

April – August 2022 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

Quartierberatungsstelle der Mütter-/Väterberatung

Haben Sie Fragen zu Ernährung, Schlaf, Erziehung, Entwicklung und Pflege Ihres Kindes? Wir beraten und informieren Sie in Ihrer anspruchsvollen Aufgabe als Eltern von Kindern bis zum Alter von fünf Jahren – kostenlos und professionell. Weitere Informationen sowie die Möglichkeit der Online-Anmeldung finden Sie auf unserer Webseite. Die Mütter- und Väterberatung ist ein kostenloses Angebot der Stadt Zürich.

Anmeldung über stadt-zuerich.ch/mvb

Jeden Mittwoch	14.00 – 16.00 Uhr
Telefonberatung:	Tel. 044 412 76 00
Mo bis Fr	09.00 – 12.00 Uhr / 13.30 – 16.30 Uhr
Ausnahmen	Mi nur nachmittags

Babymassage

Die Babymassage ist gut für die Gesundheit von Babys ab der 6. Woche und fördert Ihre Beziehung zu Ihrem Kind. In der Gruppe können Sie unter Anleitung einer Mütter- und Väterberaterin die Babymassage kennenlernen und Ihr Kind massieren. Weitere Informationen sowie die Möglichkeit der Online-Anmeldung finden Sie auf unserer Webseite. Dies ist ein kostenloses Angebot der Mütter- und Väterberatung Stadt Zürich.

Anmeldung über stadt-zuerich.ch/mvb

Donnerstag	07.04./05.05./19.05./02.06./ 16.06./07.07.2022
Zeit	14.30 – ca. 15.30 Uhr
Kursleitung	Simone Meyer, Mütter-/Väterberatung Tel. 044 412 82 73

PEKiP Kurs

PEKiP begleitet Eltern mit ihren Babys mit Spiel- und Bewegungsangeboten durch das erste Lebensjahr. Ausserdem können Eltern vom gemeinsamen Austausch mit anderen Eltern und der Gruppenleitung von- und miteinander profitieren.

Kurs 1 Start	Mittwoch, 01.06.2022 (Total 7 Lekt.)
Kurs 2 Start	Mittwoch, 24.08.2022 (Total 7 Lekt.)
Zeit	10.00 – 11.30 Uhr
Wer	Eltern mit Babys ab 3. – 5. Lebensmonat
Teilnehmer	5 - 6 Eltern mit ihren Babys
Kosten Kurs	CHF 280.- für 7 Lektionen (evtl. Krankenkasse/ Zusatzvers.)
Kursleitung	Monika Lanfranchi, Ausgebildete FaBe, PEKiP Gruppenleiterin www.zeitfuerunszuerich.com

Anmeldung* zeitfueruns.zuerich@bluewin.ch /
Tel. 077 524 57 94

Yoga für Schwangere

Das Yoga für Schwangere ist ein ganzheitliches Körpertraining vor der Geburt. Die erfahrene Yogalehrerin gibt nicht nur technische Anleitung, sondern versteht die besonderen psychischen und physischen Situationen der Schwangeren und geht darauf ein. Sie stärkt das Vertrauen, auf den eigenen Körper und auf die eigene Stimme zu hören. Die Yogagruppe ist ein Ort des Austausches unter Gleichgesinnten.

Kurs	jeden Mittwochabend
Zeit	18.00 – 19.15 Uhr
Wer	Frauen ab 4. Monat
Kosten	CHF 25.- (bar) / Probestunde CHF 110.-/4er Abo, 1 Mt. gültig CHF 200.-/8er Abo, 10 Wo. gültig
Kursleitung	Geneviève Stucker, Yoga- lehrerin & Körpertherapeu- tentin, Yoga Geburts- vorbereitung und Rückbildung www.yogaincontact.ch

Anmeldung* erforderlich: info@yogaincontact.ch /
Tel. 076 428 11 13.

Beratung

Eltern finden im Familienzentrum kompetente Beratung für 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.

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 Frühlingsferien vom 15. – 25.04.2022 und während den Sommerferien vom 23.07. – 15.08.2022 geschlossen

Schneiden, Kleben, Malen

Schneiden, Kleben, Malen: So üben wir uns in der Feinmotorik und gestalten etwas gemeinsam – lasst euch überraschen. Für Kinder von 3 – 4 Jahren mit Begleitperson. Bitte Malschürze mitbringen.

Dienstag	10.05./21.06./05.07.2022
Zeit	15.00 – 16.00 Uhr
Kosten	CHF 6.- pro Kind

Anmeldung* bis fünf Tage vor Beginn ans FamZ

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	06.04./11.05./08.06./06.07.2022
Zeit	09.30 – 10.15 Uhr
Kosten	CHF 6.- pro Kind

Anmeldung* bis am Vortag 12 Uhr ans FamZ

Eltern-Kind-Singen

Spielerisch und lustvoll tauchen Kinder und Eltern ein in Lieder, Verse, Tanz- und Bewegungsspiele. Für Kinder ab 12 Monaten bis 5 Jahre und einer Begleitperson.

Donnerstag	07.04./05.05./19.05./09.06./ 23.06./07.07./14.07.2022
Zeit	10.00 – 11.15 Uhr
Kosten	Teilnehmeranzahl ist beschränkt. Kein Einlass nach Beginn. CHF 6.- pro Mal/Familie

Anmeldung* 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.

Dienstag	05.04./03.05./17.05./14.06./ 28.06.2022
Zeit	14.45 – 15.30 Uhr
Kosten	Kein Einlass nach Beginn

Anmeldung* ans FamZ

GFZ Sprach- und Bewegungsspielgruppe

Auch für Kinder mit besonderen Bedürfnissen

Spielerisch wird die Fein- und Grobmotorik durch gezielte Bewegung, Spiele, Singen, Werken und Freispiel gestärkt. Geschichten hören und sehen, Grenzen lernen und es können erste Freundschaften geknüpft werden. Kinder mit besonderen Bedürfnissen können eine reguläre Spielgruppe besuchen, in der sie soziale, emotionale und persönliche Erfahrungen ausserhalb des Elternhauses mit Gleichaltrigen erleben dürfen.

Tag	Montag
Zeit	08.45 – 11.30 Uhr
Kosten	CHF 130.- /Mt., inkl. Verpflegung und Material Einschreibgebühr CHF 30.- (einmalig)
Alter	Für Kinder ab ca. 2.5 – 5 Jahre
Anmeldung	Leila Burón, FaBe Kind, Pflegefachfrau Tel. 078 795 88 99 selin.buron@gfz-zh.ch

Schnuppern ist das ganze Jahr über möglich mit Voranmeldung.

Mittagstisch für Mütter mit Babys

Unser Mittagstisch für Mütter mit Säuglingen bis ca. 6 Monate bietet Ihnen ein ausgewogenes, frisches und gesundes Mittagessen. Sie können sich in ungezwungener Atmosphäre mit anderen Müttern austauschen, neue Kontakte knüpfen und von wertvoller Beratung durch unsere Fachperson profitieren. Die Stiftung GFZ und die Mütter- und Väterberatung der Stadt Zürich bieten dieses Angebot in Kooperation an.

Donnerstag	07.04./05.05./19.05./02.06./ 16.06./07.07.2022
Zeit	12.00 – 14.00 Uhr
Kosten	CHF 20.- pro Person

Anmeldung* bis zum Vortag 12 Uhr ans FamZ

Einmalige Angebote

Muttertagsgeschenk

Eine schöne Gelegenheit, Danke zu sagen! Jede Mutter freut sich über ein liebevolles Geschenk zum Muttertag. Zusammen mit dem Papi oder einer anderen Begleitperson dürfen die Kinder etwas Schönes basteln. Für Kinder von 2 – 4 Jahren. Pro Kind eine Begleitperson.

Samstag	07.05.2022
Zeit	10.00 – ca. 11.30 Uhr
Kosten	CHF 12.- pro Kind

Anmeldung* bis 29.04.2022 ans FamZ

Zopfteig-Tierli backen

Gemeinsam backen wir aus feinem Zopfteig verschiedene Tiere. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt – kneten, formen, backen und dann geniessen. Für Kinder von 2 – 5 Jahren mit einer Begleitperson.

Freitag	24.06.2022
Zeit	09.30 – ca. 11.00 Uhr
Kosten	CHF 8.- pro Kind

Anmeldung* bis 10.06.2022 ans FamZ

«Wie sage ich es meinem Kind?»

Fachveranstaltung für Eltern/Interessierte In einem lehrreichen und spannenden Vortrag mit zahlreichen Alltagsbeispielen und einer Prise Humor erklärt die Kursleiterin, wie eine positive Entwicklung durch eine vertrauensvolle Beziehung zu Ihrem Kind angestossen werden kann und gibt praxisnahe Antworten auf Fragen.

Donnerstag	16.06.2022
Zeit	19.30 – 21.00 Uhr
Kosten	keine
Kursleitung	Barbara Forster-Zanettin, Primarlehrerin und Expertin für beziehungsfördernde Kommunikation

*Anmeldung bis 14.06.2022 ans FamZ.

Ferienangebot

Ausflug in den «Park im Grüene»

Wir machen 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. Für Kinder von 1 – 4 Jahren mit einer Begleitperson.

Mittwoch	27.04.2022
Zeit	13.30 – ca. 16.30 Uhr
Kosten	1 Erw. + 1 Kind CHF 10.- 1 Erw. + 2 Kinder CHF 15.- Jede weitere Person CHF 5.- Zvieri inkl.

Anmeldung* bis 20.04.22 ans FamZ

Unterwasserwelt

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

Freitag	29.04.2022
Zeit	09.00 – ca. 11.45 Uhr
Kosten	1 Erw. + 1 Kind CHF 20.- eine Schuhschachtel

Anmeldung* bis 26.04.2022 ans FamZ

Ausflug in den Wald

Gemeinsam erkunden wir den Wald an der Stadtgrenze. Anschliessend grillieren wir an einer Feuerstelle unser Mittagessen – ein feines Schlangensbrot dazu darf nicht fehlen. Für Kinder von 0 – 4 Jahren mit Begleitperson.

Dienstag	19.07.2022
Zeit	09.00 – 13.00 Uhr
Kosten	1 Erw. + 1 Kind CHF 26.- 1 Erw. + 2 Kinder CHF 32.- Jeder weitere Erwachsene CHF 12.-, Mittagessen inkl.

Anmeldung* bis 12.07.2022 ans FamZ

Beeren pflücken auf dem Bauernhof

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

Freitag	19.08.2022
Zeit	09.00 – 13.00 Uhr
Kosten	1 Erw. + 1 Kind CHF 26.- 1 Erw. + 2 Kinder CHF 32.- 1 Erw. + 3 Kinder CHF 37.- Jeder weitere Erwachsene CHF 12.-, Mittagessen inkl.

Anmeldung* bis 22.07.2022 ans FamZ