

HEIMBRECHTSEKREISEL

Herbst - Winter 2026/2027

Workshops, Kurse und Vorträge für Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Fachkräfte



Diakonie Hochfranken
Helmbrechtser Kreisel

Friedrichstrasse 1 – 95233 Helmbrechts
Tel.: 09252 916219

E-Mail: helmbrechts.kreisel@diakonie-hochfranken.de

Individuelle Ermäßigung ist möglich, denn am Geld soll die Teilnahme nicht scheitern!
Um dies auch weiterhin ermöglichen zu können, freut sich der Verein „Freundeskreis Helmbrechtser Kreisel e.V.“
immer über neue Mitglieder und finanzielle Unterstützung.

ElternSchule

Elternführerschein für werdende Eltern

Die Zeit der Schwangerschaft nutzen, um nach der Geburt die Signale des Babys zu verstehen und ihm von Anfang an Sicherheit und Geborgenheit zu geben.

MI, 19:00 – 21:00 Uhr, Dauer: Treffen, 1 x monatlich – Module 1-6 wählbar

Leitung: Nicole Vogel, Sozialpädagogin B.A., Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen des Landratsamtes Hof

Anmeldung per Mail oder telefonisch 09281 72119
nicole.vogel@landkreis-hof.de

Gebühr: kostenlos

Kindergarten für Einsteiger 0-7 Jahre

Ein Vormittag mit Spielen, Angeboten, gemeinsamer Brotzeit und viel Spaß zur Vorbereitung auf den Kindergarten. Eltern treffen finden gleichzeitig statt!

Jeweils donnerstags – 14:00 – 15:30 Uhr

Leitung: Mine Gümüstekin-Jaballah, Kita-Einstieg Landkreis Hof
Information und Anmeldung: 09281 7329001- 0178 6033565

Gebühr: kostenlos

FÜR ELTERN UND ANGEHÖRIGE

Selbstverletzendes Verhalten bei Jugendlichen verstehen, begleiten und unterstützen

Wenn Jugendliche sich selbst verletzen, sind Eltern und Angehörige häufig verunsichert. Sie erleben Sorgen, Ängste und viele offene Fragen: Warum macht mein Kind das? Wie kann ich helfen?

Was sollte ich sagen – und was besser nicht?

Selbstverletzendes Verhalten dient bei Jugendlichen oft als Ausdruck einer starken seelischen Belastung oder als Versuch, mit überwältigenden Gefühlen umzugehen.

Themen des Vortrags:

- Was bedeutet selbstverletzendes Verhalten?
- Warum verletzen sich Jugendliche selbst?
- Wie können Gespräche gelingen?
- Was hilft im Alltag – und was eher nicht?
- Wann ist professionelle Unterstützung sinnvoll?

Ziel ist es, Eltern und Angehörigen mehr Sicherheit im Umgang mit dem belastenden Thema zu geben und Mut zu machen, betroffene Jugendliche einfühlsam zu begleiten.

DO, 22.10.2026 – 19 – 20:15 Uhr

Referent: Andreas Buheitel, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut
Gebühr: kostenlos

KreiselKulinarik



Herbsteintopf ab 6 J.

Der Kreisel kocht – Kreiere mit uns einen leckeren Herbsteintopf, zubereitet mit regionalen, frischen Produkten! Genieße dieses selbsthergestellte, heißes Soufflé direkt im Anschluss!

MO, 26.10.2026 – 16 Uhr

Kursleitung: Katharina Zeh, Erzieherin

Gebühr: 10 Euro

Weihnachtsbäckerei ab 6 J.

Auf die Plätzchen, fertig, los!
Gemeinsam zaubern wir leckeres Weihnachtsgebäck, schlürfen heißen Kakao und stimmen uns auf die Adventszeit ein!

FR, 20.11.2026 – 14:30 Uhr

Kursleitung: Katharina Zeh, Erzieherin

Gebühr: 10 Euro

KreiselKunstAtelier

Kreative Weihnachtswerkstatt ab 6 J.

Du bist noch auf der Suche nach einem Weihnachtsgeschenk für deine Liebsten?
Dann lass uns gemeinsam ein ganz individuelles Present anfertigen!

FR, 11.12.2026 – 15 Uhr

Kursleitung: Katharina Zeh, Erzieherin

Gebühr: 10 Euro

"Schreiben wie ein Graffiti-Künstler" ab 8 J.

Wir möchten uns gemeinsam anschauen, wie Graffiti-Künstler ihre Buchstaben gestalten. In einem Mini-Kurs lernst du selbst, wie eigene Buchstaben gestaltet werden können und zeichnest am Ende Eueren eigenen Namen mit Markern auf eine Leinwand.

FR, 29.01.2027 – 15 – 17 Uhr

Kursleitung: Daniel Trzcielinski

Gebühr: 5 Euro



KreiselMiteinander

Kreisel-Flohmarkt

Stöbern, Entdecken und Sparen!

Freut euch über eine große Auswahl rund ums Thema „Kind“. Ob gut erhaltene Kinderkleidung, Bücher, Spielsachen, Fahrzeuge, Baby und Kinderzubehör sowie viele weitere tolle Sachen. Lust? Dann bucht euch einen Tisch und verkauft alles, was ihr nicht mehr brauchen könnt und andere sich darüber freuen.

SA, 28.11.2026 – 10 bis 13 Uhr

Tischgebühr: 5 Euro

KreiselMusik

„My heart beats like a jungle Drum“ ab 6 J.

Cajon und Djembe warten auf Dich. Spiele im Schnellstartmodus deine Lieblingsongs... Steige ein, auch ohne Vorkenntnisse 🥁

FR, 22.01.2026 – 15 Uhr

Kursleitung: Christian vom Klanghof

Gebühr: 10 Euro



KreiselKinderKärwa

SAVE THE DATE

„Wer hat Kärwa? Mir ham Kärwa“

Unter diesem Motto laden wir euch zu einem spannenden Nachmittag in den Kreisel ein. Neben einer Ausstellung zum Thema „Kinderrechte“ erwarten euch auch einige Kinder-Mitmach-Aktionen.

Ein kleines kulinarisches Angebot sorgt für das leibliche Wohl. Und während ihr beschäftigt seid, können eure Eltern unseren Förderverein „Helmbrechtser Kreisel e.V.“ kennenlernen.

Wir freuen uns auf euch am 08.10.2026 ab 15 Uhr

KreiselEntspannung

Mindful Moments für Erwachsene

Mehr Ruhe. Mehr Energie. Mehr Lebensqualität.

Die Herbst- und Wintermonate sind die perfekte Zeit, um innezuhalten, neue Kraft zu schöpfen und sich selbst etwas Gutes zu tun. Lassen Sie den Stress des Alltags hinter sich und entdecken Sie Wege zu mehr Gelassenheit, innerer Stärke und Wohlbefinden.

Unsere Kurse in Achtsamkeit, Meditation, Progressiver Muskelentspannung, Yoga Nidra sowie Stress- und Burnout-Prävention helfen Ihnen, zur Ruhe zu kommen, Ihre Resilienz zu stärken und neue Energie für die Herausforderungen des Lebens zu gewinnen. Schenken Sie sich Zeit für sich selbst – für mehr Balance, Entspannung und Lebensfreude.

Starten Sie entspannt, gestärkt und voller neuer Kraft in die kalte Jahreszeit.

MI, 07.10.2026 – MI, 04.11.2026

MI, 16.12.2026 – MI, 13.01.2027

jeweils 18 - 20 Uhr

Kursleitung: Andrea Vödisch

Gebühr pro Termin: 25 Euro



Gemeinsam abschalten und die Seele baumeln lassen ab 6 J.

Eine Entspannungsreise mit Kindern ist eine besondere Gelegenheit, dem hektischen Alltag zu entfliehen und gemeinsam zur Ruhe zu kommen.

Schulstress, Hobbys und der tägliche Medienkonsum können auch bei den Kleinsten zu Anspannung führen.

Eine bewusste Auszeit in einer ruhigen Umgebung hilft nicht nur, Stress abzubauen, sondern fördert auch:

- Gemeinsame Qualitätszeit: Unbeschwerte Momente ohne Ablenkung stärken das Bewusstsein für die eigenen Bedürfnisse
- Achtsamkeit lernen: Kinder können spielerisch lernen, im Hier und Jetzt zu sein – sei es beim Lauschen verschiedener Klänge, bei bewusstem Atem und Momenten der Ruhe
- Kreativität: Eine entspannte Atmosphäre regt Kinder dazu an, kreativ zu sein, auch im Sinne dessen, was in der Fantasie entsteht.

DO, 04.02.2027 – 16 Uhr

Kursleitung: Jennifer Keil, Kindheitspädagogin B.A.

Gebühr: 10 Euro

KreiselOnTour

Auf der Suche nach Weihnachten am Waldstein im schönen Fichtelgebirge ab 6 J.

Ein unvergessliches Abenteuer

Die Vorweihnachtszeit ist die magischste Zeit des Jahres. Macht euch gemeinsam mit uns auf eine Reise am schönen Waldstein, um Lichter, Düfte und den Zauber der Weihnacht zu entdecken.

SA, 05.12.2026 – 11 Uhr

Kursleitung: Jennifer Keil, Kindheitspädagogin B.A.

Gebühr: 8 Euro

KreiselKinderKurse

„Stark fürs Leben“ ab 6 J.

Resilienz ist ein unsichtbarer Superheldenumhang. Sie hilft Kindern Herausforderungen zu meistern, Rückschläge zu verkraften und mit neuem Mut weiterzumachen. Lasst uns gemeinsam unsere Stärken stärken und den Superheldenumhang größer werden.

FR, 19.02.2027 – 15 Uhr

Kursleitung: Katharina Zeh, Erzieherin,
Jennifer Keil, Kindheitspädagogin B.A.

Gebühr: 10 Euro

Trennungs- und Scheidungskindergruppe

Gerne informieren wir über unser etabliertes Angebot der Trennungs- und Scheidungskindergruppe. Eltern, Fachkräfte und Interessierte können jederzeit das Angebot nutzen, sich das Konzept vorstellen zu lassen und die Kinder auf die Anmelde- und altersspezifische, regelmäßig stattfindende Gruppen aufnehmen zu lassen.

Ansprechpartner: Jennifer Keil, Kindheitspädagogin B.A.