



FamilienZentrum Hochrhein

Programm ab 4. Oktober 2010 Die neuen Programm-
Hefte sind da!!!

FaZ-Café - Frühstück, Mittagessen, Kaffee und Kuchen ---
täglich von 9.30 Uhr - 17.00 Uhr (mittwochs 9.30 – 14.00 Uhr)
Wer isst schon gern alleine?

Montag, 04.10.: **Kartoffelwedges, Salat, Dessert**
Dienstag, 05.10.: **Spaghetti Bolognese, Salat**
Mittwoch, 06.10.: **Herbstsuppe, Baguette, Mousse au Chocolat**
Donnerstag, 07.10.: **Hackbraten, Gemüse, Kartoffelpüree**
Freitag, 08.10.: **Makkaroni Gärtnerinnen Art, Apfelschnee**
Es gibt täglich selbstgebackene Kuchen – auch zum Mitnehmen!

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

Frauen-Frühstück und Vernissage 29.09. um 9.30 Uhr
Seidenmalerei ‚Natur pur‘ von E Schubert – neue Ausstellung!

Frauen-Frühstück: 12.10. um 9.30 Uhr
,Anleitung zum Selbstbewusstsein‘ mit Rita Maier

Trennkost-Treffen
vierzehntägig, nächster Termin 12.10., 19.30 Uhr, 8 €

Selbsthilfegruppe Nahrungsmittelunverträglichkeit bitte nachfragen	
Selbsthilfegruppe Epilepsie bei Kindern	26.10., 20 Uhr
Selbsthilfegruppe ADHS, Eltern betroffener Kinder	20.10., 20 Uhr
Neu-Gründung SHG Diabetes – Info-Abend	04.10., 19.30 Uhr

Haushaltsnahe Dienstleistungen:

- **Bügel-service**
- **Partyservice/Catering**
- **Kinder-Haarschnitt**, freitags, 14.30 - 16 Uhr: (5 Euro/ Kind)-
bitte anmelden - Monique ist wieder da!
- **Kindergeburtstags-Service**

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. **Noch freie Plätze!**

Flexible Kinder-Betreuung: Leitung: Andreas Schumpff
Die verschiedenen Angebote 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

jeden Dienstag: forschen + experimentieren
jeden Freitag: offenes Kinderprogramm - 5 €
01.10.: **Windräder + Windspiele basteln**
08.10.: **Grünholzschnitzen oder Specksteinschmuck**

Krabbelgruppe, 1- bis 2-jährige Kinder
Jeden Donnerstag Nachmittag trifft sich eine privat organisierte
Krabbelgruppe in den Sonnenkäfer-Räumen.
Interessierte bitte bei Frau Bielinski melden; 07742/856949

Abnehmen für Kinder von 7 bis 12 Jahren
In diesem Kurs gehen wir nicht nur den ‚Dickmachern‘ auf die
Spur, sondern erfahren auch, wie eine gesunde, leckere
Ernährung kinderleicht zubereitet wird.
3 x montags, ab 11.10., 16 – 17.30 Uhr + Samstag, 30.10.
+ 2 Elternabende 19.10. + 9.11., jeweils 19.30 – 21 Uhr
Kosten: 60 € für Kurs, Elternabende, Lebensmittel + Material

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
Dienstag, 12.10., 16 – 18 Uhr 8 €

Trommel-Workshop für Erwachsene m. Petrus Bücklers.
Freitag, 15.10., 19.30 – 21.30 Uhr 15 €

Männergesundheitsstage: in Zusammenarbeit mit dem LRA

Kochkurs für Väter + Kinder: mit Hefe geht es ganz einfach
Samstag, 2.10., 10 Uhr 10 € für Vater + Kind, 2 € zus. Kind

Kochkurs für Männer ‚gesunde, schnelle Küche‘
Referentin: S. Bär, Köchin, Hauswirtschaftslehrerin
Im Küchenstudio Liebwein, Klettgaustr. 10, 07741-919191
Anmeldung bitte im Küchenstudio Liebwein

„Baustelle Männlichkeit – wie aus Jungen Männer werden“
Vortrag mit Diskussionsrunde
Referent: R. Lauther, Sozialpädagoge
Dienstag, 12.10., 19.30 Uhr Eintritt: 3 €/Paar 5 €



NEU: ‚helfende Hände‘ und ‚Taschengeldbörse‘
wir vermitteln ehrenamtliche/kostenlose 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:
- weibliche Unterstützung – nur Tiengen
- männliche Unterstützung in Lauchringen und Umgebung
- Alltagshilfe in Waldshut

Hilfe – Anfragen: Wir suchen:
- Ersatzoma/-opa in Lienheim
- Wer bringt ausländischen Frauen das Fahrradfahren bei?
Taschengeldbörse - Jugendliche bieten folgende Leistungen:
Alina, 12, Tiere versorgen in Lauchringen
Lisa, 13, Tiere versorgen, Babysitten in Wutöschingen
unsere Nachbarschaftshilfe wird gefördert von



Neues Angebot – Sozialberatung
Das Diakonische Werk wird ab 30.09. regelmäßig eine
kostenlose offene allgemeine Sozialberatung anbieten – für
Menschen mit persönlichen, sozialen oder finanziellen
Schwierigkeiten. Sie bietet Hilfe an bei Fragen im
Zusammenhang mit sozialhilfrechtlichen Leistungen und
Ansprüchen und gibt Unterstützung im Umgang mit Behörden.
Es besteht die Möglichkeit von Hausbesuchen und der
Begleitung zu Behörden.
jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat von 9 bis 11 Uhr

Vorschau Herbstferien
Ich geh dann mal los! – eine Jugend-Pilgerwanderung
Wir machen uns gemeinsam auf den Weg – von Lauchringen
nach Bonndorf – weitere Infos im FaZ
In Zusammenarbeit mit der Ev. Kirche Lauchringen + Tiengen
02. – 04.11.10 – Kosten: 60 €

Anmeldungen und Informationen:
Familienzentrum Hochrhein, Hauptstraße 47,
79787 Lauchringen, Tel. 07741/9679923 e-mail: [u.hahn@faz-](mailto:u.hahn@faz-hochrhein.de)
[hochrhein.de](http://www.faz-hochrhein.de) Fax 07741/9679924 www.faz-hochrhein.de