

## **Veranstaltungskalender des Familienzentrums Götscher Weg**

**März & April 2021**



Götscher Weg 54

40764 Langenfeld

Telefon: 02173 / 71806

E-Mail: [familienzentrum-goetscherweg@langenfeld.de](mailto:familienzentrum-goetscherweg@langenfeld.de)

Internet: <https://kita-goetscherweg.langenfeld.de/>

Ansprechpartnerinnen: Colette Schweitzer / Myriam Berndt

## Veranstaltungskalender Familienzentrum

**Gut zu wissen: Diese Angebote können von allen Langenfelder Eltern genutzt werden - nicht nur von Eltern, deren Kinder die Einrichtung besuchen.**

Mehr Informationen zu den Angeboten, Anleitungen und Downloads finden Sie auf der Website des Familienzentrums:

[kita-goetscherweg.langenfeld.de/Aktuelle Informationen](http://kita-goetscherweg.langenfeld.de/Aktuelle%20Informationen).



Für den Bereich Familienzentrum der Kita gibt es eine eigene email-Adresse - für Ihre Anmeldungen, Anfragen oder Anregungen: [familienzentrum-goetscherweg@langenfeld.de](mailto:familienzentrum-goetscherweg@langenfeld.de)

### FORTLAUFENDE ANGEBOTE: BERATUNG

#### Wichtige Informationen:

Melden Sie sich zu den Beratungsterminen telefonisch oder per Mail vertraulich bei uns im Büro an, die Beratung findet hier in der Einrichtung oder telefonisch statt.

#### Angebote:

jeweils  
donnerstags:  
25.03.2021,  
29.04.2021  
von  
09.15 - 11.15  
Uhr

**Familien- & Erziehungsberatung  
Beratungsstelle für Eltern / Frau Welter**  
Wir kooperieren wir mit der  
Beratungsstelle für Eltern, Kinder und  
Jugendliche für Langenfeld & Monheim,  
die kostenfrei Beratung anbietet. Mehr  
Info und Handreichungen zu verschie-  
denen Themen des Familienalltags auch  
auf der Website der Beratungsstelle:  
[http://www.erziehungsberatung-  
monheim.de/](http://www.erziehungsberatung-monheim.de/)

Termine nach  
Vereinbarung

**Systemische Beratung & Coaching**  
Begleitung in belastenden Situationen,  
schwierigen Entscheidungen oder  
angespannter, familiärer Situation.  
**Beratung durch: Iris Scholz ,  
Sozialpädagogin & Coach**  
Termine nach

jeweils  
mittwochs:  
24.03.2021,  
28.04.2021  
von  
09.00 -  
09.45 Uhr

**Individuelle Sprechstunde  
Vereinbarkeit Familie & Beruf - Eltern im  
Berufsleben**  
Tipps und Beratung zu den Themen  
tägliche Vereinbarkeit von Familie & Beruf,  
Wiedereinstieg oder berufliche Neu-  
/Umorientierung nach einer Pause für die  
Kindererziehung oder Pflege. Einen  
Leitfaden mit konkreten Tipps und  
Ansprechpersonen für Ihre individuelle  
Situation bekommen Sie hier. (auch online  
möglich)  
Beratung durch: Tanja Bettermann,  
Netzwerk Wiedereinstieg im Kreis  
Mettmann

## AKTUELLE ANGEBOTE

### Wichtige Informationen:

Die Angebote sind kostenfrei.

### Anmeldung:

per e- Mail: familienzentrum-goetscherweg@langenfeld.de ) oder telefonisch: 02173 / 71806

Bei Online-Veranstaltungen erhalten Sie den AnmeldeLink kurz vor der Veranstaltung per mail.

## MÄRZ

**Montag,  
15.03.21  
19.30 Uhr -  
online**

### Stellen Sie Ihr Licht auf den Scheffel - auf dem Weg zum richtigen Job

Tipps rund um die Bewerbung  
Sie wollen zurück in den Job, wissen aber nicht wie? Oder Sie fragen sich, ob es überhaupt der richtige Job ist?  
Was gehört heute in eine Bewerbung?  
Wie fange ich im Bewerbungsprozess an?  
Womit sollte ich mich als erstes beschäftigen?

**Referentin:** Tanja Herrmann-Hurtzig bringt Tipps und Tricks aus 20 Jahren Erfahrung als Personaler mit. Ihre Fragen sind herzlich willkommen.

**Mittwoch,  
17.03.21  
19:30 -  
21:45 Uhr  
online**

### Info-abend:

#### Umgang mit Wut und Trotz

Dieser Kurs gibt einen Einblick in die Erlebniswelt kleiner Kinder und zeigt auf, wie wir ihnen helfen können, mit Emotionen so umzugehen, dass sie sich damit gut in die Gesellschaft integrieren können

**Referentin :Margit Holtschlag**  
(Kinderkrankenschwester & Elternberatung)

**Mittwoch,  
24.03.2021  
09:00 Uhr**

### Individuelle Sprechstunde: Vereinbarkeit Familie & Beruf

Nach einer längeren oder kürzeren Pause für die Erziehung Ihrer Kinder oder Pflege eines Angehörigen möchten Sie wieder berufstätig sein. In Ihrem alten Beruf oder sich neu orientieren? Wie kann die tägliche Vereinbarkeit von Familie & Beruf gelingen? Einen Leitfaden mit konkreten Tipps und Ansprechpersonen für Ihre individuelle Situation bekommen Sie hier.

**Beratung durch: Tanja Bettermann,  
Netzwerk Wiedereinstieg**

**Donnerstag  
25.03.2021**

### Familien- & Erziehungsberatung Beratungsstelle für Eltern / Frau Welter

**09.15 -  
11.15 Uhr**

Wir kooperieren mit der Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche für Langenfeld & Monheim, die kostenfrei Beratung anbietet. Melden Sie sich zu den Beratungsterminen telefonisch oder per Mail vertraulich bei uns im Büro an, die Beratung findet hier in der Einrichtung oder telefonisch statt.

**Download**

### Kreativ-Ideen: Basteln & Spiel-Idee

Die Ideen der Langenfelder Kreativ-Expertin Julia Schulze-Osthoff für den März:

für Erwachsene: Badepralinen selber herstellen und gemeinsam mit Kindern einen Kaktus basteln.

Zum Download unter: [kita-goetscherweg.langenfeld.de/Aktuelle-Informationen](http://kita-goetscherweg.langenfeld.de/Aktuelle-Informationen)

**Montag,  
22.03.21**

### Mit Yoga in die Balance kommen - unsere Mitte stärken

**19.30 -  
20.30 Uhr**

**online**

In diesem Yoga Kurs möchten wir unsere Aufmerksamkeit auf die Körpermitte lenken und Stabilität aufbauen: Becken, Hüfte und der untere Rücken. Ganz bewusst halten wir diesen Bereich beweglich und kräftigen und dehnen die Muskulatur. Mit einer Entspannungsübung beenden wir die Stunde. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Viele der Übungen lassen sich leicht in den Alltag integrieren.

**Referentin: Uta Hoemann-Dewenter**

## APRIL

<p><b>Donnerstag,</b> <b>15.04.2021</b></p> <p><b>19:30 -</b> <b>21:00 Uhr</b></p> <p><b>Online</b></p>	<p><b>Elternabend: Tausendmal gesagt - nix passiert</b> <b>Wege in eine respektvolle Erziehung</b></p> <p>Wie gelingt eine liebevolle und konsequente Erziehung, die den Kindern eine klare Orientierung bietet?</p> <p><b>Referentin: Miriam Böddinghaus</b> (Erzieherin &amp; Lerntherapeutin)</p>	<p><b>Download</b> <b>Kreativ-Ideen: Basteln &amp; Spiel-Idee</b></p> <p>Die Ideen der Langenfelder Kreativ-Expertin Julia Schulze-Osthoff für den April finden Sie wieder auf der Homepage des Familienzentrums:</p> <p>Zum Download unter: <a href="http://kita-goetscherweg.langenfeld.de/Aktuelle-Informationen">kita-goetscherweg.langenfeld.de/Aktuelle Informationen</a></p>
<p><b>Montag,</b> <b>26.04.21</b></p> <p><b>19:30 -</b> <b>21:45 Uhr</b></p> <p><b>online</b></p>	<p><b>Info-abend:</b> <b>"Mein Kind ist krank" - kranke Kinder natürlich begleiten</b></p> <p>Wieviele Infekte sind normal? Und wie kann man sie begleiten? Fieber und Husten lindern</p> <p>Es werden natürliche Hausmittel vorgestellt.</p> <p><b>Referentin :Margit Holtschlag</b> (Kinderkrankenschwester &amp; Elternberatung)</p>	
<p><b>Mittwoch,</b> <b>28.04.2021</b></p> <p><b>09:00</b> <b>Uhr</b></p>	<p><b>Individuelle Sprechstunde</b> <b>Vereinbarkeit Familie &amp; Beruf - Eltern im Berufsleben</b></p> <p>Tipps und Beratung zu den Themen tägliche Vereinbarkeit von Familie &amp; Beruf, Wiedereinstieg oder berufliche Neu-/Umorientierung nach einer Pause für die Kindererziehung oder Pflege. Einen Leitfaden mit konkreten Tipps und Ansprechpersonen für Ihre individuelle Situation bekommen Sie hier. (auch online möglich)</p> <p>Beratung durch: Tanja Bettermann, Netzwerk Wiedereinstieg im Kreis Mettmann <b>(auch online möglich)</b></p>	<p><b>Dienstag,</b> <b>20.04.21</b></p> <p><b>19.30 -</b> <b>21 Uhr</b></p> <p><b>online</b></p> <p><b>Fröhlich &amp; fit in die Grundschule (2-teilig)</b></p> <p>Die Einschulung in die Grundschule ist ein Meilenstein im Leben von Kindern und Eltern. Damit Kinder mit Freude und Leichtigkeit lesen, schreiben und rechnen lernen können, ist es notwendig, dass die Körperwahrnehmung sowie die visuelle und akustische Sinneswahrnehmung ausgereift sind. Zusätzlich gibt es noch Spielideen und Anregungen für zu Hause.</p>
<p><b>Donnerstag:</b> <b>29.04.21</b></p> <p><b>09.15 -</b> <b>11.15 Uhr</b></p>	<p><b>Familien- &amp; Erziehungsberatung</b> <b>Beratungsstelle für Eltern / Frau Welter</b></p> <p>Wir kooperieren mit der Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche für Langenfeld &amp; Monheim, die kostenfrei Beratung anbietet. Mehr Info und Handreichungen zu verschiedenen Themen des Familienalltags auch auf der Website der Beratungsstelle: <a href="http://www.erziehungsberatung-monheim.de/">http://www.erziehungsberatung-monheim.de/</a></p>	<p><b>Sa,</b> <b>08.05.21</b></p> <p><b>10 - 12</b> <b>Uhr</b></p> <p><b>&amp;</b> <b>Eltern-Kind Workshop</b> <b>Im Außengelände oder Online ca. 2 h</b></p> <p>Gemeinsam mit den Kindern werden Spiele und Übungen durchgeführt, die die Wahrnehmung schulen</p>