

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Kundalini Yoga

Kundalini Yoga ist eine ganzheitliche Methode der Körper- und Energiearbeit, die Verspannungen löst und den Körper kräftigt. Es vertieft den Atem, stärkt Ausgeglichenheit, Kreativität und Gesundheit.

Fortlaufender Kurs. Einstieg – auch ohne Vorerfahrung – ist jederzeit möglich.

Uhrzeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Referentin: Frau Putzmann

Kosten 10,- € pro Abend



Hilfen für Familien aus einer Hand

- Familienpflege, Haushalts-Organisations-Training
- Flexible erzieherische Hilfen
- Familien unterstützender Dienst für Menschen mit Behinderung und ambulant betreutes Wohnen

Öffnungszeiten:

Jeden 2. und 4. Mittwoch: 8:30 - 10:00 Uhr

im Caritas-Kindergarten St. Nikolaus

Ansprechpartnerin Frau Gröning

☎ 017 4 - 20 89 786

Unser Netzwerk:

Caritas-Flüchtlingshilfe 0172-6761016

Caritas-Schuldnerberatung 02129-79493323

Diakonie Suchtberatung 02104-2339785

Vermittlung von Tagespflege 02129-91148-1/-2/-3

Zentrum für Kindertherapie 02129-51110

Heilpädagogische Praxis 02129-31797



Caritas
Kreis Mettmann

Liebe Eltern, liebe Interessierte,

Sie haben Interesse an einem Kurs oder offene Fragen?

Antworten zu allen Belangen geben Ihnen gerne die Leiterinnen.

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

Caritas-Kindergarten St. Nikolaus

Düsselderger Str. 7

42781 Haan

Tel: 02104-62233

E-Mail: kita-st.nikolaus@caritas-mettmann.de

Leiterin: Martina Hanigk

Öffnungszeiten 7:15 - 16:15 Uhr

Caritas-Kindergarten Hasenhaus

Dinkelweg 2

42781 Haan

Tel: 02104-8320277

E-Mail: kita-hasenhaus@caritas-mettmann.de

Leiterin: Barbara Müller

Öffnungszeiten 7:30 - 16:30 Uhr

www.caritas-mettmann.de



Caritas
Kreis Mettmann

Caritas- Familienzentrum Gruiten

Familienprogramm 2026
2. Halbjahr

Caritas-Kindergarten St. Nikolaus
Düsselderger Str. 7
42781 Haan

Caritas-Kindergarten Hasenhaus
Dinkelweg 2
42781 Haan

www.caritas-mettmann.de

09.10.2026

Ab in die Pilze

Für Eltern mit ihren Kindern ab 4 Jahren

Zusammen machen wir uns auf die spannende Reise in die Welt der Pilze. Wir lernen, dass man alle Pilze gefahrlos anfassen kann und dass wir es ohne Pilze ganz schön schwer hätten. Wir entdecken verschiedene Arten und werden kreativ.

Uhrzeit: 15:00 - 16:30 Uhr

Referent: Elke Völz

Ort: Kita Hasenhaus

14.10.2026

Fragen rund um die Einschulung

Elternnachmittag mit Kinderbetreuung

Dieser Kurs richtet sich an Eltern und Interessierte, deren Kinder die Grundschule besuchen oder kurz davorstehen (6–10 Jahre). Der Schulstart ist für Kinder eine große Umstellung.

Neben neuen Regeln und Anforderungen werden beim Lesen- und Schreibenlernen Fähigkeiten wie Feinmotorik sowie das auditive und visuelle Gedächtnis gefordert, die oft unterschätzt werden. Die Teilnehmenden erfahren praxisnah, wie sie ihr Kind im Alltag beim Lesen- und Schreibenlernen unterstützen können – ganz ohne zusätzliches Üben über die Hausaufgaben hinaus.

Uhrzeit: 15:30 - 18:00 Uhr

Referentin: Tanja Nicastro

Ort: Kita Hasenhaus

16.10.2026

Kunst zu zweit - Diptychon

Für Eltern/Großeltern mit ihren Kindern ab 4 Jahren

Erwachsene und Kinder erschaffen gemeinsam ein Kunstwerk auf zwei Leinwänden, die hinterher zusammengesetzt werden. Zunächst wird ein Entwurf skizziert, der dann auf die Leinwände übertragen und mit Acrylfarben umgesetzt wird. Ob figürlich oder abstrakt – alles ist möglich und der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt!

Uhrzeit: 15:00 Uhr

Referentin: Elke völz

Ort: Kita St. Nikolaus

18.11.2026

Sprachentwicklung bei Mehrsprachigkeit

Elternnachmittag mit Kinderbetreuung

Immer mehr Kinder wachsen mit zwei oder mehreren Sprachen auf. Das wirft bei Eltern und pädagogischen Fachkräften viele Fragen auf: Wie entwickeln Kinder mehrere Sprachen? Welche Herausforderungen können auftreten? Und wie lässt sich die Sprachentwicklung gezielt unterstützen? In dieser Veranstaltung gibt eine Logopädin und Mutter zweisprachig aufwachsender Kinder einen verständlichen Einblick in die mehrsprachige Sprachentwicklung. Sie erklärt die wichtigsten Grundlagen, gibt praktische Tipps für den Alltag und beantwortet individuelle Fragen der Teilnehmenden.

Uhrzeit: 15:30 - 17:45 Uhr

Referentin: Tanja Nicastro

Ort: Kita St. Nikolaus

25.11.2026

Keine Angst vor Langeweile

Elternabend

„Mir ist langweilig“ – ein Satz, der Eltern manchmal nervös macht. Schnell entsteht der Impuls, das Kind zu beschäftigen oder für Unterhaltung zu sorgen. An diesem Elternabend nehmen wir die Langeweile einmal genauer unter die Lupe: Warum ist es wichtig für die kindliche Entwicklung? Was passiert im Gehirn, wenn Kindern langweilig ist? Wie können wir Langeweile begleiten – statt sie sofort zu vertreiben? Und wo ist die Grenze zwischen „gesunder Langeweile“ und echter Unterforderung. Gemeinsam möchten wir diskutieren, Erfahrungen austauschen und Anregungen für einen entspannten Umgang mit diesem oft ungeliebten Gefühl finden.

Uhrzeit: 19:00 - 21:15 Uhr

Referentin: Anja Reinecke-Schäfer

Ort: digital

09.12.2026

Mit der Taschenlampe in die Kirche

Eine Einladung an Väter und (Vorschul-)Kinder

Es gibt oft in Museen, Burgen und Schlössern sogenannte Taschenlampenführungen, aber selten nur in Kirchen – dabei haben wir so viele Schätze, die es zu entdecken gibt. Deshalb laden wir im Winter, also die Zeit, in der es früh dunkel wird, Väter und Kinder aus dem Umfeld der katholischen Kindertagesstätten zu einer „Taschenlampenführung“ in die Kirche ein. Dabei handelt es sich nicht um eine Führung im eigentlichen Sinn, sondern eher die Entdeckungsreise im Schein der Taschenlampen. Nach etwa 30 Minuten endet die Veranstaltung mit einem interaktiven Abendgebet im Taschenlampenschein.

Uhrzeit: 17:30 - 18:15 Uhr

Referent: Detlef Tappen

Ort: Kirche St. Nikolaus Griten-Dorf

12.01.2027

Neurodivergente / Neurosensitive Kinder – verstehen, stärken, begleiten

Elternabend

Was bedeutet „neurodivergent“ eigentlich? Welche Form gibt es? Und wie können Eltern ihr Kind im Alltag liebevoll unterstützen? In dieser Veranstaltung erfahren Eltern, was hinter Begriffen wie Autismus, ADHS oder Hochsensibilität steckt, welche Bedürfnisse neurodivergente Kinder haben und wie sie durch Verständnis, Geduld und passende Strategien gestärkt werden können.

Uhrzeit: 19:00 - 21:15 Uhr

Referentin: Anja Reinecke-Schäfer

Ort: digital