

Mai – August 2018 ANGEBOTSKALENDER

Das Familienzentrum Katzenbach

Begegnung

Der Treffpunkt bietet Begegnungsmöglichkeiten für Familien mit Kindern von 0 – 4 Jahren und wird während den Öffnungszeiten durch Mitarbeitende begleitet. So kann man jederzeit in Kontakt treten, Fragen stellen und auch Themen vertiefen.

Betreuung

Das Familienzentrum bietet alternative Betreuungsmöglichkeiten zu bestehenden Angeboten im Quartier. Dazu gehören Spielgruppen und punktuelle Kinderhütendienste.

Öffnungszeiten

Treffpunkt

Für Familien mit Kindern von 0 – 4 Jahren.

Dienstag	14.30 – 17.00 Uhr
Mittwoch	09.00 – 11.30 Uhr
Donnerstag	14.30 – 17.00 Uhr
Freitag	14.30 – 17.00 Uhr
Samstag	10.00 – 13.00 Uhr

Regelmässige Angebote

Mütter-/Väterberatung

Der Alltag mit Babys und Kleinkindern macht viel Freude – ist aber auch anspruchsvoll und voller Fragen. Die Mütter-/Väterberaterin bietet kostenlose Beratung und Unterstützung an, um Ihnen als Mutter oder als Vater Sicherheit in Ihrer neuen Rolle zu geben. Bei Fragen rund ums Stillen, Weinen, Schlafen, Essen und Trotzen wie auch zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie sind wir für Sie da, von der Geburt bis zum Kindergarten Eintritt.

Jeden Mittwoch 14.00 – 16.00 Uhr
Ohne Anmeldung.

Telefonberatung	
Mo, Di, Do, Fr	09.00 – 12.00 Uhr
Mo – Fr	13.30 – 16.30 Uhr
Di	13.30 – 18.30 Uhr
Tel.	044 412 76 00

Babymassage

In der Gruppe haben Sie Gelegenheit, unter Anleitung der Mütter-/Väterberaterin

- Ihr Kind zu massieren
- sich Zeit zu nehmen für sich und Ihr Kind
- zu entspannen
- die Babymassage kennenzulernen.

Die Babymassage fördert die Beziehung von Mutter/Vater und Kind und ist gesundheitsfördernd für Säuglinge ab der 6. Woche. Sie haben die Möglichkeit, anderen Müttern und Vätern zu begegnen und Erfahrungen auszutauschen, um gestärkt in den anspruchsvollen Alltag zurückzukehren.

Die Babymassage findet in der Regel alle 14 Tage statt. Eine Anmeldung ist nicht notwendig. Das Angebot ist kostenlos.

Donnerstag	03.05.2018 17.05.2018 07.06.2018 21.06.2018 05.07.2018
Kursleitung	Simone Meyer, Mütter-/Väterberatung, Tel. 044 412 82 73

Rückbildungsyoga (möglich mit Baby)

Dieser Kurs bietet auch die Möglichkeit, andere Mütter kennenzulernen und sich auszutauschen. Im Bewegungsteil wird der Kreislauf aktiviert. Sie machen Beckenbodenübungen und stärken die Rumpfmuskulatur. Babys werden betreut.

Kurs	jeden Dienstag ausser Schulferien – Eintritt jederzeit möglich
Zeit	10.00 – 11.00 Uhr
Wer	Frauen 6 – 8 Wochen nach der Geburt
Kosten	CHF 20.- pro Einzelstunde oder 10er Abonnement à CHF 200.-/5er Abonnement à CHF 100.- (wird von der Krankenkasse/Zusatzversicherung übernommen)
Kursleitung	Viviana Velardi-Volgger – Dipl. Bewegungspädagogin BGB und Rückbildung BirthCare

Anmeldung* unter www.rundumdiemama.ch
Für Erstanfragen: 076 482 67 67

Bewegungsturnen

Früh übt sich! Das Bewegungsturnen ist die Vorstufe des ELKI-Turnens. Die kindliche Motorik wird durch Balancieren, Kriechen, Tanzen und Hüpfen gefördert. Spielerisch werden wir die Freude an der Bewegung beim Kind und Erwachsenen. Für Kinder von 18 – 36 Monaten in Begleitung eines Erwachsenen.

Montag	17.15 – 18.00 Uhr
Kosten	CHF 8.- pro Mal/ Paar Quartalsweise im Voraus zahlbar
Kursleitung	Dana Wider, Instruktorin ELKI-Turnen

Anmeldung an Tel. 076 583 85 82 oder reina94@gmx.ch

Beratung

Eltern finden im Familienzentrum kompetente Beratung für ihre Erziehungs- und Alltagsfragen. Wir bieten einerseits Infomaterial und Gespräche an, andererseits besteht die Möglichkeit, qualifizierte Beratung rund um das Thema Kind und Familie in Anspruch zu nehmen.

Bildung

In einer anregenden Atmosphäre profitieren Familien von verschiedensten Lernmöglichkeiten zu Erziehungs- und Gesundheitsthemen.

Sekretariat

Dienstag	09.00 – 12.00 / 13.30 – 17.00 Uhr
Mittwoch	09.00 – 12.00 Uhr
Donnerstag	09.00 – 12.00 / 13.30 – 17.00 Uhr
Freitag	13.30 – 17.00 Uhr
Samstag	10.00 – 13.00 Uhr

Das GFZ Familienzentrum bleibt während den Sommerferien vom 21.07. – 12.08.2018 geschlossen.

Malatelier

Kreatives, freies Malen – wir lassen uns von der kindlichen Fantasie überraschen. Für Kinder von 2 – 4 Jahren mit Begleitperson. Bitte Malschürze und Finken mitbringen.

Mittwoch	09.05./06.06.2018
Zeit	09.30 – 10.15 Uhr
Kosten	CHF 5.- pro Kind

Anmeldung* bis 12 Uhr vom Vortag ans FamZ

Kindergeschichten

Kommt vorbei und lasst uns in die Welt der Bilderbücher und Geschichten eintauchen! Spannende und animierte Lesungen für Familien mit Kindern von 3 – 4 Jahren. Ohne Anmeldung.

Dienstag	08.05.2018 22.05.2018 05.06.2018 19.06.2018 03.07.2018
Zeit	14.45 – 15.30 Uhr Kein Einlass nach Beginn

Eltern-Kind-Singen

Spiele und lustvoll tauchen Kinder und Eltern ein in Lieder, Verse, Tanz- und Bewegungsspiele. Das Kind wird über alle Sinne angesprochen, in seiner Entwicklung gefördert und sammelt erste Erfahrungen in der Gruppe. Für Kinder ab 12 Monate bis 5 Jahre und einer Begleitperson. Ohne Anmeldung.

Donnerstag	17.05.2018 31.05.2018 14.06.2018 28.06.2018 12.07.2018 30.08.2018
Zeit	10.00 – 11.15 Uhr Kein Einlass nach Beginn
Kosten	CHF 5.- pro Mal/Familie

Neu ab 27. August 2018

Bewegungsspielgruppe Mini Kids für Kinder ab 2 Jahren

Montag	08.45 – 11.15 Uhr
Kosten	CHF 270.- pro Wochentag und Quartal, CHF 30.- Einschreibgebühren (einmalig), inkl. Znüni und Materialkosten, zahlbar im Voraus
Kursleitung	Dana Wider, dipl. Wald- und Spielgruppenleiterin, Instruktorin ELKI-Turnen

Anmeldung an Tel. 076 583 85 82 oder reina94@gmx.ch

Bewegungsspielgruppe

Spiele und lustvoll tauchen Kinder und Eltern ein in Lieder, Verse, Tanz- und Bewegungsspiele. Das Kind wird über alle Sinne angesprochen, in seiner Entwicklung gefördert und sammelt erste Erfahrungen in der Gruppe. Für Kinder von 3 – 5 Jahren.

Freitag	08.30 – 11.30 Uhr
Kosten	CHF 300.- pro Wochentag und Quartal, CHF 30.- Einschreibgebühren (einmalig), inkl. Znüni und Materialkosten, zahlbar im Voraus
Kursleitung	Dana Wider, dipl. Wald- und Spielgruppenleiterin, Instruktorin ELKI-Turnen

Anmeldung an Tel. 076 583 85 82 oder reina94@gmx.ch

Kinder-Basteln

Kleben, Schneiden, Malen: Gemeinsam basteln wir etwas – lasst euch überraschen! Für Kinder von 3 – 4 Jahren mit Begleitperson. Bitte Malschürze mitbringen.

Dienstag	15.05./12.06.2018
Zeit	15.00 – 16.00 Uhr
Kosten	CHF 5.- pro Kind

Anmeldung* bis fünf Tage vor Beginn ans FamZ

Einmalige Angebote

Schlaf Kindlein schlaf

Die Veranstaltung richtet sich an Eltern, bei deren Babys und Kleinkindern das Ein- und Durchschlafen keine Selbstverständlichkeit ist. Die Eltern erhalten fachliche Informationen über den gesunden Schlaf und das kindliche Schlafverhalten. Anhand spezifischer Fragen zum Schlafverhalten ihrer Kinder lernen die Eltern, wie sie ihr Kind bei Schlafschwierigkeiten mit konkreten Massnahmen individuell begleiten können.

Mittwoch	30.05.2018
Zeit	19.00 – 21.00 Uhr
Kosten	Keine
Kursleitung	Susanna Fischer, Sozialpädagogin, Erwachsenenbildnerin mit eidg. Fachausweis

Anmeldung* bis 23.05.18 ans FamZ

1. Nationaler Vorlesetag

Die Familienzentren machen mit und bieten am Vormittag zwei Vorleseveranstaltungen an. Die erste Kindergeschichte «So weit oben» für Kinder von 2 – 4 Jahren mit Begleitperson.

Mittwoch	23.05.2018
Zeit	09.45 – 10.15 Uhr Kein Einlass nach Beginn

Die zweite Kindergeschichte «Der Gruffelo» für Kinder von 3 – 5 Jahren mit Begleitperson.

Mittwoch	23.05.2018
Zeit	10.30 – 11.00 Uhr Kein Einlass nach Beginn
Kosten	Keine

Anmeldung* bis 22.05.2018 ans FamZ

Aussenspielbereich Familienzentrum

Mit dem Frühling eröffnen wir auf Verlangen während den Treffpunkt-Öffnungszeiten des Familienzentrums unseren Aussenspielbereich. Der für sich abgegrenzte Spielplatz ist ausgestattet mit Sandkasten und Minitrampolins sowie einer Spielkiste. Melden Sie sich dafür im Sekretariat des FamZ. Wir öffnen Ihnen gern die Eingangstüre zum Spielplatz.

Ferienprogramm

Einmal Indianer sein

Auf dem Abenteuerspielplatz Buntspecht tauchen wir ein in die geheimnisvolle Welt der Indianer! Ein original Tipi-Zelt erwartet uns und für einmal fühlen wir uns wie richtige Indianer. Für Kinder von 0 – 5 Jahren.

Mittwoch	15.08.2018
Zeit	09.00 – 13.00 Uhr
Kosten	1 Erw. + 1 Kind CHF 25.- 1 Erw. + 2 Kinder CHF 30.- 1 Erw. + 3 Kinder CHF 35.- Je weit. Erw. CHF 10.- Mittagessen inklusiv

Anmeldung* bis 20.07.2018 ans FamZ

Beeren pflücken auf dem Bauernhof

Gemeinsam besuchen wir den Bauernhof der Familie Kuchler in Seebach, wo wir uns die Hoftiere anschauen und selber Beeren pflücken können. Anschliessend gibt es ein Picknick mit frischen und feinen Produkten aus dem Hofladen. Für Kinder von 0 – 6 Jahren.

Freitag	17.08.2018
Zeit	09.00 – 13.00 Uhr
Kosten	1 Erw. + 1 Kind CHF 25.- 1 Erw. + 2 Kinder CHF 30.- 1 Erw. + 3 Kinder CHF 35.- Mittagessen inklusiv

Anmeldung* bis 20.07.2018 ans FamZ

Gesprächsrunde für Eltern mit Kinderhüeti

Lernen mit allen Sinnen
Donnerstag, 24. Mai 2018
Ganzheitliches Lernen ist für Kinder sehr wichtig. Erst wenn alle Sinne aktiviert sind, passieren spannende Lernprozesse. Anhand vieler Beispiele und konkreten Spielideen tauchen wir ein in das Lernen mit allen Sinnen.

Trotzen – eine Herausforderung für alle
Donnerstag, 07. Juni 2018
Wenn es nur noch «nein» und «ich will» heisst, steckt ihr Kind in einer ganz wichtigen Entwicklungsphase. Für die Eltern ist es aber nicht immer einfach, Ruhe zu bewahren und zu verstehen, was da passiert. Anhand vieler praktischer Beispiele wird gezeigt, wie Eltern in dieser Zeit gelassener reagieren können.

Gesprächsrunde	09.30 – 11.00 Uhr
Kinderhüeti	09.15 – 11.15 Uhr
Kosten	CHF 10.- pro Familie
Kursleitung	Martha Furger Brunner, Elterncoach

Anmeldung* bis eine Woche vorher ans FamZ