



## FamilienZentrum Hochrhein

### Programm ab 31. 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!

#### Wer isst schon gern alleine?

Montag, 31.01.: **Gemüsecreme + Waffeln**  
Dienstag, 01.02.: **Spaghetti Carbonara mit Salat**  
Mittwoch, 02.02.: **Reispfanne m. Hackfleisch, Obst**  
Donnerstag, 03.02.: **Spinatnudeln und süße Überraschung**  
Freitag, 04.02.: **Nürnberger Würstchen, Kartoffelsalat**  
--- **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



**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

#### Hilfe-Angebote – wir bieten an:

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

#### Hilfe-Anfragen – wir suchen:

- Tiengen: wer bringt gelegentlich 5-Jährigen in Kindergarten?
- Abholung eines Kindes in Kindergarten Unterlauchringen

#### Taschengeldbörse:

- Waldshut: **Darlene** (13) bietet vielseitige Unterstützung an, auch Nachhilfe für 1. Klasse
- Wutöschingen, Lauchringen u. Umgebung: **Hannes** (15) kann bei Gartenarbeiten und beim Schneeräumen helfen und Handwerkliches erledigen
- Wutöschingen: **Lisa** (13) möchte gerne Tiere versorgen und/oder Babysitten
- Lauchringen, Tiengen, Horheim: **Sophia-Elena** (13) würde gerne Babysitten, im Haushalt und/oder Garten helfen

**unsere Nachbarschaftshilfe wird gefördert von**



#### Haushaltsnahe Dienstleistungen:

- Bügelservice
  - Partyservice/Catering
  - Kindergeburtstags-Service
  - Professioneller Ski-Wachs-Service mit Kantentuning  
Ski-Annahme täglich ab 9 Uhr – ab 7 €
- NEU ab Januar: Näh- und Flickservice** (bitte anmelden)

SHG Nahrungsmittelunverträglichkeit	(Vortrag) 16.02., 20 Uhr
Selbsthilfegruppe Epilepsie bei Kindern	23.02., 20 Uhr
Selbsthilfegruppe ADHS, Eltern betroffener Kinder	23.03., 20 Uhr
Selbsthilfegruppe Diabetiker	bitte anfragen
SHG Diabetiker - für Eltern betr. Kinder/Jugendl.	bitte anfragen

#### Wieder Plätze frei!!

**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.

**Kann mit der verlängerten Öffnungszeit im Kinderpark kombiniert werden – siehe unten!**

**Flexible Kinder-Betreuung:** Leitung: Andreas Schumpff  
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 €**  
04.02.: **Besuch bei der Polizei**  
11.02.: **wir backen einen Kuchen**

**‚Faszination‘** – Spiel & Spaß für Kinder und Jugendliche  
mit und ohne Behinderung ab 4 Jahren  
samstags 14-tägig, nächstes Treffen: 29.01., 9.30 – 16.30 Uhr,  
Information + Anmeldung: Christine Chrystof, Leiterin,  
0041-562470113/Handy 0170-3880091 oder im FaZ

#### ‚Trau Dich einfach – tu was‘

Gewaltpräventionskurs für Schüler der 5. – 8. Klasse  
Dieser Kurs sorgt dafür, dass alle TeilnehmerInnen ihr Selbst-  
bewusstsein 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 vom 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](mailto: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 €

**Gitarren- und Keyboard-Kurse für Kinder und Erwachsene**  
Information + Anmeldung: Frau Wanner 0174-7423696

#### 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!

**Allgemeine Sozialberatung des Diakonischen Werks,**  
Beratung und Hilfe in den unterschiedlichsten Problemlagen  
Kostenlos – Schweigepflicht - anonym möglich - Hausbesuch  
und/oder Begleitung zu Ämtern möglich  
nächste Termine: 27.01., 10.02., 9 – 11 Uhr

**NEU: ‚verlängerte Öffnungszeiten‘ im Kinderpark**  
Täglich 8 bis 12.30 Uhr flexible Kinderbetreuung  
2,50 €/halbe Stunde (Café-/ Kursbesucher 2 €/halbe Std)

**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