

3. Quartal 2023 im FamilienZentrum Nieder-Olm e.V.



Anmeldung und ausführliche
Informationen für alle
Kurse/Angebote im
FamilienZentrum bitte über das
Anmeldeformular auf der Homepage:
www.familienzentrum-nieder-olm.de



Wir sind Vielfalt

Wir möchten alle Menschen, in egal welcher Lebenssituation, zusammenbringen, eine Möglichkeit bieten, sich gegenseitig zu unterstützen, tolerieren und respektieren – sich bei Alltagsfragen zwanglos auszutauschen und Tipps jeglicher Art zu geben.

Juli

Erste Hilfe am Kind-Kurs

Samstag, 01.07.23, 9:30–16:00 Uhr
Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6
Kosten: Mitglieder 48 €, Nichtmitglieder 50 €
Referentin: Diana Nordmann, Kinderkrankenschwester und Trainerin für Erste-Hilfe.
Kursinhalt: Wiederbelebensmaßnahmen beim Baby, Kind und Erwachsenen. Was tun bei Kinder-Notfällen wie Verbrennungen, Verschlucken oder Vergiftungen etc. Was tun nach einem Sturz? Ein Kurs für Eltern und Großeltern.



Krümelmiste

montags, 09:30–11:30 Uhr
Kosten: 5 €/Monat Familienmitgliedschaft
Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6
Die Krümelmiste ist eine Eltern-Kind-Gruppe für Kinder von 0–3 Jahren. Sie wird von den Eltern selbstständig geleitet und gestaltet. Die Gruppe kommuniziert auch per WhatsApp untereinander.

QiGong-Kurs

montags, 19–20:30 Uhr
Kosten: 40 € im Monat, zzgl. 5 €/Monat Mitgliedschaft, 2x schnuppern möglich
Haus der Vereine, Maria-Montessori-Straße 6,
Trainer: Ingo Frommer, Budopädagoge,
2. Dan Shudokan-Ryu, 0160/94656749
QiGong ist eine sogenannte „innere“ Schule der Kampfkünste. Es vereint Atem- und Körperübungen, die den Energiefluss des Körpers in Harmonie bringen.



Café Zimt & Zucker/Babykorb

dienstags, 09:15–11:45 Uhr,
Dienstag, 25.07.23 geschlossen, Sommerpause
Kosten: 6,90 € für Buffet inkl. Getränke
Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6
Lecker frühstücken und sich mit anderen Menschen unterhalten. Kinder können entspannt spielen. Eltern können sich fachlichen Rat holen bei einer Kinderkrankenschwester. Zeitgleich ist der Babykorb geöffnet. Hier findet Ihr gut erhaltene Kinderkleidung bis Gr. 116, Bücher, Spielsachen etc. gegen Spende!
Bitte jeweils vorher anmelden!



Mitgliederversammlung

Dienstag, 04.07.23, 19 Uhr
Historisches Rathaus, Pariser Str. 101
Liebes Mitglied des FamilienZentrum Nieder-Olm e.V., Du möchtest dich mehr im Familienzentrum einbringen? Du hast coole Ideen, aber weißt nicht so recht wie du sie umsetzen sollst? Dir fehlen Angebote? Du bist Buchhalter/ Buchhalterin und möchtest ehrenamtlich tätig werden? Dann komm zur Mitgliederversammlung. In diesem Jahr wird gewählt und wir suchen noch dringend einen neuen Kassierer/ eine neue Kassiererin. Als Beisitzer zum Beispiel kannst du dich einbringen und an dem Fortbestand des Familienzentrums mitwirken.
Wir freuen uns über dein Kommen.
Mit freundlichen Grüßen, Myriam Kern



Räuberhöhle

mittwochs, 15:30–17 Uhr
Kosten: 5 €/Monat Familienmitgliedschaft
Haus der Vereine/Garten, Maria-Montessori-Str. 6
Die Räuberhöhle ist eine Eltern-Kind-Gruppe für Kinder von 0–5 Jahren. Sie wird von den Eltern selbstständig geleitet und gestaltet. Die Gruppe kommuniziert auch per WhatsApp untereinander.

Folgt uns auf Facebook und Insta: www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlmEv
oder schaut nach dem aktuellen Stand unter: www.familienzentrum-nieder-olm.de
Anmeldung zu allen Veranstaltungen und Treffs über das Anmeldeformular auf der Homepage!
Mobil erreichbar unter: 0176/85913961



Shudokan Karate-Do, die Karategruppe für Kinder ab 10 Jahre

mittwochs, 17–18 Uhr

Kosten: Mitgliedschaft im Verein, 5 €/Monat,
2x schnuppern möglich, in Ferien nach Rücksprache
Turnhalle der Seltalschule, Seiteneingang über Lindenstraße

Trainer: Ingo Frommer, 2. Dan im Stil Shudokan-Ryu.
0160/94656749

Schwangeren- und Babytreff

donnerstags, 9:30–11:00 Uhr,

06.07.: Beikost

13.07.: Zahnpflege mit Sandra Heppler, AG Kinder- und Jugendzahnpflege

20.07.: Kindertagespflege, Michele Baumbach
Kreisverwaltung Mainz-Bingen

27.07.: kein Treff, Sommerpause

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6
Kursleitung: Diana Nordmann, Familienkinderkrankenschwester

Der Schwangeren- und Babytreff ist eine Gruppe für Eltern mit Baby im 1. Lebensjahr und Schwangere. Hier wird gesungen, gespielt und Ihr könnt eure Fragen rund um die Babyzeit stellen, eure Kinder und ihr könnt soziale Kontakte knüpfen.



Waffelcafé kreativ – Der Generationentreff

Donnerstag, 06.07.23, 15–17 Uhr

Kreativthema: Ahoi! Wir bauen alles was schwimmt!

Kosten: 5 €/Teilnehmer ab 5 Jahre

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Referentin: Ute Herber-Ohler, Erzieherin und

Fachkraft ästhetische Bildung

Ihr möchtet neue Leute kennen lernen, Euch bei einer guten Tasse Kaffee nett unterhalten und vielleicht noch kreativ beschäftigen? Das Waffelcafé kreativ bietet all das! Hier ist jeder willkommen, egal wie alt.

Ute Herber-Ohler und das Café-Team verwöhnen Euch und bieten der Jahreszeit entsprechend

Kreativangebote an. Der Babykorb ist ebenfalls geöffnet.



Neuer Kassenwart gesucht!
Du hast Ahnung von Buchhaltung und Lust Dich ehrenamtlich einzubringen?!
Dann melde Dich bei uns! Wir suchen dringend Nachwuchs!

Kleine Rabauken – der Kleinkindertreff mit Eltern ab 9 bis 24 Monaten

freitags, 9–10:30 Uhr

28.07.: kein Treff, Sommerpause

Kostenfrei, um Spenden wird gebeten.

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kursleitung: Diana Nordmann,
Familienkinderkrankenschwester

Die kleinen Rabauken sind Kinder im Alter von 9–24 Monaten in Begleitung Ihrer Eltern. Die Kinder können spielen und erste soziale Kontakte knüpfen, während die Eltern Informationen bekommen über Themen wie z.B. Trotzphase, Trocken werden, Ernährungsberatung/Kleinkinderkost, Schnullerentwöhnung und Co., etc. oder persönliche Fragen stellen können.



Rheinland-Pfalz
MINISTERIUM FÜR
FAMILIE, FRAUEN, KULTUR
UND INTEGRATION

Krav Maga Workshop – Selbstverteidigung für Kids im Alter von 8–15 Jahre, Gruppe 1

Samstag, 08.07.23, 09:30–12:00 Uhr

Kosten: 25 € Mitglieder, 27 € Nichtmitglieder

für Kids im Alter von 8–15 Jahre, Gruppe 2

Samstag, 08.07.23, 12:30–15:00 Uhr

Kosten: 25 € Mitglieder, 27 € Nichtmitglieder

für Frauen und Mädchen ab 16 Jahre

Samstag, 08.07.23, 15:30–18:30 Uhr

Kosten: 30 € Mitglieder, 32 € Nichtmitglieder

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Referent: Selim Saroglu, zertifizierter Trainer für Krav Maga

Krav Maga besteht aus einfachen Prinzipien und Techniken zur Selbstverteidigung, die in Stress- oder Notsituationen leicht abrufbar sind.



Babysitterkurs

Samstag, 15.07.23, 9:00–16:00 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6,

Kosten: 15 €, inkl. Essen und Getränke

Referentinnen: Diana Nordmann, Kinderkrankenschwester und Trainerin für 1. Hilfe und Agathe Seifer, Diplomsozialpädagogin

Du bist mind. 14 Jahre alt, möchtest als Babysitter tätig werden und dir dazu Wissen/Sicherheit zu Pflege, Versorgung, Pädagogik, Spielen, Erste Hilfe, Versicherung aneignen? Dann komm zu uns!

Der Kurs endet mit dem Babysitter-Diplom des FamilienZentrums Nieder-Olm e.V. Hier kannst Du dann auch Deine Kontaktdaten hinterlassen und Dich in der Babysitter- und Seniorenhelferbörse listen lassen.



Folgt uns auf Facebook und Insta: www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm
oder schaut nach dem aktuellen Stand unter: www.familienzentrum-nieder-olm.de
Anmeldung zu allen Veranstaltungen und Treffs über das Anmeldeformular auf der Homepage!
Mobil erreichbar unter: 0176/85913961



Zwillingstreff

Samstag, 22.07.23, 09:30–11:30 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Der Zwillingstreff ist eine Möglichkeit für Zwillings- und andere Mehrlingseltern mit Ihren Kindern im Alter von 0–4 Jahren, sich miteinander zu treffen und auszutauschen. Die Gruppe kommuniziert auch per WhatsApp untereinander.

Sprechstunde für Angehörige von demenziell erkrankten Menschen

auf Anfrage, digital, persönlich oder telefonisch

Kosten: 10 €/Beratung, ½ Stunde pro Beratungstermin

Referentin: Steffi Westerhausen, Demenzassistentin, Coach ILP

In dieser Sprechstunde lade ich Sie zu einem unterstützenden Gespräch ein. Sie erhalten allgemeine Informationen rund um demenzielle Erkrankungen und deren Auswirkungen auf den Lebensalltag, Tipps zum Umgang mit Menschen mit Demenz z.B. Vermeidung von Konflikten, etc.

Sommerpause im FamilienZentrum vom 24.07.23- 13.08.23

Das Büro ist geschlossen und auch das Café/der Babykorb, der Babytreff und die kleinen Rabauken pausieren!

Ab 14.08. sind wir wieder für Euch da!

August



Krümelmiste

montags, 09:30–11:30 Uhr

Kosten: 5 €/Monat Familienmitgliedschaft

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Die Krümelmiste ist eine Eltern-Kind-Gruppe für Kinder von 0–3 Jahren. Sie wird von den Eltern selbstständig geleitet und gestaltet. Die Gruppe kommuniziert auch per WhatsApp untereinander.

QiGong-Kurs

montags, 19–20:30 Uhr

Kosten: 40 € im Monat, zzgl. 5 €/Monat Mitgliedschaft, 2x schnuppern möglich

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Straße 6,

Trainer: Ingo Frommer, Budopädagoge,

2. Dan Shudokan-Ryu, 0160/94656749



QiGong ist eine sogenannte „innere“ Schule der Kampfkünste. Es vereint Atem- und Körperübungen, die den Energiefluss des Körpers in Harmonie bringen.

Café Zimt & Zucker/Babykorb

dienstags, 09:15–11:45 Uhr,

ab Dienstag, 15.08.23 wieder geöffnet. Wir freuen uns Euch zum Sommercafé begrüßen zu dürfen.

Sommeröffnung zusätzlich

Freitag, 18.08., 25.08. und 01.09.

Kosten: 6,90 € für Buffet inkl. Getränke

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Lecker frühstücken und sich mit anderen Menschen unterhalten. Kinder können entspannt spielen. Eltern können sich fachlichen Rat holen bei einer Kinderkrankenschwester. Zeitgleich ist der Babykorb geöffnet. Hier findet Ihr gut erhaltene Kinderkleidung bis Gr. 116, Bücher, Spielsachen etc. gegen Spende! Bitte jeweils vorher anmelden!



Räuberhöhle

mittwochs, 15:30–17 Uhr

Kosten: 5 €/Monat Familienmitgliedschaft

Haus der Vereine/Garten, Maria-Montessori-Str. 6

Die Räuberhöhle ist eine Eltern-Kind-Gruppe für Kinder von 0–5 Jahren. Sie wird von den Eltern selbstständig geleitet und gestaltet. Die Gruppe kommuniziert auch per WhatsApp untereinander.

Shudokan Karate-Do, die Karategruppe für Kinder ab 10 Jahre

mittwochs, 17–18 Uhr

Kosten: Mitgliedschaft im Verein, 5 €/Monat,

2x schnuppern möglich, in Ferien nach Rücksprache Turnhalle der Seltzalschule, Seiteneingang über Lindenstraße

Trainer: Ingo Frommer, 2. Dan im Stil Shudokan-Ryu. 0160/94656749

Schwangeren- und Babytreff

donnerstags, 9:30–11:00 Uhr,

03.08.: kein Treff

10.08.: kein Treff

17.08.: kein Treff

24.08.: Entwicklung der Sprache, bilinguale Erziehung

31.08.: Wann fängt Erziehung an?

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kursleitung: Diana Nordmann, Familienkinderkrankenschwester

Der Schwangeren- und Babytreff ist eine Gruppe für Eltern mit Baby im 1. Lebensjahr und Schwangere.



Folgt uns auf Facebook und Insta: www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm oder schaut nach dem aktuellen Stand unter: www.familienzentrum-nieder-olm.de
Anmeldung zu allen Veranstaltungen und Treffs über das Anmeldeformular auf der Homepage!

Mobil erreichbar unter: 0176/85913961



Erste-Hilfe-Kurs für Erwachsene/Senioren-Crashkurs

Freitag, 25.08.23, 15:00–19:00 Uhr

Kosten: 35 € Mitglieder, 37 € Nichtmitglieder

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Referentin: Diana Nordmann, Trainerin für Erste Hilfe
Der letzte Erste Hilfe Kurs ist lange her und Sie möchten Ihr Wissen für einen sicheren Umgang mit Notfallsituationen wieder auffrischen?

Wir besprechen und üben das Erkennen und Einschätzen der Situation, Notruf absetzen, Wiederbelebung und stabile Seitenlage. Was tun bei Verdacht eines Herzinfarktes, Schlaganfalls, nach Sturzunfällen, bei Verschlucken etc.



Erste Hilfe am Kind-Kurs

Samstag, 26.08.23, 9:30–16:00 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: Mitglieder 48 €, Nichtmitglieder 50 €

Referentin: Diana Nordmann, Kinderkrankenschwester und Trainerin für Erste-Hilfe.

Kursinhalt: Wiederbelebungsmaßnahmen beim Baby, Kind und Erwachsenen. Was tun bei Kinder-Notfällen wie Verbrennungen, Verschlucken oder Vergiftungen etc. Was tun nach einem Sturz? Ein Kurs für Eltern und Großeltern.



Sprechstunde für Angehörige von demenziell erkrankten Menschen

auf Anfrage, digital, persönlich oder telefonisch

Kosten: 10 €/Beratung, ½ Stunde pro Beratungstermin

Referentin: Steffi Westerhausen, Demenzassistentin, Coach ILP

In dieser Sprechstunde lade ich Sie zu einem unterstützenden Gespräch ein. Sie erhalten allgemeine Informationen rund um demenzielle Erkrankungen und deren Auswirkungen auf den Lebensalltag, Tipps zum Umgang mit Menschen mit Demenz z.B. Vermeidung von Konflikten, etc.

Der Babykorb

Ein Raum voll mit gut erhaltener Baby- und Kinderbekleidung bis Gr. 116, Schuhe, Bücher, Spielsachen, etc. Wir geben die Sachen gegen Spende weiter und nehmen auch gerne Eure Sachspenden entgegen. Geöffnet ist der Babykorb dienstags von 9:15–11:45 Uhr und befindet sich im Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6. Anmeldungen zu einem Besuch im Babykorb unter: 0176/85913961 oder über die Homepage.



September



Café Zimt & Zucker/Babykorb

dienstags, 09:15–11:45 Uhr,

Wir freuen uns Euch zum Sommercafé begrüßen zu dürfen. Sommeröffnung zusätzlich

Freitag, 01.09.

19.09.: Offene Bürgersprechstunde mit Beate Berschneider, Beigeordnete der Stadt Nieder-Olm

Kosten: 6,90 € für Buffet inkl. Getränke

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Lecker frühstücken und sich mit anderen Menschen unterhalten. Kinder können entspannt spielen. Eltern können sich fachlichen Rat holen bei einer Kinderkrankenschwester. Zeitgleich ist der Babykorb geöffnet. Hier findet Ihr gut erhaltene Kinderkleidung bis Gr. 116, Bücher, Spielsachen etc. gegen Spende! Bitte jeweils vorher anmelden!



Kleine Rabauken – der Kleinkindertreff mit Eltern ab 9 bis 24 Monaten

freitags, 9–10:30 Uhr

01.09.: kein Treff, Sommerpause

Kostenfrei, um Spenden wird gebeten.

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kursleitung: Diana Nordmann, Familienkinderkrankenschwester

Die kleinen Rabauken sind Kinder im Alter von 9–24 Monaten in Begleitung Ihrer Eltern. Die Kinder können spielen und erste soziale Kontakte knüpfen, während die Eltern Informationen bekommen über Themen wie z.B. Trotzphase, Trocken werden, Ernährungsberatung/Kleinkinderkost, Schnullerentwöhnung und Co., etc. oder persönliche Fragen stellen können.



Papatreff

Samstag, 02.09.23, 9:30–11:30 Uhr

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Im Papatreff sind Väter mit ihren Kindern von 0–2 Jahre herzlich willkommen. Bei Kaffee und Tee könnt ihr Euch in lockerer Runde mit anderen Papas austauschen und gemeinsam Zeit mit Euren Kindern verbringen. Die Gruppe kommuniziert auch per WhatsApp untereinander.

Folgt uns auf Facebook und Insta: www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm oder schaut nach dem aktuellen Stand unter: www.familienzentrum-nieder-olm.de
Anmeldung zu allen Veranstaltungen und Treffs über das Anmeldeformular auf der Homepage!
Mobil erreichbar unter: 0176/85913961



Kerbestand mit Waffelcafé kreativ

Sonntag, 03.09.23, 14–18 Uhr

Ihr findet uns am Ende vom Kinderflohmart, neben dem Alten Rathaus.

Verwöhnt Euch mit einer Waffel und betätigt Euch kreativ.

Krümelmiste

montags, 09:30–11:30 Uhr

Kosten: 5 €/Monat Familienmitgliedschaft
Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Die Krümelmiste ist eine Eltern-Kind-Gruppe für Kinder von 0–3 Jahren. Sie wird von den Eltern selbstständig geleitet und gestaltet. Die Gruppe kommuniziert auch per WhatsApp untereinander.

QiGong-Kurs

montags, 19–20:30 Uhr

Kosten: 40 € im Monat, zzgl. 5 €/Monat Mitgliedschaft, 2x schnuppern möglich

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Straße 6,
Trainer: Ingo Frommer, Budopädagoge,
2. Dan Shudokan-Ryu, 0160/94656749

QiGong ist eine sogenannte „innere“ Schule der Kampfkünste. Es vereint Atem- und Körperübungen, die den Energiefluss des Körpers in Harmonie bringen.



fitdankbaby MAXI – Bewegung für Mütter mit Kindern ab 6 Monaten – Start neuer Kurs

Mittwoch, 06.09.23, 09:15–10:30 Uhr, 6 x 75 Min.,

fitdankbaby MINI – Bewegung für Mütter mit Kindern ab 3 Monaten – Start neuer Kurs

Mittwoch, 06.09.23, 10:45–12:00 Uhr, 6 x 75 Min.,
Heinz-Kerz-Sporthalle, Maria-Montessori-Str. 8

Kosten: 72 € Mitglieder, 84 € Nichtmitglieder
Kursleitung: Dijana Meshel

Bewegung für Mama und Baby! Beide haben Spaß daran, die Übungen zusammen zu erleben. Zusätzlich werden die Babys durch altersentsprechende Spiele gefördert und gefordert.

Räuberhöhle

montags, 15:30–17 Uhr

Kosten: 5 €/Monat Familienmitgliedschaft
Haus der Vereine/Garten, Maria-Montessori-Str. 6

Die Räuberhöhle ist eine Eltern-Kind-Gruppe für Kinder von 0–5 Jahren. Sie wird von den Eltern selbstständig geleitet und gestaltet. Die Gruppe kommuniziert auch per WhatsApp untereinander.

Schwangeren- und Babytreff

donnerstags, 9:30–11:00 Uhr,

07.09.: Paar sein- Paar bleiben, Beziehungspflege

14.09.: Babyschlaf

21.09.: Kindertagespflege, Michele Baumbach,
Kreisverwaltung Mainz-Bingen

28.09.: Kitas in Nieder-Olm, Steffi Kempf,
Verbandsgemeinde Nieder-Olm

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kursleitung: Diana Nordmann, Familienkinderkrankenschwester

Der Schwangeren- und Babytreff ist eine Gruppe für Eltern mit Baby im 1. Lebensjahr und Schwangere.



Wenn das Baby kommt, der Säuglingspflegekurs +

Freitag, 08.09.23, 15:00–18:00 Uhr

Kostenfrei, um Spenden wird gebeten!

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6,

Referentin: Diana Nordmann, Familienkinderkrankenschwester und Trainerin für Erste Hilfe

Wir besprechen Grundkenntnisse der Säuglingspflege, Lagerungs- und Tragetechniken, Ernährungsformen, wie ist die erste Zeit mit Kind und sprechen über sinnvolle und sinnlose Anschaffungen. Des Weiteren erfahren Sie, wo sie wann welche Hilfen erhalten können. Beratungsstellen, Jugendamt, Frühe Hilfen etc.



Zwillingstreff

Samstag, 09.09.23, 09:30–11:30 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Der Zwillingstreff ist eine Möglichkeit für Zwilling- und andere Mehrlingseltern mit Ihren Kindern im Alter von 0–4 Jahren, sich miteinander zu treffen und auszutauschen. Die Gruppe kommuniziert auch per WhatsApp untereinander.

Krav Maga Workshop – Selbstverteidigung für Kids im Alter von 8–15 Jahre

Samstag, 09.09.23, 12:30–15:00 Uhr

Kosten: 25 € Mitglieder, 27 € Nichtmitglieder

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Referent: Selim Saroglu, zertifizierter Trainer für Krav Maga

Krav Maga besteht aus einfachen Prinzipien und Techniken zur Selbstverteidigung, die in Stress- oder Notsituationen leicht abrufbar sind.



Folgt uns auf Facebook und Insta: www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm
oder schaut nach dem aktuellen Stand unter: www.familienzentrum-nieder-olm.de
Anmeldung zu allen Veranstaltungen und Treffs über das Anmeldeformular auf der Homepage!
Mobil erreichbar unter: 0176/85913961



Marburger Konzentrationstraining für Kinder der 2. bis 4. Klasse in Kleingruppen – Start neuer Block

Montag, 11.09.23, 15–16:15 Uhr, 2. + 3. Klasse

Montag, 11.09.23, 16:30–17:45 Uhr, 3. + 4. Klasse

jeweils 6 x 75 Min., (nicht in Ferien/am Feiertag, Termine: 11.9., 18.09., 25.09., 09.10., 06.11., 13.11.23))

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 65 €, gefördert durch das MFFKI

Referentinnen: Petra Schulze-Christ und Regine Roß, beide zertifizierte Trainerinnen für MKT und Legasthenie/Dyskalkulie

Dieser Kurs wird angeboten für Kinder der 2. bis 4. Klasse, die sich leicht ablenken lassen oder viele Flüchtigkeitsfehler machen. Ziel des Marburger Konzentrationstrainings (MKT) ist es, den Kindern Arbeitstechniken zu vermitteln, mit denen sie ihre Aufgaben selbstständig, strukturiert und konzentriert erledigen können.



Geschwisterkinder in ihre neue Rolle begleiten!

Donnerstag, 14.09.23, 19:30 Uhr

Kostenfrei, um Spenden wird gebeten!
digital via zoom

Referentin: Jutta Pippert, Kinderkrankenschwester und Fachberaterin für Emotionelle Erste Hilfe.

Ein weiteres Kind ist unterwegs, eine Freude für die ganze Familie. Wie geht es dabei dem älteren Geschwisterkind? Was braucht Ihr Kind in dieser Anpassungszeit, worauf können Sie achten?



Die Babysitter- und Seniorenhelferbörse

Unsere Babysitter sind Jugendliche, die bei uns einen Tag lang geschult wurden zum Umgang mit Säuglingen/Kleinkindern, zu Grundkenntnissen in Erste-Hilfe am Kind, sowie Themen der Entwicklung/Aufsichtspflicht.

Unsere Seniorenhelfer sind Jugendliche, die gerne den Senioren helfen möchten. Gegen ein Entgelt übernehmen sie gerne Dinge, die Ihnen den Alltag erleichtern. Wir stellen gerne den Kontakt her! Um die Ausbildung/Verwaltung der Börse zu finanzieren, freuen wir uns über eine Spende!



Neu – Elterngruppe E.B.E. – „für Eltern mit Behinderungen und chronischen Erkrankungen“

Samstag, 23.09.23, 10–12 Uhr

Kostenfrei, um Spenden wird gebeten!

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Hier treffen sich Eltern, bei denen einer oder beide Partner eine Behinderung oder chronische Erkrankung haben und tauschen sich aus über die

Herausforderung des Alltags und informieren sich untereinander über Hilfsangebote der Region.

Selbstverständlich können die Kinder mitgebracht werden!

Hochsensibel – Belastung oder Superkraft

Dienstag, 26.9.23, 19:30 Uhr

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Juhubu-Haus, Pfarrgasse 5

Referentin: Kerstin Fahr, Familienberaterin, Trainerin für ADHS, Hochbegabung, Dyskalkulie etc.

Was ist Hochsensibilität? Welche Auswirkungen hat es auf Beruf, Schule, Alltag und/oder Erziehung? Welche Herausforderungen gibt es und wie können Sie diesen begegnen? An diesem Abend möchte ich Sie informieren, Ihre Fragen beantworten und Ihnen Zeit zum Austausch geben. Der Vortrag richtet sich an Eltern, Lehrer und alle die mit Kindern arbeiten.



Waffelcafé kreativ – Der Generationentreff

Donnerstag, 28.09.23, 15–17 Uhr

Kreativthema: 3 gewinnt-Spiel im Stoffbeutel

Kosten: 5 €/Teilnehmer ab 5 Jahre

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Referentin: Ute Herber-Ohler, Erzieherin und Fachkraft ästhetische Bildung

Ihr möchtet neue Leute kennen lernen, Euch bei einer guten Tasse Kaffee nett unterhalten und vielleicht noch kreativ beschäftigen? Das Waffelcafé kreativ bietet all das! Hier ist jeder willkommen, egal wie alt. Der Babykorb ist ebenfalls geöffnet.



Die Macht der Sprache: Kinder mit positiver Sprache motivieren

Donnerstag, 28.09.23, 19:30 Uhr

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Historisches Rathaus, Pariser Str.101,

Referentin: Andrea Michels, Lerncoach

„Wenn Du das jetzt nicht machst, dann gibt es heute Abend kein Fernsehen“, „Du musst jetzt noch Hausaufgaben machen“, „Warum hast Du schon wieder den Müll nicht rausgebracht?“ Oftmals erscheinen Eltern solche Vorwürfe, Drohungen und Strafen als einzige wirksame Mittel, um ihre Kinder ins Handeln zu bringen. Über unsere Sprache können wir Ängste auflösen oder Zuversicht ausdrücken, wir können Konflikte eskalieren oder aber beschwichtigen.

In diesem Vortrag wird anhand von vielen Beispielen erklärt, wie Eltern mit positiver Sprache und achtsamer Kommunikation ihre Kinder zu mehr Kooperation im Alltag motivieren können - ob es nun um die Hausaufgaben oder die Hilfe im Haushalt geht.



Folgt uns auf Facebook und Insta: www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm
oder schaut nach dem aktuellen Stand unter: www.familienzentrum-nieder-olm.de
Anmeldung zu allen Veranstaltungen und Treffs über das Anmeldeformular auf der Homepage!
Mobil erreichbar unter: 0176/85913961



Mind.Colour. – Gestalte dein Leben. Bunt, achtsam und bewusst – Start neuer Kurs

Kunst und Yoga – für Jugendliche zwischen 14–18 Jahren



Freitag, 29.09.23, 15:00–17:00 Uhr, 6 x 120 Min.
(Kurstermine: 29.09., 06.10., 13.10., 3.11., 10.11., 17.11.)

Kosten: 120 € Mitglieder, 132 € Nichtmitglieder
Haus der Vereine-Maria-Montessori-Str. 6,
Kursleiterin: Isabel Jonetzko, Sozialarbeiterin B.A. und Yogalehrerin

Als junger Mensch wirst du immer früher mit Stress, Überforderung und Erschöpfung konfrontiert. Dadurch geht nicht nur Freiraum für Kreativität verloren, sondern auch das Bewusstsein für die eigenen Bedürfnisse. Bei "Mind.Colour." kannst du dich frei und intuitiv an verschiedenen Materialien ausprobieren und erfahren aktive*r Mitgestalter*in deiner Welt zu sein. Nebenbei lernst du Yoga- und Entspannungselemente kennen, die deine Achtsamkeit und Ausgeglichenheit stärken.

Yoga für Erwachsene (Hatha-Yoga) – Start neuer Kurs

Freitag, 29.09.23, 6 x 75 Min., 17:30–18:45 Uhr
(Kurstermine: 29.09., 06.10., 13.10., 3.11., 10.11., 17.11.)

Kosten: 66 € Mitglieder, 78 € Nichtmitglieder
Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6
Kursleiterin: Isabel Jonetzko, Yogalehrerin
Zeit für dich! Genieße die wohltuenden Wirkungen von Yoga auf den Körper und auf den Geist.

Sprechstunde für Angehörige von demenziell erkrankten Menschen

auf Anfrage, digital, persönlich oder telefonisch
Kosten: 10 €/Beratung, ½ Stunde pro Beratungstermin
Referentin: Steffi Westerhausen, Demenzassistentin, Coach ILP

In dieser Sprechstunde lade ich Sie zu einem unterstützenden Gespräch ein. Sie erhalten allgemeine Informationen rund um demenzielle Erkrankungen und deren Auswirkungen auf den Lebensalltag, Tipps zum Umgang mit Menschen mit Demenz z.B. Vermeidung von Konflikten, etc.

Abmeldung vom Newsletter über:

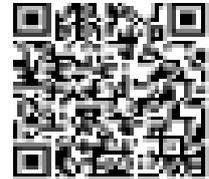
anmeldung@familienzentrum-nieder-olm.de

Kontonummer für

Überweisungen/ Kursgebühr/Spenden:

IBAN: DE66 5535 0010 0200 0700 76

BIC: MALADE51WOR



!

Folgt uns auf Facebook und Insta: www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm
oder schaut nach dem aktuellen Stand unter: www.familienzentrum-nieder-olm.de
Anmeldung zu allen Veranstaltungen und Treffs über das Anmeldeformular auf der Homepage!
Mobil erreichbar unter: 0176/85913961



Wiederkehrende Angebote, siehe Ausschreibungen/Homepage:

- Schwangeren- und Babytreff 0–1 Jahr, donnerstags, 09:30–11:00 Uhr, um Spende wird gebeten!
- Krümelkiste für Kids von 0–3 Jahren, montags, 09:30–11:30 Uhr, 5 € Familienmitgliedschaft
- Räuberhöhle für Kids von 0–5 Jahren, montags, 15:30–17:00 Uhr, 5 € Familienmitgliedschaft
- Kleine Rabauken – der Kleinkindertreff von 9–24 Monaten mit Eltern, freitags 9–10:30 Uhr ab April 2023, um Spende wird gebeten!
- Papatreff, ca. 1x im Monat, samstags, um Spende wird gebeten!
- Zwillingtreff, ca. 1x im Monat, samstags, um Spende wird gebeten!
- fitdankbaby-Kurse, Kursgebühr
- Kinderyoga – für Kinder von 6–10 Jahre, freitags, Kursgebühr oder Eltern-Kind-Yoga ab 4 Jahre, samstags, Kursgebühr
- Young Yoga oder Mind.Colour – für Jugendliche von 13–19 Jahre, freitags, Kursgebühr
- Erwachsenen yoga, freitags, Kursgebühr
- Marburger Konzentrationstraining für Kinder im Grundschulalter wieder ab 2. Quartal 2023, Kursgebühr
- Shudokan Karate-Do – die Karategruppe für Kids ab 10 Jahre, mittwochs, 17–18 Uhr, Turnhalle der Seltzalschule, Familienmitgliedschaft 5 €/Monat
- Babysitterkurse für Jugendliche ab 14 Jahre, 3x im Jahr, 15 € Kursgebühr
- QiGong-Kurs für Erwachsene/Jugendliche, montags, Kursgebühr und Mitgliedschaft
- Stammtisch Hochbegabung, Stammtisch Schule, um Spende wird gebeten!
- Sprechstunde für Angehörige von demenziell erkrankten Menschen, auf Anfrage telefonisch, digital, persönlich, gegen 10 € Spende
- Waffelcafé kreativ – der Generationentreff für Jung und Alt, donnerstags, 15–17Uhr, 1–2x/Monat, 5 €/Teilnahme, ab März 2023
- Café Zimt und Zucker und Babykorb, dienstags, 09:15–11:45 Uhr
- Krav Maga-Selbstverteidigung für Kinder von 8–15 Jahre und Mädchen/Frauen ab 16 Jahre, samstags, Kursgebühr

Anmeldung:

Das FamilienZentrum Nieder-Olm e.V. bietet unterschiedliche Veranstaltungen an: Kurse, Workshops, offene Treffs, Vorträge.... und natürlich feiern wir auch Feste! Wenn Sie sich zu einer Veranstaltung anmelden, geben Sie bitte den genauen Titel und das Datum an. Vor Beginn einer Veranstaltung bestätigen wir Ihnen die Teilnahme schriftlich. Bei einer zu geringen Teilnehmerzahl behält es sich der Verein vor, den Kurs abzusagen. Wenn Sie die Teilnahme an einer Veranstaltung weniger als 72 Stunden vorher absagen oder ohne Abmeldung nicht erscheinen, behält es sich das FamilienZentrum vor die Kursgebühr voll oder anteilig in Rechnung zu stellen. In besonderen Fällen – z. B. Arbeitslosigkeit, geringes Einkommen, Ausbildung – ist eine Ermäßigung der Teilnehmergebühr nach Absprache möglich.

Bei uns sind alle Menschen willkommen. Sie oder Ihr Kind haben eine Beeinträchtigung und möchten mitmachen? Gerne doch. Melden Sie sich und wir finden sicher gemeinsam eine Lösung!

Das FamilienZentrum Nieder-Olm e.V. ist ein Haus der Familie RLP und wird gefördert durch:



Folgt uns auf Facebook www.facebook.com/FamilienZentrumNiederOlm
oder schaut nach dem aktuellen Stand unter: www.familienzentrum-nieder-olm.de
Anmeldung zu allen Veranstaltungen und Treffs über das Anmeldeformular auf der Homepage!
Mobil erreichbar unter: **0176/85913961**

