



FamilienZentrum
Hochrhein

Programm ab 14. Februar 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, 14.02.: **Räuberspieße, Reis + Salat**
Dienstag, 15.02.: **Kartoffelpuffer mit Apfelmus**
Mittwoch, 16.02.: **Penne mit Tomatensauce, Salat**
Donnerstag, 17.02.: **Pikanter Lauchauflauf, Dessert**
Freitag, 18.02.: **Kartoffelsuppe mit Würstchen**
--- **Wenn möglich, bitte telefonisch vorbestellen ---**
Erw. 4,00 €, Schulkinder, Senioren 3,00 €, Kleinkinder 2,00 €

14.02.: „Valentins-Spezial“

Waffeln mit heißen Kirschen

Frauenfrühstück 01.03. um 9.30 Uhr

„Frauen, die aus der Rolle fallen“ mit Adelheid Kummle

Kunst-Ausstellung: „Passion Tango“ von Cecilia Kaiser

Zu besichtigen während unserer Öffnungszeiten

Alleinerziehenden-Netzwerk

Wir treffen uns wieder am **19.02. um 15 Uhr**
Nach der großen Runde beim ersten Treffen möchten wir uns nun kennen lernen und weitere Aktionen besprechen.
Gerne können weitere InteressentInnen dazu kommen!
Bitte anmelden, damit genug Kuchen und Kinderbetreuer da sind; Ihre Kinder werden liebevoll betreut und versorgt.



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:

- 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: **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: Näh- und Flickservice (bitte anmelden)

NEU: ‚verlängerte Öffnungszeiten‘ im Kinderpark

Täglich 8 bis 12.30 Uhr flexible Kinderbetreuung
2,50 €/halbe Stunde (Café-/ Kursbesucher 2 €/halbe Std)

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. 28.02., 19.30 Uhr

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.

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: Programm unserer Praktikanten vom KGT**
jeden Freitag: offenes Kinderprogramm - 5 €
18.02./25.02.: Nistkästen bauen

‚FasZination‘ – Spiel & Spaß für Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung ab 4 Jahren

samstags 14-tägig, nächstes Treffen: 26.02., 9.30 – 16.30 Uhr,
Information + Anmeldung: Christine Chrystof, Leiterin,
0041-562470113/Handy 0170-3880091 oder im FaZ

‚Allergien hausgemacht‘

Vortrag von Gabi Dohmen, Umweltmedizinerin
Mittwoch, 16.02. um 20 Uhr, Eintritt: Spende

Trommelkurs für Vorschulkinder

Wir starten am Freitag, den 25.02. einen neuen Kurs, es können noch wenige Kinder dazu kommen - 10 Termine, 16.30 – 17.30 Uhr, 70 €

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 €

Autogenes Training für Erwachsene In der Ruhe liegt die Kraft
ab Dienstag, 01.03., 8.30 – 9.30 Uhr, 8x, 80 €

geführte Phantasiereisen auf Flügeln der Phantasie entspannen
ab Dienstag, 01.03., 10 – 10.45 Uhr, offen, fortlaufend, 8€/Std.
Schnupperstd. möglich, bitte vorher anmelden

Anmeldung: Karin Blatter, Entspannungspädagogin, psychotherapeutische Heilpraktikerin, Tel. 07741-9657087

Allgemeine Sozialberatung des Diakonischen Werks,

Beratung und Hilfe in den unterschiedlichsten Problemlagen
Kostenlos – Schweigepflicht - anonym möglich - Hausbesuch und/oder Begleitung zu Ämtern möglich
nächster Termin: 24.02., 9 – 11 Uhr

Wir suchen für unsere ‚Sonnenkäfer‘-Gruppen

Puppenhausfiguren und große Holzperlen! Vielen Dank

Anmeldungen und Informationen:

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