

# November 2018 – Februar 2019 ANGEBOTSKALENDER

## Das Familienzentrum Zeltweg

### Begegnung

Der Treffpunkt bietet Begegnungsmöglichkeiten für Familien mit Kindern von 0 – 4 Jahren 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 Kinderhütendienste.

## Öffnungszeiten

Für Familien mit Kindern von 0 – 4 Jahren

### Treffpunkt

**Mittwoch** 09.00 – 11.30 Uhr

Das GFZ Familienzentrum bleibt während den Weihnachtsferien vom 22. Dezember 2018 – 06. Januar 2019 geschlossen.

## Regelmässige Angebote

### Erziehungs- und Schlafberatung

Essen, Aufräumen, Zuhören, Einschlafen, Durchschlafen, Einkaufen, Streiten etc. sind ganz gewöhnliche Alltagssituationen. Mit kleinen Kindern können sich diese zu alltäglichen Stress- und Streitsituationen verwandeln. Gemeinsam werden Lösungsstrategien erarbeitet. Beratung nach Terminvereinbarung.

**Dauer** ca. 1 Stunde  
**Kosten** CHF 100.-  
**Kursleitung** Susanna Fischer, Fachberaterin EEH, Familienpraxis Stadelhofen, Tel. 078 888 04 68 oder info@schreibbaby.ch

Anmeldung an die Kursleiterin

### Canorta Rumantscha

In Zusammenarbeit mit GFZ wird jeweils am Montag ein 1-Tages-Betreuungsangebot in romanischer Sprache angeboten. Für Kinder ab drei Monaten bis zum Kindergarten Eintritt.

**Zeit** 07.30 – 18.00 Uhr  
**Kosten** CHF 145.- für Säuglinge bis 18 Monate  
CHF 125.- für Kleinkinder bis Kindergartenübertritt

Anmeldung an canorta.rumantscha@gfz-zh.ch oder Tel. 044 253 75 25

### 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.

**Mittwoch** 12.12.18  
30.01.19  
27.02.19  
**Zeit** 09.45 – 10.30 Uhr  
Kein Einlass nach Beginn.

Ohne Anmeldung

## Familienzentrum Zwischenbächen Elternbildungsanlässe

**Hauen, beißen, kratzen ...**  
**Donnerstag, 22. November 2018**  
Eltern erfahren, warum Kleinkinder hauen, beißen, kratzen und wie sie mit stärkender Erziehung ihre Kinder sinnvoll begleiten, wenn ein solches Verhalten auftritt.

**Kursleitung** Susanna Fischer, Fachberaterin EEH und Sozialpädagogin

**Die grosse Bedeutung des Spiels**  
**Montag, 28. Januar 2019**  
Spielen berührt die Kinderseele und bereitet Spass! Doch welche Spiele sind sinnvoll? Was, wenn das Kind nicht alleine spielen will? Anhand von Videosequenzen wird gezeigt, wie Kinder spielerisch die Welt entdecken.

**Kursleitung** Martha Furger Brunner, Elterncoach

**Zeit** 19.00 – 21.00 Uhr  
**Ort** GFZ Familienzentrum Zwischenbächen 2 8048 Zürich 044 431 01 10  
**Kosten** keine Kosten – freiwillige Beiträge sind willkommen

Anmeldung\* bis eine Woche vorher an famz-zwischenbaechen@gfz-zh.ch

### 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.

### Sekretariat

**Dienstag** 09.00 – 12.00/13.30 – 17.00 Uhr  
**Mittwoch** 09.00 – 12.00/13.30 – 17.00 Uhr  
**Donnerstag** 09.00 – 12.00/13.30 – 17.00 Uhr

### English Play Date

Das English Play Date bietet einen Ort, an dem Kinder auf spielerische und einfache Art die Sprache Englisch näher kennen lernen. Für Vorkindergartenkinder ohne englische Vorkenntnisse und ab 3 – 4 Jahren. Ohne Begleitperson.

**Mittwoch** 07.11.18  
16.01.19  
06.02.19  
weitere Daten folgen  
**Zeit** 09.45 – 10.30 Uhr  
**Kosten** CHF 90.- für 10er Abo  
CHF 40.- für 5er Abo  
CHF 10.- pro 45 Minuten

Anmeldung\* ans FamZ

### Rückbildungsgymnastik mit Baby

Kursinhalt ist das Aktivieren des Kreislaufs, die Stärkung der Rumpfmuskulatur und der sorgfältige Aufbau der Bauch- und Beckenboden-Muskulatur. Die Babys werden betreut.

**Kurs** jeden Donnerstag ausser Schulferien – Eintritt jederzeit möglich  
**Zeit** 14.00 – 15.00 Uhr  
**Wer** Frauen 6 – 8 Wochen nach der Geburt  
**Kosten** CHF 30.- Probestunde/ Einzelstunde  
CHF 200.- für 8er Abo (wird von der Krankenkasse/ Zusatzversicherung übernommen)  
**Kursleitung** Viviana Velardi, Dipl. Bewegungspädagogin, Rückbildung Birth Care, IAIM Babymassage

Anmeldung\* unter [www.rundumdiemama.ch](http://www.rundumdiemama.ch)

### Tanzen für die Kleinsten

In diesen Stunden steht der Spass an der Musik und am Tanz im Fokus. Die Kinder haben die Möglichkeit sich zu entfalten, ihren Körper wahrzunehmen und ihrer Fantasie durch Improvisation freien Lauf zu lassen. Die Koordination wird gefördert, die Körperhaltung verbessert und die ersten Grundelemente des Tanzens werden erlernt.

### Kurs Freitag

	Kindertanzen	Kinderballett
<b>Zeit</b>	15.00 – 15.30 Uhr	15.30 – 16.15 Uhr
<b>Alter</b>	Ab 3 Jahren	Ab 5 Jahren
<b>Kosten</b>	CHF 168.-	CHF 192.-

Die 12er Abos sind für 3 Monate gültig. Schnupperstunde gratis – Einstieg jederzeit möglich

**Kursbeginn** 11. Januar 2019

Anmeldung an [samira.bearth@gmx.ch](mailto:samira.bearth@gmx.ch)

## Ferienprogramm

Unser Programm für die Sportferien 2019 ist noch in Planung. Das genaue Programm entnehmen Sie dem Newsletter oder Flyer ab Dezember 2018.

## Einmalige Angebote

### Zopf Teig-Tierli backen

Schildkröte, Schnecke oder doch eine Maus? Wir formen zusammen lustige Zopf Teig-Tierli, bestaunen, wie sie im Backofen wachsen und naschen sie danach. Für Kinder von 2 – 4 Jahren mit Begleitperson.

**Mittwoch** 23.01.19  
**Zeit** 09.30 – 11.00 Uhr  
**Kosten** CHF 8.- pro Kind

Anmeldung\* bis 12.00 Uhr vom Vortag ans FamZ

### Pico und ich – eine berührende Geschichte zum Thema Tod

Der Tod ist für Kinder schon früh ein Thema. Er gehört irgendwie dazu, sei es im Spiel oder wenn der erste Hamster gestorben ist. Kinder gehen mit dem Tod viel natürlicher um als Erwachsene. Viele wissen nicht, wie sie reagieren sollen, da sie die Kinder vor dem Thema Tod schützen möchten. Aus eigener Unsicherheit oder Angst wird das Thema oft tabuisiert.

Mit dem von ihr geschriebenen Bilderbuch erzählt die Zürcher Schauspielerin Martina Schütze die Geschichte von «Pico und ich», in dem Pablos Grossvater Pico an Krebs erkrankt und schon bald in den Himmel geht. «Aber wie geht das?» fragt sich Pablo.

Das Buch ist eine gute Basis, um sich dem Thema Tod mittels einer Geschichte anzunähern. Die Lesung wird musikalisch begleitet und ist kindgerecht gestaltet. Für Kinder von 3 – 5 Jahren mit Begleitperson.

Infos zum Buch: [www.picoundich.ch](http://www.picoundich.ch)

**Donnerstag** 01.11.18  
**Zeit** 09.45 – 10.30 Uhr  
**Kosten** Keine Kosten festgelegt. Wir freuen uns auf eine individuelle Unterstützung.

Anmeldung\* bis 12.00 Uhr vom Vortag ans FamZ

### Grittibänz backen

«Was ding-ding-dingelet und dong-dong-dongeleet? Chönt ächt das de Samichlaus sii?» Bald steht der Samichlaus vor der Türe. Formt, verzert und backt euren Grittibänz für den Samichlaus-Tag! Mit Begleitperson.

**Mittwoch** 28.11.18  
**Zeit** 09.30 – 11.00 Uhr  
**Kosten** CHF 8.- pro Kind

Anmeldung\* bis 12.00 Uhr vom Vortag ans FamZ

### Guetzle

Zur Weihnachtszeit gehören Guetzli einfach dazu! Wir backen gemeinsam feine Guetzli und naschen heimlich Teig.

**Mittwoch** 05.12.18  
**Zeit** 09.30 – 11.00 Uhr  
**Kosten** CHF 8.- pro Kind

Anmeldung\* bis 12.00 Uhr vom Vortag ans FamZ

### Weihnachtsgeschenk basteln

Für Kinder gehört Weihnachten zu den schönsten Zeiten im Jahr. Kinder von 2 – 4 Jahren dürfen mit uns ein Geschenk basteln. Mit Begleitperson.

**Mittwoch** 21.11.18  
**Zeit** 09.30 – 11.00 Uhr  
**Kosten** CHF 10.- pro Kind

Anmeldung\* eine Woche vorher ans FamZ

## Räume mieten

Die hellen Räume des Familienzentrums können für verschiedene Anlässe (vorwiegend am Wochenende) gemietet werden.

**Gruppenraum** 60 m<sup>2</sup> für max. 25 Personen  
**Treffpunkt (mit Teeküche)** 26 m<sup>2</sup> für max. 10 Personen  
**Kombiniert** 86 m<sup>2</sup> für max. 50 Personen (Anzahl Sitzplätze für Feste/Anlässe)  
Für max. 100 Personen (Stehplätze oder Bestuhlung für Seminare/Vorträge)

Für Kindergeburtstage gibt es Spezialtarife. Eltern mit einem Betreuungsvertrag in einer GFZ Kita oder GFZ Tagesfamilie erhalten 20% Rabatt!

Mehr Informationen erhalten Sie unter Tel. 044 253 75 20 oder [famz-zeltweg@gfz-zh.ch](mailto:famz-zeltweg@gfz-zh.ch)