



**Programmheft
DRK - Familienzentrum Pusteblume
Januar bis Juli 2020**

Herzlich Willkommen im



In unserem Programmheft bieten wir Ihnen eine große Vielfalt an neuen und beliebten Angeboten, die Sie in unserem



Familienzentrum besuchen können.

Getreu unserem Motto, Angebote für alle großen und kleinen Menschen aus Witzenhausen und Umgebung zu schaffen, werden Sie auch in diesem Heft wieder Veranstaltungen für sich und Ihre Lieben finden, bei denen Sie mit Spaß und

Freude in netter Runde

den Alltag ausschalten können.

Wir freuen uns darauf, Sie in unserem Haus herzlich Willkommen zu heißen.



Bitte melden
verbindlich



Sie sich

und
rechtzeitig zu

den

jeweiligen Kursen hier an:

DRK-Familienzentrum „Pustebblume“

Berlepschweg 2a; 37213 Witzenhausen

Tel. 05542 – 503992 Fax. 05542-5029093

grimm@drk-wiz.de

Angebote für die Minis...

DELFI - Gruppen für Mütter mit Säuglingen ab der 6. Lebenswoche



Einmal in der Woche treffen sich 6 bis 8 Mütter oder Väter mit ihren Babys für etwa 1 bis 1,5 Stunden.

In einem wohlig warmen Raum können sich die Babys bewegen. Sie werden mit all ihren Sinnen ihre Umgebung erfahren und begreifen. Dem Entwicklungsstand angepasst, werden ihnen Spiel-, Bewegungs- und Wahrnehmungsanregungen ermöglicht.

Eltern bietet der Kurs Orientierung und Sicherheit in allen Fragen, die das Baby und seine Entwicklung betreffen.

Beginn: auf Nachfrage ab Januar 2020
wöchentlich 1,5 Stunden vormittags

Leitung: Britta Amthauer und Kathleen Rauchhaus

Spiel- und Kontaktgruppen

Ein Angebot für Eltern mit kleinen Kindern vom 1. Lebensjahr an. Hier haben ihre Kinder Gelegenheit, Erfahrungen zu sammeln, ohne die schützende Nähe der Eltern entbehren zu müssen. Die Spielangebote sind auf den jeweiligen Entwicklungsstand der Kinder abgestimmt. Sie erleben Platz für Bewegung, Phantasie und Kreativität.

Im gemeinsamen Spiel erleben Mütter und Väter ihr Kind in einer anderen Umgebung, entdecken die Fähigkeiten ihres Kindes, erhalten Anregungen für den Alltag zuhause und können sich austauschen.

Beginn: auf Nachfrage ab Januar 2020
wöchentlich 1,5 Stunden donnerstags
vormittags

Leitung: Britta Amthauer



Angebote für die Maxis...

Gitarren-Unterricht für Kinder ab dem 6.Lebensjahr

In diesem Gitarrenkurs lernen die Kinder einfache Lieder auf der Gitarre zu begleiten. Eigene Liedwünsche können in den Kurs integriert werden.

Leitung: Elisabeth Spitzer, Musikpädagogin

Nähere Informationen über Termine und Gebühren erhalten Sie im Familienzentrum.

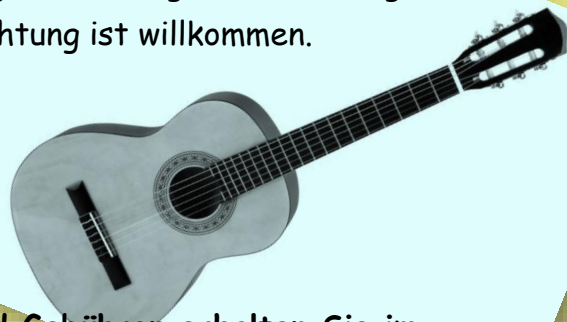


Gitarren-Unterricht für Jugendliche

Du wolltest schon immer dein Lieblingslied aus dem Radio selber auf Gitarre spielen? Dann bist du in diesem Gitarrenkurs genau richtig. Sei es Schlager-, Rock- oder Popmusik. Jede Musikrichtung ist willkommen.

Leitung: Elisabeth Spitzer, Musikpädagogin

Nähere Informationen über Termine und Gebühren erhalten Sie im Familienzentrum.



Kinderturngruppe „Kleine Hüpfen“

Unsere Kinderturngruppe „Kleine Hüpfen“ ist ein Angebot für alle Kinder ab 4 Jahren, die Freude am gemeinsamen Turnen und Toben und vielen schönen Bewegungsspielen haben.



Beginn: am 15. Januar 2020
dann wöchentlich fortlaufend

**mittwochs von 13.00 bis 13:45 Uhr
und 13.45 bis 14:30 Uhr**

Leitung: Britta Amthauer, Trainingsleiterin

Teilnahmegebühr: 5,00 € im Monat

Zahnputz-Zaubersprechstunde

„Eltern putzen Kinderzähne abends von allen Seiten sauber....“

Die Zahnputzzauberstunde ist dazu gedacht, Eltern bei der erfolgreichen und möglichst stressarmen Umsetzung dieses wichtigen Aspektes für die Zahngesundheit ihres Kindes zu unterstützen. Unsere Patenschaft-Zahnärztin steht ihnen in der Zahnputzzauberstunde zu allen Fragen rund um Zahngesundheit und Zahnpflege mit Rat und Tat zur Seite.

Entsprechende Arbeits- und Gebrauchsmaterialien werden gestellt.

Termine: 04 März 2020, 8.00 bis 9.30 Uhr

Leitung: Marianne Strohal / Patenschaft-Zahnärztin

Teilnahmegebühr: keine



Kinderballett macht Spaß

Kinder haben großen Spaß daran, Musik kreativ umzusetzen. Diese natürliche spielerische Begeisterung gilt es zu nutzen und weiterzuentwickeln.

Die Kinder lernen:

- Grundbegriffe des klassischen Balletts
- Gute Körper-, Fuß- und Rückenhaltung
- Freude daran, Musik künstlerisch umzusetzen

Termine: ab dem 13. Januar 2020
Jeden Montag
15:30 - 16:30 Uhr

Leitung: Frau Burghagen, Ballettlehrerin



Komm mit auf die Traumreise

Fantasiereisen zur Entspannung für Kinder von 4-6 Jahre

Immer mehr Kinder werden krank, weil sie nicht mehr richtig entspannen können. Immer mehr leiden unter Burnout/Erschöpfungsdepressionen. Überforderung und Versagensangst sind mit Ursachen. Fantasiereisen helfen schon den Jüngsten sich selbst zu lieben und zufriedener zu sein. Sie nehmen ihnen die Angst, nicht gut genug zu sein, und stärken ihre Persönlichkeit!

Wirkung:

Entspannung in Stresssituationen
Stärkung der Selbstsicherheit und Überwindung von Schüchternheit
Förderung der Potenziale
Loslassen von emotionalen Belastungen
(Trennung von Eltern, Verlust eines Familienangehörigen oder eines Haustieres)
Erleichterung nach einem Umzug

Ich biete folgende Fantasiereisen an:

Ausflug auf einen Bauernhof
Der mutige Bär
Ich bin ein Riese
Die kleine Schnecke



Termine: 13. Feb. 2020	15.00 bis 15.30 Uhr
20. Feb. 2020	15.00 bis 15.30 Uhr
27. Feb. 2020	15.00 bis 15.30 Uhr
05. März 2020	15.00 bis 15.30 Uhr

Leitung: Susan Bethauer, Heilpraktikerin f. Psychotherapie

Kosten: 5€ pro Treffen (20€ für den Kurs)

Komm mit auf die Traumreise

Fantasiereisen zur Entspannung für Kinder von 6-12 Jahre

Immer mehr Kinder werden krank, weil sie nicht mehr richtig entspannen können. Immer mehr leiden unter Burnout/Erschöpfungsdepressionen. Überforderung und Versagensangst sind mit Ursachen. Fantasiereisen helfen schon den Jüngsten sich selbst zu lieben und zufriedener zu sein. Sie nehmen ihnen die Angst, nicht gut genug zu sein, und stärken ihre Persönlichkeit!

Wirkung:

Entspannung in Stresssituationen

Unterstützung bei ADS/ADHS

Auftanken von neuer Energie

Stärkung der Selbstsicherheit und Überwindung von Schüchternheit

Förderung der Potenziale und innere Stärke

Loslassen von emotionalen Belastungen (zB. Trennung der Eltern, Verlust eines Familienangehörigen, nach Schulwechsel oder Verlust eines geliebten Tieres)

Erleichterung nach Umzug

Mutiger werden

Ich biete folgende Fantasiereisen an:

Prinzessinnenreise

Ritterreise

Krafttierreise

Ich bin ein Baum

Termine:	13. Feb. 2020	15.30 bis 16.00 Uhr
	20. Feb. 2020	15.30 bis 16.00 Uhr
	27. Feb. 2020	15.30 bis 16.00 Uhr
	05. März 2020	15.30 bis 16.00 Uhr

**Leitung: Susan Bethauer, Heilpraktikerin f.
Psychotherapie**

Kosten: 5€ pro Treffen (20€ für den Kurs)



Töpferkurs für Kinder von 5 bis 10 Jahren - Anfänger

Hier kann ihr Kind erste Erfahrungen im Umgang mit dem natürlichen Werkstoff Ton sammeln und die Grundtechniken erlernen. Mit viel Spaß werden kleine Schalen, Tassen, Tiere und andere Gegenstände (vielleicht auch ein kleines Ostergeschenk für Mama und Papa) getöpft und glasiert.

Termine: 30. Januar 2020 15:00 - 16:00 Uhr
06. Februar 2020 15:00 - 16:00 Uhr
28. Februar 2020 15:00 - 16:00 Uhr/Glasieren
+ Abholtermin

Leitung: Bärbel Grimm, Kursleitung

Teilnahmegebühr: 15€ + 10€ Material - Vorabpauschale.
Diese wird mit den Materialkosten am Ende verrechnet.



Töpferkurs für Kinder von 5 bis 10 Jahren - Fortgeschrittene

Dieser Kurs bietet Kinder, die bereits erste Erfahrungen im Umgang mit dem Naturmaterial Ton haben, bereits erworbene Fähigkeiten und Fertigkeiten zu festigen und neue Techniken zu erlernen und auszuprobieren.

Termine: 30. Januar 2020 16:30 - 17:30 Uhr
06. Februar 2020 16:30 - 17:30 Uhr
28. Februar 2020 16:30 - 17:30 Uhr/Glasieren
+ Abholtermin

Leitung: Bärbel Grimm, Kursleitung

Gebühr: Teilnahmegebühr: 15€ + 10€ Material - Vorabpauschale.
Diese wird mit den Materialkosten am Ende verrechnet.



Angebote für die Großen

Handarbeitskurs

Stricken und Häkeln liegt wieder voll im Trend. Lassen auch Sie sich in gemütlicher Runde vom kreativen klappern der Nadeln anstecken. Wenn einen das Fieber einmal gepackt hat, gibt es kein Entkommen. Jeder kann es lernen, ob jung oder alt. In diesem Kurs ist jeder sein eigener Designer. Ob Poncho, Mütze oder Schal, mit großen Nadeln und modischen Schnellstrickgarnen ist im Nu ein tolles Unikat entstanden. Sie können natürlich auch Häkeln, Nähen, Filzen oder andere Handarbeitstechniken ausprobieren. Na, Lust bekommen, dann bringen Sie Nadeln, Wolle, gute Laune und eigene Ideen mit zu unserem netten Handarbeitstreff.

Beginn: 1x im Monat Mittwoch
ab Januar 2020; von 19:00 – 21:00 Uhr
(weitere Termine auf telefon. Anfrage)

Leitung: Beate Meyer

Teilnahmegebühr: 5,00 € monatlich



Töpfern für Erwachsene

aus Ton ganz individuelle Türschilder, Kugeln, Eierbecher, Lichtertassen, Figuren, Schalen und vieles mehr gestalten. Die Ergebnisse sind so unterschiedlich und individuell, wie ihre Hersteller. Erfreuen sie sich an individuellen Gegenständen, die sie selbst getöpft und glasiert haben. Bei diesem Töpferabend können sie ihrer Kreativität freien Lauf und den Alltag hinter sich lassen.

Termine: 30. Januar 2020 18:30 – 20:30 Uhr
06. Februar 2020 18:30 – 20:30 Uhr
28. Februar 2020 18:30 – 20:30 Uhr/ Glasieren
+ Abholtermin

Leitung: Bärbel Grimm, Kursleitung

Teilnahmegebühr: 20€ + Materialkosten



Gitarren-Unterricht für Erwachsene

Sie möchten gerne zu Hause mit ihrer Familie Musik machen?
Vielleicht auch Lieder aus ihrer Jugendzeit oder die aktuellen Lieder selber auf
Gitarre spielen können? Dann sind sie in diesem Gitarrenkurs genau richtig!



Leitung: Elisabeth Spitzer, Musikpädagogin

Nähere Informationen über Termine und Gebühren erhalten Sie im

Familienzentrum.



Yoga-Klang-Entspannung

„Entspannt durch den Abend“

Mit Yoga und Klang den Körper auf eine ganz besondere Weise erfahren, die Vertrautheit zum eigenen Körper stärken und Selbstheilungskräfte mobilisieren. Finden sie innere Stärke durch Atemübungen, Asanas/Grundstellungen und Tiefenentspannung, in Verbindung mit dem Spüren und Spielen von Klangschalen. Ein Abend mit dem Ziel, sich selbst als etwas Einzigartiges, Besonderes und Liebenswertes wahrzunehmen. (Alle Übungen werden angeleitet, es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte in bequemer Kleidung und warmen Socken teilnehmen. Es können auch einzelne Termine gebucht werden.)



Termine:

15. Jan.	2020 von 17:30 - 19:30 Uhr
29. Jan.	2020 von 17:30 - 19:30 Uhr
12. Feb.	2020 von 17:30 - 19:30 Uhr
26. Feb.	2020 von 17.30 - 19.30 Uhr
04. Mär.	2020 von 17.30 - 19.30 Uhr
11. Mär.	2020 von 17.30 - 19.30 Uhr
01. Apr.	2020 von 17.30 - 19.30 Uhr
22. Apr.	2020 von 17.30 - 19.30 Uhr
06. Mai	2020 von 17:30 - 19:30 Uhr
27. Mai	2020 von 17:30 - 19:30 Uhr
03. Jun.	2020 von 17:30 - 19:30 Uhr
17. Jun.	2020 von 17:30 - 19:30 Uhr
01. Jul.	2020 von 17:30 - 19:30 Uhr

Leitung: Andrea Müller-Lares, Diplom-Yoga-Lehrerin
Teilnahmegebühr: pro Treffen 10€



Kochworkshop „Lieblingsgerichte für Kinder gesund und kreativ aufgepeppt“

Die Lieblingsgerichte Ihrer Kinder - Nudeln, Pizza und Naschereien - müssen nicht ungesund sein. Ganz im Gegenteil!

Erfahren Sie in einem Workshop, mit welchen Tricks wir allerlei bunte Gerichte für Ihre Sprösslinge zaubern.

Termin: 27. März 2020 ab 18.30 Uhr

Teilnehmergebühr: übernimmt die BKK-Werra Meißner als Sponsor

3,- bis 5.-€ Lebensmittelpauschale pro Teilnehmer

Dauer: 2-3 Stunden

Mind. Teilnehmeranzahl: 5 Pers.

Max. Teilnehmeranzahl: 10 Pers.

Leitung: Luisa Schmidt, Ernährungsberaterin der BKK, Diätassistentin, Oecotrophologin

Kochworkshop „Kinderfrühstück - gesund und kreativ aufgepeppt“

Keine Ideen für die Brotdose? Fixe Vollkornbrötchen, selbstgemixte Müsli, ein gesunder Nuss-Nugat-Aufstrich oder herzhaftes Muffins zum Frühstück.



Lernen Sie in meinem Workshop allerlei leckere, gesunde und doch ganz einfache Frühstücksideen für ihre Kinder kennen und wie sie zubereitet werden.

Termin: 17. Juni 2020 ab 18.30 Uhr

Teilnehmergebühr: übernimmt die BKK-Werra Meißner als Sponsor 3,- bis 5.-€ Lebensmittelpauschale pro Teilnehmer

Dauer: 2-3 Stunden

Mind. Teilnehmeranzahl: 5 Pers.

Max. Teilnehmeranzahl: 10 Pers.

Leitung: Luisa Schmidt, Ernährungsberaterin der BKK, Diätassistentin, Oecotrophologin

Angebote für Beratungen

Offener Treff für Familien mit besonderen Kindern

Für alle Eltern und Familien von Kindern oder Jugendlichen mit Behinderungen, Kindern mit Entwicklungsverzögerungen oder Kindern, die von einer Behinderung bedroht sind. Die Betreuung und Pflege eines Kindes mit besonderen Bedürfnissen und den damit verbundenen Herausforderungen, mit immer zahlreicher werdenden Institutionen je älter das Kind wird, kaum Austausch über die Erziehung eines Kindes mit Behinderungen weckte den Gedanken , nach weiteren Familien Ausschau zu halten, die eine ähnlich vielschichtige Aufgabe zu bewältigen haben. Wenn wir alle unsere Erfahrungen zusammentragen und uns unterstützen, können wir sicher feststellen: „Gemeinsam geht´s besser!“

Es handelt sich um ein Angebot zum Gesprächskreis und bietet die Möglichkeit zum gemeinsamen Austausch.

Termine:	auf Anfrage
Leitung:	B. Grimm - Sozialpädagogin
Teilnahmegebühr:	keine

Elternsprechstunde

Der Alltag mit unseren Kindern stellt uns immer wieder vor neue Herausforderungen und oft ist man sich gerade in Fragen zur Erziehung nicht sicher. Hier bietet unsere Elternsprechstunde die Möglichkeit zum Austausch. Sie erhalten Hilfe, Unterstützung und Beratung zu allen Fragen rund um die Erziehung und den Alltag mit Ihren Kindern.

Termine:	Termine nach Anmeldung und Absprache
Leitung:	Peggy Großkurth, Diplom-Sozialpädagogin
Teilnahmegebühr:	keine da ein Angebot der Ev. Familienbildungstätte Eschwege

Zertifizierte Stoffwindelberatung für deine Familie

Stoffwindeln sind...

Bedeutend gesünder

Unglaublich schön

Natürlich nachhaltig

Tatsächlich günstiger

Du willst dich in kleiner Runde genauer über Stoffwindeln informieren & weißt nicht, was zu dir und deinem Kind passt? Was du in welcher Menge brauchst & wie du am besten starten kannst? Dann informiere dich in diesem Kurs ganz unverbindlich. Es sind auch Einzelberatungen für spezielle Fragen und Probleme möglich.



Nähere Informationen über Termine und Gebühren erhalten Sie im Familienzentrum

Leitung: Juliane Preiß, Kursleiterin

Workshop Babyschlaf - entspannt und geborgen im ersten Lebensjahr (6 Monate - 3 Jahre)

In diesem Workshop geht es rund um das Thema Schlaf.

Welche Schlafbedürfnisse haben Babys und wie ist die Entwicklung des Babyschlafes? Wie viel Schlaf braucht mein Kind? Wie kann ich den Schlaf positiv beeinflussen, wie oft ist das nächtliche Erwachen im Rahmen und wann ist es tatsächlich ein Schlafproblem? Was sind Einschlafhilfen und (wann) kann ich sie wieder loswerden? Dieses und mehr erwartet Sie in diesem Workshop. Natürlich gibt es auch Zeit, um eigene Fragen zu beantworten.

Termin: 20. Feb. 2020, 19.00 Uhr

Dauer: ca. 90 Minuten

Leitung: Tamara Herwig, Schlafcouch für Säuglinge und Kleinkinder

Teilnahmegebühr: 8,00 €

Weitere Angebote des DRK- Familienzentrums:

Jugend-Rot-Kreuz-Gruppe „Kleine Sani's“

Termine: auf Anfrage beim DRK Kreisverband
Witzenhausen e.V.
05542/ 9323100

Teilnahmegebühr: keine



Lehrgänge „Erste Hilfe am Kind“

Termine: auf Anfrage im Familienzentrum

Teilnahmebedingungen

Die Teilnahmebedingungen gelten für alle Einzelveranstaltungen und Kurse in unserem Familienzentrum und werden von den Teilnehmern durch ihre Anmeldung **verbindlich** anerkannt.

Anmeldung

Für alle Veranstaltungen ist eine vorherige Anmeldung erforderlich.

Veranstaltungen mit zu geringer Teilnehmerzahl fallen aus und werden auch kurzfristig abgesagt.

Bei der Anmeldung zu unseren Kursen sind der vollständige Name des Teilnehmers, die volle Anschrift und die Telefonnummer anzugeben. Bei Kindern bitte auch das Alter angeben.

Datenschutz

Alle persönlichen Daten werden ausschließlich intern zum Zweck der Organisation und Abrechnung der Angebote und Kurse verwendet, und nach Beendigung des Angebotes/Kurses wieder gelöscht. Mit Ihrer Anmeldung erklären Sie sich mit dieser Vorgehensweise einverstanden.

Gebührezahlung

Die gebührenpflichtigen Veranstaltungen werden am ersten Veranstaltungstag/Kurstermin bei der Kursleitung oder bereits bei der Anmeldung bezahlt.

Teilnehmende Geschwisterkinder zahlen einen geringeren Betrag.

Abmeldung

Eine Abmeldung ist bis zu einem Tag vor dem Kursbeginn möglich. Bei zu später Abmeldung sowie bei Nichterscheinen wird der volle Beitragssatz erhoben!

Anmeldeformular

.....

Wir machen mit

Veranstaltung/Kurs

Name, Vorname

Name und Alter des teilnehmenden Kindes

Straße und Hausnummer

PLZ und Wohnort

Tel. Nr.

.....

Wir machen mit

Veranstaltung/Kurs

Name, Vorname

Name und Alter des teilnehmenden Kindes

Straße und Hausnummer

PLZ und Wohnort

Tel. Nr.

Anmeldeformular

.....

Wir machen mit

Veranstaltung/Kurs

Name, Vorname

Name und Alter des teilnehmenden Kindes

Straße und Hausnummer

PLZ und Wohnort

Tel. Nr.

.....

Wir machen mit

Veranstaltung/Kurs

Name, Vorname

Name und Alter des teilnehmenden Kindes

Straße und Hausnummer

PLZ und Wohnort

Tel. Nr.

