

Februar 2025 bis August 2025 ANGEBOTSKALENDER

Das Familienzentrum Katzenbach

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.

Eltern-Kind-Singen

Spielerisch und sinnlich tauchen Kinder und Eltern ein in Lieder, Verse, Tanz- und Bewegungsspiele.

Montag 03.02./24.02./10.03./24.03./07.04./05.05./19.05./02.06./16.06./30.06./25.08.2025
Zeit 13.45 bis 15.00 Uhr
Kein Einlass nach Beginn.
Kosten CHF 6.– pro Mal / Familie
Für Kinder von 2½ bis 5 Jahren mit einer Begleitperson.

Donnerstag 06.02./27.02./13.03./27.03./10.04./08.05./15.05./05.06./19.06./03.07./28.08.2025
Zeit 09.45 bis 11.00 Uhr
Kein Einlass nach Beginn.
Kosten CHF 6.– pro Mal / Familie
Für Kinder von 12 Monaten bis 4 Jahren mit einer Begleitperson.

Anmeldung* ans FamZ

Kindergeschichten

Animierte Geschichten ermöglichen es den Kindern, tief in eine faszinierende Welt einzutauchen. Dadurch wird ihre Fantasie angeregt sowie ihre Sprachkompetenz aktiviert und gefördert. Für Kinder von 3 bis 4 Jahren mit einer Begleitperson.

Dienstag 25.02./11.03./25.03./08.04./13.05./10.06./24.06./08.07.2025
Zeit 14.45 bis 15.30 Uhr
Kein Einlass nach Beginn.

Anmeldung* ans FamZ

Einmalige Angebote

«Osterhas, weisst du was?»

Passend zu Ostern gestalten wir ein Osternest und färben dazu kunterbunte Ostereier. Lasst euch auf Ostern einstimmen. Für Kinder von 2 bis 4 Jahren mit einer Begleitperson.

Dienstag 15.04.2025
Zeit 15.00 bis 16.00 Uhr
Mitbringen 2 weisse, hart gekochte Eier zum Färben
Kosten CHF 8.– pro Kind

Anmeldung* bis 08.04.2025 ans FamZ

Muttertagsgeschenk

Es ist eine 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 bis 4 Jahren. Pro Kind eine Begleitperson.

Samstag 10.05.2025
Zeit 10.00 bis ca. 11.30 Uhr
Kosten CHF 12.– pro Kind

Anmeldung* bis 16.04.2025 ans FamZ

Vorlesetag

Lasst uns gemeinsam in die unendliche Welt der Geschichten eintauchen. Das GFZ Familienzentrum Katzenbach freut sich, am Schweizer Vorlesetag auch dieses Jahr wieder dabei zu sein! Für Kinder von 2 bis 4 Jahren mit einer Begleitperson.

Mittwoch 21.05.2025
Zeit 10.00 bis ca. 10.30 Uhr

Anmeldung* bis 14.05.2025 ans FamZ

Apfel-Zopfschnecken backen

Schnetzeln, Formen, Backen: Gemeinsam backen wir mit Zopfteil und Äpfeln feine Apfelschnecken. Für Kinder von 2 bis 5 Jahren mit einer Begleitperson.

Samstag 21.06.2025
Zeit 10.00 bis ca. 11.30 Uhr
Kosten CHF 10.– pro Kind

Anmeldung* bis 13.06.2025 ans FamZ

Ferienangebote

Was macht das Eichhörnchen im Winter?

Gemeinsam erkunden wir den Wald an der Stadtgrenze und finden heraus, wie die einheimischen Eichhörnchen im Winter leben. Anschließend geniessen wir zusammen einen Znüni am Feuer. Zum Abschluss kreieren wir eine Eichhörnchen-Pizza. Für Kinder von 3 bis 5 Jahren. Pro Kind eine Begleitperson.

Dienstag 11.02.2025
Zeit 09.00 bis ca. 11.30 Uhr
Kosten 1 Erw. + 1 Kind CHF 20.–
1 Erw. + 2 Kinder CHF 26.–

Anmeldung* bis 04.02.2025 ans FamZ

Ausflug in den Wald

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

Dienstag 15.07.2025
Zeit 09.00 bis ca. 13.00 Uhr
Kosten 1 Erw. + 1 Kind CHF 26.–
1 Erw. + 2 Kinder CHF 32.–
Jede/-r weitere Erwachsene CHF 12.–, Mittagessen inkl.

Anmeldung* bis 08.07.2025 ans FamZ

Beeren pflücken auf dem Bauernhof

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

Freitag 15.08.2025
Zeit 09.00 bis ca. 13.00 Uhr
Kosten 1 Erw. + 1 Kind CHF 26.–
1 Erw. + 2 Kinder CHF 32.–
1 Erw. + 3 Kinder CHF 37.–
Jede/-r weitere Erwachsene CHF 12.–, Mittagessen inkl.

Anmeldung* bis 16.07.2025 ans FamZ

Öffnungszeiten

Treffpunkt

Für Familien mit Kindern von 0 bis 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

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

Ferien

Das GFZ Familienzentrum bleibt während den Frühlingsferien vom 18. April bis 4. Mai 2025 und während den Sommerferien vom 19. Juli bis 11. August 2025 geschlossen.

Regelmässige Angebote

Quartierberatungsstelle der Mütter-/Väterberatung

Wir unterstützen Sie im Familienalltag: Haben Sie Fragen zur Ernährung, Erziehung oder Pflege Ihres Kindes? Möchten Sie wissen, welche Tipps Ihnen im Familienalltag helfen oder wie Sie Ihr Kind beim Einschlafen unterstützen können? Fühlen Sie sich erschöpft und stossen Sie an Ihre Grenzen?

Wir sind für Sie da – auch bei allen anderen Fragen, die Sie beschäftigen, zum Beispiel zur Kinderbetreuung. Und zwar persönlich, vertraulich und fachlich fundiert.

Unser Angebot ist gratis und wir beraten in verschiedenen Sprachen. Kommen Sie mit oder ohne Voranmeldung vorbei. Weitere Informationen sowie die Möglichkeit der Online-Anmeldung finden Sie auf unserer Webseite.

Infos unter: stadt-zuerich.ch/mvb

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

PEKiP-Kurs

PEKiP begleitet Eltern und ihre Babys mit Spiel- und Bewegungsangeboten durch das erste Lebensjahr. Ausserdem können Eltern vom Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern und der Gruppenleitung profitieren.

Kurs 2: Start Mittwoch, 26.03. – 14.05.2025
Ausfall wg. Ferien 23./30.04.25
Vater-PEKiP Sa. 12.04.2025
(Total 7 Lektionen)

Kurs 3: Start Mittwoch, 04.06. – 09.07.2025
Vater-PEKiP Sa. 28.06.2025
(Total 7 Lektionen)

Kurs 4: Start Mittwoch, 27.08. – 01.10.2025
Vater-PEKiP Sa. 13.09.2025
(Total 7 Lektionen)

Zeit 10.00 bis 11.30 Uhr
Wer Eltern mit Babys vom 2. bis 6. Lebensmonat
Teilnehmer 5–6 Eltern mit ihren Babys
Kosten CHF 280.– für 7 Lektionen (evtl. Krankenkasse/Zusatzvers.)
Kursleitung www.zeitfuerunszuerich.com
Monika Lanfranchi, FaBe, PEKiP-Gruppenleiterin

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

GFZ Sprach- und Bewegungsspielgruppe

Auch für Kinder mit besonderen Bedürfnissen

Spielerisch wird die Fein- und Grobmotorik durch gezielte Bewegung, Spiele, Singen, Werken und freies Spiel gestärkt. Die Kinder hören und sehen Geschichten, lernen Grenzen kennen und können erste Freundschaften knüpfen. 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/Freitag
Zeit 08.45 bis 11.30 Uhr
Kosten Monatspreis CHF 130.– für einen Tag pro Woche, inkl. Verpflegung und Material
Einschreibgebühr CHF 30.– (einmalig)
Alter Für Kinder von ca. 2½ bis 5 Jahren
Anmeldung Leila Burón, EFZ FaBe Kind, Pflegefachfrau
Tel. 078 795 88 99
selin.buron@gfz-zh.ch

Schnuppern ist das ganze Jahr über mit Voranmeldung möglich.

Rückbildungsyoga (Babys werden betreut)

Das Rückbildungsyoga ist ein sanftes und ganzheitliches Körpertraining nach der Geburt. Es kräftigt, dehnt und entspannt den Körper. Die aufbauenden Bauch- und Beckenbodenübungen unterstützen die Rückbildung, gezieltes Bewegen macht den ganzen Körper, insbesondere die Rücken- und Nackenmuskeln, geschmeidig. Der Kurs bietet die Möglichkeit, wieder zu Kräften zu kommen und andere Mütter kennenzulernen.

Dienstag Eintritt jederzeit möglich
Zeit 10.00 bis 11.00 Uhr
Wer Frauen, 6–8 Wo. nach der Geburt
Kosten CHF 30.– Probe-/Einzellektion
CHF 110.–/4 Lekt., 5 Wo. gültig
CHF 200.–/8 Lekt., 10 Wo. gültig
(wird evtl. von der Krankenkasse/
Zusatzversicherung übernommen)
Kursleitung Geneviève Stucker,
Yogalehrerin und Polarity-
Körpertherapeutin
Yoga für Geburtsvorbereitung
und Rückbildung

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

Schneiden, Kleben, Malen

Schneiden, Kleben, Malen: So üben wir uns in der Feinmotorik und gestalten etwas gemeinsam – lasst euch überraschen. Für Kinder von 2½ bis 4 Jahren mit einer Begleitperson.

Dienstag 04.02./04.03./06.05./03.06./01.07.2025
Zeit 15.00 bis 16.00 Uhr
Kosten CHF 6.– pro Kind

Anmeldung* ans FamZ

Malatelier

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

Mittwoch 26.02./12.03./02.04./28.05./18.06.2025
Zeit 09.30 bis 10.15 Uhr
Kosten CHF 6.– pro Kind

Anmeldung* bis 12 Uhr am Vortag ans FamZ

Mittagstisch für Mütter mit Babys

Unser Mittagstisch für Mütter mit Säuglingen bis ca. 6 Monate bietet Ihnen eine Verschnaufpause in Ihrem herausfordernden und noch neuen Alltag. Bei einem ausgewogenen, frischen und gesunden Zmittag können Sie sich in ungezwungener Atmosphäre unterhalten, neue Kontakte knüpfen und vom wertvollen Austausch mit unseren Fachpersonen profitieren. GFZ bietet dieses Angebot in Kooperation mit der Mütter- und Väterberatung der Stadt Zürich an.

Donnerstag 06.02./20.02./06.03./20.03./03.04./15.05./05.06./19.06./03.07./21.08.2025
Zeit 12.00 bis 14.00 Uhr
Kosten CHF 20.– pro Person

Anmeldung* bis 12 Uhr am Vortag ans FamZ

Mit Kindern gut vorbereitet in die Ferien starten

Fachveranstaltung für Eltern und Interessierte

Kennst du den Stress vor den Ferien? Lange-weile oder Streit der Kinder in den Ferien? In diesem Workshop bekommst du alltagsnahe Tipps, wie du die Ferienvorfreude mit deinen Kindern geniessen und gut vorbereitet in die Sommerferien starten kannst. Lass dich inspirieren von Ausflugs- und Spielideen, Vorschlägen für Schön- und Schlechtwetterprogramm und einer Packliste.

Donnerstag 27.03.2025
Zeit 18.30 bis ca. 20.00 Uhr
Kosten keine
Kursleitung Claudia Buntschu, eidg. dipl. Mentorin / Coach SCA, ehemalige Kitalleiterin

Anmeldung* bis 20.03.2025 ans FamZ

Die grosse Bedeutung des Spiels

Moderierte Gesprächsrunde mit Fachinputs zu Erziehungsthemen

Spielen berührt die Kinderseele und bereitet Kindern viel Spass. Für die kindliche Entwicklung ist Spielen so wichtig wie Schlafen, Essen und Trinken. Was, wenn das Kind nicht allein spielen will? Müssen Eltern tatsächlich immer mitspielen? Und wie komme ich zu günstigen oder kostenlosen Spielsachen? Zudem besteht die Gelegenheit, aktuelle Erziehungsfragen zu stellen.

Donnerstag 22.05./12.06.2025
Gesprächsrunde 09.30 bis 11.00 Uhr
Kinderhüeti 09.15 bis 11.15 Uhr
Kosten CHF 14.– pro Familie
Kursleitung Martha Furger, Elterncoach

Anmeldung* bis eine Woche vorher ans FamZ

* Die Platzzahl ist beschränkt. Anmeldungen werden nach Eingangsdatum berücksichtigt.