



IN KOOPERATION MIT:

FESTE ANGEBOTE

- **Pilates** ist ein dynamisches Körpertraining, das die Bauch- und Rückenmuskulatur stärkt und sanft die Muskeln aufbaut.

Leitung: *Susanne Bedue*
Termine: *jeden 1., 2., und 4. Montag im Monat*
Kurs 1: von 18.00–19.00 Uhr
Kurs 2: von 19.00–20.00 Uhr
Gebühr: *70,00 € pro Kurs (10x)*
Veranstaltungsort: *Turnhalle des Familienzentrums*
Anmeldung: *Telefon: 0251 81009*

- **Vinyasa Yoga**

„WER YOGA ÜBT, ENTFERNT DAS UNKRAUT AUS DEM KÖRPER,
SODASS DER GARTEN WACHSEN KANN.“ *B.K.S. Iyengar*

Leitung: *Karin Tomkötter*
Termine: *10x Donnerstags*
Kurs 1: von 17.15–18.45 Uhr
Kurs 2: von 19.00–20.30 Uhr
Gebühr: *45 € für Mitglieder des Sportvereins*
75 € für Nichtmitglieder des Sportvereins
Veranstaltungsort: *Turnhalle des Familienzentrums*
Teilnehmerzahl: *11 Personen*
Anmeldung: *Wacker Geschäftsstelle*
Telefon: 0251 719331
Homepage: www.djk-wacker.de

- **Rückbildungsgymnastik**

Leitung: *Annett Denker, Hebamme*
Termine: *Dienstags von 18.00–19.15 Uhr*
Veranstaltungsort: *Turnhalle des Familienzentrums*
Info und Anmeldung: *Tel.: 0251 712292*

- **Bewegungsgruppe der Tagesmütter**

Leitung: *Tagesmütter des Stadtteils*
Termin: *jeden 2. Dienstag im Monat von 9.00–10.30 Uhr*
Veranstaltungsort: *Turnhalle des Familienzentrums*

- **Tagesmüttertreffen**

Die Tagesmütter aus dem Stadtteil treffen sich zu einem gemeinsamen Austausch.

Leitung: *Mitarbeiterin der Kindertagespflege des Amtes für Kinder, Jugendliche und Familien*
Termine: *jeden 4. Dienstag im Monat von 9.00–11.30 Uhr*
Veranstaltungsort: *Turnhalle des Familienzentrums*

- **Musik und Tanz für Kinder – Musikalische Früherziehung der Musikschule Albachten e.V.**

Die Musikschule Albachten bietet eine musikalische Früherziehung im Familienzentrum Maria Aparecida an.

Leitung: *Mitarbeiterin der Musikschule, Albachten*
Termin: *Montags*
Kurs 1: für 3–4 Jährige von 14.30–15.15 Uhr
Kurs 2: für 5–6 Jährige von 15.15–16.00 Uhr
Veranstaltungsort: *Familienzentrum Maria Aparecida*
Weitere Informationen: *Tel.: 02536 8727*

BERATUNGSANGEBOTE/OFFENE SPRECHSTUNDEN

- **Kurlotse – Caritas-Kurberatung im Familienzentrum**

Sie fühlen sich erschöpft, mutlos, krank, bekommen Ihre Gesundheitsstörungen zuhause nicht mehr in den Griff? Die Kur-Lotsen sind für Sie da – damit Sie die bestmögliche Hilfe bekommen. Wir beraten Sie an Ihrem Wohnort und zeigen Ihnen mögliche Wege auf zu Angeboten der Gesundheitsvorsorge oder der Beratung in familiären oder sozialen Fragen. Die Kur-Lotsin informiert über Antragstellung, Voraussetzung für Vorsorge und Rehabilitation, Kurvorbereitung und Kurnachsorge sowie weitere Beratungsmöglichkeiten.

Anmeldung erwünscht!

Kurlotsin: *N.N.*
Termine: *Dienstags von 14.30–17.30 Uhr*
(nach Vereinbarung)
Veranstaltungsort: *Beratungsraum des Familienzentrums*

- **Sprechstunde der Erziehungsberatungsstelle der Caritas**

Ansprechpartnerin: *Dorit Kleinen, Erziehungsberatung der Caritas Gievenbeck*
Termine: *jeden 1. Mittwoch im Monat*
von 9.00–10.00 Uhr (nach Vereinbarung)
Veranstaltungsort: *Beratungsraum des Familienzentrums*

Bis 5 Tage vor Angebotsbeginn können Sie sich unter folgender Adresse verbindlich anmelden:

FAMILIENZENTRUM MARIA APARECIDA
Meckmannweg 72 · 48163 Münster · Telefon: 0251 719834
E-Mail: kita.mariaaparecida-muenster@bistum-muenster.de

Über weitere Angebote des Familienzentrums informieren wir Sie über separate Flyer oder über Mitteilungen in der Presse. Das aktuelle Programm finden Sie auch online unter: www.maria-aparecida.de

Sie haben Interesse an einem Kurs, können aber aus Kostengründen nicht teilnehmen, dann sprechen Sie uns an.



Maria Aparecida

PROGRAMM September bis Dezember 2019

SEPTEMBER

► Großer Löwe – Starke Maus

Alle Eltern wünschen sich starke Kinder und: Jedes Kind ist stark – jedes auf seine Weise! Das Angebot „Großer Löwe – starke Maus“ stärkt Kinder in ihrer Selbstbehauptung und unterstützt sie beim Übergang in die Grundschule. *Nähere Information siehe Homepage.*

Leitung: Katharina Wübbe, Haus der Familie
Termine: Montag, 02.09.2019 und 30.09.2019
von 20.00–21.30 Uhr (Elternabend)
Mittwochs, 10.09., 17.09. und 24.09.2019.
von 14.00–16.15 Uhr (Kindereinheiten)
Samstag, 28.09.2019 von 10.00–12.15 Uhr
(Gemeinsame Einheit)

Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida
Teilnehmerzahl: 8 Kinder + Eltern
Kosten: 15 €

► „Internationale Snacks“ für und mit Kindern

Es ist gar nicht so einfach, Kindern eine leckere und zugleich gesunde Mahlzeit anzubieten. Gemeinsam mit den Kindern bereiten wir schnelle und pffiffige Snacks zu, die zu Hause ohne großen Aufwand nachgemacht werden können. Der Spaß am Einkaufen und Kochen und das Kennenlernen von neuen Zutaten und Rezepten stehen im Mittelpunkt.

Leitung: Selina Prevosti-Drees, Haus der Familie
Termin: Mittwoch, 04.09.2019 von 15.00–18.00 Uhr
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida

► Lambertussingen

Das traditionelle Lambertus-Singen für die Familien des Stadtteils findet am Hof Hesselmann statt.

Leitung: Sachausschuss Ehe und Familie, Gemeinde St. Anna und MitarbeiterInnen des Familienzentrums
Termin: Freitag, 13.09.2019 um 19.00 Uhr
Veranstaltungsort: Hof Hesselmann

► Wald und Wiesenstrolche – für Eltern mit ihren Kindern ab 2 Jahren

Draußen sein und dabei die Natur mit allen Sinnen erleben und erforschen, durch den Wald streifen, Tiere beobachten, klettern und über Baumstämme balancieren, mit Lehm matschen ... Wir treffen uns bei jedem Wetter im Park oder in einem Wäldchen oder am Bach zum Spielen, Singen, Kreativsein und Spaß haben.

Bitte wetterangepasste und unempfindliche Kleidung (Gummistiefel) tragen und ein kleines Picknick mitbringen.

Anmeldung erforderlich!

Leitung: Kerstin von der Hardt, Haus der Familie
Termine: Mittwoch, 11.09., 18.09. und 25.09.2019
von 16.00–17.00 Uhr (3 x)
Treffpunkt: Spielplatz am Wäldchen, Am Dill 142, Mecklenbeck

► Flohmarkt „Rund ums Kind“

Termin: Samstag, 14.09.2018 von 10.00–12.30 Uhr
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida
Genauere Information finden Sie auf unserer Homepage.

► Babysitterkurs – Für Jugendliche ab 13 Jahren

Habt ihr schon einmal daran gedacht, in Eurer Freizeit ein Baby oder ein Kleinkind zu betreuen? „Babysitting“ ist eine verantwortungsvolle Aufgabe, macht Spaß und bietet sich an, das Taschengeld aufzubessern. In diesem Kurs lernt Ihr, was zur Betreuung eines Kindes gehört. Wickeltechniken, Pflege, Beschäftigungsmöglichkeiten und Spiele, Verhalten in schwierigen „erzieherischen“ Situationen usw. Eure Fragen sind natürlich willkommen. Nach erfolgreicher Beendigung des Kurses erhaltet Ihr ein „Babysitter – Diplom“.

Anmeldung erforderlich bis zum 13.09.2019!

Leitung: Barbara Ficht, Haus der Familie
Termine: Freitag, 20.09. und 27.09.2019
von 15.30–18.30 Uhr
Samstag, 21.09. und 28.09.2019
von 10.00–13.00 Uhr
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida
Kosten: 12 € pro Teilnehmer

► Toilettenmonster und Nachtgespenster

Vom Umgang mit kindlichen Ängsten – Kinderängste sind vielfältig: Das kann die Angst vor Monstern und Gespenstern, die Angst vor bestimmten Menschen, die Angst vor der Dunkelheit. Was können Eltern tun? Vernünftige Argumente helfen oft keinen Schritt weiter – was soll man also machen? Im Grunde genommen ist es ganz einfach: Kinder brauchen erstens verlässliche Erwachsene, die Fragen beantworten, die Pflaster auf blutende Knie kleben und ihnen Gelegenheit zum Erzählen und Zuhören bieten! Und zweitens: andere Kinder...! Was genau das bedeutet, wie wir mit dem Monster unterm Bett und dem Gespenst vor der Tür fertig werden, darüber wollen wir hier ins Gespräch kommen.

Anmeldung erforderlich bis zum 18.09.2019!

Leitung: Sabine Vutz, Haus der Familie
Termin: Mittwoch, 25.09.2019 von 20.00–21.30 Uhr
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida

► „Ein Schwubbel für Josi!“ und „Die doofe Mütze“

Bilderbuchkino für Eltern, Kinder und Senioren
Leitung: Mitarbeiterinnen des Familienzentrums und der KÖB
Termin: Donnerstag, 26.09.2019 von 15.00–16.00 Uhr
Veranstaltungsort: Festsaal Meckmannshof

OKTOBER

► „Internationale Snacks“ für und mit Kindern

Leitung: Selina Prevosti-Drees, Haus der Familie
Termin: Mittwoch, 02.10.2019 und 30.10.2019
von 15.00–18.00 Uhr
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida

► „Grenzen setzen in liebevoller Achtsamkeit: Wie geht das?“

Handlungsmöglichkeiten in Konfliktsituationen mit Kindern finden Wir kennen alle die Situation: Im Supermarkt bekommt mein Kind einen Wutanfall, im Streit um ein Spielzeug gibt es kein Nachgeben, trotz Termindruck oder gerade deshalb möchte mein Kind sich nicht die Schuhe anziehen usw.. Anhand dieser und einiger Alltagsbeispiele erarbeiten wir im gemeinsamen Gespräch Handlungsmöglichkeiten, wie wir liebevoll und konsequent Grenzen setzen können. Entscheidend sind die angeleitete Kooperation und der respektvolle Umgang miteinander.

Leitung: Sabine Vutz, Haus der Familie
Termin: Mittwoch, 09.10.2019 von 20.00–21.30 Uhr
Veranstaltungsort: Städtische Kindertagesstätte Mecklenbeck, Brockmannstraße 162
Teilnehmerzahl: 8 Kinder + Eltern
Anmeldung: Familienzentrum Maria Aparecida
Anmeldung erforderlich bis zum 02.10.2019!

► „Rund um die Kartoffel!“ – Aktion für Väter mit Kindern

Teilnehmerzahl begrenzt. Anmeldung erforderlich!
Leitung: Mitarbeiterinnen des Familienzentrums
Termin: Samstag, 12.10.2019 von 10.30–13.00 Uhr
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida
Teilnehmerzahl: 8 Väter mit Kindern ab 4 Jahren

NOVEMBER

► Märchenstunde von 3–99

„Aschenputtel und Cinderella“ – zwei Märchen im Vergleich. Eltern, Kinder, und Senioren sind ganz herzlich eingeladen.

Anmeldung erforderlich!

Leitung: Mitarbeiterinnen des Familienzentrums
Termin: Donnerstag, 14.11.2019 von 15.00–16.00 Uhr
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida

► „Karussell“ – Malkurs mit Vera Degener

Bildgröße: 0,60 x 0,30 m. Die Arbeit wird in einzelnen Schritten maltechnisch erklärt und gezeigt. Materialien zur weiteren Gestaltung des Bildes können an diesem Abend bei der Künstlerin käuflich erworben werden. Teilnehmerzahl begrenzt.

Anmeldung erforderlich!

Leitung: Vera Degener, Künstlerin
Termin: Mittwoch, 20.11.2019 von 19.30–22.00 Uhr
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida
Kosten: 25 €

► „Internationale Snacks“ für und mit Kindern

Leitung: Selina Prevosti-Drees, Haus der Familie
Termin: Mittwoch, 27.11.2019 von 15.00–18.00 Uhr
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida

DEZEMBER

► „Die Geschichte vom Heiligen Nikolaus“ – Weihnachtliches Bilderbuchkino mit Adventssingen im Meckmannshof für Eltern, Kinder und Senioren

Gemeinsames Einstimmen in den Advent mit den Bewohnern des Meckmannshofs.

Anmeldung erforderlich!

Leitung: Mitarbeiterinnen des Meckmannshofs und des Familienzentrums
Termin: Donnerstag, 05.12.2018 von 15.00–16.00 Uhr
Veranstaltungsort: Festsaal Meckmannshof