



P R O G R A M M

Januar - April 2025

Familienbildungsstätte
für alle von 0 - 99 Jahren
www.familienhaus-lauf.de

Schwangerschaft & nach der Geburt

Yoga 1 - Neulinge & Schwangere

ab Mo., 20.01.25, 18:30 - 20:00 Uhr, 10 EH



Fit für Familie - für einen guten Start ins Familienleben

Do., 27.03.25 & 03.04.25, 19:00 - 20:30 Uhr, 2 EH



Hebammensprechstunde

mit Sarah Horras

im Café Kunterbunt & auf Anfrage

www.sarah-horras.de

wellcome



Praktische Hilfe für Familien nach der Geburt

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

Wenden Sie sich an unsere wellcome-Koordinatorin,
Elisabeth Heckmeier, wenn Sie Unterstützung benötigen
oder als wellcome-Engel ehrenamtlich tätig werden wollen!
Tel. 09123 9998401 / E-Mail: lauf@wellcome-online.de

Babysitterausbildung/-vermittlung

In Kooperation mit



Babysitterkurs mit Diplom ab 14 Jahre
im Frühjahr in Hersbruck!

Termin folgt

Im Herbst 2025 wieder in Lauf!

Sie suchen einen Babysitter?

Wir vermitteln die von uns ausgebildeten
Babysitter. Anfragen bitte mit Angabe des
Wohnortes und Alter des Kindes / der Kinder
per E-Mail an info@familienhaus-lauf.de.



Eltern-Kind-Kurse

Babyzeit (08/24 - 11/24 geb. Kinder)
ab Di., 21.01.25, 9:00 - 10:00 Uhr, 8 EH

PEKiP 1 (02/24 - 04/24 geb. Kinder)
ab Mi., 22.01.25, 9:00 - 10:30 Uhr, 10 EH



PEKiP 2 (05/24 - 07/24 geb. Kinder)
ab Mi., 22.01.25, 11:00 - 12:30 Uhr, 10 EH

Neu

Dreierlei Baby (8 - 14 Monate)
ab Fr., 23.01.25, 9:30 - 11:00 Uhr, 8 EH

Mini-Club Mäuse (12 - 18 Monate)
ab Fr., 24.01.25, 9:30 - 11:00 Uhr, 10 EH



Mini-Club Käfer (18 - 24 Monate)
ab Mo., 20.01.25, 9:30 - 11:00 Uhr, 10 EH

Maxi-Club Frösche (2 - 3 Jahre)
ab Di., 21.01.25, 9:00 - 11:00 Uhr, 10 EH

MiniFit 1 (ab sicherem Laufalter - 2 Jahre)
ab Mi., 22.01.25, 9:00 - 10:00 Uhr, 8 EH

MiniFit 2 (2 - 3 Jahre)
ab Mi., 22.01.25, 10:00 - 11:00 Uhr, 8 EH

Musik erleben 1 (8 - 15 Monate)
ab Mo., 20.01.25, 9:40 - 10:25 Uhr, 8 EH

Musik erleben 2 (16 - 24 Monate)
ab Mo., 20.01.25, 10:25 - 11:10 Uhr, 8 EH



Wichtelgottesdienst

für Familien mit kleinen Kindern
und alle, die einen lebendigen Gottesdienst
mögen. Etwa alle zwei Monate am Sonntag,
um 10:45 Uhr, im Kirchraum St. Jakob

<https://www.lauf-evangelisch.de/wichtelgottesdienst/>

Familien

Abenteuer Bilderbuch - Der Schneemann

für Kinder ab 3 Jahren mit Begleitperson
Sa., 18.01.25, 15:30 - 17:00 Uhr



Kunst aus der Kiste - Wolle wuseln

für Kinder ab 3,5 Jahren mit Begleitperson
Mi., 19.02.25, 16:00 - 17:30 Uhr

Kochkurs

für Eltern mit Kindern bis ca. 4 Jahren
in Kooperation mit dem



Kinder an die Töpfe 1

Di., 25.02.25, 15:00 - 18:00 Uhr

Kinder an die Töpfe 2

Di., 25.03.25, 15:00 - 18:00 Uhr



Osterhasenwerkstatt 1

für Kinder ab 3 Jahren mit Begleitperson
So., 06.04.25, 14:00 - 15:30 Uhr

Osterhasenwerkstatt 2

für Kinder ab 5 Jahren mit Begleitperson
So., 06.04.25, 15:45 - 17:15 Uhr

Hier könnte Ihre Werbung stehen!

**Kommen Sie auf uns zu und werden Sie zum
Unterstützer für Familien der Region!**

**Frohe Festtage, Zeit für Entspannung, Besinnung
auf die wirklich wichtigen Dinge sowie Gesundheit,
Glück und Erfolg für das kommende Jahr wünschen
Caroline Gibisch & Team**

Kinder

Neu

Mini-Mover - Tanzen

für Kinder ab 3 Jahren

ab Mi., 22.01.25, 16:00 - 17:00 Uhr, 10 EH

Kinder wollen singen - Lieder im Jahreskreislauf

für Kinder ab 6 Jahren

ab Mo., 20.01.25, 16:00 - 17:00 Uhr, 6 EH

Neu

KidsFit - Selbstvertrauen stärken, Beweglichkeit fördern

für Kinder von 5 - 8 Jahren

ab Di., 28.01.25, 15:00 - 16:00 Uhr, 6 EH

Kinder-Yoga ab 8 Jahren

ab Mo., 20.01.25, 17:00 - 18:00 Uhr, 10 EH

Kunst aus der Kiste für Kinder ab 5 Jahren



Modellieren mit Ton

Mi., 22.01.25, 16:00 - 17:30 Uhr

Kleine Welt im Karton

Mi., 26.03.25, 16:00 - 17:30 Uhr

Entdecke Capoeira!

Afro-Brasilianische Tanz- & Kampfkunst und Kultur

für Kindern von 6 - 10 Jahren

ab Di., 14.01.25, 14:30 - 15:30 Uhr, 7 EH

Infos & Anmeldung bei

www.vhs-unteres-pegnitztal.de



Spielerisch Englisch lernen

donnerstags im Familienhaus

Kurs für Minis (4 - 6 Jahre): 15:00 - 15:45 Uhr

Kurs für Maxis (1. Klasse Grundschule): 15:45 - 16:30 Uhr

Kurs für Maxis (2./3. Klasse Grundschule): 16:30 - 17:15 Uhr

Infos & Anmeldung bei Martina Schäfer, Tel. 09123 7013187

oder per E-Mail m.schaefer@little-language-company.de



Gitarrenunterricht

für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Immer Freitag nachmittags im Familienhaus.

Infos & Anmeldung bei Julia Priester

Tel. 0163 6873368 oder per E-Mail juliap1@gmx.de

Erwachsene

Yoga 1 - Neulinge & Schwangere

ab Mo., 20.01.25, 18:30 - 20:00 Uhr, 10 EH

Yoga 2 - Erfahrene

ab Mo., 20.01.25, 20:00 - 21:30 Uhr, 10 EH



Wirbelsäulen- / Ausgleichsgymnastik 55+ 1

ab Di., 21.01.25, 9.30 - 10:30 Uhr, 10 EH

Wirbelsäulen- / Ausgleichsgymnastik 55+ 2

ab Mi., 22.01.25, 18:00 - 19:00 Uhr, 10 EH

Qi Gong

ab Do., 23.01.25, 9:30 - 10:30 Uhr, 10 EH

Kreistanz in der Natur - Paneurhythmie

Anmeldung bei Maria Lindl 0152 28772432



Kochabend **Kulinarisch durch die Schweiz**

Fr., 07.02.25, 18:30 - 22:00 Uhr

Kochworkshop **Appetit auf „griechisch“**

Sa., 29.03.25, 11:00 - 14:30 Uhr

Kochabend **Am Familientisch mit saisonalen und regionalen Lebensmitteln**

in Kooperation mit dem

Mo., 07.04.25, 19:00 - 22:00 Uhr

Amt für Ernährung,
Landwirtschaft und Forsten
Roth-Weißenburg i. Bay.



Infos

Anmeldung für dieses Programm: Ab 02.12.24

Alle Informationen zu unseren Angeboten, unsere AGB, Termin- und Programmänderungen: www.familienhaus-lauf.de.

SCAN ME



Sie wollen den gemeinnützigen Verein "Evang Familienhaus Lauf e. V." mit einer **Mitgliedschaft** unterstützen und gleichzeitig von Ermäßigungen auf die Kursgebühren profitieren? Kommen Sie auf uns zu!

Finanzieller Engpass? Eltern-Kind-Kurse können auf Antrag über das Bildungspaket beim Landratsamt bezuschusst werden. Einzelne Kurse werden u. U. anteilig von den Krankenkassen übernommen. Auch von unserem Sozialfonds können wir einkommensschwachen Familien die Teilnahme an unseren Angeboten ermöglichen.

Bilderquellen: <https://pixabay.com/de/> bzw. <https://www.pexels.com/>



ANGEBOTE VOM FAMILIENSTÜTZPUNKT



Sprechstunden & Beratungsangebote

Offene Sprechstunde während des Café Kunterbunt
Evang. GH Christuskirche, Martin-Luther-Str. 15, Lauf
Mi., 08.01., 22.02., 26.03., 30.04.25, 9:00 - 10:30 Uhr

Zusätzliche Beratungstermine

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



Workshops & Vorträge

Start ins Familienleben - wer kümmert sich, dass es läuft?

Mo., 24.02.25, 20:00 - 21:30 Uhr, Online-Workshop

Zwischen Freiheit und Führung: Wie bedürfnisorientierte Erziehung Kinder stärkt, ohne sie zu überfordern?

Di., 11.03.25, 20:00 - 21:30 Uhr, Online-Workshop

Fit für Familie - Familienalltag leichter leben

Do., 27.03.25 & 03.04.25, 19:00 - 20:30 Uhr, 2 EH

Leseförderung praktisch erklärt: Wie helfe ich meinem Kind bei Leseschwierigkeiten?

Mi., 26.02.25, 19:00 - 21:00 Uhr



Infos & Anmeldung bei www.vhs-unteres-pegnitztal.de



Zum Weltfrauentag „Mental Load für

Alleinerziehende“ Online -Workshop von und
mit Franzi Helms, Di., 11.03.25, 20:00 Uhr

Vereinbarkeit von Familie und Beruf – ein Gemeinschaftsprojekt?! Zoom-Meeting

Do., 16.01.25, 20:00 - 21.30 Uhr

Anmeldung: www.bildung-evangelisch.de





Highlights

Schenk- und Tauschbörse

für gut erhaltene Kinder- und Erwachsenenkleidung
sowie Spielsachen **am 22.01.25**

im Cafe Kunterbunt



Offene Treffs

Café Kunterbunt für Familien

Café am Vormittag: Mittwochs, 9 - 11 Uhr

Am 08.01.25 Start nach der Winterpause (19.12.24 - 07.01.25)

Café am Nachmittag: Einmal im Monat am Montag, 15 - 17 Uhr

Termine: 16.12.24, 20.01.25, 17.02.25, 17.03.25, 28.04.25

Evang. GH Christuskirche, Martin-Luther-Str. 15, Lauf

Unkostenbeitrag 3,- Euro pro Familie.

Ohne Anmeldung - einfach vorbeikommen!

Treff Punkt für allein erziehende, getrennt lebende, verwitwete Eltern

So., 19.01.25, 11 - 14 Uhr, Neujahrsbrunch

So., 16.02.25, 14 - 17 Uhr, Wintergrillen

So., 16.03.25, 14 - 17 Uhr, Themennachmittag

So., 06.04.25, 14 - 17 Uhr, Ostercafé

Evang. GZ St. Jakob, Breslauer Str. 21, Lauf

Unkostenbeitrag 3,- Euro pro Familie.

Anmeldung per E-Mail: sh.sabinehartmann@gmail.com

KidZ Kindertreff von 6 bis 12 Jahren donnerstags, 16:00 - 17:30 Uhr (nicht in den Ferien)

Neu

Evang. GZ St. Jakob, Breslauer Str. 21, Lauf

Unkostenbeitrag 3,- Euro pro Kind.

Anmeldung per E-Mail: charlotte.strobel17@gmail.com

oder stefaniesabelin@web.de

Alle Änderungen von Terminen oder Inhalten auf:
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,
Infos & Anmeldung bei Anne Gerschütz, Tel. 0176 63669562



Elterngruppe „Suppenkasper“

Jeden ersten Mittwoch im Monat um
19:00 Uhr im Familienhaus
für Eltern von Kindern und Jugendlichen,
die an einer Essstörung erkrankt sind.

Infos & Anmeldung bei Elke Schmidt, Tel. 0160 96829254

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



Herzlichen Dank an unsere Unterstützer



Optik und Akustik

Schloßplatz 2-4 | 91207 Lauf
09123/2121 | www.grand.de



Hier könnte
Ihr **LOGO** sein!

Kommen Sie auf uns
zu, werden Sie
Werbepartner oder
Fördermitglied und
unterstützen Sie
dadurch Familien im
Landkreis.





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 eine 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 in ihrer jeweiligen Lebensphase durch unser Angebot.

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 dadurch Lobby für die vielen Familien des Landkreises.

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



Wenn Sie unseren Sozialfonds für bedürftige Familien auffüllen oder unsere Projekte „wellcome“ bzw. die offenen Treffs unterstützen möchten, freuen wir uns über eine Spende per Paypal oder Überweisung.

Bankverbindung

Konto Familienhaus DE63 7606 1025 0001 3112 80
bei Raiffeisen Spar- und Kreditbank eG Lauf
BIC: GENODEF1LAU

