

DIE NEUEN ANGEBOTE

im Familienzentrum Auf Draht
von Januar bis Juli 2026



Familienzentrum Auf Draht



In unserem Familienzentrum finden Sie Angebote, mit denen wir Sie im besonderen Maße unterstützen möchten in den Bereichen:

- **Familienbildung**
- **Beratung und Unterstützung**
- **Vereinbarkeit von Familie und Beruf / Kindertagespflege**

Für alle Veranstaltungen ist (falls nicht anders angegeben) eine Anmeldung erforderlich. Auch Kindertagespflegepersonen sind herzlich eingeladen!



Spielgruppe „Sternschnuppen“ in der Sternenburg

Für Kinder ab 6 Monaten.

Bei den „Sternschnuppen“ treffen sich die Kleinsten ab 6 Monaten mit ihren Mamas, Papas, Omas, Opas oder Tagesmüttern... Gemeinsam erleben wir viele spannende Dinge in den Räumlichkeiten der Sternenburg. Im Vordergrund stehen erste Spiel- und Sinneserfahrungen in der



Kleingruppe. Auch der Erfahrungsaustausch bei Groß und Klein kommt nicht zu kurz.

Ein Angebot in Kooperation mit der AWO Familienbildung.

**Jeden Dienstag, ab 3. Februar
und ab 14. April, 14:30 bis 16 Uhr**
**Jeden Freitag, ab 6. Februar
und ab 17. April, 8:30 bis 10 Uhr**

Anmeldung

und Leitung: Andrea Meyer zur Capellen,
Tel. 0151-18750123

Ort: Städt. KTE Sternenburg

Teilnehmer: max. 8

Gebühr: 32 € (je 8 Einheiten ab Februar)

YIN YOGA – Entschlacken, Regenerieren, Entspannen

75 Minuten Yin Yoga in einer kleinen Gruppe. Yin Yoga ist eine sanfte Übungspraxis mit kraftvoller und entspannender Wirkung auf Körper, Geist und Seele.

Beim Yin Yoga werden die Faszien bis in die tiefen Körperschichten angesprochen und können regenerieren.

Das Schöne am Yin Yoga ist, dass es für alle Altersgruppen geeignet und ohne Vorkenntnis möglich ist. Durch den Einsatz von Kissen,



• • •

Decken, Blöcken, Bolstern etc. wird jede Position an die individuellen Bedürfnisse angepasst. Du bist neugierig geworden, möchtest aber erstmal nur schnuppern? – Kein Problem, du kannst die Stunden auch einzeln buchen.

Bitte bring warme Socken, 2 Decken, 2 Kissen, und Wasser/Tee mit, bequeme, nicht zu dünne Kleidung und, wenn vorhanden, Bolster und Yogablöcke.

Wenn du Fragen hast, melde dich gerne bei uns, wir sind für dich da.

Ein Angebot in Kooperation mit Britta Rahmer, Jutta Heinrich und der Ev. Kirche Ihmert.

Jeweils Mittwoch, 18 bis 19:15 Uhr

Block 1: 7. / 14. / 21. und 28. Januar

Block 2: 11. / 18. / 25. Februar und 4. März

Block 3: 25. März / 1. / 8. / 15. und 22. April

Block 4: 29. April / 6. / 13. und 20. Mai

Die Termine sind einzeln oder komplett buchbar.

Anmeldung

und Leitung: Britta Rahmer, 0157-57286106
Jutta Heinrich, 0157-36401050

Ort: Ev. Kirche Ihmert, Gemeinderaum,
Ihmerter Straße 218, Hemer

Teilnehmer: max. 8

Gebühr: 15 € pro Einzeltermin oder
Block 1, 2 und 4: jeweils 60 €
(4 Termine)
Block 3: 75 € (5 Termine)



Einladung zum Frauenabend

Liebe Mütter,
wir laden euch herzlich zu unserem gemütlichen Frauenabend am ein! Wir möchten mit euch kreativ werden, hier stehen Spaß und Geselligkeit im Vordergrund. Um ein buntes Buffet zu gestalten, bitten wir euch, euren selbstgemachten Lieblingssnack mitzubringen.

Wir freuen uns auf einen geselligen und kreativen Abend mit euch!

Freitag, 6. Februar, 19 Uhr

Ort:	Städt. KTE Sternenburg
Anmeldung:	Eva Jedrasik, Tel. 02372 / 551-774 oder per Mail an: sternenburg@hemer.de
Leitung:	Katrina Lo Presti, Vivien Müller
Teilnehmer:	max. 15
Gebühr:	keine



Nistkästen bauen

Für Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren mit ihrem (Groß-)Vater.

Gemeinsam mit euren Kindern baut ihr aus Holz Nistkästen für Vögel. Der Grundstock ist bereits vorgesägt, aber es bleibt noch genug zu werkeln. Es wird geschraubt, gesteckt und gestaltet – und natürlich darf am Ende jedes Kind seinen eigenen Nistkasten stolz mit nach Hause nehmen. Die Vögel in eurem Garten werden sich freuen! Genau das richtige Angebot für kleine und große Handwerker.

Wir freuen uns auf einen fröhlichen, kreativen Nachmittag mit euch!

Freitag, 16. Januar, 15 bis ca. 16:30 Uhr

Ort: Ev. KTE Bredenbruch
Leitung: Stefan Eßmajor
Anmeldung: Susanne Gimpel,
Tel. 02372 / 80834
Gebühr: 5 € pro Nistkasten

Medienkompetenz in der Kita – Chancen und Herausforderungen im digitalen Alltag

Online-Angebot.

Medien sind überall – aber wie viel ist zu viel? Und was ist eigentlich „guter“ Medienkonsum für Kinder? Smartphones, Tablets & Co. gehören längst zum Familienalltag – auch für unsere Kleinsten. Doch wie gelingt ein kindgerechter und gesunder Umgang mit Medien?

An diesem Abend erfahren Sie:

- wie Kinder Medien erleben und was sie dabei brauchen,
- wie Sie Ihr Kind zu einem bewussten Umgang mit digitalen Medien begleiten können,
- was die Kita in Sachen Medienbildung leistet.

Nehmen Sie Impulse mit, kommen Sie ins Gespräch – und bringen Sie gerne Ihre Fragen mit! Auch Kindertagespflegepersonen sind herzlich eingeladen.

Ein Angebot in Kooperation mit dem zfb - Zweckverband für psychologische Beratungen und Hilfen.

Dienstag, 20. Januar, 20 bis 22 Uhr

Ort: online
Anmeldung: Städt. KTE Sternenburg,
Eva Jedrasik, Tel. 02372 / 551-774
oder per Mail an:
sternenburg@hemer.de
Leitung: Luisa Teixeira (zfb)
Gebühr: keine

Entdecken und Forschen – „Kleine Baumeister“

Für Kinder ab 4 Jahren mit Eltern / Großeltern.
An diesem spannenden Nachmittag experimentieren wir mit unserem Gleichgewicht und bauen Türme und Brücken.



Freitag, 23. Januar, 14 bis ca. 15:30 Uhr

Ort: Ev. KTE Bredenbruch
Leitung: Ivonne Henz
Anmeldung: Susanne Gimpel,
Tel. 02372 / 80834
Gebühr: keine

Helferzwergen

Ein Angebot für Kinder im letzten Kindergartenjahr. Kinder haben ein hohes Unfallrisiko und sind häufig mit Verletzungen konfrontiert. Auch die Kleinsten können schon Leben retten, wie zum Beispiel den Notruf absetzen.

Kinder handeln instinkтив und helfen gerne anderen Menschen. Je früher die Kinder mit den Themen Helfen, Trösten, Retten und Unterstützen in Kontakt treten, desto routinierter sind diese bei einem Notfall. Genau für diese Situationen wollen wir Kinder vorbereiten.

Donnerstag, 12. Februar,
9:30 bis 10:45 Uhr

Ort: Ev. KTE Bredenbruch
Leitung: Felix Neuendorf
Anmeldung: Susanne Gimpel,
Tel. 02372 / 80834
Gebühr: keine

Die Bredenbrucher Wandernadel

Für alle wanderfreudigen Kinder / (Groß-)Eltern / Tanten / Onkel / Nachbarn...

Wir möchten unsere Bredenbrucher Wandernadel gerne erneut starten. Vor ein paar Jahren haben sich bereits viele große und kleine Wanderer rund um Bredenbruch auf den Weg gemacht, um gemeinsam die Bredenbrucher Wandernadel zu erwandern.

Nun möchten wir diese liebgewordene Tradition gerne wieder neu aufleben lassen. Wer hat Lust, sich mit uns auf den Weg zu machen? Denn es macht wirklich Spaß, in der Gemeinschaft mit anderen Gleichgesinnten und in einer bunten Truppe von Groß und Klein und Jung und Alt unterwegs zu sein.

Und da wir in einer traumhaften natürlichen Umgebung leben, möchten wir diese mit euch gemeinsam „unter die Füße nehmen“. Was bei

keiner Wanderung fehlen darf, ist natürlich das selbst eingepackte Picknick für die verdiente Pause. Geplant sind im Frühjahr 2026 erstmal drei kindgerechte Wanderungen von jeweils ca. 1,5 Stunden, die sich alle rund um Bredenbruch / Ihmert bewegen. Weitere Termine können gegebenenfalls folgen, damit auch wirklich alle die Chance haben, drei Stempel zu sammeln. Es ist also kein Problem, wenn ihr nicht an jedem dieser hier angegebenen Termine mitwandern könnt.

Damit auch ein kleiner Anreiz gegeben ist, wird es einen „Wanderpass“ geben, auf dem man bei jeder erfolgreichen Wanderung einen Stempel sammeln kann. Wenn drei Stempel fleißig erwandert wurden, wird zum Abschluss die „Bredenbrucher Wandernadel“ verliehen.

Die jeweiligen Treffpunkte und Strecken werden zeitnah vor den Terminen bekannt gegeben. Bei Fragen sprecht uns gerne an. Wir freuen uns auf die Wanderungen mit euch.

Also: Auf, auf zum fröhlichen Wandern!

**Freitag, 20. Februar, 6. März und
17. April, 14 bis ca. 16 Uhr**

Treffpunkt: Ev. KTE Bredenbruch, Ihmerter
Str. 102 (oder nach Absprache)

Leitung: Martina Finkeldei

Anmeldung: Susanne Gimpel,
Tel. 02372 / 80834

Gebühr: die Wanderungen sind kostenfrei,
2 € pro erwanderte Wandernadel



Wohlfühltag für Mütter & Kinder

Gönnt euch eine gemeinsame Auszeit! Ein besonderer Nachmittag voller Entspannung und gemeinsamer Zeit wartet auf euch. Unser Wohlfühltag für Mütter und Kinder bietet euch eine entspannte Atmosphäre, um dem Alltag zu entfliehen und Kraft zu tanken.

Das erwartet euch:

- Herstellung eines duftenden Handpeelings
- Massagestation
- ruhige Wellnessmusik
- Getränke und leckere Snacks

Ob groß oder klein – an diesem Tag steht das Wohlbefinden im Mittelpunkt. Kommt vorbei und lasst euch verwöhnen!

Montag, 9. März, 14 bis ca. 15:30 Uhr

Ort: Ev. KTE Bredenbruch

Leitung: Isabel Fries

Anmeldung: Susanne Gimpel,
Tel. 02372 / 80834

Gebühr: keine



Frühlingskränze gestalten

Mutter-Kind-Angebot.

Gemeinsam mit unseren Kindern binden wir unsere eigenen Türkränze, die wir dann je nach Geschmack, u.a. mit Naturmaterialien, gestalten. Aus organisatorischen Gründen können Geschwisterkinder nicht an dem Angebot teilnehmen. Dieses Angebot ist für einen Erwachsenen und ein Kind ausgelegt. Wir bitten um Verständnis.

Mittwoch, 18. März, 14 bis 16 Uhr

Ort: Städt. KTE Sternenburg

Anmeldung: Eva Jedorasik,
Tel. 02372 / 551-774 oder
per Mail an:
sternenburg@hemer.de

Leitung: Wiebke Schween

Teilnehmer: max. 8 Mütter mit Kind

Gebühr: keine

Osterfrühstück für Großeltern

Großeltern-Enkelkind-Aktion

Den Tag mit einem leckeren Frühstück beginnend, können die Enkel mit ihren Omis und Opis einen gemütlichen Vormittag im Kindergarten verbringen. Anschließend möchten wir mit Ihnen „etwas“ kreativ werden und den Vormittag singend ausklingen lassen.

Samstag, 21. März, 9 bis 11 Uhr

Ort: Städt. KTE Sternenburg

Anmeldung: Eva Jedorasik,
Tel. 02372 / 551-774 oder per
Mail an: sternenburg@hemer.de

Leitung: Leonie Röttgers, Natalie Münzer,
Lea Schneck

Teilnehmer: 15 Erwachsene plus Kinder

Gebühr: keine

Musizieren im Wald – Auf Schatzsuche mit allen Sinnen

Für Kinder von 3 bis 6 Jahren mit einer Begleitperson.

Am Nachmittag lassen wir den Wald erklingen – Sie basteln fantasievolle Instrumente aus Naturmaterialien und probieren diese anschließend beim gemeinsamen Musizieren aus.

Dienstag, 5. Mai, 14:30 bis 16 Uhr



Treffpunkt: Waldgruppe der Städt. KTE Sternenburg, Winkelstr. 21 a, Hemer

Anmeldung: Städt. KTE Sternenburg,
Eva Jedrasik,
Tel. 02372 / 551-774 oder per Mail an:
sternenburg@hemer.de

Teilnehmer: max. 8 Kinder mit einem Erwachsenen

Leitung: Anna Schmalohr

Gebühr: keine

Tel. 02372 / 551-774 oder per Mail an: sternenburg@hemer.de

Leitung: Wiebke Schween
Gebühr: keine

Väterfrühstück und Muttertaggeschenke

Vater-Kind-Aktion.

Eine Überraschung für Mama zum Muttertag. Hier können Papa und Kind in gemütlicher Runde das kleine Präsent für die beste Mama der Welt kreieren. Und mehr wird nicht verraten – schließlich ist es eine Überraschung!

Dieses Angebot ist für einen Erwachsenen und ein Kind ausgelegt. Es dürfen aber gerne Opa oder Patenonkel bei Geschwisterkindern unterstützen.

Samstag, 9. Mai, 9 bis 11 Uhr

Ort: Städt. KTE Sternenburg
Anmeldung: Eva Jedrasik,

Die Dinos sind los

Für Kinder von 3 bis 6 Jahren mit einer Begleitperson.

Mitten im Ihmerter Wald wurde eine archäologische Ausgrabungsstätte entdeckt. Finde die Dinosaurier-Spuren und entdecke die Pflanzen der Urzeit. Gemeinsam mit Mama, Papa, Oma oder Opa reisen wir in die Vergangenheit und lösen das Dinosaurier Rätsel. Bitte bringen Sie ein Sitzkissen, Pinsel, ggfs. eine kleine Sandschaufel und ein Getränk mit.

Freitag, 29. Mai, 15 bis 17 Uhr

Treffpunkt: Waldgruppe der Städt. KTE Sternenburg, Winkelstr. 21 a, Hemer

Anmeldung: Städt. KTE Sternenburg,
Eva Jedrasik,
Tel. 02372 / 551-774 oder per Mail an: sternenburg@hemer.de

Teilnehmer: max. 10 Kinder mit einer Begleitperson

Leitung: Sarah Lustinetz (Naturpädagogin)

Gebühr: keine



Einführung in die Naturkosmetik – ein Angebot für Mütter

Gemeinsam sinken wir in die Welt der Naturkosmetik ein, Duschgel und Badesalz werden in angenehmer Runde selber hergestellt. Bitte Flaschen und Cremetiegel sammeln! Eine Kinderbetreuung wird angeboten, bitte bei der Anmeldung angeben.

Mittwoch, 10. Juni, 14 bis 16 Uhr

Ort: Städt. KTE Sternenburg

Anmeldung: Eva Jendrasik,

Tel. 02372 / 551-774 oder per
Mail an: sternenburg@hemer.de

Leitung: Wiebke Schween

Teilnehmer: max. 8 Mütter

Gebühr: keine

Vater-Kind-Zelten

Für Kinder von 3 bis 6 Jahren mit Begleitperson.

Liebe Väter,

alle Kinder sind eingeladen, ihre Zelte und Väter einzupacken und gemeinsam am „Fuchsbau“ zu übernachten. Wir möchten am Lagerfeuer sitzen, eine Wurst grillen, Stockbrot backen und eine Nachtwanderung machen.

Wer Lust hat, das Abenteuer mit zu planen, ist herzlich eingeladen und darf dies bei der Anmeldung dazuschreiben. Das Vortreffen findet am Donnerstag, den 25. Juni um 18 Uhr im Fuchsbau, Winkelstr. 21 a statt.

**Freitag, 3. Juli, 17 Uhr bis Samstag,
4. Juli, 11 Uhr**

Treffpunkt: Waldgruppe der Städt. KTE
Sternenburg,
Winkelstr. 21 a, Hemer

Anmeldung: Eva Jendrasik,
Tel. 02372 / 551-774 oder per
Mail an: sternenburg@hemer.de

Teilnehmer: 15 Erwachsene plus Kinder

Leitung: Katrina Lo Presti

Gebühr: keine





Mutter-Kind-Zelten

Für Kinder von 3 bis 6 Jahren mit Begleitperson.

Liebe Mütter,
jetzt sind die Muttis dran. An diesem Wochenende sind die Kinder eingeladen, ihre Zelte und Mütter einzupacken und gemeinsam am „Fuchsbau“ ihr Zelt aufzuschlagen. Auch hier möchten wir am Lagerfeuer sitzen, eine Wurst grillen, Stockbrot backen und eine Nachtwanderung machen.

Wer Lust hat, das Abenteuer mit zu planen, ist herzlich eingeladen und darf dies bei der Anmeldung dazuschreiben. Das Vortreffen findet am Donnerstag, den 3. September um 18 Uhr im Fuchsbau, Winkelstr.21 a statt.

• • •

Freitag, 11. September, 17 Uhr bis Samstag, 12. September, 11 Uhr

Treffpunkt: Waldgruppe der Städt. KTE Sternenburg,
Winkelstr. 21 a, Hemer
Anmeldung: Eva Jedrasik,
Tel. 02372 / 551-774 oder per
Mail an: sternenburg@hemer.de
Teilnehmer: 15 Erwachsene plus Kinder
Leitung: Ronja Faros
Gebühr: keine



Beratung und Unterstützung

Unsere Fachkräfte in unserem Familienzentrum haben Zusatzqualifikationen in den Bereichen Elternbegleitung, Inklusion und interkulturelle Bildung. Wir beraten oder begleiten Sie bei Gesprächen außerhalb unserer Einrichtungen.

• • •

Familien- und Erziehungsberatung in Kooperation mit dem zfb

Familienberatung hilft bei Herausforderungen in der Erziehung. Häufig kommen Menschen in die Beratung bei: Erziehungsfragen, Entwicklungsauffälligkeiten, Familienkrisen oder Fragen zur Mediennutzung ihrer Kinder. Ihnen wird individuell, vertraulich und kostenlos von Fachleuten geholfen.

In Kooperation mit der Psychologischen Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche im zfb bietet unser Familienzentrum regelmäßig eine offene Beratungsmöglichkeit in beiden Einrichtungen an.

Beratung durch den zfb

Jeden letzten Freitag im Monat, 8 bis 10 Uhr

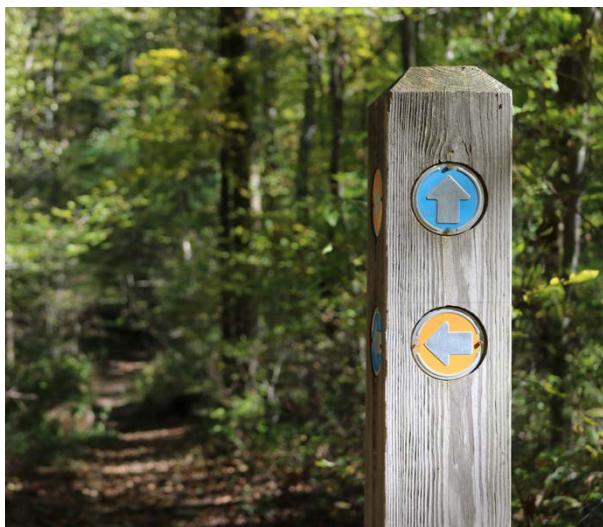
Ort: Städt. KTE Sternenburg

Anmeldung: Eva Jedrasik, Tel. 02372 / 551-774
oder per Mail an
e.jedrasik@hemer.de



Vereinbarkeit von Familie und Beruf

Als Familienzentrum stehen wir Ihnen zur Seite, damit das Zusammenspiel von Familie und Beruf gelingt. Sollten Sie Betreuungsbedarf haben, der über unsere Öffnungszeiten hinausgeht, suchen wir gemeinsam nach einer Lösung. Sprechen Sie uns gerne an.



Information zur Kindertagespflege

Die Information zur Kindertagespflege erhalten Sie über die direkte Telefonberatung der Fachkräfte der Kindertagespflege unter 02372 / 551-282.

Ferner stehen Ihnen in unserem Familienzentrum folgende Ansprechpartnerinnen zur Verfügung:

Städt. KTE Sternenburg:

Vivien Müller und Birke Veltum

Ev. KTE Bredenbruch:

Susanne Gimpel

**Sie haben die Möglichkeit, die Städt.
KTE Sternenburg auf einem virtuellen
Rundgang kennenzulernen:**

www.hemer.de/sternenburg

Weitere Angebote in der Städt. KTE Sternenburg

Musikschule und Kita

Alle Kinder sollen die Möglichkeit zur musikalischen Früherziehung in Zusammenarbeit mit der Musikschule erhalten, um die breite Vielfalt der musikalischen Bildung zu erleben und kennen zu lernen. Die Finanzierung erfolgt aus den Fördergeldern für die Arbeit als Familienzentrum.

Das Konzept **MUSIKSCHULE UND KITA** ermöglicht die Integration der musikalischen Bildung in den Alltag der Kindertageseinrichtung, die aktive Einbeziehung aller Kinder und ihrer Familien.

Auf einen Blick: MUSIKSCHULE UND KITA

- erreicht alle Kinder einer Kita.
- integriert die musikalischen Aktivitäten in den Alltag der Kita.
- verbindet die musikalische Bildung mit anderen Bildungsbereichen, wie Sprache, Bewegung und interkulturelle Bildung.

Fachkraft der Musikschule:
Stefanie Kühlmann-Kick

Sonstige Ansprechpartner

Babysittervermittlung und Eltern-start

AWO Familienbildung

Feldstraße 42

58675 Hemer

Telefon: 02372 / 501885

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

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



Das Familienzentrum steht Ihnen vertrauensvoll bei Ihrer verantwortungsvollen Erziehungsarbeit zur Seite.

Sie finden bei uns:

- ✓ Unterstützung in Erziehungsfragen
- ✓ Individuelle Familien- und Erziehungsberatung
- ✓ Familienbegleitung in schwierigen Lebenssituationen
- ✓ Familienbildung
- ✓ Unterstützung und Information zur Vermittlung und Nutzung der Kindertagespflege
- ✓ Unterstützung bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- ✓ Vielfältige Angebote im Hinblick auf Prävention und Förderung

Städt. KTE Sternenburg

Sternstraße 10

58675 Hemer

Tel. 02372 / 551-774

E-Mail: sternenburg@hemer.de



Ev. KTE Bredenbruch

Ihmerter Straße 102

58675 Hemer

Tel. 02372 / 80834

E-Mail: ev.kita.bredenbruch@tvb-is.de



Bildquellen: Adobe Stock, Pixabay, Freepik

www.familienzentren-hemer.de