



**IBF e.V.**

# Programm 2024

## ***Frauenfrühstücke im IBF, Obere Straße 14, Schweinfurt***

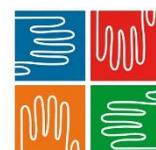
- jeden Donnerstag 10.00 – 12.00 Uhr im IBF – legendär, unvergesslich!
- 2 EUR Spende pro Familie
- gemeinsam Kochen, probieren und diskutieren
- Gespräche, Austausch, Beratung, Deutschkenntnisse vertiefen
- Fragen richten Sie bitte an Jasmin Khalifa (Kontakt siehe Ende)



## ***Do., 25. Januar 2024, 10.00 Uhr Frauenfrühstück mit Vortrag: Projektvorstellung "Meine Chance 2.0"***

Vorstellung des neuen Projektes des Sozialdienstes katholischer Frauen e.V., Unterstützungsangebot für Mütter und Väter zur (Teilzeit-)Berufsausbildung. Veranstaltungsort IBF e.V., Obere Straße 14, 97421 Schweinfurt

## ***Do., 8. Februar 2024, 9.00 Uhr Vortrag und Austausch zum Thema „Gesunde Ernährung und Bewegung“***



**MiMi**

Die Veranstaltung ist auf Russisch, kostenlos.

Veranstaltungsort Familienstützpunkt am Deutschhof, im Kindergarten Feuerbergstr. 61, 97422 Schweinfurt



**IBF e.V.**

## Programm 2024

**Mi., 28. Februar 2024, 9.00 Uhr**

**Vortrag „Zukunftsberufe für Mütter“**



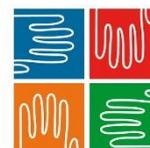
Ein Vortrag der Bildungslotsen Schweinfurt im Familienstützpunkt Oberndorf, Angebot kostenfrei.

Adresse: Kindertagesstätte St. Josef,

Kettelerstraße 5, 97424 Schweinfurt

**Mi., 28. Februar 2024, 9.00 Uhr**

**Vortrag und Austausch zum Thema  
„Darmgesundheit“**



**MiMi**

Die Veranstaltung ist auf Russisch, kostenlos.

Veranstaltungsort Familienstützpunkt am Deutschhof, im Kindergarten Feuerbergstr. 61, 97422 Schweinfurt

**Do., 29. Februar 2024, 10.00 Uhr**

**Frauenfrühstück mit dem Thema:  
Der Diskriminierungsmelder**

Anca Aicha vom Integrationsbeirat der Stadt stellt den Diskriminierungsmelder vor. Veranstaltungsort IBF e.V., Obere Straße 14, 97421 Schweinfurt

(Bildquelle: Integrationsbeirat Stadt Schweinfurt)





**IBF e.V.**

# Programm 2024

***Do., 7. März 2024, 9.00 – 11.00 Uhr,  
Wie sage ich es meinem Kind?***



Alles verändert sich, Erwachsenwerden, vom Kind zur Frau/zum Mann - Mitarbeiterinnen von pro familia geben Hilfestellungen und Tipps zum Thema

Aufklärung bei Kindern in der Pubertät. Wie geht man dieses Thema mit seinen Kindern an? Kostenfrei. Veranstaltungsort IBF e.V., Obere Straße 14, 97421 Schweinfurt, Tel. 09721/541 9818. (Bildquelle: unsplash.com)

***Mo., 4. und 18. März 2024, 13.00 – 15.00 Uhr,  
Workshop „Alles Fake News oder was?“***

Wie können seriöse Nachrichten von Fake News und Gerüchten unterschieden werden? Teilnehmer\*innen können direkt auf Smartphone oder Tablet aktiv werden. Angebot kostenlos. Die Workshops finden als Kooperation zwischen dem IBF und dem Projekt News FACTory statt und können auch einzeln besucht werden. Veranstaltungsort IBF e.V., Obere Straße 14, 97421 Schweinfurt, Tel. 09721/541 9818.

Das Projekt News FACTory wird im Bundesprogramm „Gesellschaftlicher Zusammenhalt – Vor Ort. Vernetzt. Verbunden.“ durch das Bundesministerium des Innern und für Heimat gefördert.



**IBF e.V.**

# Programm 2024

***Do., 14. März 2024, 9.00 Uhr***

***Vortrag und Austausch zum Thema  
„Gesunde Ernährung und Bewegung“***



**MiMi**

Die Veranstaltung ist auf Russisch, kostenlos.

Veranstaltungsort Familienstützpunkt am Deutschhof, im Kindergarten Feuerbergstr. 61, 97422 Schweinfurt

***Do., 21. März 2024, 10.00 Uhr Frauenfrühstück mit Vortrag:  
Demenz - Vorbeugen, Symptome und Umgang***

Der Vortrag beim Frühstück gibt einen Einblick in das Thema. Fragen und Antworten. Veranstaltungsort IBF e.V., Obere Straße 14, 97421 Schweinfurt.

***Do., 11. April 2024, 10.00 Uhr Frauenfrühstück mit Vortrag:  
Vorstellung der Fachberatungsstelle bei häuslicher und  
sexualisierter Gewalt***

Was bietet die Beratungsstelle? Fragen und Antworten. Veranstaltungsort IBF e.V., Obere Straße 14, 97421 Schweinfurt. Anschließender Kurzbesuch der Beratungsstelle in ihren neuen Räumlichkeiten am Marktplatz.



**IBF e.V.**

## **Programm 2024**

***Mi., 17. und 24. April 2024,  
9.30 – 12.00 Uhr,  
Workshop „Stressbewältigung“***

Was ist Stress? Was kann man gegen Stress tun? Übungen und Hilfestellungen. Veranstaltungsort in der Ledward Kaserne, Kasernenweg 1, 97424 Schweinfurt. Angebot ist kostenlos, Anmeldung beim IBF erforderlich, Tel. 09721/541 9818.



Mit freundlicher Unterstützung durch das Projekt TAFF – Therapeutische Angebote für Flüchtlinge, ein Projekt der STIFTUNG WELTEN VERBINDEN und der Diakonie in Südostoberbayern.

(Bildquelle: unsplash.com)

***Do., 25. April 2024, 9.00 Uhr  
Vortrag und Austausch zum Thema  
„Frühlingskräuter“***



**MiMi**

Die Veranstaltung ist auf Deutsch, kostenlos.  
Veranstaltungsort Familienstützpunkt am Bergl, im Kindergarten Hermann-Barthel-Str. 17, 97424 Schweinfurt



**IBF e.V.**

# Programm 2024

***Do., 2. Mai 2024, 10.00 Uhr Frauenfrühstück mit Vortrag:  
Das „Haus der Familie“ stellt sich vor***

Angebote, Programm und Veranstaltungen. Neues aus dem Haus der Familie. Weitere Familienstützpunkte in der Stadt Schweinfurt und was sie Ihnen bieten. Veranstaltungsort IBF e.V., Obere Straße 14, 97421 Schweinfurt.



(Bildquelle: [www.schweinfurt.de](http://www.schweinfurt.de), Foto von Stefan Pfister)



IBF e.V.

# Programm 2024

## Laufendes Programm:

### ❖ Deutschkurse / Konversationsgruppe

- bitte nehmen Sie Kontakt mit uns auf
- Kontakt: Larissa Fuchs

### ❖ IKRA

- Unsere muttersprachliche Arabischschule „IKRA“ für Kinder im Grundschulalter findet am Wochenende statt. Voranmeldungen sind möglich.
- Kontakt: Jasmin Khalifa



### ❖ Beratung zur Anerkennung im Ausland erworbener Schul- und Berufsabschlüsse

- Sie haben im Ausland einen Abschluss und möchten sich darüber informieren, wie Sie diesen in Deutschland anerkennen lassen können? Wir beraten Sie gerne.
- Kontakt Larissa Fuchs, siehe unten



**IBF e.V.**

# Programm 2024

## ❖ Allgemeine Beratung

- Brauchen Sie Hilfe für Papiere, Briefe, Amt, Schule etc.?
- Gerne anrufen, und/oder Termin vereinbaren oder eine E-mail schreiben!
- Kontakt: Simin Mange

## ❖ Information und Vorträge zum Thema Gesundheit (MiMi)

- Informationsveranstaltungen (online/präsent)
- Individuell planbar
- Mindestens 8 Teilnehmende
- Verschiedene Sprachen möglich
- Bei Interesse kontaktieren Sie Larissa Fuchs



## ❖ Informationen und Vorträge zu Bildungsthemen (BILO)

- Informationsveranstaltungen  
(online/präsent)
- Individuell planbar
- Themen rund um Bildung und  
Weiterbildung
- Verschiedene Sprachen möglich
- Bei Interesse kontaktieren Sie Jasmin Khalifa





**IBF e.V.**

# Programm 2024

**Kontakt: IBF e.V.**  
Obere Straße 14  
97421 Schweinfurt

Telefon: 09721 541 98 18  
mobil: 0157 387 475 14  
Email: [info@ibf-schweinfurt.de](mailto:info@ibf-schweinfurt.de)

Larissa Fuchs:  
Jasmin Khalifa:  
Simin Mange:

[l.fuchs@ibf-schweinfurt.de](mailto:l.fuchs@ibf-schweinfurt.de)  
[j.khalifa@ibf-schweinfurt.de](mailto:j.khalifa@ibf-schweinfurt.de)  
[s.mange@ibf-schweinfurt.de](mailto:s.mange@ibf-schweinfurt.de)

## Öffnungszeiten:

Mo – Fr 9.00 – 12.00 Uhr,  
Mo, Di 13.00 – 15.00 Uhr,  
**Mittwoch geschlossen.**

Gefördert von:



Bayerisches Staatsministerium für  
Unterricht und Kultus



Gefördert durch

Bayerisches Staatsministerium des  
Innern, für Sport und Integration