

FamilienZentrum Laim

Valpichlerstraße 36
80686 München

Tel.: 089/ 566 933

fam@dksb-muc.de
www.familienzentrum-laim.de
www.kinderschutzbund-muenchen.de

Unsere Angebote von April bis Juli 2020

gefördert vom Sozialreferat der LH München

Impressum:

Eine Veröffentlichung des FamilienZentrums Laim

Deutscher Kinderschutzbund OV München e.V.

Valpichlerstr.36

80686 München

Verantwortlich: Christiane Rolny, FamilienZentrum Laim

Layout & Druckvorbereitung: Petra Köberlin, Dorothee Chlumsky

Bildnachweis:

Anna Nenko,

S.14: Kateryna Erlacher

Für alle unsere Kurse können Sie sich zu den Bürozeiten persönlich oder telefonisch sowie per E-Mail anmelden.

Bitte bezahlen Sie den Kursbeitrag innerhalb einer Woche nach Anmeldung in bar oder per Überweisung, ansonsten kann der Platz neu vergeben werden.

Eine Rückerstattung von Kursbeiträgen ist nur möglich, wenn der freigewordene Platz wieder besetzt werden kann.

Bankverbindung:

Postbank München,

IBAN: DE05 7001 0080 0595 8128 05

BIC: PBNKDEFFXXX

Kontoinhaber: DKSB München

** Mit einem Jahresbeitrag von 65,- € unterstützen Sie unsere Arbeit und erhalten Ermäßigung (10%) auf viele Kurse sowie kostenlose Teilnahme am Elternkurs und am Kurs „Erste Hilfe bei Kindern“.

Das Projekt FamilienZentrum Laim wird gefördert
zu ca. 50% vom Sozialreferat der LH München
und zu ca. 7% aus Mitteln des
Bayerischen Sozialministeriums.

Inhaltsverzeichnis

Offene Eltern-Kind-Treffs	Seite 4
Rund um die Geburt	Seite 5
Kurse für Eltern und Babys	Seite 8
Musik für Kinder von ½ bis 5 Jahren	Seite 10
Kunst für Kinder	Seite 12
Werken und Basteln	Seite 13
Bewegung und Spaß für die ganze Familie	Seite 14
Haarschneiden für Kinder	Seite 14
Spielfest auf dem Hogenbergplatz	Seite 15
Bewegung und Entspannung	Seite 16
Kurse für Eltern	Seite 18
Beratung	Seite 20
Miteinander Deutsch lernen	Seite 21
Hausaufgabenbetreuung	Seite 22
Spielgruppen	Seite 23
Spenden- und Tauschbörse, Flohmarkt	Seite 24
Öffnungs- und Bürozeiten	Seite 24

Offene Eltern-Kind-Treffs

Zum Gespräch und Erfahrungsaustausch und zum Spielen und Singen treffen sich Eltern mit ihren Kindern in offenen Treffs.

Für jeden Treff steht eine Mutter als Ansprechpartnerin zur Verfügung. Die Eltern gestalten die Treffs selbst nach ihren Ideen und Interessen und bereiten gemeinsam mit den Ansprechpartnerinnen altersgemäße Spielangebote vor.

Babytreff	Donnerstags, 12.00 - ca. 14.00 Uhr	0 bis 8 Monate Petra Köberlin
Krabbeltreff	Dienstags, 9.30 - ca. 11.30 Uhr	ab ca. 9 Monate Dorothee Chlumsky
Krabbeltreff	Donnerstags, 10.00 - ca. 12.00 Uhr	ab ca. 6 Monate Daniela Hoenselaar, Carolin Schmidt
Krabbeltreff	Freitags, 10.30 - ca. 12.30 Uhr	ab ca. 8 Monate Hanna Palzer

Bei den folgenden Terminen sind die Kinder meist zwischen einem und drei Jahren alt – natürlich sind auch ältere Kinder und Babys willkommen!

Montags,	15.00 - ca. 17.00 Uhr	Sonja Lechner
Dienstags,	15.30 - ca. 17.30 Uhr	Julia Kökeny
Mittwochs,	15.30 - ca. 17.30 Uhr	Julia Kökeny, Stephanie Walter
Freitags,	10.15 - ca. 12.15 Uhr	Sonja Lechner, Simone Schürmann

Beitrag: Die Treffs sind kostenlos, wir freuen uns natürlich über Spenden!

Anmeldung: Nicht nötig, alle Eltern sind eingeladen, spontan vorbeizukommen!

Bitte informieren Sie sich auf unserer Webseite www.familienzentrum-laim.de über eventuell zusätzliche Treffs bzw. über kurzfristige Änderungen.

Rund um die Geburt

Beschwerden in der Schwangerschaft natürlich behandeln

In diesem Kurs erfahren Sie, wie z.B. Kreislaufbeschwerden, Übelkeit und Erbrechen, Verdauungsbeschwerden oder Rückenschmerzen natürlich behandelt werden können. Auch wenn Sie andere Beschwerden oder Fragen haben, können Sie diese einbringen und besprechen.

Donnerstag, 18.6.2020 16.30 - 18.00 Uhr

Beitrag: 12.-€

Leitung: Barbara Katalin Göszy, Heilpraktikerin

Yoga für Schwangere / Prenatal Yoga

Yoga für Schwangere, Pränatal Yoga, ist eine spezielle Yoga Praxis für alle Phasen der Schwangerschaft – bei der keine Vorkenntnisse erforderlich sind. Laras Pränatalstunden sind eine Auszeit vom Alltag und geben dir und deinem ungeborenen Baby die optimale Balance von Bewegung und Entspannung. Somit kannst du dich voller Vertrauen, ruhig und gestärkt auf die Ankunft deines Kindes vorbereiten und freuen. Falls du eine Yoga-Matte hast, nimm diese gerne mit.

Yoga for pregnant women, Prenatal Yoga, is a special yoga practice for all phases of pregnancy – in which no previous knowledge is required. Lara's prenatal course gives you a break from everyday life and provides you and your unborn baby with the optimal balance of movements and relaxation. So you can prepare and look forward to the arrival of your child with confidence, calmness and strength. In case you own a yoga mat please take it along.

Mittwochs, 11.3. - 13.5.2020, 19.00 – 20.15 Uhr

Beitrag: 100,- € für 10er Block

Mittwochs, 27.5. - 5.8.2020, 18.00 – 19.15 Uhr (nicht am 8.7.)

Beitrag: 100,- € für 10er Block

Leitung: Lara Keller, zertifizierte Pränatal Yogalehrerin

Yoga nach der Geburt / Postnatal Yoga

Postnatal Yoga unterstützt die Rückbildung nach der Geburt (ab ca. 8 Wochen nach der Geburt und nach Absprache mit dem Arzt) und ist eine einfache sowohl kräftigende als auch entspannende Yoga-Stunde, die neue Energie spendet.

Hier haben Mamas die Zeit für sich unter gleichgesinnten neue Kraft zu tanken und sich zu erholen – der Beckenboden und die Körpermitte werden gestärkt, typische Nacken-, Schulter- und Rückenschmerzen können abgemildert bzw. ihnen kann vorgebeugt werden.

Postnatal yoga supports the body's regeneration after giving birth (approx. 8 weeks after birth and after consultation with the doctor) and is a simple, strengthening and relaxing yoga class that provides you with new energy. Here mums have the time to recharge their batteries, rebuild their strength and to relax. The exercises strengthen your pelvic floor and the middle of the body and typical neck, shoulder and back pain can be alleviated or prevented.

Mittwochs, 27.5. – 5.8.2020, 19.30 – 20.45 Uhr (nicht am 8.7.)

Beitrag: 100.-€ für 10x

Leitung: Lara Keller, zertifizierte Postnatal Yogalehrerin

Beratung durch die Hebamme

Die Hebamme begleitet in der Zeit der großen körperlichen und seelischen Veränderungen – in der Schwangerschaft, bei der Geburt, im Wochenbett und danach. Jede Frau kann sich direkt und ohne Rezept an die Hebamme wenden. Die Kosten übernimmt die Krankenkasse.

Ulrike Weiß, Hebamme, Tel. 16 95 16

Rückbildung mit Baby

für Mamas ab der 6.-8. Woche nach der Geburt

Mamas, die einen Kaiserschnitt hatten, sollten etwa 10 Wochen warten

Das Ziel des Kurses ist es, den Körper nach den Strapazen der Geburt, wieder sanft von innen heraus zu stabilisieren. Gemeinsam werden wir den geschwächten Beckenboden und die tiefe Bauchmuskulatur trainieren und trotzdem werden immer auch die individuellen Bedürfnisse der Teilnehmerinnen im Fokus stehen.

Das Baby wird entweder in die Übungen einbezogen oder es darf auf der weichen Matte oder in der eigenen Babyschale strampeln.

Mittwochs, 22.4. – 24.6.2020, 12.30 – 13.30 Uhr (nicht am 3.+ 10.6.)

Beitrag: 80,- € für 8x

Leitung: Melanie Himpel, Heilpraktikerin, Osteopathin in Ausbildung

Rückbildung am Abend (ohne Baby)

für Mamas ab der 6.-8. Woche nach der Geburt

Mamas, die einen Kaiserschnitt hatten, sollten etwa 10 Wochen warten

Das Ziel des Kurses ist es, den Körper nach den Strapazen der Geburt, wieder sanft von innen heraus zu stabilisieren. Gemeinsam werden wir den geschwächten Beckenboden und die tiefe Bauchmuskulatur trainieren und trotzdem werden immer auch die individuellen Bedürfnisse der Teilnehmerinnen im Fokus stehen.

Montags, 27.4. – 29.6.2020, 19.30 – 20.30 Uhr (nicht am 1.+ 8.6.)

Beitrag: 80,- € für 8x

Leitung: Melanie Himpel, Heilpraktikerin, Osteopathin in Ausbildung

Kurse für Eltern und Babys

PEKiP (Prager Eltern-Kind-Programm)

steht für Gruppen für Eltern mit Babys ab 8 Wochen, in denen wir gemeinsam die Entwicklung der Kinder beobachten, Spiel- und Bewegungsanregungen ausprobieren und aktuelle Fragen in der Gruppe besprechen.

Mittwochs, 17.6. – 21.10.20, 9.00 – 10.30 Uhr (nicht 12.8. - 2.9.)

für Kinder geb. Februar / März 2020

Beitrag: 135,- € + 65,-€ Jahresbeitrag für 15x *

Mittwochs, 17.6. – 5.8.20, 10.45 – 12.15 Uhr

Folgekurs für Kinder geb. Oktober / November 2019

Beitrag: 72,- € für 8x bei aktuellem Jahresbeitrag *

Leitung: Christine Holzkämper

* Für den Jahresbeitrag erhalten Sie 10% Ermäßigung auf viele Kurse sowie kostenlose Teilnahme am Elternkurs und am Kurs „Erste Hilfe bei Kindern“.

Eltern-Kind-Gruppe für besondere Babys mit PEKiP-Elementen

In einer Gruppe für bis zu acht Eltern mit ihren Babys im Alter ab 12 Wochen bis etwa 8 Monate lernen wir uns kennen, spielen und tauschen uns aus. Eingeladen sind speziell Familien mit einem Baby mit starken Entwicklungsverzögerungen, Trisomie, Frühchen (vor der 30. Woche), Gendefekten.... - einfach mit einem ganz besonderen Kind! Ich bin Sozialpädagogin, langjährige PEKiP-Gruppenleiterin und arbeite im Sozialdienst einer Kinderklinik mit.

Mittwochs, 22.4. – 5.8.20, 13.00 – 14.30 Uhr (nicht am 3.+ 10.6.)

Beitrag: 126,- € für 14x

Leitung: Christine Holzkämper

Gemeinsam durchs erste Jahr – Singen, Basteln und Bewegen

Mit verschiedenen Angeboten begleiten wir euch durchs erste Jahr. Wir werden u.a. eigene Spielsachen herstellen und Babygebärden lernen. Knieretter, Finger- und Bewegungsspiele runden das Angebot ab. Ein aktiver Austausch und das Knüpfen erster Kontakte stehen dabei im Vordergrund.

9.30 – 10.45 Uhr für 4 – 7 Monate

11.00 – 12.15 Uhr für 8 – 12 Monate

Montags, 30.3. – 8.6.20, (nicht am 13.4., 1.6.)

Montags, 15.6. – 17.8.20, (nicht am 3.8.)

Beitrag: 72.- € für 9x

Leitung: Sonja Lechner, Manuela Penn

Harmonische Babymassage

für Babys ab 4 Wochen bis 7 Monate

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

*Nahrung, die genauso wichtig ist wie Mineralien, Vitamine und Proteine;
Nahrung, die Liebe ist.“*

Frédéric Leboyer, frz. Gynäkologe und Geburtshelfer

Sammeln Sie bei der Babymassage neue Erfahrungen mit Ihrem Baby, das durch die Berührungen in der Entwicklung seines Körpergefühls intensiv unterstützt wird. So lernt Ihr Euch näher kennen und besser verstehen. Auch für Austausch und Fragen zur neuen Situation mit Baby wird während der Kursstunden Zeit sein.

Dienstags, 23.6. – 21.7.20, 13.30 – 14.30 Uhr

Beitrag: 55,- € für 5x

Leitung: Petra Köberlin

Bitte dickes Handtuch als Unterlage mitbringen

Musik für Kinder

Singen mit den Kleinsten Fortlaufender Kurs, Einstieg jederzeit möglich

für Kinder von ca. 6 bis 18 Monaten

Babys und Kleinkinder mögen es sehr, wenn Eltern mit ihnen singen. In diesem Kurs können Sie mit altbekannten und neuen Kinderliedern und Fingerspielen die Freude am Singen und an der Bewegung (wieder-)entdecken.

Freitags, 9.30 – 10.10 Uhr (nicht in den Schulferien)

Beitrag: 40,- € für 8er-Block, Einzelstunden für 6,- € / Std. möglich

Leitung: Gabi Weiß

Gymboree Play & Music Fortlaufender Kurs, Einstieg jederzeit möglich

Familienmusikkurs für Eltern mit Kindern von 6 Monaten – 5 Jahren

Durch Musik und Bewegungsspiele lernen die Kinder spielerisch Englisch und erweitern ihre Sprach- und Sozialkompetenz. Sie spielen mit altersgerechten Instrumenten und erhalten Unterstützung, Melodien zu erkennen.

Mittwochs, 16.00 – 16.45 Uhr (nicht in den Schulferien)

Beitrag: 135,- € (bzw. 121,50,- € **) für 10er-Block,
12 Kurswochen gültig

Leitung: Louise Glas

Musikgarten

für Kinder von 1½ bis 2½ Jahren mit einem Elternteil

Auf spielerische Weise die Musik entdecken

Dienstags, 21.4. – 30.6.20, (nicht am 19.5., 2.+9.6.)

15.45 – 16.20 Uhr und 16.30 – 17.05 Uhr

Beitrag: 50,- € (bzw. 45,- € **) für 8x

Leitung: Brigitte Rost

Musikwichtel

für Kinder von 2 bis 3 Jahren mit einem Elternteil

Singen, Tanzen und das Heranführen an erste Instrumente
(Orff-Instrumente wie Trommeln, Klanghölzer, Glöckchen) und dabei
immer im Mittelpunkt: Die Freude an der Musik!

Freitags, 24.4. – 17.7.20, 15.30 – 16.15 Uhr (nicht am 1.+ 22.5., 12.6.)

Beitrag: 80,- € (bzw. 72,- € **) für 10x

Leitung: Christiane Meybier

Musikgarten und Klanggeschichten

für Kinder von 2 ½ bis 4 Jahren mit einem Elternteil

Singen, Tanzen und spielerisches Entdecken der ersten Musikinstrumente –
Vorbereitung auf musikalische Früherziehung

Donnerstags, 30.4. – 23.7.20, (nicht am 21.5., 4.+ 11.6.)

15.15 – 16.00 Uhr, 16.15 – 17.00 Uhr und 17.15 – 18.00 Uhr

Beitrag: 80,- € (bzw. 72,- € **) für 10x

Leitung: Anne Weis

Kunst für Kinder

„Ich sehe was, was du nicht siehst“

Kunstkurs für Kinder von 3 bis 8 Jahren, mit oder ohne Eltern

Durch die Kunst lernen Kinder die Schönheit der Welt kennen und schätzen. Sie erleben die Sprache der Farben, Formen und Darstellungen und treten in einen Dialog ein. In diesem Kurs erfahren Kinder musikalisch und spielerisch mit allen Sinnen die Kunstgeschichte. Dadurch angeregt werden sie danach eigene Kunstwerke basteln.

Samstags, 10.30 – 11.30 Uhr Neue Termine im Herbst

Sie können sich für einzelne Termine anmelden oder ermäßigt für alle zusammen:

Beitrag: 8,- € pro Treffen oder 21,- € für 3 Treffen

Leitung: Jevgenija Dymel

Werken und Basteln

Pumuckls Schreinerei mit neuesten Pumucklstories

Holzbastelkurs für Kinder von 4 bis 8 Jahren

Hier wird mit Hammer und Säge ein Boot, ein Krimskrams-Schrankerl und ein Pumucklkasperlspielmitmirfigürlein gebastelt und zuletzt mit strahlender Wasserfarb angepinselt und los geht's.

Montags, 20.4. – 11.5.20, 14.45 – 16.45 Uhr

Beitrag: 40,- € (bzw. 36,- €**) für 4x

Leitung: Gerald Hablitzel

Arbeitshemd und kleine Minibrotzeit lieber nicht vergessen.

Dschungelbuch

Bastelkurs und Mogli-Urwald-Geschichten für Kinder von 4 bis 8 Jahren

Aus Holzresten bauen wir fachgerecht den gemütlichen Balu, die zickige Kaaa und die hilfreichen Geier, Shirkan kommt hintendran.

Montags, 18.5. – 29.6.20, 14.45 – 16.45 Uhr (nicht am 1.+ 8.6.)

Beitrag: 50,- € (bzw. 45,- €**) für 5x

Leitung: Gerald Hablitzel

Bringe bitte ein Arbeitshemd und eine kleine Dschungelbrotzeit mit!

Kaschperl macht Natur pur

Kinder von 4 bis 8 Jahren gestalten mit Naturmaterialien

Der Biokasperl hat seinen Garten aufgeräumt und macht aus Hollerstecken Pfeifenröhren, Floßboote und Kasperlwurzelstappuppen.

Montags, 6. + 13.7.20, 14.45 – 16.45 Uhr

Beitrag: 20,- € (bzw. 18,- €**) für 2x

Leitung: Gerald Hablitzel

Bringe bitte ein Arbeitshemd und eine kleine Brotzeit mit!

Bewegung und Spaß für die ganze Familie

Lustig zusammen spielen mit Kindern von 6 Monaten bis 6 Jahren nach dem Family-Soft-School-Konzept

Verschiedene Spiel- und Bewegungsanregungen werden von den Eltern gemeinsam mit ihren Kindern ausprobiert. Dabei werden Mut und Geschicklichkeit, Rücksichtnahme und Einfühlung trainiert und vor allem haben die Kinder mit ihren Eltern zusammen viel Spaß.

Sonntags, 19.4., 17.5. + 21.6.20, 9.30 – 11.00 Uhr

Sie können sich für einzelne Termine anmelden oder ermäßigt für alle zusammen:

Beitrag: 12,- € pro Treffen und Familie
oder 32,- € für 3 Treffen

Leitung: Ekaterina Erlacher

Haarschneiden für Kinder bis ca. 5 Jahre

In entspannter Atmosphäre verpasst Frisör Linus Ihren Kindern den ersten schnellen Haarschnitt: Pony kürzer, Ohren frei - und weiterspielen. Die erste Strähne dürfen die Eltern natürlich mit nach Hause nehmen!

Freitags, 20.3., 24.4. und 29.5.20, 15.00 - 18.00 Uhr

Bitte rufen Sie uns an zur Vereinbarung der passenden Uhrzeit (Tel.: 566 933)

Beitrag: 9,- € pro Haarschnitt, bar zu zahlen bei Linus Ports, Frisör

Spielfest

des REGSAM-AK Kinder und Jugend Laim

Freitag, 26. Juni 2020, 15.00 - 18.00 Uhr

auf dem Hogenbergplatz

Teilnahme ohne Anmeldung, kostenfrei

Buttons
Krabbelparcours
Schminken
Erbsenhaumaschine
Gasluftballons
und weitere
Spiel- und Bastelangebote

Ab 17.00 Uhr Livemusik

Es gibt Kaffee, Kuchen,
Speisen und Getränke.

Spielaktionen von 15.00 bis 18.00 Uhr

Die Bastel- und Spielangebote werden von zahlreichen Einrichtungen für Kinder und Jugendliche des Stadtteils Laim betreut. Mit freundlicher Unterstützung des Bezirksausschusses 25 Laim.

Bewegung und Entspannung

Yoga auch für Anfänger

In diesem Kurs werden einige leichter zugängliche Yogastellungen gemeinsam erarbeitet und geübt. Werden diese Übungen jedes Mal neu mit klaren Gedanken und wachem, offenem Bewusstsein ausgeführt, dann sind sie nicht nur Körperübungen, sondern Übungen zur Stärkung des inneren Menschen und werden auch für den Alltag wirksam.

Der Wechsel von spannungsfreudigem Einsatz und Entspannung fördert die nervliche Regeneration.

Dienstags, 21.4 – 21.7.20, 19.30 – 21.00 Uhr (nicht am 2.+ 9.6.)

Beitrag: 108,- € für 12x

Leitung: Hansjörg Bögle

Bitte rutschfeste Matte mitbringen.

Mit Yoga entspannt ins Wochenende

Durch aktivierende, kräftigende und auch langsame und beruhigende Übungen fördern wir unsere Ausgeglichenheit und Gelassenheit, die uns im Alltag oft verloren gehen. Die Kraft des Atems hilft, Verspannungen und Blockaden zu lösen.

Schon einfache Yoga-Asanas helfen, unser psychosomatisches Gleichgewicht zu stärken.

Freitags, 24.4., 15.5., 19.+ 26.6., 10.+ 17.7.2020, 17.00 – 18.30 Uhr

Beitrag: 66,- € für 6x

Leitung: Anne Leitenbacher

Bitte rutschfeste Matte mitbringen.

smovey - und Faszientraining

Fortlaufender Kurs

Mit Spaß und zu flotter Musik trainieren wir Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Balance und Koordination. Zusätzlich wird das Faszien-system angesprochen mit Hilfe von Faszienbällen und Kraft-Dehnungs-Übungen. Das Training ist für jedes Alter geeignet und kann an den jeweiligen Fitnessstand angepasst werden.

Zum Abschluss gibt es eine sehr angenehme Entspannungseinheit.

Freitags, 19.00 – 20.00 Uhr (nicht am 8.5.; in den Schulferien nach Absprache)

Beitrag: 42,50 € für 5er-Karte, 80,- € für 10er-Karte
Einzelstunden mit Anmeldung für 9,- € / Std.,
Einstieg jederzeit möglich

Leitung: Gabi Weiß

Qigong für die Wirbelsäule

Mit leicht zu erlernenden Übungen aus dem Qigong können sich Beschwerden im Schulter-Nackenbereich, Kopf- und Rückenschmerzen sowie Verspannungen und Blockaden lösen. Die Muskulatur wird aufgebaut und die Gelenke gestärkt. Durch die Übungen verspüren Sie bald Linderung und erlangen eine größere Beweglichkeit. Die ruhigen, fließenden Bewegungen lassen sich gut in den Tagesablauf integrieren und sind für Menschen jeglichen Alters und jeglicher Konstitution geeignet.

Donnerstags, 23.4. – 16.7.20, 18.30 – 19.30 Uhr (nicht am 21.5., 4.+ 11.6.)

Beitrag: 110,- € für 10x, Probestunde 10,- €

Leitung: Evelyn Heim

Kurse für Eltern

Erste Hilfe bei Kindern mit Kinderbetreuung

Wie verhalte ich mich, wenn sich mein Kind verletzt?

Erstversorgung anhand von theoretischen, praxisbezogenen Beispielen

Samstag, 28.3. und 11.7.20, 9.00 – 12.00 Uhr

Beitrag: 9,50 € ** + Kinderbetreuung: 5,- €

Leitung: Ann-Christin Utecht, Ärztin

„Starke Eltern – Starke Kinder“ mit Kinderbetreuung

Mehr Freude mit Kindern – den Familienalltag gelassener und souveräner meistern.

- Der Kurs
- stärkt das Selbstbewusstsein von Müttern, Vätern und Kindern.
 - hilft, den Familienalltag zu entlasten und das Miteinander zu verbessern.
 - zeigt Wege, um Konflikte zu bewältigen und zu lösen.
 - bietet Raum zum Nachdenken und zum Austausch mit anderen Müttern und Vätern.
 - eröffnet Chancen, Freiräume für sich selbst zu schaffen und frische Kraft zu tanken.
 - informiert über allgemeine Erziehungsthemen und über Kinderrechte.

Dienstags, 28.4. – 16.6.20, 9.30 - 11.30 Uhr (nicht am 2.+ 9.6..)

Beitrag: 35,- € ** für 6x + Nachtreffen, Paare 55,- € **

Kinderbetreuung 4.-€ / Kind und Vormittag

Leitung: Christiane Rolny, Dipl.-Psych.

Kinder brauchen Bilderbücher

Wir laden Sie herzlich ein zu einem abendlichen Treffen und wollen folgenden Fragen nachgehen: Warum brauchen Kinder Bilderbücher?

Was lernen Kinder aus Bilderbüchern? Woran erkenne ich ein gutes Bilderbuch? Welches Buch passt zu welchem Alter?

Mittwoch, 29.4.20, 19.00 - ca.20.30 Uhr

Beitrag: 3.- €

Leitung: Bettina Grahl, Sprachförderkraft im Kinderhaus Medienfabrik

Endlich wieder schlafen!

Einladung zum Vortrag " Schlaf bei Babys und Kleinkindern"

Erfahre alles Wissenswerte zum Thema Babyschlaf und lerne, wie du entspannt damit umgehen kannst. Fragen sind herzlich willkommen!

Mittwoch, 6.5.20, 19.00 - ca.20.00 Uhr

Beitrag: 8.- €

Leitung: Gabriele Bauer

"Mama, ich habe Bauchweh - Kopfweh - Bein- oder Knieschmerz."

Ein Satz den wohl viele Mütter immer mal wieder hören, ohne einschätzen zu können, was dahinter steht. Vielleicht hat auch der Kinderarzt schon alles durchgecheckt und nichts gefunden.

Trotzdem zwickt es ab und zu im Bauch, nachts schmerzen die Beine. Die Stirn tut nach den Hausaufgaben weh und überhaupt ist es schwer sich auf irgend etwas zu konzentrieren.

In meinem Vortrag möchte ich einige der oben angesprochenen Kindernöte aufgreifen. Ich möchte versuchen ein gewisses Verständnis dafür zu vermitteln sowie Herangehensweisen aus der Naturheilkunde und Alltagshilfen aus der osteopathischen Praxis vorstellen.

Donnerstag, 14.5.20, 19.30 – ca. 20:30 Uhr

Beitrag: 5,- €

Leitung: Melanie Himpel, Heilpraktikerin, Osteopathin in Ausbildung

Rechte von Schwangeren und Eltern kleiner Kinder im Angestelltenverhältnis mit Kinderbetreuung

Inwieweit kann ich eine Beschäftigung in Teilzeit verlangen?

Kann mir der Arbeitgeber vorschreiben, zu welcher Arbeitszeit ich arbeiten muss? Was kann ich tun, wenn der Arbeitgeber mit meiner Leistung in Teilzeit plötzlich nicht mehr zufrieden ist? Muss ich Überstunden leisten? Habe ich Anspruch auf einen Homeoffice-Arbeitsplatz? Mein Kind ist krank und ich kann nicht arbeiten - welchen Anspruch habe ich?

Um solche Situationen gut meistern zu können, muss die Arbeitnehmerin umfassend über ihre Rechte, aber auch ihre Pflichten informiert werden. Im Anschluss hieran geht es darum, inwieweit diese Rechte in einer guten und konstruktiven Kommunikation auch durchgesetzt werden können.

Freitag, 8.5.20, 10.00 – 12.00 Uhr

Beitrag: 12.- € + Kinderbetreuung 4,- €

Leitung: Nina Stauder, Fachanwältin für Arbeitsrecht

Paar- und Familienberatung

- Wir suchen gemeinsam nach Veränderungen und Lösungen in konfliktreichen und belastenden Paar-/Familienphasen
- Wir überlegen, was wichtig für Ihr Kind ist, wenn Sie sich vom anderen Elternteil trennen
- Sie bekommen Tipps zur Verbesserung der Kommunikation in der Familie
- Wir besprechen schwierige Situationen in der Erziehung und in der Beziehung zu Ihrem Kind
- Sie erhalten Informationen über weitere Hilfsmöglichkeiten

Termine nach Vereinbarung

Beitrag: erstes Gespräch kostenlos, danach 10,- € pro Gespräch

Christiane Rolny, Dipl.-Psychologin

Rechtsberatung

in Arbeits-, Miet- und Sozialrecht:

Anna und Christian Kronbichler, Rechtsanwälte

Kosten: 25,- € + MwSt. pro Erstberatung

Miteinander Deutsch lernen

Im FamilienZentrum Laim finden immer Deutschtreffs mit Kinderbetreuung statt. Wer Interesse hat, kann kommen und ausprobieren, ob der Treff passt.

Wir unterstützen die Teilnehmerinnen dabei, Ziele zu erreichen, z.B. Berufstätigkeit, Kontakte in Kindergarten und Schule, Sprachprüfung. Wir vergeben aber keine Zertifikate.

Da wir eine kleine Gruppe sind, können alle Teilnehmerinnen ihre Fragen stellen. Jede Frau soll in jeder Stunde etwas Neues lernen.

Im Kurs besprechen wir auch Fragen zum Alltag mit der Familie in Deutschland.

Sie können einfach kommen!

Montags, 9.30 – 11.00 Uhr (nicht 13.4., 1.6.)
Leitung: Dorothee Chlumsky

Dienstags, 9.30 –11.00 Uhr (nicht 14.4., 2.6., .)
Leitung: Sophie Blonck

Mittwochs, 9.30 –11.00 Uhr (nicht 15.4., 3.6.)
Leitung: Juliane Braun

Donnerstags, 9.30 – 11.00 Uhr (nicht 16.4., 21.5., 4.+ 11.6.)
Leitung: Dorothee Chlumsky

Beiträge: 90,- € ohne Kind / 120,- € mit Kind für 15 Doppelstunden
Die 15er-Karte gilt für alle vier oben beschriebenen Kurse und ist 12 Monate gültig.
Geflüchtete erhalten die Kurskarte kostenlos.

Hausaufgabenbetreuung

Die gewissenhafte und regelmäßige Erledigung der Hausaufgaben als eine zentrale Grundlage des Lernerfolgs ist uns ebenso wichtig wie die Stärkung des Selbstvertrauens durch eine ganzheitliche Förderung bei gemeinsamen Freizeitaktivitäten.

Damit wir auf die Lernbedürfnisse der Kinder gut eingehen können, werden sie von uns in kleinen Gruppen betreut.

In unserem Team arbeiten pädagogische Fachkräfte mit engagierten Freiwilligen zusammen.

Unsere Fachkräfte beraten Sie in wichtigen schulischen Fragen auch in Zusammenarbeit mit den Lehrern.

Montags – Donnerstags,	15.00 – 17.00 Uhr
Beitrag:	45,- € pro Monat
Anmeldung:	Bitte im Büro vormerken lassen!
Ansprechpartnerin:	Dorothee Chlumsky

Einzelförderung für Grundschul Kinder

Gemeinsam mit den Schülern und ihren Eltern schaffen wir die Voraussetzungen für eine erfolgreiche Schullaufbahn.

Termine:	nach Vereinbarung
Beitrag:	20,- € pro Stunde
Anmeldung:	Bitte im Büro vormerken lassen!

Spielgruppen

In den Spielgruppen machen Kinder die ersten Erfahrungen ohne Eltern. Die Kinder lernen sich selbstständig in der Gruppe zurecht zu finden, bauen Vertrauen zu den Betreuerinnen auf und gewinnen neue Spielkameraden.

Damit diese Beziehungen sich entwickeln und tragfähig werden, sollten die Kinder mindestens ein Jahr in der Gruppe bleiben.

In unserem Team arbeiten pädagogische Fachkräfte mit erfahrenen Müttern zusammen.

Montag und Dienstag **9.00 - 13.00 Uhr für Kinder ab 2 Jahren**

Mittwoch und Donnerstag **9.00 - 12.00 Uhr für Kinder ab 1½ Jahren**

Beitrag: monatlich 35,- € pro Vormittag + 65,- € Anmeldegebühr

Vormerkung:

auf der Warteliste für Kinder, die ab Januar 2019 geboren sind:

Bei den Kennenlernerminen am Mittwoch, 6. Mai 2020 oder 1. Juli 2020, um 11.30 Uhr können Sie sich eintragen lassen.

Ansprechpartnerin: Elli Hiefinger

Spenden- und Tauschbörse

Die Spenden- und Tauschbörse steht allen Familien zur Verfügung.

Sie können Baby- und Kinderausstattung
oder Spielsachen für Kleinkinder
spenden, tauschen oder Benötigtes mitnehmen.

Ansprechpartnerin: Angelika Mayer

Unsere Spenden- und Tauschbörse ist geöffnet
donnerstags von 15.00 – 16.00 Uhr (nicht am 9.+ 16.4., 4.+ 11.6.)

Flohmarkt auf dem Hogenbergplatz

am Sa, 25. April 2020, 14.00 – 17.00 Uhr

Ersatztermin zwei Wochen später (9.5.)

mit Kaffee, Kuchen und Würsteln
Standgebühr 4,- €, bitte Tisch mitbringen
Kinderstände kostenlos
Keine Anmeldung erforderlich

Öffnungs- und Bürozeiten

Öffnungszeiten: Mo - Mi 9.30 - 11.30 Uhr und 15.30 - 17.30 Uhr
Do 9.30 - 13.00 Uhr
Fr 9.30 - 12.00 Uhr

Bürozeiten: Mo - Fr 9.30 – 11.30 Uhr