

FAMILIENZENTRUM
LACKHAUSEN



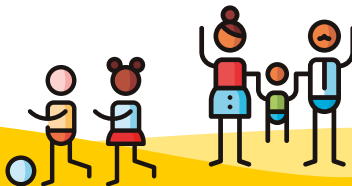
Die Sonnenburg
FAMILIENZENTRUM

Bildungsangebote für Familien

KURSPROGRAMM

AUGUST BIS DEZEMBER 2021

- Schwangerschaft & Baby ■ Spielgruppen – Kindergartenkinder
- Grundschul Kinder ■ Jugendliche
- Erwachsene mit Kind ■ Erwachsene





Die Sonnenburg
Kindertagesstätte und Familienzentrum
Kindergarten Lackhausen e.V.

30 JAHRE
SONNENBURG

Liebe Mütter und Väter,
liebe Kinder und Jugendliche,
liebe Bürgerinnen und Bürger,

DIE SONNENBURG HAT GEBURTSTAG!

30 Jahre – das sind 10950 Tage mit Kindern lachen, manchmal mit Tränen, mit tausend kleinen und großen Sonnenstunden, Konflikte austragen, Lösungen finden, sowie Bildungsprozesse begleiten und initiieren. Leider sind es auch viele Tage an denen uns das Coronavirus begleitet. Aus diesem Grund gestalten wir vom 14.06.2021 – 18.06.2021 eine Jubiläumswoche für unsere Sonnenburgkinder mit vielen Attraktionen und Besonderheiten. Zum jetzigen Zeitpunkt können wir noch nicht festlegen ob die Familien mit uns feiern können.

Auch das Familienzentrum gibt es nun schon seit 13 Jahren, wenn auch die Angebote zurzeit nur eingeschränkt nutzbar sind. Wir hoffen, dass wir nach den Sommerferien wieder alle Kurse und Beratungen in Präsenz stattfinden lassen dürfen. Es ist sehr schade, dass wir seit einem halben Jahr wieder mit so vielen Einschränkungen leben müssen und auf so viel verzichten müssen, aber wie heißt es so schön „Geduld ist das Vertrauen, dass alles kommt, wenn die Zeit dafür reif ist“ oder „Alles nimmt ein gutes Ende für den, der warten kann“. Deshalb rechnen wir jetzt fest damit, dass wir unser Familienzentrum ab August wieder für viele nette Begegnungen zur Verfügung stellen können. Angebote, die im letzten Halbjahr nicht digital umsetzbar waren, werden wir in das neue Programmheft mit übernehmen. Es gibt sicherlich noch Einschränkungen, aber diese werden kaum noch mit den jetzigen zu vergleichen sein.

Wir freuen uns schon riesig, wenn mit dem Start der Jubiläumswoche hier wieder mehr Leben einkehrt und wir Sie nach den Ferien auch wieder zu Freizeit – und Bildungsangeboten hier begrüßen dürfen.

Wir müssen jetzt alle nur noch ein wenig durchhalten, denn ein Ende ist in Sicht und für den Kindergartenbetrieb eine große Vorfreude auf unser Jubiläum.

Bleiben Sie gesund und denken Sie an die AHA+L-Regel, damit wir bald wieder unsere gewohnten Freiheiten genießen können.

Wir wünschen Ihnen schöne, sonnige Sommerferien.

Sandra Hoppmann und das „Sonnenburgteam“

INHALTSVERZEICHNIS

SCHWANGERSCHAFT & BABY

Schwangerschaftsgymnastik	Seite 4
Rückbildungsgymnastik	Seite 4
„Das Baby verstehen...“ – Beratungsangebot	Seite 4
PEKiP – Babymassage	Seite 4

SPIELGRUPPEN – KINDERGARTENKINDER

Spielgruppen im Alter von 1–2 Jahren und 2–3 Jahren	Seite 5
Yoga und Entspannung	Seite 5
Kindergartenkinder – Allererstes Englisch	Seite 5

GRUNDSCHULKINDER

Mal- und Zeichenexperimente	Seite 6
Kinder-Koch-Kurs	Seite 6
Wir backen Plätzchen	Seite 6
Erste Hilfe	Seite 6
Flötenkurse	Seite 6
Yoga und Entspannung	Seite 6
Wing Tsun *Schnupperkurs* Selbstbehauptung & Selbstverteidigung	Seite 6

JUGENDLICHE

Babysitterkurs	Seite 7
Naturkosmetik selbst herstellen (Kurs für Jugendliche ab 10 Jahren)	Seite 7
Klassischer Spieleabend für Jung und Alt	Seite 7

ERWACHSENE MIT KIND

Klassischer Spieleabend für Jung und Alt	Seite 8
Büchereibesuch	Seite 9
Meine Heimat – Deine Heimat	Seite 9

ERWACHSENE

Weihnachtswichtelei	Seite 10
Elternsprechstunden I, II	Seite 10
Elternsprechstunden III, IV, V, VI	Seite 11
Treffen für Alleinerziehende	Seite 12
Elternkompetenztraining „Starke Eltern, starke Kinder“	Seite 12
Erste Hilfe am Kind	Seite 13
Pilates – Yoga	Seite 13
Klassischer Spieleabend für Jung und Alt	Seite 14
Naturkosmetik selbst herstellen	Seite 14
Monster unterm Bett – wenn Kinder Angst vorm Einschlafen haben	Seite 15
Papier- & Deko-Workshop „Weihnachtsgrüsse“	Seite 15

Verbindliche Anmeldung zu allen Veranstaltungen erforderlich!



SCHWANGERSCHAFT & BABY

SCHWANGERSCHAFTSGYMNASTIK

in Kooperation mit dem Katholischen Bildungsforum

Datum/Zeit: 30.08. – 22.11.2021 (10x); Montag, 18.45 – 19.45 Uhr

Kostenbeitrag: 4 € pro Kurstag

RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK

in Kooperation mit dem Katholischen Bildungsforum

Datum/Zeit: 30.08. – 22.11.2021 (10x); Montag, 17.45 – 18.45 Uhr

Kostenbeitrag: 4 € pro Kurstag

„DAS BABY VERSTEHEN...“

Beratung für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr
(Entwicklung, Ernährung, Pflege, Erkrankungen)

Datum/Zeit: jeden ersten Donnerstag im Monat von 10.00 – 11.00 Uhr



PEKIP – KURSE FÜR BABYS UND ELTERN

Datum/Zeit: immer montags ab 14.30 Uhr

BABYMASSAGE

Datum/Zeit: 09.09. (4x); Do., 9.00 – 10.30 Uhr
28.10. (4x); Do., 9.00 – 10.30 Uhr

Kostenbeitrag: kostenfrei



KINDERGARTENKINDER

SPIELGRUPPEN FÜR KINDER IM ALTER VON 1 – 2 JAHREN UND IM ALTER VON 2 – 3 JAHREN

Datum: dienstags und mittwochs



YOGA UND ENTSPANNUNG

Zielgruppe: Kinder im Alter von 5 – 6 Jahren

Datum/Zeit: 01.09. – 17.11.2021; Mittwoch, 16.30 – 17.00 Uhr

Kostenbeitrag: 3 € pro Kurstag

ALLERERSTES ENGLISCH

Zielgruppe: Kinder im Alter von 4 – 6 Jahren
(vorletztes & letztes Kindergartenjahr)

Datum: 26.08. – 16.12.2021

Zeit: Donnerstag, 16.30 – 17.15 Uhr

Kostenbeitrag: 3,50 € pro Kurstag





GRUNDSCHULKINDER

MAL- UND ZEICHENEXPERIMENTE

Zielgruppe: Kinder ab dem Grundschulalter
Termine/Zeit: 27.10. – 24.11.2021 (4 x); Mittwoch, 16.30 – 18.00 Uhr
Kostenbeitrag: 5 € pro Kurstag

KINDER-KOCH-KURS

Zielgruppe: Kinder ab dem Grundschulalter
Termine/Zeit: 09.10. – 13.11.2021 (4 x); Samstag, 11.00 – 13.00 Uhr
Kostenbeitrag: 6 € pro Kurstag inkl. Lebensmittelkosten

WIR BACKEN PLÄTZCHEN

Zielgruppe: Kinder ab dem Grundschulalter
Termine/Zeit: 27.11.2021 und 04.12.2021; Samstag, 16.00 – 18.00 Uhr
Kostenbeitrag: 6 € pro Kurstag inkl. Lebensmittelkosten

ERSTE HILFE

Zielgruppe: Kinder ab dem Grundschulalter
Datum/Zeit: 04.09.2021; Samstag, 14.00 – 16.00 Uhr
Kostenbeitrag: 6 €

FLÖTENKURSE

Zielgruppe: Grundschul Kinder
Datum/Zeit: ab 23.08.2021; mit Spielerfahrung: Montag, 15.30 – 16.15 Uhr;
Anfängerkurs: Montag, 16.30 – 17.15 Uhr
Kostenbeitrag: 20 € pro Monat

YOGA UND ENTSPANNUNG

Zielgruppe: Mädchen und Jungen im Grundschulalter
Datum/Zeit: 01.09. – 17.11.2021 (10 x); Mittwoch, 17.00 – 18.00 Uhr
Kostenbeitrag: 4 € pro Kurstag

WING TSUN *SCHNUPPERKURS* SELBSTBEHAUPTUNG & SELBSTVERTEIDIGUNG

Zielgruppe: Kinder ab dem Grundschulalter
Datum/Zeit: 07.09., 14.09. und 21.09.2021; Dienstag, 16.30 – 17.30 Uhr
Kostenbeitrag: 30 €; Kursleitung: Joschka Kubasch (Wing Tsun Kids-Trainer)



JUGENDLICHE

BABYSITTERKURS (VORANKÜNDIGUNG – BITTE ANMELDEN!)

Zielgruppe: Jungen und Mädchen ab 14 Jahren
Datum/Zeit: April/Mai 2022 (6x), Mittwoch, 19.00 – 21.00 Uhr
Kostenbeitrag: 10 €

NATURKOSMETIK SELBST HERSTELLEN

Tag täglich belasten wir unsere Haut mit verschiedenen Chemikalien, die sich in Duschgel, Shampoo, Bodylotion, Feuchtigkeitscreme, Deo . . . befinden. In diesem Workshop wird gezeigt, wie schnell und einfach es ist, seine tägliche Hautpflege selbst herzustellen. Es werden verschiedene Produkte wie Lippenpflegestifte, Körperbutter, Duschgel, Haargel, Deo.. hergestellt.

Zielgruppe: Jugendliche ab 10 Jahren
Datum/Zeit: 17.09.2021; Samstag, 16.00 – 18.00 Uhr
Kostenbeitrag: 10 € (Material inklusive)

KLASSISCHER SPIELEABEND FÜR JUNG UND ALT

Wer kennt sie noch, die alten Brettspiele? „Mensch ärgere dich nicht“ oder „Mühle“. An diesem Abend möchten wir die Möglichkeit bieten, in gemütlicher Runde, diese wieder aufleben zu lassen. Wer Lust am Spielen hat, ist herzlich eingeladen.

Zielgruppe: Jugendliche, Senioren
oder Grundschul Kinder mit Begleitung
Datum/Zeit: 27.08.2021; Freitag, 18.00 bis 20.00 Uhr
Kostenbeitrag: kostenfrei





ERWACHSENE MIT KIND



KLASSISCHER SPIELEABEND FÜR JUNG UND ALT

Wer kennt sie noch, die alten Brettspiele? „Mensch ärgere dich nicht“ oder „Mühle“. An diesem Abend möchten wir die Möglichkeit bieten, in gemütlicher Runde, diese wieder aufleben zu lassen. Wer Lust am Spielen hat, ist herzlich eingeladen.

Zielgruppe: Jugendliche, Senioren
oder Grundschulkinder mit Begleitung

Datum/Zeit: 27.08.2021

Zeit: Freitag, 18.00 – 20.00 Uhr

Kostenbeitrag: kostenfrei



ERWACHSENE MIT KIND

BÜCHEREIBESUCH

Kinder und Erwachsene haben die Möglichkeit die Bücherei in Wesel kennen-zulernen und viele Informationen zum Medium „Buch“ zu erhalten.

Zielgruppe: Kinder in Begleitung eines Erwachsenen

Datum: 05.10.2021

Zeit: Dienstag, 9.30 – 10.30 Uhr

Kostenbeitrag: kostenfrei

MEINE HEIMAT – DEINE HEIMAT

Wir lernen die russische Kultur näher kennen.

Zielgruppe: Kindergartenkinder in Begleitung eines Erwachsenen

Datum: 25.09.2021

Zeit: Samstag, 14.00 – 16.00 Uhr

Kostenbeitrag: kostenfrei





ERWACHSENE

WEIHNACHTSWICHTELEI

Basteln in der Vorweihnachtszeit

Zielgruppe: Erwachsene

Datum: 16.11.2021

Zeit: Dienstag, 17.00 Uhr

Kostenbeitrag: kostenfrei (bitte Schere und Kleber mitbringen)



ELTERNSPRECHSTUNDE I

Zielgruppe: Ratsuchende Eltern

Datum: an jedem ersten Mittwoch im Monat und nach Vereinbarung

Zeit: 14.00 – 16.00 Uhr

Kostenbeitrag: kostenfrei



ELTERNSPRECHSTUNDE II

Zielgruppe: Erstberatung; professionelle Unterstützung über den Beratungsbedarf im alltäglichen Kindergartenleben

Datum: an jedem Dienstag

Zeit: 09.00 – 10.00 Uhr

Kostenbeitrag: kostenfrei





ERWACHSENE

ELTERNSPRECHSTUNDE III

In Kooperation mit der Erziehungsberatungsstelle des Caritasverbandes

Zielgruppe: Eltern, die Erziehungsprobleme lösen möchten

Datum: an jedem ersten Donnerstag im Monat
und nach Vereinbarung

Zeit: 8.00 – 9.00 Uhr

Kostenbeitrag: kostenfrei



ELTERNSPRECHSTUNDE IV

Zielgruppe: Eltern mit Fragen und Anregungen zur
„Interkulturellen Erziehung“

Datum: an jedem ersten Mittwoch im Monat

Zeit: 14.00 – 16.00 Uhr

Kostenbeitrag: kostenfrei



ELTERNSPRECHSTUNDE V

Zielgruppe: Eltern mit Fragen zur Gesundheitserziehung

Datum: an jedem Montag

Zeit: 8.30 – 9.30 Uhr

Kostenbeitrag: kostenfrei



ELTERNSPRECHSTUNDE VI

Zielgruppe: Eltern mit Fragen zur Bewegungserziehung

Datum: an jedem Donnerstag

Zeit: 15.15 – 16.00 Uhr

Kostenbeitrag: kostenfrei



ERWACHSENE

TREFFEN FÜR ALLEINERZIEHENDE

- Zielgruppe: Alleinerziehende Mütter und Väter
Termine: an jedem zweiten Samstag im Monat
und nach telefonischer Anmeldung
Datum: 11.09.2021
Zeit: Samstag, 10.00 – 12.00 Uhr
Kostenbeitrag: kostenfrei



ELTERNKOMPETENZTRAINING „STARKE ELTERN, STARKE KINDER“

In Kooperation mit der Erziehungsberatungsstelle des Caritasverbandes

- Zielgruppe: Eltern
Datum: 26.10. – 23.11.2021 (5x)
Zeit: Dienstag, 14.30 – 16.00 Uhr
Kostenbeitrag: 15 €



ERWACHSENE

ERSTE HILFE AM KIND

Dieser Kurs behandelt die typischen Notfälle im Säuglings- und Kleinkindalter. Wichtige Hilfsmaßnahmen in diesen Situationen können geübt werden.

Zielgruppe: Erwachsene

Datum/Zeit: 01.09.2021; Mittwoch, 18.00 – 21.00 Uhr

Kostenbeitrag: 10 €



PILATES

Zielgruppe: Erwachsene

Datum/Zeit: 18.08. – 22.12.2021, Mittwoch, 20.00 Uhr

Kostenbeitrag: 5 € pro Kurstag

Bequeme Kleidung und ein Handtuch mitbringen



YOGA

Zielgruppe: Erwachsene

Datum/Zeit: 01.09. – 17.11.2021; Mittwoch, 18.30 – 19.45 Uhr

Kostenbeitrag: 6 € pro Kurstag





ERWACHSENE

KLASSISCHER SPIELEABEND FÜR JUNG UND ALT

Wer kennt sie noch, die alten Brettspiele? „Mensch ärgere dich nicht“ oder „Mühle“. An diesem Abend möchten wir die Möglichkeit bieten, in gemütlicher Runde, diese wieder aufleben zu lassen. Wer Lust am Spielen hat, ist herzlich eingeladen.

Zielgruppe: Jugendliche, Senioren oder Grundschulkinder mit Begleitung
Datum: 27.08.2021
Zeit: Freitag, 18.00 – 20.00 Uhr
Kostenbeitrag: kostenfrei



NATURKOSMETIK SELBST HERSTELLEN

Warum Naturkosmetik selber herstellen? Da unsere Haut unser größtes Sinnesorgan ist und uns gegen Umwelteinflüsse schützt, sollten wir sie besonders gut pflegen. In diesem Workshop wird gezeigt, wie schnell und einfach es ist, seine tägliche Hautpflege selbst herzustellen. Es werden verschiedene Produkte wie Lippenpflegestifte, Antifaltencreme, Augengel, Körperbutter, Duschgel, Haargel, Deo hergestellt.

Zielgruppe: Erwachsene
Datum: 29.09.2021
Zeit: Mittwoch, 19.00 – 21.00 Uhr
Kostenbeitrag: 10 € (Material inklusive)





ERWACHSENE

MONSTER UNTERM BETT – WENN KINDER ANGST VORM EINSCHLAFEN HABEN

Monster unterm Bett – wenn Kinder Angst vorm Einschlafen haben. Dieser interessante Themenabend informiert Sie darüber, welche Gefühle und Ängste bei Kindern hinter Einschlafproblemen stecken. Die Dozentin vermittelt Ihnen hilfreiche Tipps und Tricks, die beim Einschlafen Ihres Kindes helfen. Was kann ich tun, wenn mein Kind jede Nacht wach wird? Was kann ich tun, wenn mein Kind Angst vor dem Einschlafen hat? - das sind die zentralen Fragen, auf die Sie Antwort erhalten werden.

In Kooperation mit der Lotto-Lemke-Familienbildungsstätte.

Zielgruppe: Erwachsene

Datum/Zeit: 18.11.2021; Donnerstag, 19.00 Uhr

Kostenbeitrag: 5 €



PAPIER- & DEKO-WORKSHOP „WEIHNACHTSGRÜSSE“

Es werden 3 – 4 Projekte zu dem Thema Weihnachten gebastelt. Der Workshop-Preis beinhaltet auch das Material. Der Kurs ist für Bastelanfänger geeignet. Bitte eine Papierschere mitbringen.

Zielgruppe: Erwachsene

Datum/Zeit: 13.11.2021; Samstag, 14.00 – 17.00 Uhr

Kostenbeitrag: 15 €

HERZLICH
WILLKOMMEN!



Die Sonnenburg FAMILIENZENTRUM

LEITUNG: SANDRA HOPPMANN

Julius-Leber-Straße 57
46485 Wesel
Telefon: 0281 / 6 66 78

Telefax: 0281 / 1 644 567
E-Mail: sonnenburg-wesel@t-online.de
Internet: www.diesonnenburg.de

KURSANMELDUNGEN:

Ihre Anmeldungen zu den im Programmheft angebotenen Kursen nehmen wir bis zum 23. Juli 2021 und wieder nach unseren Betriebsferien, ab dem 16. August 2021, sehr gerne entgegen.

WIR WÜNSCHEN IHNEN VIEL FREUDE AN DEN ANGEBOTENEN
KURSEN UND FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH!



Die Sonnenburg
Kindertagesstätte und Familienzentrum
Kindergarten Lackhausen e.V.

