



IRIS 2024
JAHRESPROGRAMM
Familienzentrum

Orchester

Ensemblespiel

Instrumentenkarussell

Instrumentalunterricht

Musikalische Früherziehung

MusikETAGE
Schule für Musik & Mehr

Tel.: 0345 4789140
www.musik-etage.de

Rad + Tat

Fahrrad

Selbsthilfe

Werkstatt

**Gebrauchte Fahrräder
Ersatzteile neu & gebraucht
Ankauf
Entsorgung**

Öffnungszeiten	
mo-fr	10-13 & 14-18 h
do	14-20 h
sa	10-13 h
Selbsthilfe	
mo-fr	14-18 h

Rad + Tat
Inhaber: Sebastian Pohling
Die Selbsthilfwerkstatt in Halle/Saale
Reilstraße 126
06114 Halle/Saale
Telefon (0345) 522 67 56
www.Rad+Tat-HalleSaale.de



INHALT

○ Das IRIS-Familienzentrum	5
○ Gruppen & Kursangebote	17
○ Einzelangebote (Beratung)	35
○ Projekte im IRIS	37

Geleitwort

Ein Ort zum Verweilen und Fallenlassen, ein Ort für Gespräche und Austausch, ein Ort wie ein zweites Zuhause - mitten in Halle im Paulusviertel ist das IRIS Familienzentrum wie eine Oase der Ruhe und Menschlichkeit, während um uns herum die Welt verrückt spielt.

Angesichts der vielen aufgestauten Probleme zwischen den Nationen, den Religionen, die nun in Hass, Gewalt und Krieg ausbrechen, sterben Menschen und damit die Hoffnung auf ein gutes Miteinander. Die Nachrichten erschrecken uns aufs Neue, weil wir keinen Ausweg sehen.

Und doch wissen wir alle, dass ohne Frieden kein Glück, keine Freiheit und keine Zukunft möglich ist. Wie können wir damit umgehen, wenn wir selbst nichts ändern können und uns ohnmächtig und ausgeliefert fühlen? Wenn Angst uns lähmt und wir nicht abschalten und verdrängen können?

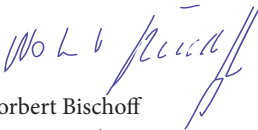
Beim adventlichen Gespräch mit den MitarbeiterInnen im IRIS Familienzentrum im Dezember letzten Jahres wurde mir wieder deutlich, mit welcher tiefen Grundüberzeugung jede und jeder von ihnen, die jeweiligen Aufgaben wahrnimmt: ob in der Schwangerenbegleitung, den Beratungsangeboten für Paare und Alleinerziehende, in Bastel-, Gesprächs- und Vorlesekreisen. Wir brauchen einander. Mir wurde wieder bewusst, wie wichtig solche Orte gerade in dieser „verrückten“ Zeit sind.

Unser Leben ist zwar eingebunden in die weltweiten Zusammenhänge und in die damit verbundenen Veränderungen, aber das konkrete Leben findet vor Ort statt. Dort wo wir arbeiten und wohnen, mit unsere Familie, den Verwandten, Nachbarn und Freunden. Hier in dieser Stadt, in dem jeweiligen Stadtteil, auf unseren täglichen Wegen und Routinen, beim Einkaufen und beim Theaterbesuch. Wenn wir aufmerksamer durch den Tag gehen, werden wir täglich erleben, wieviel freundliches und friedliches uns begegnet, wieviel Entgegenkommen und ermunternde Blicke, lachende Gesichter, hilfsbereite Menschen. Vielleicht sehen wir es nicht gleich, weil uns die anderen Sorgen belasten, weil wir zu unruhig und hektisch werden, weil wir nur schwer innehalten können.

Save the Date!

Manchmal hilft es, kurz vor dem Schlafengehen den Tag noch einmal vor Augen zunehmen, um auf einmal genau diese Situation zu fühlen, die diesen Tag so lebenswert machten.

Die vielfältigen Angebote im IRIS Familienzentrum für das neue Jahr 2024 sind da genau das Richtige. Innehalten und zur Ruhe kommen. Ich wünsche Ihnen ein gutes friedliches neues Jahr.



Norbert Bischoff
(Minister a.D.)

Schirmherr des IRIS e. V. für Frauen und Familie

20. April 2024, 14.00 Uhr bis 18.00 Uhr Großes Familienfest in unserem Haus

Auch 2024 haben wir für Sie ein Familienfest in unserem Haus geplant. Weitere Informationen finden Sie auf S. 37 in diesem Heft

22. April und 16. September 2024 | 19.00 Uhr Vorträge Kinder mit Linkshändigkeit

Nähere Informationen zu den Vorträgen von Herrn Knauer finden Sie auf S. 25

rechtliche Kurzberatungen

Für rechtliche Kurzberatungen steht uns RA Berndt auch in diesem Jahr wieder zur Verfügung. Alle Termine finden Sie auf S. 35.

Wir danken unseren Förderern



SACHSEN-ANHALT

Ministerium für
Arbeit, Soziales und
Integration

#moderndenken

und Unterstützern

Spendenkonto

IRIS E.V.

IBAN: DE36 8009 3784 0201 0177 99

BIC GENODEF1HAL



hier könnte auch Ihr Logo stehen.
Gern informieren wir Sie über Möglichkeiten unsere
Arbeit zu unterstützen

DAS IRIS-FAMILIENZENTRUM

BERATUNG, BILDUNG & BEGEGNUNG

Herzlich willkommen im IRIS-Familienzentrum im Paulusviertel in Halle!

Seit 1992 bieten wir vielfältige Angebote für Familien in Gründung und Familien mit kleinen Kindern. Unser Haus ist ein Ort der Begegnung, Beratung und Unterstützung - vom Keller bis unter das Dach.

Bei uns finden Sie eine Vielzahl von Angeboten, die von Beratung bis Selbsthilfe, von Problemlösung bis Wohlfühlen reichen. Zudem beherbergen wir Hebammen und den Kinderladen Momo. Im ausgebauten Dachbereich bieten wir sogar familienfreundliche Übernachtungsmöglichkeiten an.

Unsere Angebote sind miteinander vernetzt und wir arbeiten eng mit Kooperationspartnern in Halle und Sachsen-Anhalt zusammen. Sollten wir einmal nicht direkt helfen können, suchen wir gemeinsam mit Ihnen die richtige Anlaufstelle.

Das IRIS-Familienzentrum bietet Anonymität und Diskretion. Unsere unterschiedlichen Angebote stehen allen Ratsuchenden und Interessierten offen. In unseren staatlich anerkannten Beratungsstellen erhalten Hilfesuchende kostenlose Beratungen. Zudem bieten wir in der Familienbildungsstätte Kurse und Begegnungsmöglichkeiten an.

Wir laden Sie herzlich ein, sich auf den folgenden Seiten über unsere vielfältigen Angebote zu informieren. Das IRIS-Familienzentrum ist ein Ort der Unterstützung und Begegnung für Familien - wir freuen uns darauf, Sie bei uns begrüßen zu dürfen!

*Seit 1992 in der Schleiermacherstr. 39 mit unseren Angeboten für Sie da!
Unsere Erfahrung - Ihr Nutzen!*

Vermietung & Übernachtung

Kursräume

Sie sind Kursleiter*in und auf der Suche nach einem passenden Raum?

Sie bieten Beratungen zu verschiedenen Themen und benötigen ein entsprechendes Ambiente?

Sie können hier im Haus Räume auch stundenweise anmieten.

Wir bieten

- 1 Seminarraum in der Dachetage
- 1 großen Kursraum im 2. OG
- 1 kleinen Kursraum im 1. OG
- 1 Malraum im KG

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an:

Claudia Wunderlich

c.wunderlich@irisfamilienzentrum.de

Übernachtungen

In der Dachetage unseres Hauses können bis zu 13 Personen in schönen und gemütlichen Gästezimmern übernachten.

- 1 Einzelzimmer 30,00 €
- 1 Doppelzimmer 40,00 €
- 1 Dreibettzimmer 50,00 €
- 1 Vierbettzimmer 60,00 €
- Pauschale für die gesamte Etage 220,00 €

Kinder unter 2 Jahren übernachten bei uns kostenlos. 2 Reisebetten sind vorhanden.

Es gibt Gemeinschaftsduschen und -toiletten auf der Etage und einen hellen und freundlichen Aufenthaltsraum, welcher auch zur Durchführung von Seminaren gut geeignet ist.

Außerdem steht Ihnen eine Teeküche zur Verfügung.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an:

Elke Koch

e.koch@irisfamilienzentrum.de

Ehe-, Familien-, Lebens- und Erziehungsberatung

Wenn

- die innerfamiliäre Klärung nicht mehr zu Lösungen führt,
- Probleme nicht mehr aus eigener Kraft bewältigt werden,
- Sie eine Trennung oder Scheidung in Erwägung ziehen oder sich in Trennung befinden,
- Sie über die Ausgestaltung des gemeinsamen Sorgerechtes für Ihr Kind/Ihre Kinder reden wollen,
- Sie über Ihr Erziehungsverhalten und das Zusammenleben mit Ihrem Kind/Ihren Kindern sprechen möchten,
- Sie in Ihrer Familie oder Partnerschaft etwas verändern wollen,
- Sie einen Blick von außen brauchen,

dann kommen Sie zu uns in die Beratungsstelle. Unser Beratungsteam ist fachlich qualifiziert und erfüllt die Standards einer staatlich anerkannten Beratungsstelle. Wir arbeiten empathisch und wertfrei, helfen Gefühle zu ordnen, zu verstehen und begleiten Sie auf dem Weg zu Ihren eigenen Lösungen. Alle Gespräche sind vertraulich. Die Beratung ist kostenfrei für Kinder, Jugendliche, Eltern und alle, die an der Erziehung von Kindern bis 21 Jahren beteiligt sind.

Anmeldung/Terminvereinbarung

telefonisch unter 0345 52 112 32

zu unseren Telefonsprechzeiten oder per E-Mail:

Gerlinde Gailer

Donnerstag, 9:00 – 12:00 Uhr

g.gailer@irisfamilienzentrum.de

Thomas Gailer

Mittwoch, 10:00 – 12:00 Uhr

t.gailer@irisfamilienzentrum.de

beratung@irisfamilienzentrum.de

Erziehungsberatung im IRIS-Familienzentrum

Wir sind für Sie da:

- Ihren eigenen Erziehungsstil zu finden und stärken Sie als Mutter/als Vater
- Wir ermutigen Sie in der Familie, die Bedürfnisse aller wichtig zu nehmen
- Wir stärken Sie in Ihrem Miteinander als Eltern
- bei der Bewältigung von Übergängen (z.B. in die Kita, in die Schule...)
- bei der Gestaltung und Verarbeitung von Veränderungen (z.B. Umzug, Trennung, Krankheit oder Tod in Ihrer Familie)

Schwangerenberatung

Das Angebot der Schwangerenberatung richtet sich an Personen, die Fragen rund um das Thema Schwangerschaft, Geburt, Familienplanung und Sexualaufklärung haben und sich dazu informieren möchten.

- Beratung zu sozialen, finanziellen und rechtlichen Hilfen bei (werdender) Elternschaft (z.B. Mutterschutz, Elterngeld, Kindergeld, Unterhalt, Sorgerecht usw.)
- Beratung zu Vorsorgeuntersuchungen und pränataler Diagnostik
- Schwangerschaftskonfliktberatung (nach §§ 218/219 StGB und §§ 5, 6 SchKG)
- Verhütungsberatung sowie natürliche Empfängnisregelung
- Beratung bei nachgeburtlichen Verstimmungszuständen
- „Nachwehen“ in der Partnerschaft
- Babysprechstunde für Babys mit besonderen Bedürfnissen (z.B. bei Unruhe, häufigem Weinen, hoher Sensibilität)
- Beratung bei unerfülltem Kinderwunsch
- Beratung und Begleitung vor und nach einer Fehl-/ Totgeburt oder perinatalem Kindstod
- Individuelle Geburtsvorbereitung (z.B. bei Folgeschwangerschaft nach Fehl-/Totgeburt, Risikoschwangerschaft, Adoptionsfreigabewunsch)

- Gruppenangebote (Gebären aus eigener Kraft, Atem und Bewegung in der Schwangerschaft, Trauerkurse und Selbsthilfegruppe für frühverwaiste Eltern nach Fehl-/ Totgeburten)
- sexualpädagogische Angebote für Schulen und Multiplikator*innen

Die Beratungen finden zu den mit Ihnen vereinbarten Zeiten statt und sind auch außerhalb der Anmeldezeiten möglich. Wir beraten kostenfrei, vertraulich und auf Wunsch anonym. Weitere Informationen erhalten Sie auch auf unserer Website, per Mail nach Anfrage oder per Telefon zu den Sprechzeiten.

Anmeldung/Terminvereinbarung
telefonisch unter 0345 52 112
oder per E-Mail: beratung@irisfamilienzentrum.de

Katrin Schramm
Telefonsprechzeit: Dienstag, 9:00 – 10:30 Uhr
k.schramm@irisfamilienzentrum.de

Sigrun Korger
Telefonsprechzeit: Dienstag, 10:30 – 12:00 Uhr
s.korger@irisfamilienzentrum.de

Familienbildung

In der Familienbildung geht es um den Umgang von Eltern mit ihren Kindern. Wir wissen, dass es im Alltag viele Fragen und Herausforderungen gibt. Aber keine Sorge, wir sind hier, um Ihnen zu helfen.

Unsere Mitarbeiter*innen sind kompetent und erfahren. Sie stehen Ihnen mit Kurs- und Beratungsangeboten zur Seite und unterstützen Sie dabei, Ihre Kinder besser zu verstehen. Bei uns lernen Eltern und Kinder gemeinsam und voneinander. Wir begleiten Sie dabei, die Lernprozesse Ihrer Kinder zu unterstützen und zu fördern.

Wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen und gemeinsam mit Ihnen und Ihren Kindern zu wachsen und zu lernen.

Inhaltsschwerpunkte der Arbeit in der Familienbildung

- Familie als Teil der Gesellschaft
- Vorbereitung auf Partnerschaft, Ehe, familiäres Zusammenleben
- Entwicklung/Stärkung der Erziehungsfähigkeit in der Familie
- begleitende pädagogische Arbeit mit Familien in ihren jeweiligen Lebensphasen und Lebenssituationen
- Gestaltung der Freizeit
- Haushaltsführung
- Gesundheitserziehung, Gesundheitspflege

Familienbildung im IRIS-Familienzentrum will Eltern helfen, ihre Erziehungskompetenz zu stärken, die emotionale, psychische und physische Entwicklung ihrer Kinder zu begleiten und zu fördern. Wir beginnen damit bereits in der vorgeburtlichen Phase und wirken begleitend bis in das Grundschulalter hinein.

KINDERLADEN MOMO

Wir betreuen seit 2012 maximal 10 Kinder im Alter von ein bis drei Jahren als Tagesmütter in unserem Kinderladen Momo. In entspannter kindgerechter Atmosphäre liegen unsere Schwerpunkte auf:

- Individueller Förderung kindlicher Kompetenzen
 - Unterstützung der (Selbst-)Bildung
- Persönlichkeitsstärkung
- Sprache und Kommunikation als Basis für den kindlichen Alltag
- Vermittlung eines stabilen Körpergefühls und Anregung und Förderung der sinnlichen Wahrnehmung
- Stärkung des Umweltbewusstseins im urbanen Alltag

Leitung:

Kathrin Gebhardt

(Kindertagespflegeperson, Diplom-Sozial- und Sexualpädagogin)

Jeannette Magerl

(Kindertagespflegeperson, Diplom-Kauffrau)

Anmeldung: info@kinderladen-momo.eu
0157 34 902 629

Vereinbarung eines Termins zum
Kennenlernen ist möglich

Unsere Betreuungszeiten sind von

Montag bis Donnerstag 8:00 bis 16:00 Uhr

Freitag 8:00 bis 15:30 Uhr

HEBAMMEN

Hebammensprechstunden im IRIS Familienzentrum

Als freiberufliche Hebammen im Iris Familienzentrum bieten wir im Rahmen unserer originären Hebamentätigkeit, wie Schwangerschafts- und Wochenbettbetreuung, eine Vielzahl von Kursen und Angeboten an: Geburtsvorbereitung, Rückbildung, Babymassage sowie Akupunktur, Kinesio-Taping, Softlasertherapie und Trageberatung.

Friederike Schniggenfittig

Neben der Betreuung in der Schwangerschaft (Anamnese- und Kennenlerngespräch, Beratung, individuelle Geburtsvorbereitung sowie geburtsvorbereitende Akupunktur und Unterstützung bei Schwangerschaftsbeschwerden) biete ich euch nach der Geburt die Begleitung im Wochenbett an. Hierzu gehören insbesondere die Unterstützung beim Stillen, die Anleitung zum Handling des Kindes sowie die Kontrolle der körperlichen und psychischen Veränderungen von Mutter und Kind. Im Anschluss an die häusliche Betreuung biete ich euch im IRIS-Familienzentrum einen Präventionskurs mit Fokus auf die Wahrnehmung der körperlichen Veränderungen nach der Geburt und gezielten Übungen zur Verbesserung der Körperhaltung an. Für die Entspannung (nicht nur des Kindes) und den Genuss der Berührung habt ihr die Möglichkeit, an einem Babymassagekurs teilzunehmen.

Silvana Kästner

Seit dem Jahr 2000 bin ich als freiberufliche Hebamme in Halle und auch immer in Verbindung mit und im IRIS Familienzentrum tätig. Als zweite Hebamme war ich dabei, als viele Kinder hier im ehemaligen Geburtshaus das Licht der Welt erblickten.

Heute begleite ich Familien und Frauen vor und nach der Geburt in Schwangerschaft und Wochenbett und freue mich über weitere Treffen im Rückbildungskurs hier im IRIS.

HEBAMMEN

Wir begleiten Sie auf Ihrem Weg zu einer gesunden Schwangerschaft und unterstützen Sie dabei, sich auf die Geburt vorzubereiten und in der Zeit danach wieder fit zu werden. Unsere Kurse und Therapien sind darauf ausgerichtet, Ihnen und Ihrem Baby das bestmögliche Wohlbefinden zu ermöglichen.

Julia Böhme

Nach meiner klinischen Tätigkeit in verschiedenen Krankenhäusern arbeite ich seit 2019 freiberuflich und seit 2022 im IRIS-Familienzentrum. Ich begleite euch individuell und professionell in der Schwangerschaft und nach der Geburt. Im Geburtsvorbereitungskurs bereite ich euch informativ auf die Geburt und die Zeit danach vor. Seit 2023 biete ich die Softlasertherapie zur Behandlung verschiedener Beschwerden, z.B. Wunder Brustwarzen, zusätzlich an. Als Trageberaterin beantworte ich kompetent eure Fragen rund um das Thema Tragen im Tragetuch oder Tragesystem.

Kontakte

Friederike Schniggenfittig

Tel.: 0163 80 444 38

E-Mail: kontakt@halle-saale-hebamme.de

Website: halle-saale-hebammen.de

Silvana Kästner

Tel.: 0173 77 640 41

E-Mail: post@silvanakaestner.de

Julia Böhme

Tel.: 0178 69 83 733

E-Mail: hebammejuliaboehme@web.de

Website: www.hebammejuliaboehme.de

Antrag auf Mitgliedschaft

Ich möchte Mitglied im Verein IRIS e. V. für Frauen und Familie werden und bin bereit, den Mitgliedsbeitrag von 2,50 € monatlich bzw. 7,50 € vierteljährlich zu zahlen.



Name, Vorname

Geburtsdatum

Adresse

E-Mail

Telefon/ Telefax

Ich erkenne die Satzung des IRIS e. V. an.

Datum, Unterschrift

Sie möchten unsere Arbeit unterstützen?

Helfen Sie uns, auch weiterhin zu helfen!

Spenden Sie projektbezogen oder ganz allgemein. Alle Spenden nutzen wir, um unsere Projekte und Angebote gestalten zu können.

Bei uns sehen Sie vor Ort, was Ihre Spende bewirken kann.

Als gemeinnütziger Verein können wir Ihre Spende selbstverständlich auch für das Finanzamt bestätigen.

Spendenkonto: IBAN: DE36 8009 3784 0201 0177 99 · BIC GENODEF1HAL

IRIS E.V

M!tmachen

Das IRIS Familienzentrum wird vom IRIS e.V. für Frauen und Familie getragen und betrieben. Der Verein arbeitet überparteilich und überkonfessionell. Unser Ziel ist es, Familien oder Einzelpersonen kompetent zu begleiten und zu beraten sowie ihnen die Möglichkeit zu geben, sich mit anderen zu den Herausforderungen des Familienalltags auszutauschen. Seit mehr als 30 Jahren haben wir den Anspruch, unsere Besucher*innen mit unserem Konzept einer ganzheitlichen lebensphasenorientierten Familienarbeit zu begleiten.

Mit dem IRIS Familienzentrum ist es uns gelungen, unseren Gründungsgedanken - einen sicheren Ort für Begegnung, Bildung und Beratung - durch die Zeit zu tragen. Wir freuen uns über neue engagierte Mitglieder, die die Zukunft des IRIS Familienzentrums mit uns gemeinsam gestalten möchten.

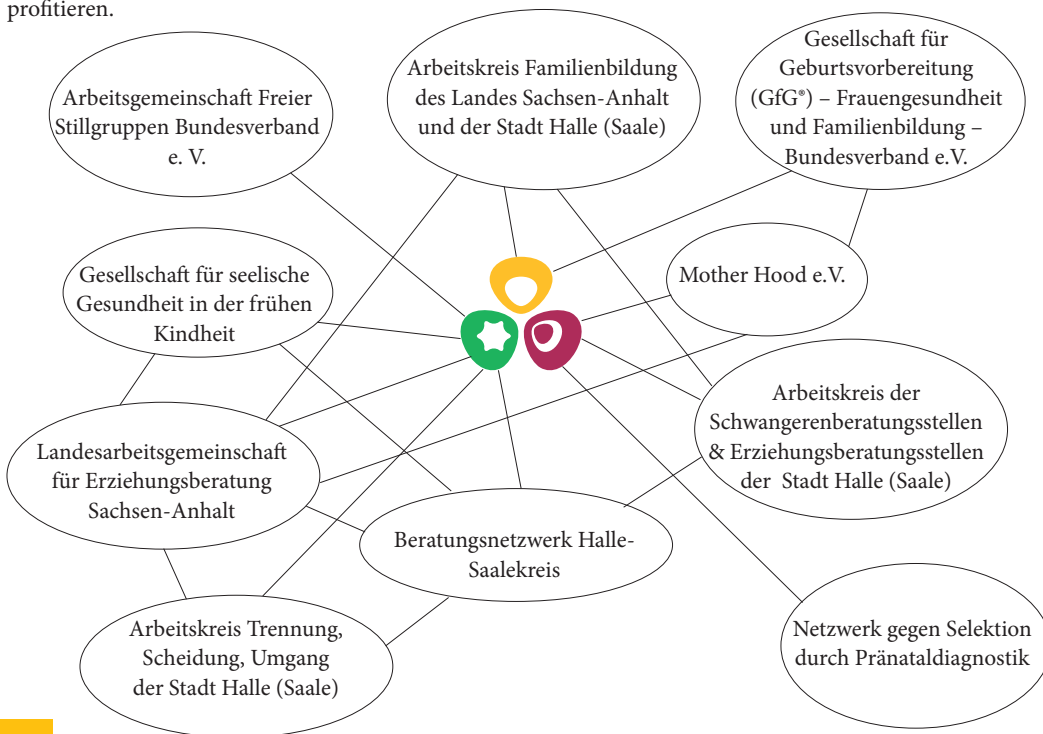
Möchten Sie sich ehrenamtlich engagieren und einen positiven Beitrag leisten? Das IRIS Familienzentrum bietet Ihnen die Möglichkeit, Teil unseres Teams zu werden und gemeinsam mit uns die Zukunft des Zentrums mitzugestalten.

Als ehrenamtliche*r Mitarbeiter*in haben Sie die Chance, Ihre Fähigkeiten und Erfahrungen einzubringen, neue Menschen kennenzulernen und wertvolle Erfahrungen zu sammeln. Ihre Unterstützung ist für uns von unschätzbarem Wert und trägt dazu bei, dass wir weiterhin kompetente Beratung und Begleitung für Familien anbieten können.

Wenn Sie Interesse daran haben, sich ehrenamtlich zu engagieren und Teil unserer Gemeinschaft zu werden, freuen wir uns über Ihre Kontaktaufnahme. Zusammen können wir viel bewirken und das IRIS Familienzentrum zu einem noch besseren Ort für Begegnung, Bildung und Beratung machen.

UNSER NETZWERK

Unser Netzwerk bietet Ihnen einen Zugang zu einer Vielzahl von Fachwissen, Erfahrungen und Unterstützungsmöglichkeiten - so können Sie von vielfältigen Perspektiven und fundierten Ratschlägen profitieren.



KURS- & GRUPPENANGEBOTE

Entdecken Sie auf den folgenden Seiten unser vielfältiges Kurs- und Gruppenangebot, das in die Bereiche „für Schwangere“, „für Eltern mit Babys und Kleinkindern“ sowie „für Mütter und Väter“ und „zum Wohlfühlen“ unterteilt ist. Auch die Selbsthilfegruppen, die sich in unserem Haus treffen finden Sie hier. Hier können Sie lernen, wie Sie sich auf die Geburt vorbereiten, eine starke Bindung zu Ihrem Baby aufbauen und Zeit für Entspannung und Wohlbefinden finden.

Wir laden Sie ein, sich unser Kursangebot anzuschauen und freuen uns darauf, Sie auf Ihrem Weg zu unterstützen.

Anmeldung & Gebühren

Sie können sich persönlich, schriftlich, telefonisch oder per E-Mail für unsere Angebote anmelden. Ihre Anfragen nehmen wir gerne unter der jeweiligen E-Mailadresse unserer Mitarbeiter*innen entgegen. Für die Beratungsstelle zusätzlich unter: beratung@irisfamilienzentrum.de.

Kursgebühren sind bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn fällig.

Die Zahlung kann per Barzahlung zu den Öffnungszeiten oder per Überweisung erfolgen. Ausgewählte Kurse können per QR-Code gezahlt werden - den Code für eine Fotoüberweisung in Ihrer Banking-App finden Sie neben dem Angebot hier im Heft.

Anderenfalls geben Sie bitte als Verwendungszweck den Titel des Kurses und den Namen des Kursteilnehmenden an. Besitzer eines Halle-Passes können sich mit der Kursleitung über ermäßigte Gebühren verständigen. Bei einigen Kursen überweisen Sie die Gebühr bitte direkt an die Kursleitung. Auskünfte erhalten Sie im Büro.

Nach Kursbeginn erfolgt keine Rückerstattung der Kursgebühren.

Bankverbindung für Kursgebühren

IRIS e.V. für Frauen und Familie

IBAN: DE45 8009 3784 0001 0177 99 • BIC: GENODEF1HAL



... für Schwangere

Geburtsvorbereitung

Immer Mittwoch von 17:00 – 19:00 Uhr treffen sich die werdenden Eltern zur Vorbereitung auf das große Ereignis.

Leitung: Julia Böhme
Anmeldung: 0178 69 837 33
boehme.hebamio.de
Termine: Mittwoch
Kosten: Übernahme durch die
Krankenkasse möglich

Neufindung, wenn die Wiege leer bleibt

Auch und gerade wenn das Baby nicht lebt, brauchen Körper und Seele der betroffenen Mütter und Väter Stärkung. Treffen Sie sich bei uns zu Körperarbeit und Gespräch in der Gruppe.

Leitung: Sigrun Korger, Katrin Schramm
Anmeldung: s.korger@irisfamilienzentrum.de
k.schramm@irisfamilienzentrum.de
Termin: Montag, 17:00 – 19:00 Uhr,
Kosten: 150,00 € für 8 Treffen
Erstattung durch die Krankenkasse
ist möglich

SHG Unvollendete Schwangerschaft

Geteilte Trauer lässt sich leichter ertragen. Wir empfehlen den Besuch der Selbsthilfegruppe im Anschluss an die angeleitete Gruppe „Wenn die Wiege leer bleibt“. (Siehe Seite 25) Es tut gut, Erfahrungen auszutauschen, und sich gegenseitig zu unterstützen. Mütter und Väter, die den Tod ihres Babies betrauern sind herzlich eingeladen.

Leitung: Sigrun Korger
Anmeldung: s.korger@irisfamilienzentrum.de
oder 0345 52 112 32
Dienstag, 10:30 – 12:00 Uhr
Termin: jeden ersten Montag im Monat
20.00 – 21.30 Uhr

SHG Schwierige Geburt

Die Gesprächsgruppe richtet sich an Frauen, deren zurückliegende Geburt/en schmerzliche oder traumatische Erinnerungen bedeuten. In einer geschützten Atmosphäre soll Raum sein, um Empfindungen zu teilen, Geschehenes zu verarbeiten, Mut zu fassen für weitere Schwangerschaft/en...vor allem aber zu spüren: ich bin nicht allein mit dieser Erfahrung.

Leitung: Sigrun Korger
Termin: jeder 1. Dienstag im Monat
13:30 – 15:00 Uhr

für Eltern mit Babys und Kleinkindern...

SHG Politisch aktivistischer Stammtisch - Für eine sichere, respektvolle und gebärendenzentrierte Geburtshilfe

Die Regionalgruppe Halle der Bundes-Elterninitiative Mother Hood e.V. trifft sich regelmäßig, um sich über die aktuelle Situation bezüglich Schwangerenversorgung, Geburtserleben und die Anfänge von Elternschaft auszutauschen. Unser Ziel ist es, Verbesserungen auf verschiedenen Ebenen anzustoßen und aktuelle Missstände sichtbar zu machen z.B. Antidiskriminierung, Wahlfreiheit des Geburtsortes, informierten Konsens, Trauma-, Geschlechts- und Kultursensibilität, Empowerment von Erstgebärenden usw. Wenn auch DU Lust hast, dich zu informieren oder gar zu engagieren, freuen wir uns sehr über weitere Mitstreiter*innen! Eine Vereinsmitgliedschaft ist kein Muss. Wir sprechen deutsch, englisch und französisch.

Kontakt: ninaconzen@web.de
Termine: am 1. Mittwoch eines Monats von 17:00-18:30 Uhr
10.1., 7.2., 6.3., 3.4., 8.5., 5.6., 3.7., 7.8., 4.9., 2.10., 6.11. und am 4.12.24

SHG Gesprächsgruppe Bauchgeburtsgruppe

Diese Gesprächsgruppe richtet sich an Kaiserschnittmütter, bei denen die Erinnerung an die Geburt noch schmerzt. Sie schafft einen Raum für Eure Geburtsgeschichte - in einer kleinen vertrauten Runde wollen wir Erlebnisse austauschen und versuchen, das Geschehene aufzuarbeiten. Jede Mutter soll sich verstanden und mit ihren Empfindungen nicht allein gelassen fühlen.

Es handelt sich um eine offene Gruppe, zu jedem Termin sind neue Teilnehmerinnen nach vorheriger Anmeldung herzlich willkommen. Falls Ihr ein Baby habt, das Euch abends noch sehr braucht, bringt es gerne mit!

Leitung: Julia Großmann
(Schwangerschafts- und
Geburtsaufarbeitung, Doula
Geburtsbegleiterin)

Anmeldung: Julia.grossmann@posteo.de
0157 30 240 704

Termine: 22.01., 19.02., 18.03., 22.04., 20.05., 17.06., 22.07., 19.08., 23.09., 21.10., 18.11. und am 16.12.2024

...für Eltern mit Babys und Kleinkindern

Rückbildungsgymnastik

Jeden Donnerstag könnt Ihr zum offenen Rückbildungskurs ins IRIS kommen. Im Kurs werden Kreislauf und Muskeln aller Körperregionen trainiert, um ganzheitliches Wohlbefinden zu erlangen. Der Zeitraum 6 bis 8 Wochen nach der Geburt Eures Kindes ist als Einstieg optimal, eine gute Voraussetzung ist ein bereits im Wochenbett trainierter Beckenboden. Bringt Euer Kind und bequeme Kleidung mit, in der Ihr gut turnen könnt.

Derzeit ist die Teilnehmerzahl auf 7 Frauen beschränkt. Bitte meldet Euch einen Tag vorher an (nur SMS, WhatsApp).

Leitung: Silvana Kästner
Anmeldung: 0173 77 640 41
Termin: jeden Donnerstag, 10:30 – 11:30 Uhr,
Kosten: 10 Kursstunden erstattet die Krankenkasse

Babymassage

Massagen tun großen als auch kleinen Menschen gut. Sie fördern den Hautkontakt, die Eltern-Kind-Bindung sowie die Linderung von Verspannungen und Schmerzen.

In diesem Kurs habt Ihr die Möglichkeit, sanfte Massagetechniken in einer ganz besonderen Zeit mit Eurem Baby ab der 6. Lebenswoche bis zum 8. Lebensmonat zu erlernen.

Leitung: Friederike Schniggenfittig
Anmeldung: 0163 80 444 38
kontakt@halle-saale-hebamme.de
Termine: auf Anfrage, 5x60min
Kosten: 70,00 Euro

für Eltern mit Babys und Kleinkindern...

SHG La Leche Liga Stillgruppe

In der Stillgruppe teilen wir Freud und gelegentlich Leid des Stillens. Wir geben Stillwissen weiter, bieten Rückenstärkung und Begleitung in der Stillzeit. Eingeladen dürfen sich alle fühlen, die sich für das Stillen interessieren: Schwangere, Mütter, Väter, Großeltern, ...

Geschwisterkinder können auch mitgebracht werden.

Eine vorherige Anmeldung ist wünschenswert aber nicht zwingend nötig.

Für die entstehenden Kosten bitten wir um eine Spende.

Leitung: Theresia Wollenberg
Termin: jeden 4. Mittwoch im Monat,
9:30 Uhr bis ca. 11.00 Uhr
Kontakt: 0345 68 169 70 www.lalecheliga.de
Theresia.wollenberg@lalecheliga.de

SHG Ü1-Stillgruppe

Das erste Lebensjahr des Kindes ist um und an Abstillen noch nicht zu denken. Neue Herausforderungen wie KiTa-Eingewöhnung oder Wiedereinstieg in den Beruf wollen gemeistert werden. Und das alles mit einem Still-Kleinkind? Na klar. Wir tauschen uns über unsere Erfahrungen aus, hören uns zu und machen uns Mut zu Themen wie Beikost, Schlafen, Trennung vom Kind, Muttersein und Abstillen. Alle Interessierte, Mütter und ihre Kinder sind herzlich eingeladen.

Für die entstehenden Kosten bitten wir um eine Spende.

Leitung: Margit Hartig
Termin: jeden 2. Dienstag im Monat, 16:00 Uhr
Kontakt: Margit.hartig@lalecheliga.de

...für Eltern mit Babys und Kleinkindern

„Baby im Blick“

Mit altersgerechten Bewegungs-, Spiel- und Sinnesanregungen wollen wir die individuelle körperliche und geistige Entwicklung Ihres Kindes unterstützen. In entspannter Atmosphäre können die Babys den Kontakt zu Gleichaltrigen erleben, die Eltern in Austausch gehen und relevante Themen unter fachlicher Leitung, gemeinsam besprochen werden.

Leitung: IllradaQuasebarth
Anmeldung: i.quasebarth@irisfamilienzentrum.de
oder telefonisch 0345 52 112 32
Termin: nach Vereinbarung,
12-Wochen-Kurs,
ab der 12. Lebenswoche
Kosten: 96,00 €

Krabbelturnen

Robben, krabbeln, laufen - beim Krabbeltturnen erobern die Kinder den Raum entsprechend ihrer motorischen Fähigkeiten. Sie können in ihrem eigenen Tempo verschiedene Bewegungslandschaften erkunden, unterschiedliche Materialien erforschen und erste Sportgeräte ausprobieren.
Ein Gute-Laune-Kurs!

Leitung: IllradaQuasebarth
Anmeldung: i.quasebarth@irisfamilienzentrum.de
oder telefonisch 0345 52 112 32
Termin: nach Vereinbarung, 10:00 – 10:45 Uhr
6-Wochen-Kurs
Kosten: 36,00 €



für Eltern mit Babys und Kleinkindern...

Krabbelturnen

Ihr Kind sammelt in diesem Kurs grundlegende Bewegungserfahrungen. An den Gerätelandschaften erhalten die sinnliche Eindrücke von Höhe, Schräge, weichen und harten Unterlagen. Erleben Sie die motorische und geistige Entwicklung Ihres Kindes ganz unmittelbar. Ein Gute-Laune-Kurs!

Leitung: Katrin Schramm
Anmeldung: k.schramm@irisfamilienzentrum.de
oder telefonisch 0345 52 112 32
Termin: Mittwoch, 09:00 – 09:45 Uhr,
8-Wochen-Kurs
Kosten: 56,00 €



Kursgebühren einfach mit QR-Code zahlen

1. Öffnen Sie die Banking-App auf Ihrem Smartphone.
2. Suchen Sie nach der Option „QR-Code scannen“ oder ähnlichem in der App.
3. Halten Sie Ihr Smartphone über den QR-Code, den Sie für die Zahlung verwenden möchten.
4. Die Kamera der App wird den QR-Code automatisch erkennen und scannen.
5. Bestätigen Sie die Zahlungsinformationen, die auf dem Bildschirm angezeigt werden.
6. Geben Sie gegebenenfalls Ihre PIN oder andere Sicherheitsinformationen ein, um die Zahlung abzuschließen.
7. Nach erfolgreicher Zahlung erhalten Sie eine Bestätigung in der App.
8. Vergewissern Sie sich, dass die Zahlung abgeschlossen ist und der Betrag von Ihrem Konto abgebucht wurde.
9. Bewahren Sie den Beleg oder die Bestätigung der Zahlung sicher auf.

...für Eltern mit Babys und Kleinkindern

Eltern- Baby Qi Gong

Entdecken Sie die wohltuende Kraft des Eltern-Baby-Qi Gong! In diesem Kurs praktizieren Eltern sanfte Qi Gong-Übungen, während sie ihr Baby im Tragetuch tragen. Diese speziellen Bewegungen sollen das Qi des Babys beruhigen und verankern, während gleichzeitig eine stärkere Bindung zwischen Eltern und Kind aufgebaut wird. Die sanften Bewegungen mit dem Baby fördern nicht nur dessen Entspannung, sondern auch die Verbundenheit zur tragenden Person. Tauchen Sie ein in diese harmonische Praxis und erleben Sie die positiven Auswirkungen von Eltern-Baby-Qi Gong auf Körper, Geist und Seele. Sichern Sie sich noch heute Ihren Platz für diesen einzigartigen Kurs!

Leitung: Nicole Meier
Anmeldung: n.meier@irisfamilienzentrum.de
oder telefonisch 0345 52 112 32
Termin: Freitag, 10:00 – 11:00 Uhr
8-Wochen-Kurs
Kosten: 56,00 €



offene Krabbelgruppe

Termin: Dienstag und Donnerstag,
9:00 – 12:00 Uhr
Spende 1,00 € pro Person

SHG Alternative Babypflege - Windelfrei und Stoffwindeln

Einmal im Monat finden wir uns im IRIS (oder auch bei schönem Wetter auf dem Spielplatz) zu einem offenen Eltern-Kind-Treffen zusammen. Während die Kleinen miteinander spielen, tauschen wir uns über bedürfnisorientierte Babypflege aus. Dazu gehören Themen wie (Teilzeit-)Windelfrei, Stoffwindeln, Tragen, Familienbett, Breifrei (BLW) oder weitere Fragen im täglichen Umgang mit unseren Babys. Uns ist ein vorurteilsfreier und respektvoller Erfahrungsaustausch wichtig. Alles kann, nichts muss! Jede(r) ist herzlich willkommen, ob interessiert oder erfahren!

Leitung: Stefanie Schrattenholz
Kontakt: 0177 69 625 77
Termin: 1x im Monat Dienstag
15.00 – 17:00 Uhr
Kosten: 1€ Raumnutzung

für Eltern mit Kindergartenkindern, Schulkindern und Jugendlichen...

Kinder mit Linkshändigkeit im Kindergarten

Informationsabend für Eltern, Erzieher*innen und Lehrer*innen

- Umgang mit Händigkeit
- Entwicklungsverläufe vom Kleinkind bis zum Schulkind
- Alltagsgegenstände und Spielzeug
- Unterstützung zu Hause und im Umfeld
-

Referent: Christian Knauer
Anmeldung: telefonisch 0345 52 11 232,
oder info@irisfamilienzentrum.de
Termin: Montag, 22.04.2024, 19:00 Uhr
Kosten: 5,00 €

Kinder mit Linkshändigkeit in der Grundschule

Informationsabend für Eltern, Erzieher*innen und Lehrer*innen

- Schulmaterialien, die wichtig und sinnvoll sind
- Schreibhaltung und Stifthaltung
- Hinweise zum Unterricht
- Unterstützung zu Hause und im Umfeld

Referent: Christian Knauer
Anmeldung: telefonisch 0345 52 11 232,
oder info@irisfamilienzentrum.de
Termin: Montag, 16.09.2024, 19:00 Uhr

Elternbildung und -beratung in Kindertagesstätten

In zwei Kitas bieten wir vor Ort folgende Unterstützung an:

- Übergänge gestalten (Elternhaus-Kita; Kita-Grundschule)
- Erziehungskompetenzen in der Familie erweitern
- Förderung der kognitiven und emotionalen Entwicklung der Kinder
- Organisation von Elternabenden oder -nachmittagen zu pädagogischen Themen
- Organisation von Weiterbildungen, Teamcoaching, Fallbesprechungen für Erzieher*innen

Kindertagesstätte „Juri Gagarin“

Merkurstr. 5, 06118 Halle (Saale)

Kindertagesstätte „Stadtzwerge“

Krausenstr 1, 06112 Halle

Kontakt: Elke Koch
e.koch@irisfamilienzentrum.de
oder 0345 52 112 32

für Eltern mit Kindergartenkindern, Schulkindern und Jugendlichen...

Atelier für Kinder

Mit Kindern im Alter von 5 – 11 Jahren soll Zeit, Raum, Material für Spiel, Phantasie und eigenes Gestalten in der freien Atelierarbeit möglich werden. Wöchentlich neue Inspirationen regen die Kinder an und lassen die eigene Phantasie fließen. Wir malen, zeichnen, drucken, schnippeln, plastizieren, experimentieren...

Leitung: Stefanie Nicklas
Anmeldung: 0176-86095806
Termin: Dienstag, 15:30 - 16:30 Uhr
(nicht in den Schulferien)
Kosten: 100,00 € für
8 Termine (Material incl.)

Mein zweites Zuhause

Dieses Projekt bietet Menschen, die durch Krieg Ihre Heimat verlassen mussten, einen Raum für Austausch und Begegnung und bietet die Möglichkeit, Ihre neue Heimat besser kennen- und verstehen zu lernen.

Leitung: Elke Koch
Anmeldung: e.koch@irisfamilienzentrum.de
Termin: Donnerstag, nach Absprache

Malen und Begegnung für geflüchtete Menschen

Der Malraum im IRIS-Familienzentrum lädt Menschen ein, die aus ihrer Heimat flüchten mussten, sich zu treffen, bei Tee und Kaffee ins Gespräch zu kommen und beim Malen mit leuchtend bunten Farben an einem geschützten Ort Entspannung und Erholung zu erleben.

Kinder und Erwachsene sind herzlich dazu eingeladen, mit den Farben zu spielen und zu experimentieren, ihrer Phantasie freien Lauf zu lassen oder ihre inneren Bilder zu Papier zu bringen. Vorkenntnisse sind keine nötig!

Leitung: Katja Czech
Anmeldung: nicht nötig
Termin: Mittwoch, 16.00 – 18.00 Uhr
Kosten: Spende 1,00 € pro Person

Gefördert durch:



... für Mütter und Väter

SHG Alleinerziehend

Oft wissen wir nicht wohin mit der Herausforderung allein verantwortlich zu sein, fühlen uns einsam, überfordert oder kommen nicht über eine Trennung hinweg. Die Alleinerziehend-Gruppe bietet die Möglichkeit, mit Gleichgesinnten über all diese Themen zu reden, um gestärkt nach vorne blicken zu können und sich gegenseitig zu unterstützen.

Die Treffen sind offen für alle Mütter und Väter und finden alle 2 Wochen statt.

Leitung: Juliane Ziegler

Anmeldung: juliane_ziegler@gmx.net

Termine: auf Anfrage, Anmeldung erwünscht

SHG Zwillingstreffen

Doppeltes Glück = auch doppelte Arbeit? Liebe Zwillingse Eltern, ihr seid herzlich eingeladen, euch in gemütlicher Runde über den besonderen Alltag mit Zwillingen auszutauschen.

Anmeldung: info@irisfamilienzentrum.de
oder 0345 521 112 32

Termin: auf Anfrage

SHG Down Syndrom

Zum Austausch von Erfahrungen und zur Arbeit an Projekten treffen wir uns bei Bedarf in den Räumen des IRIS-Familienzentrums in der Schleiermacherstraße 39 in Halle. Sie möchten uns treffen? Dann kontaktieren Sie uns, damit wir einen konkreten Termin vereinbaren können.

Leitung: Claudia Strech,
Down-Kind Halle (Saale) e.V.

Anmeldung: Down-Kind eV@downsyndrom-halle.de

Termin: nach Vereinbarung

...zum Wohlfühlen

Atemkraft: Der Erfahrbare Atem® – Atemtherapie nach Middendorf

Mit einfachen Atem- und vielen Bewegungsübungen unterstützen Sie Ihre Atmung. Die integrierende sanfte Kraft des zugelassenen Atems fördert Ihr Selbstmanagement und Ihre Selbstheilungskräfte. Entstehen kann vieles: Vitalität, Gelassenheit, tiefe Freude, Beweglichkeit und dynamische Aufrichtung, Unterstützung während Schwangerschaft und Geburt, Burn-out-Prophylaxe, eine klangvolle Stimme u. a. m. Genießen Sie eine Körperarbeit, die sich ganz an Ihrem individuellen Atem orientiert.

Leitung: Sigrun Korger
Anmeldung: s.korger@irisfamilienzentrum.de
Termine: fortlaufender Kurs,
Montag, 18:30 – 19:30 Uhr
Kosten: 80,00 € für 8 Termine
www.atermtherapie-halle.de

Töpfern

Gestalten und Formen mit Ton kann für Sie zu einer neuen, schönen Erfahrung werden. Modellieren Sie nach Herzenslust und mit Fantasie. Lassen Sie den Tag hinter sich und erfreuen Sie sich an Dingen, die durch Ihre Hände entstehen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung: Claudia Wunderlich
Anmeldung: c.wunderlich@irisfamilienzentrum.de
Termin: je ein Kurs im Frühjahr und im Herbst
Kosten: für 8 Treffen 100,00 €, nur nach Vereinbarung



zum Wohlfühlen...

Meditier doch einfach

Es werden einfache Techniken mit Visualisierung, Atem und Stille praktiziert.

In diesem Intensivkurs ist Zeit für Entspannung, Gelassenheit, Klarheit und Fokussierung. In der Ruhe liegt die Kraft. Meditation stärkt die Konzentration, Gesundheit, Empathie, Achtsamkeit und Kreativität, bringt mehr Lebendigkeit und Wachheit im Leben und sorgt ganz nebenbei für entspannte Gesichter.

Leitung: Haya Romanowsky
Anmeldung: post@hayayoga.de
Termine: 11.03.2023 von 10:30 – 13:00 Uhr
Kosten: 35,00 €/ erm. 30,00 €

Mudra Workshop

Mudras sind Handhaltungen im Yoga. Diese können unabhängig von Asanas (Körperstellungen im Yoga) praktiziert werden. In diesem Workshop werden Mudras für Konzentration, Kraft und Gelassenheit erfahrbar. Das „Yoga mit dem kleinen Finger“ ist leicht zu lernen und wird im Sitzen geübt. Mudras sind vielfältig anwendbar. Sie können hin zur Meditation führen und auch ganz praktisch im Alltag integriert werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung: Haya Romanowsky
Anmeldung: post@hayayoga.de
Termine: 01.04.2023 von 10:30 – 12:30 Uhr
Kosten: 35,00 €

Yoga tut gut ...

... und entspannt im Alltag. Ein Yoga-Kurs in der Tradition des Hatha-Yoga, bestehend aus Körperhaltungen (Asanas), Übungen für einen bewussten Atem sowie Konzentrations- und Entspannungsübungen für eine harmonische Verbindung von Körper und Geist. Atemtechniken und Meditationsübungen sind weitere Bestandteile. Jeder kann Yoga praktizieren. So werden alle Übungen entsprechend dem persönlichen Vermögen geübt.

Leitung: Anke Tschenker
Anmeldung: 0171 63 122 78,
www.yoga-abend.de
Termin: fortlaufend jeden Dienstag,
19:30 – 20:45 Uhr
Kosten: 10,00 € pro Termin | 5er Karte 50,00€

Mit schwingenden Hüften – Orientalischer Tanz

Orientalischer Tanz ganz anders: der traditionelle Weg führt diese Bewegungs-Art in kraftvolle Erdung und Zentrierung, in Entspannung, Freude und Ruhe. Zu erleben ist ein intensives Körpergefühl in anmutiger Schönheit und fließend-pulsierender Stabilität bis in den Alltag hinein.

Leitung: Gudrun Sasse
Anmeldung: per SMS an 0171 65 253 91
oder gsasse@email.de
Termin: Donnerstag,
Hauptkurs 17:30 – 19:30 Uhr
Einsteigerinnen 20:00 – 21:30 Uhr
Kosten: Hauptkurs: 50,00 € pro Monat,
Einsteigerinnen: 35,00 € pro Monat,
Ermäßigung möglich

zum Wohlfühlen...

Tai Chi Chuan

Tai Chi Chuan ist eine alte chinesische Bewegungskunst. Langsame, fließende Bewegungen aktivieren den Körper, ohne ihn zu erschöpfen.

Die chinesischen Bewegungskünste sind darauf gerichtet, den Körper spürbar und damit gesund zu machen oder zu halten. Hintergrundinformationen aus dem Bereich der chinesischen Medizin helfen Ihnen, die Wirksamkeit jeder einzelnen Übung am eigenen Körper zu erfahren.

Wir trainieren den Körper und beruhigen den Geist. Die durch das Tai Chi erlangte innere und äußere Aufrichtung hilft, im Alltag gelassen zu bleiben.

Leitung: Nicole Meier
Anmeldung: nm@taichi-halle.de
Termin: Mittwoch, 10:30 Uhr
Kosten: 100,00 €/erm.80,00 €
für 10 Stunden

SHG „einsA“

Wir sind eine Selbsthilfegruppe mit fester Struktur, die aus dem „Verein Psychotherapie als Lebensweg“ hervorgegangen ist.

Voraussetzung für eine Teilnahme an unserer Gruppe ist eine ambulante oder stationäre tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapieerfahrung bzw. Analyse.

Kontakt: IRIS-Familienzentrum
Termin: Dienstag, 18:45 – 20:45 Uhr (wöchentlich)
Kontakt: 0345 52 112 32

SHG MannSchafft

Eine Männer-SHG, die vor dem Erfahrungshintergrund von Psychotherapie Erlerntes in Selbsthilfe erhalten und ausbauen will.

Leitung: Sven Großkreutz
Kontakt: hansmarees@gmx.net
Termine: auf Anfrage

Projekte für Schüler*innen

Sexualpädagogisches Kurzangebot für Schulkinder der 4. – 6. Klasse

In den Veranstaltungen werden die Kinder unter pädagogischer Anleitung altersgerecht in einer aufgelockerten, geschlechtshomogenen Gruppenrunde über Themen wie körperliche Veränderungen in der Pubertät, erstes Verliebtsein, Grenzen setzen/respektieren und Verhütung ins Gespräch kommen.

Leitung: Thomas Gailer
und Katrin Schramm
Kontakt: t.gailer@irisfamilienzentrum.de
k.schramm@irisfamilienzentrum.de
Termin: auf Anfrage
Kosten: 2 € je Kind
Umfang: 90 Minuten

„Herzklopfen und Schmetterlinge“

Flirten, Freundschaft, Liebe, Beziehung – wie geht das eigentlich?

Mit kreativen und humorvollen Methoden nähern wir uns dem Thema „Nummer EINS“ und bringen Unausgesprochenes zur Sprache.

Umfang: 3-stündiger Workshop für
Schüler*innen
der 7. und 8. Klasse (12 – 14 Jahre)
Kosten: 60,00 €

Zwei preisgekrönte, erfolgreiche Projekte

Leitung: Sigrun Korger
Kontakt: s.korger@irisfamilienzentrum.de

Körperwunderwerkstatt

Ergänzend zum Sexualkundeunterricht in der 4. Klasse erfahren die Mädchen und Jungen kindgerecht und geschlechtsgetrennt in einem interaktiven Mitmachworkshop, was sich in der Pubertät verändert. Insbesondere wird die emotionale Ebene angesprochen und das Staunen über das „Meisterstück“ des eigenen Körpers gelernt.

Kosten: 165,00 €
plus 1,50 € Materialgeld/Kind

„Die Zyklusshow ...eine positive Einstellung zum Körper wird einfühlsam und liebevoll gefördert.“

Die anschauliche und spannende Darstellung des Zyklusgeschehens für Schülerinnen der 5. und 6. Klasse spricht neben dem Verstand vor allem die emotionale Ebene und alle Sinne an. Eine positive Einstellung zum Körper wird gefördert.

Termin: auf Anfrage Dienstag,
9:00 – 15:00 Uhr,
im Rahmen einer Projektwoche
oder in den Ferien
Kosten: 220,00 € (6 – 12 Mädchen),
plus 2,00 € Material/Kind

Weiterbildungen

Nase, Bauch und Po – Sexualpädagogische Weiterbildung

für Erzieher*innen im Rahmen der Landesinitiative zur Förderung von Körperwahrnehmung und Körperwissen.

Inhalte:

- Begleitung der Sexualentwicklung der Kindergartenkinder,
- Bedeutung kindlicher Sexualität,
- psychosexuelle Entwicklung,
- altersangemessene Sexualpädagogik,
- Elternarbeit im Kindergarten

Referentin: Sigrun Körger

Termine: auf Anfrage,
es sind 1 oder 2 Weiterbildungstage möglich

Kosten: 50,00 €/ Person für 1 Weiterbildungstag

Burnout – Prävention (Grund- und Aufbaukurs)

Burnout – das Ausbrennen – bezeichnet den Zustand der totalen Erschöpfung. Erste Anzeichen sind: Ermüdung, erhöhte Reizbarkeit, Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit, Krankheitsanfälligkeit kommen hinzu. Die Fortbildung widmet sich dem Umgang mit der eigenen Erschöpfung. Es geht darum, Leistungsgrenzen frühzeitig zu erkennen, um dann aktiv und wirksam dem Stress entgegen zu wirken. Das Ziel ist, Veränderbares zu verändern und Unveränderliches zu akzeptieren, um dadurch die Energie in mehr Lebensfreude und Balance zu investieren.

Neben dem Erkennen eigener Früh-Warnsignale, wird der Zustand der Gelassenheit geübt.

Dieses Präventivangebot besteht aus 2 Modulen, die als Grundkurs und nach einem halben Jahr als Aufbaukurs als Tagesfortbildung stattfinden. Es richtet sich insbesondere an Mitarbeiter*innen in sozialen Berufen (Kinder- und Jugendhilfe u.ä.), die wirksam ihre Arbeitszufriedenheit steigern wollen.

Referentin: Gerlinde Gailer

Termine: auf Anfrage,
mindestens 8 Personen (z.B. Teams)

Kosten: 200,00 € pro Person
für beide Fortbildungstage

Module einzeln zu buchen ist leider nicht möglich.

Weiterbildungen

Eltern-Beratungskompetenz steigern

Diese Fortbildung richtet sich an Erzieher*innen, Sozial-Pädagogen/Pädagoginnen, die ihre Fähigkeiten in Elterngesprächen erweitern möchten. Die Fortbildung besteht aus 4 Modulen.

Über einen Zeitraum von einem halben Jahr finden 4 Fortbildungstage statt.

Methoden:

Kurzinput, Rollenspiele, Einzelarbeit, Kleingruppenarbeit am Beispiel einer Fallarbeit, Austausch im Plenum, Diskussion, Übungsgruppen, Selbsterfahrungsgruppen, Phantasiereisen.

Inhalte:

Beratung - Beratungsphasen- Aufbau und Struktur eines Beratungsgesprächs, Grenzen des Beratungsangebotes, Aktives Zuhören, Klienten zentrierte Gesprächsführung nach C. Rogers, Biographiearbeit, Genogrammarbeit, Familienformen und Familienphasen, Ressourcenarbeit. Bindung, Bindungstypen, Bindungsqualitäten. Kollegiale Beratung.

Neben der Wissensvermittlung geht es um das Einüben von Beratungskompetenzen in konkreter Fallarbeit, um Sicherheit im Umgang mit schwierigen Elterngesprächen zu erlangen.

Ziel der Fortbildung:

Beratungskompetenz für die Arbeit in Kita, Hort, Schule, HzE-Bereich.

Grundlagen der Beratungsarbeit erlernen

In Kleingruppen Beratungsfälle üben

Reflexion festigen, Sicherheit erlangen

Referent/Referentin:

Thomas Gailer und Gerlinde Gailer

Anmeldung: g.gailer@irisfamilienzentrum.de

Termine: auf Anfrage, mindestens 8 maximal 12 Personen

Kosten: 100,00 € pro Person je Fortbildungstag incl. Pausenverpflegung, Getränke und Mittagessen.

Module einzeln zu buchen ist nicht möglich.

EINZEL (BERATUNGS-)ANGEBOTE

Rechtsberatungen im IRIS-Familienzentrum

Referent: J. Christoph Berndt,

Fachanwalt für Familienrecht

Termine: Dienstag, 16.01., 19.03., 14.05., 24.09.,
29.10. und 19.11.2024

17:00 – 18:00 Uhr

(nur mit vorheriger Anmeldung im
IRIS)

Gebären aus eigener Kraft

Vortrag, Gespräch und Übungsteil für Frauen und
Paare

Referentin: Sigrun Korger

Montag, 20.00 Uhr

Atem-Einzelbehandlung für Schwangere

Babysprechstunde

Sie erfahren, was ein Baby zeigt, womit es ihm gut geht oder womit es sich überfordert fühlt. Wir nutzen Videoanalysen und arbeiten mit Ihnen die besonderen Kompetenzen und Bedürfnisse Ihres Kindes heraus, damit Sie den Alltag mit ihrem Baby wieder genießen können. Wir beraten Sie einzeln oder in der Kleingruppe bei allen Fragen zum Schlafen (Ein- und Durchschlafen), Schreien (häufig, ohne Grund), Stillen und Zufüttern.

Leitung: Sigrun Korger

Termin: nach Vereinbarung

s.korger@irisfamilienzentrum.de

Wir bekommen ein Baby, wissen aber nicht wann.

Beratungsangebot für werdende Adoptiveltern, die sich umfassend auf die Zeit nach der Geburt ihres Babys vorbereiten wollen. Themen sind:

- Vorbereitung auf den „großen Tag“
- Säuglingspflege und Ernährung
- Babymassage
- Kinderkrankheiten, Kindernotfälle
- Entwicklungsphasen
- Was braucht ein Baby und wie zeigt es dies (Signale von Babys)
- Schreien, Schlafen
- Elternsein – Paarsein

Theoretische Vermittlung, Üben mit Puppen, Filme, Entspannungsübungen, Atemübungen, Gespräche in der Gruppe

Leitung: Sigrun Korger, Illrada Quasebarth

Anmeldung: s.korger@irisfamilienzentrum.de
oder 0345 52 112 32

+++NEU+++ **Partnerschule**

Wir arbeiten in der Paarberatung auch nach dem Konzept der Partnerschule (Dr. Rudolf Sanders) www.partnerschule.eu. Die Partnerschule ist ein Paartherapiekonzept, welches neben dem Miteinander-Sprechen, Elemente der Körpertherapie, der Gestalttherapie, der Visualisierung, sowie Traum- und Phantasiereisen integriert und u.a. das Arbeiten mit Ton und Farben nutzt. Dieses partnerschaftliche Lernprogramm hat das Ziel, gemeinsam die Beziehungsfähigkeit zu erweitern.

Terminanfragen: g.gailer@irisfamilienzentrum.de,
t.gailer@irisfamilienzentrum.de

Beratungen für Paare...

... nach der Geburt

Die Geburt des ersten Kindes bringt herausfordernde Veränderungen mit. Wir unterstützen Sie gern beim Übergang vom Paar zur Familie.

... mit Trennungsambivalenz

An Grenzen in der Partnerschaft zu gelangen, ist etwas Normales. Wir begleiten Sie, Ihre Grenzen wahrzunehmen und möglicherweise Neues zu entwickeln.

... in Krisen/nach Krisen

Krisen als Entwicklungschancen zu verstehen und gemeinsam nach der Wachstumsaufgabe Ihrer Partnerschaft zu suchen, ist unser Angebot begleitender Beratung.

... nach Trennung, Scheidung

Wenn Sie sich getrennt haben und dies nachbesprechen wollen. Wir beraten auch bei Umgangs- und Sorgerechtsfragen.

Anfragen an: Gerlinde Gailer, Thomas Gailer,
Katrin Schramm
g.gailer@irisfamilienzentrum.de,
t.gailer@irisfamilienzentrum.de,
k.schramm@irisfamilienzentrum.de

PROJEKTE IM IRIS

Großes Familienfest in unserem Haus

Begrüßen Sie mit uns den Frühling!

Feiern Sie mit uns am **20. April 2024** von **14.00 Uhr bis 18.00 Uhr** das große Familienfest in unserem Haus.

Kulinarisches

Wir begrüßen Sie ab 14.00 Uhr zu Kaffee/Tee und Kuchen, später gibt es auch etwas Herzhaftes!

Spiel & Spaß

Auch in diesem Jahr haben wir für Ihre Kinder interessante Angebote vorbereitet. Lassen Sie sich von unseren Ideen überraschen!

Unterhaltung

Ein Theaterstück und ein Konzert mit dem beliebten Liedermacher Toni Geiling erwartet Sie!

Wir freuen uns auf Sie!

Eltern-AG

Was ist das?

Mein Kind will nicht einschlafen. Was tue ich, wenn mein Kind viel weint?

In der Eltern-AG treffen sich Eltern von Kindern zwischen 0-6 Jahren. Sie tauschen sich über das Leben mit Kind aus und geben sich gegenseitig Tipps. Sie tanken Kraft, machen sich gegenseitig Mut und bekommen neue Ideen für das Elternsein.

Dieser Kurs richtet sich an Eltern, die sich mit anderen Eltern über Erziehungsfragen austauschen möchten. Sie erhalten Anregungen für einen entspannten Elternalltag und Tipps von anderen Teilnehmenden und können Kontakte zu anderen Eltern knüpfen.

Die Teilnahme an der Eltern-AG ist kostenlos. Ihre Kinder bekommen in der Zeit eine Kinderbetreuung, wenn kein Kita-Platz vorhanden ist.

Wann und wo?

Die ELTERN-AG umfasst 20 Treffen und findet immer freitags von 10 bis 12 Uhr im IRIS-Familienzentrum statt. Dazwischen gibt es eine Pause um die Kinder zu versorgen, einen Kaffee zu trinken und zum gemütlichen Austausch und Beisammensein.

Was passiert in der ELTERN-AG?

Jedes Treffen hat drei Teile:

Im ersten Teil tauschen sich alle Eltern über ihre Erfahrungen aus und im zweiten Teil geht es um Entspannung. Denn der Alltag mit Kindern kann sehr anstrengend sein. Für den dritten Teil legen alle Eltern gemeinsam ein Thema rund um die Erziehung von Kindern fest.

Was kann ELTERN-AG bewirken?

Förderung der kindlichen Entwicklung
familiäre Harmonie
Erziehungskompetenz
Netzwerkbildung

Wer kann teilnehmen?

Die ELTERN-AG ist ein Kurs, gedacht für Eltern, die sich auf Grund ihrer derzeitigen Lebenssituation keinen Elternkurs leisten können.

- Eltern mit Hauptschulabschluss oder ohne Schulabschluss
- Eltern ohne Ausbildungsabschluss oder in Bildungs- und Qualifizierungsmaßnahmen
- Eltern mit Migrationshintergrund auf Grund schwieriger wirtschaftlicher Verhältnisse im Heimatland
- Eltern, die länger als 12 Monate arbeitslos sind
- Alleinerziehende mit schwieriger beruflicher und finanzieller Lage
- Minderjährige Eltern.

Leitung: Elke Koch, IllradaQuasebarth
Anmeldung: e.koch@irisfamilienzentrum.de
i.quasebarth@irisfamilienzentrum.de
oder 0345 52 112 32

Die ELTERN-AG ist ein Programm der
MAPP Empowerment GmbH



Lesebabys

Das Projekt Lesebabys gehört seit über 10 Jahren zu den Angeboten des IRIS-Familienzentrums.

Das Projekt möchte Familien mit kleinen Kindern erreichen und der Freude an Bilderbüchern und am Vorlesen in unserer multimedialen Zeit einen festen Platz im Alltag einräumen. Wenn man sich gemeinsam mit einem Kind ein Buch ansieht und ihm vorliest, hat dies viele positive Effekte. Die Kinder genießen es besonders, eng angekuschelt spannenden Geschichten zu lauschen und dabei ihrer Fantasie freien Lauf zu lassen. Durch Bücher werden die sprachliche Entwicklung, die kindliche Kreativität und Konzentrationsfähigkeit gefördert, die Eltern-Kind-Bindung wird unterstützt und die Eltern lernen mit der Zeit, welche Bücher ihre Kinder besonders mögen.

Schon mit den Kleinsten sollte viel kommuniziert werden. Durch den Klang der elterlichen Stimme beim begleitenden Erzählen, dem Aufsagen von Kinderreimen und Singen hat schon das Baby viel Vergnügen und fühlt sich geborgen und wohl.

Im Rahmen des Projektes wird mit ehrenamtlicher Unterstützung wöchentlich in drei Kitas vorgelesen und auch regelmäßig in einer Vater-Mutter-Kind-Einrichtung der Stadt.

Wenn Sie das Projekt ehrenamtlich unterstützen möchten, wenden Sie sich gern an Frau Koch.

Leitung: Elke Koch

Anmeldung: e.koch@irisfamilienzentrum.de

Mit freundlicher Unterstützung
des Landes Sachsen-Anhalt



Lesebabys

Angebote unseres Projektes „Lesebabys“

Internationaler Lesebaby-Treff

Monatlich treffen sich Familien aus verschiedenen Ländern. Kinder verschiedener Altersgruppen nehmen daran teil. Neben dem interkulturellen Austausch wird gespielt, gelacht, gesungen und natürlich auch vorgelesen.

Der Lesebaby – Club

Jeden 2. Donnerstag im Monat treffen sich die Kleinsten um im Bücherkoffer zu stöbern. Mitunter wird schon selbst das Vorlesen probiert. Eltern und Kinder haben viel Spaß bei den Treffen und die kleinen und größeren Lesekinder sind in gutem Austausch.

Termine: Donnerstag
 (Nur mit Voranmeldung)

Café Connect

Das Café Connect richtet sich an die Familien mit besonderen Bedürfnissen, welche schon mehrere Jahre die Vorlese-Nachmittage besuchen und deren Kinder mittlerweile dem Babyalter entwachsen sind oder bereits zur Schule gehen.

Wir ermöglichen hier das gemeinsame Erleben von verschiedenen Aktivitäten, für welche den Familien sonst die Ressourcen fehlen würden. Im Rahmen ihrer Möglichkeiten werden die Eltern in die Vorbereitung der Unternehmungen einbezogen und individuelle Wünsche mit gesellschaftlichen Möglichkeiten verbunden.

Advent, Advent ein Lichtlein brennt

Zum Jahresausklang findet für die „Lesebabys“ eine Adventsfeier statt. Bei Gebäck und Kaffee werden Weihnachtsgeschichten vorgelesen, Weihnachtslieder gesungen und es wird gemeinsam gebastelt. Der Termin wird rechtzeitig bekannt gegeben.

wir danken:



Frühförder- und Entwicklungsberatungsstelle

Heilpädagogische und Interdisziplinäre Einzelförderung für Kinder von der Geburt an bis zur Einschulung

Wenn Sie Fragen zur Entwicklung Ihres Kindes haben, weil es

- eine schwierige Schwangerschaft oder Geburt erlebt hat
- sich langsamer entwickelt als andere Kinder in seinem Alter
- nicht richtig sieht und hört
- auffällige Bewegungen, Reaktionen oder Verhaltensweisen aufweist

Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns!
Gern vereinbaren wir einen Termin mit Ihnen.

Lebenshilfe e.V.

Halle 

Frühförderstelle

Schönebecker Straße 3
06124 Halle (Saale)

Telefon:

(0345) 68 23 826
(0345) 13 35 318

Fax:

(0345) 68 23 824

fruehfoerderung@
lebenshilfe-halle.de

FAMILIENRECHT SOZIALRECHT

Tobias Emsel

Rechtsanwalt

Die Kanzlei des Rechtsanwaltes Tobias Emsel und seines Teams im historischen Stadtkern von Halle berät und betreut Sie kompetent und individuell in allen Fragen rund um das Thema Recht.

Mit viel Einfühlungsvermögen nehmen wir uns Ihrer persönlichen Situation an. Wir beraten Sie mit Blick auf die komplexer werdenden Gesetze, Vorschriften und Normen umfassend, zugeschnitten auf die Besonderheiten Ihres Falles.

Wir vertreten Sie mithilfe von Kooperationspartnern im gesamten Bundesgebiet vor allen Amts-, Land- und Oberlandesgerichten sowie vor den Verwaltungs- und Sozialgerichten. Wir stehen persönlich dafür ein, dass Sie das wirtschaftlich und praktisch sinnvollste Ergebnis erhalten. Zu diesem Zweck greifen wir auch auf die Unterstützung unserer Kooperationspartner zu. Dadurch sind wir in der Lage, für nahezu jede Fragestellung einen kompetenten Spezialisten einzubeziehen oder zu benennen.

Kleiner Sandberg 3
06108 Halle (Saale)

☎ 0345 - 203 62 67

☎ 0345 - 203 62 68

✉ tobias.emsel@ra-emsel.de

www.ra-emsel.de



gleichwohl

Praxis für
Klassische
Homöopathie

■ **Zertifizierte Homöopathin der SHZ**

■ ärztlich geprüfte Ernährungsberaterin

■ Heilhypnose

■ Craniosacraltherapie

Termine nach Vereinbarung, auch Hausbesuche

Kathrin von Basse · Heilpraktikerin · Zertifizierte Therapeutin der SHZ

Waidmannsweg 23
06126 Halle (Saale)

Telefon: 0345 1226505

www.gleichwohl-von-basse-und-steinbach.de
praxis@gleichwohl-von-basse-und-steinbach.de



Klassische Homöopathie

MAPP



**Magdeburger Ausbildungsinstitut
für Psychotherapeutische Psychologie**

**Jetzt auch in Halle!
Staatlich anerkannt!**

Ihre **Psychotherapeutische Ambulanz**
in Halle (Saale), Ankerstr. 3c

- Für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
- Diagnostik und Behandlung
- Alle Kassen

Alle Infos unter: www.mapp-institut.de oder
Telefonnummer: 0345 685 845 57

Ihre **Psychotherapieausbildung**
bei uns in Halle (Saale)

- Für Sozialarbeiter und Psychologen
- Eine fundierte hochqualifizierende Ausbildung
- Mit langfristigen Berufsperspektiven

Alle Infos unter: www.mapp-institut.de oder
Telefonnummer: 0345 685 845 57

Qi Zentrum Halle

#ganzheitlich

#einfach

#nachhaltig

Tai Chi Chuan · Qi Gong · Meditation
Qi Beratung · Qi Massage & Akupressur

Qi Zentrum Halle · Hansering 14 · 06108 Halle
+49 345 24 99 12 75 · nicole@qizentrum-halle.de



Lass dein Qi fließen



Kanzlei Berndt

Kompetenz in Familien- und Erbrecht

Stark im Recht

Die Kanzlei Berndt ist Ihr Partner im Familienrecht. Mit Kompetenz, Einfühlungsvermögen sowie Engagement bieten wir Ihnen fundierte Beratung und individuelle Problemlösungen an.

Weiterer Schwerpunkt unserer Kanzleitätigkeit ist das Erbrecht sowie die Mediation.

Machen Sie sich ein Bild über unsere Kanz-



Kontakt

Sie erreichen uns persönlich innerhalb unserer Bürozeiten von 8:30 bis 17:00 Uhr telefonisch, per Fax oder E-Mail, aber auch gern nach Absprache zu anderen Terminen.

Kanzlei Berndt
Marktplatz 18 / 06108 Halle (Saale)
(Eingang rechts neben der Marktapotheke)

Telefon: 0345 279555-60

Fax: 0345 279555-90



International
Academy of
Family Lawyers

Rechtsanwalt J. Christoph Berndt ist Mitglied in der IAFL. Diese ist eine weltweite Vereinigung von praktizierenden Juristen, die als erfahrende und hochqualifizierte Familienrecht-Spezialisten in ihren jeweiligen Ländern anerkannt werden. Die IAFL wurde 1986 als die International Academy of Matrimonial Lawyers gebildet, um die Praxis des Rechts und Rechtspflege im Bereich Scheidung und Familienrecht in der ganzen Welt zu verbessern. www.iafl.com



Beratungs-, Bildungs- und Begegnungsstätte des IRIS e. V. für Frauen und Familie
Schleiermacherstraße 39

06114 Halle (Saale)

Tel: 0345 52 112 32 · Fax: 0345 52 112 33

info@irisfamilienzentrum.de · beratung@irisfamilienzentrum.de

www.irisfamilienzentrum.de