



**FamilienZentrum**  
Hochrhein

### Programm ab 29. November 2010

**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, 29.11.: **Gemüserisotto + Bananenquark**  
Dienstag, 30.11.: **Tomatensuppe mit Waffel**  
Mittwoch, 01.12.: **gef. Hackbraten, Bratkartoffeln, Sauce, Salat**  
Donnerstag, 02.12.: **Makkaroniaufauf mit Kohl**  
Freitag, 03.12.: **eingel. Heringe, Pellkartoffeln + Dessert**

Es gibt täglich selbstgebackene Kuchen – auch zum Mitnehmen!  
--- **Wenn möglich, bitte telefonisch vorbestellen ---**  
Erw. 4,00 €, Schulkinder, Senioren 3,00 €, Kleinkinder 2,00 €

#### Ausstellung: „Klein, aber fein“

Die Patchworkgruppe Lauchringen stellt Textilkunst aus -  
Besichtigung und Verkauf während unserer Öffnungszeiten

#### Alleinerziehenden-Advents-Frühstück mit Zopf, Kaffee, Kakao

Kinder dürfen selbstverständlich mitkommen, müssen aber  
beaufsichtigt werden. Das Angebot findet ab 5 Erwachsenen  
statt, bitte unbedingt bis Freitagvormittag anmelden!  
Sonntag, 05.12., 10 bis 12 Uhr - gegen Spende -

**Trennkost-Treffen**, nächster Termin 07.12., 19.30 Uhr, 8 €

#### Advents-Frauenfrühstück mit Friedegard Ziegler:

„Frieden in mir – Frieden um mich herum“  
Ist das möglich in unserer heutigen, schnelllebigen Zeit?  
Dienstag, 14.12., 9.30 Uhr

<b>Selbsthilfegruppe Nahrungsmittelunverträglichkeit</b>	01.12., 19.30 Uhr
<b>Selbsthilfegruppe Epilepsie bei Kindern</b>	23.11., 20 Uhr
<b>Selbsthilfegruppe ADHS, Eltern betroffener Kinder</b>	12.01., 20 Uhr
<b>Selbsthilfegruppe Diabetiker</b>	bitte anfragen
<b>SHG Diabetiker - für Eltern betr. Kinder/Jugendl.</b>	bitte anfragen

#### Achtung:

Letzter Gruppen-Abend 2010 von der **SHG Epilepsie e.V. WT f. Erw.**  
findet ausnahmsweise im FaZ statt - 26. November, 19:30 Uhr  
Tel: 07741/1305, Robert Keusch - Schriftführer

#### Haushaltsnahe Dienstleistungen:

- Bügelservice
- Partyservice/Catering
- Kindergeburtstags-Service

**Flexible Kinder-Betreuung:** Leitung: Andreas Schumpp  
**Neu:** Andreas hat nun regelmäßig Unterstützung: Karin Hoyer  
und Kim Schäuble sind mit verschiedenen Praktikanten für die  
Schulkinder da!

Die 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: Natur-Erlebnis mit Julia  
jeden Freitag: offenes Kinderprogramm - 5 €  
26.11.: **Nikoläuse basteln**  
03.12.: **Weihnachtskekse backen**

#### Ratz FaZ Kinderhotel – Erlebnis-Übernachtung im FaZ

17.12.: Winter-Olympiade – 15 €

#### 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.



#### 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](mailto:e.wiegard@faz-hochrhein.de) oder im FaZ-Büro

Ein Jahr Nachbarschaftshilfe – wir konnten viel bewirken:

#### Wir bieten an:

- männliche Unterstützung in Lauchringen + Umgebung
- alltagsentlastende Unterstützung in Tiengen

#### Wir suchen:

- Ersatzoma/-opa in Lienheim
- Tiengen: wer bringt gelegentlich 5-jährigen in Kindergarten?
- wöchentlich 2 – 3 Std. Betreuung eines Demenzkranken

#### Taschengeldbörse:

Wir suchen **dringend** Jugendliche, die gerne helfen und sich  
damit ein Taschengeld verdienen möchten

**unsere Nachbarschaftshilfe wird gefördert von**



#### Sozialberatung

Bei persönlichen, sozialen oder finanziellen Schwierigkeiten.  
Hilfe bei Fragen im Zusammenhang mit sozialhilferechtlichen  
Leistungen und Ansprüchen, Unterstützung im Umgang mit  
Behörden. Es besteht die Möglichkeit von Hausbesuchen und  
der Begleitung zu Behörden. – nächste Termine: 25.11./09.12.  
jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat von 9 bis 11 Uhr

#### Wer hat Interesse an einer Neugründung

**‚Gruppe alleinerziehender Väter‘? Bitte im FaZ melden**

**Mitarbeiterin sucht 2-Zi.-Wohnung bis 370 € warm in  
Lauchringen + Umgebung – bitte im FaZ melden!**

#### NEU NEU NEU NEU NEU -

**Professioneller Ski-Wachs-Service mit Kantentuning**  
von Andreas Schumpp  
Ski-Annahme täglich ab 9 Uhr – ab 7 €

Über die ‚helfenden Hände‘ kam ein Fahrradkurs zustande;  
drei ausländische Frauen lernen von Martina und Beate Meier  
das Fahrradfahren! **Herzlichen Dank von uns für das  
ehrenamtliche Angebot!** Bisher fuhren die Frauen auf  
Fahrrädern der Nachbar-Mädchen bzw. auf einem der  
Gemeinde. Es wäre toll, wenn wir für solche Kurse eigene  
Fahrräder hätten – wenn möglich, Jugend-Fahrräder. Wenn  
jemand eines abzugeben hat, bitte bei Frau Meier, Telefon  
07741-671116 melden. Herzlichen Dank!

#### Anmeldungen und Informationen:

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