

REGELMÄSSIGES PROGRAMM

Kundalini Yoga

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

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

Uhrzeit: 18:00 -19:30 Uhr fortlaufend montags

Referentin: Frau Putzmann

Kosten 10,- € pro Abend

Unser Netzwerk

Caritas-FIM	02129-9509514
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-Familienbüro



Caritas-Familienbüro

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 ☎ 0 17 4 - 20 89 786



Liebe Eltern, liebe Interessierte,

Sie haben Interesse an einem Kurs oder offene Fragen?

Antworten zu allen Belangen geben Ihnen gerne die Leiterinnen Martina Hanigk, Tel: 02104-62233, E-Mail: kita-st.nikolaus@caritas-mettmann.de und Barbara Müller, Tel: 02104-8320277, E-Mail: kita-hasenhaus@caritas-mettmann.de.

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



im Kreis Mettmann



im Kreis Mettmann

Caritas-Familienzentrum Gruitzen

Caritas-Kindergarten St. Nikolaus

Düsselberger 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-Familienzentrum Gruitzen

Familienprogramm 2024
1. Halbjahr

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

Caritas-Kindergarten Hasenhaus
Dinkelweg 2
42781 Haan

www.caritas-mettmann.de



JANUAR

Dienstag, 30.01.2024

Spielen macht schlau

Für alle Eltern und Interessierten

Spielen ist für Kinder eines der wichtigsten Dinge, das wir wissen, und es ist eine Freude, Ihnen dabei zuzuschauen. Im freien Spiel entfalten sie ihre eigene Persönlichkeit und entwickeln die Wahrnehmung ihrer Sinne, welche für die kognitive Entwicklung nötig sind: Hirnforscher haben die große Bedeutung des selbstbestimmten kindlichen Spiels für eine gute Intelligenzentwicklung bei Kindern nachgewiesen. Wenn Kinder „einfach nur spielen“ wollen, sind sie also ziemlich schlau!

Uhrzeit: 19:00 - 21:00 Uhr

Referentin: Frau Reinecke Schäfer

Kosten: frei

Ort: Caritas-Kita St. Nikolaus

FEBRUAR

Samstag, 03.02.2024

Fackelgeister

Für Eltern mit Kindern ab 3 Jahren

Die Tage sind kurz und die schummrige Jahreszeit dauert an. Lasst uns gemeinsam Fackelgeister basteln und auf einem kleinen Abenteuer die Dunkelheit zum Leben erwecken. Und wer weiß, vielleicht haben sie uns noch eine spannende Geschichte zu erzählen.

Uhrzeit: 15:00 - 16:30 Uhr

Referent: Gregor Undorf

Kosten: frei

Ort: Caritas-Kita St. Nikolaus

Freitag, 23.02.2024

Umweltschutz und Upcycling

Für Eltern mit Kindern ab 5 Jahren

Wir tauchen ein in die Welt von Holz/Papier, Plastik und Wasser und erfahren mehr über die Begriffe Nachhaltigkeit und Umweltschutz. Upcycling-Projekte zeigen uns, dass man aus vermeintlichen Müll noch sinnvolle Sachen herstellen kann!

Uhrzeit: 15:00 - ca.16:30 Uhr

Referentin: Sabrina Mohr

Kosten: frei

Ort: Caritas-Kita St. Nikolaus

MÄRZ

Samstag, 09.03.2024

Mobile Kullerbahn

Für Väter mit Kindern ab 2 Jahren

Die Kugel rollt – doch wohin. Immer wieder werden die Kleinen einen runden Ball in eine Röhre stecken und gespannt darauf warten, in welcher Blechdose es scheppert. Es wird für die Kleinen ein spannendes, sinnliches Erlebnis, mal hundert verschiedene Bälle, Murmeln oder Kugeln auszuprobieren. Doch zuvor müssen die Väter mit ihren Kindern die raffinierten Verzweigungen einer mobilen Kullerbahn bauen. Dieses Kunstwerk dürfen die Familien natürlich mit nach Hause nehmen.

Die Väter bringen bitte Papprollen, z.B. von Küchenpapier und einen essbaren Beitrag für die zweite Frühstückspause mit.

Uhrzeit: 10:00 - 11:30 Uhr

Referent: Christian Meyn-Schwarze

Kosten: frei

Ort: Caritas-Kita Hasenhaus

APRIL

Donnerstag, 18.04.2024

Spinnenmann

Eltern Kind Aktion in Kooperation mit dem Aquazoo Düsseldorf

Spinnen können faszinieren aber auch Angst verbreiten! Eltern und Kinder lernen den Körperbau von Spinnen und ihre Lebensbedingungen kennen. 35000 verschiedene Spinnenarten sind auf der ganzen Welt bislang bekannt und Spinnen sind im bestehenden Ökosystem eminent wichtig. Der Spinnenforscher bringt seine achtbeinigen Freunde mit und stellt sie den Teilnehmenden vor.

Uhrzeit: 15:00 - ca. 16:30 Uhr

Referent: Dr. Stefan Loksa

Kosten: frei

Ort: Caritas-Kita Hasenhaus

MAI

Montag, 06.05.2024

Doktorspiele

Für alle Eltern und Interessierten in Kooperation mit der psychologische Beratungsstelle Hilden

Zärtlichkeiten unter Kindern, Präsentieren und Erkunden von Körpern und wie kommen eigentlich die Babys in den Bauch? – Ausdrucksformen kindlicher Sexualität können Eltern/Erwachsene ganz schön verunsichern. Was ist eigentlich normal? Bei diesem Elternabend soll die spielerische Auseinandersetzung der Kinder mit dem eigenen und fremden Körper in den Fokus rücken. Dabei wird die kindliche Entwicklung ganzheitlich betrachtet. Im Anschluss gibt es die Möglichkeit sich auszutauschen und ins Gespräch zu kommen.

Uhrzeit: 19:30 - 21:30 Uhr

Referentin: Frau Henze

Kosten: frei

Ort: Caritas-Kita Hasenhaus

JUNI

Donnerstag, 20.06.2024

Interkulturelles Kochen

Für Eltern und Kinder ab 4 Jahren

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

Uhrzeit: 15:00 - 17:00 Uhr

Referentin: Michaela Brinsa

Kosten: frei

Ort: Caritas-Kita Hasenhaus

für Juni geplant

Die Häsch-Tecks: Digitalte Medien im Familienalltag

Für Eltern mit Kindern im Kindergartenalter

In diesem Workshop wird sich konstruktiv mit dem Thema digitale Medien im Kindesalter auseinandergesetzt und Sie werden dabei unterstützt, wie sie ihre Kinder kompetent und altersgerecht im Umgang mit digitalen Medien begleiten können. Sie erhalten zudem Informationen zu wertvollen Internetseiten und sinnvollen Apps für Kinder im Kindergartenalter.

Uhrzeit: N.N.

Referent*in: N.N.

Kosten: frei

Ort: Caritas-Kita St. Nikolaus