

## AUGUST

### ► Kneippen im Meckmannshof

In der Kneippanlage des Altenhilfezentrums Meckmannshof werden zwei Therapieelemente angeboten: Wassertreten und Armbad. An diesem Nachmittag haben Eltern und Kinder die Möglichkeit, beide Therapieformen kennen zu lernen.

Leitung: *Mitarbeiterinnen des Familienzentrums*  
Termin: *Donnerstag, 20.08.2015 von 14.30–15.30 Uhr*  
Veranstaltungsort: *Altenhilfezentrum Meckmannshof*

## SEPTEMBER

### ► Bilderbuchkino für Eltern, Kinder und Senioren

Geschichten vom Schaf Charlotte von Arnu Stohner. Anmeldung erforderlich!

Leitung: *Mitarbeiterinnen des Familienzentrums und der KÖB*  
Termin: *Donnerstag, 10.09.2015 von 15.00–16.30 Uhr*  
Veranstaltungsort: *Festsaal Meckmannshof*

### ► Flohmarkt „Rund ums Kind“

Termine: *Samstag, 12.09.2015 von 13.00 Uhr–16.00 Uhr*  
Veranstaltungsort: *Familienzentrum Maria Aparecida*  
*Genauere Information finden Sie auf unserer Homepage.*

### ► „Gesunde Ernährung – Was brauchen unsere Kinder wirklich?“

Alle essen zufrieden am Tisch – kann ich das schaffen? Wie bringe ich mein Kind auf den Geschmack? Ist mein Kind ausreichend gut versorgt? Hier bekommen Sie Antworten auf Ihre Fragen. Praktische Tipps und Zeit für Austausch werden den Abend abrunden.

Leitung: *Marina Zuleger, Haus der Familie*  
Termin: *Mittwoch, 16.09.2015 von 20.00–21.30 Uhr*  
Veranstaltungsort: *Familienzentrum Maria Aparecida*

### ► Lambertussingen

Das traditionelle Lambertussingen für die Familien des Stadtteils findet diesmal am Hof Hesselmann statt.

Termin: *Freitag, 18.09.2015 um 19.00 Uhr*  
Leitung: *Sachausschuss Ehe und Familie, Kirchengemeinde St. Anna und MitarbeiterInnen des Familienzentrums*

### ► „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 pfiffige 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. Anmeldung bis spätestens Dienstag vor der Veranstaltung.

Leitung: *Marina Zuleger, Haus der Familie*  
Termin: *Mittwoch, 23.09.2015 von 15.00–18.00 Uhr*  
Teilnehmerzahl: *6 Eltern mit Kindern*

### ► Flussteste – Malkurs mit Vera Degener

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, 30.09.2015 von 19.30–22.00 Uhr*  
Veranstaltungsort: *Familienzentrum Maria Aparecida*  
Gebühr: *15 €*

## OKTOBER

### ► Abendteuer Kürbis – Vater-Kind-Aktion

Teilnehmerzahl begrenzt. Anmeldung erforderlich!

Leitung: *Michaele Richter und Manuela Knabke, Mitarbeiterinnen des Familienzentrums*  
Termine: *Samstag, 24.10.2015, von 10.30–13.00 Uhr*  
Veranstaltungsort: *Familienzentrum Maria Aparecida*  
Teilnehmerzahl: *8 Väter mit Kindern ab 3 Jahren*

### ► „Internationale Snacks“ für und mit Kindern

Leitung: *Marina Zuleger, Haus der Familie*  
Termin: *Mittwoch, 28.10.2015 von 15.00–18.00 Uhr*

### ► Vegetarische Spezialitäten schnell zubereitet (für Erwachsene)

Leitung: *Marina Zuleger, Haus der Familie*  
Termine: *Donnerstag, 29.10.2015 von 16.00–19.00 Uhr*  
Teilnehmer: *8 Personen*

## NOVEMBER

### ► Märchenstunde von 3 bis 99

Zu den Märchen „Goldlöckchen und die drei Bären“ von Jonathan Langley und „Rumpelstilzchen“ von den Gebrüder Grimm sind Eltern, Kinder, und Senioren ganz herzlich eingeladen. Anmeldung erforderlich!

Leitung: *Mitarbeiterinnen des Familienzentrums*  
Termin: *Donnerstag, 05.11.2015 von 15.00–16.00 Uhr*  
Veranstaltungsort: *Familienzentrum Maria Aparecida*

### ► Babysitterkurs – Für Mädchen und Jungen ab 13 Jahren

Anmeldung erforderlich!

Leitung: *Sabine Deppe, Haus der Familie*  
Termine: *Freitags: 13.11. und 20.11.2015 von 15.30–18.30 Uhr*  
*Samstags: 14.11. und 21.11.2015 von 10.00–13.00 Uhr*  
Veranstaltungsort: *Familienzentrum Maria Aparecida*  
Kosten: *12 € pro Kind*  
**Hinweis: Materialkosten werden mit der Leiterin am Ende abgerechnet.**

*Nähere Informationen auf unserer Homepage.*

### ► „Internationale Snacks“ für und mit Kindern

Leitung: *Marina Zuleger, Haus der Familie*  
Termin: *Mittwoch, 25.11. von 15.00–18.00 Uhr*

### ► Wichtel für die Fensterbank – Basteln für Erwachsene im Advent

Leitung: *Mitarbeiterinnen des Familienzentrums*  
Termin: *Mittwoch, 25.11.2015 von 20.00–22.00 Uhr*  
Veranstaltungsort: *Familienzentrum Maria Aparecida*  
*Teilnehmerzahl begrenzt.*

## DEZEMBER

### ► Backen rund um Nikolaus im Meckmannshof

Mit der gemeinsamen Backaktion wollen wir den Bewohnern des Meckmannshofes die Adventszeit versüßen und ein Tüte für zu Hause ist natürlich auch dabei. Anmeldung erforderlich!

Leitung: *Mitarbeiterinnen Meckmannshofes und des Familienzentrums*  
Termin: *Donnerstag, 03.12.2015 von 15.00–16.30 Uhr*  
Veranstaltungsort: *Speisesaal Meckmannshof*

### ► Fit für die Schule

Welche Fähigkeiten sollte mein Kind haben? Wie kann ich es gut auf den Schulstart vorbereiten? Diese und ähnliche Fragen stellen sich viele Eltern vor der Einschulung ihrer Kinder. An diesem Abend erfahren Sie, welche körperlichen, geistigen und emotionalen Fähigkeiten wichtig sind, um mit Freude in der Schule zu lernen und wie Sie diese spielerisch im Alltag fördern können. Lassen Sie sich überraschen, was sich zum Beispiel beim Wäsche-Falten trainieren lässt. Anmeldung erforderlich!

Termin: *Donnerstag, 03.12.2015 von 20.00–22.15 Uhr*  
Leitung: *Miriam Engelmann, Haus der Familie*  
Veranstaltungsort: *Familienzentrum Maria Aparecida*



## 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: *60,00 € pro Kurs (10x)*  
Veranstaltungsort: *Turnhalle des Familienzentrums*  
Anmeldung: *Telefon: 0251 81009*

### ► Vinyasa Yoga

Fitness und Beweglichkeit für den Körper, mehr Ruhe und Gelassenheit im Alltag, die Seele baumeln lassen – das ist Yoga. Ob als Wiedereinstieg oder optimale Ergänzung für Ausdauersportler. Der Kurs wendet sich an alle Menschen, die Lust haben, über angeleitete Yoga-Haltungen und Atemtechniken beweglicher zu werden und Körper und Geist zu vereinen. Vinyasa ist ein dynamischer Yogastil, der die einzelnen Haltungen zu fließenden und kraftvollen Bewegungsabläufen verbindet. Aufgrund der vielen verschiedenen Variationen richtet sich die Intensität der Übungen grundsätzlich nach den individuellen Möglichkeiten der Teilnehmer.

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

Leitung: *Karin Tomkötter*  
Termine: *Donnerstags von 19.00–20.30 Uhr (Beginn: 13.8. bis 9.9.2015) 5x*  
Gebühr: *22,50 € für Mitglieder des Sportvereins*  
*37,50 € für Nichtmitglieder des Sportvereins*  
Veranstaltungsort: *Turnhalle des Familienzentrums*  
Teilnehmerzahl: *11 Personen*  
Anmeldung: *Wacker Geschäftsstelle*  
*Telefon: 0251 719331*  
*Homepage: www.djk-wacker.de*

E-Mail: kita.mariaaparecida-muenster@bistum-muenster.de  
Telefon: 0251 719834  
48163 Münster  
Meckmannweg 72  
Familienzentrum Maria Aparecida

Maria Aparecida



Evangelisches Perthes-Werk e.V.



Haus der Familie Münster  
Katholisches Bildungszentrum  
im Stadtdekanat Münster



Amt für  
Kinder,  
Jugendliche  
und Familien

Jugend  
& Co.  
Kids & Co.



IN KOOPERATION MIT:

#### ► 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. Montag 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: Brigitte Schmidt, Kindertagespflege des Amtes für Kinder, Jugendliche und Familien  
Termine: jeden 4. Montag 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.

Termin: Donnerstags: 1. Kurs für alle 3–4 Jährigen  
von 14.00 – 14.45 Uhr  
2. Kurs für 5–6 Jährige von von 15.00–15.45 Uhr

Leitung: Judith Rösmann  
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida  
Weitere Informationen: Tel.: 02536 8727

### BERATUNGSANGEBOTE/OFFENE SPRECHSTUNDEN

#### ► Sprechstunde des Kommunalen Sozialdienstes West

Ansprechpartner: Laura Schaffranek und Anja Stratmann  
Termine: Montags von 15.00–16.00 Uhr  
Veranstaltungsort: Beratungsraum des Familienzentrums

#### ► Kurlotse – Caritas-Kurberatung im Familienzentrum

Sie fühlen sich erschöpft, mutlos, krank, bekommen Ihre Gesundheitsstörungen zuhause nicht mehr in den Griff? Die Kurlotsen 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 Kurlotsin informiert über Antragstellung, Voraussetzung

für Vorsorge und Rehabilitation, Kurvorbereitung und Kurnachsorge sowie weitere Beratungsmöglichkeiten. Anmeldung erwünscht!

Kurlotsin: Martina Treptow-Bischoff  
Termine: Dienstags von 14.30–17.30 Uhr  
(nach Vereinbarung)  
Veranstaltungsort: Beratungsraum des Familienzentrums

#### ► Sozialbüro und Von Mensch zu Mensch

Ansprechpartnerin: Mitarbeiterinnen vom Sozialbüro  
Termine: Dienstags, von 16.30–17.00 Uhr  
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida

#### ► Sprechstunde der Erziehungsberatungsstelle der Caritas

Ansprechpartnerin: Dorit Kleinen, Erziehungsberatung der Caritas Gievenbeck  
Termine: jeden 1. Donnerstag im Monat  
(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](http://www.maria-aparecida.de)  
Sie haben Interesse an einem Kurs, können aber aus Kostengründen nicht teilnehmen, dann sprechen Sie uns an.



Maria Aparecida

PROGRAMM August bis Dezember 2015