

■ ■ Zwei-Jahresbericht 2015 / 2016



## Impressum

Herausgeber:



Tel.: 0208 / 30 18 98 26

E-Mail: [familiennetzwerk@muelheim-ruhr.de](mailto:familiennetzwerk@muelheim-ruhr.de)

Hingbergstraße 375, 45472 Mülheim an der Ruhr

Träger des Familiennetzwerkes:

Mülheimer Gesellschaft für soziale  
Stadtentwicklung mbH

Redaktion:

Jonas Höhmann, Isabelle Wojcicki

Satz und Layout:

Mülheimer Stadtmarketing und Tourismus GmbH (MST)

Fotos:

Frithjof Fedtke, Jonas Höhmann,  
Dr. Claudia Roos, Beata Szymiczek, Marta Szalapak,  
Isabelle Wojcicki, Kathrin Zimmermann

Stand:

April 2017

## Liebe Familien, liebe Netzwerkpartnerinnen und -partner, liebe Interessierte,



seit 2010 unterstützt das Familiennetzwerk Heißen Kitas, Schulen, Vereine und andere Institutionen bei der Zusammenarbeit im Stadtteil. Uns ist es dabei wichtig, die Bedürfnisse und Wünsche der Eltern aufzugreifen, damit sie gerne in einem familienfreundlichen Umfeld in Heißen leben. Zentrale Themen für uns sind qualitativ hochwertige und gut vernetzte Bildungsangebote, Gesundheitsförderung, Bewegungsangebote sowie das Zusammenwirken der Generationen.

Neben der Moderation inzwischen etablierter Veranstaltungsformate wie dem Sportforum und dem Fachtreffen zum gelingenden Übergang von der Kita in die Grundschule helfen die Netzwerkkordinatoren den Partnern vor Ort dabei, besondere Aktionen anzubieten. Ob Trendsportwoche für Jugendliche in den Ferien oder Lauftraining für Kitakinder – Spaß an der Bewegung und das Erlernen von neuen Kompetenzen stehen bei allen Angeboten im Vordergrund.

Gemeinsames Feiern, aber auch die Vorbereitung eines Stadtteil- oder Schulfestes stärkt das Verständnis füreinander und die Solidarität untereinander. Und so hatten alle Partner und Teilneh-

menden viel Freude an dem Herbstfest in der Grundschule an der Filchnerstraße und am Abschlussfest der Aktionswoche „Heißen bewegt sich – weiter!“

Dass unterschiedliche Generationen sowie Menschen mit und ohne Behinderung voneinander profitieren, zeigten viele kleinere und größere Veranstaltungen im Kreise von Nachbarschaften und mit der Lebenshilfe. Und dass Lesen junge und ältere Menschen begeistert, wurde bei vielen Aktionen rund um Bücher, Sprache und Lesen deutlich.

Das Familiennetzwerk Heißen dankt allen, die es in den vergangenen zwei Jahren mit Rat und Tat sowie finanziell begleitet und unterstützt haben. Vor allem der Leonhard-Stinnes-Stiftung gilt Dank, denn nur mit deren Engagement kann eine solche Arbeit für Familien in Heißen angeboten werden.

Ihr

U. Ernst

Geschäftsführer

## „Heißen bewegt sich – weiter!“

Die Aktionswoche, die vom 16. bis zum 21. Juni 2015 stattfand, war das zentrale Ereignis im Jahr 2015, auf das das Familiennetzwerk mit insgesamt 31 Kooperationspartnern aus dem Stadtteil hinarbeitete. Nachdem die Aktionswoche „Heißen bewegt sich – vielfältig“ (2013) ein großer Erfolg für die Familien- und Netzwerkarbeit in Heißen gewesen war, hatten sich die Netzwerkpartner für eine erneute Durchführung einer Großveranstaltung, diesmal zentral auf dem Heißener Markt, ausgesprochen. Unter der Leitung und Koordination des Familiennetzwerks wurde diese umfangreiche

Mitmach-Veranstaltung für junge und ältere Heißener geplant und durchgeführt.

Eine Woche lang boten die Kooperationspartner (Vereine, Schulen, Kitas, Jugendzentren, Lebenshilfe, Kirchen und viele andere) dezentral in ihren Einrichtungen Sport- und Bewegungsangebote an, die sie auch selbst zusätzlich zu den gemeinsamen Presseauftritten bewarben. Zum einen ging es darum, Kinder und Jugendliche in Bewegung zu bringen, zum anderen



wollten die Partner ihre Angebote vorstellen. Diese reichten von Geländespielen für Kinder im Grundschulalter über Yoga und Zumba bis hin zum Selbstbehauptungskurs und waren in einem Programmheft zusammengefasst.

Zum Abschluss der Woche präsentierten sich die Partner an einem Sonntag auf dem Heißener Markt: Auf einer Bühne wurde einen ganzen Tag lang getanzt, gesungen, musiziert. Das Gymnasium Heißen stellte die Ersthelfer, es gab Info-, Bastel- und Mitmachstände sowie Torwandschießen und Klettern.

Das Fest war den ganzen Tag über von wechselnden Gästen aller Generationen sehr gut besucht. Die mediale Begleitung war äußerst positiv und umfangreich.

## VORWEG GEHEN



## Trendsportwoche in Heißen

Viel Spaß und Bewegung hatten 30 Kinder der 5. und 6. Klasse des Gymnasiums Heißen in der zweiten Osterferienwoche 2016. Sie nahmen auf Einladung des Familiennetzwerks Heißen an einem ganz besonderen Workshop in der Sporthalle Kleiststraße teil: Dort versuchten sie sich unter Anleitung von Übungsleitern in den Sportarten „Le Parkour“, Fußball, Hip-Hop, Einrad- und Kunstradfahren, Breakdance, Basketball, American Football und Longboards.

Unter professioneller Anleitung konnten die Kinder die verschiedenen Sportarten ausprobieren oder ihre bereits vorhandenen sportartspezifischen Fertigkeiten verbessern. Zwischen den Workshops hatten sie genügend Zeit, um eigene Bewegungsspiele vorzuschlagen und unter Anleitung der Betreuungsperso-

nen zu spielen. Das sportliche Programm ging jeweils von 9 bis 16 Uhr.

Spaß und das gemeinsame Sporttreiben standen während der gesamten Sportwoche im Vordergrund. Außerdem konnte die Sportwoche zu einer besseren Vernetzung der Schüler und Schülerinnen über ihre jeweiligen Klassen hinaus beitragen.

Das absolute Highlight für alle Kinder war ein Ausflug in die Trampolinhalle „Superfly“ in Duisburg.

Aufgrund der finanziellen Unterstützung von RWE International konnte das Familiennetzwerk Heißen die Sportwoche für alle 30 Kinder kostenlos anbieten. Edeka Kels spendete Obst und Wasser. Die Durchführung und Planung der Sportwoche erfolgte in Kooperation mit dem städtischen Programm TrendSport Mülheim.



## Kinderbewegungsabzeichen (KiBaz)

120 Mädchen und Jungen aus neun Heißener Kindertageseinrichtungen (Kitas) nahmen im Juni 2015 das „Kinderbewegungsabzeichen“ (KiBaz) der Sportjugend Nordrhein-Westfalen in Empfang. Beim Kinderbewegungsabzeichen handelt es sich um ein noch relativ neues Bewegungsangebot, mit dem drei- bis sechsjährige Kinder ebenso spielerisch wie altersgemäß für Bewegung, Spiel und Sport begeistert werden sollen. Das Abzeichen wurde erstmals in Mülheim abgenommen.



Es galt, im Rahmen des „KiBaz“-Events z.B. zu balancieren, zu springen, zu werfen und als Zweier-Team Geschicklichkeit bei der Bewältigung eines Parcours zu beweisen. Die Aufgaben, denen sich die Kinder mit großem Interesse und sehr konzentriert stellten, entsprachen den fünf Bereichen der kindlichen Persönlich-



keitsentwicklung. Sie nahmen somit auf die motorische Entwicklung, die Wahrnehmungsentwicklung, die psychisch-emotionale Entwicklung, die soziale Entwicklung und die kognitive Entwicklung der Teilnehmenden Bezug.

Die Idee zur Durchführung entstand im Rahmen des Sportforums Heißen, welches vom Familiennetzwerk Heißen koordiniert wird. Für die Organisation des „KiBaz“-Events waren der Mülheimer Sportbund in Zusammenarbeit mit dem Familiennetzwerk Heißen und dem TSV Heimerde verantwortlich.

## Kinderleicht – vom Laufrad zum Fahrrad

### Klaus Külschbach

1. Vorsitzender RC Sturmvogel

„Familiennetzwerk Heißen: Daumen hoch. Mit dem Projekt *Kinderleicht – vom Laufrad zum Fahrrad* habt Ihr vielen Kindern eine große Freude gemacht. Weiterhin viel Erfolg.“

Beim Projekt „Kinderleicht – vom Laufrad zum Fahrrad“ wurde im Jahr 2016 mit den Vorschulkindern der Mülheimer Kindertageseinrichtungen ein Übungskurs rund um das Fahrradfahren durchgeführt. In Heißen wurde das Projekt gemeinsam vom Familiennetzwerk und dem Mülheimer Sportbund organisiert. Bisher haben die Kitas Kleiststraße, Sternenzelt und St. Joseph daran teilgenommen. Klaus Külschbach vom Rad Club Sturmvogel e.V. erklärte den Kindern, worauf es beim Fahrradfahren ankommt. Zahlreiche Übungen zum Bremsen und Lenken waren genauso Bestandteil wie das Überprüfen der Verkehrstüchtigkeit eines Fahrrads und das richtige Tragen des Helmes. Die Kinder hatten großen Spaß beim Fahrradprojekt und erste Erfolge wurden schnell sichtbar. Manche Kinder, die zuvor nur auf dem Laufrad unterwegs waren, haben nun ihre Runden auf dem Fahrrad gedreht. Für diejenigen, die kein eigenes Fahrrad oder einen Helm besaßen, hatte der MSB Helme und Fahrräder angeschafft. 2017 soll das Projekt auf weitere Kitas in Heißen erweitert werden.



## Sicher fahren

MSB bringt Vorschüler aufs Rad

Unter dem Motto „Kinderleicht – Vom Laufrad zum Fahrrad“ erlebten kürzlich zusammen mehr als 30 Kinder aus zwei Kindertageseinrichtungen abwechslungsreiche, spannende und vergnügliche Übungsstunden rund um das Fahrrad. Klaus Külschbach vom Rad Club Sturmvogel erläuterte den Vorschulkindern auf altersgerechte Weise wie ein Fahrrad funktioniert, was im Umgang damit zu beachten ist und wann ein Fahrradhelm optimal passt, und führte mit ihnen anschließend zahlreiche Übungen durch. „Es ist deutlich erkennbar, dass die Kinder allein in diesen zwei bis drei Übungseinheiten schon deutliche Fortschritte im Umgang mit dem Fahrrad gemacht haben“, meinte Nicole Nussbicker, Koordinatorin für Kinder und Jugendsport beim MSB, erfreut. Sie führen deutlich sicherer als vorher und hätten somit auch noch mehr Spaß dabei, so die Mitarbeiterin beim Mülheimer Sportbund.



Die Kinder hatten Spaß beim Fahrtraining. Foto: C. Pauli

jeweils 45-minütige Einheit auf Räder und Helme zurückzugreifen, die der MSB für Projekte wie „Kinderleicht – Vom Laufrad zum Fahrrad“ angeschafft hatte. Bei dem Projekt handelt es sich um eine Maßnahme, die der MSB im Rahmen des vom Landessportbund Nordrhein-Westfalen initiierten Programms „NRW bewegt seine KINDER!“ umsetzt – in dem Fall mit dem RC Sturmvogel als Kooperationspartner.

### PARTNER

Nachdem im März und im April dieses Jahres bereits Mädchen und Jungen aus den Kindertageseinrichtungen Kleiststraße und „Sternenzelt“ unter Anleitung von Klaus Külschbach ihre Fertigkeiten auf zwei Rädern verbessern konnten, werden demnächst zudem die Kindertageseinrichtungen St. Joseph und „Wurzelwege“ in den Genuss solcher Übungseinheiten kommen. In Heißen wird das Projekt intensiv vom Familiennetzwerk Heißen unterstützt. Kindertageseinrichtungen, die darüber hinaus Interesse an dem Projekt haben, können sich an Nicole Nussbicker wenden (Tel. 3085044, E-Mail: nicole.nussbicker@msbmh.de).



## Themenschwerpunkt Klettern

Durch Spendengelder der Volksbank Rhein-Ruhr konnten 60 Kinder und Jugendliche den Klettersport ausprobieren und damit nicht nur ihre Koordination und Kraft, sondern auch ihr Selbstvertrauen stärken und eigene Grenzen austesten. Dieser Kletterschwerpunkt wurde in Heißen durch das Familiennetzwerk entwickelt und mit Partnern durchgeführt. Die Kurse mit drei Grundschulen und einer Förderschule fanden bereits im Jahr 2014 statt (Teilnehmer pro Einheit: 10 Kinder).

Im Februar 2015 gab es in Kooperation mit dem Friedrich-Wennmann-Haus (Jugendzentrum) ein weiteres Angebot für Kinder und Jugendliche. Im Mai 2015 fand ein Kletterangebot in Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe statt, an dem Kinder mit und ohne Behinderung teilnahmen und in den Klettersport „reinschnuppern“ konnten. Die Aktion stellte den Abschluss eines umfangreichen Kletterprojekts im Stadtteil Heißen dar.

Kooperationspartner bei diesem Kletterangebot war der Deutsche Alpenverein (DAV) – Sektion Mülheim an der Ruhr. Weitere Partner waren das Stadtteilmanagement Eppinghofen sowie das Kletterzentrum Neoliet.

## Schüler erklimmen die Steilwand

Jugendliche, die sich in ihrer Freizeit ehrenamtlich engagieren, durften zur Belohnung im Kletterzentrum Neoliet ihr Können testen

**Heißen.** In Kooperation mit dem Alpenverein Sektion Mülheim an der Ruhr und dem Familiennetzwerk Heißen werden bereits seit April 2014 mehrere Kletter-Workshops und -Aktionen für Heißener Schüler angeboten.

Durch Spendengelder der Volksbank Rhein-Ruhr hatten nun auch zehn Jugendliche, die sich während ihrer Freizeit ehrenamtlich um Kinder des Friedrich-Wennmann-Hauses kümmern, die Möglichkeit, ihr Können im Kletterzentrum Neoliet zu testen. Sie wurden vor Ort betreut von einer Fachübungsleiterin sowie zwei Kletterbetreuern des Deutschen Alpenvereins (DAV) der Sektion Mülheim an der Ruhr.

Beim Klettern kann jeder seine persönlichen Grenzen abstecken und Schritte tun, die direkt zum Erfolg führen. Und so waren auch diese Jugendlichen neugierig und gespannt, ihre Fähigkeiten auszuprobieren. Von anfänglichen „Angststern“ mit der Höhe bis hin zu „Durchstartern“, die direkt auf eine Höhe von 15 Metern hinaufstiegen, alle Teilnehmenden machten nach und nach ihre ganz persönlichen Erfahrungen.

Neben der sportlichen Herausforderung beim Klettern bietet die



Für die Jugendlichen ging es im Kletterzentrum Neoliet hoch hinaus. Vorher gab es jedoch noch Sicherheitsanweisungen.

ser Sport auch im Bereich der sozialen Verantwortung viele Möglichkeiten. Die Teilnehmer profitierten hier von der langen Erfahrung der Betreuer, die auch durch ihr großes soziales Engagement untereinander überzeugten. So ließen die verschiedensten Boulder-spiele sportlichen Ehrgeiz nicht vermissen, und das Miteinander bedeutete großen Spaß für alle.

Muskelkater wird der eine oder die andere bekommen haben, aber

alle haben wohl einen tollen Nachmittag mit schönen Erfahrungen mitgenommen.

„Unsere Betreuer Tim und Norbert und auch mir hat der Nachmittag riesig Spaß gemacht, und den Jugendlichen des Friedrich-Wennmann-Hauses war am Dank die Begeisterung zu entnehmen“, so Andrea Neugebauer vom Alpenverein. Auch Isabelle Wojcicki, Familiennetzwerk Heißen, freute sich über ein so erfolgreiches

Projekt. „Es war wunderbar, dass so viele Kinder und Jugendliche an dem Projekt teilnehmen konnten, und dass auch noch die Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung im Mai in den Genuss kommen wird.“ Der Dank des Familiennetzwerks gilt der Volksbank Rhein-Ruhr, ohne deren finanzielle Unterstützung der Kletter-Schwerpunkt in Heißen nicht hätte angeboten werden können.

### Kletter-Trainings für Schulklassen und Lehrer

Das Kletterzentrum Neoliet in Speldorf bietet auch verschiedene Angebote für Schulklassen, AGs oder Projekten. Sie sind auf unterschiedliche Jahrgangsstufen zugeschnitten.

Kletterfreudige Lehrerinnen und Lehrer können in der Anlage regelmäßig an Fortbildungen des Landesverbandes des Deutschen Alpenvereins teilnehmen. Diese Trainings werden durch das Landesteam des DAV durchgeführt und zertifiziert.

## Heißener Sportforum

2015 und 2016 fanden vier Sportforen in Heißen statt, an denen unterschiedliche Netzwerkpartner aus dem Stadtteil teilnahmen. Bei den Sportforen werden Sport- und Bewegungsangebote vorgestellt, Kooperationspartner vermittelt, neue Ideen zur Bewegungsförderung von Kindern und Jugendlichen geplant und gemeinsame Initiativen entwickelt. So entstand beispielsweise die Idee zur erneuten Durchführung der Aktionswoche „Heißen bewegt sich – weiter“. Besonders erfreulich ist, dass sich der SV Heißen aktiv im Sportforum einbringt und bereits erste Projekte und Kooperationen mit dem Sportverein entstanden sind.

## Sport vor Ort

Sport vor Ort ist ein Kooperationsprojekt zwischen dem Mülheimer Sportbund (MSB), der GGS Filchnerstraße, dem TSV Heimateerde und dem Familiennetzwerk Heißen.

Das Projekt Sport vor Ort zielt darauf ab, mindestens ein zusätzliches Sportangebot in der Schule zu etablieren. Wichtige Voraussetzung ist, dass das Angebot in vertrauter Umgebung stattfindet, also in der Sporthalle/dem Mehrzweckraum der Schule. Das Angebot soll außerhalb des Schulalltages stattfinden, das heißt, unter der Woche nach 16 Uhr und/oder samstags.



Das Projekt ist im Schuljahr 2012/13 in Eppinghofen gestartet. Seit dem Schuljahr 2015/16 ist auch die erste Heißener Grundschule, die GGS Filchnerstraße, in Kooperation mit dem TSV Heimateerde dabei. 17 Kinder nehmen regelmäßig jeden Donnerstag an einer Fußballereinheit teil. Das Fußballangebot wird weitergeführt. Im Juni 2016 wurde ein Sport vor Ort-Fußballturnier organisiert, bei dem die Fußballgruppen aus den verschiedenen Stadtteilen mitspielten.

Seit dem Schuljahr 2015/16 findet ebenfalls an der GGS Filchnerstraße ein „Le Parkour“-Angebot im Rahmen von Sport vor Ort statt.



## Schulhofspiele

Bis Juni 2015 hat das Familiennetzwerk Heißen in Kooperation mit der GGS Sunderplatz Schulhofspiele angeboten. Einmal pro Woche wurden mit ehrenamtlicher Unterstützung alte und neue Bewegungsspiele auf dem Schulhof angeleitet. Die Bewegungs- und Spielaktionen wurden von den Kindern sehr gerne angenommen.

Aufgrund des Ausscheidens der Ehrenamtlichen ruht das Angebot aktuell. Es wird versucht, neue Ehrenamtliche für diese oder eine andere Grundschule in Heißen zu gewinnen, um die Schulhofspiele weiter anbieten zu können.



### Ehrenamtliche für Schulhofspiele gesucht

Projekt läuft einmal pro Woche an der Gemeinschaftsgrundschule Sunderplatz

Heißen. Seit Februar 2014 bietet das Familiennetzwerk Heißen in Kooperation mit der Gemeinschaftsgrundschule Sunderplatz alte und neue Schulhofspiele an. Um dieses Angebot weiterführen zu können, werden Ehrenamtliche gesucht. Einmal pro Woche werden mit Unterstützung freiwilliger Helfer traditionelle und neue Bewegungsspiele auf dem Schulhof am Sunderplatz angeleitet. Die Kinder nehmen diese Spielaktionen mit großer Begeisterung an, so dass das Familiennetzwerk jetzt weitere ehrenamtliche Unterstützer braucht, die ein- oder zweimal im Monat die Grundschüler in Bewegung bringen. Die Ehrenamtlichen stehen nie alleine auf dem Schulhof, sondern sie

kommen im Tandem. Der Zeitaufwand beträgt bei einer Spielsequenz in der großen Pause 20 Minuten. Die Idee der Schulhofspiele entstand bereits 2012 im Rahmen der Eppingerhofer Aktivwoche. Initiiert wurden die Spiele von Marlies Rustemeyer als Vertreterin des Ziel-Projektes des CBE und Peter Behnenburg vom Netzwerk der Generationen. Im Februar 2014 wurde das Projekt dann erfolgreich nach Heißen übertragen. Die Ehrenamtlichen erhielten in Kooperation mit dem CBE eine Schulung. Weitere Informationen zum Projekt „Schulhofspiele Heißen“ bekommen Interessierte bei der Netzwerkkoordinatorin Isabelle Wojcicki unter ☎ 301 898 26.



Gummitwist in der Pause gab es auch schon an der Max-Kölges-Schule. FOTO: ALEX BODH

## Herbstfest GGS Filchnerstraße



### Frithjof Fedtke

Mitarbeiter OGS Grundschule Filchnerstraße

„Für die Kinder und mich war es eine schöne Erfahrung an der Gestaltung unserer Stadt teilhaben zu dürfen.“



## Graffiti-Projekt

In der Zeit vom 29. August bis zum 13. September 2016 fand an verschiedenen Orten in der Mülheimer Innenstadt und in Heißen eine Trafo-Malaktion statt. Die grau-grünen „Klötze“ im Stadtraum wurden von Kindern und Jugendlichen mit selbst entworfenen Motiven umgestaltet. Das Familiennetzwerk Heißen und die OGS-Atlantis der GGS Filchnerstraße haben an der Aktion teilgenommen. Die Schülerinnen und Schüler der vierten Klasse verschönerten den Trafo am Heißener Marktplatz. Als Motiv wählten sie die Meerestiere ihrer OGS-Gruppen, wie z.B. Krabben, Delfine, Korallen und Seepferdchen. Der Mitarbeiter der OGS, Frithjof Fedtke, hat die Schablonen entworfen und unter der Anleitung des Künstlers, Damian Bautsch, umgesetzt. Nun schmücken Gemälde und Graffiti den Stadtraum. Organisiert wurde die Veranstaltung von verschiedenen Akteuren des im Jahr 2015 gestarteten Bildungsnetzwerks Innenstadt.

Ermöglicht wurde die Kunst-Aktion durch ein Sponsoring der innogy SE, die zugleich Eigentümerin bzw. Betreiberin der Trafo-Stationen ist.

Gemeinsam mit der GGS Filchnerstraße und vielen weiteren Akteuren aus dem Stadtteil wurde am 17. September 2016 ein Herbstfest für Familien organisiert. Es fand von 11 bis 15 Uhr im Schulgebäude und auf dem Schulhof der GGS Filchnerstraße statt. Auch die Kitas Sternenzelt, Kleiststraße und St. Joseph sowie die Heißener Sportvereine RC Sturmvogel und MASA Bogensport beteiligten sich mit Aktionsständen. Auf die Besucher wartete ein vielfältiges Angebot – von Drachen basteln und Kürbissen gestalten über Saft herstellen bis hin zu Klettern und Bogenschießen.

Für jeden Besucher war etwas Interessantes dabei. Die Idee zum Herbstfest entstand aus dem regelmäßigen Treffen der Partner im Netzwerk Übergang Kita-Schule und war aus Sicht der Organisatoren eine sehr gelungene Veranstaltung.

## Kinder- und Jugendveranstaltungen

### Musikprojekt Lebenshilfe

Unter dem Motto „Songwriter – Sing deinen Song – Inklusiver Wochenendkurs“ führte das Familiennetzwerk mit der Lebenshilfe ein Musikprojekt durch. Sechs Jugendliche und Erwachsene mit und ohne Behinderung haben gemeinsam einen Song geschrieben und aufgenommen. Danny Auer, Mitarbeiter der Lebenshilfe und selbst begeisterter Musiker, begleitete das Projekt und brachte die Aufnahmen zu einem Song zusammen. Ein toller Song mit dem Titel: „Es ist normal verschieden zu sein“ entstand an einem sehr intensiven Wochenende. Alle Beteiligten arbeiteten mit sehr viel Spaß und Ehrgeiz an dem Song.

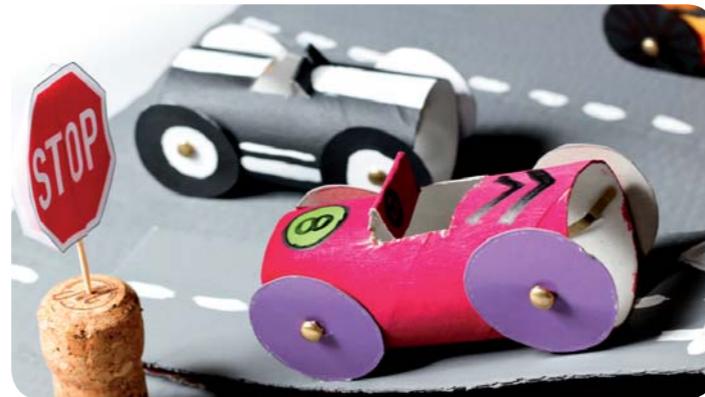
### Veranstaltungen auf dem Heißener Marktplatz

In den letzten zwei Jahren wurde die Zusammenarbeit mit der Werbegemeinschaft Heißen gestärkt. Das Familiennetzwerk war bei verschiedenen Veranstaltungen für Kinder und Familien auf dem Heißener Marktplatz dabei.

Beim Kindertrödel wurden Kinder und deren Familien zum Spielen, Basteln und Verweilen bei Kaffee und Kuchen eingeladen. Schulhof-

spiele mit viel Bewegung, ein Sandkasten für die Kleinsten, ein Bällebad sowie Bastelworkshops sorgten für jede Menge Spaß und Spielmöglichkeiten. Die Eltern kamen bei Kaffee und Kuchen ins Gespräch und informierten sich über die Angebote und Projekte des Familiennetzwerks.

Im November 2015 und 2016 beteiligte sich das Familiennetzwerk mit einem Stand für Kinder am Heißener Weihnachtsmarkt. Viele Kinder kamen, um kleine Engel und Bilderrahmen zu basteln. Durch Gespräche mit den Familien konnten die Bedürfnisse der Kinder und Familien in Heißen aufgenommen und neue Projektideen entwickelt werden.



Im September 2016 unterstützte das Familiennetzwerk die Werbegemeinschaft beim Heißener Autoherbst. Das Familiennetzwerk hat die Hüpfburg, die von der Werbegemeinschaft angemietet worden war, betreut und bei einer Bastelaktion konnten die Kinder ihr eigenes Auto anfertigen. Auch hier nutzte das Familiennetzwerk die Gelegenheit, sich bei den Familien vorzustellen und Werbung für anstehende Angebote und Projekte zu machen.



## Intergenerative Projekte

### Hip-Hop meets Volkstanz

Im Rahmen der landesweiten Suchtpräventionswoche „Sucht hat immer eine Geschichte“ luden das Familiennetzwerk Heißen, Ginko und der Pflegedienst P. Behmenburg Senioren und Jugendliche zu einem intergenerativen Tanzworkshop ein. Der vielversprechende Titel: „Volkstanz meets HipHop – Sucht macht einsam – Einsamkeit macht Sucht“.

Im Jugendzentrum Friedrich-Wennmann-Haus und in der Tanzschule Imperial standen Walzer und Hip-Hop für beide Generationen auf dem Programm. Alle Teilnehmenden hatten großen Spaß am gemeinsamen Tanzen.

<https://www.muelheim-ruhr.de/cms/index.php?action=auswahl&fuid=b70897c586b41c06a2af4ac1967f4228>

### Staffellauf

Das Familiennetzwerk Heißen, der Verein „Mülheimer Nachbarschaft“ und „Pflege zu Hause Behmenburg“ organisierten im Juni 2015 im Rahmen der Aktionswoche „Heißen bewegt sich – weiter!“ einen „Staffellauf“ für alle Heißener Kinder ab 8 Jahren. Die Kinder sind in kleinen Gruppen verschiedene Stationen im Stadtteil abgelaufen und haben dabei verschiedene sportliche Aufgaben wie beispielsweise das Balancieren auf der Slackline oder Zielwerfen gelöst. An der letzten Station wurden sie von den Bewohnern der Eigenheimhöhe erwartet. Dort gab es eine generationenübergreifende Begegnung: Die Nachbarn hatten Kuchen und Getränke für die Kinder vorberei-

### Kathrin Zimmermann Diplom Sozialarbeiterin / Sozialpädagogin



„Die unterschiedlichen Projekte mit dem Familiennetzwerk Heißen haben Räume der Begegnung geschaffen und den Austausch zwischen den Generationen im Stadtteil gefördert. Das Zusammenbringen von Jung und Alt hilft, Vorurteile abzubauen und das Miteinander – die Nachbarschaft – zu stärken. Mir ist es besonders wichtig, dass die Menschen sich im Stadtteil kennen und wertschätzen und sich somit die Nachbarschaftshilfe wieder vermehrt etablieren kann.“

tet. Gemeinsam wurde ein Rätselspiel gelöst. Die Siegerehrung fand während des Abschlussfestes der Aktionswoche „Heißen bewegt sich – weiter!“ auf dem Heißener Marktplatz statt.



### „Sinter Mätes Singen – wir lassen eine alte Tradition neu aufleben“



Unter diesem Motto organisierten das Familiennetzwerk Heißen, der Verein „Mülheimer Nachbarschaft“, „Pflege zu Hause Behmenburg“ und die Siedlergemeinschaft Mausegatt für die Kinder der dritten Klasse der GGS Filchnerstraße eine generationenübergreifende Begegnung.

Sie luden am 9. November 2015 alle Kinder, Geschwisterkinder und Eltern ein, mit selbstgebastelten Laternen durch Heißen zu laufen. In der Mausegattstraße wurden sie von der Siedlergemeinschaft mit selbstgebackenen Brezeln empfangen. Am Feuer wurde die Geschichte des heiligen Martin von Tours vorgelesen. Danach ging es weiter zur Wiese an der Hingbergstraße 309. Dort warteten die Anwohner mit Speisen und Getränken auf die Kinder. Es wurde gemeinsam gesungen und gefeiert.

### Tag der Nachbarschaft

Generationen-Olympiade und Kaffeeklatsch am Europäischen Tag der Nachbarschaft: Zu einer Olympiade der Generationen trafen sich die Anwohner aus Heißen auf der Wiese am Hingberg. Die Teams bestanden aus Kindern, Erwachsenen und Senioren, die sich bei der Lösung der Aufgaben ergänzten. Es gab verschiedene Stationen, an denen Aufgaben gelöst werden mussten. Die Teilnehmenden balancierten z.B. auf einem Tuch Wasserbomben und mussten sie weiterreichen. Fragen aus dem Stadt-Land-Fluss-Quiz haben die Großen gelöst, während die Kleinen Punkte bei Spielen sammelten. Es war ein sehr gelungenes Fest, an dem auch die Bewohner aktiv geholfen haben.

Organisiert wurde das Fest vom Familiennetzwerk Heißen, dem Verein „Mülheimer Nachbarschaft“ und „Pflege zu Hause Behmenburg“.



### Hutparty

Im September 2016 hatten die Organisatoren Marlies Rustermayer, das Familiennetzwerk Heißen, der Verein „Mülheimer Nachbarschaft“ und „Pflege zu Hause Behmenburg“ die Bewohner aus Heißen zur einer Hutparty in die Eigenheimhöhe eingeladen. Gemeinsam mit den Nachbarn vor Ort wurden Hutlieder gesungen. Musikalische Unterstützung bekamen sie von Francesco Calvano. Für die Kinder gab es verschiedene Bewegungsspiele zum Thema „Hut“, und es konnten Hüte gebastelt werden. Zum Schluss wurde die schönste Kopfbedeckung gekürt. Bei Kaffee und Kuchen, von den Nachbarn gesponsert, konnten sich die Gäste austauschen und gemeinsam weitere Projekte besprechen.

### Frühstück Lebenshilfe



Im Rahmen der Interkulturellen Woche haben im September 2016 die Lebenshilfe und das Familiennetzwerk Eltern aus verschiedenen Kulturen zum ersten Mal zum Frühstück einge-

laden. Das Angebot richtete sich an alle interessierten Eltern von Kindern mit und ohne Behinderung. Es gab ein leckeres Buffet und bei Kaffee und Tee wurden Meinungen und Erfahrungen aus den unterschiedlichen Ländern ausgetauscht. Da das Angebot sehr gut angenommen worden ist, haben die Lebenshilfe und das Familiennetzwerk im Dezember 2016 zum Winterfrühstück eingeladen. In einer festlichen und gemütlichen Atmosphäre wurde gemeinsam gefrühstückt und geplaudert. Als Überraschung gab es Besuch vom Nikolaus, der jedem Kind eine Überraschung brachte.

Gesponsert wurden die Überraschungen von SWB, Sparkasse, innogy SE, Optik in Heißen, MWB.

### Adventssingen am Fünter Weg

Die MWB Hausgemeinschaft vom Fünter Weg 23 hatte im Dezember 2016 zu einem Adventsfest eingeladen.

Die Schüler der Grundschule an der Filchnerstraße sangen eine ganze Reihe von fröhlichen Advents- und Weihnachtsliedern. Peter Behmenburg von „Pflege zu Hause Behmenburg“ spielte auf der Geige einige bekannte Weihnachtslieder. Eltern, Schüler und Lehrerinnen, die Hausgemeinschaft und auch einige Nachbarn sangen dabei gerne mit.

**Frühkindliche Entwicklung**

Gemeinsam mit der Caritas, der Lebenshilfe, den Familienhebammen der Stadt Mülheim an der Ruhr und dem Mülheimer Bündnis für Familie hat das Familiennetzwerk von November 2014 bis Mai 2015 einen Orientierungskurs „Gesunde Ernährung und Bewegung – von Anfang an!“ durchgeführt.

Das Programm richtete sich an (alleinerziehende) Mütter mit Babys bzw. Kleinkindern von drei Monaten bis zu etwa eineinhalb Jahren und beinhaltete Babyschwimmen, Babymassage, Kochen, Spielen, Fitness für Mutter und Kind sowie Erste-Hilfe-Kurs am Kind.

Das Projekt wurde so gut angenommen, dass die geplanten elf Termine in Absprache mit den Müttern und den Kooperationspartnern um zehn Einheiten erweitert wurden. An dem Kurs nahmen regelmäßig 8 Frauen mit ihren Kindern (im Alter von 3 bis 18 Monaten) teil.

Unterstützt wurde das Projekt von RWW Rheinisch-Westfälische Wasserwerksgesellschaft mbH. Es war für die Teilnehmerinnen kostenlos.

**Gesunde Ernährung und Bewegung von – Anfang an, Teil 2**

Das mehrwöchige Programm richtete sich an Familien mit Kindern von eineinhalb bis drei Jahren und beinhaltete verschiedene Bewegungsangebote wie Turnen, Tanzen, Bewegungsbaustellen sowie Informationen zur gesunden Ernährung. Auch die musikalische Früherziehung war ein Bestandteil des Orientierungskurses.

Es war ein Kooperationsprojekt des Familiennetzwerks Heißen mit dem Familienzentrum Arche Noah in der katholischen Kita St. Josef.

Dank der Unterstützung der RWW war die Teilnahme kostenlos.



**Übergang Kita – Grundschule**

Im Jahr 2015 haben auf Einladung des Familiennetzwerks drei Vernetzungstreffen „Übergang Kita – Grundschule“ stattgefunden, an denen die GGS Filchnerstraße und acht Kitas aus dem Stadtteil teilgenommen haben. Die Vernetzungstreffen dienten in erster Linie dem gegenseitigen Kennenlernen und dem Austausch. Ziel war, den Übergang von der Kita in die Grundschule zu erleichtern und mit kleinen gemeinsamen Projekten den Vorschulkindern und ihren Eltern die Institution Schule näherzubringen.

Aus diesem Kreis heraus ist ein gemeinsames Projekt zum „Tag des Vorlesens“ entstanden: Heißener Grundschulkindern haben Kita-Kindern vorgelesen.



**Beata Szymiczek**  
Mutter aus Heißen



„Ich finde die Bewegungsangebote für Kinder im Stadtteil sehr wichtig, da sie mir die Möglichkeit geben, mich mit anderen Eltern auszutauschen, die ersten Kontakte und Freundschaften zu anderen Kindern haben sich gebildet. Durch die Projekte wurde die Freude an Bewegung gefördert.“

**Bewegungsangebot für Kinder/ Tanzen der Lebenshilfe**

In Kooperation mit der Lebenshilfe hat das Familiennetzwerk Heißen ein Tanzprojekt für Kinder ab eineinhalb Jahren angeboten. Zwischen den Herbst- und Weihnachtsferien trafen sich die Kinder und ihre Eltern immer dienstags um 16:30 Uhr im Lebenshilfe Center. Während sich die Kinder unter Anleitung der Übungsleiterin Johanna Düning zu Musik bewegten und Mini-Breakdance-Choreographien einübten, hatten die Eltern die Möglichkeit, zu plaudern und sich auszutauschen. Der erste Termin war mit 13 Kindern sehr gut besucht, und alle hatten viel Spaß dabei, sich zur Musik zu bewegen. Dieses Angebot war für die Teilnehmer kostenlos.

## ■ Tag des Vorlesens

Im November 2015 fand der bundesweite „Tag des Vorlesens“ statt. Grundschüler der dritten und vierten Klassen der GGS Filchnerstraße lasen den Kindern aus benachbarten Kitas vor. Die Grundschüler hatten Bilderbücher mit kurzen Texten gewählt und sie vor Ort vorgetragen. Im Jahr 2016 trafen sich die Viertklässler der GGS Sunderplatz und die Erstklässler der GGS Filchnerstraße. Die älteren Schüler haben den jüngeren Geschichten rund um das Thema Pippi Langstrumpf vorgelesen. In der Stadtbibliothek Heißen wurden kleine Leseecken eingerichtet, in denen das Vorlesen in gemütlicher Atmosphäre stattfand. Nach dem Vorlesen konnten alle Kinder ihr Wissen rund um Pippi Langstrumpf in dem „1, 2 oder 3-Spiel“ unter Beweis stellen.

Der Tag des Vorlesens wurde in Kooperation mit der GGS Sunderplatz und der GGS Filchnerstraße durchgeführt.



## ■ Internationaler Tag der Muttersprache

60 Kinder der 4. Klassen der Grundschule Filchnerstraße kamen am 24. Februar in der Stadtbibliothek in Heißen zusammen, um gemeinsam mit der ehemaligen Oberbürgermeisterin Dagmar Mühlenfeld das Märchen Aladin zu lesen.

Das Besondere dabei war, dass elf im Vorfeld ausgewählte Kinder Abschnitte des Märchens in ihrer Muttersprache vorlasen. Die anderen Kinder lauschten dem Klang der verschiedenen Sprachen und den spannenden Abschnitten, die von Dagmar Mühlenfeld auf Deutsch gelesen wurden. Von Spanisch bis Russisch – insgesamt lasen die Kinder in neun verschiedenen Sprachen. Im Anschluss an die vielsprachige Märchenstunde lösten die Kinder in drei Gruppen mit viel Eifer ein Sprachquiz und bastelten ihre eigenen Lesezeichen. Organisiert wurde die Veranstaltung vom Familiennetzwerk, der Stadtbibliothek und der Grundschule Filchnerstraße in Heißen. Die Veranstaltung war Teil des Aktionsprojekts „Mülheim spricht viele Sprachen: Internationale Tage der Muttersprache“ der Bildungsnetzwerke Eppinghofen und Styrum.



## ■ Tag des Buches

Im April 2016 lud das Familiennetzwerk zusammen mit der Stadtbibliothek die Vorschulkinder der evangelischen Kindertageseinrichtung (Kita) Kleiststraße und der städtischen Kita Löwenzahn zum Tag des Buches ein.

Gitta Koch, ehrenamtliche Mitarbeiterin des Familiennetzwerks, stellte das Bilderbuchkino mit dem Titel: „Pippliothek??? Eine Bibliothek wirkt Wunder“ vor. Anschließend tauschten sich die Kinder aus und erzählten etwas über ihre Lieblingsbücher. Darüber hinaus wurden Bilder der Kinder ausgestellt, die sie im Vorfeld in ihren Einrichtungen oder aber vor Ort zum Thema „Mein Lieblingsbuch, meine Lieblingsgeschichte“ gemalt hatten.



Familiennetzwerk Heißen



## ■ Beate Buschhorn

Leitung Schul- und Stadtbibliothek Heißen

„2015 und 2016 hat die Stadtbibliothek Heißen mehrmals mit dem Heißener Familiennetzwerk kooperiert. Im Mittelpunkt standen die Kindergärten und Schulen in unserem Stadtteil. Die von uns gemeinsam vorbereiteten und durchgeführten Projekte wurden positiv angenommen. Ziel dieser Veranstaltungen war es, den Kindern sowie den Eltern, die vielfältigen Bildungsangebote näher zu bringen.“

Die Kunstwerke der Kinder wurden in der Stadtbibliothek Heißen ausgestellt. Außerdem wurden die Bilder für die Gestaltung einer Postkarte genutzt.

# Sonstige Projekte in Heißen

## Lesepaten-Austausch

Am 3. November 2015 lud das Familiennetzwerk die ehrenamtlichen Lesepaten aus Heißen zu einem gemütlichen Informationsaustausch bei Kaffee und Kuchen in die Stadtteilbücherei ein. Rund 15 aktive Lesepaten nahmen an dem Treffen teil. Bei einer kleinen Lesung von Susanne Junker vom MedienHaus konnten die Lesepaten selbst spannenden Erzählungen lauschen.



## Literaturcafé

Unter dem Motto: „VORLESEN MACHT SPASS – WER SELBER LIEST, KANN AUCH VORLESEN – Literaturcafé in der Stadtteilbibliothek Heißen“ lud das Familiennetzwerk Heißen gemeinsam mit Referentin Gitta Koch (Bibliothekarin, Erzählerin, Sprechtrainerin) und der Stadtteilbibliothek Heißen alle Lesepatinnen und Lesepaten der Stadt Mülheim zum regelmäßigem Austausch ein. Die Inhalte des Literaturcafé-Treffens waren: Erlangung von Sprach-, Erzähl- und Vorlesekompetenz, Mut zum eigenen Erzählen, geeignete Literaturauswahl, Vorstellen alter und neuer Kinderliteratur, Kennenlernen von Autoren und Illustratoren, Bildbesprechungen, Sprachgestaltung und Stimmbildung. An dem Treffen nahmen regelmäßig Lesepaten teil. Dieses Treffen wird auch im Jahr 2017 fortgeführt, da der Bedarf und Wunsch zum Austausch der Lesepaten sehr groß ist.

## Vorlesen und selbst Märchen erzählen

Literaturcafé für Lesepaten in Heißen

Heißen. Vorlesen macht Spaß – wer selber liest, kann auch vorlesen“. Das ist das Motto im Literaturcafé in der Stadtteilbibliothek Heißen. Referentin Gitta Koch (Bibliothekarin, Erzählerin, Sprechtrainerin), das Bibliotheksteam und die Helfer des Familiennetzwerkes Heißen laden zum zweiten Literaturcafé-Treffen ein. Die Aktion läuft am Samstag, 21. Mai, von 10 bis 12.30 Uhr, in der Stadtteilbibliothek an der Kleiststraße 50.

Das Angebot richtet sich an alle Lesepatinnen und Lesepaten der Stadt. Zu den Inhalten des nächsten Literaturcafé-Treffens gehören: das Erlangen von Sprach-, Erzähl- und Vorlesekompetenz, der Mut zum eigenen Erzählen, die geeignete Literaturauswahl, das Vorstellen alter und neuer Kinderliteratur, das Kennenlernen von Autoren und Illustratoren, Bildbesprechungen und die Sprachgestaltung und Stimmbildung. Um Anmeldung wird gebeten bis Freitag, 20. Mai.

**A** Ansprechpartner und Anmeldung: Isabelle Wójcicki, Familiennetzwerk Heißen, Hingbergstraße 375, ☎ 30 18 98 26 oder mobil 0160/99875056 und im Internet: [familiennetzwerk@muehlheim-ruhr.de](mailto:familiennetzwerk@muehlheim-ruhr.de)

**Lebenshilfe**  
Mülheim an der Ruhr

Interkulturelle Beratungsstelle

**Interkulturelles Elternfrühstück**

Die Lebenshilfe und das Familiennetzwerk Heißen möchten Eltern aus verschiedenen Kulturen zusammenbringen. Eingeladen sind alle interessierten Eltern von Kindern mit und ohne Behinderung. Natürlich sind auch die Kinder herzlich willkommen! Das Frühstück ist kostenfrei, es dürfen aber gerne landestypische Speisen mitgebracht werden.

Wann: Dienstag, 20.09.2016

Wo: 09-30 Uhr bis 12:00 Uhr  
Lebenshilfe Center  
Heinrich Lemberg Str. 23A  
45472 Mülheim an der Ruhr

Veranstalter: Interkulturelle Beratungsstelle der Lebenshilfe  
Familiennetzwerk Heißen

Anmeldung und weitere Informationen:  
Interkulturelle Beratungsstelle der Lebenshilfe  
Frau Andrea Rusu  
Hänflingsstraße 23, 45472 Mülheim an der Ruhr  
Telefon (0208) 409958-36  
E-Mail: [interkulturell@lebenshilfe-muelheim.de](mailto:interkulturell@lebenshilfe-muelheim.de)  
Internet: [www.lebenshilfe-muelheim.de](http://www.lebenshilfe-muelheim.de)

Familiennetzwerk Heißen  
Frau Isabelle Wójcicki  
Hingbergstr. 375, 45472 Mülheim an der Ruhr  
Telefon (0208) 30189826  
E-Mail: [familiennetzwerk@muehlheim-ruhr.de](mailto:familiennetzwerk@muehlheim-ruhr.de)



**SIEGEURKUNDE**

Bundeswettbewerb  
„Die schönsten Nachbarschaftsaktionen 2016“

Das Fest der Nachbarn

Für ihre vorbildliche Nachbarschaftsaktion und ihr herausragendes Engagement spricht die Wettbewerbsjury den Aktiven des Mülheimer Netzwerks der Generationen ihre besondere Anerkennung aus. Netzwerk Nachbarschaft wünscht allen Akteuren weiterhin viel Erfolg!

**Netzwerk Nachbarschaft**

Hamburg im Dezember 2016      Teneriffe im Dezember 2016

*E. Mühlens*      *Janosch*

Ertrud Mühlens  
Gründerin Netzwerk Nachbarschaft

Janosch  
Förderer Netzwerk Nachbarschaft



**NEU!**  
Für alle Eltern von Grundschulkindern

informativ      stressfrei      locker

**Elterncafé  
FILCHNERSCHULE**

Wo: Medienraum der Grundschule Filchnerstraße  
Wann: jeden Montag von 15:00 - 17:00 Uhr  
Wer: Interessierte Eltern treffen sich mit Schulsozialarbeiterin Steffi Bibow

Ein gemütlicher Treff um sich auszutauschen, nette Leute kennenzulernen und einfach Zeit zu haben. Der Besuch des Elterncafés ist kostenlos, eine Anmeldung nicht nötig.

Geplant sind spezielle Themen-Cafés zu festen Terminen, z.B.:

- Schulstart und Schulwechsel
- Gesundheitsthemen
- Familienspiele
- Erziehungsfragen
- Sport und Bewegung
- Finanzielle Hilfen

Ihre Ansprechpartnerin für weitere Fragen ist unsere Schulsozialarbeiterin Steffi Bibow, Tel.: 0151 182 41854, E-Mail: [s.bibow@swm-nh.de](mailto:s.bibow@swm-nh.de)

**„Gesunde Ernährung und Bewegung - von Anfang an!“ - Teil 2**

Das Familiennetzwerk Heißen und das Familienzentrum Arche Noah in der katholischen Kita St. Joseph laden Eltern mit ihren U3-Kindern erneut zu einem Bewegungsangebot ein.

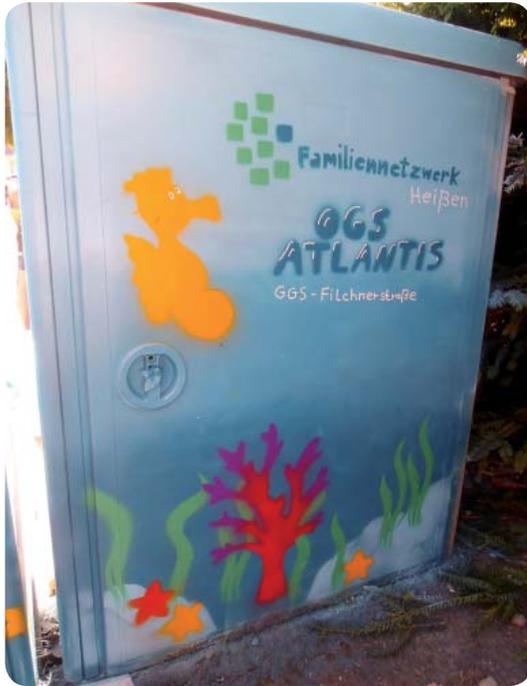
Das Angebot findet am Montag, den 23. Mai 2016, bis zu den Sommerferien wöchentlich von 10:00 Uhr bis 11:00 Uhr im Familienzentrum Arche Noah in der katholischen Kita St. Joseph, Beckstraße 94 in 45473 Mülheim an der Ruhr, statt.

Anmeldung erhalten  
Anspruchspartner und Anmeldung:  
Isabelle Wójcicki  
Familiennetzwerk Heißen  
Hingbergstraße 375  
45472 Mülheim an der Ruhr  
Tel.: 0208 / 30 18 98 26  
[familiennetzwerk@muehlheim-ruhr.de](mailto:familiennetzwerk@muehlheim-ruhr.de)

**Familiennetzwerk Heißen**







**Graffiti-Projekt,  
August / September 2016**



**Hutparty, September 2016**