



FamilienZentrum
Hochrhein

Programm Familienzentrum ab 19. April 2010

FaZ-Café - Frühstück, Mittagessen, Kaffee und Kuchen ---
täglich von 9.30 Uhr - 17.00 Uhr (mittwochs 9.30 – 14.00 Uhr)

Montag, 19.04.: **Kartoffel-Hackbällchen, Reis, Lacik**
Dienstag, 20.04.: **Spaghetti Carabonara, Salat, Obst**
Mittwoch, 21.04.: **Pizzabaguette mit Salat**
Donnerstag, 22.04.: **Kohlrabi-Kartoffel-Rösti, Dessert**
Freitag, 16.04.: **Überraschung**

--- **Wenn möglich, bitte telefonisch vorbestellen** ---
Erw. 4,00 €, Schulkinder, Senioren 3,00 €, Kleinkinder 2,00 €

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

- Mittagessen ab 12 Uhr im FaZ: 3,00 Euro/Tag
- Hausaufgabenbetreuung nach dem Essen bis ca. 15 Uhr:
3 Euro (von pensionierten Lehrern betreut)
- Nachmittagsprogramm von 15 bis 17 Uhr: 5 Euro
Bauen, basteln, spielen, forschen, Ausflüge mit Andreas

Freitag 15 – 17 Uhr: offenes Kinderprogramm – 5 €.
23.04.: **wir sind im Abenteuerland**
30.04.: **Besichtigung Rettungswache DRK Lauchringen**

Haushaltsnahe Dienstleistungen:

- Bügelservice
- Partyservice/Catering
- Kindergeburtstags-Service
- **Kostenlose Hilfe beim Formulare-Ausfüllen** –
jeden letzten Montag im Monat von 13.30 bis 14 Uhr

wir haben eine neue Bilder-Ausstellung:
neue Bilder des Künstlers **J. Scheel**
Vernissage: 16.04. um 18 Uhr

Erste Hilfe für Schulkinder

Wie jedes Jahr bietet Dr. Kirchhoff diesen Kurs zwischen den 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'

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, 06.05., 16 – 18 Uhr, 8 €

Be fit – be beautiful – Wellnessday for girls

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

Englisch für Vorschulkinder

Wir möchten einen neuen Kurs starten – wer hat Interesse?

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



Zukunft für Ritschow

Leben nach Tschernobyl in der Region Gomel/Belarus e.V.

Gasteltern gesucht!

Für unsere alljährliche Kindererholung suchen wir noch Gastfamilien, die bereit sind, in der Zeit vom 17./18. Juli bis 14./15. August 2010 ein oder zwei Kinder im Alter von 8-12 Jahren bei sich aufzunehmen.

Ein spannendes Programm, eine Mannschaft von Betreuern und Freunde und Vertreter unseres Vereins stehen Ihnen dabei jederzeit zur Seite.

Wir freuen uns über Ihr Interesse. Bitte rufen Sie uns an!

Hedi Müller (Vereinsvorsitzende)
Telefon: +49 (0) 7741 / 9676 170 (FAB GmbH)
Telefon: +49 (0) 7753 / 92 300 (privat)
E-Mail: info@ritschow.de oder

Silke Puke
Bündtenweg 3
79787 Lauchringen
Telefon: +49 (0) 7741 / 966 168
E-Mail: silke.puke@gmail.com

Neue Kurse: Wirbelsäulen- und Beckenbodengymnastik
ab Montag, 26.04., 9.30 – 11 Uhr, 13 x
ab Mittwoch, 28.04., 19.15 – 20.45 Uhr, 14 x
Infos: M. Jensen, 07742-928960, www.martina-jensen.de

Frauenfrühstück:

Dienstag, 04.05., ab 9.30 Uhr Thema: Selbstwahrnehmung

Elterncafé mit Hebamme Petra Smeenck

Donnerstag, 06.05., ab 10 Uhr

Wir suchen noch Betreuer (ab 18 J.) und Helfer (ab 16 J.) für die Pfingst- und Sommerferien – bitte melden!



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

unsere Nachbarschaftshilfe wird gefördert von



Wer unser Sparschwein zur sicheren Aufbewahrung mitgenommen hat; es kann in den Briefkasten (unteres Fach) zurückgestellt werden. Eine Nachbarin von gegenüber hat die Mitnahme beobachtet.

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