



Programm Familienzentrum ab 26. April 2010

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

Montag, 26.04.: **gefüllte Paprika türkisch mit Nudelsuppe**
Dienstag, 27.04.: **Bratkartoffeln mit Bratwurst und Salat**
Mittwoch, 28.04.: **Putenschnitzel in Käsepanade, Reis, Tomatens.**
Donnerstag, 29.04.: **Käsespätzle mit Salat**
Freitag, 30.04.: **Überraschung**

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

Flexible Kinder-Betreuung: Leitung: Andreas Schumppe
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 €.
30.04.: **Besichtigung Rettungswache DRK Lauchringen**
07.05.: **wir besuchen einen Bauernhof in Dogern**

Haushaltsnahe Dienstleistungen:

- **Bügel-service**
- **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**

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

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‘

Frauenfrühstück:

Buchvorstellung: „Ja, aber ...“ von Lelia Kühne de Haan
Die heimliche Kraft alltäglicher Worte und wie man durch
bewusstes Sprechen selbstbewusster wird!!
Dienstag, 04.05., ab 9.30 Uhr

Elterncafé mit Hebamme Petra Smeenk
Donnerstag, 06.05., ab 10 Uhr

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. 09.06., 20 Uhr

Selbsthilfegruppe Epilepsie bei Kindern 21.05., 20 Uhr

Selbsthilfegruppe ADHS, Eltern betroffener Kinder, 21.04., 20 Uhr

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

Wir suchen noch Betreuer (ab 18 J.) und Helfer (ab 16 J.) für die Pfingst- und Sommerferien im Abenteuerland!



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 bieten an:

- Seniorenbetreuung in Waldshut, Tiengen, LR, Gurtweil
- weibliche Unterstützung in Tiengen
- männliche Unterstützung

Hilfe – Anfragen: Wir suchen:

- Ersatzoma/-opa in Tiengen, Gurtweil und Breitenfeld
- junge Rollstuhlfahrerin sucht Begleitung beim Spazieren, Einkaufen usw.

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

unsere Nachbarschaftshilfe wird gefördert von



Wir suchen einen gut erhaltenen Gefrierschrank für unser Abenteuerland – wer kann uns einen abgeben; wird auch abgeholt! Vielen Dank.

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