



PROGRAMM JANUAR - JULI 2026

Kurse, offene Treffs und vieles mehr...

PROGRAMMHEFT FÜR MENSCHEN
AUS BAD HOMBURG V. D. HÖHE



Bildung - Beratung - Begegnung
Begleitung - Beteiligung



Willkommen

Schönen guten Tag,

in der heutigen Zeit ist das Miteinander der Menschen von größter Bedeutung. Viele Dinge erzeugen Verunsicherung oder Angst – was nachvollziehbar ist. Doch lassen Sie uns auf das schauen, was wir bereits haben oder erreichen können: die Gemeinschaft.

Gemeinsam mit anderen sind wir oft in der Lage, große Herausforderungen zu meistern und Probleme oder Konflikte sowohl allein als auch mit Unterstützung zu bewältigen.

Orientiert an dieser Haltung haben wir im Stadtteil- und Familienzentrum Mitte ein buntes und vielfältiges Angebot in Zusammenarbeit mit unseren Partnern für Sie zusammengestellt. Unser Angebot richtet sich ganz nach den Bedürfnissen und Wünschen der Menschen, die im Stadtteil wohnen und leben.

Wir laden Sie herzlich ein, uns und unsere Angebote zu besuchen. Vertrauen Sie darauf, dass wir Ihnen auch in schwierigen Situationen und Momenten zur Seite stehen – sei es mit einem offenen Ohr oder mit hilfreicher Beratung/Unterstützung.

Ansprechpartner



Leitung Stadtteil- und Familienzentrum Mitte

Daniel Matuschewski

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte

06172/2657388

sfz.mitte@bad-homburg.de

Beirätin

Ursula Villwock

DRK Hochtaunus

Beirätin

Kristine Schmidt

Kita Bahnhofsstraße

Was machen wir?



Das Stadtteil- und Familienzentrum Mitte vereint zahlreiche Institutionen mit dem Ziel, Angebote in den Bereichen Bildung, Beratung, Betreuung, Begleitung und Beteiligung zu schaffen.

Dank der guten Vernetzung dieser Institutionen haben Sie als Bewohnerinnen und Bewohner Zugang zu einem Zentrum, das verschiedene Treffpunkte, Vorträge, Fortbildungen und vieles mehr bietet.

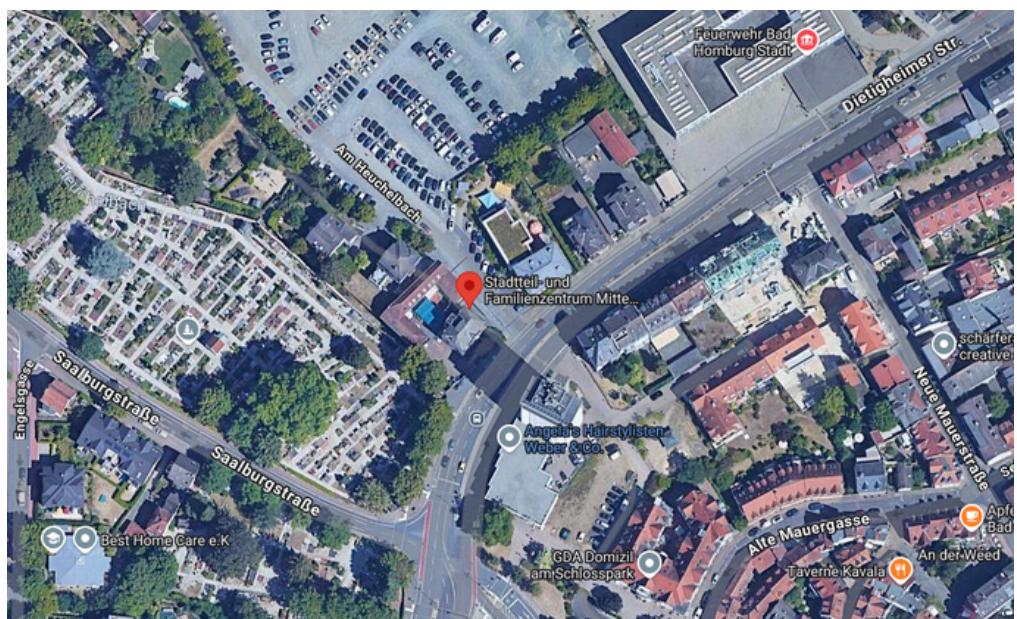
In unserem Zentrum fördern wir das Miteinander der Generationen. Eine Vielzahl von Angeboten für alle Altersgruppen und für unterschiedlichste Bedürfnisse ergänzt unser Programm. Diese Veranstaltungen finden sowohl einmalig als auch regelmäßig statt und stehen allen interessierten Bewohnerinnen und Bewohner des Stadtteils offen.

Ihre Anfahrt zu uns!

Hausadresse:
Dietigheimer Straße
24
61350 Bad Homburg

Parkplatzadresse:
Am Heuchelbach 1
61350 Bad Homburg

Der Haupteingang des SFZ's befindet sich in der Straße "Am Heuchelbach". Nebeneingang (bei Veranstaltungen auch in der Dietigheimer Straße).



ÖPNV Anfahrt:
"Untertor/Friedhof"
Linie 1, 11, 261, 4 und X26

ÖPNV Anfahrt:
"Ritter von Marx Brücke"
Linie 1, 11, 2, 12, 261, 4, 6 und 7

ÖPNV Anfahrt:
"Höhestraße"
Linie 1, 11, 2, 12, 261, 3, 6 und 7

Ihr Weg zu uns ins Haus



Weg
Richtung
Parkplatz
laufen



Brücken-
zugang
nutzen



nach der
Brücke
direkt links
durch die
weiße Tür

Hier finden Sie das Büro der
SFZ-Leitung, der Frühen
Hilfen, sowie den
Dialograum, den Raum der
Stärkung und den
Seminarraum.

Sollten Sie einen
barrierefreien Zugang
benötigen, rufen Sie uns bitte
kurz vor Ihrem Besuch an.

BERATUNG

ZU THEMEN IM ZUSAMMENLEBEN VON ELTERN, KINDERN UND JUGENDLICHEN

Beschreibung:

Sie haben Fragen zu Themen rund um die Erziehung? Ihr Kind hat Wutanfälle und Sie wissen nicht warum? Ihr Kind hat Kummer und braucht bei der Bearbeitung diverser Themen Unterstützung?

Dann wenden Sie sich vertrauensvoll an die Kolleginnen und Kollegen der Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche.

Die Beratung findet in entspannter Atmosphäre im Stadtteil- und Familienzentrum Mitte statt.

Termine:

Termin nach Vereinbarung

Terminvereinbarung:

Daniel Matuschewski
Tel: 06172/2657388
Mail: sfz.mitte@bad-homburg.de

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietzheimer Straße 24
61350 Bad Homburg



kostenfrei

Weitere Informationen:



**Beratungsstelle für Eltern,
Kinder und Jugendliche**
<https://kurzlinks.de/wzvf>



**Stadtteil- und
Familienzentrum Mitte**
<https://kurzlinks.de/7yr6>



BAD HOMBURG
VOR DER HÖHE

STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG **Mitte**

BERATUNG

ZU THEMEN IN BEZUG AUF DIE DEUTSCHE RENTENVERSICHERUNG



Beschreibung:

Frau Neumann berät Sie zu Ihren Anträgen für die Deutsche Rentenversicherung und hilft bei Fragen (Rentenangelegenheiten, Kontenklärung, Erziehungszeiten, etc.) weiter.
Nicht nur für Senioren interessant, sondern auch für Jüngere zur frühzeitigen Kontenklärung.

Ein Angebot der Deutschen Rentenversicherung für Versicherte die Pflicht- oder freiwillige Beiträge zur Deutschen Rentenversicherung zahlen.

Keine private Rentenversicherung.

Termine:

immer Montagvormittag
Termine nach Vereinbarung

Terminvereinbarung:

Monika Neumann
Tel. 0176-51990428

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietigheimer Straße 24
61350 Bad Homburg

Weitere Informationen:



**Stadtteil- und
Familienzentrum Mitte**
<https://kurzlinks.de/7yr6>



**Deutsche
Rentenversicherung**



STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG Mitte

BEWERBUNGSHILFE BAD HOMBURG

HILFESTELLUNG BEIM SCHREIBEN VON LEBENSLAUF UND ANSCHREIBEN

Beschreibung:

Bitte bringen Sie eine konkrete Stellenausschreibung, mindestens aber einen konkreten Berufswunsch mit. Ein Team aus freiwillig Engagierten unterstützt beim Formulieren des Lebenslaufs und Anschreibens. Das Angebot ist kostenlos und vertraulich. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Termin:

dienstags von 15.30 - 17:30 Uhr
außer in den Schulferien

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietzheimer Straße 24
61350 Bad Homburg

Kontakt:

Stadtteil- und Familienzentrum
Berliner-Siedlung/Gartenfeld
Sandra Varnhorn
Tel: 0151 705 424 69
Mail: sandra.varnhorn@caritas-taunus.de

Weitere Informationen:



**Stadtteil- und
Familienzentrum Mitte**
<https://kurzlinks.de/7yr6>



CAFÉ VORLAUF

BEGEGUNGSANGEBOT FÜR DIE ELTERN DES VORLAUFKURSES IN DER MARIA-SCHOLZ-SCHULE

Beschreibung:

Ein offener Café-Treff für alle Eltern, deren Kinder im Vorlaufkurs der Maria-Scholz-Schule sind. Wir laden Sie herzlich ein, sich in einer entspannten Atmosphäre mit anderen Eltern und auch Fachkräften auszutauschen. Bei einer Tasse Kaffee oder Tee können Sie die Wartezeit gut überbrücken.

Termine:

05.02. / 19.02. / 05.03. / 19.03. /
16.04. / 30.04. / 28.05. / 11.06. /
25.06. von 08:00 - 08:50 Uhr

Ort:

Maria-Scholz-Schule
Foyer
Schwalbacherstraße 7
61350 Bad Homburg

Weitere Informationen:



**Stadtteil- und
Familienzentrum Mitte**
<https://kurzlinks.de/7yr6>



COACHING

FÜR BERUFLICHE PROBLEMLAGEN UND ANGELEGENHEITEN

Beschreibung:

Coaching kann helfen, wenn man beruflich auf der Stelle tritt und nach Strategien zur Bewältigung dieses Zustandes sucht. Das Coaching kann dabei schnell, einfach, unkompliziert Denkanstöße geben. Es schafft Reflexionsräume und ermöglicht ein tieferes Verstehen beruflicher Realität.



Termine:

Termin nach Vereinbarung

Terminvereinbarung:

Daniel Matuschewski
Tel: 06172/2657388
Mail: sfz.mitte@bad-homburg.de

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietzheimer Straße 24
61350 Bad Homburg

Coach:

Annette Vorpahl M.A.
(Coach, Supervisorin, Mediatorin,
Trainerin)

Weitere Informationen:



Annette Vorpahl
Beratung auf den Punkt
<https://kurzlinks.de/eg10>



**Stadtteil- und
Familienzentrum Mitte**
<https://kurzlinks.de/7yr6>

FAMILIENAUFSTELLUNGEN

LÖSUNGSANSÄTZTE DURCH RAUMAUFSTELLUNGEN



120€
p. Person

Beschreibung:

Bei der Systemischen Familienaufstellung in einer Gruppe werden einzelne Personen stellvertretend für Familienmitglieder, andere Personen, Gefühle und auch spezielle Themen im Raum positioniert (aufgestellt) und miteinander in Beziehung gesetzt. Dadurch werden die Beziehungen untereinander, Konflikte und Probleme, berufliche Anliegen, Ziele, etc. vom Stellvertretenden gefühlt. Somit werden neue Perspektiven und Lösungsansätze geschaffen. Möglich sind eigene Anliegen und Stellvertreterrollen.

Termine:

nach Vereinbarung

Kontakt:

Ulrike Trompeter,
Systemische Familientherapeutin
0170 -2836510
aufstellung-fz@ulrike-trompeter.de

Info:

Vergünstigter Preis nach Rücksprache möglich

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietzheimer Straße 24
61350 Bad Homburg



FAMILIENFEST ZUM WELTKINDERTAG

SAFE THE DATE

Beschreibung:

Jedes Jahr am letzten Samstag im September veranstaltet Bad Homburg ein Familienfest zum Weltkindertag.

Unter einem jährlich wechselnden Motto laden die Frühen Hilfen der Stadt Bad Homburg sowie das Stadtteil- und Familienzentrum Mitte gemeinsam mit zahlreichen Partnern zu vielfältigen Mitmachangeboten für Kinder und Jugendliche ein. Zudem gibt es Informationsstände, um sich über die verschiedenen Angebote für Familien zu informieren.

Termin:

Sa, 26.09.2026 von 11:00 - 16:00 Uhr

Kontakt:

Daniel Matuschewski
Tel: 06172/2657388
Mail: sfz.mitte@bad-homburg.de

Ort:

Kurhausvorplatz
Louisenstraße 69
61350 Bad Homburg



kostenfrei

Weitere Informationen:



**Stadtteil- und
Familienzentrum Mitte**
<https://kurzlinks.de/7yr6>



BAD HOMBURG
VOR DER HÖHE

STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG **Mitte**



FRÜHE HILFEN

SIE SIND WERDENDE ELTERN ODER HABEN EIN KIND IM
ALTER ZWISCHEN 0 UND 3 JAHREN

Beschreibung:

Haben Sie Fragen?
Brauchen Sie Rat?
Brauchen Sie Hilfe?
Suchen Sie Unterstützung?

Für Bad Homburger Familien gibt es die Frühen Hilfen.

Wir unterstützen und beraten Sie:

- zur Entwicklung Ihres Kindes
- zum gesunden Aufwachsen
- zum Umgang mit dem Baby
- zur Bewältigung des Alltags
- bei der Suche nach Spielgruppen
- bei Anträgen und im Umgang mit Behörden
- bei der Suche nach Kinderbetreuung
- in besonderen Krisen / in schwierigen Zeiten
- wenn Ihr Baby viel schreit

Wir können Ihnen helfen!

Kontaktieren Sie uns gerne!

Termine nach Vereinbarung möglich!

Barbara Martens

(Frühe Hilfen und Baby-Begrüßung)

Tel.: 06172 / 90 83 176

Mobil: 0172 / 67 57 803

Mail: barbara.martens@bad-homburg.de



kostenfrei

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietigheimer Straße 24
61350 Bad Homburg
oder auch gerne bei Ihnen zu Hause

Weitere Informationen:



Frühe Hilfen

<https://kurzlinks.de/8r4n>



STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG **Mitte**

FRÜHSTÜCK

FÜR ALLEINERZIEHENDE UND GLEICHGESINNTE



Beschreibung:

Alleinerziehende stehen vor vielen Herausforderungen, die sie zumeist alleine bewältigen müssen.

Bei einem Frühstück in gemütlicher Atmosphäre können Sie entspannen, sich austauschen, Erfahrungen teilen, sich vernetzen sowie mit Fachkräften ins Gespräch kommen.

Eine Kinderbetreuung ist möglich!

Termine:

immer am letzten Samstag im Monat
31.01. / 28.02. / 28.03. / 25.03. /
25.04. / 30.05. / 27.06. / 25.07.
jeweils 10:00 - 12:00 Uhr

Kontakt:

Daniel Matuschewski
Tel: 06172/2657388
Mail: sfz.mitte@bad-homburg.de

Leitung: Kathia Göcking

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietigheimer Straße 24
61350 Bad Homburg

Weitere Informationen:



**Stadtteil- und
Familienzentrum Mitte**
<https://kurzlinks.de/7yr6>

GUT VORBEREITET INS ELTERNSEIN

ALLE FORMULARE AUF EINEN BLICK

Beschreibung:

Dieser informative Vortrag richtet sich an alle werdenden Eltern (verheiratet, unverheiratet oder alleine), die Bürokratie und Stress minimieren wollen. Gemeinsam besprechen wir, welche Formulare und Anträge rechtzeitig wo und wie gestellt werden sollten, um einen reibungslosen Übergang in die neue Lebensphase zu gewährleisten. Sie bekommen eine ausführliche Übersicht und wissen hinterher ganz genau, welche Dokumente Sie wofür brauchen und wann alles abgeschickt werden kann. Nutzen Sie außerdem die Gelegenheit Ihre Fragen direkt an die Referentin zu stellen - so starten Sie garantiert gut vorbereitet und sorgenfrei in die aufregende Zeit des Elternseins.

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietigheimer Straße 24
61350 Bad Homburg

Termine:

Mittwoch 15.04.2026
19:00 – 20:30 Uhr

Kontakt und Anmeldung:

Pia König
kontakt@pia-koenig.de



10 €
p. Person

Referentin: Pia König

Weitere Informationen:



Pia König
<https://kurzlinks.de/taej>



**Stadtteil- und
Familienzentrum Mitte**
<https://kurzlinks.de/7yr6>



HERZENSKUNST

KINDER DRÜCKEN SICH KREATIV AUS



kostenfrei*



Beschreibung:

Herzkunst ist ein kreatives Projekt für Kinder. Hier steht das Malen mit dem Herzen im Mittelpunkt. Die Kinder lernen, Farben zu entdecken und ihre Fantasie frei auszudrücken. So entsteht Kunst, die Freude schenkt und Freundschaft stärkt.

*Es fällt ein Selbstkostenanteil für die Materialien an.

Termine:

letzter Samstag im Monat

Kontakt:

Olga Peters
Tel: 0172/9551459
olga.peters.2@web.de

Wegen Begrenzter Teilnehmerzahl ist eine vorige Anmeldung nötig!

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietzheimer Straße 24
61350 Bad Homburg

Weitere Informationen:



**Stadtteil- und
Familienzentrum Mitte**
<https://kurzlinks.de/7yr6>



**Deutsche
Rentenversicherung**



STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG **Mitte**

INTERNATIONALER FRAUENTREFF

TREFFPUNKT FÜR FRAUEN AUS ALLER WELT

Termine:

immer am 2. und 4. Mittwoch im Monat
14.01. / 28.01. / 11.02. / 25.02. / 11.03.
/ 25.03. / 22.04. / 13.05. / 27.05. /
10.06. / 24.06.
jeweils 09:30 - 11:30 Uhr

Leitung: Ingrid Heinen

Kontakt:

Daniel Matuschewski
Tel: 06172/2657388
Mail: sfz.mitte@bad-homburg.de

Beschreibung:

Das Internationale Frauenzimmer macht es Frauen möglich:

- sich kennen zu lernen und Nachbarschaft zu leben
- ins Gespräch zu kommen und dabei die Vielfalt verschiedener kultureller Lebensweisen zu entdecken
- gemeinsam etwas zu unternehmen und dabei mehr über die Angebote in Bad Homburg v. d. Höhe zu erfahren
- eigene Themen einzubringen und von anderen Frauen zu profitieren.

Gleichzeitig verbessern und erweitern Sie Ihre Sprachkenntnisse.

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietzheimer Straße 24
61350 Bad Homburg

Weitere Informationen:



Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
<https://kurzlinks.de/7yr6>

kostenfrei



BAD HOMBURG
VOR DER HÖHE

STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG **Mitte**

KRABBELDECKEN-KONZERT

FÜR ELTERN MIT KINDERN VON 0-3 JAHREN



Weitere Informationen:



**Stadtteil- und
Familienzentrum Mitte**
<https://kurzlinks.de/7yr6>

Beschreibung:

„Die Katze tanzt“

Alle Tiere wollen mit Minni Mieze, der Katze tanzen. Aber die tanzt lieber allein, bis Schnurrdiburr, der schwarze Kater auftaucht.

Viele kurze Musikstücke, gespielt von einer Solo-Geige, illustrieren die Geschichten.

Bitte bringen Sie zum Termin eine eigene Decke zum auf den Boden legen mit.

Dauer zirka 30-45 Minuten

Termin:

Samstag, 24.01.2026 um 10:30 Uhr

Um eine kurze formlose Anmeldung per Mail an sfz.mitte@bad-homburg.de wird gebeten.

Kontakt:

Daniel Matuschewski
Tel: 06172/2657388
Mail: sfz.mitte@bad-homburg.de

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietzheimer Straße 24
61350 Bad Homburg



UNSER ZENTRUM



STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG **Mitte**

UNSER ZENTRUM



STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG **Mitte**

MUSIKUNTERRICHT

DER MUSIKSCHULE DER VHS BAD HOMBURG

Musikkurse im Stadtteilzentrum Mitte:

Angebote für Alle: z. B. Gitarre, E-Gitarre, E-Bass, Keyboard, Schlagzeug, Percussion, Klavier, Cello, Gesang, Musiktheorie, Bandcoaching

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietigheimer Straße 24
61350 Bad Homburg

Termine:

Terminvergabe über die
VHS-Musikschule

Kontakt:

Tel.: 06172 9257-13
musikschule@vhs-badhomburg.de

Weitere Informationen:



VHS-Musikschule
<https://kurzlinks.de/iu3f>



Volkshochschule-Musikschule
Bad Homburg v. d. Höhe



OFFENE SPRECHSTUNDE

UNTERSTÜTZUNG BENÖTIGT? SPRECHEN SIE UNS GERNE AN!

Sie haben ein Anliegen und wissen nicht an wen Sie sich wenden können?

Wir helfen Ihnen gerne weiter und wissen, wo Sie Unterstützung finden.

Unser großes Netzwerk aus zahlreichen Institutionen steht Ihnen gerne mit Rat und Tat zur Seite.
Nähere Informationen bei Herrn Matuschewski.

Termin:
dienstags 14:00 - 16:00 Uhr

Kontakt:
Daniel Matuschewski
Tel: 06172/2657388
Mail: sfz.mitte@bad-homburg.de



Ort:
Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
SFZ-Büro
Dietigheimer Straße 24
61350 Bad Homburg

Weitere Informationen:



Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
<https://kurzlinks.de/7yr6>



OFFENER CAFÉ-TREFF MITTE

TREFFPUNKT FÜR ALLE GENERATIONEN ZUM AUSTAUSCH UND KENNENLERNEN

Beschreibung:

Ein offener Café-Treff für alle Generationen.

Wir laden Sie herzlich ein in einer gemütlichen Atmosphäre in unserem Haus zusammenzukommen und andere Menschen kennenzulernen.

Dabei möchten wir den Austausch untereinander, sowie mit Fachkräften fördern.

Termine:

23.01. / 06.02. / 20.02. / 06.03. /
20.03. / 17.04. / 08.05. / 19.06.
jeweils von 15:00 - 16:30 Uhr

Kontakt:

Daniel Matuschewski
Tel: 06172/2657388
Mail: sfz.mitte@bad-homburg.de

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietzheimer Straße 24
61350 Bad Homburg

Weitere Informationen:



**Stadtteil- und
Familienzentrum Mitte**
<https://kurzlinks.de/7yr6>



SCHLAFCOACHING UND - BERATUNG

FÜR BABYS UND KLEINKINDER (0-3 JAHRE)



Terminvereinbarung:

Caroline Wacker
zertifizierte(r) Schlafcoach und -beraterin für Babys und Kleinkinder
Telefon: +49 15129533620
E-Mail: caro@schlafgutmama.de

Weitere Informationen:



Caroline Wacker:
SchlafgutMama
<https://kurzlinks.de/t713>



**Stadtteil- und
Familienzentrum Mitte**
<https://kurzlinks.de/7yr6>

Beschreibung:

Caro von SchlafGutMama begleitet Familien auf dem Weg zu besserem Baby- und Kleinkindschlaf. In persönlichen Beratungsstunden oder einem Coaching, bei welchem die Familie über mehrere Wochen begleitet wird, können Ursachen von Schlafherausforderungen identifiziert und sanft gelöst werden. Im Zentrum stehen dabei immer die individuellen Bedürfnisse von Kind und Eltern. Neben persönlichen Beratungs- und Coachingstunden finden auch regelmäßige Webinare und Workshops – live vor Ort oder online – statt, um Wissen rund ums Thema Baby- und Kleinkindschlaf liebevoll zu vertiefen.

Termine:

Termine nach Vereinbarung
Webinare und Workshops werden auf der Website und/oder Instagram bekannt gegeben

Ort:

Online via Zoom oder nach Absprache vor Ort (im Familienzentrum oder bei Ihnen zu Hause)



SELBSTHILFEGRUPPE

FÜR UNGEWOLLT KINDERLOSE MENSCHEN

Stell Sie sich vor, in einem Raum zu sein, in dem nur ungewollt kinderlose Menschen sind: Menschen, die es aus eigener Erfahrung kennen, wie schwer und traurig es sein kann, Schwangere, Kinder und/oder Familien zu sehen, Mitteilungen über Geburten zu bekommen – wie viele unterschiedliche Gefühle dies auslösen kann...

Die Gruppe ist offen für alle Einzelpersonen, ob Single, in Partnerschaft oder etwas dazwischen, die dauerhaft kinderlos sind, und auch nicht (mehr) versuchen, Kinder zu bekommen (unabhängig davon, auf welchem Weg).



Sind Sie auch ungewollt kinderlos? Unabhängig davon, ob nach verschiedenen Versuchen, aufgrund der Umstände oder aus anderen Gründen? Dann finden Sie hier Menschen, die Sie verstehen, Sie sind nicht alleine!

Wir reden, hören zu und können auch gemeinsam lachen. Unsere Treffen sind für uns ein sicherer, nicht wertender, sondern verständnisvoller Raum, in dem wir uns gesehen und verstanden fühlen können.

Termin:
montags um 18:30 Uhr

Ort:
Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietzheimer Straße 24
61350 Bad Homburg

Anmeldung und weitere Infos:
CNBC-frankfurt@web.de

Kontakt:
Daniel Matuschewski
Tel: 06172/2657388
Mail: sfz.mitte@bad-homburg.de

Weitere Informationen:



**Stadtteil- und
Familienzentrum Mitte**
<https://kurzlinks.de/7yr6>



SENIORENGYMNASTIK

GEMEINSAM KÖRPERLICH FIT



kostenfrei



Weitere Informationen:



**Deutsches Rotes Kreuz
Hochtaunus**
<https://kurzlinks.de/lbpt>

Beschreibung:

Dieses Programm umfasst eine Reihe von Übungen, die darauf abzielen, die Beweglichkeit, Kraft, Koordination und das Gleichgewicht zu fördern. Die Übungen sind sanft und schonend, um Verletzungen zu vermeiden, und können an die individuellen Fähigkeiten und Bedürfnisse der Teilnehmende angepasst werden.

Termine:

immer dienstags
jeweils 10:00 - 11:00 Uhr

Kontakt:

Kathrin Kiefer
06172 1295-240
k.kiefer@drk-hochtaunus.de

Ort:

GDA Rind'sches Bürgerstift
Gymnasiumstraße 1-3
61348 Bad Homburg



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Kreisverband Hochtaunus e.V.

CAFÉ LEBENSFREUDE

WO ERFAHRUNG AUF BEGEGNUNG TRIFFT



kostenfrei

Beschreibung:

Willkommen im Café Lebensfreude!

Hier treffen sich Menschen im goldenen Lebensabschnitt, um gemeinsam schöne Stunden zu verbringen.

Bei Kaffee und Kuchen wird nicht nur genossen, sondern auch gelacht, Geschichten erzählt und gespielt.

Freuen Sie sich auf eine fröhliche Runde voller Lebensfreude, guter Gespräche und neuer Bekanntschaften.

Kommen Sie vorbei und machen Sie mit – wir freuen uns auf Sie!

Termine:

Ab 20. März 2026

immer der 2. und 4. Freitag im Monat
von 15:00 - 17:00 Uhr

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietigheimer Straße 24
61350 Bad Homburg

Kontakt:

Daniel Matuschewski
Tel: 06172/2657388
Mail: sfz.mitte@bad-homburg.de



Weitere Informationen:

**Stadtteil- und
Familienzentrum Mitte**
<https://kurzlinks.de/7yr6>



STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG Mitte

STARK UND SICHER

SELBSTBEHAUPTUNGSKURS FÜR KINDER VON 7 BIS 10 JAHREN

**IHRE KINDER LERNEN KONFLIKTE
SELBSTSICHER ZU KLÄREN, OHNE
GEWALT UND PROVOKATIONEN, SODASS
SIE STARK UND SICHER IN IHRE ZUKUNFT
GEHEN.**

Durch die Vereinigung von Gewaltprävention und Kampfkunst erreicht der Kursinhalt auch das introvertierteste Kind in der Gruppe. Am Ende des Kurses haben die Kinder gelernt, eigene Grenzen zu setzen, eigene Grenzen zu schützen und die Grenzen anderer zu akzeptieren.

Referent: Jerome Gravenstein

65 €
p. Kind



Jerome Gravenstein unterrichtet seit 2008 Kinder, um sie vor Mobbing zu schützen und auf Konfliktsituationen vorzubereiten. Seine Trainings fördern respektvollen Umgang und persönliches Wachstum. Als Schulleiter der WTPlus Akademie in Bad Homburg ist er auch Coach, Vater und Instruktor und bringt sein Programm seit 2016 sowohl für Kinder als auch für Erwachsene in Bad Homburg zum Einsatz.

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Treffpunkt im Innenhof
Dietigheimer Straße 24
61350 Bad Homburg

Termine:

30.01. / 06.02. / 13.02. / 20.02. /
27.02. / 06.03.
jeweils 15:00 - 15:45 und
16:00 - 16:45 Uhr

Anmeldung:

Die Anmeldung erfolgt über den
Buchungskalender des
Jugend-Förder-Verein Bad Homburg



**Jugend-Förder-Verein
Bad Homburg e.V.**
<https://kurzlinks.de/58is>



WINGTSUN
BAD HOMBURG



STADTTEILBANDS

GEMEINSAM ALS BAND PROBEN, MUSIZIEREN UND EINE TOLLE ZEIT GENIESSEN



Beschreibung:

Wer hat nicht schon einmal davon geträumt in einer Band zu spielen, den Sound gemeinsam zu fühlen und vor Publikum aufzutreten?

Unsere drei Stadtteilbands leben genau diese Gemeinschaft und suchen immer wieder Personen die Lust haben gemeinsam zu musizieren.

**Unsere drei Bands:
Shark-Express, People like us Bad Homburg und Attic-Rock**

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietzheimer Straße 24
61350 Bad Homburg

Kontakt:

Daniel Matuschewski
Tel: 06172/2657388
Mail: sfz.mitte@bad-homburg.de

Weitere Informationen:



Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
<https://kurzlinks.de/7yr6>



STILLEN UND WICKELN

WEGWEISER FÜR STILL- UND WICKELPLÄTZE IN BAD HOMBURG



Beschreibung:

Selbst bei optimaler Planung kann es manchmal dringend notwendig sein, einen geeigneten Platz zum Wickeln, Stillen und/oder Füttern zu finden.

Die Koordinationsstellen der Frühen Hilfen (Barbara Martens) und des Stadtteil- und Familienzentrums Mitte (Daniel Matuschewski) möchten Ihnen die Suche erleichtern. Aus diesem Grund haben sie einen Still- und Wickelwegweiser erstellt. In diesem Wegweiser finden Sie Geschäfte, Restaurants und Institutionen, die Ihnen sichere und angenehme Möglichkeiten bieten, Ihr Kind zu versorgen.

Orte auch in der Bad Homburg App (Stadtkarte) auffindbar.

Weitere Informationen:



Frühe Hilfen
<https://kurzlinks.de/8r4n>



**Stadtteil- und
Familienzentrum Mitte**
<https://kurzlinks.de/7yr6>



BAD HOMBURG
VOR DER HÖHE



STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG **Mitte**



SYSTEMISCHE BERATUNG

FÜR ALLE DIE VOR (EINER) NEUEN HERAUSFORDERUNG STEHEN

Beschreibung:

Unterstützung und Begleitung bei der Lösungssuche:

Zum Beispiel in Konflikten, Jobwechsel, Schulthemen, Unzufriedenheit mit der momentanen (Lebens-)Situation.
All das können Sie vertrauensvoll mit mir besprechen.

Mein Name ist Jennifer Janson-Hitzges, ich arbeite seit 13 Jahren im pädagogischen Bereich und bin Mutter von zwei Kindern.

Aus diesem Grund kenne ich viele Themen/Problemlagen und biete daher Beratungsstunden im SFZ Mitte an.

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietzheimer Straße 24
61350 Bad Homburg

Weitere Informationen:



**Stadtteil- und
Familienzentrum Mitte**
<https://kurzlinks.de/7yr6>

Termine nach Vereinbarung

Kontakt und Terminvereinbarung:
Jennifer Janson-Hitzges
0173/6128258
Jenny.Janson-Hitzges@web.de

Erster
Termin
kostenfrei



STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG **Mitte**

WILLKOMMENSCAFÉ

HERZLICHE EINLADUNG ZUM WILLKOMMENCAFÉ



kostenfrei

Ort:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietzheimer Straße 24
61350 Bad Homburg

Weitere Informationen:



**Stadtteil- und
Familienzentrum Mitte**
<https://kurzlinks.de/7yr6>

Beschreibung:

Wenn Sie noch keinen Hausbesuch hatten, erhalten Sie dort Ihre Info-Mappe und ein Begrüßungsgeschenk für Ihr Baby und außerdem

- können Sie bei Kaffee, Tee und Gebäck an
- dem Nachmittag andere Familien kennenlernen
- erhalten Sie Informationen zur Anmeldung und Aufnahme in Krippe/Tagespflege und Kindergarten
- lernen Sie Angebote und Unterstützungen für Ihr Leben mit dem Baby in Bad Homburg kennen
- erfahren Sie, was die einzelnen Stadtteil

Termin:

Samstag, 13. Juni 2026
14:00 - 16:00 Uhr

Kontakt:

Daniel Matuschewski
Tel: 06172/2657388
Mail: sfz.mitte@bad-homburg.de



STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG Mitte

KOOPERATIONSPARTNER

Um ein zuverlässiger Ansprechpartner im Stadtteil zu sein, bedarf es starke Kooperationen. Mit unseren Kooperationspartnern arbeiten wir zuverlässig Hand in Hand zusammen und bilden somit ein sehr großes Netzwerk mit vielen Stärken.

- Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche
- Deutscher Kinderschutzbund, Kreisverband Hochtaunus e.V.
- Deutsches Rotes Kreuz, Kreisverband Hochtaunus e.V.
- Frühen Hilfen/Präventionsketten der Stadt Bad Homburg
- Jugendkulturtreff E-Werk
- Katholische Familienbildung Taunus
- KulturLeben Hochtaunus Verein für kulturelle Teilhabe e.V.
- städtische Kita am Heuchelbach
- städtische Kita Bahnhofsstraße
- städtische Krippe am Heuchelbach
- Volkshochschule und Musikschule Bad Homburg
- Zentrum für Jugendberatung und Suchthilfe für den Hochtaunuskreis Jugendberatung und Jugendhilfe e.V. (Suchtberatung Hochtaunus)



Kreisverband Hochtaunus e.V.



NETZWERKPARTNER

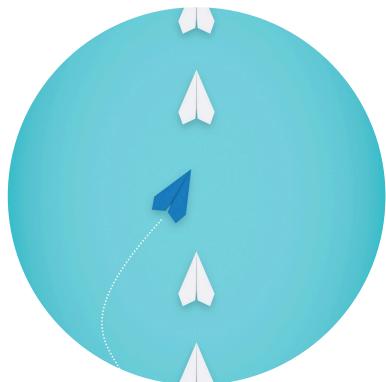
Ergänzt wird unser Netzwerk aus Kooperationspartnern, durch unsere engagierten Netzwerkpartner.

- Bad Homburger Waldkinder e.V.
- Berufscoaching Annette Vorpahl
- Büro für interkulturelle Angelegenheiten
- Diakonisches Werk Hochtaunus
- Enie e.V.
- Evangelische Erlöserkirchengemeinde mit Kita
- evangelische-freikirchliche Gemeinde Bad Homburg (EFG)
- Jugend-Förder-Verein Bad Homburg e.V.
- Jugend- und Kinderförderung im Stadtteil e.V. (JuKs)
- Geflecht e.V.
- Katholische Kita St. Marien
- Kinderkunstschule
- Kommunale Frauenbeauftragte Bad Homburg
- Landgraf-Ludwig-Schule
- Maria-Scholz-Schule
- Selbsthilfegruppe ungewollt Kinderlos
- Spvgg 05/99 Bomber Bad Homburg e.V.
- städtischer Kinderhort am Schlossgarten



WIR SUCHEN SIE!

**als Unterstützung oder als neuen Partner
im Stadtteil- und Familienzentrum Mitte**



Sie suchen eine neue Herausforderung/Aufgabe?

Für unsere zahlreichen Angebote sind wir immer auf der Suche nach Mithilfe, welche das Stadtteil- und Familienzentrum Mitte tatkräftig unterstützen wollen.

Sie sind eine Institution und Suchen Netzwerkpartner?

Sie haben ein Angebot, welches in unser Aufgabenfeld passt und haben Interesse an der Mitarbeit im Netzwerk des Stadtteil- und Familienzentrums Mitte?

Dann sprechen Sie uns sehr gerne an.

Ansprechpartner und Terminvereinbarung:

Daniel Matuschewski

Tel.: 06172/265 73 88

E-Mail: sfz.mitte@bad-homburg.de



STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG **Mitte**

WEITERE INFORMATIONEN

Weitere aktuelle Informationen zu Veranstaltungen oder Terminen im Stadtteil- und Familienzentrum Mitte entnehmen Sie bitte über folgende Kanäle...



Website

www.bad-homburg.de/sfz-mitte



Facebook

<https://www.facebook.com/share/18iMJzb4ZS/?mibextid=LQQJ4d>



Instagram

<https://www.instagram.com/sfzbadhomburg>

Ansprechpartner und Terminvereinbarung:

Daniel Matuschewski

Tel.: 06172/265 73 88

E-Mail: sfz.mitte@bad-homburg.de



VERNETZT FÜR SIE!

In Bad Homburg gibt es eine Vielzahl an Angeboten und Ansprechpartnern für Sie. Manchmal ist die passende Unterstützung nicht sofort zu finden – doch keine Sorge: Es gibt zahlreiche Anlaufstellen, die Ihnen weiterhelfen und zusätzlich interessante Angebote bereithalten.

Weitere Stadtteil- und Familienzentren (kurz: SFZ) in Bad Homburg:



Auszug Angebot vor Ort:
Digitalhilfe, Mittagstisch,
Gedächtnistraining, Yoga,
Erzählcafe, Offenes Café, ...

Kontakt:
Sandra Varnhorn
0151 70542469
sfz-bad-homburg@caritas-taunus.de



Auszug Angebot vor Ort:
Offenes Café,
Hinterbliebenen-Treff, EUTB
Beratung, Singkreis, ...

Kontakt:
Susanne Mellinghoff
06172 8569950
susanne.mellinghoff-sfz@t-online.de



Auszug Angebot vor Ort:
Seniorengymnastik,
Gedächtnistraining, Lernhilfe
für Grundschüler, ...

Kontakt:
Silke Sänger-Küssner
0171 8110379
sfz.gonzenheim@juks-badhomburg.de



Auszug Angebot vor Ort:
Sprachcafé, Mittagstisch,
Handarbeit-Workshop,
Offene Sprechstunde, ...

Kontakt:
Barbara Kilanowski
0175 7230206
barbara.kilanowski@regionale-diakonie.de



Auszug Angebot vor Ort:
Demenz-Gesprächskreis,
Literaturkreis, Müttertreff,
Gemeinschaftsgarten, ...

Kontakt:
Sabine Engelfried
0170-348 51 31
sfz.ober-erlenbach@juks-badhomburg.de

Mehr Informationen zu den SFZ:



Website:
www.bad-homburg.de/sfz

VERNETZT FÜR SIE!



Main- und
Hochtaunus



Kreisverband Hochtaunus e.V.



Auszug Angebot vor Ort:

Psychosoziale Beratungsstelle,
Seniorenberatung,
Schwangerenberatung, ...



www.diakonie-main-taunus.de/

Auszug Angebot vor Ort:

Ambulante Pflege,
Alltagshilfen, Menü-Service,
Hausnotdienste,
Gemeinschaftsangebote, ...



www.drk-hochtaunus.de



Caritasverband
Taunus

Auszug Angebot vor Ort:

Workshops, Kurse,
Veranstaltungen für Kinder,
Jugendliche und
Junggebliebene, ...



[www.bad-homburg.de/
e-werk](http://www.bad-homburg.de/e-werk)

Auszug Angebot vor Ort:

div. Beratungen,
Hospizdienst, Second-Hand-
Shop, Migrationsberatung,
Trauerbegleitung, ...



www.caritas-taunus.de



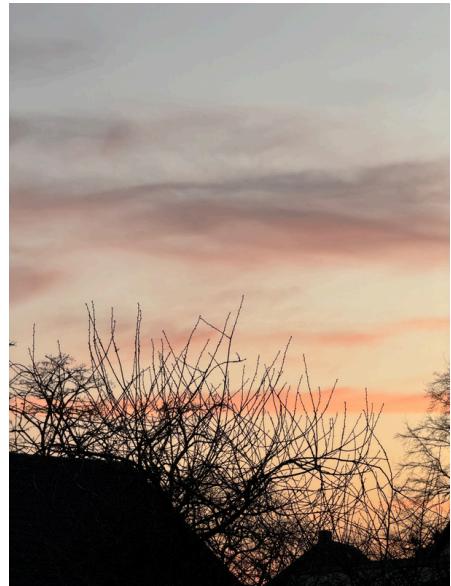
Auszug Angebot vor Ort:

Angebote für
Kindertagesstätten,
Flohmärkte,
Bewegungsangebote, ...



www.jfv-badhomburg.de

IMPRESSIONEN



STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG **Mitte**

IMPRESSUM

Gefördert durch:



Herausgeber und Druck:

Stadtteil- und Familienzentrum Mitte
Dietigheimer Straße 24; 61350 Bad Homburg v. d. Höhe
Tel. 06172/2657388
Mail. sfz.mitte@bad-homburg.de

Stand: Januar 2026



STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG **Mitte**

Man ist nicht bloß ein einzelner Mensch,
man gehört einem Ganzen an.

Theodor Fontane (1819 - 1898), dt. Schriftsteller, Journalist, Erzähler und Theaterkritiker

**WIR FREUEN UNS
AUF IHR KOMMEN!**



Bildung - Beratung - Begegnung
Begleitung - Beteiligung



STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG **Mitte**