



**FamilienZentrum**  
Hochrhein

Programm ab 28. Februar 2011

## Im FaZ ist jeder herzlich willkommen!

**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, 28.02.: **Tomatenrisotto m. Salat + Dessert**  
Dienstag, 01.03.: **Bauerntopf mit Hackfleisch**  
Mittwoch, 02.03.: **Omelette m. versch. Füllungen, Salat**  
Donnerstag, 03.03.: **Käsespätzle mit buntem Salat**  
--- **Wenn möglich, bitte telefonisch vorbestellen ---**  
Erw. 4,00 €, Schulkinder, Senioren 3,00 €, Kleinkinder 2,00 €

**04.03. – 11.03. Fasnachtsferien – das FaZ ist geschlossen**

### 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



### 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
- gelegent. Hilfe b. Einkaufen, bei Arztbesuchen in Lauchringen

### Taschengeldbörse:

- Waldshut: **Darlene** (13) bietet vielseitige Unterstützung an, auch Nachhilfe für 1. Klasse
- Wutöschingen: **Lisa** (13) möchte gerne Tiere versorgen + 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 30.03., 19.30 Uhr  
Selbsthilfegruppe Epilepsie bei Kindern 30.03., 20 Uhr  
Selbsthilfegruppe ADHS, Eltern betroffener Kinder 23.03., 20 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.

### Trommelkurs für Vorschulkinder

Wir starten am Freitag, den 25.02. einen neuen Kurs  
10 Termine, 16.30 – 17.30 Uhr, 70 €

### 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 €**

25.02.: **Nistkästen bauen**

**Achtung:** die Übernachtung wird auf den 20./21.04.  
(Ferienanfang) verschoben!

### ‚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

### Fasnachtsferien: 9. – 11.03.:

**Spiel & Spaß im FaZ**, 9.30 – 16 Uhr, 45 €

**Babysitter-Kurs:** 9 bis 15 Uhr, 40 €

### Workshop: ‚gesundes Selbstbewusstsein‘

Gesundes Selbstbewusstsein kann erlernt + erarbeitet werden.  
Referentin: R. Maier, Theaterpädagogin  
Montags, 14. + 21.03., 20 – 22 Uhr, 30 €

### 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 €

### ‚Kugeln‘ – Filz-Kurs für Erwachsene

Bitte mitbr.: 2 Frotteehandtücher, kl. Plastikschüssel  
Referentin: Irmgard Plaschke, Fachlehrerin  
Freitag, 18.03., 18.30 – 21.30 Uhr, 18 € + Material

**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  
nächste Termine: 24.02., 24.03., 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-](mailto:u.hahn@faz-hochrhein.de)  
[www.faz-hochrhein.de](http://www.faz-hochrhein.de) Fax 07741/9679924 [www.faz-hochrhein.de](http://www.faz-hochrhein.de)