



# PLANETZUKUNFT

FAMILIENZENTRUM  
DER STADT BÜDINGEN

Programm  
2. Halbjahr 2020

## Impressum

Familienzentrum

Planet Zukunft

der Stadt Büdingen

Gymnasiumstraße 28

63654 Büdingen

Telefon 06042/9534101

[pz@familienstadt-buedingen.de](mailto:pz@familienstadt-buedingen.de)

[www.familienstadt-buedingen.de](http://www.familienstadt-buedingen.de)



**BÜDINGEN**

- hier *lebt* Geschichte -

## Liebe Büdingerinnen und liebe Büdinger,

es geht wieder weiter im Familienzentrum Planet Zukunft der Stadt Büdingen und darüber freuen wir uns sehr. Die Corona-Pandemie zwang uns zunächst, alle Angebote ab Mitte März im Familienzentrum Planet Zukunft abzusagen. Diese sind nun mit geeigneten Hygienekonzepten verbunden, zum Teil inhaltlich überarbeitet und an die besondere Situation angepasst. So gelingt es, ein Programmheft für das zweite Halbjahr 2020 vorzustellen. Bewährtes bleibt in angepasster Form bestehen und neue Ideen entstanden.

Bei der Durchführung aller Angebote steht die Gesundheit der Besucher\*innen, aber auch die Gesundheit der Beschäftigten, Mieter\*innen und Kooperationspartner\*innen an erster Stelle. Das bedeutet, dass wir eher zurückhaltend bei der Größe der Teilnehmer\*innenzahl sind. Wir stimmen die Angebote zeitlich gut aufeinander ab und Veranstaltungen können nur mit Voranmeldung besucht werden. Der PC-Treff trifft sich bis auf weiteres online. Vor Ort wird zudem auf die geltenden Hygieneregeln hingewiesen, die wir bitten, einzuhalten.

Da die aktuelle Situation dynamisch bleibt, werden wir Sie kurz vor einer Veranstaltung informieren, wenn besondere Vorkehrungen nötig sind. Haben Sie bitte Verständnis, wenn wir Ihnen keinen Platz mehr anbieten können, weil die erlaubte Gruppengröße schon erreicht ist. **Die Veröffentlichung des Programmheftes ist ebenfalls unter Vorbehalt der dann geltenden Corona-Verordnungen, auch hier bitten wir um Ihr Verständnis.**

Falls Sie Fragen haben, können Sie sich gerne an die Mitarbeiter\*innen im Familienzentrum wenden.

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen mit Ihnen im Familienzentrum, doch vor allem wünschen wir Ihnen, dass Sie gesund und munter bleiben.

Es grüßt Sie herzlichst



Erich Spamer  
Bürgermeister



Henrike Strauch  
Erste Stadträtin



## Vorträge/Workshops

Die Krise als Chance (Online) .....	4
„Auf die ersten Jahre kommt es an“ – Elternforum (Online) .....	5
Ist das schon Demenz? .....	6
Von der Schwangerschaft bis zum Wiedereinstieg in das Berufsleben ....	7
Digital Natives – Unsere Kinder und die Medien .....	8
Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung .....	9
Ernährung im ersten Lebensjahr .....	10
„Wege aus der Brüllfalle“ – Filmvorführung mit Austausch .....	11

## Kurse

Qi Gong für Anfänger*innen und Fortgeschrittene .....	12
Starker Rücken .....	13
Bewegung im Alltag .....	14
„Entspannt ins Wochenende“ – Progressive Muskelentspannung .....	15
Kinder-Sicherheits-Training (1. – 6. Klasse) .....	16

## Treffs

„Zwergentreff“ – Eltern-Kind-Gruppe .....	18
Drop In(klusive) – Eltern-Kind-Frühstück .....	19
Sprachcafé für Frauen .....	20
Alleinerziehenden-Treff .....	21
PC-Treff für Senioren (Online) .....	22
Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz .....	23

## Beratung

Allgemeine Beratung & Information .....	24
Mobile Sprechstunde der Erziehungsberatungsstelle Wetteraukreis .....	25
Beratung für Alleinerziehende .....	26
Willkommenstasche für Neugeborene .....	27

## Kinderbetreuung

Teilzeit-Schulkind-Betreuung .....	28
Spielplatzbesuche des Spielmobils .....	29
Ferienspiele .....	29
Adventsbasteln .....	30

Das Familienzentrum Planet Zukunft der Stadt Büdingen .....	31
Spendenkonto .....	32

### „Die Würde des Menschen ist unantastbar“

– Ausstellung von Bildern und Stühlen aus einem Kunst-Projekt mit geflüchteten Frauen .....	17
--	----

*Bei manchen Veranstaltungen kann eine Kinderbetreuung unter vorheriger Anmeldung im Planet Zukunft in Anspruch genommen werden. Soweit nicht anders angegeben, finden die Veranstaltungen in unseren Räumlichkeiten statt.*

Aktuellste Informationen finden Sie unter:  
[www.familienstadt-buedingen.de](http://www.familienstadt-buedingen.de)

## „Die Krise als Chance nutzen“ – Existenzsichernde Perspektiven für Berufsrückkehrende

**Online-Veranstaltung**

**Mittwoch, 23.09.2020 10:00–12:00 Uhr**

Die Vereinbarung von Familienpflichten und Beruf verursacht viele Herausforderungen. Die Kinder müssen betreut und manchmal sogar unterrichtet werden, die Familie will versorgt sein, Pflege muss neu organisiert werden. Für viele Menschen, insbesondere Frauen, besteht der Alltag aus einem permanenten Jonglieren von Arbeit, Heimarbeit und Fürsorgearbeit. In Krisenzeiten bricht ein Minijob als erstes weg. Der Minijob ist unsicher – er bietet weder in Krisenzeiten, noch langfristig Existenzsicherung oder berufliche Perspektiven.

Erste Schritte werden aus der Armutsfalle werden vorgestellt. Das Seminar findet online statt. Sie benötigen einen PC oder Laptop mit WebCam und Headset (in Ausnahmen genügen ein eingebautes Mikrofon und Lautsprecher). Es wäre schön, wenn Sie sich etwas Papier und (bunte) Stifte bereit legen könnten. Weiter benötigen Sie für den Login auf der **vhs.cloud** eine E-Mailadresse. Nach der Anmeldung erhalten Sie alle weiteren Informationen.

**Leitung:** **Christine Schramm-Spehrer**, Beauftragte für  
Chancengleichheit am Arbeitsmarkt, Berufs-  
beraterin, Digitalisierungsexpertin  
**Anja Janetzky**, Programmbereichsleiterin  
Arbeit-Beruf-Technik, VHS Landkreis Gießen

**Infos &**

**Anmeldung:** [www.vhs-kreis-giessen.de](http://www.vhs-kreis-giessen.de)  
Suche unter: Die Krise als Chance

## „Auf die ersten Jahre kommt es an!“ Elternforum für Information und Austausch

**Termine:** Freitag, 02.10.2020, 13:00–14:00 Uhr | Dienstag, 27.10.2020; 17:00–18:00 Uhr | Dienstag, 17.11.2020; 11:00–12:00 Uhr | Donnerstag, 10.12.2020; 14:00–15:00 Uhr

Bewegung ist der Motor von Entwicklung. Dies ist zwar in allen Lebensjahren gleichermaßen der Fall, in keiner Lebensphase wird diese Erkenntnis jedoch so augenscheinlich wie in der Kindheit. Kinder erfahren sich und ihre Umwelt erst durch Bewegung. Sie fördert die Persönlichkeitsentwicklung und ist für die körperliche, geistige und emotionale Entwicklung unersetzlich. Ausschlaggebend für ein bewegtes Aufwachsen von Kindern ist das familiäre Umfeld.

Die **Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e.V. (BAG)** versteht sich als Förderer und Begleiter eines bewegten Familienlebens. Mit diesem Online-Seminar möchten wir Eltern und Erziehungsberechtigte über die Wichtigkeit kindgerechter Bewegungsangebote informieren und aufzeigen, welche positiven Effekte differenzierte Bewegungserfahrungen auf die psychosoziale und körperliche Entwicklung von Kindern haben können. Das Elternforum besteht aus einem Online-Vortrag und ein Austausch über Möglichkeiten zur Gestaltung eines bewegten Lebensstils und über Ideen besonders kindgerechter Spiel- und Bewegungsanlässe möglich ist.

**Hinweise:** Der Vortrag findet über das Online-Meeting-Tool „Zoom“ statt. Den Zugangslink sowie eine technische Kurz-Information erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung.

**Leitung:** Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e.V.

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung:** Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e.V., Telefon 06127-9999270, nyhuis@haltungbewegung.de, www.haltungbewegung.de



## Ist das schon Demenz?

**Montag, 19.10.2020, 19:00-20:30 Uhr**

„Ich kann mir keinen Namen merken.“

„Wie hieß noch der Film, den ich letzte Woche gesehen habe?“

„Was hat mein Mann / meine Frau eben zu mir gesagt?“

Wenn sich solche und ähnliche Situationen im Alltag immer mehr häufen, deuten dies Menschen im schlimmsten Fall als Zeichen für eine Demenz- oder Alzheimererkrankung und sind beunruhigt.

Obwohl derzeit mehr als 1 Million Menschen in Deutschland an einer Demenzerkrankung leiden, bedeutet jedoch nicht jedes Vergessen gleich den Beginn einer solchen Erkrankung.

Das Diakonische Werk Wetterau informiert deshalb pflegende Angehörige, Betroffene und Interessierte über das Thema Demenz im Familienzentrum Planet Zukunft der Stadt Büdingen.

Welches Verhalten deutet auf eine Demenzerkrankung hin? Wie verläuft eine solche Erkrankung? Wie können Betroffene und Angehörige damit umgehen und wo können sie Hilfe und Unterstützung bekommen? Diese Fragen werden von Karin Stöcker, Bereichsleitung Altenhilfe im Diakonischen Werk Wetterau, geklärt. Im Anschluss an die Veranstaltung steht sie individuellen Fragen zur Verfügung.

**Leitung:** Karin Stöcker, Bereichsleitung Altenhilfe  
im Diakonischen Werk Wetterau

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung:** Planet Zukunft, 06042/9534101  
pz@familienstadt-buedingen.de

In Zusammenarbeit mit:

**Diakonie**   
Diakonisches Werk  
Wetterau

## Von der Schwangerschaft bis zum (Wieder-) Einstieg in das Berufsleben. Für Mütter, Väter und Berufsrückkehrende im ALG II Bezug

Mittwoch, 10:00-12:00 Uhr

Da aufgrund von Corona alle Infoveranstaltungen bis 2021 abgesagt sind, steht Ihnen Frau Swaantje Mika gerne telefonisch, per E-Mail oder nach Terminvereinbarung für ein persönliches Gespräch zur Verfügung.

Schwangere und Eltern von Kindern unter 3 Jahren haben im SGB II besondere Rechte und Pflichten. Hierin finden sich aber auch Ihre Chancen zur Vorbereitung auf den beruflichen Wiedereinstieg und zum Voranbringen der persönlichen Weiterentwicklung. Als Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (kurz: BCA) informiert Swaantje Mika in regelmäßigen Abständen über die Unterstützungsmöglichkeiten durch das Jobcenter. Themenschwerpunkt ist das Prinzip des „Fördern und Fordern“ im SGB II.

**Leitung:** Swaantje Mika, Teamleiterin Arbeitgeber-Service & Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

**Kosten:** kostenfrei

**Kontakt:** Jobcenter Wetterau, Telefon: 06031/6849-113  
E-Mail: Swaantje-Maren.Mika@jobcenter-ge.de  
oder Jobcenter-Wetterau.BCA@jobcenter-ge.de

## Digital Natives – Unsere Kinder und die Medien

Montag, 26.10.2020, 19:30-21:00 Uhr

Tablet, Smartphone und Co. Wir umgeben uns und unsere Kinder täglich mit den „neuen“ Medien, die schon längst keine Neuen mehr sind.

Für uns ist die regelmäßige Nutzung ok, oder? Aber ist es das auch für unsere Kinder? Was passiert mit der Entwicklung meines Kindes, wenn es sich uneingeschränkt oder nur zeitweise mit dem Handy und dem Tablet beschäftigt? Ist es ungefährlich oder sogar vielleicht schädlich? Und was passiert mit meinem Kind, wenn ich selbst ganz vertieft in mein Smartphone bin?

Guido Glück klärt an diesem Abend die Wirkung der Mediennutzung in Bezug auf die Entwicklung der Kinder. Gemeinsam wird eine kindgerechte Medienerziehung besprochen und Ideen zur Förderung der Medienkompetenz entwickelt.

**Leitung:** Guido Glück, Diplompädagoge  
und Erlebnispädagoge,  
Fachstelle Suchtprävention Wetteraukreis

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung:** Planet Zukunft, 06042/9534101  
[pz@familienstadt-buedingen.de](mailto:pz@familienstadt-buedingen.de)

## Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung – Möglichkeiten der Vorsorge

Donnerstag, 29.10.2020, 19:00–21:00 Uhr

Rita Hüser vom Betreuungsverein des Caritasverbands Gießen e.V. informiert an diesem Abend über Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung – Möglichkeiten der Vorsorge. Alle Altersgruppen sind herzlich eingeladen.

**Leitung:** Rita Hüser, Betreuungsverein  
des Caritasverbands Gießen e.V.

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung:** Planet Zukunft, 06042/9534101  
pz@familienstadt-buedingen.de

In Zusammenarbeit mit: Betreuungsverein  
des Caritasverbands Gießen e.V.



## Ernährung im ersten Lebensjahr

**Dienstag, 03.11.2020, 19:30–21:30 Uhr**

Vom Stillen, über die Flaschennahrung und die B(r)eikost bis hin zum Familienessen.

Gemeinsam mit Ihnen möchten wir über die wichtigen Abschnitte der Ernährung im 1. Lebensjahr sprechen: Stillen, Flaschennahrung, wann beginne ich mein Kind zuzufüttern, was bekommt mein Kind und welche Mahlzeit verändere ich als erstes. Worauf muss ich achten bei der Umstellung. Dabei schauen wir auch auf unterschiedliche Ernährungsforen, z.B vegetarisch, vegan und geben Hinweise für klimafreundliche Ernährung. Wir laden Sie ein, sich aktiv einzubringen, zu beteiligen und mit allen Teilnehmer\*innen in Erfahrungsaustausch zu kommen. Werden Sie in unserer Küche aktiv und probieren Sie, wie einfach ein schmackhaftes Essen für Ihr Kind entstehen kann.

**Leitung:** Yvette Hirl, Erzieherin  
seit 25 Jahren zertifizierte Ernährungsberaterin  
der Deutschen Sportakademie Köln

**Kosten:** 10 Euro

**Anmeldung:** Planet Zukunft, 06042/9534101  
pz@familienstadt-buedingen.de

## „Wege aus der Brüllfalle“ – Wenn Eltern sich durchsetzen müssen – Filmvorführung mit Austausch

Montag, 18.11.2020, 19:30-21:30 Uhr

„Wege aus der Brüllfalle“ handelt von den Schwierigkeiten, die Eltern immer dann bekommen, wenn sie sich gegenüber ihren Kindern durchsetzen wollen bzw. müssen. In solchen Situationen verlieren Eltern schnell die Geduld, sie werden lauter, wütend, ungehalten.

„Wege aus der Brüllfalle“ vermittelt in einfachen, nachvollziehbaren Schritten ein Konzept, mit dessen Hilfe Eltern sich, ohne Brüllerei und Androhung von Strafe, durchsetzen können.

Zum Ablauf des Elternvortrags:

1. Präsentation des Hauptfilms (30 Min.)
2. Diskussion und die Möglichkeit, Fragen zu stellen
3. Letzter Teil des Films (10 Min.): Dieser Teil hebt typische Verhaltensweisen hervor, die sich im Erziehungsalltag einschleichen und zeigt Eltern, was sie stattdessen tun können.

**Leitung:** Martina Maskos,  
systemische Beratung und Coaching

**Kosten:** 5 Euro

**Anmeldung:** Planet Zukunft, 06042/9534101  
pz@familienstadt-buedingen.de

## Qi Gong für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene

**Einfach in den fortlaufenden Kurs hineinschnuppern,  
jeweils Mittwoch, 19:00–20:30 Uhr**

Qi Gong ist Teil der traditionellen chinesischen Medizin. Qi steht für Energie, Gong bedeutet Üben und Zeit. Qi Gong sind sanfte Übungsfolgen, die der Gesunderhaltung, Kräftigung und Harmonisierung dienen. Meditative Atem- und Körperübungen im Stehen oder Sitzen regulieren den Energiefluss im Körper, aktivieren die Selbstheilungskräfte und stärken die Vitalität und das Wohlbefinden. Die Übungen eignen sich für jedes Lebensalter. Bitte kommen Sie in lockerer Kleidung und bequemen Schuhen.

**Leitung:** Sabine Kundtmann

**Kosten:** 10 Termine 100 Euro  
weitere Konditionen auf Anfrage

**Anmeldung:** bei der Veranstalterin  
Sabine Kundtmann, 0152/31038817  
oder 06042/5454808  
sabine.kundtmann@web.de

## Starker Rücken

**11 Termine jeweils Mittwoch,  
ab dem 16.09.2020, 15:10- 16:10 Uhr**  
**11 Termine jeweils Mittwoch,  
ab dem 16.09.2020, 16:30 - 17:30 Uhr**

Wenn es mit dem Rücken nicht stimmt, befindet sich der ganze Körper aus der Balance. Diese Balance sollte dringend wieder hergestellt werden. Der Kurs beinhaltet Grundlagen des Rückentrainings. Effizient und richtig ausgeführt kann es zur Linderung von Beschwerden und Schmerzen führen! Im Kurs „Starker Rücken“ stärken und kräftigen wir den Rücken nicht nur, sondern alle Bereiche die zu einem starken Rücken dazugehören. Mobilisieren und Dehnen runden den Kurs ab. Vorbeikommen und ein kleines Stückchen aufrechter nach Hause gehen!

### Alle Informationen in Kürze

**Leitung:** Dominique Steinmark, Fitnesstrainerin

**Kosten:** 11 Termine: 93,50 Euro

#### Infos &

**Anmeldung:** Dominique Steinmark, 0170/ 8396218  
E-Mail: d.foeller88@gmail.com

## Bewegung im Alltag

### 8 Termine

Jeweils Dienstag, ab dem 06.10.2020, 10:00–11:00 Uhr

Sofern Sie mehr Bewegung in Ihr Leben bringen, Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination verbessern und etwas an Ihren Bewegungsgewohnheiten ändern möchten, ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie.

Ziel dieses Kurses ist es, Ihren Alltag drinnen und draußen als Trainingsmöglichkeit zu verstehen und mehr Bewegung in Ihr tägliches Leben einzubauen. Übungen, Impulse und Trainingstipps für Zuhause werden in diesem Kurs besprochen und eingeübt. Spaß und Geselligkeit kommen hierbei nicht zu kurz.

„Der Alltag bietet Ihnen viele Bewegungsmöglichkeiten, ich zeige Sie Ihnen“

**Leitung:** Antje Grunow, Übungsleiterin,  
Lizenz B in Prävention und Rehabilitation

**Kosten:** 60 Euro

**Anmeldung:** bei der Veranstalterin  
Antje Grunow, 0162/7743609  
grunow.antje@web.de

**oder bei:**  
Planet Zukunft, 06042/9534101  
pz@familienstadt-buedingen.de

## „Entspannt ins Wochenende“ – Progressive Muskelentspannung für Erwachsene

8 Termine jeweils Freitag, ab dem 16.10.2020, 19:00–20:00 Uhr

Die Progressive Muskelentspannung ist eine wirkungsvolle Entspannungsmethode, die hilfreich sein kann, um bei Stress wieder einen Weg zu sich selbst zu finden. Außerdem kann den negativen Folgen von Dauerstress, wie z.B. Herzproblemen, erhöhtem Blutdruck oder Schlafstörungen entgegengewirkt werden. Die aktive An- und Entspannung verschiedener Muskelgruppen führt zu einem körperlichen Wohlfühl und nach den Übungen fühlt man sich locker und gelöst.

**Leitung:** Marion Glück, Heilpädagogin  
Trainerin für Progressive Muskelentspannung

**Kosten:** 120 Euro

**Anmeldung:** bei der Veranstalterin  
Marion Glück, 06054/2379  
oder 0170/2455963  
glueck-hettersroth@t-online.de

**Hinweis:** *Dieser Kurs ist von den gesetzlichen Krankenkassen als Leistung zur Primärprävention nach SGB V §20 anerkannt. Es werden in der Regel bis zu 80 % der Teilnehmerkosten erstattet. Dies bitte vor Anmeldung mit der Krankenkasse klären.*

## Kinder-Sicherheits-Training für Kinder von der 1. – 6. Klasse

Samstag, 14.11.2020, 15-17 Uhr

„Goldener Drache Kampfsport“ macht mit einem professionellen und kindgerechten Trainingskonzept fit für Gefahrensituationen, den Umgang mit fremden Menschen und behandelt auch das Thema Mobbing.

Das KINDER-SICHERHEITS-TRAINING ist wie folgt aufgebaut:

Teil 1: Situationsunterricht

Teil 2: „harte“ (altersgerechte) Selbstverteidigungstechniken für den Notfall

Teil 3: „weiche“ Selbstverteidigung: „Pausenhof“

**Leitung:** qualifizierte Trainer\*innen des  
„Goldener Drache Kampfsport“

**Kosten:** 10 Euro

**Anmeldung:** Planet Zukunft, 06042/9534101  
pz@familienstadt-buedingen.de

In Zusammenarbeit mit: „Goldener Drache Kampfsport“



Einladung zu Vernissage

# »DIE WÜRDE DES MENSCHEN IST UNANTASTBAR«

Ausstellung von Bildern und Stühlen  
aus einem Kunst-Projekt mit geflüchteten Frauen

**3. Oktober 2020**

von 15 Uhr bis 18 Uhr

im „Pferdestall“, Musik- und Kunstschule Büdingen e.V.

Obergasse 23d, 63654 Büdingen



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

150 Jahre Aus Liebe zum Menschen.



**PLANETZUKUNFT**  
FAMILIENZENTRUM  
DER STADT BÜDINGEN



**BÜDINGEN**  
- hier lebt Geschichte -

Im Rahmen der Interkulturellen Woche Wetterau  
unter dem Motto „zusammen leben, zusammen wachsen“

## Eltern-Kind-Gruppe „Zwergentreff“

**Jeweils Montag, 9:00-10:30 Uhr, außer in den Schulferien und an Schließungstagen**

Die Eltern-Kind-Gruppe „Zwergentreff“ freut sich über Mütter, Väter und Großeltern aller Nationalitäten mit Kindern im Alter von 0 bis 24 Monate.

### **Bei uns können Sie:**

- Kontakte mit anderen Besucher\*innen knüpfen
- Erfahrungen und Informationen austauschen
- Gemeinsam mit den Kindern an altersgerechten Aktivitäten teilnehmen
- Antworten bekommen auf Fragen aus dem Familien- und Erziehungsalltag

Wir beginnen den Tag mit einem Morgenkreis, singen Lieder und machen Fingerspiele. Die Treffen beinhalten einen strukturierten Wechsel zwischen Freispielphasen und gelenkten Gruppenaktivitäten aus den Bereichen Bewegung, Basteln und Malen, Musik und Spiel.

In einer gemütlichen Runde haben Eltern und Großeltern ausgiebig Zeit für Gespräche. Mit einem Abschiedsritual beenden wir den „Zwergentreff“.

### **Die Kinder benötigen:**

- Hausschuhe oder Stoppersocken
- Kleines Frühstück

**Leitung:** Team des Familienzentrums Planet Zukunft

**Kosten:** kostenfrei

### **Anmeldung aufgrund der Coronaschutzmaßnahmen dringend erforderlich:**

Planet Zukunft, 06042/9534101  
pz@familienstadt-buedingen.de

## Drop In(klusive)

**Jeweils Freitag, 8:30–10:30 Uhr, außer in den Schulferien und an Schließungstagen**

Drop In(klusive) ist ein offenes Angebot für alle Eltern mit Kindern bis zu drei Jahren. Sie können sich austauschen und informieren, andere Eltern und Kinder kennenlernen und gemeinsam spielen. Die Treffen sind kostenfrei und finden wöchentlich statt. Die Treffen werden von einer qualifizierten Elternbegleiterin bzw. pädagogischen Fachkraft organisiert und begleitet, die gerne zuhört, als erfahrene Ansprechpartnerin zur Verfügung steht und die Interessen und Bedürfnisse der Familien aufgreift. Im Mittelpunkt steht ein kostenloses gemeinsames Frühstück.

Die Drop In(klusive) wurden als offene Anlaufstellen für Eltern mit Kleinkindern von der Karl Kübel Stiftung für Kind und Familie entwickelt und werden von dieser und dem Hessischen Ministerium für Soziales und Integration landesweit gefördert. **Bitte Hausschuhe oder Stoppersocken für die Kinder mitbringen.**

**Leitung:** Team des Familienzentrums Planet Zukunft

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung aufgrund der Coronaschutzmaßnahmen  
dringend erforderlich:**

Planet Zukunft, 06042/9534101  
pz@familienstadt-buedingen.de

## **Sprachcafé für Frauen**

mit Kinderbetreuung

**Jeweils Donnerstag, 9:00–10:30 Uhr, außer in den Schulferien und an Schließungstagen**

Alle Frauen sind herzlich zu unserem Sprachcafé für Frauen eingeladen. Wir treffen uns jeden Woche donnerstags, um deutsch zu reden, zu lachen, zu malen, zu schreiben, und zu was uns sonst noch so alles einfällt. Eigene Kinder sind ebenfalls herzlich willkommen. Es gibt eine Kinderbetreuung für das Café.

Uns ist die Begegnung zwischen Frauen jeden Alters, Lebenslage, Sprache und Kultur wichtig. Lustige Aktionen, Gesprächsthemen, die auf Deutsch beredet werden, und weitere Anliegen werden in dem Frauentreff selbst entwickelt und umgesetzt. Das Familienzentrum Planet Zukunft steht unterstützend zur Seite. Bei den Treffen gibt es einen kleinen Snack, Getränke und spielerische Übungen, um Deutsch zu sprechen. Kommen Sie gerne vorbei! Wir freuen uns auf einen bunten und lebhaften Vormittag.

**Leitung:** Team des Familienzentrums Planet Zukunft

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung aufgrund der Coronaschutzmaßnahmen  
dringend erforderlich:**

Planet Zukunft, 06042/9534101  
pz@familienstadt-buedingen.de

## Alleinerziehenden-Treff

Jeweils Samstag, alle zwei Monate, 10:00–12:00 Uhr  
Mehrere Termine im Jahr: 15.08., 17.10., 12.12.2020

Alle Alleinerziehenden aus der Region sind herzlich zum gegenseitigen Kennenlernen und Austauschen eingeladen! Bei Interesse an einer Teilnahme bitten wir um Anmeldung, spätestens eine Woche vor dem Termin. Die Kinder werden von Mitarbeiter\*innen des Familienzentrums Planet Zukunft betreut, damit Gespräche auch ohne „Mithören“ möglich sind.

**Leitung:** Karin Kornelia Brückmann, Sozialarbeiterin  
Evangelisches Dekanat Büdinger Land

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung:** Evangelisches Dekanat Büdinger Land  
06043/9640222  
kornelia.brueckmann@diakonie-wetterau.de

**Hinweis:** *Für die Kinderbetreuung vorherige Anmeldung unter 06042/9534101, Planet Zukunft*

## PC-Treff für Senioren

14-tägige Termine, außer in den Schulferien

Fortgeschrittene: 14-tägig Mittwoch, 10:00–12:00 Uhr

Anfänger: 14-tägig Mittwoch, 14:00–16:00 Uhr

oder 14-tägig Freitag, 10:00–12:00 Uhr

Der PC-Treff wird bis auf Weiteres als Videokonferenz angeboten.

Der PC-Treff findet eigentlich im zweiwöchigen Rhythmus im Familienzentrum Planet Zukunft statt. Ziel des Projektes ist es, Vertrauen in die neuen Techniken und das Internet zu schaffen, damit jede\*r von den Vorteilen profitieren kann. Angefangen bei Fragen zum Kauf eines PCs, über WLAN, Internet und bis hin zur Nutzung von Office-Anwendungen, reicht die Palette möglicher Themen. Es gibt kein „Kursprogramm“, die Teilnehmer\*innen definieren durch ihre Anliegen worüber gesprochen wird. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Es gibt im wöchentlichen Wechsel Termine für Anfänger und Fortgeschrittene. Der PC-Treff wird von Manfred Rosenberg geleitet.

Manfred Rosenberg ist ein „Microsoft Certified Professional“ und hat viele Jahre als selbständiger Systemberater gearbeitet. Das Angebot richtet sich vorrangig an Senior\*innen – aber willkommen ist jede\*r. Es stehen Laptops zur Verfügung. Gebühren werden nicht erhoben.

**Leitung:** Manfred Rosenberg, Ehrenamtsagentur

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung:** Eine Anmeldung ist zur Zeit leider nicht möglich.

## Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz

immer der 2. Montag im Monat, 17:00–18:30 Uhr

14.09., 12.10., 09.11., 14.12.2020

Das Familienzentrum Planet Zukunft bietet in Kooperation mit dem Diakonischen Werk Wetterau einen Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz an. Die Angehörigen können sich unter fachlicher Leitung von Diplom-Sozialpädagogin Karin Stöcker über ihre Belastungen austauschen und Informationen über die Erkrankung bekommen. Die Gruppe ist für Interessierte offen und trifft sich immer am 2. Montag im Monat.

Melden Sie sich gerne im Familienzentrum, falls Sie teilnehmen möchten und/oder um weitere Informationen zu erhalten.

Die Teilnahme ist kostenlos, um Anmeldung wird aus organisatorischen Gründen gebeten, ist aber nicht erforderlich. Eine spontane Teilnahme soll so ermöglicht werden.

**Leitung:** Diplom-Sozialpädagogin Karin Stöcker

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung aufgrund der Coronaschutzmaßnahmen  
dringend erforderlich:**

Planet Zukunft, 06042/9534101  
pz@familienstadt-buedingen.de

**In Zusammenarbeit mit:**



## Allgemeine Beratung & Information

Sie suchen Hilfestellung oder haben ein Problem – wissen aber nicht wohin? Im Familienzentrum Planet Zukunft erwartet Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Senioren

- ein offenes Ohr für jedes Anliegen
- kurzfristig Unterstützung durch eine kostenfreie Orientierungsberatung.
- Hilfe bei der Suche nach einer / einem passenden Ansprechpartner\*in in Wohnortnähe.

Wir arbeiten eng mit den (Fach-)Beratungsstellen im Wetteraukreis zusammen.

**Die Beratung ist vertraulich und kostenfrei.**

**Terminabsprache erforderlich über das Familienzentrum:**

Planet Zukunft, 06042/9534101  
pz@familienstadt-buedingen.de

## Mobile Sprechstunde der Erziehungsberatungsstelle Wetteraukreis

**Dienstags nach telefonischer Vereinbarung  
im Familienzentrum Planet Zukunft**

Sind Sie Mutter oder Vater? Sind Sie Erziehungsberechtigte\*r?  
Fühlen Sie sich manchmal unsicher oder geraten häufig an Ihre  
Grenzen in der Erziehung? Beschäftigen Sie Fragen ...

- zur körperlichen oder seelischen Entwicklung Ihres Kindes  
oder Jugendlichen?
- zum Sozial- und Arbeitsverhalten Ihres Kindes im  
Kindergarten und in der Schule?
- zu Konflikten in der Familie zwischen Eltern/Partnern,  
Kindern und Geschwistern?
- zu Trennung und Scheidung oder Verlust eines wichtigen  
Menschen?
- zu Gewalt gegen Kinder und Jugendliche?

Unser Angebot ist kostenfrei und jedes Gespräch wird vertraulich  
behandelt.

**Beratung:** Heike Häming, Eva Becker und Markus Sasse  
Erziehungsberatungsstelle des Wetteraukreises

**Kosten:** kostenfrei

**Terminabsprache erforderlich über:**  
Erziehungsberatungsstelle des  
Wetteraukreises in Friedberg  
06031/833636

## Beratung für Alleinerziehende

Die Stelle zur „Begleitung von Müttern in Konfliktsituationen und alleinerziehenden Familien“ des Evang. Dekanats Büdinger Land bietet Beratung für Alleinerziehende an.

- zu Fragen der Existenzsicherung (Unterhalt, Arbeitslosengeld, ...)
- zur Unterstützung und Begleitung in schwierigen Situationen
- zum Entwickeln von Bewältigungsstrategien
- zu Fragen des Sorge- und Umgangsrechts

Wenn Sie diese oder ähnliche Themen beschäftigen, finden Sie in der Beratung Unterstützung. Die Beratung ist vertraulich und kostenfrei. Termin und Ort der Beratung nach Absprache mit Kornelia Brückmann vom Evang. Dekanat Büdinger Land.

Monatlich gibt es außerdem einen Alleinerziehenden-Treff zum Austausch mit anderen Alleinerziehenden im **Familienzentrum Planet Zukunft**.

**Beratung:** Kornelia Brückmann  
Evang. Dekanat Büdinger Land  
06043/9640222

**Kosten:** kostenfrei

In Zusammenarbeit mit:



## Willkommenstasche für Neugeborene

Liebe Eltern,

welch ein freudiges Ereignis! Zur Geburt Ihres Kindes möchten wir Ihnen von Herzen gratulieren und Ihnen und dem neuen Erdenmenschen alles erdenklich Gute für die Zukunft wünschen.

Wir möchten Sie in Büdingen nach Kräften auf diesem Weg begleiten. Dazu sind bereits viele hilfreiche und unterstützende Strukturen entstanden und wir hoffen, diese in den nächsten Jahren noch stetig weiter ausbauen zu können.

Sie erhalten als Willkommensgruß von der Stadt Büdingen eine Willkommenstasche für Neugeborene. Diese ist gefüllt mit einem Gutschein für einen Jahresausweis der Stadtbücherei und vielen nützlichen Informationen. Sie können die Tasche im Familienzentrum Planet Zukunft abholen. Kommen Sie einfach im Rahmen der Öffnungszeiten vorbei oder vereinbaren Sie telefonisch unter 06042/9534101 einen Termin. Hier haben Sie auch die Gelegenheit, sich rund um das Thema Familie zu informieren und beraten zu lassen.

Weitere Informationen zum Familienzentrum Planet Zukunft finden Sie unter [www.familienstadt-buedingen.de](http://www.familienstadt-buedingen.de).

**Beratung:** May-Britt Weismantel  
Diplom-Sozialpädagogin

**Kosten:** kostenfrei

**Terminvereinbarung:** Planet Zukunft, 06042/9534101  
[pz@familienstadt-buedingen.de](mailto:pz@familienstadt-buedingen.de)

## Teilzeit-Schulkind-Betreuung

**Montag bis Freitag, 11:15–14:00 Uhr**  
**außer in Ferienzeiten und an Schließungstagen des**  
**Familienzentrums**

Das Familienzentrum Planet Zukunft bietet in den hauseigenen Räumen eine begrenzte Anzahl an Plätzen für eine regelmäßige Teilzeit-Schulkind-Betreuung an. In einer familiären und wertschätzenden Atmosphäre werden Grundschul Kinder betreut.

*Eine schriftliche Anmeldung dafür ist erforderlich.*

Das Angebot gilt nicht während der Ferien und an Schließungstagen des Familienzentrums. Die Teilnahme an Ferienspielen ist möglich.

Begleitet werden die Grundschul Kinder vom Team des Familienzentrums Planet Zukunft, darunter staatlich anerkannte Erzieher\*innen.

**Leitung:** Team des Familienzentrums Planet Zukunft  
Anke Richter, Erzieherin

**Kosten:** Montag bis Freitag von 11:15–14:00 Uhr  
66 EUR (Kind 1) / 33 EUR (Kind 2)  
oder  
2 feste Tage von 11:15–14:00 Uhr  
30 EUR (Kind 1) / 15 EUR (Kind 2)

**Anmeldung:** <https://www.webkita.de/buedingen>



## Spielplatzbesuche des Spielmobils – JUMPZS

September 2020,  
jeweils Mittwoch, 15:00–17:00 Uhr

Die Jugendarbeit Büdingen und das Familienzentrum Planet Zukunft werden mobil und besuchen gemeinsam euren Spielplatz. Jeden Mittwoch von 16:00 bis 18:00 Uhr kommen wir mit dem Spielmobil für ein offenes Angebot auf euren Spielplatz, um gemeinsam eine tolle Zeit mit euch zu verbringen. Hierfür werden wir viel Spielmaterial mitbringen. Bei Regen muss die Aktion leider ausfallen. Nach den Sommerferien wird das Angebot fortgesetzt.

**Info:** Planet Zukunft, 06042/9534101  
pz@familienstadt-buedingen.de

## Ferienspiele

**Herbstferienspiele: 05.10.–16.10.2020**

In den Herbstferien (und in den Oster- und Sommerferien) bietet das Familienzentrum Planet Zukunft Ferienspiele an. Alle Kinder von 6–12 Jahren können sich anmelden.

**Das Programm wird circa sechs Wochen vor Beginn der Ferien in einer gesonderten Broschüre veröffentlicht.** Ab dann ist auch die Anmeldung zu den Angeboten möglich. In der Broschüre sind darüber hinaus weitere Anbieter\*innen vertreten.

## Adventsbasteln: Advent, Advent ein Lichtlein brennt

Freitag, 27.11.2020, 15:00-17:00 Uhr

Damit bei Euch auch pünktlich zum 1. Advent die erste Kerze angezündet werden kann, basteln wir aus Kugeln, Tannenzweigen und anderen Materialien diese tollen Kränze für eine vorweihnachtliche Stimmung. Das Angebot ist für Großeltern oder Eltern mit Kindern. Je nach Weihnachtslust sind Strohhohling und Kerzen mitzubringen. Kosten: 5,00 EUR/Adventskranz

**Kosten:** 5,00 EUR / Adventskranz

**Info:** Planet Zukunft, 06042/9534101  
pz@familienstadt-buedingen.de

***Zusatzinformation:** Bei dem Angebot ist eine telefonische Reservierung unter Telefon 06042/9534101 erforderlich. Die Kostenangabe beinhaltet sowohl die Betreuungsgebühr als auch einen Unkostenbeitrag für die Bastelmaterialien.*



# PLANETZUKUNFT

## FAMILIENZENTRUM

DER STADT BÜDINGEN

Das Hessische Ministerium für Soziales und Integration misst Familienzentren in der Sozialraumentwicklung von Städten eine besondere Bedeutung bei. Gerade bei den sich veränderten Familienkonstellationen bietet ein Familienzentrum Unterstützung, Beratung und Begegnungsmöglichkeiten. Es trägt zur Familienfreundlichkeit der Stadt bei und festigt das soziale Unterstützungsnetz. Eine qualifizierte Kinderbetreuung dient zur Entlastung aber auch zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie. Sie wird von ausgebildeten pädagogischen Fachkräften auf Basis des Hessischen Bildungs- und Erziehungsplanes im Dialog und mit der Kompetenz der Eltern gemeinschaftlich gestaltet. Der Begriff Familie wird nicht mehr „nur“ auf Vater, Mutter und Kind bezogen, sondern im Blick stehen alle zu einer Familie zugehörenden Personen, die unterschiedlichen Lebenslagen und Lebensphasen. Zur Zielgruppe eines Familienzentrums zählt gerade aufgrund des demographischen Wandels auch die immer älter werdende Bevölkerung. Alle im Sozialraum befindlichen Menschen und Familien im engeren Sinne sollen einen Ort finden, in dem sie uneingeschränkt partizipieren und anderen Menschen begegnen können. Mithilfe von regelmäßigen niedrigschwelligen Angeboten in einer offenen und vertrauensvollen Atmosphäre wird die partnerschaftliche Teilhabe und Mitwirkung von Interessierten ermöglicht. Die Einbeziehung der einzelnen Personen und Gruppen in die Ideen- und Weiterentwicklung der Projekte ist ein wichtiger Bestandteil. Netzwerkbildung mit Kooperationspartnern sowie die Zusammenarbeit mit der Stadt, spielen eine wichtige Rolle. Das Familienzentrum bildet

einen Knotenpunkt und übernimmt zum Teil eine Lotsenfunktion, indem es über die Angebote in der Stadt informiert und gegebenenfalls an andere Einrichtungen oder Träger weitervermittelt.

**Hauptaufgaben eines Familienzentrums sind die Bereiche:**

1. Kinderbetreuung, 2. Information und Bildung, 3. Beratung,
4. Engagement, 5. Begegnung, Teilhabe

**Falls Sie die Arbeit des Familienzentrums Planet Zukunft finanziell unterstützen möchten, freuen wir uns über Ihre Spende an:**

Stadt Büdingen

Verwendungszweck:

Spende Familienzentrum Planet Zukunft (bitte unbedingt angeben)

VR-Bank Main-Kinzig-Büdingen e.G.

IBAN: DE77506616390001001469

BIC: GENODEF1LSR

## **Kontaktdaten**

Sie möchten uns unterstützen oder wir können Ihnen weiterhelfen? Dann freuen wir uns über Ihre Kontaktaufnahme!

Familienzentrum „Planet Zukunft“ der Stadt Büdingen

Gymnasiumstraße 28

63654 Büdingen

Telefon 06042/9534101

pz@familienstadt-buedingen.de,

www.familienstadt-buedingen.de



Wir suchen immer wieder engagierte  
Mitarbeiter\*innen. Falls Sie Interesse  
haben bei uns zu arbeiten, sprechen  
Sie uns gerne an.

Familienzentrum  
**Planet Zukunft**  
der Stadt Büdingen  
Gymnasiumstraße 28  
63654 Büdingen

Telefon 06042/9534101

[pz@familienstadt-buedingen.de](mailto:pz@familienstadt-buedingen.de)  
[www.familienstadt-buedingen.de](http://www.familienstadt-buedingen.de)



HESSEN



Hessisches Ministerium  
für Soziales und Integration



Familienzentren  
HESSEN



Er ermöglicht durch das  
Sozialbudget