



auf den anfang kommt es an

unser programm 2026

märz
bis september

familienbildung stadt und landkreis heilbronn

Anmeldung
unter:





„Aber alle haben ein Smartphone!“

Vortrag von Bestseller-Autorin
Elisabeth Koblitz

Freitag, 13.03.2026, 19.30 Uhr

Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C




Dieser Vortrag ist Teil des Wochenendes
**DIGITALE FAMILIENWERKSTATT
KOMPAKT.**

Weitere Infos zum Erlebnistag für
Familien am 14.03.2026 auf Seite 173.



AUF DEN ANFANG KOMMT ES AN.“



**Liebe Leserin
und lieber Leser,**

als Familienbildungsstätte in Stadt und Landkreis Heilbronn ist das Haus der Familie ein Ort für Bildung, Begegnung, Beratung und Begleitung. Wir arbeiten mit Überzeugung unter dem Leitsatz: „Auf den Anfang kommt es an.“

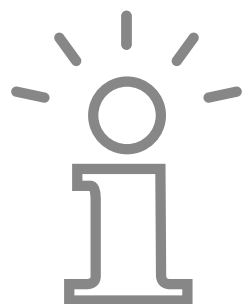
Auch im Frühjahrs-/ Sommersemester 2026 begleiten wir Sie mit einem vielfältigen Programm. Neu dabei: Das ganztägige Ferienbetreuungsangebote FlexWoche „Traumberufe erleben“, welches tageweise gebucht werden kann, und Kursangebote wie Yoga oder Spielkreise auf Englisch.

Weiteres Highlight des Semesters ist der Vortrag „Das gewünschtste Wunschkind aller Zeiten treibt mich in den Wahnsinn: Der entspannte Weg durch Trotzphasen“ mit Bestseller Autorin Danielle Graf. Mit unseren vielfältigen Angeboten begleiten wir Familien in allen Lebensphasen – denn Familien liegen uns am Herzen!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Herzlichst, Ihre

Beate Bindereif-Mergel
Geschäftsführerin



team **das** kooperationen
haus der
 außenstellen **familie**
 familienbildung in stadt und landkreis
 heilbronn

Folgen Sie uns auf Instagram



Inhaltsverzeichnis

Das Team	8
Hier finden Sie uns	12
Unsere Außenstellen	13
FAMILIENSTART	
Rund um die Geburt	18
Anlaufstelle rund um Schwangerschaft und Geburt	34
Thementalk mit Hebamme	35
Thementalk mit Psychologin	46
Sternenkinder	50
Fitness nach der Geburt	53
PEKiP/LEFino	64
Babymassage und Babyyoga	69
Rollen – Robben – Krabbeln / Laufen	73
babysignal®	74
Babyschwimmen	75
Musikangebote für Babys	78
Kinderschwimmen	80
Familienschwimmen	81
Musikangebote für Kleinkinder	82
Kinderchor „Singzwerg“	84
Spielkreise	85
Kindertreffs	100
ELTERN SEIN	
Beratungsangebote	110
Workshops	118
Austausch und Gespräch	121
Regenbogenfamilien	126
Hochsensibilität	128
Wissenswertes für Familien	134
Gesundheit für Kinder	140
Vorträge für Eltern	143
Angebote für Paare	158
Väter willkommen	159
Digitale Familienwerkstatt	172
KINDER UND JUGENDLICHE	
Kreativ	186
Bewegen und Entspannen	192
Erleben und Entdecken	196
Erfolgreich lernen	204
KinderFerienBox Oster-, Pfingst- und Sommerferien	206
Ganztägige Ferienbetreuungen „Mit Spaß in die Ferien“	236

Inhaltsverzeichnis

GESUND – FIT – KREATIV

Informationen und Vorträge	248
Körpererfahrung und Entspannung	254
Fitness und Bewegung	255
Kreatives Gestalten	257

HAUS DER FAMILIE SPEZIAL

Känguruh-Theater für Kinder	262
KiLi – KinderLiteratur im Trappenseeschlösschen	268
Kindergeburtstage	275
wellcome	278
Kooperation Kontaktstelle Frau und Beruf	280
Elternseminare außer Haus, Angebote für Kitas, Schulen, Unternehmen	281
Fortbildungen	282
Selbsthilfegruppen	284
Übersicht Kursleiter:innen	285
Allgemeine Geschäftsbedingungen	292
Datenschutzerklärung	294
Impressum	294

Entdecken Sie unvergessliche Familienmomente im Haus der Familie!

Verschenken Sie einen **Gutschein** für vielfältige Aktivitäten und gemeinsame Erlebnisse. Schaffen Sie bleibende Erinnerungen – ein Geschenk, das Herz und Familie verbindet.



Der Geschenkgutschein lässt sich für jedes Angebot im Haus einlösen und die Höhe des Betrags ist frei wählbar. Gutscheine erhalten Sie bei den Ansprechpartnerinnen der Anmeldung und Verwaltung während unserer Öffnungszeiten.



Das Team

Geschäftsführung

Beate Bindereif-Mergel

Geschäftsführerin

Tel. 07131 27692-30 · bindereif-mergel@hdf-hn.de

Heike Neubauer

Assistenz der Geschäftsführung

Tel. 07131 27692-41 · Neubauer@hdf-hn.de

Helena Gauert

Sonderprojekte

Tel. 07131 27692-53 · gauert@hdf-hn.de

Marketing und Öffentlichkeitsarbeit

Carolin Knöchel

Tel. 07131 27692-51 · knoechel@hdf-hn.de

Klara Back

Tel. 07131 27692-47 · back@hdf-hn.de

Business Development

Sophia Mayer

Fachbereichsleiterin

Tel. 07131 27692-37 · mayer@hdf-hn.de

Anja Kleppin

Referentin „Willkommen in Heilbronn. Baby, Besuch für Dich!“

Tel. 07131 27692-31 · kleppin@hdf-hn.de

Anke Moravek

Verwaltung „Willkommen in Heilbronn. Baby Besuch für Dich!“

Tel. 07131 27692-35 · moravek@hdf-hn.de

Susanne Häberle

Lotsin „Anlaufstelle rund um Schwangerschaft und Geburt in Heilbronn“, Hebamme

Tel. 07131 27692-44 · haeberle@hdf-hn.de

Telefonische Sprechzeiten:

Montag: 08.30 – 11.00 Uhr

Dienstag: 10.00 – 12.00 Uhr

Mittwoch: 08.30 – 11.00 Uhr

Das Team

Familienstart und Ferienbetreuung

Birgit Egner-Hoffmann

Fachbereichsleiterin

Tel. 07131 27692-36 · egner-hoffmann@hdf-hn.de

Lea Hofstetter

Referentin Familienstart

Tel. 07131 27692-46 · hofstetter@hdf-hn.de

Katharina Klenk

Referentin Familienstart

Tel. 07131 27692-32 · klenk@hdf-hn.de

Christina Marian

Leiterin der Außenstellen Abstatt und Weinsberg

marian@hdf-hn.de

Christina Reinmann

Referentin Ferienbetreuung

Tel. 07131 27692-39 · reinmann@hdf-hn.de

Jasmin Wurmitzer

Verwaltung Ferienbetreuung

Tel. 07131 27692-48 · wurmitzer@hdf-hn.de

Heike Leimbach

Verwaltung Ferienbetreuung

Tel. 07131 27692-43 · ferienbetreuung@hdf-hn.de

Pädagogik / Eltern sein

Anja Weißerth

Fachbereichsleiterin

Tel. 07131 27692-45 · weisserth@hdf-hn.de

Kerstin Augustin

Referentin Kinder und Jugendliche, Verbraucher-,

Ernährungsbildung

Gesund – Fit – Kreativ

Tel. 07131 27692-52 · augustin@hdf-hn.de

Dr. Sylvia Klinge

Stellvertretende Fachbereichsleiterin

Referentin Pädagogik/Eltern sein

Tel. 07131 27692-54 · klinge@hdf-hn.de

Sabine Firit

Referentin Treffpunkt Familie

Tel. 07131 27692-30 · firit@hdf-hn.de

Das Team

Wellcome

Petra Ehmann-Lang

Koordinatorin

Tel. 07131 27692-30, Montag, 14.00 – 16.00 Uhr

heilbronn@wellcome-online.de

Treffpunkt Familie

Alev Yörük

Projektkoordinatorin

Am Wollhaus 18

74072 Heilbronn

Tel. 07131 8984153 oder Mobil 0160 94681388 · yoeruek@hdf-hn.de

Helen Wagner

Mitarbeiterin Treffpunkt Familie

info@hdf-hn.de

Melahat Ariöz

Mitarbeiterin Treffpunkt Familie

info@hdf-hn.de

Anmeldung und Verwaltung

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Ute Frank

Leiterin Verwaltung

Tel. 07131 27692-34 · frank@hdf-hn.de

Kristl Barth-Carbonara

Mehtap Cokceken

Hannelore Hesch

Anke Moravek

Kristina Öztürk

Jacqueline Reikowski (Hauswirtschaft/Verwaltung)

Mandy Berhold (Hauswirtschaft/Verwaltung)

Geschäftsstelle

Erich-Mendelsohn-Straße 1C

74076 Heilbronn

Tel. 07131 27692-30

info@hdf-hn.de

www.hdf-hn.de

Sie erreichen uns:

Montag bis Donnerstag

08.30 – 13.00 Uhr und 14.00 – 17.00 Uhr

Freitag

08.30 – 13.00 Uhr und 14.00 – 16.00 Uhr

Bankverbindung:

Kreissparkasse Heilbronn

IBAN DE31 6205 0000 0000 1339 15, BIC HEISDE66XXX

Amtsgericht Stuttgart, HRB 747793, Steuer-Nr. 6520939632

Abonnieren Sie unseren Newsletter



Hier finden Sie uns

Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Straße 1C, 74076 Heilbronn



Parken mit dem PKW

- › Parkhaus experimenta, kostenloses Parken gegen Entwertung der Parkkarte am Empfang des Haus der Familie
- › Quartiersgarage Neckarbogen, zum öffentlichen Tarifsysteem

Öffentliche Verkehrsmittel

Haltestellen Hauptbahnhof (Zugang über die Buga-/Blitzbrücke), Neckarturm oder Europaplatz

Anreise mit dem Fahrrad

Kostenlose Fahrradparkplätze befinden sich direkt vor dem Gebäude

Unsere Außenstellen

Auch im Landkreis Heilbronn sind wir mit vier Außenstellen vertreten

Abstatt

FiZ (Familie im Zentrum), Beilsteiner Straße 5, 74232 Abstatt

- › Vorbereitung auf das Stillen
- › PEKiP
- › LEFinio
- › Babymassage
- › Rollen-Robben-Krabbeln/Laufen
- › Yoga und Spiel

Abstatt- Happenbach, Friedenskirche, Richard-Bäuerle-Str. 3

- › MamaWORKOUT – Beckenbodenkräftigung mit Baby
- › MAMA WORKOUT – Ganzkörperkräftigung mit Baby

Bad Wimpfen

Georg-Simler-Straße 5, 74206 Bad Wimpfen

- › PEKiP

Neckarsulm

Gemeindehaus Viktorshöhe, Damaschkestraße 23, 74172 Neckarsulm

- › PEKiP

Weinsberg

Backhaus, Welfengasse 2, 74189 Weinsberg

- › PEKiP



musik baby kleinkind
familien- stillen
 alles **start** vor und nach
 wichtige der geburt
 gemeinsam spielen bewegung



Foto: Adobe Stock, kolinka_tanya

Alles rund um den Familienstart

Im Bereich „Familienstart“ finden Sie alles, was Sie brauchen, um sich körperlich und emotional auf die Geburt Ihres Kindes, das Leben mit dem Baby und Ihre neue Rolle als junge Eltern vorzubereiten. Mit unseren Angeboten profitieren Eltern und Kinder gleichermaßen: Während die Erziehungskompetenz der Eltern gestärkt wird, werden Motorik, Kognition sowie

die Sprachfähigkeiten der Kinder verbessert. Im ersten Lebensjahr stehen die Bindung sowie frühkindliche Bildung im Fokus: Die ganzheitliche Förderung aller Sinne und des sozialen Miteinanders werden im Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP), in LEFinO und anschließend in Spielkreisen gestärkt. Zum ganzheitlichen Bildungsansatz gehören außerdem altersgerechte

Musikangebote, bei denen Eltern in der individuellen Förderung ihrer Kinder geschult werden. Die Kursinhalte werden von unseren qualifizierten Dozentinnen und Dozenten an die aktuellen gesellschaftlichen Entwicklungen angepasst und orientieren sich am Bildungs- und Qualitätsverständnis unseres Leitbilds.

Inhaltsverzeichnis

Rund um die Geburt	18
Anlaufstelle rund um Schwangerschaft und Geburt	34
Thementalk mit Hebamme	35
Thementalk mit Psychologin	46
Sternenkinder	50
Fitness nach der Geburt	53
PEKiP/LEFino	64
Babymassage und Babyyoga	69
Rollen – Robben – Krabbeln / Laufen	73
babysignal®	74
Babyschwimmen	75
Musikangebote für Babys	78
Kinderschwimmen	80
Familienschwimmen	81
Musikangebote für Kleinkinder	82
Kinderchor „Singzwerg“	84
Spielkreise	85
Kindertreffs	100

Neu im Programm

Osteopathie

in der Schwangerschaft und für Babys



Foto: Adobe Stock/Studio Romantic

Die Vorträge informieren über die Wirkungsweise der Osteopathie in der Schwangerschaft sowie bei Neugeborenen und zeigt auf, wann eine Behandlung sinnvoll sein kann.

Weitere Infos auf Seite 27



Kurse auf Englisch



Foto: Adobe Stock/space oak

- English playtime
- Baby yoga and baby massage
- Hatha yoga for moms and for pregnant women

Weitere Infos auf Seite 29



Geburtsvorbereitung auf die Bauchgeburt



Foto: KI-generiert

Unser Angebot gibt Orientierung rund um eine geplante Geburt. Zudem werden Themen wie Heilung, Mobilisation und die Verarbeitung des Geburtserlebnisses im Wochenbett aufgegriffen.

Weitere Infos auf Seite 25





BABY

Siehe auch

„Papa to be – Der Säuglingskurs für (werdende) Väter“ auf Seite 161

Säuglingskurs zur Vorbereitung auf das Baby

In unserem Säuglingskurs begleiten wir Sie auf dem Weg zu einem sicheren Start ins Familienleben. Sie lernen, wie Sie Ihr Baby sicher halten, wickeln und baden, was es bei der Erstausrüstung wirklich braucht und wie Sie eine gesunde Schlafumgebung schaffen. Auch Themen wie Stillen, Flaschenernährung, das Schlafverhalten von Neugeborenen und die ersten Entwicklungsschritte werden behandelt. Praktische Übungen mit Puppen geben Ihnen Gelegenheit, das Gelernte direkt auszuprobieren.

Im **Intensivkurs** nehmen wir uns ausreichend Zeit, um alle Themen detailliert zu behandeln. Unser Ziel ist es, Ihnen nicht nur Wissen zu vermitteln, sondern auch Vertrauen in sich selbst zu entwickeln. Der Kurs bietet Raum für Fragen, Austausch und individuelle Anliegen – ganz gleich, ob Sie zum ersten Mal Eltern werden, bereits Erfahrung mitbringen, Adoptiv- oder Pflegeeltern sind. Ein besonderes Extra: Ein Nachtreffen nach der Geburt zum Austausch von Erfahrungen ist inklusive (zzgl. einer Pauschale von 10,00 Euro/Familie bei Teilnahme).

Der **Kompaktkurs** richtet sich an alle, die weniger Zeit zur Verfügung haben, aber dennoch gut vorbereitet sein möchten. An einem Vormittag erhalten Sie alle wichtigen Informationen in konzentrierter Form – praxisnah und verständlich.

INTENSIV UND UMFASSEND

262H101101	2 x Di., 17.03. + 24.03.2026, 18:30 - 21:30 Uhr 1 x Sa., 28.03.2026, 09:00 - 13:30 Uhr
261H101102	2 x Di., 10.11. + 17.11.2026, 18:30 - 21:30 Uhr 1 x Sa., 21.11.2026, 09:00 - 13:30 Uhr
Leitung:	Regina Engelhardt, Kinderkrankenschwester, Still- und Laktationsberaterin IBCLC
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	99,- € Einzelperson inkl. Infomaterial 146,- € pro Paar inkl. Infomaterial

KOMPAKTKURS AN EINEM TAG

262H101102	Sa., 16.05.2026, 8:30 – 14:00 Uhr
262H101103	Sa., 11.07.2026, 8:30 – 14:00 Uhr
Leitung:	Regina Engelhardt, Kinderkrankenschwester, Still- und Laktationsberaterin (IBCLC)
261H101101	Sa., 26.09.2026, 8:30 – 14:00 Uhr
Leitung:	Jennifer Kapteina, Still- und Laktationsberaterin (IBCLC), Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	55,- € pro Person inkl. Infomaterial

Juhu, wir werden Großeltern

SEMINAR FÜR WERDENDE GROSSELTERN

Großeltern werden ist gar nicht so schwer. Aber genau wie der Alltag der werdenden Eltern, verändert sich auch das Leben von Oma und Opa, wenn sie in die Betreuung der Enkelkinder mit einbezogen werden und ihren eigenen Kindern mit Rat und Tat zur Seite stehen möchten. Wir werden über Ihre eigenen Erfahrungen, als Ihre Kinder zur Welt kamen, sprechen sowie uns mit den Themen Wickeln, Baden, Ernährung, Schreien, Schlafen, Verwöhnen etc. beschäftigen. Gemeinsam überlegen wir, welche Hilfen die jungen Eltern brauchen.

262H101220	Di., 24.02.2026, 18:30 – 21:30 Uhr
262H101221	Di., 09.06.2026, 18:30 – 21:30 Uhr
261H101220	Di., 10.11.2026, 18:30 – 21:30 Uhr
Leitung:	Lea Ranz, Babymassageleiterin, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin (IBCLC)
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	32,- € pro Person inkl. Infomaterial



BABY



Juhu, ich bekomme ein Geschwisterchen

FÜR KINDER VON 3 BIS 6 JAHREN MIT BEGLEITPERSON

Dieser Kurs richtet sich an Kinder ab 3 Jahren, die ein (weiteres) Geschwisterchen bekommen. Die Kinder lernen den richtigen Umgang mit dem Baby und alles, was dazu gehört. Der Kurs baut spielerisch Ängste ab und weckt das Interesse am Geschwisterchen. Die Kinder lernen, wie ein Baby gewickelt, gebadet, angezogen, gekuschelt und gefüttert wird, welches ein geeignetes oder gefährliches Spielzeug für das Baby ist und wie sie Mama und Papa bei der Versorgung des Säuglings unterstützen können. Jedes Kind darf eine Puppe oder einen Teddy zum Üben mitbringen. Am Ende des Kurses gibt es für die werdenden Geschwister eine Urkunde für die erfolgreiche Teilnahme.

Bitte mitbringen: Stofftier oder Puppe zum Üben, rutschfeste Socken

251H101226	Fr., 27.02.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
262H101222	Fr., 08.05.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
262H101223	Fr., 17.07.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
261H101221	Fr., 25.09.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
261H101222	Fr., 04.12.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
Leitung:	Laura Ohligs, Bindungsorientierte Familienbegleiterin (BFB)
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	24,- € für Mutter und Kind



Foto: Adobe Stock, Louis-Photo



Vorbereitung auf das Stillen

In diesem Angebot erhalten Sie umfassende Informationen zu den Themen Stillen, unkomplizierter Stillbeginn und eine harmonische Stillbeziehung zwischen Ihnen und Ihrem Baby. Es ist sinnvoll, sich bereits in der Schwangerschaft über das Stillen zu informieren. Natürlich werden auch Fragen beantwortet, wie z.B. ist mein Kind satt? Darf ich alles essen? Ergänzt wird das Angebot durch das Ausprobieren von Stilltechniken.

262H101201	Di., 14.04.2026, 19:00 – 21:00 Uhr
262H101202	Di., 16.06.2026, 19:00 – 21:00 Uhr
262H101203	Di., 11.08.2026, 19:00 – 21:00 Uhr
261H101201	Di., 20.10.2026, 19:00 – 21:00 Uhr
261H101202	Di., 01.12.2026, 19:00 – 21:00 Uhr
Leitung:	Regina Engelhardt, Kinderkrankenschwester, Still- und Laktationsberaterin IBCLC
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	18,- €

IN ABSTATT

262A101201	Di., 24.03.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
261A101201	Di., 10.11.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
Leitung:	Lea Ranz, Babymassageleiterin, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin (IBCLC)
Ort:	Abstatt, FiZ, Beilsteiner Str. 5
Gebühr:	27,- €

Besuchen Sie auch unser offenes Baby- und Stillcafé „Babynest“ auf Seite 120

Siehe auch unsere gebührenfreie Stillberatung auf Seite 113



BABY

Geburtsvorbereitung

AB DEM 4. MONAT DER SCHWANGERSCHAFT

Für alle Geburtsvorbereitungskurse gilt:

Wegen der Kostenübernahme setzen Sie sich bitte mit Ihrer Krankenkasse in Verbindung.

Wir bieten Geburtsvorbereitungskurse entweder mit wöchentlichen Terminen an, unterschiedliche Kompaktkurse oder Auffrischkurse für Mehrgebärende – Live online. In allen Kursen geht es um die Vorbereitung auf eine natürliche Geburt mit Übungen zu Atmung, Entspannung und Loslassen. Sie erhalten Informationen über Gebärlagen, Wochenbett und Stillen, über Beschwerden in der Schwangerschaft und den Beckenboden. Wir beraten Sie gerne, welcher Geburtsvorbereitungskurs für Sie der passende ist, je nachdem wie viel Zeit Sie haben oder ob Sie bereits ein Kind haben.

Bitte mitbringen: Getränk, Handtuch, kleines Kissen, bequeme Kleidung, warme Socken

WÖCHENTLICH AM ABEND

Siehe auch
„Ich werde Papa!“ Der etwas andere Geburtsvorbereitungskurs unter Männern – Live Online auf Seite 159

262H101301	8 x Mo., 23.02. – 20.04.2026, 17:30 – 19:15 Uhr
262H101304	7 x Do., 05.03. – 23.04.2026, 17:45 – 19:45 Uhr
262H101302	8 x Di., 14.04. – 09.06.2026, 17:00 – 18:45 Uhr
262H101303	8 x Mo., 04.05. – 06.07.2026, 17:30 – 19:15 Uhr
262H101306	8 x Di., 16.06. – 04.08.2026, 17:00 – 18:45 Uhr
262H101305	8 x Mo., 20.07. – 21.09.2026, 17:30 – 19:15 Uhr
262H101307	8 x Di., 25.08. – 13.10.2026, 17:00 – 18:45 Uhr
261H101303	7 x Do., 17.09. – 05.11.2026, 17:45 – 19:45 Uhr
261H101301	8 x Mo., 05.10. – 23.11.2026, 17:30 – 19:15 Uhr
261H101302	8 x Di., 27.10. – 15.12.2026, 17:00 – 18:45 Uhr
Leitung:	Susanne Häberle, Hebamme
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	199,60 € Gesamtgebühr 159,60 € zzgl. 40,- € Partnergebühr für den 3. + 4. Termin

KOMPAKTKURS AN ZWEI WOCHENENDEN

262H101320	1 x Fr., 20.03.2026, 17:30 – 21:30 Uhr 2 x Sa., 21.03. + 28.03.2026, 09:30 – 14:30 Uhr
262H101321	1 x Fr., 17.07.2026, 17:30 – 21:30 Uhr 2 x Sa., 18.07. + 25.07.2026, 09:30 – 14:30 Uhr
261H101321	1 x Fr., 16.10.2026, 17:30 – 21:30 Uhr 2 x Sa., 17.10. + 24.10.2026, 09:30 – 14:30 Uhr
Leitung:	Susanne Häberle, Hebamme
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	209,60 € Gesamtgebühr 159,60 € zzgl. 50,00 € Partnergebühr für den 1. Samstagstermin

KOMPAKTKURS FÜR PAARE

262H101330	1 x Fr., 17.04.2026, 17:30 – 21:30 Uhr 2 x Sa., 18.04. + 25.04.2026, 09:30 – 14:30 Uhr
262H101331	1 x Fr., 08.05.2026, 17:30 – 21:30 Uhr 2 x Sa., 09.05. + 16.05.2026, 09:30 – 14:30 Uhr
261H101331	1 x Fr., 18.09.2026, 17:30 – 21:30 Uhr 2 x Sa., 19.09. + 26.09.2026, 09:30 – 14:30 Uhr
261H101332	1 x Fr., 13.11.2026, 17:30 – 21:30 Uhr 2 x Sa., 14.11. + 21.11.2026, 09:30 – 14:30 Uhr
Leitung:	Susanne Häberle, Hebamme
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	299,60 € pro Paar 159,60 € zzgl. 140,00 € Partnergebühr



BABY



AUFFRISCHUNGSKURS FÜR MEHRGEBÄRENDE – LIVE ONLINE

262H101335 4 x Do., 05.03. – 26.03.2026, 9:00 – 10:45 Uhr

261H101335 4 x Do., 03.09. – 24.09.2026, 9:00 – 10:45 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: 80,– €

AUFFRISCHUNGSKURS FÜR MEHRGEBÄRENDE AM ABEND

262H101337 4 x Do., 18.06. – 09.07.2026, 17:45 – 19:30 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Gebühr: 80,– €



Foto: Adobe Stock, pressmaster



Geburtsvorbereitung auf die Bauchgeburt (Kaiserschnitt)

AB DEM 4. MONAT DER SCHWANGERSCHAFT

Viele werdende Eltern fühlen sich von Berichten über Kaiserschnitte verunsichert. Dieser Kurs richtet sich an Schwangere, die sich über eine Bauchgeburt informieren und vorbereiten möchten. Unsere Hebamme vermittelt an drei Abenden das Wichtigste rund um geplante und ungeplante Kaiserschnitte.

Sie erfahren, wie eine Bauchgeburt abläuft, welche Entscheidungen Sie mitgestalten können und wie Ihr Partner Sie im OP sowie danach unterstützen kann. Auch Situationen, in denen ein Kaiserschnitt erst während der Geburt notwendig wird, werden erklärt, inklusive Bonding und Erstversorgung des Babys.

Zum Abschluss geht es um das Wochenbett nach der Operation: Heilung, Mobilisation, Stillbeginn und Wege, das Geburtserlebnis gut zu verarbeiten.

So gehen Sie gut informiert, sicherer und mit einem gestärkten Gefühl in Ihre Bauchgeburt.

Der Kurs findet 2 x vor Ort und 1 x online (letzter Termin) statt.

Bitte mitbringen: Getränk, Handtuch, kleines Kissen, bequeme Kleidung, warme Socken

262H101340 3 x Do., 07.05. – 28.05.2026, 17:45 – 19:45 Uhr

262H101341 3 x Do., 27.08. – 10.09.2026, 17:45 – 19:45 Uhr

261H101340 3 x Do., 19.11. – 03.12.2026, 17:45 – 19:45 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Gebühr: 68,– € Einzelperson
128,– € pro Paar

NEU

Für alle Geburtsvorbereitungskurse gilt:

Wegen der Kostenübernahme setzen Sie sich bitte mit Ihrer Krankenkasse in Verbindung.



Wehen, Wellen, Kontraktionen – Ein positives Mindset für die Geburt

Auch wenn wir wissen, dass Wehen zur Geburt unseres Kindes notwendig sind, ist die Sorge vor dem Schmerz der Wehen da. In diesem Kurs lernen Sie eine neue Perspektive zu den Wehen zu finden, sich mental auf die Wehen vorzubereiten und in der Geburt mit den Wehen umzugehen, um auf selbstbestimmte Weise ihr Kind empfangen zu können.

262H101451 Do., 23.04.2026, 19:00 – 21:00 Uhr

262H101452 Do., 18.06.2026, 19:00 – 21:00 Uhr

Leitung: Justina Popp-Nowak, Psychologin (M.Sc.)

Ort: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Gebühr: 33,- €

Hypnobirthing – Mentale Geburtsvorbereitung

AB DEM 4. MONAT DER SCHWANGERSCHAFT

Dieser Kurs ist eine Geburtsvorbereitung, die Sie unterstützt, Ihr Vertrauen in sich selbst und in Ihre eigenen Fähigkeiten zu stärken, damit Sie der Geburt Ihres Babys mit Vorfreude, Zuversicht und Gelassenheit begegnen können. Wissen, Techniken und Methoden werden vermittelt, die es für eine positive und selbstbestimmte Geburt braucht. Sie lernen, wie Sie sich mental und körperlich optimal auf die Geburt Ihres Kindes vorbereiten können. Sie verstehen, wie die Muskelschichten der Gebärmutter ganz sanft und reibungslos arbeiten, welchen Einfluss Ängste dabei auf die Geburt haben und wie Sie diese Ängste lösen können. Egal ob Sie eine Hausgeburt, eine Geburt im Geburtshaus, eine Klinikgeburt oder einen Kaiserschnitt planen, in diesem Kurs sind Sie richtig.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, warme Socken

FÜR PAARE

262H101401 4 x So., 01.03. – 22.03.2026, 10:00 – 13:00 Uhr

262H101402 4 x So., 14.06. – 05.07.2026, 10:00 – 13:00 Uhr

261H101401 4 x So., 08.11. – 29.11.2026, 10:00 – 13:00 Uhr

Leitung: Alina Schmidt, HypnoBirthing-Leiterin (HBGE/HypnoBirthing Gesellschaft Europa GmbH)

Ort: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Gebühr: 420,- € pro Paar inkl. Infomaterial, Tee u. Gebäck

Osteopathie in der Schwangerschaft

VORTRAG

Viele Schwangerschaftsbeschwerden können durch eine osteopathische Behandlung positiv beeinflusst werden: Das Spektrum reicht von Übelkeit, Verspannungen, Wassereinlagerungen, ISG-Blockaden bis zur Vorbereitung der Muskulatur auf die Geburt. In dem Vortrag wird auf die Wirkungsweise einer osteopathischen Behandlung eingegangen und die Methode der Craniosacraletherapie erläutert. Nach dem Austausch steht Ihnen die Dozentin für Fragen zur Verfügung und Sie können in den gemeinsamen Austausch gehen.

262H120101 Mi., 25.03.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Leitung: Martina Borrmann, Osteopathin, Schmerztherapeutin

Ort: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Gebühr: 10,- €

NEU

Siehe auch

„Osteopathie für Babys“ auf Seite 141



Foto: Adobe Stock, Studio Romantic





Yoga für Schwangere – am Abend

AB DER 12. WOCHE DER SCHWANGERSCHAFT

Gönnen Sie sich und Ihrem Kind eine wohltuende Auszeit! Unsere Yoga-Kurse für Schwangere bieten Ihnen zwei besondere Wege, Körper und Geist in der Schwangerschaft zu stärken. Beide Kurse begleiten Sie liebevoll durch diese besondere Zeit und fördern Ihr Wohlbefinden auf ganzheitliche Weise.

Das **Kundalini-Yoga** für Schwangere legt den Schwerpunkt auf die Aktivierung Ihrer inneren Energie durch Atemübungen, Meditation und sanfte Bewegungsabläufe. Es hilft, Ängste abzubauen, Ihre Intuition zu stärken und eine tiefe Verbindung zu Ihrem Baby aufzubauen.

Im **Hatha-Yoga** stehen sanfte Körperübungen, Atemtechniken und Entspannung im Fokus, um Ihre Muskulatur zu kräftigen, Verspannungen zu lösen und innere Ruhe zu fördern. Der Kurs unterstützt Sie dabei, sich körperlich wohlfühlen und sich gut auf die Geburt vorzubereiten.

Bitte mitbringen: Decke, bequeme Kleidung, Getränk

KUNDALINI-YOGA FÜR SCHWANGERE

262H101501	8 x Mo., 04.05. – 06.07.2026, 17:15 – 18:45 Uhr
Leitung:	Stefanie Himmelreich-Lavcanski, Kundalini-Yoga-lehrerin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	132,- €

HATHA-YOGA FÜR SCHWANGERE

262H101520	5 x Do., 16.04. – 21.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
262H101522	5 x Do., 18.06. – 16.07.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
261H101521	5 x Do., 19.11. – 17.12.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr:	82,50 €
262H101523	4 x Do., 30.07. – 20.08.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr:	66,- €
261H101520	6 x Do., 01.10. – 12.11.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Gebühr:	99,- €
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Leitung:	Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin

NEW! Courses in English

Join our courses with English speaking teachers



Foto: Adobe Stock/ space oak

We look forward to your visit

- Prenatal Hatha yoga
- Hatha yoga for moms with baby
- Baby yoga and baby massage
- English playtime

Register at www.hdf-hn.de
or directly via the QR code.





BABY

Prenatal Hatha Yoga in the evening

FROM THE 4TH MONTH OF PREGNANCY

Treat yourself and your child to some relaxing time out! Our yoga classes for pregnant women offer you two special ways to strengthen your body and mind during pregnancy.

Hatha yoga focuses on gentle physical exercises, breathing techniques, and relaxation to strengthen your muscles, release tension, and promote inner peace. The class helps you feel physically comfortable and prepare well for childbirth.

To bring: blanket, comfortable clothing

NEW

See also: other english courses „Hatha yoga for moms with baby“ on page 57 and „English Playtime“ on page 91

262H101521	6 x Wed., 15.04. – 20.05.2026, 19:45 – 21:15 Uhr
261H101522	6 x Wed., 30.09. – 11.11.2026, 19:45 – 21:15 Uhr
Fee:	82,50 €
262H101525	4 x Wed., 29.07. – 19.08.2026, 19:45 – 21:15 Uhr
Fee:	66,– €
261H101524	5 x Wed., 17.06. – 15.07.2026, 19:45 – 21:15 Uhr
262H101523	5 x Wed., 18.11. – 16.12.2026, 19:45 – 21:15 Uhr
Fee:	82,50 €
Instructor:	Mandy Berthold, yoga instructor (for children), art therapist
Place:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C



BABY

Pilates für Schwangere – am Abend

AB DER 12. WOCHE DER SCHWANGERSCHAFT

Dieses Kursangebot unterstützt Sie mit Bewegung und innerer Balance in der Schwangerschaft: Muskeln in der Tiefe spüren und stärken, den Geist erholen und entspannen. Pilates als Ganzkörpertraining unterstützt das Wohlbefinden in der Schwangerschaft und beugt Schwangerschaftsbeschwerden vor. Pilates für Schwangere ist besonders für Frauen in der Schwangerschaft konzipiert und beinhaltet ein sanftes Übungsprogramm für den Rücken und den gesamten Körper. Dabei steht die Freude an der Bewegung immer im Vordergrund. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Bitte mitbringen: Handtuch, Wolldecke, bequeme Kleidung, warme Socken

262H121110	10 x Fr., 27.02. – 22.05.2026, 16:30 – 17:30 Uhr
261H121110	10 x Fr., 09.10. – 11.12.2026, 16:30 – 17:30 Uhr
Gebühr:	126,– €
262H121111	7 x Fr., 03.07. – 14.08.2026, 16:30 – 17:30 Uhr
Gebühr:	88,– €
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Leitung:	Olesia Mokstadt, Pilates- und Fitnesstrainerin



Fitness in der Schwangerschaft

AB DER 12. WOCHE DER SCHWANGERSCHAFT

Unsere Fitnesskurse für Schwangere bieten Ihnen die Möglichkeit, sich während der Schwangerschaft bewusst zu bewegen, Ihren Körper zu kräftigen und Ihr Wohlbefinden zu fördern. Alle Übungen sind speziell auf die veränderten körperlichen Bedürfnisse in der Schwangerschaft abgestimmt – sanft, sicher und effektiv.

Im Rückentraining nach **Antara®** für Schwangere liegt der Fokus auf einer stabilen Körpermitte, einer gesunden Haltung und der bewussten Aktivierung des tiefen Core-Systems. Durch achtsam aufgebaute Bewegungsabläufe stärken Sie gezielt Ihre Tiefenmuskulatur und entlasten Ihren Rücken – eine ideale Vorbereitung auf die Geburt und die Zeit danach.

Im **Pränatal-Fitnesskurs** stärken Sie gezielt Ihre Muskulatur und fördern Ihr Wohlbefinden während der Schwangerschaft. Sanfte Bewegungsabläufe unterstützen die Stabilität des Körpers und helfen, Schwangerschaftsbeschwerden zu reduzieren. Gleichzeitig lernen Sie, durch Atem- und Entspannungstechniken Ruhe zu finden und innere Balance zu erleben.

Der **fitdankbaby®Pre** verbessert Ihre Ausdauer, kräftigt die Muskulatur und bereitet Sie funktionell auf die körperlichen Herausforderungen von Schwangerschaft und Geburt vor. Dabei steht auch der Spaß an der Bewegung im Mittelpunkt – angepasst an Ihr individuelles Fitnesslevel.

Bitte mitbringen: Handtuch, Sportkleidung, Getränk



RÜCKENTRAINIG IN DER SCHWANGERSCHAFT NACH ANTARA®

262H121201 10 x Di., 05.05. – 21.07.2026, 18:45 – 19:45 Uhr

261H121201 10 x Di., 15.09. – 24.11.2026, 18:45 – 19:45 Uhr

Leitung: Birgit Nöthen, Physiotherapeutin, Fitnesstrainerin, Beckenbodentherapeutin, Antara-Trainerin

Ort: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Gebühr: 133,– €

PRÄNATAL FITNESS AB DER 12. WOCHE DER SCHWANGERSCHAFT

Bitte mitbringen: Handtuch, Wolldecke, bequeme Kleidung, warme Socken

262H121101 8 x Mi., 18.03. – 20.05.2026, 8:30 – 9:30 Uhr

262H121102 8 x Mi., 10.06. – 29.07.2026, 8:30 – 9:30 Uhr

261H121101 8 x Mi., 23.09. – 18.11.2026, 8:30 – 9:30 Uhr

Leitung: Johanna Meckl, Kundalini-Yogalehrerin, Physiotherapeutin

Ort: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Gebühr: 107,– €

FITDANKBABY®PRE

262H121301 6 x Do., 12.03. – 30.04.2026, 8:30 – 9:30 Uhr

262H121302 6 x Do., 11.06. – 16.07.2026, 8:30 – 9:30 Uhr

261H121301 6 x Do., 17.09. – 22.10.2026, 8:30 – 9:30 Uhr

Leitung: Svenja Jung, Tanzpädagogin, Fitdankbaby®Trainerin

Ort: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Gebühr: 76,– €



Siehe auch Übersicht aller Fitnessangebote auf Seite 62.

NEU

Pränatal Fitness

Ist durch die Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP) zertifiziert.

Wegen der Kostenübernahme setzen Sie sich bitte mit Ihrer Krankenkasse in Verbindung.

Anlaufstelle rund um Schwangerschaft und Geburt



Foto: Adobe Stock/Africa-Studio

Unsere Lotsin Hebamme Susanne Häberle

Tel. 07131 27692-44
haeberle@hdf-hn.de

Tel. Sprechzeiten: Montag bis Mittwoch von 9 – 12 Uhr



- Sie sind auf der Suche nach einer Beratung rund um die Themen Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett?
- Unsere Hebamme hat ein offenes Ohr für Sie und wir finden gemeinsam mit Ihnen passende Lösungen
- Enge Zusammenarbeit mit lokalen Akteuren der geburtshilflichen Versorgung in Heilbronn



Weitere Infos unter www.hdf-hn.de
oder direkt über den QR-Code.



BABY

Themen-Talk mit Hebamme – LIVE ONLINE

Mit dem Live-Online Angebot „Themen-Talk“ begleitet Hebamme Susanne Häberle Schwangere durch die gesamte Schwangerschaft und Wochenbettphase. Wöchentlich gibt Susanne Häberle Input zu Themen rund um die Schwangerschaft und Geburt. Danach steht der Austausch zwischen den Teilnehmerinnen im Fokus und es ist Raum für Fragen.

Das Angebot ist für alle Interessierten offen: Frauen, die keine Hebamme gefunden haben, die eine Zweitmeinung zu bestimmten Themen wünschen, die einfach den Austausch mit anderen Frauen suchen oder Erfahrungen von anderen Müttern hören möchten.

Von Baby Blues bis Wochenbettdepression – LIVE ONLINE

Jede werdende Mutter hat vermutlich schon davon gehört und doch sind die „unschönen Gefühle“ nach einer Geburt eher ein Tabu-Thema. Stimmungsschwankungen, Heultage, Hormoncocktail, aber auch Selbstzweifel, übermäßige Sorgen, das Gefühl der Überforderung, können die erste Zeit mit dem Baby trüben. Dies kann nicht nur die frischgebackene Mutter, sondern auch den Partner sowie den engsten Familien- und Freundeskreis verunsichern und ratlos machen. Oft stellt sich die Frage, was noch als „normal“ gilt und wann Handlungsbedarf besteht. Wo findet man Hilfe in solchen Momenten? In diesem Themen-Talk erläutert Hebamme Susanne Häberle verschiedene Definitionen und Abgrenzungen zu Baby Blues und Wochenbettdepression. Dabei werden nicht nur präventive Maßnahmen erörtert, sondern auch Anlaufstellen und Unterstützungsmöglichkeiten für den Akutfall aufgezeigt.

262H125102 Do., 26.02.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

262H125112 Do., 23.07.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei



Vorbereitung auf das Wochenbett – LIVE ONLINE

Sowohl das Früh- als auch das Spätwochenbett sind ganz besondere Zeiten im Leben einer Mutter und der Familie. Wir wollen gemeinsam besprechen, wie sich diese Zeit genießen, aber auch vorab organisieren lässt. Hebamme Susanne Häberle teilt dabei Einblicke aus ihrem eigenen Erfahrungsschatz als Hebamme und vierfache Mutter. Im Rahmen dieses Themen-Talks werden auch die körperlichen Vorgänge und Heilungsprozesse, die in dieser Zeit stattfinden, thematisiert.

262H125101 Do., 05.03.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

262H125111 Do., 09.07.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei



Foto: Adobe Stock, Louis-Paul Photo



Gute Pflege bei Geburtsverletzungen – LIVE ONLINE

Jedes geburtshilfliche Team möchte mütterliche Geburtsverletzungen unter der Geburt vermeiden. Und doch kommt es gelegentlich zu einem Dammriss oder in bestimmten Situationen auch zu einem Dammschnitt. Wie diese Wunden versorgt werden und wie die Abheilung und Pflege im Wochenbett aussehen kann, bespricht Hebamme Susanne Häberle in diesem Themen-Talk. Alle Fragen sind willkommen.

262H125116 Do., 12.03.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

261H125102 Do., 17.09.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei

Osteopathie in der Schwangerschaft und in der ersten Zeit mit Baby – LIVE ONLINE

In diesem Themen-Talk begrüßt Hebamme Susanne Häberle die langjährig erfahrene Osteopathin Martina Borrmann, die in ihrer Praxis Schwangere und auch Babys behandelt. Sie gibt einen Überblick, bei welchen Schwangerschaftsbeschwerden und nach welchen Geburtsverläufen sowohl für die Mutter als auch für das Neugeborene eine osteopathische Behandlung hilfreich sein kann. Praxisnah gibt sie Beispiele dafür, wie Osteopathie das Trinkverhalten und die Mobilität eines Säuglings verändern und beeinflussen kann.

262H125117 Do., 19.03.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme und Martina Borrmann, Osteopathin, Schmerztherapeutin

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei

NEU

NEU

Siehe auch unseren Vortrag „Osteopathie in der Schwangerschaft“ auf Seite 27



BABY

Stillen: Erstes Anlegen im KreiBsaal – LIVE ONLINE

NEU

In diesem Themen-Talk geht es um die Klärung von Begriffen wie ‚Breast Crawl‘, ‚Kolostrum-Gewinnung‘, ‚Clusterfeeding‘, aber vor allem auch um den Stillbeginn und das erste Anlegen im KreiBsaal nach der Geburt. Auch das erste Anlegen nach einem Kaiserschnitt bespricht Hebamme Susanne Häberle, das häufig mehr Hilfe und Unterstützung braucht. Weitere Angebote und Anlaufstellen bei besonderen Stillsituationen und Problematiken werden ebenfalls genannt.

262H125118 Do., 26.03.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

262H125122 Do., 16.07.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei

Dehnungsübungen und Massagen für die Geburt – LIVE ONLINE

NEU

In diesem Themen-Talk zeigt Hebamme Susanne Häberle einfache, aber wirkungsvolle Übungen, die für bestimmte Muskelpartien unter der Geburt hilfreich sein können und die sich gut in den Alltag vor der Geburt integrieren lassen. Auch Massagetechniken zur Unterstützung der Geburtsarbeit werden vorgestellt.

262H125103 Do., 02.04.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

262H125114 Do., 03.09.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei

Wie komme ich durch eine lange Latenzphase? – LIVE ONLINE

NEU

Die Latenzphase ist laut Definition die beginnende Eröffnung des Muttermundes, welche auch mehrere Stunden bis Tage dauern kann. Hebamme Susanne Häberle gibt praktische Tipps, was die werdende Mutter und ihre Begleitperson während dieser Phase der Geburt tun können. Sie nennt viele Beispiele für zuhause, bei einer stationären Aufnahme oder auch im Freien an der frischen Luft. Der Umgang mit den ersten Wehen kann so entspannt angegangen werden.

262H125104 Do., 16.04.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

262H125115 Do., 10.09.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei

Gebären in heutiger Zeit – zwischen weiblicher Intuition und Wehen-App – LIVE ONLINE

NEU

Kaum ist eine Frau schwanger, ist sie oft einer medialen Flut an Beiträgen rund um die Geburt ausgesetzt. Dazu kommen empfohlene Apps bezüglich der Wehen, dem Stillen, den Wachstumsschüben des Kindes. Wie lässt sich diese Wissens- und Informationsfülle gut für Schwangerschaft und Geburt nutzen, und was ist eigentlich mit der eigenen „Intuition und inneren Stimme“?

Hebamme Susanne Häberle möchte ermutigen, einen individuellen und intuitiven Weg für sich und die Geburt zu finden – ohne auf eine sinnvolle Lieblings-App verzichten zu müssen.

262H125105 Do., 23.04.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

261H125101 Do., 24.09.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei



BABY



Verschiedene Atemtechniken für die Geburt – LIVE ONLINE

NEU

Die Atmung, während der Wehenarbeit, ist sowohl für das Kind als auch für den Gebärmuttermuskel, sowie für das Schmerzempfinden der Mutter essenziell wichtig. Hebamme Susanne Häberle weiß als vierfache Mutter, wovon sie spricht. In diesem Themen-Talk erklärt sie anschaulich den Sinn des Tönens und der gleichmäßigen tiefen Bauchatmung. Verschiedene Atemtechniken werden vorgestellt und vorgeatmet. Auch die Partner und Geburtsbegleiter sind in diesem Themen-Talk herzlich willkommen.

262H125119 Do., 30.04.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei

Bürokratie vor der Geburt – eine Übersicht– LIVE ONLINE

Siehe auch

Vortrag „Elternzeit
und Elterngeld“
auf Seite 137

Dieser Themen-Talk möchte ein wenig Licht ins Dunkel bringen und aufzeigen, welche bürokratischen Vorgänge rund um eine Schwangerschaft auf Sie zukommen, zu welchem Zeitpunkt und wo man Unterstützung und Informationen zum Ausfüllen der Anträge findet. Eine gute, rechtzeitige Vorbereitung und Organisation dieser Themen verschaffen Gelassenheit und Zeit für Miteinander, wenn das Kind geboren ist.

262H125106 Do., 07.05.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei

Infos zu Geburtsort und Kliniktasche – LIVE ONLINE

In diesem Themen-Talk gibt Hebamme Susanne Häberle Einblicke in die unterschiedlichen Einrichtungen in und um Heilbronn und deren Angebote, um den passenden Ort für die Geburt zu finden. Neben der Auswahl des Geburtsortes werden auch praktische Tipps für die Zusammenstellung der Kliniktasche besprochen – was ist wichtig, was kann zu Hause bleiben. Ihre persönlichen Erfahrungen und Fragen sind dabei herzlich willkommen.

262H125107 Do., 21.05.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei



Foto: Adobe Stock, nataladerabira





BABY

Geburtsplan – sinnvoll oder nicht? – LIVE ONLINE

Vom Trend einen Geburtsplan zu erstellen hat jede Schwangere schon gehört. In diesem Themen-Talk wird besprochen, was für einen guten Geburtsverlauf wichtig und wünschenswert sein könnte.

Wie sich die Wünsche und Vorstellungen mit dem Klinikpersonal und der Begleitperson kommunizieren lassen, ist eine andere Frage. Aber auch dafür hat Hebamme Susanne Häberle so einige praktische Tipps.

262H125108 Do., 28.05.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei

Sanfte Vorbereitung auf die Geburt – LIVE ONLINE

Siehe auch
„Geburtsvorbereitung
auf die Bauchgeburt
(Kaiserschnitt)“ auf
Seite 25

Hebamme Susanne Häberle führt in sanfte Methoden der Geburtsvorbereitung ein, darunter die geburtsvorbereitende Akupunktur und die Dammmassage. Zusätzlich werden traditionelle und moderne Ansätze wie Himbeerblättertee, Heublumendampfbäder, die Louwen-Diät und die Wirkung von Datteln erläutert. Dabei werden nicht nur die Anwendungsmöglichkeiten, sondern auch Kontraindikationen und neueste Erkenntnisse berücksichtigt.

262H125109 Do., 11.06.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei

Anzeichen für den Geburtsbeginn – LIVE ONLINE

Ob beim ersten oder beim zweiten Kind - die spannenden Fragen „Wann geht es los und wie wird es losgehen?“ beschäftigt jede Schwangere kurz vor der Geburt. Hebamme Susanne Häberle gibt praktische und anschauliche Tipps, um sich möglichst entspannt und rechtzeitig auf den Weg in die Klinik zu machen. Dabei werden der Geburtsbeginn mit vorzeitigem Blasensprung sowie der Geburtsbeginn mit Wehentätigkeit besprochen.

262H125120 Do., 18.06.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei

Vorbereitung für den Umgang mit Geburts- wehen – LIVE ONLINE

Wie fühlen sich Wehen an? Wie weh tun Wehen wirklich? Was hilft, um gut durch eine Wehe zu kommen? Hebamme Susanne Häberle zeigt anschaulich, was während einer Wehe im Körper geschieht und was zu unterschiedlichen Zeitpunkten und Phasen unter der Geburt gut tut. Eine vertrauensvolle, positive Einstellung, sind während einer Geburt ebenso wichtig, wie eine entspannte Atmung und die selbstgewählte Körperhaltung.

262H125110 Do., 25.06.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei

NEU

Siehe auch
„Wehen, Wellen,
Kontraktionen – ein po-
sitives Mindset für die
Geburt“ auf Seite 26



BABY



BABY

Mögliche Schmerzmittel unter der Geburt - LIVE ONLINE

NEU

Der Geburtstermin steht an und die Gedanken beginnen zu kreisen. Wie wird es sich anfühlen? Werde ich mit den Wehen und der Atmung zurechtkommen? Und was wenn nicht? Was, wenn der Schmerz zu groß wird? In diesem Themen-Talk beschreibt Hebamme Susanne Häberle die möglichen Varianten an Schmerzmitteln, die im Kreißsaal, je nach Bedarf und Situation, zur Verfügung stehen.

262H125121 Do., 02.07.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei

Wissenswertes zu Fruchtblase, Plazenta und Nabelschnur - LIVE ONLINE

NEU

Warum heißt es eigentlich Fruchtwasser und wie lang ist eine Nabelschnur? Wie groß und schwer ist eine Plazenta und wann wird sie geboren? Wie sieht sie aus und was passiert mit ihr nach der Geburt? Hebamme Susanne Häberle geht auf die Physiologie, aber auch auf Besonderheiten bei der Plazentageburt ein und erklärt anhand der neuen S3 Leitlinie das geburtshilfliche Vorgehen.

262H125123 Do., 30.07.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei



BABY

Gründe und Varianten der Geburtseinleitung - LIVE ONLINE

NEU

Die Geburtseinleitung ist ein sehr umstrittenes Thema, zu dem unterschiedliche Erfahrungsberichte kursieren. Das kann eine schwangere Frau sehr verunsichern. Hebamme Susanne Häberle stellt die unterschiedlichen medizinischen Indikationen für eine Geburtseinleitung vor, sowie die verschiedenen Methoden und Wirkungsweisen. Auch „nicht-medikamentöse“ Möglichkeiten werden besprochen.

262H125113 Do., 06.08.2026, 16:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Susanne Häberle, Hebamme

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei



Themen-Talk mit Psychologin – LIVE ONLINE

Für alle Kurse gilt:

Vor Kursbeginn wird ein Link zugesandt, der den Zugang zum virtuellen Raum ermöglicht.

Im „Themen-Talk mit Psychologin“ steht die seelische Gesundheit während der Schwangerschaft bis zum Ende des Wochenbetts im Fokus. Jeder Themen-Talk widmet sich einem bestimmten Thema. Nach einem fachlichen Input von Psychologin Justina Popp-Nowak haben die Teilnehmerinnen im gemeinsamen Gespräch die Möglichkeit, sich untereinander auszutauschen.

Vor Kursbeginn wird dir ein Link zugesandt, der dir den Zugang zum virtuellen Raum ermöglicht.

Wie eine bessere Schmerzverarbeitung während der Geburt gelingen kann – LIVE ONLINE

In diesem Themen-Talk werden die Möglichkeiten zu einer besseren Schmerzverarbeitung während der Geburt thematisiert. Gemeinsam machen Sie eine Übung zur Reduktion von Schmerzerleben. Anschließend gibt Ihnen Psychologin Justina Popp-Nowak einen fachlichen Input zum Thema Schmerzverarbeitung. Der gemeinsame Austausch zum Schluss ist dafür da, dass Sie all Ihre Fragen stellen können und hilfreiche Anregungen und Tipps bekommen, wie Sie mit dem Schmerzerlebnis umgehen können.

262H122501	Do., 26.03.2026, 19:00 – 20:00 Uhr
Leitung:	Justina Popp-Nowak, psych. Psychotherapeutin
Ort:	online
Gebühr:	gebührenfrei

Ein guter Start in die Mutter-Kind-Beziehung – LIVE ONLINE

In diesem Themen-Talk dreht sich alles um die Beziehung zwischen Mutter und Kind. Gemeinsam starten Sie mit einer Übung zur achtsamen Entspannung. Anschließend gibt Ihnen Psychologin Justina Popp-Nowak einen fachlichen Input zu den Themen Mutterschaft und Bindung. Danach bleibt im Austausch genügend Zeit, um Ihre persönlichen Fragen zu stellen und Tipps zum Aufbau einer sicheren Bindung zu Ihrem Baby zu erhalten.

262H122502	Do., 16.04.2026, 19:00 – 20:00 Uhr
Leitung:	Justina Popp-Nowak, psych. Psychotherapeutin
Ort:	online
Gebühr:	gebührenfrei

Die Bedeutung der Achtsamkeit für eine positive Elternschaft – LIVE ONLINE

In diesem Themen-Talk dreht sich alles um Ressourcen, Achtsamkeit und wie diese die Elternschaft positiv beeinflussen können. Gemeinsam machen Sie eine Übung, um Achtsamkeit zu erleben. Anschließend gibt Ihnen Psychologin Justina Popp-Nowak einen fachlichen Input zum Thema Achtsamkeit. Im Austausch erhalten Sie wertvolle Anregungen und Tipps zur individuellen Umsetzung der Achtsamkeit – speziell in den ersten Lebenswochen des Babys.

262H122503	Do., 07.05.2026, 19:00 – 20:00 Uhr
Leitung:	Justina Popp-Nowak, psych. Psychotherapeutin
Ort:	online
Gebühr:	gebührenfrei





Siehe auch
„Resilienz und
Selbstwert“
auf Seite 149

Stress bewältigen und Resilienz stärken – LIVE ONLINE

In diesem Themen-Talk steht die Resilienz und Widerstandsfähigkeit in Bezug auf Stressbewältigung im Fokus. Gemeinsam wird ein Teil der Stunde für eine praktische Übung zur achtsamen Entspannung gewidmet. Anschließend gibt Psychologin Justina Popp-Nowak einen fachlichen Input zu Stresserleben und Stressreaktionen. Zum Schluss bleibt im Austausch genügend Zeit, Ihre Fragen zu stellen und Tipps zur Erweiterung der persönlichen Resilienz im Umgang mit Stress zu erhalten.

262H122504	Do., 11.06.2026, 19:00 – 20:00 Uhr
Leitung:	Justina Popp-Nowak, psych. Psychotherapeutin
Ort:	online
Gebühr:	gebührenfrei

Gemeinsam als Paar in eine gute Elternschaft starten – LIVE ONLINE

In diesem Themen-Talk geht es um einen guten Start in die Elternschaft - und zwar als Paar. Partnerinnen und Partner sind zu diesem Themen-Talk herzlich eingeladen. Ein Teil der Stunde wird einer Partnerübung gewidmet. Anschließend gibt Psychologin Justina Popp-Nowak einen fachlichen Input unter anderem auf den Einfluss der Elternschaft auf die Paarbeziehung und Infos zu Beziehungen an sich. Der Fokus wird auf die Gesprächsebene nach der gewaltfreien Kommunikation gelegt. Zum Abschluss bleibt in einem gemeinsamen Austausch genügend Zeit für Ihre Fragen und Sie erhalten wertvolle Anregungen und Tipps für (mehr) Zufriedenheit in der Partnerschaft.

262H122505	Do., 02.07.2026, 19:00 – 20:00 Uhr
Leitung:	Justina Popp-Nowak, psych. Psychotherapeutin
Ort:	online
Gebühr:	gebührenfrei

Angebote für Eltern mit Sternenkindern

Dem Haus der Familie ist es ein besonderes Anliegen, Eltern von Sternenkindern zu begleiten, zu stärken und ihnen einen geschützten Raum für Austausch zu bieten. Aus diesem Grund wurden neue Formate wie Gesprächskreise, kreative Workshops zur Trauerverarbeitung und informative Vorträge ins Leben gerufen.

Gesprächskreis für Eltern zum Thema Fehlgeburt

Sobald zukünftige Eltern von der Schwangerschaft erfahren, wächst auch die Vorfreude über das neue Leben, welches heranwächst. Aber was geschieht, wenn die Schwangerschaft unerwartet endet und die Eltern Abschied von ihrem Kind nehmen müssen? Ein solcher Verlust kann, unabhängig von der Schwangerschaftsphase, zu großer Trauer und schmerzhaften Emotionen führen. In diesem Gesprächskreis haben wir die Möglichkeit, uns über „das, was war“, „das, was ist“ und über „das, worauf man hofft“ in einem geschützten Rahmen auszutauschen. Der Gesprächskreis richtet sich an alle Eltern, die eine Fehlgeburt bis zur ca. 20. SSW erlebt haben.

Der Gesprächskreis findet 14-tägig donnerstags von 19:30 bis 21:00 statt.
Termine und Anmeldung:



Leitung:	Mareike Hempfing, Sozialassistentin, Trauerbegleiterin bei Fehlgeburt
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	gebührenfrei

Gesprächskreis für Eltern von Sternenkindern

AB DER 20. SSW

Den Verlust eines Kindes in der fortgeschrittenen Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt zu erleben, ist eine zutiefst schmerzhafteste Erfahrung, die Eltern oft unvorbereitet trifft und nur schwer zu bewältigen ist. Unser Gesprächskreis ist ein Ort des Austauschs für Eltern, die diesen Verlust ab der 20. SSW erlebt haben (kein therapeutischer Kreis). Ob Sie Ihre Geschichte teilen oder einfach nur zuhören möchten – im Gesprächskreis finden Sie ein offenes Ohr und eine unterstützende Gemeinschaft.

Weitere Informationen zum Gesprächskreis erhalten Sie von Katrin Lasinski unter Volkenband@hotmail.com.

Der Gesprächskreis findet monatlich, jeweils am ersten Mittwoch von 19:00 bis 21:00 Uhr statt.

Termine und Anmeldung;



Leitung:	Katrin Lasinski, Mutter von zwei Sternenkindern, Akutbegleiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	gebührenfrei

Folgeschwangerschaft nach Verlust eines Kindes

Der Verlust eines Kindes wiegt immer schwer – egal zu welchem Zeitpunkt. Doch wie geht man mit dieser Erfahrung um, wenn eine Folgeschwangerschaft im Raum steht? In diesem Seminar erhalten Sie umfassende Informationen und Unterstützung rund um das Thema „Folgeschwangerschaft nach dem Verlust eines Kindes“. Eine Hebamme und eine Trauerbegleiterin unterstützen Sie an diesem Tag. Gemeinsam wird neben den medizinischen Aspekten auch ein Schwerpunkt auf die psychischen und seelischen Herausforderungen, die betroffene Frauen und Familien hierbei erleben, gelegt. Es wird Raum für Erfahrungsberichte und einen offenen Austausch gegeben.

Gemeinsam werden Sorgen formuliert, praktische Hilfen und Tipps für den Alltag gegeben und kreative Gestaltungsmöglichkeiten genutzt. Ziel ist es, Mut zu machen, Ängste zu verstehen und Wege zu finden, um gestärkt in und durch eine neue Schwangerschaft zu gehen.

262H101971	Sa., 28.02.2026, 10:00 – 14:00 Uhr
Leitung:	Susanne Häberle, Hebamme, Katrin Lasinski, Mutter von zwei Sternenkindern, Akutbegleiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	10,- €



Kreativer Trauertreff – Gestalten für die SternenKinder

Ein Kind zu verlieren, bringt oft einen langen Weg der Trauer mit sich. Es kann gut tun, sich in dieser Zeit mit anderen Betroffenen auszutauschen und verschiedene Formen der Verarbeitung auszuprobieren. An diesem Abend bieten wir die Möglichkeit, etwas in kreativer Form für das Grab oder für eine Erinnerungsecke des Kindes zu gestalten. Ein Windlicht mit Transparentpapier, einen mit Acrylfarbe bemalten Stern oder einen mit Serviettentechnik gestalteten Stein, kann ganz persönlich und individuell für das Sternenkind hergestellt werden. Nebenher ist Zeit für Austausch, Tee und Gebäck. Nicht nur das Gebastelte nimmt man an diesem Abend mit nach Hause, - auch das Wissen, dass man in dieser schwierigen Situation nicht alleine ist.

262H101970	Mi., 25.03.2026, 19:00 – 21:00 Uhr
Leitung:	Susanne Häberle, Hebamme
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	5,- € Materialkosten

Rückbildungsgymnastik

AB 8 WOCHEN NACH DER GEBURT

Es gibt Rückbildungskurse mit oder ohne Baby. In allen Kursen entwickeln Sie ein Bewusstsein für Ihren Körper. Die Stärkung der Beckenbodenmuskulatur steht in Theorie und mit praktischen Übungen im Mittelpunkt. Am Ende jedes Kurses gibt es einen Entspannungsteil.

Bitte mitbringen: Handtuch, bequeme Kleidung, warme Socken

OHNE BABY AM ABEND

262H101601	8 x Mo., 23.02. – 20.04.2026, 19:45 – 21:00 Uhr
262H101602	8 x Di., 14.04. – 09.06.2026, 19:15 – 20:30 Uhr
262H101603	8 x Mo., 04.05. – 06.07.2026, 19:45 – 21:00 Uhr
262H101604	8 x Di., 16.06. – 04.08.2026, 19:15 – 20:30 Uhr
262H101605	8 x Mo., 20.07. – 21.09.2026, 19:45 – 21:00 Uhr
262H101606	8 x Di., 25.08. – 13.10.2026, 19:15 – 20:30 Uhr
261H101601	8 x Mo., 05.10. – 23.11.2026, 19:45 – 21:00 Uhr
261H101602	8 x Di., 27.10. – 15.12.2026, 19:15 – 20:30 Uhr
Leitung:	Susanne Häberle, Hebamme
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	114,- €



Für alle Rückbildungskurse gilt:

Wegen der Kostenübernahme setzen Sie sich bitte mit Ihrer Krankenkasse in Verbindung.



MIT BABY AM VORMITTAG – LIVE ONLINE

262H101610	8 x Do., 05.03. – 30.04.2026, 11:15 – 12:30 Uhr
262H101611	8 x Do., 07.05. – 09.07.2026, 11:15 – 12:30 Uhr
262H101612	8 x Do., 23.07. – 24.09.2026, 11:15 – 12:30 Uhr
261H101610	8 x Do., 15.10. – 03.12.2026, 11:15 – 12:30 Uhr
Leitung:	Susanne Häberle, Hebamme
Ort:	online
Gebühr:	114,– €

Ganzheitlicher Rückbildungskurs

AB 4 WOCHEN NACH DER GEBURT

Ziel dieses Kurses ist es, die Beckenbodenmuskulatur funktionell zu trainieren. Im Rahmen des Kursprogramms werden gezielt die verschiedenen Systeme der Beckenbodenmuskulatur gekräftigt. Darüber hinaus werden Erkenntnisse aus der Trainingslehre und der Rückenschule für die Umsetzung in den Alltag berücksichtigt. Es werden Wahrnehmungs- und Entspannungsübungen, bewusste Bewegungslenkung des Beckenbodens, Entlastungspositionen, Wiederherstellung eines muskulären Gleichgewichts und ein funktionelles Muskeltraining der Beckenbodenmuskulatur vermittelt. Dabei steht der Spaß an der Bewegung immer im Vordergrund.

Bitte mitbringen: Handtuch, Wolldecke, bequeme Kleidung, warme Socken

MIT BABY AM ABEND

262H101641	10 x Mi., 18.03. – 17.06.2026, 11:00 – 12:30 Uhr
Gebühr:	182,50 €
262H101642	6 x Mi., 24.06. – 29.07.2026, 11:00 – 12:30 Uhr
Gebühr:	108,– €
261H101641	8 x Mi., 23.09. – 18.11.2026, 11:00 – 12:30 Uhr
Gebühr:	144,– €
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Leitung:	Johanna Meckl, Kundalini-Yogalehrerin, Physiotherapeutin

OHNE BABY AM ABEND

262H101650	10 x Di., 05.05. – 21.07.2026, 20:00 – 21:00 Uhr
261H101650	10 x Di., 15.09. – 24.11.2026, 20:00 – 21:00 Uhr
Leitung:	Birgit Nöthen, Physiotherapeutin, Fitnesstrainerin, Beckenbodentherapeutin, Antara-Trainerin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	133,– €



Foto: Adobe Stock, peopleimages.com





BABY

Hatha-Yoga für Mama mit Baby

AB DEM 3. MONAT NACH DER GEBURT

Siehe auch

„Kobra, Katze, Hund – Kinderyoga“ auf Seite 195

Erleben Sie wertvolle Zeit auf der Yoga-Matte für sich und Ihr Baby! Unsere Yoga-Kurse für Mamas mit Baby sind speziell darauf ausgerichtet, Sie in der aufregenden Zeit nach der Geburt zu begleiten. Beide Kurse bieten Ihnen die Möglichkeit, sich mit anderen Müttern auszutauschen und gemeinsam Momente der Entspannung und Stärkung zu erleben.

Im Hatha-Yoga stärken Sie sanft Ihre Muskulatur, lösen Verspannungen und finden Ruhe – eine wertvolle Auszeit für Körper und Geist, die Ihnen hilft, wieder Kraft zu schöpfen. Die Übungen sind so gestaltet, dass Sie sich wohlfühlen und gleichzeitig Ihrem Körper Zeit geben, sich zu regenerieren.

Bitte mitbringen: Handtuch, Wolldecke, bequeme Kleidung, warme Socken

262H101720	6 x Di., 14.04. – 19.05.2026, 10:45 – 12:00 Uhr
261H101720	6 x Di., 29.09. – 10.11.2026, 10:45 – 12:00 Uhr
Gebühr:	82,- €
262H101721	5 x Di., 16.06. – 14.07.2026, 10:45 – 12:00 Uhr
261H101721	5 x Di., 17.11. – 15.12.2026, 10:45 – 12:00 Uhr
Gebühr:	68,- €
262H101722	4 x Di., 28.07. – 18.08.2026, 10:45 – 12:00 Uhr
Gebühr:	55,- €
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Leitung:	Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin



BABY

Hatha yoga for moms with babies

FROM 8 WEEKS AFTER BIRTH

Our yoga classes for moms with babies are specially designed to support you during the exciting time after giving birth.

In Hatha Yoga, you gently strengthen your muscles, release tension, and find calm – a valuable time-out for body and mind that helps you regain your energy. The exercises are designed to ensure you feel comfortable while giving your body the time it needs to recover.

to bring: blanket, comfortable clothing, your child's favourite toy

262H101730	6 x Tue., 14.04. – 19.05.2026, 15:30 – 16:45 Uhr
261H101730	6 x Tue., 29.09. – 10.11.2026, 15:30 – 16:45 Uhr
Fee:	82,- €
262H101731	5 x Tue., 16.06. – 14.07.2026, 15:30 – 16:45 Uhr
261H101731	5 x Tue., 17.11. – 15.12.2026, 15:30 – 16:45 Uhr
Fee:	68,- €
262H101732	4 x Tue., 28.07. – 18.08.2026, 15:30 – 16:45 Uhr
Fee:	55,- €
Place:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Instructor:	Mandy Berthold, yoga instructor (for children), art therapist

NEW

See also other english courses „Prenatal Hatha yoga“ on page 30 and „English playtime“ on page 91



Fitness nach der Geburt

Unsere Fitnesskurse für Mamas nach der Geburt bieten Ihnen vielseitige Möglichkeiten, wieder aktiv zu werden, neue Kraft zu tanken und Ihren Körper gezielt zu stärken – ganz nach Ihrem Bedarf mit oder ohne Baby.

Das Antara®-Training richtet sich an Mütter, die ihren Körper gezielt und ganzheitlich stabilisieren möchten. Hier steht die tiefenwirksame Kräftigung der Körpermitte im Mittelpunkt – besonders für Beckenboden, Rumpf und Rücken. Die ruhigen, präzisen Bewegungsabfolgen fördern Stabilität, Körperwahrnehmung und Haltung. Dieser Kurs eignet sich ideal als Aufbau nach der Rückbildung, meist ohne Baby.

Im fitdankbaby®-Kurs wird ein funktionelles Ganzkörpertraining mit spielerischen Elementen kombiniert. Ihr Kind ist aktiv ins Training eingebunden – in speziellen Tragegurten oder auf der Matte – während Sie Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit stärken. Der Kurs bietet nicht nur Fitness, sondern auch Nähe, Spaß und Austausch mit anderen Müttern.

Beim **MamaWorkout Beckenbodenkräftigung** mit Baby werden alle Muskelpartien wieder gestärkt, die sich durch Schwangerschaft und Geburt verändert haben. Besonderes Augenmerk liegt dabei auf Beckenboden und Bauchmuskeln. Für diesen Kurs sollte die Wochenbettphase abgeschlossen und die bisherige Rückbildung und Wundheilung ohne Komplikationen abgelaufen sein.

MamaWorkout Ganzkörpertraining richten sich an alle Mütter, die die Rückbildung abgeschlossen haben und nun sportlich weiter fit werden möchten. Sie kräftigen und straffen gezielt die Muskulatur von Kopf bis Fuß. Ihr Baby wird in die Übungen integriert

Bitte mitbringen: Handtuch, Sportkleidung

Pilates für Mamas mit Baby

AB 12 WOCHEN NACH DER GEBURT

Der Kurs richtet sich speziell an Mütter, die nach der Schwangerschaft und Geburt ihren Körper wieder in Form bringen möchten. Bei Pilates handelt es sich um ein effektives Ganzkörpertraining. Das Ziel ist, den Körper zu stärken, zu formen und aufzurichten und daneben noch Spaß am Training zu haben. Wenige Monate nach der Geburt ist es wichtig, die geraden Bauchmuskeln sehr vorsichtig und langsam wieder aufzubauen. Neben sämtlichen anderen Körperpartien wird ein zusätzlicher Fokus auf den Beckenboden und die schrägen Bauchmuskeln gelegt.

Bitte mitbringen: Handtuch, Wolldecke, bequeme Kleidung, warme Socken

262H102710	10 x Fr., 27.02. – 22.05.2026, 14:30 – 15:30 Uhr
261H102710	10 x Fr., 09.10. – 11.12.2026, 14:30 – 15:30 Uhr
Leitung:	Olesia Mokstadt, Pilates- und Fitnesstrainerin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	126,- €
262H102701	10 x Mi., 18.03. – 17.06.2026, 9:45 – 10:45 Uhr
Leitung:	Johanna Meckl, Kundalini-Yogalehrerin, Physiotherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	133,- €
262H102702	6 x Mi., 24.06. – 29.07.2026, 9:45 – 10:45 Uhr
Leitung:	Johanna Meckl, Kundalini-Yogalehrerin, Physiotherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	80,- €
262H102711	7 x Fr., 03.07. – 14.08.2026, 14:30 – 15:30 Uhr
Leitung:	Olesia Mokstadt, Pilates- und Fitnesstrainerin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	88,- €
261H102701	8 x Mi., 23.09. – 18.11.2026, 9:45 – 10:45 Uhr
Leitung:	Johanna Meckl, Kundalini-Yogalehrerin, Physiotherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	107,- €





BABY

FITDANKBABY® MINI
 FÜR EIN ELTERNTEIL UND BABY VON 3 BIS 8 MONATEN

262H102501	6 x Do., 12.03. – 30.04.2026, 9:45 – 11:00 Uhr
262H102502	6 x Do., 11.06. – 16.07.2026, 9:45 – 11:00 Uhr
261H102501	6 x Do., 17.09. – 22.10.2026, 9:45 – 11:00 Uhr
Leitung:	Svenja Jung, Tanzpädagogin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	95,– € Euro

FITDANKBABY® KIDS
 FÜR EIN ELTERNTEIL UND BABY VON 9 BIS 36 MONATEN

262H102511	6 x Do., 12.03. – 30.04.2026, 12:15 – 13:15 Uhr
262H102512	6 x Do., 11.06. – 16.07.2026, 12:15 – 13:15 Uhr
261H102511	6 x Do., 17.09. – 22.10.2026, 12:15 – 13:15 Uhr
Leitung:	Svenja Jung, Tanzpädagogin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	76,– € Euro

MamaWORK-OUT-Kurs ist durch die Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP) zertifiziert.

Wegen der Kostenübernahme setzen Sie sich bitte mit Ihrer Krankenkasse in Verbindung.

MAMAWORKOUT BECKENBODENKRÄFTIGUNG MIT BABY AM VORMITTAG IN ABSTATT – FÜR DIE RÜCKBILDUNG GEEIGNET AB DER 7. WOCHENACH DER SCHWANGERSCHAFT

262A102401	10 x Do., 16.04. – 09.07.2026, 9:15 – 10:15 Uhr
261A102401	10 x Do., 24.09. – 03.12.2026, 9:15 – 10:15 Uhr
Leitung:	Jessica Luithle, Sportwissenschaftlerin B.A., Fitnesstrainerin
Ort:	Abstatt-Happenbach, Friedenskirche, Richard-Bäuerle-Str. 3
Gebühr:	124,– €

MAMAWORKOUT GANZKÖRPER-KRÄFTIGUNG MIT BABY IN ABSTATT AM VORMITTAG AB DER 16. WOCHENACH DER GEBURT

262A102402	10 x Do., 16.04. – 09.07.2026, 10:30 – 11:30 Uhr
261A102402	10 x Do., 24.09. – 03.12.2026, 10:30 – 11:30 Uhr
Leitung:	Jessica Luithle, Sportwissenschaftlerin B.A., Fitnesstrainerin
Ort:	Abstatt-Happenbach, Friedenskirche, Richard-Bäuerle-Str. 3
Gebühr:	124,– €



Foto: Adobe Stock, Drazen



BABY

Fitness und Entspannung

Kurse zur Stärkung vor und nach der Geburt

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		08.30 Uhr Pränatal Fitness für Schwangere	08.30 Uhr fitdankbaby® Pre für Schwangere	
			09.15 Uhr Absatt MamaWORKOUT Beckenboden Kräftigung mit Baby	
		09.45 Uhr Pilates für Mama mit Baby	09.45 Uhr fitdankbaby® Mini mit Baby	
			10.30 Uhr Abstatt MamaWORKOUT Ganzkörperkräftigung mit Baby	
15.30 Uhr Kundalini-Yoga für Mama mit Baby	15.30 Uhr Hatha yoga for moms with baby course in English	11.00 Uhr Ganzheitlicher Rückbildungskurs für Mama mit Baby	11.15 Uhr Rückbildungsgymnastik für Mama mit Baby – LIVE ON-LINE	14.30 Uhr Pilates für Mama mit Baby
	18.45 Uhr Rückentraining für Schwangere nach Antara®			16.30 Uhr Pilates für Schwangere
	19.15 Uhr Rückbildungsgymnastik ohne Baby		18.00 Uhr Hatha-Yoga für Schwangere	
19.45 Uhr Rückbildungsgymnastik ohne Baby	20.00 Uhr Ganzheitlicher Rückbildungskurs ohne Baby		19.45 Uhr Prenatal Hatha yoga for pregnant women course in English	

Planen Sie Ihre Woche mit unseren Fitnessangeboten: kompakt und übersichtlich dargestellt

Anmeldung unter www.hdf-hn.de
oder direkt über den QR-Code.





BABY



Prager-Eltern-Kind-Programm

BEWEGUNGS- UND SPIELANREGUNGEN FÜR BABYS
IM 1. JAHR

Mit PEKiP gut begleitet durch das aufregende erste Lebensjahr

Das erste Lebensjahr ist für Babys und Eltern ein ganz besonderes Jahr, in dem sowohl die Babys als auch die Eltern viele neue Erfahrungen machen. PEKiP begleitet Sie dabei, Ihr Baby auf seinem individuellen Entwicklungsstand „abzuholen“ und ihm liebevoll durch (Spiel-)Anregungen nächste Schritte aufzuzeigen und seine individuellen Bedürfnisse wahrzunehmen. PEKiP stärkt die Beziehung zwischen Eltern und Baby und ermöglicht den Kindern erste soziale Kontakte zu Gleichaltrigen.

Im Austausch mit anderen Eltern und der zertifizierten PEKiP-Gruppenleiterin lernen Sie von – und miteinander und erhalten Antworten, Anregungen und Unterstützung auf Ihre Fragen.

In der PEKiP-Gruppe treffen sich Eltern mit Babys ab der 4. – 6. Lebenswoche. Die Babys sind im gleichen Alter, ein späterer Einstieg ist möglich.

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.hdf-hn.de.

Bitte mitbringen: Zwei Bade- und Moltontücher, Ersatzwindel und für die Eltern leichte, bequeme Kleidung und Socken.

Unsere Kursformate

Wir bieten PEKiP in unterschiedlichen Formaten an:

Kurse mit 30 Terminen begleiten Sie und Ihr Baby in einer festen Gruppe durch das ganze erste Lebensjahr. Die Gebühr beträgt für dieses Kursangebot 11,60 € pro Treffen und wird in drei Raten à 116,– € abgebucht.

Flexibilität für Sie und Ihr Baby?

Mehr Flexibilität bei der Planung? Dann sind unseren neuen PEKiP-Kompaktkurse mit je 15 Terminen genau das Richtige für Sie! Der **Kompaktkurs 1** startet in der 4-6 Lebenswoche Ihres Babys. Späteinsteiger*innen haben die Möglichkeit, im **Kompaktkurs 2** hinzuzukommen.

Hinweis: Für Teilnehmer und Teilnehmerinnen aus dem ersten Kurs besteht keine Gewährleistung zur Fortführung des zweiten Kurses.

Die Gebühr pro Kurs liegt bei 13,– € pro Treffen. Die Gebühr pro Kursblock mit 15 Terminen beträgt 195,– €.



BABY



LEFino

ELTERN UND BABYS AKTIV IM 1. JAHR

LEFino ist ein Angebot, das Familien mit ihrem Baby begleitet und unterstützt. Der Leitsatz von LEFino lautet: „Dem Kind kann es nur gut gehen, wenn es Mama und Papa gut geht.“ Der Kurs vermittelt Grundlagen darüber, was Ihr Baby im ersten Lebensjahr benötigt und Sie als Eltern für Ihr Wohlergehen brauchen. LEFino beinhaltet zu den wöchentlichen Vormittagstreffen ein bis zwei Familiensamstage und einen Abend, an dem das Paar im Mittelpunkt steht. An den Vormittagen mit den Babys stehen Streichelmassagen, spielerische Elemente und der Blick auf die Entwicklung des Kindes auf dem Plan sowie Gespräche mit den Eltern. Die Eltern lernen Lieder, Finger- und Bewegungsspiele und Rituale kennen. Die intensive Elternarbeit kann langjährige Kontakte unter den Familien entstehen lassen. LEFino umfasst drei Abschnitte mit je zehn Treffen inklusive Elternabende und Familientreffen. Die Kurse beginnen, wenn die Kinder ca. 6 bis 8 Wochen alt sind, und enden etwa im 12. Lebensmonat. Alle Gruppen werden von ausgebildeten LEFino-Gruppenleiterinnen geleitet. Die Kursgebühr beträgt 9,80 € pro Treffen à 90 Minuten und wird in drei Raten à 98,– € eingezogen. Sie sind für die gesamte Dauer des Kurses (30 Termine) verbindlich angemeldet.

Bitte mitbringen: Zwei Bade- oder Moltontücher, Ersatzwindel und für die Eltern leichte, bequeme Kleidung und Socken.

LEFino-Kompaktkurse in Abstatt:

Die Gebühr pro Kurs liegt bei 11,– € pro Treffen. Die Gebühr pro Kursblock mit 15 Terminen beträgt 165,– €.


PEKiP und LEFinO (30 Termine) in Heilbronn, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Kurs	Geburtsmonate	Tag	Uhrzeit	Leitung	Beginn ca.
262H103103	12/25-1/26	Di.	11:00	B. Weißhardt	02/26 PEKiP
262H103105	1-2/26	Do.	13:30	A. Kleppin	04/26 PEKiP
262H104101	1-2/26	Mi.	09:00	H. Wagner	04/26 LEFinO
262H104102	2-3/26	Mi.	11:00	H. Wagner	04/26 LEFinO
262H103112	3-4/26	Fr.	09:00	S. Firit	06/26 PEKiP
262H103113	4-5/26	Mo.	09:00	E. Jung	07/26 PEKiP
261H103104	5-6/26	Do.	09:00	A. Kleppin	09/26 PEKiP
261H104101	6-7/26	Do.	09:00	P. Mathes	09/26 LEFinO
261H103107	7-8/26	Di.	11:00	B. Weißhardt	10/26 PEKiP
261H103108	7-8/25	Di.	09:00	N.N.	10/26 PEKiP
261H103111	8-9/26	Mo.	11:00	A. Kleppin	11/26 PEKiP
261H103115	9-10/26	Di.	09:00	B. Weißhardt	01/27 PEKiP
261H103114	10-11/26	Do.	13:30	A. Kleppin	01/27 PEKiP
272H103104	12/26-01/27	Mo.	09:00	C. Buck	03/27 PEKiP

PEKiP Kompaktkurse (2 x 15 Termine) in Heilbronn, Erich-Mendelsohn-Straße 1C

Kurs	Geburtsmonate	Tag	Uhrzeit	Leitung	Beginn ca.
262H103101	7-8/25 T2	Mo.	15:30	A. Kleppin	02/26 PEKiP
262H103107	9-10/25 T2	Do.	09:00	A. Kleppin	04/26 PEKiP
262H103110	10-11/25 T2	Do.	11:00	A. Kleppin	15/26 PEKiP
262H103109	11-12/25 T2	Mo.	09:00	A. Kleppin	06/26 PEKiP
262H103102	3-4/26 T1	Mo.	15:30	A. Kleppin	06/26 PEKiP
261H103102	3-4/26 T2	Mo.	15:30	A. Kleppin	11/26 PEKiP
262H103105	1-2/26 T1	Do.	13:30	A. Kleppin	04/26 PEKiP
261H103101	1-2/26 T2	Do.	13:30	A. Kleppin	10/26 PEKiP
262H103102	3-4/26 T1	Mo.	15:30	A. Kleppin	06/26 PEKiP
261H103102	3-4/26 T2	Mo.	15:30	A. Kleppin	11/26 PEKiP
262H103116	5-6/26 T1	Do.	09:00	S. Firit	08/26 PEKiP
261H103103	5-6/26 T2	Do.	09:00	S. Firit	12/26 PEKiP
261H103105	6-7/26 T1	Do.	11:00	A. Kleppin	10/26 PEKiP
272H103101	6-7/26 T2	Do.	11:00	A. Kleppin	03/27 PEKiP



261H103110	8-9/26 T1	Do.	11:00	S. Firit	11/26 PEKiP
272H103102	8-9/26 T2	Do.	11:00	S. Firit	04/27 PEKiP
261H103112	9-10/26 T1	Mo.	09:00	A. Kleppin	12/26 PEKiP
272H103103	9-10/26 T2	Mo.	09:00	A. Kleppin	04/27 PEKiP
272H103106	1-2/27 T1	Mo.	15:30	A. Kleppin	04/27 PEKiP
272H103107	1-2/27 T2	Mo.	15:30	A. Kleppin	09/27 PEKiP

T1 = 1. Teil des Kompaktkurses, T2 = 2. Teil des Kompaktkurses

PEKiP (30 Termine) und LEFinO-Kompaktkurse (2 x 15 Termine) in Abstatt, Familie im Zentrum (FIZ), Beilsteiner Straße 5

Kurs	Geburtsmonate	Tag	Uhrzeit	Leitung	Beginn ca.
262A104101	8-9/25 T2	Mo.	11:15	T. Rommel	03/26 LEFinO
262A103101	12/25-1/26	Di.	09:15	C. Marian	03/26 LPEKiP
262A103102	2-3/26	Di.	11:15	C. Marian	04/26 PEKiP
262A104102	4-5/26 T1	Mo.	09:15	T. Rommel	07/26 LEFinO
262A103103	4-5/26	Mi.	09:15	C. Marian	07/26 PEKiP
261A103101	8-9/26	Mi.	11:15	C. Marian	11/26 PEKiP
261A103102	10-11/26	Di.	09:15	C. Marian	01/27 PEKiP
272A103101	12/26-1/27	Di.	11:15	C. Marian	02/27 PEKiP



PEKiP in Bad Wimpfen, Kursraum, Georg-Simler-Straße 5

Kurs	Geburtsmonat	Tag	Uhrzeit	Leitung	Beginn ca.
262B103101	12/25-1/26	Di.	14:00	M. Fleck	03/26 PEKiP
262B103102	2-3/26	Di.	09:00	M. Fleck	05/26 PEKiP
262B103103	4-5/26	Do.	09:00	J. Filippakis	07/26 PEKiP
261B103101	6-7/26	Di.	11:00	M. Fleck	09/26 PEKiP
261B103102	8-9/26	Fr.	11:00	J. Filippakis	11/26 PEKiP
261B103103	10-11/26	Di.	14:00	M. Fleck	01/27 PEKiP
272B103101	12/26-1/27	Di.	09:00	M. Fleck	03/27 PEKiP

PEKiP in Neckarsulm, Evangelisches Gemeindezentrum Viktorshöhe, Damaschkestraße 23

Kurs	Geburtsmonat	Tag	Uhrzeit	Leitung	Beginn ca.
262N103101	12/25-1/26	Mi.	09:00	S. Firit	02/26 PEKiP
262N103102	2-3/26	Mi.	11:00	S. Firit	05/26 PEKiP
261N103101	5-6/26	Di.	09:00	S. Firit	09/26 PEKiP
261N103102	8-9/26	Di.	11:00	S. Firit	11/26 PEKiP
261N103103	10-11/26	Mi.	09:00	S. Firit	01/27 PEKiP
272N103101	12/26-1/27	Mi.	11:00	S. Firit	03/27 PEKiP

PEKiP in Weinsberg, Backhaus, Welfengasse 2

Kurs	Geburtsmonat	Tag	Uhrzeit	Leitung	Beginn ca.
262W103101	1-2/26	Do.	09:00	C. Marian	04/26 PEKiP
262W103103	3-4/26	Mo.	09:00	C. Marian	06/26 PEKiP
261W103101	6-7/26	Mo.	10:45	C. Marian	09/26 PEKiP
272W103101	12/26-1/27	Mo.	09:00	C. Marian	03/27 PEKiP

Babymassage

FÜR BABYS AB 4 WOCHEN BIS 6 MONATE

Die Babymassage ist ein behutsames, liebevolles Angebot, das dem Baby Wohlbefinden und Geborgenheit schenkt und eine sichere Mutter-Kind-Bindung fördert. Sie unterstützt bei Mutter und Kind die emotionale Verarbeitung nach tiefgreifenden Erfahrungen rund um die Schwangerschaft und Geburt. Im Kurs können Fragen zur gesunden Entwicklung und Ernährung des Kindes gestellt werden.

Bitte mitbringen: leichte, bequeme Kleidung, Wolldecke, 1 großes Handtuch, Wickelutensilien, neutrales Öl

262H105201 6 x Mo., 23.03. – 04.05.2026, 15:30 – 16:45 Uhr

Leitung: Lydia Becker, zertifizierte Doula, Babymassageleiterin

Ort: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Gebühr: 79,- €

261H105210 6 x Do., 17.09. – 29.10.2026, 11:00 – 12:15 Uhr

Leitung: Petra Mathes, Musikgartenleiterin, LEFinO- und Babymassage-Leiterin

Ort: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Gebühr: 79,- €



Foto: Adobe Stock, comical





BABYMASSAGE IN ABSTATT

Bitte mitbringen: Handtuch, neutrales Öl, wasserdichte Unterlage, Wickelutensilien, Wolldecke

261A105301 5 x Di., 17.03. – 28.04.2026, 15:30 – 17:00 Uhr

262A105301 5 x Di., 14.04. – 12.05.2026, 15:30 – 17:00 Uhr

261A105302 5 x Di., 06.10. – 10.11.2026, 15:30 – 17:00 Uhr

Gebühr: 79,– €

262A105302 4 x Di., 07.07. – 28.07.2026, 15:30 – 17:00 Uhr

Leitung: Lea Ranz, Babymassageleiterin, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin (IBCLC)

Ort: Abstatt, FiZ, Beilsteiner Str. 5

Gebühr: 63,– €



Foto: Adobe Stock, Полина Власова



Babyyoga mit Babymassage

FÜR BABYS AB DER 6. WOCHEN BIS 6 MONATE

Erleben Sie gemeinsam mit Ihrem Baby eine besondere Zeit der Entspannung und des Wohlbefindens.

In diesem Kurs lernen Sie einfache Yogaübungen und sanfte Massagegriffe, die Ihrem Baby helfen, sich zu entspannen und seine Selbstwahrnehmung zu stärken. Dieser Kurs bietet Ihnen nicht nur die Möglichkeit, die Bindung zu Ihrem Baby zu vertiefen, sondern auch sich selbst eine Auszeit vom Alltag zu gönnen. Genießen Sie die intensive Zeit mit Ihrem Kind und profitieren Sie von den positiven Effekten auf Körper und Geist.

Bitte mitbringen: Handtuch, neutrales Öl, wasserdichte Unterlage, Wickelutensilien

262H105350 6 x Di., 14.04. – 19.05.2026, 9:00 – 10:15 Uhr

261H105350 6 x Di., 29.09. – 10.11.2026, 9:00 – 10:15 Uhr

Gebühr: 79,– €

262H105351 5 x Di., 16.06. – 14.07.2026, 9:00 – 10:15 Uhr

261H105351 5 x Di., 17.11. – 15.12.2026, 9:00 – 10:15 Uhr

Gebühr: 66,– €

262H105352 4 x Di., 28.07. – 18.08.2026, 9:00 – 10:15 Uhr

Gebühr: 52,– €

Leitung: Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin

Ort: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C



BABY

Baby yoga and baby massage

FOR BABIES FROM 6 WEEKS TO 6 MONTHS

NEW

See also other english courses „Prenatal Hatha yoga“ on page 30 and „English playtime“ on page 91

Experience a special time of relaxation and well-being together with your baby. In this course, you will learn simple yoga exercises and gentle massage techniques that will help your baby relax and strengthen their self-awareness. This course not only offers you the opportunity to deepen the bond with your baby, but also to treat yourself to a break from everyday life. Enjoy this special time with your child and benefit from the positive effects on your body and mind.

To bring: towel, neutral oil, waterproof underlay

262H105360	6 x Tue., 14.04. – 19.05.2026, 13:45 – 15:00 Uhr
261H105360	6 x Tue, 29.09. – 10.11.2026, 13:45 – 15:00 Uhr
Fee:	79,– €
262H105361	5 x Tue, 16.06. – 14.07.2026, 13:45 – 15:00 Uhr
261H105361	5 x Tue, 17.11. – 15.12.2026, 13:45 – 15:00 Uhr
Fee:	66,– €
262H105362	4 x Tue, 28.07. – 18.08.2026, 13:45 – 15:00 Uhr
Fee:	52,– €
Place:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Instructor:	Mandy Berthold, yoga instructor (for children), art therapist

Rollen-Robben-Krabbeln/Laufen

Die Kurse werden je nach Alter des Babys angeboten: Von 6 bis 9 Monaten geht es um Förderung von Bewegung und Sprache, die kindersichere Gestaltung der Wohnung. Aber auch um Fragen wie Beikost und Zahnungsbeschwerden. Beim Kurs für 9 bis 12 Monate erhalten Eltern Anregungen zur Förderung der Bewegung, zum Singen, Spielen, Tanzen. Themen wie „Grenzen setzen“, „Ernährung – Übergang zum Familientisch“ oder „die ersten Laufschuhe“ werden behandelt.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken

FÜR BABYS VON 6 BIS 9 MONATEN

262H106101	9 x Fr., 12.06. – 07.08.2026, 9:00 – 10:30 Uhr
Leitung:	Carolin Beuttenmüller, Gesundheits- und Kinderkrankenschwester, LEFinio-Leiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	88,– €
261H106101	10 x Do., 26.11.2026 – 18.02.2027, 11:00 – 12:30 Uhr
Leitung:	Petra Mathes, Musikgartenleiterin, LEFinio- und Babymassage-Leiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	98,– €

FÜR BABYS VON 9 BIS 12 MONATEN

262H106201	10 x Fr., 27.02. – 22.05.2026, 9:00 – 10:30 Uhr
261H106202	10 x Fr., 18.09. – 27.11.2026, 9:00 – 10:30 Uhr
Leitung:	Carolin Beuttenmüller, Gesundheits- und Kinderkrankenschwester, LEFinio-Leiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	98,– €



BABY



BABY

**Siehe auch:**

„Coffee Break“ auf
Seite 146

babySignal® – mit den Händen sprechen

SPIELERISCH KOMMUNIZIEREN MIT BABYS UND KLEINKINDERN
VON 6 BIS 24 MONATE

Schon die Kleinsten haben uns unglaublich viel mitzuteilen. In diesem Kurs werden einfache Gebärden der Deutschen Gebärdensprache für den gemeinsamen Alltag vermittelt. Handzeichen können eine tolle Bereicherung in der Kommunikation zwischen Eltern und Kind sein. Noch bevor das Baby oder Kleinkind Worte wie „Essen“, „Musik“, „Vogel“ oder „noch mal“ sprechen kann, ist es in der Lage, sich durch einfache Gebärden auszudrücken. Dadurch wird eine Brücke zum Sprechen geschaffen. Die Kleinsten können ihre Wünsche, Bedürfnisse und Beobachtungen mitteilen. babySignal® fördert die Freude an gemeinsamer Kommunikation und Verständigung. Ebenso werden Sprachentwicklung und Feinmotorik unterstützt.

Bitte mitbringen: Eine kleine Decke als Unterlage

262H105901 6 x Do., 18.06. – 23.07.2026, 15:30 – 16:15 Uhr

261H105901 6 x Do., 05.11. – 10.12.2026, 15:30 – 16:15 Uhr

Leitung: Julia Hansert, Dipl. Pädagogin, babySignal-Kursleiterin

Ort: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Gebühr: 78,- €



BABY

Babyschwimmen

Im Wasser sind wir nahezu schwerelos und können dadurch die Entwicklung unserer Kinder entscheidend mit durchdachten Griffen und Übungen stärken und positiv beeinflussen. Kreis- und Singspiele unterstützen die Beziehung zwischen Eltern und Kind und fördern die soziale, psychische und sprachliche Entwicklung des Kindes.

Bitte mitbringen: 10,- € Kautions für 1 Transponder pro Erwachsener, Schwimmwindel oder Badehose, große Handtücher, Badeschuhe für Eltern und ABS-Socken für krabbelnde/laufende Kinder.

FÜR BABYS VON 3 BIS 6 MONATEN

262H108110 7 x So., 01.03. – 26.04.2026, 11:00 – 11:30 Uhr

262H108111 7 x So., 01.03. – 26.04.2026, 11:30 – 12:00 Uhr

262H108112 7 x So., 03.05. – 12.07.2026, 11:00 – 11:30 Uhr

262H108113 7 x So., 03.05. – 12.07.2026, 11:30 – 12:00 Uhr

Leitung: Alexandra Mazi, Physiotherapeutin, Baby- und Kleinkindschwimmtrainerin

Gebühr: 87,50 € inkl. Eintritt für 1 Kind mit 1 Begleitperson

Alle Kurse finden
in Heilbronn, im
Stadtbad Soleo,
Untere Neckar-
straße 21, statt



Foto: Adobe Stock, Jenko Alaman



BABY

FÜR BABYS VON 3 BIS 6 MONATEN MIT 2 BEGLEITPERSONEN

262H108120	7 x So., 01.03. – 26.04.2026, 14:00 – 14:30 Uhr
262H108121	7 x So., 01.03. – 26.04.2026, 14:30 – 15:00 Uhr
262H108122	7 x So., 03.05. – 12.07.2026, 14:00 – 14:30 Uhr
262H108123	7 x So., 03.05. – 12.07.2026, 14:30 – 15:00 Uhr
Leitung:	Alexandra Mazi, Physiotherapeutin, Baby- und Kleinkindschwimmtrainerin
Gebühr:	126,- € inkl. Eintritt für 1 Kind mit 2 Begleitpersonen

FÜR BABYS VON 7 BIS 9 MONATEN

262H108210	7 x So., 01.03. – 26.04.2026, 12:30 – 13:00 Uhr
262H108211	7 x So., 03.05. – 12.07.2026, 12:30 – 13:00 Uhr
Leitung:	Alexandra Mazi, Physiotherapeutin, Baby- und Kleinkindschwimmtrainerin
Gebühr:	87,50 € inkl. Eintritt für 1 Kind mit 1 Begleitperson

FÜR BABYS VON 7 BIS 9 MONATEN MIT 2 BEGLEITPERSONEN

262H108220	7 x So., 01.03. – 26.04.2026, 12:00 – 12:30 Uhr
262H108221	7 x So., 03.05. – 12.07.2026, 12:00 – 12:30 Uhr
Leitung:	Alexandra Mazi, Physiotherapeutin, Baby- und Kleinkindschwimmtrainerin
Gebühr:	126,- € inkl. Eintritt für 1 Kind mit 2 Begleitpersonen

FÜR BABYS VON 10 BIS 18 MONATEN

262H108510	7 x So., 01.03. – 26.04.2026, 13:30 – 14:00 Uhr
262H108511	7 x So., 03.05. – 12.07.2026, 13:30 – 14:00 Uhr
Leitung:	Alexandra Mazi, Physiotherapeutin, Baby- und Kleinkindschwimmtrainerin
Gebühr:	87,50 € inkl. Eintritt für 1 Kind mit 1 Begleitperson

FÜR BABYS VON 10 BIS 18 MONATEN MIT 2 BEGLEITPERSONEN

262H108520	7 x So., 01.03. – 26.04.2026, 13:00 – 13:30 Uhr
262H108521	7 x So., 03.05. – 12.07.2026, 13:00 – 13:30 Uhr
Leitung:	Alexandra Mazi, Physiotherapeutin, Baby- und Kleinkindschwimmtrainerin
Gebühr:	126,- € inkl. Eintritt für 1 Kind mit 2 Begleitpersonen

IN BIBERACH FÜR BABYS VON 3 BIS 9 MONATEN

262H108635	8 x Mi., 25.02. – 29.04.2026, 9:30 – 10:00 Uhr
262H108636	8 x Mi., 25.02. – 29.04.2026, 10:00 – 10:30 Uhr
Leitung:	Claudia Elißer, Säuglings- und Kleinkindschwimmtrainerin, DLRG Rettungsschwimmerin
Ort:	Heilbronn-Biberach, Hallenbad, Bibersteige 17
Gebühr:	100,- € inkl. Eintritt für 1 Kind mit 1 Begleitperson

IN BIBERACH FÜR BABYS VON 10 BIS 18 MONATEN

262H108535	8 x Mi., 25.02. – 29.04.2026, 10:30 – 11:00 Uhr
262H108536	8 x Mi., 25.02. – 29.04.2026, 11:00 – 11:30 Uhr
Leitung:	Claudia Elißer, Säuglings- und Kleinkindschwimmtrainerin, DLRG Rettungsschwimmerin
Ort:	Heilbronn-Biberach, Hallenbad, Bibersteige 17
Gebühr:	100,- € inkl. Eintritt für 1 Kind mit 1 Begleitperson



BABY



BABY



Musikgarten

Gemeinsames Musizieren und Musik hören ist in dieser frühen Phase Nahrung für Körper, Seele und Gehirn Ihres Babys. Mit Tönen und Geräuschen können Sie Ihr Kind zum Lachen bringen, mit einem Lied wieder beruhigen. Babys untersuchen alles was rasselt und knistert, leuchtet und klappert. Genau die richtige Zeit für Rasseln, Glöckchen und bunte Tücher.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Söckchen oder Hausschuhe; aus hygienischen Gründen benötigt jedes Kind ein eigenes Instrumentensäckchen, das über das Haus der Familie vor Ort bezogen werden kann.

FÜR BABYS VON 3 BIS 10 MONATEN

262H109101	6 x Mo., 13.04. – 18.05.2026, 13:00 – 13:45 Uhr
Leitung:	Petra Mathes, Musikgartenleiterin, LEFinio- und Babymassage-Leiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	48,- € zzgl. 13,50 € für Instrumentensäckchen
262H109102	9 x Di., 12.05. – 21.07.2026, 9:00 – 9:45 Uhr
Leitung:	Susanne Gläßer, Musikgartenleiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	72,- € zzgl. 13,50 € für Instrumentensäckchen
261H109101	11 x Mo., 14.09. – 07.12.2026, 13:00 – 13:45 Uhr
Leitung:	Petra Mathes, Musikgartenleiterin, LEFinio- und Babymassage-Leiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	88,- € zzgl. 13,50 € für Instrumentensäckchen
261H109102	10 x Di., 29.09. – 08.12.2026, 9:00 – 9:45 Uhr
Leitung:	Susanne Gläßer, Musikgartenleiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	80,- € zzgl. 13,50 € für Instrumentensäckchen

FÜR BABYS VON 10 BIS 18 MONATEN

262H109201	6 x Mo., 13.04. – 18.05.2026, 14:00 – 14:45 Uhr
Leitung:	Petra Mathes, Musikgartenleiterin, LEFinio- und Babymassage-Leiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	48,- € zzgl. 13,50 Euro für Instrumentensäckchen
262H109210	9 x Di., 12.05. – 21.07.2026, 10:00 – 10:45 Uhr
262H109211	9 x Mi., 13.05. – 22.07.2026, 9:00 – 9:45 Uhr
Leitung:	Susanne Gläßer, Musikgartenleiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	72,- € zzgl. 13,50 Euro für Instrumentensäckchen
261H109201	11 x Mo., 14.09. – 07.12.2026, 14:00 – 14:45 Uhr
261H109202	11 x Do., 17.09. – 10.12.2026, 13:45 – 14:30 Uhr
Leitung:	Petra Mathes, Musikgartenleiterin, LEFinio- und Babymassage-Leiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	88,- € zzgl. 13,50 Euro für Instrumentensäckchen
261H109210	10 x Di., 29.09. – 08.12.2026, 10:00 – 10:45 Uhr
261H109211	10 x Mi., 30.09. – 09.12.2026, 9:00 – 9:45 Uhr
Leitung:	Susanne Gläßer, Musikgartenleiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	80,- € zzgl. 13,50 Euro für Instrumentensäckchen



BABY



KLEINKIND

Alle Kurse finden in Heilbronn, im Stadtbad Soleo, Untere Neckarstraße 21, statt

Kinderschwimmen

Im Wasser sind wir nahezu schwerelos und können dadurch die Entwicklung unserer Kinder entscheidend mit durchdachten Griffen und Übungen stärken und positiv beeinflussen. Kreis- und Singspiele unterstützen die Beziehung zwischen Eltern und Kind und fördern die soziale, psychische und sprachliche Entwicklung des Kindes.

Bitte mitbringen: 10,- EUR Kautions für Transponder, Schwimmwindel oder Badehose, große Handtücher, Badeschuhe für Eltern und ABS-Socken für krabbelnde/laufende Kinder, Zeit und Ruhe

FÜR KLEINKINDER VON 1,5 BIS 3 JAHRE

262H110201	6 x Sa., 07.03. – 09.05.2026, 10:00 – 10:30 Uhr
262H110202	6 x Sa., 07.03. – 09.05.2026, 10:30 – 11:00 Uhr
Leitung:	Claudia Elißer, Säuglings- und Kleinkindschwimmtrainerin, DLRG Rettungsschwimmerin
Gebühr:	75,- € inkl. Eintritt für 1 Kind mit 1 Begleitperson
262H110203	5 x Sa., 13.06. – 18.07.2026, 10:00 – 10:30 Uhr
262H110204	5 x Sa., 13.06. – 18.07.2026, 10:30 – 11:00 Uhr
Leitung:	Claudia Elißer, Säuglings- und Kleinkindschwimmtrainerin, DLRG Rettungsschwimmerin
Gebühr:	62,50 € inkl. Eintritt für 1 Kind mit 1 Begleitperson

FÜR KINDER VON 3 BIS 5 JAHRE

262H110401	6 x Sa., 07.03. – 09.05.2026, 11:00 – 11:30 Uhr
262H110402	6 x Sa., 07.03. – 09.05.2026, 11:30 – 12:00 Uhr
Leitung:	Claudia Elißer, Säuglings- und Kleinkindschwimmtrainerin, DLRG Rettungsschwimmerin
Gebühr:	75,- € inkl. Eintritt für 1 Kind mit 1 Begleitperson
262H110403	5 x Sa., 13.06. – 18.07.2026, 11:00 – 11:30 Uhr
262H110404	5 x Sa., 13.06. – 18.07.2026, 11:30 – 12:00 Uhr
Leitung:	Claudia Elißer, Säuglings- und Kleinkindschwimmtrainerin, DLRG Rettungsschwimmerin
Gebühr:	62,50 € inkl. Eintritt für 1 Kind mit 1 Begleitperson



KLEINKIND

Familienschwimmen

FÜR ZWEI BEGLEITPERSONEN MIT ZWEI KINDERN BIS 5 JAHRE

Im Wasser sind wir nahezu schwerelos und können die Entwicklung unserer Kinder mit durchdachten Griffen und Übungen stärken und positiv beeinflussen. Kreis- und Singspiele fördern die soziale, psychische und sprachliche Entwicklung des Kindes. Eltern und Kinder können sich besser kennenlernen, die Bindung verstärken und Freude am gemeinsamen Bewegen entwickeln. Die Familien-Schwimmgruppe ist für jene gedacht, die schon ein größeres Kind haben und auch dem kleinen Geschwisterchen das Schwimmen anbieten möchten. Voraussetzung ist, dass zwei Erwachsene dabei sind, damit sich jeweils ein Erwachsener mit einem Kind beschäftigt.

Bitte mitbringen: 20,- EUR Kautions für Transponder, Schwimmwindel oder Badehose, große Handtücher, Badeschuhe für Eltern und ABS-Socken für krabbelnde/laufende Kinder, Zeit und Ruhe

262H110301	6 x Sa., 07.03. – 09.05.2026, 12:00 – 12:30 Uhr
262H110302	6 x Sa., 07.03. – 09.05.2026, 12:30 – 13:00 Uhr
Leitung:	Claudia Elißer, Säuglings- und Kleinkindschwimmtrainerin, DLRG Rettungsschwimmerin
Gebühr:	111,- € inkl. Eintritt für 2 Kinder mit 2 Begleitpersonen
262H110303	5 x Sa., 13.06. – 18.07.2026, 12:00 – 12:30 Uhr
262H110304	5 x Sa., 13.06. – 18.07.2026, 12:30 – 13:00 Uhr
Leitung:	Claudia Elißer, Säuglings- und Kleinkindschwimmtrainerin, DLRG Rettungsschwimmerin
Gebühr:	92,50 € inkl. Eintritt für 2 Kinder mit 2 Begleitpersonen



KLEINKIND



Musikgarten

Was Eltern mit ihren Kindern gemeinsam tun, gibt Kindern den stärksten Anreiz. Je früher ein Kind mit Musik vertraut wird, umso freier wird es sich fühlen, unbefangen zu musizieren. Im Spiel mit einfachen Instrumenten wie Klanghölzern, Glöckchen oder Rasseln, haben Eltern und Kinder Spaß am gemeinsamen Musizieren. Im Kindergartenalter lösen sich die Kinder allmählich und erproben ihre Unabhängigkeit. Das Gruppenerlebnis rückt in den Mittelpunkt. Der Musikgarten reagiert mit rhythmischen und sprachlichen Spielen, mit Tänzen und gezieltem Einsatz von Instrumenten. Kinder mit Handicap sind willkommen. Außerdem hat das Haus der Familie einen Kinderchor „Singzwerg“.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Söckchen oder Hausschuhe.

FÜR KINDER VON 1,5 BIS 3 JAHREN

262H111120	15 x Do., 26.03. – 23.07.2026, 15:00 – 15:45 Uhr
262H111121	15 x Do., 26.03. – 23.07.2026, 16:00 – 16:45 Uhr
Leitung:	Anke Moravek, Musikgartenleiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	120,- €
262H111101	6 x Mo., 13.04. – 18.05.2026, 15:00 – 15:45 Uhr
Leitung:	Petra Mathes, Musikgartenleiterin, LEFin- und Babymassage-Leiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	48,- €
262H111110	9 x Mi., 13.05. – 22.07.2026, 10:00 – 10:45 Uhr
Leitung:	Susanne Gläßer, Musikgartenleiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	72,- €
262H111122	10 x Do., 27.08. – 29.10.2026, 15:00 – 15:45 Uhr
262H111123	10 x Do., 27.08. – 29.10.2026, 16:00 – 16:45 Uhr
Leitung:	Anke Moravek, Musikgartenleiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	80,- €



KLEINKIND



261H111101	11 x Mo., 14.09. – 07.12.2026, 15:00 – 15:45 Uhr
Leitung:	Petra Mathes, Musikgartenleiterin, LEFin- und Babymassage-Leiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	88,- €
261H111110	10 x Mi., 30.09. – 09.12.2026, 10:00 – 10:45 Uhr
Leitung:	Susanne Gläßer, Musikgartenleiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	80,- €
261H111120	10 x Do., 05.11. – 28.01.2027, 15:00 – 15:45 Uhr
261H111121	10 x Do., 05.11. – 28.01.2027, 16:00 – 16:45 Uhr
Leitung:	Anke Moravek, Musikgartenleiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	80,- €

FÜR KINDER VON 3 BIS 5 JAHREN

262H111201	6 x Mo., 13.04. – 18.05.2026, 16:00 – 16:45 Uhr
Leitung:	Petra Mathes, Musikgartenleiterin, LEFin- und Babymassage-Leiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	48,- €
261H111201	11 x Mo., 14.09. – 07.12.2026, 16:00 – 16:45 Uhr
Leitung:	Petra Mathes, Musikgartenleiterin, LEFin- und Babymassage-Leiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	88,- €



Kinderchor „Singzwerg“

für Kinder von 3 bis 6 Jahren



Montags von 17.00 – 17.45 Uhr

Einstieg laufend möglich

- viel Spaß beim gemeinsamen Singen und Tanzen
- öffentliche Auftritte als Gesangsbotschafter des Haus der Familie
- Leitung: Petra Mathes (Musikgartenleiterin) und Petra Ehmman-Lang (Erzieherin)

Anmeldung unter www.hdf-hn.de
oder direkt über den QR-Code.



Tanzen mit Minis

FÜR KINDER VON 1,5 BIS 3 JAHREN MIT BEGLEITPERSON

Die Kinder entdecken spielerisch die Welt des Tanzens: Gemeinsam tanzen, hüpfen, drehen und klatschen wir zu fröhlicher Musik und regen die Fantasie der Kleinen durch spielerische Elemente an. Dabei steht der Spaß an der Bewegung im Vordergrund. Getanzt wird alleine, zu zweit oder in der Gruppe. Die Kinder haben die Möglichkeit sich intuitiv zu bewegen und lernen erste Minichoreographien. Das Angebot wird durch unterschiedliche Materialien wie z.B. Tücher oder Rasseln ergänzt. Altersgerechte Übungen fördern das eigene Körper- und Selbstbewusstsein und die koordinativen Fähigkeiten. Durch das gemeinsame Erleben werden die Eltern-Kind-Beziehung und das soziale Verhalten in der Gruppe gestärkt.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und Turnschlappchen oder rutschfeste Socken (auch für die Begleitperson), Getränk

262H112401 6 x Do., 12.03. – 30.04.2026, 11:15 – 12:00 Uhr

262H112402 6 x Do., 11.06. – 16.07.2026, 11:15 – 12:00 Uhr

261H112401 6 x Do., 17.09. – 22.10.2026, 11:15 – 12:00 Uhr

Leitung: Svenja Jung, Tanzpädagogin

Ort: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Gebühr: 74,- €



KLEINKIND

Little Dancer

TANZEN FÜR KINDER VON 2 BIS 3 JAHREN MIT BEGLEITPERSON

Siehe auch:
„Little Dancer – Tanzen für Kinder von 4 bis 6 Jahren“ auf Seite 193 und „Little Dancer – Tanzen mit Papa“ auf Seite 163

In diesem Kurs entdecken Kinder die Freude an der Bewegung durch spielerische erste Tanzübungen. Sie hüpfen, rollen, drehen und bewegen sich zur fröhlichen Musik. Kreative Impulse regen die Fantasie an, der Spaß am Tun steht im Mittelpunkt. Die Bewegungen erfolgen individuell, zu zweit oder in der Gruppe. Die Kleinen probieren neue Bewegungsformen aus und lernen einfache Schritte oder Figuren kennen. Hilfsmittel wie Tücher oder Rasseln unterstützen das Erleben der Musik. Durch altersgerechte Übungen stärken wir Selbstvertrauen, Körpergefühl und Koordination. Gemeinsam haben sie Spaß und fördern positive soziale Interaktionen innerhalb der Gruppe.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Turnschlappchen oder rutschfeste Socken

262H115101	6 x Fr., 06.03. – 24.04.2026, 15:00 – 15:45 Uhr
262H115102	6 x Fr., 12.06. – 17.07.2026, 15:00 – 15:45 Uhr
261H115101	6 x Fr., 18.09. – 23.10.2026, 15:00 – 15:45 Uhr
261H115102	6 x Fr., 06.11. – 11.12.2026, 15:00 – 15:45 Uhr
Leitung:	Melanie Gutöhrlein, Tanztrainerin, VIEWCHANGER
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	74,- €



KLEINKIND

Mini-MINTies auf Entdeckungstour

SPIELKREIS MIT SCHWERPUNKT MATHEMATIK, INFORMATIK, NATUR UND TECHNIK

In diesem Spielkreis können schon die Kleinsten entdecken, experimentieren und ausprobieren: Beim Klecksen, Matschen, Bauen erfahren und begreifen unsere Mini-MINTies spielerisch die Welt mit allen Sinnen. Ob beim Plantschen mit Wasser oder beim Entdecken von Formen und Farben – jedes Kind hat die Möglichkeit seine Neugier zu entfalten und Zusammenhänge zu begreifen. Mit altersgerechten Angeboten und geeigneten Materialien werden naturwissenschaftliche Zusammenhänge erfahrbar und sorgen zugleich für jede Menge Spaß und Kreativität. Die Eltern haben Zeit zum Austausch.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Söckchen oder Hausschuhe, Vesper

FÜR KINDER AB 12 BIS 18 MONATE

262H114101	12 x Mo., 02.03. – 08.06.2026, 9:30 – 11:00 Uhr
Gebühr:	119,- € inkl. Material
261H114101	15 x Mo., 21.09. – 25.01.2027, 9:30 – 11:00 Uhr
261H114201	15 x Mo., 21.09. – 25.01.2027, 11:15 – 12:45 Uhr
Gebühr:	147,- € inkl. Material

FÜR KINDER VON 18 BIS 36 MONATE

262H114201	12 x Mo., 02.03. – 08.06.2026, 11:15 – 12:45 Uhr
Leitung:	Daniela Hommel, Musikgartenleiterin, Erzieherin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	119,- € inkl. Material

Siehe auch:

„Maxi MINTies für Kinder von 3 bis 5 Jahren“ auf Seite 100



KLEINKIND

Mäusefit und bärenstark

SPIELKREIS MIT DEM SCHWERPUNKT BEWEGUNG

Über spielerische Bewegung und Sinneswahrnehmung erobern Kleinkinder die Welt. Mit Singen, Versen und altersgerechten Bewegungsangeboten unterstützt dieser Kurs Freude an der Bewegung. Neben der Gruppenerfahrung ergänzen Kreis- und Fingerspiele passend zur Jahreszeit den ganzheitlichen Ansatz dieses Spielkreises. Eltern haben Gelegenheit sich mit anderen auszutauschen.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Söckchen oder Hausschuhe, Getränk

FÜR KINDER VON 12 BIS 18 MONATE

262H112801	12 x Mo., 23.02. – 08.06.2026, 8:45 – 10:00 Uhr
262H112803	12 x Mo., 22.06. – 09.11.2026, 8:45 – 10:00 Uhr
261H112801	12 x Mo., 23.11. – 15.03.2027, 8:45 – 10:00 Uhr
Leitung:	Nadine Burock, Eltern-Kind-Gruppenleiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	100,– € inkl. Material

FÜR KINDER VON 18 BIS 36 MONATE

262H112802	12 x Mo., 23.02. – 08.06.2026, 10:15 – 11:30 Uhr
262H112804	12 x Mo., 22.06. – 09.11.2026, 10:15 – 11:30 Uhr
261H112802	12 x Mo., 23.11. – 15.03.2027, 10:15 – 11:30 Uhr
Leitung:	Nadine Burock, Eltern-Kind-Gruppenleiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	100,– € inkl. Material



KLEINKIND

Zehn kleine Zappelmänner

SPIELKREIS MIT SCHWERPUNKT KREATIVITÄT

Singen, spielen, toben, malen, klecksen und vieles mehr können die Kinder im Spielkreis mit Gleichaltrigen. Neben der Gruppenerfahrung vermitteln Spiele und Experimente mit verschiedenen Materialien kreative Erfahrungen. Eltern haben Gelegenheit, sich auszutauschen.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken oder Hausschuhe, Vesper, Getränk

FÜR KINDER VON 12 BIS 18 MONATE

262H112101	15 x Di., 17.03. – 28.07.2026, 11:00 – 12:30 Uhr
262H112102	15 x Mi., 18.03. – 29.07.2026, 11:00 – 12:30 Uhr
261H112101	15 x Di., 06.10. – 16.02.2027, 11:00 – 12:30 Uhr
261H112102	15 x Mi., 07.10. – 17.02.2027, 11:00 – 12:30 Uhr
Leitung:	Petra Ehmann-Lang, Erzieherin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	147,50 € inkl. Material

FÜR KINDER VON 18 BIS 36 MONATE

262H112201	15 x Di., 17.03. – 28.07.2026, 9:00 – 10:30 Uhr
262H112202	15 x Mi., 18.03. – 29.07.2026, 9:00 – 10:30 Uhr
261H112201	15 x Di., 06.10. – 16.02.2027, 9:00 – 10:30 Uhr
261H112202	15 x Mi., 07.10. – 17.02.2027, 9:00 – 10:30 Uhr
Leitung:	Petra Ehmann-Lang, Erzieherin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	147,50 € inkl. Material



KLEINKIND

Bücherminis

SPIELKREIS MIT SCHWERPUNKT SPRACHE

Das Erlernen der Sprache erfolgt durch Zuhören und aktives Sprechen. Schon Kleinkinder lieben Reime, Texte mit Rhythmus und Melodie, Lieder und Fingerspiele. Alle zwei Wochen können zwei- und dreijährige Kinder bei den „Bücherminis“ zusammen mit einer Begleitperson singen, spielen und kreativ werden. Außerdem werden regelmäßig verschiedene Bücher und andere Medien vorgestellt. Das Angebot findet direkt in den neu renovierten Räumen der Stadtbibliothek Heilbronn statt. So können Familien nebenbei das vielfältige Medien-Angebot der Stadtbibliothek kennenlernen und schon frühzeitig die kindliche Sprachbildung unterstützen.

Bitte mitbringen: Schnellhefter

FÜR KINDER VON 2 BIS 3 JAHREN IN BEGLEITUNG

262H112301 7 x Di., 21.04. – 21.07.2026, 15:15 – 16:15 Uhr

262H112302 7 x Di., 21.04. – 21.07.2026, 16:30 – 17:30 Uhr

Leitung: Monika Küstner, Lese- und Literaturpädagogin

Ort: Heilbronn, Stadtbibliothek im K3,
Berliner Platz 12, Kinderbibliothek

Gebühr: 45,50 €



Foto: Adobe Stock, Tomsickova



KLEINKIND

English Playtime

PLAYGROUP IN ENGLISH

Our English Playtime is designed for both native speakers and families who speak English at home.

We will sing nursery rhymes and interactive songs to create a fun atmosphere where children can engage with English in a natural and joyful way. Through playful activities, kids will have the chance to learn and explore in a linguistically familiar environment.

For parents, the group offers a welcoming space to share experiences and connect with other English-speaking families in a friendly and relaxed atmosphere.

We will only be speaking English during this course!

FOR CHILDREN AGED 1– 3 YEARS

262H114301 8 x Tue., 10.03. – 05.05.2026, 15:30 – 17:00 Uhr

262H114302 8 x Tue., 09.06. – 28.07.2026, 15:30 – 17:00 Uhr

261H114301 8 x Tue., 15.09. – 10.11.2026, 15:30 – 17:00 Uhr

Instructor: Sofia Haller, English Teacher

Place: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Fee: 76,– €

NEW

See also other english courses „Prenatal Hatha yoga“ on page 30 and „Hatha yoga for moms with babies“ on page 57



KLEINKIND

NEU

Bewegungszwerge

Spielerisch sammeln die Kinder vielseitige Bewegungs-, Sinnes- und Sozialerfahrungen. Nach einem gemeinsamen Begrüßungskreis mit Liedern und kleinen Spielen erkunden die Kleinen kindgerechte Bewegungslandschaften. Dabei werden Bewegungsabläufe geschult, motorische Fähigkeiten gefördert und das Selbstvertrauen gestärkt - immer im eigenen Tempo! Die Begleitperson unterstützt aktiv, das stärkt die Bindung und vermittelt Sicherheit. Ein gemeinsamer Abschluss bietet Raum für Austausch mit Anderen.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken oder Hausschuhe

FÜR KINDER VON 12 BIS 18 MONATEN

262H113601	10 x Mi., 04.03. – 06.05.2026, 13:45 – 15:15 Uhr
262H113602	10 x Mi., 10.06. – 12.08.2026, 13:45 – 15:15 Uhr
Leitung:	Svenja Bühler, Soziale Arbeit (B.A.), Pädagogische Fachkraft, Hatha- und Vinyasa Yogalehrerin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	95,- € inkl. Material

FÜR KINDER VON 18 BIS 36 MONATEN

262H113610	10 x Mi., 04.03. – 06.05.2026, 15:30 – 16:45 Uhr
262H113611	10 x Mi., 10.06. – 12.08.2026, 15:30 – 16:45 Uhr
Leitung:	Svenja Bühler, Soziale Arbeit (B.A.), Pädagogische Fachkraft, Hatha- und Vinyasa Yogalehrerin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	79,- € inkl. Material



KLEINKIND

Steppke in Aktion

SPIELKREIS MIT SCHWERPUNKT BEWEGUNG

Mit altersgerechten Bewegungserfahrungen und vielseitigen Spielangeboten wird die natürliche Freude an der Bewegung unterstützt. Zur ganzheitlichen Förderung gehören Bastelangebote, Lieder, Kreis- und Fingerspiele.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Söckchen oder Hausschuhe, Vesper, Getränk

FÜR KINDER VON 12 BIS 18 MONATEN

262H112601	12 x Do., 16.04. – 23.07.2026, 11:00 – 12:30 Uhr
261H112601	12 x Do., 17.09. – 10.12.2026, 11:00 – 12:30 Uhr
Leitung:	Swea-Karina Kurrle, Erzieherin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	119,- € inkl. Material

FÜR KINDER VON 18 BIS 36 MONATEN

262H112701	12 x Do., 16.04. – 23.07.2026, 9:00 – 10:30 Uhr
261H112701	12 x Do., 17.09. – 10.12.2026, 9:00 – 10:30 Uhr
Leitung:	Swea-Karina Kurrle, Erzieherin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	119,- € inkl. Material



Foto: Adobe Stock, oksix



KLEINKIND

Bunte Bärchenbande

SPIELKREIS MIT SCHWERPUNKT KREATIVITÄT

In diesem Kurs ist für kleine und große Bärchen alles dabei! Egal ob singen, spielen oder basteln, kneten, matschen. Alles was die Sinne anspricht und Spaß macht wird bei uns gemeinsam ausprobiert und gefördert. Neben Tipps und Tricks im Umgang mit den kleinen Bärchen erfahren die Bärchen-Eltern eine Abwechslung vom Alltag und können neue Kontakte knüpfen.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken oder Hausschuhe, Vesper, Getränke

FÜR KINDER VON 12 BIS 18 MONATEN

262H113301	12 x Do., 26.02. – 18.06.2026, 11:00 – 12:30 Uhr
262H113302	12 x Do., 25.06. – 05.11.2026, 11:00 – 12:30 Uhr
Gebühr:	119,- € inkl. Material
261H113301	15 x Do., 12.11. – 18.03.2027, 11:00 – 12:30 Uhr
Gebühr:	147,50 € inkl. Material
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Leitung:	Helen Wagner, Eltern-Kind-Gruppenleiterin, LEFinO-Leiterin

FÜR KINDER VON 18 BIS 36 MONATEN

262H113401	12 x Do., 26.02. – 18.06.2026, 9:00 – 10:30 Uhr
262H113402	12 x Do., 25.06. – 05.11.2026, 9:00 – 10:30 Uhr
Gebühr:	119,- € inkl. Material
261H113401	15 x Do., 12.11. – 18.03.2027, 9:00 – 10:30 Uhr
Gebühr:	147,50 € inkl. Material
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Leitung:	Helen Wagner, Eltern-Kind-Gruppenleiterin, LEFinO-Leiterin



KLEINKIND

Kleine Entdecker der Medienwelt

SPIELKREIS MIT SCHWERPUNKT MEDIENKOMPETENZ FÜR FAMILIEN MIT KINDERN VON 1,5 BIS 3 JAHREN

Digitale Medien sind heute Teil des Alltags, auch für die Jüngsten. Daher ist es entscheidend, dass Familien von Beginn an lernen, Medien verantwortungsvoll, altersgerecht und bewusst einzusetzen. In diesem Kurs steht nicht die Nutzung digitaler Geräte im Vordergrund, sondern die bewusste Auseinandersetzung mit Medien – für Eltern und Kinder gleichermaßen. Wöchentlich widmet sich die Gruppe einem neuen Thema der Medienwelt: während die Eltern ihre Medienkompetenz stärken, kommen die Kinder mit verschiedenen altersgerechten analogen und digitalen Spielmöglichkeiten in Berührung. Die Eltern begleiten ihre Kinder beim Entdecken und Ausprobieren verschiedener Medien und finden heraus, wie sie ihre Kinder fördern und schützen können beim Aufwachsen in der digitalen Welt.

NEU

262H207001	6 x Fr., 20.03. – 08.05.2026, 9:30 – 11:00 Uhr
Leitung:	Elisabeth Kloster, Erzieherin und Informatikerin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	57,- €



Foto: Adobe Stock, steheab



KLEINKIND

NEU

Yoga und Spiel in Abstatt

In diesem Eltern-Kind-Kurs verbinden wir sanfte Yogaübungen für Erwachsene mit einer entspannten Spielumgebung für die Kinder. Während die Begleitperson Körperhaltungen, Atemübungen und kurze Entspannungseinheiten übt, können die Kinder frei spielen, beobachten oder erste Bewegungen mitmachen. Gemeinsam schaffen wir eine Atmosphäre, die Wohlbefinden, Bewegungsfreude und Nähe stärkt – ohne Druck, im eigenen Tempo.

FÜR KINDER VON 1 BIS 2 JAHREN

262A113501 8 x Fr., 06.03. – 15.05.2026, 9:00 – 10:00 Uhr

261A113501 8 x Fr., 18.09. – 13.11.2026, 9:00 – 10:00 Uhr

Gebühr: 85,- € inkl. Material

262A113502 7 x Fr., 12.06. – 24.07.2026, 9:00 – 10:00 Uhr

Gebühr: 74,- € inkl. Material

Ort: Abstatt, FiZ, Beilsteiner Str. 5

Leitung: Corinna Soppa, Kinderyogalehrerin, Kundalini-Yogalehrerin, Achtsamkeitstrainerin



Foto: Adobe Stock Nadin Faust



KLEINKIND

NEU

FÜR KINDER VON 2 BIS 3 JAHREN

262A113510 8 x Fr., 06.03. – 15.05.2026, 10:30 – 11:30 Uhr

261A113510 8 x Fr., 18.09. – 13.11.2026, 10:30 – 11:30 Uhr

Gebühr: 85,- € inkl. Material

262A113511 7 x Fr., 12.06. – 24.07.2026, 10:30 – 11:30 Uhr

Gebühr: 74,- € inkl. Material

Ort: Abstatt, FiZ, Beilsteiner Str. 5

Leitung: Corinna Soppa, Kinderyogalehrerin, Kundalini-Yogalehrerin, Achtsamkeitstrainerin

Ihr Umzug mit den Tüpfelchen auf dem U!



- Privatumzüge
- Umzüge im Alter
- Büro- & Behördenumzüge
- Projektumzüge
- Überseeumzüge
- Möbellagerung
- Aktenlagerung
- Lagerboxen / Self-Storage



W. Wüst GmbH & Co. KG · D-74076 Heilbronn
Tel.: 07131/1001-1 · www.umzug.hn

wüst

Unsere Spielkreise

für Kinder von 1 bis 3 Jahren

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.00 Uhr Mäusefit und bärenstark Spielkreis Bewegung von 12 bis 18 Monate	9.00 Uhr Zehn kleine Zappelmänner Spielkreis Kreativität von 18 bis 36 Monate	9.00 Uhr Zehn kleine Zappelmänner Spielkreis Kreativität von 18 bis 36 Monate	9.00 Uhr Steppke in Aktion Spielkreis Bewegung von 18 bis 36 Monaten	9.00 Uhr Yoga und Spiel in Abstatt für Kinder von 1 bis 2 Jahren
9.30 Uhr Mini-MINTies Spielkreis Mathematik, Informatik, Natur und Technik von 12 bis 18 Monate			9.00 Uhr Bunte Bärchenbande Spielkreis Kreativität von 18 bis 36 Monate	9.30 Uhr Kleine Entdecker der Medienwelt Spielkreis mit Schwerpunkt Medienkompetenz von 1,5 bis 3 Jahren
10.45 Uhr Mäusefit und bärenstark Spielkreis Bewegung von 18 bis 36 Monate	11.00 Uhr Zehn kleine Zappelmänner Spielkreis Kreativität von 12 bis 18 Monate	11.00 Uhr Zehn kleine Zappelmänner Spielkreis Kreativität von 12 bis 18 Monate	11.00 Uhr Steppke in Aktion Spielkreis Bewegung von 18 bis 36 Monaten	11.00 Uhr Yoga und Spiel in Abstatt für Kinder von 2 bis 3 Jahren
11.15 Uhr Mini-MINTies Spielkreis Mathematik, Informatik, Natur und Technik von 18 bis 36 Monate			11.00 Uhr Bunte Bärchenbande Spielkreis Kreativität von 12 bis 18 Monate	
	15.30 Uhr English playtime Playgroup in English for children aged 1 till 3 years	13.45 Uhr Bewegungszwerge Spielkreis Schwerpunkt Bewegung von 12 bis 18 Monaten		
	15.15 Uhr und 16.30 Uhr Bücherminis Spielkreis Sprache 2 bis 3 Jahre	15.30 Uhr Bewegungszwerge Spielkreis Schwerpunkt Bewegung von 18 bis 36 Monaten		15.00 Uhr Little Dancer von 2 bis 3 Jahren

Anmeldung unter www.hdf-hn.de
 oder direkt über den QR-Code.





KLEINKIND

Unsere Kindertreffs

Unsere Kindertreffs richten sich an Kinder von 3 bis 5 Jahren, die in einer Kleingruppe und mit speziellem, hochwertigem Lernmaterial spielerisch beginnen eigenständig zu experimentieren, zu forschen und Fragestellungen zu entwickeln. Sie sind als Kursreihen mit mehreren Einheiten konzipiert, die auch einzeln gebucht werden können. Die Kinder nehmen an dem Kurs alleine teil. Eltern, deren Kinder zunächst noch eine Begleitung wünschen, können an dem Kurs teilnehmen, solange dies erforderlich ist.

Maxi-MINTies

KINDERTREFF FÜR KINDER VON 3 BIS 5 JAHREN

In dieser Kursreihe begeben sich die Kinder auf spannende Entdeckungsreisen in die Welt von MINT – Mathematik, Informatik, Naturwissenschaft und Technik. Dabei lernen sie, wie echte Forscher zu denken: Sie beobachten, stellen Fragen, experimentieren, planen eigene Vorhaben und setzen ihre Ideen kreativ um. Durch altersgerechtes, spielerisches Ausprobieren werden Problemlösefähigkeit, logisches Denken und erste strategische Überlegungen gefördert. Gemeinsam entdecken die Kinder, wie viel Freude es macht, Phänomene zu erforschen, Fragen nachzugehen und dabei selbst kleine Entdeckungen zu machen.

ENTDECKUNGSREISE DURCH DIE NATURWISSENSCHAFTEN

Die kleinen Entdecker tauchen in die spannende Welt der Naturwissenschaften ein. Mit spielerischen Experimenten und Entdeckungsreisen erkunden sie Naturphänomene aus der Natur wie Magnetismus, Wasser, Luft und Pflanzen auf spannende Weise.

262H116101	7 x Fr., 27.03. – 22.05.2026, 14:45 – 16:00 Uhr
Leitung:	Mareike Hempfing, Sozialassistentin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	78,- €

ENTDECKUNGSREISE DURCH DIE WELT DER MATHEMATIK

In diesem Angebot gehen kleine Entdeckerinnen und Entdecker auf eine spannende Reise in die Welt der Mathematik. Zahlen, Formen, Muster und Mengen werden hier nicht abstrakt vermittelt, sondern mit allen Sinnen erlebt – durch Bewegung, Spiel und praktische Erfahrungen. Mit Spaß, Neugier und jeder Menge Forschergeist erkunden die Kinder die Welt der Mathematik – und erleben, dass Mathe richtig spannend sein kann.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken oder Hausschuhe, Getränk

262H116102	7 x Fr., 12.06. – 31.07.2026, 14:45 – 16:00 Uhr
Leitung:	Mareike Hempfing, Sozialassistentin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	78,- €

ENTDECKUNGSREISE DURCH DIE WELT DER INFORMATIK

In diesem Angebot setzen sich die Kinder altersgerecht mit Grundprinzipien der Informatik auseinander. Sie erfinden einfache Anleitungen, erkennen Muster, sortieren, strukturieren und finden kreative Lösungen. Dabei erfahren sie, wie wichtig klare Regeln und genaue Absprachen sind. Durch spielerisches Ausprobieren entwickeln sie ein erstes Verständnis für Abläufe und Logik – wichtige Grundlagen für die digitale Welt von morgen. In einem wertschätzenden Miteinander lernen sie, wie viel Spaß es macht, Dinge zu durchdenken, zu planen und gemeinsam umzusetzen.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken oder Hausschuhe, Getränk

262H116103	7 x Fr., 28.08. – 09.10.2026, 14:45 – 16:00 Uhr
Leitung:	Mareike Hempfing, Sozialassistentin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	78,- €



KLEINKIND



KLEINKIND

Sprachabenteurer auf Reisen

KINDERTREFF MIT SCHWERPUNKT SPRACHE FÜR KINDER VON 3 BIS 5 JAHREN

Diese Kursreihe lädt die Kinder zu einer spannenden Entdeckungsreise durch die Welt der Sprache ein. In einer kleinen Gruppe und mit ausgewähltem Material lernen die Kinder in jeder Kurseinheit unterschiedliche Ausdrucksformen kennen: Vom Kinderbuch über ein Hörspiel bis zu einem kleinen Theaterstück gestalten die kleinen Sprachabenteurer kreativ und altersgerecht ihr eigenes kleines Kunstwerk und entwickeln spielerisch und mit viel Spaß ihre sprachlichen Fähigkeiten.

WIR GESTALTEN EIN KINDERBUCH

In diesem Kurs erschaffen die Kinder ihr eigenes Kinderbuch. Dabei erweitern sie auf spielerische Weise ihren Wortschatz und ihre Sprachfähigkeiten. Durch kreative und abwechslungsreiche Spiele, Erzählungen und Angebote stärken die Kinder ihre Fantasie und Freude an Sprache. So erwerben sie ganz nebenbei weitere Fähigkeiten, um sich auszudrücken, Geschichten zu erfinden und am Ende des Kurses hält jedes Kind stolz das gemeinsam gestaltete Buch in den Händen.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken oder Hausschuhe

262H116503	7 x Fr., 27.03. – 22.05.2026, 16:15 – 17:30 Uhr
Leitung:	Mareike Hempfing, Sozialassistentin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	78,- € inkl. Material



KLEINKIND

WIR GESTALTEN EIN HÖRBUCH

In diesem Kurs wird ein gemeinsames Hörbuch entwickelt. Die Kinder denken sich spannende und fantasievolle Geschichten aus, die sie zum Mitmachen anregen. Sie lernen, ihre Ideen in Worte zu fassen und ihre Kreativität auszuleben, ihre Stimme richtig einzusetzen und ganz nebenbei werden den Kindern die richtige Aussprache und grundlegende Grammatik spielerisch nähergebracht.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken oder Hausschuhe

262H116504	7 x Fr., 12.06. – 31.07.2026, 16:15 – 17:30 Uhr
Leitung:	Mareike Hempfing, Sozialassistentin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	78,- € inkl. Material

WIR ENTWICKELN EIN THEATERSTÜCK

In diesem Kurs entdecken Kinder spielerisch die Welt des Theaters. Gemeinsam erfinden wir ein eigenes Stück – von der ersten Idee bis zur kleinen Aufführung am Ende. Die Kinder gestalten die Geschichte mit, schlüpfen in verschiedene Rollen, experimentieren mit Stimme und Bewegung und lernen dabei, sich sprachlich auszudrücken und aufeinander zu hören. Durch das gemeinsame Theaterspiel erleben sie: Sprache verbindet, begeistert und ist ein richtiges Abenteuer!

Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken oder Hausschuhe

262H116505	7 x Fr., 28.08. – 09.10.2026, 16:15 – 17:30 Uhr
Leitung:	Mareike Hempfing, Sozialassistentin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	78,- € inkl. Material



KLEINKIND

Indoor-Spielplatz – am Freitagnachmittag

FÜR KINDER VON 1 BIS 3 JAHREN MIT BEGLEITPERSON

Suchen Sie einen warmen, trockenen Ort, an dem Ihr Kleinkind auch in der kalten Jahreszeit nach Herzenslust spielen und toben kann?

Dann besuchen Sie unser Haus der Familie! Hier erwartet Sie eine liebevoll gestaltete Spielwiese, die Raum zum Toben, Bewegen und Spielen bietet.

Geschwisterkinder dürfen mitgebracht werden. Die Aufsichtspflicht liegt bei den Begleitpersonen.

262H112901	Fr., 27.02.2026, 14:30 – 17:00 Uhr
262H112902	Fr., 06.03.2026, 14:30 – 17:00 Uhr
262H112903	Fr., 13.03.2026, 14:30 – 17:00 Uhr
262H112904	Fr., 20.03.2026, 14:30 – 17:00 Uhr
262H112905	Fr., 27.03.2026, 14:30 – 17:00 Uhr
Leitung:	Franziska Ortelt, Sozialarbeit in der Kinder-, Jugend- und Familienhilfe (BA), Systemische Therapeutin und Beraterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	Dank der Unterstützung der Stadt Heilbronn ist dieses Angebot gebührenfrei.

Weiter geht es mit dem Indoor-Spielplatz am Freitag, den 16. Oktober 2026.

1 für alle!
DAS NEUE MUSEUM IM DEUTSCHHOF

→ MUSEUM IM DEUTSCHHOF

museen.heilbronn.de

HIN Heilbronn Städtische Museen

KI-generierte Illustration, erstellt mit ChatGPT [OpenAI], 2025 © Städtische Museen Heilbronn



elternpädagogik rat und hilfe **sein** väter willkommen gesundheit für kinder



Foto: Adobe Stock, Robert Kneschke

Rat und Hilfe für junge Familien

Nicht nur die erste Zeit als junge Eltern kann eine große Herausforderung sein. Um Sie in allen Entwicklungsschritten und Ihrem persönlichen Erziehungsalltag zu unterstützen, bieten wir Ihnen mit unseren Angeboten Rat und Hilfe an – ob in der Hebammensprechstunde, im Elterncafé, oder bei der Schreibaby-Beratung. In unseren Kursen und Vorträgen geht es um

pädagogische Themen, konkrete Erziehungsfragen ebenso wie um Kinderkrankheiten oder rechtliche und finanzielle Informationen für Familien – immer im Hinblick auf die Stärkung der Elternkompetenzen. Im Erfahrungsaustausch unterstützen sich die Eltern gegenseitig und nehmen hilfreiche Tipps für einen gelingenden Familienalltag mit.

Alle Kursinhalte werden von unseren qualifizierten Dozentinnen und Dozenten an die aktuellen gesellschaftlichen Entwicklungen angepasst und orientieren sich am Bildungs- und Qualitätsverständnis unseres Leitbilds.

Inhaltsverzeichnis

Beratungsangebote	110
Workshops	118
Austausch und Gespräch	121
Regenbogenfamilien	126
Hochsensibilität	128
Wissenswertes für Familien	134
Gesundheit für Kinder	140
Vorträge für Eltern	143
Angebote für Paare	158
Väter willkommen	159
Digitale Familienwerkstatt	172

Neu im Programm

Regenbogenfamilien



Foto: KI-generiert

Wir schaffen Raum für Begegnung, Austausch und ein Angebot für Paare und Familien in all ihrer Vielfalt.

Weitere Infos auf Seite 126



Väter 1x1



Foto: KI-generiert

Monatliche Reihe für Väter, die ihr Wissen zu Alltagsthemen rund um Familie und Kinder gezielt erweitern möchten.

Weitere Infos auf Seite 168



Finanzplanung für Frauen



Foto: KI-generiert

Gestalten Sie Ihre finanzielle Zukunft selbstbestimmt. Mit sechs Vorträgen, die auch einzeln buchbar sind.

Weitere Infos auf Seite 138



Digitale Familienwerkstatt



Foto: KI-generiert

Ein neuer Spielkreis für Familien, der Eltern und Kinder altersgerecht und bewusst an die vielfältige Medienwelt heranführt.

Weitere Infos auf Seite 172



Papamio Offener Vater-Kind-Treff



Foto: Nico Kurth

Für Väter mit Kindern von 0 bis 3 Jahren: 16–17 Uhr.

Weitere Infos auf Seite 162





Gut beraten – von Anfang an

Individuell – kompetent – zeitnah



Foto: Adobe Stock/Kzenon

Beratungen in Präsenz, online oder telefonisch

umfassende Angebote für Schwangere und Eltern mit Babys und Kleinkindern

Unsere Beratungen im Überblick:

- › Hebammensprechstunde
- › Gesprächsraum Geburtserlebnis
- › Stillberatung (IBCLC)
- › Schreibaby-Beratung
- › Beratung zu den Themen Stillen, Babyschlaf und Beikost
- › Begleitet durch die ersten Lebensjahre
- › Beratung und Coaching für Väter

Alle Infos unter www.hdf-hn.de
oder direkt über den QR-Code.



Beratungen

Hebammensprechstunde

Im Rahmen unserer Hebammensprechstunde beraten wir Sie in einem geschützten Rahmen rund um die Themen Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und die erste Zeit mit dem Baby.

Sie erhalten Hilfe bezüglich Schwangerschaftsbeschwerden, Geburtsplanung, Wochenbettorganisation, aber auch wertvolle Tipps für die Stillzeit, sowie für die Zeit der Heilungs- und Rückbildungsvorgänge. Auch wenn Sie eine Fehlgeburt hatten oder Ihr Kind mit besonderem Bedarf zur Welt kam, können Sie sich vertrauensvoll an unsere Hebamme Susanne Häberle wenden.

Unsere Hebammensprechstunde findet nach Vereinbarung statt. Bitte vereinbaren Sie einen individuellen Termin unter info@hdf-hn.de oder 07131 2769230.

Leitung:	Susanne Häberle, Hebamme
Ort:	online, telefonisch, auf Wunsch auch in Präsenz im Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	gebührenfrei

Sollten Sie den Termin nicht wahrnehmen können, sagen Sie ihn bitte spätestens einen Tag (24h) vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Ausfallgebühr in Höhe von 30,- €.

Eine Terminvereinbarung ist erforderlich



Susanne Häberle



RAT UND HILFE

Eine Terminvereinbarung ist erforderlich

Gesprächsraum Geburtserlebnis

Jede Geburt ist individuell und einzigartig. Doch manchmal verläuft nicht alles, wie man es sich erhofft und vorgestellt hat und zurück bleibt ein ungutes Gefühl. Dabei hilft es sich mitzuteilen und über das Erlebte zu sprechen.

Unsere Hebamme Susanne Häberle bietet Ihnen eine Möglichkeit im geschützten Rahmen Ihre Geburtserfahrung zu teilen und über persönliche Erlebnisse rund um die Geburt zu sprechen. Dabei steht das Verständnis für die individuellen Gefühle und Erinnerungen im Mittelpunkt. Dieses Angebot versteht sich als Unterstützung auf dem Weg zur Verarbeitung und Reflexion der besonderen Erfahrung der Geburt.

Hebamme Susanne Häberle hat die Fortbildung „Wenn die Geburt zum Trauma wird – Mütter nach schwierigen Geburtserfahrungen begleiten“ von Dr. med. Ute Taschner abgeschlossen.

Der Austausch zum Geburtserlebnis findet alleine oder gerne auch mit Partner*in nach Vereinbarung statt. Bitte vereinbaren Sie einen individuellen Termin unter info@hdf-hn.de oder 07131 2769230.

Leitung:	Susanne Häberle, Hebamme
Ort:	online, telefonisch, auf Wunsch auch in Präsenz im Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	gebührenfrei 3 Termine à max. 60 Minuten gebührenfrei, 49,– € jeder weiterer Beratungstermin (max. 60 Minuten), sollte der Termin länger dauern, berechnen wir 12,50 € pro 15 Minuten. Sollten Sie den Termin nicht wahrnehmen können, sagen Sie ihn bitte spätestens einen Tag (24h) vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Ausfallgebühr in Höhe von 30,– €.



RAT UND HILFE

Eine Anmeldung ist erforderlich

Stillberatung

Mit unserer Stillberatung unterstützen wir Sie und Ihr Kind dabei, eine gelungene Stillzeit zu erleben. In der Stillberatung gehen qualifizierte Still- und Laktationsberaterinnen (IBCLC) auf all Ihre Fragen, Unsicherheiten und Schwierigkeiten rund um das Thema Stillen ein. Nach den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen erhalten Sie eine ganz individuelle Beratung, die genau auf Ihre jeweilige Situation abgestimmt ist. So können Sie mit der nötigen Gelassenheit und den für Sie passenden Techniken das Stillen so angenehm wie möglich gestalten.

Vorab senden wir Ihnen einen Anamnese-Bogen zu, den Sie bitte im Vorfeld des Termins an uns zurücksenden, damit sich unsere Beraterinnen gezielt vorbereiten können.

Unsere Stillberatung findet wöchentlich am Donnerstagvormittag statt oder nach individueller Terminvereinbarung.

Alle buchbaren Termine finden Sie unter www.hdf-hn.de oder über den QR-Code.



Leitung:	Lea Ranz und Jennifer Kapteina, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerinnen, Still- und Laktationsberaterinnen (IBCLC)
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	gebührenfrei 3 Termine à max. 60 Minuten gebührenfrei, 49,– € jeder weiterer Beratungstermin (max. 60 Minuten), sollte der Termin länger dauern, berechnen wir 12,50 € pro 15 Minuten. Sollten Sie den Termin nicht wahrnehmen können, sagen Sie ihn bitte spätestens einen Tag (24h) vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Ausfallgebühr in Höhe von 30,– €.



Lea Ranz



Jennifer Kapteina



RAT UND HILFE

Schreibaby-Beratung

FÜR FAMILIEN MIT SÄUGLINGEN UND KLEINKINDERN BIS ZUM
3. LEBENSJAHR

Eine Terminvereinbarung ist erforderlich

In der Schreibaby-Beratung werden Sie ganzheitlich beraten, wenn Sie sich in einer herausfordernden Zeit mit Ihrem Baby befinden und schnell und unkompliziert Hilfe benötigen. Ihr Baby ist oft untröstlich und weint übermäßig viel, schläft sehr schlecht und wacht häufig auf oder verweigert wiederkehrend die Nahrungsaufnahme? Dieser Zustand macht Sie zunehmend traurig, verzweifelt oder hilflos? Sie fühlen sich ratlos?



Elfriede Jung

Dann wenden Sie sich vertrauensvoll an unsere qualifizierten und zertifizierten Beraterinnen. Wir nehmen uns Zeit für Ihre Fragen und finden mit Ihnen einen Weg, wie Sie Ihr Kind beruhigen und Ihre Familien entlasten können.

Die individuelle Terminvereinbarung für eine Einzelberatung erfolgt unter info@hdf-hn.de oder 07131 2769230.



Ingrid Kolb

Leitung: Elfriede Jung, Ingrid Kolb, Fachberaterinnen für Emotionelle Erste Hilfe, Integrative Eltern-Säuglings-Kleinkind-Beraterin, PEKiP-Leiterinnen, Christina Marian, Integrative Eltern-Säuglings-Kleinkindberaterin (i.A.), PEKiP-Leiterin

Ort: In Präsenz im Haus der Familie, Heilbronn Erich-Mendelsohn-Str. 1C, online, telefonisch, Hausbesuche möglich



Christina Marian

Gebühr: gebührenfrei
3 Termine à max. 120 Minuten gebührenfrei, Hausbesuch 10,- € Fahrtkostenpauschale, 49,- € jeder weiterer Beratungstermin (max. 60 Minuten), sollte der Termin länger dauern, berechnen wir 12,50 € pro 15 Minuten.
Sollten Sie den Termin nicht wahrnehmen können, sagen Sie ihn bitte spätestens einen Tag (24h) vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Ausfallgebühr in Höhe von 30,- €.



RAT UND HILFE

Beratung zu den Themen Stillen, Baby – Kleinkindschlaf und Beikost – LIVE ONLINE

FÜR FAMILIEN MIT SÄUGLINGEN UND KLEINKINDERN IN DEN ERSTEN
LEBENSJAHREN

In diesem Beratungsangebot werden Sie bindungsorientiert und individuell zu den Themen Stillen, Baby- und Kleinkindschlaf sowie Beikost beraten. Sie haben Schwierigkeiten beim Stillen oder wollen abstillen, Sie benötigen Unterstützung für eine belastende Schlafsituation mit Ihrem Baby? Oder Sie interessiert das Konzept Beikost und möchten diesbezüglich Ihre Fragestellungen besprechen? Claudia Schöbinger, Bindungsorientierte Familienbegleiterin (BFB), berät Sie gerne dazu. Sie erhalten Wissen, Anregungen und Empfehlungen, welche Sie im Alltag unterstützen.

Die individuelle Terminvereinbarung für eine Einzelberatung (60 Min.) erfolgt unter info@hdf-hn.de oder 07131 2769230.

Eine Terminvereinbarung ist erforderlich



Claudia Schöbinger

Leitung: Claudia Schöbinger, Bindungsorientierte Familienbegleiterin (BFB)

Ort: online

Gebühr: Der erste Termin (max. 60 Min) ist gebührenfrei, 49,- € jeder weitere Beratungstermin (max. 60 Min), sollte der Termin länger dauern, berechnen wir 12,50 € pro 15 Min.
Sollten Sie den Termin nicht wahrnehmen können, sagen Sie ihn bitte spätestens einen Tag (24h) vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Ausfallgebühr in Höhe von 30,- €.



RAT UND HILFE

Begleitet durch die ersten Lebensjahre

EINZELBERATUNG ZU PÄDAGOGISCHEN THEMEN

In unserer Einzelberatung werden Sie bei allen Fragen rund um das Thema Erziehung ganzheitlich beraten. Die Beratung bietet Ihnen praxisnahe Hilfestellungen auf Grundlage moderner pädagogischer Erkenntnisse. Im Mittelpunkt stehen Themen wie die bindungsorientierte Erziehung, der Umgang mit herausforderndem Verhalten oder die Stärkung des kindlichen Selbstbewusstseins. Auch die Förderung der Selbstständigkeit, ein verantwortungsvoller Umgang mit Medien, die Vorbereitung auf die KiTa-Eingewöhnung, die Sauberkeitsentwicklung sowie Fragen rund um den Schlaf Ihres Kindes können thematisiert werden.



Alle buchbaren Termine finden Sie unter www.hdf-hn.de oder 07131 2769230.



Angelika Belgart

Leitung: Angelika Belgart, Kindheitspädagogin (B.A.), Erziehungsberaterin

Ort: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Gebühr: Der erste Termin ist gebührenfrei (max. 60 Minuten), 49,- € jeder weitere Beratungstermin (max. 60 Min.), sollte der Termin länger dauern, berechnen wir 12,50 € pro 15 Min.

Sollten Sie den Termin nicht wahrnehmen können, sagen Sie ihn bitte spätestens einen Tag (24h) vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Ausfallgebühr in Höhe von 30,- €.

LIVE ONLINE



Beate Michi

Leitung: Beate Michi, Erzieherin, LEFinO und Babymassage-Leiterin, Elternbegleiterin

Ort: online

Gebühr: Der erste Termin ist gebührenfrei (max. 60 Minuten), 49,- € jeder weitere Beratungstermin (max. 60 Min.), sollte der Termin länger dauern, berechnen wir 12,50 € pro 15 Min.

Sollten Sie den Termin nicht wahrnehmen können, sagen Sie ihn bitte spätestens einen Tag (24h) vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Ausfallgebühr in Höhe von 30,- €.



RAT UND HILFE

Beratung und Coaching für Väter – LIVE ONLINE

EIN VERTRAULICHES BERATUNGSFORMAT FÜR VÄTER

In der Einzelberatung mit Lukas Onken erhalten Sie Raum zur Reflexion und Orientierung. Viele Väter stehen heute unter dem Druck, in allen Lebensbereichen zu funktionieren im Beruf, in der Familie und auch mit Blick auf die eigenen Ansprüche. Den eigenen Weg zu finden, ist oft herausfordernd: Was brauche ich wirklich? Wo liegen meine Grenzen? Und wie kann ich ein gutes Gleichgewicht im Alltag schaffen?

Mit einem klaren, empathischen Blick begleitet Lukas Onken Sie dabei, herauszufinden, was gerade wichtig ist, und unterstützt Sie darin, tragfähige Entscheidungen für sich und Ihre Familie zu treffen.

Lukas Onken ist Väter-Coach und Trauerbegleiter für Väter. Er ist systemischen Berater und ausgebildeter systemischer Mediator. Zudem hat er Kultur- und Kommunikationswissenschaften studiert.

Eine individuelle Terminvereinbarung für eine Einzelberatung erfolgt unter info@hdf-hn.de oder 07131 2769230.



Lukas Onken

Leitung: Lukas Onken, Väter-Coach, Trauerbegleiter und systemischen Berater

Ort: online

Gebühr: Der erste Termin ist gebührenfrei (max. 60 Minuten), 49,- € jeder weitere Beratungstermin (max. 60 Min.), sollte der Termin länger dauern, berechnen wir 12,50 € pro 15 Min.

Sollten Sie den Termin nicht wahrnehmen können, sagen Sie ihn bitte spätestens einen Tag (24h) vorher ab. Ansonsten berechnen wir eine Ausfallgebühr in Höhe von 30,- €.



RAT UND HILFE

Workshop Beikosteinführung

Hinweis:
Babys sind in dem
Workshop willkommen

Für einen gelungenen und gesunden Start zur Beikosteinführung ist dieser Workshop eine tolle Basis! Wir schauen gemeinsam über den Tellerrand und beschäftigen uns mit den unterschiedlichen Wegen die Beikost erfolgreich einzuführen. Dabei nehmen wir die babyfreundlichen Beikost Methoden mit Brei und Baby-Led-Weaning (BLW) genauer unter die Lupe. Es wird genügend Zeit für Fragen und einen Austausch geben.

262H201520	Fr., 06.03.2026, 15:00 – 17:00 Uhr
Leitung:	Stefanie Loewe, Stillberaterin, Beikostberaterin, Kursleiterin für Babymassage und Babyyoga
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	15,- €



Foto: Adobe Stock, Julia Suhareva

Offene Angebote

Leitung durch qualifizierte Fachkräfte, gebührenfrei,
je nach Angebot wöchentliche oder monatliche Termine

Dienstag		15.00 – 16.30 Uhr Elterncafé für Eltern mit Kleinkindern
	10.00 – 12.00 Uhr Babynest – Baby- und Stillcafé für Mamas mit Babys	Wöchentlich im Wechsel 15.00 – 17.00 Uhr Babynest – Baby- und Stillcafé für Mamas mit Babys
Mittwoch		16.00 – 17.30 Uhr Papamio – Offener Vater- Kind-Treff für Väter mit Kindern von 0 bis 3 Jahren
Freitag		15.00 – 17.45 Uhr Zwillingstreff – Mehrlings- treff
Samstag	09.00 – 11.00 Uhr Papalapapp Offener Treff für Väter	14.30 – 16.30 Uhr Bunt und queerlig Offener Treff für Regenbogen- familien mit Kindern
Sonntag	10.00 – 12.00 Uhr Gemeinsam statt einsam Austauschrunde für alleinerzie- hende Eltern und Solo-Eltern mit Kindern	

Termine unter www.hdf-hn.de
oder direkt über den QR-Code.





RAT UND HILFE



Babynest

Siehe auch „Vorbereitung auf das Stillen“ auf Seite 21

Babynest – Baby- und Stillcafé am Mittwoch

FÜR MAMAS MIT BABYS IM ERSTEN LEBENSJAHR

Wir laden Sie und Ihr Baby herzlich ein!

Dieses Angebot richtet sich an Eltern mit Babys, die einen angenehmen Raum zum Wohlfühlen suchen und sich gerne mit anderen Eltern austauschen möchten. Ob beim Stillen oder Füttern mit der Flasche – bei einer Tasse Tee oder Kaffee haben Sie die Gelegenheit, sich mit Gleichgesinnten zu treffen und Erfahrungen zu teilen. Unsere erfahrenen Kursleiterinnen Claudia Schöbinger und Emina Dingert stehen Ihnen beratend zur Seite und beantworten offene Fragen rund um die Themen Stillen, Beikost und Babyschlaf. Sie gehen auch gerne auf individuelle Anliegen ein. Ältere Geschwisterkinder können gerne mitgebracht werden.

Das Café findet im Wechsel am Mittwochvormittag und Mittwochnachmittag statt. Nähere Informationen finden Sie über www.hdf-hn.de oder den QR Code.



Leitung:	Claudia Schöbinger, Emina Dingert, Bindungsorientierte Familienbegleiterinnen (BFB)
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	gebührenfrei



RAT UND HILFE

Zwillingstreff – Mehrlingstreff

Eltern von Zwillingen oder Mehrlingen sind in besonderer Weise gefordert. Vieles ist anders, wenn man zwei oder drei (oder mehr) Neugeborene und Kleinkinder zu versorgen hat. Der Treff ist offen für Mütter und Väter, die mit anderen Mehrlingseletern in Kontakt kommen und sich austauschen möchten. Anregungen und Tipps für den nicht ganz alltäglichen Erziehungs- und Familienalltag erhalten Sie zudem von der Leiterin, die Erzieherin und selbst Mutter von Zwillingen ist.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, aber erwünscht. Alle Interessierten können auch spontan vorbeischauen. Das Angebot ist gebührenfrei. Wir freuen uns auf Sie!

262H202201	Fr., 06.03.2026, 15:00 – 17:45 Uhr
262H202202	Fr., 17.04.2026, 15:00 – 17:45 Uhr
262H202203	Fr., 08.05.2026, 15:00 – 17:45 Uhr
262H202204	Fr., 12.06.2026, 15:00 – 17:45 Uhr
262H202205	Fr., 03.07.2026, 15:00 – 17:45 Uhr
Leitung:	Carina Hotzy, Erzieherin, Fachwirtin für Organisation und Führung im Bereich Sozialwesen
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	Dank der Unterstützung der Stadt Heilbronn ist dieses Angebot gebührenfrei.



Elterncafé am Dienstag

für Eltern mit Kleinkindern, gebührenfrei



Foto: Nico Kurth

jeden Dienstag von 15.00 bis 16.30 Uhr
(außer in den Schulferien)

- Offenes Angebot – Anlaufstelle für Familienfragen
- Gemütliche Atmosphäre bei Kaffee & Tee – Impulse durch Kursleitung und Expert*innen
- Austausch und Vernetzung mit anderen Eltern
- Für Mütter, Väter, Großeltern und Bezugspersonen – mit oder ohne Kinder
- Leitung: Monika Uphagen (Erzieherin)

Datum	Thema	Referent*in
03.03.2026	Von der Familie in die Kita Wie es gelingen kann	Martina Werz Kita- und Familienzentrums- leitung Familienzentrum Schillerstraße, Sozialwirtin
17.03.2026	Finanztipps für den Familienalltag	Bettina Suditsch Dipl.-Betriebswirtin
14.04.2026	Gut versorgt im Familienalltag wie Meal Prep hilft, Nährstoffe einfach und lecker auf den Tisch zu bringen	Simone Weiß Gesundheitscoach für Ernäh- rung & Psyche
28.04.2026	Geschwister Rivalen oder Team	Yvonne Kuhlmann Systemische Familienberaterin, traumasensible Coachin
12.05.2026	„Medienpädagogik“ im Kleinkindalter? Grundgedanken, altersgerechte Zugänge	Elli Kloster Medienpädagogin
09.06.2026	Zahngesundheit für die Kleinsten	Manuela Bendel-Schilp Regionalgeschäftsführerin, Frühprophylaxeberatung
23.06.2026	Grenzen Warum es wichtig ist, Grenzen zu setzen und wie die Umset- zung gelingen kann	Patricia Müller Kindheitspädagogin Beratungs- stelle für Familie und Erziehung Stadt Heilbronn
07.07.2026	Homöopathische Hausapotheke für Kinder	Anja Lamprecht Heilpraktikerin, MTRA
21.07.2026	Kleinkinder im Alltag groß machen	Menekse Kanbul staatl. anerkannte Erzieherin

Alle Termine unter www.hdf-hn.de
oder direkt über den QR-Code.





RAT UND HILFE

Das schaffst du (nicht) alleine?! – LIVE ONLINE

STÄRKE

Alleinerziehende stehen täglich vor der Herausforderung, den Bedürfnissen ihrer Kinder gerecht zu werden - oft bei gleichzeitig wenig Raum für eigene Wünsche und Erholung. Das verlangt viel Kraft und ein gutes Gespür für Balance. In dieser Online-Veranstaltung beschäftigen wir uns damit, welche Bedürfnisse sowohl Kinder als auch Eltern haben, wie sie sich äußern und wie es gelingen kann, im Alltag eine Atmosphäre zu schaffen, in der sich alle wohlfühlen. Nach einem kurzen fachlichen Input zum Thema geht es in den moderierten Austausch. Ergänzend erhalten Sie bei Bedarf praktische Impulse, die sich leicht umsetzen lassen - und das ganz bequem von zu Hause aus.



Sibylle Patriarca

Sibylle Patriarca ist Diplom-Sozialpädagogin (B.A.), zertifizierte Elternberaterin Frühe Kindheit sowie „familylab“-Seminarleiterin. „familylab“ möchte die Arbeit von Jesper Juul für Eltern und pädagogische Kräfte bekannt machen. Neben Workshops und Seminaren in sozialen Einrichtungen wie Schulen und Kitas bietet sie auch Beratungsangebote für Eltern an. Im Haus der Familie ist Sibylle Patriarca mit einer virtuellen Themen- und Gesprächsreihe für Alleinerziehende sowie Workshops zu Erziehungsthemen vertreten.

262H202801	Mo., 23.03.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
262H202802	Mo., 20.04.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
262H202803	Mo., 18.05.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
262H202804	Mo., 15.06.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
Leitung:	Sibylle Patriarca, Dipl.-Sozialpädagogin, familylab-Seminarleiterin
Ort:	online
Gebühr:	gebührenfrei, finanziert durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Landesmitteln, die der Landtag von Baden-Württemberg beschlossen hat.



RAT UND HILFE

Gemeinsam statt einsam – Austauschrunde für alleinerziehende Eltern und Solo-Eltern

STÄRKE

Begleiten Sie Ihr Kind überwiegend allein durch den Alltag oder stehen Sie aktuell vor besonderen familiären Herausforderungen? Unabhängig von Ihrer persönlichen Situation laden wir Sie herzlich ein, Teil unseres Treffens zu werden. In einer offenen und unterstützenden Atmosphäre haben Sie die Möglichkeit, bei einer Tasse Kaffee miteinander ins Gespräch zu kommen, sich auszutauschen und neue Ideen für Ihren Familienalltag zu sammeln. Währenddessen finden Ihre Kinder abwechslungsreiche Spielangebote vor, die ihnen Freude bereiten und Ihnen Raum für entspannte Begegnungen schenken.

262H202805	So., 15.03.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
262H202806	So., 19.04.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
262H202807	So., 10.05.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
262H202808	So., 21.06.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
262H202809	So., 19.07.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
Leitung:	Angelika Belgart, Kindheitspädagogin (B.A.), Erziehungsberaterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	gebührenfrei, finanziert durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Landesmitteln, die der Landtag von Baden-Württemberg beschlossen hat.



RAT UND HILFE

Regenbogenfamilien – Vielfalt von Familie

Die Vorstellungen über das Zusammenleben und von Familie sind vielfältig und bunt. Das Haus der Familie bietet allen Paar- und Familienkonstellationen den Raum, sich zu treffen und auszutauschen. Ergänzt wird ein offener Treff durch Fachvorträge zu Themen, die gerade in diesen Familien einen besonderen Stellenwert haben.

Bunt & queerlig

OFFENER TREFF FÜR REGENBOGENFAMILIEN MIT IHREN KINDERN

NEU

Bunte Familien können hier gemeinsam mit ihren Kindern nett(z)werken und sich untereinander austauschen. Am Anfang eines jeden Treffens steht ein Impulsvortrag rund um Familienleben und Familienplanung. Durch einen großen Erfahrungsschatz der Leitung, sowie die Weiterleitung an Expert*innen werden die Familien begleitet. Es sind alle werdenden Familienkonstellationen der queeren Community herzlich willkommen. Für die Kinder sind ausreichend Spielmöglichkeiten vorhanden.

262H208501 Sa., 21.03.2026, 14:30 – 16:30 Uhr

262H208502 Sa., 18.04.2026, 14:30 – 16:30 Uhr

262H208503 Sa., 16.05.2026, 14:30 – 16:30 Uhr

262H208504 Sa., 20.06.2026, 14:30 – 16:30 Uhr

262H208505 Sa., 18.07.2026, 14:30 – 16:30 Uhr

262H208506 Sa., 15.08.2026, 14:30 – 16:30 Uhr

Leitung: Angela Kropp, Krankenschwester

Ort: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Gebühr: gebührenfrei



RAT UND HILFE

Regenbogenfamilien – Familienkonstellationen und die Perspektive der Kinder – LIVE ONLINE

INTERAKTIVER VORTRAG LIVE ONLINE

Regenbogenfamilien sind so vielfältig wie das Leben selbst. In diesem Vortrag werden die verschiedenen Familienkonstellationen vorgestellt, die als Regenbogenfamilien bezeichnet werden und stellen auch die Perspektive der Kinder dieser Familien dar. Eine verständliche Einführung in die Bezeichnungen LSBTIQ+ und Regenbogenfamilien erklärt, was diese Begriffe bedeuten und warum sie wichtig sind. In interaktiven Übungen wird sich dem Thema angenähert, um gemeinsam einen queersensiblen Umgang mit Regenbogenfamilien zu gestalten. Ziel ist es, Vorurteile abzubauen, Wissen zu vermitteln und Handlungsmöglichkeiten für den Alltag aufzuzeigen. Im Anschluss gibt es Raum für einen offenen Austausch und individuelle Fragen.

NEU

262H208551 Mi., 29.04.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Leitung: Philipp Schmölz, Sozialpädagoge BerTA-Beratung, Treffpunkt und Anlaufstelle für Regenbogenfamilien

Ort: online

Gebühr: 10,- €



RAT UND HILFE



Kinder im Blick – Ein Kurs für Eltern in Trennung

Das Gruppenangebot „Kinder im Blick“ richtet sich an Eltern, die ihre Kinder in der schwierigen Situation einer Trennung unterstützen wollen. Während und nach der Trennung haben Eltern oft mit persönlichen Verletzungen und Auseinandersetzungen mit den Ex-Partnern zu kämpfen. Dabei kann es passieren, dass das Kind in den Hintergrund gerät. Das Programm „Kinder im Blick“ möchte getrennt erziehende Mütter und Väter dabei unterstützen, ihr Familienleben auch nach der Trennung für alle Beteiligten möglichst positiv zu gestalten und dabei besonders das Wohlergehen des Kindes in den Blick zu nehmen.

An den sechs Kursabenden werden Fragen berücksichtigt wie:

- Was ist für meine Kinder in der aktuellen Situation wichtig?
- Wie kann ich auch bei hohem Stresspegel eine gute Beziehung zu meinem Kind pflegen?
- Wie trage ich dazu bei, dass mein Kind sich unbeschwert entwickelt?
- Wie können wir als getrennte Eltern besser miteinander umgehen?
- Wie kann ich dabei für mich selbst sorgen?

Die Teilnahme beider Elternteile an diesem Angebot ist sinnvoll, jedoch gehören die Elternteile zu unterschiedlichen Gruppen, die sich parallel treffen.

Hinweis: Weitere Informationen zum Kurs:

<https://www.kinder-im-blick.de>

Anmeldung unter:

elternkurse-heilbronn@gmx.de



RAT UND HILFE

Hochsensibilität – Die Welt mit allen Sinnen intensiv erleben

Ob Hochsensible ihre Sensibilität als positiven Lebensaspekt, als eine besondere Stärke oder als Quelle der Angst und Verunsicherung erleben, wird von Kindheit an durch ihr direktes Umfeld beeinflusst. Damit von der Kindheit bis zum Erwachsensein der besondere Wesenszug der Hochsensibilität als Bereicherung erlebt werden kann, bieten wir Einzelberatung, Gesprächskreise und weitere Angebote für unterschiedliche Altersgruppen an.

Gesprächskreis für Eltern hochsensibler Kinder

Ihr hochsensibles Kind ist in seinem Alltag pausenlos gefordert, eine Vielzahl an Reizen aufzunehmen und zu verarbeiten. Damit ihm dies gelingt, braucht es verständnisvolle Menschen an seiner Seite. Es gilt, die richtige Balance zu finden zwischen Ermutigung und Entlastung. Eine spannende und manchmal auch ermüdende Aufgabe! Wenn Sie sich in einer kleinen Gruppe mit anderen Eltern austauschen und dabei aktuelle Informationen zum Thema Hochsensibilität bekommen möchten, dann sind Sie richtig im Gesprächskreis!



LIVE ONLINE

262H202301	3 x Di., 03.03. – 30.06.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
Leitung:	Eva Schaber, Pädagogin, Politologin, Mediatorin, KOMPASS Hochsensibilität
Ort:	online
Gebühr:	gebührenfrei Finanziert durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Landesmitteln, die der Landtag von Baden-Württemberg beschlossen hat.



RAT UND HILFE

Einzelberatung für Eltern hochsensibler Kinder

Hochsensible Kinder sind keine Problemkinder, aber sie fallen in einer Gruppe auf, weil sie anders sind. Häufig werden Hochsensible als schüchtern, ängstlich oder gehemmt beschrieben. Wie Eltern mit dem Wesenszug ihres Kindes umgehen, wirkt sich entscheidend darauf aus, ob es die Sensibilität als positiven Lebensaspekt oder als Quelle der Angst und Verunsicherung erlebt. Bei einer Einzelberatung erfahren Eltern, wie sie ihr Kind im Alltag unterstützen können.

Wenn Sie einen individuellen Online-Beratungstermin zu einem anderen Zeitpunkt vereinbaren möchten, wenden Sie sich gerne an unsere Anmeldung und Verwaltung unter: www.hdf-hn.de oder 07131 27692-30

LIVE ONLINE

262H202505	Mo., 27.04.2026, 19:00 – 20:00 Uhr
262H202506	Mo., 27.04.2026, 20:10 – 21:10 Uhr
Leitung:	Eva Schaber, Pädagogin, Politologin, Mediatorin, KOMPASS Hochsensibilität
Ort:	online
Gebühr:	49,- €

EINZELBERATUNG FÜR ELTERN IN PRÄSENZ

262H202501	Fr., 13.03.2026, 9:30 – 10:30 Uhr
262H202502	Fr., 13.03.2026, 10:40 – 11:40 Uhr
262H202503	Fr., 26.06.2026, 9:30 – 10:30 Uhr
262H202504	Fr., 26.06.2026, 10:40 – 11:40 Uhr
Leitung:	Eva Schaber, Pädagogin, Politologin, Mediatorin, KOMPASS Hochsensibilität
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	49,- €



RAT UND HILFE

Alltagstipps für den Umgang mit hochsensiblen Kindern

ENTSPANNTES FAMILIENLEBEN MIT EINEM HOCHSENSIBLEN KIND

In der Austauschrunde ist der Alltag mit Ihrem hochsensiblen Kind ein zentrales Thema. Denn der hochsensible Wesenszug zeigt sich nicht immer genau dann, wenn man damit rechnet und sich vorbereitet fühlt. Er kann sich auch unerwartet in Situationen zeigen, die dem Kind eigentlich vertraut sind, sodass wir völlig überrumpelt werden und in Stress geraten, der sich direkt auf unser Kind überträgt.

In dieser Austauschrunde erhalten Sie Tipps, wie es gelingen kann, als Eltern im Alltag mit Ihrem hochsensiblen Kind in Balance zu bleiben, Herausforderungen zu bewältigen und Belastungen durch gute Planung zu reduzieren.

262H202507	Sa., 18.04.2026, 10:00 – 11:30 Uhr
Leitung:	Eva Schaber, Pädagogin, Politologin, Mediatorin, KOMPASS Hochsensibilität
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	10,- €



Foto: Adobe Stock, Algen



RAT UND HILFE

Ruhige Wege, große Abenteuer – Urlaub mit hochsensiblen Kindern meistern

NEU

In dieser Austauschrunde widmen wir uns der Urlaubszeit - einer Zeit voller Reisen, neuer Entdeckungen und dem Ausbrechen aus den Routinen des Alltags. Bei aller Vorfreude gerät der hochsensible Anteil Ihres Kindes dabei oft aus dem Blick. Und dann kann er sich melden und drohen, zum „Spaßverderber“ zu werden. Damit die Ferienzeit auch für die hochsensiblen Anteile aller Familienmitglieder gut erlebbar wird, ist es sinnvoll, einmal innezuhalten und die bevorstehende Urlaubszeit durch die „hochsensible Brille“ zu betrachten. Wenn der hochsensible Wesenszug gut im Blick bleibt, stellt er einem entspannten Urlaub nicht im Weg und erfährt im besten Fall genau das Maß an Regeneration, das ihn auftanken lässt.

262H202508	Sa., 27.06.2026, 10:00 – 11:30 Uhr
Leitung:	Eva Schaber, Pädagogin, Politologin, Mediatorin, KOMPASS Hochsensibilität
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	10,- €

Bin ich hochsensibel?

Ist mein Kind hochsensibel? – LIVE ONLINE

Hochsensible Menschen nehmen ständig und ungesteuert Reize und Eindrücke aus ihrer Umgebung und aus ihrem Innern auf. Sie sind immer auf Empfang mit allen Vorteilen, die so ein aktives In-der-Welt-sein mit sich bringt. Es gilt, besondere Herausforderungen zu bewältigen, die ihre Wurzeln in der Hochsensibilität haben. Viele Menschen tragen ihren hochsensiblen Anteil unbemerkt in sich, bis das ständige Zuviel ihnen Grenzen aufzeigt. Wenn Sie in das spannende Thema einsteigen wollen, auch um zu erkennen, ob Sie oder Ihr Kind einen unentdeckten hochsensiblen Anteil in sich tragen, lädt Sie unsere Referentin Eva Schaber zur Spurensuche ein.

262H202601	Mi., 11.03.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
Leitung:	Eva Schaber, Pädagogin, Politologin, Mediatorin, KOMPASS Hochsensibilität
Ort:	online
Gebühr:	10,- €



RAT UND HILFE

Treff Hochsensible Mütter und Väter

Als hochsensible Mutter und Vater verfügen Sie über eine besondere Wahrnehmungsbegabung. Diese ermöglicht gerade im Alltag mit Kindern ein intensives Erleben von Gefühlen und Eindrücken. Leicht entsteht aber auch der Eindruck eines „Zuviel“ in Beruf, Familie und Partnerschaft. Aus der Gabe wird so schnell eine Herausforderung.

In diesem Gesprächskreis steht Ihr hochsensibler Anteil einmal im Mittelpunkt! Sie bekommen Anregungen, wie Sie ihre eigenen Bedürfnisse erkennen und im Alltag gut leben können. Gemeinsam überlegen wir auch, wie eine „gesunde Distanz“ zu den vielen Themen des Alltags gestaltet werden kann.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial

262H202602	Di., 28.04.2026, 10:30 – 12:00 Uhr
Leitung:	Eva Schaber, Pädagogin, Politologin, Mediatorin, KOMPASS Hochsensibilität
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	10,- €





RAT UND HILFE

Verbraucherbildung

Gefördert durch
Baden-Württemberg
Ministerium für Ernährung,
Ländlichen Raum und Verbraucherschutz

Das Projekt „Verbraucherbildung für Familien und Erwachsene in Baden-Württemberg“ wird vom Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg gefördert und von der Evangelischen Landesarbeitsgemeinschaft der Familien-Bildungsstätten in Württemberg und dem Volkshochschulverband Baden-Württemberg durchgeführt.

Risiko Eigenheim? Wie viel kann ich mir leisten? – LIVE ONLINE



Mit steigendem Zinssatz wird der finanzielle Spielraum vieler Bauwilliger kleiner. Außerdem sind die Ausgaben aufgrund der gestiegenen Lebenshaltungskosten massiv gestiegen. Die Folge: Mit der monatlichen Rate kann immer weniger Kreditrahmen bedient werden. Aufgrund der gestiegenen Risiken ist eine tragfähige Finanzierung wichtiger denn je. Banken und Bausparkassen schüren das Kreditgeschäft sowie den Vertrieb von Bausparverträgen zur Eigenheimfinanzierung mit der Angst vor weiter steigenden Zinsen. Bauwillige haben nicht nur mit steigenden Zinsen und der hohen Inflationsrate zu kämpfen, kommt beim Neubau auch noch das Risiko von Verzögerungen durch Knappheit, sei es beim Baumaterialknappheit oder im Handwerk. Vor diesem Hintergrund sollte jeder Immobilienerwerb überlegt und sorgfältig geplant sein. Unzureichende Beratung durch Immobilienverkäufer*innen und finanzierende Kreditinstitute im Vorfeld kann tausende Euro kosten oder gar zu einem finanziellen Desaster für die Baufamilie führen. Wer für den Immobilienkauf einen Kredit aufnehmen will, steht vor vielen Fragen* Wie viel kann ich mir leisten? Welche Finanzierungsform passt für mich? Wo lauern Fallstricke und Gefahren? Wie kann die Finanzierung so gestaltet werden, dass sie auch zur Familienplanung passt? Der Vortrag informiert darüber, wie die ersten Schritte zur Immobilienfinanzierung gestaltet werden und wie Verbraucher*innen ihr Budget ermitteln können. Bringen Sie auch Ihre eigenen Fragen mit oder schicken Sie uns diese direkt bei der Anmeldung schon zu, damit wir sie im Vortrag berücksichtigen können.

262H203020 Di., 03.03.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Leitung: VZBW e.V., Bettina Bißwanger, Beraterin Altersvorsorge, Banken und Kredite

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei



RAT UND HILFE

Frauen und Rente – was ist wichtig?

LIVE ONLINE

Frauen stehen im Laufe ihres Lebens oft vor Entscheidungen, die ihre finanzielle Absicherung im Alter beeinflussen. Kindererziehungszeiten und Pflege von Angehörigen werden in der gesetzlichen Rentenversicherung angerechnet und können die spätere Rente erhöhen. Viele Frauen arbeiten zudem in Minijobs, was zwar Flexibilität bietet, aber ohne freiwillige Beitragsaufstockung zu geringeren Rentenansprüchen führen kann. Bei einer Trennung ist der Versorgungsausgleich entscheidend, um Rentenansprüche fair zu verteilen. Da Erwerbsbiografien häufig unterbrochen sind, ist eine vorausschauende Altersvorsorge - ob betrieblich, privat oder staatlich gefördert - besonders wichtig. Der Vortrag zeigt, wie persönliche Lebensentscheidungen die Rentenhöhe beeinflussen und bietet Frauen praktische Orientierung, um ihre finanzielle Zukunft bewusst und gut abgesichert zu gestalten.



262H203021 Mi., 06.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr

Leitung: Deutsche Rentenversicherung, Peter Abel, Firmenberater

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei



RAT UND HILFE

(Familien-) Recht und Finanzen

Um Familien mit ihren unterschiedlichen Bedürfnissen und Konstellationen zu stärken, sprechen unsere Angebote im Bereich (Familien-) Recht und Finanzen ganz unterschiedliche Aspekte an. Wir begleiten Familien nicht nur zu Beginn, wenn die Kinder klein sind, sondern bieten während jeder Phase fundierte Beratung und Information. Neben rechtlichen und finanziellen Themen, wie beispielsweise Familiengründung und Eheschließung, geht es auch um die Absicherung von Familienmitgliedern, Berufsunfähigkeit sowie Altersvorsorge.

(Werdende) Eltern brauchen Geld!

ALLES RUND UM MUTTERSCHAFTSGELD, KRANKENKASSENLEISTUNGEN, ELTERNGELD UND WEITERE ANSPRÜCHE

In diesem Vortrag werden arbeits- und sozialrechtliche Aspekte der Schwangerschaft und des Elternseins vorgestellt. (Werdende) Eltern wissen häufig nicht, welche Ansprüche sie gegenüber Staat, Krankenkasse und Arbeitgeber haben, welche Anträge sie stellen müssen und welche finanzielle Unterstützung es gibt, wie z.B. Mutterschutz und Mutterschaftsgeld, Elterngeld, Krankenkassenleistungen, Rentenansprüche sowie andere Sozialleistungen. Es werden zudem zahlreiche wertvolle Tipps und Hinweise gegeben, um alle finanziellen Rechte, die Mütter und Väter in Zusammenhang mit der Schwangerschaft bzw. dem Elternsein haben, geltend zu machen und sich in dem Dschungel von Formularen, Paragraphen und Anträgen orientieren zu können.

262H203002	Di., 24.02.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Leitung:	Anja Gockenbach, Rechtsanwältin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	10,- €



RAT UND HILFE

Gut abgesichert: Welche Versicherungen Familien wirklich brauchen – LIVE ONLINE

VORTRAG FÜR (WERDENDE) ELTERN

Mit der Geburt des ersten Kindes verändert sich das Leben grundlegend. Das Einkommen muss plötzlich für mehrere Personen ausreichen, und viele Familien stehen vor der Frage: Welche Versicherungen sind wirklich wichtig - und welche kann man sich sparen? In diesem Online-Vortrag erfahren Sie, wie der Balanceakt zwischen finanziellem Spielraum und sinnvoller Risikoabsicherung gelingt und welche privaten Versicherungen für Familien tatsächlich notwendig sind.

262H203003	Di., 10.03.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Leitung:	Bettina Suditsch, Dipl.-Betriebswirtin
Ort:	online
Gebühr:	10,- €

Elternzeit und Elterngeld

VORTRAG FÜR (WERDENDE) ELTERN

In diesem Vortrag erhalten Eltern einen umfassenden Überblick über ihre Rechte im Zusammenhang mit der Geburt und den ersten Lebensjahren ihres Kindes. Eine erfahrene Rechtsanwältin erklärt, wer Anspruch auf Elterngeld hat, wie es berechnet wird und welche Varianten es gibt, einschließlich der jeweiligen Vorteile. Zudem wird thematisiert, wie sich eine Erwerbstätigkeit auf die Höhe des Elterngelds auswirkt und welche Auswirkungen der Bezug von Elterngeld auf andere Sozialleistungen hat. Der Vortrag geht auch auf den Anspruch auf Elternzeit ein und erläutert, welche Rechte und Pflichten gegenüber dem Arbeitgeber bestehen. Der Vortrag bietet praxisorientierte Informationen und wertvolle Tipps, um sich im komplexen Bereich von Elternzeit und Elterngeld gut zurechtzufinden.

262H203001	Di., 19.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Leitung:	Anja Gockenbach, Rechtsanwältin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	10,- €

Finanzplanung für Frauen

Online-Vortragsreihe für finanzielles Wissen, gebührenfrei



Foto: KI-Generiert

Auftaktveranstaltung zum Equal Pay Day am 27.02.2026

Schnell und einfach zum persönlichen Überblick

- von Frauen für Frauen
- sechs aufeinander abgestimmte Vorträge – auch einzeln buchbar
- durchgeführt von erfahrenen Finanzberaterinnen der FrauenFinanzBeratung Stuttgart

Eine Kooperation von Haus der Familie Heilbronn, Frauenbeauftragte der Stadt Heilbronn, Agentur für Arbeit sowie Frauenrat Heilbronn



H | N Heilbronn
Leitstelle zur Gleichstellung
der Frau-Frauenbeauftragte



Bundesagentur für Arbeit
Agentur für Arbeit Heilbronn



Datum	Thema	Referentin
Freitag 27.02.2026 17.00 Uhr	Schnell und einfach zum persönlichen Überblick	Yvonne Preisach Bankkauffrau
Mittwoch 25.03.2026 17.30 Uhr	Mit der richtigen Altersvorsorge selbstbestimmt in die Zukunft	Dr. Verena Stephan Wirtschaftswissenschaftlerin, Bankkauffrau
Mittwoch 29.04.2026 17.30 Uhr	Geldanlagen – Aktien, ETF's und Co	Annika Peters Finanzplanerin (CFP®)
Mittwoch 20.05.2026 17.30 Uhr	Versicherungsschutz in jeder Lebensphase – was ist sinnvoll und was nicht?	Dr. Verena Stephan Wirtschaftswissenschaftlerin, Bankkauffrau
Mittwoch 17.06.2026 17.30 Uhr	Familie und jetzt? Finanzielle Absicherung für den Nachwuchs	Annika Peters Finanzplanerin (CFP®)
Mittwoch 15.07.2026 17.30 Uhr	Mieten, Kaufen, Wohnen – mit klarem Plan zur Immobilie	Annika Peters Finanzplanerin (CFP®)

Anmeldung unter www.hdf-hn.de
oder direkt über den QR-Code.





RAT UND HILFE

Gesundheit für Kinder

Im Bereich Gesundheit möchten wir Eltern mit dem nötigen Wissen unterstützen, damit das gesunde Aufwachsen und die Entwicklungsförderung von Kindern im Fokus stehen. Von Kinderkrankheiten bis hin zu Erste-Hilfe Themen wird durch Vorträge und Workshops vielfältiges Wissen speziell zu Kindergesundheit vermittelt.

Eltern lernen Leben retten

ERSTE-HILFE-SEMINAR

Siehe auch Kurs
„Erste Hilfe – Papa-
Kind-Kurs“
auf Seite 165

Was tun bei Notfällen im Säuglings- und Kleinkindalter? Dieses Erste-Hilfe-Seminar richtet sich an (werdende) Eltern, Großeltern und Personen, die mit Kindern arbeiten oder sie betreuen. Themen sind: allgemeine Notfallerkennung, Atemstörung beim Kind, Bewusstseinsstörung, Verletzungen und Vergiftungen.

262H204001	2 x Di. + Di., 14.04. + 21.04.2026, 19:00 – 22:00 Uhr
262H204002	2 x Di. + Di., 16.06. + 23.06.2026, 19:00 – 22:00 Uhr
Leitung:	Roland Schmitt, Notfall- und Sanitätsausbilder, Mentor, PSNV-Peer
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	49,50 €



Foto: Adobe Stock, Oleksandr



RAT UND HILFE

Osteopathie für Babys

VORTRAG

Bereits für Neugeborene und Babys kann eine osteopathische Behandlung wichtig und hilfreich sein: Mit der Craniosacralen Therapie können beim Neugeborenen Geburtstraumata und Blockaden gelöst werden. Auch bei Asymmetrien im Kopfbereich, Fußfehlstellungen oder dem Verdacht auf Entwicklungsverzögerungen, kann eine frühzeitige osteopathische Behandlung spätere Folgen minimieren oder verhindern. Die Dozentin vermittelt, wann Osteopathie helfen kann und eine Behandlung sinnvoll ist, und steht für Fragen und gemeinsamen Austausch zur Verfügung.

262H204003	Mi., 22.04.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Leitung:	Martina Borrmann, Osteopathin, Schmerztherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	10,- €

Bauchgefühle: Verdauung, Darmflora und Immunsystem – LIVE ONLINE

VORTRAG

Immer mehr Erwachsene und Kinder kämpfen heute mit Verdauungsbeschwerden wie Darmträgheit, Durchfall, Blähungen oder einer gestörten Darmflora. Die Folgen zeigen sich oft nicht nur im Bauch: Allergien, Hautprobleme, häufige Infekte, Erschöpfung, Konzentrationsschwierigkeiten oder Stimmungsschwankungen stehen in engem Zusammenhang mit dem Darm. An diesem Abend erhalten Sie einen praxisnahen Einblick, wie Sie den Darm ganzheitlich verstehen und unterstützen können.

262H204004	Do., 30.04.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Leitung:	Anja Lamprecht, Heilpraktikerin / MTRA
Ort:	online
Gebühr:	10,- €

NEU

Siehe auch
„Osteopathie in der
Schwangerschaft“
auf Seite 27

NEU



RAT UND HILFE

Essen, Windeln, Schlafen – Stressfaktoren und Lösungen für Eltern – LIVE ONLINE

VORTRAG MIT EINEM KINDERARZT

In diesem Vortrag beleuchtet ein Kinderarzt die häufigsten Stressfaktoren, mit denen Eltern in den ersten Lebensjahren ihrer Kinder konfrontiert sind: Ernährung, Windelwechsel und Schlafprobleme. Diese Themen stellen oft eine große Herausforderung dar und können zu viel Stress und Unsicherheit führen. Der Kinderarzt gibt praktische Tipps, um den Alltag zu erleichtern. Dabei werden Fragen zur richtigen Ernährung, zur Bewältigung von Schlafstörungen und zu einem effektiven Umgang mit Windelproblemen behandelt. Ziel ist es, den Eltern mehr Sicherheit und Gelassenheit zu vermitteln, damit sie den Übergang in die Elternrolle mit mehr Vertrauen und weniger Stress erleben können.

262H204005	Mi., 10.06.2026, 19:00 – 20:30 Uhr
Leitung:	Dr. Ralf-Jochen Brügel, Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin
Ort:	online
Gebühr:	10,- €



Foto: Adobe Stock, WHstudio Leusthin N



RAT UND HILFE

Pädagogik

Wie Eltern ihren Familienalltag mit allen Aufgaben und Herausforderungen gut meistern können, steht im Fokus unseres Bereichs Pädagogik. Mit Vorträgen und Workshops wird auf die einzelnen Lebens- und Entwicklungsabschnitte des Kindes eingegangen – immer mit dem Ziel, die Erziehungskompetenz der Eltern zu stärken.

Grenzen, Nähe, Respekt – LIVE ONLINE

ONLINE-SEMINAR

In diesem Online-Seminar geht es um die heißen Quellen aller Familiendynamik: um Konflikte und ihre Bedeutung für Familie und Erziehung. In Konflikten zeigt sich, wie Grenzen gesetzt und respektiert werden und das Konfrontation auch Nähe bedeutet. Wir werden sehen, dass ein „Nein“ eine liebevolle Antwort sein kann und wie aus destruktiven Auseinandersetzungen fruchtbare Konflikte werden, damit Eltern und Kinder in Beziehung bleiben. Konflikte zwischen Kindern und Eltern sind keine Anzeichen dafür, dass Eltern ihrer Aufgabe nicht gewachsen sind, sondern dienen dazu, dass beide Seiten etwas lernen. Die Verantwortung für die Konflikte und die Beziehungsqualität übernehmen in einer gesunden Familie die Eltern, denn den Kindern die Schuld zu geben ist verantwortungslos und führt nur zu neuen, noch destruktiveren Konflikten. Wie das gelingen kann, beleuchten wir in diesem Seminar. Anhand praktischer Übungen, theoretischem Input und im offenen Austausch beschäftigen wir uns intensiv mit Ihren Fragen. Als Basisinformation erhalten Sie wesentliche Erkenntnisse und das Wertefundament von Jesper Juul.

262H205003	Mo., 23.02.2026, 19:00 – 21:30 Uhr
Leitung:	Sibylle Patriarca, Dipl.-Sozialpädagogin, familylab-Seminarleiterin
Ort:	online
Gebühr:	10,- €



Mein Kind – Dein Kind – Unser Kind: Leben in der Patchworkfamilie

WORKSHOP



In diesem Workshop geht es um das Leben in der Patchworkfamilie und die damit verbundenen Herausforderungen und Chancen. Eine neue Partnerschaft nach einer Trennung kann mit Glücksgefühlen für den Neubeginn einhergehen, aber auch mit unerwarteten Hindernissen und Schwierigkeiten. Der Aufbau einer neuen Familie und Familienkultur erfordert, dass die verschiedenen Perspektiven der Familienmitglieder berücksichtigt werden, damit jeder seinen Platz im neuen Familiengefüge findet. Für Mütter und Väter in Patchworkfamilien lohnt es sich, sich Zeit zu nehmen, um diese Perspektiven zu reflektieren und Lösungen zu entwickeln. Die Teilnahme ist nicht nur für Patchwork-Paare möglich, sondern auch einzelne Mütter und Väter können teilnehmen und ihre Erfahrungen teilen.

262H205008	Sa., 07.03.2026, 10:00 – 14:00 Uhr
Leitung:	Kay Schuster, Systemischer Elterncoach, Dipl.-Sozialpädagoge, Sabine Acker, Dipl.-Sozialpädagogin, Mediatorin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	gebührenfrei, finanziert durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Landes- mitteln, die der Landtag von Baden-Württemberg beschlossen hat.



Tod, Sterben und Verlust – wie spreche ich mit meinem Kind darüber – LIVE ONLINE

VORTRAG

Als Eltern fällt es uns oft schwer, uns mit diesem Thema auseinanderzusetzen. Wir verdrängen es, bis ein Todesfall uns plötzlich damit konfrontiert. Doch Kinder begegnen dem Leben - und auch dem Tod - mit Offenheit und Neugier. In der Begleitung und im gemeinsamen Nachdenken darüber können wertvolle Gespräche entstehen. Möchten Sie sich diesen Fragen stellen, Raum für Austausch finden und Ihren eigenen Zugang zu den Themen Abschied, Verlust und Trauer entwickeln?

262H205004	Mo., 09.03.2026, 19:30 – 21:30 Uhr
Leitung:	Sibylle Patriarca, Dipl.-Sozialpädagogin, fa- milylab-Seminarleiterin
Ort:	online
Gebühr:	10,- €





Coffee Break

Kompaktwissen für Eltern mit Babys, online und gebührenfrei



Foto: Adobe Stock/Liudmila

Einmal im Monat donnerstags um 10.15 Uhr

Datum	Thema	Referent*in
19.03.2026	Babys in Bewegung Motorik gezielt fördern	Birgit Kienzle-Müller Physiotherapeutin, Autorin
16.04.2026	Paarsein als frischgebackene Eltern	Jutta Büttner Dipl.-Psychologin
21.05.2026	„Hilfe, mein Baby schreit!“ Tipps für erschöpfte Eltern	Christina Marian Erziehungswissenschaftlerin M.A., PEKiP-Leiterin
18.06.2026	babySignal® Mit den Händen sprechen	Julia Hansert Dipl. Pädagogin, babySignal®-Kursleitung
16.07.2026	Schlaf, Kindlein schlaf! Ruhe finden – Babys schlafen anders	Nathalie Kopitzke Schlaf-Coachin

Anmeldung unter www.hdf-hn.de
oder direkt über den QR-Code.



Neurodivergente Kinder im Familienalltag - LIVE ONLINE

EIN VORTRAG MIT AUSTAUSCH UND IMPULSEN

ADHS, Autismus, Hochbegabung, LRS oder Dyskalkulie - neurodivergente Kinder bringen besondere Stärken, aber auch große Herausforderungen mit sich. Im Alltag stoßen Familien oft an Grenzen, sei es emotional, organisatorisch oder im Hinblick auf das Umfeld. Immer wieder fragt man sich: warum funktionieren die üblichen Erziehungstipps bei uns nicht und wie machen wir es richtig? An diesem Abend werfen wir einen Blick auf die Vielfalt neurodivergenter Entwicklungsweisen, typische Schwierigkeiten im Alltag und Möglichkeiten, mit neurodivergenten Kindern gut umzugehen.

262H205021 Mo., 09.03.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

Leitung: Leni Schütz, Dipl. Sozialarbeiterin (FH),
Dipl.-Sozialpädagogin

Ort: online

Gebühr: 10,- €



Foto: Adobe Stock, Kateryna

**Gefühlsstarke Kinder - LIVE ONLINE**

VORTRAG FÜR ELTERN

NEU

In diesem Online-Vortrag geht es um gefühlsstarke Kinder, die ihre Welt intensiver und oft überwältigender erleben. Das fordert Familien heraus - und viele Eltern geraten dabei an ihre Grenzen.

Sie erfahren, was hinter großen Gefühlsausbrüchen steckt, warum Ihr Kind nicht „zu viel“, sondern häufig einfach überfordert ist, und wie Sie es liebevoll und gleichzeitig klar begleiten können. Dabei erhalten Sie Impulse zu Emotionsregulation, Kommunikation und pädagogischer Handlungskompetenz, die Ihnen helfen, Ihr Kind besser zu verstehen, Eskalationen früher zu erkennen und mehr Ruhe in den Alltag zu bringen. Dieser Abend möchte Ihnen Sicherheit, Verständnis und neue Perspektiven schenken - für mehr Gelassenheit und Verbindung in herausfordernden Momenten.



Yvonne Kuhlmann

Yvonne Kuhlmann arbeitet selbstständig als zertifizierte Familienberaterin, traumasensible Coachin und Kursleiterin für KinderBesserVerstehen-Kurse. Dabei schaut sie hinter das Verhalten von Klein und Groß - ganz nach dem Leitsatz „Jedes Verhalten hat einen Grund“. Ihr Fokus liegt auf der Bindung und Beziehung zu uns selbst wie auch im Miteinander. Yvonne Kuhlmann bringt in ihrer Arbeit ihre Expertise, aktuelles Wissen aus der Forschung, aber auch ihren ganz individuellen, praktischen Erfahrungsschatz aus ihrer Mutterschaft mit ein.

262H205010 Mi., 18.03.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

Leitung: Yvonne Kuhlmann, Systemische Eltern- und Familienberaterin, traumasensible Coachin, Experte für die Autonomiephase

Ort: online

Gebühr: 10,- €

**Ängste im Kindesalter und wie Eltern die Kinder begleiten – LIVE ONLINE**

NEU

In diesem Online-Vortrag erfahren Sie, warum Ängste ein normaler Teil der kindlichen Entwicklung sind und weshalb Kinder so unterschiedlich darauf reagieren. Dabei geht jedes Kind auf ganz eigene Weise mit Ängsten um: Manche erleben sie besonders intensiv und reagieren mit weinen oder lautem Protest, während andere eher still werden und sich zurückziehen. In diesem Vortrag erhalten Sie einen verständlichen Einblick in die Entstehung und Funktion kindlicher Ängste sowie deren entwicklungspsychologische Einordnung. Anhand ausgewählter Fallbeispiele wird zudem gezeigt, wie vielfältig Ängste auftreten können und wie Eltern feinfühlig und wirksam darauf reagieren können. Es werden alltagsnahe Begleitstrategien vorgestellt, mit denen Eltern ihre Kinder unterstützen und Sicherheit vermitteln können. Anschließend bleibt ausreichend Zeit für Ihre Fragen und Austausch.

262H205020 Mi., 25.03.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

Leitung: Maria de Nitto, Sozialpädagogin (M.A.), Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin (i.A.)

Ort: online

Gebühr: 10,- €

Resilienz und Selbstwert – LIVE ONLINE

KINDER STARK MACHEN

In diesem Online-Vortrag steht die Resilienz - also die seelische Widerstandskraft - von Kindern im Mittelpunkt. Resiliente Kinder sind besser in der Lage, mit Krisen, Enttäuschungen und Herausforderungen umzugehen und daraus gestärkt hervorzugehen. Der Vortrag widmet sich besonders der Frage, wie Selbstwertgefühl und innere Stärke im Alltag gezielt gefördert werden können. Neben einem verständlichen theoretischen Hintergrund erwarten Sie praxisnahe Beispiele, Gesprächsimpulse und kreative Anregungen für die Umsetzung. Bringen Sie gerne auch Ihre persönlichen Fragen mit ein!

262H205017 Mi., 15.04.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

Leitung: Maria de Nitto, Sozialpädagogin (M.A.), Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin (i.A.)

Ort: online

Gebühr: 10,- €

Siehe auch

„Bärenstark durchs Leben“ auf Seite 192



Die Grenzen setzen: Liebevoll und beziehungsorientiert – LIVE ONLINE

EIN VORTRAG DER MUT MACHEN SOLL

In diesem Online-Vortrag geht es darum, wie Eltern im Kleinkindalter auf herausforderndes Verhalten reagieren können. Kinder brauchen klare, liebevolle und bedürfnisorientierte Grenzen, die ihnen Sicherheit und Orientierung bieten. Es wird erörtert, wie Kinder lernen, ihre Emotionen zu regulieren und Empathie zu entwickeln, wie man Grenzen setzt, ohne ständig „Nein“ sagen zu müssen, und wie man alternative Strategien zur Konfliktlösung fördert. Ein Vortrag der Mut machen soll, auf Ihr Bauchgefühl zu hören und Ihren erzieherischen Kompetenzen zu vertrauen.



Angelika Belgart

Angelika Belgart ist staatlich anerkannte Kindheitspädagogin (B.A.), Kita-Leitung sowie Familien- und Erziehungsberaterin. Sie möchte Eltern bestmögliche Hilfestellungen für das alltägliche Leben bieten und eine neue Perspektive für herausfordernde Situationen im Familienalltag aufzeigen. Im Haus der Familie ist Angelika Belgart mit Online-Vorträgen zur kindlichen Entwicklung vertreten und steht auch für Elternseminare außer Haus zur Verfügung, z.B. für Elternabende in Kitas.

262H205002	Do., 16.04.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
Leitung:	Angelika Belgart, Kindheitspädagogin (B.A.), Erziehungsberaterin
Ort:	online
Gebühr:	10,- €



Jedes Kind ist einzigartig: Die emotionale Entwicklung verstehen – LIVE ONLINE

VORTRAG FÜR ELTERN VON KINDERN ZWISCHEN 2 UND 12 JAHREN

Dieser Online-Vortrag behandelt die emotionale Entwicklung von Kindern und die Fähigkeiten, die sie für ein gesundes Selbstbewusstsein benötigen: das Wahrnehmen und Verstehen eigener Gefühle, das Ausdrücken dieser Gefühle sowie die Entwicklung von Empathie für andere. Emotionale Kompetenz unterstützt Kinder dabei, mit Frustrationen und Niederlagen umzugehen und stabile, tragfähige Beziehungen aufzubauen. Der Vortrag vermittelt praxisnahe Ansätze, um die individuellen Bedürfnisse von Kindern, die die Welt auf ihre eigene Weise wahrnehmen, sensibel zu erkennen und gezielt zu fördern.

STÄRKE

262H205007	Do., 23.04.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
Leitung:	Jutta Büttner, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg, Dipl.-Psychologin
Ort:	online
Gebühr:	15,- €



Foto: AdobeStock.com / Martinian



Das gewünschte Wunschkind aller Zeiten treibt mich in den Wahnsinn: Der entspannte Weg durch Trotzphasen

Vortrag von Bestseller-Autorin Danielle Graf



Montag, 04.05.2026, 19.30 Uhr

Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

- Autonomiephasen verstehen und als wichtigen Entwicklungsschritt erkennen
- Gelassen und liebevoll durch intensive Familienphasen begleiten
- Alltagsnahe Impulse und fundiertes Wissen von der Bestseller-Autorin Danielle Graf



Anmeldung unter www.hdf-hn.de
oder direkt über den QR-Code.

Windel ade: Wann ist es denn (endlich) so weit? – LIVE ONLINE

IHR KIND EINFÜHLSAM BEIM ABSCHIED VON DER WINDEL BEGLEITEN

In diesem Online-Vortrag geht es darum, wie Sie Ihr Kind auf dem Weg zu mehr Selbstständigkeit einfühlsam begleiten können - ganz ohne Druck und im Tempo Ihres Kindes. Der Abschied von der Windel ist ein großer Entwicklungsschritt - für Kinder wie für Eltern. Der Zeitpunkt, an dem ein Kind bereit ist, die Toilette oder das Töpfchen zu benutzen, ist individuell und wird oft sehnsüchtig erwartet. Sie erfahren, woran Sie die Bereitschaft Ihres Kindes erkennen und wie Sie es auf seinem Weg zur Ausscheidungsautonomie unterstützen können - und dabei seine Selbstwahrnehmung, Motivation und Unabhängigkeit stärken. Außerdem erhalten Sie praktische Impulse, wie Sie mit Hürden und Rückschritten gelassen umgehen können.

262H205022	Do., 07.05.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
Leitung:	Katharina Kühner, Kindheitspädagogin, Master of Science in Early Life Care
Ort:	online
Gebühr:	10,- €



Foto: Adobe Stock, anke thomas



Mit Kindern durch stürmische Zeiten – LIVE ONLINE

EINFÜHLSAME BEGLEITUNG BEI HERAUSFORDERNDEM VERHALTEN

Dieser Online-Vortrag behandelt, wie Eltern und Erzieher/innen mit herausfordernden Situationen im Kindergarten und zu Hause besser umgehen können. Wir beschäftigen uns unter anderem mit Fragen wie: Was genau bedeutet herausforderndes Verhalten und welche Ursachen können dahinterstecken? Wie kann ich mein Kind in solchen Momenten einfühlsam begleiten? Wie gelingt eine gute Zusammenarbeit mit Kindergarten und Schule, und wann ist es sinnvoll, Unterstützung von außen zu suchen? Außerdem werfen wir einen Blick auf mögliche Hilfsangebote. Neben diesen Themen haben Sie auch die Gelegenheit, Ihre persönlichen Fragen einzubringen. Zusätzlich erhalten Sie wertvolle Tipps zur Selbstfürsorge, damit Eltern und Erzieher/innen auch auf sich selbst achten können.

262H205019	Di., 19.05.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
Leitung:	Maria de Nitto, Sozialpädagogin (M.A.), Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin (i.A.)
Ort:	online
Gebühr:	10,- €



„Stell dich nicht so an!“ – wie Sprache Kinder prägt

ADULTISMUS ERKENNEN UND HINTERFRAGEN – FÜR EINE BEZIEHUNG AUF AUGENHÖHE

In diesem Vortrag geht es darum, wie wir in stressigen Alltagssituationen manchmal in alte Muster rutschen und Sätze sagen, die uns selbst früher verletzt haben: „Stell dich nicht so an!“, „Hör auf zu weinen!“, „Du tust, was ich dir sage!“ - obwohl wir unsere Kinder doch eigentlich wertschätzen wollen. Diese machtvolle Sprache wird als Adultismus bezeichnet und beschreibt den Umgang von Erwachsenen mit dem Machtungleichgewicht zwischen sich und Kindern. Doch wie wirken solche Aussagen auf Kinder? Und welche Gefühle hinterlassen sie langfristig? Der Vortrag lädt dazu ein, die eigene Sprache bewusst zu reflektieren und achtsame Alternativen kennenzulernen. Anhand praktischer Beispiele erfahren Sie, wie Sie mit Ihrem Kind „gleich-würdig“ kommunizieren, eigene Grenzen wahren und eine wertschätzende Beziehung auf Augenhöhe gestalten können - auch dann, wenn es stressig wird.

NEU

262H205023	Mo., 29.06.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
Leitung:	Katharina Kühner, Kindheitspädagogin, Master of Science in Early Life Care
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	10,- €



**In der Pubertät – LIVE ONLINE**

ONLINE-SEMINAR

NEU

In diesem Online-Seminar geht es um beziehungsorientierte Elternschaft in der Pubertät. Im Fokus stehen die Reflexion der eigenen Elternrolle, eine verständnisvolle Kommunikation sowie eine Führung, die auf Beziehung statt Kontrolle setzt. Das Seminar richtet sich an Eltern, die Erziehung als gemeinsamen Entwicklungsweg mit ihren Kindern verstehen – nicht als Machtkampf, sondern als Möglichkeit zur Verbindung. Gerade in der Pubertät können Eltern die Beziehung zu ihren Jugendlichen neu gestalten und stärken. Mit praktischem Input, Theorie und Austausch bietet das Seminar konkrete Impulse für eine elterliche Haltung, die Orientierung gibt, ohne zu bevormunden.

262H205016 Mo., 06.07.2026, 19:30 – 21:30 Uhr

Leitung: Sibylle Patriarca, Dipl.-Sozialpädagogin, familylab-Seminarleiterin

Ort: online

Gebühr: 10,- €





HIER TRIFFT TREND AUF SAISONALITÄT

Nach der Krabbelgruppe, beim entspannten Mittagessen oder einem geselligen Abend mit Freundinnen – im Campus Garden seid ihr herzlich willkommen!



www.campusgarden.hn

**Gelassen in die Kita starten – LIVE ONLINE**

PRAXISNAHER VORTRAG ZUM EINSTIEG IN EINE KINDERTAGES-EINRICHTUNG

Der erste Kita-Tag steht kurz bevor oder überlegen Sie vielleicht noch, ob Sie Ihr Kind überhaupt anmelden? Soll Ihr Kind mit einem Jahr in die Krippe gehen oder doch lieber erst mit drei Jahren in den Kindergarten? Oder wäre eine Tagesmutter bzw. ein Tagesvater doch passender? Was passiert da überhaupt bei der Eingewöhnung und dann später im Kita-Alltag? Welche Bedeutung hat Bindung in diesem Kontext? Wird sich unsere Eltern-Kind-Beziehung dadurch verändern? Und wie kann ich mein Kind, mich und meine Familie auf diesen neuen Lebensabschnitt vorbereiten? Eltern und ihre Kinder zu begleiten, sie dort abzuholen, wo sie stehen und auf dem Weg der außerfamiliären Betreuung mitzunehmen, ist eine der wichtigsten Aufgaben in der Kindertagesbetreuung. Als Erziehungswissenschaftlerin, langjährige Kinderhausleitung und ausgebildete Elternbegleiterin ist es der Referentin ein großes Anliegen, die Sorgen und Ängste von Familien ernst zu nehmen. Durch transparente Kommunikation und Offenlegung von alltäglichen Prozessen und Eingewöhnungsmethoden kann der Kita-Start für die ganze Familie vereinfacht werden. Bringen Sie sehr gerne Ihre persönlichen Fragen mit.

262H205018 Mo., 20.07.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

Leitung: Maria de Nitto, Sozialpädagogin (M.A.), Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin (i.A.)

Ort: online

Gebühr: 10,- €



Angebote für Paare

Vom Elternteam zum Liebespaar – wieder wir!

Wenn Kinder klein sind, braucht es oft alle Kraft, alles dreht sich um sie. Viele Paare stellen ihre eigene Beziehung hinten an „erstmal schaffen wir den Alltag“. Doch was als Ausnahme gedacht war, wird schnell zur Gewohnheit. Die Kinder werden größer, aber das Paar hat oft vergessen, zurück zum Liebevollen zu finden. Gespräche fehlen, gemeinsame Ziele auch. Dabei ist es nie zu spät, sich wieder neu zu begegnen. In diesem Workshop bekommen Sie Impulse für eine liebevolle Partnerschaft, mitten im Familienalltag. Sie entwickeln Ihre ganz persönlichen Liebesziele und finden heraus, was Ihnen wichtig ist in Ihrer Beziehung. Und Sie lernen eine einfache Methode, wie Sie als Paar wieder ins Gespräch kommt – offen, ehrlich und auf Augenhöhe. Allein oder zu zweit. Sie sind willkommen.

262H205101	Do., 12.03.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
Leitung:	Jutta Büttner, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg, Dipl.-Psychologin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	45,- € pro Paar, 22,50 € pro Einzelperson

Kommunikation mit Herz: Erfolgreich im Dialog als Paar

In jeder Partnerschaft kommt es zu Missverständnissen. In diesem Workshop entdecken Sie, wie Sie die Bedürfnisse hinter Ihren Worten erkennen und aussprechen. Die wertschätzende Kommunikation nach Marshall Rosenberg ist das Tool, klar und verbindend zu sprechen. Sie lernen, auf Ihr Gegenüber einzugehen, ohne sich selbst dabei zu verlieren. Statt Konflikte zu vermeiden, finden Sie neue Wege, diese zu lösen. Kommunikation ist nicht nur Technik, sondern auch Herz und Haltung - das erfahren Sie hier praktisch und lebendig. Gemeinsam üben wir, besser zuzuhören und sich authentisch auszudrücken. Dieser Workshop richtet sich an Paare, die im Alltag ihre Verbindung stärken möchten. Investieren Sie in Ihre Beziehung - mit Dialogen, die wirklich gelingen.

262H205102	2 x Do. + Do., 11.06. + 18.06.2026, 19:30 – 21:30 Uhr
Leitung:	Jutta Büttner, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg, Dipl.-Psychologin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	90,- € pro Paar, nur als Paar buchbar



Väter willkommen

Rund um die Geburt

Im Bereich „Väter willkommen“ dreht sich alles um den Aufbau einer guten Vater-Kind-Beziehung, die durch gemeinsame Aktionen weiter gestärkt wird. Für alle (werdenden) Papas haben wir daher Kurse zur bevorstehenden Geburt und die erste Zeit mit Baby im Angebot. Um die tragende Rolle des Vaters zu unterstützen, bieten wir auch über das erste Lebensjahr des Kindes hinaus neben Vater-Kind-Angeboten ergänzend auch Austauschangebote mit anderen Vätern an.

„Ich werde Papa! – Geburtsvorbereitungskurs All-In-Paket... – LIVE ONLINE

DAS ALL-IN-PAKET AN 3 ABENDEN

Dieser etwas andere Geburtsvorbereitungskurs für Männer bereitet Sie als werdenden Vater auf die spannende Reise der Vaterschaft vor. In unserem digitalen Papa-Trainingscamp für die Väter von morgen erhalten Sie wertvolle Informationen zu wichtigen Themen. Sie lernen, wie Sie sich in Ihrer neuen Rolle als Vater orientieren und eine starke Bindung zu Ihrem Kind aufbauen. Darüber hinaus erfahren Sie alles über die Gesundheit von Mutter und Kind und wie Sie in der Schwangerschaft und nach der Geburt aktiv unterstützen können. Der Kurs hilft Ihnen auch, Ihre eigenen Werte zu reflektieren und Ihre Rolle in der Familie klar zu definieren, sodass Sie bestens auf das Abenteuer Vaterschaft vorbereitet sind.

Drei Termine in Folge - bequem online von zuhause, dem Büro oder dem Strand:

Teil 1: „Papa werden – was ist wirklich wichtig?“

Wir bereiten uns auf das Abenteuer Vaterschaft vor und klären, was vor, während und nach der Geburt wichtig ist. Sie erhalten praktische Lösungen, um mit Ruhe und Selbstsicherheit in diese neue Lebensphase zu starten.

Teil 2: „Papa sein – wie will ich die Rolle leben?“

Wir reflektieren, wie Sie die Rolle als Vater gestalten möchten, die Balance zwischen Familie und Karriere finden und Ihre Partnerschaft mit Baby stärken können.

Siehe auch

„Geburtsvorbereitung“ auf Seite 22



Teil 3: „Papa sein - wie gelingt Erziehung?“

Erfahren Sie, wie Sie die Erziehung nach Ihren eigenen Werten gestalten und eine starke Beziehung zu Ihrem Kind aufbauen. Wir geben Ihnen Lösungen, wie Sie die Bedürfnisse von Kind, Partnerin und sich selbst in Einklang bringen.

Auch als frischgebackener Vater ist der Kurs wertvoll!



Martin Stricker

Martin Stricker ist ausgebildeter Trainer für Gewaltfreie Kommunikation mit Spezialgebiet Kindererziehung, selbstständiger Papa-Coach, Eltern-Mentor, zertifizierter Business Trainer, Coach & Change Management Consultant sowie Life Trust Coach. Er ist verheiratet und bewusster Vater zweier Kinder. Als Experte fürs Papa-SEIN hilft er Männern dabei, der Vater zu sein, den sie sich als Kind selbst schon immer gewünscht haben. Im Haus der Familie bietet Martin Stricker digitale Papa-Trainingscamps für Väter von Morgen an.

262H206010	3 x Di., 14.04. – 28.04.2026, 19:30 – 21:30 Uhr
Leitung:	Martin Stricker, Papa-Coach, Trainer für Gewaltfreie Kommunikation, zertifizierter Business Trainer, Coach & Change Management Consultant
Ort:	online
Gebühr:	119,- €

DIE KOMPAKT-EDITION – FÜR ALLE, DIE WENIG ZEIT HABEN

262H206009	Mi., 08.07.2026, 19:30 – 21:30 Uhr
Leitung:	Martin Stricker, Papa-Coach, Trainer für Gewaltfreie Kommunikation, zertifizierter Business Trainer, Coach & Change Management Consultant
Ort:	online
Gebühr:	49,- €



Papa to be – Der Säuglingskurs für (werdende) Väter

DER PRAXISNAHE WORKSHOP IN PRÄSENZ ZUR VORBEREITUNG AUF DAS BABY

Dieser Workshop vermittelt die Themen elterliche Verantwortung, frühkindliche Bindung und praktische Fähigkeiten in der Kinderpflege. (Werdende) Väter erhalten praxisnahe Informationen zur Geburt und zur Pflege von Neugeborenen. Die Themen umfassen das richtige Hochnehmen und Tragen des Babys, Wickeln, Baden, den Umgang mit einem weinenden Baby sowie Fläschchen geben und Unterstützung beim Stillen. Zudem werden der Babyschlaf und notwendige Anschaffungen besprochen. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der Rolle des Vaters während der Geburt und der Wochenbettzeit. Der Kurs bietet Raum für den Austausch mit anderen Vätern und beantwortet individuelle Fragen. Ziel des Kurses ist es, den Vätern das nötige Wissen und Vertrauen zu vermitteln, um die ersten Wochen mit dem Neugeborenen gut zu meistern und eine stabile Bindung zum Kind aufzubauen.

262H206030	Mi., 25.02.2026, 17:30 – 20:30 Uhr
262H206031	Mi., 20.05.2026, 17:30 – 20:30 Uhr
Leitung:	Jennifer Kapteina, Still- und Laktationsberaterin (IBCLC), Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	31,- € inkl. Infomaterial

Siehe auch

„Säuglingskurs zur Vorbereitung auf das Baby“ auf Seite 18



VÄTER WILLKOMMEN

Offene Treffs für Väter

Austausch und Anregungen, gebührenfrei



Foto: Nico Kurth

Papamio – Offener Vater-Kind-Treff

- für Väter mit Kindern von 0 bis 3 Jahren
- Alle zwei Wochen mittwochs, 16.00–17.00 Uhr
- Spielmöglichkeiten für Kinder zusammen mit den Vätern
- Raum für Austausch, neue Kontakte und praktische Impulse für den Familienalltag

Papalapapp – Offener Treff für Väter

- für Väter von Kindern von 0 bis 6 Jahren
- monatlich, samstags von 09.00 – 11.00 Uhr
- Raum für Austausch, Vernetzung und gegenseitige Unterstützung



Anmeldung unter www.hdf-hn.de
oder direkt über den QR-Code.

Little Dancer – Tanzen mit Papa

TANZEN FÜR KINDER VON 2 BIS 3 JAHREN

In diesem Papa-Kind-Tanzkurs geht es um das gemeinsame Erleben von Bewegung, bei dem Sehen, Hören und Fühlen miteinander verbunden werden. Während des Kursblocks entdecken wir zusammen das Tanzen und verschiedene Bewegungsformen. Die Kinder lernen, mit Farben, Formen und Zahlen zu spielen und entwickeln ein Gespür für Raum, Rhythmus und Timing. Durch das Einprägen von Bewegungsabfolgen schärfen sie ihre Merkfähigkeit und fördern ihr Körpergefühl. Auch bei den Jüngsten werden bereits erste Grundlagen für gemeinsame Rituale gelegt. Die Teilnahme erfolgt mit einer vertrauten Bezugsperson, sodass die erlernten Methoden und Fortschritte des Kindes unmittelbar miterlebt werden können. Voraussetzung für die Kursteilnahme ab 2 Jahren: Das Kind kann sicher auf eigenen Füßen stehen und weitestgehend selbstständig laufen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Turnschlappchen oder rutschfeste Socken, Getränk

262H206013	4 x Sa., 07.03. – 28.03.2026, 11:00 – 11:45 Uhr
262H206015	4 x Sa., 13.06. – 04.07.2026, 11:00 – 11:45 Uhr
Leitung:	Melanie Gutöhrlein, Tanztrainerin, VIEWCHANGER
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	60,- €

TANZEN FÜR KINDER VON 4 BIS 6 JAHREN

262H206014	4 x Sa., 07.03. – 28.03.2026, 12:00 – 12:45 Uhr
262H206016	4 x Sa., 13.06. – 04.07.2026, 12:00 – 12:45 Uhr
Leitung:	Melanie Gutöhrlein, Tanztrainerin, VIEWCHANGER
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	60,- €

Siehe auch

„Little Dancer – Tanzen für Kinder von 4 bis 6 Jahren“ auf Seite 193 und „Little Dancer – Tanzen für Kinder von 2 bis 3 Jahren“ auf Seite 86

NEU



VÄTER WILLKOMMEN

Vater-Kind-Natur-Rallye „Auf den Spuren der Waldbewohner“

FÜR VÄTER MIT KINDERN VON 6 BIS 10 JAHREN

NEU

STÄRKE

Bei dieser interaktiven Outdoor-Rallye rund um die Heuchelberger Warte entdecken Väter und Kinder gemeinsam den Wald. Über QR-Codes gelangen sie zu kleinen Aufgaben, Naturbeobachtungen und Bewegungsspielen, die mit Smartphone oder Tablet gelöst werden. Die Rallye verbindet Natur, Bewegung und digitale Elemente und stärkt vor allem die Vater-Kind-Bindung: Durch gemeinsames Tüfteln, Ausprobieren und Erfolgs-erlebnisse erleben Väter und Kinder bewusst gemeinsame Zeit und wachsen als Team zusammen.
Hinweis: Ein Smartphone oder Tablet wird benötigt.

Bitte mitbringen: Snack & Getränke

262H206012	Sa., 25.04.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
Leitung:	Elisabeth Kloster, Fachinformatikerin, staatl. anerkannte Erzieherin
Ort:	Parkplatz Heuchelberger Warte, Leingarten
Gebühr:	15,- €, Finanziert durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Landesmitteln, die der Landtag von Baden-Württemberg beschlossen hat.



VÄTER WILLKOMMEN

Erste Hilfe – Papa-Kind Kurs

FÜR KINDER AB 5 JAHREN MIT PAPA

In diesem Erste-Hilfe-Kurs wird Vätern und Großvätern mit Ihren Kindern bzw. Enkelkindern gezeigt, wie sie durch strukturiertes Vorgehen handlungsfähig bleiben, um qualifiziert erste Hilfe zu leisten. 80% der Kindernotfälle ereignen sich im häuslichen Bereich. Stürze mit einem entsprechenden Verletzungsbild und Verbrennungen/Verbrühungen sind die häufigsten Ursachen, die eine Hilfeleistung erfordern. Was können Sie und Ihr Kind in dieser Situation tun, wie können Sie Ihrem Kind am besten helfen? Schwerpunkte des Kurses sind: Allgemeine Notfallerkennung, einen Notruf tätigen, Handlung am bewussten Kind, typische Verletzungen und ihre Versorgung (Verbandmaterial).

Bitte mitbringen: Getränk

262H206021	Sa., 09.05.2026, 9:00 – 12:00 Uhr
Leitung:	Roland Schmitt, Notfall- und Sanitätsausbilder, Mentor, PSNV-Peer
Ort:	Heilbronn, ASB, Rettungswache 3, Böllinger Str. 75
Gebühr:	40,- €

Bogenschießen mit Papa: Abenteuer für Kids

FÜR KINDER VON 10 BIS 12 JAHREN

In diesem Vater-Kind-Angebot erleben Sie intuitives Bogenschießen als ursprüngliche und natürliche Bewegungsform - ganz ohne Leistungsdruck oder Technikzwang. Statt bewusst zu zielen, stehen Wahrnehmung, Körpergefühl und gemeinsamer Rhythmus im Mittelpunkt. In ruhiger Umgebung entsteht Raum für Achtsamkeit, Fokus und echte Verbindung.
Väter und Kinder entdecken spielerisch Vertrauen, Freude an Bewegung und das Miteinander - der Pfeil folgt der Aufmerksamkeit, nicht dem Kopf. Eine besondere gemeinsame Erfahrung, die stärkt, entschleunigt und verbindet.

262H206018	Sa., 16.05.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
262H206019	Sa., 11.07.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
Leitung:	Andreas Armin Schneider, Ausgebildeter Bogensportleiter (DFVB)
Ort:	Lehensteinsfeld, Schützenhaus, Frauenzimmer 1
Gebühr:	49,- €

NEU

Siehe auch

„Intuitives Bogenschießen“ auf Seite 200, 223 und 232



VÄTER WILLKOMMEN



VÄTER WILLKOMMEN

Siehe auch

„Von Zwergengeflüster und Riesenschritten“ auf Seite 198

Räubertour mit Vätern und Kindern

SPANNENDE MÄRCHENWANDERUNG FÜR KINDER AB 4 JAHREN
MIT IHREN VÄTERN/GROSSELTERN

Ein spannendes Waldabenteuer mit der Märchenhexe Steffi. Räuber haben ihre kostbaren, magischen Erzählsteine gestohlen und tief im Wald versteckt! Ohne sie bleiben ihre Geschichten stumm - doch mit Hilfe aller Kinder könnte das Abenteuer gut ausgehen. Gemeinsam folgen sie der Märchenhexe auf rätselhaften Spuren, finden Hinweise, die die Räuber hinterlassen haben und entdecken dabei die versteckten Schätze. Im Wald erzählt Steffi spannende Räubergeschichten, die die Kinder mitten hinein in eine Welt voller Abenteuer, listiger Gauner und geheimnisvoller Orte führen. Ein spannendes Erlebnis in der Natur, voller Fantasie, Kreativität und Entdeckungen.

262H206017 Sa., 21.06.2026, 10:30 – 12:30 Uhr

Leitung: Stefanie Keller, Märchenerzählerin

Ort: Heilbronn, Gaffenberg, Treffpunkt Bushaltestelle Gaffenberg

Gebühr: 25,- €

Vater-Kind-Adventure – Schnupperklettern

FÜR KINDER AB 6 JAHREN IN BEGLEITUNG IHRER VÄTER

An einem Klettertag in der Kletterarena können Papas zusammen mit ihren Kindern unter Anleitung eines Trainers die Grundlagen des Kletterns erleben. Dabei werden die körperliche Koordination und Motorik gefördert, da beide aktiv ihre Bewegungen steuern müssen. Zudem lernen Eltern und Kinder, zusammenzuarbeiten und zu kommunizieren, um die Kletteraufgaben zu meistern. Gleichzeitig stärkt das Klettern das Selbstvertrauen der Kinder und hilft ihnen, Problemlösungsfähigkeiten zu entwickeln.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Hallenturnschuhe

262H206011 Sa., 18.07.2026, 10:30 – 12:30 Uhr

Leitung: Sektion HN des Deutschen Alpenver.

Ort: Heilbronn, Die Kletterarena, Lichtenbergerstraße 17

Gebühr: 46,- € 1 Erw. und 1 Kind, 23,- € jede weitere Person

Gemeinsame Cajón-Zeit

MUSIK MACHEN FÜR VÄTER UND KIDS VON 6 BIS 10 JAHREN

In diesem Cajón-Workshop entdecken Väter gemeinsam mit ihren Kindern spielerisch die Welt der Rhythmen. Unter der Anleitung eines erfahrenen Musikers und ausgebildeten Musikpädagogen lernen Papa und Kind, wie einfach sich auf einem Cajón groovige Beats, grundlegende Rhythmen und erste kleine Musikstücke spielen lassen. Das gemeinsame Musizieren stärkt die Vater-Kind-Bindung, fördert Teamgeist und Selbstvertrauen und macht vor allem Spaß. Am Ende nehmen die Teilnehmenden nicht nur ein Instrument mit nach Hause, sondern auch den Stolz auf die ersten gemeinsam gespielten Beats.

262H206027 Mi., 24.06.2026, 16:00 – 17:30 Uhr

262H206028 Mi., 08.07.2026, 16:00 – 17:30 Uhr

Leitung: Felix Seyboth, Musiklehrer, Musik an & Kopf aus (e.V.)

Ort: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Gebühr: 35,- €

Siehe auch

„Cajónwerkstatt“ auf Seite 213 und 230

Väter 1x1

Kompaktwissen für Väter, online und gebührenfrei



Foto: KI-generiert

Einmal im Monat montags um 19.30 Uhr

- praxisnahe Vorträge zu zentralen Themen rund um Familie und Kinder
- Stärkung der persönlichen Vaterkompetenz
- Raum für Fragen, persönliche Erfahrungen und gemeinsamen Dialog unter Vätern

Datum	Thema	Referent*in
09.03.2026	Chill mal Dad	Matthias Jung Dipl.-Pädagoge
13.04.2026	Versicherung neu denken: Was moderne Väter heute wirklich brauchen	Bettina Suditsch Dipl.-Betriebswirtin
11.05.2026	Als Papa Beruf und Familie harmonisch vereinen	Martin Stricker Papa Coach, Trainer für Gewaltfreie Kommunikation
22.06.2026	Gleichberechtigte Elternschaft	Malte Meyer Fachkraft für systemische Beratung und Coaching, Papa-Coach
20.07.2026	Väter sind wichtig! Die Bedeutung von Vätern für die Entwicklung ihrer Kinder	Hans-Georg Nelles Sozialwissenschaftler, Erwachsenenbildner und systemischer Organisationsberater

Anmeldung unter www.hdf-hn.de
oder direkt über den QR-Code.





VÄTER WILLKOMMEN

Vorträge für Väter

Wirkungsvoll kommunizieren – die Gewaltfreie Kommunikation als Werkzeug – LIVE ONLINE

EIN VORTRAG FÜR VÄTER

In diesem Online-Vortrag dreht sich alles um Kommunikation, die wirklich wirkt - und um die Frage, welche Wirkung Sie als Vater erzielen möchten. Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) bietet dafür ein wirkungsvolles Werkzeug im Familienalltag. Warum sie gerade für Eltern so wertvoll ist und was sich dahinter verbirgt, steht im Mittelpunkt dieses Vortrags – speziell für Väter.

Sie denken, Sie wenden keine Gewalt an? So ging es mir früher auch, bis ich die Gewaltfreie Kommunikation kennengelernt habe. Seitdem hat sich mein Blick auf Kommunikation grundlegend verändert und ein deutlich harmonischeres, verständnisvolleres Miteinander in der ganzen Familie ermöglicht. Neugierig? Die gute Nachricht: Jeder kann es lernen.

262H206008	Do., 12.03.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
Leitung:	Martin Stricker, Papa-Coach, Trainer für Gewaltfreie Kommunikation, zertifizierter Business Trainer, Coach & Change Management Consultant
Ort:	online
Gebühr:	10,- €



VÄTER WILLKOMMEN

Mental Load bei Vätern – LIVE ONLINE

In diesem Online-Vortrag geht es um all die unsichtbaren Aufgaben, die Eltern täglich im Kopf haben: Geburtstage, Arzttermine, Schuhgrößen oder Wechselkleidung für die Kita. In der klassischen Aufteilung von Erwerbs- und Carearbeit liegt diese mentale Verantwortung noch immer überwiegend bei Frauen - unabhängig vom Umfang der Erwerbstätigkeit. Die faire Verteilung dieser sogenannten Mental Load ist ein zentraler Baustein gleichberechtigter Elternschaft. Malte Meyer, Coach für moderne Führung, Väter, Jobsharing und Vereinbarkeit, gibt praxisnahe Einblicke in das Thema, zeigt konkrete Ansätze für eine gerechte und sinnvolle Aufteilung auf und schafft Raum für persönlichen Austausch.

NEU

262H206029	Mo., 16.03.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
Leitung:	Malte Meyer, Fachkraft für systemische Beratung und Coaching, Papa-Coach
Ort:	Online
Gebühr:	10,- €

„Alles unter einen Hut!“ Die Vereinbarkeit von Familie und Beruf aus Sicht der Väter

Als Väter spielen wir eine entscheidende Rolle im Leben unserer Kinder. Die Vereinbarkeit von Familie und Beruf stellt hier jedoch so manche Herausforderungen. In dem interaktiven Vortrag wollen wir gemeinsam einen Blick auf die Bedeutung der Vaterrolle werfen und persönliche Ansätze erarbeiten, wie sich die Balance zwischen Beruf und Familie mit etwas weniger Stress gestalten lässt.



262H206007	Mi., 24.06.2026, 16:00 – 19:00 Uhr
Leitung:	Jan Bentzinger, Sozialpädagoge
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	Finanziert durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Landesmitteln, die der Landtag von Baden-Württemberg beschlossen hat.

Digitale Familienwerkstatt

Die digitale Familienwerkstatt – eine spannende Reihe aus Impulsvorträgen und interaktiven Workshops, die Eltern und Kinder Informationen, Tipps und Ideen im Umgang mit digitalen Medien vermittelt. Hier lernen Familien, wie digitale Medien verantwortungsvoll, kreativ und bewusst im Alltag eingesetzt werden können. Die Angebote unterstützen Eltern dabei, digitale Kompetenzen zu stärken und den Zugang ihrer Kinder zu Medien bewusst zu begleiten. Ob gemeinsam mit den Kindern oder nur für Eltern – die digitale Familienwerkstatt hilft einen sicheren und freudvollen Umgang mit digitalen Medien im Familienleben zu entwickeln.

Vorträge für Eltern

„Hilfe, mein Kind geht viral!“ Ein Elternkompass durch Instagram, TikTok & Co

EIN VORTRAG FÜR ELTERN – LIVE ONLINE

NEU

Instagram, TikTok, YouTube, Snapchat, Reels, Shorts & Co. – die Social-Media-Welt ist schnell, bunt, voller Trends und Challenges. Für Kinder und Jugendliche ist sie Alltag, für Eltern oft ein undurchsichtiger Mix aus Unterhaltung, Kreativität, Gruppendruck und Ablenkung.

In diesem Vortrag erhalten Eltern einen kompakten Überblick über die wichtigsten Plattformen und Formate, erfahren, welche Chancen für Kreativität, Lernen und soziale Teilhabe sie bieten – und welche Risiken wie Vergleichsdruck, Datenschutz, Suchtmechanismen oder problematische Inhalte beachtet werden müssen.

Gemeinsam schauen wir auf die Herausforderungen im Familienalltag, sprechen über sinnvolle Regeln, Medienkompetenz und wie Eltern ihre Kinder dabei unterstützen können, sich sicher und selbstbewusst in der digitalen Welt zu bewegen. Ein praxisnaher, verständlicher und alltagsrelevanter Einblick in die „flimmernde Bildschirmwelt“, der informiert, Orientierung bietet – und Raum für Fragen lässt.

262H207008 Mi., 15.04.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

Leitung: Matthias Hirn, Medienreferent

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei

DIGITALE FAMILIENWERKSTATT KOMPAKT



Erlebnistag für Familien am 14.03.2026, 11 – 15 Uhr

Schnuppern, kennenlernen und ausprobieren
der Digitalen Familienwerkstatt

- **Key-Note und Podiumsdiskussion**
„Immer online – Stellt die digitale Welt die Bindung auf die Probe?“
- **Schnupperworkshops**
Programmieren, KI, Robotics, Umgang mit dem Tablet
- **kreativer, freier Bereich zum Ausprobieren digitaler Medien**

Dieser Tag ist Teil des Wochenendes
DIGITALE FAMILIENWERKSTATT KOMPAKT. Entdecken Sie auch den Vortrag am 13.03.2026 auf der Umschlag-Innenseite.

Weitere Infos unter
www.hdf-hn.de
oder direkt über
den QR-Code.



Datenschutz in der Familie – Schutz von Daten und Privatsphäre im Internet – LIVE ONLINE

NEU

Datenschutz kennt kein Mindestalter!

Gerade Kinder und Jugendliche geben oft persönliche Informationen im Internet preis, ohne die Folgen zu kennen. In dieser Veranstaltung möchten wir gemeinsam mit Ihnen herausfinden, wie Sie Ihr Kind dabei unterstützen können, sicher und verantwortungsvoll mit Daten umzugehen. Gemeinsam schauen wir uns datenschutzgerechte Apps und Anwendungen sowie Sicherheits-, Datenschutz- und Privatsphäre-Einstellungen an. Wir besprechen den altersgerechten Umgang mit privaten Informationen und Tipps zu hilfreichen Internetseiten. Ziel ist es, Ihnen einfache und alltagstaugliche Wege zu zeigen, wie Sie Ihr Kind im digitalen Alltag begleiten und schützen können.

262H207009 Mi., 29.04.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

Leitung: Jonas Stratmann, Sozialpädagoge (BA)

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei

KI im Kinderzimmer: Wie künstliche Intelligenz bereits den Alltag unserer Kinder prägt – LIVE ONLINE

NEU

Ob Grundschulkind oder Teenager: Künstliche Intelligenz steckt heute in fast jeder App – selbst dort, wo Eltern es nicht vermuten. Vom Chat mit Meta AI in WhatsApp bis zu KI-Freunden in Social Media. Dieser Vortrag zeigt verständlich, wo KI im Kinderalltag sichtbar und unsichtbar wirkt, welche Chancen und Risiken entstehen und wie wir Kindern Orientierung geben können.

Der Vortrag wird durchgeführt von Digitaltraining Monika Rath - Referentin für Baden-Württemberg und Mitglied des renommierten Digitaltrainer-Teams rund um Daniel Wolff, dem Gründer von digitaltraining.de und Bestsellerautor von „Allein mit dem Handy“.

262H207010 Di., 12.05.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

Leitung: Monika Rath, Digitaltraining-Referentin für Baden-Württemberg

Ort: online

Gebühr: gebührenfrei



Bereit für 100 % Fahrfreude?

Entdecken Sie eine neue Ära der Fahrfreude - mit dem neuen BMW iX3. Mit einer beeindruckenden Reichweite von bis zu 805 km und einer Ladeleistung von 400 kW setzt der BMW iX3 50 xDrive neue Maßstäbe unter den vollelektrischen SUVs. Das innovative BMW Panoramic iDrive hebt die intuitive Bedienung auf ein völlig neues Niveau, während das BMW Heart of Joy und optimierte Fahrerassistenzsysteme ein Fahrerlebnis schaffen, das elektrische Mobilität neu definiert.

BMW iX3 50 xDrive: Energieverbrauch kombiniert: 17,9–15,1 kWh/100 km (WLTP); CO₂-Emissionen kombiniert: 0 g/km (WLTP); Elektrische Reichweite: 679–805 km (WLTP); CO₂-Klasse(n): A

Ein gutes Gefühl!
Heermann-Rhein 100
HEILBRONN + BAD RAPPENAU

Autohaus Heermann und Rhein GmbH

74906 Bad Rappenau | Riemenstr. 26 | Telefon (07264) 95 96-0
74076 Heilbronn | Neckarsulmer Str. 26 | Telefon (07131) 15 87-0

Viele weitere aktuelle Aktionsangebote finden Sie auf unserer Homepage: www.rhein-bmw.de

Eltern-Kind-Angebote

Kleine Entdecker der Medienwelt

SPIELKREIS MIT SCHWERPUNKT MEDIENKOMPETENZ FÜR FAMILIEN MIT KINDERN VON 1,5 BIS 3 JAHREN

NEU

Digitale Medien sind heute Teil des Alltags, auch für die Jüngsten. Daher ist es entscheidend, dass Familien von Beginn an lernen, Medien verantwortungsvoll, altersgerecht und bewusst einzusetzen. In diesem Kurs steht nicht die Nutzung digitaler Geräte im Vordergrund, sondern die bewusste Auseinandersetzung mit Medien - für Eltern und Kinder gleichermaßen. Wöchentlich widmet sich die Gruppe einem neuen Thema der Medienwelt: während die Eltern ihre Medienkompetenz stärken, kommen die Kinder mit verschiedenen altersgerechten analogen und digitalen Spielmöglichkeiten in Berührung. Die Eltern begleiten ihre Kinder beim Entdecken und Ausprobieren verschiedener Medien und finden heraus, wie sie ihre Kinder fördern und schützen können beim Aufwachsen in der digitalen Welt.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken oder Hausschuhe

262H207001	6 x Fr., 20.03. – 08.05.2026, 9:30 – 11:00 Uhr
Leitung:	Elisabeth Kloster, Fachinformatikerin, staatl. anerkannte Erzieherin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	57,- €

Data Literacy for Kids – Mit Datenkompetenz ins KI-Zeitalter

EIN WORKSHOP FÜR KINDER (4 BIS 7 JAHRE) MIT BEGLEITPERSON

NEU

Willkommen in der Welt der Daten! Hier wird gesammelt, gezählt und gezeichnet - mit bunten Bausteinen, Lieblingsfarben und kleinen Spielen. Gemeinsam mit ihren Eltern entdecken Kinder, wie man Dinge sortiert, Strichlisten macht und spannende Diagramme erstellt.

Damon, das neugierige Datenmonster, begleitet uns dabei und stellt Fragen wie: „Von welcher Farbe habe ich die meisten Legosteine?“ oder „Wie viele rote Dinge finden wir gemeinsam?“. Mit seiner Hilfe verwandeln wir unsere Entdeckungen in bunte Datenbilder und lernen ganz nebenbei, warum Daten so wichtig für künstliche Intelligenz (KI) sind - denn ohne Daten kann KI nichts lernen oder verstehen. Ganz ohne Computer, dafür mit viel Kreativität und Bewegung. Die Kinder brauchen keine Vorkenntnisse - Neugier, Spaß am Mitmachen und Lust aufs Entdecken reichen völlig aus.

262H207002	2 x Sa. + So., 18.04. + 19.04.2026, 10:00 – 11:30 Uhr
Leitung:	Martin Guth, Wirtschaftsinformatiker (B.A.Sc.)
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	10,- €

Abenteuerlich Programmieren lernen mit dem Elefanten

EIN WORKSHOP FÜR KINDER (4 BIS 7 JAHRE) MIT BEGLEITPERSON

NEU

Programmieren ist eine neue Art der Lese- und Schreibkompetenz, die bereits in frühen Lebensphasen erlernt werden kann. Gemeinsam mit dem blauen unternehmungslustigen Elefanten und seinem übermütigen Freund, dem rosa Hasen, entdecken wir spielerisch die ersten Schritte des Programmierens — mit und ohne Tablet. Wir schneiden, malen, kleben und tanzen, erfinden einfache Regel Zaubersprüche und lassen die besten Ideen in der altersgerechten Elefanten App als kleine Filme lebendig werden. Es entstehen lustige Bewegungs- und Spielreihenfolgen, sofortige Erfolgserlebnisse und viele Staun-Momente, wenn die App das macht, was wir uns ausgedacht haben.

Eltern begleiten ihre Kinder, probieren gemeinsam aus und erleben wertvolle Zeit des Zusammenlernens mit bewusstem, spielerischem Umgang mit digitalen Medien.

Bitte mitbringen: Tablet (sofern vorhanden)

262H207003	Sa., 25.04.2026, 9:30 – 12:00 Uhr
Leitung:	Thi Hoai Linh Lai, Software-Ingenieurin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	10,- €

Mein erstes Forscher-Video – Mit dem Tablet spielerisch filmen wie die Großen

EIN WORKSHOP FÜR KINDER (4 BIS 7 JAHRE) MIT BEGLEITPERSON

NEU

In diesem Workshop lernen die Kinder, wie sie mit der kostenlosen App iMovie eigene Videoclips erstellen und bearbeiten können - speziell zur Dokumentation und Präsentation von Experimenten. Dabei geht es nicht nur um technische Grundlagen der Videobearbeitung, sondern auch um die kreative Umsetzung wissenschaftlicher Inhalte. Ziel ist es, Medienkompetenz zu fördern und gleichzeitig naturwissenschaftliche Themen anschaulich zu vermitteln.

Eltern begleiten ihre Kinder, probieren gemeinsam aus und erleben wertvolle Zeit des Zusammenlernens mit bewusstem, spielerischem Umgang mit digitalen Medien.

Bitte mitbringen: Tablet (sofern vorhanden)

262H207004	Sa., 09.05.2026, 9:30 – 11:30 Uhr
Leitung:	Thi Hoai Linh Lai, Software-Ingenieurin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	10,- €



Roboter – Verstehen, Programmieren, Erleben

EIN WORKSHOP FÜR KINDER (4 BIS 7 JAHRE) MIT BEGLEITPERSON

NEU

In diesem spielerischen Eltern-Kind-Kurs entdecken Kinder gemeinsam mit ihrem Elternteil, wie Roboter „denken“ und wie man ihnen Schritt für Schritt Aufgaben beibringt - ganz ohne Tablet oder Bildschirm. Als Team planen Sie Wege, geben Befehle und probieren aus, wie der Roboter auf Ihre Ideen reagiert. Dabei erleben Eltern und Kinder wertvolle gemeinsame Zeit: Sie lernen miteinander und freuen sich über viele kleine Aha-Momente. Ganz nebenbei entwickeln die Kinder wichtige Zukunftskompetenzen wie logisches und planvolles Denken, Problemlösefreude, Teamarbeit und frühe Begeisterung für Technik - ein erster und wichtiger Schritt in Richtung digitale Kompetenz.

Pro Kind ist eine Begleitperson erforderlich.

Der Kurs wird von der Bildungsinitiative ROKI-Robotic4Kids durchgeführt.

262H207006	2 x Sa. + Sa., 13.06. + 20.06.2026, 10:00 – 11:30 Uhr
Leitung:	Diana & Joachim Ross, Dozenten für Coding und Robotik ab dem Vorschulalter, ROKI - Robotic4Kids
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	10,- €

Magisch mit ScratchJr ein Labyrinth-Spiel programmieren

EIN WORKSHOP FÜR KLEINE SPIELE-ENTWICKLER (4 BIS 7 JAHRE) MIT BEGLEITPERSON

In diesem fantasievollen Workshop tauchen wir gemeinsam in die Welt des Programmierens ein – ganz spielerisch und kreativ mit der App ScratchJr! Gemeinsam entwickeln wir ein lustiges Spiel: Ein neugieriges Pferd macht sich auf die Suche nach seinem Zauberapfel, der tief in einem geheimnisvollen Labyrinth versteckt ist. Doch Vorsicht - der Weg ist voller Überraschungen! Unterwegs kann das Pferd Punkte oder sogar Geld einsammeln, um dem Apfel immer näher zu kommen. Der Fokus liegt auf dem gemeinsamen Lernen und Entdecken. Eltern begleiten ihre Kinder aktiv und unterstützen den Bildungsprozess. Die Kinder lernen dabei spielerisch, wie Programmieren funktioniert - ganz ohne Vorkenntnisse.

Bitte mitbringen: Tablet (sofern vorhanden)

262H207005	Sa., 27.06.2026, 9:30 – 11:00 Uhr
Leitung:	Thi Hoai Linh Lai, Software-Ingenieurin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	5,- €





kinder und jugendliche

erleben
entdecken lernen



Adobe Stock, Robert Kneschke

Entdecken und Lernen

Im Bereich Kinder und Jugendliche steht die Freizeitbildung zusammen mit nachhaltigem Lernen, bei dem alle Sinne angesprochen werden, im Fokus. Alters- und entwicklungsgerechte Lernangebote aus der Erlebnispädagogik begleiten Kinder und Jugendliche langfristig bei der Weiterentwicklung ihrer

emotionalen und sozialen Kompetenzen. Natürlich spielen die Ferien in diesem Bereich eine besondere Rolle: Die Angebote der KinderFerienBox und weitere Ferienangebote vermitteln an außerschulischen Lernorten Wissen und stärken durch Peer Learning die Kommunikation sowie das so-

ziale Miteinander. Die Kursinhalte werden von unseren qualifizierten Dozentinnen und Dozenten an die aktuellen gesellschaftlichen Entwicklungen angepasst und orientieren sich am Bildungs- und Qualitätsverständnis unseres Leitbilds.

Inhaltsverzeichnis

Kreativ	186
Bewegen und Entspannen	192
Erleben und Entdecken	196
Erfolgreich lernen	204
KinderFerienBox Oster-, Pfingst- und Sommerferien	206
Ganztägige Ferienbetreuungen „Mit Spaß in die Ferien“	236

Neu im Programm

Einzel- Angebote für Kinder von 3 bis 6 Jahren



Einzel-Angebote bieten Raum für Spiel, Bewegung, Kreativität und gemeinsames Erleben.

Weitere Infos
ab Seite 186



SAVE THE DATE!

Wir sind dabei!

Heilbronner Kinderfest
Wertwiesenpark Heilbronn
11.07.2026

Kindertag
Pfühlpark Heilbronn
20.09.2026

Kleine Künstlerwerkstatt – mit Pinsel, Papier und Fantasie

FÜR KINDER VON 3 BIS 6 JAHREN MIT BEGLEITPERSON

In diesen Workshops können Kinder kreativ sein, Neues entdecken und Kunst gestalten. Gemeinsam malen und basteln sie, probieren neue Ideen aus und lassen ihrer Fantasie freien Lauf. Mit Pinsel, Stiften, Papier und anderen einfachen Materialien erkunden sie vielfältige Techniken. Dabei lernen die Kinder spielerisch viel über Farben, deren Mischungen und experimentieren mit unterschiedlichen Materialien. So entstehen mit viel Freude und Kreativität kleine Kunstwerke. Im Mittelpunkt steht nicht nur das künstlerische Schaffen, sondern auch die gemeinsame Zeit, in der sich jedes Kind frei entfalten und seine eigene Ausdruckskraft entwickeln kann. Eltern erhalten wertvolle Inspirationen und Anregungen für kreative Stunden zu Hause.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Snack und Getränk

262H301001	3 x Mi., 04.02. – 25.02.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
Leitung:	Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	36,- € inkl. Materialkosten, 18,- € jede weitere Person

262H301002	6 x Mi., 15.04. – 20.05.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
262H301003	6 x Mi., 10.06. – 15.07.2026, 15:30 – 17:00 Uhr
Leitung:	Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	69,- € inkl. Materialkosten, 36,- € jede weitere Person

Fadenzauber – Kreative String-Art

FÜR KINDER VON 3 BIS 6 JAHREN MIT BEGLEITPERSON

In diesem Kurs entdecken die Kinder die faszinierende Welt der Fadenkunst. Mit bunten Fäden und einfachen Materialien gestalten wir gemeinsam kleine Kunstwerke, die nach und nach aus Linien, Mustern und Farben entstehen. Wir starten mit einer Einführung in die Technik der String-Art, das ist ein bisschen wie weben und häkeln. Anschließend erstellen die Kinder ihre eigenen Bilder mit kreativer Unterstützung und gleichzeitig selbstständig - so bleibt Raum für Kreativität, eigene Ideen und ganz individuelle Ergebnisse. Feinmotorik, Konzentration und Gestaltungslust werden gefördert. Am Ende nimmt jedes Kind ein eigenes Kunstwerk mit nach Hause.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Snack und Getränk

262H301007	Sa., 18.04.2026, 10:00 – 12:30 Uhr
262H301008	Sa., 18.04.2026, 13:30 – 16:00 Uhr
Leitung:	Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	25,- € inkl. Materialkosten, 12,- € jede weitere Person



Foto: Adobe Stock, Oksana Kuzmina

Januar, Februar, März, April – die Jahresuhr steht niemals still

BASTELN UND SPIELEN FÜR KINDER VON 3 BIS 6 JAHREN MIT BEGLEITPERSON

In diesem Kreativangebot entdecken die Kinder die einzelnen Monate und erleben, wie sich die Jahreszeiten im Laufe des Jahres verändern. Kleine Frösche begleiten sie dabei musikalisch - mit ihnen wird gesungen, gelacht und spielerisch gelernt. In verschiedenen Bastelangeboten können die Kinder ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Sie gestalten kleine Kunstwerke passend zur Jahreszeit und haben außerdem die Möglichkeit, ein Geschenk für Mutter- oder Vatertag zu basteln. Dabei trainieren sie ganz nebenbei ihre feinmotorischen Fähigkeiten. Natürlich bleibt auch genügend Zeit zum freien Spielen. So werden sowohl die kreative Entwicklung als auch das soziale Miteinander gestärkt.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken oder Hausschuhe, Kleidung, die schmutzig werden darf, Getränk, Transportbox

262H301006	Sa., 09.05.2026, 9:30 – 11:00 Uhr
Leitung:	Stefanie Kühner, Eltern-Kind-Gruppenleiterin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	20,- € inkl. Materialkosten, 10,- € jede weitere Person

Pflanzenzauber – Mini-Gewächshaus bauen

FÜR KINDER VON 3 BIS 6 JAHREN MIT BEGLEITPERSON

In diesem Workshop gestalten wir ein Mini-Gewächshaus und tauchen ein in die faszinierende Welt der Pflanzen: Vom ersten kleinen Keim bis zur zarten grünen Pflanze. Mit einfachen Materialien wie Erde, Samen, Tüten und Holzstäbchen entsteht ein durchsichtiges Mini-Gärtchen, in dem die Kinder Tag für Tag beobachten können, wie sich Wurzeln bilden, Blätter sprießen und eine Pflanze entsteht. Durch das Gestalten eines Mini-Gewächshauses und das tägliche Beobachten des Pflanzenwachstums werden erste naturwissenschaftliche Kenntnisse vermittelt. Der Workshop weckt Neugier, regt zum Fragen an und vermittelt Freude am Experimentieren.

NEU

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Snack und Getränk

262H301009	Sa., 16.05.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
262H301010	Sa., 16.05.2026, 13:30 – 16:00 Uhr
Leitung:	Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	25,- € inkl. Materialkosten, 12,- € jede weitere Person



Foto: Adobe Stock, minelurk

Makrameezauber – Mobile basteln

FÜR KINDER VON 3 BIS 6 JAHREN MIT BEGLEITPERSON

NEU

In diesem Kreativkurs basteln die Kinder gemeinsam ein liebevoll gestaltetes Mobile aus Makramee. Mit kindgerechten Materialien und einfachen, gut verständlichen Knotentechniken entdecken sie spielerisch die Welt des Knüpfens. Schritt für Schritt lernen die Kinder, Fäden auszuwählen, zu verknoten und miteinander zu kombinieren. Ihr Mobile dürfen sie ganz nach ihren eigenen Ideen gestalten und mit Holzperlen, Naturmaterialien oder kleinen Dekoelementen verzieren. Das Basteln fördert die Feinmotorik, die Konzentration und die Kreativität der Kinder und stärkt zugleich ihr Selbstvertrauen, wenn sie am Ende stolz ihr eigenes Kunstwerk in den Händen halten.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Snack und Getränk

262H301011	Sa., 20.06.2026, 10:00 – 12:30 Uhr
262H301012	Sa., 20.06.2026, 13:30 – 16:00 Uhr
Leitung:	Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	25,- € inkl. Materialkosten, 12,- € jede weitere Person

Nähzauber – spielerisch Nähen entdecken

FÜR KINDER VON 3 BIS 6 JAHREN MIT BEGLEITPERSON

NEU

In unserer Nähwerkstatt tauchen die Kinder spielerisch in die bunte Welt des Nähens ein. Gemeinsam lernen wir die ersten Grundstiche, üben den sicheren Umgang mit Nadel (selbstverständlich mit kindgerechten Plastiknadeln) und Faden und nähen ein erstes eigenes kleines Werkstück. Mit einfachen Sticharten wie Heftstich, Rückstich und Kreuzstich lernen die Kinder Schritt für Schritt, wie Stoff und Faden sich in etwas Selbstgemachtes verwandeln. Durch kindgerechte Anleitung und Raum für eigene Ideen erleben sie, wie aus ihren Händen kleine Kunstwerke entstehen. Dabei stärken sie Feinmotorik, Selbstvertrauen und ihre kreative Ausdruckskraft. Ein Workshop, der Lust auf Ausprobieren, Gestalten und Handarbeiten macht, unterstützt durch einen Erwachsenen.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Snack und Getränk

262H301013	Sa., 11.07.2026, 10:00 – 12:30 Uhr
262H301014	Sa., 11.07.2026, 13:30 – 16:00 Uhr
Leitung:	Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	25,- € inkl. Materialkosten, 12,- € jede weitere Person

Bärenstark durchs Leben – Resilienz & Selbstbehauptungstraining

FÜR KINDER VON 5 BIS 6 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

NEU

Siehe auch Vortrag
„Resilienz und Selbstwert“ auf Seite 149

In dieser Kursreihe lernen die Kinder ihre eigenen Stärken zu entfalten, wie sie an Herausforderungen wachsen und auch in schwierigeren Situationen selbstsicher und ruhig sein können. Mit altersgerechten Übungen, Gesprächen und Spielen üben sie, für sich selbst einzustehen, ihre eigenen Grenzen wahrzunehmen und klar „Nein“ zu sagen. Zudem lernen die Kinder respektvoll, selbstbewusst und wertschätzend zu kommunizieren. Der Kurs stärkt ihr Selbstvertrauen und unterstützt sie dabei, ihre Gefühle besser wahrzunehmen, auszudrücken und mutig ihren eigenen Weg zu gehen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Hausschuhe oder Rutschsocken, Getränk

262H302007	4 x Di., 03.03. – 24.03.2026, 15:00 – 16:30 Uhr
262H302008	4 x Di., 09.06. – 30.06.2026, 15:00 – 16:30 Uhr
Leitung:	Yvonne Schneider, Lebenskompetenz- und Resilienztrainerin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	60,- €

Little Dancer – Tanzen für Kinder

FÜR KINDER VON 4 BIS 6 JAHREN MIT BEGLEITPERSON

Der Kurs richtet sich an Kinder, die ihre Begeisterung für Bewegung entdecken möchten, um so tanzend die eigene Persönlichkeit zu entwickeln. Mit wiederkehrenden Ritualen, wie Begrüßung, Aufwärm Tanz, gemeinsamer Pausenzeit und Verabschiedung, lernen die Kinder feste Strukturen für ein Miteinander. Der natürliche Bewegungsdrang der Kinder wird in schwingvolle und gezielte Bewegungsabläufe umgesetzt und vertieft. Durch unterschiedlichste Schwerpunkte bei Koordination (Körper/Raum), Musikalität (Takt/Rhythmus), Tanz (Basics/Schrittkombinationen/Choreos) sowie die Verwendung von verschiedenen Materialien (Tücher/Bänder/Bälle) werden Konzentration und Fokus, aber auch musische Fähigkeiten, gefördert. In der gemischten Altersstruktur lernen die Kinder einen rücksichtsvollen Umgang miteinander, ältere Kinder haben gegenüber den Jüngeren oft eine Vorbildfunktion. Während der Kurseinheiten erlernt die Gruppe einen Tanz zu einem bestimmten Motto - mit passender Musik und Tanzschritten.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Turnschlappchen oder rutschfeste Socken, Getränk

262H302001	6 x Fr., 06.03. – 24.04.2026, 16:00 – 16:45 Uhr
262H302002	6 x Fr., 12.06. – 17.07.2026, 16:00 – 16:45 Uhr
Leitung:	Melanie Gutöhrlein, Tanztrainerin, VIEWCHANGER
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	74,- €

Siehe auch Kurs „Little Dancer – Tanzen mit Papa“ auf Seite 163 und „Little Dancer – Tanzen für Kinder von 2 bis 3 Jahren“ auf Seite 86

Siehe auch Kurs
„Vater-Kind-Adventure“ auf Seite 168

Hoch hinaus – Kletterkus

FÜR KINDER AB 8 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

Unter Anleitung eines Trainers erleben die Kinder in einem Schnupperkurs die Faszination des Kletterns. Betreut, angeleitet und vor allem gut gesichert, klettern die Kinder bis auf 18 Meter Höhe und können ausprobieren, ob sie den Klettersport regelmäßiger ausüben möchten. Insgesamt trägt das Klettern dazu bei, dass Kinder ihre körperlichen und geistigen Fähigkeiten weiterentwickeln, ihre sozialen Kompetenzen ausbauen und ihre Selbstwahrnehmung stärken.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Hallenturnschuhe, Snack, Getränk

262H302005	Fr., 20.03.2026, 16:30 – 18:30 Uhr
262H302006	Fr., 19.06.2026, 16:30 – 18:30 Uhr
Leitung:	Sektion HN des Deutschen Alpenvereins e.V.
Ort:	Heilbronn, Die Kletterarena, Lichtenbergerstraße 17
Gebühr:	25,- € inkl. Eintritt u. Leihgebühren für Ausrüstung

NEU

Kobra, Katze, Hund – Kinderyoga

Kinderyoga bringt jede Menge Spaß und gute Laune. Mit lustigen und spannenden Geschichten sowie Übungen erleben die kleinen Yogis viele Abenteuer und lernen auf spielerische Weise Yoga kennen. Kinderyoga bringt aber nicht nur Spaß und gute Laune, es hat auch viele positive Effekte auf Körper und Geist der kleinen Yogis. Es fördert zum einen die Koordination und Haltung, stärkt die Konzentration und das Gefühl für den eigenen Körper, zum anderen baut es das Selbstwertgefühl auf und steigert die Sinneswahrnehmungen. Durch viele kleine gemeinsame Übungen lernen die Kinder einen positiven Umgang mit ihren eigenen Gefühlen und können so auch besser auf die Gefühle anderer eingehen und diese verstehen. Das fördert das Mitgefühl und ein schönes Miteinander. Durch Yoga erschaffen die Kinder einen zauberhaften, sicheren und entspannten Ort in sich selbst.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken, bequeme Kleidung, Getränk

FÜR KINDER VON 4 BIS 5 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

262H302009	5 x Do., 16.04. – 21.05.2026, 15:00 – 16:00 Uhr
Gebühr:	60,- €
262H302010	6 x Do., 11.06. – 16.07.2026, 15:00 – 16:00 Uhr
Gebühr:	72,- €
Leitung:	Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

262H302003	5 x Do., 16.04. – 21.05.2026, 16:30 – 17:30 Uhr
Gebühr:	60,- €
262H302004	6 x Do., 11.06. – 16.07.2026, 16:30 – 17:30 Uhr
Gebühr:	72,- €
Leitung:	Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Flughafen Stuttgart – Entdeckertour

FÜR KINDER AB 5 JAHREN MIT BEGLEITPERSON

Vom Einchecken bis zum Abflug lernen die Kinder den Ablauf am Flughafen Stuttgart kennen. Was passiert mit den Koffern, wenn sie auf dem Gepäckband verschwinden? Was gibt es auf dem Rollfeld zu tun? Nach einem kurzen Film über den Flughafen stehen folgende Dinge auf dem Programm: Vorfeldrundfahrt, Flugzeugabfertigung mit Informationen zu Starts und Landungen, Besichtigung der Flughafenfeuerwehr sowie ein Einblick in die Gepäcksortierung. Die Kinder bekommen Einblicke in die Technik und erfahren, dass die Sicherheit stark von klaren Regeln abhängt, dass ohne ein strukturiertes und verantwortungsbewusstes Handeln am Flughafen keine Flüge stattfinden können.

Bitte spätestens 15 Minuten vor Beginn der Flughafenführung am Treffpunkt SkyLand in Terminal 3 auf der Galerieebene (Ebene 4, beim Reisemarkt) sein.

262H303009	Sa., 07.03.2026, 14:30 – 16:30 Uhr
Leitung:	Airport Tours, Flughafen Stuttgart GmbH
Ort:	Stuttgart Flughafen, SKYLAND in Terminal 3, Galerie
Gebühr:	20,– €, 10,– € jede weitere Person

Jupiter und Mond – Besuch bei der Sternwarte Heilbronn

FÜR KINDER AB 6 JAHREN MIT BEGLEITPERSON

Am 20.3.2026 ist Frühlingsanfang und die junge Mondsichel begegnet abends am Horizont der strahlenden Venus. Bei klarem Wetter wollen wir diesen Anblick von der Teleskopterrasse der Sternwarte genießen. Im begleitenden Vortrag mit einer Frage-Antwortrunde der Sternenhimmel im Planetariumsprogramm erklärt und die Raumfahrtmodellsammlung besichtigt. Auf dem Mond kann man schon mit bloßem Auge viele interessante Beobachtungen machen, noch eindrucksvoller mit dem großen Fernrohr. Auch ist der Riesenplanet Jupiter optimal zu beobachten, mit seinen eigenen vier großen Monden. Neben diesen beiden Schwerpunkten kann nach jedem Thema zum Weltall gefragt werden – Neugier und Interesse an Wissenschaft und Natur wird gefördert.

Treffpunkt: 19:00 Uhr am Robert-Mayer-Gymnasium, Seiteneingang Sternwarte, Mönchseestraße. Bitte klingeln.

262H303012	Fr., 20.03.2026, 19:00 – 21:00 Uhr
Leitung:	Robert-Mayer-Sternwarte Heilbronn, Thomas Stingl
Ort:	Heilbronn, Robert-Mayer-Sternwarte, Eingang Mönchseestraße
Gebühr:	20,– €, 10,– € jede weitere Person

NEU

Von Zwergengeflüster und Riesenschritten – Waldabenteuer durch magische Welten

FÜR KINDER AB 4 JAHREN MIT BEGLEITPERSON

NEU

Siehe auch Kurs
„Räubertour mit Vätern
und Kindern“ auf
Seite 168

Bei diesem Abenteuer im Wald tauchen die Kinder in die geheimnisvolle Welt magischer Begegnungen ein. Denn, Oh Schreck - die frechen Zwerge haben der Märchenhexe Steffi die Erzählsteine und Schatzkiste gestohlen. Nun braucht sie die Hilfe der Kinder, um die kleinen Diebe zu finden. Gemeinsam wandern sie durch den Wald und erfahren, wie man das unsichtbare kleine Volk sehen kann. Sie finden winzige Mützen und suchen vierblättrige Kleeblätter, denn das alles kann helfen das räuberische kleine Volk zu finden. Unterwegs lauschen die Kinder Märchen von Zwergen, Riesen und kleinen Helden, die Großes bewirken. Vielleicht treffen sie am Ende sogar den diebischen Zwerg und alle teilen den entführten Schatz. Ein zauberhaftes Abenteuer, das die Fantasie und Kreativität anregt und das Miteinander stärkt.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, festes Schuhwerk, Getränk und Snack

262H303011	Sa., 25.04.2026, 14:00 – 16:00 Uhr
Leitung:	Stefanie Keller, Märchenerzählerin
Ort:	Heilbronn, Gaffenberg, Gaffenbergparkplatz
Gebühr:	25,- €, 12,- € jede weitere Person

Eselabenteuer – Entdecken, Pflegen & Wandern

FÜR KINDER AB 5 JAHREN MIT BEGLEITPERSON

NEU

Beim Eselabenteuer lernen die Kinder auf spielerische Weise das Leben der Esel kennen. Sie erfahren, was Esel fressen, was sie mögen, wie ihr Charakter ist und worauf man im Umgang mit ihnen achten sollte. Die Kinder dürfen die Esel bürsten, streicheln und beim Satteln helfen und so ganz nah Kontakt zu den Tieren haben. Anschließend geht es auf eine etwa einstündige Eselwanderung durch die Natur. Dabei dürfen die Kinder abwechselnd reiten oder - gemeinsam mit einem Erwachsenen - einen Esel führen. Unterwegs legen wir eine kleine Pause ein, um uns zu stärken und die Umgebung zu genießen. Zum Abschluss können die Kinder ihr neu erworbenes Wissen beim „Eselführerschein“ unter Beweis stellen und erhalten als Erinnerung eine persönliche Urkunde. Der Kurs fördert Empathie, Achtsamkeit und Verantwortungsbewusstsein im Umgang mit Tieren. Durch das Führen und Pflegen der Esel stärken die Kinder ihr Selbstvertrauen und ihre soziale Kompetenz.

Treffpunkt: Rohräcker 2, 74388 Talheim (unten am Friedhof parken)

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Helm, Snack, Getränk

262H303013	Sa., 09.05.2026, 10:00 – 12:30 Uhr
Leitung:	Simone Kurz, Pädagogische Kraft
Ort:	74388 Talheim, Rohräcker 2
Gebühr:	35,- €, 17,- € jede weitere Person

Intuitives Bogenschießen

FÜR KINDER VON 10 BIS 12 JAHREN MIT BEGLEITPERSON

NEU

Siehe auch Kurs
„Bogenschießen mit
Papa“ auf Seite 165

In diesem Workshop erleben die Kinder Bogenschießen als eine ruhige, konzentrierte und trotzdem kraftvolle Bewegung. Mit einem erfahrenen Coach entdecken sie und ein Elternteil, dass man auch ohne genaues Zielen treffen kann - wenn man entspannt, ruhig atmet und auf sein Gefühl hört. Schritt für Schritt entsteht ein natürlicher Bewegungsfluss, der den Kopf zur Ruhe kommen lässt und den Körper leitet. Intuitives Bogenschießen ist eine einfache, ursprüngliche Art zu schießen ohne komplizierte Technik und ohne Leistungsdruck. Die Kinder lernen, ihrem Körpergefühl und ihrem eigenen Rhythmus zu vertrauen. Dabei stehen Achtsamkeit, Ruhe und das Miteinander im Mittelpunkt. Der Workshop eignet sich für alle Neugierigen, Anfänger und Wiedereinsteiger und auch für Familien, die gemeinsam etwas Neues ausprobieren möchten.

Bitte mitbringen: Snack, Getränk, Sonnenschutz

262H303010	Sa., 13.06.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
Leitung:	Andreas Armin Schneider, Ausgebildeter Bogensportleiter (DFVB)
Ort:	Lehensteinsfeld, Schützenhaus, Frauenzimmer 1
Gebühr:	49,- €

Forscherwerkstatt – Experimente aus Physik und Chemie

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

In dieser Forscherwerkstatt beschäftigen sich die Kinder mit folgenden Fragen: Kann ein Fahrzeug mit Luftballonantrieb fahren, warum stehen mir die Haare zu Berge, wenn ich mit dem Luftballon spiele und wie kann ich Rotkohlsaft blau oder grün färben? Hier finden wir es heraus. Gemeinsam möchten wir spielerisch forschen, bauen und experimentieren und so viele Fragen wie möglich beantworten. Die Kinder bekommen spannende Einblicke in die Bereiche Physik und Chemie, das Interesse an MINT-Fächern wird geweckt und gleichzeitig die Kreativität angeregt.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Snack, Getränk

262H303008	Sa., 27.06.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
Leitung:	Rahel Kucharski, Puppenspielerin, Wirtschaftsinformatikerin (M.A.)
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	20,- €



Ponyfreuden – Ponypflege und Ausritt

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

Gemeinsam besuchen die Kinder Ponys auf dem Krainbachhof. Sie können die Tiere ausgiebig bürsten und streicheln. Die Ponys dürfen über Stangen und vorbei an Hütchen geführt werden und die Kinder machen Spiele mit ihnen. Anschließend wird der Stall sauber gemacht, Heu aufgefüllt und alle reiten gemeinsam spazieren. Der Umgang mit den Ponys trägt dazu bei, dass die Kinder Verantwortung übernehmen, das Einfühlungsvermögen und das Vertrauen zu einem Tier werden gestärkt.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Helm, Snack und Getränk

262H303006	Di., 04.08.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
262H303007	Do., 13.08.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
Leitung:	Marina Kissinger, Dipl. Agrar-Ingenieurin
Ort:	Schwaigern-Massenbach, Krainbachhof, Krainbachhöfe 3
Gebühr:	30,- €



Foto: Adobe Stock, zynkewich

Programmieren lernen in vier Modulen – Scratch

FÜR KINDER VON 8 BIS 12 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

In diesem 4-teiligen Workshop erlernen und vertiefen die Kinder die visuelle Programmiersprache Scratch, speziell für Kinder konzipiert. Ganz ohne Vorkenntnisse können die Kinder durch das Zusammenfügen von Code-Blöcken eigene Programme erstellen. In Zweiergruppen entdecken sie die Grundlagen des Programmierens und gestalten ihre eigenen Charaktere, die sie zum Leben erwecken – sie lassen sie laufen, hüpfen und spannende Aufgaben meistern. Scratch fördert kreatives Denken und Problemlösungsfähigkeiten, da die Kinder lernen, logische Abläufe zu erstellen und ihre Ideen in digitale Projekte umzusetzen.

Bitte mitbringen: Schreibzeug, Ordner, Snack, Getränk

262H304002	4 x Fr., 13.03. – 17.04.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
Leitung:	Rahel Kucharski, Puppenspielerin, Wirtschaftsinformatikerin (M.A.)
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	80,- €

NEU

Programmieren Lernen – Scratch

WORKSHOP FÜR KINDER VON 8 BIS 12 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

In diesem Workshop erlernen die Kinder die visuelle Programmiersprache Scratch, speziell für Kinder konzipiert. Ganz ohne Vorkenntnisse können die Kinder durch das Zusammenfügen von Code-Blöcken eigene Programme erstellen. In Zweiergruppen entdecken sie die Grundlagen des Programmierens und gestalten ihre eigenen Charaktere, die sie zum Leben erwecken - sie lassen sie laufen, hüpfen und spannende Aufgaben meistern. Scratch fördert kreatives Denken und Problemlösungsfähigkeiten, da die Kinder lernen, logische Abläufe zu erstellen und ihre Ideen in digitale Projekte umzusetzen.

Bitte mitbringen: Schreibzeug, Ordner, Snack, Getränk

262H304003	Sa., 23.05.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
Leitung:	Rahel Kucharski, Puppenspielerin, Wirtschaftsinformatikerin (M.A.)
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	30,- €

Knigge für Kids

FÜR KINDER VON 7 BIS 12 JAHREN

In diesem Kurs haben Kinder die Möglichkeit, auf spielerische und humorvolle Weise grundlegende Benimmregeln und gute Umgangsformen zu erlernen. Unter Anleitung einer erfahrenen Knigge-Beraterin genießen sie ein kindgerechtes Menü und beschäftigen sich dabei mit Themen wie Begrüßung, Körperhaltung, dem richtigen Umgang mit Besteck, Servietten und Tischmanieren. So lernen die Kinder, in sozialen Situationen selbstbewusst und respektvoll aufzutreten, eine wichtige Fähigkeit, die sie ihr Leben lang begleitet.

262H304001	Sa., 21.03.2026, 11:00 – 14:00 Uhr
Leitung:	Birgit Brenner, Knigge-Trainerin
Ort:	Heilbronn, La Toscana, Südstr. 88
Gebühr:	45,- € inkl. Essen und ein Getränk

Babysitter-Workshop

FÜR JUGENDLICHE AB 14 JAHREN

Der Workshop richtet sich an alle, die gerne Babysitten möchten und sich frühzeitig Wissen für den verantwortungsvollen Umgang mit Babys und Kleinkindern aneignen wollen. Wenn du bereits Babysitter bist, bekommst du sicher noch einige Informationen und Anregung. Du lernst einen wichtigen Umgang mit kleinen Kindern als Babysitter: Entwicklung und Bedürfnisse von Babys und Kleinkindern, Pflege und Ernährung, Spiele und Beschäftigung. Zudem gibt es eine Checkliste für Absprachen mit den Eltern. Alle erhalten eine Bescheinigung über die Teilnahme am Kurs. Diese ist ein Plus für Bewerbungen.

Bitte mitbringen: Schreibzeug, Snack, Getränk

262H304004	Sa., 25.04.2026, 10:00 – 15:00 Uhr
Leitung:	Barbara Probst, Kinderkrankenschwester
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	39,- €



Foto: Adobe Stock, danrace

KinderFerienBox

Modulare Ferienbetreuungsangebote
für Kinder von 6 bis 10 Jahren

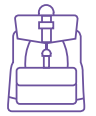


Angebote für die Ferien an Ostern, Pfingsten und im Sommer 2026

- individuelles Ferienprogramm aus einzelnen Kursen zusammenstellen
- Angebote für vor- und/oder nachmittags mit einer Dauer von zwei bis drei Stunden
- spielerisch Kenntnisse in alters- und entwicklungsgerechten Bildungsbereichen erwerben und vertiefen

Save the Date
Herbstferien 2026 und
Faschingsferien 2027 ab
17.07.26 online buchbar

Anmeldung unter www.hdf-hn.de
oder direkt über den QR-Code.



Osterferien

Bastelwerkstatt – Kreativ auf Leinwand

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

In diesem Kurs gestalten Kinder ihre ganz persönliche Leinwand - und das Highlight ist ein Spiegel, der in das Kunstwerk integriert wird. Nach einem kreativen Einstieg mit spielerischen Malübungen lernen die Kinder verschiedene Techniken kennen, bevor es richtig losgeht: Mit Acrylfarben, Strukturpasten und 3D-Elementen verwandeln wir einfache Leinwände in echte Kunstwerke. Ob bemalen, bekleben, besprühen oder zerschneiden, der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Wer mag, kann auch eigene Materialien zum Upcycling mitbringen. Gemeinsam schauen wir, was sich daraus gestalten lässt. Jedes Kind erschafft sein ganz individuelles Kunstwerk, mit Farbe, Struktur und natürlich einem Hauch Magie.

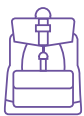
Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Hausschuhe oder Rutschsocken, Snack, Getränk



262H306009	Sa., 28.03.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
Leitung:	Rahel Kucharski, Puppenspielerin, Wirtschaftsinformatikerin (M.A.)
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	35,- € inkl. Materialkosten

Weitere Informationen und Anmeldung über den QR-Code





FERIEN



Abenteuer Wildnis – Survival im Wald

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

In unserem waldpädagogischen Angebot können die Kinder in die Natur eintauchen und den Wald entdecken, verbunden mit kreativem Gestalten und Spielen. Gemeinsam mit einer erfahrenen Waldpädagogin lernen sie Feuermachen ohne Streichholz, gehen auf Nahrungssuche und bereiten diese zu. Sie erfahren, wie man sich mit und ohne Kompass orientieren kann und einen Unterschlupf baut. Der Wald schafft eine besondere Umgebung, in der Kinder lernen, ihre Umwelt zu schätzen. In einer zunehmend digitalen Welt bleibt der Wald ein wichtiger Ort, an dem Kinder nachhaltige und kreative Erfahrungen sammeln können.

Bitte mitbringen: Feste warme Schuhe, dem Wetter angepasste Kleidung, die schmutzig werden darf, Getränk, Snack und Sitzkissen

262H306001	Mo., 30.03.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
262H306002	Mo., 30.03.2026, 13:30 – 16:30 Uhr
Leitung:	Regina Federolf-Kuch, Naturpädagogin
Ort:	Heilbronn, Gaffenberg, Treffpunkt Gaffenbergparkplatz
Gebühr:	35,- €



Foto: Adobe Stock, David



FERIEN



Abenteuer Klettern – Indoor-Klettererlebnis

FÜR KINDER AB 8 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

In diesem dreitägigen Kompaktkurs können die Kinder unter Anleitung eines Trainers und gut gesichert die Faszination des Klettersports bis auf 18 Meter Höhe erlernen. Wer Freude am Klettern hat, wird an den Kletterwänden der Kletterarena ebenfalls jede Menge Spaß haben. Insgesamt trägt das Klettern dazu bei, dass Kinder ihre körperlichen und geistigen Fähigkeiten weiterentwickeln, ihre sozialen Kompetenzen ausbauen und ihre Selbstwahrnehmung stärken.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Hallenturnschuhe, Snack, Getränk

262H306010	3 x Mo.-Mi., 30.03. – 01.04.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
Leitung:	Sektion HN des Deutschen Alpenvereins e.V.
Ort:	Heilbronn, Die Kletterarena, Lichtenbergerstraße 17
Gebühr:	68,- € inkl. Eintritt u. Leihgebühren für Ausrüstung

Wie funktionieren Roboter und wie werden sie programmiert?

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

In diesem spielerischen Kurs entdecken Kinder, wie Roboter „denken“, was sie brauchen um zu funktionieren und wie man ihnen Schritt für Schritt Aufgaben beibringt - ganz ohne Tablet oder Bildschirm. Mit kindgerechten Robotern planen sie Wege, geben Befehle, probieren aus und verbessern gemeinsam ihre Ideen. Ganz nebenbei entwickeln die Kinder wichtige Zukunftskompetenzen: logisches und planvolles Denken, Problemlösefreude, Teamarbeit und frühe Begeisterung für Technik - ein erster und wichtiger Schritt in Richtung digitale Kompetenz. Der Kurs wird von der Bildungsinitiative ROKI – Robotic4Kids durchgeführt.

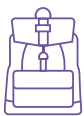
Bitte mitbringen: Hausschuhe oder Rutschsocken, Getränk

262H306013	2 x Mo. + Di., 30.03. + 31.03.2026, 13:30 – 16:00 Uhr
Leitung:	Diana & Joachim Ross, Dozenten für Coding und Robotik ab dem Vorschulalter, ROKI - Robotic4Kids
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1
Gebühr:	60,- €

Siehe auch Kurs
„Vater-Kind-Adventure“ auf
Seite 168

NEU





FERIEN



Ponyfreuden – Ponypflege und Ausritt

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

Gemeinsam besuchen die Kinder Ponys auf dem Krainbachhof. Sie können die Tiere ausgiebig bürsten und streicheln. Die Ponys dürfen über Stangen und vorbei an Hütchen geführt werden und die Kinder machen Spiele mit ihnen. Anschließend wird der Stall sauber gemacht, Heu aufgefüllt und alle reiten gemeinsam spazieren. Ein tolles Erlebnis für kleine Ponyfans. Der Umgang mit den Ponys trägt dazu bei, dass die Kinder Verantwortung übernehmen, das Einfühlungsvermögen und das Vertrauen zu einem Tier werden gestärkt.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Helm, Snack, Getränk

262H306003	Di., 31.03.2026, 9:30 – 12:30 Uhr
Leitung:	Marina Kissinger, Dipl. Agrar-Ingenieurin
Ort:	Schwaigern-Massenbach, Krainbachhof, Krainbachhöfe 3
Gebühr:	30,- €

Besuch bei der Feuerwehr

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

Die Kinder lernen die Feuerwehr in Heilbronn kennen. Sie besichtigen ein Feuerwehrauto, die Notrufleitzentrale und den Schlauchturm, hierzu gehören natürlich Blaulicht, Wasserschläuche, Schutzkleidung und vieles mehr. Sie erfahren welche Aufgaben die Feuerwehr hat und wie die Feuerwehr ein Feuer löscht. Zudem lernen die Kinder wichtiges zum Thema Brandschutz, eigenes Verhalten im Brandfall und wie sie einen Notruf absetzen.

Bitte mitbringen: Dem Wetter angepasste Kleidung, feste Schuhe, Snack, Getränk

262H306006	Di., 31.03.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Leitung:	Feuerwehr Heilbronn, Christian Stolz, Oberbrandmeister
Ort:	Heilbronn, Feuerwehr Heilbronn, Beethovenstr. 29
Gebühr:	15,- €

Little Dancer – Tanzworkshop

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

In diesem Tanzworkshop werden die Kinder bereits vor Beginn kreativ. Die Kinder dürfen ihre Lieblingsgeschichte oder -figur mitbringen, um gemeinsam ein Motto für eine Tanzgeschichte zu finden. Passend dazu wählen wir ein geeignetes Musikstück aus. Nach dem Kennenlernen grundlegender Tanzschritte auf Basis verschiedener Rhythmus- und Stilvarianten entwickeln die Kinder ihre eigene kleine Choreografie, um die mitgebrachte Figur tänzerisch zum Leben zu erwecken. Danach fügen wir alles zu einer gemeinsamen bewegten Geschichte zusammen, die am Ende gerne vorgeführt werden kann. Dieser Workshop fördert Kreativität, Musikalität, Koordination und Körpergefühl und eignet sich besonders für Einsteiger - es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Sportschuhe, Getränk

262H306012	Di., 31.03.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Leitung:	Melanie Gutöhrlein, Tanztrainerin, VIEWCHANGER
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	30,- €

Alpakas hautnah erleben

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

Bei dem Besuch auf dem Alpakahof Nester können Kinder Alpakas, eine südamerikanische kleine Kamelart, hautnah erleben und die Tiere genau kennenlernen. Bei den liebevollen, ruhigen Alpakas mit ihren großen Kulleraugen schlagen die Kinderherzen höher. Gemeinsam werden die Tiere versorgt und es gibt tolle Aufgaben für jeden. Der Umgang mit den Tieren trägt dazu bei, dass die Kinder Verantwortung übernehmen, das Einfühlungsvermögen und das Vertrauen zu einem Tier werden gestärkt.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Snack, Getränk

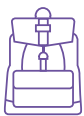
262H306005	Mi., 01.04.2026, 9:30 – 12:30 Uhr
Leitung:	Diana Nester, Fachkraft für tiergestützte Therapie
Ort:	Heilbronn, Alpakahof Nester, Bruhweg 26
Gebühr:	30,- €



FERIEN

NEU





FERIEN



Besuch einer ASB Rettungswache

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

Die Kinder besichtigen eine Rettungswache, erfahren wie ein Rettungswagen von innen aussieht und was sich alles im Notfallfahrzeug befindet. Danach dürfen sie in der Fahrerkabine sitzen und sich vorstellen, wie es ist, wenn der Wagen mit Blaulicht zu Rettungseinsätzen fährt. Zudem lernen die Kinder, wie sie sich in Notfallsituationen verhalten müssen. Sie lernen, wann sie Hilfe benötigen und wie ein Notruf abgesetzt wird.

Bitte mitbringen: Getränk

262H306007	Mi., 01.04.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Leitung:	Roland Schmitt, Notfall- und Sanitätsausbilder, Mentor, PSNV-Peer
Ort:	Heilbronn, ASB, Rettungswache 3, Böllinger Str. 75
Gebühr:	15,- €



Foto: Adobe Stock, maria



FERIEN

Cajón-Werkstatt – Beats bauen & Musik erleben

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

In diesem Cajón-Workshop tauchen die Kinder in die Welt der Rhythmik ein. Unter der Anleitung eines erfahrenen Musikers und qualifizierten Musiklehrers entdecken sie, wie leicht man auf einem Cajón groovige Beats, einfache Grundrhythmen und erste kleine „Songs“ spielen kann. Bevor es musikalisch wird, startet der Kurs kreativ: Die Kinder gestalten ihr eigenes Cajón mit bunten Graffiti-Farben. Nach dem Gestalten geht es ans Trommeln: Mit viel Spaß lernen die Kinder, wie sie den Händen unterschiedliche Klänge erzeugen können und Schritt für Schritt entsteht ein gemeinsamer Rhythmus, den die Gruppe zusammen spielt. Dabei erleben die Kinder Teamgeist, Selbstvertrauen und den Stolz, etwas Eigenes geschaffen zu haben - ein selbst gestaltetes Instrument und die ersten eigenen Beats darauf.

Jedes Kind benötigt ein Cajón, das über das Haus der Familie vor Ort bezogen werden kann.

Bitte mitbringen: Hausschuhe oder Rutschsocken, Getränk

262H306014	Mi., 01.04.2026, 14:00 – 16:30 Uhr
Leitung:	Bianca Kloth, Jugendbegleiterin Grundschule, Musik an & Kopf aus (e.V.)
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	25,- € zzgl. 15,- € Cajón

NEU



Siehe auch Kurs

„Gemeinsame Cajón-Zeit für Väter und Kids“ auf Seite 169



FERIEN



Die Welt der Hasen entdecken

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

In diesem Kurs dreht sich alles um kuscheligen Hasen. Gemeinsam entdecken wir, was Hasen brauchen, um sich wohlfühlen: Wie lebt ein Hase? Was frisst er gern? Und wie pflegt man sein weiches Fell? Die Kinder dürfen die Tiere streicheln, füttern und dabei beobachten, wie neugierig und freundlich die kleinen Langohren sind. Gemeinsam wird der Stall frisch gemacht. Anschließend sind wir kreativ: Jedes Kind bastelt seine eigene Hasentasche. In diesem Kurs entwickeln die Kinder Achtsamkeit, Empathie und Verantwortung im Umgang mit Tieren. Beim Basteln fördern sie ihre Kreativität, Feinmotorik und Selbstvertrauen.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Snack, Getränk

262H306004	Do., 02.04.2026, 9:30 – 12:30 Uhr
Leitung:	Marina Kissinger, Dipl. Agrar-Ingenieurin
Ort:	Schwaigern-Massenbach, Krainbachhof, Krainbachhöfe 3
Gebühr:	25,– €



FERIEN



Auf Zeitreise mit Sagenhelden und Fabelwesen

MUSEUMSWORKSHOP FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

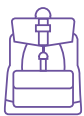
In diesem Workshop erkunden die Kinder das Museum auf spielerisch-fantasievoller Weise, sie tauchen in Fantasiewelten ein und hören von spannenden Geschichten über sagenhafte Heldinnen, Helden, Märchen- und Fabelwesen. Im Anschluss erschaffen die Kinder gemeinsam ein Fabelwesen und können ihrer Fantasie und Kreativität freien Lauf lassen beim Basteln einer Maske.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Snack, Getränk

262H306011	Do., 02.04.2026, 13:30 – 16:30 Uhr
Leitung:	Museum im Deutschhof, freie pädagogische Mitarbeiterin
Ort:	Heilbronn, Museum Deutschhof, Deutschhofstr. 6
Gebühr:	15,– €



Foto: Adobe Stock, Artem



FERIEN

Pfingstferien

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung

WORKSHOP FÜR KINDER VON 7 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON



In Gesprächen, Übungen und Rollenspielen lernen die Kinder durch eine qualifizierte und erfahrene Kursleitung viel über ihre Stärken, ihre Körpersprache und trainieren ein adäquates Verhalten in unangenehmen und schwierigen Situationen. Selbstbewusstes Auftreten, Stärke zeigen, miteinander sprechen und das Setzen von Grenzen, ohne andere klein zu machen und ohne leichtsinnig zu sein, stehen dabei im Vordergrund, ebenso einfache und wirkungsvolle Selbstverteidigungstechniken.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Sportschuhe, Snack und Getränk

262H307002	2 x Mo. + Di., 01.06. + 02.06.2026, 9:30 – 12:00 Uhr
262H307003	2 x Mo. + Di., 01.06. + 02.06.2026, 12:30 – 15:00 Uhr
Leitung:	Uschi Daub, Selbstbehauptungs-, Selbstverteidigungs- und Antigewalttrainerin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	50,- €



Weitere Informationen und Anmeldung über den QR-Code



FERIEN

Ponyfreuden – Ponypflege und Ausritt

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

Gemeinsam besuchen die Kinder Ponys auf dem Krainbachhof. Sie können die Tiere ausgiebig bürsten und streicheln. Die Ponys dürfen über Stangen und vorbei an Hütchen geführt werden und die Kinder machen Spiele mit ihnen. Anschließend wird der Stall sauber gemacht, Heu aufgefüllt und alle reiten gemeinsam spazieren. Ein tolles Erlebnis für kleine Ponyfans. Der Umgang mit den Ponys trägt dazu bei, dass die Kinder Verantwortung übernehmen, das Einfühlungsvermögen und das Vertrauen zu einem Tier werden gestärkt.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Fahrradhelm, Snack und Getränk

262H307006	Mo., 01.06.2026, 9:30 – 12:30 Uhr
Leitung:	Marina Kissinger, Dipl. Agrar-Ingenieurin
Ort:	Schwaigern-Massenbach, Krainbachhof, Krainbachhöfe 3
Gebühr:	30,- €

Farblabor – Magische Kunst im Dunkeln

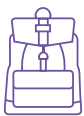
KREATIVWORKSHOP SCHWARZLICHT FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

In diesem Kreativworkshop tauchen die Kinder in die faszinierende Welt des Schwarzlichts. Sie gestalten gemeinsam mit speziellen Farben leuchtende Bilder und Figuren, die im Dunkeln geheimnisvoll leuchten. Durch gezielte Farb- und Kompositionstechniken entwickeln sie Kompetenzen hinsichtlich Farben, Materialien und kreativer Gestaltung. So werden die Kinder zu kleinen Künstlerinnen und Künstlern, wobei der Fokus auf Beobachtung, Experimentierfreude und reflektierter Bildsprache liegt.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Getränk

262H307012	Mo., 01.06.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Leitung:	Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	20,- € inkl. Materialkosten





FERIEN

Cajón-Werkstatt – Beats bauen und Musik erleben

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

NEU



Siehe auch Kurs
„Gemeinsame
Cajón-Zeit für Väter und
Kids“ auf Seite 169

In diesem Cajón-Workshop tauchen die Kinder in die Welt der Rhythmik ein. Unter der Anleitung eines erfahrenen Musikers und qualifizierten Musiklehrers entdecken sie, wie leicht man auf einem Cajón groovige Beats, einfache Grundrhythmen und erste kleine „Songs“ spielen kann. Bevor es musikalisch wird, startet der Kurs kreativ: Die Kinder gestalten ihr eigenes Cajón mit bunten Graffiti-Farben. Nach dem Gestalten geht es ans Trommeln: Mit viel Spaß lernen die Kinder, wie sie den Händen unterschiedliche Klänge erzeugen können und Schritt für Schritt entsteht ein gemeinsamer Rhythmus, den die Gruppe zusammen spielt. Dabei erleben die Kinder Teamgeist, Selbstvertrauen und den Stolz, etwas Eigenes geschaffen zu haben – ein selbst gestaltetes Instrument und die ersten eigenen Beats darauf.

Jedes Kind benötigt ein Cajón, das über das Haus der Familie vor Ort bezogen werden kann.

Bitte mitbringen: Hausschuhe oder Rutschsocken, Getränk

262H307014	Mo., 01.06.2026, 14:00 – 16:30 Uhr
Leitung:	Bianca Kloth, Jugendbegleiterin Grundschule, Musik an & Kopf aus (e.V.)
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	25,- € zzgl. 15,- € Cajón



Foto: Adobe Stock, Artstock



FERIEN

Bauernhoferlebnis – Bauernhof mit seinen Tieren erkunden

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

Die Kinder besuchen alle Tiere auf dem Krainbachhof. Sie können Ponys, Schafe, Ziegen, Hasen, Hühner und Kühe füttern und auch streicheln. Gemeinsam wird der Stall ausgemistet und mit Heu frisch gemacht. Hierbei erfahren sie viel über die Arbeit eines Landwirts und alles rund um die Milch. Der Umgang mit den Tieren trägt dazu bei, dass die Kinder Verantwortung übernehmen, das Einfühlungsvermögen und das Vertrauen zu einem Tier werden gestärkt.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Snack und Getränk

262H307007	Di., 02.06.2026, 9:30 – 12:30 Uhr
Leitung:	Marina Kissinger, Dipl. Agrar-Ingenieurin
Ort:	Schwaigern-Massenbach, Krainbachhof, Krainbachhöfe 3
Gebühr:	25,- €

Besuch beim Imker

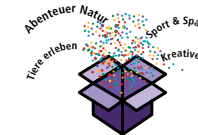
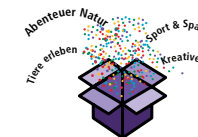
FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

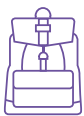
An diesem Nachmittag können sich die Kinder den Bienen praktisch und sinnlich nähern. Bei den Bienenstöcken der Bioland-Imkerei Rosen lernen Sie den Organismus Biene mit Arbeiterinnen, Drohnen, Königin und deren geheimnisvolles Zusammenleben kennen. Sie erfahren einiges über die Lebensweise der Bienen im Jahreslauf und erfahren, weshalb die Bienen für unsere Erde so elementar wichtig sind. Es darf gerochen, gefühlt, geschleckt und gestaunt werden.

Treffpunkt: Bienenstand, 74081 Heilbronn-Sontheim

Bitte mitbringen: Kopfbedeckung, Getränk

262H307001	Di., 02.06.2026, 14:00 – 16:00 Uhr
Leitung:	Hans Rosen, Imkermeister
Ort:	Heilbronn-Sontheim, Bienenstand
Gebühr:	20,- €





FERIEN

Kreatives Gestalten – Makramee-Anhänger

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

NEU



Dieser Workshop bietet einen kreativen und bunten Einstieg in die Welt des Makramees. Er umfasst eine Einführung in Makramee, bei der Materialien und Grundprinzipien erklärt werden, sowie die Auswahl von Garn, Perlen und Verschlüssen. Die Kinder lernen einfache Knotenarten, arbeiten selbstständig am Design und fertigen ihren eigenen Anhänger an. Das Fertigen von Makramee-Anhängern stärkt die Feinmotorik und Kreativität, fördert die Konzentration und das selbstständige Arbeiten. Ein Workshop für Jungen und Mädchen gleichermaßen.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Getränk

262H307013	Di., 02.06.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Leitung:	Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	20,- € inkl. Materialkosten



FERIEN

Abenteuer Wildnis – Survival im Wald

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON



In unserem waldpädagogischen Angebot können die Kinder in die Natur eintauchen und den Wald entdecken, verbunden mit kreativem Gestalten und Spielen. Gemeinsam mit einer erfahrenen Waldpädagogin lernen sie Feuermachen ohne Streichholz, gehen auf Nahrungssuche und bereiten diese zu. Sie erfahren, wie man sich mit und ohne Kompass orientieren kann und einen Unterschlupf baut. Der Wald schafft eine besondere Umgebung, in der Kinder lernen, ihre Umwelt zu schätzen. In einer zunehmend digitalen Welt bleibt der Wald ein wichtiger Ort, an dem Kinder nachhaltige und kreative Erfahrungen sammeln können.

Bitte mitbringen: Feste warme Schuhe, dem Wetter entsprechende Kleidung, die schmutzig werden darf. Getränk, Snack und Sitzkissen

262H307004	Mi., 03.06.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
262H307005	Mi., 03.06.2026, 13:30 – 16:30 Uhr
Leitung:	Regina Federolf-Kuch, Naturpädagogin, Begleitperson Haus der Familie
Ort:	Heilbronn, Gaffenberg, Treffpunkt Gaffenberg-Parkplatz
Gebühr:	35,- €



FERIEN



Alpakas hautnah erleben

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

Bei dem Besuch auf dem Alpakahof Nester können Kinder Alpakas, eine südamerikanische kleine Kamelart, hautnah erleben und die Tiere genau kennenlernen. Bei den liebevollen, ruhigen Alpakas mit ihren großen Kulleraugen schlagen die Kinderherzen höher. Gemeinsam werden die Tiere versorgt und es gibt tolle Aufgaben für jeden. Der Umgang mit den Tieren trägt dazu bei, dass die Kinder Verantwortung übernehmen, das Einfühlungsvermögen und das Vertrauen zu einem Tier werden gestärkt.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Snack, Getränk

262H307008	Mi., 03.06.2026, 9:30 – 12:30 Uhr
Leitung:	Diana Nester, Fachkraft für tiergestützte Therapie
Ort:	Heilbronn, Alpakahof Nester, Bruhweg 26
Gebühr:	30,- €

Besuch bei der Feuerwehr

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

Die Kinder lernen die Feuerwehr in Heilbronn kennen. Sie besichtigen ein Feuerwehrauto, die Notrufleitzentrale und den Schlauchturm, hierzu gehören natürlich Blaulicht, Wasserschlänge, Schutzkleidung und vieles mehr. Sie erfahren welche Aufgaben die Feuerwehr hat und wie die Feuerwehr ein Feuer löscht. Zudem lernen die Kinder einiges zum Thema Brandschutz, eigenes Verhalten im Brandfall und wie sie einen Notruf absetzen.

Bitte mitbringen: Dem Wetter angepasste Kleidung, feste Schuhe, Snack, Getränk

262H307009	Mi., 03.06.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Leitung:	Feuerwehr Heilbronn, Christian Stolz, Oberbrandmeister
Ort:	74074 Heilbronn, Feuerwehr Heilbronn, Beethovenstr. 29
Gebühr:	15,- €



FERIEN

NEU



Siehe auch Kurs
„Bogenschießen mit Papa“ auf Seite 165

Intuitives Bogenschießen

FÜR KINDER VON 10 BIS 12 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

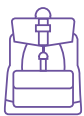
In diesem Workshop erleben die Kinder Bogenschießen als eine ruhige, konzentrierte und trotzdem kraftvolle Bewegung. Mit einem erfahrenen Coach entdecken sie, dass man auch ohne genaues Zielen treffen kann – wenn man entspannt, ruhig atmet und auf sein Gefühl hört. Schritt für Schritt entsteht ein natürlicher Bewegungsfluss, der den Kopf zur Ruhe kommen lässt und den Körper leitet. Intuitives Bogenschießen ist eine einfache, ursprüngliche Art zu schießen ohne komplizierte Technik und ohne Leistungsdruck. Die Kinder lernen, ihrem Körpergefühl und ihrem eigenen Rhythmus zu vertrauen. Dabei stehen Achtsamkeit, Ruhe und das Miteinander im Mittelpunkt. Der Workshop eignet sich für alle Neugierigen, Anfänger und Wiedereinsteiger, die gemeinsam mit anderen Kindern etwas Neues ausprobieren möchten.

Bitte mitbringen: Snack, Getränk, Sonnenschutz

262H307010	Fr., 05.06.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
Leitung:	Andreas Armin Schneider, Ausgebildeter Bogensportleiter (DFVB)
Ort:	Lehensteinsfeld, Schützenhaus, Frauenzimmer 1
Gebühr:	40,- €



Foto: AdobeStock.com / Running opossum



FERIEN



Farbensammler unterwegs – Farben entdecken, mischen und malen

MUSEUMSWORKSHOP FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

In den Gemälden der Sammlung im Museum im Deutschhof gibt es viele Farben zu entdecken. Wie werden sie bezeichnet und wo finden wir diese in unserem Alltag? Was passiert, wenn wir sie miteinander vermischen? Die Kinder dürfen in den Kunstwerken nach Farben suchen, lernen Grundfarben und Mischfarben kennen. Im Atelier des Museums dürfen sie selbst aktiv werden und mit Spachtel und Farben kleine Kunstwerke herstellen.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Getränk

262H307011	Fr., 05.06.2026, 13:30 – 16:30 Uhr
Leitung:	Museum im Deutschhof, pädagogische, freie Mitarbeiterin
Ort:	Heilbronn, Museum Deutschhof, Deutschhofstr. 6
Gebühr:	15,- €



Foto: Adobe Stock, Robert Kneitschke



FERIEN



Sommerferien
Selbstbehauptung und Selbstverteidigung

WORKSHOP FÜR KINDER VON 7 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

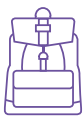
In Gesprächen, Übungen und Rollenspielen lernen die Kinder durch eine qualifizierte und erfahrene Kursleitung viel über ihre Stärken, ihre Körpersprache und trainieren ein adäquates Verhalten in unangenehmen und schwierigen Situationen. Selbstbewusstes Auftreten, Stärke zeigen, miteinander sprechen und das Setzen von Grenzen, ohne andere klein zu machen und ohne leichtsinnig zu sein, stehen dabei im Vordergrund, ebenso einfache und wirkungsvolle Selbstverteidigungstechniken.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Sportschuhe, Snack und Getränk

262H308002	2 x Mo. + Di., 07.09. + 08.09.2026, 9:30 – 12:00 Uhr
262H308003	2 x Mo. + Di., 07.09. + 08.09.2026, 12:30 – 15:00 Uhr
Leitung:	Uschi Daub, Selbstbehauptungs-, Selbstverteidigungs- und Antigewalttrainerin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	50,- €

Weitere Informationen und Anmeldung über den QR-Code





FERIEN

Bastelwerkstatt – Tierbilder gestalten

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

NEU



Ob kuschelige Katze, wilder Löwe oder flinke Maus, in diesem Kurs dreht sich alles um unsere Lieblingstiere. Gemeinsam entdecken wir spielerisch, wie man Tiere Schritt für Schritt zeichnet und ihnen mit Farbe, Form und Ausdruck Leben einhaucht. Nach einem kreativen Einstieg mit Zeichenübungen lernen wir verschiedene Techniken kennen: Wie entstehen Fellstrukturen, Bewegungen oder Gesichtsausdrücke? Mit Bleistift, Filz- und Buntstiften probieren wir vieles aus und üben, genau hinzuschauen. Wer möchte, kann eigene Tierfotos oder Kuscheltiere als Vorlage mitbringen. Am Ende nimmt jedes Kind ein persönliches Kunstwerk mit nach Hause – voller Fantasie, Farbe und tierischer Kreativität!

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Snack, Getränk

262H308010	Mo., 07.09.2026, 9:00 – 12:00 Uhr
Leitung:	Rahel Kucharski, Puppenspielerin, Wirtschaftsinformatikerin (M.A.)
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1
Gebühr:	35,- € inkl. Materialkosten

Abenteuer Klettern – Indoor-Klettererlebnis

FÜR KINDER AB 8 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

In diesem dreitägigen Kompaktkurs können die Kinder unter Anleitung eines Trainers und gut gesichert die Faszination des Klettersports bis auf 18 Meter Höhe erlernen. Wer Freude am Klettern hat, wird an den Kletterwänden der Kletterarena ebenfalls jede Menge Spaß haben. Insgesamt trägt das Klettern dazu bei, dass Kinder ihre körperlichen und geistigen Fähigkeiten weiterentwickeln, ihre sozialen Kompetenzen ausbauen und ihre Selbstwahrnehmung stärken.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Hallenturnschuhe, Snack, Getränk

Siehe auch Kurs

„Vater-Kind-Adventure“ auf Seite 168

262H308008	3 x Mo.–Mi., 07.09. – 09.09.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
Leitung:	Sektion HN des Deutschen Alpenvereins e.V.
Ort:	Heilbronn, Die Kletterarena, Lichtenbergerstraße 17
Gebühr:	70,- € inkl. Eintritt u. Leihgebühren für Ausrüstung



FERIEN

Farblabor – Welche Farbe entsteht, wenn man Rot, Blau und Gelb mischt?

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

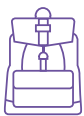


In abwechslungsreichen Experimenten können die Kinder ihrer Fantasie freien Lauf lassen und selbstständig mit Wasserfarben, Pinseln und anderen Materialien arbeiten. Spielerisch erforschen sie dabei das Farbspektrum: Grundfarben, Mischfarben und Komplementärfarben werden anschaulich entdeckt und erlebt. Der Workshop stärkt die kleinen Forscher und Künstler in ihrer Eigeninitiative, ihrem Selbstvertrauen sowie in ihrer Fein- und Grobmotorik und natürlich in ihrer Kreativität. Gleichzeitig lernen die Kinder ihre Lieblingsfarben kennen und entwickeln im Austausch miteinander soziale Kompetenzen.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Snack, Getränk

262H308013	Mo., 07.09.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Leitung:	Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	20,- €





FERIEN



Besuch bei der Feuerwehr

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

Die Kinder lernen die Feuerwehr in Heilbronn kennen. Sie besichtigen ein Feuerwehrauto, die Notrufleitzentrale und den Schlauchturm, hierzu gehören natürlich Blaulicht, Wasserschlänge, Schutzkleidung und vieles mehr. Sie erfahren welche Aufgaben die Feuerwehr hat und wie die Feuerwehr ein Feuer löscht. Zudem lernen die Kinder einiges zum Thema Brandschutz, eigenes Verhalten im Brandfall und wie sie einen Notruf absetzen.

Bitte mitbringen: Dem Wetter angepasste Kleidung, feste Schuhe, Snack, Getränk

262H308006	Di., 08.09.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Leitung:	Feuerwehr Heilbronn, Christian Stolz, Oberbrandmeister
Ort:	74074 Heilbronn, Feuerwehr Heilbronn, Beethovenstr. 29
Gebühr:	15,- €



Foto: AdobeStock.com/ Sina Eitner



FERIEN



Forscherwerkstatt Klima – auf Entdeckungsreise mit Eisbär Balu

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

Was ist eigentlich Klima - und wie unterscheidet es sich vom Wetter? Warum verändert sich das Klima, und was bedeutet das für Tiere wie den Eisbären? In diesem kreativen Mitmach-Workshop gehen Kinder gemeinsam mit Eisbär Balu auf eine spannende Entdeckungsreise in die Arktis. Sie erfahren spielerisch, wie sich Balus Lebensraum durch den Klimawandel verändert - und was das mit ihnen zu tun hat. Durch Experimente, Spiele und kreative Aktionen erforschen die Kinder, warum Klimaschutz so wichtig ist und erfahren, was jede und jeder Einzelne tun kann, um das Klima zu schützen. Sie entwickeln ein Verständnis für ökologische Zusammenhänge und lernen, Verantwortung für die Umwelt zu übernehmen.

Bitte mitbringen: Snack, Getränk

262H308011	Di., 08.09.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Leitung:	Energieagentur Heilbronn, Jeannine Liebhard, Referentin für Klimaschutz und Öffentlichkeitsarbeit
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1
Gebühr:	15,- €

Alpakas hautnah erleben

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

Bei dem Besuch auf dem Alpakahof Nester können Kinder Alpakas, eine südamerikanische kleine Kamelart, hautnah erleben und die Tiere genau kennenlernen. Bei den liebevollen, ruhigen Alpakas mit ihren großen Kulleraugen schlagen die Kinderherzen höher. Gemeinsam werden die Tiere versorgt und es gibt tolle Aufgaben für jeden. Der Umgang mit den Tieren trägt dazu bei, dass die Kinder Verantwortung übernehmen, das Einfühlungsvermögen und das Vertrauen zu einem Tier werden gestärkt.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Snack, Getränk

262H308001	Mi., 09.09.2026, 9:30 – 12:30 Uhr
Leitung:	Diana Nester, Fachkraft für tiergestützte Therapie
Ort:	Heilbronn, Alpakahof Nester, Bruhweg 26
Gebühr:	30,- €





FERIEN

Cajón-Werkstatt – Beats bauen & Musik erleben

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

NEU



Siehe auch Kurs
„Gemeinsame
Cajón-Zeit für Väter und
Kids“ auf Seite 169

In diesem Cajón-Workshop tauchen die Kinder in die Welt der Rhythmik ein. Unter der Anleitung eines erfahrenen Musikers und qualifizierten Musiklehrers entdecken sie, wie leicht man auf einem Cajón groovige Beats, einfache Grundrhythmen und erste kleine „Songs“ spielen kann. Bevor es musikalisch wird, startet der Kurs kreativ: Die Kinder gestalten ihr eigenes Cajón mit bunten Graffiti-Farben. Nach dem Gestalten geht es ans Trommeln: Mit viel Spaß lernen die Kinder, wie sie den Händen unterschiedliche Klänge erzeugen können und Schritt für Schritt entsteht ein gemeinsamer Rhythmus, den die Gruppe zusammen spielt. Dabei erleben die Kinder Teamgeist, Selbstvertrauen und den Stolz, etwas Eigenes geschaffen zu haben – ein selbst gestaltetes Instrument und die ersten eigenen Beats darauf.

Jedes Kind benötigt ein Cajón, das über das Haus der Familie vor Ort bezogen werden kann.

Bitte mitbringen: Hausschuhe oder Rutschsocken, Getränk

262H308016	Mi., 09.09.2026, 10:00 – 12:30 Uhr
Leitung:	Bianca Kloth, Jugendbegleiterin Grundschule, Musik an & Kopf aus (e.V.)
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	25,- € zzgl. 15,- € Cajón

Besuch einer ASB Rettungswache

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

Die Kinder besichtigen eine Rettungswache, erfahren wie ein Rettungswagen von innen aussieht und was sich alles im Notfallfahrzeug befindet. Danach dürfen sie in der Fahrerkabine sitzen und sich vorstellen, wie es ist, wenn der Wagen mit Blaulicht zu Rettungseinsätzen fährt. Zudem lernen die Kinder, wie sie sich in Notfallsituationen verhalten müssen. Sie lernen, wann sie Hilfe benötigen und wie ein Notruf abgesetzt wird.

Bitte mitbringen: Getränk

262H308007	Mi., 09.09.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Leitung:	Roland Schmitt, Notfall- und Sanitätsausbilder, Mentor, PSNV-Peer
Ort:	Heilbronn, ASB, Rettungswache 3, Böllinger Str. 75
Gebühr:	15,- €

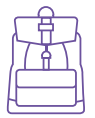
Blaulicht-Helden: Feuerwehr, Polizei, Rettungsdienst und THW

MITMACH-AUSSTELLUNG IM MUSEUM NECKARSULM FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

Die Kinder tauchen ein in die spannende Welt der Blaulicht-Helden: Feuerwehr, Polizei, Rettungsdienst und THW. In der museumspädagogischen Ausstellung entdecken und erleben die Kinder in Mitmachstationen und einem begehbaren Bilderbuch die Blaulichtberufe, sie bekommen spielerisch Wissen vermittelt mit viel Action, Spaß und Abenteuer. Gleichzeitig erfahren sie, wie wichtig diese Berufe in unserer Gesellschaft sind – es geht hier nicht nur um schnelle Hilfe, sondern auch um Werte wie Verantwortung, Hilfsbereitschaft und Teamgeist.

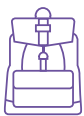
Treffpunkt: Stadtmuseum Neckarsulm, Foyer

262H308012	Do., 10.09.2026, 9:30 – 12:00 Uhr
Leitung:	Stadtmuseum Neckarsulm, Katja Amend, Museumspädagogin
Ort:	Neckarsulm, Stadtmuseum, Urbanstr. 14
Gebühr:	15,- €



FERIEN





FERIEN

Intuitives Bogenschießen

FÜR KINDER VON 10 BIS 12 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

NEU



Siehe auch Kurs
„Bogenschießen mit
Papa“ auf Seite 165

In diesem Workshop erleben die Kinder Bogenschießen als eine ruhige, konzentrierte und trotzdem kraftvolle Bewegung. Mit einem erfahrenen Coach entdecken sie, dass man auch ohne genaues Zielen treffen kann - wenn man entspannt, ruhig atmet und auf sein Gefühl hört. Schritt für Schritt entsteht ein natürlicher Bewegungsfluss, der den Kopf zur Ruhe kommen lässt und den Körper leitet. Intuitives Bogenschießen ist eine einfache, ursprüngliche Art zu schießen ohne komplizierte Technik und ohne Leistungsdruck. Die Kinder lernen, ihrem Körpergefühl und ihrem eigenen Rhythmus zu vertrauen. Dabei stehen Achtsamkeit, Ruhe und das Miteinander im Mittelpunkt. Der Workshop eignet sich für alle Neugierigen, Anfänger und Wiedereinsteiger, die gemeinsam mit anderen Kindern etwas Neues ausprobieren möchten.

262H308009	Do., 10.09.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
Leitung:	Andreas Armin Schneider, Ausgebildeter Bogensportleiter (DFVB)
Ort:	Lehensteinsfeld, Schützenhaus, Frauenzimmer 1
Gebühr:	40,- €

Wie funktionieren Roboter und wie werden sie programmiert?

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

In diesem spielerischen Kurs entdecken Kinder, wie Roboter „denken“, was sie brauchen um zu funktionieren und wie man ihnen Schritt für Schritt Aufgaben beibringt - ganz ohne Tablet oder Bildschirm. Mit kindgerechten Robotern planen sie Wege, geben Befehle, probieren aus und verbessern gemeinsam ihre Ideen. Ganz nebenbei entwickeln die Kinder wichtige Zukunftskompetenzen: logisches und planvolles Denken, Problemlösefreude, Teamarbeit und frühe Begeisterung für Technik - ein erster und wichtiger Schritt in Richtung digitale Kompetenz.

Der Kurs wird von der Bildungsinitiative ROKI - Robotic4Kids durchgeführt.

Bitte mitbringen: Hausschuhe oder Rutschsocken, Getränk

262H308015	2 x Do. + Fr., 10.09. + 11.09.2026, 13:30 – 16:00 Uhr
Leitung:	Diana & Joachim Ross, Dozenten für Coding und Robotik ab dem Vorschulalter, ROKI - Robotic4Kids
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	60,- €



FERIEN

NEU





FERIEN

Kreatives Gestalten – Makramee-Anhänger

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

NEU



Dieser Workshop bietet einen kreativen und bunten Einstieg in die Welt des Makramees. Er umfasst eine Einführung in Makramee, bei der Materialien und Grundprinzipien erklärt werden, sowie die Auswahl von Garn, Perlen und Verschlüssen. Die Kinder lernen einfache Knotenarten, arbeiten selbstständig am Design und fertigen ihren eigenen Anhänger an. Das Fertigen von Makramee-Anhängern stärkt die Feinmotorik und Kreativität, fördert die Konzentration und das selbstständige Arbeiten. Ein Workshop für Jungen und Mädchen gleichermaßen.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf, Snack, Getränk

262H308014	Do., 10.09.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Leitung:	Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	20,- € inkl. Materialkosten

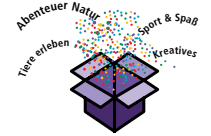
Abenteuer Wildnis – Survival im Wald

FÜR KINDER VON 6 BIS 10 JAHREN OHNE BEGLEITPERSON

In unserem waldpädagogischen Angebot können die Kinder in die Natur eintauchen und den Wald entdecken, verbunden mit kreativem Gestalten und Spielen. Gemeinsam mit einer erfahrenen Waldpädagogin lernen sie Feuermachen ohne Streichholz, gehen auf Nahrungssuche und bereiten diese zu. Sie erfahren, wie man sich mit und ohne Kompass orientieren kann und einen Unterschlupf baut. Der Wald schafft eine besondere Umgebung, in der Kinder lernen, ihre Umwelt zu schätzen. In einer zunehmend digitalen Welt bleibt der Wald ein wichtiger Ort, an dem Kinder nachhaltige und kreative Erfahrungen sammeln können.

Bitte mitbringen: Feste warme Schuhe, dem Wetter entsprechende Kleidung, die schmutzig werden darf. Getränk, Snack und Sitzkissen

262H308004	Fr., 11.09.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
262H308005	Fr., 11.09.2026, 13:30 – 16:30 Uhr
Leitung:	Regina Federolf-Kuch, Naturpädagogin
Ort:	Heilbronn, Gaffenberg, Treffpunkt Gaffenberg-parkplatz
Gebühr:	35,- €



FERIEN

Mit Spaß in die Ferien!

Ganztägige Ferienbetreuungsangebote
für Kinder von 6 bis 12 Jahren



Foto: Nico Kurth

Sie brauchen Planungssicherheit? Wir haben die Antwort und unterstützen Sie!

Auf Ihr Kind warten spannende Themenwochen, in denen garantiert keine Langeweile aufkommt.

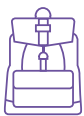
In der Kursgebühr enthalten sind:

- › Betreuung durch pädagogisch geschultes Personal
- › Mittagessen, Getränke und Snacks
- › Materialien/Tickets für die Durchführung der Programme
- › Betreuungszeit von 07.30 – 17.00 Uhr

Ferien	Datum
Neu: FlexWoche Faschingsferien	Montag bis Freitag 16.02.2026 bis 20.02.2026
Osterferien Gemeinschaftsprojekt von Haus der Familie, aim und experimenta	Dienstag bis Freitag 07.04.2026 bis 10.04.2026
Pfingstferien Waldwoche auf dem Gaffenberg	Dienstag bis Freitag 26.05.2026 bis 29.05.2026
Sommerferien	Montag bis Freitag 03.08.2026 bis 07.08.2026 10.08.2026 bis 14.08.2026 31.08.2026 bis 04.09.2026 07.09.2026 bis 11.09.2026
Herbstferien Gemeinschaftsprojekt von Haus der Familie, aim und experimenta	Montag bis Freitag 26.10.2026 bis 30.10.2026

Anmeldung unter www.hdf-hn.de
oder direkt über den QR-Code.





Mit Spaß in die Osterferien!

Ein Gemeinschaftsprojekt von:



Erneut haben sich drei von der Dieter Schwarz Stiftung geförderte Institutionen zusammengeschlossen und ein abwechslungsreiches Ferienprogramm gestaltet. Haus der Familie, aim und experimenta haben ihre pädagogische Expertise gebündelt und ein spannendes Angebot für Kinder von 6-12 Jahren entwickelt.

Nachhaltigkeit erleben – aktiv, kreativ, forschend

GANZTÄGIGE FERIENBETREUUNG FÜR KINDER VON 6 BIS 12 JAHREN

Die Kinder erleben in dieser Woche, wie vielfältig Nachhaltigkeit sein kann. Wir starten mit einem großen Outdoor-Tag, bei dem Natur, Abenteuer und Teamgeist im Mittelpunkt stehen. Danach geht es abwechslungsreich weiter: Beim Parkour lernen die Kinder Hindernisse spielerisch zu überwinden, durch Upcycling wird Altes kreativ in neue Schätze verwandelt und im Improtheater heißt es Bühne frei für Fantasie und Spontaneität. Unter dem Motto „Forschen statt Wegwerfen“ wird experimentiert und getüftelt, sodass Neugier und Nachhaltigkeit Hand in Hand gehen. Diese Ferienwoche wird zu einer Zeit voller Bewegung, Kreativität und Entdeckungen, die unvergesslich bleibt.

262H306050	5 x Di. bis Fr., 26.05. – 29.05.2026, 7.30 – 17.00 Uhr
Leitung:	Mandy Berthold, Kunsttherapeutin und Kinderyogalehrerin
Ort:	Gaffenberg-Gelände, Heilbronn
Gebühr:	120,- € pro Kind 90,- € pro Kind für Familien mit Familienpass des Landes Baden Württemberg oder der Stadt Heilbronn (Nachweis erforderlich)

Weitere Informationen und Anmeldung über den QR-Code

Eine Initiative der  DIETER SCHWARZ STIFTUNG



Mit Spaß in die Pfingstferien!

Magisches Waldabenteuer

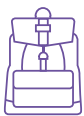
GANZTÄGIGE FERIENBETREUUNG FÜR KINDER VON 6 BIS 12 JAHREN

Auf dem Gaffenberg erleben die Kinder eine zauberhafte Woche, in der sie versteckte Spuren verfolgen und fantasievolle Tiere aus Naturmaterialien erschaffen. Von geheimnisvollen Schatzsuchen über funkelnde Zaubertränke bis hin zu magischen Stäben erleben sie jeden Tag neue Abenteuer. Kreative Bastelaktionen, Waldspiele, Experimente und spannende Herausforderungen wecken die Fantasie.

262H307051	4 x Di. bis Fr., 26.05. – 29.05.2026, 7.30 – 17.00 Uhr
Leitung:	Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin
Ort:	Gaffenberg-Gelände, Heilbronn
Gebühr:	140,- €

Weitere Informationen und Anmeldung über den QR-Code





FERIEN

Mit Spaß in die Sommerferien!

Kreativ, bunt & voller Ideen

GANZTÄGIGE FERIENBETREUUNG FÜR KINDER VON 6 BIS 12 JAHREN

In dieser Ferienwoche dreht sich alles um Farbe, Fantasie und gute Laune! Gemeinsam gestalten die Kinder kleine Kunstwerke, batiken bunte T-Shirts, basteln kreative Papierflieger und probieren verschiedene Maltechniken aus. Dabei fördern wir spielerisch Kreativität und Ausdrucksfähigkeit. Auch Bewegung und gemeinsame Erlebnisse kommen nicht zu kurz – auf dem großen Spielplatz in Horkheim oder bei sommerlichen Bewegungsspielen im Freien.

262H306051 5 x Di. bis Fr., 03.08. – 07.08.2026, 7.30 – 17.00 Uhr

Leitung: Thomas Fritsche, Schauspieler und Theaterpädagoge

Ort: Heilbronn, Gemeindezentrum Heilig Geist,
Heilbronner Weg 17

Gebühr: 199,– €

Natur, Abenteuer & Entdeckungen

GANZTÄGIGE FERIENBETREUUNG FÜR KINDER VON 6 BIS 12 JAHREN

In dieser Woche heißt es: raus in die Natur und rein ins Abenteuer! Gemeinsam entdecken wir die Tierwelt beim Besuch des Fischmobils. Wir erforschen mit Becherlupen, was im Gras und am Wasser lebt, und lassen riesige Seifenblasen in die Sommerluft steigen. Außerdem steht eine geheimnisvolle Schatzsuche in Horkheim auf dem Programm. So wird eine Woche voller Bewegung, Naturerlebnisse und Forschen zu einem unvergesslichen Sommerhighlight.

262H308052 5 x Mo., 10.08. – 14.08.2026, 8:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Thomas Fritsche, Schauspieler und Theaterpädagoge

Ort: Heilbronn, Gemeindezentrum Heilig Geist,
Heilbronner Weg 17

Gebühr: 199,– €



Weitere Informationen und Anmeldung über den QR-Code



FERIEN

Experimentieren und Probieren – Eine Woche voller Entdeckungen!

GANZTÄGIGE FERIENBETREUUNG FÜR KINDER VON 6 BIS 12 JAHREN

In dieser Woche wird geforscht, getestet und gestaunt! Die Kinder bauen Miniaturlabyrinthe und testen außergewöhnliche Instrumente wie Didgeridoo oder Cajon und machen spannende Experimente rund um Farben, Luft und Naturphänomene. Bewegung und Spiel stehen ebenfalls auf dem Programm. Bei der großen Forscher-Rallye zum Wochenabschluss zeigen die Kinder, was sie gelernt haben und gehen gemeinsam auf Entdecker-Tour durch Rätsel, Hinweise und kleine Challenges. Eine ganze Woche voller Neugier, Kreativität und Spaß am Ausprobieren!

262H306053 5 x Di. bis Fr., 31.08. – 04.09.2026, 7.30 – 17.00 Uhr

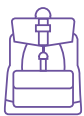
Leitung: Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin,
Kunsttherapeutin

Ort: Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C

Gebühr: 199,– €



Foto: AdobeStock.com/Lupinetta



FERIEN

Superkräfte und Rekorde

GANZTÄGIGE FERIENBETREUUNG FÜR KINDER VON 6 BIS 12 JAHREN

In dieser Ferienfreizeit dreht sich alles um die spannendsten Weltrekorde aus Sport, Kunst und Natur – wir lernen dabei spielerisch Zahlen, Messungen und Naturphänomene kennen, probieren Bewegungsrekorde aus, bauen Türme und Brücken, gestalten kreative Kunstwerke und Superhelden-Umhänge und erleben lustige Rekorde live. Jeden Tag warten neue Herausforderungen und spannende Ideen, bei denen alle mitmachen, staunen und ihre eigenen Talente entdecken können!

262H306054	5 x Di. bis Fr., 31.08. – 04.09.2026, 7.30 – 17.00 Uhr
Leitung:	Mandy Berthold, Kunst-Therapeutin und Kinderyogalehrerin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	199,- €



Foto: AdobeStock.com/Julias

KOMPETENZEN STÄRKEN, ZUKUNFT GESTALTEN!

Mit unseren Bildungsangeboten unterstützen wir Kinder und Jugendliche dabei, ihre Stärken zu entdecken – von Ferienkursen bis zur Kinderuni.

→ JUNIORAKADEMIE

Stärkt die Selbstkompetenz, verbessert die Kommunikationsfertigkeiten und vermittelt wichtige Zukunftskompetenzen.

→ KINDERUNI

Spannende Vorlesungen zu vielfältigen Themen mit echten Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern.

→ FERIENAKADEMIEN

Kreative Aktivitäten wie Improtheater, Werken oder Filmschnitt am iPad ermöglichen es Kindern, im Handumdrehen Neues zu lernen.

Und vieles mehr!



**JETZT REINKLICKEN FÜR
AKTUELLE INFOS ODER
DIREKT FOLGEN!**





vorträge
gesund – fit
 nähen backen **kreativ**
 bewegen entspannen



Foto: Adobe Stock, Antonigullien

Zeit für sich selbst und ganzheitlich gesund bleiben

Im turbulenten Familienalltag ist es nicht immer einfach, sich selbst und das persönliche Wohlbefinden im Blick zu haben. Genau darum haben wir im Bereich „Gesund – Fit – Kreativ“ Kurse und Vorträge zu Gesundheitsbildung zusammengestellt, die Ihnen fundierten thematischen Input zu Achtsamkeit,

Ernährung, Bewegung, psychische Gesundheit sowie weiteren aktuellen gesellschaftlichen Entwicklungen geben. Mit ganzheitlicher Gesundheitsförderung und Prävention stärken Sie Ihre eigenen Ressourcen und sind gut gerüstet für die Herausforderungen des Familienalltags.

Die Kursinhalte werden von unseren qualifizierten Dozentinnen und Dozenten an die aktuellen gesellschaftlichen Entwicklungen angepasst und orientieren sich am Bildungs- und Qualitätsverständnis unseres Leitbilds.

Inhaltsverzeichnis

Informationen und Vorträge	248
Körpererfahrung und Entspannung	254
Fitness und Bewegung	255
Kreatives Gestalten	257

Neu im Programm

Ernährungs- bildung

Familientauglich,
regional, zukunfts-
orientiert



Foto: KI-generiert

Wir zeigen, wie sich gesunde und nachhaltige Ernährung im Alltag umsetzen lässt. Von regionalen, familientauglichen Ideen bis zur Planetary Health Diet.

Weitere Infos
ab Seite 247



Essen gibt Halt – Warum Mahlzeiten viel mehr sind als nur satt werden

NEU

Kinder erleben große Gefühle - Freude, Frust, Wut und Tränen liegen oft nah beieinander. Doch Ernährung spielt eine entscheidende Rolle dabei, wie gut sie mit diesen Emotionen umgehen können. In diesem Workshop zeigen wir, welche Nährstoffe das emotionale Gleichgewicht unterstützen, warum Stimmungsschwankungen oft mit dem Teller zusammenhängen, und wie Sie mit einfachen, kindgerechten Mahlzeiten mehr innere Stärke und Alltagsharmonie fördern können. Nach einem kurzen, verständlichen Einblick in das Thema Ernährung bereiten wir gemeinsam unkomplizierte, nährstoffreiche Gerichte zu, die Kindern schmecken, Eltern entlasten und das Miteinander am Tisch wieder leichter und schöner machen.

262H401003	Mi., 04.03.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
Leitung:	Simone Weiß, Gesundheitscoach für Ernährung & Psyche
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	20,- € inkl. Lebensmittelkosten

Gesunde Snacks für Kids und Eltern – Wichtige Energielieferanten für Zwischendurch

Zwischen Kita, Schule und Nachmittagstrudel ist der kleine Hunger oft groß und die Versuchung nach schnellen, ungesunden Snacks noch größer. In diesem Workshop zeigen wir Ihnen, wie es besser geht: Mit einfachen, leckeren und bunten Snacks, die Kindern schmecken und gleichzeitig wichtige Vitamine, Eiweiße und Mineralstoffe liefern. Wir starten mit einem kurzen Theorieteil rund um die nährstoffreiche Versorgung von Kindern und werden dann direkt kreativ: Es wird geschnippelt, gemixt und probiert.

262H401002	Di., 24.03.2026, 18:00 – 20:00 Uhr
Leitung:	Simone Weiß, Gesundheitscoach für Ernährung & Psyche
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	20,- € inkl. Lebensmittelkosten



Wildkräuterspaziergang – Nutzen heimischer Wildkräuter entdecken

Bei einem Spaziergang durch den Ziegeleipark erhalten die Teilnehmenden viele interessante Informationen über heimische Wildpflanzen. Eine Kräuterpädagogin zeigt, wie man die wichtigsten Wildkräuter sicher erkennt, welche davon genutzt werden können und welche essbar sind. Sie erklärt ausführlich die Inhaltsstoffe, die traditionelle Verwendung und Wirkung der Pflanzen sowie Möglichkeiten, sie heute in der Küche zu verwenden und in alltägliche Mahlzeiten zu integrieren.

Treffpunkt: Ziegeleipark, Parkplatz, Heuchelbergstraße 94

262H401001	Sa., 25.04.2026, 11:00 – 13:00 Uhr
Leitung:	Daniela Somers, Gärtnerin, Kräuterpädagogin
Ort:	Heilbronn, Ziegeleipark Parkplatz, Heuchelbergerstr. 94
Gebühr:	15,- €



Foto: Adonis Stock, Susan Baurbach

Ernährungsbildung

Gefördert durch das Ministerium für Ernährung, Ländlicher Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg im Rahmen des Projekts „Ernährungsbildung für Familien und Erwachsene in Baden-Württemberg“.

Regionalität mühelos mit dem Familienleben vereinbaren – LIVE ONLINE

In diesem Vortrag erfahren Sie, warum kurze Wege nicht nur Umwelt und Geschmack zugutekommen, sondern auch eine wertvolle Lernerfahrung für Kinder sein können. Sie erhalten praktische Tipps, wie Familien mit saisonalen Lebensmitteln bewusst und oft sogar kostengünstiger einkaufen können. Besonderes Augenmerk liegt darauf, wie Eltern Regionalität im Alltag kindgerecht vermitteln können, spielerisch, genussvoll und ohne Mehraufwand. Ob beim gemeinsamen Entdecken saisonaler Produkte, dem Besuch regionaler Märkte oder einfachen Alltagsritualen: Wie Kinder von klein auf ein Gefühl für Natur, Herkunft und Wert von Lebensmitteln entwickeln können.

Gefördert durch
Baden-Württemberg
Ministerium für Ernährung,
Ländlichen Raum und Verbraucherschutz



262H401004	Mi., 29.04.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Leitung:	Laura Ohligs, Bindungsorientierte Familienbegleiterin (BFB), Bachelor of Science Lebensmittel
Ort:	online
Gebühr:	gebührenfrei



Planetary Health Diet – gesunde und nachhaltige Ernährung – LIVE ONLINE

Die Ernährung der Zukunft ist pflanzenbetont, regional verankert und ressourcenschonend. Planetary Health Diet verbindet Gesundheit mit regionaler Verantwortung. Im Vortrag erfahren Sie, welche regionalen, saisonalen Lebensmittel und regionale Beschaffungswege hinter dem Konzept stehen und wie Sie sie konkret in Ihren Alltag integrieren. Schwerpunkte: Mehr Hülsenfrüchte, Gemüse, Vollkorn aus der Region, weniger tierische Produkte und stark verarbeitete Lebensmittel. Praxisnahe Tipps, saisonale Einkaufslisten und Rezepte zeigen, wie nachhaltige, regionale Ernährung genussvoll und realistisch gelingt - ohne Verzicht, aber mit Wirkung.

262H401005	Mi., 10.06.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Leitung:	Simone Weiß, Gesundheitscoach für Ernährung & Psyche
Ort:	online
Gebühr:	gebührenfrei



Foto: Adobe Stock, MeyKilchen



Einführung in die nachhaltige Ernährung – LIVE ONLINE

Nachhaltige Ernährung betrachtet nicht nur was wir essen, sondern auch wie unsere Lebensmittel erzeugt, verarbeitet und verteilt werden. Der Vortrag veranschaulicht, wie ökologische Auswirkungen, soziale Bedingungen und wirtschaftliche Strukturen zusammenwirken. Vom Umgang mit Böden und Wasser über faire Arbeitsbedingungen bis zur Lebensmittelverschwendung. Sie erfahren, wie bewusster Konsum, achtsamer Umgang mit Ressourcen und ein wertschätzender Blick auf regionale Lebensmittel zu mehr Nachhaltigkeit beitragen können. Praktische Beispiele für den Einkauf und einfache Alltagsstrategien zeigen, wie nachhaltige Ernährung realistisch, vielfältig und genussvoll gelingt.

262H401006	Fr., 03.07.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
Leitung:	Laura Ohligs, Bindungsorientierte Familienbegleiterin (BFB), Bachelor of Science Lebensmittel
Ort:	online
Gebühr:	gebührenfrei



Foto: Adobe Stock, nosonogua



Die Feldenkrais-Methode

ZWEITAGES-WORKSHOP

Die Feldenkrais-Methode, benannt nach dem israelischen Forscher Dr. Moshe Feldenkrais, ist eine einzigartige Methode, durch Bewegung den ganzen Menschen „gesünder“ zu machen. Schon junge Menschen leiden heute an vielfältigen körperlichen Beschwerden. Manche bewegen durchschnittlich acht Stunden am Tag hauptsächlich die Finger und sitzen am Bildschirm. Schlechte Haltung, Gleichförmigkeit der Handlung - wir sehen es überall und jederzeit. Rückenbeschwerden, Konzentrationsmangel, Mutlosigkeit u.a. sind offensichtliche Folgen und werden von Psychologen und Ärzten als alltäglich berichtet. Die Feldenkrais-Methode leitet an, über bewusst erlebte Bewegungen, sowohl körperliche Mängel als auch seelisch-geistige Nöte zu überwinden. Entdecken Sie Ihren Körper und die „Leichtigkeit des Seins“ wieder, wie einst in der Kindheit. Bewegen Sie sich angenehm und flüssig, erleben Sie Gelassenheit und finden Sie zurück zu Ihrem Humor und Ihrem Mut. Alles, was Sie brauchen, bringen Sie mit: Neugier auf und Lust an der Bewegung, unabhängig vom Alter. Bewährt und geeignet auch bei allen Arten von Einschränkungen: MS- Betroffene, Störungen im Körperbild, Parkinson. Teilnahme ist möglich unabhängig vom Alter und von Vorkenntnissen.

Bitte mitbringen: Weiche Unterlage, bequeme Kleidung, kleines Kopfkissen. Getränk und Snack

262H402001	2 x Fr. + Sa., 13.03. + 14.03.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
262H402002	2 x Fr. + Sa., 26.06. + 27.06.2026, 18:00 – 21:00 Uhr
Leitung:	Hermann Klein, Feldenkrais-Lehrer
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	97,- €



Bauch – Beine – Beckenboden

FÜR FRAUEN JEDEN ALTERS

Dieser Kurs ist ein ganzheitliches und funktionelles Training speziell für Frauen jeden Alters. Im Mittelpunkt steht dabei die Kräftigung und Mobilisierung der Körpermitte - also Bauch, Rücken und Beckenboden. Durch gezielte Übungen fördern Sie die individuelle Beweglichkeit und stärken die großen Muskelgruppen, um die Haltung zu verbessern und die Körperstabilität zu erhöhen.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Hallensportschuhe und Handtuch, Getränk

262H403003	9 x Do., 26.02. – 21.05.2026, 18:00 – 19:00 Uhr
262H403005	9 x Do., 26.02. – 21.05.2026, 19:15 – 20:15 Uhr
Leitung:	Kerstin Zepernick, Sport-/Gymnastiklehrerin, zert. Postnataltrainerin, Fitnesstrainerin, Physiotherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	119,- €
262H403004	7 x Do., 11.06. – 23.07.2026, 18:00 – 19:00 Uhr
262H403006	7 x Do., 11.06. – 23.07.2026, 19:15 – 20:15 Uhr
Leitung:	Kerstin Zepernick, Sport-/Gymnastiklehrerin, zert. Postnataltrainerin, Fitnesstrainerin, Physiotherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	93,- €

Yoga und Entspannung für Frauen

FÜR EINSTEIGER UND GEÜBTE

Der Kurs richtet sich an alle Frauen, die sich Zeit für sich selbst schenken möchten - unabhängig von Alter, Vorkenntnissen oder Fitnesslevel. Im Alltag bleibt oft wenig Raum zum Durchatmen, Innehalten und bei sich selbst ankommen. Genau hier setzt das neue wöchentliche Yoga- und Entspannungsangebot für Frauen an: Eine bewusste Auszeit, die Körper, Geist und Seele stärkt. In einer ruhigen, wertschätzenden Atmosphäre üben die Teilnehmerinnen gemeinsam sanfte Yoga-Sequenzen. Atemübungen, Dehnungen und leichte Bewegungen helfen dabei, Verspannungen zu lösen und neue Energie zu tanken. Im Anschluss führen geführte Entspannungs- oder Achtsamkeitsübungen zu innerer Ruhe und Gelassenheit - eine kleine Oase im oft trubeligen Alltag.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke oder Handtuch, Getränk

262H403001	6 x Mi., 15.04. – 20.05.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Leitung:	Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	99,- €
262H403002	7 x Mi., 10.06. – 22.07.2026, 18:00 – 19:30 Uhr
Leitung:	Mandy Berthold, Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Kunsttherapeutin
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	115,- €

Nähkurs

MIT UND OHNE VORKENNTNISSE NÄHEN LERNEN

Mit fachlicher Unterstützung einer Schneiderin lernen die Teilnehmenden Schritt für Schritt ein Kleidungsstück ihrer Wahl zu nähen. Sie erlernen und vertiefen den Umgang mit der Nähmaschine, Schnitterstellung und fachgerechtes Zuschneiden.

Bitte mitbringen: Maßband, Steck- und Nähadeln, Heftadeln, Faden, Schere, Kopierpapier, Schneiderkreide, Bleistift, Lineal, Schnitt oder Heft mit Schnitt, Stoff

262H405001	5 x Di., 24.02. – 24.03.2026, 9:00 – 12:00 Uhr
Leitung:	Sabine Mischorr, Damenschneiderin, Directrice
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	105,- €
262H405002	6 x Di., 14.04. – 19.05.2026, 9:00 – 12:00 Uhr
Leitung:	Sabine Mischorr, Damenschneiderin, Directrice
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	126,- €
262H405003	6 x Di., 09.06. – 14.07.2026, 9:00 – 12:00 Uhr
Leitung:	Sabine Mischorr, Damenschneiderin, Directrice
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	126,- €



Foto: Adobe Stock, Gorklein



haus der wellcome familie spezial kindertheater kindergeburtstag



Kulturelle Bildung: Theater und Literatur für Kinder

Um Kindern einen möglichst einfachen und altersgerechten Zugang zu kultureller Bildung zu ermöglichen, laden wir regelmäßig zum „Känguruh-Theater“ sowie zum KiLi-Projekt „KinderLiteratur im Trappenseeschlösschen“ ein. Bei diesen Angeboten werden insbesondere die kognitiven Fähigkeiten angesprochen: Kinder

bauen ihr Sprachverständnis aus, verbessern das bildhafte Denken sowie ihr Gedächtnis. Auch die soziale Kompetenz und Empathie werden gestärkt. Im Haus der Familie können auch Kindergeburtstage gefeiert werden, welche nach vielfältigen Kreativthemen konzipiert sind und von einer professionellen pädagogischen

Betreuung begleitet werden. Die Kursinhalte werden von unseren qualifizierten Dozentinnen und Dozenten an die aktuellen gesellschaftlichen Entwicklungen angepasst und orientieren sich am Bildungs- und Qualitätsverständnis unseres Leitbilds.

Inhaltsverzeichnis

Känguruh-Theater für Kinder	262
KiLi – KinderLiteratur im Trappenseeschlösschen	268
Kindergeburtstage	275
wellcome	278
Kooperation Kontaktstelle Frau und Beruf	280
Elternseminare außer Haus, Angebote für Kitas, Schulen, Unternehmen	281
Fortbildungen	282
Selbsthilfegruppen	284

Save the Date!

Der rostige Robert und elf zufällige Zufälle

Lesung des Kinderbuchautors Thilo
für Kinder ab 6 Jahren

Freitag, 16.10.2026, 15.00 – 16.00 Uhr

Der Rostige Robert steht vor seinem nächsten Abenteuer: König Obolus bittet ihn, ein grässliches Ungeheuer im Loch Nass zu besiegen. Gemeinsam mit seinem Knappen Knut begibt sich der Ritter auf eine gefährliche Reise. Ein singender Gegner, ein vielarmiger Feind und eine verhängnisvolle Fischsuppe sind nur einige der Hindernisse, die ihnen im Weg stehen. Ein spannender Ritterroman voller verrückter Figuren, witziger Dialoge und genialer Lösungen.



Weitere Infos ab Seite 273



Känguruh-Theater

Mitreißende Stücke für Kinder ab 3 Jahren in Begleitung



Foto: Thomas Zotz, Theater PassParTü

einmal im Monat freitags um 15:30 Uhr

im Deutschhofkeller der Volkshochschule Heilbronn

- kleine Theaterfans tauchen in spannende Geschichten ein
- jeden Monat kommt ein anderes Kindertheater
- Theaterstücke zu Kinderbuchklassikern
- zum Lachen, Träumen und Mutmachen

Anmeldung unter www.hdf-hn.de
oder direkt über den QR-Code.



Bremer Stadtmusikanten

FÜR KINDER AB 4 JAHREN

Der Esel alt, der Hund fast blind, die Katze mag keine Mäuse essen, und auf den Hahn wartet der Kochtopf... Keine guten Aussichten! Doch die Vier schließen sich zusammen und wollen als Stadtmusikanten in Bremen ein neues Leben beginnen. Hungrig, matt und müde kommen sie des Nachts an ein Haus. Dort gibt es Speisen nur vom Allerfeinsten. Dort gibt es aber auch die Räuberbande... Die Kinder werden in das Stück mit einbezogen.

262H501101	Fr., 13.03.2026, 15:30 – 16:15 Uhr
Leitung:	Blinklichter Theater
Ort:	Heilbronn, Volkshochschule, Deutschhofkeller, Kirchbrunnenstr. 12
Gebühr:	5,- € pro Person

Für alle Veranstaltungen der Theaterreihe Känguruh gilt:

Die Anmeldebestätigung gilt als Eintrittskarte. Bitte ausdrucken und am Veranstaltungstag mitbringen oder digital auf dem Smartphone vorzeigen.



SPEZIAL





SPEZIAL



Frau Meier, die Amsel

FÜR KINDER AB 4 JAHREN

Frau Meier macht sich jeden Tag sehr viele Sorgen. Nur ein Tässchen Pfefferminztee kann sie für kurze Zeit beruhigen. Eines Tages jedoch hat sie wirklich allen Grund zur Sorge: In ihrem Garten findet sie eine junge Amsel, die gerade aus dem Nest gefallen ist. Sie kümmert sich rührend um das Vogelkind, das sie „Pieple“ nennt. Für beide beginnt nun eine abenteuerliche Zeit. Während der Vogel größer wird, wächst Frau Meier über sich hinaus. Und am Ende hebt sie ab und kann sogar fliegen... nach dem Kinderbuch von Wolf Erlbruch.

262H501102	Fr., 17.04.2026, 15:30 – 16:15 Uhr
Leitung:	Theater Option orange
Ort:	Heilbronn, Volkshochschule, Deutschhofkeller, Kirchbrunnenstr. 12
Gebühr:	5,- € pro Person



SPEZIAL



Hörbe mit dem großen Hut

FÜR KINDER AB 3 JAHREN

Hörbe der Hutzelmann, hat Spaß am Leben, und wenn die Sonne durch den Reisighaufen bis in die Stube dringt, dann denkt er sich: „Was für ein schöner Tag!“ Also setzt er sich seinen großen Hut auf und geht auf Wanderschaft in die große, weite Welt. Da gibt es viel zu erleben. Und manchmal, dort wo man es gar nicht vermutet, findet man auch einen Freund. Den Besten und Lustigsten, den man sich nur wünschen kann. Nach dem Kinderbuch von Otfried Preußler.

262H501103	Fr., 08.05.2026, 15:30 – 16:15 Uhr
Leitung:	Theater Fiesemadände
Ort:	Heilbronn, Volkshochschule, Deutschhofkeller, Kirchbrunnenstr. 12
Gebühr:	5,- € pro Person

Pu der Bär

FÜR KINDER AB 4 JAHREN

Pu hat alle Pfoten voll zu tun. Er erlebt mit seinen Freunden Ferkel, Esel I-A und Kaninchen ein Abenteuer nach dem anderen. Es braucht unerschütterliche Zuversicht und einen starken Charakter, um das durchzustehen! Geschichten über den berühmtesten Bären der Welt.

261H501101	Fr., 18.09.2026, 15:30 – 16:15 Uhr
Leitung:	Marotte - Figurentheater Karlsruhe
Ort:	Heilbronn, Volkshochschule, Deutschhofkeller, Kirchbrunnenstr. 12
Gebühr:	5,- € pro Person





SPEZIAL



Vom kleinen Maulwurf, der wissen wollte, wer ihm auf den Kopf gemacht hat

FÜR KINDER AB 3 JAHREN

Oh nein! Es ist überhaupt nicht in Ordnung, sein Geschäft auf anderer, zumal kleinerer Leute Kopf zu machen. Auch ein Maulwurf ist schließlich jemand. Eine hundsgemeine Ungerechtigkeit! Da hilft nur eins: Auf! Und ihn finden. Die Sache muss geklärt werden.

261H501102 Fr., 09.10.2026, 15:30 – 16:15 Uhr

Leitung: Theater Maren Kaun

Ort: Heilbronn, Volkshochschule, Deutschhofkeller, Kirchbrunnenstr. 12

Gebühr: 5,- € pro Person

Im Land der Zauberer und Hexen

FÜR KINDER AB 4 JAHREN



Im Land der Zauberer und Hexen... da geht es magisch zu, da können Vögel Stelzen laufen und es fliegt die Kuh! Eine etwas verrückte Welt ist das eben in diesem Land der Zauberer und Hexen: Ein Land, in dem Krokodile in Hängematten schaukeln, wo Bienen rückwärts fliegen, wo „Rote Laus, geschmort in Dreck“ eine Delikatesse ist... Und hier begrüßen der Zauber-Lehrer „Franz von Firllefanz“ und die Taschen-Hexe B-B-B-B-Berta ihre neuen Zauber- und Hexenlehrlinge, um sie zu unterrichten. Dass das kein gewöhnlicher Unterricht wird, versteht sich nahezu von selbst....Natürlich kommen auch eine ganze Reihe verrückter Instrumente zum Einsatz, und Mitsingen und Mitmachen sind – echtes Zauberer- und Hexen-Ehrenwort – allerstrrrngstens verboten!!

261H501103 Fr., 13.11.2026, 15:30 – 16:15 Uhr

Leitung: Liedertheater Altmann

Ort: Heilbronn, Volkshochschule, Deutschhofkeller, Kirchbrunnenstr. 12

Gebühr: 5,- € pro Person



SPEZIAL



Petterson kriegt Weihnachtsbesuch

FÜR KINDER AB 4 JAHREN

Eine schöne Bescherung vor der Bescherung, so kann man das nennen was Pettersson und Findus zwei Tage vor Weihnachten passiert. Eben waren sie noch beim Plätzchen backen. Aber Findus wollte Weihnachtslieder – und einen Weihnachtsbaum. Einen richtig großen! Aber dass Pettersson sich nach einer -rasanten Schlittenfahrt auf der Suche nach einem passenden Baum den Fuß verstaucht, das wollte Findus nicht. Denn jetzt bekommt er keinen Weihnachtsbaum, der Vorratsraum ist leer und das Weihnachtsfest mehr als in Gefahr. Aber da gibt es ja noch hilfreiche Nachbarn, die den alten Pettersson und seinen Kater nicht im Stich lassen.

261H501105 Fr., 04.12.2026, 15:30 – 16:15 Uhr

Leitung: Theater Con Cuore

Ort: Heilbronn, Volkshochschule, Deutschhofkeller, Kirchbrunnenstr. 12

Gebühr: 5,- € pro Person

An Vormittag findet eine Vorstellung nur für KiTas statt. Bei Interesse bitte nachfragen unter info@hdf-hn.de



KiLi – Kinderliteratur im Trappenseeschlösschen

Interaktive Vorlesestunden für Kinder ab 6 Jahren



Unser Lese-Gespenscht lädt euch in die fantasievolle Welt der Bücher ein

- **Kinderbuchklassiker oder Neuerscheinungen**
- **Haus der Familie in Kooperation mit dem Literaturhaus Heilbronn**
- **SAVE THE DATE: 16.10.2026**
Lesung des Kinderbuchautors Thilo zu „Der rostige Robert und elf zufällige Zufälle“

Gefördert durch:



Anmeldung unter www.hdf-hn.de
oder direkt über den QR-Code.



Und plötzlich war Frau Honig da

INTERAKTIVE VORLESESTUNDE FÜR KINDER AB 6 JAHREN

Zauberhaft und magisch – das ist Frau Honig! Wo das Kindermädchen auftaucht, dauert es nicht lange, bis etwas Ungewöhnliches passiert! Auch die Kinder der Familie Sommerfeld staunen nicht schlecht, als von einer Sekunde auf die andere der Kühlschrank mit den feinsten Köstlichkeiten gefüllt ist oder alle bösen Worte schwuppdwups in einer Schublade verschwinden. Doch den größten Spaß haben sie abends, wenn sie auf einem fliegenden Teppich ins Bett gebracht werden.

© Sabine Bohlmann/Joëlle Tournalias, Carlsen Verlag GmbH, Hamburg, 2019

251H501206	Fr., 27.02.2026, 15:00 – 16:00 Uhr
Leitung:	Thomas Fritsche, Schauspieler, Theater FF
Ort:	Heilbronn, Literaturhaus, Trappensee 1, Festsaal
Gebühr:	5,- € pro Person

Nickel und Horn, Detektive mit Durchblick

INTERAKTIVE VORLESESTUNDE FÜR KINDER AB 6 JAHREN

Ein weitsichtiges Meerschweinchen und ein kurzsichtiger Papagei: Das sind Nickel und Horn. Sie leben bei Herrn Locke, einem Detektiv im Ruhestand. Dessen Hund Schlappi wacht darüber, dass bloß nichts die Rentnerruhe stört. Als dem Nachbarjungen Paul dann aber sein Hinterafrikanisches Pupsetier geklaut wird, machen sich Nickel und Horn mit ihren vielseitig einsetzbaren Brillen selbst als Detektive an die Arbeit. Werden Nickel und Horn den Fall lösen?

© Florian Beckerhoff/Barbara Scholz, Thienemann-Esslinger Verlag GmbH, Stuttgart, 2017

262H501201	Fr., 20.03.2026, 15:00 – 16:00 Uhr
Leitung:	Thomas Fritsche, Schauspieler, Theater FF
Ort:	Heilbronn, Literaturhaus, Trappensee 1, Festsaal
Gebühr:	5,- € pro Person



SPEZIAL



Bitte mitbringen:
Die Anmeldebestätigung gilt als Eintrittskarte. Bitte ausdrucken und am Veranstaltungstag mitbringen oder digital auf dem Smartphone vorzeigen.





SPEZIAL



Der Happaflapp reist in den Müthenwald

INTERAKTIVE VORLESESTUNDE FÜR KINDER AB 6 JAHREN

Happaflapps leben seit ungefähr vier Millionen Jahren, drei Monaten und sieben Tagen unentdeckt auf einem sehr, sehr hohen Berg. Wie Drachen können sie Feuer speien und im Herbst fliegen sie in den Osten. Vorausgesetzt, man kann fliegen. Genau darin aber liegt das Problem des kleinen Flapps. Und so wacht er eines Morgens auf und ist plötzlich ganz allein. Doch er erinnert sich daran, was er einmal gehört hat: Mit einem Freund ist man angeblich weniger allein. Also wagt sich Flapp von seinem Berg und macht sich auf in den Müthenwald. Denn dort, wo Professothen hausen und Wickelmützen leben, findet sich bestimmt irgendwo auch ein Freund.

© Michael Engler, Barbara Scholz, Baumhaus Verlag GmbH, Köln, 2021

262H501202	Fr., 24.04.2026, 15:00 – 16:00 Uhr
Leitung:	Thomas Fritsche, Schauspieler, Theater FF
Ort:	Heilbronn, Literaturhaus, Trappensee 1, Festsaal
Gebühr:	5,- € pro Person

Der Froschkönig – Was wirklich geschah: Hipp und Hopp retten Papa Grünsprung

INTERAKTIVE VORLESESTUNDE FÜR KINDER AB 6 JAHREN

Die Kinder des Froschkönigs erzählen, wie es wirklich war: Eines Tages müssen die Froschkinder Hipp und Hopp mit ansehen, wie ihr Papa von einem langbeinigen, bleichen Wesen mit goldener Krone geküsst wird. Zu ihrem Entsetzen weicht Papa Grünsprung die schöne grüne Farbe aus den Froschschenkeln und ihm wachsen grässlich lange Arme und Beine! Hipp und Hopp sind verzweifelt – sie wollen ihren Papa zurückhaben! Ein großes Abenteuer beginnt ...

© Gerlis Zillgens, Katja Jäger, Südpol Verlag GbR, Grevenbroich, 2017

262H501203	Fr., 22.05.2026, 15:00 – 16:00 Uhr
Leitung:	Thomas Fritsche, Schauspieler, Theater FF
Ort:	Heilbronn, Literaturhaus, Trappensee 1, Festsaal
Gebühr:	5,- € pro Person

Neon und Bor

INTERAKTIVE VORLESESTUNDE FÜR KINDER AB 6 JAHREN

Neon ist superschlau. Und ihr kleiner Babybruder Bor ist mindestens hochbegabt. Wenn sie ein Problem haben, dann lösen sie es immer durch eine Erfindung. Hättest du nicht auch gerne einen Roboter, der dein Zimmer aufräumt? Oder einen Vergrößerungsblasenwerfer, der den letzten Keks so groß wie eine Torte macht? Vielleicht sogar eine Zeitschleifenröhre, dank der du jeden Tag Geburtstag hast? Neon und Bor werkeln ständig an solchen Erfindungen. Allerdings – seien wir ehrlich – führen ihre Problemlösungen oft zu noch größeren Problemen. Doch die kann man ja durch neue Erfindungen lösen! Genial!

© Max-Uwe Kling, Carlsen Verlag GmbH, Hamburg, 2025

262H501204	Fr., 19.06.2026, 15:00 – 16:00 Uhr
Leitung:	Thomas Fritsche, Schauspieler, Theater FF
Ort:	Heilbronn, Literaturhaus, Trappensee 1, Festsaal
Gebühr:	5,- € pro Person

Die Ahoi-Bande

INTERAKTIVE VORLESESTUNDE FÜR KINDER AB 6 JAHREN

Was gibt es schöneres, als sich mit einem erfrischenden Gurkeneis in der Pfote in Berge aus weichem Heu fallen zu lassen? Gar nichts, finden Moppi und Möhre! Deshalb sind sie auch gar nicht lange traurig, als ihre Besitzer sie im Meer-schweinchenhotel absetzen, um in den Urlaub zu fahren. Gemeinsam mit ihren neuen Freunden Elvis, Schäfi, Grufti und Nacki erleben sie einige aufregende Tage. Doch als Schäfi ohne Schwimmflügel in den Hotelpool fällt, wird es plötzlich fast etwas gefährlich!

© Silke Lambeck, Lena Hesse, Gerstenberg Verlag GmbH & Co. KG, 2025

262H501205	Fr., 10.07.2026, 15:00 – 16:00 Uhr
Leitung:	Thomas Fritsche, Schauspieler, Theater FF
Ort:	Heilbronn, Literaturhaus, Trappensee 1, Festsaal
Gebühr:	5,- € pro Person



SPEZIAL





SPEZIAL

SAVE THE DATE



Lahme Ente, blindes Huhn

INTERAKTIVE VORLESESTUNDE FÜR KINDER AB 6 JAHREN

Dies ist die Geschichte von einer lahmen Ente und einem blinden Huhn, die sich zusammen auf die Reise nach einem Ort machen, an dem der geheimste Wunsch in Erfüllung gehen soll. Als sie nach einer Reihe aufregender und erstaunlicher Abenteuer endlich am Ziel angekommen sind – aber man soll nicht gleich das Ende verraten.

© Ulrich Hub/Jörg Mühle, Carlsen Verlag GmbH 2021

261H501201	Fr., 25.09.2026, 15:00 – 16:00 Uhr
Leitung:	Thomas Fritsche, Schauspieler, Theater FF
Ort:	Heilbronn, Literaturhaus, Trappensee 1, Festsaal
Gebühr:	5,- € pro Person



Der rostige Robert und elf zufällige Zufälle

AUTORENLESEUNG FÜR KINDER AB 6 JAHREN

Der Rostige Robert hat sich gerade von seinem letzten Abenteuer erholt, da wartet schon der nächste Auftrag auf ihn. König Obolus braucht wieder einmal die Hilfe des unschlagbaren Ritters: Ein grässliches Ungeheuer soll in den Fluten von Loch Nass sein Unwesen treiben. Mutig und voller Tatendrang machen sich der Rostige Robert und sein Knappe Knut auf die Reise. Doch ein ungeheuerlicher Sangesbruder, ein vielarmiger Feind und eine Fischsuppe mit Folgen sind nur drei von elf hinderlichen Hindernissen, die erst noch aus dem Weg geräumt werden müssen... Wer wird sich dem Rostigen Robert und seinem Knappen Knut diesmal in den Weg stellen? Ein spannender Roman aus der Ritterzeit mit verrückten Figuren, unglaublichen Dialogen und genialen Lösungen für skurrile Probleme.

© THILO, 2024/2003

261H501202	Fr., 16.10.2026, 15:00 – 16:00 Uhr
Leitung:	THILO, Kinderbuchautor
Ort:	Heilbronn, Literaturhaus, Trappensee 1, Festsaal
Gebühr:	5,- € pro Person

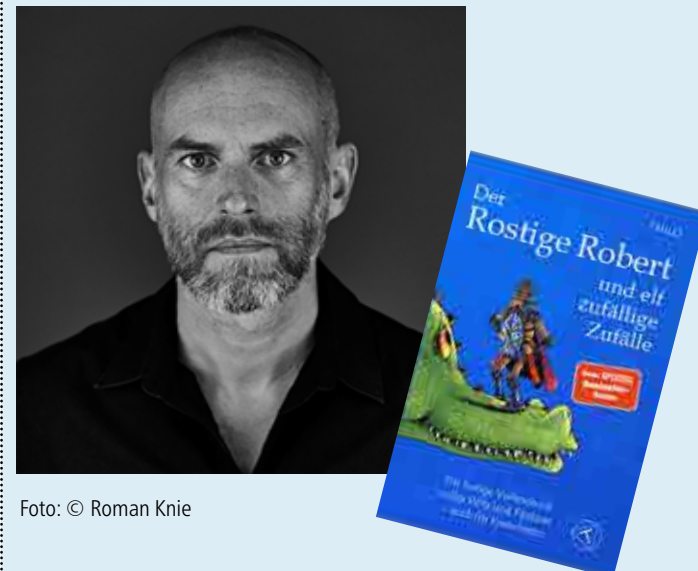


Foto: © Roman Knie



SPEZIAL



Grimm und Möhrchen – Ein Zesel zieht ein

INTERAKTIVE VORLESESTUNDE FÜR KINDER AB 6 JAHREN

Buchhändler Grimm liebt seine »Bücherkiste«. Nur ist es dort bisweilen etwas einsam. Das ändert sich zum Glück, als an einem Regentag plötzlich ein kleiner Zesel namens Möhrchen in seinem Laden steht (ja, Zesel gibt es wirklich!). Kurzerhand zieht Möhrchen bei Grimm ein und bringt ordentlich Schwung in das Haus mit der schiefen Sieben am Gartentor. Denn mit so einem kleinen Zesel wird auch ganz Alltägliches wie Radfahren oder Puddingkochen zum Abenteuer. Besonders, weil Möhrchen eine große Vorliebe für ungewöhnliche Dinge und Wörter hat, die für so manche Überraschung sorgen.

© Stephanie Schneider/Stefanie Scharnberg, dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG, 2022

261H501203	Fr., 20.11.2026, 15:00 – 16:00 Uhr
Leitung:	Thomas Fritsche, Schauspieler, Theater FF
Ort:	Heilbronn, Literaturhaus, Trappensee 1, Festsaal
Gebühr:	5,- € pro Person

Ein Fest für alle – Schneinachten in der Nachtigalstraße

INTERAKTIVE VORLESESTUNDE FÜR KINDER AB 6 JAHREN



Nicht jedes Kind feiert Weihnachten – Sami und Lia langweilen sich. Die anderen Kinder in ihrer Straße kommen nicht zum Spielen raus, weil sie mit Weihnachtsfeiern beschäftigt sind. Und dann schießen die zwei auch noch ihren Fußball in den Garten des grummeligen alten Nachbarn, dem man eigentlich lieber aus dem Weg geht. Natürlich stapfen sie trotzdem los, um den Ball zu holen – und erleben einen ganz anderen Abend als gedacht. Der endet in einem wunderbaren Straßenfest, als plötzlich die ersten Schneeflocken des Jahres vom Himmel fallen ...

© Maike Harel/ Laura Bednarski, Annette Betz Verlag in der Ueberreuter Verlag GmbH, Berlin, 2023

261H501204	Fr., 11.12.2026, 15:00 – 16:00 Uhr
Leitung:	Thomas Fritsche, Schauspieler, Theater FF
Ort:	Heilbronn, Literaturhaus, Trappensee 1, Festsaal
Gebühr:	5,- € pro Person



SPEZIAL

Kindergeburtstag

Kennen Sie auch die alljährliche Herausforderung, einen Kindergeburtstag zu gestalten? Wir unterstützen Sie gerne. Unsere einzigartigen Kindergeburtstage bieten magische Momente für kleine Geburtstagsstars. Bei uns, in der Erich-Mendelsohn-Straße 1C, feiert Mandy Berthold mit Ihrem Kind und seinen Gästen. Gemeinsam sind sie kreativ, malen und basteln. Ihre kleinen Kunstwerke können die Kinder anschließend mit nach Hause nehmen. Ihr Kind kann bis zu zehn Kinder einladen. Das Versorgen der Geburtstagsgäste mit Essen und Trinken liegt in Ihrer Hand. Alles andere übernehmen wir – mit Basteln, Spielen und spannenden Geschichten des jeweiligen Geburtstagsangebotes.

Themen der Kindergeburtstage ab 3 Jahren

FORMENZAUBER – KREATIVES GESTALTEN MIT BUNTER MODELLIERMASSE

Beim Formenzauber kneten, formen und gestalten wir gemeinsam mit bunter Modelliermasse – ganz nach Lust und Laune. Mit Ausstechformen, Werkzeugen und viel Fantasie entstehen Figuren, Anhänger, Schmuckstücke oder bunte Dekoideen. Wer möchte, darf seine Werke außerdem mit Perlen, Glitzersteinchen oder Mustern dekorieren und so ganz individuell verzieren. Zwischendurch machen wir eine kleine Pause, in der ihr den Geburtstagskuchen oder Muffins essen könnt.

Materialkosten: zzgl. 6,- € pro Kind

KREATIVE KLEBEBILDER – FANTASIEVOLLE WELTEN GESTALTEN

Zuerst gestalten wir gemeinsam kleine Kunstwerke – bunt, spielerisch und voller Fantasie. Gemeinsam entwerfen wir kreative Hintergründe mit Farben, Papier und verschiedenen Materialien. Anschließend darf jedes Kind sein Bild mit vielen lustigen und liebevoll ausgewählten Aufklebern ergänzen: Ob Einhörner, Dinosaurier, Tiere, Fahrzeuge oder glitzernde Elemente. Zwischendurch machen wir eine kleine Pause, in der ihr den Geburtstagskuchen oder Muffins essen könnt.

Materialkosten: zzgl. 6,- € pro Kind

FANTASIEMASKE AUS MOOSGUMMI – EINHORN, DRACHE & MEHR
Wir basteln Masken aus Moosgummi – ob leuchtendes Einhorn, mutiger Drache oder lustige Tiere. Jedes Kind klebt und verziert seine Maske wie es möchte, sodass jede Maske zu einem einzigartigen Kunstwerk wird. Verziert mit Glitzer, Federn und bunten Formen entstehen wundervolle Verkleidungen, die später zum Spielen genutzt werden können. Zwischendurch machen wir eine kleine Pause, in der ihr den Geburtstagskuchen oder Muffins essen könnt.

Materialkosten: zzgl. 6,– € pro Kind

Themen der Kindergeburtstage ab 6 Jahren

KLINGENDE FARBENPRACHT – WINDSPIELE BASTELN

Lasst eurer Fantasie freien Lauf und taucht ein in eine Welt voller Farben, Klänge und Fantasie. Wir gestalten Windspiele, die später im Kinderzimmer oder draußen im Wind sanft klingeln. Aus einem Holzmotiv, z. B. aus der Unterwasserwelt, der Elfenwelt, Dinosauriern und vielen weiteren Themen entsteht zuerst ein bunt bemaltes Kunstwerk. Anschließend fädeln wir Glocken, Perlen oder Muscheln auf und hängen sie an das Motiv, sodass ein farbenfrohes Windspiel entsteht. Zwischen- durch machen wir eine kleine Pause, in der ihr den Geburtstagskuchen oder Muffins essen könnt.

Materialkosten: zzgl. 6,– € pro Kind

GLOW-IN-THE-DARK KREATIVPARTY – LEUCHTENDE KUNST & SCHWARZLICHT

Eine magische Welt voller Farben, Licht und Überraschungen erwartet euch. Wir gestalten farbenfrohe Kunstwerke mit Schwarzlicht- und Glow-in-the-Dark-Farben, die im Dunkeln geheimnisvoll leuchten. Mit Pinseln, Schwämmen und viel Fantasie entstehen strahlende Bilder, Muster und Effekte, die erst im Schwarzlicht ihre volle Magie entfalten. Nach dem Malen verwandeln wir den Raum in eine kleine Disco mit euren leuchtenden Kunstwerken, fluoreszierenden Accessoires und passender Musik. Zwischendurch machen wir eine kleine Pause, in der ihr den Geburtstagskuchen oder Muffins essen könnt.

Materialkosten: zzgl. 6,– € pro Kind

WUNDER-RÖHRE – KALEIDOSKOP BAUEN

Taucht gemeinsam in eine faszinierende Welt aus Farben, Mustern und Licht ein. Wir bauen farbenfrohe Kaleidoskope, die bei jeder Drehung neue magische Bilder entstehen lassen. Aus einfachen Materialien entsteht ein kleines Wunderwerk, wir entdecken beim Basteln, wie sich Licht bricht und warum Spiegel Bilder vervielfältigen. Jedes Kind gestaltet ganz nach seinen Vorstellungen sein eigenes Kaleidoskop - bunt, glitzernd, wild oder zart und füllt es anschließend im Inneren mit funkelnden Schätzen, die die schönsten Muster zaubern. Zwischendurch machen wir eine kleine Pause, in der ihr den Geburtstagskuchen oder Muffins essen könnt.

Materialkosten: zzgl. 6,– € pro Kind

Alle Angebote sind nach Absprache mit der Kursleitung für verschiedene Themen anpassbar.

Leitung:	Mandy Berthold – Kunsttherapeutin und Yogalehrerein
Termine:	An den Wochenenden. In den Ferien auch unter der Woche möglich. Termine nach Vereinbarung unter 07131 27692-30 oder info@hdf-hn.de
Dauer:	3,5 Stunden (3 Stunden Kindergeburtstag. 15 Minuten für die Vorbereitung vor dem Geburtstag und 15 Minuten im Anschluss für das Aufräumen und die Verabschiedung der Gäste)
Ort:	Heilbronn, Haus der Familie, Erich-Mendelsohn-Str. 1C
Gebühr:	180,– € bei 10 Kindern plus Geburtstagskind
Materialkosten:	6,– € pro Kind
Kaution:	200,– €. Die Kaution wird per Lastschrift eingezogen und mit der Kursgebühr und den Materialkosten nach dem Geburtstag verrechnet.



wellcome

Die ersten Monate nach der Geburt eines Kindes sind für alle Eltern eine besondere Herausforderung: Das Baby schreit, das Geschwisterkind ist eifersüchtig, niemand kauft ein und der besorgte Vater hat noch keine Elternzeit.

KENNEN SIE DAS? DANN BRAUCHEN SIE EINEN WELLCOME-ENGEL! wellcome-Teams unterstützen Sie während des ersten Lebensjahres Ihres Babys: Hilfe erhalten Sie durch Ehrenamtliche, die Sie für einige Monate ein- bis zweimal die Woche für ca. zwei Stunden individuell und praktisch im Alltag zuhause entlasten.

Für die Vermittlung der Ehrenamtlichen berechnet wellcome eine einmalige Gebühr von zehn Euro und für den wellcome-Einsatz bei Ihnen zuhause bis zu fünf Euro pro Stunde. Doch am Geld wird die Hilfe nicht scheitern, sprechen Sie uns an!



Das Baby ist da, die Freude riesig – und nichts geht mehr. Gut, wenn Familie oder Freunde in der ersten Zeit unterstützen können. Wer keine Hilfe hat, bekommt sie von wellcome.

wellcome – Praktische Hilfe nach der Geburt ist moderne Nachbarschaftshilfe für Eltern: Als Ehrenamtliche/r unterstützen Sie Familien im ersten Lebensjahr nach der Geburt eines Babys.

WELCOME-ENGEL – EINE AUFGABE FÜR SIE ...?

- ▶ Sie wachen über den Schlaf des Babys, während sich die Mutter erholt.
- ▶ Sie kümmern sich um das Geschwisterkind.
- ▶ Sie begleiten die Zwillingsmutter zum Kinderarzt.
- ▶ Sie unterstützen ganz praktisch und hören zu.

Sie entlasten die Eltern für einige Monate ein- bis zweimal die Woche für ca. zwei Stunden ganz individuell und praktisch im Alltag zuhause, so wie es sonst Familie, Freunde oder Nachbarn tun.

SIE WÜNSCHEN UNTERSTÜTZUNG DURCH WELLCOME ODER MÖCHTEN WELLCOME ALS EHRENAMTLICHE UNTERSTÜTZEN?

Wenden Sie sich bitte an das Haus der Familie Heilbronn gGmbH

Petra Ehmann-Lang
Erich-Mendelsohn-Straße 1C
74076 Heilbronn
Telefon 07131 27692-30
Montags 14.00 – 16.00 Uhr
E-Mail: heilbronn@wellcome-online.de

SIE MÖCHTEN WELLCOME FÖRDERN?

wellcome finanziert sich nur über Spenden, Sie können uns helfen!
Bei Spenden bis 200,– € erkennt das Finanzamt die Kopie Ihres Überweisungsscheines an; bei höheren Beträgen senden wir Ihnen gerne eine Spendenquittung zu.

BANKVERBINDUNG:

Kreissparkasse Heilbronn
IBAN: DE31 6205 0000 0000 1339 15
BIC: HEISDE66XXX

Empfänger: Haus der Familie Heilbronn gGmbH
Verwendungszweck: wellcome, Spende



SPEZIAL

Gefördert durch:
Ministerium für
Wirtschaft, Arbeit und
Tourismus
Baden-Württemberg

frau und beruf
Kontaktstelle
Heilbronn-Franken

Start now! – Offene Beratung – LIVE ONLINE

FÜR FRAUEN, DIE BERUFLICH WIEDER DURCHSTARTEN MÖCHTEN

Offener Austausch zum beruflichen Wiedereinstieg für Frauen die nach einer Familienauszeit wieder durchstarten möchten. Wiedereinstieg kompakt: Informieren, beraten, stärken.

- Lernen Sie den Service der Kontaktstelle Frau und Beruf kennen,
- informieren Sie sich ganz entspannt darüber, wie es beruflich weitergehen kann,
- treffen Sie andere Mütter, die sich auf den Weg machen,
- tauschen Sie sich untereinander aus und
- stellen Sie Ihre konkreten Fragen an die Expertinnen Marijana Bojmic und Silke Diehm.

Einfach online einwählen und mitreden. Das Angebot richtet sich speziell an Frauen aus der Region Heilbronn-Franken. Zusätzliche, individuelle Beratungstermine können auf Wunsch vereinbart werden – objektiv, vertraulich und kostenfrei unter www.frauundberuf-hnf.com

Bitte mitbringen: Konkrete Fragen

262H507001 Mi., 18.03.2026, 9:30 – 10:30 Uhr

262H507002 Mi., 22.04.2026, 9:30 – 10:30 Uhr

262H507003 Mi., 17.06.2026, 9:30 – 10:30 Uhr

262H507004 Mi., 15.07.2026, 9:30 – 10:30 Uhr

261H507001 Mi., 23.09.2026, 9:30 – 10:30 Uhr

261H507002 Mi., 21.10.2026, 9:30 – 10:30 Uhr

261H507003 Mi., 18.11.2026, 9:30 – 10:30 Uhr

Leitung: Kontaktstelle Frau und Beruf

Ort: online

Gebühr: Gebührenfrei

Angebote für Kitas, Schulen und Unternehmen

qualifizierte Referent*innen für Elternabende,
Informationsveranstaltungen oder einen pädagogischen Tag



Wir erstellen maßgeschneiderte Seminare und Veranstaltungen

Ansprechpartnerin: Anja Weißerth
Tel. 07131 27692-45 oder weisserth@hdf-hn.de

Folgende Themenbereiche können wir Ihnen anbieten:
(bei anderen Wünschen kontaktieren Sie uns gerne)

- › Erziehung und Entwicklungsförderung
- › Emotionale und soziale Kompetenzen
- › Gesundheit und Wohlbefinden
- › Digitale Medien und Erziehung
- › Familienstrukturen und -integration
- › Vereinbarkeit von Familie und Beruf/Work-Life-Balance

Weitere Infos unter www.hdf-hn.de
oder direkt über den QR-Code.





SPEZIAL



Qualifizierung zur LEFino®-Gruppenleitung 2026

Sie haben Freude an der Arbeit mit jungen Eltern und ihren Babys. Sie möchten Ihre Erfahrungen in diesem Bereich weitergeben und andere damit unterstützen. Sie haben beruflich schon pädagogische (Vor-)Erfahrung und möchten sich weiterqualifizieren? Dann besuchen Sie die LEF-Qualifizierung zur LEFino®-Gruppenleitung und werden Sie LEFino®-Kursleitung für Eltern-Kind-Kurse mit Baby im ersten Lebensjahr.

Was ist LEFino®?

LEFino® ist ein Konzept der Evangelischen Landesarbeitsgemeinschaft der Familien-Bildungsstätten (LEF). Eltern (Vater bzw. Mutter) mit ihrem Baby im ersten Lebensjahr treffen sich einmal wöchentlich in der LEFino®-Gruppe. Im Mittelpunkt stehen altersgerechte Angebote für Babys, die Stärkung der elterlichen Kompetenzen und die Entlastung der Eltern.

Wie läuft die Qualifizierung ab?

Die Qualifizierung besteht aus zwei Teilen: 2 Praxiswochenenden LEFino® und eine Online-Qualifizierung zur Eltern-KindKursleitung (QEKK) mit externem Anbieter. An den Praxiswochenenden werden die Grundlagen und die Konzeption von LEFino® vermittelt, Begegnung, Austausch und Praxisbegleitung spielen hierbei eine wichtige Rolle. In der Online-Phase werden die Inhalte von QEKK auf einer Lernplattform selbstbestimmt im eigenen Lerntempo erarbeitet, unabhängig von Ort und Zeit. Diese Form des Lernens lässt sich leicht in den Alltag einbinden. Die Online-Qualifizierung schließt mit einem QEKK-Zertifikat ab und ist Voraussetzung für das zweite Praxiswochenende der Qualifizierung zur LEFino-Kursleitung.

Das Qualifizierungsangebot:

- Fundierte Ausbildung in Form einer vierteljährigen Weiterbildung im Blended-Learning-Format
- Umfang: zwei Präsenz-Wochenenden, drei Live-Online-Treffen und vier Online-Module, die zeitlich flexibel bearbeitet werden können. Theoretische Grundlagen sowie Praxiselemente sind enthalten.
- Inhalte: Vermittlung von Fachkenntnissen im Hinblick auf die körperliche, geistige und seelische Entwicklung eines Säuglings, zentrale Erkenntnisse aus der Bindungs- und Resilienzforschung sowie erwachsenenpädagogisches Know-how für die Leitung der Gruppen und methodische Fähigkeiten.
- Moderiertes Online-Lernen: Sie erhalten methodisch-didaktisch multimedial aufbereitetes Lernmaterial, das Sie selbstständig bearbeiten. Dabei werden Sie fachlich

begleitet. Die Teilnahme an diesem Seminar erfordert PC bzw. Laptop und keinerlei spezielle Vorkenntnisse. Bei technischen Fragen stehen Ihnen jederzeit ExpertInnen zur Verfügung

- Abschluss mit Zertifikat (Voraussetzung: 4 Hospitationsnachweise, Referat/Handout zu einem Elternthema, Teilnahme an Praxiswochenenden)

Verbindliches Online-Lernen über den externen Partner QEKK: Online-Qualifizierung zur Eltern-Kind-Kursleitung unter <https://www.qekk.de>

Zielgruppe:

Fachkräfte aus den Bereichen Pädagogik, Psychologie und Medizin (Sozialpädagoge/in und -arbeiter/in, Erzieher/in, Heilpädagoge/in, Kinderkrankenschwester). Bitte legen Sie Ihrer Anmeldung einen entsprechenden Nachweis bei. (In begründeten Fällen sind Ausnahmen zulässig)

Weitere Infos unter www.lef-wue.de oder unter www.lefino.de

Termine:

- Freitag, 27. Februar 2026, 15 -18 Uhr (online),
- Samstag, 28. Februar 2026, 9.30 -18 Uhr und Sonntag, 1. März 2026, 9.30 Uhr bis 16.30 Uhr (Präsenz)
- Februar – Juli 2026: Online-Qualifizierung zur Eltern-Kind-Kursleitung (QEKK)
- Samstag, 25. April 2026, 9.30 -16.30 Uhr und Sonntag, 26. April 2026, 9.30 - 14.00 Uhr (Präsenz)
- Samstag, 4. Juli 2026, 9.30 - 18.00 Uhr und Sonntag, 5. Juli 2026, 9.30 - 16.30 Uhr

Anmeldung bis: 31.01.2026

Fortbildungsort: Haus der Familien Göppingen (Villa Butz)
Mörkestraße 17, 73033 Göppingen
www.hdf-gp.de

Anmeldung: <https://www.hdf-gp.de>

Organisation: Jaqueline Nötzel, noetzel@hdf-hn.de, Tel. 07161 9605 111

Kosten: 735,- € und 195,- € QEKK

Leistungen: Qualifizierung mit Zertifikat, Verpflegung an Praxistagen, inklusive Arbeitsmaterialien

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, sprechen Sie uns an!

Selbsthilfegruppen

Im Bereich der Selbsthilfegruppen finden sich Menschen zusammen, die den Austausch und die Unterstützung suchen. Diese Gruppen basieren auf den Prinzipien des respektvollen Zuhörens, der Freiwilligkeit und des gegenseitigen Respekts. Sie stehen allen offen. Hier können neue Perspektiven gewonnen, Stärkung erfahren und gemeinsam Lösungen für den Umgang mit schwierigen Situationen entwickelt werden.

ADHS – Selbsthilfe für Erwachsene

Unter ADHS – dem Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Syndrom – leiden nicht nur Kinder. Bei uns findet regelmäßig ein offener Gesprächskreis statt, bei dem sich betroffene Erwachsene und Angehörige mit anderen austauschen können. Organisiert werden die Treffen durch die Regionalgruppe des ADHS Deutschland e.V.

Anmeldungen und Informationen unter adhs-hn@web.de

262H505001 1. Dienstag im Monat, 19:30 – 21:00 Uhr

T21-Familiengruppe

FÜR KINDER MIT DOWN-SYNDROM UND IHRE FAMILIEN

Einmal im Quartal trifft sich die T21-Familiengruppe sonntags im Haus der Familie. Bei den Treffen gibt es die Möglichkeit sich bei Snacks und Getränken, die von den Familien mitgebracht werden, auszutauschen, während die Kinder miteinander spielen können. Alle Familienmitglieder, die Interesse daran haben, sind herzlich zu den Treffen eingeladen.

Besuchen Sie gerne die Homepage unter www.t21-heilbronn.de für weitere Informationen und die aktuellen Termine.

262H505002 1 x im Quartal, sonntags, ab 14:30 Uhr

Kursleitungen (m/w/d)

Wir suchen Verstärkung!



Senden Sie Ihre Bewerbung an
bewerbung.kursleitung@hdf-hn.de

So bringen Sie sich ein

- › Sie lieben es, mit Menschen zu arbeiten und Ihr Wissen weiterzugeben
- › Familienbildung ist Ihre Leidenschaft
- › Sie verfügen über eine unseren Themen entsprechende Ausbildung
- › wenn Sie an Fortbildungen für PEKiP, Musikangebote oder als Eltern-Kind-Gruppenleitung interessiert sind, wenden Sie sich gerne an uns

Aktuell suchen wir Leitungen für Baby-Schwimmkurse, Musikangebote, Eltern-Kind-Gruppenleitungen und waldpädagogische Angebote, doch wir sind immer offen für neue Ideen.

Weitere Infos unter www.hdf-hn.de
oder direkt über den QR-Code.



Kursleiter*innen im Programm 2026

Acker, Sabine	Dipl.-Sozialpädagogin, Mediatorin
Beck, Yvonne	Heilpädagogin (B.A.), Zertifizierte Marte Meo Therapeutin
Becker, Lydia	Babymassage-Leiterin
Belgart, Angelika	Kindheitspädagogin (B.A.), Erziehungsberaterin
Bentzinger, Jan	Diakonische Jugendhilfe Region HN
Berthold, Mandy	Kunsttherapeutin, Kinderyogalehrerin, Yogalehrerin
Beuttenmüller, Carolin	Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, LEFinio-Leiterin
Borrmann, Martina	Osteopathin, Schmerztherapeutin
Bojmic, Marijana	Beraterin Kontaktstelle Frau und Beruf Heilbronn-Franken
Brenner, Birgit	Knigge-Trainerin
Brügel, Dr. med. Ralf-Joachim	Arzt für Kinder- und Jugendmedizin
Burock, Nadine	Eltern-Kind-Gruppenleiterin
Bühler, Svenja	Soziale Arbeit (B.A.), Yogalehrerin
Büttner, Jutta	Dipl.-Psychologin, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg
Daub, Uschi	Selbstbehauptungs-, Selbstverteidigungs- und Antigewalttrainerin
de Nitto, Maria	Sozialpädagogin (M.A.), Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin (i.A.)
Deutsche Rentenversicherung	Peter Abel, Firmenberater
Dingert, Emina	Bindungsorientierte Familienbegleiterin (BFB)
Diehm, Silke	Beraterin Kontaktstelle Frau und Beruf Heilbronn-Franken
Ehmann-Lang, Petra	Erzieherin
Elißer, Claudia	Säuglings- und Kleinkindschwimmtrainerin

Energieagentur Heilbronn	Jeannine Liebhard, Referentin für Klimaschutz und Öffentlichkeitsarbeit
Engelhardt, Regina	Kinderkrankenschwester, Still- und Laktationsberaterin IBCLC („International Board Certified Lactation Consultant“)
Federolf-Kuch, Regina	Naturpädagogin, Naturcoach
Feuerwehr Heilbronn	Christian Stolz, Oberbrandmeister
Filippakis, Janine	Erzieherin, Babymassageleiterin, PEKiP Leiterin
Fischer, Claudia	Dipl.-Heilpädagogin, Beratungsstelle für Familie und Erziehung, Stadt Heilbronn
Firit, Sabine	Dipl.-Sozialpädagogin, PEKiP-Lehrerin
Fleck, Melanie	Dipl.-Sozialpädagogin, PEKiP-Leiterin
Flughafen Stuttgart	Stuttgart Airport Tours
FrauenFinanz-Beratung	Annika Peters, Betriebswirtin (B.Sc.)
FrauenFinanz-Beratung	Yvonne Preisach, Bankkauffrau
FrauenFinanz-Beratung	Dr. Verena Stephan, Wirtschaftswissenschaftlerin, Bankkauffrau
Fritsche, Thomas	Schauspieler, Theater FF
Gläßer, Susanne	Musikgarten-Leiterin
Gockenbach, Anja	Rechtsanwältin
Guth, Martin	Wirtschaftsinformatiker (B.A.Sc.)
Haller, Andreas	Informatiker
Haller, Sofia	Englischdozentin
Häberle, Susanne	Hebamme
Hansert, Julia	Dipl.-Pädagogin, babysignal®-Kursleiterin
Hempfung, Mareike	Sozialassistentin, Trauerbegleitung bei Fehlgeburt
Himmelreich-Lavcanski, Stefanie	Kundalini-Yogalehrerin
Hirn, Matthias	Medienreferent

Hommel, Daniela	Erzieherin
Hotzy, Carina	Erzieherin, Fachwirtin für Organisation und Führung im Bereich Sozialwesen
Jung, Elfriede	Kinderkrankenschwester, Fachberaterin für Emotionelle Erste Hilfe, Integrative Eltern-Säuglings-Kleinkind-Beraterin, PEKiP-Leiterin
Jung, Matthias	Dipl.-Pädagoge
Kanbul, Meneske	Staatliche anerkannte Erzieherin, Fachwirtin für Organisation und Führung
Kapteina, Jennifer	Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin IBCLC („International Board Certified Lactation Consultant“)
Keller, Stefanie	Märchenerzählerin
Kienzle-Müller, Birgit	Physiotherapeutin, Autorin
Kissinger, Marina	Dipl.-Agrar-Ingenieurin
Kloth, Bianca	Jugendgruppenleiterin Grundschule, Musik an & Kopf aus (e.V.)
Kloster, Elisabeth	Fachinformatikerin, Erzieherin
Klein, Hermann	Feldenkrais-Lehrer
Kleppin, Anja	Erzieherin, PEKiP-Leiterin
Koblitz, Elisabeth	Autorin, Journalistin
Kolb, Ingrid	Dipl.-Sozialarbeiterin, PEKiP-Leiterin, Fachberaterin für emotionelle erste Hilfe, Integrative Eltern-Säugling-Kleinkind-Beraterin
Kopitzke, Natalie	Soziale Arbeit (B.A) Schlaf Coachin
Kropp, Angela	Gesundheits- und Krankenpflegerin
Kucharski, Rahel	Wirtschaftsinformatikerin (M.A.), Puppentheaterspielerin
Kuhlmann, Yvonne	Systemische Eltern- und Familienberaterin, traumasensible Coachin, Expertin für die Autonomiephase
Kühner, Katharina	Kindheitspädagogin, Master of Science in Early Life Care

Kühner, Stefanie	Eltern-Kind-Gruppenleiterin
Kühner, Stefanie	PEKiP-Leiterin, Grund- und Hauptschullehrerin
Kurrle, Swea-Karina	Erzieherin
Kurz, Simone	Pädagogische Fachkraft
Küstner, Monika	Lese- und Literaturpädagogin
Lai, Thi Hoai Linh	Software-Ingenieurin
Lamprecht, Anja	Heilpraktikerin, MTRA
Lasinski, Katrin	Akutbegleiterin
Loewe, Stefanie	Kursleiterin für Babymassage und Baby yoga, Stillberaterin, Beikostberaterin
Luithle, Jessica	Sportwissenschaftlerin (B.A.), Fitnesstrainerin
Marian, Christina	Erziehungswissenschaftlerin, PEKiP-Leiterin, Integrative Eltern-Säuglings-Kleinkindberaterin (i.A.)
Mathes, Petra	Musikgarten-Leiterin, LEFinO- und Babymassage-Leiterin
Mazi, Alexandra	Baby- und Kleinkindschwimmtrainerin
Meckl, Johanna	Physiotherapeutin, Kundalini-Yogalehrerin, Dozentin für Physiotherapie in der Gynäkologie
Meyer, Malte	Fachkraft für systemische Beratung und Coaching, Papa-Coach
Michi, Beate	Erzieherin, LEFinO- u. Babymassage-Leiterin, Elternbegleiterin
Mischorr, Sabine	Damenschneiderin, Directrice
Moravek, Anke	Musikgarten-Leiterin
Museum im Deutschhof	Freie pädagogische Mitarbeiterinnen
Nelles, Hans-Georg	Sozialwissenschaftler, Erwachsenenbildner und systemischer Organisationsberater
Nester, Diana	Fachkraft für tiergestützte Therapie
Nöthen, Birgit	Physiotherapeutin, Fitnesstrainerin
Ohligs, Laura	Bindungsorientierte Familienbegleiterin (BFB)

Onken, Lukas	Väter-Coach, Trauerbegleiter und systemischer Coach
Ortelt, Franziska	Sozialarbeit in der Kinder-, Jugend- und Familienhilfe (BA), Systemische Therapeutin und Beraterin
Patriarca, Sibylle	Dipl.-Sozialpädagogin, familylab Seminarleiterin
Popp-Nowak, Justina	Psychologin (M.Sc.), psych. Psychotherapeutin
Probst, Barbara	Kinderkrankenschwester
Ranz, Lea	Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Babymassage-Leiterin, Still- und Laktationsberaterin IBCLC („International Board Certified Lactation Consultant“)
Rath, Monika	Digitaltraining-Referentin für Baden-Württemberg
Robert-Mayer-Sternwarte	Thomas Stingl
Rommel, Tanja	Erzieherin, LEFinio-Leiterin
Rosen, Hans	Imker
Ross, Diana und Joachim	Dozenten für Coding und Robotik, ROKI - Robotic4Kids
Seyboth, Felix	Musiklehrer, Musik an & Kopf aus (e.V.)
Schaber, Eva	Pädagogin, Politologin, Mediatorin, KOMPASS Hochsensibilität
Schiefer, Svenja	Kundalini-Yogalehrerin
Schmidt, Alina	HypnoBirthing-Leiterin
Schmitt, Roland	Notfall- und Sanitätsausbilder, Mentor, PSNV-Peer
Schmölz, Philipp	Soziale Arbeit (B.A.) BerTA Stuttgart
Schneider, Andreas	Ausgebildeter Bogensportleiter (DFVB)
Schneider, Yvonne	Lebenskompetenz- und Resilienztrainerin
Schöbinger, Claudia	Bindungsorientierte Familienbegleiterin (BFB)

Schütz, Claudia	Dipl. Sozialarbeiterin (FH), Dipl. Sozialpädagogin
Schuster, Kay	Dipl.-Sozialpädagoge, Systemischer Elterncoach
Sektion DAV Heilbronn	Trainerinnen/Trainer
Somers, Daniela	Gärtnerin, Kräuterpädagogin
Soppa, Corina	Yoga-Lehrerin
Stadtmuseum Neckarsulm	Katja Amand, Museumpädagogin
Stratmann, Jonas	Sozialpädagoge (BA)
Strecker, Natalie	Psychologin (B.Sc.), psychologische Beraterin
Stricker, Martin	Papa-Coach, Trainer für Gewaltfreie Kommunikation, zertifizierter Business Trainer, Coach & Change Management Consultant
Suditsch, Bettina	Dipl.-Betriebswirtin
Tanzschule Tanztraum	Svenja Jung, Tanzpädagogin, fitdankbaby®-Trainerin
Uphagen, Monika	Erzieherin
Viewchanger	Melanie Gutöhrlein, Tanztrainerin
Voellner, Silke	Systemischer Elterncoach, Lehrerin
VZBW e.V.	Bettina Bißwanger, Beraterin Altersvorsorge, Banken und Kredite
Wagner, Helen	Eltern-Kind-Gruppenleiterin, LEFinio-Leiterin
Weiß, Simone	Gesundheitscoach für Ernährung und Psyche
Weißhardt, Belinda	Dipl.-Sozialpädagogin, PEKiP-Leiterin
Zepernick, Kerstin	Sportpädagogin, Fitnesstrainerin

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Anmeldung

Zu allen Kursen, auch zu Einzelveranstaltungen, ist eine vorherige Anmeldung erforderlich. Mit der Anmeldung gelten unsere Teilnahme- und Geschäftsbedingungen. Sie können sich schriftlich, per Post, per E-Mail oder im Internet mit Erteilung einer Bankeinzugsermächtigung anmelden. Eine persönliche Anmeldung ist während unserer Geschäftszeiten möglich. Eine telefonische Anmeldung setzt die Zustimmung zum Bankeinzugsverfahren voraus. Die Anmeldungen werden von uns in der Reihenfolge des Eingangs bearbeitet.

Nur wenn uns Ihre E-Mail-Adresse vorliegt, erhalten Sie eine Anmeldebestätigung. Bei Überbelegung oder Kursabsage werden Sie von uns per Mail benachrichtigt.

Durchführung

Das Haus der Familie ist berechtigt, bei einer Veranstaltung, die sowohl in Präsenz als auch live-online angeboten wird, kurzfristige Änderungen hinsichtlich des Formats - Präsenzanteile/digitale Anteile - vorzunehmen.

Mit der Anmeldung zu einer Live-Online-Veranstaltung erklären die Teilnehmer*innen die Zustimmung zur Nutzung der jeweiligen Programm-Software und den damit verbundenen Datenschutzrisiken.

Ein Mitschnitt von Live-Online-Seminaren ist nicht gestattet. Erfolgt dies trotzdem, kann dies rechtliche Konsequenzen haben.

Gebühren

Die Kursgebühren sind im Heft jeweils angegeben. Kurse können bei Unterbelegung abgesagt, nach Absprache mit den Teilnehmer/innen gekürzt oder im Preis erhöht, sowie bei gleicher Thematik zusammengelegt werden.

Die Kosten für Lehr- und Arbeitsmaterial sind beim jeweiligen Kurs vermerkt.

Kosten, die durch fehlerhafte Angaben bei der Bankverbindung oder nicht ausreichender Kontodeckung entstehen, gehen zu Lasten der/des KontoinhaberIn/-inhabers.

Ermäßigungen

Arbeitssuchende erhalten eine 25%ige Ermäßigung auf die Kursgebühr, Schüler, Auszubildende und Studierende ebenfalls 25% auf Erwachsenenkurse. Gebührenermäßigungen bedürfen des Nachweises durch die Antragsteller/innen. Bitte fügen Sie den Nachweis bei der Anmeldung bei.

Für Zwillinge in Begleitung einer erwachsenen Person in Eltern-Kind-Gruppen und PEKiP/LEFINO, sowie Geschwisterkinder im Musikgarten, die nur von einer erwachsenen Person begleitet werden, entstehen für das zweite Kind 50% der gesamten Gebühren. Wenn beide Eltern oder eine zweite Betreuungsperson am gesamten Kurs teilnehmen, gelten Zwillinge als Einzelkinder. Wir erheben dann die doppelte Gebühr. Zuschuss: „Bildung und Teilhabe“ siehe

www.hdf-hn.de/service/#foerderung-und-ermaessigungen

Abmeldung

Abmeldungen müssen persönlich, schriftlich oder per Mail erfolgen – das Datum des Poststempels/Eingangsdatum zählt. Ein Rücktritt ist bis 14 Tage vor Kursbeginn mög-

lich. Die Kursgebühr entfällt, wir berechnen jedoch eine Verwaltungsgebühr in Höhe von 5,- €. Bei Kursen mit Kursgebühren bis 10,- € beträgt die Verwaltungsgebühr 1,50 €. Bei späterer Abmeldung berechnen wir 50 % der Gesamtkursgebühr sowie die gesamten Material- und Lebensmittelposten. Mit Kursbeginn ist die Kursgebühr in voller Höhe fällig. Ein Wechsel der Kursleitung berechtigt nicht zum Rücktritt.

Abmeldung ganztägige Ferienbetreuung

Für unsere ganz- und mehrtägigen Ferienbetreuungen „Mit Spaß in die Ferien“ in den Oster-, Pfingst-, Sommer- und Herbstferien gelten folgende Stornobedingungen:

Bei einer Abmeldung bis 8 Wochen vor Beginn des Betreuungsangebots wird eine

Abmeldegebühr von 10,00 Euro pro Kind und Betreuungsangebot fällig.

Bei einer Abmeldung ab 8 bis 2 Wochen vor Beginn des Betreuungsangebots wird eine Abmeldegebühr von 50 Prozent des Gesamtbetrages pro Kind und Betreuungsangebot fällig.

Bei einer Abmeldung ab 14 Tage vor Beginn des Betreuungsangebots wird eine Gebühr von 100 Prozent des Gesamtbetrages pro Kind und Betreuungsangebot fällig. Diese Regelungen gelten auch im Krankheitsfall.

Haftung

Für Unfälle während der Kurse oder auf dem Weg vom und zum Kursort sowie für den Verlust oder die Beschädigung von Gegenständen übernimmt das Haus der Familie gegenüber den TeilnehmerInnen keine Haftung.

Aufsichtspflicht

Bei allen Eltern-Kind-Veranstaltungen verbleibt die Aufsichtspflicht bei den Eltern bzw. den Begleitpersonen.

Widerrufsbelehrung

Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, Email) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Informationspflichten gemäß Artikel 246 § 2 in Verbindung mit § 1 Absatz 1 und 2 EGBGB, jedoch nicht vor Erfüllung unserer Pflichten gemäß § 323g Absatz 1 Satz 1 BGB in Verbindung mit Artikel 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an: Haus der Familie gGmbH, Erich-Mendelsohn-Straße 1C, 74076 Heilbronn.

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beidseits empfangenen Leistungen zurück zu gewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangenen Leistungen sowie Nutzungen (z. B. Gebrauchsvorteile) nicht oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren beziehungsweise herausgeben, müssen Sie uns insoweit Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit dem Empfang.

Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.
Amtsgericht Stuttgart HRB 747793

Datenschutzerklärung

.....

Die Datenschutzerklärung finden Sie auf unserer Homepage unter:
<https://hdf-hn.de/datenschutz/>

ANZEIGE SCHWEIKERT

Impressum

Hrsg.: Haus der Familie Heilbronn gGmbH
Produktion: Hammer Media GmbH, Heilbronn
Druck: Druckerei Schweikert, Obersulm
Auflage: 3.500 Stück
Titelfoto: Adobestock.com/Ananassk

Das Programm erscheint zweimal jährlich.

**HAST
DU DIE
FRAGEN
ZU ALL**

**UNSEREN
ANTWORTEN?**

**Deutschlands größtes
Science Center.**

www.experimenta.science