

## 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 -19:30 Uhr fortlaufend montags

Referentin: Frau Putzmann

Kosten 10,- € pro Abend

### Caritas-Familienbüro



### Caritas-Familienbüro

#### Hilfen für Familien aus einer Hand

- Mutter-Kind-Kuren und Kinderkuren
- 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

Frau Gröning ☎ 0 17 4 - 20 89 786

### 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



### 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](mailto:kita-st.nikolaus@caritas-mettmann.de) und Barbara Müller, Tel: 02104-8320277, E-Mail: [kita-hasenhaus@caritas-mettmann.de](mailto: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](mailto: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](mailto:kita-hasenhaus@caritas-mettmann.de)

Leiterin: Barbara Müller

Öffnungszeiten 7:30 - 16:30 Uhr

[www.caritas-mettmann.de](http://www.caritas-mettmann.de)

## Caritas-Familienzentrum Gruitzen

Familienprogramm 2023  
2. Halbjahr

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

Caritas-Kindergarten Hasenhaus  
Dinkelweg 2  
42781 Haan

[www.caritas-mettmann.de](http://www.caritas-mettmann.de)



## AUGUST

**Freitag, 11.08.2023**

### **Die Geschichte von den großen und kleinen Wundern Eltern-Kind-Angebot für Kinder ab 4 Jahren**

Auf ganz besondere Art und Weise möchte ich Ihnen Kindern und Ihnen die Geschichte von den kleinen und großen Wundern erzählen. Die Geschichte handelt vom Staunen, von Vertrauen und Kraft. Wir werden uns die Geschichte mit vielfältigen fantasieanregenden Materialien erschließen. Zur Erinnerung an die bestärkende Botschaft der Geschichte werden die Kinder einen Gegenstand mit nach Hause nehmen, den sie im Verlauf der Geschichte gestalten werden.

Uhrzeit: 11 - 12:30 Uhr

Referentin: Anita Haarhaus

Kosten: kostenfrei

Ort: Caritas-Kita Hasenhaus

## SEPTEMBER

**Freitag, 29.09.2023**

### **Fit für die Schule – Was braucht mein Kind?**

#### **Eine Online Schulung für Eltern**

In diesem Seminar schauen wir uns gemeinsam an, was in der Entwicklung von Kindern in dieser sensiblen Altersphase passiert und was für den Übergang wichtig ist. Sie erfahren, wie Sie ihr Kind auf dem Weg bis zum Schuleintritt und darüber hinaus gut und angemessen unterstützen können. Erwartungen, die von der Schule an Kinder und Eltern gestellt werden, nehmen wir auch in den Blick.

Uhrzeit: 19 Uhr

Referentin: Frau Böddinghaus

Kosten: kostenfrei

Ort: digital

## OKTOBER

**Samstag, 14.10.2023**

### **Harfenklänge**

#### **Für Eltern und Interessierte**

Auf seinen Reisen durch Spanien, Lateinamerika und Kuba hat er die verschiedensten Arten der Musik kennengelernt und sie in seine Kompositionen einfließen lassen. Didier Kugel nimmt uns mit auf eine musikalische Weltreise!

Uhrzeit: 18 Uhr

Musiker: Didier Kugel

Kosten: auf Spendenbasis

Ort: Caritas-Kita St. Nikolaus

**Dienstag, 24.10.2023**

### **Kinder sind wunderbar**

#### **Unterstützen statt erziehen**

Wunderbar? Kinder können schon sehr anstrengend sein und Eltern sind oft am Limit. Der Abend lädt Sie herzlich ein, einmal durchzuatmen und durch die Perspektive „unterstützen statt erziehen“ neuen Schwung in Ihre Beziehung zu den Kindern zu tragen. Auf dass sich die vielen ärgerlichen Alltagsprobleme effektiver lösen lassen.

Uhrzeit: 19:30 – 21:00 Uhr

Referent: Dr. Hubertus von Schoenebeck

Kosten: kostenfrei

Ort: Caritas-Kita St.Nikolaus

## NOVEMBER

**13. - 24.11.2023**

### **Bücherausstellung**

Die Buchhandlung Jürgensen stellt Bücher zur Advent- und Weihnachtszeit aus. Eltern und Kinder haben die Möglichkeit zu stöbern und vielleicht entdecken sie das ein oder andere Buch, das ihnen oder ihren Kindern ein

Leuchten ins Gesicht zaubert.

Vom 13.-17.11 findet die Bücherausstellung in der Caritas-Kita Hasenhaus und

vom 20.-24.11. findet die Bücherausstellung in der Caritas-Kita St. Nikolaus statt.

An jedem Mittwoch der Ausstellungswochen, findet, in der jeweiligen Einrichtung, um 15:00 Uhr, eine Bilderbuchbetrachtung für die Kinder und ihre Eltern statt.

**Samstag, 18.11.2023**

### **Erste Hilfe am Kind**

Gerade wenn es um Kleinkinder / Säuglinge geht, ist die Angst sehr groß etwas in der ersten Hilfe falsch zu machen. Kinder sind von der Körpergröße teilweise sensibler und müssen dementsprechend anders behandelt werden. Der Kurs soll Eltern die nötige Ruhe und Sicherheit geben, bei der Ersten Hilfe nichts verkehrt zu machen und der Situation entsprechend richtig zu handeln.

Inhalte des Kurses sind unter anderem Herz-Lungen-Wiederbelebung, der Umgang mit Verbrennungen und Verletzungen, das Anlegen von Verbänden, chirurgische und internistische Notfälle bei Kindern, die sichere Seitenlage und Kindererkrankungen.

Uhrzeit: 9-12 Uhr

Referent: Herr Körblein (Malteser Hilfsdienst)

Kosten: kostenfrei

Ort: Caritas-Kita St.Nikolaus

**Freitag, 24.11.2023**

### **Wir flechten gemeinsam einen Nikolauskorb**

#### **Für Kinder ab 5 Jahren mit einem Erwachsenen als Teamarbeit**

Du arbeitest zusammen mit Papa, Mama, Oma, Opa, Patenonkel oder Patentante im Team und Ihr stellt gemeinsam einen Korb für die Gaben vom Nikolaus her.

Zusammen macht die Arbeit mit dem nachwachsenden Naturmaterial viel Spaß. Ihr unterstützt Euch gegenseitig bei den verschiedenen Arbeitsschritten und es entsteht ein einzigartiger Korb verbunden mit einer schönen Erinnerung an die gemeinsame Zeit.

Uhrzeit: 15 - 17 Uhr

Referentin: Elisabeth aus der Wiesche

Kosten: kostenfrei

Ort: Caritas-Kita Hasenhaus

**Samstag, 25.11.2023**

### **Kölner Sängerin Judith Simon**

#### **Für Eltern und Interessierte**

Die Kölner Sängerin Judith Simon veröffentlicht mit „Winter im Glas“ ihr Debüt als Solokünstlerin. Sie ist in der Lage, Gefühle und Atmosphären, sowohl textlich als auch musikalisch aufzugreifen. Sie überzeugt mit einer sehr persönlichen Musik zum Zuhören und Nachdenken.

Uhrzeit: 18 Uhr

Musikerin: Judith Simon

Kosten: Spendenbasis

Ort: Caritas-Kita St. Nikolaus