

November 2017 – Februar 2018 ANGEBOTSKALENDER

Das Familienzentrum Katzenbach

Begegnung

Der Treffpunkt bietet Begegnungsmöglichkeiten für Familien und wird während den Öffnungszeiten durch Mitarbeitende begleitet. So kann man jederzeit in Kontakt treten, Fragen stellen und auch Themen vertiefen.

Betreuung

Das Familienzentrum bietet alternative Betreuungsmöglichkeiten zu bestehenden Angeboten im Quartier. Dazu gehören Spielgruppen und punktuelle Kinderhütchendienste.

Beratung

Eltern finden im Familienzentrum kompetente Beratung für ihre Erziehungs- und Alltagsfragen. Wir bieten einerseits Infomaterial und Gespräche an, andererseits besteht die Möglichkeit, qualifizierte Beratung rund um das Thema Kind und Familie in Anspruch zu nehmen.

Bildung

In einer anregenden Atmosphäre profitieren Familien von verschiedensten Lernmöglichkeiten zu Erziehungs- und Gesundheitsthemen.

Einmalige Angebote

Räbeliechtli schnitzen

Jedes Jahr findet in Seebach der traditionelle Räbeliechtli-Umzug statt. Für diesen Anlass schnitzen wir gemeinsam mit Kindern, Müttern und Vätern, Tageseltern und Grosseltern unsere Räben. Für Kinder von 0 – 4 Jahren mit Begleitperson.

Donnerstag 02.11.2017
Zeit 09.30 – 11.30 Uhr
Kosten CHF 5.- pro Räbe
(Eintreffen spätestens um 09.45 Uhr)

Anmeldeschluss* eine Woche vorher ans FamZ

Adventskalender basteln

Um etwas mehr Farbe und Abwechslung in die Adventszeit zu bringen, gestalten Kinder mit Mutter, Vater oder Grosseltern unter der Anleitung von Dana Wider bunte Adventskalender für die Kinder. Für Kinder von 2 – 4 Jahren mit Begleitperson.

Freitag 10.11.2017
Zeit 14.30 – 16.30 Uhr
Kosten CHF 22.- je Kalender
Kursleitung Dana Wider, Spielgruppen- und Waldleiterin

Anmeldung* an Tel. 076 583 85 82 oder reina94@gmx.ch

Grittibänz backen

Zur Winterzeit dürfen die frisch gebackenen Grittibänsen nicht fehlen. Wir kneten und backen auch dieses Jahr wieder zusammen feine Zopf-Grittibänsen! Für Kinder von 2 – 5 Jahren mit Begleitperson.

Donnerstag 30.11.2017
Zeit 14.30 – 16.30 Uhr
Kosten CHF 7.- pro Grittibänz

Anmeldung* bis 23.11.2017 ans FamZ

Weihnachtsgeschenk basteln

Für Kinder gehört Weihnachten zu den schönsten Zeiten im Jahr. Kinder im Alter von 3 – 5 Jahren dürfen ein Geschenk basteln. Der Anlass ist ohne Eltern. Bitte Malschürze mitbringen.

Freitag 08.12.2017
Zeit 14.30 – 16.30 Uhr
Kosten CHF 18.- pro Kind
Kursleitung Dana Wider, Spielgruppen- und Waldleiterin, Instruktorin

Anmeldung* bis 01.12.2017 an Tel. 076 583 85 82 oder reina94@gmx

„Mmh, feini Guetzli“

Zur Adventszeit gehört auch der Duft von feinen frischgebackenen Guetzli dazu. Wir backen leckere und bekannte Schweizer Weihnachtsguetzli. Schön verpackt dürfen diese mit nach Hause genommen werden. Für Kinder von 2 – 5 Jahren mit Begleitperson.

Samstag 16.12.2017
Zeit 10.00 – 12.00 Uhr
Kosten CHF 7.- je Kind mit Begleitperson

Anmeldung* bis 08.12.2017 ans FamZ

Gesprächsrunde für Eltern – mit Kinderhüeti

Grenzen setzen – Freiraum geben
Donnerstag, 09. November 2017
In der Erziehung ist es wichtig, Grenzen zu setzen und konsequent zu sein. Leichter gesagt, als getan ... Anhand von theoretischen Inputs und Filmsequenzen werden Möglichkeiten aufgezeigt und diskutiert.

Lebenstüchtige Kinder – zufriedene Eltern
Donnerstag, 01. Februar 2018
In Anlehnung an das Buch von Margrit Stamm «Lasst die Kinder los» werden Wege zu einem entspannten Erziehungsstil für lebenstüchtige Kinder und zufriedene Eltern aufgezeigt und diskutiert.

Gesprächsrunde 09.30 – 11.00 Uhr
Kinderhüeti 09.15 – 11.15 Uhr
Kosten CHF 10.- pro Familie
Kursleitung Martha Furger Brunner, Elterncoach

Anmeldung* bis eine Woche vorher ans FamZ

Ferienprogramm

Noch in Planung. Die konkreten Ferienangebote können im Januar 2018 auf unserer Webseite abgerufen werden oder Sie können sich im Familienzentrum danach erkundigen.

Verschiedenes

Räume mieten

Die Räume des Familienzentrums Katzenbach können von Familien mit Kindern von 0 – 4 Jahren für verschiedene Anlässe gemietet werden. Abends (Mo – Fr.) vermieten wir die Räume ausserdem für Sitzungen.

Treffpunkt (mit Küche)
Für max. 20 Personen inkl. Kinder
Gruppenraum
Für max. 20 Personen inkl. Kinder

Öffnungszeiten

Treffpunkt

Dienstag 14.30 – 17.00 Uhr
Mittwoch 09.00 – 11.30 Uhr
Donnerstag 14.30 – 17.00 Uhr
Freitag 14.30 – 17.00 Uhr
Samstag 10.00 – 13.00 Uhr

Das GFZ Familienzentrum bleibt während den Weihnachtsferien vom 23.12.2017 – 07.01.2018 geschlossen.

Regelmässige Angebote

Mütter-/Väterberatung

Der Alltag mit Babys und Kleinkindern macht viel Freude – ist aber auch anspruchsvoll und voller Fragen. Die Mütter-/Väterberaterin bietet kostenlose Beratung und Unterstützung an, um Ihnen als Mutter oder als Vater Sicherheit in Ihrer neuen Rolle zu geben. Bei Fragen rund ums Stillen, Weinen, Schlafen, Essen und Trotzen wie auch zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie sind wir für Sie da, von der Geburt bis zum Kindergartenentritt.

Jeden Mittwoch 14.00 – 16.00 Uhr
Ohne Voranmeldung

Telefonische Beratung
Mo, Di, Do, Fr 09.00 – 12.00 Uhr
Mo – Fr 13.30 – 16.30 Uhr
Di 13.30 – 18.30 Uhr
Tel. 044 412 76 00

Neu: Babymassage

In der Gruppe haben Sie Gelegenheit, unter Anleitung der Mütter-/Väterberaterin

- Ihr Kind zu massieren
- sich Zeit zu nehmen für sich und Ihr Kind
- zu entspannen
- die Babymassage kennenzulernen.

Die Babymassage fördert die Beziehung von Mutter/Vater und Kind und ist gesundheitsfördernd für Säuglinge ab der 6. Woche. Sie haben die Möglichkeit, anderen Müttern und Vätern zu begegnen und Erfahrungen auszutauschen, um gestärkt in den anspruchsvollen Alltag zurückzukehren.

Die Babymassage findet in der Regel alle 14 Tage statt. Eine Anmeldung ist nicht notwendig. Das Angebot ist kostenlos.

Donnerstag 02.11.2017
16.11.2017
07.12.2017
21.12.2017
18.01.2018
01.02.2018
Zeit 14.00 – ca. 15.00 Uhr
Kursleitung Simone Meyer, Mütter-/Väterberatung, Tel. 044 412 82 73

Rückbildungsyoga (möglich mit Baby)

Dieser Kurs bietet auch die Möglichkeit, andere Mütter kennenzulernen und sich auszutauschen. Im Bewegungsteil wird der Kreislauf aktiviert, Sie machen Beckenbodenübungen und stärken die Rumpfmuskulatur. Babys werden betreut.

Kurs jeden Dienstag ausser Schulfreien – Eintritt jederzeit möglich
Zeit 10.00 – 11.00 Uhr
Wer Frauen 6 – 8 Wochen nach der Geburt
Kosten CHF 25.- pro Einzelstunde oder 10er Abonnement à CHF 200.-/5er Abonnement à CHF 100.- (wird von der Krankenkasse/Zusatzversicherung übernommen)
Kursleitung Viviana Velardi-Volgger Dipl. Bewegungspädagogin BGB und Rückbildung BirthCare

Anmeldung* an Tel. 076 482 67 67 oder vivianavelardi@gmail.com

Kinder-Basteln

Kleben, Schneiden, Malen: Gemeinsam basteln wir etwas – lasst euch überraschen! Für Kinder von 3 – 4 Jahren mit Begleitperson. Bitte Malschürze mitbringen.

Dienstag 14./28.11.2017
Zeit 15.00 – 16.00 Uhr
Kosten CHF 5.- pro Kind

Anmeldung* bis fünf Tage vor Beginn ans FamZ

Sekretariat

Dienstag 09.00 – 12.00 / 13.30 – 17.00 Uhr
Mittwoch 09.00 – 12.00 Uhr
Donnerstag 09.00 – 12.00 / 13.30 – 17.00 Uhr
Freitag 13.30 – 17.00 Uhr
Samstag 10.00 – 13.00 Uhr

Malatelier

Kreatives, freies Malen – wir lassen uns von der kindlichen Fantasie überraschen. Für Kinder von 2 – 4 Jahren mit Begleitperson. Bitte Malschürze und Finken mitbringen.

Mittwoch 01.11.2017/13.12.2017/
17.01.2018/07.02.2018
Zeit 09.30 – 10.15 Uhr
Kosten CHF 5.- pro Kind

Anmeldung* bis 12 Uhr vom Vortag ans FamZ

Kindergeschichten

Kommt vorbei und lasst uns in die Welt der Bilderbücher und Geschichten eintauchen! Spannende und animierte Lesungen für Familien mit Kindern von 3 – 4 Jahren. Ohne Anmeldung.

Dienstag 07.11.2017
21.11.2017
05.12.2017
12.12.2017
16.01.2018
30.01.2018
06.02.2018
Zeit 14.45 – 15.30 Uhr
Kein Einlass nach Beginn

Eltern-Kind-Singen

Spielerisch und lustvoll tauchen Kinder und Eltern ein in Lieder, Verse, Tanz- und Bewegungsspiele. Das Kind wird über alle Sinne angesprochen, in seiner Entwicklung gefördert und sammelt erste Erfahrungen in der Gruppe. Für Kinder ab 12 Monate bis 5 Jahre und einer Begleitperson.

Donnerstag 16.11.2017
30.11.2017
14.12.2017
11.01.2018
25.01.2018
08.02.2018
Zeit 10.00 – 11.15 Uhr
Kosten Kein Einlass nach Beginn
CHF 5.- pro Mal/Familie

ohne Anmeldung

Bewegungsspielgruppe

Spielerisch wird die Fein- und Grobmotorik durch gezielte Bewegung, Spiele, Singen, Basteln und Freispiel gestärkt, und es können erste Freundschaften geknüpft werden. Für Kinder von 3 – 5 Jahren.

Freitag 08.30 – 11.30 Uhr
Kosten CHF 300.- pro Wochentag und Quartal, CHF 30.- Einschreibgebühren (einmalig), inkl. Znüni und Materialkosten, zahlbar im Voraus
Kursleitung Dana Wider, Spielgruppen- und Waldleiterin, Instruktorin ELKI-Turnen

Anmeldung an Tel. 076 583 85 82 oder reina94@gmx.ch

Bewegungsturnen

Früh übt sich! Das Bewegungsturnen ist die Vorstufe des ELKI-Turnen. Die kindliche Motorik wird durch Balancieren, Kriechen, Tanzen und Hüpfen gefördert. Spielerisch wecken wir die Freude an der Bewegung beim Kind und Erwachsenen. Für Kinder von 18 – 36 Monaten in Begleitung eines Erwachsenen.

Montag 17.15 – 18.00 Uhr
Kosten CHF 8.- pro Mal/ Paar
Quartalsweise im Voraus zahlbar.
Kursleitung Dana Wider, Instruktorin ELKI-Turnen

Anmeldung an Tel. 076 583 85 82 oder reina94@gmx.ch