



Evangelisches Familienzentrum Hoffnungsthal

Veranstaltungen Februar bis Juli 2019

Begegnung:

Elterncafé

Wir wollen uns treffen, zusammen Kaffee trinken und uns untereinander austauschen. Über Elternthemen, Beruf, Kinder und was Euch sonst noch unter den Nägeln brennt. Mit oder ohne Eure Kinder – wie Ihr Lust habt. Für die Kinder gibt es ein paar Spielsachen und für die Erwachsenen einen Kaffee und andere nette Leute. An jedem letzten Donnerstag des Monats treffen wir uns – außer in den Ferien und an Feiertagen.

- Termin:** immer am letzten Donnerstag im Monat:
28.03. und 27.06.2019 von 14:30-16:30 Uhr
- Ort:** Checkpoint, Raum über dem Gemeindesaal
- Organisation:** Silvia Fröhning

Frauenfrühstück mit Kinderbetreuung

Sie sind herzlich zu einem gemütlichen Vormittag eingeladen am

Samstag, den 16.03.2019 um 9:30 Uhr

- Anmeldung:** claudia.wasser@gmx.de oder Michaela Rusch: 05/ 89 88 431
- Ort:** Gemeindesaal Volberg
- Referent:** siehe Gemeindebrief oder unter www.evkirche-roesrath.de
- Kosten:** 10 €, für Kinderbetreuung 2 € (ab 3-6 Jahre)

Eltern-Kind-Veranstaltungen:

Krabbelgruppe und Spielgruppe (mehrmals wöchentlich):

Bitte informieren Sie sich auf der Homepage des Kinderschutzbundes:

<https://www.dksb-roesrath.de>

Yoga Mutter und Kind (6-12 Jahre)

Ein Yogakurs für Mutter (oder auch Vater) und Kind im BEA Institut in Rösrath-Hoffnungsthal: Es gilt, mit Yoga einen positiven Einfluß auf die körperliche und geistige Entwicklung der Kinder zu nehmen und allgemein Bewegungsmangel auszugleichen. Gerade Mütter haben oft ein Problem mit der Betreuung ihrer Kinder. Hier können Sie zusammen mit Ihrem Kind einen Yogakurs besuchen. Im Fokus steht der Spaß an der Bewegung, die Schulung der Körperwahrnehmung und der Ausgleich von falschen individuellen Bewegungsmustern.

Alle Kurse im BEA Institut sind fortlaufende Kurse, in die jederzeit eingestiegen werden kann. Mit der 10er Karte sind Sie flexibel und zahlen nur die Abende, die Sie auch besuchen.

Termin: Freitags von 18.00-18.45 Uhr

Ort: BEA Institut, Am Hammer 32

Anleitung: Bea Rusu

Kosten: Zehnerkarte 150 €

Anmeldung: Bea Rusu Email: info@bea-institut.de; mobil: 0176-43359748

„KLANG – BILDER“ - Musik - Bewegen – Malen

Ein Workshop für Mütter oder Väter mit Kindern im Alter von 4 bis 6 Jahren

Kann man Musik malen? Hörst Du die Farbe?

Wir lauschen aufmerksam der Musik, Klänge werden in Bewegung umgesetzt und auf Papier übertragen: es entstehen "Klang-Bilder".

Die Stimmung einer Musik wird durch Farben und Formen zum Ausdruck gebracht. Freies Malen und Gestalten der Bilder nach Musik. Hierbei sind der Phantasie keine Grenzen gesetzt ...

Termin: Samstag, 23.02.2019 von 10:00 bis 12:00 Uhr

Ort: Ev. Gemeindesaal Volberg

Referentinnen: Anne Klußmann / Karin Forsbach

Teilnahme: Teilnehmergebühr für einen Erwachsenen mit Kind: 5 €

Anmeldeschluss: 14. Februar 2019

Waldabenteuer

für Eltern und Ihre Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren

Kinder und (Groß-)Eltern wollen zusammen das nahe Waldstück am Familienzentrum erkunden und nach Frühlingsboten suchen (Rallye). Wir wollen klettern, spielen und forschen. Außerdem wollen wir mit den Fundstücken am Wegesrand basteln und Spiele veranstalten.

Damit die Zeit für alle gut wird, sollten sie entsprechend dem Wetter gekleidet sein (auch beteiligte Eltern) und Wechselsachen dabei haben. Bitte denken Sie an Mützen. Bitte bringen Sie auch einen Snack für eine Pause zwischendurch mit.

Bei sehr schlechter Witterung wird es ein Programm auf dem Außengelände der Kita geben!

Termin: Samstag, 06.04.2019 von 14.00-17.00 Uhr
Ort: Kita Volberg
Anleitung: Karina Brall
Kosten: kostenfrei
Anmeldeschluss: 28. März 2019

Tag der Offenen Tür mit „Mobiler Fahrradwerkstatt“ und Vorführung der Feuerwehr mit Feuerwehr-Fahrzeug

Wir laden alle Interessierten zu einem Tag der offenen Tür in die Ev. Kita Volberg und das Familienzentrum Hoffnungsthal ein. Hier besteht die Möglichkeit die Einrichtung mit Ihren Räumlichkeiten und dem Außengelände zu erkunden. Ebenso kann man sich über das aktuelle Programm des Familienzentrums mit seinen zahlreichen Angeboten informieren. Auch die Angebote der Kooperationspartner des Familienzentrums können erkundet werden. Gleichzeitig gibt es zwei Aktionen:

Wer sicher unterwegs sein möchte, sollte sein Fahrrad einmal im Jahr von einem Profi durchsehen und warten lassen. Nach längeren Standzeiten, aber auch nach der Winterpause kann die Funktionsfähigkeit insbesondere von Bremsen, Reifen und Licht beeinträchtigt sein. Herr Meder hilft Ihnen bei kleineren Montage- und Reparaturarbeiten direkt vor Ort (bitte Material wie z.B. Reifengrößen, etc. angeben) oder macht Ihnen ein Angebot bei aufwendigeren Reparaturen. Die freiwillige Feuerwehr aus Rösrath kommt mit einem Feuerwehrwagen in die Kita. Die Kinder können den Feuerwehrwagen erkunden und an Spielen teilnehmen.

Termin: Freitag, 12.04.2019 von 14.30-17.00 Uhr
Ort: Kita Volberg
Anleitung: Herr Meder, Herr Bahr , Kita-Team
Kosten: Unkostenbeitrag für Material
Anmeldeschluss: 28. März 2019 unter Angabe des Materials für die Fahrrad-Reparatur

Hochseilgarten K1 in Odenthal – Für Väter und Kinder

Hinfahren und Losklettern ist das Motto des Hochseilgartens K1 in Odenthal. Der Parcours ist für das Alter von 3- bis 6-jährigen Kindern (und/oder bis zu einer Größe von 1,40 m) ausgerichtet. Die Väter unterstützen ihr Kind bei einer sicheren Kletterpartie.

Das Familienzentrum Hoffnungsthal möchte zu diesem Ausflug und Highlight Väter & Kinder einladen. Für die Hin- und Rückfahrt werden Fahrgemeinschaften gebildet. Ein Vater kann auch mehrere Kinder unterstützen.

Termin: Samstag, 11.05.2019 von 14 –17 Uhr
Ort: Odenthal
Anleitung: Herr Faiß
Kosten: 5 € pro Vater mit einem Kind (bei Anmeldung zu zahlen)
Anmeldeschluss: 30. April 2019

Spielerischer Einstieg in die englische Sprache für Kinder von 4 bis 7 Jahren und Ihre Eltern

Flower Power

I like the flowers, I like the daffodils, I like...". Es ist Frühling und überall wachsen bunte Blumen. Aber wo kommen die alle plötzlich her? Wir werden Kressesamen säen und mit Frühlingsliedern und Geschichten spielerisch auf Englisch viel über „flowers“ erfahren.

Termin: Samstag, 30.03.2019 von 10:00 bis 12:00 Uhr
Ort: Ev. Kita Volberg
Referent: Gina Hill/Sprachschule Little England
Teilnahme: 8 €/Kind bzw. 6 €/Geschwisterkind, Angehörige dürfen gratis mitmachen
Anmeldeschluss: 21. März 2019

The very hungry little caterpillar

Wer kennt Sie nicht: Die kleine Raupe Nimmersatt, aber habt Ihr die Geschichte schon mal auf Englisch gehört? Beim Spielen, Singen, Basteln und Bewegen erfahren wir gemeinsam, warum die kleine Raupe so gerne Obst und Süßes isst. Und so ganz nebenbei lernen wir dabei ein paar neue englische Sätze kennen.

Termin: Samstag, 06.07.2019 von 10:00 bis 12:00 Uhr
Ort: Ev. Kita Volberg
Referent: Gina Hill / Sprachschule Little England
Teilnahme: 8 €/Kind bzw. 6 €/Geschwisterkind, Angehörige dürfen gratis mitmachen
Anmeldeschluss: 27. Juni 2019

Familiengottesdienste

Diese Gottesdienste sind in ihrer Gestaltung auf Kinder im Alter ab drei Jahren abgestimmt. Und natürlich schwingt sich jedes Mal Rudi Rabe von seinem Kirchturm nach unten, um mit Pfarrer Thomas Rusch einen Plausch zu halten. Auch nach Forsbach in den Familiengottesdienst sind Sie herzlich eingeladen. Auch hier wird der Gottesdienst vom Team aufwendig vorbereitet.

Termine: Sonntag, um 11:00 Uhr, siehe Aushang und Veröffentlichung im Gemeindebrief
Ort: Ev. Kirche Volberg bzw. Ev. Christuskirche Forsbach
Organisation: Kinderkirchenteam und Pfarrer Thomas Rusch bzw. Pfarrerin Erika Juckel

Sommerfest

Das diesjährige Sommerfest findet in Kooperation mit der ev. Christuskirche in Forsbach statt. Es wird ein buntes Aktionsangebot auf dem gegenüberliegenden Spielplatz geben. Natürlich gibt es auch wieder eine leckere Auswahl an Getränken und Speisen.

Termine: Sonntag, den 30.06.2019 um 11:00 Uhr
Ort: Ev. Christuskirche Forsbach bzw. Spielplatz Höhenweg gegenüber der ev. Kirche
Organisation: Kinderkirchenteam, Kita-Team, Elternbeirat und Pfarrerin Erika Juckel

Veranstaltungen für Kinder:

Spatzenchor Volberg

Singen, Instrumente spielen, Spaß haben! Jeden Mittwoch haben Kinder ab 4 Jahren bis zum Schuleintritt die Möglichkeit, gemeinsam tolle Lieder zu lernen.

Termine: Jeden Mittwoch außer in den Ferien:
Gruppe 1: von 14:30 – 15:00 Uhr und
Gruppe 2: von 15:15 – 15:45 Uhr
Ort: Ev. Gemeindehaus Volberg
Organisation: Doris Röskenbleck
Anmeldung: Tel: 02205 6717 oder roeskenbleck@evkirche-roesrath.de

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Kinderkirche

Einmal im Monat erarbeiten Kinder ab 6 Jahren biblische Themen mit Basteln, Singen, Rollenspiel und einer Schlussandacht.

Termine: Samstag, den 16.02; 13.04.; 18.05. und 14.06.2019 von 10:30 bis 13:30 Uhr
Ort: Ev. Gemeindesaal Volberg
Organisation: Kinderkirchenteam und Pfarrer Rusch
Anmeldung: Pfarrer Rusch Tel: 89 79 07

Kinder-Yoga (4-7 Jahre)

Kinder Yoga im BEA Institut in Rösrath-Hoffnungsthal: Es gilt, mit Yoga einen positiven Einfluss auf die körperliche und geistige Entwicklung der Kinder zu nehmen. Besonders Kinder haben soviel Spaß daran, sich in Kinderyoga-Übungen in Tiere, Bäume, die Sonne, etc. zu verwandeln, entweder ganz leise oder lautstark mit viel Gebrüll und Gelächter. Spaß steht hier an erster Stelle. Im Kinder Yoga probieren sich Kinder in neuen Bewegungsmustern aus, verbessern ihre Körper -und Sinneswahrnehmung. Negative Gefühle wie Angst und Aggressionen können abgebaut werden und Ausgeglichenheit, Konzentration und Selbstbewusstsein werden gleichzeitig gefördert.

Kinder Yoga im BEA Institut sind fortlaufende Kurse, in die jederzeit eingestiegen werden kann. Mit der 10er Karte sind Sie flexibel und zahlen nur die Abende, die von Ihrem Kind besucht werden.

Termin: Freitags von 17.00-17.45 Uhr
Ort: BEA Institut, Am Hammer 32
Anleitung: Bea Rusu
Kosten: Zehnerkarte 80 €
Anmeldung: Bea Rusu Email: info@bea-institut.de; mobil: 0176-43359748

Bildung:

Nähen für Anfänger

Anhand eines selbstgewählten Projektes sollen die grundlegenden Techniken der Arbeit mit der Nähmaschine erlernt werden. Folgende Themen stehen zur Auswahl:

1. Baby- bzw. Kinderhose aus Jersey (Größen 56-134)
2. Turnbeutel
3. Kissenbezug (mit (weihnachtlicher) Applikation)
4. Brotkorb
5. Mitteldecke aus Patchwork

Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre zwei Wunschprojekte an sowie eine Rückmeldung, ob Sie eine Nähmaschine mitbringen können. Das meistgewählte Projekt wird an diesem Tag dann von

Jedem erarbeitet. Für die Hose bitte auch die gewünschte Größe mit angeben. Bitte bringen Sie Garn, Schere, Stoff bzw. Stoffreste, Zuschneidepapier, Steck- und Nähadeln und wenn möglich eine eigene Nähmaschine mit. Vor dem Workshop erhalten Sie die Materialliste zugeschickt, mit deren Hilfe Sie bitte das Material organisieren.

Termin: Samstag, 30.03.2019 von 10:30 – 16:30 Uhr
Ort: Ev. Gemeindesaal Volberg
Referent: N.N./Ev. Familienbildungsstätte Köln
Kosten: 10 € – vor Ort zu bezahlen, Material
(wird anhand einer Material-Liste selbst besorgt)
Anmeldeschluss: 15. März 2019

„Grenzen setzen“

Die Furcht, die eigenen Kinder in ihrer Entwicklung einzuschränken, macht es Eltern nicht leicht Grenzen zu setzen.

Auf der anderen Seite möchten Eltern ihren Kindern auch nicht jeden Wunsch erfüllen und jedes Quengeln mit Nachgeben honorieren. Auseinandersetzungen, in denen mit den Kindern um Macht und Kontrolle gerungen wird, erschweren die Situation zusätzlich.

An diesem Abend werden wir u.a. betrachten, welche Rolle Grenzen in der Entwicklung von Kindern spielen und wie es gelingt, Kindern Regeln und Werte im Zusammenleben konsequent näher zu bringen.

Termin: Donnerstag, 21.03.2019 von 19:30 – 21:30 Uhr
Ort: Ev. Kita Volberg
Referent: Dr. Melanie Schön/FBS Köln
Teilnahme: kostenfrei
Anmeldeschluss: 14. März 2019

Babysitterkurs

Jugendliche möchten gerne ihr Taschengeld durch Babysitten aufbessern. Damit sie sich im Umgang mit Kindern sicherer fühlen, bieten wir in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Roten

Kreuz und dem Familienzentrum aus Rösrath einen Kurs an, der auf die folgenden Fragestellungen eingeht:

- Wie verhalte ich mich bei Krankheit/ Unfall und Säuglingspflege?
- Welche Rechte und Pflichten habe ich?
- Wie gehe ich individuell auf die Bedürfnisse von Kindern ein, ohne sie zu über- oder unterfordern? Welche Rolle spielt dabei der Entwicklungsstand des Kindes?
- Welche altersgemäßen Beschäftigungsmöglichkeiten gibt es?

Termin: Samstag, 30.03 und 6.04.2019 von 10:00 – 17:00 Uhr, sowie Montag, den 08.04.2019 von 17.00-19.30 Uhr (Erste Hilfe Kurs)
Ort: Familienzentrum Rösrath AWO Kita, Im Pannenhack 97a
Referent: Anja Missal / DRK Bergisch Gladbach
Teilnahme: 50 € oder bei Aufnahme in die Babysitterkartei kostenfrei
Anmeldeschluss: 15. März 2019

Die Eltern unserer Tageseinrichtungen sind sehr daran interessiert, von uns Hinweise auf Babysitter zu erhalten. Deshalb haben wir einen Babysitterpool. Das bedeutet, es gibt einen Ordner, in dem sich die Babysitter den Eltern vorstellen (Foto, Alter, Interesse am Betreuen von Kindern darstellen, Kontaktdaten, eine DinA 4 Seite). Und wir geben eine Liste mit Kontaktdaten an unsere Eltern weiter, damit sie persönlich Termine mit den Babysittern absprechen können.

Wir bieten Dir an, dass das Familienzentrum Hoffnungsthal die Kosten für den Babysitter-Kurs (50,00 Euro) für Dich übernimmt. Das polizeiliche Führungszeugnis von 13,00 Euro müsstest du selbst zahlen. Man kann es beim Ordnungsamt beantragen. Du erklärst Dich im Gegenzug bereit, in den oben beschriebenen Babysitterpool des Familienzentrum Rösrath, Awo-Kita, „Die kleinen Eichen“ und/oder dem Familienzentrum Hoffnungsthal, Ev. Kita Volberg aufgenommen zu werden.

Wir würden uns sehr freuen, wenn Dich dieses Angebot interessiert und geben bei Rückfragen gerne Auskunft. Bei Interesse reiche die verbindliche Rückmeldung auf der Rückseite bis 15. März 2019 bei einem der Familienzentren ein.

Das Polizeiliche Führungszeugnis und die schriftliche persönliche Vorstellung müssen zu Beginn des Kurses vorliegen, ansonsten müssen die Kosten von 50 € für den Kurs zunächst selber übernommen werden.

Christliche Feste

Kirche hat ja ein ganz eigenes Kirchenjahr mit zahlreichen Feiertagen und christlichen Festen.

So beginnt das Kirchenjahr, anders als unser Kalenderjahr, mit dem 1. Advent und endet mit Toten- bzw. Ewigkeitssonntag. Kennen Sie alle christlichen Feiertage? Was bedeuten die einzelnen Feiertage? Was wird überhaupt gefeiert?

Wir wollen an dem Termin einen "Durchgang durch das Kirchenjahr" starten und versuchen, uns der Bedeutung der Feiertage und Feste zu nähern.

Vielleicht brennt Ihnen ja schon seit langem eine Frage zu einem Feiertag unter den "Nägeln"? - dafür soll natürlich auch Raum und Zeit sein.

Termin: Montag, 08.04.2019 von 15.30-17.00 Uhr (Kinder können bis dahin in der Kita betreut werden)
Ort: Raum Checkpoint, über dem Ev. Gemeindesaal
Referent: Pfarrer Thomas Rusch
Teilnahme: kostenfrei
Anmeldeschluss: 28. März 2019

Mein Eigen-Sinn – Wie ich mit mir und anderen achtsam umgehe

Sie versuchen, alle Aufgaben auf einmal zu erledigen, damit Sie nicht nur Ihren Kindern, sondern auch Ihrem Ehemann, Ihrem Haushalt und Ihrem Beruf gerecht werden? Sie fühlen sich ständig gestresst und ausgebrannt? Als Beispiel: Das Kind rastet ohne scheinbaren Grund in aller Öffentlichkeit aus schmeißt sich auf den Boden oder schreit an der Kasse, weil es Süßigkeiten will. Sie aber stehen unter Termindruck, möchten alle Tagesaufgaben erfüllen und Sie wissen, das geht nicht, wenn das Kind nicht mitspielt. Wie können Sie beide Situationen miteinander vereinen? Geht das ohne Stress?

Wie tauchen solche Stresssituationen auf und was kann ich für mich tun?

In diesem Workshop lernen Sie die nicht sichtbaren Zusammenhänge von Stresssituationen kennen und welche Möglichkeiten Sie haben, mit sich achtsam und gesund umzugehen. Sie werden Ihre Alltagssituationen leichter überblicken und dadurch mit Stress gelassen umgehen können.

Termin: Freitag, 17.05.2019 von 19.00-20.30 Uhr
Ort: Kita Volberg
Referent: Anette Christ (Coach)
Teilnahme: 10 € vor Ort zu bezahlen
Anmeldeschluss: 07. Mai 2019

Betreuung:

Babysitterpool

„Wer kann denn heute auf mein Kind aufpassen?!“

Diese Frage stellen sich häufig die Eltern in unseren Kindertageseinrichtungen, wenn sie zu einem Elternabend gehen, etwas Entspannendes unternehmen oder noch schnell in Ruhe Einkäufe erledigen möchten. Häufig werden wir gefragt, ob wir jemanden kennen, der Babysitten kann. Wir möchten unsere Eltern gerne dabei unterstützen, schnell einen passenden und geschulten Babysitter zu finden.

Dazu haben wir einen Pool von Babysittern installiert. Diese Babysitter sind geschult und haben ein Führungszeugnis und einen Steckbrief bei uns hinterlegt. Interessierte Eltern erhalten von uns die Telefonnummer und Sie treten dann selbst mit den Babysittern in Kontakt.

Stammtisch der Tagespflegepersonen der Stadt Rösrath

Regelmäßig treffen sich die Tagespflegepersonen der Stadt Rösrath mit Vertretern des Jugendamtes und den Leitungen der Familienzentren zum Austausch über ihre Arbeit.

Ort: wechselt von einer Betreuungseinrichtung zur nächsten oder bei der Stadt
Termin: Mittwoch 20.03.2019, 19:00 Uhr, Bürgersaal Rathaus Hoffnungsthal

Beratung:

Sprechstunden des Kinder- und Jugendärztlichen Dienstes

Diese freiwillige Untersuchung durch eine Ärztin des Gesundheitsamtes umfasst die Prüfung der Wahrnehmung, der Motorik und der Sprache und wird etwa 30 Minuten in Anspruch nehmen. Eltern können sich zusätzlich zu Impfungen und allen Gesundheitsfragen bezüglich der Entwicklung und Gesundheit ihres Kindes beraten lassen. Die Beratung ist vertraulich.

Die Kindergarten-Sprechstunden werden im Familienzentrum Hoffnungsthal zu festgelegten Terminen (und bei Bedarf auch zusätzlich nach Absprache) durch die Ärztinnen des Kinder- und Jugendärztlichen Dienstes des Gesundheitsamtes durchgeführt.

Termine: Freitag, den 10.05.2019 von 8:30-11.30 Uhr
Anmeldeschluss: 30. April 2019
Ort: Kita Volberg Mehrzweckraum
Beraterin: Catrin Mokler (Gesundheitsamt Berg. Gladbach)
Teilnahme: kostenfrei, aber die Anmeldung ist zwingend notwendig

Familienrechtliche Beratung – Offene Sprechstunde

Sollten Sie familienrechtliche Fragen haben, steht Ihnen regelmäßig eine Rechtsanwältin in einer offenen Sprechstunde zur Verfügung. Sie berät insbesondere bei auftretenden Fragen in den Bereichen von Trennung, Scheidung, Sorgerecht, Unterhalt etc.

Termine: mittwochs 27.02.; 27.03.; 24.04.; 22.05.; und 26.06 von 16:00 – 18:00 Uhr oder bei dringenden Fällen nach Vereinbarung
Anmeldeschluss: eine Woche vor dem jeweiligen Termin
Ort: Kita Volberg Mehrzweckraum
Rechtsanwältin: Dagmar Dutti
Teilnahmegebühr: erstes Beratungsgespräch kostenfrei

Familien- und Erziehungsberatung – Offene Sprechstunde

Die systemische Familientherapeutin der Kinder- und Familienhilfen Michaelshoven gGmbH bietet Sprechstunden zur Beratung in Erziehungsfragen, aber auch bei familiären Problemen und/oder Krisen an. Außerdem gibt es die Möglichkeit, spezielle Fragen zu den Themen Entwicklungsverzögerungen, AD(H)S, Autismus, Behinderungen u.ä. – immer auch im Hinblick auf das gesamte Familiensystem – zu erörtern.

Termine können über das Familienzentrum oder direkt bei der Kinder- und Familienhilfe vereinbart werden.

Termine: donnerstags 14.02.; 14.03.; 11.04.; 09.05.; 13.06. und 11.07.2019
15:00 – 17:00 Uhr **Anmeldeschluss:** jeweils einen Tag vorher
Ort: Kita Volberg Mehrzweckraum
Beratung: Margit Steinbach, Familientherapeutin
Teilnahme: kostenfrei

Ansprechpartner:
Margit Steinbach, Familientherapeutin
mobil: 0173 9059-671
E-Mail: MargitSteinbach@gmx.de

Sprachtherapeutische Beratung

Sollten Sie Fragen in Bezug auf die sprachliche Entwicklung Ihres Kindes haben, können Sie die regelmäßige Sprechstunde der Kindertagesstätten nutzen. Frau Kirchner lernt Ihr Kind im bekannten Umfeld der Kindertagesstätte kennen und bespricht das weitere Vorgehen gleich Vorort.

Termine: dienstags 19.02.; 19.03.; 09.04.; 21.05; 18.06. und 09.07.2019
um 11:00 Uhr
Anmeldeschluss: jeweils eine Woche vor dem entsprechenden Termin
Ort: Kita Volberg Mehrzweckraum
Logopädin: Patricia Kirchner
Teilnahme: kostenfrei

Berufseinstieg, Berufswechsel oder Wiedereinstieg ins Berufsleben

Sind Sie unzufrieden mit Ihrer beruflichen Situation?

Dafür kann es unterschiedliche Gründe geben – manch einem droht die Kündigung, manch einer leidet unter Mobbing, unter schlechten Arbeitsbedingungen oder unter Auftragsmangel. Ein Dritter möchte mehr arbeiten oder nach mehrjähriger Familienphase zurück ins Arbeitsleben oder verspürt die Absicht, etwas „Anderes“ machen zu wollen – allen gemein ist der Wunsch nach Orientierung, nach persönlicher und beruflicher Perspektive. Durch Standortanalyse, Informationen und konkrete Unterstützung können Sie für sich neue Perspektiven erkennen.

Laufbahnberaterin: Barbara Willmroth, Dipl.-Sozialpädagogin (FH)
Telefonische Terminabsprache: 0221 1 69 29 97
oder: mail@via-nova-koeln.de

Systemisches Coaching

Veränderungen gehören zum Alltag. Manche sind leicht zu meistern, andere etwas schwieriger. Aber für alle gilt: Veränderungen sind machbar und führen zu einer positiven Persönlichkeitsentwicklung.

Möchten Sie Ihren Alltag selbst bestimmen? Würde es Sie glücklich machen, selbst entscheiden zu können, was und wie Sie Ihren Alltag gestalten und würde Ihnen dies innere Ruhe und Stabilität geben? Würde Ihnen die Selbstbestimmung Freiheit und Wohlbefinden geben? Wenn Sie dies nachhaltig in Ihren Alltag integrieren möchten, rufen Sie mich gerne an oder schreiben mir einfach eine E-Mail.

Termine können individuell vereinbart werden. Die Coachingsitzungen finden in Köln-Rodenkirchen statt.

Ansprechpartnerin:

Annette Christ, Systemischer Coach für Veränderungsmanagement & Entspannungstrainerin

mobil: 0177/ 822 58 52

Email: info@annettechrist.de

Schulden, was nun?

Sie können Strom oder Miete nicht mehr bezahlen. Die Bank zahlt nichts mehr aus. Ihr Lohn wird gepfändet. Ein Gerichtsvollzieher sucht Sie auf. Sie werden von Gläubigern unter Druck gesetzt. Bei all diesen Problemen und Fragestellungen bieten wir Ihnen unsere fachliche Hilfe an. Gemeinsam klären wir Ihre persönliche und finanzielle Situation und beraten Sie bei der weiteren Vorgehensweise. Wir unterstützen Sie bei Verhandlungen mit Gläubigern, helfen bei der Erstellung eines Haushaltsplanes und begleiten Sie in dieser schwierigen Lebensphase.

Wir sind vom Land NRW als Beratungsstelle für das Verbraucherinsolvenzverfahren anerkannt.

Unsere Beratung unterliegt der Schweigepflicht.

Wir beraten im Rheinisch-Bergischen Kreis an verschiedenen Standorten. Einen kostenfreien Erstberatungstermin bekommen Sie in der Regel innerhalb von 2 Wochen. Diesen können Sie persönlich oder telefonisch unter folgenden Kontaktdaten vereinbaren:

Schuldnerberatung RheinBerg (Caritas & Diakonie)

Termine: Terminvereinbarung innerhalb unserer Öffnungszeiten
persönlich oder telefonisch:

Di, Mi, Do 9 – 12 Uhr und Di, Do 14 – 17 Uhr

Ort: Paffrather Str. 7-9, 51465 Bergisch Gladbach

Telefon: 02202 93737 0

Kosten: kostenfrei

Gesundheit & Sport

Yoga

Yoga ist von seinem indischen Ursprung her ein Weg der Selbst- und Seinserfahrung. Die Form des Hatha-Yoga versucht dies hauptsächlich über die eigene Leiblichkeit. Wenngleich die gesundheitlich positiven Auswirkungen auch außer Frage stehen, so waren diese ursprünglich nie Zentrum oder Ziel des Übens. Sie stehen auch in diesem Kurs nicht im Vordergrund. Es gibt keine Versprechungen.

Termin: dienstags, von 19:30 Uhr – 20:45 Uhr

Ort: Kita Sonnenstrahl

Referent: Jörg Büchner, Dipl.-Psych., unterrichtet Yoga seit über 30 Jahren

Anmeldung: Jörg Büchner, Tel. 02205 7743

Kosten: 100 €