



Kängu-Live

Programm und News

Känguruh e. V. des
Mütterzentrum und Mehrgenerationenhaus



Gemeinsam • Füreinander • Miteinander

Gefördert von:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



STADT BAMBERG



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



Impressum

Herausgeber: Känguruh e. V. – Mütterzentrum und Mehrgenerationenhaus

Heinrich-Weber-Platz 10, 96052 Bamberg

Telefon: +49 951 4081317

Telefax: +49 951 4081318

E-Mail: info@mz-kaenguruh.de

www.mz-kaenguruh.de

Bankverbindung: Sparkasse Bamberg • IBAN DE38 7705 0000 0578 3550 00 • BIC-/Swift-Code: BYLADEM1SKB

Eintragung im Vereinsregister: Amtsgericht Bamberg. Registernummer: VR 683.

Redaktion: Violetta Densch, Anja Daniel

Fotos: Violetta Densch, Monika Di Dio, Anja Daniel, Tatjana Schiffauer

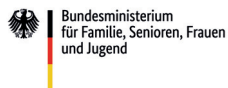
Känguruh-Logo: © 123rf

Satz & Layout: Tatjana Schiffauer

Druck und Verarbeitung: Rainbowprint, Zellingen-Retzbach

Urheberrecht: Sämtliche von uns erstellten Texte, Grafiken und Bilder sind urheberrechtlich geschützt und dürfen ohne vorherige Genehmigung durch die Vorstandschaft nicht weiterverbreitet oder über die persönliche Information hinausgehend genutzt werden.

Gefördert von:



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

auch bei uns ist das Thema Nr. 1 nach wie vor present: die Coronapandemie! Unsere Arbeit, unsere Angebote und unsere gesamte Einrichtung wird leider durch COVID-19 nach wie vor erheblich eingeschränkt: so kommt der laufende Betrieb nahezu zum Erliegen, unsere offenen Treffs müssen bis auf weiteres geschlossen bleiben, ebenso müssen wir unser Kursangebot – bis auf wenige Kurse, die wir digital anbieten konnten – komplett absagen.

Es ist leider nicht einmal möglich eine Tasse Kaffee oder ein Stück Kuchen in unserem »Känguruh-Café« zu genießen.

Bei uns ist es nicht nur mit Hinblick auf die fehlenden Einnahmen, sondern insbesondere auf das lebendige Treiben, den Trubel, das Kinderlachen sehr ruhig geworden. – Dies zeigt uns umso mehr, wie wichtig das tägliche Miteinander, der Austausch, die Menschlichkeit und Herzlichkeit mit EUCH ist – davon lebt das »Känguruh e.V.«!

Aber wir stecken den Kopf nicht in den Sand, wir nutzen die ruhige Zeit dafür um mal wieder alles aufzuräumen, auszumisten und auch unsere Räumlichkeiten durch frische Farbanstriche und liebevolle Deko in neuem Glanz erstrahlen zu lassen.

Die frisch gedruckte Ausgabe unserer aktuellen „Kängu-Live“ haltet Ihr nun in den Händen und wir freuen uns, wenn Ihr Euch schon mal auf unsere geplanten Kurse und unser Angebot einstimmt, damit wir gleich wieder loslegen können, sobald wir unsere Türen wieder ganz weit für Euch öffnen dürfen.

Gerne könnt Ihr Euch schon mal telefonisch oder per E-Mail zu Terminen anmelden und für evtl. Fragen ist unser Telefon natürlich täglich besetzt.

Bleibt gesund und bis hoffentlich bald

**Wir freuen uns schon riesig auf Euch –
Euer Känguruh-Team!**





Portrait



Bei dieser Ausgabe der „Kängu-Live“ möchten wir euch eine ganz besondere und wichtige Mitarbeiterin aus unserem Team vorstellen. Die Michaela ist eine unserer Feen, die im Hintergrund des Geschehens bleibt und meist nicht auffällt, jedoch eine sehr wichtige Rolle hat. Sie ist 46 Jahre alt und gebürtige Bambergerin. Bei uns im Haus wird sie, vor allem von den Mini-Hüpfern, ‚Micha‘ genannt. Seit circa zwei Jahren ist sie die Hauswirtschaftshelferin bei uns im Mütterzentrum. Mittlerweile ist sie ein fester Teil unseres Teams und wir können immer auf sie zählen. Sie ist zuständig für die Essensausgabe am Mittag, erledigt Einkäufe, gießt die Pflanzen, spült Geschirr, sorgt für Ordnung und ist zu jeder Zeit für jeden da, wenn man sie braucht.

Bevor Michaela zu uns kam war sie im Bamberger Klinikum als Hauswirtschaftlerin tätig. Dort beendete sie ihre Tätigkeit aufgrund einer Schwangerschaft. Als sie später von der freien Stelle bei uns erfuhr, bewarb sie sich ohne zu zögern. Sie selbst als Alleinerziehende passt hervorragend zum Konzept des Mütterzentrum Känguruhs. Gleich fühlte sie sich wohl. Vor allem gefällt ihr bei uns das familiäre miteinander. Für sie sind wir wortwörtlich ‚ihre große Familie‘. Auch wir können dieser liebevollen Zuschreibung nur erwidern, dass unser Team, unsere Familie ohne Michaela nicht mehr vorstellbar ist! Eine unserer Praktikantinnen beschrieb Michaela mit einem kurzen Reim, der sie sehr gut beschreibt:

**„Sie kommt mit jedem super klar
und ist für alle immer da!“**

Wir danken dir herzlich für dein Engagement und deine Hilfsbereitschaft!



Unsere Kleinsten erzählen ...

Minihüpfer

Die Stadt fährt runter, bei uns geht's weiter! Es gibt wieder einiges zu erzählen. Zunächst begrüßen wir viele neue Leute im Haus. Neben Julia, die seit dem 01. März 2021 die Betreuung bei den Mini Hüpfern übernimmt, freuen wir uns über Sabine und Meltem als neue Praktikantinnen. Gleichzeitig haben wir uns von Jaro und Ida verabschieden müssen, um Ariam und Natan herzlich willkommen zu heißen. Wir freuen uns!

Wir sind gemeinsam in den Genuss der ersten warmen Frühlingstage gekommen und haben diese wunderbar ausgenutzt, bevor es wieder kalt wurde. Wir haben Ostereier gefärbt, Ostereier gebastelt und sogar einen Erdbeerkuchen für unsere lieben Eltern gebacken. Gerade befinden wir uns leider wieder in der Notbetreuung, das kommt unserem Gruppenraum zugute. Der wird nämlich gerade von unseren fleißigen Malern auf Hochglanz gebracht.



ERBA.mbinis



Auch bei den ERBA.mbinis war viel los: In diesem Jahr haben wir den Kindern Fasching ein Stück näher gebracht. Die Kinder durften sich maskieren und wir haben im kleinen Rahmen ein bisschen gefeiert.

Neu bei uns im Team als Tagesmutter, ist Ramona Bäckmann. Sie war vorher als Kinderpflegerin in einem Kindergarten tätig und freut sich jetzt auf eine schöne Zeit hier. Die Kinder und ihre Kollegin hatten mit ihr einen guten Start.



Zur Osterzeit haben die Kinder Osterhasen aus Kaffeefilter gebastelt und mit den Handabdruck der Kinder gelbe Küken mit Fingerfarbe auf Bilder gestaltet. Der Osterhase ist auch bei uns vorbeigehoppelt und hat jedem Kind eine kleine Überraschung gebracht.

Alle haben sich darüber sehr gefreut!



Neuigkeiten im Team

Das Corona-Virus hat uns weiterhin fest im Griff. Unsere Großtagespflegstellen „Mini-Hüpfer“ und ERBA.mбини und die Hausaufgabenbetreuung befinden sich wieder in der Notbetreuung.

Trotz der erschwerten Situation begrüßen wir Julia Totzke und Ramona Bäckmann als neue Tagespflegepersonen in den Großtagespflegestellen. Die Minis bekommen noch einen Neuzugang. Anna Untesch wird ab April die Ersatzbetreuung übernehmen. Herzlich willkommen im Känguruh, wir freuen uns sehr auf die Zusammenarbeit! An dieser Stelle bedanken wir uns bei Alina Murphy und Ulrike Hagel, die uns aus persönlichen Gründen verlassen haben. Danke für die gute Zusammenarbeit und die schöne gemeinsame Zeit!



Neu im Team sind auch Meltem Gümüş und Sabine Wagner, die ein Praktikum bei uns absolvieren und uns in der Großtagespflegestelle und bei der Kinderbetreuung unterstützen. Herzlich willkommen bei uns! Leider hat uns Lea Tretler verlassen, die ihr Praktikum bei uns abgeschlossen hat. Wir haben dich ins Herz geschlossen und werden dich sehr vermissen!

Osterfest

Dieses Jahr musste unser traditionelles Osterfest (wie viele andere Veranstaltungen auch) wegen Corona leider ausfallen. Trotzdem wollten wir eine kleine Oster-Überraschung für unsere Kinder in der Hausaufgabenbetreuung und in den Großtagespflügen vorbereiten, aber auch für alle, die sich über eine Kleinigkeit freuen. Deshalb haben wir vor unserem Eingang einen Korb mit selbst gebastelten Osternestern hingestellt. Alle wurden ganz schnell vergriffen. Darüber haben wir uns sehr gefreut!

An dieser Stelle ein herzlichen Dankeschön an Rewe Rudel für die Befüllung der Osternester und an alle fleißigen Helferinnen für die Organisation und Vorbereitung.



Der Osterhase war da

Ferienbetreuung



Bastel-Spass in der Fe-Be

In den diesjährigen Osterferien gab es wieder ein vielfältiges Ferienabenteuerangebot für Schulkinder von 6 bis 12 Jahren. Aufgrund der Pandemie waren wir zwar ein wenig bei unserer Planung der Angebote eingeschränkt, da vieles, wie zum Beispiel das Bowlinghaus, die Minigolfanlage, das Bambini, Museen und alle anderen Einrichtungen, die den Kindern viel Spaß versprechen, geschlossen hatten. Doch mit einer Sache hatten wir Glück! Das sommerliche Wetter, bei dem wir in T-Shirts unter freiem Himmel vieles unternehmen konnten.

Hier vorab schon mal ein großer Dank an das Team, das die Kinder betreut hat und kreative, abwechslungsreiche, spannende und abenteuerliche Unternehmungen angeboten hat. Neben Bastelangeboten und das Bemalen von Ostereiern, fand eine Spieleolympiade statt, bei dem die Kinder ihre sportlichen Höchstleistungen dar-



stellen konnten. Weiterhin mussten die Kinder ihr kognitives Geschick bei einer Stadtrallye und einer Schatzsuche unter Probe stellen.

Das Highlight war der Ausflug im Bruderwald. Dort leitet uns der Waldlehrpfad von Station zu Station, bei denen wir viele Informationen über den Lebensraum Wald, die Bäume und die Waldbewohner erfuhren. In einem Waldtagebuch konnten die Kinder ihre Erkenntnisse niederschreiben. Abschließend beendeten wir die Ferienbetreuung mit einer Ostereiersuche. Nicht nur viele teilnehmende Kinder äußerten gleich ihren Wunsch, dass sie in den nächsten Ferien auch bei unserer Ferienbetreuung teilnehmen möchten, sondern auch das Team ist völlig begeistert und möchte wieder dabei sein.

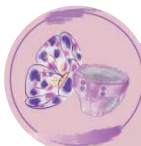


An dieser Stelle möchten wir selbstverständlich auch dem Team in der Küche herzlichst für das Vorbereiten des Frühstücks und die abwechslungsreichen und exzellent schmackhaften Mittagsspeisen danken.

Stoffwindeltreff



Neben dem ökologischen Aspekt der Abfallvermeidung, sind Stoffwindeln unter anderem aus gesundheitlichen Gründen die bessere Wahl. Sie enthalten keinen chemischen Superabsorber und lassen mehr Luft an die Haut. Sie fördern die Hüftreifung durch das breitere Wickeln und helfen dem Kind durch das Spüren der Nässe beim Trockenwerden. Alles zu diesem Thema könnt ihr bei unserem Stoffwindel-Treff erfahren. Aufgrund der momentanen Situation findet der Treff vorerst digital statt.



Wann: Donnerstag
von 11:00 – 12:00 Uhr
Der Treff startet am 22. April

Leitung: Nicole Flores
ausgebildete Stoffwindeln-Beraterin
sowie Stillberaterin in Ausbildung

online-Zugang: www.Zoom.us
Meeting ID: 834 2998 4055
Kennwort: 802553

Tablets „to Go“

Damit unsere wissbegierigen Seniorinnen und Senioren sich an Tablets erproben können, um auch einige Funktionen selbst auszuprobieren, bieten wir die Möglichkeit, Tablets kostenfrei ausleihen. Es muss lediglich eine erschwingliche Kautions für das Gerät hinterlegt werden.

Infos: telefonisch unter 09 51/408 13 17

Kosten: Kautions 20,00 € für Mitglieder und 50,00 € für Nichtmitglieder (wird nach Rückgabe wieder erstattet)



Nachhilfe

Schwierigkeiten in Mathe, Probleme in Deutsch? Gerade in der Vorweihnachtszeit und dann auf dem Weg zum Zeugnis wird es in der Schule ernst. Wenn die eine oder andere Lücke entdeckt wird oder die Noten nicht so gut sind: komm zu uns!

Wir bieten Nachhilfe in allen Fächern – einfach einen Schnupper-Termin vereinbaren, bevor die Lücken zu groß werden!

Hausaufgabenbetreuung

Seit Beginn des Schuljahres kommen zu uns nach der Schule täglich acht Kinder zur Hausaufgabenbetreuung. Die Gruppe ist inzwischen zusammen gewachsen und die Kinder haben viel Spaß miteinander. Im Anschluss an die Schule machen sie erst einmal Pause, essen gemeinsam zu Mittag und erledigen dann zusammen die Hausaufgaben.

Nach den Hausaufgaben ist Freizeit mit wechselnden Angeboten. Die Kinder gehen täglich auf dem Spielplatz, um sich nach dem Lernen auszutoben. Auch das Basteln oder kleine Überraschungen dürfen nicht fehlen.

Die Mittagsbetreuung findet an Schultagen von Montag bis Freitag statt. Bei Bedarf können die Betreuungszeiten in Absprache individuell bis spätestens 18 Uhr verlängert werden.





Second Hand



Braucht ihr noch warme Kleidung für den Winter oder ein kleines Mitbringsel? Dann kommt doch mal vorbei und schaut euch in unserem Second Hand Laden um. Auch in der Corona-Zeit könnt ihr bei uns in Ruhe stöbern.

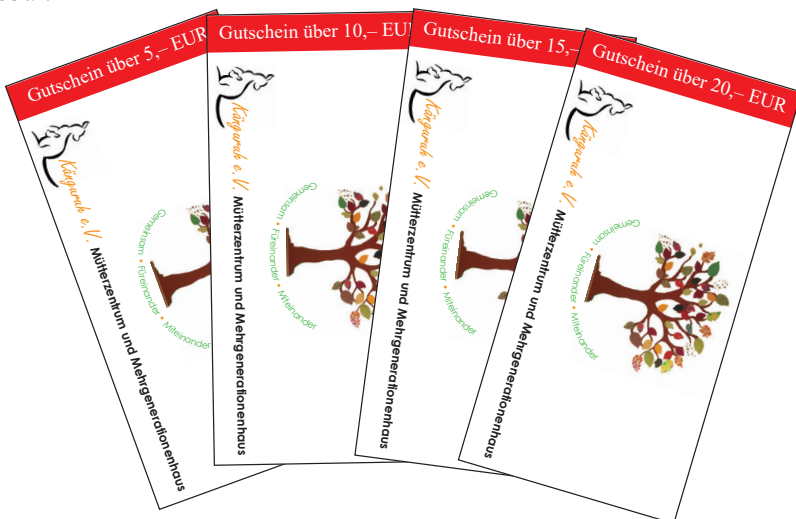
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 9:00 bis 16:00 Uhr

Kängu-Gutscheine

Brauchst du ein originelles Geschenk für deine Lieben? Wie wäre es mit einem Känguru-Gutschein? Der Gutschein gilt für alle Angebote im Känguruh (außer dem Familienpass).

Damit verschenkst du ein paar gemütliche, entspannte Stunden im Känguruh: mit Kaffee und Kuchen, Frühstück oder Mittagessen und Kinderbetreuung. Stöbern im Second Hand Laden oder mit einem Kurs.

Die Gutscheine sind erhältlich in Höhe von 5,00 €, 10,00 € und 20,00 € und sind in allen Bereichen (Second Hand, Café, Kinderbetreuung, Veranstaltungen, Kurse...) einlösbar.



Kinderhaarschneiden

Bei uns können Sie einmal im Monat professionell und günstig die Haare Ihrer Kinder (bis 10 Jahre) schneiden lassen. Unsere Friseurin, selbst Mama von zwei Kindern, hat viel Erfahrung im Umgang mit quirligen Kunden.

Mit Kinderbetreuung für die Geschwisterkinder.

Nächste Termine: 5. Mai 2021
2. Juni 2021
30. Juni 2021
28. Juli 2021
jeweils um 15:00 Uhr



Anmeldung: bei Nicole unter Telefon 01 70/9 73 85 30

Amazon-Smile



Seit einigen Monaten sind wir für das Amazon Smile-Programm erfolgreich angemeldet. Das ist für Sie eine einfache Möglichkeit, mit Ihren Online-Einkäufen das Känguruh zu unterstützen!

Wenn Sie Ihre Einkäufe über die Homepage <https://smile.amazon.de> tätigen, können Sie wie gewohnt bequem bei Amazon einkaufen, erhalten dieselbe Auswahl und profitieren von niedrigen Preisen. Das Schöne daran ist: Amazon gibt 0,5 % Ihres Einkaufswerts an eine soziale Organisation Ihrer Wahl weiter! Nach dem Login mit Ihrem regulären Amazon-Account können Sie über die Suchfunktion das Känguruh suchen und den Frauen-Muetter-Treffpunkt-Kaenguruh e.V. auswählen. Anschließend können Sie wie gewohnt einkaufen und unterstützen dabei ganz einfach unsere Vereinstätigkeit!

Weitere Informationen zum AmazonSmile-Programm finden Sie unter <https://smile.amazon.de/about> oder <https://org.amazon.de>

Wir freuen uns auf Ihre Unterstützung!





Offene Treffs

Habt Ihr auch eine tolle Idee oder Ihr möchtet vielleicht selbst einen Treff leiten?
– Dann sprecht uns an! Wir sind für eure Vorschläge offen! Alle Treffs sind kostenfrei und mit Kinderbetreuung. Es besteht kein Verzehrzwang während der Treffs.

Alleinerziehendentreff

Jeden ersten Samstag im Monat treffen wir uns zum Austausch über das Leben als alleinerziehende bzw. getrennt lebende Mutter oder Vater. In gemütlicher Runde bei lecker Kaffee und Frühstück sitzen wir zusammen und tauschen uns über Alltagsproblem aus, knüpfen neu Kontakte und unterstützen uns gegenseitig.

Unsere Kinder können währenddessen vorne im Spielzimmer betreut werden und sich mal ohne Mama oder Papa austoben. Unsere Gastgeberin Jasmin freut sich auf viele Besucher!

Nächste Termine: werden noch bekannt gegeben
jeweils von 10:00 – 12:00 Uhr

Babytreff



Babytreff –
frühes Networking :-)

Beim Babytreff haben Mütter und Väter die Möglichkeit, Kontakte zu knüpfen, neue Freundschaften zu schließen, sich auszutauschen und einfach schöne Stunden mit den Babys zu verbringen. In unserer Cafeteria gibt es und leckere Frühstücksangebote. Die großen Geschwister sind auch herzlich willkommen und können bei Bedarf im offenen Treff kostenfrei betreut werden. Kommt einfach vorbei – wir freuen uns auf euch!

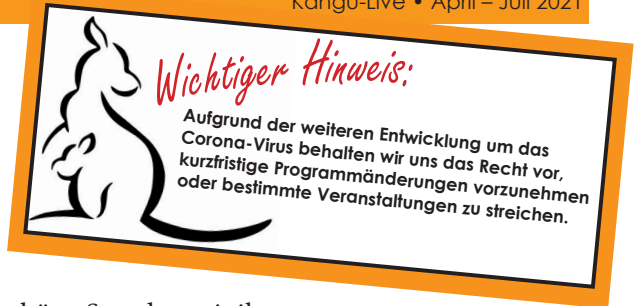
Wann: Dienstag von 10:00 – 12:00 Uhr

Kleinkindertreff

Beim Kleinkindertreff haben Mütter und natürlich auch Väter die Möglichkeit, Kontakte zu knüpfen, neue Freundschaften zu schließen, sich auszutauschen und einfach schöne Stunden mit ihren Kindern zu verbringen.

Für Entspannung sorgt auch die Kinderbetreuung. In unserem Känguruh-Café gibt es Heiß- und Kaltgetränke sowie Kuchen zum kleinen Unkostenbeitrag. Alle sind herzlich willkommen – auch ohne Voranmeldung

Wann: Donnerstag von 16:00 – 18:00 Uhr



Café 54

Der Treff für alle ab 54 Jahren!
Wir treffen uns jeden Freitag,
um gemeinsam zu spielen,
Kaffee zu trinken und
kennenzulernen und auszutauschen.



Wenn uns ein Thema besonders interessiert laden wir uns dazu einen Dozenten ein! Von Reisevortrag bis hin zur Einführung „wie funktioniert ein Computer“ die Auswahl ist unbegrenzt.

Der Treff ist kostenlos – einfach vorbeikommen!

Wann: Freitag von 16:00 – 18:00 Uhr





International Ladies Meet & Greet



Malteser

In Zusammenarbeit mit dem Malteser Hilfsdienst veranstalten wir den internationalen Frauentreff. Frauen aus allen Ländern der Welt treffen sich hier zum Austausch der Kulturen, Kennenlernen und zusammen sein. Jeder Nachmittag steht unter einem anderen Thema: ob syrisches Gebäck, ein kurdischer Nachmittag oder das Gesundheitssystem, Bildungssystem oder Kinderbetreuung. Wir laden Referenten ein, die uns über das Thema des Tages informieren und Fragen beantworten. Die Kinderbetreuung ist während des Treffs kostenlos.



Nächste Termine: werden noch bekannt gegeben
jeweils von 13:00 – 16:00 Uhr



Deutsch-Türkischer Treff

Wir laden alle ganz herzlich ein, an der türkischen Kultur teilzunehmen und bei gemütlichem Beisammensein sich auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen.

Ihre Gastgeberinnen Fatos und Zeynep präsentieren ein leckeres und abwechslungsreiches türkisches Frühstück und steht gerne für Fragen zur Verfügung.

Wann: Freitag von 10:00 – 12:00 Uhr

Strick- und Häkel-Club

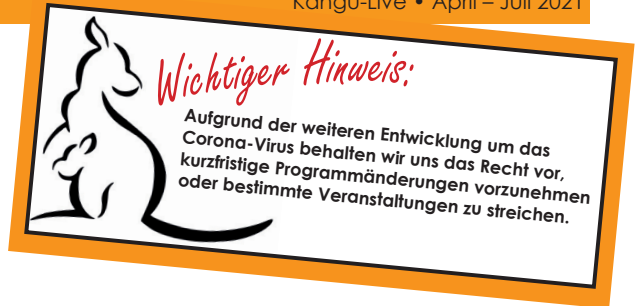
Sie haben Spaß an der Handarbeit oder wollen es erlernen und dabei Spaß und Unterhaltung haben? Dann sind Sie genau richtig bei unserem Strick-Club. Jeder ist willkommen – egal ob Neulinge oder Erfahrene.

Unsere „Fachfrauen“ helfen gerne weiter und freuen sich auf neue Gesichter!

Wann: Dienstag von 14:30 – 17:00 Uhr



Unsere Kurse



Habt ihr auch eine Idee oder ihr möchtet vielleicht selbst einen Kurs anbieten? – Dann sprecht uns an. **Wir sind für eure Vorschläge offen!**

Deutschkurse für Frauen

An jeweils zwei Tagen in der Woche bieten wir Frauen und Müttern die Möglichkeit einen Deutschkurs zu besuchen und so durch die Sprache Integration zu ermöglichen. Die Kinder werden während des Kurses von erfahrenen Ehrenamtlichen betreut.

Unsere aktuellen Kurse:

A1:	Mittwoch und Freitag	9:30 – 12:00 Uhr
A2.1:	Montag und Mittwoch	9:30 – 12:00 Uhr
B1:	Montag und Donnerstag	9:30 – 12:00 Uhr
B2:	Dienstag und Freitag	9:30 – 12:00 Uhr

Kosten: 10,00 € im Monat,
zuzüglich 5,00 € für jedes Kind in der Kinderbetreuung

Anmeldung: telefonisch unter 0951/4 08 13 17
oder per Mail an: info@mz-kaenguruh.de





Eltern-Kind-Yoga

„Kidding around Yoga“ ist ein vielseitiges Programm mit Musik, Spielen und Geschichten. Kinderyoga motiviert, fördert das Selbstvertrauen und macht es den Kleinen leichter, mit ihren Emotionen im Alltag umzugehen. Bei uns stehen Spiel, Spaß und Bewegung für die Kinder im Vordergrund. Ganz nebenbei stärken wir die Eltern-Kind-Beziehung und lernen dabei Achtsamkeit, Entspannung und Konzentration. Die Stunden beinhalten die traditionellen Yoga-Posen kindgerecht und mit viel Spaß in kleinen Geschichten aufbereitet.

Für Familien mit Kindern im Alter von 2 bis 4 Jahren. Max. 5 Eltern-Kind-Teams.
Bitte Stoppersocken und eine eigene Decke oder Yogamatte mitbringen.
Anmeldung erforderlich!

Wann:

Dienstag von 15:30 – 16:15 Uhr

Kosten:

pro Team (1 Erwachsener & 1 Kind)
60,00 € für 6 Einheiten

Info's und Anmeldung:

bei Cathleen Fröhlich (zertifizierte KAY-Lehrerin)
per Mail an die anyoga@7blatt.de
oder telefonisch unter 0951/4 08 13 17



Pekip Kurs

Seit September 2020 bietet Lisa Wagner neue Pekip Kurse bei uns im Haus an. Das „Prager-Eltern-Kind-Programm“ ist für Babys ab 3 Monaten mit ihren Eltern. Die Gruppen mit Babys im gleichen Alter treffen sich einmal in der Woche in einem warmen Raum.



Wichtiger Hinweis:

Aufgrund der weiteren Entwicklung um das Corona-Virus behalten wir uns das Recht vor, kurzfristige Programmänderungen vorzunehmen oder bestimmte Veranstaltungen zu streichen.

Die Kinder sind während der Kurszeit kleidungsfrei und werden von einer zertifizierten PEKIP- Gruppenleiterin geleitet. Durch den Kurs lernen die Eltern die Fähigkeiten und Bedürfnisse der Kinder besser wahrzunehmen, werden erste Kontakte zu Gleichaltrigen ermöglicht. Die Eltern haben auch Zeit sich mit den anderen Eltern und der Gruppenleitung auszutauschen.

Wann: Dienstag 9:30 – 11:00 Uhr (10 Einheiten)

Kosten: 90,00 € für Nichtmitglieder,
88,00 € für Mitglieder

Anmeldung: Lisa Wagner unter der Tel. 01 76/70 88 94 21 oder per E-Mail: lisa_wagner86@web.de



... Bindung fördern



Storytime

Für Kinder ab 6 Monate mit Ihren Eltern. Hier wird gesungen, getanzt und jede Woche ein neues Buch vorgelesen. Die Eltern machen mit und lernen hier neue und altbekannte Kinderlieder und Fingerspiele kennen. So können sie Ihre Kinder besser bei der Sprachentwicklung unterstützen und lernen in der Gruppe andere Eltern kennen und können sich austauschen.

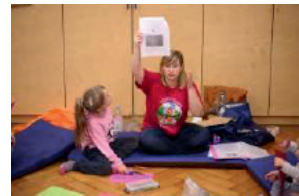
Michelle Barsch ist Amerikanerin und hat zwei kleine Kinder, die bilingual aufwachsen.



Wann: jeden 1. Freitag im Monat von 16:15 – 17:00 Uhr

Kosten: 4,50 € pro Stunde und Familie für Nichtmitglieder und
3,00 € pro Stunde und Familie für Mitglieder

Teoleo – Eltern-Kind-Kurs



Teoleo ist ein kleiner Löwe, der tolle Mitmach-Ideen für Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren und euch, die Eltern, im Gepäck hat. Jeden Mittwoch bieten wir einen Teoleo Eltern-Kind-Kurs an, bei dem ihr mit euren Kindern in verschiedene Welten eintaucht. Es wird gebastelt, gesungen, geforscht und erlebt, alles unter pädagogisch geprüfter Anleitung – und das Beste: Eure Kinder lernen spielerisch viel dazu. Ihr braucht nichts mitzubringen, außer guter Laune und die Lust Neues zu entdecken. Anmeldung erforderlich!

Wann: Mittwoch von 15:30 - 16:30 Uhr, 6 Einheiten

Kosten: keine – einfach anmelden und vorbei kommen

Infos und Anmeldung: telefonisch unter 0951/4 08 13 17 oder per Mail an carolin.loewert@initiative-fuer-fruehe-bildung.de

Kindertanzen

Sandra, Tanztrainerin mit ADTV- Fach-ausbildung und Fachlehrerin für Kindertanz, bietet am Montagnachmittag zwei Tanzkurse für Kinder und Teenager an.

Pro Teilnehmer*in kostet der Tanzkurs 25,00 €, die Kurse bauen aufeinander auf und finden außerhalb der Schulferien wöchentlich statt. Die Eltern sind in der Eingewöhnungszeit mit dabei. Danach können Sie sich mit Kaffee und Kuchen die Zeit im Café vertreiben. Geschwisterkinder können währenddessen im Spielzimmer betreut werden und sich austoben.



Wichtiger Hinweis:

Aufgrund der weiteren Entwicklung um das Corona-Virus behalten wir uns das Recht vor, kurzfristige Programmänderungen vorzunehmen oder bestimmte Veranstaltungen zu streichen.

„Tanzmäuse“:

Montag von 16:45 – 17:30 Uhr
kreativer Kindertanz für Kinder ab 4 Jahren.

„iMove“:

Montag von 17:45 – 18:45 Uhr
Videoclip Dance für Teenager von 14 – 16 Jahren.
Wir lernen die Bewegungen und Choreos der Stars.

Kosten:

25,00 € pro Teilnehmer/Tanzkurs

Infos und Anmeldung:

bei uns im Büro unter 0951/4081317 oder
direkt bei Sandra Kampe: 0179-1022454 oder
TanzTraum@web.de



Tanzen fördert die
Entwicklung



Gemeinschaftstänze für Jung und Alt

Tanzen ist Balsam für Körper, Geist und Seele, und das in jedem Lebensalter. Ob mit oder ohne Tanzerfahrung – wir lernen gemeinsam die Schrittfolgen zu Kreis-, und Blocktänzen.

Jede(r) kann mithalten – die Bewegungen sind auch für ältere Menschen geeignet und können sogar individuell an besondere Bedürfnisse angepasst werden.

Wann: Termine werden noch bekannt gegeben
jeweils von 14:30 - 16:00 Uhr

Kosten: 3,00 € pro Stunde für Mitglieder und
4,00 € pro Stunde für Nichtmitglieder

Leitung: Frau Lonja Reinfelder, ausgebildete Seniorentanzleiterin

Englischkurs für Senioren

Können Sie sich noch an die Englischstunden in der Schule erinnern? Fühlen Sie sich auch „eingerostet“ und würden gern wieder Ihre Englischkenntnisse wieder-auffrischen?

Ob einfach so um fit zu bleiben, oder um Touristen in der Stadt den Weg erklären zu können oder um bei der nächsten Städte-Reise nach London ohne den Sprachführer zu Recht zu kommen – Gründe gibt es viele.

In der Stunde arbeiten wir mit dem Kursbuch, lösen die „exercises“ und nutzen den Themen aus den „units“ für interessante und zwanglose Gespräche auf Englisch. Ohne Leistungsdruck und in einer kleinen Gruppe macht das Lernen Spaß!

Der Kurs ist fortlaufend ohne Anmeldung – Einstieg jederzeit möglich

Wann: Termine werden noch bekannt gegeben

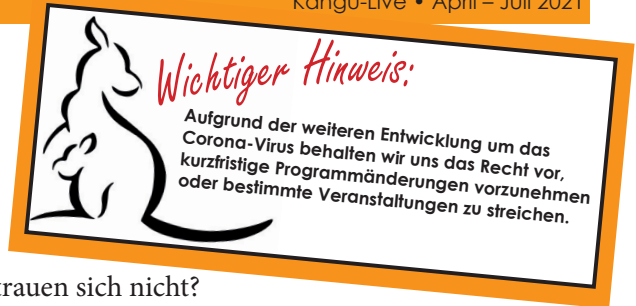
Kosten: 3,00 € pro Stunde für Mitglieder und
4,00 € pro Stunde für Nichtmitglieder



Laptop, Smartphone, Tablet für Senioren

Sie haben einen Laptop, Smartphone oder Tablet, wissen aber nicht so richtig was das Gerät alles kann? Oder trauen sich nicht?

Wir lernen in einer kleinen Gruppe, was Sie alles mit dem Smartphone oder Tablet machen können, also von WhatsApp, Bilder machen über Surfen im Internet mit allem was dazu gehört: Online Banking, Online Shopping, Soziale Netzwerke. Der Sicherheitsaspekt und Datenschutz werden ebenfalls angesprochen. Durch die kleine Gruppengröße können Sie auch im Kurs Ihre eigenen Fragen und Probleme ansprechen und so mitbestimmen, welche Themen besprochen werden.



Neue Kurse: Termine werden noch bekannt gegeben

Smartphone und Tablet: Termine werden noch bekannt gegeben

Laptop: Termine werden noch bekannt gegeben

Kosten: 25,00 € für Nichtmitglieder
20,00 € für Mitglieder
jeweils 10 Einheiten



Mediensprechstunde

Fragen zu PC, Tablet oder Smartphone? Wir helfen Ihnen!

In der PC-Sprechstunde können Sie alle Fragen stellen, die sie beschäftigen. Bringen Sie ihr Smartphone, Tablet oder Laptop einfach mit und wir lösen Schritt für Schritt das Problem und schaffen wieder Klarheit.

Wann: Donnerstag von 9:00 – 11:30 Uhr
Teilnahme nur mit vorheriger Anmeldung möglich!

Kosten: Die Sprechstunden sind kostenfrei!



Pilates

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, das vor allem die tief liegende Rumpfmuskulatur anspricht, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgt. Eine gute Mischung aus Körperbeherrschung, Atmung, Entspannung und präzisen Bewegungen fördert in jedem Alter Kondition, Koordination und Körperwahrnehmung.

Wann: Dienstag von 17:45 – 18:45 Uhr,
10 Einheiten

Kosten: 100,00 €, die Kursgebühr wird von den gesetzlichen Krankenkassen zu 70% – 80% erstattet. (§ 20 SGB V)

Leitung: Uta Braun, Physiotherapeutin und zertifizierte Pilates Kursleiterin

Anmeldung: telefonisch unter 0171/3296721 oder per E-Mail: braun_uta@gmx.de



Yoga für Anfänger & Fortgeschrittene

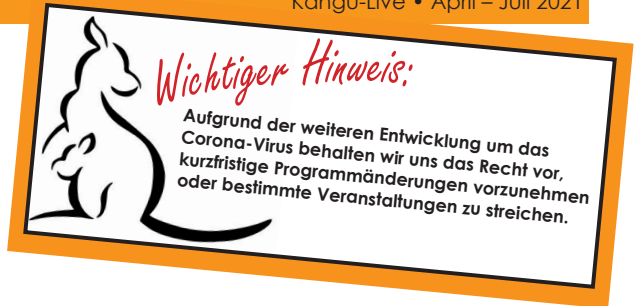
Yoga möchte den Menschen mit seinem Körper, seinem Geist und seiner Seele in Einklang bringen. Gerade in der heutigen, schnelllebigen Alltagswelt gehen Ruhe und Innenhalten oft verloren. Wir üben klassische Yogahaltungen (Asana), um wieder mehr Körperbewusstsein zu entwickeln, Verspannungen abzubauen und organische Prozesse anzuregen. Gleichzeitig sind Entspannungsphasen während und am Ende einer Stunde sind wichtig, um Stress und innere Unruhe aufzulösen.



Ein Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich.

Bitte vereinbaren Sie telefonisch eine kostenlose Schnupperstunde.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke gute Laune!



Fortsetzung: **Yoga für Anfänger & Fortgeschrittene**

Wann: Montag 19:00 – 20:00 Uhr und
Mittwoch 18:00 – 19:00 Uhr

Leitung: Christina Ferez (DYG/EYG) Tel. 01 78/5 30 35 77

Yoga für Senioren

Der Kurs richtet sich an alle, die Yoga praktizieren möchten, jedoch nicht mehr überwiegend auf dem Boden üben können.

Die Übungen werden auf oder mit dem Stuhl ausgeführt. Mit Yogaübungen verbessern wir die Balance und unsere Koordinationsfähigkeit, die Beweglichkeit der Wirbelsäule, das Lungenvolumen durch tiefes, bewusstes Atmen. Dies sind nur einige wichtige Aspekte neben der Freude und dem Körpergefühl, welches sich spürbar verbessert.

Wann: Donnerstag von 10:00 – 11:00 Uhr

Leitung: Petra Antrack

Anmeldung: telefonisch unter 0951/4 08 13 17
oder per Mail an:
info@mz-kaenguruh.de





Vijnana-Yoga

Durch die Beschäftigung mit unserem Körper beim Praktizieren der Asanas/Haltungen lernen wir uns selbst kennen und dringen so immer tiefer in die Schichten unseres Daseins vor.

Yoga in der Tradition nach BKS Iyengar ist bekannt für das detaillierte Arbeiten an den Haltungen. Durch den Einsatz der Hilfsmittel wie Klotz, Decke, Gurt, Wand... können die Asanas länger gehalten und von jedermann geübt werden.

Vijnana-Yoga – practicing from inside © – ist ein kraftvoller und zugleich sanfter Yogastil, der durch Orit sen Gupta geprägt wurde.

Wann: Mittwoch von 19:30 - 21:00 Uhr

Leitung: Monika Schlichtig, Tel. 0176-21157491





Wichtiger Hinweis:

Aufgrund der weiteren Entwicklung um das Corona-Virus behalten wir uns das Recht vor, kurzfristige Programmänderungen vorzunehmen oder bestimmte Veranstaltungen zu streichen.

Kommende Termine und Veranstaltungen

Kinderhaareschneiden:

- Mittwoch, 5. Mai 2021
von 15:00 – 17:00 Uhr
- Mittwoch, 2. Juni 2021
von 15:00 – 17:00 Uhr
- Mittwoch, 30. Juni 2021
von 15:00 – 17:00 Uhr
- Mittwoch, 28. Juli 2021
von 15:00 – 17:00 Uhr





Regelmäßige Angebote und Kurse

(nicht in den Ferien und an den Feiertagen)



Offene Treffs

<input type="checkbox"/> Offener Treff mit Frühstück	Montag – Freitag	9:00 – 12:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Offener Treff mit Kaffee & Kuchen	Montag – Freitag	15:00 – 18:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Deutsch-Türkischer-Treff	Freitag	10:00 – 12:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Café 54	Freitag	16:00 – 18:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Stoffwindeln-Treff	Donnerstag	11:00 – 12:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Baby-Treff	Dienstag	10:00 – 12:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Kleinkinder-Treff	Donnerstag	16:00 – 18:00 Uhr

Sprachen für Erwachsene

<input type="checkbox"/> Deutsch für Frauen und Mütter mit Kindern:		
A1 – Sprachniveau Elementarstufe 1	Mittwoch/Freitag	9:30 – 12:00 Uhr
A2 – Sprachniveau Elementarstufe 1	Montag/Mittwoch	9:30 – 12:00 Uhr
A2 – Sprachniveau Elementarstufe 1	Montag/Donnerstag	15:30 – 18:00 Uhr
B1 – Sprachniveau Mittelstufe 1	Dienstag/Freitag	9:30 – 12:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Englischkurs für Senioren	Wird noch bekannt gegeben	

Schulkinder bis 12 Jahre

<input type="checkbox"/> Hausaufgabenbetreuung	Montag – Freitag	11:00 – 18:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Nachhilfe	nach Vereinbarung	

Regelmäßige Angebote und Kurse

(nicht in den Ferien und an den Feiertagen)

Sport und Bewegung für Erwachsene

<input type="checkbox"/> Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene	Montag	19:00 – 20:00 Uhr
	Mittwoch	18:00 – 19:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Pilates	Dienstag	17:30 – 18:30 Uhr
<input type="checkbox"/> Vijnana-Yoga	Mittwoch	19:30 – 21:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Yoga für Senioren	Donnerstag	10:00 – 11:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Gemeinschaftstänze für Alt und Jung	Freitag	14:30 – 16:00 Uhr

Computer und Technik für Senioren

<input type="checkbox"/> Smartphone-Kurs	Termine folgen
<input type="checkbox"/> Laptop-Kurs und Tablet-Kurs	Termine folgen

Service:

<input type="checkbox"/> Tablet „to go“	Montag – Freitag	9:00 – 12:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Mediensprechstunde	Donnerstag	9:00 – 11:30 Uhr

Kreatives

<input type="checkbox"/> Strick- und Häkel-Club	Dienstag	14:30 – 17:00 Uhr
---	----------	-------------------





Eltern, Babys und Kleinkinder

<input type="checkbox"/> Pecip	Freitag	9:30 – 11:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Eltern-Kind-Yoga	Dienstag	15:30 – 16:15 Uhr 16:15 – 17:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Teoleo – Eltern-Kind-Kurs	Mittwoch	15:30 – 16:30 Uhr
<input type="checkbox"/> Tanzen für Kinder „Tanzmäuse“	Montag	16:45 – 17:30 Uhr
<input type="checkbox"/> Storytime	jeden 1. Freitag im Monat	16:30 – 17:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Stoffwindeln-Treff	Donnerstag	11:00 – 12:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Baby-Treff	Dienstag	10:00 – 12:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Kleinkinder-Treff	Donnerstag	16:00 – 18:00 Uhr

Jugendliche 14 – 16 Jahre

<input type="checkbox"/> Tanzen für Teenager „iMove“	Montag	17:45 – 18:45 Uhr
--	--------	-------------------

Sonstiges

<input type="checkbox"/> Second-Hand-Laden	Montag – Freitag	9:00 – 18:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Feste & Veranstaltungen im Jahreskreis	Termine folgen	
<input type="checkbox"/> Kindergeburtstage	nach Vereinbarung	
<input type="checkbox"/> Großtagespflegestellen für Kinder 1-3 Jahre	nach Vereinbarung	
<input type="checkbox"/> Ferienbetreuung in den Schulferien	nach Vereinbarung	



In den Pfingstferien ist das Känguruh geschlossen