

November 2017



## FAMILIENZENTRUM LICHTBLICK e.V.

Suchen Sie eine nette Kinderbetreuung?  
Dann sprechen Sie uns an!

Individuelle und vertrauliche Beratung ist  
jederzeit möglich.  
Bitte vereinbaren Sie einen Termin mit  
Berit Stowasser-Hoffmann

Die Höhe der Teilnehmerbeiträge soll Sie  
nicht abhalten zu uns zu kommen:  
Sprechen Sie uns an, wir finden eine  
individuelle Lösung.

### VERANSTALTUNGEN IM FAMILIENZENTRUM

**DAS FAMILIENZENTRUM BLEIBT VOM 02.11. BIS 05.11.2017 GESCHLOSSEN. AM 04.11.2017 FINDET VON 9 BIS 16 UHR UNSER SECOND-HAND-MARKT AUF DEM AGRA-VERANSTALTUNGSGELÄNDE, BORNAISCHE STR. 210 (STRAßENBAHNLINE 11, KOSTENFREIES PARKEN) STATT!**

Tag	Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	UKB
				normal/erm./Mitgl
Mi	01.11.	20.00- 21.00	<b>Erziehung- Beziehung-Elternkreis</b> nach den Elternbriefen von Kloeters. Thema: Kinder-ängste mit Katrin Trajkovits. Bitte unter Tel. 0341 47 99 416 anmelden	10 €/5 €
Sa	04.11.	09.00-16.00	<b>Second-Hand-Markt</b> auf dem agra-Veranstaltungsgelände, Bornaische Str. 210, Leipzig. Zu erreichen mit der Straßenbahnlinie 11. Für Autofahrer ist kostenfreies Parken möglich	
Di	07.11.	ab 16.00 16.00-17.00 19.00-21.00	<b>Zu seinem Recht kommen – Rechtsberatung mit RA in G. Träger;</b> Bitte vorher anmelden <b>Neu: Papa-Café mit Cesar Marcon von LEMANN e. V.</b> Bitte anmelden! <b>Im Einklang sein –Jahreskreisabend:</b> mit Kerstin Leubner Anmeldung unter Tel.0178 3 926 304 oder kerstin.leubner@gmail.com	1 € 3 € 10 €/15 €
Mi	08.11.	9.30-11.00  18.00-19.00	<b>Stillgruppe mit Thema: Kann man Babys verwöhnen? Bedürfnisse in unserer Familie</b> mit Katrin Trajkovits <b>Eine Reise durch den weiblichen Zyklus</b> mit Kerstin Leubner Anmeldung unter Tel. 0178 3 926 304 oder kerstin.leubner@gmail.com	2 €  15 €
Mo	13.11.	18.00-21.00	<b>Kreative Auszeit in der offenen Nähwerkstatt</b> mit Berit Stowasser Hoffmann und Silvia Jacoby Wirth. Bitte Nähmaschine und Stoff mitbringen! Bitte anmelden	9 €/7 €
Di	14.11.	18.30-21.00	<b>Vegetarisch Kochen Thema: Geschenke aus der Küche</b> mit Vera Kirstein. Bitte anmelden	15 €
Mi	15.11.	9.30-11.00 18.30-21.00	<b>Essen wie die Großen</b> mit Ernährungsberaterin Anne Walther. Bitte anmelden! <b>Vegetarisch Kochen Thema: Geschenke aus der Küche</b> mit Vera Kirstein. Bitte anmelden	10 €/8 € 15 €
Do	16.11.	19.00-21.00	<b>Wissenswertes zu den Heilkräften von Pflanzen (Kräuterabend). Thema: Wurzelgeheimnisse entdecke, Salben und Tinkturen aus Wurzeln</b> mit Kerstin Leubner . Bitte vorher anmelden unter Tel. 0178 3 926 304 oder kerstin.leubner@gmail.com	15 € /10 €
Fr	17.11.	14.00-15.00	Willkommen im Leben! <b>Begrüßungstreff zur Geburt des Kindes</b>	Kostenfrei
Sa	18.11.	14.00-18.30	<b>Homöopathie -Workshop „Mit klassischer Homöopathie durchs Jahr“</b> mit Dr. Katja Nitsche. Wir fertigen selbst auch Kügelchen an. Unbedingt anmelden!	10 € / 7 €
Di	21.11.	16.00-17.00	<b>Neu: Papa-Café mit Cesar Marcon von LEMANN e. V.</b> Bitte anmelden	3 €
Mi	22.11.	12.00-17.00	<b>Filzen zum Buß- und Betttag</b> mit Silvia Jacoby-Wirth. Bitte vorher anmelden und eine Kleinigkeit für das gemeinsame Büfett zum Essen mitbringen!	15€ + Materialkosten
Do	23.11.	18.00-21.00	<b>Konfliktlösung mit Methode des Familienstellens</b> mit Manuela Hüller. Anmeldung unter 01743828340 oder manuela.hueller@web.de	Bitte erfragen
Fr	24.11.	18.00-21.00	<b>Wir gestalten Weihnachtskränze!</b> mit Gisela Wolf. Bitte vorher anmelden	8 € Kranz groß 5 € Kranz klein
Sa	25.11.	14.00-18.00	<b>FAMILIENTAG: Kommt in die Wichtelwerkstatt.</b> Hier wird gebastelt und gesungen! Mit Silvia Needon und Annett Peisker	Spende erbeten
So	26.11.	14.00-18.00	<b>Geschenke aus der Kräuterküche. Ein Kräuterworkshop</b> mit Kerstin Leubner. Unbedingt unter Tel.0178 3 926 304 anmelden	Bitte erfragen
Di	28.11.	ab 16.30  19.00-21.00	<b>Elternberatung: Zeit für ein vertrauliches Gespräch</b> mit Kerstin Leubner. Bitte vorher anmelden unter Tel.0341 3 54 28 48 oder 0178 3 926 304 <b>Frauenkreis:</b> Raum und Zeit zum Zuhören und Sprechen, Erfahrungen austauschen den eigenen Körper spüren, sich entspannen. Vertrauen und Kraft schöpfen unter Frauen: mit Kerstin Leubner. Bitte vorher anmelden: 0178 3 926 304 oder kerstin.leubner@gmail.com	1 €  5 -10 € nach Eigenem Ermessen
Mi	29.11.	8.00-18.00  18.00-21.00	<b>Konfliktlösung mit Methode des Familienstellens</b> mit Manuela Hüller. Anmeldung unter Tel. 01743828340 oder manuela.hueller@web.de <b>Kreative Auszeit in der offenen Nähwerkstatt</b> mit Berit Stowasser Hoffmann und Silvia Jacoby Wirth. Bitte Nähmaschine mitbringen! Bitte anmelden!	Bitte erfragen  9 €/7 €
Do	30.11.	19.00-21.00	<b>Den Igel streicheln. Vortrag mit Gesprächsrunde zum Thema Pubertät (Teil 1)</b> mit Fr. Dr. Schwarz. Bitte anmelden! Teil 2 am 07.12.2017 von 19 bis 21 Uhr	8 € /5 €

### VORSCHAU DEZEMBER 2017

Sa 02.12. 09.30-11.30 **Frühstück für Alleinerziehende mit Kindern.** Bitte etwas zum Frühstücksbüfett mitbringen!

November 2017



FAMILIENZENTRUM LICHTBLICK e.V.

## REGELMÄSSIGE ANGBOTE IM FAMILIENZENTRUM

<b>Montag</b>	09.30 – 13.00 Uhr	<b>PEKIP® – Spiel- und Bewegungsanregungen für Eltern mit ihren Babys im ersten Lebensjahr</b> (2 Kurse) mit Katrin Trajkovits
	09.30 – 11.00 Uhr	<b>Orangerie Gaschwitz, Hauptstr. 315</b> Krabbelgruppe v. 0-3 Jahre mit Frühstück mit B. Stowasser- Hoffmann (Bitte dazu jeder etwas mitbringen). Anmeldung unter Tel. 0341 3 54 28 48
	14.00 – 15.30 Uhr	<b>Rückbildungsgymnastik</b> mit Hebamme Friederike Grabs Anmeldung über Tel. 0341/3542848 oder 0172/4897220
	16.00 – 16.45 Uhr	<b>Musik für kleine Rasselzwerge</b> (1,5 – 3 J.) mit S. Needon
<b>Dienstag</b>	20.30 – 21.30 Uhr	<b>Frauensport Bauch-Beine-Po</b> (Turnhalle)
	09.15 – 10.15 Uhr	<b>Krabbelgruppe 1</b> mit B. Stowasser- Hoffmann( bis 12 Monate)
<b>Mittwoch</b>	10.30 – 11.30 Uhr	<b>Krabbelgruppe 2 mit Mittagsangebot</b> (Bitte vorher anmelden!)
	09.00 – 10.30 Uhr	<b>Offener Yogakurs</b> im YogaHaus mit Undine Granert
	09.30 – 11.00 Uhr	<b>Stillgruppe</b> (mit Thema) <i>jeden 2.+ 4. Mittwoch im Monat</i>
	14.30 – 16.00 Uhr	<b>Zeit für mich – Yoga mit Baby's</b> (bis 6 Monate) im YogaHaus mit Undine Granert
	16.30 – 17.30 Uhr	<b>Yoga für Kids und Teens</b> im YogaHaus mit Undine Granert
	16.00 – 17.00 Uhr	<b>Spaß am Sport für Kinder von 2-3 Jahren</b> (Turnhalle)
	17.00 – 18.00 Uhr	<b>Spaß am Sport für Kinder von 4-5 Jahren</b> (Turnhalle)
<b>Donnerstag</b>	18.30 – 21.00 Uhr	<b>Jeden 4. Mittwoch Strickcafé</b> mit Judith Thome
	07.45 – 08.45 Uhr	<b>Offener Yogakurs</b> im YogaHaus mit Undine Granert
	09.00 – 10.30 Uhr	<b>Yoga für Schwangere</b> im YogaHaus mit Undine Granert
	11.00 – 12.30 Uhr	<b>Zeit für mich – Yoga mit Baby's</b> (bis 6 Monate) im YogaHaus mit Undine Granert
	09.30 – 11.00 Uhr	<b>Spielen und Singen in der Krabbelgruppe</b> (0-3 Jahre) mit Konstanze Schnabel
	13.00 – 14.00 Uhr	<b>Babymassage</b> mit Hebamme Friederike Grabs Anmeldung über Tel. 0341/3542848 oder 0172/4897220
	15.30 – 17.30	<b>Buntes Café für Alle</b> , Fam., Alleinerz., Großel., Onkel, Tante, Kinder
<b>Freitag</b>	16.00 – 17.00 Uhr	<b>Spaß am Sport für Kinder von 3-4 Jahren</b> (Turnhalle)
	17.00 – 18.00 Uhr	<b>Spaß am Sport für Kinder von 6-7 Jahren</b> (Turnhalle)
	09.30 – 11.00 Uhr	<b>KLEX &amp; KLAX</b> Geschichten, Malen und Matschen für die Kleinen (Kinder ab 1,5 Jahre) mit B. Stowasser-Hoffmann
	16.00 – 17.30 Uhr	<b>Yoga für Schwangere</b> im YogaHaus mit Undine Granert
	16.00 – 17.00 Uhr	<b>Das Besondere Beckenbodentraining</b> mit U. Wogatzke. Bitte anmelden!
	17.30 – 19.30 Uhr	<b>Geburtsvorbereitung</b> mit Hebamme Friederike Grabs. Anmeldung unter 0172/4897220

### SPORTKURSE

Die Sportkurse finden in der Turnhalle Rathausstraße/Geschwister-Scholl-Straße statt.

Bei Interesse an den **Kindersportkursen** bitte bei der Übungsleiterin Frau Schlücker unter 0177 3 277 343 melden!

Bei Interesse am **Frauensport** bitte bei Constanze Mutterlose unter 0341 3588193 melden!

**Yoga** findet im YogaHaus, Riquetstr. 4a, Markkleeberg (hinter dem Lidl-Markt) statt. Bitte bei Undine Granert melden.

**Kontakt:** Handy 015771674749,

**e-Mail:** granertundine@aol.de, www.yoga-haus-markkleeberg.de

### RAUMVERMIETUNG

Unsere Räume können für Kindergeburtstage, Elternstammtische und Familienfeiern gemietet werden.

### WIR DANKEN

Gefördert wird das Familienzentrum durch das Jugendamt des Landkreises Leipzig und die Stadt Markkleeberg.

Einige Veranstaltungen erhalten eine Unterstützung durch die LEB Sachsen e.V.

## FAMILIENZENTRUM LICHTBLICK E.V.

Hauptstr. 56 | 04416 Markkleeberg

Telefon: 0341 354 28 48

E-Mail: fz@lichtblick-fuer-familien.de

[www.lichtblick-fuer-familien.de](http://www.lichtblick-fuer-familien.de)

Öffnungszeiten

Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag: 09.00 – 13.00 Uhr

Donnerstag: 09.00 – 17.00 Uhr

& während der angekündigten Veranstaltungen

November 2017



**FAMILIENZENTRUM LICHTBLICK e.V.**