

EINANDER BEGEGNEN

SEIN – im Jetzt und Hier

Wir nehmen uns bewusst Zeit, um zur Ruhe zu kommen, uns selbst zu spüren und neue Kraft zu schöpfen. Dich erwarten Stille, inspirierende Impulse, bewegende Momente und wertschätzender Austausch. Körper, Geist und Seele dürfen entspannen.

Dieser Tag lädt dich ein dir selbst Aufmerksamkeit zu schenken und gestärkt in den Alltag zurückzukehren.

Leitung: Nicole, Heilpraktikerin & Meditationsbegleiterin
Tina, Heilpraktikerin & Körpertherapeutin

- **Samstag, 27.06.2026, 10:00 – 16:00 Uhr**
- **mit Anmeldung**

LEGO® - AG für Kinder (6-12 Jahre)

Beim gemeinsamen Bauen entstehen kreative Werke, neue Ideen und Gemeinschaft. Ob Kinder, Eltern oder Großeltern: alle sind willkommen, mitzuwirken, Zeit miteinander zu genießen oder sich gegenseitig zu entlasten.

- **samstags, wöchentlich (Start: 18.04.2026), 9:30-11:00 Uhr**

Gemeinsames Singen

Singen hebt die Stimmung, baut Stress ab und stärkt das Gedächtnis. In unserer Gruppe erleben Sie Gemeinschaft und die berührende Kraft der Musik. Vorkenntnisse sind nicht nötig, alle sind willkommen. Im Mittelpunkt stehen Freude am Singen und das Miteinander.

Leitung: Ursula König, Gruppenleiterin

- **mittwochs, wöchentlich, 15:30 bis 17:00 Uhr**



Elterncafé für Familien mit Kindern

Wir bieten Müttern, Vätern und Bezugspersonen einen offenen Treffpunkt zum Austausch, Kennenlernen und Verweilen. Wir kommen ins Gespräch, während die Kinder spielen. Wir singen, basteln und genießen die Auszeit vom Alltag. Unsere pädagogische Fachkraft beantwortet individuell Ihre Fragen.

Leitung: Louisa Fehlau, stud. Kindheitspädagogik

- **mittwochs, wöchentlich, 9:30 – 11:30 Uhr**

Farbenzauber für kleine Künstler mit Eltern

Kinder von 1 bis 6 Jahren entdecken gemeinsam mit ihren Eltern spielerisch die Welt der Farben. Mit Pinseln, Händen, Schwämmen und verschiedenen Materialien können sie frei auf großen und kleinen Papierflächen experimentieren. Im Mittelpunkt steht der kreative Prozess: fühlen, mischen, klecksen und gemeinsam Spaß haben.

Leitung: Heidrun Kroeger-Koch, Kindheitspädagogin

- **mittwochs, 29.04., 17.06. und 23.09.2026, jeweils 10:00 – 11:30 Uhr**
- **Anmeldung erforderlich**

Krabbelkreis für Mamas und Papas mit Kindern von 0-1 Jahr

Gemeinsam entdecken, spielen und staunen. Unsere Krabbelgruppe bietet Ihnen und Ihrem Baby einen liebevollen Raum für erste Spiele- und Sinneserfahrungen. Sie können in den Austausch mit anderen Eltern kommen und Ideen für gemeinsame Aktivitäten bekommen.

Leitung: Sophie-Lotte Immanuel, Pfarrerin
Sophie-Lotte.Immanuel@ekhn.de

- **donnerstags, wöchentlich, 10:00 – 11:30 Uhr**

Das Evangelische Familienzentrum Ober-Mörlen bietet Menschen aller Altersgruppen Räume der Begegnung. Wir stärken das Miteinander. Wir beraten in unterschiedlichen Lebenslagen und können dabei auf kompetente Partner zurückgreifen. Wir bieten Bildungsangebot, die breit gefächert sind. Wir engagieren uns dafür, dass alle Menschen in unserer Stadt am gesellschaftlichen Leben teilhaben.

Wir freuen uns, Sie bei uns zu begrüßen!

Shiba Bühlmeyer (Geschäftsführerin)
Heidrun Kroeger-Koch (Kordinatorin)
Sophie-Lotte Immanuel (Pfarrerin)

Während der Ferien pausieren unsere Angebote. Die Angebote sind kostenfrei.

Offener Familientreff für Eltern mit Kindern von 1-3 Jahren

Kommen Sie vorbei und genießen Sie in entspannter Atmosphäre den Austausch mit anderen Eltern und Kindern. Wir treffen uns in gemütlicher Umgebung mit Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten. Egal, ob Sie neue Kontakte knüpfen oder einfach eine schöne Zeit mit Ihrem Kind verbringen möchten - bei uns sind alle herzlich willkommen.

Leitung: Sophie-Lotte Immanuel, Pfarrerin
Sophie-Lotte.Immanuel@ekhn.de

- **donnerstags, 14-tägig, 15:30 – 17:00 Uhr**

Evangelisches Familienzentrum Ober-Mörlen

Nauheimer Str. 18, 61239 Ober-Mörlen



<https://familienzentren-wetterau.ekhn.de/>



Heidrun Kroeger-Koch

Tel.: 0151 463 555 85

kroeger-koch@familienbildungwetterau.de
Gerne nehme ich Ihre Anmeldung entgegen.

Alle Angebote finden im Ev. Gemeindehaus, Nauheimer Str. 18, 61239 Ober-Mörlen, statt.

Spendenkonto:

Ev. Familienbildung Wetterau
IBAN: DE 46 5185 0079 0050 0104 06
Betreff: 523005 FamZe Wölfersheim

Träger des Evangelischen Familienzentrums Ober-Mörlen ist das Ev. Dekanat Wetterau in enger Kooperation mit der Ev. Familienbildung Wetterau sowie enger Zusammenarbeit mit der Gesamtkirchengemeinde Bad Nauheim & Ober-Mörlen.

Kooperationspartner:

Viele unserer Veranstaltungen werden durch Kooperationspartner unterstützt. Dazu gehören das Land Hessen, die Frühen Hilfen „Wohlbehaltens aufwachsen in der Wetterau“, Gemeinwesenarbeit und Quartiersmanagement Treff Degerfeld und die Kita der Ev. Markusgemeinde.



Angebote

für alle Menschen unserer Gemeinde

Bildung

Begleitung

Begegnung

Beratung



Gefühle begleiten & verstehen

Wut, Trauer, Angst oder überschäumende Freude – Kinder bis 6 Jahre erleben Gefühle besonders intensiv. In diesem Workshop erfahren Eltern, wie sie die großen Gefühle ihrer Kinder besser verstehen und sie einfühlsam und sicher begleiten können.

Mit alltagstauglichen Impulsen und praktischen Beispielen stärken Sie die emotionale Entwicklung Ihres Kindes – und Ihre eigene Gelassenheit im Familienalltag.

Leitung: Edina Weth-Weil, Dipl. Pädagogin

- **Mittwoch, 20.05.2026, 16:00 – 18:00 Uhr**
- **mit Anmeldung**

„Wut tut gut“ – Starke Emotionen verständnisvoll begegnen

Der verständnisvolle Umgang mit kindlicher Wut ist häufig eine der größten Herausforderungen für Eltern und Erzieher. Das passende Rezept für jeden Wutanfall habe ich nicht, aber ich möchte an diesen Abend mit Ihnen genau anschauen, was da gerade in dem kleinen „Rumpelstilzchen“ abläuft und warum es ganz oft überhaupt nichts bringt, an seine Vernunft zu appellieren.

- Leitung: Mechthild Schenk, Erzieherin
- **Mittwoch, 21.10.2026, 19:30 – 21:30 Uhr**
 - **mit Anmeldung**

Mein Kind kommt in die Pubertät

Eine Zeit großer Veränderungen für Kinder ebenso wie für Eltern. Gefühle schwanken, Grenzen werden getestet und vertraute Regeln scheinen plötzlich infrage gestellt.

Wir bieten Orientierung in einer herausfordernden Lebensphase. Hintergrundwissen zu körperlichen, emotionalen und sozialen Entwicklung von Jugendlichen und es gibt praxisnahe Impulse für den Familienalltag.

Im Mittelpunkt stehen Verständnis, wertschätzende Kommunikation und der Umgang mit Konflikten.

Leitung: Edina Weth-Weil, Dipl. Pädagogin

- **Dienstag, 24.11.2026, 16:00 – 18:00 Uhr**
- **mit Anmeldung**

Immunsystem selbst stärken

Das Immunsystem muss funktionieren, damit wir gesund bleiben – die „Abwehr“ hat nicht funktioniert, wenn eine Krankheit von uns Besitz ergreift, das ist allgemein bekannt. Doch an welchen Orten findet diese Abwehr überall statt? Wer sind die „verteidigenden“ Strukturen? Wer reguliert das Ganze? Wie kann ich Einfluss darauf nehmen und mein Immunsystem stärken? Durch einfache Übungen und kleine Veränderungen im Alltag, die jeder Zuhörende nach diesem Vortrag direkt und ohne Hilfsmittel ausführen kann, werden die Ausführungen unterstützt.

- Leitung: Tina Ohl, Heilpraktikerin
- **Mittwoch, 28.10.2026, 19:00 – 20:00 Uhr**
 - **mit Anmeldung**



Genießen, lernen und verbinden

Ob Smartphone, Tablet oder Internet: Digitale Medien sind aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken. Unser richtet sich an Menschen, die den Umgang mit digitalen Geräten verständlich und praxisnah erlernen oder vertiefen möchten. In kleinen Gruppen und angenehmer Lernatmosphäre vermitteln erfahrene Kursleitungen grundlegende Kenntnisse – vom Bedienen von Smartphone und Tablet über E-Mail und Videotelefonie bis hin zu Online-Sicherheit und Datenschutz.

Ziel ist es, Berührungspunkte abzubauen, die digitale Teilhabe zu stärken und mehr Selbstständigkeit im Alltag zu ermöglichen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich; individuelle Fragen und das eigene Lerntempo stehen im Mittelpunkt.

Leitung: Sven Reuss, Techniker und IT-Experte

- **montags, wöchentlich, 10:00 – 11:30 Uhr**

Wie gehen wir mit digitalen Medien um?

Digitale Medien gehören längst zum Alltag unserer Kinder – doch wie können Eltern sie dabei begleiten? Sie erhalten einen verständlichen Überblick über Chancen und Risiken der digitalen Mediennutzung. Wir sprechen über altersgerechte Regeln, Schutzmöglichkeiten, sinnvolle Einstellungen, erste Erfahrungen mit Smartphones & Co. sowie die Förderung eines gesunden und selbstbewussten Umgangs mit Internet, Spielen und Sozialen Netzwerken. Der Vortrag bietet praktische Tipps, gibt Raum für Fragen und unterstützt Sie dabei, Ihr Kind sicher in der digitalen Welt zu begleiten.

Leitung: Chantal Francisco de Sousa, Dipl. Pädagogin

- **Dienstag, 14.04.2026, 18:00 – 20:00 Uhr**
- **Dienstag, 20.10.2026, 18:00 – 20:00 Uhr**
- **mit Anmeldung**

Babysitter-Diplom

Möchtet ihr gerne kleine Kinder betreuen und damit euer Taschengeld etwas aufbessern, seid aber unsicher, wie man mit ihnen umgeht? Seid Ihr bereits Babysitter und sucht nach neuen Spielideen und möchtet mehr über die Entwicklung und die Bedürfnisse von Kindern wissen?

Im Babysitterkurs gibt es viele Anregungen zur Beschäftigung mit Kleinkindern. Ihr lernt einiges über die körperliche und seelische Entwicklung 0- bis 5-jähriger Kinder, das Wichtigste über Erste Hilfe und Unfallverhütung. Zusätzlich bekommt ihr auch Tipps und Anregungen für schwierige Erziehungssituationen.

Am Kursende gibt es ein Babysitterdiplom. Zwischendurch gibt es eine Pause, bitte Getränke und Snack selbst mitbringen.

Leitung: Mechthild Schenk, Erzieherin

- **Samstag, 13.06.2026, 9:30 – 16:00 Uhr**
- **mit Anmeldung**

UNTERSTÜTZUNG FINDEN

Offenes Ohr

Ein erstes Gespräch in einer herausfordernden Lebenssituation kann einen neuen Blick auf die Situation ermöglichen. So kann die Entscheidung leichter fallen, wie es weitergehen soll. Sollte im Gespräch ein weiterer Bedarf an Unterstützung erkennbar sein, wird gemeinsam überlegt, welche Stelle weiterhelfen kann.

- Leitung: Heidrun Kroeger-Koch, Kindheitspädagogin
- **mittwochs, wöchentlich, 9:30 – 11:00 Uhr**
 - **kostenfrei**

Telefonische Beratung

Rufen Sie uns an, um eine schnelle und unkomplizierte Hilfe und Unterstützung zu erhalten. In schwierigen Lebenslagen, bei Erziehungsfragen oder wenn gerade einfach alles Zuviel ist, stehen wir Ihnen zur Seite. Wir unterstützen Sie dabei, eine neue Perspektive einzunehmen und neue Wege zu finden.

Beratung: Heidrun Kroeger-Koch
0151 46355585

- **dienstags, wöchentlich, 11:00 – 12:30 Uhr**

Erfolgreich durch den Alltag

Diese beiden kostenfreien Elternabende richtet sich an Eltern, die bereits mitten im Thema ADHS/Hyperaktivität stehen und nach konkreten Lösungen und alltagstauglichem Handwerkszeug suchen. Basiswissen wird hier nicht vermittelt – stattdessen geht es darum, wie Sie im Alltag eine Atmosphäre der Wertschätzung und positiven Führung schaffen können, die Ihrem Kind hilft, sich selbst als gesehen, wirksam und kompetent zu erleben.

Leitung: Edina Weth-Weil, Dipl. Pädagogin

- **Dienstag, 09.06.2026 & Freitag 26.06.2026**
jeweils 16:00-18:00 Uhr
- **Mittwoch, 23.09.2026 & Mittwoch, 30.09.2026**
jeweils von 16:00-18:00 Uhr
- **mit Anmeldung**

Achtsamkeits-Workshop

Entdecke praktische Techniken, um Stress abzubauen und bewusster zu leben. Lass Dich überraschen, wie dir Gegenstände aus dem Alltag oder der Natur helfen können, Achtsamkeit zu üben. Ideal für alle, die ihr Wohlbefinden steigern möchten. Starte jetzt Deinen Weg zu mehr Achtsamkeit!

- Leitung: Susanne Oettinger, Achtsamkeitstrainerin
- **Samstag, 14.03.2026, 10:30 – 12:00 Uhr**
 - **Samstag, 05.09.2026, 10:30 – 12:00 Uhr**
 - **mit Anmeldung**