2024
Programmheft

Familienbildungsstätte

Familie
gesund & aktiv
kreativ & klangvoll
Natur
Sprache

Impressum
VKJ-Familienbildungsstätte (FBS)
Brunnenstraße 29
45128 Essen
Tel.: 0201 8463577
Fax: 0201 8463579
E-Mail: fbs@vkj.de

Fotos: VKJ Ruhrgebiet e.V., Papilio gGmbH
Gestaltung: Christine Franzke

Stand: Dezember 2023

Vorwort

Liebe Familien, Eltern, Großeltern und Kinder,

herzlich willkommen zu den neuen Angeboten unserer VKJ-Familienbildungsstätte!

Wir freuen uns, Ihnen unser vielfältiges und spannendes Jahresprogramm präsentieren zu dürfen. In den kommenden Monaten haben wir wieder zahlreiche interessante Kurse, Workshops und Veranstaltungen geplant, die darauf abzielen, Familien in allen Lebensphasen zu unterstützen und zu stärken. Egal ob Sie frischgebackene Eltern sind, Ihre Kinder in verschiedenen Altersgruppen begleiten möchten oder als Großeltern wertvolle Zeit mit Ihren Enkeln verbringen möchten - bei uns finden Sie sicherlich das passende Angebot. Tauchen Sie ein in unsere bunte Welt der Bildung, des Austauschs und der gemeinsamen Erlebnisse. Wir laden Sie herzlich ein, Teil unserer Gemeinschaft zu werden und freuen uns darauf, Sie auf Ihrem individuellen Bildungsweg begleiten zu dürfen. Lassen Sie uns gemeinsam neue Erfahrungen sammeln, voneinander und miteinander lernen und wertvolle Erinnerungen schaffen. Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Durchstöbern unseres Jahresprogramms und hoffen, dass Sie für Sie passende Angebote finden.

Vera Hopp
Geschäftsführung

Beate Lamm
Leitung Familienbildungsstätte

VKJ, Verein für Kinder- und Jugendarbeit in sozialen Brennpunkten Ruhrgebiet e.V.

Inhalt

Familie

- Kurse und Einzelthemen für große Familienmitglieder 10
- Elternstart NRW 35
- Kurse für Klein und Groß zusammen 36

gesund & aktiv

- Erste Hilfe und Gesundheit für Große 41
- Bewegung und Entspannung für Große 46
- Bewegung und Entspannung für Klein und Groß zusammen 48
- Ernährung und Kochen 51
- Eltern-Kind Kochen 53

kreativ & klangvoll

- Kreativangebote für Große 55
- Basteln, bauen, werkeln für Groß und Klein zusammen 56
- Klangvolles für Groß und Klein zusammen 61

Natur in der Stadt 63

Sprache 69

Unsere VKJ-Kinderhäuser 5
Projekt „glücklich sein“ 8
Freiwilligendienste 9
Projekt „ElternChanceN“ 15
Papilio-U3 26
VKJ-Familiencoaches 33
„griffbereitMINI“ - „griffbereit“ - „Eltern mischen mit“ 34
VKJ-Erlebnisgarten 68
Raumvermietungen 72

Unsere VKJ-Kinderhäuser

Altendorf

VKJ-Kinderhaus Himmelszelt

Schmitzstraße 8
45143 Essen
Telefon:
0201 / 62 12 82
E-Mail:
himmelszelt@vkj.de

Altendorf

VKJ-Kinderhaus Kleine Riesen

Niederfeldstraße 9
45143 Essen
Telefon:
0201 / 125 95 85
E-Mail:
kleineriesen@vkj.de

Altendorf

VKJ-Kinderhaus Tabaluga

Euskirchenstraße 5
45143 Essen
Telefon:
0201 / 64 37 32
E-Mail:
tabaluga@vkj.de

Altenessen

VKJ-Kinderhaus Großstadtkrokodile

Hundebrinkstraße 35
45326 Essen
Telefon:
0201 / 31 38 70
E-Mail:
grossstadtkrokodile@vkj.de

Altenessen

VKJ-Kinderhaus Erlebniswelt

Radhoffstraße 48
45326 Essen
Telefon:
0201 / 316 25 87
E-Mail:
erlebniswelt@vkj.de

Dellwig

VKJ-Kinderhaus FrechDachse

Dachsfeld 46
45357 Essen
Telefon:
0201 / 18 52 76 43
E-Mail:
frechdachse@vkj.de

Fischlaken

VKJ-Kinderhaus Fliewatüüt

Bernhardstraße 28
45239 Essen
Telefon:
0201 / 848 506 80
E-Mail:
fliewatueuet@vkj.de

Freisenbruch

VKJ-Kinderhaus Kleine Füße

Märkische Straße 27/29a
45279 Essen
Telefon:
0201 / 50 15 03
E-Mail:
kleinefuesse@vkj.de

Frohnhausen

VKJ-Kinderhaus Kleine Oase

Nöggerathstraße 41
45144 Essen
Telefon:
0201 / 64 61 09 70
E-Mail:
kleineoase@vkj.de

Unsere VKJ-Kinderhäuser

Huttrop

VKJ-Kinderhaus Sterntaler

Ruhrallee 75
45138 Essen
Telefon:
0201 / 830 84 61
E-Mail:
sterntaler@vkj.de

Kettwig

VKJ-Kinderhaus Am Wasser

Am Kettwiger
Ruhrbogen 214
45219 Essen
Telefon:
02054 / 868 36 05
E-Mail:
amwasser@vkj.de

Kray

VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim

Grimbergstraße 30
45307 Essen
Telefon:
0201 / 557 90 89
E-Mail:
simsalagrim@vkj.de

Rüttenscheid

VKJ-Kinderhaus MitEinander

Wittenbergstraße 10
45131 Essen
Telefon:
0201 / 79 88 44 40
E-Mail:
miteinander@vkj.de

Schonnebeck

VKJ-Kinderhaus Kleine Hexe

Westbergstraße 8
45309 Essen
Telefon:
0201 / 29 71 71
E-Mail:
kleinehexe@vkj.de

Steele

VKJ-Kinderhaus Im Park

Eickelkamp 30
45276 Essen
Telefon:
0201 / 55 79 32 74
E-Mail:
impark@vkj.de

Stoppenberg

VKJ-Kinderhaus Windvogel

Ramers Kamp 7
45327Essen
Telefon:
0201 / 806 73 97
E-Mail:
windvogel@vkj.de

Südostviertel

VKJ-Kinderhaus Zauberstern

Kaisershofstr. 23/25
45139 Essen
Telefon:
0201 / 279 91 08
E-Mail:
zauberstern@vkj.de

Südostviertel

VKJ-Kinderhaus Im Quartier

Gerhard-Stötzel-Str. 25
45139 Essen
Telefon:
0201 / 20 16 44 55
E-Mail:
imquartier@vkj.de

Unsere VKJ-Kinderhäuser

Südviertel

VKJ-Kinderhaus Wunschbrunnen

Brunnenstraße 29
45128 Essen
Telefon:
0201 / 24 67 07 72
E-Mail:
wunschbrunnen@vkj.de

Überruhr

VKJ-Kinderhaus Wirbelwind

Liebrechtstraße 4-6
45277 Essen
Telefon:
0201 / 58 69 56
E-Mail:
wirbelwind@vkj.de

Werden

VKJ-Kinderhaus Budenzauber

Wesselswerth 2
45239 Essen
Telefon:
0201 / 49 30 77
E-Mail:
budenzauber@vkj.de

Mülheim-Broich

VKJ-Kinderhaus Entdeckerland

Kurfürstenstraße 57
45479 MH a.d. Ruhr
Telefon:
0208 / 30 56 43 66
E-Mail:
entdeckerland@vkj.de

Mülheim-Eppinghofen

VKJ-Kinderhaus Kleine Stifte

Bruchstr. 83 a
45468 MH a.d. Ruhr
Telefon:
0208 / 74 05 34 74
E-Mail:
kleinestifte@vkj.de

Mülheim-Mitte

VKJ-Kinderhaus Kleine Kröten

Wilhelmstraße 7
45468 MH a.d. Ruhr
Telefon:
0208 / 94 13 48 60
E-Mail:
kleinekroeten@vkj.de

Mülheim-Speldorf

VKJ-Kinderhaus Pusteblume

Frühlingstraße 47
45478 MH a.d. Ruhr
Telefon:
0208 / 43 91 12 20
E-Mail:
pusteblume@vkj.de

Projekt „glücklich sein“ in den VKJ-Kinderhäusern

In den letzten Jahren konnten in der Psychotraumatologie und Hirnforschung immer deutlichere Folgen und Auswirkungen von psychischen Traumata auf die Entwicklung und Verhaltensweisen von Kindern und Jugendlichen nachgewiesen werden. Unsere Kinder brauchen einen geschützten Ort, an dem sie die Möglichkeit haben, sich sicher zu fühlen, neue, ergänzende Erfahrungen zu machen, sich selbst und ihre Handlungsstrategien verstehen zu lernen, Entwicklungsverzögerungen aufzuholen und sichere Bindungserfahrungen machen zu können.

Hier setzt das trägerweite Projekt „glücklich sein“ mit der VKJ-Traumapädagogin Carina Berndt an.

An zehn Terminen können 4-5 Kinder in vertrauter Kinderhausumgebung an diesem Projekt teilnehmen.
Durch verschiedene Geschichten, Ressourcen- und Achtsamkeitsübungen lernen sie ihre Gefühlswelt besser kennen und auf sich zu achten. Sie setzen sich mit Bedürfnissen und Wünschen auseinander und lernen sie zu verstehen und zu äußern. Sie lernen auch ihr Gegenüber besser zu verstehen und können miteinander stark werden. Bei allen Übungen können sich die Kinder kreativ ausleben, malen, tanzen und ihren Gedanken freien Lauf lassen.

Das Projekt kann durch die Kinderhäuser des VKJ gebucht werden. Dazu müssen die entsprechenden finanziellen Mittel im Etat des Hauses vorhanden sein.
Es ist gedacht für alle Kinder, die aus unterschiedlichen Gründen viele Empfindungen in sich tragen, aber kaum in der Lage sind sie zu äußern oder sich genauer mit ihnen auseinanderzusetzen. Gemeinsam versuchen wir diese Empfindungen in Worten auszudrücken, zu verstehen und anzunehmen. Jedes Kind bringt seine eigene Lebensgeschichte mit sich und damit auch ganz eigene Ressourcen und Strategien, die es im Umgang mit Problemen und Herausforderungen nutzen kann.
Die Eltern der Kinder werden in einem Brief über die Teilnahme am Projekt informiert. Das Team ist durch regelmäßige Gespräche und zwei Besuche in Teamsitzungen eng mit eingebunden. Zudem gibt es die Möglichkeit, per E-Mail oder Telefon Kontakt zur Projektleiterin aufzunehmen. So sind auch Einzelfallberatungen, kurzfristige Kriseninterventionen oder Spinnwebanalysen in Teamsitzungen möglich.

Brauchen Sie Unterstützung oder sind Sie neugierig auf unser Projekt geworden,
dann melden Sie sich gerne in Ihrem VKJ-Kinderhaus.
Sie können unser Projekt auch gerne finanziell unterstützen. Wir freuen uns über jede Spende!

Unsere Projektleiterin Carina Staats freut sich auf Ihre Rückmeldung:
Tel.: 0201 / 23 40 81 oder Mail: trauma@vkj.de

Unsere Kooperationspartner:

AWO Essen Familienbildung
AWO Kreisverband Essen e.V.

Ansprechpartner*in: Hanimgül Ilhan
Jens Fischer

Cranachhöfe
Holsterhauser Platz 2
45147 Essen
Tel: 0201 1987-410 / Fax: 0201 1897-147
www.awo-essen.de / fbs@awo-essen.de

AWO Mülheim Familienbildung
AWO Mülheim a.d. Ruhr Kreisverband

Ansprechpartner: Marcus Kuck

Bahnstrasse 18
45468 Mülheim a.d. Ruhr
Tel:0208 45003-115 / Fax: 0208 45003-119
www.awo-mh.de / m.kruck@awo-mh.de

Freiwilligendienste beim VKJ!

In den VKJ-Kinderhäusern und im VKJ-Kinder- und Jugendclub gibt es jedes Jahr die Möglichkeit, einen Freiwilligendienst im sozialen Bereich zu absolvieren. Durch das Freiwillige Soziale Jahr (FSJ) und den Bundesfreiwilligendienst (BFD) erhalten junge Menschen die Möglichkeit, sich zu engagieren und damit etwas für die Gesellschaft zu tun. Ein freiwilliger Einsatz fördert die Entwicklung der Persönlichkeit, bietet Orientierung bei der Berufswahl und vermittelt wichtige Kompetenzen für das weitere Leben.

Ob BFD oder FSJ ist für die Freiwilligen kaum ein Unterschied: Den Bundesfreiwilligendienst können auch Menschen ab 27 Jahren machen, das FSJ nicht. In beiden Diensten werden 25 Seminartage belegt, darin sind bei den Bundesfreiwilligen 5 Tage politische Bildung enthalten. Ansonsten sind FSJ´ler*innen und BFD´ler*innen gleichgestellt: das gleiche Taschengeld, die gleichen Tage Urlaub, die gleiche Tätigkeit, sozialversichert angestellt und weiterhin Anspruch auf Kindergeld.

JETZT BEWERBEN!
Immer zum August/September eines Jahres werden die Stellen neu besetzt;
bei Interesse bitte Bewerbungen an die
VKJ-Geschäftsstelle oder gerne auch per E-Mail an: vkj@vkj.de

VKJ Ruhrgebiet e.V.
Chancengleichheit für eine bessere Zukunft

Familie

Wir laden Sie ein, in unseren Angeboten für Familien zu stöbern.
Hier finden Sie Kurse und Veranstaltungen für Eltern zu verschiedenen Themen sowie Angebote für Eltern und Kinder gemeinsam.
Freuen Sie sich auf Begegnungen mit anderen und lassen Sie sich in Ihrem Familienalltag begleiten.

TAFF - Treffen zum Austausch für Fragen in Familien

"Eltern werden ist nicht schwer - Eltern sein, dagegen sehr!

Ist das wirklich so?

War es nicht toll, als Sie Ihr Kind zum ersten Mal im Arm hielten? Nach etlichen durchwachten Nächten und vollen Windeln wissen Eltern: Zur Erziehung von Kindern gehören viele unterschiedliche Aufgaben und eine große Verantwortung.

Kennen Sie auch die immer wiederkehrenden Stressmomente beim Waschen, Anziehen oder Frühstücken? Das ewige Gezerre ums Aufräumen? Das Gefühl, Sie und Ihr Kind könnten eine Atempause gebrauchen?

Alle Eltern, die gemeinsam mit anderen Antworten auf die vielen Erziehungsfragen finden möchten, sind herzlich willkommen!

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.000	31.01.24 - 22.05.24	Mi 10:00 - 12:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Zauberstern, Familienzentrum
Kaisershofstraße 23 - 25, 45139 Essen-Südostviertel

Kursleitung: Susanne Stahl-Brauer, Katja Drengenburg

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.001	10.01.24 - 13.03.24	Mi 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Füße, Verbund-FZ Märkische Straße
Märkische Str. 27/29a, 45279 Essen-Freisenbruch

Kursleitung: Marco Ramm, Katja Hamacher

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.002	23.01.24 - 26.03.24	Di 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus FrechDachse, Familienzentrum
Dachsfeld 46, 45357 Essen-Dellwig

Kursleitung: Kai Langer, Kerstin Steinforth

TAFF Welcome - Treff zum interkulturellen Austausch für Familien

Hier können Sie:

- Fragen stellen
- Miteinander lachen
- Neues erfahren
- Sich wohlfühlen
- Sich austauschen
- Unterstützung bekommen

Ein Angebot für Familien mit Fluchterfahrung.

TAFF Welcome gibt Orientierung beim Ankommen in der neuen Umgebung durch den Dialog über Werte und Erwartungen der Willkommens- sowie Herkunftskultur.

TAFF Welcome begegnet sprachlichen Hürden; durch Bildmaterial, Spiel und Bewegungsübungen wird ein Austausch möglich gemacht. Der hohe Praxisanteil, die persönlichen Zugangswege und das Eingehen auf die individuellen Bedürfnisse der Teilnehmer*innen stehen im Vordergrund.

TAFF Welcome bietet durch die multikulturelle Zusammensetzung der Teilnehmer_innen Raum für interkulturellen Austausch.

Inhalte:

- Meine Haltung, mein Kind
- Kinderrechte & Menschenrechte
- Bewegung & Entspannung
- Zeit mit den Kindern (Bücher, Spiel, Medien)
- Vorbilder Rituale
- Gesunde Ernährung
- Bildung & Förderung

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.022	26.08.24 - 28.10.24	Mo 10:00 - 12:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ MifriN
Bäuminghausstraße 63, 45326 Essen

Kursleitung: Medina Kleinekorte

Sie vermissen einen TAFF oder TAFF Welcome Kurs in Ihrer Einrichtung?
Die Elternprogramme TAFF und TAFF Welcome führen wir in Kooperation mit Kitas, Familienzentren und Schulen durch, bei Interesse melden Sie sich gerne bei uns.

„familY“-Kurs - mein Kind kommt in die Schule

Das „familY“-Programm versteht Familie als zentralen Teil des Bildungssystems. „familY“ unterstützt Eltern von Vorschulkindern bei der guten Begleitung des Übergangs von der Kita in die Grundschule. In diesem Kurs begleiten Sie die geschulten „familY“-Begleitungen nicht nur vom Übergang von der Kita in die Grundschule, sondern auch nach der Einschulung. In insgesamt 10 Treffen werden Themen wie Selbstständigkeit, Lernen, Schulerfahrungen, Einschulung, Schulweg und viele weitere Themen gemeinsam und mit Spaß bearbeitet.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.031	18.01.24 - 12.09.24	Do 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Wirbelwind, Familienzentrum
Liebrechtstraße 4-6, 45277 Essen-Überruhr

Kursleitung: Medina Kleinekorte

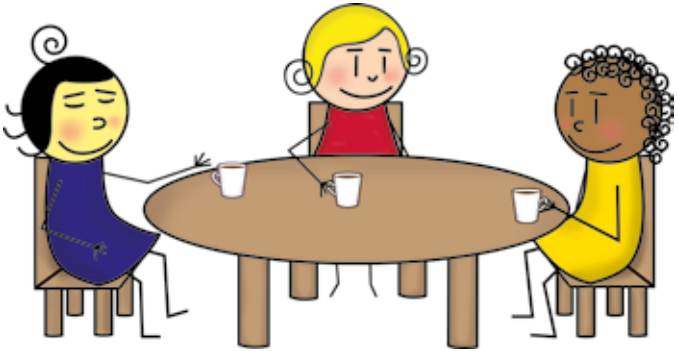
Elterncoaching

Kennen Sie das auch? Das Leben mit Kindern stellt Sie an jedem Tag vor neue Herausforderungen. Sie erleben fröhliche und glückliche Momente mit Ihren Kindern, feiern gemeinsame Erfolge und verarbeiten Niederlagen und Fehler. Das systemische Elterncoaching sucht bei herausfordernden Situationen im Familienalltag nach Lösungen und nutzt dazu die Stärken und Fähigkeiten der einzelnen Familienmitglieder. Gemeinsam mit anderen Eltern und fachlicher Begleitung besprechen Sie Ihre Anliegen und Ihre Themen.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.060	10.04.24 - 26.06.24	Mi 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Oase, Familienzentrum
Nöggerathstraße 41, 45144 Essen-Frohnhausen

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister



Zukunftswerkstatt: Und so will ich leben?!

"Ich mach' mir die Welt - widdewidde wie sie mir gefällt ..." singt Pipi Langstrumpf in ihrem berühmten Lied. Die Welt so zu machen wie ich will, geht das überhaupt? Sie sind herzlich eingeladen gemeinsam eine neue Zukunft zu gestalten. Dabei soll sich diese Zukunft nicht nur in unseren Köpfen abspielen, sondern es werden Möglichkeiten gefunden, diese im Alltag umzusetzen.

Es werden Fragen aufkommen, wie:

- Wie stelle ich mir Kinderbetreuung vor?
- Welche Angebote fehlen mir im Stadtteil?
- Wie kann ich mich mehr beteiligen?

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.061	16.04.24 - 28.05.24	Di 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Familienbildungsstätte
Brunnenstraße 29, 45128 Essen-Südviertel

Kursleitung: Medina Kleinekorte

Unterstützung für Sie und Ihre Liebsten.

Ob groß oder klein, mit oder ohne Kinder: Wir sind für alle Familien da. Genießen Sie die Momente, die das Leben besonders machen. Um das Finanzielle kümmern wir uns gemeinsam. Vereinbaren Sie gleich einen persönlichen Termin. Mehr Informationen finden Sie auf **sparkasse-essen.de**

Weil's um mehr als Geld geht.

Sparkasse Essen

„FROIT-Work“

In dieser herausfordernden Zeit wünschen wir uns glückliche und freie Kinder. Doch noch nie waren Eltern so gefordert, ein gutes Gleichgewicht zwischen Autorität und stärkender Begleitung für die Kinder zu bieten und gleichzeitig den alltäglichen Anforderungen gerecht zu werden. "FROiT- Work" ist ein Programm für Eltern, in dem sie zur eigenen inneren Stärke finden können. Sie lernen Herausforderungen mit den Kindern und der Umwelt gelassener zu begegnen und diese bestmöglich zu meistern.

Die Eltern werden begleitet, eigene Themen und Muster zu reflektieren und belastende Themen aufzulösen, sodass sie frei ein positives Familienleben gestalten und die Entwicklung ihrer Kinder bestmöglich unterstützen können.

Der Kurs beinhaltet pädagogische Themen wie Grenzsetzung, Kommunikation etc. Dabei unterstützen Methoden der systemischen Familienarbeit, Sozialpädagogik, Coaching-inhalte wie Ressourcenarbeit, Arbeit mit Schattenthemen und Auflösung von negativen Mustern und Projektionen sowie Meditation und Entspannung.

Dort setzt dieses Kurskonzept in 4x4 Teilen an.

Informationsabend zum Kurs

Kursort: VKJ-Familienbildungsstätte
Brunnenstraße 29, 45128 Essen-Südviertel

Kursleitung: Hannah-Joelle Edwards

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.080	25.01.24	Do 18:00 - 20:15 Uhr	0,00 €

„FROIT-Work“ Teil I

"Vom Problem zur Lösung"
Treffen 1 - "Stopp" - Raus aus dem Hamsterrad
Treffen 2 - (Selbst-) Annahme & Achtsamkeit - Vom Problem zur Lösung
Treffen 3 - Kommunikation - Kontakt, Beziehung und Bindung
Treffen 4 - Selbstbewusstsein & Authentizität

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.081	08.02.24 - 29.02.24	Do 18:00 - 20:15 Uhr	20,00 €

„FROIT-Work“ Teil II

"Familie & Selbstfürsorge"
Treffen 1 - Freiräume und Grenzen - Strukturen in der Familie
Treffen 2 - Die innere Familie
Treffen 3 - Den anderen sehen
Treffen 4 - Gedanken vs. Gefühle - Gedanken erschaffen Realität

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.082	auf Anfrage	18:00 - 20:15 Uhr	20,00 €

„FROIT-Work“ Teil III

"Die Herausforderungen des Elternseins"
Treffen 1 - Sorgen, Ängste & Co.
Treffen 2 - (Die eigenen) Schattenthemen
Treffen 3 - Empowerment durch Ressourcen, Freiheit und Entscheidung
Treffen 4 - Stärke statt Macht - Autorität durch Bindung

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.083	auf Anfrage	18:00 - 20:15 Uhr	20,00 €

„FROIT-Work“ Teil IV

"Neue Wege der Familie"
Treffen 1 - Die Kinder dieser Zeit - Wie gute Beziehung gelingt
Treffen 2 - Beziehung: Vertrauen, Lebensfreude und Liebe
Treffen 3 - Selbstständigkeit fördern - Führen und Begleiten
Treffen 4 - Balance - Ausgleich für zu Stärke

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.084	auf Anfrage	18:00 - 20:15 Uhr	20,00 €

Projekt ElternChanceN – Mit Elternbegleitung Familien stärken

SEBO – Stärkung, Entwicklung, Begleitung und Orientierung mit Familien

Die Europäische Union fördert zusammen mit dem Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend über den ESF Plus das Programm „ElternChanceN“. In Kooperation mit dem Jugendamt Essen und dem DKSB KiFa BLAUER ELEFANT hat der VKJ ein Projekt entwickelt, welches Eltern bei ihren täglichen Herausforderungen begleitet und Chancengleichheit fördert.

Was ist das Ziel und wen möchten wir erreichen?

Wir möchten alle Familien in besonderen Lebenslangen mit Kindern von 0-10 Jahren begleiten und die Bildungschancen der Familien verbessern. Wir haben uns zuerst auf Familien aus Süd-Ost-Europa konzentriert und sind für weitere Communities offen.

Was machen wir?

Die Elternbegleiter_innen bieten verschiedene Angebote in KiTa‘s, Grundschulen und Familienzentren an und setzen Ideen und Anliegen der Teilnehmer_innen auch gerne um:
- Sprachencafé
- Familienfreizeiten
- Elternkurse wie „Mein Kind wird ein Schulkind!“
- Elterninfoveranstaltungen wie „KiTa-Anmeldungen gemeinsam leicht gemacht“

und vieles mehr…

Darüber hinaus begleiten die Elternbegleiter_innen Familien bei Arzt-, Schul- und Hausbesuchen oder anderen Herausforderungen im Alltag. Sprechen Sie uns einfach an!

ElternChanceN – Mit Elternbegleitung Familien stärken

Kofinanziert von der Europäischen Union

Wie Sie uns erreichen:

Projektkoordinatorin
Medina Kleinekorte
ElternChanceN@vkj.de
0201 / 84 63 578

Elternbegleiterin DKSB
Bianca Bendik
Bianca.Bendik@dksb-essen.de
0201 / 83 38 686

VKJ Chancengleichheit für eine bessere Zukunft

Der Kinderschutzbund Ortsverband Essen

in Kooperation mit

STADT ESSEN Jugendamt

gefördert von

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Baby- und Kleinkinderschlaf verstehen

mit Eliana Roccaforte, Träumelinchen Schlafcoaching

Sie haben Fragen zum Babyschlaf? Sie möchten sich informieren, wie Sie Ihr Baby in den Schlaf begleiten können?

Wir sprechen über folgende Themen:

- Wie viel Schlaf benötigt mein Kind?
- Schlafbedarf in den ersten 24 Monaten
- Entwicklung des Schlafzyklus
- Schlafregressionen
- Abendroutinen für einen erholsamen Schlaf

und Zeit für Ihre Fragen!

Vermittelt wird Wissen zum Babyschlaf, um das Baby zu verstehen und es liebevoll begleiten zu können.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.100	29.02.24	Do 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Oase, Familienzentrum
Nöggerathstraße 41, 45144 Essen-Frohnhausen

Kursleitung: Eliana Roccaforte

Trocken werden! - Aber wie?

Weg von der Windel und rauf aufs Töpfchen... oder ist es dazu noch zu früh? Wer sich fragt, ob sein Kind schon bereit ist, trocken zu werden, ist goldrichtig im Kurs "Trocken werden! - Aber wie?" Hier gehen Eltern mit der erfahrenen Kursleitung dieser und weiteren Fragen rund um das Thema "Sauberkeitserziehung" nach.

Kursleitung: Ute Moser-Peter

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.121	19.02.24	Mo 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Hexe, Familienzentrum
Westbergstraße 8, 45309 Essen-Schonnebeck

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.122	31.01.24	Mi 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Im Park
Eickelkamp 30, 45276 Essen-Steele

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.130	08.10.24	Di 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Wirbelwind, Familienzentrum
Liebrechtstraße 4-6, 45277 Essen-Überruhr

Mein Kind ist in der Kindertagesstätte angekommen!

Wie gelingt eine gute Eingewöhnung?

Ihr Kind ist nun in der Kindertagesstätte angekommen und hat einen riesigen Schritt in die Selbstständigkeit gemacht. In den letzten Wochen hat sich viel verändert, sowohl bei Ihrem Kind als auch bei Ihnen. Vielleicht haben Sie sich alles genau so vorgestellt, vielleicht sind auch Dinge passiert, wo Sie nur staunen können. Wir laden Sie ein, mit uns die vielen Veränderungen zu reflektieren und zu hören, welche Entwicklungsschritte in den verschiedenen Familien geschehen sind.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.145	05.09.24	Do 19:00 - 21:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Entdeckerland, Familienzentrum
Kurfürstenstr. 57, 45479 Mülheim a.d.Ruhr - Broich

Kursleitung: Ute Moser-Peter

"Trotz, ein wichtiger Schritt in der Kindesentwicklung!"

Ist Ihr Kind in einer anstrengenden Trotzphase? Zum Glück! Dann haben Sie bisher vieles "richtig" gemacht. In diesem Kurs wird darüber gesprochen, wie und warum Trotzphasen von Kindern für die gesunde Entwicklung sinnvoll und nützlich sind. Es wird besprochen, wie Sie als Eltern diese Zeit möglichst entspannt überstehen...

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.160	20.03.24	Mi 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Riesen, Verbund FZ Buddelkiste
Niederfeldstraße 9, 45143 Essen-Altendorf

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.161	07.03.24	Do 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus FrechDachse, Familienzentrum
Dachsfeld 46, 45357 Essen-Dellwig

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.162	15.04.24	Mo 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Am Wasser
Am Kettwiger Ruhrbogen 214, 45219 Essen-Kettwig

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.163	30.04.24	Di 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Großstadtkrokodile, Familienzentrum
Hundebrinkstraße 35, 45326 Essen-Altenessen-Süd

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.171	23.04.24	Di 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Windvogel, Familienzentrum
Ramers Kamp 7, 45327 Essen-Stoppenberg

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

INFOS & KONTAKT

SCHLAFBERATUNG FÜR BABYS & KINDER

HÄUFIGE THEMEN SIND...

- MEIN KIND SCHLÄFT NUR AN DER BRUST EIN
- MEIN KIND KANN ABENDS NICHT EINSCHLAFEN
- MEIN KIND WACHT NACHTS OFT AUF
- MEIN KIND WIRKT OFT UNAUSGESCHLAFEN
- ICH FÜHLE MICH ERSCHÖPFT

SOS-SPRECHSTUNDE FÜR 49€

WWW.ELTERNBERATUNG-BABYSCHLAF.DE
015678986188

EVA DAUSEND
FRÜHPÄDAGOGIN &
ZWILLINGSMAMA AUS ESSEN

Über Grenzen setzen & loslassen in der Kindererziehung

Wie viele Regeln und welche Grenzen brauchen unsere Kinder? Und warum eigentlich? Welche Regeln und Grenzen sind zu eng, welche zu locker? Wie viel Spielraum dürfen Sie Kindern geben und woran kann erkannt werden, ob der Spielraum zu groß oder zu klein ist?

Diese und weitere Fragen werden im Kurs erörtert. Eltern erhalten wertvolle Denkanstöße und können untereinander in den Erfahrungsaustausch gehen.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.200	27.02.24	Di 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Am Wasser
Am Kettwiger Ruhrbogen 214, 45219 Essen-Kettwig

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.201	21.05.24	Di 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus MitEinander
Wittenbergstraße 10, 45131 Essen-Rüttenscheid

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.202	16.04.24	Di 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Füße, Verbund-FZ Märkische Straße
Märkische Str. 27/29a, 45279 Essen-Freisenbruch

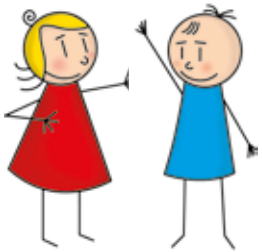
Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.212	19.11.24	Di 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Windvogel, Familienzentrum
Ramers Kamp 7, 45327 Essen-Stoppenberg

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

Geschwisterliebe - Geschwisterstreit



Oft ist es für Eltern nicht leicht, die Auseinandersetzungen, die Rivalität oder die Eifersucht unter den Kindern zu verstehen und auszuhalten. Eltern wollen allen ihren Kindern gegenüber gerecht werden. Im Kurs erfahren Eltern, was eine positive Geschwisterbeziehung fördert und lernen, wie sie mit den Konflikten ihrer Kinder untereinander besser umgehen können.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.310	19.09.24	Do 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Großstadtkrokodile, Familienzentrum
Hundebrinkstraße 35, 45326 Essen-Altenessen-Süd

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.311	12.09.24	Do 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Riesen, Verbund FZ Buddelkiste
Niederfeldstraße 9, 45143 Essen-Altendorf

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

Kindliche Sexualität und Doktorspiele

Elterninfo:

Fragen rund um die kindliche Sexualität und das Thema Doktorspiele werden besprochen und fachlich aufbereitet:

- Was zeichnet kindliche Sexualität aus?
- Wie unterscheidet sich diese von der Sexualität von Erwachsenen?
- Wieso sind Doktorspiele für Kinder so interessant?

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.353	28.05.24	Di 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus MitEinander
Wittenbergstraße 10, 45131 Essen-Rüttenscheid

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.354	05.03.24	Di 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Wunschbrunnen, Familienzentrum
Brunnenstraße 29, 45128 Essen-Südviertel

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.360	24.09.24	Di 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Am Wasser
Am Kettwiger Ruhrbogen 214, 45219 Essen-Kettwig

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

Mit Kindern über Tod und Trauer sprechen

Eines Tages wird jeder Mensch mit dem Tod konfrontiert. Vielleicht ist es ein toter Vogel auf der Straße, die alte Nachbarin, jemand aus der eigenen Familie oder die Nachrichten berichten über Opfer von Epidemien und Kriegen. Kinder gehen mit solchen Situationen anders um als Erwachsene. Sie sind von Natur aus neugierig, stellen Fragen und benötigen ehrliche, altersgerechte Antworten. Sie brauchen Menschen, die sie ernst nehmen, mit ihm gemeinsam durch die Traurigkeit gehen und keine Angst davor haben, ihre Gefühle zu zeigen.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.440	25.04.24	Do 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Oase, Familienzentrum
Nöggerathstr. 41, 45144 Essen-Frohnhausen

Kursleitung: Carina Staats

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.450	19.09.24	Do 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Füße, Verbund-FZ Märkische Straße
Märkische Str. 27/29a, 45279 Essen-Freisenbruch

Kursleitung: Carina Staats

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.451	10.10.24	Do 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Zauberstern, Familienzentrum
Kaisershofstraße 23 - 25, 45139 Essen-Südostviertel

Kursleitung: Carina Staats

Kinder stark machen - Prävention sexualisierter Gewalt

Wenn es um das Wohl von Kindern und Jugendlichen und die Prävention von sexualisierter Gewalt geht, sind die Eltern die wichtigsten Partner. Mütter und Väter möchten wissen, wie sie ihre Kinder schützen können und was sie im Hinblick auf dieses Thema unternehmen können. In welchen Kontexten kann sexualisierte Gewalt auftreten und wie macht man Heranwachsende stark gegen sexualisierte Übergriffe? Der Kurs soll dazu dienen, Handlungssicherheit zu gewinnen, Transparenz zu schaffen und das gegenseitige Verständnis zwischen Müttern, Vätern und den Kindern zu fördern.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.460	12.03.24	Di 18:30 - 20:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Wirbelwind, Familienzentrum Liebrechtstraße 4-6, 45277 Essen-Überruhr

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.461	02.04.24	Di 19:00 - 21:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Fliewatüüt Bernhardstr. 28, 45239 Essen-Fischlaken

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

Kinder der medialen Welt

Nicht nur die Corona-Krise hat uns gezeigt, wie wichtig es ist Kinder mit digitalen Inhalten vertraut zu machen. Digitale Inhalte sind so vielfältig und verlockend, dass Eltern sich nicht entziehen können. Einerseits beobachten Sie, wie Kinder durch Reize im Web überfordert sind. Andererseits sind Eltern froh, dass Kinder durch soziale Medien die Kontakte zu Freunden und Verwandten beibehalten. Im Kurs können sich Eltern eingehend über den Umgang mit digitalen Inhalten informieren und miteinander in den Erfahrungsaustausch gehen.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.500	09.04.24	Di 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.501	17.06.24	Mo 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Großstadtkrokodile, Familienzentrum Hundebrinkstraße 35, 45326 Essen-Altenessen-Süd

Kursleitung: Nicole Fuhrmeister

mbon

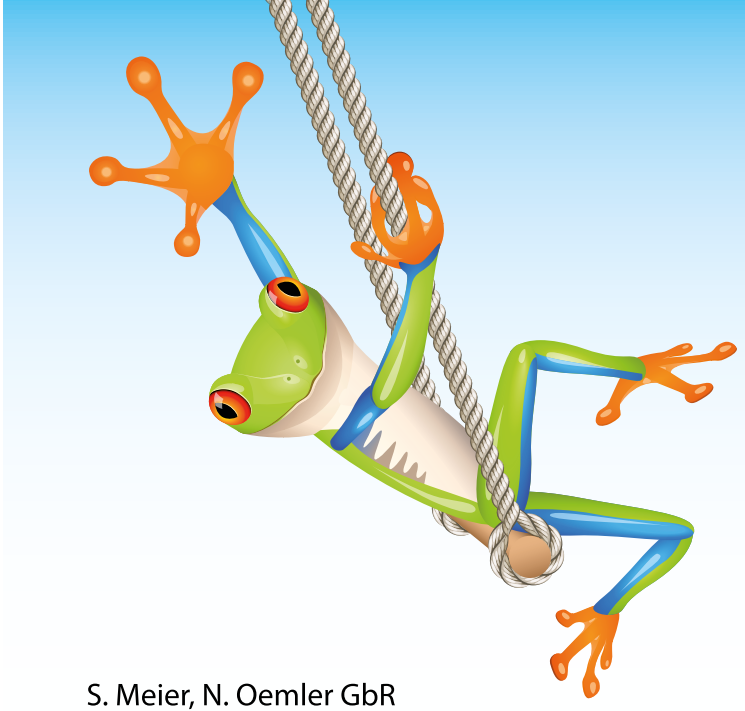
Systemhaus, Webservices, Design

SIE MÖCHTEN einen starken und zuverlässigen Partner für Ihre EDV?

SIE SUCHEN einen kompetenten Internet-Dienstleister und Software-Entwickler mit qualitativ hochwertigen Lösungen, die Ihre Kommunikation optimieren?

SIE BENÖTIGEN professionelles Design für Ihre Print- und Onlinemedien?

Dann lassen Sie uns Ihnen helfen!



S. Meier, N. Oemler GbR
Drususstr. 3, 47441 Moers

Tel.: 02841 - 7819550

Mail: info@mbon.de
Web: www.mbon.de

Fit für die Schule?!

Der erste Schultag rückt näher und damit die Vorfreude der meisten Vorschulkinder auf den Schulbeginn. Mit dem Eintritt in die Schule beginnt ein neuer Lebensabschnitt und Eltern stellen sich viele Fragen:

- Wie kann ich mein Kind beim Lernen unterstützen?
- Wie unterscheidet sich Schule von Kita?
- Ist mein Kind für die Schule bereit?

Gemeinsam werden diese Fragen aufgegriffen und Antworten gefunden.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.544	30.04.24 - 30.04.24	Di 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Füße, Verbund-FZ Märkische Straße
Märkische Str. 27/29a, 45279 Essen-Freisenbruch
Kursleitung: Gabriele Deinert

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.547	02.05.24	Do 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Entdeckerland, Familienzentrum
Kurfürstenstr. 57, 45479 Mülheim a.d.Ruhr - Broich
Kursleitung: Gabriele Deinert

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.548	22.05.24 - 22.05.24	Mi 15:00 - 17:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum
Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray
Kursleitung: Gabriele Deinert

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.550	29.08.24	Do 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Im Quartier
Gerhard-Stötzel-Straße 25, 45139 Essen
Kursleitung: Gabriele Deinert

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.551	18.09.24	Mi 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Oase, Familienzentrum
Nöggerathstraße 41, 45144 Essen-Frohnhausen
Kursleitung: Gabriele Deinert

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.553	25.09.24	Mi 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Hexe, Familienzentrum
Westbergstraße 8, 45309 Essen-Schonnebeck
Kursleitung: Gabriele Deinert

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.554	23.10.24	Mi 18:00 - 20:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Pusteblume, Familienzentrum
Frühlingstraße 47, 45478 Mülheim a.d.Ruhr-Speldorf
Kursleitung: Gabriele Deinert

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.545	19.09.24	Do 14:00 - 15:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Riesen, Verbund-FZ Buddelkiste
Niederfeldstraße 9, 45143 Essen-Altendorf
Kursleitung: Milena Grabschak

Fit für die Schule?!

Konzentration bei Kindern fördern

Die heutige schnelllebige Zeit mit ihren zahlreichen Reizen stellt für viele Kinder eine große Herausforderung dar, die oft mit Konzentrationsschwierigkeiten einhergeht. Wie Eltern ihre Kinder begleiten und dadurch unterstützen können, erfahren Interessierte im moderierten Austausch "Fit für die Schule?! Konzentration bei Kindern fördern".

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.555	20.03.24	Mi 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Oase, Familienzentrum
Nöggerathstraße 41, 45144 Essen-Frohnhausen

Kursleitung: Saskia Waldhofer

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.556	13.06.24	Do 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Am Wasser
Am Kettwiger Ruhrbogen 214, 45219 Essen-Kettwig

Kursleitung: Saskia Waldhofer

Themennachmittag: Schulanmeldung

An diesem Nachmittag werden Themen wie z.B. die passende Schulauswahl, die Schuleingangsuntersuchung und was das Kinderhaus für Schulanfänger_innen anbietet besprochen. Es werden Ihre Fragen aufgegriffen und gemeinsam Antworten gefunden.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.560	27.03.24	Mi 13:00 - 14:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Großstadtkrokodile, Familienzentrum
Hundebrinkstraße 35, 45326 Essen-Altenessen-Süd

Kursleitung: Kai Langer

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.570	19.09.24	Do 14:00 - 15:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Wunschbrunnen, Familienzentrum
Brunnenstraße 29, 45128 Essen-Südviertel

Kursleitung: Kai Langer

In der zurückliegenden Zeit haben wir einige Erfahrungen mit digitalen Angeboten gesammelt. Wir sind gut gerüstet und können viele Themen auch online anbieten.

Neben den abwechslungsreichen Angeboten aus unserem Programmheft bieten wir Ihnen weitere Themen rund um die Familie an:

- Kinder stark machen - Prävention sexualisierter Gewalt
- Kinder der medialen Welt
- Mein Kind wird selbstständig – Partizipation im Kindesalter
- Fit für die Schule?!
- Erziehungsstile (Schwerpunkte: Kurt Lewin; Eduard Spranger)
- Perfektionismus in der Erziehung – Segen oder Fluch?
- Mein Kind ist glücklich und stark - Ressourcen(-arbeit) und Resilienz
- Gefühlsentwicklung in den ersten 6 Lebensjahren

Sie suchen eine Veranstaltung oder einen Kurs zu einem bestimmten Thema und haben es im Kursprogramm vermisst bzw. möchten dieses Thema in Ihrer Einrichtung anbieten?
Dann sprechen Sie uns an: www.vkj.de/kurse oder 0201 / 84 63 577

Weitere Angebote finden Sie tagesaktuell online

Was ist gut für mein Kind? Gesundheit im Kleinkindalter

Was ist gesunde Ernährung? Was kann ich tun, wenn mein Kind kein Gemüse mag? Wieviel Bewegung wäre gut für mein Kind? Ich suche Tipps für Draußen-Spiele.

Wenn Sie diese Fragen und Aussagen beschäftigen, dann sind Sie bei diesem Elternnachmittag genau richtig! Wir besprechen verschiedene Bereiche rund um das Thema Gesundheit und tauschen uns aus.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.601	06.02.24	Di 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €
Kursort:	VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray		
Kursleitung:	Christiane Willems		

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.610	05.11.24	Di 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €
Kursort:	VKJ-Kinderhaus Kleine Hexe, Familienzentrum Westbergstraße 8, 45309 Essen-Schonnebeck		
Kursleitung:	Christiane Willems		

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.611	26.09.24	Do 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €
Kursort:	VKJ-Kinderhaus Im Park Eickelkamp 30, 45276 Essen-Steele		
Kursleitung:	Christiane Willems		

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.612	22.10.24	Di 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €
Kursort:	Städt. Kita und Familienzentrum Im Mühlenbruch Im Mühlenbruch 32, 45141 Essen-Stoppenberg		
Kursleitung:	Christiane Willems		

GEMEINSAM STARK
FÜR GLEICHE CHANCEN

SPD
Essen

Papilio-U3: Auf die Beziehung kommt es an!

Seit 2006 hat der VKJ pädagogische Fachkräfte bereits in Papilio 3-6 fortgebildet und das Präventionsprogramm in den pädagogischen Konzepten seiner Kinderhäuser aufgenommen. Die positiven Erfahrungen mit dem Präventionsprogramm auf den drei Ebenen (Erzieher_innen-Kinder-Eltern) und die gute Zusammenarbeit sowie Kooperation mit der Papilio gGmbH haben dazu geführt, dass der VKJ die Fortbildung seit einigen Jahren durch eine eigene Papilio-Trainerin anbieten kann.
Die Weiterentwicklung des Programms durch die Papilio gGmbH führte dazu, dass neben Papilio 3-6, dem Papilio Elternclub und seit 2021 Papilio-U3 als Fortbildung den päd. Fachkräften angeboten werden kann.

So schreibt Papilio mit den Entwicklungspartnern unter anderem:
Papilio-U3 ist ein Programm zur Förderung der psychosozialen Gesundheit und Prävention von Verhaltensproblemen für Kinder unter drei Jahren in Kindertagesstätten.

Was bedeutet:
- von Beginn an die psychosoziale Gesundheit stärken
- frühzeitig sozial-emotionale Entwicklung fördern
- sichere Bindung durch feinfühliges Verhalten aufbauen
- Selbstwirksamkeit der pädagogischen Fachkräfte stärken

Ziele des Programms Papilio-U3:
- von Beginn an die psychosoziale Gesundheit der Kinder stärken
- frühzeitig die sozial-emotionale Entwicklung fördern
- eine sichere Bindung durch Feinfühligkeit aufbauen

Somit wird der Entwicklung von Verhaltens- und emotionalen Problemen vorgebeugt.
Pädagogische Fachkräfte können sich weiter qualifizieren und ihre Kompetenzen im Bereich der Betreuung von Kindern unter drei Jahren weiter ausbauen.

Fortbildungen und Qualität:
Papilio-U3 spricht die gesamte Lebenswelt der KiTa an, die zentrale Rolle haben jedoch die pädagogischen Fachkräfte. Die ausgebildete Papilio-U3-Trainerin unterstützt die päd. Fachkräfte, die Kinder im Kita-Alltag kompetent und nachhaltig in ihrer Entwicklung zu fördern.
Der Umfang der Fortbildung beträgt insgesamt 8 Tage, verteilt über etwa ein Jahr. Die Umsetzung in der Kita beginnt nach der ersten Fortbildungseinheit. Die Fortbildung vermittelt aktuelles Wissen und gibt Gelegenheit zur Reflexion, z.B. des eigenen Erziehungsverhaltens. Das gelingt über Selbsterfahrung, Austausch, Videobeispiele und individuelles Feedback.

Die Kernthemen bei Papilio-U3:
Im Kita-Alltag wird Papilio-U3 vor allem über das (Erziehungs-)Verhalten der Fachkräfte umgesetzt.
Dabei liegt der Fokus auf:
- den sozial-emotionalen Kompetenzen
- dem Temperament sowie
- Bindung und Feinfühligkeit

Wichtig sind zudem die Eingewöhnung in die Kita, die Zusammenarbeit mit Eltern und die Selbstfürsorge sowie Selbstwirksamkeit.

Das Programm kann nach der Fortbildung dauerhaft in der Kita umgesetzt werden. Bei Fragen können sich Fachkräfte an ihre zuständige Trainerin – nicht nur während der Fortbildung, sondern auch darüber hinaus wenden.
Die BARMER fördert als Präventionspartner in den Jahren 2022 und 2023 die nachhaltige bundesweite Verbreitung des neu entwickelten Programms in Kitas. Grundlage ist der gesetzliche Auftrag zur Prävention und Gesundheitsförderung. Die Papilio gGmbH setzt als verantwortlicher Programmträger Papilio-U3 um. Durch die Förderung entstehen nur geringe Kosten für die Teilnehmer_innen.

Für mehr Informationen und Fortbildungstermine:

VKJ-Familienbildungsstätte
Brunnenstr 29
45128 Essen
fbs@vkj.de

Sonja Ahrens (Papilio 3-6 und Papilio-U3-Trainerin)
sonja.ahrens@vkj.de

Papilio gemeinnützige GmbH
Ulmer Str. 94, 86156 Augsburg
Renate Weber
u3@papilio.de

Informationen zum Programm: www.papilio.de/u3

Papilio Eltern-Info

An diesem Info-Nachmittag wird das Papilio-Konzept vorgestellt - ein universelles Präventionsprogramm für Kitas. Es stärkt die sozial-emotionalen Kompetenzen der Kinder und beugt damit Sucht und Gewalt vor.

Gewalt- und Suchtprävention ist auch in diesem Alter schon wichtig. Ein zentraler Baustein von Papilio ist ein entwicklungsförderndes Erziehungsverhalten. In der Infoveranstaltung lernen Eltern die kindbezogenen Maßnahmen des Papilio-Programmes kennen. Die alltagsintegrierten Spiele und Maßnahmen machen den Kindern Spaß, sie lernen, über ihre Gefühle zu sprechen und trainieren ein gutes soziales Miteinander im Kinderhaus und daheim.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.621	17.01.24	Mi 18:00 - 19:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Hexe, Familienzentrum Westbergstraße 8, 45309 Essen-Schonnebeck
Kursleitung: Delia Emelie Paulikat

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.622	17.01.24	Mi 14:00 - 15:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray
Kursleitung: Susanne Hagedorn

Stressbewältigung im Alltag

Immer ein offenes Ohr für die Kinder und den (Ehe-)Partner, die (Ehe-)Partnerin haben, dabei von Termin zu Termin hetzen, den Einkauf erledigen, die Wohnung aufräumen, Kindergarten, Schule - all das ist wichtig. Doch manchmal hat man einfach nur den Wunsch zu sitzen, die Füße hochzulegen und sich zu entspannen.

Wie das im Alltag gelingen kann, erfahren die Teilnehmer_innen in diesem Kurs. Gemeinsam und begleitet von der Kursleitung können Sie hier auf Entdeckungsreise gehen und geeignete Anti-Stress-Strategien für sich finden.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.691	14.11.24	Do 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Erlebniswelt, Familienzentrum
Radhoffstr. 48, 45326 Essen-Altenessen-Süd

Kursleitung: Ute Moser-Peter

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.692	28.11.24	Do 18:30 - 20:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Wirbelwind, Familienzentrum
Liebrechtstraße 4-6, 45277 Essen-Überruhr

Kursleitung: Ute Moser-Peter

Elterninfo zum Thema "Bildungs- und Teilhabepaket"

Eltern und Familien stehen unter bestimmten Voraussetzungen Leistungen aus dem Bildungs- und Teilhabe-Programm (BuT) zu. Allen Kindern und Jugendlichen soll die Teilhabe am kulturellen, sozialen sowie dem schulischen oder KiTa-Leben in Unabhängigkeit der finanziellen Situation der Eltern ermöglicht werden. Doch welche Voraussetzungen müssen erfüllt sein? Welche Leistungen können unter Umständen beantragt werden? Wo und wie beantrage ich bestimmte Leistungen? Wo erhalte ich alle relevanten Formulare? All das erfahren Sie in dieser Elternveranstaltung.

Kursleitung: Marco Ramm

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.863	08.02.24	Do 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum
Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.865	11.03.24	Mo 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Im Park
Eickelkamp 30, 45276 Essen-Steele

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.866	13.03.24	Mi 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Hexe, Familienzentrum
Westbergstraße 8, 45309 Essen-Schonnebeck

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.867	14.03.24	Do 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Sterntaler
Ruhrallee 75, 45138 Essen-Huttrop

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.869	21.05.24	Di 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Füße, Verbund-FZ Märkische Straße
Märkische Str. 27/29a, 45279 Essen-Freisenbruch

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.871	28.08.24	Mi 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Wunschbrunnen, Familienzentrum
Brunnenstraße 29, 45128 Essen-Südviertel
Kursleitung: Kai Langer

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.864	14.02.24	Mi 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus FrechDachse, Familienzentrum
Dachsfeld 46, 45357 Essen-Dellwig
Kursleitung: Kai Langer

JobCenter, Ausländeramt, Jugendamt ...

Hilfe bei der Bewältigung von Formularen oder Telefonaten.
Sie haben Probleme mit dem JobCenter?
Sie verstehen den Brief vom Amt nicht?
Sie fühlen sich hilflos, überfordert oder gestresst bei den vielen Briefen?
Ich helfe Ihnen, wenn Sie Hilfe beim Umgang mit Behörden benötigen. In einem persönlichen Gespräch schauen wir auf Ihre Situation und suchen gemeinsam Lösungen.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.874	13.02.24	Di 09:00 - 11:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Entdeckerland, Familienzentrum
Kurfürstenstr. 57, 45479 Mülheim a.d.Ruhr - Broich
Kursleitung: Susan Kröger

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.875	30.08.24	Fr 10:00 - 11:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Tabaluga, Verbund-FZ Buddelkiste
Euskirchenstraße 5, 45143 Essen-Altendorf
Kursleitung: Miriam Schlüter

Arbeitsmarkt- und Berufsorientierung

Haben Sie Interesse an einer neuen beruflichen Herausforderung? Oder suchen Sie noch nach Ihrem Traumjob und haben die Hoffnung noch nicht (ganz) aufgegeben, diesen noch zu finden?
Erfahren und erleben Sie hier viel Wissenswertes über die Möglichkeiten der beruflichen (Neu-)Orientierung! Sie erhalten Anregungen, dass die berufliche Neuorientierung jederzeit und mit gutem Recht angegangen werden kann.

Kursleitung: Marco Ramm

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.880	16.05.24	Do 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum
Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.880	09.09.24	Mo 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Im Park, Familienzentrum
Eickelkamp 30, 45276 Essen-Steele

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-0.881	10.09.24	Di 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Hexe, Familienzentrum
Westbergstraße 8, 45309 Essen-Schonnebeck

Offener Dialogaustausch

Der offene Dialogaustausch bietet Ihnen die Möglichkeit, in einer freundlichen und unterstützenden Umgebung über verschiedene Themen zu sprechen, die für Familien relevant sind. Egal, ob es um Erziehung, Beziehungen oder andere Herausforderungen geht. Wir bieten Ihnen einen sicheren Raum, um Ihre Gedanken und Erfahrungen zu teilen.

Unsere qualifizierten Elternbegleitungen stehen Ihnen zur Seite, um Ihnen bei Fragen und Anliegen zu helfen. Kommen Sie vorbei und nehmen Sie an unserem offenen Dialogaustausch teil, um neue Perspektiven zu gewinnen und wertvolle Verbindungen zu knüpfen. Wir freuen uns darauf, Sie bei uns begrüßen zu dürfen!

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.900	03.07.24	Mi 14:00 - 18:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Familienbildungsstätte
Brunnenstraße 29, 45128 Essen-Südviertel

Kursleitung: Medina Kleinekorte, Aysun Akyazi

Offenes Elterncafé

Das Elterncafé ist ein offenes Angebot für Eltern, die sich in angenehmer Atmosphäre über Kinder, Erziehung, Schule, Haushalt, Freund_innen und alles, was im Leben wichtig ist, austauschen möchten.

Andere Eltern haben ähnliche Fragen und Themen und diese Erfahrung kann recht entspannend sein. Auf Wunsch holen wir erfahrene Fachkräfte zu gewählten Themen dazu.

Es ist keine Anmeldung erforderlich, kommen Sie einfach vorbei. Wir freuen uns auf Sie!

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.960	08.01.24 - 02.12.24	Mo 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Windvogel, Familienzentrum
Ramers Kamp 7, 45327 Essen-Stoppenberg

Kursleitung: Esther Altenbockum

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.961	08.01.24 - 09.12.24	Mo 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Kröten
Wilhelmstraße 7, 45468 Mülheim a.d.Ruhr-Stadtmitte

Kursleitung: Susan Kröger

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.962	08.01.24 - 10.06.24	Mo 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Großstadtkrokodile, Familienzentrum
Hundebrinkstraße 35, 45326 Essen-Altenessen-Süd

Kursleitung: Melanie Stan

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.963	08.01.24 - 02.12.24	Mo 08:30 - 10:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Im Park, Familienzentren
Eickelkamp 30, 45276 Essen-Steele

Kursleitung: Marco Ramm

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.964	09.01.24 - 03.12.24	Di 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Hexe, Familienzentrum
Westbergstraße 8, 45309 Essen-Schonnebeck

Kursleitung: Marco Ramm

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.965	16.01.24 - 17.12.24	Di 13:30 - 15:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus FrechDachse, Familienzentrum
Dachsfeld 46, 45357 Essen-Dellwig

Kursleitung: Kerstin Steinforth, Gigi Kuepperhoff

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.966	30.01.24 - 26.11.24	Di 09:00 - 11:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Stifte, Familienzentrum
Bruchstraße 83a/b, 45468 Mülheim a.d.Ruhr-Eppinghofen

Kursleitung: Susan Kröger

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.967	06.02.24 - 03.12.24	Di 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Im Quartier
Gerhard-Stötzel-Straße 25, 45139 Essen

Kursleitung: Christina Otremba

DER SERVICEPARTNER FÜR IHR AUTO

AUTO DIENST W&S GRÜN

Kfz Meisterbetrieb

LIQUI MOLY

Steeler Str. 477 · 45276 Essen · Tel. 02 01/51 18 09 | Centrumstr. 29 · 45307 Essen · Tel. 02 01/81 59 560

Unsere Leistungen

- KFZ-Reparaturen aller Art
- TÜV/ AU jeden Tag im Hause
- Unfallschadenbeseitigung
- Reifendienst/Autoglas
- Klimaservice - Smart-Repair
- Inspektion nach Herstellervorgabe
- 3D-Achsvermessung
- Reparaturersatzfahrzeug
- Motorelektronikdiagnose
- Autopflege innen/außen

Bei GRÜN fahren Sie besser!

Neuwagen-verkauf!

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.975	10.01.24 - 04.12.24	Mi 08:30 - 10:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Füße, Verbund-FZ Märkische Straße
Märkische Str. 27/29a, 45279 Essen-Freisenbruch

Kursleitung: Marco Ramm

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.976	03.01.24 - 04.12.24	Mi 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Pusteblume, Familienzentrum
Frühlingstraße 47, 45478 Mülheim a.d.Ruhr-Speldorf

Kursleitung: Susan Kröger

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.977	31.01.24 - 27.11.24	Mi 14:00 - 15:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Wunschbrunnen, Familienzentrum
Brunnenstraße 29, 45128 Essen-Südviertel

Kursleitung: N.N.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.980	11.01.24 - 05.12.24	Do 08:30 - 10:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum
Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray

Kursleitung: Marco Ramm

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.981	11.01.24 - 05.12.24	Do 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Zauberstern, Familienzentrum
Kaisershofstraße 23 - 25, 45139 Essen-Südostviertel

Kursleitung: Susanne Stahl-Brauer

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.982	11.01.24 - 12.12.24	Do 14:00 - 15:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Oase, Familienzentrum
Nöggerathstraße 41, 45144 Essen-Frohnhausen

Kursleitung: Miriam Schlüter

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.983	11.01.24 - 12.12.24	Do 14:00 - 15:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Sterntaler
Ruhrallee 75, 45138 Essen-Huttrop

Kursleitung: Sabine Stegemann, Marjam Shafi-Docht

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.984	25.01.24 - 21.11.24	Do 14:00 - 15:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Erlebniswelt, Familienzentrum
Radhoffstr. 48, 45326 Essen-Altenessen-Süd

Kursleitung: N.N.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.986	25.01.24 - 19.12.24	Do 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Entdeckerland, Familienzentrum
Kurfürstenstr. 57, 45479 Mülheim a.d.Ruhr - Broich

Kursleitung: Susan Kröger

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-0.989	26.01.24 - 22.11.24	Fr 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Tabaluga, Verbund-FZ Buddelkiste
Euskirchenstraße 5, 45143 Essen-Altendorf

Kursleitung: Miriam Schlüter

Familiencoaches des VKJ ...

... diese finden Sie in den 19 „PlusKiTa“-Einrichtungen in Essen und Mülheim a. d. Ruhr.
Als Ansprechpartner_innen arbeiten die Familiencoaches für die Familien der VKJ-Kinderhäuser und für die Familien mit Kindern bis 6 Jahren und bei Schwangerschaft in den jeweiligen Stadtteilen.

Die Familiencoaches begleiten und unterstützen Sie ganz individuell:
- sie vermitteln Kontakte zu Fachstellen (z.B. Erziehungsberatung, Soziale Dienste, Familienbildungsstätten, Frühe Hilfen „BaBe“)
- sie geben Ihnen einen Überblick von Freizeitangeboten (z.B. Sportvereine, kulturelle Veranstaltungen, „Ferienspatz“)
- sie begleiten Sie zu Ämtern, Ärzten, Schulen etc.
- sie unterstützen bei Fragen zur Erziehung, Gesundheit, Bildung und Finanzen.

Termine mit den Familiencoaches können in den Kinderhäusern oder bei Ihnen zuhause stattfinden. Neben der Stadtteilarbeit und der individuellen Unterstützung bieten die Familiencoaches, in Zusammenarbeit mit den Teams der Kinderhäuser, zusätzliche Angebote an. Dazu gehören u.a.:
- Elternkurse (TAFF, TAFF Welcome und familY)
- Elterncafés
- Eltern-Kind-Angebote
- jahreszeitenabhängige Angebote.

Die Begleitung, Unterstützung und die verschiedenen Angebote sind kostenfrei.

Weitere Informationen zum Familiencoach finden Sie auf der VKJ-Homepage unter www.vkj.de

Susan Kröger (Entdeckerland, Kleine Kröten, Pusteblume, Kleine Stifte)
Mobil: 0151 / 52 87 99 48 Mail: susan.kroeger@vkj.de

Kai Langer (Windvogel, Erlebniswelt, Großstadtkrokodile, Wunschbrunnen, FrechDachse)
Mobil: 0160 / 92 11 47 7 Mail: kai.langer@vkj.de

Marco Ramm (SimSalaGrim, Kleine Füße, Kleine Hexe, Im Park, Sterntaler)
Mobil: 0151 / 42 16 62 67 Mail: marco.ramm@vkj.de

Miriam Schlüter (Tabaluga, Kleine Riesen, Himmelszelt, Kleine Oase)
Mobil: 0160 / 92 11 67 39 Mail: miriam.schlueter@vkj.de

Susanne Stahl-Brauer (Zauberstern)
Mobil: 0160 / 92 11 15 67 Mail: susanne.stahl-brauer@vkj.de

„griffbereitMINI“ - „griffbereit“ - „Eltern mischen mit“

Seit April 2023 kooperiert die VKJ-Familienbildungsstätte mit dem kommunalen Integrationszentrum (KI) und setzt die Projekte „griffbereitMINI“, „griffbereit“ und „Eltern mischen mit“ in verschiedenen KiTas und Grundschulen um.

Was ist „griffbereitMINI“?
Die Sprachentwicklung von Kindern startet bereits vor der Geburt und „griffbereitMINI“ setzt genau dort an. „griffbereitMINI“ richtet sich an Familien mit Migrationshintergrund mit Kindern im ersten Lebensjahr. Durch kleinkindgerechte Spielmaterialien und -aktivitäten wird die frühkindliche Sprachentwicklung gefördert. Das gemeinsame Singen und Spielen, begleitet von den mehrsprachigen Elternbegleitungen, fördert nicht nur die Sprachentwicklung, sondern stärkt die Eltern-Kind-Beziehung.

Was ist „griffbereit“?
„griffbereit“ richtet sich an Eltern mit ihren Kindern im Alter von ein bis drei Jahren und stellt die (mehr-)sprachliche Entwicklung im Alltag der Familien in den Fokus. Die Gruppen treffen sich wöchentlich zum gemeinsamen Singen, Spielen und Austauschen. Die Programme „griffbereitMINI“ und „griffbereit“ sehen die Mehrsprachigkeit in Familien als Schatz für die Kinder.

Was ist „Eltern mischen mit – Mitwirken heißt verändern!“?

„Eltern mischen mit“ hingegen ist ein Projekt, das Eltern die Möglichkeit gibt, aktiv an schulischen Entscheidungsprozessen teilzunehmen. Die „Moderator*innen“ kommen in KiTas und Schulen, um Eltern mit Einwanderungsgeschichte zu ermutigen, sich durch Teilhabe an den Mitwirkungsgremien von Kindertagesstätten und Schulen für den Bildungserfolg ihrer Kinder einzusetzen. Dies fördert nicht nur die Zusammenarbeit, sondern auch das Verständnis und die Wertschätzung zwischen Eltern und Schulen.

Die Projekte sind wichtige Initiativen, um die Bildung und Entwicklung der Kinder in Essen zu unterstützen und eine enge Verbindung zwischen Eltern, KiTas und Schulen zu schaffen.

Alle Kurse finden Sie auf www.vkj.de/de/kurse/

Elternstart NRW - Offener Treff

Sie haben ein Baby im 1. Lebensjahr und möchten sich mit anderen Müttern und Vätern austauschen? Dann sind Sie im Elternstart NRW genau richtig!

Mit Elternstart NRW können Familien:

- sich mit anderen Eltern austauschen
- die "Sprache" des Babys besser verstehen lernen
- Anregungen und Tipps für den Familienalltag finden
- Informationen über Angebote für Familien erhalten
- gemütlich eine Tasse Tee oder Kaffee trinken.

Dieser Kurs richtet sich an Eltern mit ihren Babys im ersten Lebensjahr, die noch kein Elternstart-Angebot besucht haben.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.002	09.01.24 - 02.07.24	Di 13:00 - 14:30 Uhr	0,00 €
242-1.002	27.08.24 - 17.12.24	Di 13:00 - 14:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Stifte, Familienzentrum
Bruchstraße 83a/b, 45468 Mülheim a.d.Ruhr-Eppinghofen

Kursleitung: N.N.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.003	17.01.24 - 21.08.24	Mi 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €
242-1.003	28.08.24 - 18.12.24	Mi 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Familienbildungsstätte
Brunnenstraße 29, 45128 Essen-Südviertel

Kursleitung: Eva Dausend

Durch die Landesförderung „Elternstart NRW“ können wir kurzfristig nach Bedarf in Ihrem Stadtteil einen Elternstart-Kurs einrichten.
Sprechen Sie uns an und lassen sich beraten:
Medina Kleinekorte, Tel.: 0201 / 84 63 577

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.004	10.01.24 - 03.07.24	Mi 10:45 - 12:15 Uhr	0,00 €
242-1.004	28.08.24 - 18.12.24	Mi 10:45 - 12:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Fliewatüüt
Bernhardstr. 28, 45239 Essen-Fischlaken

Kursleitung: Gabriele Deinert

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-1.010	30.08.24 - 20.12.24	Fr 11:00 - 12:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Erlebniswelt, Familienzentrum
Radhoffstr. 48, 45326 Essen-Altenessen

Kursleitung: Medina Kleinekorte

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.011	12.01.24 - 05.07.24	Fr 10:30 - 12:00 Uhr	0,00 €
242-1.011	30.08.24 - 20.12.24	Fr 10:30 - 12:00 Uhr	0,00 €

Kursort: Elternschule Essen
Franziskastraße 44, 45131 Essen-Rüttenscheid

Kursleitung: Katharina Manderla, Teresa Hirsch

Elternstart NRW - Offener Treff im Natur und Jugendzentrum Voßgätters Mühle

Naturkrabbelgruppe Elternstart für Säuglinge ab 4 Monaten, die noch kein Elternstart NRW Angebot besucht haben. In der Voßgätters Mühle treffen sich wöchentlich zwei solcher Gruppen von Eltern mit ihren Babys.

Inhalte der Kurse:

- musikalische Anregungen
- Beschäftigungs- und Bastelangebote
- Freispielphasen mit der Möglichkeit zum Gespräch
- nach Interesse der Teilnehmenden: Vorträge zu speziellen Themen (z.B. nachhaltiges Spielzeug, Instrumente, Giftpflanzen)

Ziele der Kurse:

- Sie tauschen sich mit anderen Eltern über Ihre Erfahrungen aus
- Ihr Baby hat die Möglichkeit, anderen Kindern zu begegnen
- Sie bekommen Anregungen und Tipps für den Familienalltag mit Ihrem Baby
- Sie erleben die Entwicklung Ihres Kindes bewusster
- Sie erlangen mehr Sicherheit in Ihrer Elternrolle

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.018	09.01.24 - 02.07.24	Di 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €
242-1.018	27.08.24 - 17.12.24	Di 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €
241-1.019	09.01.24 - 02.07.24	Di 10:30 - 12:00 Uhr	0,00 €
242-1.019	27.08.24 - 17.12.24	Di 10:30 - 12:00 Uhr	0,00 €

Kursort: NABU, Natur- und Jugendzentrum Voßgätters Mühle e.V.
Möllhoven 62, 45355 Essen-Borbeck-Mitte

Kursleitung: Corinna Manroth

Babymassage für Eltern mit ihren Babys bis zum neunten Lebensmonat

Durch liebevolle Berührungen die Entwicklung fördern und die Bindung stärken - das lernen Eltern in diesem Kurs. Durch sanfte Berührungen und Massagen entsteht zwischen Eltern und Kind eine besondere Nähe, durch die Kraft und Vertrauen aufgebaut werden. Neben den Massagen bietet dieser Kurs Austauschmöglichkeiten zwischen den Eltern und auch Raum, Fragen zu stellen.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-1.090	25.09.24 - 23.10.24	Mi 14:30 - 15:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum
Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray

Kursleitung: Sabine Kellotat

Eltern-Kind-Spielgruppe

In den Eltern-Kind-Spielgruppen treffen sich Eltern mit ihren Kindern von 1 bis 3 Jahren einmal wöchentlich zum gemeinsamen Spielen, Lachen und Bewegen.

In diesem Kurs können:

- Eltern sich mit der Kursleitung über Erziehung austauschen
- Spielzeuge entdeckt und geteilt werden
- Eltern und Kinder mit Bällen, Tüchern und Luftballons toben
- Kinder und ihre Eltern viel lachen und Spaß haben

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.200	15.01.24 - 01.07.24	Mo 09:30 - 11:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Im Quartier
Gerhard-Stötzel-Straße 25, 45139 Essen

Kursleitung: Maria Hatahet

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.201	08.01.24 - 22.07.24	Mo 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €
242-1.201	26.08.24 - 16.12.24	Mo 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Oase, Familienzentrum
Nöggerathstraße 41, 45144 Essen-Frohnhausen
Kursleitung: Marion Wüst

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.203	08.01.24 - 01.07.24	Mo 14:00 - 15:30 Uhr	0,00 €
242-1.203	26.08.24 - 16.12.24	Mo 14:00 - 15:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Pusteblume, Familienzentrum
Frühlingstraße 47, 45478 Mülheim a.d.Ruhr-Speldorf
Kursleitung: N.N.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.204	09.01.24 - 16.07.24	Di 10:30 - 12:00 Uhr	0,00 €
242-1.204	27.08.24 - 17.12.24	Di 11:00 - 12:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus FrechDachse, Familienzentrum
Dachsfeld 46, 45357 Essen-Dellwig
Kursleitung: Astrid Steinmetz

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.206	09.01.24 - 02.07.24	Di 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €
242-1.206	27.08.24 - 17.12.24	Di 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum
Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray
Kursleitung: Martina Regenhardt

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.207	09.01.24 - 02.07.24	Di 14:30 - 16:00 Uhr	0,00 €
242-1.207	27.08.24 - 17.12.24	Di 14:30 - 16:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Stifte, Familienzentrum
Bruchstraße 83a/b, 45468 Mülheim a.d.Ruhr-Eppinghofen
Kursleitung: N.N.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.211	10.01.24 - 24.07.24	Mi 15:00 - 16:30 Uhr	0,00 €
242-1.211	28.08.24 - 18.12.24	Mi 15:00 - 16:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Füße, Verbund-FZ Märkische Straße
Märkische Str. 27/29a, 45279 Essen-Freisenbruch
Kursleitung: Martina Regenhardt

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.212	10.01.24 - 24.07.24	Mi 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €
242-1.212	28.08.24 - 18.12.24	Mi 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Fliewatüüt
Bernhardstr. 28, 45239 Essen-Fischlaken
Kursleitung: Gabriele Deinert

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.213	18.01.24 - 04.07.24	Do 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €
242-1.213	29.08.24 - 19.12.24	Do 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Tabaluga, Verbund-FZ Buddelkiste
Euskirchenstraße 5, 45143 Essen-Altendorf
Kursleitung: Eva Dausend

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.214	10.01.24 - 03.07.24	Mi 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €
242-1.214	28.08.24 - 18.12.24	Mi 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus MitEinander
Wittenbergstraße 10, 45131 Essen-Rüttenscheid
Kursleitung: Marion Wüst, Anastasia Besel

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.215	10.01.24 - 19.06.24	Mi 15:15 - 16:45 Uhr	0,00 €
242-1.215	28.08.24 - 18.12.24	Mi 15:15 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Erlebniswelt, Familienzentrum
Radhoffstr. 48, 45326 Essen-Altenessen-Süd
Kursleitung: Gülay Yilmaz

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.217	11.01.24 - 04.07.24	Do 15:00 - 16:30 Uhr	0,00 €
242-1.217	29.08.24 - 19.12.24	Do 15:00 - 16:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Hexe, Familienzentrum
Westbergstraße 8, 45309 Essen-Schonnebeck
Kursleitung: Anwar Slewa Abbo

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.218	11.01.24 - 04.07.24	Do 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €
242-1.218	29.08.24 - 19.12.24	Do 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Familienbildungsstätte
Brunnenstraße 29, 45128 Essen-Südviertel
Kursleitung: Martina Regenhardt

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.221	12.01.24 - 05.07.24	Fr 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €
242-1.221	30.08.24 - 20.12.24	Fr 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Wirbelwind, Familienzentrum
Liebrechtstraße 4-6, 45277 Essen-Überruhr
Kursleitung: Maria Hatahet

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.222	12.01.24 - 05.07.24	Fr 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Großstadtkrokodile, Familienzentrum
Hundebrinkstraße 35, 45326 Essen-Altenessen-Süd
Kursleitung: Astrid Steinmetz

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.223	12.01.24 - 05.07.24	Fr 15:00 - 16:30 Uhr	0,00 €
242-1.223	30.08.24 - 20.12.24	Fr 14:30 - 16:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Im Park, Familienzentrum
Eickelkamp 30, 45276 Essen-Steele
Kursleitung: Anwar Slewa Abbo

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.224	14.01.24 - 30.06.24	So 17:15 - 18:45 Uhr	0,00 €
242-1.224	01.09.24 - 15.12.24	So 17:15 - 18:45 Uhr	0,00 €

Kursort: Jugendzentrum Schonnebeck
Kursleitung: Muhammet Koc, Turgut Kockesen

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.232	10.01.24 - 03.07.24	Mi 09:30 - 11:00 Uhr	0,00 €
242-1.232	28.08.24 - 18.12.24	Mi 09:30 - 11:00 Uhr	0,00 €

Kursort: Stadtteilbüro Karnap "KABÜZE"
Karnaper Straße 100, 45329 Essen

Kursleitung: Jennifer Gill

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.235	10.01.24 - 03.07.24	Mi 10:00 - 11:30 Uhr	0,00 €
242-1.235	28.08.24 - 18.12.24	Mi 10:00 - 11:30 Uhr	0,00 €

Kursort: Städt. Kita und Familienzentrum Portendieckstraße
Portendieckstraße 10, 45309 Essen-Schonnebeck

Kursleitung: Anwar Slewa Abbo

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.236	12.01.24 - 05.07.24	Fr 09:00 - 10:30 Uhr	39,00 €
242-1.236	23.08.24 - 20.12.24	Fr 09:00 - 10:30 Uhr	25,50 €

Kursort: Das kleine Om

Kursleitung: Katrin von der Bey

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.237	01.02.24 - 27.06.24	Do 14:30 - 16:00 Uhr	0,00 €
242-1.237	29.08.24 - 19.12.24	Do 14:30 - 16:00 Uhr	0,00 €

Kursort: Städt. Kita und Familienzentrum Vosselerweg
Vosselerweg 22, 45326 Essen-Altenessen Süd

Kursleitung: Gülay Yilmaz

Familienausflüge

Gemeinsam mit der ganzen Familie eine schöne Zeit erleben, können Sie bei den folgenden Angeboten.
Haben Sie Fragen? Dann rufen Sie uns gerne an.

Gruga-Parkleuchten mit der ganzen Familie erleben

Treffpunkt ist um 17:00 Uhr vor der Gruga und dann geht es gemeinsam durch den beleuchteten Park.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.600	05.03.24	Di 17:30 - 20:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Zauberstern, Familienzentrum
Kaisershofstraße 23 - 25, 45139 Essen-Südostviertel
Kursleitung: Susanne Stahl-Brauer

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.602	27.02.24	Di 17:30 - 20:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus FrechDachse, Familienzentrum
Dachsfeld 46, 45357 Essen-Dellwig
Kursleitung: Marc Windt, Simone Richter

Wir entdecken den Schlosspark in Essen-Borbeck!

Treffpunkt ist um 10:00 Uhr am VKJ-Kinderhaus FrechDachse.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.603	26.03.24	Di 10:00 - 14:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Tabaluga, Verbund-FZ Buddelkiste
Euskirchenstraße 5, 45143 Essen-Altendorf
Kursleitung: Simone Richter, Sabrina Macziol

Familienausflug in den Heissiwald

Treffpunkt ist um 10:00 Uhr am Heissiwald, Weg zur Platte 73, 45239 Essen.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.604	11.05.24	Sa 11:00 - 14:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum
Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray
Kursleitung: Kerstin Geller, Nina Petronelli

Vater-Kind-Aktion: Eislaufen in der Eishalle Essen-West

Treffpunkt ist um 14:00 Uhr an der Eishalle Essen-West.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-1.640	10.03.24	So 10:00 - 14:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum
Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray
Kursleitung: Susanne Hagedorn

gesund & aktiv

„Gesund & aktiv“ durchs Leben gehen!
Anregungen dazu erhalten Sie durch ein buntes Angebot an Veranstaltungen. Haben Sie Spaß beim Tanzen mit Ihren Kindern, powern Sie sich richtig aus oder begegnen Sie dem Stress im Beruf mit Entspannungsangeboten. Entdecken Sie unsere Kurse – bestimmt ist auch für Sie das Passende dabei!

Erste Hilfe am Kind für Eltern und Großeltern

Im Alltag kommen Eltern, Großeltern oder Verwandte oft schneller als gedacht in eine Notsituation mit Kindern. Keine Frage, dann ist blitzschnelles und vor allem richtiges Handeln zur Erstversorgung gefragt. Die Teilnehmenden lernen in diesem Kurs geeignete Erstversorgungs- und Vorbeugemaßnahmen kennen. Ziel ist, dass Sie im Anschluss sicherer mit „Erste-Hilfe“-Situationen umgehen können.

Kursleitung: DRK Erste Hilfe-Ausbilder_in

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.000	20.02.24	Di 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Windvogel, Familienzentrum
Ramers Kamp 7, 45327 Essen-Stoppenberg

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.001	14.02.24	Mi 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Riesen, Verbund-FZ Buddelkiste
Niederfeldstraße 9, 45143 Essen-Altendorf

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.002	21.02.24	Mi 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Erlebniswelt, Familienzentrum
Radhoffstr. 48, 45326 Essen-Altenessen-Süd

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.003	07.03.24	Do 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Oase, Familienzentrum
Nöggerathstraße 41, 45144 Essen-Frohnhausen

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.004	11.03.24	Mo 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Stifte, Familienzentrum
Bruchstraße 83a/b, 45468 Mülheim a.d.Ruhr-Eppinghofen

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.006	13.05.24	Mo 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Wirbelwind, Familienzentrum
Liebrechtstraße 4-6, 45277 Essen-Überruhr

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.007	23.05.24	Do 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Großstadtkrokodile, Familienzentrum
Hundebrinkstraße 35, 45326 Essen-Altenessen-Süd

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-2.040	24.10.24	Do 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Am Wasser
Am Kettwiger Ruhrbogen 214, 45219 Essen-Kettwig

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-2.041	23.11.24 - 29.12.00	Sa 10:00 - 13:00 Uhr	0,00 €

Kursort: Städt. Kita und Familienzentrum Lysegang
Lysegang 18, 45139 Essen-Ostviertel

Deutsches Rotes Kreuz

Erste-Hilfe-Kurs:
Mehr Sicherheit für Ihr Kind

Der Kurs wendet sich speziell an Eltern, Großeltern, Erzieher/innen und alle, die mit Kindern zu tun haben. Lernen Sie, wie Sie im Notfall richtig handeln!

DRK-Kreisverband Essen e. V.
Tel. 0201 8474-320
ausbildung@drk-essen.de
www.drk-essen.de/erste-hilfe-am-kind

Deutsches Rotes Kreuz

Hausnotrufdienst:
Mehr Sicherheit für Oma und Opa

Bis ins hohe Alter sicher und selbstbestimmt im eigenen Zuhause wohnen – mit dem Hausnotrufdienst kommt im Notfall schnelle Hilfe auf Knopfdruck.

DRK-Kreisverband Essen e. V.
Tel. 0201 22 22 22
hausnotruf@drk-essen.de
www.drk-essen.de/hausnotruf

Erste Hilfe für Kinder (4-6 Jahre) mit ihren Eltern oder Großeltern

Erste Hilfe können auch Kinder leisten! Nur wie geht das? Der Erste Hilfe-Ausbilder vom DRK zeigt Kindern und ihren Eltern was als Erstes im Notfall geschehen muss. Verbände anlegen und Pflaster kleben, das wird dann ganz praktisch von den Kindern an ihren Eltern geübt. Ziel ist, für eine "Erste-Hilfe"-Situation hilfreiche Verhaltensweisen zu erlernen.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.080	28.05.24	Di 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Windvogel, Familienzentrum
Ramers Kamp 7, 45327 Essen-Stoppenberg

Kursleitung: DRK Erste Hilfe-Ausbilder_in

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.081	22.05.24	Mi 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: Städt. Kita und Familienzentrum Im Mühlenbruch
Im Mühlenbruch 32, 45141 Essen-Stoppenberg

Kursleitung: DRK Erste Hilfe-Ausbilder_in

Eltern und Kinder achtsam miteinander - für Eltern mit ihren Kindern (5-7 Jahre)

Innere Ruhe und Achtsamkeit tut allen Menschen gut!

Spielerisch, mit Freude und Spaß erleben Sie in diesem Kurs mit Ihren Kindern eine achtsame Zeit.

Der Kurs geht über 8 Wochen (8 wöchentliche Termine und 1 x Samstagstermin). Sie lernen mehr Achtsamkeit zu entwickeln und ganz nebenbei stärken Sie die Bindung zu Ihrem Kind. Eltern und Kinder entwickeln mehr Mitgefühl und Empathie. Gefühle, auch schwieriger Natur, können eher akzeptiert und toleriert werden. Eltern und Kinder haben eine gemeinsame Übungszeit und dann eine Zeit unter Gleichaltrigen mit altersgerechten Spielen und Anleitungen. Der Kurs ist angelehnt an das MBSR-Konzept.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.167	31.01.24 - 20.03.24	Mi 15:00 - 16:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Familienbildungsstätte
Brunnenstraße 29, 45128 Essen-Südviertel

Kursleitung: Beate Lamm, Vanessa Hanfland, Astrid Steinmetz

Frauen-Fitness-Gruppe im SimSalaGrim

Gemeinsam mit Frauen unterschiedlichen Alters und Fitnesserfahrungen möchten wir eine sportliche Alternative zum stressigen Alltag schaffen. Dabei stehen Kennenlernen und Austausch im Vordergrund. Sind Sie gerne mit anderen Menschen in Kontakt und haben Spaß daran sich auszuprobieren? Dann kommen Sie zur Frauen-Fitness-Gruppe.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-2.205	26.09.24 - 07.11.24	Do 14:30 - 16:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum
Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray

Kursleitung: Rosa Hermann, Jenny Fuhrmeister

70 JAHRE JUBILÄUM ELEKTROTECHNIK PINK-STANIEWICZ GMBH

elektrotechnik

Pink - Staniewicz Gmbh

Halfmannswiese 18 44879 Bochum

elektrotechnik Pink-Staniewicz GmbH

wer kennt den BESTEN

Sehr gut ★★★★★

Jetzt bewerten:

12/2020

Tel: 0234 497431 Fax: 0234 29885525 Mail: info@elektro-ps.de

Unsere Leistungen

- Elektroinstallationen
- Neubauten
- Umbauten
- Reparaturen
- Kundendienst
- Krankenhaustechnik
- Netzwerktechnik
- Personenrufanlagen
- Sprechanlagen
- Satellitenfernsehanlagen
- Brandschutztechnik
- Videoüberwachung
- Nachtspeicheranlagen
- E-Check
- Flutlichtanlagen
- Blitzschutzanlagen
- Photovoltaik
- Telefonanlagen
- Baustromverteiler
- Kabelfernsehanlagen

Yoga für Eltern im VKJ-Kinderhaus FrechDachse

Der (Eltern-)Alltag fordert. Zeit für sich selbst zu finden, ist nicht immer leicht. In diesem Kurs lernen Sie verschiedene Yogastile (Vinyasa, Hatha, Yin) und Atemtechniken kennen. Die Wirkung von Yoga kann erfahren und mit in den Alltag genommen werden.

In den 60 Minuten starten Sie mit Übungen zum Atem und dann werden verschiedene (kraftvolle oder entspannende) Yogapositionen eingenommen. Beendet wird die Stunde in einer gemeinsamen Entspannung.

Bitte bequeme Kleidung tragen und Wasser mitbringen. Wenn vorhanden bringen Sie eine Matte, Yogablöcke, Yogabolster oder ein festes Kissen zum Sitzen/Liegen mit.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.220	08.01.24 - 24.06.24	Mo 17:30 - 18:30 Uhr	0,00 €
242-2.220	12.08.24 - 09.12.24	Mo 17:30 - 18:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus FrechDachse, Familienzentrum
Dachsfeld 46, 45357 Essen-Dellwig

Kursleitung: Nina Diez Valcuende

MBSR - Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Umgang mit Stress lernen und dadurch gesünder und zufriedener werden, ist ein Ziel des MBSR-Kurses (Mindfulness-based stress reduction).

In dem bereits in den 70er Jahren entwickelten Training und heute von Krankenkassen anerkannten und wissenschaftlich gut untersuchtem Programm lernen und trainieren Sie eine achtsame Haltung. Diese hilft Ihnen im herausfordernden Alltag Stress zu reduzieren und Ihre Gesundheit zu erhalten und zu verbessern.

Das Programm besteht aus 8 Terminen je 2,5 Stunden und einem Tag der Achtsamkeit.

Inhalte sind:

- Achtsamkeitsübungen im Sitzen, Gehen und Liegen
- achtsame Körperarbeit und sanfte Dehnungsübungen
- Kurzvorträge und Gruppengespräche zu Schwerpunktthemen wie z.B. Umgang mit Stress oder Schmerzen und mit schwierigen Gefühlen

Zuhause praktizieren Sie dann die Übungen mit Unterstützung von CDs. Dieses regelmäßige Üben ist ein wichtiges Element der Achtsamkeitsschulung.

Der Kurs ist für alle Menschen gedacht, die

- Stress aus der Arbeit, der Familie, aus Beziehung oder aus Krankheit kennen
- mit akuten oder chronischen Beschwerden belastet sind
- unter psychosomatischen Beschwerden leiden
- Achtsamkeit und Lebendigkeit in ihr Leben integrieren möchten
- eine sinnvolle und heilsame Ergänzung zur medizinischen oder psychotherapeutischen Behandlung suchen.

Wenn Sie Interesse haben, dann melden Sie sich zu einem persönlichen Gespräch an, erst danach erfolgt die verbindliche Anmeldung.

Der Kurs ist nach §20, Abs. 1SGBV zertifiziert und wird von vielen Krankenkassen bezuschusst.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-2.240	09.09.24 - 04.11.24	Mo 16:00 - 18:30 Uhr	340,00 €

Kursort: VKJ-Familienbildungsstätte
Brunnenstraße 29, 45128 Essen-Südviertel

Kursleitung: Beate Lamm

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.241	30.04.24 - 25.06.24	Di 18:00 - 20:30 Uhr	340,00 €

Kursort: VKJ-Familienbildungsstätte
Brunnenstraße 29, 45128 Essen-Südviertel

Kursleitung: Marion Randhawa, Beate Lamm

Achtsamkeitspraxis nach dem MBSR-Kurs

Alle ehemaligen MBSR-Kursteilnehmenden und Achtsamkeitsinteressierte sind herzlich eingeladen zu einer Meditation. Wir praktizieren gemeinsam eine angeleitete Achtsamkeitsmeditation und haben danach Zeit für einen Dialog.

Die Termine sind:

Montag, 29.01.2024
Montag, 04.03.2024
Montag, 13.05.2024
Montag, 01.07.2024
Mittwoch, 04.09.2024
Mittwoch, 13.11.2024

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.245	29.01.24 - 13.11.24	Mo 17:30 - 18:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Familienbildungsstätte
Brunnenstraße 29, 45128 Essen-Südviertel

Kursleitung: Beate Lamm, Marion Randhawa

Achtsamkeitstag

Wir laden ehemalige MBSR-Kursteilnehmende und achtsamkeitsinteressierte Menschen herzlich ein, um einen Tag in Stille und Achtsamkeit zu praktizieren.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.246	16.03.24	Sa 10:00 - 16:00 Uhr	20,00 €

Kursort: VKJ-Familienbildungsstätte
Brunnenstraße 29, 45128 Essen-Südviertel

Kursleitung: Marion Randhawa, Beate Lamm

Gesund und fit im Alltag durch Entspannung

"Ich fühle mich gestresst." "Es ist mir gerade alles zu viel." "Ich wäre gerne entspannter." "Ich wäre gerne fitter." "Der Alltag fällt mir manchmal schwer."

Sind das Sätze, die Ihnen bekannt vorkommen? In diesem Kurs lernen Sie mit verschiedenen Entspannungsmethoden zur Ruhe zu kommen und Ihre innere Ausgeglichenheit wiederzufinden. Zusätzlich helfen Ihnen leichte Fitnessübungen, Ihren Körper mit Spaß und Bewegung fit zu halten.

Wenn Sie sich angesprochen fühlen, lässt dieser besondere Mix in netter Runde Sie entspannt und fit Ihren Alltag leichter bewältigen.

Tun Sie etwas für Ihren Körper und Ihre Seele - und für sich!

Bitte bequeme Kleidung und ggf. warme Socken mitbringen.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.280	08.01.24 - 01.07.24	Mo 15:00 - 17:15 Uhr	0,00 €
242-2.280	05.08.24 - 16.12.24	Mo 15:00 - 17:15 Uhr	0,00 €

Kursort: Jugendhilfe Essen gGmbH
Kuhlhoffstraße 65, 45329 Essen-Altenessen-Nord

Kursleitung: Christiane Willems

Kinderwelt ist Bewegungswelt

Bewegungsspaß für Kinder von zwei bis drei Jahren mit ihren Eltern.

Rennen, springen, hüpfen, balancieren, toben und sich ausprobieren - all dies können Kinder mit ihren Eltern bei diesem Bewegungsangebot. Gemeinsam werden Bewegungsspiele gespielt und es werden Abenteuerparcours bewältigt. Große und kleine Teilnehmer_innen toben mit Bällen, Tüchern, Luftballons und anderen Materialien. Die Kinder lernen den eigenen Körper und die eigenen Fähigkeiten kennen. Das macht Spaß und ist eine wichtige Grundlage für eine gesunde kindliche Entwicklung. Bei alldem stehen die Freude an der Bewegung und die Freude am gemeinsamen Erleben für Eltern und Kinder an erster Stelle.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.300	08.01.24 - 01.07.24	Mo 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €
242-2.300	12.08.24 - 16.12.24	Mo 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Zauberstern, Familienzentrum
Kaisershofstraße 23 - 25, 45139 Essen-Südostviertel

Kursleitung: Martina Regenhardt

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.301	24.01.24 - 19.06.24	Mi 15:00 - 16:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Wirbelwind, Familienzentrum
Liebrechtstraße 4-6, 45277 Essen-Überruhr

Kursleitung: N.N.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.303	05.02.24 - 18.03.24	Mo 14:00 - 15:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum
Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray

Kursleitung: Martina Regenhardt

Miteinander in Bewegung - für Groß und Klein (2-3 Jahre)

Clownin Alwina Stups und Elemente aus der Alcelsa®-Methode bieten einen wunderbaren Raum für gemeinsame Bewegung, Spiele, Märchen und Phantasiereisen. Es entsteht ein Freiraum für Kinder, sich in der eigenen Geschwindigkeit zu entfalten. Lassen Sie sich stupsen zum Miteinander von Eltern und ihren Kindern. Für Eltern mit ihren Kindern von zwei bis drei Jahren.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.304	08.02.24 - 11.04.24	Do 14:30 - 15:30 Uhr	0,00 €
242-2.304	07.11.24 - 19.12.24	Do 15:30 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus MitEinander
Wittenbergstraße 10, 45131 Essen-Rüttenscheid

Kursleitung: Swantje Eggen

Miteinander in Bewegung - für Groß und Klein (3-4 Jahre)

Clownin Alwina Stups und Elemente aus der Alcelsa®-Methode bieten einen wunderbaren Raum für gemeinsame Bewegung, Spiele, Märchen und Phantasiereisen. Es entsteht ein Freiraum für Kinder, sich in der eigenen Geschwindigkeit zu entfalten. Lassen Sie sich stupsen zum Miteinander von Eltern und ihren Kindern.
Für Eltern mit ihren Kindern von drei bis vier Jahren.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.305	08.02.24 - 18.04.24	Do 16:30 - 18:00 Uhr	0,00 €
242-2.305	05.08.24 - 09.12.24	Mo 15:30 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Wunschbrunnen, Familienzentrum
Brunnenstraße 29, 45128 Essen-Südviertel

Kursleitung: Swantje Eggen

Eltern-Kind-Turnen Ü3

Für Eltern mit ihren Kindern im Alter von drei bis sechs Jahren.

Kinder, die vor Bewegungsdrang strotzen und bereits über Tische und Bänke springen oder aber Kinder, die sich noch etwas unsicher und tapsig bewegen, werden begeistert von diesem Kurs sein. Bei Spiel und Tänzen, in Abenteuerparcours oder bei Mitmachliedern können die Kinder ihren Körper entdecken. Wichtig ist, dass Eltern sich die Zeit nehmen, ihr Kind zu begleiten, damit es sich gut an die neue Situation gewöhnen kann.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.340	25.01.24 - 27.06.24	Do 14:00 - 15:30 Uhr	0,00 €
242-2.340	29.08.24 - 21.11.24	Do 13:45 - 15:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Hexe, Familienzentrum Westbergstraße 8, 45309 Essen-Schonnebeck

Kursleitung: Nina Hartmann

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.341	10.01.24 - 12.06.24	Mi 14:00 - 15:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Erlebniswelt, Familienzentrum Radhoffstr. 48, 45326 Essen-Altenessen-Süd

Kursleitung: N.N.

Eltern-Kind-Turnen U3

Für Eltern mit ihren Kindern im Alter von einem bis zwei Jahren.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.342	16.01.24 - 07.05.24	Di 14:00 - 15:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Hexe, Familienzentrum Westbergstraße 8, 45309 Essen-Schonnebeck

Kursleitung: Johanna Kasiura

Eltern-Kind-Tanzkurs für Eltern mit ihren Kindern (2-3 Jahre)

Lasst uns gemeinsam Tanzen!

Für Eltern mit Kindern von zwei bis drei Jahren. Die Kinder sollten standsicher sein und ohne Hand laufen können. Es gibt bunte, wilde, spaßige Abenteuer in Bewegung und dabei werden Rhythmus-, Körpergefühl und Musikalität geschult. Durch das gemeinsame Erleben werden die Bindung gestärkt und die Kreativität gefördert.

Benötigt werden: Bequeme Kleidung, Turnschuhe mit heller Sohle/Schläppchen/Stoppersocken, Trinkflasche mit Wasser.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.400	08.01.24 - 24.06.24	Mo 15:15 - 16:15 Uhr	0,00 €
242-2.400	12.08.24 - 09.12.24	Mo 15:15 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus FrechDachse, Familienzentrum Dachsfeld 46, 45357 Essen-Dellwig

Kursleitung: Nina Diez Valcuende

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.401	22.04.24 - 01.07.24	Mo 15:30 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray

Kursleitung: N.N.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-2.405	05.09.24 - 14.11.24	Do 15:30 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Füße, Verbund-FZ Märkische Straße Märkische Str. 27/29a, 45279 Essen-Freisenbruch

Kursleitung: N.N.

Eltern-Kind-Tanzkurs für Eltern mit ihren Kindern (4-6 Jahre)

Lasst uns gemeinsam Tanzen!

Für Eltern mit Kindern von vier bis sechs Jahren. Es gibt bunte, wilde, spaßige Abenteuer in Bewegung und dabei werden Rhythmus- und Körpergefühl sowie die Musikalität geschult. Durch das gemeinsame Erleben werden die Bindung gestärkt und die Kreativität gefördert.

Benötigt werden: Bequeme Kleidung, Turnschuhe mit heller Sohle/Schläppchen/Stoppersocken, Trinkflasche mit Wasser.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.410	08.01.24 - 24.06.24	Mo 16:15 - 17:15 Uhr	0,00 €
242-2.410	12.08.24 - 09.12.24	Mo 16:15 - 17:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus FrechDachse, Familienzentrum
Dachsfeld 46, 45357 Essen-Dellwig

Kursleitung: Nina Diez Valcuende

Eltern-Kind-Yoga

Für Eltern mit ihren Kindern ab drei Jahren.

Loslassen, stärken, verbinden und gemeinsam Spaß haben: Darum geht es in diesem Eltern-Kind-Kurs. Das Besondere an diesem Kurs ist, dass Yogaposen, Atmung und Vorstellungskraft in einer kindgerechten Geschichte zusammenfließen und zu einem gemeinsamen Erlebnis werden. Bei den Übungen können sich Eltern und Kinder gegenseitig unterstützen, aber auch herausfordern. Yoga bestärkt Sie und Ihr Kind in der Eigenwahrnehmung, schafft Selbstvertrauen und stärkt die Eltern-Kind-Beziehung. Durch den Wechsel von Bewegung und Ruhe werden Sie als Team ausgeglichener, zufriedener und aufnahmefähiger.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-2.520	15.10.24 - 19.11.24	Di 16:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: Städt. Kita und Familienzentrum Im Mühlenbruch
Im Mühlenbruch 32, 45141 Essen-Stoppenberg

Kursleitung: Vanessa Hanfland

Gesunde und günstige Ernährung für Ihr Kind - wie geht das?

Hier haben Sie die Gelegenheit etwas über einfache, gute Ernährung zu lernen und Ihre Fragen loszuwerden.

Was tut meinem Kind gut? Was brauchen Kinder um gesund groß zu werden? Wo kann ich das Kind beim Thema Essen mit einbeziehen?

Ausgehend von Ihren eigenen Erfahrungen in der Kindheit gehen wir in der Gruppe unterschiedlichen Themen nach, zum Beispiel:

- Wie ist mein eigenes Ernährungsverhalten? Was ist überhaupt gesund?
- Wo sind in der Familie die Baustellen? Was können wir optimieren?
- Wie entsteht Übergewicht in der Kindheit und wie kann man es vermeiden?
- Brauchen wir Kinderlebensmittel?
- Was gehört in die Brotdose?
- Wie liest man Lebensmitteletiketten und wählt die gesunden Sachen aus?
- Wie bereite ich gesunde günstige Snacks oder Zwischenmahlzeiten zu?

Spielerisch und mit ganz viel Praxis gestalten wir einen Nachmittag zum Thema gute Kinderernährung. Wir machen Genuss-Übungen und bereiten auch eine Kleinigkeit zu.

Sie nehmen viele Antworten, Anregungen und praktische Rezepte mit nach Hause.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.850	20.02.24	Di 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Füße, Verbund-FZ Märkische Straße
Märkische Str. 27/29a, 45279 Essen-Freisenbruch

Kursleitung: Birgit Benner

Interkulturelles Kochen

Im Elterncafé wählen die Eltern eine Mutter oder einen Vater aus, die oder der den interkulturellen Abend mit einem landestypischen Rezept vorbereitet. Es werden die benötigten Lebensmittel im Vorfeld eingekauft und der/die Koch/Köchin des Abends leitet die Zubereitung des Gerichtes. Es wird gemeinsam geschält, geschnitten und abgeschmeckt. Dabei lernt die Gruppe verschiedene Kulturen näher kennen. Abgerundet wird dieser schöne Abend mit dem Verzehr des gemeinsam zubereiteten Gerichts.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.870	08.02.24 - 16.05.24	Do 18:00 - 20:15 Uhr	0,00 €
242-2.870	17.10.24	Do 18:00 - 20:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Erlebniswelt, Familienzentrum
Radhoffstr. 48, 45326 Essen-Altenessen-Süd

Kursleitung: Barbara Adamczyk

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.871	06.03.24 - 12.06.24	Mi 18:00 - 20:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Im Quartier
Gerhard-Stötzel-Straße 25, 45139 Essen

Kursleitung: Christina Otremba, Oliver Kozlik

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.872	25.01.24 - 25.04.24	Do 18:00 - 20:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus FrechDachse, Familienzentrum
Dachsfeld 46, 45357 Essen-Dellwig

Kursleitung: Gigi Kuepperhoff, Lea Treptow

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.873	15.03.24	Fr 18:00 - 21:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Entdeckerland, Familienzentrum
Kurfürstenstr. 57, 45479 Mülheim a.d.Ruhr - Broich
Kursleitung: Sonja Backhaus, Esra Leuschner

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.875	28.02.24	Mi 10:30 - 12:45 Uhr	0,00 €
242-2.875	19.09.24	Do 10:30 - 12:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Sterntaler
Ruhrallee 75, 45138 Essen-Huttrop
Kursleitung: Silke Lengowski

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.878	28.02.24	Mi 18:00 - 20:15 Uhr	0,00 €
242-2.879	17.10.24	Do 18:00 - 20:15 Uhr	0,00 €
241-2.880	16.05.24	Do 18:00 - 20:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Riesen, Verbund-FZ Buddelkiste
Niederfeldstraße 9, 45143 Essen-Altendorf
Kursleitung: Michaela Weber, Fatima Sobah

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-2.880	05.09.24	Do 18:00 - 21:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Windvogel, Familienzentrum
Ramers Kamp 7, 45327 Essen-Stoppenberg
Kursleitung: Stefanie Kruscha

Interkulturelles Frühstück

Eltern aus dem Kinderhaus bringen landestypische Speisen mit, sodass ein buntes Frühstücksbuffet entsteht. Musik die in den verschiedenen Familien gehört wird, wird an diesem Vormittag präsentiert. So entsteht ein buntes Potpourri. Die Idee ist mit Neugierde, Begegnung mit unterschiedlichen Kulturen und allen Sinnen zu ermöglichen. Dabei stehen der Spaß und die Freude an erster Stelle.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.891	08.03.24	Fr 09:30 - 11:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Im Park, Familienzentrum
Eickelkamp 30, 45276 Essen-Steele
Kursleitung: Ilham Aita, Jiyan Güler

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.892	16.04.24	Di 09:30 - 11:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Tabaluga, Verbund-FZ Buddelkiste
Euskirchenstraße 5, 45143 Essen-Altendorf
Kursleitung: Tanja Reisenauer, Svenja Oschlies

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.894	17.05.24	Fr 09:00 - 11:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Hexe, Familienzentrum
Westbergstraße 8, 45309 Essen-Schonnebeck
Kursleitung: Eda Yasar

Fastenbrechen

Das VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim lädt alle Familien zum Fastenbrechen ein, um gemeinsam zu essen. Für Essen und Trinken ist gesorgt.

Gerne dürfen die Familien etwas Kleines zum Probieren mitbringen.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.895	28.03.24	Do Uhrzeit wird kurzfristig bekannt gegeben	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum
Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray

Kursleitung: Rosa Hermann, Ahmet Dogan

Eltern-Kind-Kochen

Gemeinsames Kochen bereitet viel Freude. Das erleben Mütter, Väter, Omas und Opas sowie Tanten, Onkel und ihre Kinder ab vier Jahren in diesem Kurs.

Sie lernen die bunte Vielfalt der Lebensmittel neu kennen und bereiten mit frischen und natürlichen Zutaten leckere Gerichte zu. Das gemeinsame Schnibbeln, Schmecken, Riechen und Genießen bringt allen Spaß. Die Kursleitung stellt den Teilnehmer_innen schmackhafte saisonale Lebensmittel vor und verrät, wie man diese frisch und natürlich auf unterschiedliche Art und Weise zubereitet.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.900	09.01.24 - 11.06.24	Di 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €
242-2.900	10.09.24 - 10.12.24	Di 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Erlebniswelt, Familienzentrum
Radhoffstr. 48, 45326 Essen-Altenessen-Süd

Kursleitung: Dennis Neujahr

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.902	15.01.24 - 05.02.24	Mo 14:30 - 16:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Füße, Verbund-FZ Märkische Straße
Märkische Str. 27/29a, 45279 Essen-Freisenbruch

Kursleitung: Anna Ernst

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-2.920	27.08.24 - 26.11.24	Di 15:00 - 18:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Hexe, Familienzentrum
Westbergstraße 8, 45309 Essen-Schonnebeck

Kursleitung: Barbara Ruß

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-2.921	12.09.24 - 10.10.24	Do 15:00 - 18:00 Uhr	0,00 €
242-2.922	14.11.24 - 12.12.24	Do 15:00 - 18:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Zauberstern, Familienzentrum
Kaisershofstraße 23 - 25, 45139 Essen-Südostviertel

Kursleitung: Elke Goerke

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.940	23.01.24 - 18.06.24	Di 15:00 - 18:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Hexe, Familienzentrum
Westbergstraße 8, 45309 Essen-Schonnebeck

Kursleitung: Barbara Ruß

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-2.941	04.04.24	Do 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Fliewatüüt
Bernhardstr. 28, 45239 Essen-Fischlaken

Kursleitung: N.N.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-2.950	19.09.24	Do 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Stifte, Familienzentrum
Bruchstraße 83a/b, 45468 Mülheim a.d.Ruhr-Eppinghofen

Kursleitung: N.N.

Eltern-Kind-Weihnachtsbäckerei

Selbst gebackene Weihnachtsplätzchen und andere Backleckereien wollen wir in der Adventszeit zaubern. Wir freuen uns auf den leckeren Duft der frisch gebackenen Plätzchen und das Probieren des noch warmen Gebäcks frisch vom Blech. Vorher wird gewogen, gerührt, geknetet und geformt. Eltern und Kinder erleben viel Freude beim gemeinsamen Tun.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-2.970	13.12.24	Fr 14:00 - 16:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Im Park, Familienzentrum
Eickelkamp 30, 45276 Essen-Steele

Kursleitung: Andrea Manderscheid

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-2.971	19.11.24 - 10.12.24	Di 14:00 - 15:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus FrechDachse, Familienzentrum
Dachsfeld 46, 45357 Essen-Dellwig

Kursleitung: Till Glombik, Mareike Seng

kreativ & klangvoll

„kreativ & klangvoll“ macht Lust auf das Erlebnis mit allen Sinnen! Probieren Sie sich aus und entdecken Sie neue Seiten an sich selbst und an Ihren Kindern beim gemeinsamen Erleben. Vom Nähen bis hin zum Werkeln finden Sie hier viele verschiedene Angebote.

Aus "alt mach neu" - Nähkurs für Eltern

Sie haben Interesse, Nähen zu lernen? Von der Theorie über die ersten Nähversuche bis zu verschiedenen Nähprojekten zeigen wir Ihnen alle wichtigen Grundlagen des Nähens.

Einfache Kinderkleidung, Taschen oder eigene Wünsche.

Sie benötigen keine Vorkenntnisse.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.001	22.01.24 - 04.03.24	Mo 17:00 - 19:15 Uhr	0,00 €
242-3.001	14.10.24 - 18.11.24	Mo 17:00 - 19:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Windvogel, Familienzentrum
Ramers Kamp 7, 45327 Essen-Stoppenberg

Kursleitung: Anwar Slewa Abbo

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.002	24.04.24 - 05.06.24	Mi 14:45 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Zauberstern, Familienzentrum
Kaisershofstraße 23 - 25, 45139 Essen-Südostviertel

Kursleitung: Anwar Slewa Abbo

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-3.020	04.09.24 - 09.10.24	Mi 17:00 - 19:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Hexe, Familienzentrum
Westbergstraße 8, 45309 Essen-Schonnebeck

Kursleitung: Anwar Slewa Abbo

Liebe Familien,
die Angebote der VKJ-Familienbildungsstätte richten sich an alle Wegbegleiter_innen von Familien, ob Mütter, Väter, Tanten, Onkel, Großeltern oder andere Bezugspersonen. Im Folgenden finden Sie Angebote, die gezielt an eine Personengruppe gerichtet ist. Damit möchten wir Räume zum Austausch für bestimmte Gruppen ermöglichen. Familie ist für uns überall da, wo Menschen füreinander da sind, füreinander Verantwortung übernehmen, sich sorgen und Zuwendung schenken. Wenn das passende Angebot für Sie nicht dabei ist, dann melden Sie sich bitte bei uns.

In den folgenden Eltern-Kind, Vater-Kind und/ oder Mutter-Kind-Angeboten wird gemeinsam gebaut:

Es wird gebastelt und gewerkelt und dabei entstehen verschiedene Dinge.
Die Kinder schleifen, nageln und schrauben an diesem Tag, was das Zeug hält. Aus vorgefertigten Bauteilen entstehen Autos, Nistkästen, Drachen und andere Dinge. Die Eltern stehen ihren Töchtern und Söhnen dabei unterstützend zur Seite und bei Bedarf sind sie mit ihren helfenden Händen dabei. Das gemeinsame Bauen macht Klein und Groß Spaß. Fertig gebaut werden die Werke noch nach eigenen Vorstellungen bunt bemalt und geschmückt, bevor sie stolz mit nach Hause genommen werden.

Eltern-Kind-Angebot: Wir bauen eine Kugelbahn

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.160	18.01.24	Do 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Sterntaler
Ruhrallee 75, 45138 Essen-Huttrop

Kursleitung: Florian Richter

Eltern-Kind-Angebot:
Wir bauen kleine Blumenkästen

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.161	23.01.24	Di 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Fliewatüüt
Bernhardstr. 28, 45239 Essen-Fischlaken
Kursleitung: Florian Richter

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.162	10.02.24	Sa 14:30 - 17:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Wirbelwind, Familienzentrum
Liebrechtstraße 4-6, 45277 Essen-Überruhr
Kursleitung: Florian Richter

Vater-Kind-Angebot:
Wir bauen ein Futterhäuschen

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.163	08.02.24	Do 13:00 - 16:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Großstadtkrokodile, Familienzentrum
Hundebrinkstraße 35, 45326 Essen-Altenessen-Süd
Kursleitung: Florian Richter

Mutter-Kind-Angebot:
Wir bauen ein Futterhäuschen

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.164	24.02.24	Sa 10:00 - 14:00 Uhr	0,00 €

Kursort: Städt. Kita und Familienzentrum Im Mühlenbruch
Im Mühlenbruch 32, 45141 Essen-Stoppenberg
Kursleitung: Florian Richter

Vater-Kind-Angebot:
Wir bauen eine Kugelbahn

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.165	02.03.24	Sa 10:00 - 14:00 Uhr	0,00 €

Kursort: Städt. Kita und Familienzentrum Im Mühlenbruch
Im Mühlenbruch 32, 45141 Essen-Stoppenberg
Kursleitung: Florian Richter

Eltern-Kind-Angebot:
Wir bauen ein Insektenhotel

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.166	09.03.24	Sa 10:00 - 13:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus MitEinander
Wittenbergstraße 10, 45131 Essen-Rüttenscheid

Kursleitung: Florian Richter

Eltern-Kind-Angebot:
Wir bauen eine Kugelbahn

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.168	28.03.24	Do 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Fliewatüüt
Bernhardstr. 28, 45239 Essen-Fischlaken

Kursleitung: Florian Richter

Eltern-Kind-Angebot:
Wir bauen Wasserfahrzeuge

Kursleitung: Florian Richter

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.169	07.05.24	Di 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Im Park, Familienzentrum
Eickelkamp 30, 45276 Essen-Steele

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.170	03.07.24	Mi 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Oase, Familienzentrum
Nöggerathstraße 41, 45144 Essen-Frohnhausen

Eltern-Kind-Angebot:
Wir bauen ein Futterhäuschen

Kursleitung: Florian Richter

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.167	12.03.24	Di 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Füße, Verbund-FZ Märkische Straße
Märkische Str. 27/29a, 45279 Essen-Freisenbruch

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-3.171	11.09.24	Mi 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Am Wasser
Am Kettwiger Ruhrbogen 214, 45219 Essen-Kettwig

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-3.172	24.10.24	Do 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Fliewatüüt
Bernhardstr. 28, 45239 Essen-Fischlaken

Vater-Kind-Angebot:
Wir bauen einen Drachen

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-3.173	14.09.24	Sa 10:00 - 13:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Entdeckerland, Familienzentrum
Kurfürstenstr. 57, 45479 Mülheim a.d.Ruhr - Broich
Kursleitung: Florian Richter

Eltern-Kind-Angebot:
Wir bauen ein Insektenhotel

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-3.174	24.09.24	Di 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Im Park, Familienzentrum
Eickelkamp 30, 45276 Essen-Steele
Kursleitung: Florian Richter

Eltern-Kind Angebot:
Wir bauen einen Nistkasten

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-3.175	26.09.24	Do 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Sterntaler
Ruhrallee 75, 45138 Essen-Huttrop
Kursleitung: Florian Richter

Eltern-Kind-Angebot:
Wir bauen einen Traumfänger aus Naturmaterialien

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-3.176	28.10.24	Mo 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Am Wasser
Am Kettwiger Ruhrbogen 214, 45219 Essen-Kettwig
Kursleitung: Florian Richter

Eltern-Kind-Angebot:
Wir bauen einen Drachen

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-3.177	29.10.24	Di 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Sterntaler
Ruhrallee 75, 45138 Essen-Huttrop
Kursleitung: Florian Richter

Eltern-Kind-Basteln

Saisonales Basteln mit Eltern und Kindern.

Von wegen, Basteln ist zu kompliziert oder man selbst ist zu ungeduldig oder ungeschickt! In diesem Kurs lernen Eltern zusammen mit ihren Kindern Grundfertigkeiten des Bastelns. Das gemeinsame kreative Tun bringt außerdem jede Menge Spaß. Die Teilnehmer_innen erhalten tolle Ideen und Anregungen sowie viele gute Tipps für daheim.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.750	14.03.24 - 13.06.24	Do 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €
242-3.750	08.10.24 - 21.11.24	Di 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Hexe, Familienzentrum
Westbergstraße 8, 45309 Essen-Schonnebeck

Kursleitung: Delia Emelie Paulikat

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.751	10.06.24 - 10.06.24	Mo 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €
242-3.751	09.09.24 - 09.12.24	Mo 14:30 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Erlebniswelt, Familienzentrum
Radhoffstr. 48, 45326 Essen-Altenessen-Süd

Kursleitung: Kathrin Hartmann

Schultütenbasteln

Eltern basteln für ihre Kinder die Schultüten zum Schulstart.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.770	04.06.24	Di 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Im Park, Familienzentrum
Eickelkamp 30, 45276 Essen-Steele

Kursleitung: N.N.

Eltern-Kind-Laternenbasteln

Gemeinsam Zeit genießen und mit Freude und Spaß kreativ gestaltete Laternen basteln. Das können Kinder mit Mutter, Vater, Oma und/oder Opa an diesem Nachmittag. Beim Umzug erstrahlen die Laternen dann hell im dunklen November.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-3.810	08.10.24	Di 14:30 - 16:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum
Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray

Kursleitung: Kathleen Wegener

Gemeinsam Freude am Malen

Eltern und Großeltern mit ihren Kindern im Alter von vier bis sechs Jahren werden gemeinsam aktiv und entdecken ihre kreativen Seiten. Probieren Sie es aus! Große und kleine Teilnehmer_innen können hier nach Herzenslust verschiedene Materialien testen. Zum Beispiel Fingerfarben, Pastellkreiden oder Wasserfarben.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-3.860	30.08.24 - 27.09.24	Fr 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum
Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray

Kursleitung: Eva Simon

Mal- und Matschkurs

Hier können sich Eltern und Kinder so richtig auslassen:

- Matschen mit Sand und Wasser
- Matschen mit Naturmaterialien
- Kleisterbilder mit Sand
- Einsatz Fingermalfarbe und Sand.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-3.865	15.10.24 - 05.11.24	Di 14:30 - 15:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray

Kursleitung: Kerstin Geller

Eltern-Kind-Aktion: Wir erstellen ein schönes buntes Buch mit unterschiedlichen Farbtechniken

Für Eltern mit ihren Kinder von 4-6 Jahre.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.871	09.10.24 - 30.10.24	Mi 14:30 - 16:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Tabaluga, Verbund-FZ Buddelkiste Euskirchenstraße 5, 45143 Essen-Altendorf

Kursleitung: Nadine Zweibäumer

Musikgruppe für Eltern mit ihrem Kind unter 3 Jahren

Freude an der Musik, Geborgenheit in der Eltern-Kind-Beziehung, vielseitige Anregungen durch die musikalische Interaktion und soziale Kontakte können Sie mit Ihrem Kind in dieser Gruppe erleben. Kinder lernen von ihren Vorbildern. Und was Eltern mögen, lernen auch die Kinder zu schätzen. Begeisterung und Freude für die Musik sowie gemeinsamer Spaß am Musizieren fördern eine gesunde Entwicklung und können eine wichtige Grundlage für die musische Förderung der Kinder sein.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-3.941	05.09.24 - 26.09.24	Do 15:15 - 16:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Wirbelwind, Familienzentrum Liebrechtstraße 4-6, 45277 Essen-Überruhr

Kursleitung: Marie-Cécile Balzer-Wehr

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-3.942	20.11.24 - 18.12.24	Mi 14:00 - 15:30 Uhr	0,00 €

Kursort: Städt. Kita und Familienzentrum Forschepoeterweg Forschepoeterweg 99, 45309 Essen-Schonnebeck

Kursleitung: Marie-Cécile Balzer-Wehr

Alltagslieder in der Kita mit den Kindern und Eltern erlernen

Begeisterung und Freude an Musik sowie gemeinsamer Spaß am Musizieren fördern eine gesunde Entwicklung und können eine wichtige Grundlage für die musische Förderung der Kinder sein. Es werden Bewegungslieder, alltägliche Kreislieder, Kreisspiele und Lieder passend zur Jahreszeit gesungen und mit der Gitarre begleitet.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-3.950	17.01.24 - 18.12.24	Mi 14:00 - 15:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Im Quartier
Gerhard-Stötzel-Straße 25, 45139 Essen
Kursleitung: Sarah Bach

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-3.955	21.08.24 - 11.09.24	Mi 14:15 - 15:45 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Im Quartier
Gerhard-Stötzel-Straße 25, 45139 Essen
Kursleitung: Sarah Bach

Gemeinsames Singen für Groß und Klein

"Erfahre Gesang als tragenden Klang"

Gemeinsames Singen für Eltern und Kinder unter 3 Jahren!

Wir singen keine bekannten, sondern Alcelsa®- Lieder und wir singen einfach nur mit Freude, d.h.Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die oft kurzen Texte werden vielfach gesungen und mit einfachen Erfahrungs- und Bewegungselementen für die Kinder kombiniert. Gerade diese vielfache Wiederholung hat eine besondere Wirkung und das kindliche Bedürfnis nach Wiederholung sowie Entdecken und Erleben werden in dieser Stunde Raum finden. Auch für die Eltern bietet das Singen in dieser Form eine kraftspendende Zeit.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-3.956	10.10.24 - 21.11.24	Do 14:00 - 15:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Fliewatüüt
Bernhardstr. 28, 45239 Essen-Fischlaken
Kursleitung: Swantje Eggen

Natur

Sich draußen an der frischen Luft und in der Natur aufzuhalten und zu bewegen, wirkt sich positiv auf Körper und Geist aus. Hier finden Sie Angebote für Eltern und Kinder, bei denen Sie gemeinsam die Natur erleben.

Kräuteröle & -tees selber herstellen

Im Winter macht man es sich gerne zuhause gemütlich. Eingehüllt in eine warme Decke auf der Couch, mit einem guten Buch und einer Tasse heißem Tees lassen sich eine Schlechtwetter-Phase oder der Winterblues aushalten. Das gemeinsame Kochen mit Freunden oder eine Massage fördern ebenfalls die Entspannung und das Wohlfühlen zuhause. Wir starten in den Abend mit einer Tasse heißem Kräutertee und lernen dabei verschiedene Kräuter und deren Wirksamkeit kennen. Gemeinsam werden wir dann eigene Kräutertees zusammenstellen sowie Kräuter- & Massageöle herstellen.

Alle Teilnehmenden erhalten zum Schluss des Workshops die "Kleine Kräuterkunde des VKJ-Erlebnisgartens" und eine Probe der hergestellten Produkte.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-4.150	12.12.24	Do 17:00 - 20:00 Uhr	10,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus MitEinander
Wittenbergstraße 10, 45131 Essen-Rüttenscheid

Kursleitung: Anke Große Banholt

Adventliche Dekorationen aus Naturmaterialien selber herstellen

Die Adventszeit naht in großen Schritten. Insbesondere in der dunklen Jahreszeit versuchen wir "Licht" ins Haus zu bringen. An diesem Abend werden aus Naturmaterialien Advents- und Weihnachtsdekorationen hergestellt und Stumpenkerzen gestaltet. Mit Anleitung und in gemütlicher Runde fällt das kreative Gestalten leicht und macht Spaß. Eigene Naturmaterialien, Stumpenkerzen, der Strohkranz vom vergangenen Jahr, Bindedraht, Schleifen und was sonst gefällt kann gerne mitgebracht werden.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-4.153	27.11.24	Mi 14:00 - 17:00 Uhr	10,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus MitEinander
Wittenbergstraße 10, 45131 Essen-Rüttenscheid

Kursleitung: Anke Große Banholt

(adventliche) Marmeladen und Gelees

Langsam wird es Zeit, an Weihnachten zu denken. Wie wäre es mit Marmeladen oder Gelees als Weihnachtsmitbringsel für Verwandte und Freunde? Folgende Marmeladen und Gelees stehen zur Auswahl:

- Orangen-Zimt-Marmelade
- Bratapfelmarmelade
- Beeren-Lebkuchen-Marmelade
- Glühweingelee
- Mandarinengelee mit Sternanis
- Kirsch-Marzipan-Aufstrich

Alle Teilnehmenden erhalten zum Schluss des Workshops ein Rezeptheft sowie eine Probe der hergestellten Produkte.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-4.154	21.11.24	Do 17:00 - 20:00 Uhr	10,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus MitEinander
Wittenbergstraße 10, 45131 Essen-Rüttenscheid

Kursleitung: Anke Große Banholt

Naturkosmetik selber gemacht

Die kalte Jahreszeit ist da. Im Winter wird die Haut sehr in Anspruch genommen und auch Erkältungssymptome müssen häufig behandelt werden. An diesem Abend werden die Teilnehmer_innen mehr über die Herstellung von Naturkosmetik erfahren und aus Kräutern, Ölen, Bienenwachs und teilweise ätherischen Ölen diese selber herstellen. Viele Produkte werden besonders im Winter von Nutzen sein. Dazu gehören u.a.: Lippenbalsam, Nasenbalsam, Badezusätze, feste Handcreme,...

Alle Teilnehmenden erhalten zum Schluss des Workshops ein Rezeptheft sowie eine Probe der hergestellten Produkte.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-4.155	09.10.24	Mi 17:00 - 20:00 Uhr	10,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus MitEinander
Wittenbergstraße 10, 45131 Essen-Rüttenscheid

Kursleitung: Anke Große Banholt

Energie, die alles möglich macht.

Auch wir bei Westenergie wissen nicht, wie die Welt morgen aussieht. Aber eins wissen wir mit Sicherheit: Wir sind für Sie da – heute, morgen und auch übermorgen. Wir konzentrieren uns auf das Positive und unterstützen Ihr Zuhause sowie die Region mit Engagement für eine vielversprechende Zukunft.

westenergie

westenergie.de

Eltern-Kind-Waldspielgruppe für Eltern mit Kindern (1-3 Jahre)

In der Eltern-Kind-Waldspielgruppe können Klein und Groß gemeinsam draußen forschen und ausprobieren: Wer hat an dem Zapfen geknabbert? Wie können wir gemeinsam eine Waldhütte bauen? Was machen Tiere im Winter?

Dabei lassen wir uns leiten von der Neugier der Kinder und begleiten sie bei der Erforschung der pflanzlichen und tierischen Waldbewohner. Es wird ausprobiert und experimentiert, geklettert und die eigene Kraft erprobt, innegehalten und beobachtet, gebaut und gebuddelt. Natürlich bleibt auch immer noch Zeit zum Freispiel und für den Austausch der Eltern untereinander. Tierische Bewegungsspiele, kreative Angebote und angeleitete Impulse zum Forschen runden das Programm ab und geben Anregung für zukünftige Familienausflüge.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-4.160	12.03.24 - 25.06.24	Di 09:15 - 10:45 Uhr	54,00 €
242-4.160	27.08.24 - 29.10.24	Di 09:00 - 10:30 Uhr	30,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Oase, Familienzentrum
Nöggerathstraße 41, 45144 Essen-Frohnhausen

Kursleitung: Judith Altenbockum

Eltern-Kind-Waldspielgruppe für Eltern mit Kindern (4-6 Jahre)

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-4.161	20.02.24 - 25.06.24	Di 15:30 - 17:45 Uhr	81,00 €
242-4.161	27.08.24 - 29.10.24	Di 15:30 - 17:45 Uhr	45,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Kleine Oase, Familienzentrum
Nöggerathstraße 41, 45144 Essen-Frohnhausen

Kursleitung: Judith Altenbockum

Weitere Angebote finden Sie tagesaktuell online

Die Naturentdecker sind los

Auf geht´s - gemeinsam gehen wir auf Entdecker-Tour! Mit viel Neugierde und Spaß, Spielen und einem kleinen Bastelangebot entdecken wir die heimische Natur und deren jahreszeitliche Besonderheiten.

Bitte warme, wetterfeste Kleidung (Regenjacke, Matschhose, Gummistiefel) und Verpflegung mitbringen.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-4.300	05.06.24	Mi 14:00 - 17:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Wirbelwind, Familienzentrum
Liebrechtstraße 4-6, 45277 Essen-Überruhr

Kursleitung: Judith Altenbockum

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-4.351	18.09.24	Mi 14:00 - 17:00 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Windvogel, Familienzentrum
Ramers Kamp 7, 45327 Essen-Stoppenberg

Kursleitung: Judith Altenbockum

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-4.353	20.09.24	Fr 14:00 - 17:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Pusteblume, Familienzentrum
Frühlingstraße 47, 45478 Mülheim a.d.Ruhr-Speldorf

Kursleitung: Anke Große Banholt

Kräuterwanderung für Familien

Am Wegesrand wachsen viele Wildkräuter, die meist nicht wahrgenommen werden. Gemeinsam werden wir achtsam durch die Natur wandern, Pflanzen entdecken und mit allen Sinnen wahrnehmen. Ziel ist es, mehr über Wildkräuter zu erfahren und diese auch kosten zu können. Das Angebot richtet sich insbesondere an Erwachsene, die Wildkräuter, deren Nutzen und Wirkung kennenlernen möchten.

Startpunkt ist die Monningstraße, direkt an der Haltestelle Mülheim-Monning.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-4.701	07.06.24	Fr 16:00 - 18:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Pusteblume, Familienzentrum
Frühlingstraße 47, 45478 Mülheim a.d.Ruhr-Speldorf

Kursleitung: Anke Große Banholt

VKJ-Erlebnisgarten

Wer kennt es nicht, das tolle Gefühl, wenn ein selbstgezogenes Pflänzchen erblüht, gehegt und gepflegt wird und irgendwann zur Tomate, Paprika oder Erdbeere heranreift und geerntet werden kann? Heute machen diese Erfahrung leider immer weniger Kinder, da sie kaum noch Berührungspunkte mit Nutzgärten haben. Auch der angemessene Umgang mit der Natur ist vielen Kindern mittlerweile fremd.

Deshalb haben wir das Projekt „VKJ-Erlebnisgarten“ als einen Schwerpunkt in unsere pädagogische Arbeit aufgenommen!
In all unseren VKJ-Kinderhäusern, Familienzentren und Jugendtreffs gibt es (Hoch-)Beete, Beerensträucher und Obstbäume im Außengelände – einen Erlebnisgarten, in dem die Kinder und Jugendlichen selbst pflanzen oder aussäen, sich um ihre Pflanzen kümmern müssen und zur Ernte stolz auf das eigene Obst und Gemüse sind. Die eigene Ernte wird direkt verkostet oder zu Naturprodukten weiterverarbeitet (Marmelade, Sirup, Tee, Suppen, …). Auch fließt in unsere Projektarbeit die Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) ein, wodurch unsere kleinen Erlebnisgärtner_innen u.a. Themen wie Umwelt- und Naturschutz, Kräuterkunde vor der Haustür, Mülltrennung, Energie und ausgewogene Ernährung erarbeiten.

Auch gärtnern wir generationenübergreifend an zwei Standorten in Essen. Unsere KiTa-Kinder besuchen regelmäßig ein Seniorenheim und erfahren über den Austausch mit den Bewohner_innen, welchen Wert ein Nutzgarten früher hatte, wie Gemüse zu leckeren Speisen verarbeitet werden kann, welche Hausmittel Schnecken vertreiben, …
Gemeinsame Aktionen wie z.B. Besuch eines Imkers, Adventsbasare oder Erntedankfeste runden das Programm in unserem „VKJ-MehrGenerationen-Garten“ ab.

Wir hoffen, Sie sind neugierig auf unser naturpädagogisches Projekt geworden!
Dann unterstützen Sie uns aktiv!
Haben Sie Spaß an der Gartenarbeit? Möchten Sie Kindern die Natur näherbringen?
Dann werden Sie ehrenamtliche_r Erlebnisgärtner_in an einem unserer Projektstandorte!
Sie können unser Projekt auch finanziell unterstützen. Wir freuen uns über jede Spende!
Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Unsere Projektleiterin Anke Große Banholt freut sich auf Ihre Rückmeldung:
Tel.: 0151 / 58 43 79 65 oder Mail: erlebnisgarten@vkj.de (Bürozeit: Di-Do).

Sprache

In unseren alltagsorientierten und lebensnahen Sprachkursen lernen Sie erste Deutschkenntnisse. Sie werden bestärkt Deutsch zu sprechen und im Alltag sicherer mit der deutschen Sprache umzugehen. In den VKJ-Kinderhäusern wird die Verständigung mit anderen Eltern, Kindern und den Mitarbeitenden leichter.

Online: Deutsch als Fremdsprache

In diesem Kurs können Sie ganz einfach online und überall Ihre Deutschkenntnisse verbessern, um sich zum Beispiel im Kinderhaus besser mit anderen Eltern, mit den Erzieher_innen und den Kindern verständigen zu können. Auch wer sich über Themen der Erziehung und über Haushaltsangelegenheiten austauschen will oder beim Einkaufen, bei Ämtergängen und im Alltag sicherer mit der deutschen Sprache umgehen möchte, ist richtig im Kurs "Deutsch als Fremdsprache".

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-6.600	08.01.24 - 05.07.24	Mo 09:00 - 09:45 Uhr	0,00 €
242-6.600	17.07.24 - 20.12.24	Mi 09:00 - 09:45 Uhr	0,00 €

Kursort: Online-Kursraum VKJ-Kinderhaus Kleine Oase
Nöggerathstr. 41, 45144 Essen-Frohnhausen
Kursleitung: Claudia Maurer

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-6.601	08.01.24 - 05.07.24	Mo 09:00 - 09:45 Uhr	0,00 €
242-6.601	05.08.24 - 20.12.24	Mo 09:00 - 09:45 Uhr	0,00 €

Kursort: Online-Kursraum VKJ-Kinderhaus Zauberstern
Kaisershofstr. 23 - 25, 45139 Essen-Südostviertel
Kursleitung: Mariela Rossi

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-6.602	08.01.24 - 01.07.24	Mo 10:00 - 11:30 Uhr	0,00 €
242-6.602	19.08.24 - 12.12.24	Mo 10:00 - 11:30 Uhr	0,00 €

Kursort: Online-Kursraum VKJ-Kinderhaus Tabaluga, Verbund-FZ Buddelkiste
Euskirchenstr. 5, 45143 Essen-Altendorf
Kursleitung: Katja Hamacher

Deutsch als Fremdsprache

In diesem Kurs können Sie Ihre Deutschkenntnisse verbessern, um sich zum Beispiel im Kinderhaus besser mit anderen Eltern, mit den Erzieher_innen und den Kindern verständigen zu können. Auch wer sich über Themen der Erziehung und über Haushaltsangelegenheiten austauschen will oder beim Einkaufen, bei Ämtergängen und im Alltag sicherer mit der deutschen Sprache umgehen möchte, ist richtig im Kurs "Deutsch als Fremdsprache".

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-6.605	08.01.24 - 17.06.24	Mo 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €
242-6.605	05.08.24 - 16.12.24	Mo 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Großstadtkrokodile, Familienzentrum
Hundebrinkstraße 35, 45326 Essen-Altenessen-Süd
Kursleitung: N.N.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-6.606	09.01.24 - 02.07.24	Di 09:00 - 11:15 Uhr	0,00 €
242-6.606	06.08.24 - 17.12.24	Di 09:00 - 11:15 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus SimSalaGrim, Familienzentrum
Grimbergstraße 30, 45307 Essen-Kray
Kursleitung: Emel Decker

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-6.607	25.01.24 - 27.06.24	Do 14:00 - 15:30 Uhr	0,00 €

Kursort: VKJ-Kinderhaus Sterntaler
Ruhrallee 75, 45138 Essen-Huttrop
Kursleitung: N.N.

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
242-6.608	05.08.24 - 18.12.24	Mo 09:00 - 15:30 Uhr	0,00 €
Kursort:	VKJ-Kinderhaus FrechDachse, Familienzentrum Dachsfeld 46, 45357 Essen-Dellwig		
Kursleitung:	Markus Fuhrmeister		

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-6.609	05.02.24 - 01.07.24	Mo 14:00 - 16:15 Uhr	0,00 €
242-6.609	08.08.24 - 19.12.24	Do 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €
Kursort:	VKJ-Kinderhaus Windvogel, Familienzentrum Ramers Kamp 7, 45327 Essen-Stoppenberg		
Kursleitung:	Markus Fuhrmeister		

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-6.610	08.01.24 - 24.06.24	Mo 09:00 - 11:15 Uhr	0,00 €
242-6.610	12.08.24 - 18.11.24	Mo 09:00 - 11:15 Uhr	0,00 €
Kursort:	VKJ-Kinderhaus Erlebniswelt, Familienzentrum Radhoffstr. 48, 45326 Essen-Altenessen-Süd		
Kursleitung:	Emel Decker		

Kurs	Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
241-6.611	09.01.24 - 02.07.24	Di 09:00 - 10:30 Uhr	0,00 €
Kursort:	VKJ-Kinderhaus Tabaluga, Verbund-FZ Buddelkiste Euskirchenstraße 5, 45143 Essen-Altendorf		
Kursleitung:	Katja Hamacher		

Mieten Sie unsere Räume für Workshops, Kurse und Tagungen ...

Unsere Seminar- und Veranstaltungsräume:

Die Familienbildungsstätte des VKJ verfügt über Räume in unterschiedlicher Größe, die nach Absprache für öffentliche und private Gruppen, Initiativen, Treffen, Workshops, Kurse, Tagungen sowie für Seminare mehr- und ganztägig oder auch nur stundenweise zur Verfügung gestellt werden können. Gerne realisieren wir eine individuelle Lösung für Ihre Veranstaltung. Sie können sich telefonisch sowie per E-Mail bei uns melden, um weitere Informationen zur Raumvermietung zu erhalten.

Kleiner Seminarraum, 3. OG, (ca. 27m²)
- für maximal 12 Personen (sitzend)
- Beamer
- Leinwand vorhanden
- PC Netzwerk mit Internetanschluss
- White Board
- Flipchart
- Stellwände
- Moderationskoffer

... private Feiern, Entspannungs- und Bewegungsangebote ...

Bewegungsraum, 4. OG, (ca. 53m²)
Bei Bedarf kann dieser Raum als weiterer Seminarraum mit entsprechenden Seminartischen und Bestuhlung genutzt werden.

- transportabler Beamer vorhanden
- White Board
- Flipchart
- Stellwände
- Moderationskoffer
- Decken und Matten

Spielmaterialien für Kinder von 0-6 Jahren im Nebenraum verfügbar.

... sowie Service für Ihre Veranstaltung

Für Ihr leibliches Wohl und das Ihrer Gäste stellen wir gerne warme und kalte Getränke sowie einen abwechslungsreichen Catering-Service bereit. Ihnen steht bei Bedarf eine Küche zur Selbstversorgung zur Verfügung.

Eine Einrichtung und Bestuhlung der Seminarräume nach Ihren Vorgaben ist eine Selbstverständlichkeit. Leistungsstarker Beamer, Overheadprojektor, Flipchart und Pinboard gehören zur Grundausstattung. Zusätzliche Technik stellen wir Ihnen nach Absprache gerne zur Verfügung. Unsere Räumlichkeiten sind auf Stunden- oder Tagesbasis – auch am Wochenende – buchbar.

Großer Seminarraum, 4. OG, (ca. 55m²)
- für maximal 22 Personen (sitzend)
- eine kleine Küche ist vorhanden
- Beamer fest im Raum vorhanden
- Leinwand
- 2 x PC Netzwerk mit Internetanschluss
- White Board
- Flipchart
- Stellwände
- Moderationskoffer

Sie erreichen uns ...

Montag bis Donnerstag von 8:30 bis 15:30 Uhr
Freitag von 8:30 bis 14:30 Uhr

Brunnenstraße 29
45128 Essen (Südviertel)
Telefon: 0201 / 8 46 35 77
Telefax: 0201 / 8 46 35 79
E-Mail: fbs@vkj.de

Weitere Informationen unter www.vkj.de

und hier finden Sie unsere Kurse tagesaktuell:

VKJ
Chancengleichheit für eine bessere Zukunft
Familienbildungsstätte

Allbau
Mein Zuhause in Essen
FAMILIE HAT MAN –
NACHBARN
SUCHT MAN SICH AUS!
WAS FÜR EIN SCHÖNES MIETEINANDER.