FamilienZentrum Hochrhein

Programm ab 17. Januar 2011

FaZ-Café - Frühstück, Mittagessen, Kaffee und Kuchen ---
täglich von 9.30 Uhr - 17.00 Uhr (mittwochs 9.30 – 14.00 Uhr)
Es gibt täglich selbstgebackene Kuchen – auch zum Mitnehmen!

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, 17.01.: **Möhrencreme, Käse-Tortellini, Dessert**
Dienstag, 18.01.: **Reis-Gemüsepfanne m. Hackfleisch**
Mittwoch, 19.01.: **Käsespätzle + Salat**
Donnerstag, 20.01.: **Gyros m. Pommes + Salat**
Freitag, 21.01.: **Zucchini-Pilz-Tortilla + Dessert**
--- Wenn möglich, bitte telefonisch vorbestellen ---
Erw. 4,00 €, Schulkinder, Senioren 3,00 €, Kleinkinder 2,00 €

Neue Ausstellung ab 31.01.2011:
‚Passion Tango' von Cecilia Kaiser
Vernissage:
Freitag, 28.01., 19 Uhr
mit Lyrik und Tango
Annette Klaas + Bernd Basler (Tanz),
Lyrik: berühmte Tangotexte

Flexible Kinder-Betreuung: Leitung: Andreas Schumpp
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 €**
21.01.: Hallenbad Bülach/CH (Rückkehr später!)
Schwimmsachen, Ausweis + 3 € für Eintritt mitbringen
28.01.: Laubsäge-Arbeiten - Tier-Marionetten

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

unsere Nachbarschaftshilfe wird gefördert von
AKTION MENSCH

Haushaltsnahe Dienstleistungen:
- Bügelservice
- Partyservice/Catering
- Kindergeburtstags-Service
- Sozialberatung, nächste Termine: 27.01., 10.02., 9 – 11 Uhr
NEU ab Januar: Näh- und Flickservice

Selbsthilfegruppe Nahrungsmittelunverträglichkeit	26.01.,19.30 Uhr
Selbsthilfegruppe Epilepsie bei Kindern	26.01., 20 Uhr
Selbsthilfegruppe ADHS, Eltern betroffener Kinder	bitte anfragen
Selbsthilfegruppe Diabetiker	bitte anfragen
SHG Diabetiker - für Eltern betr. Kinder/Jugendl.	bitte anfragen

Alleinerziehenden-Treff für Mütter + Väter
Wir möchten ein neues Netzwerk Gleichgesinnter gründen – wer hat Interesse, Wünsche und Ideen? Möglich wären: gegenseitige Unterstützung, gemeinsame Unternehmungen, Gespräche, Organisation von Vorträgen, usw.
Erster Termin zum Austausch und zur Planung:

Samstag, 22. Januar 2011 um 15 Uhr

Wir werden von Moni kulinarisch mit Kaffee, Kakao, Kuchen + Waffeln verwöhnt – (gegen eine Spende). Kinder haben die Möglichkeit unter Ihrer Aufsicht zu spielen.
Bitte bis Freitagmittag 21.01.11 anmelden!

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.

Englisch für Vorschulkinder – neuer Kurs
Montags, ab 10.01.
Info und Anmeldung: Th. Reinhard, 07751-802544

Vorschau
‚Trau Dich einfach – tu was'
Gewaltpräventionskurs für Schüler der 5. – 8. Klasse
Dieser Kurs sorgt dafür, dass alle TeilnehmerInnen ihr Selbstbewusstsein deutlich steigern. Die Jugendlichen bekommen die Möglichkeit, Konfliktsituationen erfolgreich zu bewältigen und ihr Leben gewaltfrei zu gestalten. 3 Termine:
26.2., 10 – 14 Uhr / 02.03.+16.03., 15.30 – 17 Uhr / 40 €
Angebot über den Kinderschutzbund, Tel. 07741/672724

Rhetorik-Seminar: erfolgreiche Rede und Präsentation
08.02., 18 – 22 Uhr, 30 € zzgl. MwSt. incl. Dokumentation
Referentin: M. Studinger, Training-Coaching-Projektmanagement
Anmeldung:,07755/939774, mail@monika-studinger.de

‚Allergien hausgemacht'
Vortrag von Gabi Dohmen, Umweltmedizinerin
Mittwoch, 16.02. um 20 Uhr, Eintritt: Spende

Babysitter-Kurs: 9. – 11.03.2011, jeweils 9 bis 15 Uhr, 40 €

Entspannungskurs für Kinder 8 – 12 Jahre
Kreative Ruhe- und Bewegungsspiele, Yoga, autogenes Training, progressive Muskelentspannung
Kursleiterin: S. Wohlfeld, Lerntherapeutin
8x, ab 15.03., 17 – 18 Uhr, 80 €

Energieströmen –
Körperwahrnehmung und Entspannung für jedes Alter
Kursleiterin, E. Kaiser, Gesundheits- und Energietherapeutin
neuer Kurs ab 17.03., 19.30 – 21 Uhr, 6x, 50 €

In eigener Sache:
- Ab Januar findet unser ‚Kinder-Frisör' mittwochs statt; hierfür suchen wir eine ehrenamtliche Frisörin zur Unterstützung.

- Wir suchen für unsere ‚Elterncafé'-Leitung eine Hebamme, Still-Beraterin o.ä. Wir möchten dieses Angebot im nächsten Jahr wieder einmal monatlich anbieten. Wir können leider nichts zahlen, spendieren aber ein Frühstück!

- wer möchte mit uns eine ‚Waldspielgruppe' für Kindergarten- und/oder Grundschulkinder gründen? Ausgangspunkt könnte das Abenteuerland in Oberlauchringen sein. Zahlung einer Aufwandsentschädigung ist möglich.

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