

September  
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.
Di	03.09.	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	04.09.	09.00-11.00	<b>„Gemeinsam wachsen“</b> Reihe der AOK Plus: <b>Teil 1 - Vortrag „Erste Hilfe bei Baby- und Kleinkindunfällen“</b> mit dem ASB Leipzig Unbedingt anmelden!	kostenfrei
Do	05.09.	19.00-21.30	<b>Wissenswertes über unsere heimischen Kräuter</b> Heilsames von den Brachflächen-Goldrute und Nachtkerze mit Kerstin Leubner. Anmeldung unter Tel. 0178 3 926 304	20 € inkl. Material
Fr	06.09.	17.00-18.30	<b>Feldenkrais</b> mit Dr. Kornelia. Gesund und bewusst bewegen mit der „Feldenkrais-Methode“ Anmeldung unter Tel.: 0341-4417548 oder <a href="mailto:kornelia@malina-feldenkrais.de">kornelia@malina-feldenkrais.de</a>	20,11 €
Di	10.09.	09.30-11.00	<b>„Gemeinsam wachsen“</b> Reihe der AOK Plus: <b>Teil 2 - Praxisseminar „Erste Hilfe bei Baby- und Kleinkindunfällen“</b> mit dem ASB Leipzig Unbedingt anmelden!	Kostenfrei
		18.30-21.00	<b>Vegetarisch kochen mit Vera Kirstein.</b> Thema: „Küche des Mittelalters“ Unbedingt anmelden!	15 €
Mi	11.09.	09.30-11.00	<b>Stillgruppe</b> mit Katrin Trajkovits. Thema :Abstillen oder Abwarten ?	3 €
		18.30-21.00	<b>Vegetarisch kochen mit Vera Kirstein.</b> Thema: „Küche des Mittelalters“ Unbedingt anmelden!	15 €
Do	12.09.	19.00-21.00	<b>Vortrag für Erziehende</b> „Vom Unsinn des Spielens“ oder wie wichtig es ist, dass unsere Kinder nicht ständig verplant sind, sondern einfach nur mal in ihre Welt des Spielens abtauchen. Gerade das ist frühe Bildung . mit Frau Dr. Ines Schwarz-Görner	kostenfrei
Mo	16.09.	18.00-21.00	<b>Konfliktlösung mit der Methode des Familienstellens mit Manuela Hüller.</b> Anmeldung unter Tel. 0174 382 83 40 oder <a href="mailto:manuela.hueller@web.de">manuela.hueller@web.de</a>	ab 15€ bitte erfrage
Di	17.09.	ab 16.00	<b>Elternberatung Zeit für ein vertrauliches Gespräch</b> mit Kerstin Leubner. Bitte vorher anmelden Tel. 0341 354 28 48 oder <a href="mailto:kerstin.leubner@gmail.com">kerstin.leubner@gmail.com</a> !	1 €
		19.00-21.00	<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>	5 €- 10 € nach Eigenem ermessen
Mi	18.09.	20.15-21.45	<b>Abendmeditation</b> mit Anette Thomas. Meditation bringt Körper und Seele in Einklang. Ein Angebot für Erziehende mit kleinen Kindern die in Ihrem Alltag oft mit wenig Schlaf auskommen müssen. Anmeldung unter Tel.: 01727919249 oder <a href="mailto:ves.leben@gmail.com">ves.leben@gmail.com</a>	10 €/Abend
Fr	20.09.	16.00-17.00	<b>„Wie stressfreies Lernen gelingt“</b> Ein Workshop für Erziehende mit Kindern im Vorschul – und Grundschulalter mit Petra Klausnitzer	Eltern/Kind- Team 10 €
Sa	21.09.	09.00-16.00	<b>Second-hand-Markt</b> (Verkauf von Herbst- und Winterkinderbekleidung und alles rund ums Kind) in 04416 Markkleeberg im Lindensaal Rathausstraße 1	Kostenfrei
Mi	25.09.	09.30-11.00	<b>Stillgruppe mit Frühstück</b> mit Katrin Trajkovits. Thema: Mein Baby will getragen sein. Hierzu bitte etwas zum Essen mitbringen	3 €
		20.15-21.45	<b>Abendmeditation</b> mit Anette Thomas. Meditation bringt Körper und Seele in Einklang. Ein Angebot für Erziehende mit kleinen Kindern die in Ihrem Alltag oft mit wenig Schlaf auskommen müssen. Anmeldung unter Tel.: 01727919249 oder <a href="mailto:ves.leben@gmail.com">ves.leben@gmail.com</a>	10 €/Abend
Do	26.09.	15.30 – 18.00	<b>Interkulturelles Herbstfest</b> „Reise um die Welt“ mit Singen, Basteln, Hennabemalung, Kinderschminken, Spielen. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.	kostenfrei
		18.30-21.30	<b>Kreative Auszeit in der offenen Nähwerkstatt</b> mit Sylvia Jacoby-Wirth. Bitte eigene Nähmaschine mitbringen! Bitte anmelden!	9 €/7 €
Fr	27.09.	18.00-19.30	<b>Interkulturelle Woche 2019 Kochkurs: „Gerichte aus aller Welt“</b> Wir kochen japanisch mit Tomoko Katsuki-Loth Anmeldung unter Tel.: 0341-4417548	15 €

## VORSCHAU Oktober 2019

Fr	25.10.	09.30-11.00	<b>Gesprächskreis für Erziehende</b> Thema: Das Erwachen unserer Gefühle – Die emotionale Entwicklung bis zum Vorschulalter mit Susann Dathe. Unbedingt bis 2 Tage vorher anmelden.	Kostenfrei
Di	29.10.	18.30-20.30	<b>Geburtsvorbereitungskurs</b> mit Hebamme Ute Schurig. Anmeldung unter Tel.: 01791091651 oder <a href="mailto:ute.schurig75@yahoo.de">ute.schurig75@yahoo.de</a>	

September  
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
<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> ( bis 12 Monate) Kosten: 2 Euro
	10.30 – 11.30 Uhr	<b>Offene Krabbelgruppe 2</b> ( bis 12 Monate) Kosten: 2 Euro)
<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 unter: 0157 83300630
	18.30 – 21.00 Uhr	<b>Jeden 4. Mittwoch Strickcafé</b> mit Judith Thome
<b>Donnerstag</b>	09.30 – 10.30 Uhr	<b>Offener Treff für Erziehende mit Kindern (0-3 Jahre)</b> zum Spielen und Austauschen <i>mit Nadine</i>
	15.30 – 17.30 Uhr	<b>Offenes Buntes Café für Alle</b> , Familien, Alleinerziehende, Großeltern, Onkel, Tante & natürlich Kinder
	16.00 – 16.45 Uhr	<b>Kinderturnen für Kinder von 2-3 Jahren</b> mit Aliz Schramm. Anmeldung unter 0176-30192137
	17.00 – 18.00 Uhr	<b>Kinderturnen für Kinder von 4-6 Jahren</b> mit Aliz Schramm. Anmeldung unter 0176-30192137

## 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