2026/2027 PROGRAMM

September 2026 bis April 2027

Kurse, Workshops und Vorträge für Kinder, Jugendliche, Eltern, Familien und alle, die interessiert sind.

Kinder & Jugendliche

Eltern mit Kindern

Eltern

Kinderschutzbund KV Erlangen e. V.

Strümpellstraße 10 · 91052 Erlangen
Telefon 09131 20 91 00
info@kinderschutzbund-erlangen.de

Online stöbern und anmelden:
kinderschutzbund-erlangen.de/programm

Der Kinderschutzbund
Kreisverband Erlangen

Überblick

September bis Oktober 2026

Der Kinderschutzbund
Kreisverband Erlangen

DATUM	ANMELDUNG BIS	VERANSTALTUNG	FÜR WEN	PREIS IN €
SEPT 2026				
Di. 22.09. 09:00 Uhr	16. Sept. 2026	**PEKiP® – Kurs 1**	Babys geboren von April bis Juni 2026 + Erwachsener	120
Di. 22.09. 11:00 Uhr	16. Sept. 2026	**PEKiP® – Kurs 2**	Babys geboren von Juni bis August 2026 + Erwachsener	120
Fr. 25.09. 09:00 Uhr	17. Sept. 2026	**MULI – Musik mit Ulli (Musikbabys)**	Babys bis 18 Monate + Erwachsener	100
Fr. 25.09. 10:00 Uhr	17. Sept. 2026	**MULI – Musik mit Ulli (Musikkäfer)**	Kinder von 18 Monaten bis 3 Jahren + Erwachsener	100
OKT 2026				
Do. 01.10. 20:00 Uhr	24. Sept. 2026	**Starke Eltern – Starke Kinder® / Kurs 1**	Für Eltern	100
Sa. 10.10. 10:15 Uhr	01. Okt. 2026	**Familienyoga im Familienstützpunkt Büchenbach** anderer Ort	Kinder von 3 bis 5 Jahren + Erwachsener	frei
Sa. 10.10. 14:30 Uhr	02. Okt. 2026	**Märchenspaziergang** anderer Ort	Kinder von 5 bis 10 Jahren + Erwachsener	11
Mi. 14.10. 20:00 Uhr	07. Okt. 2026	**„Wenn es anders laufen sollte…“**	für Eltern	5
Do. 22.10. 19:30 Uhr	15. Okt. 2026	**Psychische Gesundheit bei Teenagern: Erste Warnzeichen erkennen** online	für Eltern	frei
Sa. 24.10. 17:30 Uhr	19. Okt. 2026	**„Gut vernetzt statt verheddert“** online	für Eltern	frei
Mi. 28.10. 20:00 Uhr	21. Okt. 2026	**Kindergesundheit** online	für Eltern und alle, die Kinder betreuen	5

Überblick

November bis Dezember 2026

Der Kinderschutzbund
Kreisverband Erlangen

DATUM	ANMELDUNG BIS	VERANSTALTUNG	FÜR WEN	PREIS IN €
NOV 2026				
Di. 03.11. 10:00 Uhr	29. Okt. 2026	**Ferien-Babysitter-Kurs im rabatz** anderer Ort	Jugendliche von 15 bis 21 Jahren	15
Mi. 04.11. 10:00 Uhr	30. Okt. 2026	**„Ich habe auch Rechte!“ – Workshop** anderer Ort	Kinder von 8 bis 11 Jahren	12
Sa. 21.11. 13:00 Uhr	13. Nov. 2026	**Familienyoga – Kurs 1**	Kinder von 3 bis 5 Jahren + Erwachsener	11
Sa. 21.11. 14:45 Uhr	13. Nov. 2026	**Familienyoga – Kurs 2**	Kinder von 3 bis 5 Jahren + Erwachsener	11
Fr. 27.11. 16:00 Uhr	16. Nov. 2026	**Stempelworkshop**	Jugendliche ab 12 Jahren	10
DEZ 2026				
Sa. 05.12. 10:00 Uhr	27. Nov. 2026	**Weihnachtszeit ist Plätzchenzeit! Kurs 1** anderer Ort	für Kinder von 5 bis 10 Jahren + Erwachsener	11
Sa. 05.12. 14:00 Uhr	27. Nov. 2026	**Weihnachtszeit ist Plätzchenzeit! Kurs 2** anderer Ort	für Kinder von 5 bis 10 Jahren + Erwachsener	11

Überblick

Januar bis April 2027

Der Kinderschutzbund
Kreisverband Erlangen

DATUM	ANMELDUNG BIS	VERANSTALTUNG	FÜR WEN	PREIS IN €
JAN 2027				
Di. 19.01. 20:00 Uhr	12. Jan. 2027	**Eltern bleiben wir – Wege zur respektvollen Verständigung** online	für Eltern	5
Sa. 23.01. 09:30 Uhr	15. Jan. 2027	**Wenn die Gefühle hochkochen**	für Eltern	10
FEB 2027				
Di. 02.02. 20:30 Uhr	15. Jan. 2027	**Starke Eltern – Starke Kinder® / Kurs 2 (online)** online	für Eltern	100
Fr. 19.02. 15:30 Uhr	15. Feb. 2027	**Komm mit uns in die Steinzeit!** anderer Ort	Kinder ab 6 Jahren + Erwachsener	11
Sa. 20.02. 10:00 Uhr	02. Feb. 2027	**Selbstverteidigungskurs WenDo** anderer Ort	Mädchen von 8 bis 10 Jahren	30

PLATZ SICHERN

kinderschutzbund-erlangen.de/programm

Fragen? Telefon 09131 20 91 00

Familienpat*innen gesucht!

Sie möchten Familien in Erlangen ehrenamtlich unterstützen? Oder Sie kennen jemanden, der geeignet ist? Dann sagen Sie es bitte weiter.
Als Familienpat*in begleiten Sie eine Familie im Alltag – regelmäßig, verlässlich und auf Augenhöhe. Ob Spielplatzbesuche, Hausaufgabenhilfe, Zuhören oder einfach da sein: Ihre Zeit macht den Unterschied.

Infoabend · Montag, 28.09.2026, 20:00 Uhr, digital über Teams

Schulung · ab Samstag, 24.10.2026, Kinderschutzbund Erlangen

Stadt Erlangen: Katrin Link, 0179 41 56 542 · Landkreis ERH: Maria Ruhfaß, 0152 01 94 19 34
familienpatenschaften-erlangen@kinderschutzbund-erlangen.de · familienpatenschaften-erh@kinderschutzbund-erlangen.de

FÜR ELTERN MIT KINDERN

8 TERMINE

DI
22
SEPT 26

PEKiP® – Kurs 1

Prager-Eltern-Kind-Programm für das erste Lebensjahr

Leitung: Indre Matheus, PEKiP-Kursleiterin, Diplom-Sozialpädagogin

Ihr Baby hat das Licht der Welt erblickt. Es erforscht eine neue Welt mit vielen offenen Fragen.
PEKiP unterstützt Ihr Kind in seiner Entwicklung und regt es zu Bewegungen, Lautäußerungen und zur Erforschung seiner Umwelt an.

8 Termine, außerdem 1 x Väter PEKiP am Samstag, 17.10.2026

FÜR WEN	Babys geboren von April bis Juni 2026 + Erwachsener
TERMINE	Di. 22.09.26 · Di. 29.09.26 · Di. 06.10.26 · Di. 13.10.26 · Sa. 17.10.26 · Di. 20.10.26 · Di. 27.10.26 · Di. 03.11.26
UHRZEIT	09:00 – 10:25 Uhr
ORT	Geschäftsstelle des Kinderschutzbund Erlangen, Strümpellstraße 10, 91052 Erlangen
KOSTEN	120,00 €
ANMELDUNG BIS	16. Sept. 2026
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR ELTERN MIT KINDERN

8 TERMINE

DI
22
SEPT 26

PEKiP® – Kurs 2

Prager-Eltern-Kind-Programm für das erste Lebensjahr

Leitung: Indre Matheus, PEKiP-Kursleiterin, Diplom-Sozialpädagogin

PEKiP unterstützt Ihr Kind in seiner Entwicklung und regt es zu Bewegungen, Lautäußerungen und zur Erforschung seiner Umwelt an.

8 Termine, inklusive 1 x Väter PEKiP am Samstag 17.10.2026

FÜR WEN	Babys geboren von Juni bis August 2026 + Erwachsener
TERMINE	Di. 22.09.26 · Di. 29.09.26 · Di. 06.10.26 · Di. 13.10.26 · Sa. 17.10.26 · Di. 20.10.26 · Di. 27.10.26 · Di. 03.11.26
UHRZEIT	11:00 – 12:25 Uhr
ORT	Geschäftsstelle des Kinderschutzbund Erlangen, Strümpellstraße 10, 91052 Erlangen
KOSTEN	120,00 €
ANMELDUNG BIS	16. Sept. 2026
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR ELTERN MIT KINDERN

14 TERMINE

FR
25
SEPT 26

MULI – Musik mit Ulli (Musikbabys)

Musikalische Früherziehung für Babys von 4 bis 18 Monaten

Leitung: Ulrike Gräf, Musikalische Früherziehung, Heilpraktikerin

Ein musikalisches Früherziehungsprogramm mit einem Elternteil (oder einer Bezugsperson). Jedes Kind freut sich am Klang der Musik. In diesem Kurs wird miteinander gesungen, getanzt, rhythmische Finger- und Reitspiele erlebt, Musik gehört und mit verschiedenen Instrumenten experimentiert.

FÜR WEN	Babys bis 18 Monate + Erwachsener
TERMINE	Fr. 25.09.26 · Fr. 02.10.26 · Fr. 09.10.26 · Fr. 16.10.26 · Fr. 23.10.26 · Fr. 30.10.26 · Fr. 13.11.26 · Fr. 20.11.26 · Fr. 27.11.26 · Fr. 04.12.26 · Fr. 11.12.26 · Fr. 18.12.26 · Fr. 15.01.27 · Fr. 22.01.27
UHRZEIT	09:00 – 09:45 Uhr
ERSATZTERMINE	29.01.2027 bzw. 05.02.2027 (falls ein Termin ausfällt)
ORT	Geschäftsstelle des Kinderschutzbund Erlangen, Strümpellstraße 10, 91052 Erlangen
KOSTEN	100,00 €
ANMELDUNG BIS	17. Sept. 2026
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR ELTERN MIT KINDERN

14 TERMINE

FR
25
SEPT 26

MULI – Musik mit Ulli (Musikkäfer)

Musikalische Früherziehung für Kinder von 18 Monaten bis 3 Jahren

Leitung: Ulrike Gräf, Musikalische Früherziehung, Heilpraktikerin

Ein musikalisches Früherziehungsprogramm mit einem Elternteil (oder einer Bezugsperson). Jedes Kind freut sich am Klang der Musik. In diesem Kurs wird miteinander gesungen, getanzt, rhythmische Finger- und Reitspiele erlebt, Musik gehört und mit verschiedenen Instrumenten experimentiert.

FÜR WEN	Kinder von 18 Monaten bis 3 Jahren + Erwachsener
TERMINE	Fr. 25.09.26 · Fr. 02.10.26 · Fr. 09.10.26 · Fr. 16.10.26 · Fr. 23.10.26 · Fr. 30.10.26 · Fr. 13.11.26 · Fr. 20.11.26 · Fr. 27.11.26 · Fr. 04.12.26 · Fr. 11.12.26 · Fr. 18.12.26 · Fr. 15.01.27 · Fr. 22.01.27
UHRZEIT	10:00 – 10:45 Uhr
ERSATZTERMINE	29.01.2027 und 5.02.2027 (falls ein Termin ausfällt)
ORT	Geschäftsstelle des Kinderschutzbund Erlangen, Strümpellstraße 10, 91052 Erlangen
KOSTEN	100,00 €
ANMELDUNG BIS	17. Sept. 2026
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR ELTERN

8 TERMINE

DO
1
OKT 26

Elternkurs „Starke Eltern – Starke Kinder“

Präsenz

Leitung: Ilona Schwertner-Welker, Diplom-Psychologin

Abendkurs mit 8 aufeinander aufbauenden Terminen

Kindererziehung ist schön und anstrengend zugleich – und manchmal auch eine Herausforderung, die uns an unsere Grenzen bringen kann.
Der Elternkurs „Starke Eltern – Starke Kinder“ unterstützt Sie dabei, Ihre Kinder gut zu begleiten, auch wenn's mal hoch hergeht – aber auch die eigenen Bedürfnisse nicht aus den Augen zu verlieren. Der Elternkurs entlastet, die Familienatmosphäre wird verbessert. Es werden Kenntnisse zu alltäglichen Erziehungsthemen vermittelt, die erprobt werden können. Sie als Eltern tauschen sich aus und haben wirklich Spaß dabei.

Kurs 1: Abendkurs in Präsenz mit 8 aufeinander aufbauenden Terminen

FÜR WEN	Für Eltern
TERMINE	Do. 01.10.26 · Do. 08.10.26 · Do. 15.10.26 · Do. 22.10.26 · Do. 29.10.26 · Do. 12.11.26 · Do. 26.11.26 · Do. 03.12.26
UHRZEIT	20:00 – 22:00 Uhr
ORT	Kinderschutzbund Erlangen, Strümpellstraße 10, 91052 Erlangen
KOSTEN	100,00 € · Paare 150 € · Mitglieder 90 €/140 €
ANMELDUNG BIS	24. Sept. 2026
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR ELTERN MIT KINDERN

ANDERER ORT | 5 TERMINE

SA
10
OKT 26

Familienyoga im Familienstützpunkt Büchenbach

Bewusste Momente mit spielerischen Yoga-Partnerübungen

Leitung: Victoria Spindler; Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin

Zwischen Terminen, Kita und Alltag bleibt oft zu wenig Zeit für echte Nähe und gemeinsames Entspannen! In diesem 5-wöchigen Kurs schaffen wir Raum für bewusste Momente mit spielerischen Yoga-Partnerübungen.

Familienyoga ist ein Angebot für Eltern mit Kindern von 3 bis 5 Jahren. Die Partnerübungen stärken nicht nur den Körper, sondern auch das Vertrauen und die Verbindung zueinander. Lachen, Bewegen und achtsame Begegnungen stehen im Mittelpunkt. Der Kurs lädt dazu ein, den Zauber der Kindheit neu zu entdecken und die Eltern-Kind-Beziehung zu stärken.

Familienstützpunkt Büchenbach Dieser Kurs ist kostenfrei und eine Kooperation zwischen dem Familienstützpunkt Büchenbach und dem Kinderschutzbund Erlangen.
Wichtig: E-Mail-Adresse Anmeldung Extern: *familienstuetzpunkt-buechenbach@stadt.erlangen.de

FÜR WEN	Kinder von 3 bis 5 Jahren + Erwachsener
TERMINE	Sa. 10.10.26 · Sa. 17.10.26 · Sa. 24.10.26 · Sa. 31.10.26 · Sa. 07.11.26
UHRZEIT	10:15 – 11:00 Uhr
ORT	Familienstützpunkt Büchenbach, im gowi27, Goldwitzerstraße 27, 91056 Erlangen im Erdgeschoß
KOSTEN	kostenfrei
ANMELDUNG BIS	01. Okt. 2026
ANMELDUNG BEI	Familienstützpunkt Büchenbach · Telefon 09131 86 35 37 · familienstuetzpunkt-buechenbach@stadt.erlangen.de

FÜR ELTERN MIT KINDERN

ANDERER ORT

SA
10
OKT 26

Märchenspaziergang

Ein Märchenspaziergang – Auch Omas, Opas, Tanten, Onkel usw. sind herzlich willkommen.
Leitung: Iris Frick, Märchenerzählerin

Wo kann man besser auf Märchen lauschen, als an verwunschenen Felsen und Quellen? Eine Märchenerzählerin macht sich auf den Weg und taucht mit Ihnen in wundersame Geschichten von Riesen und Drachen, von sprechenden Tieren und von mutigen und klugen Kindern ein.

FÜR WEN	Kinder von 5 bis 10 Jahren + Erwachsener
TERMIN	Samstag, 10.10.2026, 14:30 – 16:00 Uhr
ORT	am Eingang Atzelsberger Gaststätte und Biergarten, Atzelsberg 4, 91080 Marloffstein
KOSTEN	11,00 € · 1 Kind 5 € · 1 Erwachsener 6 €
ANMELDUNG BIS	02. Okt. 2026
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR ELTERN

MI
14
OKT 26

„Wenn es anders laufen sollte…“

Vortrag

Leitung: Ilona Schwertner-Welker, Diplom-Psychologin

Neue Wege im Familienalltag

Im Familienalltag geraten Eltern immer wieder in Situationen, in denen sie im Nachhinein anders hätten reagieren wollen. Dieser Vortrag lädt dazu ein, den eigenen Umgang mit solchen Momenten zu reflektieren und neue Perspektiven für ein gelingendes Miteinander zu entwickeln.

Im Mittelpunkt stehen die Bedürfnisse von Kindern, die Bedeutung einer wertschätzenden Kommunikation sowie der Einfluss elterlichen Handelns auf die Entwicklung eines positiven Selbstwertgefühls. Anhand anschaulicher Beispiele und praxisnaher Impulse werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie herausfordernde Alltagssituationen konstruktiv gestaltet werden können.
Der Vortrag vermittelt alltagsnahe Anregungen und lädt dazu ein, das eigene Kommunikations- und Erziehungsverhalten bewusst zu hinterfragen. Ziel ist es, Eltern in ihrer Erziehungskompetenz zu stärken und sie dabei zu unterstützen, eine vertrauensvolle und wertschätzende Beziehung zu ihren Kindern zu gestalten.

FÜR WEN	für Eltern
TERMIN	Mittwoch, 14.10.2026, 20:00 – 21:30 Uhr
ORT	Kinderschutzbund Erlangen, Strümpellstraße 10, 91052 Erlangen
KOSTEN	5,00 € · Mitglieder frei
ANMELDUNG BIS	07. Okt. 2026
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR ELTERN

ONLINE

DO
22
OKT 26

Psychische Gesundheit bei Teenagern: Erste Warnzeichen erkennen

Online

Leitung: Rebekka Fiebig, Diplom-Pädagogin

Woran können Eltern erkennen, dass es ihrem Teenager psychisch nicht gut geht?

In diesem Online-Vortrag geht es um erste Warnzeichen und Veränderungen, die auf psychische Belastungen hinweisen können.

Weiterhin wollen wir überlegen, was Eltern tun können, wie sie ihr Kind ansprechen und wann es sinnvoll ist, sich Unterstützung zu holen. Der Vortrag bietet verständliche Informationen und praktische Orientierung für den Alltag.

FÜR WEN	für Eltern
TERMIN	Donnerstag, 22.10.2026, 19:30 – 21:00 Uhr
ORT	Onlinekurs via Zoom
KOSTEN	kostenfrei
ANMELDUNG BIS	15. Okt. 2026
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR ELTERN

ONLINE

SA
24
OKT 26

„Gut vernetzt statt verheddert“

Online-Elternabend zum Tag der Kindergesundheit in Kooperation mit dem Bündnis für Familie

Leitung: Natalie Saboor und Eva Grensing (Referentinnen Medienlöwen Kinderschutzbund)

In diesem Elternabend erfahren Sie, was Kinder und Jugendliche an digitalen Medien begeistert und wie Sie Konflikte entspannter angehen können.
Handy weg, Bildschirm aus, nicht schon wieder zocken! Kommen Ihnen diese Sätze bekannt vor?
In diesem Online-Elternabend erfahren Sie, was Kinder und Jugendliche an digitalen Medien begeistert und wie Sie Konflikte entspannter angehen können. Mit Tipps für klare Regeln, weniger Diskussionen und mehr Miteinander im Familienalltag.

Der Anmeldelink wird kurz vor Veranstaltungsbeginn verschickt.

FÜR WEN	für Eltern
TERMIN	Samstag, 24.10.2026, 17:30 – 19:00 Uhr
ORT	Onlinekurs via Zoom
KOSTEN	kostenfrei
ANMELDUNG BIS	19. Okt. 2026
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR ELTERN

ONLINE

MI
28
OKT 26

Kindergesundheit

Erste Hilfe & Kindernotfälle

Leitung: Dr. med. Sebastian Becker, DESA

Es sind meist kleiner Wehwechen und Unfälle, die uns im Alltag mit Kindern begegnen. Das gehört zum Großwerden dazu und ist ganz normal.
Ernste Verletzungen oder größere Unfälle sind zum Glück äußerst selten. Sollte aber dennoch etwas Schlimmeres passieren, ist es gut, wenn Sie wissen, was zu tun ist. Dieser Vortrag behandelt genau diese Notfälle. Vom Absetzen eines Notrufs über Fieberkrampf, Pseudokrupp, schweren Stürzen bis hin zur Fremdkörperaspiration und der Reanimation bei Säuglingen und Kindern lernen Sie ganz einfach, schnell und sicher zu helfen.

FA für Anästhesie und Intensivmedizin Notfallmedizin, spez. Intensivmedizin

FÜR WEN	für Eltern und alle, die Kinder betreuen
TERMIN	Mittwoch, 28.10.2026, 20:00 – 22:00 Uhr
ORT	Online
KOSTEN	5,00 €
ANMELDUNG BIS	21. Okt. 2026
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR KINDER & JUGENDLICHE

ANDERER ORT | 2 TERMINE

DI
3
NOV 26

Ferien-Babysitter-Kurs im rabatz

Alles, was beim Babysitten wichtig ist, mit Teilnahmebestätigung

Leitung: Petra Haberl

Du willst zukünftig als Babysitter*in arbeiten und bestens Bescheid wissen über deine Aufgaben, Rechte und Pflichten? Dann melde dich schnell an!

Die Ausbildung zum oder zur Babysitter*in umfasst beispielsweise folgende Themen:

- Rechte und Pflichten der oder des Babysitter*in
- Notfälle im Kindesalter
- Pflegemaßnahmen und Wickeln
- Spiele und Beschäftigung mit Kindern

Im Kurs wird (fast) alles gelernt, was beim Babysitten wichtig ist. Nach erfolgreicher Teilnahme erfolgt die Aufnahme in eine Babysitter-Liste. Es wird eine Teilnahmebestätigung ausgestellt.

Für Jugendliche ab 15 Jahren im rabatz in Herzogenaurach

FÜR WEN	Jugendliche von 15 bis 21 Jahren
TERMINE	Di. 03.11.26 · Do. 05.11.26
UHRZEIT	10:00 – 15:00 Uhr
ORT	Jugendhaus rabatz, Erlanger Straße 56 a, 91074 Herzogenaurach
KOSTEN	15,00 €
ANMELDUNG BIS	29. Okt. 2026
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR KINDER & JUGENDLICHE

ANDERER ORT | 2 TERMINE

MI
4
NOV 26

„Ich habe auch Rechte!“ – Workshop

Kinderrechte: Pflichten sind wichtig – Rechte auch!

Mama sagt, ich soll aufstehen. Papa sagt, ich soll aufräumen. Und zocken soll ich erst recht nicht. Jetzt reicht’s! Ich soll auch mal was WOLLEN!
In diesem Workshop erkunden wir verschiedene Kinderrechte – also EURE Rechte!
Kommt und seid laut!
Anmeldung bei: theaterpaedagogik@stadt.erlangen.de Hinweis: Bezahlung wird direkt beim schauspiel erlangen geregelt.

FÜR WEN	Kinder von 8 bis 11 Jahren
TERMINE	Mi. 04.11.26 · Do. 05.11.26
UHRZEIT	10:00 – 14:00 Uhr
ORT	Haupteingang schauspiel Erlangen, Theaterplatz 1, 91054 Erlangen
KOSTEN	12,00 € · Bezahlung direkt beim schauspiel erlangen
ANMELDUNG BIS	30. Okt. 2026
ANMELDUNG BEI	schauspiel erlangen · theaterpaedagogik@stadt.erlangen.de

FÜR ELTERN MIT KINDERN

SA
21
NOV 26

Familienyoga – Kurs 1

Leitung: Susanne Kramer, Yogalehrerin

Eine Reise zum entspannten Zusammensein – Auch Omas, Opas, Tanten, Onkel usw. sind herzlich willkommen.

Im Alltag bleibt neben den vielen Terminen und Aufgaben oft nur wenig gemeinsame Zeit für Entspannung und Ruhe zwischen Eltern und Kindern. Die wenige gemeinsame Zeit verbringt man häufig nur noch eben schnell beim Zubettgehen, zwischendurch am Wochenende und im lang ersehnten Urlaub. Manchmal bleibt auch das auf der Strecke, weil man zu erschöpft ist. Familienyoga kann die Eltern-Kind-Beziehung stärken und unterstützt den liebevollen Umgang miteinander. Bei lustigen Yoga-Partnerübungen stützen sich Eltern und Kinder gegenseitig. Partnerübungen fördern intensiv die Zusammengehörigkeit. Familienyoga lässt uns den Zauber der Kindheit wieder spüren und stärkt die Eltern-Kind-Beziehung.

FÜR WEN	Kinder von 3 bis 5 Jahren + Erwachsener
TERMIN	Samstag, 21.11.2026, 13:00 – 14:00 Uhr
ORT	Geschäftsstelle des Kinderschutzbundes, Strümpellstraße 10, 91052 Erlangen
KOSTEN	11,00 € · 1 Kind 5 € · 1 Erwachsener 6 €
ANMELDUNG BIS	13. Nov. 2026
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR ELTERN MIT KINDERN

SA
21
NOV 26

Familienyoga – Kurs 2

Leitung: Susanne Kramer, Yogalehrerin

Eine Reise zum entspannten Zusammensein – Auch Omas, Opas, Tanten, Onkel usw. sind herzlich willkommen.

Im Alltag bleibt neben den vielen Terminen und Aufgaben oft nur wenig gemeinsame Zeit für Entspannung und Ruhe zwischen Eltern und Kindern. Die wenige gemeinsame Zeit verbringt man häufig nur noch eben schnell beim Zubettgehen, zwischendurch am Wochenende und im lang ersehnten Urlaub. Manchmal bleibt auch das auf der Strecke, weil man zu erschöpft ist. Familienyoga kann die Eltern-Kind-Beziehung stärken und unterstützt den liebevollen Umgang miteinander. Bei lustigen Yoga-Partnerübungen stützen sich Eltern und Kinder gegenseitig. Partnerübungen fördern intensiv die Zusammengehörigkeit. Familienyoga lässt uns den Zauber der Kindheit wieder spüren und stärkt die Eltern-Kind-Beziehung.

FÜR WEN	Kinder von 3 bis 5 Jahren + Erwachsener
TERMIN	Samstag, 21.11.2026, 14:45 – 15:45 Uhr
ORT	Geschäftsstelle des Kinderschutzbundes, Strümpellstraße 10, 91052 Erlangen
KOSTEN	11,00 € · 1 Kind 5 € · 1 Erwachsener 6 €
ANMELDUNG BIS	13. Nov. 2026
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR KINDER & JUGENDLICHE

FR
27
NOV 26

Stempelworkshop

Coole Faltkarten gestalten-mit Stempeln, Farben und Bullet-Journaling
Leitung: Esther Beichler

Hast Du Bock, deine eigenen, mega lustigen Faltkarten zu gestalten? Dann ist unser Stempelworkshop genau das Richtige für dich!

Gemeinsam schnappen wir uns die genialen & witzigen Stempel von Catsonappletrees, jede Menge bunte Farben und die coolsten Tricks aus der Bullet-Journaling-Welt. Das Beste daran? Der Phantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt – erlaubt ist, was gefällt!

Egal, ob kleine Überraschung für deine Besties, Geburtstagsgruß oder einfach so: Am Ende nimmst du deine ganz persönlichen Unikate mit nach Hause.

Auf einen Blick:
Schnapp Dir gleich deine Freunde und sei dabei – die Plätze sind begrenzt!

FÜR WEN	Jugendliche ab 12 Jahren
TERMIN	Freitag, 27.11.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
ORT	Kinderschutzbund KV Erlangen, Strümpellstraße 10, 91052 Erlangen
KOSTEN	10,00 €
ANMELDUNG BIS	16. Nov. 2026
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR ELTERN MIT KINDERN

ANDERER ORT

SA
5
DEZ 26

Weihnachtszeit ist Plätzchenzeit! Kurs 1

In Kooperation mit Familie und Bildung im DHB Erlangen e. V.
Leitung: Dr. Ruth Meise, Ernährungswissenschaftlerin und DHB-Referentin

Für große und kleine Naschkatzen sind Plätzchen aus der winterlichen Jahreszeit nicht wegzudenken. Ob klassische Butterplätzchen, Vanillekipferl oder etwas ganz anderes – zusammen macht Backen und Naschen besonders viel Spaß! In diesem Angebot werden verschiedene Plätzchenrezepte zubereitet und gemeinsam probiert.

FÜR WEN	für Kinder von 5 bis 10 Jahren + Erwachsener
TERMIN	Samstag, 05.12.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
ORT	DHB Erlangen e. V., Hauptstraße 55, 91054 Erlangen
KOSTEN	11,00 € · 1 Kind 5 € · 1 Erwachsener 6 €
ANMELDUNG BIS	27. Nov. 2026
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR ELTERN MIT KINDERN

ANDERER ORT

SA
5
DEZ 26

Weihnachtszeit ist Plätzchenzeit! Kurs 2

In Kooperation mit Familie und Bildung im DHB Erlangen e. V.
Leitung: Dr. Ruth Meise, Ernährungswissenschaftlerin und DHB-Referentin

Für große und kleine Naschkatzen sind Plätzchen aus der winterlichen Jahreszeit nicht wegzudenken. Ob klassische Butterplätzchen, Vanillekipferl oder etwas ganz anderes – zusammen macht Backen und Naschen besonders viel Spaß! In dieser Zeit werden verschiedene Plätzchenrezepte zubereitet und gemeinsam probiert.

FÜR WEN	für Kinder von 5 bis 10 Jahren + Erwachsener
TERMIN	Samstag, 05.12.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
ORT	DHB Erlangen e. V., Hauptstraße 55, 91054 Erlangen
KOSTEN	11,00 € · 1 Kind 5 € · 1 Erwachsener 6 €
ANMELDUNG BIS	27. Nov. 2026
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR ELTERN

ONLINE

DI
19
JAN 27

Eltern bleiben wir – Wege zur respektvollen Verständigung

Online via Zoom

Leitung: Monika Montag, Mediatorin, Dipl.-Juristin

Dieser Vortrag richtet sich an Eltern, die auch nach einer Trennung im Interesse ihrer Kinder im Gespräch bleiben möchten.

Der Vortrag richtet sich an Eltern, die auch nach einer Trennung im Interesse ihrer Kinder im Gespräch bleiben möchten. Er zeigt auf, wie Kommunikation trotz emotionaler Belastungen gelingen kann, welche typischen Konfliktmuster auftreten und wie diese konstruktiv überwunden werden können.
Neben praxisnahen Impulsen werden konkrete Strategien vermittelt, um respektvoll miteinander umzugehen, Missverständnisse zu vermeiden und tragfähige Lösungen im Sinne der Kinder zu entwickeln. Ziel ist es, Eltern zu stärken und Wege aufzuzeigen, wie Kooperation auch nach der Trennung möglich bleibt.

FÜR WEN	für Eltern
TERMIN	Dienstag, 19.01.2027, 20:00 – 21:30 Uhr
ORT	Onlinekurs via Zoom
KOSTEN	5,00 €
ANMELDUNG BIS	12. Jan. 2027
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR ELTERN

SA
23
JAN 27

Wenn die Gefühle hochkochen

Gelassen durch Konflikte – Workshop

Leitung: Ilona Schwertner-Welker, Diplom-Psychologin

Erinnern Sie sich an eine Situation, in der Sie aufgebracht waren und nicht wussten, wie Sie mit einem Konflikt umgehen sollten. Vielleicht war Ihr Kind beteiligt und Sie hatten das Gefühl, nur noch irgendwie durch diese Situation kommen zu müssen.
Doch Konflikte sind weit mehr als belastende Momente – sie bieten die Chance, Kindern Respekt, Empathie, Selbstwirksamkeit und einen wertschätzenden Umgang miteinander vorzuleben. Gerade in herausfordernden Situationen entscheidet unsere Art der Kommunikation darüber, ob Distanz oder Verbindung entsteht.
In diesem Workshop erfahren Sie, warum uns in Konflikten oft automatische Reaktionsmuster steuern und wie es gelingt, diese bewusst zu durchbrechen. Sie lernen, Konflikte als Entwicklungschancen zu verstehen und durch eine achtsame Kommunikation tragfähige Lösungen zu finden. Freuen Sie sich auf alltagsnahe Impulse und praktische Strategien für einen gelasseneren und verbindenderen Familienalltag.

FÜR WEN	für Eltern
TERMIN	Samstag, 23.01.2027, 09:30 – 12:30 Uhr
ORT	Kinderschutzbund Erlangen, Strümpellstraße 10, 91052 Erlangen
KOSTEN	10,00 € · Mitglieder 5 €
ANMELDUNG BIS	15. Jan. 2027
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR ELTERN

ONLINE

8 TERMINE

DI
2
FEB 27

Starke Eltern – Starke Kinder®

Online-Abendkurs mit 8 aufeinander aufbauenden Terminen

Leitung: Liv Schacht, B.A. Soziale Arbeit, systemische Familientherapeutin

Kindererziehung ist schön und anstrengend zugleich – und manchmal auch eine Herausforderung, die uns an unsere Grenzen bringen kann.
Der Elternkurs „Starke Eltern – Starke Kinder“ unterstützt Sie dabei, Ihre Kinder gut zu begleiten, auch wenn's mal hoch hergeht – aber auch die eigenen Bedürfnisse nicht aus den Augen zu verlieren. Der Elternkurs entlastet, die Familienatmosphäre wird verbessert. Es werden Kenntnisse zu alltäglichen Erziehungsthemen vermittelt, die erprobt werden können. Sie als Eltern tauschen sich aus und haben wirklich Spaß dabei.

Kurs 2: Online-Kurs mit 8 aufeinander aufbauenden Terminen

FÜR WEN	für Eltern
TERMINE	Di. 02.02.27 · Di. 16.02.27 · Di. 23.02.27 · Di. 02.03.27 · Di. 09.03.27 · Di. 16.03.27 · Di. 06.04.27 · Di. 13.04.27
UHRZEIT	20:30 – 22:00 Uhr
ORT	online
KOSTEN	100,00 € · Paare 150 € · Mitglieder 90 €/140 €
ANMELDUNG BIS	15. Jan. 2027
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR ELTERN MIT KINDERN

ANDERER ORT

FR
19
FEB 27

Komm mit uns in die Steinzeit!

Jäger und Sammler waren echte Könner – und ihr Leben alles andere als langweilig

Leitung: Team Stadtmuseum und Kinderschutzbund

Eine Kooperation mit dem Stadtmuseum Erlangen

In der Steinzeitwerkstatt gehen wir auf Zeitreise. Wir erfahren mehr über den Alltag der Menschen, werden eine kleine Ausgrabung vornehmen und unsere Fundstücke vergleichen. Und selbst stellen wir steinzeitliche Pfeile mit Werkzeugen aus Feuerstein her.
So wird das Leben von Jägern und Sammlern lebendig – ganz ohne Zeitmaschine.

FÜR WEN	Kinder ab 6 Jahren + Erwachsener
TERMIN	Freitag, 19.02.2027, 15:30 – 17:30 Uhr
ORT	Stadtmuseum Erlangen, Martin-Luther-Platz 9, 91054 Erlangen
KOSTEN	11,00 € · 1 Kind 5 € · 1 Erwachsener 6 €
ANMELDUNG BIS	15. Feb. 2027
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR KINDER & JUGENDLICHE

ANDERER ORT

SA
20
FEB 27

Selbstverteidigungskurs WenDo

In Kooperation mit der Gleichstellungsstelle des Landratsamtes Erlangen-Höchstadt
Leitung: Angie Thomas, WenDo-Trainerin

Wir lernen, unseren Gefühlen zu vertrauen, Gefahren einzuschätzen und uns ernst zu nehmen. Wir üben für den Notfall: Hilfe holen, alles für unseren Schutz zu tun, schreien, schlagen, treten, losreißen, weglaufen. Und wir üben für den Alltag: zeigen, was uns stört, sagen, was wir wollen, anstatt uns zu ärgern und einschüchtern zu lassen. WenDo ist kein Kampfsport! Fitness und Sportlichkeit spielen keine Rolle, alle sind willkommen! Die Teilnehmerinnen sollten bequeme Kleidung und Sportschuhe/Stoppersocken tragen und etwas zu essen und zu trinken mitbringen.

FÜR WEN	Mädchen von 8 bis 10 Jahren
TERMIN	Samstag, 20.02.2027, 10:00 – 16:00 Uhr
ORT	Alte Schule, Esperstraße 18a, 1.OG., 91080 Uttenreuth
KOSTEN	30,00 €
ANMELDUNG BIS	02. Feb. 2027
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

FÜR KINDER & JUGENDLICHE

2 TERMINE

SA
10
APRI 27

Babysitter-Kurs für Jugendliche

Alles, was beim Babysitten wichtig ist, mit Teilnahmebestätigung

Leitung: Petra Haberl

Du willst zukünftig als Babysitter*in arbeiten und bestens Bescheid wissen über deine Aufgaben, Rechte und Pflichten? Dann melde dich schnell an!
Die Ausbildung zum oder zur Babysitter*in umfasst beispielsweise folgende Themen:

- Rechte und Pflichten der oder des Babysitter*in
- Notfälle im Kindesalter
- Pflegemaßnahmen und Wickeln
- Spiele und Beschäftigung mit Kindern

Im Kurs wird (fast) alles gelernt, was beim Babysitten wichtig ist. Nach erfolgreicher Teilnahme erfolgt die Aufnahme in eine Babysitter-Liste. Es wird eine Teilnahmebestätigung ausgestellt.

FÜR WEN	Jugendliche von 15 bis 21 Jahren
TERMINE	Sa. 10.04.27 · Sa. 17.04.27
UHRZEIT	09:30 – 14:30 Uhr
ORT	Der Kinderschutzbund KV Erlangen, Strümpellstraße 10, 91052 Erlangen
KOSTEN	15,00 €
ANMELDUNG BIS	02. April 2027
ANMELDUNG	online über kinderschutzbund-erlangen.de/programm

Familienpat*innen gesucht!

Sie möchten Familien in Erlangen ehrenamtlich unterstützen? Oder Sie kennen jemanden, der geeignet ist? Dann sagen Sie es bitte weiter.
Als Familienpat*in begleiten Sie eine Familie im Alltag – regelmäßig, verlässlich und auf Augenhöhe. Ob Spielplatzbesuche, Hausaufgabenhilfe, Zuhören oder einfach da sein: Ihre Zeit macht den Unterschied.

Stadt Erlangen
Katrin Link · 0179 41 56 542
familienpatenschaften-erlangen@kinderschutzbund-erlangen.de

Landkreis ERH
Maria Ruhfaß · 0152 01 94 19 34
familienpatenschaften-erh@kinderschutzbund-erlangen.de

Ihre nächsten Schritte

MONTAG, 28.09.2026 · 20:00 – 21:00 Uhr

Infoabend zum Ehrenamt Familienpat*in in Erlangen und Erlangen-Höchstadt

Unverbindlicher, digitaler Informationsabend für alle Interessierten

Anmeldung bis 27. Sept. 2026 · kostenfrei · Digital über Teams

DONNERSTAG, 15.10.2026 · 18:00 – 19:00 Uhr

Für Unterstützer*innen, Fördernde, Stiftungen und Interessierte der Familienpatenschaften

Wir laden langjährige und neue Unterstützer*innen, Fördernde, Stiftungen und alle Interessierten herzlich zu unserem digitalen Unterstützer*innentreffen ein.

Anmeldung bis 09. Okt. 2026 · kostenfrei · Digital

SAMSTAG, 24.10.2026 · 10:00 – 17:00 Uhr

Schulung neuer Familienpat*innen Erlangen und Erlangen-Höchstadt

Wir bilden neue Familienpat*innen aus

Anmeldung bis 09. Okt. 2026 · Kostenbeitrag 20,00 € · Kinderschutzbund Erlangen Strümpellstraße 10, 91052 Erlangen

Gemeinsam mehr möglich machen

schauspiel erlangen · Stadtmuseum Erlangen · DHB Erlangen e. V. – Familie und Bildung · Familienstützpunkt Büchenbach · Bündnis für Familien · Gleichstellungsstelle des Landratsamtes Erlangen-Höchstadt

So melden Sie sich an

SO GEHT ES

kinderschutzbund-erlangen.de/programm

Dort finden Sie alle Angebote und freie Plätze. Über den Link beim Kurs gelangen Sie zur Anmeldung.

Wenn die Online-Anmeldung nicht klappt

Melden Sie sich bei uns – wir unterstützen Sie bei der Anmeldung.

TELEFON 09131 20 91 00

E-MAIL info@kinderschutzbund-erlangen.de

Bei Kursen mit externer Anmeldung wenden Sie sich bitte direkt an die auf der Kursseite genannte Stelle.

Kinderschutzbund KV Erlangen e. V.

Strümpellstraße 10 · 91052 Erlangen
Telefon 09131 20 91 00
info@kinderschutzbund-erlangen.de
kinderschutzbund-erlangen.de

Der Kinderschutzbund
Kreisverband Erlangen

Stand: Feripro-Export vom 29.08.2026 · Farben nach Web-Styleguide des Bundesverbands