



Stadt Böblingen

Raum für Taten und Talente



Programm







Januar - April
2025

Familienzentrum
Paul-Gerhardt-Weg 6+8
71034 Böblingen



*„[...] Orte für Familien zu schaffen, an denen diese in ihren Wünschen und Bedürfnissen angenommen und ernst genommen werden, an denen sie andere Menschen treffen [...]“
(Sprenger 2009)*

Ein Familienzentrum ist ein Ort, wo Familien...

-  einen/eine Ansprechpartner/in für Sorgen und offene Fragen in allen Lebenslagen finden
 -  in ihrem Leben mit Kindern gestärkt und unterstützt werden
 -  sich zum gemütlichen Kaffee mit anderen Familien und ihren Kindern treffen können
 -  Informationen und Hilfe auf der Suche:
 - nach einem Babysitter
 - nach einer Tagespflegeperson
 - oder bei Fragen zur Kita-Aufnahme bekommen
 -  eine Vielfalt von Aktivitäten vorfinden
 -  die Möglichkeit haben, sich über für sie relevante Themen auszutauschen
- immer herzlich Willkommen sind!



Was finden Sie wo

- 1 Fortlaufende Angebote
- 2 Kurse
- 3 Freizeitangebote für Kinder
- 4 Freizeitangebote für Eltern
- 5 Beratung
- 6 So erreichen Sie uns

DAS FAMILIENZENTRUM





ELTERN-KIND-CAFÉ „ALLE LEUT“

Mütter und Väter mit Kindern zwischen 1 und 3 Jahren sind zu diesem Treffen herzlich eingeladen. Sie haben die Möglichkeit, sich mit anderen Eltern bei einer Tasse Kaffee oder Tee auszutauschen und mit ihren Kindern das Spielzimmer im Familienzentrum zu erkunden.

- Termine: **wöchentlich mittwochs** (außerhalb der Schulferien)
Uhrzeit: 9.30 - 11.00 Uhr
Ort: im Elterncafébereich und Spielzimmer des Familienzentrums
Anmeldung: keine Anmeldung notwendig



KINDERWAGENCAFÉ



Unser Kinderwagencafé im Familienzentrum Paul-Gerhardt-Weg richtet sich an alle werdenden Eltern und jungen Familien mit Säuglingen im ersten Lebensjahr. Nutzen Sie die Möglichkeit, einige schöne Stunden zu genießen und aus dem Alltag herauszukommen. Lernen Sie andere Eltern bei einer Tasse Kaffee oder Tee kennen.

- Termine: **wöchentlich donnerstags** (außerhalb der Schulferien)
Uhrzeit: 15.30 – 17.00 Uhr
Ort: im Elterncafébereich und Spielzimmer des Familienzentrums
Anmeldung: keine Anmeldung notwendig



ELTERN-KIND-GRUPPE

Verbindlicher Eltern-Kind-Treff für Eltern mit Kindern von 0 bis zur Vollendung des 3. Lebensjahres und Schwangere

Die Eltern-Kind-Gruppe ist ein kostenfreies Angebot von Familie am Start im Rahmen des Landesprogramms STÄRKE.

In der Gruppe treffen sich ca. 8 Mütter/Väter mit Kindern von 0-3 Jahren und Schwangere mit der Sozialpädagogin Anja Schick Tanz.

Gesprächsthemen sind schwerpunktmäßig die Entwicklung und altersgerechte Förderung des Babys und Kleinkindes.

Für die Kinder gibt es ein Spielangebot im Raum.

Ablauf und Inhalte der Treffen werden gemeinsam mit der Gruppenleiterin gestaltet.

Termine: **wöchentlich montags** (außerhalb der Schulferien)

Uhrzeit: 9.30 – 11.30 Uhr

Ort: Familienzentrum PGW - Mehrzweckraum

Leitung: Anja Schick Tanz; Sozialpädagogin

Tel. 0174-2303513 oder a.schickanz@lrabb.de

Anmeldung: Ulrike Preschel-Kanaan, Tel.0173-2510232 oder u.preschel-kanaan@lrabb.de





„MITEINANDER-GRENZENLOS“ – EIN ANGEBOT FÜR ALLEINERZIEHENDE MÜTTER!

Sie möchten:

- ...Kontakte zu anderen Müttern
- ...sich mit Gleichgesinnten vernetzen
- ...nette Stunden mit tollen Frauen haben
- ...gemeinsam Kaffee trinken, frühstücken
- ...gemeinsame Unternehmungen planen

Dann sind SIE bei uns richtig!



Termine:

Freitag: 10.Januar, 07.Februar, 04.April 2025

14.30 – 16.30 Uhr

Samstag: 25.Januar, 15.Februar, 08.März, 22.März, 26.April 2025

10.30 – 13.00 Uhr

Ort: im Elterncafébereich und Spielzimmer des Familienzentrums

Leitung: Ursula Sachs; Pädagogin (PH)

Qualifikation „Psychosoziale Beratung“

Anmeldung: info@malu-ev.de oder unter 0179-7395400



RÜCKBILDUNGSKURS

Die Rückbildungsgymnastik beginnt ab der achten Woche nach der Geburt. Bei der Gymnastik geht es um die Förderung der Rückbildung und Stärkung der Bauchmuskeln, Rückenmuskeln und vor allem des Beckenbodens. Diese Hauptmuskelschichten haben sich während der Schwangerschaft und der Geburt stark verändert. Rückbildungsgymnastik beugt Beckenbodenschwächen und damit Inkontinenz vor, fördert die körperliche Leistungsfähigkeit und regt den Stoffwechsel an.

- Termine: **ab 16.Januar bis 27.März 2025**
regelmäßig donnerstags (10 Termine)
(außer 06.03.)
- Uhrzeit: 10.30 – 11.30 Uhr
- Kursleitung: Shantala Schulze; Hebamme mit
Aus- und Fortbildungen in Akupunktur, Homöopathie und
Schüßlersalzen, Hebammenpraxis in Entringen
- Ort: Familienzentrum PGW - Mehrzweckraum
- Kursgebühr: übernimmt die Krankenkasse
- Bitte mitbringen: Matte, sportliche Kleidung und Getränk
- Anmeldung: unter 0170-4314103 oder



SPRACHCAFÉ AKTIV

Haben Sie Interesse an:

- Treffen mit Menschen aus vielen verschiedenen Ländern
- Sprachkenntnisse trainieren, vertiefen...
- Gemeinsam aktiv werden (Bewegung, Tanz, Sport, Kochen, Backen, kleine Ausflüge...)
- Informationen über Angebote im Landkreis Böblingen
- Fragen aus dem Alltag
- Gespräche über Themen, die Sie interessieren und wichtig für Sie sind

Wir freuen uns auf Ihren Besuch, Ihre Ideen und Vorschläge

Termine:	ab 14. Januar 2025 wöchentlich dienstags (außer Schulferien)
Uhrzeit:	9.30 – 11.30 Uhr
Kursleitung:	Gaby Heydkamp; Referentin für Elternbildung
Ort:	Familienzentrum PGW – Mehrzweckraum
Kosten:	1 € pro Termin, im Kurs zu bezahlen
Anmeldung:	keine Anmeldung notwendig

Eine Kinderbetreuung wird angeboten!

In der Kooperation mit der Arbeiterwohlfahrt
Böblingen – Tübingen gGmbH



MBE
Migrationsberatung
für erwachsene
Zugewanderte

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



HATHA YOGA

Fördere deine Kraft, steigere deine Flexibilität und entspanne deinen Geist durch deine regelmäßige Hatha-Yoga Praxis! In diesem Yoga- Kurs praktizieren wir kraftvolle Asanas (Körperhaltungen) zur Stärkung deiner Muskulatur in Kombination mit Atem- und Entspannungsübungen, die dir helfen, Stress im Alltag abzubauen.

Zielgruppe sind Anfänger bis Mittelstufe.

Ein Kurs - Einstieg jederzeit möglich!

- Termine: **ab 20. Januar bis 31. März 2025**
wöchentlich montags (10 Termine)
(außer 24.02.)
- Uhrzeit: 18.30 – 20.00 Uhr
- Kursleitung: Lissy Langer; zertifizierte Yoga Lehrerin (BYV)
- Ort: Familienzentrum PGW - Mehrzweckraum
- Kursgebühr: 100 € (im Kurs zu bezahlen)
angepasste Kursgebühren für Späteinsteiger*innen
- Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung, Kissen,
Decke und Getränk
- Anmeldung: lissy.langer.53@gmail.com



Kurse

KINDERBALLETT

Das klassische Ballett ist die Königsklasse unter den Tanztechniken. Ballett ermöglicht, das Bewegungsrepertoire des Körpers mit ausgesprochener Präzision auszubilden.

In den Kinderklassen werden die Grundformen des klassischen Balletts auf spielerische und kreative Weise hin zur berühmten Waganowa-Lehrmethode eingeübt. Die Kinder lernen mit Spaß und Freude, Beweglichkeit, Kreativität, Musikalität, differenzierte Motorik und das Bewusstsein für den eigenen Körper.



Termine:	Kurs 1: ab 08. Januar bis 26. Februar 2025 wöchentlich mittwochs (8 Termine)
	Kurs 2: ab 12. März bis 09. April 2024 wöchentlich mittwochs (5 Termine)
Kinderballett I	(3,5 bis 5 Jahre): 15.15 – 16.00 Uhr
Kinderballett II	(5 bis 6 Jahre): 16.00 – 17.00 Uhr
Kinderballett III	(6 bis 8 Jahren): 17.00 – 18.00 Uhr
Kursleitung:	Ayana Mabry; Ballettpädagogin
Ort:	Familienzentrum PGW - Mehrzweckraum
Kursgebühr:	Kinderballett I: 10 €; pro Termin
(im Kurs zu bezahlen)	Kinderballett II & III: 11,- €; pro Termin
Bitte mitbringen:	bequeme Kleidung
Anmeldung:	0179-8156704 bzw. akzentanz@gmail.com
Probestunde:	bitte bei Ayana Mabry erfragen



Kurse

PILATES

Pilates ist ein systematisches Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur, primär von Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur. Das Pilatetraining wird auf der Matte stattfinden. Kurs für Anfänger*innen.

Termine:	Kurs 1: ab 10. Januar bis 28. Februar 2025 wöchentlich freitags (7 Termine) (außer 21.02.)
	Kurs 2: ab 14. März bis 11. April 2024 wöchentlich freitags (5 Termine)
Uhrzeit:	19.30 – 20.15 Uhr
Kursleitung:	Ayana Mabry; Ballettpädagogin
Ort:	Familienzentrum PGW - Mehrzweckraum
Kursgebühr:	8 € pro Termin (im Kurs zu bezahlen)
Bitte mitbringen:	Yoga- /Gymnastikmatte
Anmeldung:	0179-8156704 bzw. akzentanz@gmail.com



Ayana Mabry



Kurse

ZUMBA

Zumba ist ein lateinamerikanisch inspiriertes Tanz-Fitness Workout, dass sich aus lateinamerikanischer und internationaler Musik und Tanzbewegungen zusammensetzt.

Die Schrittfolgen sind leicht nachzumachen, so dass man ein effektives Workout erfährt.

Eine Stunde abschalten vom Alltag und mit Tanzen und Musik Spaß haben ist die Devise.

Termine:	Kurs 1: ab 15. Januar bis 26. Februar 2025 wöchentlich mittwochs (7 Termine)
	Kurs 2: ab 12. März bis 09. April 2025 wöchentlich mittwochs (5 Termine)
Uhrzeit:	18.30 – 19.30 Uhr
Kursleitung:	Claudia Waker-Poboß; zertifizierte Workout Instruktorin IFAA, lizenzierte Zumba® Trainerin
Kursgebühr:	11 €, pro Termin (im Kurs zu bezahlen)
Ort:	Familienzentrum PGW – Mehrzweckraum
Bitte mitbringen:	bequeme Kleidung, Sportschuhe, Getränk
Anmeldung:	claudia.waker@gmx.net oder unter 0179-5095608 Stichwort: Zumba PGW



Claudia Waker-Poboß

Ein Kurs - Einstieg jederzeit möglich!



RÜCKEN- STRETCH- UND RELAX

Dieser Kurs stellt eine effektive Kombination aus Dehnung und Entspannung des gesamten Körpers, sowie Kräftigung des Rückens dar. Der Körper wird Stück für Stück durch Dehnung von Verspannungen und Verkürzungen durch Fehlhaltungen befreit. Durch gezieltes Rückentraining wird die entsprechende Muskulatur gestärkt. Hier kommen alle auf Ihre Kosten die etwas für Ihren Körper tun möchten und zudem Ihren Rücken kräftigen wollen.

Termine:	Kurs 1: ab 15. Januar bis 26. Februar 2025 wöchentlich mittwochs (7 Termine)
	Kurs 2: ab 12. März bis 09. April 2025 wöchentlich mittwochs (5 Termine)
Uhrzeit:	19.30 – 20.30 Uhr
Kursleitung:	Claudia Waker-Poboß, zertifizierte Workout Instruktorin IFAA, lizenzierte Zumba® Trainerin
Kursgebühr:	77 €, pro Kurs (im Kurs zu bezahlen)
Ort:	Familienzentrum PGW – Mehrzweckraum
Bitte mitbringen:	Matte, bequeme Kleidung, Getränk
Anmeldung:	claudia.waker@gmx.net oder unter 0179-5095608 Stichwort: Rücken/Stretch und Relax PGW

Ein Kurs - Einstieg jederzeit möglich!



Der stolze Pfau trägt ein schillerndes Federkleid

Für Kinder von 3-6 Jahren in Begleitung

Wir fertigen ein Kunstwerk aus farbigen Papieren, die wir mit Acrylfarbe selbst herstellen werden. Bunte Muster entstehen mit Stempel und Fingern auf verschiedenen Papiersorten.

Als Werkzeug verwenden wir Alltagsgegenstände, wie Kamm, Korken und vieles mehr. Mit Spachteln und Pinsel gestalten wir eine 30 x 30 cm große Leinwand, auf die wir unseren stolzen Pfau mit seinen schillernden Federn aufkleben.

Termin: **Montag, 10. März 2025**

Uhrzeit: 14.00 – 17.00 Uhr

Kursleitung: Tanja Götz; Kreativwerkstatt KunstStücke, Filzerin, Bauzeichnerin

Bitte mitbringen: Alte Kleidung, Malerkittel, kleines Vesper, Getränk

Ort: Familienzentrum Paul-Gerhardt-Weg, Mehrzweckraum

Kosten: 12,50 € (im Kurs zu bezahlen)

Anmeldung: über das Familienzentrum



Wir basteln einen Osterhasen

Für Kinder ab 3 Jahren in Begleitung

Beim Osterbasteln sammeln Kinder viele verschiedene Erfahrungen. Sie lernen, wie man unterschiedliche Materialien und Techniken verwendet, um etwas Schönes zu schaffen. Die Kinder entwickeln ihre Kreativität und ihr Geschick.

Mit Spaß stellen Sie zusammen mit Ihrem Kind einen Osterhasen her und helfen sich gegenseitig, Sie und Ihr Kind werden stolz darauf sein.

Basteln macht Freude und fördert die feinmotorische Fähigkeit der Hände. Durch eine sprachliche Begleitung der Tätigkeit, wird nebenbei auch die Sprachproduktion angeregt und gefördert.

Termin:	Donnerstag, 27. März 2025
Uhrzeit:	15.00 – 16.30 Uhr
Kursleitung:	Özlem Yilmaz; Erzieherin, Fachwirt im Erziehungswesen
Bitte mitbringen:	Kleidung, die schmutzig werden darf
Ort:	Familienzentrum Paul-Gerhardt-Weg, Mehrzweckraum
Kosten:	5 € (im Kurs zu bezahlen)
Anmeldung:	über das Familienzentrum



„ZEIT FÜR DICH SELBST“



PSYCHOTHERAPEUTISCHE GRUPPE FÜR UKRAINISCHE FRAUEN

Wir treffen uns zweimal im Monat in gemütlicher Runde, um Erfahrungen, Gefühle oder Gedanken auszutauschen. Wir stützen uns gegenseitig und lernen mit der aktuellen Situation umzugehen. Außerdem können Sie mehrere Hilfstechniken kennenlernen, die Sie in ihrem Leben anwenden können. Dabei erhalten Sie von den anderen Teilnehmerinnen eine Rückmeldung. Die Erfahrung jeder einzelnen Teilnehmerin ist uns wichtig und auch wertvoll für die gesamte Gruppe. Eine erfahrene Psychologin aus der Ukraine ist immer für Sie da und bereit, Ihre ganz persönlichen Fragen zu beantworten.

- Termin: **2 Mal im Monat, samstags**
(Termine bitte bei Nataliya und Liliia erfragen)
- Uhrzeit: 10.00 – 12.00 Uhr
- Ort: Familienzentrum Paul-Gerhardt-Weg, Elterncafébereich
- Kosten: kostenfreies Angebot
- Anmeldung: Nataliya: +49 151-22839793; Liliia: +49 151-55805188

STARKE KINDER - WIE DAS SELBSTBEWUSSTSEIN VON VORSCHULKINDERN GESTÄRKT WIRD (WEB-SEMINAR)

Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen zählen zu Eigenschaften, die Kindern in der Vorbereitung auf die Schulzeit mitgegeben werden können. Da Selbstbewusstsein nicht angeboren ist, kann dem Kind jederzeit gezielt geholfen werden, dieses weiterzuentwickeln. Doch wie gelingt es, die innere Stärke im Alltag zu fördern? Wir entdecken, warum das Selbstbewusstsein für Kinder so wichtig ist und welche Rahmenbedingungen, sowie Faktoren hierfür förderlich sind. Außerdem erhalten Sie praktische Tipps, Anregungen und Impulse, wie die Förderung des Selbstbewusstseins Ihres Kindes im Alltag gelingen kann.

- Termin: **Montag, 03. Februar 2025**
- Uhrzeit: 19.30 – 21.00 Uhr
- Kursleitung: Matthias Twardon, Sozialpädagoge, Mediator, Coach
- Ort: online
- Anmeldung: über das Familienzentrum



Freizeitangebote für Eltern

MAMA UND PAPA GEHEN ARBEITEN

Gespräche mit der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt des Jobcenter Böblingen.

Thema: Durch den Dschungel der beruflichen Qualifizierung

Für wen: Eltern mit Migrationshintergrund

Termin: **regelmäßig dienstags** (außerhalb der Schulferien)

Uhrzeit: 9.00 – 11.00 Uhr

Ort: Familienzentrum Paul-Gerhardt-Weg, Elterncafébereich

Kosten: kostenfreies Angebot

Anmeldung: Telefon: (07032) - 9153189 oder
Jobcenter-LK-Boeblingen.BCA@jobcenter-ge.de



„VON ANFANG AN MIT SPAß DABEI – ESSEN UND TRINKEN IM ERSTEN LEBENSJAHR“

„Ein kleiner Mensch kommt auf die Welt und verändert Ihr Leben. Auch beim Essen und Trinken werden Sie gemeinsam viele neue Erfahrungen und Entdeckungen machen.“ In den ersten Lebensmonaten braucht ihr Baby nichts Anderes als Muttermilch oder Säuglingsmilchnahrung.

Aber wie merken Sie, ob Ihr Baby für die Beikost bereit ist?

Wie schaut der Ernährungsplan aus?

Welche Tipps und Tricks gibt es bei der Zubereitung?

Was können Sie tun, wenn Ihr Baby das Essen ablehnt?

Im Rahmen der Landesinitiative BeKi-Bewusste Kinderernährung möchte Frau Tatjana Albrecht, BeKi-Referentin und Heilpraktikerin auf die Fragen eingehen und auf der Basis der fachlichen Grundlagen der DGE (Deutschen Gesellschaft für Ernährung) das Thema Rund um die „Beikosteinführung“ und Ernährung beleuchten.

Termin: **Donnerstag, 13. Februar 2025**

Uhrzeit: 15.00 – 17.30 Uhr

Referentin: Tatjana Albrecht; BeKi-Referentin;
Heilpraktikerin und Fachwirt für amb. med. Versorgung

Ort: Familienzentrum PGW – Mehrzweckraum

Kosten: Dieses Angebot ist kostenfrei

Anmeldung: über das Familienzentrum



Dieses Angebot findet im Rahmen des Kinderwagencafés statt.
Kinder dürfen gerne mitgebracht werden.
Es besteht eine Spielmöglichkeit vor Ort!



„ICH GEHÖRE DAZU...“ DER ÜBERGANG VOM BREIESSEN ZUM FAMILIENTISCH

Wie beim Einstieg ins Breiessen, stellen sich viele Eltern auch beim Übergang zum Familientisch viele Fragen:

Wie sieht eine ausgewogene Kinderernährung aus?

Was und wieviel braucht mein Kind?

Wie kann ich mein Kind für das Essen begeistern?

Im Rahmen der Landesinitiative BeKi-Bewusste Kinderernährung möchte Frau Tatjana Albrecht, BeKi-Referentin und Heilpraktikerin auf die Fragen eingehen und auf der Basis der fachlichen Grundlagen der DGE (Deutschen Gesellschaft für Ernährung) das Thema Rund um die Ernährung und das gemeinsame Essen am Familientisch beleuchten.

Termin:	Mittwoch, 02. April 2025
Uhrzeit:	9.30 – 11.00 Uhr
Kursleitung:	Tatjana Albrecht; BeKi-Referentin, Heilpraktikerin und Fachwirt für amb. med. Versorgung
Ort:	Mehrzweckraum, Familienzentrum PGW
Kosten:	kostenfreies Angebot
Anmeldung:	über das Familienzentrum



Dieses Angebot findet im Rahmen des Eltern-Kind-Cafés statt.

Kinder dürfen mitgebracht werden.

Es besteht eine Spielmöglichkeit vor Ort!



! Alle Beratungsangebote sind kostenfrei !

TAKKI-BERATUNG

Das Angebot richtet sich an alle, die mehr über „TAKKI“, das Landkreismodell zur Kindertagespflege von Kleinkindern, wissen möchten.



Anmeldung/Termine: Tages- und Pflegeeltern e.V.
Tel.: (07031) - 21 37 10 oder (07031) - 21 37 112

BERATUNG VON „FAMILIE AM START“

Familie am Start richtet sich an Eltern, deren jüngstes Kind in der Familie unter drei Jahre alt ist. Das Team von Familie am Start kümmert sich besonders um die Bedürfnisse von Säuglingen und Kleinkindern und deren Eltern, auch schon während der Schwangerschaft. Das Angebot beinhaltet Informationen, Beratungen und praktische Unterstützung.

Für einen Beratungstermin von „Familie am Start“ im Familienzentrum, wenden Sie sich bitte an das Familienzentrum.



PSYCHOLOGISCHE BERATUNGSSTELLE

Die psychologische Beratungsstelle bietet Ihnen Gespräche für alle Lebensphasen an, d.h. Erziehungsberatung, Familienberatung, Trennungs- und Scheidungsberatung, Paarberatung, Lebensberatung etc. Für einen Beratungstermin der psychologischen Beratungsstelle im Familienzentrum, wenden Sie sich bitte an das Familienzentrum.



Beratungen

! Alle Beratungsangebote sind kostenfrei !

MALU e.V. – MITEINANDER ALLEIN ERZIEHEN BERATUNGSSTELLE FÜR ALLEINERZIEHENDE MÜTTER

Im persönlichen Gespräch suchen wir nach Lösungen zur Erleichterung im Erziehungsalltag.

Wir geben Input zu Erziehungsfragen und beraten zu Fachthemen, bieten neue Perspektiven und finden gegebenenfalls die richtigen Anlaufstellen.

Unsere Beratungen finden immer freitags nach vorheriger Anmeldung statt:

Anmeldung über:

	www.malu-ev.de
per Email:	beratung@malu-ev.de
telefonisch:	Yasmina Touchi: 0179-7388392
	Ursula Sachs: 0162-8992500
	gerne auch per WhatsApp!



Beratungen

AMILA – BERATUNGSSTELLE BEI HÄUSLICHER GEWALT

Ohne Gewalt leben. Sie haben ein Recht darauf! Wir helfen Ihnen und Ihren Kindern, einen gewaltfreien Weg zu finden, informieren und beraten Sie bei häuslicher Gewalt. Wir sind für Sie da, wenn Sie in Ihrer Beziehung etwas machen sollen, was Sie nicht wollen, Ihnen etwas verboten wird, wenn Sie kontrolliert, beschimpft, bedroht oder geschlagen werden.

Für einen Beratungstermin der Amila - Beratungsstelle bei Häuslicher Gewalt im Familienzentrum, wenden Sie sich bitte an das Familienzentrum oder an Amila - Beratungsstelle bei Häuslicher Gewalt.

Der Notruf ist abends von 20 Uhr bis 7 Uhr und an Wochenenden und Feiertagen rund um die Uhr erreichbar: Tel: (07031) - 222 066

AMILA – Beratungsstelle bei Häuslicher Gewalt
Stuttgarter Straße 17
71032 Böblingen



Telefon: (07031) – 632 808
info@amila-beratung.de
www.amila-beratung.de

THAMAR – BERATUNGSSTELLE GEGEN SEXUELLE GEWALT

Die Beratungsstelle gegen sexuelle Gewalt im Landkreis Böblingen hilft sowohl Mädchen, Jungen und Frauen als auch Angehörigen bei der Beendigung sexueller Gewalterfahrungen. Thamar bietet Beratung in Böblingen und Leonberg. In unserer Onlineberatung www.thamarhilfeclick.de finden Betroffene anonym und datengeschützt Hilfe.

Wenn Sie jemanden kennen, der betroffen ist oder Ihre Familie betroffen ist, wenden Sie sich bitte an das Familienzentrum oder an die thamar- Beratungsstelle gegen sexuelle Gewalt.

thamar- Beratungsstelle gegen sexuelle Gewalt
Stuttgarter Str. 17
71032 Böblingen
Telefon: (07031) - 222 066
beratungsstelle@thamar.de
www.thamar.de



Der Notruf ist abends von 20 Uhr bis 7 Uhr und an Wochenenden und Feiertagen rund um die Uhr erreichbar: Tel: (07031) - 222066





HEBAMMENSPRECHSTUNDE

Die Schwangerschaft und Zeit nach der Geburt ist eine ganz besondere Phase im Leben einer Frau - eine Zeit voller Fragen und Veränderungen. Das Familienzentrum möchte für Sie in dieser Zeit da sein und bietet Ihnen Gespräche und Informationen über: Geburtshilfe, Kreißsaal, Wochenbett, Beratung bei Schwangerschaftsbeschwerden, Stillen u.v.m.

Die Sprechstunde wird von unserer Hebamme Shantala Schulze begleitet. Sie ist offen für alle Ihre Fragen und freut sich auf Sie.

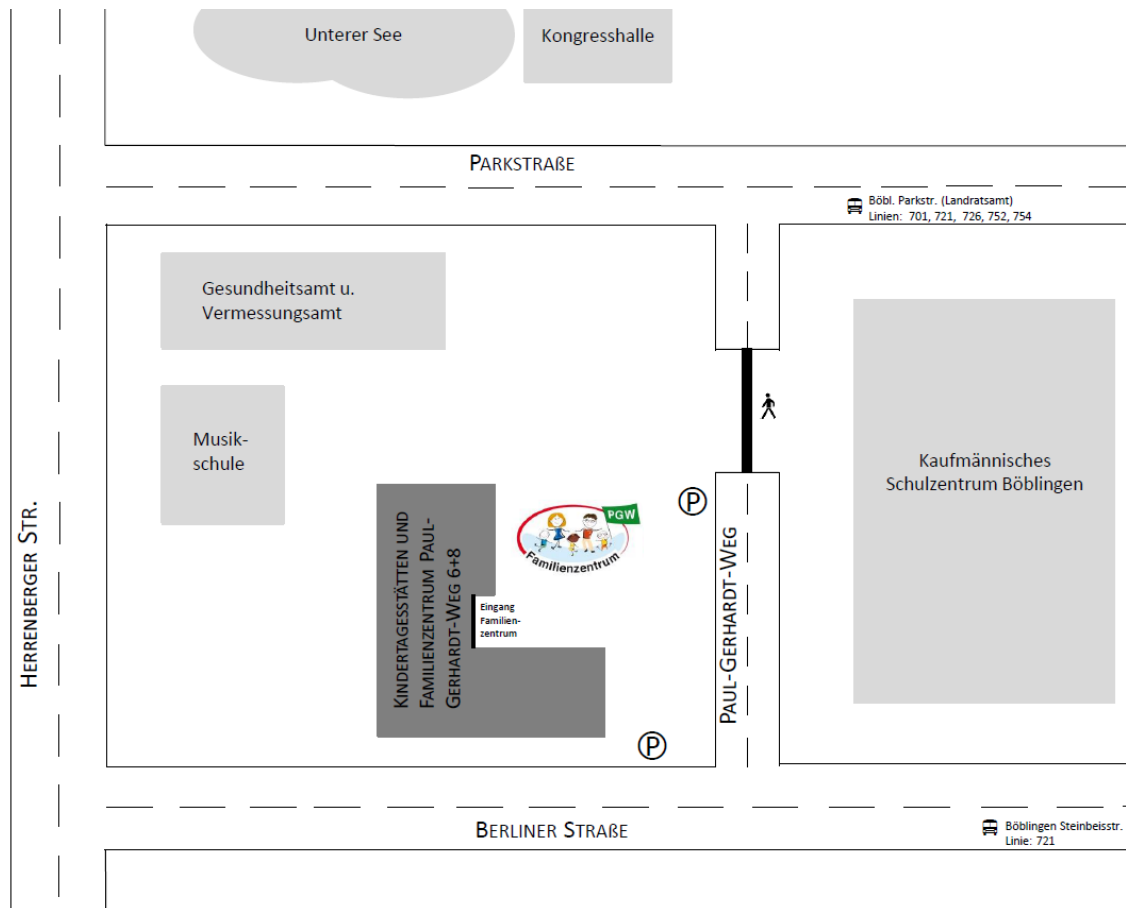
Termine: **regelmäßig donnerstags** (nur mit Termin)
Uhrzeit: 8.20 - 10.20 Uhr
Ort: Büro 2, Familienzentrum PGW
Anmeldung: unter 0170 - 4314103 oder



Bei Interesse bietet Shantala Schulze auch geburtsvorbereitende Akupunktur an. Diese beinhaltet 4 Sitzungen je 20 Minuten (Kosten: 80 €; 4x20 €). Dies wird nicht von den Krankenkassen übernommen.



So erreichen Sie uns



Andrea Sieber

Leitung des Familienzentrums

Tel.: (07031) – 669 2421

Familienzentrum-pgw@boeblingen.de

www.boeblingen.de



Bürozeiten:

Mo bis Do: 9.00 bis 12.00 Uhr

Anmeldungen:

Über das Familienzentrum (siehe oben).

Bitte **mindestens 7 Tage** vor Angebotsbeginn anmelden.

