



## September - Dezember 2026

**Liebe Eltern, liebe Mütter und Väter!**  
**Liebe Interessierte!**

Viel Spaß beim Stöbern. Wir hoffen es ist für jeden etwas dabei.

Bei Fragen oder Anregungen melden Sie sich gerne!

Wir aktualisieren den Newsletter regelmäßig!

|                    |                  |                      |
|--------------------|------------------|----------------------|
| Sabine Menzel      | Sema Yilmaz      | Stephanie Hillebrand |
| 02371 / 217 – 2160 | 02371/217 – 2161 | 02371 / 217 – 2166   |

Jugendamt Iserlohn  
Stadthaus am Westertor  
Hans-Böckler-Straße 25  
[besuchsdienst@iserlohn.de](mailto:besuchsdienst@iserlohn.de)

Sollten Sie kein Interesse mehr an dem Newsletter haben, kontaktieren Sie uns unter:  
[newsletter-familienbesuchsdienst@iserlohn.de](mailto:newsletter-familienbesuchsdienst@iserlohn.de)

Liebe Grüße  
Ihr Familienbesuchsdienst der Stadt Iserlohn



## Inhaltsverzeichnis

|                                            |     |
|--------------------------------------------|-----|
| Aktuelle Angebote in den Stadtteilen ..... | 3   |
| Innenstadt .....                           | 4   |
| Nußberg –Gerlingsen .....                  | 188 |
| Heide-Hombruch.....                        | 19  |
| Letmathe-Oestrich-Dröschede .....          | 21  |
| Sümmern .....                              | 27  |
| Kalthof .....                              | 31  |
| Hennen-Drüpplingsen-Rheinen.....           | 34  |
| Sonstige Angebote.....                     | 34  |

## Aktuelle Angebote in den Stadtteilen

Ein örtliches Familienzentrum bietet eine Vielzahl von Beratungs-, Bildungs- und Unterstützungsangeboten zur Förderung aller Kinder und zur Stärkung der elterlichen Erziehungskompetenz. Natürlich sind Familienzentren grundsätzlich offen für alle Familien. Sie dürfen sich anmelden und mit Ihrem Kind das jeweilige Angebot genießen. In unseren Stadtteilen gibt es auch weitere Angebote von freien oder privaten Trägern, die Sie selbstverständlich ebenso aktiv nutzen können.

Besonders möchten wir noch einmal auf folgende Angebote aufmerksam machen:

**Hebammenloft** – Kursangebote zu den Themen Rückbildung, Osteopathie, Babykurse etc. Informationen gibt es [hier](#).

**Alohaohana Familienbildung** – Neueröffnung der Räumlichkeiten in der Hennener Str. 36 mit Kursangeboten zu den Themen Spieltreff, Yoga etc. Informationen gibt es [hier](#).

**Mehrlingsgruppe** Der Treff von Familien mit Mehrlingen von 0-3 Jahren dient zum Austausch und zur Kontaktaufnahme. Melden Sie sich dazu gerne bei Silke Ittershagen-Becker von der AWO Familienbildungsstätte an: 02372 501885

**ZFB – Verfahrenslotsen** Das Beratungsangebot der Verfahrenslotsen richtet sich an junge Menschen bis zur Vollendung des 26. Lebensjahres mit (drohender) Behinderung und deren Sorgeberechtigten. Es handelt sich um ein freiwilliges, kostenfreies und unabhängiges Angebot. Der Beratungsdienst unterstützt junge Menschen bei der Geltendmachung von Leistungsansprüchen im Bereich der Eingliederungshilfe und klärt Leistungsberechtigte über die individuellen Rechte und Möglichkeiten auf.

**pro familia Beratungsstelle** Veranstaltungen zum Thema: „Elterngeld, Elternzeit & Co.“ Pro familia informiert online über finanzielle Hilfen und rechtliche Regelungen für Schwangere, werdende Eltern und junge Familien. Informationen zu den Veranstaltungen gibt es [hier](#).

**Brieföffnersprechstunde** immer donnerstags in der Zeit von 16 bis 17 Uhr eine Sprechstunde im Waldstadtlabor, Nordengraben 10, 58636 Iserlohn

**Märkischer Kreis** Es gibt eine neue Kinderwebseite für den Märkischen Kreis. Einfach und unkompliziert können Kinder und Interessierte den Märkischen Kreis erkunden.



**Stiftungshof - Natur-Spiel-Werkstatt Lindenhaus e.V.** Es gibt neue Kurse und Angebote zu den Themen Stricken lernen, Gärtnern etc. Informationen dazu finden Sie [hier](#).

**Agentur für Arbeit** - Zurück in den Beruf - wie geht das eigentlich nach einer Familien-, Erziehungs- oder Pflegezeit? Kostenlose Beratung durch Nina Färber, Beauftragte für Chancengleichheit der Agentur für Arbeit Iserlohn 02371 905-147 Iserlohn.BCA@arbeitsagentur.de  
Veranstaltungen finden Sie [hier](#).

**Wichtelkompass.de** - Die Suchmaschine für Kinderbetreuung in ganz Deutschland. Einfach mit Hilfe der Postleitzahl eine passende Betreuungsstelle finden.

**Minipedals** – Fahrrad und Laufrad fahren für die Kleinsten im Stadtwald. Am Schmelzplatz/ Dreieckswiese im Stadtwald Iserlohn (unterhalb vom Danzturm), jeden Mittwoch bei trockenem Wetter 16-18 Uhr. Ohne Anmeldung, keine Mitgliedschaft notwendig.

## Innenstadt

### Familienbüro

Familienbüro Iserlohn  
Unnaer Straße 14  
58636 Iserlohn  
02371/7844146

Ein Ort zur Unterstützung, Begegnung und zum Austausch.  
Die Öffnungszeiten und Angebote finden Sie auf der [Homepage](#).

### FrühAuf - Früh aufsuchender Familiendienst

Karlstraße 15  
58636 Iserlohn  
02371/8186874

Das gesamte Angebot richtet sich an junge Eltern, insbesondere an Mütter und Väter mit Säuglingen und Kleinkindern. Nähere Informationen [HIER](#)

### Grundschule Im Wiesengrund

Im Wiesengrund 35  
58636 Iserlohn  
02371 904 117

### Elterncafé

jeden Donnerstag (außer an Feiertagen oder Ferienzeiten) von 8-9 Uhr

### Waldspielgruppe „Die Waldstrolche“

In dieser Spielgruppe entdecken Eltern und Kinder ab 1,5 Jahren gemeinsam den Wald und die Natur. Wir können den Wald mit allen Sinnen erleben und dem Bewegungsdrang in der natürlichen Umgebung freien Lauf lassen. Außerdem macht es Spaß, wenn wir kreativ und spielerisch mit Naturmaterialien umgehen.

**Dienstag, 15.09.26**

**15.30-17.00 Uhr**

Dauer: 5 Nachmittage

Leitung: Claudia Becker

Gebühr: 20,- €

Ort: Treffpunkt Waldparkplatz Teichstr. Iserlohn

**Dienstag, 03.11.26**

**15.30-17.00 Uhr**

Dauer: 6 Nachmittage

Leitung: Claudia Becker

Gebühr: 24,- €

Ort: Treffpunkt Waldparkplatz Teichstr. Iserlohn

### **Spielgruppe „Stenner-Minis“**

Väter und Mütter finden einen Ort des Erfahrungsaustausches, der Kontaktaufnahme und der Information. Die Kinder machen in der Gruppe der Gleichaltrigen soziale Erfahrungen, Kindergarten Eintritt bestehen bleiben.

**Mittwoch, 16.09.26**

**9.30-11.00 Uhr**

Dauer: 10 Nachmittage

Leitung: Stephanie Hennig

Gebühr: 40,-€

Ort: AWO Stennerstr. 10 a, Iserlohn

### **Familienzentrum „Kinderland“ AWO Kita**

Frau Holt

Wiemer 1

58636 Iserlohn

02371 29152

Kita-kinderland@awo-ha-mk.de

### **Sprechstunde der Familienberatungsstelle Caritas**

Beratung und Therapie stehen unter einem besonderen Vertrauensschutz. Die Beraterin unterliegt der Schweigepflicht

Dies ist ein regelmäßiges Angebot, das freitags in der Einrichtung stattfindet.

Bitte vorher anmelden! Kostenfrei!

### **Drachenbasteln**

#### **Für Kinder ab 4 Jahren in Begleitung**

Der Herbst lädt mit bunten Blättern und frischem Wind zum Drachensteigen ein. Was gibt es Schöneres, als den eigenen Drachen selbst zu gestalten?

Deshalb laden wir euch herzlich zu unserem Drachenbastelnachmittag ein. Gemeinsam möchten wir mit viel Spaß, Kreativität und bunten Materialien einzigartige Drachen basteln, die anschließend den Herbsthimmel erobern können.

Freut euch auf einen gemütlichen Nachmittag, an dem Groß und Klein gemeinsam kreativ werden und Zeit miteinander verbringen können.

**Samstag, 19.09.26**

**10.30 Uhr**

Leitung: Jennifer Oheim

Gebühr: kostenfrei

In Kooperation mit dem Kommunalen Integrationszentrum des Märkischen Kreises -Projekt Väterarbeit.



**Kommunales  
Integrationszentrum  
Märkischer Kreis**

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie,  
Gleichstellung, Flucht und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen



### **Erste-Hilfe-Kurs für Eltern mit Vorschulkindern**

Kennt Ihr Kind den Notruf?

Kann Ihr Kind brenzlige Gefahren erkennen?

Kann Ihr Kind gute Beeren von schlechten Beeren unterscheiden?

Wir besprechen wie Kinder sich selbst vor brenzligen Situationen schützen oder anderen Kinder in einem kritischen Moment helfen können.

Wir werden spielerisch Pflaster & Verbände bei den Eltern anlegen oder auf Gefahren in der Natur eingehen. Es wird erklärt, dass Kinder niemals Angst vor dem Rettungsdienst haben müssen.

**Montag, 05.10.26**

**15.00-16.30**

Leitung: Anja Kreuzer

Gebühr: kostenfrei

### **Spielgruppe für Eltern und Kinder ab 6 Monaten**

Es wird unter pädagogischer Anleitung gemeinsam gespielt, gebastelt, gesungen und Spaß gehabt. Die Kinder können erste soziale Kontakte knüpfen und die Eltern finden einen Ort des Erfahrungsaustausches

**Mittwoch, 04.11.26**

**15.00-16.30 Uhr**

Dauer: Nachmittage –ein Einstieg ist jederzeit möglich

Leitung: N.N

Gebühr: kostenfrei

### **Geschwisterkonflikte – Streit gehört dazu!?**

Geschwister können die besten Verbündeten sein – und sich im nächsten Moment heftig streiten.

Konkurrenz, Eifersucht und Konflikte gehören zum Familienalltag vieler Eltern und können herausfordernd sein.

An diesem Elternabend möchten wir gemeinsam einen Blick darauf werfen, warum Geschwister streiten, welche Bedürfnisse hinter den Konflikten stecken und wie Eltern ihre Kinder dabei begleiten können, respektvoll miteinander umzugehen. Sie erhalten praktische Anregungen für den Familienalltag und haben Gelegenheit, sich mit anderen Eltern auszutauschen.

Wir laden Sie herzlich zu diesem informativen Abend ein und freuen uns darauf, gemeinsam Wege zu entdecken, wie aus Konflikten wertvolle Lern- und Entwicklungschancen entstehen können.

**Mittwoch, 25.11.26**

**19.00 Uhr**

Leitung: Jennifer Oheim

Gebühr: kostenfrei

### **Plätzchen backen**

**Für Kinder ab 4 Jahren in Begleitung**

Wir laden euch herzlich zu unserem Backnachmittag ein! Gemeinsam möchten wir leckere Plätzchen backen, kreativ verzieren und einen gemütlichen Nachmittag in entspannter Atmosphäre verbringen. Freut euch auf viel Spaß, schöne Gespräche und eine gemeinsame Auszeit vom Alltag.

**Donnerstag, 26.11.26**

**15.00 Uhr**

Leitung: Jennifer Oheim

Gebühr: kostenfrei

Familienzentrum Kinderland unter 02371/29152, per E-Mail [kita-kinderland@awo-ha-mk.de](mailto:kita-kinderland@awo-ha-mk.de) informieren und anmelden. oder bei der AWO Familienbildung Hemer-Iserlohn unter E-Mail [familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de](mailto:familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de)

## Familienzentrum „Dürerstrasse“ AWO-Kita

Frau Eichhorn

Dürerstr. 49/51

02371 836595

kita-duererstrasse@awo-ha-mk.de

### **1x monatlich Offene Beratungssprechstunde für Erziehungs- und Entwicklungsfragen.**

Beratung durch eine Diplom-Psychologin (Psychologische Psychotherapeutin). Die Beratung ist unentgeltlich. Beratung und Therapie stehen unter einem besonderen Vertrauensschutz. Die Beraterin unterliegt der Schweigepflicht.

**8.00 – 10.00 Uhr mit Terminabsprache**, kostenfrei



### **„Griffbereit“**

Eltern und Kinder entdecken gemeinsam Spiel und Sprache.

Das Programm „Griffbereit“ richtet sich an Eltern mit und ohne Einwanderungsgeschichte mit ihren Kindern im Alter von 1 und 3 Jahren.

Griffbereit ist eine Spielgruppe und fördert die frühkindliche Entwicklung durch konkrete kleinkindgerechte Aktivitäten und schafft eine wichtige Grundlage zum Erwerb der Sprachkompetenz. Die Mehrsprachigkeit wird hierbei als Potenzial der Kinder aufgegriffen und die ganzheitliche Entwicklung gestärkt.

**donnerstags**

**14.00 - 16.30 Uhr**

Leitung: Sally Aslambouli und Renate Heiermann

Gebühr: kostenfrei

### **Film und Diskussionsnachmittag**

In der Erziehung ist Respekt und Gewaltlosigkeit oberstes Gebot. Der Film „Wege aus der Brüllfalle“ vermittelt in einfachen nachvollziehbaren Schritten ein Konzept, mit dessen Hilfe Eltern sich ohne laut zu werden durchsetzen können und ihre Kinder respektvoll behandeln können.

**Dienstag, 15.09.26**

**15.00 Uhr**

Leitung: Barbara Eichhorn, Martina Schäfer

Gebühr: kostenfrei

Mit Kinderbetreuung möglich-bitte mit anmelden

### **Meine Eltern werden älter**

Die Pflege von Angehörigen ist eine große Herausforderung. Sie ist verbunden mit körperlichen und / oder seelischen Belastungen und verlangt ein hohes Maß an Flexibilität sowie die Bereitschaft, eigene Bedürfnisse zurückzustellen.

Häufig tritt ein Pflegefall überraschend ein, so dass man keine oder nur wenig Zeit hat, sich darauf einzustellen. Besonders schwierig wird es, wenn man Pflege und Beruf unter einen Hut bringen muss. Umso wichtiger ist es also, rechtzeitig zu wissen, wo und unter welchen Bedingungen Unterstützung und Entlastung zu bekommen sind. Mit diesen Informationen zur Pflege sowie persönliche Fragen rund um die veränderte Lebenssituation versuche ich Ängste zu nehmen.

**Montag, 28.09.26**

**15.00 Uhr**

Leitung: Evelin Piotrowski

Gebühr: kostenfrei

Mit Kinderbetreuung-bitte vorab anmelden

### **Hockey macht Spaß!**

Was ist Hockey und wie wird es gespielt? Kinder ab 4 Jahren lernen mit Tobias Effmert Hockey kennen- hierbei steht der Spaß im Vordergrund. Wie wird der Schläger richtig gehalten, der Ball geführt und wie sind die Hockeyregeln- das möchten wir vermitteln.

**Donnerstag, 01.10./8.10./15.10.26**

**14.30-15.30 Uhr**

Dauer: 3 Nachmittage

Leitung: Tobias Effmert

Gebühr: kostenfrei

### **Sinnes-Parcours für Kinder**

Ein interaktives Erlebnis für Kinder ab 3 Jahren, bei dem alle fünf Sinne spielerisch angesprochen werden. Die Kinder durchlaufen verschiedene Stationen, die Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Fühlen auf kreative Weise fördern.

**Dienstag, 20.10.26**

**15.00 Uhr**

Leitung: Kathi Özkol

Gebühr: kostenfrei

### **Interkultureller Austausch**

Wir möchten gemeinsam kochen, essen und plaudern. Rezepte von kulinarischen Köstlichkeiten aus verschiedenen Regionen, werden bei Ihrer Anmeldung angenommen und wir werden nach gemeinsamer Zubereitung daraus ein Menü zusammenstellen. Anmeldeschluss 09.10.26 – Kita Dürerstrasse

**Dienstag, 20.10.26**

**18:00 Uhr**

Leitung: Evelin Piotrowski, Renate Heiermann

Gebühr: kostenfrei

Ort: AWO Begegnungsstätte Nußbergstr. 1-3, 58636 Iserlohn

### **Werkstatt für Tageseltern**

Die „Werkstatt für Tageseltern“ ist ein praxisnaher Abend, der Tagespflegepersonen Raum für Austausch und fachliche Weiterentwicklung bietet.

**Mittwoch, 21.10.26**

**19.00 Uhr**

Leitung: Matthias Nowak

Gebühr: 3,- €-bitte vor Ort bezahlen

### **Infonachmittag Kur und Erholung**

Wie wär's mit einer „Mutter-Kind-Kur“? Was ist eine Kur, wie wird sie beantragt, was muss beachtet werden, was ist mit meinem/n Kind/ern. Viele Infos zu diesem Thema werden an dem Nachmittag besprochen.

**Mittwoch, 28.10.26**

**15.00-15.45 Uhr**

Leitung: Martina Schäfer

Gebühr: kostenfrei

### **Kindertanz-Angebot**

für Kinder von 3–6 Jahren!

Bewegung, Musik und ganz viel Spaß – unser neuer Kindertanz-Kurs startet bald! In einer kleinen, liebevollen Gruppe entdecken Kinder spielerisch die Welt des Tanzes. Mit fröhlichen Bewegungen, kindgerechter Musik und kreativen Übungen fördern wir: Die natürliche Bewegungsfreude, Motorik, Koordination, Selbstbewusstsein und Teamgeist

**Dienstag, 24.11./01.12./8.12.26**

**14.45-15.45 Uhr**

Dauer: 3 Nachmittage

Leitung: Margit Tuschen

Gebühr: kostenfrei

### **Laternenfest für Groß und Klein**

Wir treffen uns mit Ihnen und den Kindern um **am 11.11.26 um 17.00 Uhr** am Floriansdorf. (Feuerwache Iserlohn)

Dort beginnen wir mit einer kleinen Aufführung und anschließend laufen wir gemeinsam eine kleine Runde mit den Laternen. Danach sorgt unser Förderverein für kalte und heiße Getränke. Bei starkem Regen oder Sturm muss der Laternenumzug leider ausfallen.

Wir hoffen aber auf trockenes Wetter und freuen uns auf einen schönen Nachmittag mit Ihnen und Ihren Kindern.

### **Raffiniertes Weihnachtsgebäck**

für Mütter mit Kind ab 3 Jahren

Heute möchten wir gemeinsam leckere Plätzchen zubereiten.

**Dienstag, 15.12.26**

**14.30-16.00**

Leitung: Erika Feigi

Gebühr: Umlage vor Ort entrichten

Interessierte für die oben genannten Angebote können sich auch in dem AWO FZ Dürerstr. unter 02371/836595 oder per Mail [kita-duererstrasse@awo-ha-mk.de](mailto:kita-duererstrasse@awo-ha-mk.de) informieren und anmelden oder bei der AWO Familienbildung Hemer-Iserlohn E-Mail [familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de](mailto:familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de)

### **Familienzentrum „Miteinander“ Diakonie Kita - Prinzenstraße**

Andrea Wichern

Prinzenstr. 15

02371 61530

[kita.prinzenstrasse@diakonie-mark-ruhr.de](mailto:kita.prinzenstrasse@diakonie-mark-ruhr.de)

### **Offene Sprechstunde Logopädie mit „Die Praxis für Logopädie“**

**06.10 ab 8.30 Uhr**

Kostenfreie Diagnostik und Beratung der Sprachentwicklung

Anmeldung unter 02371/61530

### **Offene Sprechstunde Erziehungsberatung mit „Die Beratungsstelle“ Diakonie Schwerte**

**19.10. 11.00-13.00 Uhr und 08.12. 10.00-12.00 Uhr**

Kostenfreie Beratung und Begleitung in Erziehungs- und Familienfragen, Anmeldung unter 02371/61530

### **Themenelternnachmittag mit „Die Beratungsstelle“ Diakonie Schwerte**

**16.11. 14.30-16.00 Uhr**

Thema noch nicht bekannt

Kostenfrei, Anmeldung bitte bis zum 12.11. unter 02371/61530

### **-Hindenburgstraße**

Frau Tinghaus  
Hindenburgstr. 1  
02371/24191  
Kita.hindenburgstrasse@diakonie-mark-ruhr.de

### **Offene Sprechstunde Erziehungsberatung mit „Die Beratungsstelle“ Diakonie Schwerte**

**07.09./09.11. 13.30-15.30 Uhr**

Kostenfreie Beratung und Begleitung in Erziehungs- und Familienfragen, Anmeldung unter 02371/24191

### **Achtsamkeitskurs für Vorschulkinder**

**12.10.-16.10. jeweils vormittags**

Kosten ca. 30,00 €, weitere Infos über das Familienzentrum  
Anmeldung bitte bis zum 30.09. unter 02371/24191

### **Offene Sprechstunde Logopädie mit „Die Praxis für Logopädie“**

**08.10.2026 ab 8:30 Uhr**

Kostenfreie Diagnostik und Beratung der Sprachentwicklung  
Anmeldung unter 02371/24194

Angebote erfragen Sie bitte im Familienzentrum

### **Familienzentrum „Kleine Strolche“ Städt. Kita**

Herr Tummescheit  
Ulrich-Fust Str.4  
02371 13412  
ulrich\_fust@kita-iserlohn.de

### **Offene Beratungssprechstunde für Erziehungs- und Entwicklungsfragen**

Frau Knöppel, Psychologin im Beratungszentrums Iserlohn, steht Ihnen für Fragen rund um das Thema Kindererziehung/ -entwicklung im vertraulichen Einzelgespräch zur Verfügung.

**ab September –bitte Termine erfragen**

**regelmäßig einmal im Monat**

Leitung: Lea-Marie Knöppel

Gebühr: kostenfrei

Anmeldung erforderlich! Die Anmeldung kann über uns erfolgen oder Sie wenden sich direkt an die Beratungsstelle, Tel. Nr.: 02371/968130.

### **Mini-Strolche**

Väter und Mütter finden einen Ort des Erfahrungsaustausches, der Kontaktaufnahme und der Information. Die Kinder machen in der Gruppe der Gleichaltrigen soziale Erfahrungen, singen, spielen, basteln zusammen und haben viel Spaß dabei. Die Gruppe kann bis zum Kindergarteneintritt bestehen bleiben.

**Montag, 14.09.26**

**15.00-16.30 Uhr**

Dauer: 10 Nachmittage

Leitung: Stephanie Hennig

Gebühr: 40,-€

### **Pilates für Anfänger und Fortgeschrittene**

Erwecken Sie ihr Powerhouse mit Pilates. In diesem Kurs stärken sie gezielt Ihre tiefliegende Muskulatur, fördern Ihre Körpermitte und verbessern Ihre Haltung. Durch bewusste Atmung und kontrollierte Bewegungen finden Sie Ihre Balance und Gelassenheit im Alltag.  
Mitzubringen: Eine eigene Matte, ein Handtuch und etwas zu Trinken.

**Montag, 07.09.26**

**17.00-18.00 Uhr**

Dauer: 12 Abende

Leitung: Julia Echtermann

Gebühr: 120,-€-bitte vor Ort entrichten

Anmeldung und Infos unter: [julia@echtermann.eu](mailto:julia@echtermann.eu)/ Tel. 017670134770

### **Spaß, Sport und Spiel**

#### **für Kinder im Alter von 1 bis 3 Jahren mit einem Elternteil.**

Bewegung macht Spaß und ist wichtig für die Entwicklung des Kindes. Die Kinder können schon früh die Freude an der Bewegung mit Gleichaltrigen teilen. Die Teilnehmerzahl ist auf zehn begrenzt. Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe oder Anti-Rutsch-Socken mitbringen.

**Donnerstag, 17.09.26**

**15.30-16.30 Uhr**

Dauer: 10 Nachmittage

Leitung: Tanja Emery-Lehnardt

Gebühr: 35,-€

### **Gymnastik für jedes Alter und für Mann und Frau**

Ein starker Beckenboden spielt eine entscheidende Rolle in der Prävention von verschiedenen Gesundheitsproblemen, insbesondere Inkontinenz. Durch regelmäßiges Beckenbodentraining können die Muskeln in diesem Bereich gestärkt werden. Dies trägt dazu bei der Kontrolle über die Blase zu verbessern und das Risiko von Inkontinenzproblemen zu reduzieren. Ein gezieltes Training fördert nicht nur die Muskelkraft, sondern steigert auch die Durchblutung und verbessert die Haltung. Die Integration von Beckenbodengymnastik in den Alltag ist somit eine wirksame Maßnahme, um die Lebensqualität zu erhalten und mögliche Gesundheitsrisiken zu minimieren.

**Dienstag, 03.11.26**

**19.30 Uhr**

Dauer: 5 Abende

Leitung: Tanja Emery-Lehnardt

Gebühr: 17,50 €

Anmeldungen und Infos für die Kurse erhalten Sie auch bei Marc Tummescheit unter Tel. 02371/13412 oder per E-Mail unter [ulrich\\_fust@kita-iserlohn.de](mailto:ulrich_fust@kita-iserlohn.de)

**E-Mail:**

## **Caritas Familienzentrum**

Frau Schulz  
Dördelweg 35  
58638 Iserlohn  
02371/28270  
kita@caritas-iserlohn.de

### **Beratung zu Kur und Erholungsmaßnahmen**

Ansprechpartnerin: Frau Atay

Tel.: 02371/7893597

Ort: Caritas Familienzentrum

**Sprechzeiten: Mo-Do 9.00- 15.00Uhr**

Beratungsangebot: Mutter-/ Vater-Kind- Kuren

Mütter-/ Väterkuren

Kinderkuren

Kuren für pflegende Angehörige

Kurnacharbeit

Erholungsmaßnahmen

### **Pekip-Kurs**

Kursleiterin und Ansprechpartnerin: Frau Jonas

Tel.: [0176-81821314](tel:0176-81821314)

Adresse: Caritas-Familienzentrum Iserlohn, Dördelweg 35, 58638 Iserlohn

Die Gebühr pro Teilnahme am jeweiligen Termin beläuft sich auf 6€ und kann über das Bildungspaket finanziert werden. Eine Kursanmeldung ist bei Frau Jonas möglich.

**Kurs 1:** Für Kinder im April – Juli geboren

**Kurszeiten: 03.09.26 bis 15.10.26, donnerstags, 8.45-10.15 Uhr**

**Kurs 2:** Für Kinder im April – Juli geboren

**Kurszeiten: 03.09.26 bis 15.10.26, donnerstags, 10.25-11.55 Uhr**

### **Familien- und Erziehungsberatung**

Ansprechpartnerin: Fr. Stenner

Tel.: [02371/818670](tel:02371/818670)

Adresse: Caritas-Familienzentrum Iserlohn, Dördelweg 35, 58638 Iserlohn

Sprechzeiten: **jeder zweite Freitag im Monat**

Um vorherige Terminabsprache wird gebeten

### **Kurs Eltern-Start**

Ansprechpartnerin: Frau Schulz

Tel.: [02371/818670](tel:02371/818670)

Kursleitung: Frau Szage

Adresse: Caritas-Familienzentrum Iserlohn, Dördelweg 35, 58638 Iserlohn

**Kurszeiten: 25.09. bis 23.10.2026, freitags 14:15-15:45 Uhr (5 Termine)**

Nach Beendigung des Kurses besteht die Möglichkeit zum Anschluss an den Kidix-Kurs.

Kosten: Die Kursgebühr kann über das Bildungspaket finanziert werden, sofern noch kein Eltern-Start-Kurs besucht wurde.

Um vorherige Anmeldung 11.09.2026 wird gebeten.

### **Kidix-Kurs**

Ansprechpartnerin: Frau Schulz

Tel.: [02371/818670](tel:02371/818670)

Kursleitung: Frau Szage

Adresse: Caritas-Familienzentrum Iserlohn, Dördelweg 35, 58638 Iserlohn

**Kurszeiten: 30.10. bis 18.12.2026,  
freitags 14:15-15:45 Uhr (8 Termine)**

Kosten: 15€

Um vorherige Anmeldung 16.10.2026 wird gebeten.

Weitere Angebote erfragen Sie bitte in dem Familienzentrum

### **Familienzentrum „Iserlohn-Mitte“ Kath. Kita – St. Pankratius**

Frau Trzonkowski

Hohler Weg 50

58636 Iserlohn

02371/22820

[Pankratius-iserlohn@Kath-kitas-ruhr-mark.de](mailto:Pankratius-iserlohn@Kath-kitas-ruhr-mark.de)

### **Kinderyoga**

**Jeden Montag**

**10.00-10.30 Uhr und von 14.00-14.30 Uhr**

### **Musikalische Früherziehung**

**Jeden zweiten Donnerstag (ungerade Wochen)**

**10.45 – 11.30 Uhr**

Leitung: Stefanie Krämer-Laame.

### **Turnen für Frauen ab 50**

Im Rahmen des Familienzentrums Iserlohn Mitte bieten wir Turnen für Frauen ab 50 an.

**Jeden Mittwoch**

**15.30 – 17.00 Uhr**

Ort: Forum St. Pankratius oder Turnhalle des Kindergartens St. Pankratius

Leitung: Barbara Petruschkat

### **Kreativangebot mit der Casa B Kunstfabrik**

**Jeden zweiten Freitag im Monat**

**10.00 – 11.00Uhr**

Leitung: Monika Attrill

### **Sprechstunden mit der Erziehungs- und Beratungsstelle der Caritas**

Frau Antonella Giordano berät in unserem Familienzentrum vor Ort.

**Alle Zwei Monate**

**9.00 – 10.00 Uhr**

### **Eltern Café**

Alle zwei Monate findet in Kooperation mit der KefB das Eltern Café mit Frau Anette Schutzzeichel statt. Das Eltern Café ist in Abwechslung mit unserem Kooperationspartner Hl. Dreifaltigkeit Kindergarten festgelegt.

**14.09, 02.11.2026**

**14:00 – 16:00 Uhr**

Weitere Termine und Aktionen fragen Sie gerne im Familienzentrum an.

### **Familienzentrum „Iserlohn-Mitte“ Kath. Kita – Hl. Dreifaltigkeit**

Frau Zurek  
Schulstrasse 37  
58636 Iserlohn  
02371 60529  
hl-dreifaltigkeit-iserlohn@kath-kitas-ruhr-mark.de

### **Sprachkurs**

Ein Sprachkurs für junge Mütter mit Migrationshintergrund findet immer donnerstags vormittags in der GeBu Halle statt. Bei Interesse bitte im Familienzentrum melden.

Weitere Termine und Aktionen fragen Sie gerne im Familienzentrum an

### **Kinder- und Jugendbüro**

Frau Janke  
Brüderstr. 20  
02371 217-2239  
tanjal.janke@iserlohn.de

### **Familienzentrum „Kinderburg“ AWO Kita**

Gertrud-Burgard-Haus  
Am Löbbeckenkopf 30  
58636 Iserlohn  
02371/908912  
Kita-kinderburg@awo-ha-mk.de

### **Offene Sprechstunde der Beratungsstelle für Erziehungs- und Entwicklungsfragen**

Die Beratung findet durch eine Diplom-Psychologin statt und unterliegt der Schweigepflicht  
Termine können in der AWO Kita Kinderburg nachgefragt werden – kostenfrei

### **Familien Café'**

Austausch und Begegnung für Familien.

Jeden dritten Freitag im Monat bieten wir von 8.30 – 10.30 Uhr ein Familien Café' an. Omas, Opas, Tanten, Onkel, Eltern...Sie sind herzlich eingeladen. In unserem Familien Café' haben Sie die Möglichkeit, sich in gemütlicher Atmosphäre bei einer Tasse Kaffee/Tee und Gebäck zu treffen, sich auszutauschen oder nur entspannt zu verweilen. Zu bestimmten Themen können auch Referent\*innen eingeladen werden.

### **Jeden dritten Freitag im Monat**

### **8.30-10.30 Uhr**

Jeweilige Themen dazu können in der Einrichtung erfragt werden  
kostenfrei

### **Griffbereit Spielgruppe für 1 – 2jährige Kinder und ihren Eltern**

Griffbereit fördert die frühkindliche Entwicklung durch kleinkindgerechte Aktivitäten mit den Eltern/Familien, wie z.B. gemeinsames Spielen, Singen oder Malen in den Familiensprachen und auf Deutsch. Dies schafft eine wichtige Grundlage zum Erwerb von Sprachkompetenz.

Bereits zum zweiten Mal bietet die AWO Kita Kinderburg jungen Eltern dieses Angebot an.

### **Start: immer mittwochs**

### **14.30-15.30 Uhr**

Leitung: Svitlana Liegmann  
kostenfrei

### **Frühstück und Experimentieren**

Für Kinder im letzten Kindergartenjahr mit Begleitung (Tante / Onkel/Oma/Opa)

Haben Sie Lust mit Ihrem Kind zu experimentieren? Dann sind Sie bei uns genau richtig. An diesem Vormittag möchten wir mit Ihnen gemütlichen frühstücken und danach Experimente durchführen.

**Samstag, 26.09.26**

**10.00-12.00 Uhr**

Leitung: Iris Große-Schnettker, Jasmin Lino

Gebühr: Materialumlage -bitte vor Ort entrichten

### **Gemeinsam auf den Weg machen (Social-Walk)**

#### **Gruppe für Menschen mit Behinderung**

Nach einer kurzen Kennenlernrunde möchten wir einen gemütlichen Spaziergang um den Seilersee machen. Hierbei besteht die Möglichkeit miteinander ins Gespräch zu kommen.

Ziel ist es Erfahrungen auszutauschen.

Bitte bis zum 28.09.26 sich anmelden.

**Montag, 05.10.26**

**15.30 Uhr**

Leitung: Martin Bathe

Gebühr: kostenfrei

Terfipunkt: Vor dem Restaurant „Wilde Ente“

### **Bewegungslandschaft, Mediation, Yogaeinheit**

Für Kinder im Alter von 4-6 Jahren

Kommt vorbei und erlebt einen schönen Nachmittag.

Bringt bitte etwas Obst für eine Pause mit-Wasser ist vorhanden

**Donnerstag, 08.10.26**

**15.00-17.00 Uhr**

Leitung: Gina Steffen, Petra Wohlbrück

Gebühr: kostenfrei

### **Herbstwindlichter gestalten**

Heute können Sie mit Ihrem Kind/Kinder gemeinsam ein herbstliches Windglas mit einem Tiermotiv gestalten.

Freuen Sie sich auf eine gemütliche Bastelzeit, kreative Ideen und schöne gemeinsame Momente.

**Mittwoch, 21.10.26**

**14.45-16.00 Uhr**

Leitung: Angelika Comes, Mareen Dettmann, Donna Zacharopoulou

Gebühr: kostenfrei

Anmeldungen und Informationen für die Angebote E-Mail: [kita-kinderburg@awo-ha-mk.de](mailto:kita-kinderburg@awo-ha-mk.de) Telefon: 9089-12 oder -14 oder bei der AWO Familienbildung Hemer-Iserlohn Tel. 02372/501885 E-Mail familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de

### **Familienzentrum Johanniter Kita Löwenzahn**

Bertha-von-Suttner-Str.9  
58636 Iserlohn  
02371 66972400  
barbara.steinbrink@johanniter.de

#### **Offene Sprechstunde:**

Der Zweckverband für psychologische Beratung und Hilfen (zfb Iserlohn) bietet im Familienzentrum einmal im Monat eine offene Sprechstunde für Eltern an.

Weitere Angebote erfragen Sie bitte im Familienzentrum.

### **Familienzentrum Kita Villa Afrika**

Susanne Urquhart  
Grüner Weg 99  
58644 Iserlohn  
Tel: 02371 50062  
villa-afrika@wegbereiter-ggmbh.de

#### **Griffbereit**

**dienstags 9.00 – 11.00 Uhr** für Eltern und Kinder im Alter von 1 bis 3 Jahren

Anmeldung bei Frau Behije Yilmaz

Krabbelgruppe und Austausch zu Erziehungsthemen für Familien mit und ohne Migrationshintergrund

#### **Pekip**

Eltern mit Kindern bis zu einem Jahr

**donnerstags 15.15 – 16.15 Uhr**

Leitung: Christina Eisenhuth

#### **Mehrlingsgruppe (für Eltern mit Zwillingen, Drillingen . . .)**

Spielgruppe und Erfahrungsaustausch für Familien mit Mehrlingen

**Jeden Montag 14.30 Uhr-16.00 Uhr**

**„Mehrlingsstammtisch“ ( Für Eltern )** Erfahrungsaustausch für Familien mit Mehrlingen

**Jeden Donnerstag 19.30 Uhr-21.00 Uhr**

Weitere Angebote erfragen sie bitte im Familienzentrum

## **Familienzentrum „Hand in Hand“**

Herr Bleß  
Schlesische Str. 73  
58636 Iserlohn  
02371/63696  
kita.handinhand@diakonie-mark-ruhr.de

### **Spielgruppe „Hand in Hand“**

#### **Für Kinder ab 1 Jahr in Begleitung**

Väter und Mütter finden einen Ort des Erfahrungsaustausches, der Kontaktaufnahme und der Information. Die Kinder machen in der Gruppe der Gleichaltrigen soziale Erfahrungen, singen, spielen, basteln zusammen und haben viel Spaß dabei. Die Gruppe kann bis zum Kindergartenereintritt bestehen bleiben.

**Dienstag, 01.09./06.10./03.11.26**

**14.30-15.30 Uhr**

Leitung: M.A FZ Hand in Hand  
Gebühr: kostenfrei

### **Sing und Spielkreis**

Für Eltern-Kind ab 1 Jahr in Begleitung

Wir wollen an diesen Nachmittag in die Welt der Sing-Kreis-Spiele eintauchen. „Neues kennenlernen und „Altes“ wieder entdecken mit viel Spaß. Gemeinsames Singen und Klatschen sind wichtige Fähigkeiten für die Sprache und auch für die Motorik.

Es handelt sich um Einzeltermine-Anmeldungen für 1 Termin sind möglich

**Donnerstag, 05.11./03.12.26**

**14.30-15.15 Uhr**

Leitung: M.A. FZ Hand in Hand  
Gebühr: kostenfrei

### **Kinderwelten – Medienwelten“**

Smartphone, Spielkonsole & Co., sowie das Internet bestimmen immer mehr unseren Alltag. Von den virtuellen Medien geht ein unwiderstehlicher Reiz aus, nicht nur für unsere Kinder. An diesem Abend widmen wir uns dem Thema Medien.

Welche Medien gibt es?

Wieviel sollte ein Kind in welchem Alter nutzen dürfen?

In welchem Maße sind Medien in Ordnung?

Die Vielfalt der Medien verändert sich stetig. Ab wann wird es sogar gefährlich und wie begegnen wir diesen Schwierigkeiten.

All dies schauen wir uns an diesem Abend realistisch und familienalltagstauglich an.

**Mittwoch, 11.11.26**

**19.00 Uhr**

Leitung: Jennifer Oheim  
Gebühr: kostenfrei

### **Experimente zum Mitmachen**

#### **Für Kinder ab 4 Jahren in Begleitung**

Gemeinsam möchten wir experimentieren, staunen und spannende Entdeckungen machen. Dabei können Groß und Klein verschiedene Experimente ausprobieren, Neues erforschen und gemeinsam viel Freude am Entdecken haben. Es wird ein abwechslungsreicher Nachmittag voller Neugier, Spaß und kleiner Überraschungen!

**Donnerstag, 19.11.26**

**15.00-16.00 Uhr**

Leitung: Jennifer Oheim  
Gebühr: kostenfrei

### **Winterwunderland im Schuhkarton**

#### **Eltern-Kind-Angebot für Kinder ab 2 Jahren**

Ein Hauch von Gemütlichkeit zieht bei uns allen in der dunklen Jahreszeit ein. An diesem Aktionssamstag wollen wir es uns gemeinsam gemütlich machen. Wir essen leckere Kekse, trinken heiße Schokolade und mit Hilfe verschiedener Materialien dürft ihr Euch gemeinsam mit Mama und Papa ein eigenes Winterwunderland im Schuhkarton erschaffen. Dabei könnt Ihr Eurer Kreativität freien Lauf lassen.

**Samstag, 28.11.26**

**14.00-15.30 Uhr**

Leitung: Jennifer Oheim

Gebühr: kostenfrei

### **Logopädie Screening**

15.10.2026 Donnerstag, ab 8.30 Uhr

### **KigoPlus**

24.09/19.11. jeweils Donnerstag 11.15 Uhr in der Kita

### **Erntedankgottesdienst**

Sonntag, 04.09.2026 10.30, Oberste Stadtkirche

### **Laternenfest**

09.11.2026 Montag, ab 17.00 Uhr an der Kita

### **Adventsgottesdienst**

Freitag, 11.12.2026 16.00 Uhr, Erlöserkirche

**Jeder ist eingeladen.**

Bei Fragen oder Interesse so den Terminen gerne einfach in dem Familienzentrum melden, wir freuen uns.

Anmeldungen und Informationen zu den Kursen Telefon: 02371 / 63696 oder E-Mail  
kita.handinhand@diakonie-mark-ruhr.de oder bei der AWO Familienbildung Hemer-Iserlohn Tel.  
02372/501885 E-Mail familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de

## **Nußberg –Gerlingsen**

### ***Familienzentrum „Ein Haus für alle Kinder“ Diakonie-Kita***

Frau Fuchs

Gerlingser Platz 6a

02371 972813

ein-haus-fuer-alle-kinder@diakonie-mark-ruhr.de

### **Offene Sprechstunde Erziehungs- und Familienberatung**

durch Herrn Schröder von der Caritas

**05.10., 02.11., 07.12.2026**

**15.00 – 16.00 Uhr**

### **Treffen der Selbsthilfegruppe „Miteinander“**

in Kooperation mit den Verfahrenslotsen und der Caritas Erziehungs- und Familienberatung

**06.10.26, 12.01., 20.04., 22.06.2027**

**14.00 – 16.00 Uhr**

### **Schnupperkurs Kinderyoga**

in Kooperation durch das Kinderyoga- Wunderland

**09.11, 16.11, 23.11, 07.12.26**

**15.00 – 15.45 Uhr**

### **Elternabend zum Thema „Mit Kindern trauern, Abschied nehmen“**

**11.01. um 18.30 Uhr**

Nähere Informationen und Anmeldungen jeweils über „Ein Haus für alle Kinder“ entweder unterfolgender Telefonnummer [02371/97280](tel:0237197280) oder unter der Mailadresse: [ein-haus-fuer-alle-kinder@diakonie-mark-ruhr.de](mailto:ein-haus-fuer-alle-kinder@diakonie-mark-ruhr.de)

### **Familienzentrum St. Hedwig**

Frau Shalaj

Hedwigsplatz 1

58638 Iserlohn

02371/31339

[hedwig-iserlohn@kath-kitas-ruhr-mark.de](mailto:hedwig-iserlohn@kath-kitas-ruhr-mark.de)

Angebote erfragen Sie bitte im Familienzentrum

### **Heide-Hombruch**

### **Familienzentrum „Die Kleinen vom Erbenberg“ Städt. Kita**

Frau Holtschmidt

Am Erbenberg 83

58638 Iserlohn

02371/32194

[erbenberg@kita-iserlohn.de](mailto:erbenberg@kita-iserlohn.de)

### **Griffbereit mini**

**Jeden Donnerstag**

**14.30 – 16.00 Uhr**

Leitung: Frau Jakobek

Dieser Kurs ist für Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren.

### **Elterncafe`** kefb mit Frau Schutzzeichel:

**09.09.2026** Elterncafe´ stellt sich vor **9.00-11.00 Uhr**

**23.09.2026** Elterncafe´ Medien im Alltag **9.00.11.00 Uhr**

**05.10 2026** Elterncafe´ Kleine und große Wehwehchen, Zahngesundheit, Kinderkrankheiten und Erste-Hilfe  
**14.30-16.00 Uhr**

**04.11.2026** Elterncafe´ „Nachhaltigkeit-unsere Verantwortung“  
**9.00-11.00 Uhr**

Terminvereinbarung ist erwünscht unter: 02371/32194  
oder per Mail: erbenberg@kita-iserlohn.de

**„Kleine Füße, große Zukunft“**

- Voranmeldung in der Kita!

**26.09.2026 von 10.00 - 15.00 Uhr**

Terminvereinbarung ist erwünscht unter: 02371/32194  
oder per Mail: erbenberg@kita-iserlohn.de

**Yoga mit Frau Lübke:**

**immer mittwochs von 15.30-17.00 Uhr** Kosten sind abhängig von der Kursdauer

unter: 02371/32194

oder per Mail: erbenberg@kita-iserlohn.de

**Tagespflege:**

**Austauschtreffen** am 06.10.2026 mit den Tagespflegepersonen um 18.30 Uhr bei Interesse bitte in der Kita anmelden!

unter: 02371/32194

oder per Mail: erbenberg@kita-iserlohn.de

**Erste-Hilfe-Kurs** am 10.10.2026 für Tagespflegepersonen 8.00-15.30 Uhr Anmeldung über die Tagespflege

**Trödelmarkt** in Zusammenarbeit mit den Tagespflegepersonen

Am Samstag, den 14.11.2026 von

10.00-14.00 Uhr/bei Interesse eines Standes bitte in der Kita melden!

unter: 02371/32194

oder per Mail: erbenberg@kita-iserlohn.de

**Erziehungsberatungsstelle** ZfB mit Frau Prochotta:

-22.09.2026 Beratung 10.00-12.00 Uhr

-20.10.2026 Beratung 10.00-12.00 Uhr

-17.11.2026 Beratung 10.00-12.00 Uhr

-15.12.2026 Beratung 10.00-12.00 Uhr

Bei Bedarf bitte einen Termin vereinbaren!

**Unter: 02371/32194**

**oder per Mail: erbenberg@kita-iserlohn.de**

Weitere Angebote erfragen sie bitte im Familienzentrum

### **Quartierstreff**

Friedrich-Kaiser-Straße 22  
58638 Iserlohn  
02371/32888  
quartierstreff@iserlohn.de

Der Quartierstreff versteht sich als Begegnungsort für alle Bewohnerinnen und Bewohner der Stadtteile Heide und Hombruch. Die Schaffung von attraktiven Angeboten für Kinder und Jugendliche, junge Erwachsene, Familien und Senioren wird unter der Quartiersarbeit zusammengefasst. Sie können HIER mehr erfahren.

### **Familienzentrum „Schloss Einstein“ Städt. Kita**

Frau Dodt  
Friedrich Kaiser Str. 26  
58638 Iserlohn  
02371/31331  
hombruch@kiga-iserlohn.de

Angebote erfragen Sie bitte im Familienzentrum

### **Letmathe-Oestrich-Dröschede**

#### **Familienzentrum „David“ Ev. Kita**

Frau Schmitz-Andresen  
Kirchstraße 4a  
58642 Iserlohn Oestrich  
02374/12129  
[ev.kita.david-oestrich@tvb-is.de](mailto:ev.kita.david-oestrich@tvb-is.de)

#### **Outdoor Aktion für Familien!**

##### **Nachtjägern auf der Spur!**

Nur mit einer Taschenlampe in der Hand werden wir durch den Abend wandern und gespannt beobachten, welche tierischen Geister der Nacht und dabei über den Weg laufen. Wir werden Fledermäuse beobachten und mit etwas Glück hören wir einen Kaus rufen. Bitte eine Taschenlampe mitbringen!

**Freitag, 18.09.26**

**20.00-ca. 21.30 Uhr**

Leitung: Tim Graumann

Gebühr: kostenfrei

Treffpunkt: Eingang Volksgarten Letmathe

#### **Herbst kreativ erleben**

##### **Für Kinder im Alter von 4-5 Jahren mit Begleitperson**

Gemeinsam entdecken wir den Herbst und werden kreativ! Mit bunten Farben und verschiedenen Materialien gestalten die Kinder kleine Herbstkunstwerke und haben dabei viel Freude am Ausprobieren.

**Dienstag, 29.09.26**

**15.00-16.00 Uhr**

Leitung: Janine Miele

Gebühr: kostenfrei

### **Herbst kreativ entdecken**

#### **Für Kinder von 2-3 Jahren mit Begleitperson**

Mit bunten Blättern und einfachen Materialien entdecken unsere Kleinsten den Herbst. Dabei dürfen sie kleben, fühlen und gestalten – ganz spielerisch und mit viel Freude.

**Mittwoch, 30.09.26**

**15.00-16.00 Uhr**

Leitung: Janine Miele

Gebühr: kostenfrei

### **Gemeinsam in Bewegung – Sensomotorische Entdeckungsreise**

#### **für Kinder ab 4 Jahren mit Begleitung**

In diesem Eltern-Kind-Kurs entdecken die Kinder gemeinsam mit einer vertrauten Bezugsperson spielerisch ihren Körper und ihre Sinne. An abwechslungsreichen sensomotorischen Stationen werden Bewegung, Wahrnehmung und Körpergefühl miteinander verbunden. Die Kinder balancieren, fühlen, drücken, ziehen, hören und tasten – immer begleitet von Mama, Papa oder einer anderen Bezugsperson. Dabei werden motorische Fähigkeiten, Gleichgewicht, Koordination und Körperwahrnehmung auf natürliche und kindgerechte Weise gefördert. Gleichzeitig stärkt der Kurs die Eltern-Kind-Bindung und macht viel Spaß.

**Donnerstag, 19.11.26/26.11.26**

**15.00-16.00 Uhr**

Dauer: 2 Nachmittage

Leitung: Danah Dettmann

Gebühr: kostenfrei

### **Familienyoga – Gemeinsam bewegen & entspannen**

Im Familienyoga erleben Eltern und Kinder gemeinsam eine achtsame Auszeit vom Alltag.

In ruhiger, spielerischer Atmosphäre werden kindgerechte Yogaübungen gemeinsam ausprobiert, bewegt und erlebt. Die Freude an Bewegung, Körperwahrnehmung und das gemeinsame Tun steht im Vordergrund und stärkt so die Eltern-Kind-Bindung.

Der Workshop richtet sich an Eltern-Kind-Paare und findet in einer kleinen Gruppe von 6–8 Paaren statt, um eine persönliche und entspannte Atmosphäre zu ermöglichen.

**Dienstag, 06.10.26**

**15.00-16.00**

Leitung: Nicole Grünwald

Gebühr: kostenfrei

### **David-Spielgruppe**

#### **Für Kinder ab 8 Monaten bis 3 Jahren in Begleitung**

Väter und Mütter finden einen Ort des Erfahrungsaustausches, der Kontaktaufnahme und der Information.

Die Kinder machen in der Gruppe der Gleichaltrigen soziale Erfahrungen, soziale Erfahrungen, singen, spielen, basteln zusammen und haben viel Spaß dabei. Die Gruppe kann bis zum Kindergarteneintritt bestehen bleiben. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

**Mittwoch, 23.09.26**

**9.00-10.30 Uhr**

Dauer: 10 Vormittage

Leitung: Lisa-Isabel-Roschmann

Gebühren: 20,-€ Anteil der Familien-Rest wird über das FZ finanziert

Anmeldungen und Informationen zu den Kursen erhalten Sie auch im

Ev. Familienzentrum David Kindergarten, Tel. 02374 12129, E-Mail :[ev.kita.david-oestrich@tvb-is.de](mailto:ev.kita.david-oestrich@tvb-is.de) . oder bei der AWO Familienbildung Hemer-Iserlohn unter E-Mail [familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de](mailto:familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de)

## **Familienzentrum „Dröschede“ Ev. Kita**

Frau Turck  
Rauhe Hardt 1  
02374/70250  
ev.kita.rauhehardt@tvb-is.de

### **Offene Sprechstunde Erziehungs- und Familienberatung**

Beratung für Erziehungs- und Entwicklungsfragen. Die Beraterin unterliegt der Schweigepflicht.

Einmal im Monat von der ZfB Iserlohn

**Dienstag, 15.09./13.10./10.11./08.12.26**

**9.00-11.00 Uhr**

**Anmeldung bis 1 Woche vorher erforderlich!**

Gebühr: kostenfrei

### **Outdoor-Fitness**

Gemeinsam möchten wir uns an der frischen Luft bewegen, Spaß haben und etwas für unsere Fitness tun.

Der Kurs ist für jedermann geeignet und beinhaltet sowohl Ausdauer- als auch Krafttraining.

Bitte denken Sie an: bequeme Sportkleidung/ wetterangepasste Kleidung/etwas zu trinken

**Montag, 07.09.26**

**16.30 -ca. 17.30 Uhr**

Leitung: Natascha Fordt-Langerbein

Treffpunkt: Haupteingang Volksgarten Letmathe

### **Selbstständigkeit stärken – vom Urvertrauen zum Selbstbewusstsein**

Wie können wir Kinder dabei unterstützen, selbstständig, sicher und selbstbewusst ihren Weg zu gehen?

Welche Sicherheit brauchen sie – und an welchen Stellen ist es wichtig, loszulassen? Zu diesen Fragen

möchten wir uns gemeinsam mit Ihnen austauschen und freuen uns auf einen informativen und anregenden Abend.

**Donnerstag, 24.09.26**

**19.00 Uhr**

Leitung: Jennifer Oheim

Gebühr: kostenfrei

### **Kleine Menschen-große Gefühle**

Das Interesse von Kindergartenkindern am eigenen Körper und am Körper des anderen Geschlechts ist groß.

Schmusen, Kuscheln, Doktorspiele und Rollenspiele „Vater-Mutter-Kind“, Wickeln (auch von

Betreuungspersonen) etc. gehören zum Alltag in der Familie. Kinder sind neugierig und stellen Fragen, Eltern

kennen dies sehr gut. Es ist daher notwendig, Sicherheit im Umgang mit kindlichen körperlich-sexuellen

Verhaltensweisen zu entwickeln. An diesem Elternabend wird der Schwerpunkt gelegt, Eltern über die

psychosexuelle Entwicklung von Kindern im Alter von 0-6 Jahren zu informieren. Unter Anderem wird

erläutert, was alterstypische Ausdrucksformen sind und worin die Erwachsenensexualität sich abgrenzt. Es

werden Beispiele von der Mitarbeiterin- der Beratungsstelle pro familia Märkischer Kreis- vorgestellt, wie eine

Begleitung der Kinder erfolgen kann.

**Montag, 05.10.26**

**17.00- ca.19.00 Uhr**

Leitung: Patrizia Hültenschmidt

Gebühr: kostenfrei

Für Eltern und Fachkräfte bieten wir auch individuelle Termine an.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf ☎ 02371-789755

  
**Beratungsstelle Märkischer Kreis**

### **Eltern-Kind-Tanz- und Bewegungsangebot**

für Kinder ab 3 Jahre mit Begleitung.

Gemeinsam möchten wir mit viel Freude tanzen, turnen und uns bewegen. Im Mittelpunkt stehen Spaß, Musik und die gemeinsame Zeit zwischen einem Elternteil (Mama oder Papa) und Kind. Das Angebot ist für Eltern mit Kind geeignet und richtet sich an alle, die Freude an Bewegung haben.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und etwas zu trinken mit.

**Donnerstag, 15.10.26**

**14.00 – 14.45 Uhr**

Leitung: Natascha Fordt-Langerbein

Gebühr: kostenfrei

### **Kindertanz**

In dem Kurs soll den Kindern Freude an Tanz und Bewegung vermittelt werden mit folgenden Schwerpunkten:

- Tänzerische Früherziehung
- Tanz- und Bewegungsspiele
- Erlernen von altersgerechten Tanzchoreografien
- Spielerisches Beweglichkeitstraining

### **Für Mini's (3-4 Jahre)**

**Donnerstag, 05.11.26**

**13.30-14.15 Uhr**

Dauer: 6 Nachmittage

Leitung: Natascha Fordt-Langerbein

Gebühr: kostenfrei

### **Für Maxi's (5-6 Jahre)**

**Donnerstag, 05.11.26**

**14.30-15.15 Uhr**

Dauer: 6 Nachmittage

Leitung: Natascha Fordt-Langerbein

Gebühr: kostenfrei



### **ELTERNSTART NRW**

#### **Kostenloses Angebot für Eltern -mit Kindern im Alter von 3-11 Monaten Einstiegsangebot in die Familienbildung mit dem Schwerpunkt Sinneserfahrung**

In dieser Gruppe treffen sich Eltern mit ihren Babys an 5 Nachmittagen. In diesem Kurs geht es um die vielfältigen Möglichkeiten der Sinneserfahrung von Babys ab 3 Monaten bis ca. 11 Monaten. Im gemeinsamen Spiel begleitet von ersten Liedern, erfährt das Baby Zuwendung, Wärme und Geborgenheit, so dass die Bindung zwischen Mutter/Vater und Kind positiv unterstützt wird. Darüber hinaus können die Babys Kontakt zu gleichaltrigen Kindern knüpfen. Während des Kurses ist auch ausreichend Zeit sich über die Erlebnisse und Veränderungen in der neuen Familie auszutauschen und Fragen zur Entwicklung, Ernährung und Pflege des Babys zu besprechen.

**Freitag, 06.11.26**

**14.30-16.00 Uhr**

Dauer: 5 Nachmittage

Leitung: Raphaela Albrecht

Gebühr: kostenfrei –ein Kursangebot über Elternstart NRW

### **Geschickte Hände**

Viele Kinder tun sich heute schwer mit dem Stift: Die Hand ermüdet schnell, die Haltung ist verkrampft oder die Lust am Malen und Schreiben fehlt ganz. Oft fehlt es an feinmotorischer Übung, weil kreative Tätigkeiten zunehmend durch digitale Medien ersetzt werden. Doch Malen und Zeichnen sind keine „Nebensachen“ – sie sind eine wichtige Vorläuferfertigkeit für das Schreiben und damit eine bedeutende Grundlage für die gesamte Schulzeit. Wenn Kinder frühzeitig und spielerisch ihre Handgeschicklichkeit entwickeln, fällt ihnen das Schreiben später deutlich leichter – und sie starten entspannter und motivierter in die Schule. In dieser praxisnahen Veranstaltung erfahren Sie:

- ✓ warum viele Kinder heute mit dem Stift kämpfen
- ✓ wie Sie Mal- und Schreibfreude gezielt und ohne Druck fördern
- ✓ welche einfachen Spiele und Übungen die Feinmotorik stärken
- ✓ wie Sie links- und rechtshändige Kinder individuell unterstützen können, Sie erhalten alltagstaugliche Impulse und Tipps, die Sie sofort umsetzen können – ganz ohne Leistungsdruck, dafür mit viel Spaß, Bewegung und Kreativität.

**Montag, 09.11.26**

**18.30 -20.30 Uhr**

Leitung: Cornelia Holtkamp

Gebühr: kostenfrei

Mit Kinderbetreuung-diese bitte vorab anmelden

### **Roboterclub für Vorschulkinder**

Das Ziel ist es, den Kindern spielerisch die Grundkonzepte der Informatik näherzubringen und ihre Neugierde für dieses wichtige Zukunftsthema zu wecken. Wir wollen wichtige Fähigkeiten wie Problemlösung, strategisches Denken und Kreativität zu entwickeln, unterstützen. Alle Inhalte werden ohne Tablet oder Computer von den Kindern gemeistert. Großen Spaß werden sie sicherlich an den vielen Spielen haben, durch die sie lernen werden. Die Kinder werden auch ermutigt, Fehler als Lernchancen zu sehen und ihre eigenen Strategien zu entwickeln und Selbstwirksamkeit zu erfahren.

**Am 10.11.26 um 19.30 Uhr findet ein Elternabend für die Eltern der teilnehmenden Kinder statt.**

**Dienstag, 10.11./17.11./24.11./01.12.26 (Folgetermine im Januar 2027)**

**14.15-15:15 Uhr**

Leitung: Patrick Wehden

Gebühr: kostenfrei

### **Informationsveranstaltung: Elterngeld, Elternzeit, Mutterschutz?**

Es gibt eine Fülle von finanziellen Hilfen und rechtlichen Regelungen für Schwangere, werdende Eltern und junge Familien. Es ist oft sehr schwierig, sich darüber einen Überblick zu verschaffen. Deshalb informiert die pro familia Beratungsstelle in dieser Veranstaltung über Elterngeld, Elternzeit, Mutterschutz, Kindergeld und soziale Hilfen und gibt Tipps, welche Aufgaben direkt nach der Geburt erledigt werden sollten. Fragen können auch gerne eingebracht werden.

**Donnerstag, 12.11.26**

Leitung: Katarzyna Beuth

**17:00 Uhr**

Gebühr: kostenfrei

Für Eltern und Fachkräfte bieten wir auch individuelle Termine an.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf ☎ 02371-789755

  
**Beratungsstelle Märkischer Kreis**

## **Geschickte Hände Eltern-Kind-Aktion mit praktischen Tipps**

### **Für Kinder mit Begleitung**

Wenn Kinder gern zum Stift greifen, wird Schule leichter! In dieser Veranstaltung erfahren Eltern und Kinder, wie sie mit kleinen Spielen und Übungen die Kreativität, Feinmotorik, die Mal- und Schreibfreude ihres Kindes stärken können – entspannt, spielerisch und mit ganz viel Spaß!

### **Für Kinder im Alter von 3-4 Jahren**

**23.11.26**

**14.00-14.45 Uhr**

Leitung: Cornelia Holtkamp

Gebühr: kostenfrei

### **Für Kinder im Alter von 5-6 Jahren**

**Montag, 23.11.26**

**14.45-15.30 Uhr**

Leitung: Cornelia Holtkamp

Gebühr: kostenfrei

### **Chaos im Familienalltag – trotzdem möglichst ruhig und gelassen bleiben**

Der Familienalltag ist oft geprägt von Zeitdruck, vielen Terminen und kleinen oder großen Herausforderungen. Zwischen Beruf, Haushalt, Schule und Freizeit bleibt die eigene Gelassenheit manchmal auf der Strecke. An dem Abend möchten wir gemeinsam der Frage nachgehen, wie es gelingen kann, auch in turbulenten Situationen ruhig zu bleiben und den Familienalltag mit mehr Gelassenheit zu gestalten. Freuen Sie sich auf praktische Impulse, hilfreiche Anregungen und einen offenen Austausch.

**Mittwoch, 02.12.26**

**19.00 Uhr**

Leitung: Jennifer Oheim

Gebühr: kostenfrei

**Martinsmarkt am 07.11.26 ab 15.00 Uhr im Naherholungsgebiet mit dem Kooperationspartner Heimatverein Dröschede-alle sind herzlich eingeladen ins Naherholungsgebiet zu kommen.**

Anmeldungen und Informationen zu den Kursen erhalten Sie auch im  
Ev. Familienzentrum Dröschede, Fon: 0237470250 E-Mail: [ev.kita.rauhehardt@tvb-is.de](mailto:ev.kita.rauhehardt@tvb-is.de) oder bei der AWO  
Familienbildung Hemer-Iserlohn unter E-Mail [familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de](mailto:familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de)

### **Kath. Familienzentrum Letmathe – St. Josef**

Frau Buschkämper

Siepenpad 10

58642 Iserlohn

02374/3712

[info@kath-familienzentrum-letmathe.de](mailto:info@kath-familienzentrum-letmathe.de)

Für aktuelle Veranstaltungen kontaktieren Sie gerne das Familienzentrum.

### **Kath. Familienzentrum Letmathe – St. Kilian**

Frau Jokisch  
Windhügel 2  
58642 Iserlohn  
02374/3359  
info@kath-familienzentrum-letmathe.de

Für aktuelle Veranstaltungen kontaktieren Sie gerne das Familienzentrum.

### **Familienzentrum Arche Noah**

Frau Bäcker  
Friedensstraße 13  
58642 Iserlohn  
02374/2798

Angebote erfragen Sie bitte im Familienzentrum

## **Sümmern**

### **Familienzentrum Abenteuerland**

Frau Landsiedel  
Elsterstraße 12  
58640 Iserlohn  
02371/40695

### **Offene Sprechstunde Erziehungs- und Familienberatung**

Beratung für Erziehungs- und Entwicklungsfragen. Die Beraterin unterliegt der Schweigepflicht.

**Einmal im Monat von der ZfB Iserlohn**

**Freitag**

**9-10 Uhr oder 10-11 Uhr**

**Anmeldung bis 1 Woche vorher erforderlich! Unter 02371/40695**

Gebühr: kostenfrei

### **Pilates für Anfänger und Fortgeschrittene**

Erwecken Sie ihr Powerhouse mit Pilates. In diesem Kurs stärken sie gezielt Ihre tiefliegende Muskulatur, fördern Ihre Körpermitte und verbessern Ihre Haltung. Durch bewusste Atmung und kontrollierte Bewegungen finden Sie Ihre Balance und Gelassenheit im Alltag.

Mitzubringen: Eine eigene Matte, ein Handtuch und etwas zu Trinken.

**Dienstag, 15.09**

**18.15-19.15 Uhr**

Dauer: 12 Abende

Leitung: Julia Echtermann

Gebühr: 120,-€-bitte vor Ort entrichten

Anmeldung und Infos unter: [julia@echtermann.eu](mailto:julia@echtermann.eu) / Tel. 017670134770

### **Kindertanz für Kinder ab 3 Jahren**

Der Kurs ist aufgebaut in 3 Phasen: Begrüßung, Erfahrungsphase und Entspannung am Ende. Mit Materialien wie Tüchern und Instrumenten erhalten die Kinder die Möglichkeit, sich in Tanz und Bewegung frei zu entfalten. Es werden leichte Choreografien erlernt, Tanz- und Bewegungsspiele angeboten sowie verschiedene Entspannungsmöglichkeiten.

**Dienstag, 15.09.26**

**14.15-15.00 Uhr**

Dauer: 5 Nachmittage

Leitung: Tanja Emery-Lenhardt

Gebühr: kostenfrei

**Dienstag, 03.11.26**

**14.15-15.00 Uhr**

Dauer: 5 Nachmittage

Leitung: Tanja Emery-Lenhardt

Gebühr: kostenfrei

### **Abenteuer Wald für die ganze Familie im Herbst**

Den Wald neu entdecken als Ort für Natur und Bewegung.

Wir machen uns auf den Weg den heimischen Wald im Herbst zu entdecken und viele spannende Dinge zu betrachten. Der Wald ist immer ein kleines Abenteuer und es gibt viel gemeinsam zu erleben.

**Samstag, 03.10.26**

**10.30-13.00 Uhr**

Leitung: Tim Graumann

Gebühr: kostenfrei

Treffpunkt: Parkplatz Gaxberg

### **Vorlesen ist nie langweilig!**

#### **Für Kinder ab 3 Jahren mit Begleitung**

Wir möchten an diesem Nachmittag gemeinsam in spannende Geschichten eintauchen, lachen, staunen und träumen – Vorlesen schafft besondere Momente und stärkt die Freude an Büchern und Sprache. Wir laden euch herzlich zu unserem Vorlesenachmittag ein. Gemeinsam möchten wir entdecken, warum Vorlesen nicht nur Spaß macht, sondern auch die Sprachentwicklung und Fantasie anregt, so wird es zur gemeinsamen Zeit im der Familienalltag.

**Donnerstag, 08.10.26**

**15.15-16.00 Uhr**

Leitung: Jennifer Oheim

Gebühr: kostenfrei

### **Du fühlst dich gestresst? Dein Alltag ist anstrengend? Du bist vielleicht alleinerziehend?**

Nimm dir Zeit für dich!

Wir kommen in gemütlicher Atmosphäre zusammen und lernen verschiedene Elemente (Entspannung/Bewegung etc.) kennen, die uns guttun.

Die Kinder können von der Einrichtung betreut werden. Zudem nutzen wir die Möglichkeit des Austausches zu allgemeinen Themen.

**Samstag, 10.10.26**

**10.00-12.00 Uhr**

Leitung: MA Familienzentrum Abenteuerland

Gebühr: kostenfrei

Bitte Kinderbetreuung vorab anmelden.

### **Warum Experimente für Kinder spannend und wertvoll sind!**

Kinder sind von Natur aus neugierig. Sie möchten ausprobieren, beobachten, Fragen stellen und die Welt mit allen Sinnen entdecken. Experimente bieten ihnen die Möglichkeit, genau das zu tun: Sie fördern die Freude am Lernen, regen zum Nachdenken an und stärken Kreativität, Selbstvertrauen sowie das Verständnis für naturwissenschaftliche Zusammenhänge.

An unserem Elternabend möchten wir Ihnen zeigen, warum Experimentieren für Kinder so wichtig ist und wie Sie mit einfachen, alltagstauglichen Experimenten die Neugier und den Forschergeist Ihres Kindes zu Hause unterstützen können.

**Mittwoch, 14.10.26**

**19.00 Uhr**

Leitung: Jennifer Oheim

Gebühr: kostenfrei

### **Tanz- und Bewegungsangebot**

Für Kinder ab 3 Jahre in Begleitung

Gemeinsam möchten wir mit viel Freude tanzen, turnen und uns bewegen. Im Mittelpunkt stehen Spaß, Musik und die gemeinsame Zeit zwischen einer Bezugsperson und dem Kind.

**Samstag, 17.10.26**

**10:00-10.45 Uhr**

Leitung: Natascha Fordt-Langerbein

Gebühr: kostenfrei

### **BALLSCHULE**

**Für Kinder im Alter von 4 -5 Jahren**

Trainiert wird in erste Linie spielerisch.

Es wird gedribbelt, gepasst und auf den Korb geworfen. Es werden vielfältige Übungen zu einem bestimmten Thema, wie beispielsweise dem Passen, durchgeführt.

In dem vielseitigen und altersgerechten Training sollen die Koordination und Beweglichkeit der Kinder gefördert sowie die Kreativität und die Teamfähigkeit gestärkt werden.

Die verschiedenen Spiele variieren zwischen Basketball spezifischen, aber auch grundlegenden Übungen, die die koordinativen Fähigkeiten und die generellen motorischen Bewegungsabläufe schulen sollen.

**Montag, 26.10.26**

**14.00-15.00 Uhr**

Dauer: 5 Nachmittage

Leitung: Halina Kascha

Gebühr: kostenfrei



### **Elternstartangebot**

#### **Kostenloses Angebot für Eltern mit Kindern im Alter von 3-11 Monaten Einstiegsangebot in die Familienbildung mit dem Schwerpunkt Sinneserfahrung**

Für Eltern und Babys ab 3 Monaten

Willkommen Familie!!!

In dieser Gruppe treffen sich Eltern -beziehungsweise ein Elternteil - mit ihren Babys an fünf Vormittagen. Es geht in diesem Kurs um einen gelungenen Eltern-Start und vielfältige Möglichkeiten der Sinneserfahrung von Babys ab drei bis ca. elf Monaten.

Es sind Raum und Zeit gegeben, sich über die Erlebnisse und Veränderungen in der neuen Familie auszutauschen und Fragen zu Entwicklung, Ernährung und Pflege des Babys u.v.m. zu besprechen. Darüber hinaus gibt es kleine Spiel - Anregungen und die Möglichkeit zum gegenseitigen Erfahrungsaustausch der Eltern, sowie reichlich Kontakt - Möglichkeiten der Babys untereinander zu gleichaltrigen Kindern.

**Freitag, 06.11.26**

**09.30-11.00 Uhr**

Dauer: 5 Vormittage

Leitung: Christina Eckenbach

Gebühr: kostenfrei –ein Kursangebot über Elternstart NRW

### **Fröhliche Bewegung für Kinder in Begleitung -ab 1 Jahr**

#### **Bewegung macht Spaß!**

Gemeinsam mit ihren Eltern können die Kinder ihrem natürlichen Bedürfnis nach Bewegung nachgehen und die Bewegungslandschaft erkunden.

**Donnerstag, 05.11.26**

**15.00-16.00 Uhr**

Leitung: Danah Dettmann

Gebühr: kostenfrei

### **Gemeinsam in Schwung-Gutes für uns!**

Dieser 5-Wochen-Kurs richtet sich an Mütter/Väter, Kita-Personal und alle Interessierten, die ihrem Körper etwas Gutes tun möchten. Gemeinsam fördern wir Beweglichkeit, Kraft und Wohlbefinden mit einem besonderen Fokus auf Nacken, Schultern und Rücken. Ergänzt wird das Training durch Mobilisations-, Dehnungs- und Entspannungsübungen, die helfen können, Verspannungen zu lösen und neue Energie für den Alltag zu tanken.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Falls vorhanden Gymnastikmatte mitbringen.

**Dienstag, 10.11.26**

**15.45-16.30**

Dauer: 5 Nachmittage

Leitung: Nicole Grünwald

Gebühr: kostenfrei

### **Futterhaus für den Winter**

Das Bauen von Vogelhäuschen macht einfach Spaß und eignet sich auch dazu den Kindern die Lebensweise der Vögel vertraut zu machen. Im Winter haben Vögel einen Futterplatz und können beobachtet werden. Mitbringen: Eigenes Werkzeug – Säge (gerne elektrisch, Hammer, Schraubendreher (Kreuzschlitz), Akkuschauber

**Samstag, 14.11.26**

**10.00-12.30 Uhr**

Leitung: Tim Graumann

Gebühr: 12,-€ -bitte vor Ort bezahlen

### **Geschickte Hände**

Viele Kinder tun sich heute schwer mit dem Stift: Die Hand ermüdet schnell, die Haltung ist verkrampft oder die Lust am Malen und Schreiben fehlt ganz. Oft fehlt es an feinmotorischer Übung, weil kreative Tätigkeiten zunehmend durch digitale Medien ersetzt werden. Doch Malen und Zeichnen sind keine „Nebensachen“ – sie sind eine wichtige Vorläuferfertigkeit für das Schreiben und damit eine bedeutende Grundlage für die gesamte Schulzeit. Wenn Kinder frühzeitig und spielerisch ihre Handgeschicklichkeit entwickeln, fällt ihnen das Schreiben später deutlich leichter – und sie starten entspannter und motivierter in die Schule. In dieser praxisnahen Veranstaltung erfahren Sie:

? warum viele Kinder heute mit dem Stift kämpfen

? wie Sie Mal- und Schreibfreude gezielt und ohne Druck fördern

? welche einfachen Spiele und Übungen die Feinmotorik stärken

? wie Sie links- und rechtshändige Kinder individuell unterstützen können, Sie erhalten alltagstaugliche Impulse und Tipps, die Sie sofort umsetzen können – ganz ohne Leistungsdruck, dafür mit viel Spaß, Bewegung und Kreativität.

**Montag, 23.11.26**

**18.30 -20.30 Uhr**

Leitung: Cornelia Holtkamp

Gebühr: kostenfrei

Mit Kinderbetreuung-diese bitte vorab anmelden

## **Geschickte Hände Eltern-Kind-Aktion mit praktischen Tipps**

### **Für Kinder mit Begleitung**

Wenn Kinder gern zum Stift greifen, wird Schule leichter! In dieser Veranstaltung erfahren Eltern und Kinder, wie sie mit kleinen Spielen und Übungen die Kreativität, Feinmotorik, die Mal- und Schreibfreude ihres Kindes stärken können – entspannt, spielerisch und mit ganz viel Spaß!

### **Für Kinder im Alter von 3-4 Jahren**

**Montag, 30.11.26**

**14.00-14.45 Uhr**

Leitung: Cornelia Holtkamp

Gebühr: kostenfrei

### **Für Kinder im Alter von 5-6 Jahren**

**Montag, 30.11.26**

**14.45-15.30 Uhr**

Leitung: Cornelia Holtkamp

Gebühr: kostenfrei

### **Backnachmittag**

Für Kinder ab 3 in Begleitung

Die Vorweihnachtszeit ist die schönste Zeit, um gemeinsam Plätzchen zu backen, den Duft von Zimt und Vanille zu genießen und sich auf Weihnachten einzustimmen.

Deshalb laden wir euch herzlich zu unserem Backnachmittag ein! Gemeinsam möchten wir leckere Plätzchen backen, kreativ verzieren und einen gemütlichen Nachmittag in weihnachtlicher Atmosphäre verbringen.

Freut euch auf viel Spaß, schöne Gespräche und eine gemeinsame Auszeit vom Alltag.

**Donnerstag, 03.12.26**

**15.00-16.00 Uhr**

Leitung: Jennifer Oheim

Gebühr: kostenfrei

Anmeldungen und Informationen zu den Kursen erhalten Sie auch im Städtisches Familienzentrum Abenteuerland, 02371/40695, E-Mail: [suemmern@kiga-iserlohn.de](mailto:suemmern@kiga-iserlohn.de) oder bei der AWO Familienbildung Hemer-Iserlohn unter E-Mail [familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de](mailto:familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de)

## **Kalthof**

### **Familienzentrum - Verbund „Hand in Hand“ – St. Peter und Paul**

Frau Mika

Schüttholzweg 4

58640 Iserlohn

02371/41196

[peter-paul-iserlohn@kath-kitas-ruhr-mark.de](mailto:peter-paul-iserlohn@kath-kitas-ruhr-mark.de)

### **Eltern-Kind-Turnen für Kinder von 1-6 Jahren**

Liebe Eltern, liebe Kinder, Bewegung macht Spaß und ist gesund... also trifft euch mit uns zum Eltern-Kind-Turnen.

**Jeden Montag**

**1. Gruppe 15.00 – 16.00 Uhr (Kinder von 1-3 Jahren)**

**2. Gruppe 16.00 – 17.00 Uhr (Kinder von 3-6 Jahren)**

Wo: Sporthalle in Kalthof Leckingserstr. 226

Kursleiterin: Katerina Katri-Zimzik

Unter folgender Nummer erhalten Sie nähere Informationen: 01607541307

### **Kreatives Malen und Gestalten mit Vio**

An diesem Nachmittag kann Ihr Kind seine Kreativität ausleben und mit anspruchsvollem Material Bilder malen oder gestalten.

#### **Jeden Montag**

**17.15 – 18.15 Uhr**

Kursleiterin: Violetta Solga

Gebühren: 3,50 € pro Kurs

### **Nähspaß für Kinder ab 5 Jahren**

Bei diesem Kurs lernen die Kinder, zu Nähen und fertigen ihre eigenen Puppen, Kuscheltiere, Taschen, usw. an.

#### **Jeden Donnerstag**

**16.00 – 17.00 Uhr**

Kursleiterin: Katerina Katri-Zimzik

Gebühr: 3€ /Stunde

### **Kinderballett**

Dieses Angebot richtet sich an Kinder im Alter zwischen 3 und 6 Jahren.

Möchte Ihr Kind an einer tänzerischen Früherziehung teilnehmen, dann melden Sie sich in der Kita St. Peter und Paul an.

#### **Alle zwei Wochen donnerstags**

**15:00 Uhr bis 16:00 Uhr**

Wo: Ballettstudio Bauer

Gebühr: 5 € im Monat

### **Spielgruppe**

An diesem Nachmittag treffen sich Eltern mit ihren Kindern zum gemeinsamen Spielen und Austausch. Die Kinder sind im Alter von einem bis drei Jahren. Es sind alle Eltern mit ihren Kindern eingeladen.

#### **Jeden Mittwoch (Start am 09.09.2026)**

**15.00 Uhr bis 16.30 Uhr**

Referentin : Christina Eckenbach

Gebühr: 45,50€ insgesamt (13 Treffen)

### **Mama Moves – Step Aerobic für Mütter**

Zeit für dich, Bewegung und jede Menge Spaß! Bleib fit, tank neue Energie und tue deinem Körper etwas Gutes – gemeinsam in einer motivierenden Gruppe von Müttern.

#### **Jeden Sonntag**

**13:00 – 14:00 Uhr**

Kursleiterin: Nora Boanan

⚠ Begrenzte Plätze verfügbar!

Bei Fragen und Anmeldung:

☎ 0176 22288332

**Nora Boanan**

## **Offene Sprechstunde Erziehungsberatung und Familienberatung der Caritas**

Erziehungstipps, Familienberatung, Auffälligkeiten in der Kita, Hilfe in Krisen, Jugendliche in der Pubertät...

**Regelmäßig alle zwei Monate mittwochs nach Bedarf**

**14.00 bis 15.00 Uhr**

Gebühr: kostenfrei

Anmeldung erforderlich

**Die Beratung findet in beiden Einrichtungen im Wechsel statt.**

## **Familienzentrum - Verbund „Hand in Hand“ – AWO Kita Lummerland**

Frau Lötters

Refflingserstrasse

58640 Iserlohn

02371/3511119

Kita-lummerland@awo-ha-mk.de

## **„Elterncafe“ Austausch und Begegnung**

Unser Elterncafe befindet sich in der Kindertagesstätte. Hier haben die Eltern die Möglichkeit, sich in gemütlicher Atmosphäre bei einer Tasse Kaffee und Gebäck zu treffen, sich auszutauschen, das Neueste zu erzählen oder nur entspannt zu verweilen.

**Jeden zweiten Mittwoch im Monat**

**14.30 Uhr**

Gebühr: kostenfrei

## **Ballschule**

Spiel und Sport rund um den Ball.

**Jeden Mittwoch**

**14.00 Uhr**

Leitung: Heike Jarosch-Groß

Gebühr: kostenfrei

## **Tag der offenen Tür**

Die Kindertageseinrichtung öffnet für alle Interessierten ihre Türen. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Es finden Aktionen für Kinder und geführte Rundgänge durch die Refflingser- und Leckingserstr. statt.

Datum: Freitag, 11.09.2026

Uhrzeit: 16:00 Uhr bis 17:30 Uhr

## **Sommerfest**

Rund um das Thema „Feuerwehr“ feiert die Kindertagesstätte mit allen Familien und Freunden mit tollen Spielen und Aktionen das diesjährige Sommerfest.

Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Datum: Samstag, 29.08.2026

Uhrzeit: 12:00 Uhr bis 16:00 Uhr

**Interessierte für die oben genannten Angebote können sich auch bei der AWO Kita Lummerland unter 02371/461149 oder per Mail [kita-lummerland@awo-ha-mk.de](mailto:kita-lummerland@awo-ha-mk.de) informieren und anmelden oder bei der AWO Familienbildung Hemer-Iserlohn E-Mail [familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de](mailto:familienbildung-hemer@awo-ha-mk.de)**

## Hennen

### Die wilde 13

Frau Hahn  
Rauhkampweg 2  
58640 Iserlohn  
02304/50342

Angebote erfragen Sie bitte im Familienzentrum

## Sonstige Angebote

### Schwangerschaft



Sie sind schwanger? Sie erwarten ein Kind? Der „Wegweiser für Schwangere“ ist eine hilfreiche Broschüre in der Schwangerschaft! HIER können Sie den Wegweiser einsehen. Benötigen Sie einen Wegweiser in Heftform, melden Sie sich beim Familienbesuchsdienst der Stadt Iserlohn oder fragen Sie in einer der Iserlohner Gynäkologen-Praxis, in der Geburtsklinik oder in der Schwangeren-Beratungsstelle nach.

### Tagesbetreuung/ Familienzentren

HIER finden Sie das gesamte Angebot der Iserlohner Kindertageseinrichtungen und die Familienzentren.

### AWO Kindertagespflege-Büro

In der Kindertagespflege werden Kinder im Alter von 0 – 3 (in Randzeiten bis 14) Jahren in familiärer Atmosphäre im Haushalt der Kindertagespflegeperson oder in einer Großtagespflegestelle in kleinen Gruppen betreut. Sprechen Sie uns an, wir beraten sie gerne in einem persönlichen Gespräch unter der Telefonnummer: 02371 7783295 oder HIER

### Familienbildungsstätten

„Familienbildung – Ein starker Bündnispartner für Familien in unserer Region“ ist der Leitsatz, mit dem wir ein wohnortnahes, attraktives und familienfreundliches Bildungsangebot für unsere Jüngsten und ihre Eltern immer wieder neu überdenken und weiterentwickeln.

HIER finden Sie das aktuelle Programm der AWO Familienbildungsstätte und

HIER das Programm der Katholischen Bildungsstätte für Erwachsenen- und Familienbildung in Dortmund in Kooperation mit Kath. Familienzentren in Iserlohn.

### Frühförderung

Es ist immens wichtig, dass Kinder von Beginn an gefordert und gefördert werden. Ob die Sprache, das Sozialverhalten oder die Koordination. Sie als Eltern können ihre Kinder unterstützen! Sie möchten mehr über Fördermöglichkeiten erfahren, dann schauen Sie HIER.

### **FuD- Familien unterstützender Dienst**

Eltern oder Angehörige von Menschen mit Beeinträchtigung sind täglich gefordert. Der Familien unterstützende Dienst der Diakonie Mark-Ruhr Teilhabe und Wohnen bietet ein vielfältiges Angebot zur Unterstützung und Entlastung. Informationen finden Sie [HIER](#). Angebote sind z.B.: Ferienbetreuung, Kids-Club, Mini-Club, Schwimmgruppe, Lesenest, Young-Stars, Teeniegruppen und Verselbstständigungsgruppe. Ansprechpartnerin: Christina Grenzmann 02371/8180880

### **Stadtbücherei in Iserlohn und Letmathe**

Die Stadtbücherei Iserlohn hat digitale Angebote zur Leseförderung und Literaturvermittlung im Programm: die Sprachlern-App eKidz mit kindgerechten Geschichten und Sachtexten auf 11 verschiedenen Lesestufen die App tigerbooks, eine interaktive Kinderbuch-App mit über 8.000 interaktiven Büchern, eBooks und Hörbüchern und das Leselernportal onilo.de mit animierten Bilderbüchern und über 180 hochwertigen Geschichten Weitere Informationen gibt es dazu [HIER](#)  
Nutzen Sie das Angebot der Stadtbücherei und leihen Sie für Ihr Kind kostenlos Bücher, CDs, DVDs, Tonies, Hörstifte, Gesellschaftsspiele, Konsolenspiele und Zeitschriften.

### **Kinder- und Jugendbücherei Hennen**

Dienstags und donnerstags von 15:30 - 17:00 Uhr ist die Bücherei ist zum Schmökern und zur Ausleihe geöffnet.

Anmeldung und Kontakt: [buecherei@evkg-hennen.de](mailto:buecherei@evkg-hennen.de) - Die Ausleihe ist für alle kostenlos!

### **Städtische Musikschule**

Gartenstraße 39 58636 Iserlohn Tel. 02371-2171953 und Zweigstelle Letmathe Von-der-Kuhlen-Str. 14 58642 Iserlohn  
Tel. 02374-15702 Näheres finden Sie [HIER](#).

In den Musikkäfer-Kursen treffen sich Kinder ab etwa acht Monaten (frühestens sechs Monaten) bis achtzehn Monaten gemeinsam mit einer erwachsenen Betreuungsperson (Eltern- oder Großeltern teil) einmal pro Woche zum gemeinsamen Musizieren. In den Musikgarten-Kursen treffen sich Kinder ab 18 Monaten bis etwa 3 1/2 Jahren einer erwachsenen Betreuungsperson (Eltern- oder Großeltern teil) einmal pro Woche zum gemeinsamen Musizieren.

### **Sportbüro Iserlohn**

Das Sportbüro im Iserlohner Rathaus ist Kontakt- und Informationsstelle für alle Sportinteressierten und natürlich für die rund 180 Sportvereine in Iserlohn. [HIER](#) erfahren Sie mehr über Kinder- und Familienangebote.

### **Parktheater für Familien und Kinder**

Gutes Kindertheater gefällt auch Erwachsenen! [HIER](#) finden Sie das aktuelle Programm.

### **Spielplätze in Iserlohn**

Sie suchen einen Spielplatz, den Sie mit Ihren Kindern aufsuchen können.  
[HIER](#) sind alle Iserlohner Spielplätze aufgeführt und beschrieben. Die Broschüre erhalten Sie über das Iserlohner Stadtmarketing oder über den Familienbesuchsdienst.

### **Dechenhöhle Iserlohn**

Erlebnisführungen durch die dunkle Dechenhöhle - Abenteuer und Events im Jahreslauf erfahren Sie [HIER](#).

### **Kinderlobby e.V.**

Die Ziele der Kinderlobby einen Einsatz für die besonderen Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen in Zusammenarbeit mit dem Kinder- und Jugendbüro und dem Jugendamt der Stadt Iserlohn zu zeigen.  
[info@kinderlobby-iserlohn.de](mailto:info@kinderlobby-iserlohn.de)

[HIER](#) erfahren Sie Näheres welche Projekte und Unterstützung die Kinderlobby gewährt, organisiert und derzeit aktiv ist.

### **Queerer Jugendtreff**

Jeden 1. Samstag im Monat von 15:00 -19:00 Uhr treffen sich jede\* r, der, die, xier sich zur LGBTQA+-Community zugehörig fühlt und mindestens 14 Jahre alt ist im Kinder- und Jugendtreff Letmathe, Von-der-

Kuhlen-Strasse 36, 58642 Iserlohn. Bei Fragen bitte wenden an: Michaela Kamerman: 02374 937922  
michaela.kamerman@iserlohn.de im Kinder- und Jugendtreff Letmathe oder Fern Stroter: 02371 3911339  
fern.stroter@iserlohn.de

### **Kurberatung**

HIER und HIER finden Sie alle Informationen zu einer Kurberatung ist für Mutter-Kind-Kuren, Vater-Kind-Kuren, Mütter-Kuren und Kuren für pflegende Angehörige (gemeinsam mit ihrem pflegebedürftigen Angehörigen oder alleine).