



Programm Familienzentrum ab 22. Februar 2010

FaZ-Café - Frühstück, Mittagessen, Kaffee und Kuchen ---
täglich von 9.30 Uhr - 17.00 Uhr (mittwochs 9.30 - 13.30 Uhr)

hausgemacht von unseren internationalen MitarbeiterInnen

Montag, 22.02.: **Kartoffel-Hack-Auflauf, Reis und Cacik**

Dienstag, 23.02.: **Überraschung**

Mittwoch, 24.02.: **Bratwurst m. Soße, Smilies und Möhren**

Donnerstag, 25.02.: **Ungarischer Sauerkrautauflauf**

Freitag, 26.02.: **Suppe, Dampfnudeln + Vanillesoße**

--- Wenn möglich, bitte telefonisch vorbestellen ---

Erw. 4,00 €, Schulkinder, Senioren 3,00 €, Kleinkinder 2,00 €

!!! Am 23.02. bleibt das FaZ am Vormittag geschlossen !!!

Selbsthilfegruppe Nahrungsmittelallergie: 03.03., 19.30 Uhr

Selbsthilfegruppe ADHS: nächstes Treffen 10.03. um 20 Uhr

Club „Wilde Hühner“

Integrativer Club der Lebenshilfe

Spiel & Spaß für Kinder und Jugendliche mit und ohne

Behinderung ab 4 Jahren

27.02.2010 von 9.30 bis 16.00 Uhr

Informationen und Anmeldung:

FUD Lebenshilfe, Elke Stadler, 07741/9657277
oder im FaZ

Flexible Kinder-Betreuung: Leitung: Andreas Schumpp
Die verschiedenen Bausteine können je nach Bedarf genutzt werden – bitte vorher anmelden!

- Mittagessen ab 12.30 Uhr für Schüler im FaZ: 3,00 Euro/Tag

- Hausaufgabenbetreuung nach dem Essen bis ca. 15 Uhr:
3 Euro/Tag (von pensionierten Lehrern betreut)

- Nachmittagsprogramm von 15 bis 17 Uhr: 5 Euro/Tag
Bauen, basteln, spielen, forschen, Ausflüge mit Andreas

Freitag 15 – 17 Uhr: offenes Kinderprogramm – 5 €

26.02.: **Besuch Hallenbad Bülach/CH** (Rückkehr 19 Uhr!)

Schwimmsachen, Ausweis + zus. 3 € für Eintritt mitbr.

05.03./12.03.: **Nistkästen bauen**

Haushaltsnahe Dienstleistungen:

- Bügelservice

- Partyservice/Catering

- Kindergeburtstags-Service

Professioneller Ski-Wachs-Service mit Kantentuning

von Andreas Schumpp Ski-Annahme täglich ab 9 Uhr – 7 €

Spiel- und Lerngruppe ‚Sonnenkäfer‘ – für Kinder ab ca.

1,5 Jahren, täglich 9.30 – 11.30 Uhr

Informationen und Anmeldung bei Sieglinde Hever,

Tel. 07741/965852 oder im FaZ

Neue Krabbelgruppe

Engagierte Mütter haben eine neue Krabbelgruppe gegründet – sie treffen sich freitags um 15 Uhr im ‚Sonnenkäfer‘-Raum, nächstes Treffen 26.02. (nach den Ferien) - es können noch weitere Interessierte mitmachen!



NEU: ‚helfende Hände‘ und ‚Taschengeldbörse‘

wir vermitteln ehrenamtliche Nachbarschaftshilfe -

Wer braucht Hilfe? Wer bietet seine Unterstützung an?

Infos/Anfragen: e.wiegard@faz-hochrhein.de oder im FaZ-Büro

Hilfe – Anfragen: **wir suchen**

- Ersatzoma/-opa in Gurtweil und Breitenfeld

- junge Rollstuhlfahrerin (24 J.) sucht Begleitung beim Einkaufen, Spazieren, usw.

Wir suchen weiterhin MitbürgerInnen, die gerne helfen

möchten und solche, die Hilfe benötigen.

Bitte melden Sie sich! Helfen macht Spaß!

Taschengeldbörse wir bieten unsere Hilfe an:

Jessica, 14, Hund ausführen, einkaufen, vorlesen usw., LR + Tiengen

Selina, 13, Garten- und Hausarbeit, einkaufen, Tiere versorgen,

Botengänge, LR + Wutöschingen

Nora, 14, einkaufen, Hund ausführen, spazieren, Erzingen + Griessen

Maren, 17, einkaufen, Gartenarbeit, Tiere versorgen, Kinderbetreuung,

Wutöschingen, Lauchringen

Niklas, 16, einkaufen, Botengänge, Garten- + Hausarbeit, Lauchringen

NEU: unsere Nachbarschaftshilfe wird gefördert von



Info-Abend FaZ

Was macht das Familienzentrum? Wer ist das ‚FaZ‘? Welche

Ziele streben wir 2010 an?

Informationen rund um das FaZ – wer Interesse hat, ist herzlich

eingeladen. Fragen, Anregungen, Kritik, Unterstützung – das

FaZ-Team steht zur Verfügung!

Montag, 22.02. um 19.30 Uhr

Klopfakupressur mit EFT

EFT ist leicht erlernbar und kann gezielt eingesetzt werden bei

emotionalen und körperlichen Störungen, z.B. Stress, Ärger,

Energielosigkeit, Gewichtsabnahme, Verspannungen u.v.m.

Die blockierte Energie wird wieder ins Fließen gebracht.

Donnerstag, 25.02., 19.30 – 21.00 Uhr, 3x, 25 €

Trommeln mit Petrus für Schulkinder

Trommeln bietet die Gelegenheit spielerisch zu lernen, den

eigenen Rhythmus zu finden, die Konzentrationsfähigkeit zu

stärken, den Körper bewusster wahr zu nehmen und das Gehör

zu sensibilisieren.

Donnerstag, 25.02., 16 – 18 Uhr, 8 €

„Fit für Veränderungen“

Veränderungen begleiten unser Leben. Manche können wir

selbst entscheiden, andere werden für uns entschieden. Ob

eine Planung beruflich oder privat ansteht oder ob sie einfach

neue Impulse suchen; aktive Unterstützung finden Sie mittels

der Strategien aus diesem Workshop.

Seminarleiterin: Monika Studinger, dipl. sys. Coach

Dienstags, 16.+23.03., jeweils 8.30 - 12 Uhr

Kosten: 50 € zzgl. MwSt. inkl. Auswertung eines eigenen

Persönlichkeitsprofils und kompletter Dokumentation

Anmeldungen und Informationen:

Familienzentrum Hochrhein, Hauptstraße 47,

79787 Lauchringen, Tel. 07741/9679923

e-mail: u.hahn@faz-hochrhein.de

Fax 07741/9679924 www.faz-hochrhein.de