



## Angebote für Familien

1. Halbjahr 2012



## **Herzlich willkommen im Familienzentrum Niederzier!**

Wir freuen uns, dass Sie sich für unsere Kurse und Angebote interessieren.

Seit 2008 sind wir ein zertifiziertes Familienzentrum. Als Anlaufstelle für Familien und Menschen in unserem Einzugsgebiet bieten wir Unterstützung und Beratung in verschiedenen Lebenslagen an.

Dazu kooperieren wir mit unterschiedlichen Institutionen, wie z.B. dem Gesundheitsamt, der Familienberatungstelle, der Frühförderstelle, dem Kreisjugendamt, der Logopädiepraxis, der Kreis-Volkshochschule, den Familienbildungseinrichtungen und den Kindertagespflegeorganisationen, um hier nur einige zu nennen.

In Zusammenarbeit mit den Kooperationspartnern und aufgrund unserer Erfahrungen mit den bereits durchgeführten Kursen zur Stärkung der Elternkompetenz und Eltern-Kind-Angeboten haben wir ein Angebotsprogramm aus Bewährtem und Neuem zusammengestellt.

Außerdem finden Sie in diesem Heft die laufenden Beratungsangebote und Gesprächskreise.

Wir würden uns freuen, Sie bald im Familienzentrum Niederzier begrüßen zu können! Die Kurse sind offen für alle Bürger des Gemeindegebiets.

Im Hinblick auf die Förderung von Familienbildung und Erziehungskompetenz übernimmt das Familienzentrum den größten Teil der Kursgebühren.



## Inhaltsverzeichnis

Gesprächskreis für Adoptiv- und Pflegeeltern .....	4
Liebe, Grenzen & Konsequenzen .....	5
EFFEKT-Kurse im Familienzentrum Niederzier .....	6
IKPL-Kurse .....	7
Kinder stark machen – vor Gefahren schützen .....	8
Elternabend zum Thema: Zweisprachigen Erziehung .....	9
Frühling auf der Sophienhöhe – Familienwanderung .....	10
Wunderbare Wasserwelt – Vater-Kind-Wanderung .....	10
Cajon – eine „tolle Kiste“ .....	11
Internationaler Kochtreff .....	12
Vater-Kind-Zelten .....	12
Generationenübergreifende Fahrt ins Freilichtmuseum Kommern ....	13
Massage Workshop für Eltern mit ihren Kindern .....	14
Kostenlose Familienberatung .....	15
Offenes Elterncafé .....	15
Tageselterntreff .....	15
Krabbelgruppen .....	15
Allgemeine Informationen .....	16

## Gesprächskreis für Adoptiv- und Pflegeeltern

Aufgrund der großen Anzahl von Adoptiv- und Pflegefamilien in unserer Einrichtung und dem Umfeld ist im Familienzentrum Niederzier eine Gesprächsrunde für diesen Personenkreis entstanden.

Unter der Leitung von Frau Lüttgen treffen sich einmal im Monat die Eltern, die ein Adoptiv- oder Pflegekind in der Familie betreuen. Dieses Angebot wird im Durchschnitt von 10 bis 15 Eltern besucht und es findet ein reger Austausch untereinander statt.

Es können jederzeit noch interessierte Pflegeeltern hinzu kommen!

Die Treffen finden immer **am letzten Mittwoch im Monat von 14:15 Uhr bis 16:00 Uhr** statt.

Die aktuellen Termine im 1. Halbjahr 2012 sind:

**25. Januar 2012**

**29. Februar 2012**

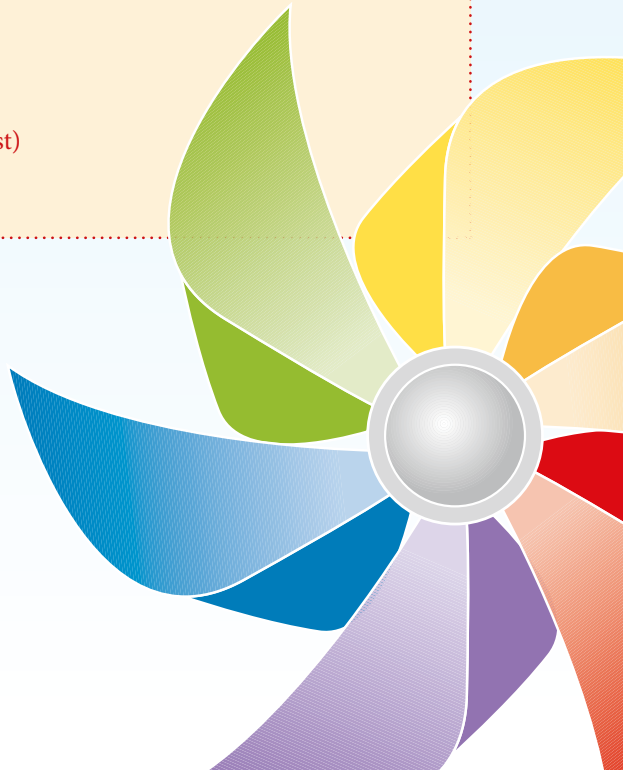
**28. März 2012**

**25. April 2012**

**30. Mai 2012**

**Juni** (Termin steht noch nicht fest)

**25. Juli 2012**



## „Liebe, Grenzen & Konsequenzen“

Natürlich lieben wir unsere Kinder. Und doch kennen wir alle die Situation, wenn uns (fast) die Hand ausrutscht. Gereizt, genervt, mit Wut im Bauch versuchen wir uns durchzusetzen. An diesem Abend geht es um Wege, die eine solche Zuspitzung der Situation vermeiden.

Der Elternabend zu dem oben genannten Thema findet **am Donnerstag, dem 12. Januar 2012, von 19:30 Uhr bis 21:45 Uhr** im Familienzentrum Niederzier statt.

Diese Veranstaltung ist für alle Teilnehmer kostenlos.



## **EFFEKT-Kurse im Familienzentrum Niederzier**

Entwicklungs-Förderung in Familien: Eltern-und Kinder-Training

Der Elternkurs zur Erziehungsförderung ist für alle Eltern von Kindern im Alter von drei bis zehn Jahren geeignet. Der Kurs enthält Tipps für Erziehungsprobleme und behandelt u.a. folgende Fragen:

- Wie können Eltern das Selbstvertrauen ihres Kindes stärken?
- Wie können Aufforderungen effektiv gestellt werden?
- Wie erklären Eltern klare Regeln?
- Wie können sie mit schwierigen Erziehungssituationen umgehen?
- Wie kann Stress in der Erziehung besser bewältigt werden?

Das Elterntaining umfasst fünf Gruppensitzungen, die zwischen 120 bis 135 Minuten dauern.

Die Inhalte werden von den Kursleitern in Vorträgen, Gruppendiskussionen mit Erfahrungsaustausch, Rollenspielen, Hausarbeit u.a. vermittelt. Zu jedem Termin bekommen die Eltern ausführliche Materialien und Zusammenfassungen.

Informationsnachmittag mit Ute Bestgen-Perino:

am **Donnerstag, dem 19. Januar 2012, von 14:15 Uhr bis 15:30 Uhr**

EFFEKT-Elternkurs tagsüber:

am **Donnerstag, dem 2. Februar 2012, von 14:15 Uhr bis 15:45 Uhr**

(5 mal, jeweils Donnerstag)

EFFEKT-Elternkurs abends:

am **Donnerstag, dem 26. April 2012, von 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr**

(5 mal, jeweils Donnerstag)

Anmeldung erforderlich.

## IKPL-Kurse

Der Kinderkurs „Ich Kann Probleme Lösen“ (IKPL) ist für alle Kinder im Alter von fünf bis sieben Jahren geeignet. Hier werden die Kinder angeleitet:

- Gefühle bei sich selbst und anderen Kindern wahrzunehmen
- Gründe für das Verhalten anderer Kinder zu erkennen
- die Folgen des eigenen Verhaltens einzuschätzen
- Lösungen für Konflikte mit anderen Kindern zu entwickeln
- die ausgeführte Problemlösung hinsichtlich ihrer Wirkung zu bewerten

Das Kindertraining umfasst 10 Kurseinheiten zu jeweils 45 bis 90 Minuten.

Die Inhalte werden von den ausgebildeten Kursleitern spielerisch durch Handpuppen, Sing- und Bewegungsspiele, Rollenspiele, Frage-Antwort-unden u.a. vermittelt.

Informationsnachmittag mit Ute Bestgen-Perino:  
am **Donnerstag, dem 19. Januar 2012, von 14:15 Uhr bis 15:30 Uhr**

IKPL-Kurse:

**Beginn des 1. IKPL-Kurs: am Montag, dem 27. Februar 2012**

**Beginn des 2. IKPL-Kurs: am Montag, dem 23. April 2012**

**jeweils montags von 14:15 Uhr bis 16:00 Uhr und  
freitags von 9:00 Uhr bis 9:45 Uhr**

Teilnehmerzahl auf 8 Kinder begrenzt.

Anmeldung erforderlich.



## **Kinder stark machen – vor Gefahren schützen**

Gemeinsam mit Frau Laßka vom Kommissariat Vorbeugung und Frau Bergsch vom Verein „Basta“ bieten wir am Mittwoch, dem **25.1.2012** im Familienzentrum Niederzier einen Elternabend an zum Thema:

### **Wie bereite ich mein Kind auf unvorhergesehene Situationen vor?**

- Ohne ihm Angst zu machen?
- Worauf kann, sollte ich mein Kind hinweisen?
- Ab welchem Alter spreche ich welche Sachverhalte an?
- Welche Handlungsmodelle kann ich meinem Kind an die Hand geben?
- Wo finden wir Hilfe nach schlimmen Erlebnissen?

Das sind die Schwerpunkte, die an diesem Abend besprochen werden.

Am **6.2.2012** beginnt im Familienzentrum wieder ein Selbstsicherheits-training für Vorschulkinder.

Wenn Ihr Kind an diesem Kurs (10 Einheiten) teilnehmen soll, sollten Sie in jedem Fall den Elternabend besuchen. Hier werden auch die Inhalte des Kurses zur Förderung der Selbstsicherheit besprochen.

Termin für den Elternabend:  
am **Mittwoch, dem 25.1.2012, Beginn 20:00 Uhr**

Termine für den Basta-Kurs:  
**Montags jeweils von 9:15 Uhr bis 10:15 Uhr**  
**6.2., 27.2., 5.3., 12.3., 19.3., 26.3. 23.4.2012 zusätzlich**  
**2 Termine Donnerstagnachmittags von 14:00 Uhr bis 15:30 Uhr**  
**19.4.2012 und 26.4.2012**  
Kursleitung: Marita Kühner und Ulrike Bergmann



## Elternabend „Chancen und Probleme in der zweisprachigen Erziehung“

„Wie kann mein Kind die deutsche Sprache so gut sprechen und verstehen, dass es dem Schulunterricht folgen kann ohne gleichzeitig die Muttersprache als Fundament der Sprachentwicklung zu vernachlässigen?“

Oftmals sind Eltern mit Migrationsgeschichte sich nicht sicher, wie sie diese Frage für sich selbst beantworten sollen. Im Alltag erhalten sie häufig sehr unterschiedliche Antworten auf diese Frage, zudem stimmen diese Antworten nicht immer mit den aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen über die frühkindliche Mehrsprachigkeit überein.

Das bedeutet Eltern, deren Kinder mehrsprachig aufwachsen brauchen entsprechende, neueste wissenschaftliche Informationen, die ihre Unsicherheiten und Zweifel diesbezüglich reduzieren. Im ersten Teil der Veranstaltung werden die wichtigsten Erziehungsprinzipien vorgestellt, die eine gelungene mehrsprachige Entwicklung ermöglichen. Dabei wird auch darauf hingewiesen, welche Schwierigkeiten typischerweise auftreten und wie Eltern mit diesen umgehen können. Als zweiter Teil schließt sich eine Diskussion an, bei der es für alle die Möglichkeit gibt, Fragen zu stellen und sich gegenseitig auszutauschen.

Elternabend **am Mittwoch, dem 21. März 2012, Beginn 19:00 Uhr**  
Referent: Timur Bozkir, RAA Städteregion Aachen



## Frühling auf der Sophienhöhe – Familienwanderung

Wir machen uns auf den Weg auf die Sophienhöhe, erforschen und erkunden, gucken und staunen, riechen und tasten, probieren essbare Kräuter und lassen Krabbeltiere über unsere Hände laufen. In der hoffentlich warmen Frühlingssonne genießen wir unser mitgebrachtes Picknick.

Familienwanderung **am Samstag, 21.4.2012 von 10:00 Uhr bis 12:15 Uhr**

Kursleitung: Uta Splettstößer

Bitte ein Picknick und eine Sitzunterlage mitbringen.

Anmeldung erforderlich bis **30.3.2012**.

## Wunderbare Wasserwelt – Vater-Kind-Wanderung

Wer versteckt sich da unter den Steinen im Ellbach? Strudelwurm und Bachflohkrebs warten darauf, entdeckt zu werden.

Gemeinsam gehen wir auf Entdeckungsreise in den Bach und testen dabei unser selbstgebautes Minifloß.

Vater-Kind-Wanderung (für Kinder ab 5 Jahren) **am Sonntag, 3.6.2012 von 11:00 Uhr bis 13:15 Uhr**

Kursleitung: Uta Splettstößer

Bitte Gummistiefel (auch die Erwachsenen!), evtl. Wechselkleidung, eine Sitzunterlage und ein Picknick mitbringen.

Anmeldung erforderlich bis **18.5.2012**.

## **Cajon – eine „tolle Kiste“**

Trommeln für alle mit Spaß an Rhythmus!

Das oder die Cajon ist eine Holzkiste (spanisch: Cajon=Kiste), auf der Mann/Frau/Kind zugleich sitzen und Rhythmen unterschiedlicher Musikstile mit den Händen trommeln kann. Dies ist intuitiv, d.h. ohne Noten, einfach erlernbar und fördert die Kreativität des Spielers, da das Instrument, so simpel wie es ist, verblüffend viele Klang- und Einsatzmöglichkeiten sowie grenzenlose Spielfreude und Spaß bietet. Instrumente werden bereit gestellt.

Für Eltern/Großeltern mit Kindern:

**Samstag, 5. Mai 2012 von 13:00 Uhr bis 17:00 Uhr**

Maximale Teilnehmerzahl: 14 Personen

Kursleitung: Mike Osterberg

Anmeldung bis **27. April 2012**.

Außerdem:

Trommeln auf der Cajon in der Klangwerkstatt im Familienzentrum

Für Kinder:

**Donnerstag, 8. März 2012**

**Donnerstag, 15. März 2012**

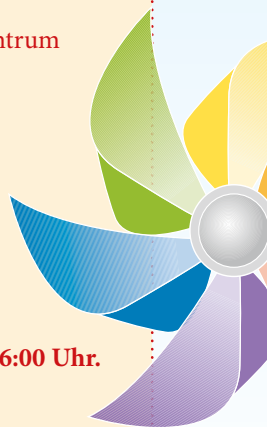
**Donnerstag, 22. März 2012**

Kinder und Eltern:

**Donnerstag, 29. März 2012**

**Jeweils von 14:15 Uhr bis 15:00 Uhr und von 15:15 Uhr bis 16:00 Uhr.**

Vorherige Anmeldung erforderlich.



## Internationaler Kochtreff

Wir möchten Sie herzlich zu einem kulinarischen Nachmittag in unsere Einrichtung einladen!

Gemeinsam mit Eltern und Kindern werden wir nationale und internationale Gerichte zubereiten und essen. Während des Beisammenseins freuen wir uns auf einen interkulturellen Austausch.

Haben Sie Interesse **am Freitag, dem 11. Mai 2012, von 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr** mitzumachen? Dann melden Sie sich bitte zwecks Organisation bis **am Mittwoch, dem 2. Mai 2012** bei Frau Pallacz oder Frau Werner im Familienzentrum an.



## Vorbereitungstreffen Vater-Kind-Zelten

Im vergangenen Jahr war die Beteiligung am Vater-Kind-Zelten sehr groß! Es wurde vereinbart, diese Aktion 2012 erneut durch zu führen.

Das Vorbereitungstreffen für alle interessierten Väter ist **am Samstag, dem 28.4.2012, um 10:00 Uhr** geplant. Treffpunkt ist das Familienzentrum. Das Vater-Kind-Zelten findet von **Samstag, dem 23.6. bis Sonntag, dem 24.6.2012** statt.

## **Generationenübergreifende Fahrt ins Freilichtmuseum nach Kommern**

Mit dem Verein für Seniorenarbeit in Niederzier fahren unsere Vorschulkinder am Donnerstag, dem **31.5.2012, von 9:00 Uhr bis 16:00 Uhr** mit einem Bus ins Freilichtmuseum Kommern.

Gemeinsam mit den Senioren, von denen einige schon die Projekte "Spiele früher und heute", Papier schöpfen, Masken basteln und Singen im Familienzentrum mit uns durchgeführt haben, möchten wir einen schönen Tag im Freilichtmuseum Kommern verbringen.

**Ausflug am Donnerstag, dem 31.5.2012, von 9:00 Uhr bis 16:00 Uhr.**

Für die Senioren kostet der Eintritt 5,50 €. Der Eintritt für die Vorschulkinder ist frei!

Wichtig: Die Verpflegung für den Tag muss selber mitgebracht werden! Teilnehmen können alle Vorschulkinder unserer Einrichtung und bis zu 24 Mitglieder des Seniorenvereins.

Anmeldung bis zum **15.4.2012** erforderlich.



## **Massage Workshop für Eltern mit ihren Kindern zwischen 4 und 12 Jahren**

Mit diesem Workshop möchten wir eine wundervolle Methode zeigen, mit der Sie Ihren Kindern Liebe, Vertrauen und Selbstbewusstsein geben. Wir möchten uns Zeit füreinander nehmen, Zeit, in der Reden in den Hintergrund tritt und das Fühlen, Spüren und Zuhören im Vordergrund steht. Die zum Teil spielerischen Massagen begleiten Sie auf sanfte und entspannte Art auf den Weg zu mehr Verständnis und gegenseitigem Vertrauen.

Die Massagen helfen bei Unruhe, Kopfschmerzen, Migräne, Ängsten und Schlafproblemen.

Ein Elternteil oder eine sehr vertraute Person muß pro Kind anwesend sein, Sie massieren Ihr Kind selbst.

Bitte bringen Sie pro Person eine Decke und ein kleines Kissen mit, eine Badehose oder einen Bikini für die Kinder (kein Badeanzug), ein Badehandtuch, bequeme Kleidung und dicke Socken.

**Workshop am Samstag, dem 2. Juni 2012, von 9:30 Uhr bis 11:45 Uhr.**

20 € Kursgebühr

Kursleitung: Rebecca Oellers, Entspannungspädagogin



## Weitere Angebote im Familienzentrum

### Kostenlose Beratung ...

... bei Schwierigkeiten in der Familie und zu Erziehungsfragen. An jedem **2. Freitag im Monat** bietet Frau Pütz-Pilger vom psychologischen Beratungszentrum der Evangelischen Gemeinde Düren eine kostenlose Beratungsstunde in der Zeit von **9:00 Uhr bis 10:30 Uhr** an. Vorherige Anmeldung erforderlich.

### Offenes Elterncafé

**Freitags** findet **alle 14 Tage** hier im Familienzentrum in der Zeit von **8:00 Uhr bis 9:30 Uhr** ein Elterncafé statt. Hierzu sind auch Eltern, deren Kinder (noch) nicht unsere Einrichtung besuchen willkommen. Die Termine bis zu den Sommerferien sind: **6.1., 20.1., 3.2., 24.2., 2.3., 16.3., 30.3., 20.4., 4.5., 18.5., 1.6., 15.6., 29.6., 6.7., 20.7.2012.**

### Tageselterntreff

An jedem **1. Donnerstag im Monat** treffen sich zwischen **14:30 Uhr und 16:00 Uhr** die Tagesmütter im Familienzentrum Niederzier.

### Krabbelgruppen

**Dienstags von 11:00 Uhr bis 12:00 Uhr** und **freitags von 14:15 Uhr bis 15:30 Uhr** bieten wir Krabbelgruppen für Kinder im Alter von sechs Monaten bis drei Jahren mit Eltern an. In den Ferien finden keine Krabbelgruppen statt.

## **Anmeldung:**

Eine Anmeldung per Telefon oder E-Mail ist unbedingt für alle Kurse und Angebote des Familienzentrums Niederzier erforderlich. Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre Adresse und Telefonnummer an. Nur dann können wir sie benachrichtigen, falls ein Angebot ausfällt oder sich Änderungen ergeben.

## **Abmeldung:**

Falls Sie nicht teilnehmen können, geben Sie uns bitte bis spätestens eine Woche vorher Bescheid, damit evtl. Personen aus der Warteliste nachrücken können oder falls die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird, der Kurs abgesagt werden kann.

## **Haftung:**

Bei Beschädigungen, Unglücksfällen, Diebstählen oder sonstigen Unregelmäßigkeiten übernimmt das Familienzentrum Niederzier keine Haftung. Die Teilnahme an allen Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr.

## **In eigener Sache:**

Wir sind ständig bemüht, unsere Angebote im Familienzentrum Niederzier zu optimieren und würden uns über Ihre Anregungen und Verbesserungsvorschläge sehr freuen!

### **Familienzentrum Niederzier**

Rathausstraße 7

52382 Niederzier

Tel.: 0 24 28 / 61 68

E-Mail: [kindergarten-rathausstrasse@niederzier.de](mailto:kindergarten-rathausstrasse@niederzier.de)

Homepage: [www.familienzentrum-rathausstrasse.de](http://www.familienzentrum-rathausstrasse.de)

