www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm](https://www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm)  
oder schaut nach dem aktuellen Stand unter: [www.familienzentrum-nieder-olm.de](http://www.familienzentrum-nieder-olm.de)  
Anmeldung zu allen Veranstaltungen und Treffs über das Anmeldeformular auf der Homepage!  
Mobil erreichbar unter: 0176/85913961



## **Krav Maga Workshop – Selbstverteidigung für Kids im Alter von 8–15 Jahre**

Samstag, 04.06.22, 10–12:30 Uhr

Kosten: Mitglieder 25 €, Nichtmitglieder 27 €

## **für Frauen und Mädchen ab 16 Jahre**

Samstag, 04.06.22, 13:00–16:00 Uhr

Kosten: Mitglieder 30 €, Nichtmitglieder 32 €

Kursort: Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Referent: Selim Saroglu, zertifizierter Trainer für Krav Maga

Krav Maga besteht aus einfachen Prinzipien und Techniken zur Selbstverteidigung, die in Stress oder Notsituationen leicht abrufbar sind. Diese sind schnell und einfach zu erlernen und damit sofort einsatzbereit.



## **Café Zimt & Zucker/Babykorb**

dienstags, 09:15–11:45 Uhr

**14.06.22: Offene Bürgersprechstunde mit Beate Berschneider, Beigeordnete der Stadt Nieder-Olm**

**28.06.22: Kinderzahnpflegeberatung mit Sandra Heppler von der AG Kinder- und Jugendzahnpflege**

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 6,90 € für Buffet inkl. Getränke

Bitte jeweils vorher anmelden!



## **Kinderyoga (6–10Jährige) – Start neuer Kurs**

Freitag, 10.06.22, 4x60 Min., 14–15 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 35 € Mitglieder, 43 € Nichtmitglieder

Kursleiterin: Isabel Jonetzko, Sozialarbeiterin B. A. und Yogalehrerin

Die spielerische Erfahrung von Yoga stillt wunderbar die kindlichen Bedürfnisse nach Bewegung und Entspannung und sorgt für eine wohltuende Mischung aus Konzentration, Achtsamkeit und Koordination. Gleichzeitig werden die Flexibilität und das Gespür für den eigenen Körper gestärkt.

## **Young Yoga – Yoga für Jugendliche (13–19Jährige) – Start neuer Kurs**

Freitag, 10.06.22, 4x60 Min., 15:30–16:30 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 35 € Mitglieder, 43 € Nichtmitglieder

Kursleiterin: Isabel Jonetzko, Sozialarbeiterin B. A. und Yogalehrerin

Du bist jung, dynamisch, motiviert und manchmal ein bisschen gestresst? Nimm dir Zeit für dich und deinen Körper und genieße die wohltuenden Yogaübungen mit Meditationselementen gemeinsam mit anderen

jugen Menschen.

## **Papatreff**

Samstag, 11.06.22, 9:30–11:30 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Im Papatreff sind Väter mit ihren Kindern von 0–2 Jahre herzlich willkommen. Bei Kaffee und Tee könnt ihr Euch in lockerer Runde mit anderen Papas austauschen und gemeinsam Zeit mit Euren Kindern verbringen.

## **Krümelmiste**

montags, 09:30–11:30 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 5 €/Monat Familienmitgliedschaft

Die Krümelmiste ist eine Krabbelgruppe für Kinder von 0–3 Jahren.

## **Räuberhöhle**

montags, 15:30–17 Uhr

Haus der Vereine/Garten, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 5 €/Monat Familienmitgliedschaft

Die Räuberhöhle ist eine Eltern-Kind-Gruppe für Kinder von 0–5 Jahren.

## **Sprechstunde für Angehörige von demenziell erkrankten Menschen**

montags, 13.06.22 und 27.06.22, 19:00–20:00 Uhr,

½ Stunde pro Beratungstermin,

Juhubu-Haus, Pfarrgasse 5 oder telefonisch/digital

Kosten: 10 €/Beratung,

Referentin: Steffi Westerhausen, Demenzassistentin, Coach ILP

## **fitdankbaby MAXI – Bewegung für Mütter mit**

**Kindern ab 6 Monaten – Start neuer Kurs** 

Mittwoch, 22.06.22, 09:15–10:30 Uhr, 6x75 Min.,

**fitdankbaby MINI – Bewegung für Mütter mit Kindern ab 3 Monaten**

Mittwoch, 22.06.22, 10:45–12:00 Uhr, 6x75 Min.,

Heinz-Kerz-Sporthalle, Maria-Montessori-Str. 8

Kosten: 48 € Mitglieder, 56 € Nichtmitglieder

Kursleitung: Dijana Meshel

Folgt uns auf Facebook [www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm](https://www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm)  
oder schaut nach dem aktuellen Stand unter: [www.familienzentrum-nieder-olm.de](https://www.familienzentrum-nieder-olm.de)  
Anmeldung zu allen Veranstaltungen und Treffs über das Anmeldeformular auf der Homepage!  
Mobil erreichbar unter: 0176/85913961



## Zwillingstreff

Samstag, 25.06.22, 10–12 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Der Zwillingstreff ist eine Möglichkeit für Zwillings- und andere Mehrlingseltern mit Ihren Kindern im Alter von 0–4 Jahren, sich miteinander zu treffen und auszutauschen. Geschwisterkinder sind natürlich ebenfalls herzlich willkommen!

## Stressausbruch, Wut, Trotz und Co

Donnerstag, 30.06.22, 19:30 Uhr

Historisches Rathaus, Pariser Str. 101

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Referentin: Jutta Pippert, Kinderkrankenschwester und Fachberaterin für Emotionelle Erste Hilfe.

Ein einfaches NEIN und schon geht's los! Ihr sonst so kooperatives Kleinkind wird zum „Wüterich“. Ein Abend an dem Sie erfahren, warum das so ist und wie Sie damit umgehen können.



## Die Babysitter- und Seniorenhelferbörse



Unsere Babysitter sind Jugendliche, die bei uns einen Tag lang geschult wurden zum Umgang mit Säuglingen/Kleinkindern, zu Grundkenntnissen in Erste-Hilfe am Kind, sowie Themen der Entwicklung/Aufsichtspflicht.

Unsere Seniorenhelfer sind Jugendliche, die gerne den Senioren helfen möchten. Gegen ein Entgelt übernehmen sie gerne Dinge, die Ihnen den Alltag erleichtern. Wir stellen gerne den Kontakt her! Um die Ausbildung/Verwaltung der Börse zu finanzieren, freuen wir uns über eine Spende!

# 10 Jahre FamilienZentrum!

## Jubiläumsfeier

am internationalen Tag der Familie

- Ponyreiten
- Kinderflohnmarkt
- Kinderschminken
- Infomelle & Kreativ-Stationen

Für das leibliche Wohl ist gesorgt!

**Feiert mit uns:**

- Sonntags am „Tag der Familie“  
**15. Mai 2022**
- 10:30 - 17:00 Uhr**
- Grillplatz Nieder-Olm,**  
Maria-Montessori-Str. 6

Hüpfburgen

Rikschafahren

wir sind:

# Mehr Familie.

In die Zukunft, fertig, los!

- 11:00 Begrüßung durch Familienministerin Katharina Binz, Landrätin Dorothea Schäfer und Stadtbürgermeister Dirk Hasenfuß
- 11-15 Kreativ-Workshop von der „Reling Nieder-Olm“
- 11:30 Karate-Kids mit Ingo Frommer vom FamilienZentrum e.V. – Friedvolle Krieger – Kinder lernen Kampfkunst
- 12:00 Aquarell-Workshop mit Waldemar Erz: Gestalte Dein persönliches Lesezeichen
- 12-14 Ponyreiten von und mit dem „Selztalhof“
- 12-17 Cocktails mit „Tiziano“
- 13:30 Lernstrategie – Turbo-Workshop mit Andrea Michels: Gehirntraining für jedes Alter – von Telefonnummern bis Vokabeln
- 15:00 Breakdance mit Denis Nagel und den Hydro Kids vom Jugendtreff Nieder-Olm

familienzentrum-nieder-olm.de

Folgt uns auf Facebook [www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm](http://www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm)  
oder schaut nach dem aktuellen Stand unter: [www.familienzentrum-nieder-olm.de](http://www.familienzentrum-nieder-olm.de)  
Anmeldung zu allen Veranstaltungen und Treffs über das Anmeldeformular auf der Homepage!  
Mobil erreichbar unter: 0176/85913961



## Wiederkehrende Angebote, siehe Ausschreibungen/Homepage:

- Schwangeren- und Babytreff 0–1 Jahr, donnerstags 09:30–11:00 Uhr, um Spende wird gebeten!
- Krümelkiste für Kids von 0–3 Jahren, montags 09:30–11:30 Uhr, 5 € Familienmitgliedschaft
- Räuberhöhle für Kids von 0–5 Jahren, montags 15:30–17:00 Uhr, 5 € Familienmitgliedschaft
- Kleine Rabauken – der Kleinkindertreff von 9–24 Monaten mit Eltern, um Spende wird gebeten!
- Papatreff, ca. 1x im Monat samstags, um Spende wird gebeten!
- Zwillingstreff, ca. 1x im Monat samstags, um Spende wird gebeten!
- fitdankbaby-Kurse, Kursgebühr
- Innere Ruhe-Entspannungskurs für Kinder ab 7 Jahre, mittwochs, Kursgebühr
- Kinderyoga – für Kinder von 6–10 Jahre, freitags, Kursgebühr
- Young Yoga – für Jugendliche von 13–19 Jahre, freitags, Kursgebühr
- Marburger Konzentrationstraining für Kinder im Grundschulalter wieder ab 2. Quartal 2022, Kursgebühr
- Shudokan Karate-Do – die Karategruppe für Kids ab 10 Jahre, mittwochs, 17–18 Uhr, Turnhalle der Seltzalschule, Familienmitgliedschaft 5 €/Monat
- Babysitterkurse für Jugendliche ab 14 Jahre, 3x im Jahr, 15 € Kursgebühr
- Stammtisch Hochbegabung, Stammtisch Schule, um Spende wird gebeten!
- Sprechstunde für Angehörige von demenziell erkrankten Menschen, 2x pro Monat, gegen Beratungsgebühr
- Waffelcafé kreativ – der Generationentreff für Jung und Alt, donnerstags 15–17Uhr, 1–2x/Monat, 5 €/Teilnahme
- Café Zimt und Zucker und Babykorb, dienstags 09:15–11:45 Uhr
- Krav Maga-Selbstverteidigung für Kinder von 8–15 Jahre und Mädchen/Frauen ab 16 Jahre, samstags, Kursgebühr

Abmeldung vom Newsletter über: [anmeldung@familienzentrum-nieder-olm.de](mailto:anmeldung@familienzentrum-nieder-olm.de)

### Anmeldung:

Das FamilienZentrum Nieder-Olm e.V. bietet unterschiedliche Veranstaltungen an: Kurse, Workshops, offene Treffs, Vorträge... und natürlich feiern wir auch Feste! Wenn Sie sich zu einer Veranstaltung anmelden, geben Sie bitte den genauen Titel und das Datum an. Vor Beginn einer Veranstaltung bestätigen wir Ihnen die Teilnahme schriftlich. Bei einer zu geringen Teilnehmerzahl behält es sich der Verein vor, den Kurs abzusagen. Wenn Sie die Teilnahme an einer Veranstaltung weniger als 72 Stunden vorher absagen oder ohne Abmeldung nicht erscheinen, behält es sich das FamilienZentrum vor die Kursgebühr voll oder anteilig in Rechnung zu stellen. In besonderen Fällen – z. B. Arbeitslosigkeit, geringes Einkommen, Ausbildung – ist eine Ermäßigung der Teilnehmergebühr nach Absprache möglich.

Bei uns sind alle Menschen willkommen. Sie oder Ihr Kind haben eine Beeinträchtigung und möchten mitmachen? Gerne doch. Melden Sie sich und wir finden sicher gemeinsam eine Lösung!



Kontonummer für Überweisungen/Spenden:

IBAN: DE92 5505 0120 0200 0700 76

BIC: MALADE51MNZ

Das FamilienZentrum Nieder-Olm e.V. ist ein Haus der Familie RLP und wird gefördert durch:



Stadt  
Nieder-Olm

Folgt uns auf Facebook [www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm](https://www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm)  
oder schaut nach dem aktuellen Stand unter: [www.familienzentrum-nieder-olm.de](http://www.familienzentrum-nieder-olm.de)  
Anmeldung zu allen Veranstaltungen und Treffs über das Anmeldeformular auf der Homepage!  
Mobil erreichbar unter: 0176/85913961

