

Kurse für Erwachsene

Frauenkonversationskurs

Deutschkurs für Frauen, die bereits Grundkenntnisse der deutschen Sprache haben. In kleiner Runde haben Sie viel Gelegenheit, die Sprache zu üben und Neues zu lernen.

Montag und Mittwoch, 9.15 – 10.45 Uhr / 12 Unterrichtstage
Beginn: 12.10.2020 bis Ende November / Kosten: 30,00 €
(keine Kinderbetreuung)
Infos im Familienzentrum unter 089 / 670 10 40

Hatha Yoga und Qi Gong für Frauen

Dienstag 19.00 – 20.30 Uhr
08. September – 15. Dezember 2020

Mittwoch 19.30 – 21.00 Uhr
09. September – 16. Dezember 2020

Neu: Mittwoch 17.45 – 19.15 Uhr
09. September – 16. Dezember 2020

14 x 1 ½ Stunden 210,00 €
für Neueinsteigerinnen 195,00 €

Donnerstag 07.15 – 8.30 Uhr
10. September – 17. Dezember 2020

14 x 1 ¼ Stunden 189,00 €
für Neueinsteigerinnen 175,00 €

Eine **kostenlose Probestunde** ist jederzeit möglich, jedoch nur mit telefonischer Anmeldung.
Maximale Kursgröße: 7 Teilnehmer zur Einhaltung der Coronabestimmungen

Anmeldung für Kurse und Schnupperstunden:
bitte direkt bei der Kursleiterin:

Eliana Trimborn, Dipl. Sozialpädagogin (FH),
Yoga-Lehrerin, Qi Gong Übungsleiterin,
langjährige Erfahrung in Taijiquan - **Telefon: 089 / 48 13 59**

Information + Kontakt

Informationen und Anmeldung zu Gruppen, Kursen,
Veranstaltungen und Vermietungen unter

Telefon: 089 / 670 10 40

Dienstag + Donnerstag: 09.00 - 12.00 Uhr

oder per **Email: stz@caritasmuenchen.de**

Liebe Besucherinnen und Besucher,

damit wir alle gesund bleiben, bitten wir folgende
Hygiene- und Schutzmaßnahmen zu beachten,
wenn Sie ins Familienzentrum kommen:

- **Beim Betreten des Familienzentrums, im Wartebereich und auf den Fluren bitte Maske tragen**
- **Händewaschen bzw. Handdesinfektion bei Ankunft**
- **Auf Abstand halten achten – 1,5 m!**
- **Kontaktaten hinterlassen**

Bitte die Räume regelmäßig lüften!

Wichtig:

Für alle Angebote - Cafés, Gruppen/Kurse für Kinder/Erwachsene oder Familienveranstaltungen und Feste - müssen Sie sich **vorab anmelden**, da die Teilnehmerzahlen begrenzt sind, damit die Abstände eingehalten werden können.

Wir freuen uns sehr auf Ihren Besuch!

Offene Angebote • Gruppen • Kurse:

- Internationale Familiencafés
Montag und Donnerstag
- Eltern-Kind-Gruppen
- Sprachförderung für Kinder
- Diverse Angebote für Familien in den Bereichen Gesundheit und Kreativität
- Sonntagsveranstaltungen für Familien

Sozialberatung:

- Beratung und Unterstützung bei persönlichen, wirtschaftlichen und rechtlichen Fragen und Problemen sowie in Konfliktsituationen.

Familienzentrum Neuperlach

Caritas München Ost

Träger: Caritasverband der Erzdiözese München und Freising e.V.
Hirtenstr. 4, 80335 München

gefördert von der
Landeshauptstadt
München
Stadtjugendamt



Unsere Räume sind
rollstuhlgerecht-

Caritas

Nah. Am Nächsten



FAMILIENZENTRUM NEUPERLACH

Oktober 2020 - Januar 2021

Veranstungstipps:

- **Maxiclub für Kinder von 4-7 Jahren:**
Bewegungsspiele mit Reifen + Co.
Fr. 16.10.2020
- **Vorlesetag**
Fr. 20.11.2020
- **Puppentheater Däumelinchen**
Fr. 18.12.2020
- **Laternenumzug zum St. Martinsfest**
Mittwoch, 11.11.2020 / ab 17.00 Uhr
- **Nikolaustag**
Sonntag, 06.12.2020

Anmeldung für alle Veranstaltungen erforderlich!
Durchführung der Angebote vorbehaltlich
der Corona-Pandemie-Entwicklung.

Nähere Infos zu den Veranstaltungen
siehe Innenseite ▶▶▶▶



Familienzentrum Neuperlach

Therese-Giehse-Allee 69
81739 München

Tel. 089/ 670 10 40
stz@caritasmuenchen.de
www.caritas-muenchen-ost.de

U-/S-Bahnstation Neuperlach-Süd

Aktuelle Veranstaltungen

Maxiclub für Kinder von 4 bis 7 Jahren

1 x im Monat am Freitag von 15.45 -17.00 Uhr

Statt des Schlechtwettertreffs gibt es im Winterhalbjahr 2020/2021 einmal im Monat an einem Freitagnachmittag den Maxiclub für Kinder von 4-7 Jahren, mit schönen Aktionen zum Mitmachen und Genießen. Die Eltern/Großeltern können währenddessen im Familienzentrum bei einer Tasse Kaffee entspannen oder die Zeit zum Einkaufen o.ä. nutzen.

Bitte anmelden, begrenzte Platzzahl!

Maxiclub-Programm Oktober-Dezember 2020:

16.10.: **Lustige Bewegungsspiele mit Reifen + Co.**

20.11.: **Wir lesen vor!** Aktion zum bundesweiten Vorlesefest. Motto: „Europa und die Welt“

18.12.: **Puppentheater: „Däumelinchen“**
Nach der Märchenvorstellung ist noch Zeit zum Basteln und Malen

Laternenumzug zum Martinsfest!



Am 11.11. ab 17.00 Uhr

Wir treffen wir uns vorm Familienzentrum zum kleinen Laternenumzug. Zum Abschluss versammeln wir uns im Kirchhof und alle bekommen ein kleines Martinsgeschenk

Bitte unbedingt Laternen mitbringen!!!

Der Umzug findet bei jedem Wetter statt.

Anmeldung erforderlich!

Nikolaustag am Sonntag, 06.12.

Der Nikolaus ist an diesem Sonntagnachmittag von 15.30-17.30 Uhr Familienzentrum.

Lasst Euch überraschen! Näheres in Kürze!

Raumvermietungen

- Wegen der Pandemie können wir zur Zeit unsere Räume leider **nicht** für Kindergeburtstagsfeiern vermieten.
- Vermietung von **Konferenzraum und/oder Saal für Gruppen und Seminare:** auf Anfrage

Nähere Informationen und Buchung:

Dienstag+ Donnerstag 9.00-12.00 Uhr

Tel. 089 / 670 10 40 oder stz@caritasmuennenchen.de

Offene Angebote

Für Eltern und Großeltern mit Kleinkindern:
Mit Spiel und Spaß und gutem Frühstück in den Tag starten!

Internationale Familiencafés am Montag und Donnerstag

Montag und Donnerstag von 10.00 - 11.30 Uhr

(während der Schulferien geschlossen)

Wir bereiten Ihnen einen Familien-Frühstücksteller nach Ihrer Wahl (3,00 € pro Familie - kein Konsumzwang) und bieten viel Platz zum Spielen für die Kinder, und immer ein kleines buntes Mitmachprogramm! **Bitte anmelden!**

| | |
|-----------|---|
| Do 01.10. | Café + Korkenspiele |
| Mo 05.10. | Café + Wiesnerherz bekleben |
| Do 08.10. | Café + Seifenblasen + Hebammensprechstunde |
| Mo 12.10. | Café + Minidrachen basteln |
| Do 15.10. | Café + Bewegungsparcours |
| Mo 19.10. | Café + Musizieren mit Instrumenten |
| Do 22.10. | Café + Pappellerbilderrahmen basteln |
| Mo 26.10. | Café + Spiele mit Bällen |
| Do 29.10. | Café + Kekshaus basteln |
| Mo 02.11. | geschlossen - Ferien |
| Do 05.11. | geschlossen - Ferien |
| Mo 09.11. | Café + Laternen basteln |
| Do 12.11. | Café + Hebammensprechstunde |
| Mo 16.11. | Café + Kneten und Formen |
| Do 19.11. | Café + Spiele mit Luftballons |
| Mo 23.11. | Café + Magnetspiele |
| Do 26.11. | Café + Windlicht gestalten |
| Mo 30.11. | Café + Trampolin springen |
| Do 03.12. | Café + Kiefernzapfen verzieren |
| Mo 07.12. | Café + Grußkarten basteln |
| Do 10.12. | Café + Balancieren + Hebammensprechstunde |
| Mo 14.12. | Café + Plätzchen backen |
| Do 17.12. | Café + Weihnachtsbasteleien |
| Mo 21.12. | Café + Weihnachtsfeier |
| | 24.12.2020-07.01.2021 geschlossen - Ferien |

Elternsprechstunde zur Information und Beratung rund um das Thema Familie: **Donnerstags während des Cafés** von 10 -11.30 Uhr und nach Terminvereinbarung im Familienzentrum unter 089 / 670 10 40

Vor und nach der Geburt ...

Angebote für Schwangere und junge Mütter
bei uns im Familienzentrum

Offene Hebammen-Sprechstunde im Internationalen Familiencafé

Offene Hebammen-Sprechstunde

1 x monatlich am Donnerstag im Familiencafé

nächste Termine: 08.10. / 12.11. / 10.12.2020

von 10.30 bis 11.30 Uhr

Ohne Voranmeldung / keine Kosten!

Hebammen-Sprechstunde

Hebammen-Sprechstunde

Jeden Donnerstagsvormittag!

Nur nach Terminvereinbarung!

Anmeldung: Hebamme Kerstin Pirkl, Tel. 089 / 634 99 623

Kurse rund um die Geburt

Rückbildungsgymnastik

Freitags, ab 13.11.2020

Nähere Informationen: www.HebammePirkl.de

Anmeldung: Hebamme Kerstin Pirkl, Tel. 089 / 634 99 623

Kindergruppen / Kinderkurse

Eltern-Kind-Gruppen für Kinder bis 3 Jahre

Dienstag und Mittwoch von 9.15 - 11.15 Uhr

SAFiR - Sprachförderkurs Deutsch

für Vorschulkinder

In kleinen Gruppen, mit Kindern im Alter ab 5 Jahren, üben wir spielerisch und intensiv die deutsche Sprache.
Informationen auf Anfrage.

Ausführliche Information und Anmeldung für Eltern-Kind-Gruppen und SAFiR-Sprachförderkurse im Familienzentrum unter 089 / 670 10 40

(Wir bitten um frühzeitige Anmeldung)