

Anmeldung zu unseren Kursen

Bitte die gewünschten Kurse unten ankreuzen und die mit Ihrer vollständigen Anschrift versehene Anmeldung in der KITA abgeben.

Programm für Kinder

- [01] Psychomotorische Turngruppe
- [02] Kurs „Sicherheits- und Selbstbehauptungstraining für Kinder“

Programm für Erwachsene

- [03] Vortrag „Elternabend zum Sicherheits- und Selbstbehauptungstraining für Kinder“
- [04] Vortrag „Elternschaft und Trennung“
- [05] Vortrag „Einschulung“
- [06] Kurs „Starke Eltern-Starke Kinder – Fortsetzung“
- [07] Kurs „Lösungsorientiert durch den Familienalltag“

Gemeinsame Aktionen

- [08] Töpferwerkstatt im Jugendhaus
- [09] Väter werken & bauen mit ihren Kindern
- [10] Familienfrühstück im Jugendhaus
- [11] Wir backen für Ostern
- [12] Familien-Wandertag
- [13] Klettern mit Anke im Jugendhaus

Anmeldungen sind auch telefonisch oder per E-Mail möglich:
Tel.: 0 22 36/3 83 54-20 / familienzentrum@miteinander-leben.com

Name, Vorname

Alter des Kindes/der Kinder

Straße, Hausnummer

PLZ und Wohnort

Telefon

E-Mail

Datum, Unterschrift

Unsere Einrichtungen auf einen Blick

- Familienzentrum
- Jugendhaus Sürth
- KITA miteinander leben
- Offener Freizeit-Treff (OFT)
- Eltern-Kind-Gruppen
- Wohnprojekte
- Spielgruppen

Das Familienzentrum und die KITA miteinander leben kooperieren eng mit „miteinander leben e.V.“. Der Verein engagiert sich seit 1965 für Menschen mit Behinderungen und gehört zu den ersten inklusiven Einrichtungen in Köln. Gemeinsam bilden sie ein Zentrum für Familien mit einem biographiebegleitenden Angebot vom Kleinkind- bis zum Erwachsenenalter.



Sie erreichen das Familienzentrum gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln: Straßenbahn Linie 16, Haltestelle Sürth oder Busse Nr. 130 und 131, Haltestelle Marktplatz Sürth

Offenes Elterncafe ...

... in Kooperation mit der Familienberatungsstelle Stadt Köln

Das Elternkaffee in Kooperation mit der Familienberatungsstelle ist neu in unserem Familienzentrum. Einladen möchten wir Sie zum Erfahrungsaustausch zu unterschiedlichen Erziehungsfragen in einer Elterngruppe, mit beratender Unterstützung aus der Familienberatungsstelle.

27.02. / 27.03. / 24.04. / 29.05. / 26.06.

Alle Termine jeweils am letzten Dienstag im Monat von 15:00 bis 16:30 Uhr.

Elternsprechstunde ...

... der Frühförderung Stadt Köln

Ansprechpartnerin: Margret Strive,
Mitarbeiterin der Frühförderung

25.01. / 22.02. / 22.03. / 26.04. / 14.05. / 21.06. / 19.07.

Alle Termine donnerstags von 15:00 bis 16:00 Uhr.

Zur Koordinierung der Terminvergabe ist eine vorherige Anmeldung zur Sprechstunde erforderlich. Die Anmeldung erfolgt über das Familienzentrum bei Frau Moreno. Telefon: 0 22 36 / 3 83 54 20

Netzwerk Eltern für Eltern

Das „Netzwerk Eltern für Eltern“ setzt sich für die Verwirklichung einer „inklusive Gesellschaft“ ein und lebt von gegenseitiger Unterstützung und Beratung.

Ein Teil des Netzwerkes ist unser „inklusive Gesprächskreis“, der vierteljährlich zu den unterschiedlichsten Themen stattfindet.

Der inklusive Gesprächskreis trifft sich wieder am:

Mittwoch, 28.02. von 19:30 Uhr – 21:30 Uhr
Mittwoch, 16.05. von 19:30 Uhr - 21:30 Uhr

Das aktuelle Thema wird ca. 2 Wochen vor dem Treffen bekannt gegeben.

Offenes Elterncafe

jeden Freitag vormittag 8.30 bis 12.00 Uhr | jeden Mittwoch nachmittag 14.00 bis 16.15 Uhr

miteinander leben e.V. Inklusive Kindertagesstätte

miteinander leben e.V. – Inklusive Kindertagesstätte
Familienzentrum

Bankverbindung:
IBAN: DE50 3705 0198 1002 4426 20
BIC: COLSDE33XXX
www.miteinander-leben.com

Familienzentrum miteinander leben



Programm
Januar bis Juli 2018



(Foto: fotofla.de)

Programm für Kinder

- **[01] Psychomotorische Turngruppe**
für Kinder von 3 bis 4 Jahren
Kursleitung: Ursula Böckermann
fortlaufender Kurs, dienstags ab 26.01., 16:00 bis 17:00 Uhr
Kostenbeitrag für jeweils 10 Unterrichtsstunden: € 80,-
Anmeldung bis 10.01. erforderlich
- **[02] Kurs**
Sicherheits- und Selbstbehauptungstraining
für Kinder von 5 bis 11 Jahren und Jugendliche ab 12 Jahren
Referentin: Ingrid Finger
Kinder von 5 bis 11 Jahren von 16:00 bis 18:00 Uhr
Jugendliche ab 12 Jahren von 16:30 bis 18:30 Uhr
Mo 12.03. / Di 13.03. / Mi 14.03. / Mo 19.03. und Di 20.03.
Kostenbeitrag: € 139,- (10% Ermäßigung für Geschwisterkinder)
Anmeldung bis 06.03. erforderlich

Programm für Erwachsene

Rücken-fit
Kursleitung: Dagmar Knopp, Dipl-Sportlehrerin
Anmeldung: Tel. 022 36 / 89 57 77 oder: dagsea@aol.com

- **Kurs 1**
10 x Rücken-fit
montags, 05.02. bis 30.04., 18:30 bis 19:30 Uhr
Kursgebühr: € 60,- (Zuschuss von gesetzlichen Krankenkassen möglich)
- **Kurs 2**
9 x Rücken-fit
montags, 07.05. bis 09.07., 18:30 bis 19:30 Uhr
Kursgebühr: € 60,- (Zuschuss von gesetzlichen Krankenkassen möglich)

Yogakurse im Familienzentrum

Anmeldung bei Marco Büscher: Tel. 0179 / 9 67 78 42
oder: marco_yoga@icloud.com

- **Kurs 1**
Vinyasa Yoga (Level2 mit Marco)
fortlaufend dienstags, 17:30 bis 18:50 Uhr
- **Kurs 2**
Einführung in Einführung in Hatha und Vinyasa Yoga (Level1 mit Marco)
fortlaufend dienstags, 19:00 bis 20:30 Uhr

- **Kurs 3**
Yoga und Entspannung (Level1 mit Marco)
fortlaufend mittwochs, 18:15 bis 19:45 Uhr
- **Kurs 4**
Hatha und Vinyasa Yoga (Level1 mit Bea und Sophia)
fortlaufend donnerstags, 19:00 bis 20:30 Uhr

Craniosacral Balancing – Integrative Körperarbeit im Familienzentrum

Der Craniosacrale Rhythmus verbreitet sich über das Bindegewebe im ganzen Körper. Aufmerksamkeit und sensible Berührung der feinsten Gewebestrukturen helfen dem Körper, sich zu harmonisieren. Dabei lösen sich Verspannungen, Schmerzen oder Bewegungseinschränkungen; das Immunsystem erfährt eine Stärkung. Nach einer Craniosacralen Behandlung fühlen Sie sich meist entspannter, energiereicher und lebendiger.

Termine können für Freitags mit Ursula Böckermann ausgemacht werden: Tel. 02205/2865 oder 0176/96631902, oder persönlich vor Ort im Familienzentrum, oder per Email: ursulaboeckermann@web.de / www.motiva-uboeckermann.de

- **[03] Vortrag**
Elternabend zum Sicherheits- und Selbstbehauptungstraining für Kinder von 5 bis 11 Jahren und ab 12 Jahren
Referentin: Ingrid Finger
Montag, 19.02., 19:30 bis 21:00 Uhr
kostenfrei, Anmeldung bis 15.02. erforderlich
- **[04] Vortrag**
Elternschaft und Trennung
Sie gehen als Paar auseinander – aber Sie werden Ihr Leben lang Eltern bleiben ... die elterliche Verantwortung nach einer Trennung ist keine leicht zu meisternde Aufgabe.
Referentin: Juliane Jelinski,
Psychologin in der Familienberatung der Stadt Köln
Donnerstag, 22.02., 19:30 bis 21:30 Uhr
kostenfrei, Anmeldung bis 19.01. erforderlich
- **[05] Vortrag**
Einschulung
In Zusammenarbeit mit der Familienberatungsstelle und dem Schulpsychologischen Dienst laden wir alle Vorschul Eltern und andere interessierte Eltern zum Elternabend ein.
Kostenfrei. Der Abend ist für Ende April/Anfang Mai geplant, Termin wird über Aushang bekannt gegeben.

- **[06] Kurs**
Starke Eltern-Starke Kinder – Fortsetzung
Auf besonderen Wunsch der letzten Kursteilnehmer bieten wir Ihnen eine „Fortsetzung“ an, die gerne auch von Eltern aus vorherigen Kursen besucht werden kann.
Referentin: Andrea Lück
freitags 02.02. / 23.03. / 13.04. / 04.05. und 16.07.
Kursgebühr: € 35,- pro Teilnehmer
Anmeldung bis 25.01. erforderlich

- **[07] Kurs**
Lösungsorientiert durch den Familienalltag
Referentin: Andrea Lück
Samstag, 28.04., 9:00 bis 17:00 Uhr / Freitag, 18.05. und Freitag, 29.06., 18:00 bis 21:30 Uhr
Kursgebühr: € 50,- pro Teilnehmer (für Elternpaare berechnen wir die Kursgebühr für den 2. Teilnehmer mit einem Rabatt von 50%)
Anmeldung bis 20.04. erforderlich



Save the Date:

Am 16. Juni feiern wir ein großes Sommerfest!

10 Jahre steht unsere „neue“ Kita und Familienzentrum jetzt schon am Sürther Marktplatz und das wollen wir mit einem Kindermusical und großem Jahrmarktsfest feiern!

Gemeinsame Aktionen

- **[08] Töpferwerkstatt im Jugendhaus**
für Kinder ab 5 Jahren und deren Eltern
Referentin: Ina Hasselbach
Sonntag, 04.03., 13:00 bis 17:00 Uhr
Kostenbeitrag: € 5,- pro Teilnehmer
Anmeldung bis 23.02. erforderlich
- **[09] Väter werken & bauen mit ihren Kindern**
Aus Europaletten gestalten wir eine Kinderküche für das Außengelände. Bei schönem Wetter schmeißen wir den Grill an, bei schlechtem Wetter auch!
Samstag, 17.03., ab 10:00 Uhr
- **[10] Familienfrühstück im Jugendhaus**
Sonntag, 18.03., 10:00 bis 13:00 Uhr
Anmeldung bitte direkt im Jugendhaus
- **[11] Wir backen für Ostern**
für Kinder ab 3 Jahren und deren Eltern
Kursleitung: Roswitha Scheuß und Barbara Troschke
Freitag, 23.03., 15:30 bis ca. 17:30 Uhr
Bitte Schürze und Plätzchendose mitbringen.
Kostenbeitrag: € 8,- pro Familie
Anmeldung bis 12.03. erforderlich
- **[12] Familien-Wandertag**
Treffpunkt: Willy-Brandt-Str., Heiderbergsee/ Brühl (eigene Anreise / Fahrgemeinschaften über FamZ möglich).
Gemeinsam spazieren wir um den See (5,5 km) und besuchen mit den Kindern den Waldspielplatz. **Bitte Mitbringen:** Verpflegung für ein kleines „Picknick“ auf dem Spielplatz.
Wanderbegleitung: Roswitha Scheuß und Michaela Moreno
Samstag, 14.04., 14:00 Uhr, kostenfrei
Anmeldung bis 10.04. erforderlich
- **[13] Klettern mit Anke im Jugendhaus**
für Kinder ab 5 Jahren und deren Eltern
Kursleitung: Anke Sommerhäuser
Samstag, 28.04., 10:00 bis 13:00 Uhr
Kostenbeitrag: € 5,- pro Familie
Anmeldung bis 20.04. erforderlich