

März
2019



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

Tag	Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	Kosten normal/erm.
Fr	01.03.	16.00-17.00	„Wie stressfreies Lernen gelingt“ Ein Workshop für Erziehende mit Kindern im Vorschul- und Grundschulalter mit Petra Klausnitzer	Eltern/Kind-Team 10 €
Di	05.03.	19.00-21.00	Im Einklang sein – Jahreskreisabend: mit Kerstin Leubner. Anmeldung Tel.0178 3 926 304 oder kerstin.leubner@gmail.com !	15 €/10 €
Mi	06.03.	09.30-11.00	„Gemeinsam wachsen“ Reihe der AOK Plus; Teil 1 "Trotzphasen „ und Autonomie – Wie kann ich mein Kind darin gut begleiten?“ mit der Psychologin Susan Dathe. Anmeldung unter Tel. 0341 354 28 48!	kostenfrei
Do	14.03.	18:30-21.30	Offene Nähwerkstatt mit Berit Stowasser Hoffmann und Sylvia Jacoby-Wirth; Bitte eigene Nähmaschine mitbringen und anmelden unter Tel. 0341 354 28 48!	9 €/7 €
Fr	08.03.	09.30-11.00	„Baby-led weaning-Fingerfood für's Baby mit Ernährungswissenschaftlerin Anne Walter. Anmeldung unter Tel. 0341 354 28 48!	8€/5€
		17.00-18.30	Feldenkrais mit Dr. Kornelia Malina „Gesund und bewusst bewegen“ mit der Feldenkrais-Methode “. Anmeldung unter Tel.: 0341-4417548 oder kornelia@malina-feldenkrais.de	20,11 €
Di	12.03.	ab 16.00	Zu seinem Recht kommen – Rechtsberatung mit RAin G. Tröger. Unbedingt anmelden!	1 €
Mi	13.03.	09.30-11.00	Stillgruppe mit Thema: „Was, wann, wie - Zufüttern erste feste Kost“ mit Katrin Trajkovits	3 €
Do	07.03.	19.00-21.00	Vortrag mit Frau Dr. Schwarz-Görner „Meilensteine der kindlichen Entwicklung“ Bitte vorher anmelden unter Tel. 0341 354 28 48!	8€/5€
Fr	15.03.	09.30-11.30	Frühstück am Freitag für Erziehende mit Kindern. Bitte etwas zum Frühstück mitbringen!	2 €
Mi	20.03.	09.30 -11.30	Erziehenden Kurs: Sicher im Fluss des Lebens sein! (Modul 3) mit Manuela Hüller. Anmeldung unter Tel. 0174 382 83 40 oder manuela.hueller@web.de	bitte erfragen
Do	21.03.	15.30-17.30	Frühlingsfest: Lasst uns den Frühling mit Singen, Spielen und Basteln begrüßen. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.	kostenfrei
Mo	25.03.	09.30-11.30	Elternkurs (evt. mit Kindern) Sicher im Fluss des Lebens sein: Sicherheit spüren und was sich lohnt darüber zu wissen. Anmeldung und Auskunft über Anmeldung unter Tel. 0174 382 83 40 oder manuela.hueller@web.de	ab 20 €
		18.00-21.00	Offener Abend: Konfliktlösung mit der Methode des Familienstellens mit Manuela Hüller; Anmeldung unter Tel. 0174 382 83 40 oder manuela.hueller@web.de	ab 15 € bitte erfragen
Di	26.03.	19.00-21.00	Frauenkreis: Raum und Zeit zum Zuhören und sprechen, Erfahrungen austauschen, den eigenen Körper spüren, sich entspannen. Vertrauen und Kraft schöpfen unter Frauen, mit Kerstin Leubner. Anmeldung unter Tel. 0178 392 63 04 oder kerstin.leubner@gmail.com	5 €- 10 € nach eigenem Ermessen
		ab 16.00	Elternberatung Zeit für ein vertrauliches Gespräch: mit Kerstin Leubner. Bitte vorher anmelden Tel. 0341 354 28 48	1 €
Mi	27.03.	09.30-11.30	Thematische Stillgruppe mit Frühstück: Gesunde Ernährung für unsere Familie mit Katrin Trajkovits. Bitte etwa zum Frühstück mitbringen!	3 €
Do	28.03.	19.00-21.30	Wissenswertes zu den Heilkräften von Pflanzen (Kräuterabend) „Erstes Grün: Scharbockskraut und Guntermann“ mit Kerstin Leubner. Anmeldung unter Tel. 0178 392 63 04 oder kerstin.leubner@gmail.com	20 €

VORSCHAU APRIL

Mi	03.04.	09.30-11.00	Gemeinsam wachsen“ Reihe der AOK Plus; Teil 2: „Entspannter Umgang mit der Trotz- und Autonomiephase“ mit der Psychologin Susan Dathe. Vorher anmelden Tel. 0341 354 28 48	kostenfrei
Do	04.04.	18.30-21.30	Offene Nähwerkstatt mit Berit Stowasser Hoffmann und Sylvia Jacoby-Wirth; Bitte eigene Nähmaschine mitbringen und anmelden unter Tel. 0341 354 28 48!	9 €/7 €
Sa	13.04.	09.30.-11.30	Frühstück für Alleinerziehende und ihren Kindern. Bitte etwas zum Frühstück mitbringen	kostenfrei
Do	18.04.	15.30 – 17.30	Ach du grüne Neune – Kräuterwanderung für die ganze Familie am Gründonnerstag. Treffpunkt: Cafe Brot und Kees/Lauersche Straße/neben der Martin-Luther-Kirche Markkleeberg	pro Familie 5€

März
2019



FAMILIENZENTRUM LICHTBLICK e.V.

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE IM FAMILIENZENTRUM

Montag	09.30 – 11.00 Uhr	PEKIP®– Spiel- und Bewegungsanregungen für Eltern mit ihren Babys im ersten Lebensjahr mit Katrin Trajkovits
	11.30 – 13.00 Uhr	PEKIP®– Spiel- und Bewegungsanregungen für Eltern mit ihren Babys im ersten Lebensjahr mit Katrin Trajkovits Anmeldung über Katrin Trajkovits: 0341 4799416 oder E-Mail: trajkovits@aol.com
	09.30 – 11.00 Uhr	Orangerie Gaschwitz, Hauptstr. 315 Offene Krabbelgruppe v. 0-3 Jahre mit Frühstück mit B. Stowasser- Hoffmann (Bitte dazu jeder etwas mitbringen). Anmeldung unter Tel. 0341 3 54 28 48. Kosten: 2 Euro
	16.00 – 16.45 Uhr	Musik für kleine Rasselzwerge (1,5 – 3 J.) mit S. Needon. Weitere Termine: 17.9./24.9./22.10.29.10./5.11./12.11./19.11./26.11. Anmeldung unbedingt unter 0178 1975504. Kosten: 5 Euro
Dienstag	20.30 – 21.30 Uhr	Frauensport Bauch-Beine-Po (Turnhalle)
	09.15 – 10.15 Uhr	Offene Krabbelgruppe 1 mit B. Stowasser- Hoffmann(bis 12 Monate). Kosten: 2 Euro
	10.30 – 11.30 Uhr	Offene Krabbelgruppe 2 (bis 12 Monate) mit Mittagsangebot (Bitte vorher anmelden!)
	16.00 – 17.00 Uhr	Entspannt im Knirpsenland. Ein Entspannungsangebot für Erziehende mit Kindern im Alter von 4-6 Jahren mit Susan Dathe. Anmeldung unbedingt unter 0159 019 675 38 oder YSusanP@web.de
	17.15 – 18.15 Uhr	Entspannte Kugelzeit. Ein Entspannungsangebot für Schwangere Kugelzeit m. Susan Dathe; Entspannung und Stressbewältigung für werdende Mamas; <i>Anmeldung bis 24 h vorher unter Tel. 0159 019 67: 38 oder YSusanP@we.de!</i> Jetzt immer Dienstag im Familienzentrum. Unbed. anmelden!!!!
Mittwoch	09.30 – 11.00 Uhr	Offene Stillgruppe (mit Thema) jeden 2.+ 4. Mittwoch im Monat. Am 4. Mittwoch im Monat als Stillfrühstück. Hierzu bitte etwas zum Essen mitbringen
	16.00 – 17.00 Uhr	Spaß am Sport für Kinder von 4-5 Jahren (Turnhalle). Anmeld. über S.Schlücker: 0177 3 277 343
	17.00 – 18.00 Uhr	Spaß am Sport für Kinder von 5-6 Jahren (Turnhalle). Anmeldung über Sylvia Schlücker: 0177 3 277 343
	Neu	15.00 – 17.00 Uhr
Donnerstag	18.30 – 21.00 Uhr	Jeden 4. Mittwoch Strickcafé mit Judith Thome
	09.30 – 11.00 Uhr	Spielen und Singen in der offenen Krabbelgruppe (1-3 Jahre) mit Constanze Schnabel
	15.30 – 17.30 Uhr	Offenes Buntes Café für Alle , Familien, Alleinerziehende, Großeltern, Onkel, Tante & natürlich Kinder
	Neu	16.00 – 16.45 Uhr
Neu	17.00 – 18.00 Uhr	Kinderturnen für Kinder von 4-6 Jahren mit Aliz Schramm. Anmeldung unter 0176-30192137
Freitag	09.30 – 11.00 Uhr	Offenes Angebot: KLEX & KLAX Geschichten, Malen und Matschen für die Kleinen (Kinder ab 1,5 Jahre) mit B. Stowasser-Hoffmann.

SPORTKURSE

Die Sportkurse finden in der Turnhalle Rathausstraße/Geschwister-Scholl-Straße statt. Bei Interesse an den **Kindersportkursen** bitte bei den Übungsleiterinnen: Frau Schlücker unter 0177 3 277 343 (Mittwoch-Kurse) und Aliz Schramm unter 0176 30192137 (Donnerstags-Kurse) 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:** granertundi-ne@aol.de, www.yogahaus-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., der AOK Plus und im Rahmen des Landesprogramms des Freistaates Sachsen „Integrative Maßnahmen“.

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

Öffnungszeiten

Montag, Dienstag, Mittwoch, Freitag: 08.30 – 12.30 Uhr
Donnerstag: 08.30 – 17.30 Uhr
& während der angekündigten Veranstaltungen