



Programm Familienzentrum ab 6. April 2010

1. bis 9. April (Osterferien) ist das FaZ geschlossen!

Selbsthilfegruppe Nahrungsmittelunverträglichk. 14.04., 20 Uhr
Selbsthilfegruppe Epilepsie bei Kindern 16.04., 20 Uhr
Selbsthilfegruppe ADHS, Eltern betroffener Kinder, 21.04., 20 Uhr

Müttercafé

mit Hebamme P. Smeenk: Donnerstag, 15.04. ab 10 Uhr

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 €.

26.03.: **Osterzopf backen**

16.04.: **Herzblume aus Holz für Muttertag**



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 – Angebote

Wir suchen **dringend** ehrenamtliche HelferInnen

Hilfe – Anfragen: Wir suchen:

- Ersatzoma/-opa in Gurtweil und Breitenfeld
- Seniorenbetreuung in Lauchringen und Tiengen
- junge Rollstuhlfahrerin (24 .) sucht Begleitung zum Spazierengehen, einkaufen oder einfach rausgehen
- Unterstützung f. ältere Dame in Tiengen beim Einkauf und Arztbesuch
- Unterstützung f. ältere Dame in LR bei Behörden- u. Arzt-Fahrten, Hilfe im Alltag

Taschengeldbörse

- **Nora, 14 J.**, hilft beim Einkaufen, Hund ausführen, spazieren gehen in Erzingen und Grießen
- **Maren, 17 J.**, hilft beim Einkaufen, Gartenarbeit, Tiere versorgen, Kinderbetreuung in Wutöschingen und LR
- **Alina, 12 J.**, hilft beim Hund ausführen, Garten- und Hausarbeit in Unterlauchringen
- **Judith, 15 J.**, passt auf Kinder auf, versorgt Tiere, kauft ein, arbeitet in Haushalt und Garten in Wutöschingen + LR

Wir suchen weiterhin MitbürgerInnen, die gerne helfen möchten und solche, die Hilfe benötigen.

Bitte melden Sie sich! Helfen macht Spaß!

NEU: unsere Nachbarschaftshilfe wird gefördert von



Spiel- und Lerngruppe ‚Sonnenkäfer‘ –

für Kinder ab ca.1,5 Jahren, täglich 9.30 – 11.30 Uhr
 Informationen und Anmeldung bei Stephanie Lohrmann,
 Tel. 07746/657697 oder im FaZ

Haushaltsnahe Dienstleistungen:

- **Bügel-service**
- **Partyservice/Catering**
- **Kindergeburtstags-Service**
- Professioneller Ski-Wachs-Service mit Kantentuning**
 von Andreas Schumpp Ski-Annahme täglich ab 9 Uhr – ab 7 €

NEU NEU NEU NEU NEU NEU NEU NEU NEU

Kostenlose Hilfe beim Formulare-Ausfüllen –
 Jeden letzten Montag im Monat von 13.30 bis 14 Uhr

wir haben eine neue Bilder-Ausstellung

Vernissage mit dem Künstler **J. Scheel**: 16.04. um 18 Uhr

Abnehmen mit Trennkost

Erreichen Sie Ihr Wunschgewicht und halten Sie es mit vollwertiger Trennkost. Mit Hilfe der Klopfakupressur EFT fällt das Abnehmen leicht; wird im Kurs vermittelt.
 Dienstags, ab 13.04., 19.30 – 21 Uhr, 5 Abende,
 40 € inkl. Material, zzgl. Lebensmittel

Energieströmen (Jin Shin Jyutsu)

Mit Hilfe des Atems und einfachen Handgriffen lernen Sie mit Ihrem Körper besser in Kontakt zu treten. Wir erfahren dabei mehr Wohlbefinden, bessere Konzentration und Stärkung der Selbstheilungskräfte. (Socken + Isomatte mitbringen)
 Donnerstags, ab 15.04., 19.30 – 21 Uhr, 6x, 40 €

Kreativtag für Frauen

Malen, Handmassage, Schmuckherstellung
 Samstag, 17.04., 9 bis 17 Uhr, 50 € inkl. Material + Verpflegung

Nachhilfe-LehrerIn für ‚Deutsch als Zweitsprache‘

Weitere Infos bei Frau H. Breinig im FaZ
 17. + 18.04., jeweils 10 – 15 Uhr

Erste Hilfe für Schulkinder

Wie jedes Jahr bietet Dr. Kirchhoff diesen Kurs zwischen Oster- und Pfingstferien an!
 ab Mittwoch, 14.04., 18 – 19 Uhr, 6 x
 Kosten: mind. 6 € Spende für ‚Rotes Kreuz‘

RatzFaZ Kinderhotel – nur für Kinder

Eine spannendes Übernachtungsprogramm für die Kinder, ein freier Abend oder lange Nacht für die Eltern!
 01.05., 17 Uhr bis 02.05., 11 Uhr ‚Tanz in den Mai‘

Englisch für Vorschulkinder

Wir möchten einen neuen Kurs starten – wer hat Interesse?

Die nächsten Babysitterkurse:

07.04. – 09.04. in Stühlingen
 08.04. – 10.04. in Kadelburg
 29.07. – 31.07. im FaZ

Be fit – be beautiful – Wellnessday for girls

Entspannung, Ernährung, Schminktipp
 Samstag, 08.05., 10 – 16 Uhr, 20 € + 5 € für Material, Essen

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