

## **Feste Angebote im Familienzentrum**

### Elterncafé

Teiloffene Sprechstunde für Familien- und Erziehungsberatung in Kooperation mit dem „Psychologischen Beratungszentrum“ der Evangelischen Gemeinde zu Düren.

1-mal monatlich dienstags von 14.00 bis 17.00 Uhr und nach Absprache mit Rita Pütz-Pilger, Diplom-Sozialpädagogin

### Eltern-Kind-Treff (8 – 24 Mon.)

in Kooperation mit dem FORUM für Erwachsenen- und Familienbildung

Kursleitung: Pia Gooßens, Tel.: 02421/391639

### Yoga für Schwangere

Infos zu Anmeldung, Kosten und Kurszeiten

bei der Kursleitung: Elisabeth Kirsch, Tel.: 02421/35378

### Baby-Massage nach Frederic Leboyer

Infos zu Anmeldung, Kosten und Kurszeiten

bei der Kursleitung: Elisabeth Kirsch, Tel.: 02421/35378

### Vinyasa Yoga für Erwachsene

Infos zu Anmeldung, Kosten und Kurszeiten

bei der Kursleitung: Rebecca Oellers, Tel.: 02428/901679

### „Tanzen im Vorschulalter“

Infos zu Anmeldung und Kosten in den Kitas des Familienzentrums

Bildungs- und Infoveranstaltungen in Kooperation mit der VHS Rur-Eifel

Informationsveranstaltungen für Erwachsene

Kurse für Kinder und Erwachsene

in Kooperation mit dem TV 1910 Girbelsrath e.V.

# Erziehungs- und Familienberatung



## in Kooperation mit dem psychologischen Beratungszentrum“ der Evangelischen Gemeinde zu Düren

Eltern, Kinder, Jugendliche, Erzieher, Lehrer sowie alle Privatpersonen können sich an Frau Pütz-Pilger wenden. Mit ihr können gemeinsam individuelle Lösungen für Probleme, Konflikte und Krisensituationen erarbeitet werden. Selbstverständlich unter strikter Einhaltung von Datenschutz und der Schweigepflicht.

### Termine für 2019

- |                                   |                          |
|-----------------------------------|--------------------------|
| ✚ Dienstag, den <b>03.03.2020</b> | von 14.00 – 17.00 Uhr    |
| Bürgerhaus, Burgstraße            | Anmeldung bis 27.02.2020 |
| ✚ Dienstag, den <b>07.04.2020</b> | von 14.00 – 17.00 Uhr    |
| Bürgerhaus, Burgstraße            | Anmeldung bis 02.02.2020 |
| ✚ Dienstag, den <b>05.05.2020</b> | von 14.00 – 17.00 Uhr    |
| Bürgerhaus, Burgstraße            | Anmeldung bis 30.04.2020 |
| ✚ Dienstag, den <b>02.06.2020</b> | von 14.00 – 17.00 Uhr    |
| Bürgerhaus, Burgstraße            | Anmeldung bis 28.05.2020 |
| ✚ Dienstag, den <b>07.07.2020</b> | von 14.00 – 17.00 Uhr    |
| Bürgerhaus, Burgstraße            | Anmeldung bis 02.07.2020 |
| ✚ Dienstag, den <b>04.08.2020</b> | von 14.00 – 17.00 Uhr    |
| Bürgerhaus, Burgstraße            | Anmeldung bis 30.07.2020 |
| ✚ Dienstag, den <b>01.09.2020</b> | von 14.00 – 17.00 Uhr    |
| Bürgerhaus, Burgstraße            | Anmeldung bis 27.08.2020 |
| ✚ Dienstag, den <b>06.10.2020</b> | von 14.00 – 17.00 Uhr    |
| Bürgerhaus, Burgstraße            | Anmeldung bis 01.10.2020 |
| ✚ Dienstag, den <b>03.11.2020</b> | von 14.00 – 17.00 Uhr    |
| Bürgerhaus, Burgstraße            | Anmeldung bis 29.10.2020 |
| ✚ Dienstag, den <b>01.12.2020</b> | von 14.00 – 17.00 Uhr    |
| Bürgerhaus, Burgstraße            | Anmeldung bis 26.11.2020 |
- ✚ Terminänderungen werden rechtzeitig bekannt gegeben.
- ✚ Anmeldungen sind möglich bei Frau Weidgang unter Tel.: 02421/34778, in den KiTas des Familienzentrums oder per Email: [familienzentrum@gemeinde-merzenich.de](mailto:familienzentrum@gemeinde-merzenich.de)

# *Baby-Massage* nach Frederic Leboyer

für Babys ab der 6. – 8. Lebenswoche



*„Berührt, gestreichelt und massiert werden, das ist Nahrung für das Kind“.*

In ruhiger, entspannter Atmosphäre (max. 6-7-Kinder) lernen wir die sinnvolle Reihenfolge der indischen Babymassage und deren verschiedene Massagetechniken, damit die Massage zu einem Ritual werden kann. Die Erfahrung der Berührung bildet eine Grundlage für Vertrauen und Selbstbewusstsein. Massage gibt dem Kind ein Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit, sie fördert Körperbewusstsein. Babymassage ist auch Kommunikation und Bindungsförderung.

Wir können feine Reaktionen sehen und lernen das Baby „zu lesen“. Weitere positive Effekte der indischen Babymassage sind die Stärkung des Immunsystems, Hilfe bei Koliken und Förderung des Schlafes.

Kursleitung: Elisabeth Kirsch, Hebamme

Kursort: FZ „KiTa Krümelkiste“

Kursdauer: 5 x 60 Minuten, donnerstags von 16.40 – 17.40 Uhr

Kurskosten: 50 €

Anmeldung und Info zum Kursbeginn bei Frau Kirsch,

Tel.: 02421/35378 und per Email: [e-kirsch@arcor.de](mailto:e-kirsch@arcor.de)

Mit zu bringen sind: 2 Handtücher, davon 1 Babybadetuch,  
1 Baumwolldecke, Windeln, evtl. Wechselkleidung sowie eine „pipi-dichte“ Unterlage.

Tipp für Eltern: Lockere und nicht zu warme Kleidung, damit sie bequem auf dem Boden sitzen können.

# Eltern-Kind-Treff



**in Kooperation mit dem FORUM Düren-Eifel  
im „Alten Bürgerhaus“, Eingang Klosterstraße**

**Dienstags von 09.00 – 10.30 Uhr**

Hier haben Eltern die Möglichkeit zum Austausch, die Zeit ihr Kind zu beobachten oder mit ihm zu spielen. Gleichzeitig können die Kinder ihre ersten sozialen Kontakte zu Gleichaltrigen aufnehmen. Unter fachlicher Anleitung der Kursleitung werden Erfahrungen mit vielen verschiedenen Materialien, Spielen und Liedern gemacht.

Kursleitung: Pia Goßens

Kursdauer: 1. Halbjahr: 14.01.2020 bis 09.06.2020

15.01.2020 bis 10.06.2020

2. Halbjahr: 18.08.2020 bis 03.11.2020

19.08.2020 bis 04.11.2020

**Der Kurs findet jeweils in der Zeit von 9.00 Uhr bis 10.30 Uhr statt.**

Kosten: pro Halbjahr 25,- €

Anmeldung bei der Kursleiterin, Tel.: 02421/391639

Info zum Kurs und Anmeldung bei Frau Gooßens und in den KiTas des Familienzentrums

# Tanzfrüherziehung für Kinder von 3 bis 6 Jahren

In dieser besonderen Tanzstunde lernen die Kinder im Vorschulalter spielerisch die Grundelemente verschiedener Tanzarten wie Ballett, Jazztanz und Hip-Hop kennen und tanzen. Sie haben die Möglichkeit spielerisch und musikalisch ein Gefühl für die unterschiedlichen Rhythmen zu bekommen und sich frei zu bewegen; die Körperhaltung zu trainieren und ihren Körper zu dehnen. Sie stärken das Selbstvertrauen und bauen Musikalität aus. Natürlich steht an vorderster Stelle viel Spaß an Bewegung, Gruppeninteresse und Musik.

Kursleitung: Louisa Michalak, Gymnastiklehrerin und Tanztrainerin

Kursorte:

- KiTa „Krümelkiste“ in Merzenich, montags von 8.30 – 09.30 Uhr
- KiTa „Windmühle“ in Merzenich, dienstags von 09.00 – 10.00Uhr
- KiTa „Regenbogen“ in Merzenich, dienstags von 14.00 – 15.00 Uhr
- KiTa „Villa Wichtel“ in Girbelsrath, montags von 11.00 – 12.00 Uhr
- KiTa „Bürgewald“ in Morschenich, montags von 09.45– 10.45Uhr

Kosten: 15 € monatlich

Info zum Angebot und Anmeldung in den jeweiligen Kitas oder per

Email: [familienzentrum@gemeinde-merzenich.de](mailto:familienzentrum@gemeinde-merzenich.de)

# *Auftritt der Tanzkinder*



*Aus den KiTas*

*des Trägervereins Tageseinrichtung für Kinder e. V. Merzenich*

bei der

***Kindersitzung der KG Jonge vom Berg Merzenich***

am Sonntag , **den 16.02.2020** in der Weinberghalle in Merzenich.

Genauere Infos dazu werden zeitnah von Frau Louisa Michalak in den KiTas bekannt gegeben.

***Aktion :*** 😊

***Auftritt unserer Tanzkinder***

***in der Weinberghalle in Merzenich***

**Begleitet werden unsere Kinder von Trainerin Frau Louisa Michalak .**

***Dargeboten wird ein kleines tänzerisches Programm von unseren Kindern .***

*Wir möchten Sie gerne dazu einladen und freuen uns auf die Familien, Freunde und andere interessierte Besucher ☺*

*Infos und Terminbekanntgabe dazu erhalten Sie zeitnah in den KiTas des Familienzentrum Merzenich i.V. ☺*



# **Abfallerlebnisprogramm mit Vorschulkindern**

*in Kooperation mit der AWA- Abfallberatung*

✚ Was wird in welchem Eimer gesammelt? Und warum?



**Kosten: Entgeltfrei**

**Info zu Terminen und Anmeldung in den KiTas des Familienzentrums oder per Email: [familienzentrum@gemeinde-merzenich.de](mailto:familienzentrum@gemeinde-merzenich.de)**

# **Yoga und Entspannung**

## **für Vorschulkinder**

*Mit Hilfe von Yoga und verschiedenen Entspannungsmethoden lernen Kinder, innere Ruhe und Ausgeglichenheit wahrzunehmen. Yoga und Entspannung verhilft ihnen zu besserer Körperwahrnehmung, Konzentration und einem gesteigerten Selbstbewusstsein.*



**Kursangebot:** fortlaufend

**Kursdauer:** 10 Wochen

**Kursort:** Familienzentrum i.V. „Kita Windmühle“

„Kita Krümelkiste“

„Kita Regenbogen“

**Kursleitung:** Rebecca Oellers, Diplom-Entspannungspädagogin

**Kostenanteil:** 25,00 Euro

**Infos zu Terminen und Anmeldung** in den KiTas des Familienzentrums und

per Email: [familienzentrum@gemeinde-merzenich.de](mailto:familienzentrum@gemeinde-merzenich.de)

# Yoga für Schwangere

**ab der 16. Schwangerschaftswoche**

*Yoga ist eine uralte indische Methode, die Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen versucht. Alles, was wir während der Schwangerschaft, unter der Geburt und auch im Alltag mit Kindern brauchen, können wir durch Yoga lernen, üben, vertiefen und erfahren:*

- *Kraft und Energie*
- *Ausdauer und Flexibilität*
- *Selbstbewusstsein und Geduld*
- *Langer Atem*
- *Ruhe und Entspannung*

*Jede Yogastunde beinhaltet eine kurze Anfangsentspannung, Atemübungen (Pranayama), körperliche Yogahaltungen (Asanas), Endentspannung.*

*Mitzubringen sind: Yogamatte (falls vorhanden), festes Kissen, Decke, dicke Socken, bequeme Sporthose oder Leggings.*

*Kursleitung: Elisabeth Kirsch (Hebamme, Yogalehrerin)*

*Kursort: FZ „KiTa Krümelkiste“*

*Kurstag: Donnerstag 17.45-19.00 Uhr Kosten: 8 € pro Kurseinheit (75 Min.)*

*Info und Anmeldung: Bei Frau Kirsch, Tel: 02421/35379,*

*oder per Email: [e-kirsch@arcor.de](mailto:e-kirsch@arcor.de)*



## *Kinder zaubern mit Marita Magie*

*„Magische Geschichten im Advent“*

*Am Donnerstag, den 07. Dezember 2020 für **alle** Kinder .*

*10.30 Uhr in Kita Krümelkiste und 14.30 Uhr in Kita Regenbogen*

*Kosten:Entgeltfrei*

# Zauberworkshop für Vorschulkinder

mit Marita Magie



"Das Schönste, was wir erleben können,

ist das Geheimnisvolle."

*(Albert Einstein)*

***Kita Krümelkiste: Dienstag, den 01.Dezember 2020 –vormittags***

***Kita Windmühle : Donnerstag ,den 03.Dezember 2020-vormittags***

***Kita Regenbogen: Freitag ,den 04.Dezember 2020-vormittags***

**Info zu Terminen, Kosten und Anmeldung in den KiTas des Familienzentrums.**

## **Work-Shop“ Spielend sprechen lernen“ -Sprachentwicklung und Sprachförderung bei Kindern-**

Die Sprachentwicklung bei Kindern ist ein spannender Prozess, den Eltern mit Freude und Interesse begleiten. Vom ersten Laut über das erste Wort bis hin zu komplexen Geschichten entdecken Kinder im Verlauf der ersten sechs Lebensjahre die Sprache. Die Referentinnen Anja Dahl-Kümmel und Petra Klindtworth, beschreiben den Verlauf der Sprachentwicklung , gehen auf mögliche Stolpersteine im Verlauf ein und lassen Sie teilhaben an ihrer umfangreichen Sammlung an Fingerspielen ,Sprachspielen ,Liedern und Ideen zur Sprachförderung.

Im Anschluss an die Veranstaltung ist Zeit für individuelle Fragen.

Referentinnen:

A. Dahl-Kümmel und P. Klindtworth

Sprachheilpädagoginnen und Inhaberinnen der  
Praxisgemeinschaft für Logopädie in Merzenich

Infos zu den Terminen und Anmeldungen in den KiTas des  
Familienzentrums und per Email:

[familienzentrum@gemeinde-merzenich.de](mailto:familienzentrum@gemeinde-merzenich.de)

## *Themenabende für Eltern*

*„Wie behalte ich Kinder im Blick“*

*Herausforderung bei Trennung und Scheidung*

*Referentin: Frau Birgit Geske,*

*Psychologisches Beratungszentrum der  
ev. Gemeinde zu Düren*

**Ort:** Bürgerhaus- Neu in Merzenich, Burgstraße

**Termin:** 10. März 2020

**Zeit:** 19.00 Uhr

**Kosten:** Entgeltfrei

*„Was tun damit Kommunikation und Absprachen nach einer Trennung oder Scheidung gelingen“*

*Referentin: Frau Birgit Geske,*

*Psychologisches Beratungszentrum der  
ev. Gemeinde zu Düren*

*Ort: Bürgerhaus-Neu in Merzenich, Burgstraße*

*Termin: 22. September 2020*

*Zeit: 19.00 Uhr*

*Kosten: Entgeltfrei*

***„Wege aus der Brüllfalle - wenn Eltern sich durchsetzen müssen“***

..... handelt nicht von Erziehung im Allgemeinen, sondern zeigt einen Weg, *wie* Eltern Konfliktsituationen mit ihren Kindern ohne Brüllerei und Androhung von Strafen bewältigen können. Es werden praktische und nachvollziehbare Lösungen angeboten und es kann zudem als Einstieg genutzt werden, um über Erziehungsfragen ins Gespräch zu kommen.

**Referentin:** Birgit Geske, Psychologisches Beratungszentrum der ev. Gemeinde zu Düren

**Kosten:** Entgeltfrei

**Termin:** 02. April 2020 **Veranstaltungsort:** Kita Windmühle Merzenich **Zeit:** 19.00 Uhr

# **Spielregeln:**

- *Anmeldung zu unseren Angeboten mindestens 3 Werktage vor Kursbeginn*
  
- *Verbindliche Anmeldungen sind möglich:*
  - *per Email: [familienzentrum@gemeinde-merzenich.de](mailto:familienzentrum@gemeinde-merzenich.de)*
  - *telefonisch in den KiTas des Familienzentrums*
  - *bei den Kursleitern*
  
- ✎ *Bei der Anmeldung immer Telefonnummer und Adresse mit angeben, damit Änderungen rechtzeitig bekanntgegeben werden können.*
  
- *Entstehende Kosten sind vor Angebotsbeginn zu entrichten. Absagen sind bis 3 Tage vor Angebotsbeginn möglich. Bei späterer Abmeldung wird der volle Kursbeitrag erhoben.*
  
- *Veranstaltungsorte der Angebote sind jeweils dem Programmheft sowie der Ankündigung im Amtsblatt und auf der Homepage der Gemeinde Merzenich – Familienzentrum - zu entnehmen.*
  
- *Bei Beschädigungen, Diebstählen und sonstigen Unregelmäßigkeiten übernimmt das Familienzentrum keine Haftung. Die Teilnahme an allen Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr*
  
- *Wünsche und Anregungen nehmen wir jederzeit gerne in die Planung für unser Programm mit auf!*