

Erwachsene

Yoga 1 - Neulinge & Schwangere
ab Mo., 28.09.26, 18.30 - 20.00 Uhr, 8 EH

Yoga 2 - Erfahrene
ab Mo., 28.09.26, 20.00 - 21.30 Uhr, 8 EH

Wirbelsäulen- / Ausgleichsgymnastik 55+ 1
ab Di., 29.09.26, 9.30 - 10.30 Uhr, 9 EH

Wirbelsäulen- / Ausgleichsgymnastik 55+ 2
ab Mi., 30.09.26, 18.00 - 19.00 Uhr, 9 EH

Qi Gong
ab Do., 08.10.26, 9.30 - 10.30 Uhr, 10 EH

BodyBoost - deine Sport(au)szeit
ab Mo., 12.10.26, 19.30 - 20.30 Uhr, 7 EH

Bunte Familienküche im Herbst, Kürbis & Co.
Eltern-Koch-Abend
Mo., 26.10.26, 19.00 - 22.00 Uhr

Erste Hilfe bei Säuglingen und Kleinkindern
Workshop mit Kinderkrankenschwester E. Spruck
Theorie und Praxis für den Notfall
Sa., 14.11.26, 9.30 - 15.30 Uhr

Infos

Anmeldung für dieses Programm: Ab sofort
Alle Informationen zu unseren Angeboten, unsere AGB, Termin- und Programmänderungen:
www.familienhaus-lauf.de

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.
Bildquellen: canva

Veranstaltungen des Familienstützpunktes

Erziehungsvorträge

„Bindungsstarke Kitazeit“
Dieser Vortrag gibt dir Orientierung und Sicherheit für den wichtigen Übergang.
Di., 29.09.26, 20.00 - 21.30 Uhr, Online-Workshop

„Trotz, Wut und Chaos - Gehirnwissen für Eltern“
Für alle Eltern, die ihr „trotziges“ Kind besser verstehen wollen.
Di., 10.11.26, 20.00 - 21.30 Uhr, Online-Workshop

Sprechstunden & Beratung

Offene Sprechstunde während des Café Kunterbunts Evang. GH Christuskirche, Martin-Luther-Str. 15, Lauf
Mi., 23.09.; 07.10.; 11.11. & 02.12.26 jeweils 9.00 - 10.30 Uhr
Zusätzliche Beratungstermine können individuell vereinbart werden per E-Mail familienstuetzpunkt@familienhaus-lauf.de

Baby-Schlaf- & Schrei-Sprechstunde
mit Corina Herbst
individuelle Terminvereinbarung per E-Mail info@familienhaus-lauf.de

Hebammensprechstunde mit Sarah Horras
im Café Kunterbunt am 14.10.26 & 25.11.26, 9.30 - 11.00 Uhr

Offene Treffs

Café Kunterbunt
für die ganze Familie
Café am Vormittag: immer mittwochs, 9.00 - 11.00 Uhr (außer in den Schulferien!)
Café am Nachmittag: montags, 15.00 - 17.00 Uhr
Termine: 21.09., 19.10., 16.11. & 21.12.26
Evang. GH Christuskirche, Martin-Luther-Str. 15, Lauf
Unkostenbeitrag 3,- Euro pro Familie.
Ohne Anmeldung - einfach vorbeikommen!

1000 Tage wellcome - Elterncafé
päd. Impulse & Kinderbetreuung
Do., 24.09.2026; Sa., 24.10.2026;
Do., 19.11.2026; Sa., 05.12.2026
jeweils 9.00 - 11.00 Uhr
GH Jakob, Breslauer Str. 21, Lauf
Ohne Anmeldung - einfach vorbeikommen!

Treff Punkt
für alleinerziehende oder getrennt lebende Eltern
13.09.26, 14.00-17.00 Uhr - Austausch mit Kaffee und Kuchen
11.10.26, 14.00-17.00 Uhr - Herbsttreff mit Austausch und Kürbisbasteln
22.11.26, 14.00-17.00 Uhr - Adventseinstimmung mit Schrottweichteln
GH Jakob, Breslauer Str. 21, Lauf
Unkostenbeitrag 3,- Euro pro Familie.
Anmeldung per E-Mail: sh.sabinehartmann@gmail.com

Selbsthilfegruppen

Ist das noch Babyblues oder kann das weg?
Selbsthilfegruppe Postpartale Depression - ein geschützter Rahmen für einen offenen Austausch zwischen Müttern.
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 Nürnberg Land, Tel. 09151 9084494
<https://kiss-mfr.de/selbsthilfegruppen/>

Herzlichen Dank an unsere Unterstützer

Lieselotte & Wilhelm Zippold
Mittelschule Gemeinde Bäumen
Damp-Lach-Kirchengemeinde
Stiftung

Brand
Optik und Akustik
Schulstraße 2-4 | 91037 Lauf
091230121 | www.brand.de

Dommer Stiftung

BiöMarkt & Vogel
Hier könnte Ihr LOGO sein!
Kommen Sie auf uns zu, werden Sie Werbepartner oder Fördermitglied und unterstützen Sie dadurch Familien im Landkreis.

Der Buchladen
am Marktplatz 1
91037 Lauf a. d. Pegnitz
Telefon 09151 9084494
www.buchladen-lauf.de

Ev. Familienhaus e.V.

PROGRAMM
September - Dezember 2026

Hier wachsen wir zusammen.

Eltern-Kind

Babyzeit 1 (04/26 - 07/26 geb. Kinder)
ab Di., 29.09.26, 9.00 - 10.00 Uhr, 8 EH

PEKiP 1 (12/25 - 02/26 geb. Kinder)
ab Mi., 30.09.26, 9.00 - 10.30 Uhr, 8 EH

PEKiP 2 (03/26 - 05/26 geb. Kinder)
ab Mi., 30.09.26, 11.00 - 12.30 Uhr, 8 EH



Mini-Club Mäuse nach Montessori
(12 - 18 Monate)
ab Fr., 02.10.26, 8.45 - 9.45 Uhr, 8 EH

Mini-Club Igel nach Montessori
(18 - 24 Monate)
ab Fr., 02.10.26, 10.00 - 11.00 Uhr, 8 EH

Mini-Club Enten nach Montessori
(18 - 24 Monate)
ab Do., 01.10.26, 9.30 - 10.30 Uhr, 9 EH

Kreativ Küken (1,5 - 3 Jahre)
ab Di., 29.09.26, 9.30 - 11.00 Uhr, 10 EH

MiniFit 1 - Turnen (ab sicherem Laufalter)
ab Mi., 30.09.26, 9.00 - 10.00 Uhr, 8 EH

MiniFit 2 - Turnen (2 - 3 Jahre)
ab Mi., 30.09.26, 10.00 - 11.00 Uhr, 8 EH

Eltern-Kind

Musik Mäuse 1 (6 - 10 Monate)
ab Mo., 28.09.26, 9.15 - 10.00 Uhr, 8 EH

Musik Mäuse 2 (11 - 19 Monate)
ab Mo., 28.09.26, 10.15 - 11.00 Uhr, 8 EH

Musik Mäuse 3 (20 - 30 Monate)
ab Mo., 28.09.26, 11.15 - 12.15 Uhr, 8 EH

Familien

Familienschatzsuche Waldabenteuer
Sa., 08.08.26 Märchenzauber
im Wald in Rückersdorf **JETZT NOCH IM SOMMER!!!**
Sa., 07.11.26, St. Martin
im Schönberger Forst Lauf
Sa., 21.11.26, St. Martin
im Wald Lauf Kotzenhof
jeweils zwischen 10.00 und 16.00 Uhr
Startzeiten nach Absprache!

Papa-Vormittag
inklusive Frühstücksbuffet
Sa., 10.10.26; 9.30 - 12.00 Uhr

Kinder an die Töpfe!
Einfache Gerichte gemeinsam zubereitet. Für Eltern mit
Kindern von 1,5 bis 4 Jahren
Di., 06.10.26; (GmdH St. Jakob)
Di., 13.10.26; (AELF Hersbruck)
Di., 17.11.26; (GmdH St. Jakob)
jeweils 15.00 - 18.00 Uhr

Wichtelgottesdienst für Familien mit
kleinen Kindern
und allen, 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/>

Kindergeburtstags-Service

Unsere Partyexpertinnen haben die **Ideen**
für deine **unvergessliche**
Geburtstagsparty in unserem **schönen**
Partyraum mit angrenzendem Garten.
Die Kleinen erleben ein tolles Abenteuer
und die Großen können entspannt die
Erinnerungsfotos knipsen.

Wir haben tolle Mottos vorbereitet:

- **DRACHENJAGD**
- **ZAUBERWALD**
- **EINHORN**
- **PIRATEN UND NOCH VIELE MEHR...**

Mögliche Termine: 12.09., 27.09., 10.10., 24.10.,
25.10., 14.11., 15.11., 19.12., 20.12.2026
Alle weiteren Infos auf der Homepage!

Kinder

Kinder-Yoga
für Kinder ab 6 Jahren
ab Mo., 28.09.26, 17.00 - 18.00 Uhr, 8 EH

Mini-Mover - Tanzen
für Kinder ab 4 Jahren
ab Mi., 14.10.26, 16.00 - 16.45 Uhr, 7 EH

KidsFit - Selbstvertrauen stärken,
Beweglichkeit fördern
für Kinder von 5 - 8 Jahren
ab Mo., 28.09.26, 15.45 - 16.45 Uhr, 9 EH

Kinder

Spiele Englisch lernen
dienstags im Familienhaus

Englisch lernen macht Spaß! Behutsam, spielerisch und
mit allen Sinnen haben die Kinder die Möglichkeit, die Welt
der englischen Sprache zu entdecken.
Kurs für 1. & 2. Klässler: 17.00 - 17.45 Uhr
Infos & Anmeldung: m.schaefer@little-language-
company.de oder telefonisch 09123 - 70 13 187

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

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 Sie als wellcome-Engel ehrenamtlich
tätig werden möchten!
Tel.: 09123/9998401; Email: lauf@wellcome-online.de

Babysitterausbildung/-vermittlung
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.

Du magst Kinder und möchtest gut vorbereitet
Familien unterstützen und dabei dein
Taschengeld aufbessern?
In den Herbstferien
02.11. & 03.11.26 bei uns im Familienhaus!
Anmeldung jetzt auf unserer Homepage!

Ev. 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
015127100922
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 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 finden Sie unter
www.familienhaus-lauf.de

Wenn Sie unseren Sozialfonds für bedürftige Familien oder
unsere Projekte unterstützen möchten, freuen wir uns über eine
Spende per Paypal oder Überweisung oder unterstützen Sie
unsere Verein doch ganz einfach über eine Mitgliedschaft.
Seit diesem Jahr sind auch Fördermitgliedschaften möglich!
Weitere Infos auf unserer Homepage!

Bankverbindung: Evng. Familienhaus Lauf e.V.
IBAN: DE63 7606 1025 0001 3112 80
bei Raiffeisen Spar- und Kreditbank eG Lauf
BIC: GENODEF1LAU