

Musik & Tanz

Eltern-Kind-Tanzen für 3-Jährige

Das wird ein großer Spaß, denn hier tanzen Eltern und Kinder gemeinsam! Ein Angebot in Kooperation mit der Tanzwerkstatt Ruhmüller ab Montag (3.2.). Vier Mal von 15.30 bis 16.15 Uhr in der Kita St. Benedikt. Die Leitung hat Friederike Heinz, die Kosten betragen 25 €. Anmeldung beim FZ per Mail. Bitte bei Anmeldung eine Handynummer mit angeben, es soll eine WhatsApp-Gruppe erstellt werden.

Tanzwerkstatt für Kinder von 4 bis 5 Jahren

in Kooperation mit der Tanzwerkstatt Ruhmüller ab Montag (3.2.). Vier Mal von 16.15 Uhr bis 17 Uhr in der Kita St. Benedikt. Die Leitung hat Friederike Heinz, die Kosten betragen pro Kind 25 €. Anmeldung beim FZ per Mail. Bitte bei Anmeldung eine Handynummer mit angeben, es soll eine WhatsApp-Gruppe erstellt werden.

Eintauchen in die Welt der Musik

mit der Musikschule Ascheberg: Bewegungs- und Rhythmusspiele für Kinder zwischen 3 und 4 Jahren.

- ab Dienstag (25.03.), Kita St. Benedikt
 - ab Donnersag (27.03.), Kita St. Hildegardis
- Jeweils sechs Mal ab 8.30 Uhr. Die Kosten übernimmt das FZ für Sie.

ACHTUNG: Anmeldung über die Kitas!

Eltern-Baby

Spieletreff (0 bis 2 Jahre)

mit Maren Baumgärtel. Hier ist Gelegenheit, sich mit anderen Eltern auszutauschen oder nach Wunsch spezielle Themen zu bearbeiten. Freuen Sie sich auf ein zwangloses Beisammensein!

- ab Mittwoch (12.3.), vier Mal 14-tägig (bis 23.4.), jeweils 14.30 bis 15.30 Uhr, Kita St. Benedikt. Mit Anmeldung beim FZ per Mail.

Elternabend

„Eingewöhnung in den Kindergarten“

am Donnerstag (12.6.), 20 Uhr in der Kita St. Benedikt. Für Sie und Ihr Kind beginnt mit der Kitazeit ein neuer Lebensabschnitt. Der Übergang soll möglichst sanft vonstatten gehen - für die Kinder UND die Eltern. Wie das gelingen kann, erzählt uns heute Maren Baumgärtel. Sie liefert Tipps z.B. zu den Themen Stillen/Fläschchen, Schlafen, Übergangsobjekte, Trennung-üben, Sicherheit und Freude für die Kinder, Routinen und vieles mehr. Fragen und Sorgen finden Raum bei diesem Elternabend, ebenso schlechte und gute Erfahrungen. Der Abend ist kostenlos, mit Anmeldung beim FZ per Mail.

Nur für Mütter 😊

Entspannung für Mütter

So, liebe Mütter, hier geht es nur um Euch! Vier Abende nur unter Frauen, mit entspannender Musik, Klangschalen, guten Düften und eben solchen Gesprächen (wenn Euch danach ist). Mechthild Blind ist bei uns und gestaltet die besonderen Abende in der Kita St. Benedikt ab

- ab Mittwoch (12.2.), vier Mal, jeweils von 19.30 bis 20.30 Uhr.

Diese Abende sind ein zusammenhängender Kursus, die Termine können nicht einzeln gebucht werden. Anmeldung beim FZ per Mail.

Entspannung für Kids

Entspannung für Kinder (Maxikinder)

Ein wunderbares Angebot für kleine „Hibbel“, aber auch für kleine Genießer, die sich gerne entspannen und etwas Gutes für sich tun. Mo-

nika Teigel gestaltet dieses besondere Angebot für Maxi-Kinder (ohne Eltern!)

- ab Dienstag (15.5.), Kita St. Benedikt
 - ab Mittwoch (12.7.), Kita St. Hildegardis
- jeweils drei Mal von 14.30-15.15 Uhr. Anmeldung beim FZ per Mail.

(Kita-) Kinder

Kinderyoga (für 5- bis 6-Jährige)

mit Johanna Münster in der Kita St. Hildegardis. Kinderyoga kann die Konzentration fördern, das Körpergefühl verbessern und das Selbstbewusstsein stärken. Und darüber hinaus macht es großen Spaß - Kinderyoga ist entspannte Bewegung ohne Leistungsdruck.

- ab Donnerstag (20.2.), 14-tägig insgesamt fünf Mal (bis 17.4.), je 14.15-15.15 Uhr, Kita St. Hildegardis. Kosten: 25 €. Anmeldung per Mail.

Erste-Hilfe-Kurse für Maxikinder

mit dem Team „Fire + Rescue Training Tauchert“ aus Werne. Geübt wird altersgerecht, wie Erste Hilfe funktioniert. Natürlich kommt dabei auch der Spaß nicht zu kurz: Montag (24.2.), 10 Uhr, Kita St. Hildegardis.

Die Kosten trägt das FZ. Anmeldung per Mail.

Selbstbehauptung für Grundschul Kinder

Im geschützten Rahmen - ein Tag ist nur für Jungs, der zweite nur für Mädchen reserviert - zeigt Gundula Lauf in der Kita St. Hildegardis, wie beide Geschlechter ihre Stärken entdecken und mutiger werden können - und so lernen, mit unangenehmen oder bedrohlichen Situationen besser umzugehen.

- **JUNGEN:** Sonntag (16.03.), 11-13 Uhr
 - MÄDCHEN:** Sonntag (23.03.), 11-13 Uhr
- Mit Anmeldung beim FZ per Mail.

Frühlingserwachen (für 5- bis 6-Jährige)

Ein Angebot in Kooperation mit dem Biologischen Zentrum Lüdinghausen. Gemeinsam mit Naturpädagogin Sarah Kutz gehen wir am Dienstag (18.3.) ab 10 Uhr in der Kita St. Benedikt auf Entdeckungstour in die Natur und

Noch mehr Angebote auf der Rückseite! ➡

schauen, wer alles herumkrabbelt und was schon so wächst. Mit Lupen und Sammenkarten gehen wir auf Entdeckungstour. Mal sehen, was wir so finden! Mit Anmeldung per Mail beim FZ.

Wir bauen ein kleines Musikinstrument (4-6 J.)

Es wird gebastelt und geklebt - und am Ende kommt Musik raus! Wir bauen ein kleines Musikinstrument aus großen Streichholzschachteln. Das Angebot wird begleitet von Katharina Heinen und Dietmar Schröder. Es gibt insgesamt vier Termine:

- Freitag (21.3.), Kita St. Hildegardis
- Freitag (4.4.), Kita St. Benedikt
- Freitag (11.4.), Kita St. Benedikt
- Freitag (9.5.), Kita St. Hildegardis jeweils von 9.30-11 Uhr. Anmeldung per Mail.

Wir bauen ein Nest (für 5- bis 6-Jährige)

Ein Angebot in Kooperation mit dem Biologischen Zentrum Lüdinghausen. Naturpädagogin Sarah Kutz ist am Dienstag (13.5.) ab 10 Uhr in der Kita St. Hildegardis zu Gast. Was für Materialien benutzt ein Vogel für sein Nest? Und wie baut er es ohne Hände? Wie sieht so ein Nest aus der Nähe aus? Das schauen wir uns genau an und versuchen uns anschließend selbst im Nestbau. Mit Anmeldung per Mail.

ANMELDUNG

VERBINDLICHE ANMELDUNGEN

**sind per Mail möglich unter
anmeldung@familienzentrum-herbern.de**

Bitte eine Rückrufnummer angeben.
Für Beratungsangebote hängen zusätzlich in den Kitas anonymisierte Listen aus.

Ausführliche Informationen über die einzelnen Angebote, die Anmelde-Modalitäten und vieles mehr finden Sie unter

www.familienzentrum-herbern.de

Beratungstermine

Mutter-Kind-Kurberatung

Bitte rufen Sie bei der Caritas in Dülmen an, um einen individuellen Termin abzusprechen:
Tel. 02594/9504250 (Ansprechpartnerin: Marita Sudeck, Koordinatorin der Kurberatung und Kurvermittlung)

Sprechstunde der Caritas-Beratungsstelle

mit Stefanie Baillie, dienstags. In der Kita St. Benedikt von 14-16 Uhr, in der Kita St. Hildegardis von 9-11 Uhr.

- Kita St. Benedikt: 7.1., 4.3., 6.5.
- Kita St. Hildegardis: 25.2., 29.4., 10.6.

Beratung der Frühförderstelle

mit Sonja Egbert, mittwochs ab 15 Uhr.

- Kita St. Benedikt: 5.2., 2.4., 4.6.
- Kita St. Hildegardis: 22.1., 5.3., 7.5., 2.7.

Mit Anmeldung.

Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle

mit Dr. Elisabeth Chmielus, mittw. 14-16 Uhr.

- Kita St. Hildegardis: 12.2., 30.4.
- Kita St. Benedikt: 19.3., 11.6.

Mit Anmeldung.

Frühe Hilfen

Eltern-Kind-Sprechstunde durch die Gesundheitsorientierte Familienbegleitung:

- an jedem ersten Dienstag im Monat in der Kita St. Benedikt, 8.30 bis 10.30 Uhr
- an jedem dritten Dienstag im Monat in der Kita St. Hildegardis, 14 bis 16.30 Uhr

Mit Anmeldung.



... ein Kind, ein Dorf.
Familienzentrum Herbern

Veranstaltungen & Termine

**Februar 2025
bis
August 2025**

Das FZ in Herbern wird getragen durch:

KITA ST. HILDEGARDIS
Bodelschwinghstraße 8, Tel. 02599/2955

KITA ST. BENEDIKT
Altenhammstraße 27, Tel. 02599/1321