

## REGELMÄSSIGES PROGRAMM

### Herzliche Einladung zum Elterncafé

#### Thematisches Elterncafé – Gespräche nach Bedarf

Jeden 1. Montag im Monat

14:30 Uhr

Referentin: Frau Schmidt (Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche im Kinder- und Jugendhilfe-Verbund Bergische Diakonie Aprath)

#### Wöchentliches Elterncafé

Wir bieten Ihnen die Möglichkeit sich an jedem Mittwoch in der Zeit von 14:30 – 16:00 Uhr zu einem offenen Elterncafé in unserem Personalraum zusammenzufinden. Nutzen Sie die Zeit, um sich untereinander auszutauschen.

#### Tägliches Elterncafé

In unserem Elterncafé in der Halle haben Sie jederzeit die Möglichkeit (beim Bringen und Abholen der Kinder, um auf den Bus zu warten, ein kurzes Gespräch zu führen, warten bis Ihr Kind zu Ende gespielt hat...) sich anhand der aushängenden Plakate und Flyer über Aktuelles in Wülfrath und Umgebung zu informieren.



#### Little Arche

**Treff für Mütter, Väter, andere Bezugspersonen mit ihren Kindern im Alter von 0 bis 3 Jahren**

**Montags von 9:30 Uhr - 11:00 Uhr**

Der „Little Arche“ Treff hat eine feste Struktur mit immer wiederkehrenden Ritualen, die den Kindern, Müttern und Vätern Halt und Sicherheit geben. Kinder erleben

in dieser Gruppe Anregungen und Phasen des freien Spiels. Durch unterschiedliche Materialien sammeln sie Sinnes-, Material- und Sozialerfahrungen. Verschiedene Spiele, Lieder sowie die Bereitstellung von Material bieten den Teilnehmer\*innen Anregungen für die altersgemäße Gestaltung des Alltags zu Hause.

Kontakt: Sabine Feuersänger

Tel: 02058-1375



#### Hilfen, Beratung und Vermittlung aus einer Hand

- Familienpflege
- Haushalts-Organisations-Training
- Flexible erzieherische Hilfen
- Familien unterstützender Dienst für Menschen mit Behinderung und ambulant betreutes Wohnen
- Informationen zu Mutter/Vater-Kind Kur

#### Offene Sprechstunde und Terminvereinbarungen:

**Jeden 2. Donnerstag**

**08:30 - 10:00 oder 13:30 - 15:00 Uhr**

Ansprechpartnerin: Manon Gröning

☎ 02058 - 1375

Familienbuero@caritas-mettmann.de

#### Anmeldung und Informationen:

Sie haben Interesse an einem Kurs oder offene Fragen?

Antworten zu allen Belangen gibt Ihnen gerne die Leiterin Christina Ruhrländer-Ströter.

Anmeldungen bitte schriftlich, per E-Mail oder persönlich im Familienzentrum.



#### Caritas- Kinder- und Familienzentrum Arche Noah

Flandersbacher Str. 17a  
42489 Wülfrath

Leiterin: Christina Ruhrländer-Ströter

Telefon: 02058 - 1375

E-Mail: kita-arche-noah@caritas-mettmann.de

www.caritas-mettmann.de

#### Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag: 7:15 - 16:30 Uhr

Freitag: 7:15 - 16:00 Uhr



#### Caritas- Familienzentrum Arche Noah



#### Familienprogramm 2024 2. Halbjahr

Caritas- Kinder- und Familienzentrum  
Arche Noah

Flandersbacher Str. 17a  
42489 Wülfrath

Tel: 02058 - 1375

Fax: 02058 - 892755

E-Mail: kita-arche-noah@caritas-mettmann.de

## SEPTEMBER

**Samstag, 07.09.24**

**„Interkulturelles Kochen“**

**Für Eltern mit Kindern ab 4 Jahren**

Reisen Sie mit uns in verschiedene Länder Südeuropas und lernen Sie schnelle, gut vorzubereitende Gerichte/ Snacks für die Familienküche kennen. Lassen Sie uns den Urlaub schmecken. Die leckeren Köstlichkeiten werden anschließend in geselliger Runde verkostet.

Uhrzeit: 10:00 - 13:00 Uhr

Referentin: Michaela Brinsa

**Fortlaufend donnerstags ab 19.09.24 (bis Juni 2025)**

**„Rollenspiel-Gruppe“ - Für Kinder ab 5 Jahren**

Im September startet die Kinder- Rollenspielgruppe für Kinder vor der Einschulung. Das Rollenspiel ist bei Kindern im Vorschulalter besonders beliebt, weil sie sich mit viel Freude in andere Rollen begeben und dabei gerne „so tun als ob“. Es stärkt die Kinder, macht sie mutiger und selbstständiger. Darüber hinaus regt es die Kinder an, kreativ zu sein und unterstützt sie im sozialen Verhalten. Hierzu folgen separate Elterninformationen.

Uhrzeit: 10:00 - 11:00 Uhr

Referentinnen: Dipl. Pädagogin Katrin Schmidt & Dipl. soz. Pädagogin Julia Katzer (Diakonie Aprath)

## OKTOBER

**Samstag, 12.10.24**

**„Alles, was rund ist“**

**Für Väter und Familienmänner mit Kindern ab 3 Jahren**

Väter und Kinder lieben Bälle. Große Fußbälle, kleine Handbälle, harte Murmeln, weiche Stoffbälle, hüpfende Flummis, haarige Tennisbälle – also alles, was rollt, kullert, was wir mit dem Fuß schießen oder mit der Hand werfen können. Kinder bewegen sich automatisch mit einem Ball, Männer fangen sofort an, sich die Bälle zuzuwerfen. Lasst uns zusammen spielen, mit allem „was rund ist“. Und neben Spiel und Spaß mit Schwung-

tüchern und Reifen und der gemeinsamen Bewegung mit 100 Bällen lernen wir nebenbei die Bedeutung des „Links-Rechts-Kontaktes“ zur Aktivierung der Gehirntätigkeit kennen. Bitte bringen Sie für die gemeinsame Pause einen gesunden kleinen Snack mit.

Uhrzeit: 10:00 - 12:15 Uhr

Referent: Christian Meyn-Schwarze

## NOVEMBER

**Montag, 04.11.24**

**„Ich muss gar nichts“ - Vortragsabend für Eltern**

Unterstützen statt erziehen

Eltern sind immer wieder am Limit: „Mache ich das richtig? Die Kinder tun einfach nicht das, was sie sollen.“ Ja, Erziehung ist anstrengend. Hier kann ein neuer Blick auf das tägliche Theater helfen: „Unterstützen statt erziehen“. Seit Millionen Jahren haben Eltern ihre Kinder großgezogen, und selbstverständlich können Sie das auch. Der Abend zeigt Ihnen, wie Sie mit einem großen Stück Gelassenheit und frechem Mut all den Zweifeln begegnen können: „Ich muss gar nichts!“.

Sie lieben Ihre nervigen Kleinen, mehr muss doch gar nicht sein. Der Rest ergibt sich, ein Nein ist ein Nein, und wenn die Sonne scheint, gibt es ein Eis extra. Lassen Sie sich nicht ins Bockshorn jagen: Sie sind eine wunderbare Mutter und ein wunderbarer Vater.

Uhrzeit: 19:00 Uhr

Referent: Dr. phil. Hubertus von Schoenebeck

**Dienstag, 07.11.24**

**„Die Trotzphase - Autonomiephase“**

**Verstehen, überleben, bewältigen - Für Eltern**

Eltern kennen das nur zu gut: Kinder werfen sich auf den Boden, treten gegen Türen, Schreien und Weinen und das alles nur, weil der grüne Becher gerade in der Spülmaschine ist... Was ist eigentlich genau die Trotzphase? Wie können Eltern mit den kindlichen Wutanfällen umgehen? Wann treten Trotzanfälle auf? Gibt es heute mehr Trotz als früher? Durchleben alle Kinder diese Phase?

Was können Eltern tun, um selbst ruhig zu bleiben?

Mit vielen Fachinfos und Fallbeispielen widmen wir uns einen Nachmittag lang einem normalen, kindlichen Entwicklungsphänomen, welches Eltern nicht selten an ihre Grenzen bringt.

Uhrzeit: 15:00 - 16:30 Uhr

Referentin: Katrin Schmidt, Dipl. Pädagogin, Erziehungsberaterin

**Samstag, 23.11.24**

**„Erste Hilfe am Kind“ - Für Eltern und Interessierte**

Kleine Kinder sind ständig in Gefahr zu verunglücken. Was aber können wir Mütter und Väter tun, wenn unser Kind in akuter Gefahr ist, wenn es einen Erstickenfalls bekommt, sich verbrüht hat oder böse gestürzt ist? In diesem Kurs werden die TeilnehmerInnen auf Gefahren und deren Vermeidung im täglichen Leben bei Säuglingen und Kleinkindern ebenso hingewiesen wie auf die Risiken durch Infektionen. Ein weiterer Schwerpunkt sind Erste-Hilfe-Maßnahmen. Der Kurs wendet sich nicht nur an Eltern, sondern auch an Großeltern, Verwandte, ErzieherInnen, LehrerInnen und Babysitter.

Uhrzeit: 10:00 Uhr

Referentin: Frau Roßmeier

**Freitag, 29.11.24**

**„Glück und Frieden“ - Für Eltern und Kinder**

„Das kleinste Glück“ sind manchmal die einfachsten Dinge im Leben. Diese sich bewusst zu machen und anzunehmen schenkt uns inneren Frieden und somit sind wir mit uns und unserer Umwelt im Einklang.

Uhrzeit: 16:00 - 18:15 Uhr

Referentin: Stefanie Czieslik

## DEZEMBER

**Dienstag, 10.12.24**

**„Weihnachtliches Kamishibai Erzähltheater“**

**Für Eltern und Kinder**

Erleben Sie gemeinsam mit Ihrem Kind eine weihnachtliche Geschichte mit dem Kamishibai Erzähltheater in zau-

berhafter Atmosphäre.

Zur Erinnerung an die Geschichte runden wir das Angebot mit einer kurzen religionspädagogischen Einheit ab.

Uhrzeit: 15:00 - 17:00 Uhr

Referentin: Stefanie Czieslik

**Mittwoch, 11.12.24**

**„Wie organisiere ich meinen Familienalltag sinnvoll?“**

**Für Eltern und Interessierte**

Die Anforderungen an junge Familien sind hoch und es gibt viel unter einen Hut zu bekommen. Wir laden Sie ein, sich mit den tagtäglichen Herausforderungen auseinanderzusetzen, praktische Tipps zu erhalten und gemeinsam in den Austausch zu kommen.

Wie kann ich meinen Haushalt strukturieren, wann mache ich welche Aufgaben, welchen Zeitplan kann ich umsetzen? Wie bringe ich Beruf und Kinder unter einen Hut? Welche Bedürfnisse haben die Kinder auch in der durch die Pandemie geprägten Zeit? Wo kann ich sparen, wie teile ich mein Budget ein?

Uhrzeit: 15:00 - 16:30 Uhr

Referentin: Manon Gröning (Dipl. Pädagogin)

## JANUAR

**Freitag, 17.01.25**

**„Abendtrödel für Kindersachen“**

Wir bieten die Möglichkeit in einer geselligen Atmosphäre ihre Kinderkleidung, Spielsachen und Bücher zu verkaufen.

Uhrzeit: 18:30 - 21:30 Uhr

**Donnerstag, 23.01.25**

**„Klangschalenentspannung“ - Für Eltern**

Eine kleine Reise durch den Körper begleitet von den Klängen der Klangschale und der Kalimba um zur Ruhe zu gelangen und sich bewusster wahrzunehmen.

Mit verschiedenen Atemtechniken den Geist und den Körper ein wenig Erholung und Energie schenken.

Uhrzeit: 19:30 - 21:30 Uhr

Referentin: Stefanie Czieslik