

September – Dezember 2021 ANGEBOTSKALENDER

Das Familienzentrum Zeltweg

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.

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 wichtigen Erziehungs- und Gesundheitsthemen.

Kids Yoga

Yoga hilft den Kindern, sich harmonisch zu entwickeln und ihre Persönlichkeit zu entfalten. Es lässt sie spüren, dass körperliche Übungen zu ihrem Wohlbefinden beitragen, sodass sie später mühelos mit ihrem Körper umgehen können und die Signale des eigenen Körpers verstehen lernen.

Dienstag 16.30 – 17.30 Uhr
Kosten Einzelstunde CHF 30.-
4er Abo CHF 110.-
8er Abo CHF 200.-
10er Abo CHF 250.-
(3 Monate gültig)
Kursleitung Nicole Toth, zertifizierte 3HO Kundalini Kinderyoga Lehrerin
info@kidsyogastars.ch

Anmeldung direkt an die Kursleiterin

Öffnungszeiten

Treffpunkt

Für Familien mit Kindern von 0 – 4 Jahren

Mittwoch 09.00 – 11.30 Uhr

Das GFZ Familienzentrum Zeltweg bleibt während den Weihnachtsferien vom 23.12.2021 bis 04.01.2022 geschlossen.

Regelmässige Angebote

Begleiteter Bewegungsraum

Im begleiteten Bewegungsraum kann Ihr Baby frei krabbeln, klettern und verschiedene Spielmaterialien erforschen. So entwickelt es ein Gefühl für den Körper, lernt sichere Bewegungen und knüpft erste Kontakte zu anderen Kindern. Für Kinder von 5 bis 20 Monaten mit einer Begleitperson.

Mittwoch 1. Kurs von 13.30 – 15.00 Uhr
2. Kurs von 15.30 – 17.00 Uhr
Kosten Das Angebot ist kostenlos.
Kursleitung Sandra Eugster, Mütter-/Väterberaterin
sandra.eugster@zuerich.ch

Anmeldung direkt an die Kursleiterin

Canorta Rumantscha

In Zusammenarbeit mit GFZ wird jeweils am Montag ein 1-Tages-Betreuungsangebot in romanischer Sprache angeboten. Für Kinder ab drei Monaten bis zum Kindergartenentritt.

Zeit 07.30 – 18.00 Uhr
Kosten CHF 153.- für Säuglinge bis 18 Monate
CHF 133.- für Kleinkinder bis Kindergartenübertritt

Anmeldung an canorta.rumantscha@gfz-zh.ch oder Tel. 044 253 75 25

Mittagessen in entspannter Atmosphäre für Mütter mit Babys

Geniessen Sie zusammen mit anderen Müttern mit Babys ein gesundes und entspanntes Mittagessen! Unser Mittagstisch bietet Ihnen ein ausgewogenes, frisches und gesundes Mittagessen. Sie können sich in ungezwungener Atmosphäre mit anderen Müttern austauschen, neue Kontakte knüpfen und von wertvollen Tipps durch unsere Fachpersonen profitieren. GFZ und die Familienpraxis Stadelhofen bieten dieses Angebot in Kooperation an.

Donnerstag 12.00 – 14.00 Uhr
Kosten CHF 20.- pro Person

Anmeldung (bis zwei Tage vorher) ans FamZ

Dieses Innovationsprojekt wird unterstützt von Gesundheitsförderung Schweiz.

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. Kostenlos und ohne Anmeldung.

Mittwoch 15.09./20.10./24.11./15.12.2021
Zeit 09.45 – 10.30 Uhr
Kein Einlass nach Beginn.

Erziehungs- und Schlafberatung

Essen, Aufräumen, Zuhören, Einschlafen, Durchschlafen, Einkaufen, Streiten etc. sind ganz gewöhnliche Alltagssituationen. Mit kleinen Kindern sind diese so alltäglichen Stress- und Streitsituationen verbunden. Gemeinsam werden Lösungsstrategien erarbeitet. Beratung nach Terminvereinbarung.

Dauer ca. 1 Stunde
Kosten CHF 130.-
Kursleitung Susanna Fischer, Fachberaterin EEH Familienpraxis Stadelhofen, Tel. 078 888 04 68 oder info@schreibbaby.ch

Anmeldung an die Kursleiterin

Bitte informieren Sie sich vorgängig über unser Angebot. Es kann zu Einschränkungen oder Änderungen aufgrund der Coronapandemie kommen. Tel. 044 253 75 20

Sekretariat

Dienstag 09.00 – 12.00 / 13.30 – 17.00 Uhr
Mittwoch 09.00 – 12.00 / 13.30 – 17.00 Uhr
Donnerstag 09.00 – 12.00 / 13.30 – 17.00 Uhr

Treffpunkt für Eltern von Kindern mit besonderen Bedürfnissen

Die Diagnose einer schweren Krankheit oder Beeinträchtigung ihres Kindes ist für Eltern eine grosse Herausforderung. Denn jetzt rücken Themen in den Mittelpunkt, welche andere Familien nicht kennen. Da kann es hilfreich sein, sich mit anderen Eltern in einer ähnlichen Situation auszutauschen. Das GFZ Familienzentrum Zeltweg bietet einen kostenlosen Treff für Eltern eines Kindes mit besonderen Bedürfnissen an, welcher von einer GFZ Heilpädagogin begleitet wird. Die Kinder werden während dieser Zeit von einer Fachperson umsichtig betreut.

Dienstag 28.09./26.10./30.11./21.12.2021
Zeit 18.00 – 19.30 Uhr
Anmeldung Astrid Hartmann, GFZ Heilpädagogin unter astrid.hartmann@gfz-zh.ch
Tel. 078 615 44 66

Singen und Musizieren «Chäferfäsch»

Die Kinder der GFZ Kita 1 freuen sich, gemeinsam mit euch und euren Kindern viele bunte Lieder und Reime singen und hören zu dürfen. Taucht mit uns ab in die musikalische Welt und lernt verschiedene Liedtexte. Anschliessend bleibt für die Kinder Zeit zu spielen und die Erwachsenen können sich untereinander austauschen. Für Kinder ab ca. 2 Jahren mit Begleitperson.

Mittwoch 22.09./13.10./10.11./08.12.2021
Zeit 09.45 – 10.20 Uhr
Singen und Musizieren
10.20 – 11.30 Uhr
Spielen und Austausch
Kosten Wir freuen uns über eine individuelle kleine Unterstützung.

Unverbindliche Anmeldung* bis zum Vortag ans FamZ

CaPiMo Bewegungskurs

CaPiMo ist das einzigartige Kurskonzept, das Kinder stark macht. Hier lernen Kinder im Alter von 8 - 36 Monaten, sich als selbstwirksam zu erfahren und ihr Selbstbild positiv zu stärken. CaPiMo bietet eine perfekt abgestimmte Kombination aus Bewegung, Musik und Sprache sowie Zeit für freies Spiel, fest eingebaute Rituale und speziell an die Bedürfnisse des jeweiligen Kindes angepasste vorbereitete Umgebung.

Freitag 1. Kurs von 09.15 – 10.15 Uhr
2. Kurs von 10.45 – 11.45 Uhr
Einstieg jederzeit möglich.
Kosten 8-Wochen-Kurs, CHF 240.-
Kursleitung Payapa Graffman, angehende Logopädin, payapa.graffman@capimo.eu

Anmeldung direkt an die Kursleiterin

Rückbildungsyoga

Das Rückbildungsyoga ist ein sanftes und ganzheitliches Körpertraining nach der Geburt. Es kräftigt, dehnt und entspannt den Körper. Die aufbauenden Bauch- und Beckenübungen unterstützen die Rückbildung und bringen die Energien wieder in Fluss. Viel Freude für Mami und Kind.

Donnerstag 15.00 – 16.00 Uhr
Kosten Einzelstunde CHF 30.-
10er Abo CHF 250.-
Kursleitung Geneviève Stucker, Yogalehrerin und Polarity Körpertherapeutin, info@yogaincontact.ch

Anmeldung an die Kursleiterin

Betreuungsplatz gesucht?

Die GFZ Kita 1 am Zeltweg mit dem wunderschönen Garten hat freie Plätze für Kinder ab 18 Monaten. Melden Sie sich unverbindlich für den nächsten offiziellen Besichtigungstermin an und Sie erhalten Informationen über unser Angebot.

Dienstag 07.09.2021 / 23.11.2021
Zeit 18.30 – 19.30 Uhr

Anmeldung: Tel. 044 253 75 10 oder michele.biollay@gfz-zh.ch

Einmalige Angebote

Freies, kreatives Gestalten

Kleben, Klecksen, Malen und Gestalten mit verschiedenen Materialien – wir lassen uns von der kindlichen Kreativität überraschen und inspirieren. Für Kinder von 2 – 4 Jahren mit Begleitperson.

Mittwoch 29.09.2021
Zeit 09.45 – 11.00 Uhr
Kosten CHF 5.- pro Kind

Anmeldung* bis 12.00 Uhr vom Vortag ans FamZ

Familien-Brunch

Gemeinsam geniessen wir an einem Samstagmorgen einen feinen Brunch und nutzen das gemütliche Beisammensein, um uns in Ruhe auszutauschen. Die ganze Familie ist herzlich willkommen!

Samstag 27.11.2021
Zeit 09.30 – 11.00 Uhr
Kosten CHF 8.- pro Kind
CHF 10.- pro Erwachsene

Anmeldung* bis 23.10.21 ans FamZ

Zopfteig-Tierli backen

Schildkröte, Schnecke oder doch eine Maus? Wir formen zusammen lustige Zopfteig-Tierli und bestaunen, wie sie im Backofen wachsen. Und vermaschen sie danach gemeinsam. Für Kinder von 2 - 4 Jahren mit einer Begleitperson.

Mittwoch 17.11.2021
Zeit 09.30 – 11.00 Uhr
Kosten CHF 8.- pro Kind

Anmeldung* bis 12.00 Uhr vom Vortag ans FamZ

Guetzle

Zur Weihnachtszeit gehören Guetzli einfach dazu! Wir backen und verzieren gemeinsam feine Guetzli und naschen heimlich Teig. Für Kinder von 2 – 4 Jahren mit einer Begleitperson.

Mittwoch 01.12.2021
Zeit 09.30 – 11.00 Uhr
Kosten CHF 10.- pro Kind

Anmeldung* bis 12.00 Uhr vom Vortag ans FamZ

Ferienprogramm

Ausflug in den Park im Grüene

Zusammen machen wir einen Ausflug in den schönen Park im Grüene in Rüschlikon. Neben einem grossen Spielplatz und einer weitläufigen Wiese können die Kinder auch Eseli reiten oder Eisenbahn fahren. Als Höhepunkt gibt es ein live aufgeführtes Kasperli-Theater.

Mittwoch 13.10.2021
Zeit 13.30 – ca. 16.00 Uhr
Kosten 1 Erw. + 1 Kind CHF 10.-
1 Erw. + 2 Kinder CHF 15.-
Jede weitere Person CHF 5.-
Zvieri inklusive

Anmeldung* bis 06.10.21 ans FamZ

Unterwasserwelt

Gemeinsam tauchen wir in die Unterwasserwelt ein und ergründen während einer Bastelarbeit den Meeresgrund. Danach gibt es für alle eine Schatzsuche und anschliessend einen grösseren Znüni. Zum Abschluss begeben wir uns noch auf eine Unterwasser-Traumreise. Für Kinder von 2 – 4 Jahren. Pro Kind eine Begleitperson.

Freitag 15.10.2021
Zeit 9.00 – ca. 11.45 Uhr
Kosten 1 Erw. + 1 Kind CHF 20.-

Anmeldung* bis 08.10.21 ans FamZ

Räume mieten

Die hellen Räume des Familienzentrums können für verschiedene Anlässe (vorwiegend am Wochenende) gemietet werden.

Gruppenraum 60 m² / für max. 25 Personen
Treffpunkt (mit Teeküche) 26 m² / für max. 10 Personen
Kombiniert 86 m² / für max. 50 Personen (Anzahl Sitzplätze für Feste/Anlässe)
Für max. 100 Personen (Stehplätze oder Bestuhlung für Seminare/Vorträge)

Für Kindergeburtstage gibt es Spezialtarife. Für Eltern mit einem Betreuungsvertrag in einer GFZ Kita oder GFZ Tagesfamilie gibt es 20% Rabatt.

Mehr Informationen erhalten Sie unter Tel. 044 253 75 20 oder famz-zeltweg@gfz-zh.ch