



www.faz-hochrhein.de

Programm ab 27. Januar 2020

FaZ-Café - Frühstück, Mittagessen, Kaffee und Kuchen --

Montag - Freitag von 9.00 Uhr - 17.00 Uhr
täglich selbstgebackenes Brot und Kuchen
Alternativ zum Mittagessen bieten wir einen großen Salatteller an, es gibt täglich ein vegetarisches Gericht.

Montag, 27.01.: Nudelpfanne mit Gemüse, Salat
oder Nudelpfanne mit Gemüse und Fleischkäse, Salat
Dienstag, 28.01.: Wintergemüse Eintopf, Brot, Dessert
Mittwoch, 29.01.: Gemüselasagne, Salat
oder Lasagne al forno, Salat
Donnerstag, 30.01.: Gnocchi mit Gemüse-Sahnesoße, Salat
Freitag, 31.01.: Spinat, Kartoffeln, Spiegelei
oder Spinat, Kartoffeln, Fischknusperle

bitte melden Sie sich zum Essen an! Preise inkl. Wasser:
Erwachsene 5 € vegetarisch / 6 € mit Fisch-/Fleischbeilage
Schulkinder 3,50 €

Im FaZ-Café gibt es nachmittags selbstgebackenen Kuchen –
ab sofort backen wir montags Waffeln!
Vormittags bieten wir verschiedene Frühstücke an, mit
selbstgebackenem Brot und Brötchen.

Frauen-Frühstück mit Vortrag: „Der Beste muss mitunter lügen, bisweilen tut er's mit Vergnügen“

Die Lüge wird von verschiedenen Seiten beleuchtet. Es geht u.a. um die Lüge im Märchen, in der Bibel und im Tierreich, um Philosophisches und Juristisches, um verlogene Werbung, um berühmte Lügner in Literatur, Theater und Weltgeschichte, aber es wird auch ein Loblied auf die Lüge gesungen.
Referentin: Adelheid Kummle, Juristin / organisiert v. E. Kaiser
Dienstag, 11.02.20, 9.30 Uhr – Buffet 7,50 €

Wer benötigt Hilfe / wer möchte helfen?

ehrenamtliche/**kostenlose Nachbarschaftshilfe** und
Taschengeldbörse: Unterstützung durch Jugendliche gegen ein Taschengeld
Vermittlung/Infos/Anfragen: e.wiegard@faz-hochrhein.de

Seniorenplausch im neuen FaZ

Sonntag, den 26.01.20 um 15 Uhr – der Bürgerbus fährt

Backgammon-Spiel-Treff:

jeden Donnerstag von 14.30 – 17 Uhr

internationales Näh-Café – der besondere Treff!

wer gerne in Gesellschaft näht ist herzlich eingeladen.
Leitung: Ruth Michalek, Änderungsschneiderin
Anmeldung bei Fr. Michalek: 07746-1887 / 0173-7907421 (10 €)
Nächster Treff: Dienstag, 28.01.20, 17.30 Uhr

Haushaltsnahe Dienstleistungen:

- Bügelservice, Flickservice
- Partyservice/Kindergeburtstags-Service/Catering
- Babysitter-Ausbildung und -Vermittlung
- Raum-Vermietung für Kurse und Feiern
- Auto-Innenreinigung, Freitags ab 14 Uhr im Abenteuerland – bitte im FaZ anmelden – 10 €
- **Ski-Wachs-Service mit Kantentuning**

FasZination' – Integrationsgruppe

Spiel & Spaß für Kinder/Jugendliche mit und ohne Behinderung
Information + Anmeldung: Christine Chrystof, Gruppenleiterin
Handy 0170-3880091 oder im FaZ

SHG Momo für Ess-Störungen: Telefon 07742-919469

SHG Fasd (fetales Alkoholsyndrom): 03.02.20, 20 Uhr

SHG AD(H)S bei Erwachsenen: Vortrag 28.01.20, 20 Uhr:
„Das hab ich doch gar nicht gemeint...“

Referentin: Beate Harmel, Kommunikationstrainerin

Spiel- und Lerngruppe „Sonnenkäfer“ Kinder ab ca.1,5 J.
täglich Montag - Freitag 9 – 12 Uhr
Stephanie Lohrmann, Tel. 07746/657697 oder im FaZ.

Elterntreff - pädagogisch geleiteter offener Treff – kostenlos
Mittwochs 9 – 10 Uhr / 10 – 11 Uhr Leitung: Marion Dickmann,
Hebamme, Kinderkrankenschwester, Dipl. Sozialpädagogin

„Grashüpfer“ im Abenteuerland

eine Naturgruppe für 1,5 bis 3-jährige, Di/Mi/Do/Fr 8 – 12 Uhr
Infos im FaZ oder im Abenteuerland - WARTELISTE

Flexible integrative Schulkind-Betreuung

Die Angebote können je nach Bedarf genutzt werden –
Fahrdienst, Mittagessen, Hausaufgabenbetreuung,
Nachmittagsprogramm im Abenteuerland
Informationen: Andreas Schumpp/Karin Hoyer

„Alltagsbegleiter“

Nachbarschaftshilfe im häuslichen
Betreuungsdienst:
zusätzliche Entlastungsleistungen nach
§45 SGB XI für pflegende Angehörige
Pflege-Unterstützer-Kurs ab 20.04.20, 6x, 8 – 16.30 Uhr
Bitte bei U. Kramm melden: u.kramm@faz-hochrhein.de



„der-, die-, das-Kurse“ für ausländische Frauen

Mittwoch, Donnerstag (Fortgeschrittene), Freitag (Anfänger)
jeweils 9.30 – 11 Uhr, 1 €/Tag
Referentin: H. Breinig, pensionierte Lehrerin

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Bei jedem Treffen ist Zeit für Kaffee und Kuchen.
jeweils am 2. Donnerstag im Monat von 16.00 bis 18.00 Uhr –
13.02.20: Anita Jantzen: „vom Umgang mit Erwartungen“
Leitung: Elisabeth Kaiser

Ritas integrativer Mädchentreff (ca.11 – 15 Jahre)

Wir treffen uns immer freitags von 17 – 19 Uhr im FaZ oder im
Abenteuerland. Infos bei r.cafararo@faz-hochrhein.de

www.café - mittwochs, 15 Uhr – mit Andreas Furer
Fragen zu Computer, Internet, Bildbearbeitung, Handy, usw?
Austausch und Lernen in kleiner Runde in entspannter
Atmosphäre – kostenlos und ohne Anmeldung

ALFA-Kurs kostenlos

Lesen und schreiben kann doch jeder! Und wenn nicht?
Erwachsenengerechter Kurs und individuell angepasst – jeden
Mittwoch + Freitag ab 18 Uhr/jeden 2. Samstag von 10 – 12 Uhr
Info: Margot Eisenmeier, zertifiziert in Alphabetisierung,
01520-4050027 oder im FaZ

Wir suchen: Für FaZ + Abenteuerland:

- jeweils ein fahrbereites **Damen- und Herrenfahrrad**
- **Marmelade und Nüsse**
- **Unterstützung** für die Grashüpfer-Gruppen im Abenteuerland
- wie immer: Babykleidung und -Ausstattung

Wir bieten:

Gutscheine zum Verschenken
„Sonnenkäfer“-Raum (Kinderbetreuung) nachmittags für
Spielgruppen o.ä. zum Vermieten

Babysitter-Kurs 30 €

Seit vielen Jahren bilden wir aus und vermitteln: mit unserer
intensiven Ausbildung erwerben die Kinderbetreuer Sicherheit
im Umgang mit Kleinkindern und Kindern. In einem speziell
entwickelten Seminar werden die Teilnehmer zu Baby-
sittern/Kinderbetreuern für Babys, Klein- und Schulkinder mit
Zertifikat ausgebildet. Und auf Wunsch anschließend vermittelt.
Freitag, 31.01.20, 14 – 18 Uhr / Samstag, 01.02., 9 – 14 Uhr

Familienzentrum Hochrhein, Bertold-Schmidt-Platz 7,
79787 Lauchringen, Tel. 07741/9679923

u.hahn@faz-hochrhein.de www.faz-hochrhein.de