



## Programm ab 23.04. 2012

### FaZ-Café - Frühstück, Mittagessen, Kaffee und Kuchen ---

täglich von 9.30 Uhr - 17.00 Uhr

Es gibt täglich selbstgebackene Kuchen – auch zum Mitnehmen!

**NEU: wir bieten täglich einen großen Salatteller an!**

Montag, 23.04.: **Currywurst m. Pommes, Salat, Dessert**  
 Dienstag, 24.04.: **Reispfanne m. Hähnchen, gem. Salat**  
 Mittwoch, 25.04.: **garnierter Wurstsalat, Bauernbrot, Dessert**  
 Donnerstag, 26.04.: **Spaghetti, Lachssoße, gem. Salat**  
 Freitag, 27.04.: **Frikadellen in Tomatensoße, Risi-Bisi, Dessert**

--- **Wenn möglich, bitte telefonisch vorbestellen** ---

Erw. 4,00 €, Schulkinder, Senioren 3,00 €, Kleinkinder 2,00 €

### Elternfrühstück mit Erziehungsfragen

Für Eltern mit Kindern ab 3 Jahren

Der Treff ist als Gesprächskreis gedacht, bei dem die Eltern Fragen stellen, aber auch ihr Wissen und Ihre Erfahrungen zum Thema Erziehung austauschen können.

Referentin: P. Schmidt, Amt f. psychologische Beratung

Donnerstag, 03.05., 9.30 Uhr

### Frauenfrühstück: Unser Rücken – mehr Fluch als Segen?!

Eigentlich soll er unsere Stütze sein! Mit einer Mischung aus Theorie und Praxis möchte ich Ihnen die Tücken, Probleme, aber auch Hilfen und Tipps rund um unser Rückgrat vorstellen.

Referentin: Christiane Eisele, Physiotherapeutin

Dienstag, 08.05., 9.30 Uhr

### nächster Gesprächskreis für pflegende Angehörige:

Wann kommst Du wieder? Gebunden – angebounden.

Kann ich mit meiner Zeit selbst bestimmt umgehen?

Referentin: Christel Auweder, Dipl.-Psychologin

02.05.12, 15.15 Uhr Infos bei P. Hostettler 07741-65996

### Allgemeine Sozialberatung des Diakonischen Werks,

Beratung und Hilfe in den unterschiedlichsten Problemlagen  
 - kostenlos und anonym -

nächste Termine im FaZ: 26.04., 10.05., 9 – 11 Uhr



### 'helfende Hände'

wir vermitteln ehrenamtliche/**kostenlose** Nachbarschaftshilfe

**Wer benötigt Hilfe (Arztfahrten o.ä.)?**

**Wer bietet seine Hilfe an?**

### Taschengeldbörse

Jugendliche bieten Hilfe in Haus und/oder Garten, usw. an

**Infos/Anfragen: [e.wiegard@faz-hochrhein.de](mailto:e.wiegard@faz-hochrhein.de) oder im FaZ**

### 'verlängerte Öffnungszeiten' im Kinderpark

Täglich 8 bis 17 Uhr flexible Kinderbetreuung

2,50 €/halbe Stunde (Café-/ Kursbesucher 2 €/halbe Std)

### Spiel- und Lerngruppe 'Sonnenkäfer'

für Kinder ab ca. 1,5 Jahren, täglich 9.30 – 11.30 Uhr

Informationen und Warteliste bei Stephanie Lohmann,

Tel. 07746/657697 oder im FaZ.

### Haushaltsnahe Dienstleistungen:

- Bügelservice
- Partyservice/Catering
- Kindergeburtstags-Service
- Näh- und Flickservice

'FasZination' – Spiel & Spaß für Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung -

nächstes Treffen im FaZ: 21.04., 9.30 – 16.30 Uhr

Information + Anmeldung: Christine Chrystof, Leiterin,  
 0041-562470113/Handy 0170-3880091 oder im FaZ  
**auch nicht-behinderte Kinder sind herzlich willkommen – schnuppern jederzeit möglich!**

SHG Nahrungsmittelunverträglichkeit	auf Anfrage
Selbsthilfegruppe Epilepsie bei Kindern	25.04., 20 Uhr
Selbsthilfegruppe ADHS, Eltern betroffener Kinder	02.05., 20 Uhr
Selbsthilfegruppe Manisch-Depressive	07.05., 19.30 Uhr
NEU: SHG ‚gemeinsam statt einsam‘	23.04., 15.30 Uhr
NEU: Selbsthilfegruppe f. Essstörungen ‚Momo‘	03.05., 20 Uhr

### neue Selbsthilfegruppe: „gemeinsam statt einsam“

„zu viel allein? Suchen Sie Begegnungsmöglichkeiten mit Gleichgesinnten?“ Wir gründen eine SHG zum Kennen lernen, Austauschen und für gemeinsame Aktivitäten.

Leitung: Elisabeth Kaiser

nächstes Treffen: 23.04. um 15.30 Uhr 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** 13.30 Uhr bis 15 Uhr: 3 Euro (von pensionierten Lehrern betreut)

- **Nachmittagsprogramm** von 15 bis 17 Uhr: 5 Euro

- Verlängerung bis 18 Uhr: + 1 Euro + evtl. Abendessen

jeden Freitag: offenes Kinderprogramm - 5 Euro

20.04.: **Astmännchen**

### „Kinder-Disko“ + „Ratz FaZ Kinderhotel“ im Berolino

Freitag 11.05.12, Einlass 17.30 Uhr

Party 19 – 22 Uhr, Kosten: 15 € (inkl. Eintritt, Essen, Party)

mit Übernachtung bis Samstag 10 Uhr Kosten: 23 €

### Eineltern-Treff nächstes Treffen am 28.04., wann + wo

Infos bei R. Jaumann, 07741/9697936 oder im FaZ

### Having Fun! Viel Musik und Spaß!

Englischkurs für Kinder ab 5 Jahren

Referentin: A. Hess, Musik- und Zeichenlehrerin

montags, 23.04., 15.15–16 Uhr bis Sommerferien, 49 €

Infos + Anmeldung: A. Hess 07741-66262 oder im FaZ

### Kreativitätsspiele, Sinneswahrnehmung + Entspannung

Was mach ich, wenn ich wütend, ängstlich, traurig bin? Wir sprechen über Alltagserlebnisse und setzen uns in kreativen Rollenspielen damit auseinander. Für Kinder ab 5 Jahren

Leitung: G. Maier, Erzieherin, Psychosynthese

montags, ab 23.04., 16 – 17 Uhr – 5 x - 25 € inkl. Material

### Workshop: Airbrush

Referent: J. Schmid, Airbruser

Samstag, 28.04., 9.30 – 16.30 Uhr, 100 € inkl. Material

eigene Pistole (falls vorh.) + Arbeitskleidung mitbringen

### Schön, gesund und vital

Wenn unsere Organe gesund sind, ist auch unser Äußeres attraktiv. Sie bekommen Anregungen für eine ausgewogene

und säurearme Ernährung, Einführung in das Energie-

Heilströmen und in die EFT-Meridian-Klopfakupressur.

Elisabeth Kaiser, Gesundheits-/Ernährungstherapeutin

donnerstags, ab 10.05., 19.30 – 21 Uhr (6 Termine) 50 €

### neuer Fahrradkurs jeweils Freitag und Samstag

Freitag: 17.30 Uhr Anfänger, 18.30 Uhr Fortgeschrittene

Samstag: 10.00 Uhr Anfänger, 11.00 Uhr Fortgeschrittene

Kursbeginn am 11. Mai 2012 ( 4 Wochenende )

Kurskosten 25,- €

unbedingt nötig :**Turnschuhe und Fahrradhelm**

Anmeldung und Information: 07741-671116 Beate Meier

Für diese Kurse suchen wir gebrauchte Klappräder,

Jugendräder und Damenräder.

### Anmeldungen und Informationen:

**Familienzentrum Hochrhein, Hauptstraße 47,**

**79787 Lauchringen, Tel. 07741/9679923 e-mail: [u.hahn@faz-](mailto:u.hahn@faz-hochrhein.de)**

**[hochrhein.de](http://www.faz-hochrhein.de) Fax 07741/9679924 [www.faz-hochrhein.de](http://www.faz-hochrhein.de)**