

FAMILIENZENTRUM



EVANGELISCHES
FAMILIENZENTRUM
OBER-RAMSTADT

UNSER PROGRAMM

- ▶ KURSE
- ▶ WORKSHOPS
- ▶ TREFFEN
- ▶ PEKIP
- ▶ UND VIELES MEHR

1. 2025
HALBJAHR

HERZLICH WILLKOMMEN!

Das Evangelische Familienzentrum Ober-Ramstadt lädt ALLE ein zum Dabeisein und Mitmachen!

Das Evangelische Familienzentrum Ober-Ramstadt ist für alle Menschen in der Stadt offen – unabhängig von Herkunft, Glauben und Konfession. Es gibt eine Vielfalt an Veranstaltungen bei denen die Generationen von »Jung und Alt« sich füreinander einsetzen und teilen, was ihnen anvertraut ist an Zeit, Kraft, Liebe und Wissen oder handwerklichem Geschick. So werden Menschen gestärkt und erleben Gemeinschaft. Kommen auch Sie vorbei, machen Sie mit und bringen Sie sich ein. Neue Ideen sind gerne willkommen!

Ich freue mich auf Sie!

Ihre Christa Hermann



FÜR KINDER

VON 0 – 3 JAHREN MIT BEGLEITPERSON

KRABEL- UND SPIELKREISE

Eltern mit Kindern von 0–2 Jahren treffen sich in **selbst organisierten Gruppen** zum Spiel und Austausch. Es gibt die Möglichkeit, sich in dem kindgerecht gestalteten Raum einer bestehenden Gruppe anzuschließen oder auch neue Gruppen zu bilden.

Ort: Ev. Gemeindezentrum (GZE),
Danziger Str. 1, Ober-Ramstadt

Kontakt: eiche-krabbelgruppen@evkgor.de

PEKIP – IM 1. LEBENSJAHR

Im warmen Raum werden die Babys ganz ausgezogen, da sie sich so intensiv bewegen. In der Gruppe machen sie erste Erfahrungen mit Gleichaltrigen. Eltern tauschen sich aus und besprechen für sie wichtige Themen. Die Teilnahme am Eltern-Info-Abend ist Voraussetzung für die Kursteilnahme.

Ort: Ev. GZE, Danziger Str. 1, Ober-Ramstadt

Kosten: 100,- € (Elternabend + 8 Treffen á 1,5 h)

Anmeldung: familienzentrum.ober-ramstadt@ekhn.de
oder 0157 88280555

FRÜHSTÜCK & TREFFEN MIT MASITHI

Kinder (von 0–3 Jahren) und Begleitpersonen können gemeinsam frühstücken, spielen und sich austauschen. Es gibt einen kurzen Impuls mit der Handpuppe Masithi.

Termine: Mittwoch, 22.01., Dienstag, 01.04. und
Donnerstag, 26.06.

von 10:00 Uhr – ca. 12:00 Uhr

Ort: Ev. GZE, Danziger Str. 1, Ober-Ramstadt

Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, eine Spende ist willkommen

Anmeldung: familienzentrum.ober-ramstadt@ekhn.de
oder Tel. 0157 88280555

GRUNDSCHULKINDER

WEBEN FÜR KINDER AB 6 JAHREN

Leitung: Anja Ritter, Handwebmeisterin

Kinder im Grundschulalter werden in das Geheimnis des Webens eingeführt: Von der Planung, über die Umsetzung bis zur Fertigstellung des Werkes wird das Umsetzen der eigenen Ideen begleitet. Die Webrahmen und das Material werden gestellt.

Termine: Donnerstags, 30.01., 06.02., 13.02. und 20.02.
von 14:45 – 16:00 Uhr

Ort: Ev. GZE, Danziger Str. 1, Ober-Ramstadt

Kosten: 2,- € (Materialbeitrag pro Nachmittag)

Anmeldung: www.sieboerger.de/anmeldeformular

KINDERGOTTESDIENST

Zusammenkommen am Sonntagmorgen, gemeinsam biblische Geschichten hören, gemeinsam singen, spielen, basteln – das und noch mehr ist Kindergottesdienst!

Für Kinder im Alter von vier bis zwölf Jahren.

Termine: Sonntags, von 9:45 Uhr – ca. 12:00 Uhr
26.01., 23.02., 23.03. und 29.06.

Ort: Ev. Gemeindezentrum Eiche,
Danziger Str. 1, Ober-Ramstadt

Kontakt: Pfarrerin Nicola Bültermann-Bieber,
nicola.bueltermann-bieber@ekhn.de
oder Tel. 06154 635784

DINNER FÜR KINNER

Gemeinsam mit den Landfrauen kochen Kinder ab 6 Jahren. Mit viel Spaß erfahren die Kinder, dass die Zubereitung von gesundem Essen, mit frischen Zutaten schnell von der Hand geht.

Termin: Mittwoch, 19.03., 15:30 Uhr – ca. 18:30 Uhr

Ort: Ev. GZE, Danziger Str. 1, Ober-Ramstadt

Kosten: 5,- € für die Zutaten

Anmeldung: bis 07.03. familienzentrum.ober-ramstadt@ekhn.de
oder 0157 88280555

Bitte beachten: die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

PFADFINDER

Sippe Feuerhörnchen (Jahrgang 2006/07)

Donnerstags, 17:00 Uhr

Sippe Flughörnchen (Jahrgang 2008/09)

Dienstags, 16:00 Uhr

Sippe Axolotl (Jahrgang 2010/11)

Dienstags, 17:00 Uhr

Waldläufer*Innen Runde (ab 16 Jahre)

Donnerstags, 18:30 Uhr in Ober-Ramstadt

Meute Pinguin (6 – 10 Jahre)

Freitags, 16:30 Uhr

Treffpunkt: Prälat-Diehl-Haus, Grafengasse 15,
Ober-Ramstadt, Eingang über den Pfarrhof
Kontakt: stamm.wikinger@googlemail.com oder
Tel. 0151 15724009

BASAR DER EV. KITA PFARRGARTEN

Der Elternbeirat organisiert einen vorsortierten Basar. Angeboten werden alle Dinge rund ums Kind mit Kleidung von Größe 44 - 176, Spielsachen, Fahrzeuge und vielem mehr.

Termine: Samstag, 22.03., 12:00 – 15:00 Uhr
Einlass für Schwangere und Eltern mit Kindern
bis zu 6 Monaten: ab 11:30 Uhr

Ort: Stadthalle, Entengasse 2, Ober-Ramstadt

Anmeldung: www.basarlino.de/EW75

Kontakt: elternbeirat.kita.pfarrgarten@evkgor.de

BASAR DES EV. KINDER- UND FAMILIENZENTRUMS EICHE

Der Elternbeirat lädt ein zum Kindersachenbasar »Rund ums Kind«, mit Kinderkleidung, Spielsachen, Kuchenbuffet und Getränken.

Termine: Samstag, 17.05. von 12:30 – 15:30 Uhr
Einlass für Schwangere und Eltern mit Kindern
bis zu 6 Monaten ab 12:00 Uhr

Ort: Stadthalle, Entengasse 2, Ober-Ramstadt

Anmeldung: elternbeirat.kita.eiche@gmail.com

FÜR KLEIN UND GROSS

MIT MÄNNERN AM WERK

Für Kinder in Begleitung von Papas, Opas, Paten

Leitung: Elke Colón-Michel und Christa Hermann

Zum Thema »Es bewegt sich was« werden wir kreativ werkeln.

Termin: Samstag, 15.02. von 15:00 – ca. 17:00 Uhr

Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, eine Spende ist willkommen

Ort: Ev. GZE, Danziger Str. 1, Ober-Ramstadt

Anmeldung: Christa Hermann, familienzentrum.ober-ramstadt@ekhn.de
oder Tel. 0157 88280555

KREATIV-WERKSTATT

Leitung: Elke Colón-Michel und Christa Hermann

Kleine und große Leute entdecken ihre künstlerischen Fähigkeiten.

Kinder ab vier Jahren (in Begleitung von Erwachsenen), Grundschul Kinder, Jugendliche oder Erwachsene allen Alters sind eingeladen mitzumachen!

Termin: Freitags, 15:00 – ca. 17:00 Uhr
17.01., 21.03. und 16.05.

Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, eine Spende ist willkommen

Ort: Ev. GZE, Danziger Str. 1, Ober-Ramstadt

Anmeldung: Christa Hermann, familienzentrum.ober-ramstadt@ekhn.de
oder Tel. 0157 88280555

KLITZEKLEINE BÜCHEREI

Das Bücherei-Team hat entschieden, das Ausleihen ohne feste Öffnungszeiten beizubehalten. So können Familien und Grundschul Kinder immer, wenn im Ev. Gemeindezentrum Eiche eine Veranstaltung ist (z. B. Flöten, Kreativ-Werkstatt oder am Morgen ein Krabbel- oder Spielkreis) in der klitzekleinen Bücherei lesen, stöbern und selbständig Bücher ausleihen. Die Rückgabe erfolgt ebenso. Wer gerne Beratung möchte oder ganz sicher sein will, dass der Weg sich lohnt und jemand im Haus ist, schreibt uns eine kurze E-Mail.

Kontakt: buecherei@evkgor.de

Ort: Ev. GZE, Danziger Str. 1, Ober-Ramstadt

NATURNACHMITTAGE

Leitung: Ute Schöttner

In der Natur spielen, Tiere und Pflanzen erkunden und miteinander eine spannende, aber entspannte Zeit haben! Familien bringen Getränke und Snacks selbst mit.

Termine: Winterspaziergang

Samstag, 22.02. von 15:00 – 18:00 Uhr

Schon Frühling?

Samstag, 29.03. von 15:00 – 18:00 Uhr

Ort: Bibelgarten, Grabengasse 22, Ober-Ramstadt

Der Eingang ist unterhalb der KiTA-Pfarrgarten

Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, eine Spende ist willkommen

Anmeldung: naturnachmittag@evkgor.de

oder Tel. 0151 59454706 (werktags ab 16.30 Uhr)

Anmeldung bis eine Woche vor dem Termin.

BÜHNE FREI: THEATERAUFFÜHRUNG

Leitung: Olga Kindzer

Eine ukrainische Theatergruppe führt ein Stück in deutscher Sprache auf. Kinder und Jugendliche aus der Ukraine proben regelmäßig und entwickeln ihre Theaterstücke selbst. Sie wollen zeigen was sie können!

Termine: Sonntag, 18.05. um 16:00 Uhr

Ort: Prälat-Diehl-Haus, Grabengasse 20, Ober-Ramstadt

Kosten: Die Aufführung ist kostenfrei, eine Spende ist willkommen



FÜR ERWACHSENE & SENIOREN

NEUJAHRSTREFFEN

Leitung: Ute Schöttner

In gemütlicher Runde wollen wir das neue Jahr begrüßen. Sie dürfen sich mit kulinarischen Köstlichkeiten an einem »Bring & Share Buffet« beteiligen. Für edle Tropfen zum Anstoßen ist gesorgt.

Termin: Samstag, 11.01. um 19:00 Uhr

Ort: Ev. GZE, Danziger Str. 1, Ober-Ramstadt

Kosten: Keine, eine Spende ist willkommen

Anmeldung: naturnachmittag@evkgor.de
oder Tel. 0151 59454706 (werktags ab 16.30 Uhr)
Anmeldung bis eine Woche vor dem Termin.

SMARTPHONE/TABLET/PC-HILFE

Leitung: Franz Ruffer

Hilfe bei Anwendungsfragen (z. B. Wie kann ich eine E-Mail verschicken? Fotos versenden u. a.) und bei technischen Problemen am Smartphone (Handy), Tablet oder Notebook/Laptop.

Termine: Montags, 13.01., 03.02., 03.03., 07.04., 05.05., 02.06.
von 14:00 – 17:00 Uhr

Ort: Ev. GZE, Danziger Str. 1, Ober-Ramstadt

Kosten: Keine, eine Spende ist willkommen

Anmeldung: handy-hilfe@evkgor.de oder Tel. 0151 41247520
Telefonisch können Termine auch individuell vereinbart werden. Hausbesuche sind nicht möglich.

HANDARBEIT IN GESELLSCHAFT

Leitung: Gabi Gottschalk

Sowohl fortgeschrittene Handarbeitsbegeisterte, als auch Menschen die neugierig sind und es immer schon lernen wollten, treffen sich zum gemeinsamen Stricken, Häkeln oder zu anderen Handarbeiten.

Termine: Samstags, 18.01., 08.02., 08.03., 12.04., 14.06.
von 15:00 – ca. 18:00 Uhr

Ort: Ev. GZE, Danziger Str. 1, Ober-Ramstadt

Kosten: Keine, eine Spende ist willkommen

Anmeldung: Gabi Gottschalk,
stricken-haekeln@evkgor.de oder Tel. 0177 8020566

INTERNET FÜR SPÄTEINSTEIGER UND ALLE, DIE WISSEN WOLLEN, WIE ES FUNKTIONIERT

Leitung: Franz Ruffer

Kurze Einführung mit viel praktischem Ausprobieren.

Termine: Montag, 27.01. von 14:00 – ca. 17:00 Uhr

Ort: Ev. GZE, Danziger Str. 1, Ober-Ramstadt

Kosten: Keine, eine Spende ist willkommen

Anmeldung: handy-hilfe@evkgor.de oder Tel. 0151 41247520

TANZABENDE FÜR FRAUEN

Leitung: Petra Reeg-Herget, Entspannungstrainerin, Tanzanleiterin für meditativen Kreistanz und kreativen Tanz

Wir tanzen einfache, leicht erlernbare Kreistänze. Die Tänze orientieren sich an jahreszeitlichen Themen und enthalten sowohl folkloristische als auch sakrale Elemente. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Bitte bequeme Kleidung, leichte Schuhe und etwas zu trinken mitbringen.

Termine: Mittwochs, 15.01., 12.02., 12.03., 9.04., 14.05. und 11.06.
von 19:30 – 21:00 Uhr

Ort: Ev. GZE, Danziger Str. 1, Ober-Ramstadt

Kosten: Keine, eine Spende ist willkommen

Anmeldung: kreistanz@evkgor.de

LECKERES AUS DER KÜCHE

Leitung: Elke Colón-Michel

Gemeinsam werden gesunde und schmackhafte Gerichte zubereitet, die dann miteinander in gemütlicher Runde verspeist werden.

Termin: Dienstag, 25.02. von 19:30 – ca. 21:30 Uhr

Ort: Küche des Prälat-Diehl-Hauses,
Grabengasse 20, Ober-Ramstadt

Kosten: 18,- € (Zutaten und Kursleitung)

Anmeldung: ausfluege.familienzentrum@evkgor.de

Anmeldung bis eine Woche vor dem Termin.

DIE SEELE ISST MIT – INTERAKTIVER IMPULSVORTRAG ZUR VERBINDUNG VON ERNÄHRUNG UND PSYCHE

Referentin: Kerstin Pleyer, Ernährungswissenschaftlerin und psychologische Beraterin

Unsere Gemütslage beeinflusst unser Ernährungsverhalten. Frühe Erfahrungen wie Essen als Belohnung prägen unser erwachsenes Verhalten oft unbewusst. Der Vortrag vermittelt Ernährungswissen und regt dazu an, bewusster zu essen und das Wohlbefinden zu steigern. Eltern erhalten Impulse zur Gestaltung der Ernährung ihrer Kinder.

Termin: Mittwoch, 26.03. von 19:00 – 20:00 Uhr

Ort: Online – Zoom-Zugang wird nach Anmeldung verschickt

Anmeldung: Bis 24.03.2025 unter mail@kerstin-pleyer.de

LEBENSQUELLE – GESPRÄCHSGRUPPE FÜR NEUGIERIGE

Leitung: Sabine Klose-Luh

Was hat mein Leben mit meinen Sorgen, Hoffnungen, Ängsten, meinem Mut, der Traurigkeit und Freude mit Gott zu tun? Wenn Dich das beschäftigt, bist Du bei uns richtig! Intensive Begegnung und offener Austausch sind in einem Vertrauensraum möglich. Alle sind willkommen, ob mit oder ohne Vorkenntnisse in Glaubensfragen.

Termine: Am 2. und 4. Dienstag im Monat
von 18:30 – ca. 20:30 Uhr

In den Schulferien nach Absprache

Ort: Ev. GZE, Danziger Str. 1, Ober-Ramstadt

Kosten: Keine, eine Spende ist willkommen

Infos: sabine.klose-luh@t-online.de oder
Tel. 0157 77273811

Kurse von externen Kooperationspartnern: YOGA BRINGT STABILITÄT UND SCHAFFT BEWEGLICHKEIT

Leitung: Dirk Heller – 200h AYA zertifiziert

Komme in bequem sitzender Kleidung und bringe mit: Rutschfeste Yoga-Matte, kleines Handtuch und ggf. deine Lieblingshilfsmittel sowie eine Decke für die Endentspannung.

Offene Klassen:

Hatha Yoga: Balance Body, Mind & Soul

Montags, von 18:15 – 19:30 Uhr

Yin Yoga: Come Down & Relax (ab 4 Personen)

Montags, 19:45 – 21:00 Uhr

Wertschätzungsbeitrag:

18 € pro Abend, 4er-Karte 70 € oder 8er-Karte 115 €

Kurse im Februar:

Donnerstags, 06.02., 13.02., 20.02. und 27.02.
von 17:00 – 18:00 Uhr (4 x 60 Min. für 60 €)

Ort: Ev. GZE, Danziger Str. 1, Ober-Ramstadt

Anmeldung: heller_dirk@web.de oder Tel. 0151 42852288

Kursbeschreibungen und Infos:

www.yogaklangundmehr.de





EVANGELISCHES
FAMILIENZENTRUM
OBER-RAMSTADT

EVANGELISCHES FAMILIENZENTRUM OBER-RAMSTADT

Ev. Gemeindezentrum Eiche (GZE)

Danziger Straße 1, Ober-Ramstadt

Telefon: 0157 88280555

E-Mail: familienzentrum.ober-ramstadt@ekhn.de

www.evkgor.de



Wir sind auch auf Social Media:

Familienzentrum Ober-Ramstadt



PLAUSCH UNTER DER KASTANIE FÜR ALLE ÜBER 80 JAHRE

In gemütlicher Runde, bei einem Getränk und Gebäck, werden Erinnerungen wach. Es gibt aber auch Neues zu entdecken und zu erfahren. Innerhalb Ober-Ramstadts wird ein Fahrdienst angeboten. Bitte melden Sie sich an und sagen uns wo sie abgeholt werden möchten.

Termine: Samstags, 25.01., 08.03., 05.04., 17.05. und 28.06.
von 14:30 – ca. 17:00 Uhr

Ort: Ev. Gemeindezentrum, Danziger Str. 1, Ober-Ramstadt

Kosten: Das Angebot ist kostenfrei, eine Spende ist willkommen

Anmeldung: familienzentrum.ober-ramstadt@ekhn.de
oder Tel. 0157 88280555

Anmeldung bis eine Woche vor dem Termin.