



# PROGRAMM

## September - Dezember 2023



**Familienbildungsstätte**  
für alle von 0 - 99 Jahren  
[www.familienhaus-lauf.de](http://www.familienhaus-lauf.de)

## Schwangerschaft & nach der Geburt

### Erste Hilfe und Tipps fürs Baby & Kleinkind

Sa 07.10.23, 9:00 - 11:00 Uhr

### Brei herstellen - einfach & schnell! Ohne Thermomix oder Gläschen kaufen geht es auch!

Mo 13.11.23, 19:00 - 20:00 Uhr

Rede für Erhebungs-  
Lernwerkstatt und Forum  
Aut. Weiterbildung e.V.

Online



**Ganz-schön-schwanger** (nach der 12. SSW)  
ab Mi 27.09.23, 17:00 - 18:00 Uhr, 6 EH  
Anmeldung bei [www.laufmamalauf.de](http://www.laufmamalauf.de)

### „Die ersten Lebensjahre“ - Digitale Reihe

[www.bildung-evangelisch.de](http://www.bildung-evangelisch.de)



Online

### BabySchlafSprechstunde

nach Vereinbarung unter [Nataschapekip@web.de](mailto:Nataschapekip@web.de)



### Hebammensprechstunde

im Café Kunterbunt & auf Anfrage  
[www.sarah-horras.de](http://www.sarah-horras.de)

## wellcome



### Praktische Hilfe für Familien nach der Geburt

Das Baby ist da, die Freude ist riesig -  
und nichts geht mehr

Wendet euch an unsere wellcome-Koordinatorin,  
Elisabeth Heckmeier, wenn ihr Unterstützung benötigt oder  
als wellcome-Engel ehrenamtlich tätig werden wollt!  
Tel. 09123 9998401 / E-Mail: [lauf@wellcome-online.de](mailto:lauf@wellcome-online.de)

## Babysitterausbildung & -vermittlung

In Kooperation mit



### Babysitterkurs mit Diplom

ab 14 Jahre

Do 02. + Fr 03.11.23,  
jeweils 10:00 - 16:00 Uhr



### Wir vermitteln unsere ausgebildeten

**Babysitter!** Anfragen an [info@familienhaus-lauf.de](mailto:info@familienhaus-lauf.de)

# Eltern-Kind-Kurse

**PEKiP 1** (10/22 - 12/22 geb. Kinder)  
ab Mi 20.09.23, 9:00 - 10:30 Uhr, 10 EH



**PEKiP 2** (05/23 - 06/23 geb. Kinder)  
ab Mi 20.09.23, 11:00 - 12:30 Uhr, 10 EH

**PEKiP 3** (02/23 - 04/23 geb. Kinder)  
ab Do 21.09.23, 9:00 - 10:30 Uhr, 10 EH

**PEKiP 4** (11/22 - 01/23 geb. Kinder)  
ab Do 21.09.23, 11:00 - 12:30 Uhr, 10 EH

**AusZeit 1** (2 - 5 Monate)  
ab Di 19.09.23, 9:00 - 10:00 Uhr, 11 EH  
Elternabend vorab am Mi 13.09.23, 18 Uhr

Neu

**AusZeit 2** (8 - 12 Monate)  
ab Mo 18.09.23, 9:00 - 10:00 Uhr, 11 EH  
Elternabend vorab am Mi 13.09.23, 19 Uhr



**Outdoor-Kinderwagen-Kurs**  
(Mamas nach abgeschlossener Rückbildung)  
ab Mo 18.09.23, 10:00 - 11:00 Uhr, 8 EH

Neu

**Mini-Club Mäuse** (12 - 18 Monate)  
ab Fr 22.09.23, 9:30 - 11:00 Uhr, 11 EH  
Online-Elternabend vorab am Fr 15.09.23, 19:30 Uhr



**Mini-Club Käfer** (18 - 24 Monate)  
ab Mo 18.09.23, 9:30 - 11:00 Uhr, 10 EH



**Maxi-Club Frösche** (2 - 3 Jahre)  
ab Di 19.09.23, 9:00 - 11:00 Uhr, 11 EH  
Online-Elternabend vorab am Di 12.09.23, 19:30 Uhr

**Liedergarten** (1,5 Jahre - 3. Geburtstag)  
ab Do 28.09.23, 11:00 - 11:35 Uhr, 9 EH

**Tanzen Turnen Töne Minis** (1-Jährige)  
ab Mi 04.10.23, 9:45 - 10:45 Uhr, 8 EH

**Tanzen Turnen Töne Maxis** (1,5 - 2,5 Jahre)  
ab Fr 06.10.23, 9:45 - 10:45 Uhr, 8 EH



Neu

**Bewegen Erfahren Entspannen** (3 - 5 Jahre)  
ab Di 19.09.23, 15:30 - 16:30 Uhr, 11 EH  
Elternabend vorab am Mo 18.09.23, 19 Uhr

**Wichtelgottesdienste** für Familien mit kleinen Kindern  
und alle, die einen lebendigen Gottesdienst mögen.  
Etwa alle 2 Monate am Sonntag, um 10:45 Uhr,  
im Kirchraum St. Jakob; Termine & Infos:  
<https://www.lauf-evangelisch.de/wichtelgottesdienst/>



# Familien



**Papa-Kind Radtour** in den Herbstwäldern  
um Lauf mit Brotzeit - für alle Alterstufen  
Sicherers Fahrradfahren ist Voraussetzung  
Sa 21.10.23, 14:00 - 17:30 Uhr



**Basteln „Traumfänger“** ab 4 Jahre  
Sa 21.10.23, 16:00 - 17:30 Uhr

**Nähen Mama & Ich „Winterliche Armstulpen“** ab 5 Jahre  
Sa 25.11.23, 10:30 - 13:00 Uhr



**Kochen** ab 4 Jahre  
**„Weihnachtsgeschenke aus Küche und Ofen“**  
Sa 02.12.23, 14:30 - 17:30 Uhr

**Kochen** in Kooperation



„Regionales Superfood“ Do 26.10.23, 15:00 - 17:30 Uhr

„Saisonale Familienküche“ Mo 20.11.23, 15:00 - 17:30 Uhr

„Pausenboxsnacks“ Do 23.11.23, 15:00 - 17:30 Uhr

**Waldabenteuer für Familien**

Zum Schatz

„Schatzsuche im Märchenwald 1“ Sa 07.10.23, ab 10 Uhr

„Schatzsuche im Märchenwald 2“ Mi 11.10.23, ab 14 Uhr

„Auf den Spuren von St. Martin 1“ Mi 08.11.23, ab 15 Uhr

„Auf den Spuren von St. Martin 2“ Sa 18.11.23, ab 10 Uhr

Startzeit nach Absprache - in Eigenregie mit Anleitung

**Heiderhof - Kreativer  
Weihnachtsnachmittag mit Schafen**

Fr 15.12.23, 16:00 - 18:00 Uhr



**Erlebnis Klettersteig**

So 10.09.23, 10:30 - ca. 14:30 Uhr

**Höhlenentdeckungstour**

So 17.09.23, 13:00 - ca. 16:30 Uhr

**Bogenschießen** ab 6 Jahre  
Infos & Anmeldung bei  
[www.fuchs-und-stier.de](http://www.fuchs-und-stier.de)



## Kinder



**Ferienbetreuung „Starke Kids“**  
für Kinder von 5 - 8 Jahren  
Mo 30.10. & Di 31.10.23 **Herbstferien**  
jeweils 8:30 - 13:00 Uhr



**Erste Hilfe - Pflasterführerschein** für Vorschulkinder  
Mi 04.10.23, 15:30-17:00 Uhr



**Die Weihnachtsgeschichte erleben -  
Schattentheater für Kinder** von 4 - 7 Jahre  
Fr 08.12.23, 16:00 - 18:30 Uhr

### **Trennungs- und Scheidungsgruppe**

für Kinder 7 - 9 Jahre

Infos & Anmeldung bei der Erziehungs-  
und Jugendberatungsstelle Lauf, Tel. 09123 13838

Angebot mit der  
Erziehungs- und  
Jugendberatungsstelle

### **Zaubern müsste man können!!!** 8 - 11 Jahre

Sa 21.10.23, 10:00 - 13:00 Uhr

### **Rollkunstlauf in der Halle** ab 8 Jahren

ab Do 28.09.23, 16:00 - 17:30 Uhr, 10 EH

Anmeldung bei [www.vhs-unteres-pegnitztal.de](http://www.vhs-unteres-pegnitztal.de)



### **Spielerisch Englisch lernen - für Kinder von 5 - 7 Jahren**

Ab 14.09.23, jeden Donnerstag, 16:00 - 16:45 Uhr

Infos & Anmeldung: [m.schaefer@little-language-company.de](mailto:m.schaefer@little-language-company.de)  
Tel. 09123 7013187



**Gitarrenunterricht für Kinder, Jugendliche und Erwachsene - wieder freie Plätze ab September!**  
Immer Freitag nachmittags.

**Gitarrenensemble für Fortgeschrittene in Planung - auch für „Auswärtige“.** Bitte melden!

Infos & Anmeldung: Julia Priester  
Tel. 0163 6873368 oder [juliap1@gmx.de](mailto:juliap1@gmx.de)

## KindergeburtstagsService

Feiert den Geburtstag eures Kindes (5-11 J.) mit uns. Wir haben viele tolle Mottos! Alle Infos unter [www.familienhaus-lauf.de/angebote/kindergeburtstage/](http://www.familienhaus-lauf.de/angebote/kindergeburtstage/)



# Erwachsene

## Yoga I - auch für schwangere Frauen

ab Mo 18.09.23, 18:30 - 20:00 Uhr, 10 EH

## Yoga II

ab Mo 18.09.23, 20:00 - 21:30 Uhr, 10 EH

## Wirbelsäulen- / Ausgleichsgymnastik 55+

ab Mi 20.09.23, 19:00 - 20:00 Uhr, 10 EH

## Qi Gong am Vormittag

ab Do 05.10.23, 9:30 - 10:30 Uhr, 10 EH



Neu

## Zumba für Erwachsene (fortlaufend - ohne Anmeldung)

ab Di 12.09.23, 18:00 - 19:00 Uhr, Kursraum Familienhaus

## EINZELTERMINE

### Kochabende

#### „Auf ins Apfelparadies“

Fr 13.10.23, 18:00 - 21:30 Uhr

#### „Arabische Mezze - Vorspeisen aus 1001 Nacht“

Fr 24.11.23, 18:00 - 21:30 Uhr

#### „Herbstzeit - Eintopfzeit“ in Kooperation mit

Mo 16.10.23, 19:00 - 21:30 Uhr



Apfel für Ernährung:  
Landratsamt und Partner:  
Rufe-Wallenburg i.Bay. 

### Kräuterführungen

<http://kraeuter-in-franken.de/birgit-lehmeier/>

## Infos

**Weitere Informationen** zu den Kursen und zu den Angeboten & alle Termin- und Programmänderungen sind auf unserer Homepage zu finden **[www.familienhaus-lauf.de](http://www.familienhaus-lauf.de)**.

Du willst den gemeinnützigen Verein "Evang. Familienhaus Lauf e. V." mit einer **Mitgliedschaft** unterstützen und gleichzeitig von Ermäßigungen auf die Kursgebühren profitieren? Schreibe uns eine E-Mail [info@familienhaus-lauf.de](mailto:info@familienhaus-lauf.de) oder rufe uns an 09123 9998400.

**Finanzieller Engpass?** Eltern-Kind-Kurse können auf Antrag über das Bildungspaket beim Landratsamt bezuschusst werden.

Einzelne Kurse werden u. U. auch von den Krankenkassen anteilig übernommen (z. B. Yoga, PEKiP). Auch von unserem Sozialfond können wir einkommenschwachen Familien die Teilnahme an unseren Angeboten ermöglichen. Frage bei uns nach!



# ANGEBOTE VOM FAMILIENSTÜTZPUNKT



## Sprechstunden & Beratungsangebote

### Offene Sprechstunde ...

#### während des Café Kunterbunt

mit Caroline Gibisch im GH Christuskirche  
Mi 04.10., 08.11., 06.12.23, 9:00 - 11:00 Uhr

#### Zusätzliche Beratungstermine Online & Präsenz

können individuell vereinbart werden per E-Mail  
familienstuetzpunkt@familienhaus-lauf.de

### Zusammen mit ...

**Integrat. Montessori Kinderhaus**, Lauf-Simonshofen  
Di 14.11.23, 9:00 - 11:00 Uhr - **Offenes Elterncafé**



## Workshops & Kurse

### Ab wann sind TV, Apps und Co. okay?

Infoveranstaltung zur  
Mediennutzung von Kleinkindern  
Di 17.10.23, 20:00-21:30 Uhr

Online



### Erste Hilfe Kurs bei Kindernotfällen

Sa 18.11.23, 9:30 - 15:30 Uhr

### Leseförderung praktisch erklärt:

#### Wie helfe ich meinem Kind bei Leseschwierigkeiten?

Mi 25.10.23, 19:00 - 21:00 Uhr

Anmeldung bei [www.vhs-unteres-pegnitztal.de](http://www.vhs-unteres-pegnitztal.de)



### „Durch die Trauer hindurch“ -

#### Wochenende für Väter, die ein Kind verloren haben

Sa 07.10. & So 08.10.23

Anmeldung bei [www.zoff-harmonie.de](http://www.zoff-harmonie.de)





## Highlights

### Familienflohmarkt



am **Samstag, 14.10.23**, 14:00 - 17:00 Uhr  
im Evang. Gemeindehaus Christuskirche, Lauf



## Offene Treffs

### Café Kunterbunt für Familien

Jeden Mittwoch, 9-11 Uhr & 1 x im Monat am  
Montag, 18.09., 16.10., 20.11., 18.12.23, 15:00 - 17:00 Uhr,  
Evang. GH Christuskirche, Martin-Luther-Str. 15, Lauf  
Ohne Anmeldung - einfach vorbeikommen!

### Treff Punkt für allein erziehende, getrennt

**lebende, verwitwete Eltern**, 1 x im Monat am  
Sonntag, 24.09., 22.10., 26.11.23, 14:00 - 17:00 Uhr,  
Evang. GZ St. Jakob, Breslauer Str. 21, Lauf

### Ukrainetreff Musik- und Spieletreff für ukrainische Familien

Jeden Donnerstag, 15:30 - 17:00 Uhr,  
Evang. GZ St. Jakob, Breslauer Str. 21, Lauf  
Ohne Anmeldung - einfach vorbeikommen!



### Deutsch-Spanischer Eltern-Kind-Treff

Jeden Donnerstag, 16:00 - 17:30 Uhr & 1 x im Monat  
am Samstag, 28.10, 25.11.23, 10:00 - 11:30 Uhr,  
Evang. GH Christuskirche, Martin-Luther-Str. 15, Lauf  
Ohne Anmeldung - einfach vorbeikommen!  
Keine Sprachkenntnisse erforderlich!



### Treff für Mehrlingseltern

Neu

Samstag, 30.09.23, 10:00-12:00 Uhr,  
Evang. GH Christuskirche, Martin-Luther-Str. 15, Lauf  
Anmeldung bei Ina Neureuther  
[gemeinsam.bindungsorientiert@gmail.com](mailto:gemeinsam.bindungsorientiert@gmail.com)



In den Ferien finden die Treffs nur in Ausnahmefällen statt.  
Alle Termine auf [www.familienhaus-lauf.de/angebote/](http://www.familienhaus-lauf.de/angebote/)



## Selbsthilfegruppen

Ist das noch Babyblues oder kann das weg?  
**Selbsthilfegruppe Postpartale Depression** -  
ein geschützter Rahmen für einen offenen  
Austausch zwischen Müttern.



Jeden 2. und 4. Sonntag im Monat um 14:30 Uhr im Familienhaus,  
Anmeldung & Infos bei Anne Gerschütz 0176 63669562

### Elterngruppe „Suppenkasper“



Jeden ersten Mittwoch im Monat von 19 - 21 Uhr  
im Familienhaus für Eltern von an Essstörungen  
erkrankten Kindern und Jugendlichen.

Termine: 06.09., 04.10., 08.11., 06.12.23

Anmeldung & Infos bei Elke Schmidt 0160 96829254

Alle Infos & Anmeldung auch über  
Kiss Nürnberger Land, Tel. 09151 9084494  
<https://kiss-mfr.de/selbsthilfegruppen/>



## Herzlichen Dank an unsere Partnerfirmen für die Unterstützung!



**Optik und Akustik**

Schloßplatz 2-4 | 91207 Lauf  
09123/2121 | [www.grand.de](http://www.grand.de)



[www.mamalila.de](http://www.mamalila.de)

Outlet: In der Herrnau 3, Altdorf b. Nürnberg

**BiōMarkt**  **Vogel**



**Der Buchladen**

am Hersbrucker Tor

Mangplatz 2  
91207 Lauf a. d. Pegnitz  
Telefon 09123/12986  
[buchladen@t-online.de](mailto:buchladen@t-online.de)  
[www.buchladenlauf.de](http://www.buchladenlauf.de)



91207 LAUF A. D. PEGNITZ MARKTPLATZ 49  
Telefon (09123) 21 18 eMail [foto@oriold.de](mailto:foto@oriold.de)



**Evang. Familienhaus Lauf e. V.**  
Familienbildungsstätte  
Siebenkeesstr. 5, 91207 Lauf  
09123 9998400  
info@familienhaus-lauf.de  
www.familienhaus-lauf.de

## Familienstützpunkt

familienstuetzpunkt@familienhaus-lauf.de



## wellcome

09123 9998401

0151 27100922

lauf@wellcome-online.de

www.wellcome-online.de

## Wer sind wir?

Wir sind **anerkannte Familienbildungsstätte** seit 1999.

Träger ist der gemeinnützige Verein „Evangelisches Familienhaus Lauf e. V.“. Das Familienhaus ist offen für Menschen jeder Nationalität, religiöser Zugehörigkeit und Lebensform.

Wir nehmen die **Bedürfnisse von Familien** ernst und entwickeln entsprechende Angebote.

Wir **fördern und begleiten** Familien, Erwachsene und Kinder durch unser Angebot in ihrer jeweiligen Lebensphase.

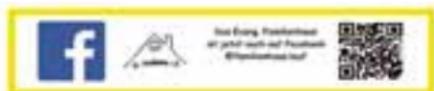
Wir sind **Begegnungs- und Kontaktstätte**.

Unser Ziel ist der Erfahrungsaustausch, die Stärkung der Erziehungskompetenz und die **Unterstützung im und Beratung für den Familienalltag**.

Familienbildung ist **Prävention von Anfang** an.

Wir bringen uns in politische Diskussionen ein und sind damit Lobby für die vielen Familien des Landkreises.

**Alle unsere Angebote** sind zu finden unter  
**www.familienhaus-lauf.de**



Wenn ihr unseren Sozialfond für bedürftige Familien auffüllen oder unsere Projekte wellcome & Offene Treffs (Café Kunterbunt, Alleinerziehendentreff, Ukrainetreff) unterstützen möchtet, freuen wir uns über eine Spende per Paypal oder Überweisung.

## Bankverbindungen

Konto Familienhaus DE63 7606 1025 0001 3112 80

Konto wellcome DE10 7606 1025 0101 3112 80

bei Raiffeisen Spar- und Kreditbank eG Lauf

BIC: GENODEF1LAU

