

Januar – April 2023

ANGEBOTSKALENDER



Folge uns

Das Familienzentrum Zeltweg

Begegnung

Der Treffpunkt bietet Begegnungsmöglichkeiten für Familien mit Kindern von 0 bis 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.

Sportferienangebot

Das Ferienprogramm für Februar ist noch in Planung. Ab Anfang Januar könnt ihr euch gerne bei uns über den genauen Ablauf informieren.

Dienstag 14.02.2023
Zeit 09.00 bis ca. 12.00 Uhr

Anmeldung* bis am 07.02.2023 ans FamZ

Frühlingsferienangebot

Tram-Museum

Gemeinsam entdecken wir das Tram-Museum mit einer privaten Führung. Die Kinder erfahren, was es heisst, eine echte Tramchauffeuse oder ein echter Tramchauffeur zu sein. Wir lernen viel Spannendes über die verschiedenen Züri-Trams im Laufe der Jahre und können z. B. ein Tram von unten betrachten, ins Cockpit steigen und an allen Kurbeln drehen.

Freitag 28.04.2023
Zeit 09.00 – 11.30 Uhr
Kosten 1 Erw. und 1 Kind CHF 20.–
1 Erw. und 2 Kinder CHF 30.–

Anmeldung* bis am 21.04.2023 ans FamZ

Öffnungszeiten

Treffpunkt

Für Familien mit Kindern von 0 bis 4 Jahren

Mittwoch 09.00 – 11.30 Uhr

Das GFZ Familienzentrum Zeltweg bleibt über Weihnachten und Neujahr vom 24.12.2022 bis 08.01.2023 geschlossen.

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

Babymassage

Die Babymassage ist gut für die Gesundheit von Babys ab der 6. Woche und fördert Ihre Beziehung zu Ihrem Kind. Im Kurs können Sie zudem andere Mütter und Väter kennenlernen und Erfahrungen austauschen, um gestärkt in den anspruchsvollen Alltag zurückzukehren.

jeden zweiten Freitag 10.00 – 11.00 Uhr
Kosten Das Angebot ist kostenlos.
Kursleitung Eliane Wirth, Mütter-/Väterberaterin eliane.wirth@zuerich.ch

Anmeldung* direkt an die Kursleiterin

PEKiP

Das erste Lebensjahr ist eine ganz besondere Zeit. PEKiP begleitet Sie und Ihr Baby mit Spiel- und Bewegungsanregungen durch diese spannende Lebensphase. Die Eltern können sich über ihre Erfahrungen austauschen und verschiedene Themen mit der Kursleiterin besprechen.

ab Montag 16.01.2023 (8 Lektionen)
Zeit 09.30 – 11.00 Uhr
Kosten CHF 320.– für 8 Lektionen
Kursleitung Monika Lanfranchi, Gruppenleiterin PEKiP zeitfuerruns.zuerich@bluewin.ch Tel. 077 524 57 94

Anmeldung* direkt an die Kursleiterin

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 31.01./28.02./28.03./25.04.2023
Zeit 18.00 – 19.30 Uhr
Anmeldung Astrid Hartmann, GFZ Heilpädagogin astrid.hartmann@gfz-zh.ch Tel. 078 615 44 66

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 direkt an die Kursleiterin

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 bis 4 Jahren mit Begleitperson.

Mittwoch 01.02.2023
Zeit 09.45 – 11.00 Uhr
Kosten CHF 8.– pro Kind

Anmeldung* bis 12.00 Uhr am Vortag ans FamZ

Pizza backen und gemeinsam essen

Mit Salami, Peperoni, Pilzen oder doch lieber nur mit Käse? Jedes Kind darf seine eigene Pizza belegen, und anschliessend geniessen wir gemeinsam unseren leckeren, selbstgemachten Zmittag. Für Kinder von 2 bis 4 Jahren mit einer Begleitperson.

Mittwoch 15.03.2023
Zeit 09.45 – 12.00 Uhr
Kosten CHF 15.– pro Familie

Anmeldung* bis 12.00 Uhr am Vortag ans FamZ

«Osterhas, weisch du was?»

Passend zu Ostern backen wir gemeinsam einen Osterkranz und verzieren dazu ein buntes Osterei. Zum Abschluss gibt es eine lustige Ostergeschichte.

Mittwoch 05.04.2023
Zeit 09.30 – 11.00 Uhr
Kosten CHF 10.– pro Kind

Anmeldung* bis 12.00 Uhr am Vortag 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.

Regelmässige Angebote

Kindergeschichten

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

Mittwoch 25.01./22.02./22.03./19.04.2023
Zeit 09.45 – 10.30 Uhr
Kein Einlass nach Beginn

Singen und Musizieren «Chäferfäscht»

Die Kinder der GFZ Kita 1 freuen sich, gemeinsam mit euch und euren Kindern viele 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 18.01./15.02./08.03./12.04.2023
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

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

Anmeldung direkt an die Kursleiterin

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 Mütter-/Väterberatung der Stadt Zürich bieten dieses Angebot in Kooperation an.

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

Anmeldung* (bis zwei Tage vorher) ans FamZ

Betreuungsplatz gesucht?

Die GFZ Kita 1 am Zeltweg mit dem wunderschönen Garten hat freie Plätze für Kinder ab 18 Monaten.

Der nächste offizielle Besichtigungstermin wird im März stattfinden. Über das genaue Datum können Sie sich ab Januar bei uns informieren.

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