



Familienzentrum Hochrhein



Mehr
Generationen
Haus

Osterferien-Programm 24.03.-28.03.2008

In der zweiten Ferienwoche (24. – 28.3.08) ist das Familienzentrum geschlossen.

Möchten Sie das Familienzentrum Hochrhein kennen lernen? Besuchen Sie das FaZ-Café – es ist wie alle Angebote des FaZ offen für Mütter, Väter, Omas und Opas, für alle großen und kleinen Kinder, ‚Neue‘ und ‚Alte‘, Kaffee- und Nicht-KaffeetrinkerInnen. Hier kann man sich entspannen oder auch aktiv werden.

Es gibt Kaffee, Tee, Kakao, kalte Getränke und Frühstück, nachmittags Kuchen und manchmal Waffeln und am Donnerstag ein leckeres Mittagessen – und alles zu sehr günstigen Preisen.

Eine unserer Café-Frauen kümmert sich um dies alles und kann auch bei allen Fragen weiterhelfen.

Kommen Sie doch einfach mal vorbei!

Nach den Osterferien sind wir wieder zu den gewohnten Öffnungszeiten da:

FaZ-Café und Kinderpark-Öffnungszeiten

Montag und Freitag 9.00 – 11.00 Uhr

Donnerstag 9.00 – 17.00 Uhr

Mittagstisch: Reis m. Hühnchen + Gemüse in Tomatensauce

- bitte vorbestellen -

Dank der großzügigen Auto-Spende von Fa. Tiefert können wir einen Hol- und Bringdienst anbieten!

Wer zum Essen kommen möchte, aber keine Transportmöglichkeit hat, kann von uns abgeholt werden – bitte rechtzeitig absprechen.

Offener Handarbeitskreis: Handarbeiten, Gespräche u. Kaffee

Stricken, häkeln, sticken, nähen, Reparaturen an Bekleidung – Vermittlung von Grundkenntnissen und verschiedenen Techniken – ganz individuell. Frau Sauer geht auf Ihre Wünsche ein – offen für jeden –
Leitung: Angelika Sauer **Donnerstag, 10 – 12 Uhr**

Spiele-Nachmittag für Jung & Alt Donnerstag 14 – 17 Uhr

Im FaZ-Café darf gespielt werden (z.B. Mensch ärgere Dich nicht, Memory, Dame, Mühle und Kartenspiele wie Uno, Rommee, u.a.)

Jeden Tag (Di - Fr) von 14.00 - 15.00 Uhr: Hausaufgabenbetreuung für 1 € (außer Ferien)

Vorankündigung:

Sprachkurs: Wir trinken Tee und sprechen Deutsch – neuer Kurs ab April 2008

Informationen und Anmeldung bei Frau A. Yildirim,
Tel.-Nr. 07741/63548



**Neuer Kurs von
Drs. T. und M. Kirchhoff/Rotes Kreuz**

Kinderkurs: Erste Hilfe und ‚Medizin für Anfänger‘

Ab Dienstag, den 1. April von 18.00 – 19.00 Uhr bieten wir wieder den beliebten ‚Kinder-Medizin‘-Kurs an – jeden Dienstag bis zu den Pfingstferien
Teilnahme kostenlos

**Samstag, den 12.04. von 9.00 – 17.00 Uhr –
Wellness-Tag für Frauen –**

Familie, Kinder, Berufstätigkeit, Haushalt

Es sind oft so viele Dinge, die auf den Schultern der Frauen lasten, die uns wenig Zeit für das eigene Wohlbefinden lassen.

Aus diesem Grund bietet das FaZ-Team diesen Tag mit Vorträgen, Schnupperkursen und Streicheleinheiten:

Experten aus verschiedenen Bereichen zeigen Ihnen, wie Sie auch in hektischen Zeiten Ihr Gleichgewicht halten können....

Es soll ein Tag sein, an dem sich Frauen für ein paar Stunden eine Auszeit aus Ihrem Alltag nehmen und etwas für ihr Wohlbefinden tun können. Hier können Sie sich informieren und miteinander ins Gespräch kommen.

Wir freuen uns, Sie an diesem Tag zu begrüßen!

Ausführliche Beschreibung des Tagesprogramms bekommen Sie im FaZ oder auf unserer homepage

Bitte bald anmelden, da nur begrenzte Teilnehmerinnenzahl

Babysitter/ Kinderbetreuungsdienst:

Flexible und preisgünstige Vermittlung von ausgebildeten Babysittern und Kinderbetreuern

Ansprechpartner: Frau Elke Podgorski, montags 12 -14 Uhr,
donnerstags 18 – 19 Uhr, Telefon: 0172/9779261

Angebot vom Gesundheitsamt Waldshut im Familienzentrum Hochrhein

**Gesund und fit – da mach ich mit
Schritt für Schritt – so werd ich fit**

Kurs für Kinder, die zu Übergewicht neigen im Alter von 7 – 14 Jahren

- mit einer Kombination aus theoretischen und praktischen Informationen zur Ernährung – Bewegung – Verhalten
- Voraussetzungen schaffen, um langfristig gesund zu leben mit Spaß an der Ernährung und am Sport

Kursbeginn: 09. April, 16.00 Uhr bis zu den Sommerferien/1x wöchentlich

Kursleiterin: Simone Weier, Gesundheitsamt Waldshut

Kosten: 40 € für Kurs, Lebensmittel, Material



*„Südliche Landschaften und Blumen“
Ausstellung mit Aquarellen von Elke Ruch*

**Freitag, 18. April 2008, 19.30 Uhr
Vernissage im FaZ Hochrhein
Einführung: Hans Mies
Mitarbeiter des Kulturamts Waldshut**

Am Samstag, den 31. Mai 2008 von 9.00 - 16.00 Uhr

**findet ein Kurs von Rotes Kreuz
‚Erste Hilfe am Kind‘ statt (Kinderbetreuung möglich)
- bitte rechtzeitig anmelden!**

Anmeldungen und Informationen:

Familienzentrum Hochrhein, Hauptstraße 47, 79787 Lauchringen,
Tel. 07741/9679923 oder

Tel. 07751/6922 bei Ulla Hahn, Projektleiterin

e-mail: kontakt@faz-hochrhein.de Fax 07741/9679924

www.faz-hochrhein.de