

Der Januar im FamilienZentrum Nieder-Olm e.V.



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



Januar

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

Mittwoch, 05.01.22, 09:15 – 10:30 Uhr, 4x75 Min.,

fitdankbaby Mini-Bewegung für Mütter mit Kindern ab 3 Monaten

Mittwoch, 05.01.22, 10:45 – 12:00 Uhr, 4x75 Min.,
Online!

Kosten: 48 € Mitglieder, 56 € Nichtmitglieder
Kursleitung: Dijana Meshel



Sprechstunde für Angehörige von demenziell erkrankten Menschen

montags, 10.01.22 und 24.01.22, 19:00 - 20:00 Uhr,
½ Stunde pro Beratungstermin

Online oder telefonisch!

Kosten: 10 €/Beratung

Referentin: Steffi Westerhausen, Demenzassistentin,
Coach ILP

Innere Ruhe und Selbstwirksamkeit für Kinder -Start neuer Kurs

Mittwoch, 12.01.22, 6x 45 Min., 7-10 Jahre, 16:00 –
16:45 Uhr

Mittwoch, 12.01.22, 6x 45 Min., 10-13Jahre, 17:00 –
17:45 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str.6

Kosten: Mitglieder 60,- €, Nichtmitglieder 72€

Referentin: Tanja Theß, zertifizierte Trainerin für
Entspannungstechniken und Psychologische Beraterin
Der Kurs soll dem Kind helfen spielerisch in die eigene
Mitte zu kommen und zu entspannen. Emotionen wie
Wut, Zorn, Ungeduld, innere Unruhe und Ängste
umwandeln in Ausgeglichenheit und Ruhe.

Krümelmiste

montags, 09:30 – 11:30 Uhr ab 17.01.22

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 5 €/Monat Familienmitgliedschaft

Die Krümelmiste ist eine Krabbelgruppe für Kinder von
0 bis 3 Jahren. Sie wird von den Eltern selbstständig
geleitet und gestaltet. Hierbei stehen gemeinsames
Krabbeln, Singen und der Austausch von
Informationen im Vordergrund.

Infoveranstaltung Kindertagespflege

Dienstag, 18.01.22 ab 09:30 Uhr

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str.6

Kostenfrei!

Referentin: Tamara Jung, Fachberatung Kindertages-
pflege Landkreis Mainz-Bingen

Wer zukünftig in der Kindertagespflege als Tagesmut-
ter/Tagesvater tätig werden möchte, ist bei der Info-
veranstaltung herzlich Willkommen. Frau Jung, Fach-
beratung in der Kindertagespflege der Kreisverwal-
tung Mainz-Bingen, informiert Sie über die Qualifika-
tion von Tagespflegepersonen im Landkreis Mainz-
Bingen.



Café Zimt & Zucker/Babykorb

dienstags, 09:15 – 11:45 Uhr ab 18.01.22

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: 6,90 € Buffet inkl. Getränke

Lecker frühstücken und sich mit anderen Menschen
unterhalten. Kinder können entspannt spielen.

Zeitgleich ist der Babykorb geöffnet. Hier findet Ihr
gut erhaltene Kinderkleidung bis Gr. 116, Bücher,
Spielsachen etc. gegen Spende! Bitte jeweils vorher
anmelden!



Meditation - In Harmonie kommen und Kraft tanken

Bequem von zu Hause aus und doch nicht allein!

Dienstag, 18.01.2022, 20:00 - 21:00 Uhr, 4 x 60 Min.

Online!

Kosten: Mitglieder 64€, Nichtmitglieder 72€

Referentin: Tanja Theß, zertf. Trainerin für Entspan-
nungstechniken und Psychologische Beraterin
Geführte Meditation zur Klärung, Reinigung und Er-
dung. Raus aus den Strapazen und Gedankenstrom
des Alltags, abschalten, erholen, Kraft und Energie
tanken. Die Lebensfreude und das Glück einladen.

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



Shudokan Karate-Do, die Karategruppe für Kinder der weiterführenden Schulen

mittwochs, 17 – 18 Uhr, ab 19.01.22

Turnhalle der Seltzalschule, Seiteneingang über Lindenstraße

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

Kosten: Mitgliedschaft im Verein, 5 €/Monat

Schwangeren- und Babytreff – Start neuer Kurs

donnerstags, 9:30 – 11:00 Uhr, 5x 90Min.

Haus der Vereine, Maria-Montessori-Str. 6

Kosten: Mitglieder 50€, Nichtmitglieder 60€

Kursleitung: Diana Nordmann, Familien-Kinderkrankenschwester

20.01.22: Beikost und Co

27.01.22: Das kranke Kind und wie Eltern helfen können- natürliche Hilfsmittel

03.02.22: Kitas und Co!

10.02.22: Wut, Trotz und Co

17.02.22: Spiel, Spaß und Beschäftigung

Gespräche mit Lehrern lösungsorientiert und konstruktiv führen

Dienstag, 25.01.22, 19:30 Uhr

Historisches Rathaus, Pariser Str.101

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Referentin: Kerstin Fahr, Familienberaterin, Systemische Beraterin, ADS/ADHS Trainer, Hochbegabungscoach – icbf Universität Münster, Dyskalkulie Trainer, Marburger Konzentrationstrainer, Trainer für sozial/emotionale Kompetenzen

In dem Vortrag werde ich Ihnen einfache Mittel an die Hand geben die Ihnen ermöglichen diese Gespräche souverän, sinnvoll und vor allen Dingen lösungsorientiert zu gestalten. Sie werden unter anderem verschiedene Gesprächstypen, pädagogische Möglichkeiten und do's und don'ts kennen lernen die für alle Seiten und besonders für ihr Kind zum Ziel führen.



Geschwisterkinder in ihre neue Rolle begleiten!

Donnerstag, 27.01.22, 19:30 Uhr

Historisches Rathaus, Pariser Str.101

Kostenfrei, um Spende wird gebeten!

Referentin: Jutta Pipper, 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.



Erste Hilfe am Kind-Kurs – digital

Samstag, 29.01.22, 9:30-16:00 Uhr

Online!

Kosten: Mitglieder 48€, Nichtmitglieder 50€

Referentin: Diana Nordmann,

Kinderkrankenschwester und Trainer für Erste-Hilfe.

Kursinhalt: Wiederbelebnungsmaßnahmen beim Baby, Kind und Erwachsenen. Das kranke Kind und wie Eltern im Notfall helfen können. Was tun bei Kinder-Notfällen wie Verbrennungen, Verschlucken oder Vergiftungen etc. Was tun nach einem Sturz? Ein Kurs für Eltern und Großeltern.



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!

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



Wiederkehrende Angebote, siehe Ausschreibungen/Homepage:

- Marburger Konzentrationstraining für Kinder im Grundschulalter ab 2.Quartal 2022
- Innere Ruhe - Entspannungskurs für Kinder
- Yoga für Kinder und Erwachsene ab 2.Quartal 2022
- Krümelkiste für Kids von 0 – 3 Jahren, montags 09:30 – 11:30 Uhr im Haus der Vereine, 5 € Familienmitgliedschaft
- Papatreff
- Zwillingstreff
- Schwangeren- und Babytreff 0 – 1 Jahr, donnerstags 09:30 – 11:00 Uhr im Haus der Vereine,
- Stammtisch Hochbegabung, Stammtisch Schule
- fitdankbaby-Kurse
- Sprechstunde für Angehörige von demenziell erkrankten Menschen
- Krav Maga Selbstbehauptungsworkshops für Jugendliche und Erwachsene
- Shudokan Karate-Do - die Karategruppe für Kids ab 10 Jahre, mittwochs, 17 – 18 Uhr, Turnhalle der Seltzalschule, Familienmitgliedschaft 5 €/Monat
- Babysitterkurse
- Babykorb, dienstags 09:30-11:30 Uhr im Haus der Vereine,
- Café Zimt und Zucker, dienstags 09:15-11:45 Uhr im Haus der Vereine,
- Neu ab März 2022: Waffelcafé kreativ - Der Generationentreff für Jung und Alt, donnerstags 15-17 Uhr, 1-2x/Monat
- Neu ab März 2022: Kreativwerkstatt – durch Malen entspannen- Malen mit Acryl auf Leinwand für 12-16 Jährige, freitags 16-18 Uhr

Abmeldung vom Newsletter über: anmeldung@familienzentrum-nieder-olm.de

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 einem Kurs, Workshop oder Vortrag anmelden, geben Sie bitte den genauen Titel und das Datum an. Vor Beginn eines Kurses/Workshops/Vortrags 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 einem Kurs/Workshop/Vortrag 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!



Kontonummer für Überweisungen/Spenden:

IBAN: DE 92550501200200070076

BIC: MALADE51MNZ

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



Stadt
Nieder-Olm

Folgt uns auf Facebook 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

