

April  
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	Da- tum	Uhrzeit	Veranstaltung	Kosten normal/erm.
Mi	03.04.	09.30-11.00	<b>Gemeinsam wachsen“ Reihe der AOK Plus; Teil 2 „Entspannt durch die Trotz- und Autonomiephase“</b> mit der Psychologin Susan Dathe. Unbedingt vorher anmelden Tel. 03413542848	kostenfrei
Do	04.04.	18.30-21.30	<b>Offene Nähwerkstatt</b> mit Berit Stowasser Hoffmann und Sylvia Jacoby-Wirth; Bitte eigene Nähmaschine mitbringen und anmelden unter Tel. 0341 354 28 48!	9 €/7 €
Fr	05.04.	16.00-17.00	<b>„Wie stressfreies Lernen gelingt“</b> Ein Workshop für Erziehende mit Kindern im Vorschul- und Grundschulalter mit Petra Klausnitzer. Unbedingt vorher anmelden!	Eltern/Kind- Team 10 €
So	07.04.	10.00-13.00	<b>Themen angehen mit der Methode „Aufstellen“</b> mit Katrin Trajkovits; <i>Bitte unbedingt vorher anmelden unter Tel.: 0341 479 94 16!</i>	40€/15€
Di	09.04.	19.00-21.00	<b>Im Einklang sein – Jahreskreisabend</b> mit Kerstin Leubner. Anmeldung Tel.0178 3 926 304 oder <a href="mailto:kerstin.leubner@gmail.com">kerstin.leubner@gmail.com</a> !	15 € /10 €
Mi	10.04.	09.30-11.00 19.00-21.00	<b>Stillgruppe mit Thema:</b> Schlafen und Wachen-die Nächte mit dem Baby mit Katrin Trajkovits <b>Vortrag für Erziehende „Meilensteine der kindlichen Entwicklung“</b> mit Frau Dr. Schwarz-Görner	3 € kostenfrei
Do	11.04.	19.00-21.30	<b>Wissenswertes über unsere heimischen Kräuter „Leckers aus dem "Unkraut"-Löwenzahn“</b> mit Kerstin Leubner. Anmeldung Tel.0178 3 926 304 oder <a href="mailto:kerstin.leubner@gmail.com">kerstin.leubner@gmail.com</a>	20 €
Fr	12.04.	08.30-18.00	<b>Themen und Konflikte bearbeiten mit der Methode der systemischen Aufstellung.</b> Aufstellungs-Tagesworkshop - Familien und Systemaufstellen mit Manuela Hüller Anmeldung unter Tel. 0174 382 83 40 oder <a href="mailto:manuela.hueller@web.de">manuela.hueller@web.de</a>	bitte erfragen
Sa	13.04.	09.30-11.30 15.00-17.30	<b>Frühstück für Alleinerziehende und ihre Kinder</b> <b>Familiennachmittag in der Osterwerkstatt.</b> Mit Annett Peisker werden Ostergeschenke aus Naturmaterialien gebastelt.	kostenfrei um eine Spende wird gebeten
Di	16.04.	ab16.00 ab16.30  19.00-21.00	<b>Zu seinem Recht kommen – Rechtsberatung mit RAin G. Tröger.</b> Unbedingt anmelden! <b>Elternberatung - Zeit für ein vertrauliches Gespräch:</b> mit Kerstin Leubner. Bitte vorher anmelden Tel. 0341 354 28 48 <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. Anmeldung unter Tel.: 0178 392 63 04 oder <a href="mailto:kerstin.leubner@gmail.com">kerstin.leubner@gmail.com</a>	1 € 1 €  5 €- 10 € nach eigenem Ermessen
Mi	17.04.	09.30-11.30	<b>Kurs für werdende und frisch gebackene Eltern: Sicher im Fluss des Lebens Modul 2 – Grenzen wahrnehmen und Grenzen setzen.</b> mit Manuela Hüller. Anmeldung unter Tel. 0174 382 83 40 oder <a href="mailto:manuela.hueller@web.de#">manuela.hueller@web.de#</a>	bitte erfragen
Do	18.04.	15.30-17.30	<b>Ach du grüne Neune – Kräuterwanderung für die ganze Familie am Gründonnerstag.</b> Mit der Kräuterfrau Kerstin Leubner sammeln wir die 9 Kräuter für die traditionelle Neun-Kräuter-Suppe. Fachmännisch werden die Kräuter erläutert. Treffpunkt: Café „Brot und Kees“, Lauersche Straße, neben der Martin-Luther-Kirche Markkleeberg	5 Euro pro Familie
Mi	24.04.	09.30-11.00	<b>Stillgruppe mit Frühstück Thema: Müde und erschöpft: Kraftquellen im Alltag</b> mit Katrin Trajkovits. Bitte etwa zum Frühstück mitbringen!	3 €

### VORSCHAU MAI 2019

Fr	03.05.	17.00	<b>Wir sind bei der Maikäferwanderung für Familien mit kleinen Kindern dabei.</b> Unseren Stand finden Sie am Antentempel im agra-Park.	kostenfrei
Di	14.05.	18.30-21.00	<b>Vegetarisch kochen</b> - Menü komplett. Unbedingt vorher anmelden	15 €
Mi	15.05	18.30-21.00	<b>Vegetarisch kochen</b> - Menü komplett. Unbedingt vorher anmelden	15 €
Do	16.05.	18.30-21.30	<b>Offene Nähwerkstatt.</b> Bitte eigene Nähmaschine und Material mitbringen!	9 €/7 €
Do	23.05	19.00-21.00	<b>Vortrag für Erziehende „Übergänge in der Kindheit begleiten und gestalten“</b> mit Frau Dr. Schwarz-Görner	kostenfrei

April  
2019



## FAMILIENZENTRUM LICHTBLICK e.V.

### REGELMÄSSIGE ANGEBOTE IM FAMILIENZENTRUM

<b>Montag</b>	09.30 – 11.00 Uhr	<b>PEKIP® – Spiel- und Bewegungsanregungen für Eltern mit ihren Babys im ersten Lebensjahr</b> mit Katrin Trajkovits
	11.30 – 13.00 Uhr	<b>PEKIP® – Spiel- und Bewegungsanregungen für Eltern mit ihren Babys im ersten Lebensjahr</b> mit Katrin Trajkovits Anmeldung über Katrin Trajkovits: 0341 4799416 oder E-Mail: trajkovits@aol.com
	09.30 – 11.00 Uhr	<b>Orangerie Gaschwitz, Hauptstr. 315</b> <b>Offene Krabbelgruppe v. 0-3 Jahre</b> mit Frühstück mit B. Stowasser- Hoffmann (Bitte dazu jeder etwas mitbringen). Anmeldung unter Tel. 0341 3 54 28 48. Kosten: 2 Euro
<b>neu</b>	16.00 – 17.00 Uhr	<b>Musik für die Kleinen mit Valentina.</b> Kosten pro Veranstaltung: 5 Euro
	20.30 – 21.30 Uhr	<b>Frauensport Bauch-Beine-Po</b> (Turnhalle)
<b>Dienstag</b>	09.15 – 10.15 Uhr	<b>Offene Krabbelgruppe 1</b> mit B. Stowasser- Hoffmann( bis 12 Monate). Kosten: 2 Euro
	10.30 – 11.30 Uhr	<b>Offene Krabbelgruppe 2</b> (bis 12 Monate; Kosten: 2 Euro) <b>mit Mittagsangebot</b> (Mittagessen (3 Euro) bitte bis 10.30 Uhr anmelden!)
<b>Mittwoch</b>	09.30 – 11.00 Uhr	<b>Offene Stillgruppe</b> (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	<b>Spaß am Sport für Kinder von 4-5 Jahren</b> (Turnhalle). Anm. S.Schlücker: 01773277343
	17.00 – 18.00 Uhr	<b>Spaß am Sport für Kinder von 5-6 Jahren</b> (Turnhalle). Anm. S Schlücker: 01773277343
	15.00 – 17.00 Uhr	<b>Offene Mädchengruppe (ab 11 Jahre)</b> mit Elisabeth Rietz. Anmeldung über 0157 83300630
	18.30 – 21.00 Uhr	<b>Jeden 4. Mittwoch Strickcafé</b> mit Judith Thome
<b>Donnerstag</b>	09.30 – 11.00 Uhr	<b>Offener Treff für Erziehende mit Kindern (0-3 Jahre) zum Spielen und Austauschen mit Nadine</b>
	15.30 – 17.30 Uhr	<b>Offenes Buntes Café für Alle</b> , Familien, Alleinerziehende, Großeltern, Onkel, Tante & natürlich Kinder
<b>neu</b>	16.00 – 16.45 Uhr	<b>Kinderturnen für Kinder von 2-3 Jahren</b> mit Aliz Schramm. Anmeldung unter 0176-30192137
<b>neu</b>	17.00 – 18.00 Uhr	<b>Kinderturnen für Kinder von 4-6 Jahren</b> mit Aliz Schramm. Anmeldung unter 0176-30192137
<b>Freitag</b>	09.30 – 11.00 Uhr	<b>Offenes Angebot: KLEX &amp; KLAX</b> 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:** granertundine@aol.de, [www.yogahaus-markkleeberg.de](http://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](mailto:fz@lichtblick-fuer-familien.de)/[www.lichtblick-fuer-familien.de](http://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