

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] Kinderkarate
- [03] Theater für Kinder am „Tag der Offenen Tür“

Programm für Erwachsene

- [04] Kurs Erste-Hilfe-Kurs für Kinder im Säuglings- und Kleinkindalter
- [05] Kurs Autogenes Training
- [06] Kurs Starke Eltern – Starke Kinder
- [07] Kurs Starke Eltern-Starke Kinder – Folgekurs
- [08] Kurs Töpferwerkstatt für Erwachsene

Gemeinsame Aktionen

- [09] Töpferwerkstatt im Jugendhaus
- [10] Weihnachtsbäckerei
- [11] Klangvoll in die Lichterzeit

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

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, 25.09., ab 19:30 Uhr
Mittwoch, 11.12. ab 19:30 Uhr

Elternsprechstunde ...

... der Frühförderung Stadt Köln

Termine jeweils donnerstags von 15:00 bis 16:00 Uhr:
19.09 / 17.10 / 21.11. / 19.12.

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

Familienberatung der Stadt Köln ...

ist einer unserer Kooperationspartner im FamZ, mit einem umfangreichem Beratungsangebot für die Elternschaft und Familien in unserem Stadtgebiet.

Wenn Sie Erziehungsfragen haben (Geschwisterkonflikte, Pubertät, Schwierigkeiten in der Schule oder Kita, in Trennungssituationen ...) dann finden Sie hier kompetente Beratung und Unterstützung.

Kontakt über das FamZ: 0 22 36 / 3 83 54-20,
Beratungsgespräche können in der Geschäftsstelle der Beratungsstelle oder in unserem FamZ angeboten werden.

Offenes Elterncafe

jeden Mittwochnachmittag | jeden Freitagvormittag
14.00 bis 16.15 Uhr | 8.30 bis 12.00 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
Aug. – Dez. 2019



miteinander leben e.V.

Programm für Kinder

- **[01] Psychomotorische Turngruppe**
für Kinder von 3 bis 4 Jahren
Kursleitung: Ursula Böckermann
dienstags ab 17.09., 16:00 bis 17:00 Uhr
Kursgebühr für 13 Unterrichtsstunden: € 104,- (pro Std. 8.-)
Anmeldung bis 30.08. erforderlich
- **[02] Weiterhin im Programm „Kinderkarate“**
für Kinder von 5 bis 8 Jahren
Kinderkarate fördert die Beweglichkeit, das Körpergefühl, die Koordinationsfähigkeit, Konzentration, Aufmerksamkeit, Disziplin und die Kinder lernen Teile der japanischen Kultur kennen.
Kursleitung: Jörg Reuß
freitags ab 30.08., 14:00 bis 15:00 Uhr
(12 Kurseinheiten bis zu den Weihnachtsferien)
Kursgebühr: € 60,- pro Kind (5.- pro Unterrichtsstunde)
Anmeldung bis 23.08. erforderlich

- **[03] Theater für Kinder am „Tag der Offenen Tür“**
In diesem Jahr laden wir Kinder ab 3 Jahren und deren Eltern zu einem Kasperletheater ein!



Kasperle & der Sternschnupfen

Was passiert, wenn der Zauberer eine Kiste Sternstaub verliert, eine neugierige kleine Maus diese Kiste findet, und ihre Nase hineinsteckt? Sie bekommt einen kräftigen Sternschnupfen!

Und um diesen wunderschön glitzernden, aber sehr anstrengenden Schnupfen wieder loszuwerden, bedarf es schon einer Dosis Drachenquellenwasser. Die Drachenquelle allerdings liegt nicht gerade um die Ecke, und auf dem langen Weg lauern natürlich einige aufregende und lustige Abenteuer.

Samstag, 07.12. um 15:00 Uhr

Einlass in den „Theatersaal“ im Turnraum der Kita um 14:50 Uhr.
Anmeldung über das Familienzentrum bei Frau Scheuß oder Frau Moreno bis 01.12.

Programm für Erwachsene

Rücken-fit

Kursleitung: Dagmar Knopp, Diplom-Sportlehrerin
Anmeldung/Fragen: Tel. 0151/1385281 oder: dagsea@aol.com

- **Kurs 1**
11 x Rücken-fit – Wirbelsäulengymnastik
montags, 02.09. bis 25.11., 18:45 bis 19:45 Uhr
Kursgebühr: € 77,- (Zuschuss von gesetzlichen Krankenkassen möglich)
- **Kurs 2**
11 x Rücken-fit – Wirbelsäulengymnastik
montags, 02.12.2019 bis 09.03.2020, 18:45 bis 19:45 Uhr
Kursgebühr: € 77,- (Zuschuss von gesetzlichen Krankenkassen möglich)

Yogakurse im Familienzentrum

Anmeldung bei Marco Büscher: Tel. 0179 / 9677842
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
- **Kurs 5 **NEU** seit Januar 2019**
Sunday Yoga Flow Kurs für Alle (Level1 mit Bea und Sophia)
fortlaufend sonntags ab 06.01., 17:00 bis 18:30 Uhr

- **[04] Kurs**
Erste-Hilfe-Kurs für Kinder im Säuglings- und Kleinkindalter
In den Räumen des Familienzentrums in Kooperation mit der Johanniter Unfallhilfe
Samstag, 28.09., von 9:00 bis 17:00 Uhr
Kursgebühr: € 25,- pro Teilnehmer
Anmeldung bis 20.09. erforderlich
- **[05] Kurs**
Autogenes Training
Entspannt ins Wochenende! Den Ballast der Woche los werden, Energie und Kraft tanken mit Autogenem Training.
Referentin: Anette Christ
5 Abende, freitags von 19:00 bis 20:00 Uhr
Termine: 30.08. / 20.09. / 25.10. / 22.11. / 13.12.
Kursgebühr: € 25,- pro Teilnehmer (5.- pro Entspannungseinheit)
Anmeldung bis 23.08. erforderlich
- **[06] Kurs**
Starke Eltern – Starke Kinder
Alle Eltern, die diesen Kurs bereits besucht haben sind begeistert und freuen sich über die nachhaltige Entlastung im Familienalltag. Deshalb finden Sie diesen Kurs einmal im Jahr in unserem Programm. Wir freuen uns über viele „glückliche“ Eltern und über die großartige Zusammenarbeit mit Frau Lück!
Referentin: Andrea Lück
8 Abende, mittwochs von 20:00 bis 22:15 Uhr
Termine: 04.09. / 11.09. / 18.09. / 25.09. / 02.10. / 09.10. / 30.10. / 06.11.
Kursgebühr: € 50,- pro Teilnehmer (Sie kommen als Elternpaar, dann berechnen wir die Kursgebühr für den 2. Teilnehmer mit einem Rabatt von 50%)
Anmeldung bis 30.08. erforderlich
- **[07] Kurs**
Starke Eltern – Starke Kinder – Folgekurs
Für Eltern, die den Kurs „Starke Eltern-Starke Kinder“ besucht haben, um das Gelernte aufzufrischen, weiterzuentwickeln und immer wieder Neues zu lernen.
Referentin: Andrea Lück
4 Abende, freitags von 19:00 bis 21:15 Uhr
Termine: 23.08. / 27.09. / 11.10. / 29.11.
Kursgebühr: € 35,- pro Teilnehmer
Anmeldung bis 15.08. erforderlich

- **[08] Kurs**
Töpferwerkstatt für Erwachsene
Auf vielfachen Wunsch gibt es in der 2. Jahreshälfte wieder eine Töpferwerkstatt ohne Kinder!
Referentin: Ina Hasselbach
Sonntag, 22.09., 13:00 bis 17:00 Uhr
Kursgebühr: € 15,- pro Teilnehmer
Anmeldung bis 13.09. erforderlich

Gemeinsame Aktionen

- **[09] Töpferwerkstatt im Jugendhaus**
für Kinder ab 5 Jahren und deren Eltern
Referentin: Ina Hasselbach
Sonntag, 17.11., 13:00 bis 17:00 Uhr
Kostenbeitrag: € 5,- pro Teilnehmer
Anmeldung bis 05.11. erforderlich
- **[10] Weihnachtsbäckerei**
für Kinder ab 4 Jahren und deren Eltern
Wir backen und verzieren unterschiedliche weihnachtliche Plätzchensorten. Die Rezepte dürfen mit nach Hause genommen werden.
Kursleitung: Katrin Przybilla
Freitag, 13.12., 16:00 bis 18:00 Uhr
Bitte Schürzen und eine Keksdose mitbringen.
Kostenbeitrag: € 15,- für ein Kind und einen Erwachsenen
Anmeldung bis 30.11. erforderlich
- **[11] Klangvoll in die Lichterzeit**
für Kinder von 3 bis 5 Jahren und deren Eltern
Referentin: Anne Bolten
Samstag, 14.12., um 10:00 Uhr
kostenfrei, Anmeldung bis 06.12. erforderlich
- **[12] Tag der Offenen Tür**
Das Familienzentrum von „miteinander leben e.V.“ stellt sich und seine Angebote vor.
Samstag, 07.12., ab 14:00 Uhr
Kinder ab 3 Jahren und deren Eltern sind eingeladen unser Kasperletheater zu besuchen.
Die Vorstellung findet im Turnraum des Familienzentrums **um 15:00 Uhr** statt.
Infos und Anmeldung siehe [03] Programm für Kinder.