

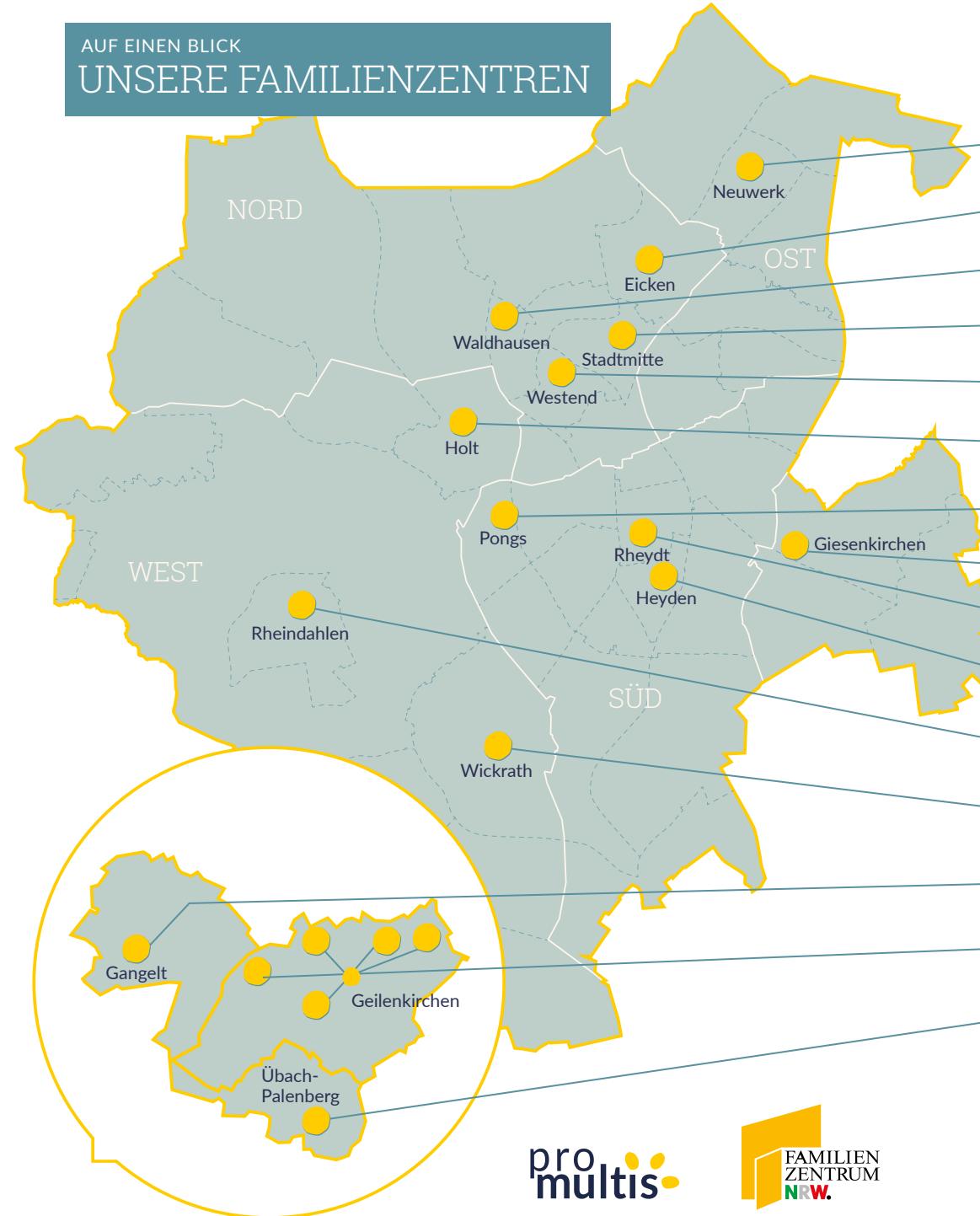


PROGRAMM

DER PRO MULTIS FAMILIENZENTREN

2. HALBJAHR 2024





INHALT

Grußwort	Seite 04
Anmeldung über den online Veranstaltungskalender	Seite 07
• Familienzentrum Pusteblume Liebfrauenstr. 34, 41066 Mönchengladbach-Neuwerk	Seite 08
• Familienzentrum Genesis Matthiasstr. 32, 41063 Mönchengladbach-Eicken	Seite 11
• Familienzentrum St. Vinzenz Bergerstr. 13b, 41068 Mönchengladbach-Waldhausen	Seite 14
• Familienzentrum St. Albertus Kaiserstr. 54, 41061 Mönchengladbach-Stadtmitte	Seite 17
• Familienzentrum Alexianerstraße Alexianerstr. 2, 41061 Mönchengladbach-Westend	Seite 20
• Familienzentrum St. Michael Josef-Drauschke-Str. 15, 41069 Mönchengladbach-Holt	Seite 23
• Familienzentrum Martinshof Am Martinshof 2, 41239 Mönchengladbach-Pongs	Seite 26
• Familienzentrum St. Mariä Himmelfahrt Nesselrodestr. 83, 41238 Mönchengladbach-Giesenkirchen (Meerkamp)	Seite 29
• Familienzentrum St. Marien Odenkirchener Str. 3, 41236 Mönchengladbach-Rheydt	Seite 32
• Familienzentrum St. Josef-Rheydt Von-Galen-Str. 157, 41236 Mönchengladbach-Heyden	Seite 35
• Familienzentrum Papst Johannes Pauenstr. 20, 41179 Mönchengladbach-Rheindahlen	Seite 38
• Familienzentrum St. Antonius Obertor 9, 41189 Mönchengladbach-Wickrath	Seite 40
• Familienzentrum St. Nikolaus Dr.-von-den-Driesch-Str. 1, 52538 Gangelt	Seite 42
• Verbund Familienzentrum Geilenkirchen Geilenkirchen	Seite 46
• Familienzentrum Arche Noah Adolfstraße 18, 52531 Übach Palenberg	Seite 50
Willkommen – Tag der offenen Tür	Seite 54
Deutschkurs	Seite 55
Informationen und Notfallnummern	Seite 58

WILLKOMMEN IN UNSEREN FAMILIENZENTREN

WIE SCHÖN, DASS WIR UNS WIEDERSEHEN!



Liebe Familien,

ein herzliches Willkommen im 2. Halbjahr 2024.

Auch dieses Mal haben die einzelnen Familienzentren wieder ein tolles Programm zusammengestellt, das Ihnen viele Möglichkeiten bietet, tolle Augenblicke wie Ausflüge in den Wald, gemeinsames Kochen und Werken sowie vieles mehr zu genießen. Ebenso finden spannende Themen wie „Let's talk about kids“, „Konflikte sind normal“, „Kindliche Sprachentwicklung“ und weitere pädagogisch anregende Impulse ihren Platz, um mit anderen Interessierten ins Gespräch zu kommen.

In diesem Zusammenhang freuen wir uns sehr, dass der online Veranstaltungskalender so gut angenommen wird. Neben Verfügbarkeit und Umweltfreudlichkeit ist gerade die Flexibilität des digitalen Kalenders für Sie als Familie ein großer Mehrwert.

Wie genau die Anmeldung über den online Veranstaltungskalender funktioniert, haben wir noch einmal kurz und knapp auf Seite 7 für Sie zusammengefasst und erklärt. Falls es hier und da noch ein bisschen haken sollte, scheuen Sie sich nicht, in den Einrichtungen oder bei uns Hilfe zu suchen.

Bei unserer diesjährigen Herbst- und Winter-Mitmachaktion haben Sie die Chance, bunte Futterhäuschen zu basteln. Diese sehen nicht nur vor dem eigenen Fenster gut aus, sondern sind vielleicht auch eine schöne Geschenkidee für liebe Menschen.

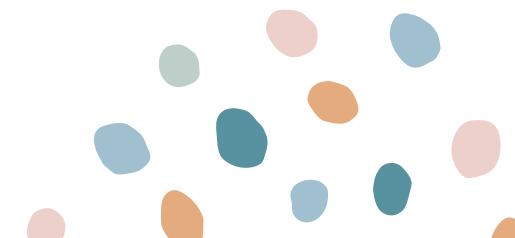
Nähere Informationen und eine Schritt-für-Schritt-Anleitung dazu finden Sie unter:
www.pro-multis.de/vogelfutterhaeuschen

Schicken Sie uns gerne ein Foto Ihrer selbstgemachten Futterhäuschen! Per Mail an Ihr Familienzentrum oder direkt an uns, die Koordinatorinnen der pro multis Familienzentren, Sandra Feldbusch (feldbusch@pro-multis.de) und Nadine Rafati (rafati@pro-multis.de). Wir freuen uns über zahlreiche Zusendungen sowie Rückmeldungen zu unserer Mitmachaktion und veröffentlichen demnächst eine Auswahl der Fotos auf unserer Website.

Ganz viel Spaß beim Stöbern, Basteln, Entdecken und Ausprobieren!

Mit herzlichen Grüßen

Nadine Rafati & Sandra Feldbusch
 -Koordinatorinnen der Familienzentren-



UNSERE FÜNF PROGRAMMKATEGORIEN

Zur besseren Orientierung haben wir alle Programmpunkte in fünf übersichtliche Kategorien unterteilt. So finden Sie leicht und schnell die passenden Angebote zu Ihren Interessen.

Angebote wie „Fit für die Schule“, „Was steckt hinter Kinderängsten?“ oder „Konflikte sind normal“ regen zu informativen Gesprächen an und vermitteln nützliches Wissen, Tipps und Tricks. Auch unsere Präventionsangebote wie zum Beispiel „Heldenreise“ oder „Coaching und Resilienztraining“ ermöglichen Räume zum Wachsen und sich Weiterentwickeln – für alle Familienmitglieder.

Natürlich begeben wir uns wieder in den Wald, werden sportlich, genießen selbstgekochtes Essen, lernen Tiere kennen und tanzen gemeinsam. Auch die Kreativität kommt nicht zu kurz, egal ob „Makramee“ oder „Sockenpuppen basteln“, hier ist für jede:n etwas dabei! Die übersichtlichen Icons zu den Bereichen schaffen einen guten Überblick.

Selbstverständlich sind bei den gekennzeichneten „Vater-Kind-Angeboten“ auch andere dem Kind nahestehende Erwachsene ausdrücklich willkommen!

Sollten Sie Fragen zu den verschiedenen Angeboten haben, sprechen Sie uns gerne an. Viel Spaß beim Erkunden des neuen Programmheftes!



KATEGORIE: SPRACHE

Zur Förderung der Sprachkompetenz bieten wir Angebote zum Erlernen und Vertiefen der deutschen Sprache durch kompetente Kursleitungen an – sowohl für Ihre Kinder als auch ganz gezielt für Sie als Erwachsene.



KATEGORIE: PÄDAGOGISCH ANREGENDE IMPULSE

Der Alltag mit jüngeren Kindern ist manchmal ganz schön stressig und herausfordernd. Daher finden Sie hier Angebote, die Sie als Eltern in wichtigen Erziehungsfragen unterstützen und Ihre Kompetenzen ganz konkret stärken.



KATEGORIE: GEMEINSAME ANGEBOTE FÜR ELTERN UND KINDER

Zeit zu zweit lautet das Motto für diese Angebote: Kreative Aktivitäten, Bewegungsangebote oder gemeinsames Kochen und Backen für Eltern und ihre Kinder sorgen für schöne Familienstunden.



KATEGORIE: GESUNDHEIT, ERNÄHRUNG & BEWEGUNG

Vom „Zeit für dich“-Kurs bis zum Kinderyoga finden Sie in dieser Kategorie alle Angebote rund um Bewegung und Ernährung, die die Gesundheit Ihrer Familie stärken und natürlich auch jede Menge Spaß machen.



KATEGORIE: KREATIVES GESTALTEN

Malen, Basteln, aber auch Schminken und vieles mehr versteckt sich hinter dieser Kategorie. Sie sind für kreatives Gestalten zu begeistern und machen dies am liebsten gemeinsam mit Ihrer Familie oder anderen Interessierten? Dann finden Sie hier viele interessante Angebote.



PAPIER ODER PAPIERLOS ?!

DAS NEUE PROGRAMMHEFT – AUCH ONLINE ZUM BLÄTTERN!

Unser Veranstaltungsangebot erscheint halbjährlich in unseren Programmheften. Diese liegen z. B. an unseren KiTa- und Familienzentren-Standorten aus. Der Umwelt zu lieben senken wir jedoch kontinuierlich die Druckauflage. Sollte daher das aktuelle Programmheft mal vergriffen sein, haben Sie jederzeit die Möglichkeit auch online durch das aktuelle Programmheft zu blättern und die angebotenen Workshops und Veranstaltungen rund um das Thema „Familie“ zu entdecken.

**Immer das aktuelle Programmheft,
online zum blättern unter:
www.pro-multis.de/programm/**

QR-Code scannen
und entdecken



INTERESSE AN EINEM WORKSHOP ODER EINER VERANSTALTUNG?
KINDERLEICHT & KOSTENFREI
JETZT DIREKT ONLINE ANMELDEN!

In unserem digitalen Veranstaltungskalender finden Sie alles auf einen Klick!

SO FUNKTIONIERT DIE ONLINE-REGISTRIERUNG:

1.

QR-Code scannen oder im Web aufrufen unter:
www.pro-multis.de/termine



2.

Angebot auswählen und weiter unten
den Button „Teilnehmen“ anwählen.

Teilnehmen

3.

Anmeldemaske ausfüllen: Bitte tragen Sie hier ein, für wie viele Personen (Erwachsene und Kinder) Ihre Anmeldung gilt. Dabei ist nur eine einmalige Anmeldung nötig, die für alle teilnehmenden Personen gilt.

Name *	<input type="text" value="Dein Name"/>
E-Mail *	<input type="text" value="Deine@email.de"/>
Anzahl der Gäste *	<input type="text" value="1"/>

4.

Mit einem Klick auf den Button „Reservierung buchen“
ist die Anmeldung abgeschlossen. Nach erfolgreicher
Registrierung erhalten Sie eine Bestätigung per E-Mail.

Reservierung buchen

5.

Mit der Bestätigungs-E-Mail erhalten Sie noch einmal alle Informationen
der gebuchten Veranstaltung, gesammelt im Überblick, als Ticket.

Wir freuen uns über Ihre zahlreichen Anmeldungen!



KITA & FAMILIENZENTRUM PUSTEBLUME

Liebfrauenstraße 34
 41066 Mönchengladbach-Neuwerk
 02161 - 3086239
 @ tfk.pusteblume@pro-multis.de

Alle Familien in unserem Stadtteil sind herzlich eingeladen, an unseren Veranstaltungen im Familienzentrum Pustebelme teilzunehmen. Wir bieten in den Bereichen Bildung, Betreuung, Beratung und Begegnung für jeden etwas an. **Alle Angebote sind kostenlos.**

OFFENE SPRECHSTUNDE

ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNG

Kommen Sie vorbei, wenn Sie einfach mal ein offenes Ohr brauchen, Fragen rund um die Themen Erziehung und Schule haben, nach neuen Wegen in der Erziehung Ihrer Kinder suchen oder kleine und große Sorgen Ihnen das Leben schwer machen. Die Gespräche finden in einem geschützten Raum statt und werden vertraulich behandelt.

Katholisches Beratungszentrum für Ehe-, Lebens-, Familien- und Glaubensfragen des Bistums Aachen

Bei Bedarf können Sie unter **02161 - 898788** in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

StupS - Erziehungsberatungsstelle der Stadt Mönchengladbach

Bei Bedarf können Sie unter **02161 - 2554331** in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

ELTERNCAFÉ PUSTEBLUME

In gemütlicher Atmosphäre können Eltern und Großeltern bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit anderen Eltern oder Besucher:innen ins Gespräch kommen, Erfahrungen austauschen und Kontakte knüpfen. Sie finden immer eine Ansprechperson und ein offenes Ohr.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

SPRECHSTUNDE KATH. BERATUNGZENTRUM

DO. 26.09. 14.00 - 16.00 Uhr
 DO. 21.11. 14.00 - 16.00 Uhr
 DO. 23.01. 14.00 - 16.00 Uhr

SPRECHSTUNDE STUPS

DO. 29.08. 14.00 - 16.00 Uhr
 DO. 31.10. 14.00 - 16.00 Uhr
 DO. 05.12. 14.00 - 16.00 Uhr

TERMINE ELTERNCAFÉ

MO. 19.08. 14.30 - 16.00 Uhr
 MO. 16.09. 14.30 - 16.00 Uhr
 MO. 07.10. 14.30 - 16.00 Uhr
 MO. 18.11. 14.30 - 16.00 Uhr
 MO. 16.12. 14.30 - 16.00 Uhr
 MO. 13.01. 14.30 - 16.00 Uhr



DEUTSCHKURS FÜR ERWACHSENE

| Anmeldeschluss fortlaufend

Sprechen, Lesen, Schreiben – das wollen wir in lockerer Atmosphäre lernen. Auch wenn Erwachsene ein unterschiedliches Sprachniveau mitbringen, können Sie immer dazulernen und Freude beim Sprechen haben. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMINE donnerstags, 29.08., 05.09., 12.09., 19.09., 26.09., 10.10., 31.10., 07.11., 14.11., 21.11., 28.11., 05.12., 12.12. und 19.12.24,
 08.45 - 10.15 Uhr



MAKRAMEE

| Anmeldeschluss 11.09.24

Wir lernen verschiedene Knotentechniken und knüpfen oder flechten mit Makramé-Garn verschiedene Accessoires oder Dekoobjekte. Wir gestalten Dekoringe, Schlüsselanhänger, Blumenampeln, Makramé-Federn oder Handyketten in verschiedenen Farben.

In Kooperation mit der Farbenwerk (Petra Marín).

TERMIN Mittwoch, 11.09.24, 14.30 - 16.30 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen (nur Erwachsene) begrenzt.



WAS STECKT HINTER KINDERÄNGSTEN?

| Anmeldeschluss 17.09.24

Ängste sind für die Entwicklung von Kindern wichtig und gesund. Ängste machen uns vorsichtig und helfen, Gefahren zu erkennen. Mit diesem Gefühl haben Menschen von Beginn des Lebens an zu tun und es geht darum, den Umgang mit Ängsten gut zu lernen. Manche Kinder sind besonders ängstlich und weinen schnell. Was ist im Kindesalter typisch? Wie können Eltern ihren Kindern helfen, Ängste zu überwinden? Wir setzen uns damit auseinander, was Kinder belasten kann und was andere tun können, wenn Kinder besonders ängstlich sind und viel weinen.

In diesem Kurs kommen Eltern mit ihren Fragen und Sorgen zu Wort. Wir suchen nach Antworten und tragen Ideen zusammen.

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN Dienstag, 17.09.24, 15.00 - 17.15 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt.



HÜPFTVERGNÜGT

| Anmeldeschluss 11.10.24

Familienangebot – Pssst! Ganz still und hingehört! Die Natur ist voll von Tönen und Musik. Das weiß die Waldfee Viola Wunder (Elke Kamper) schon lange. Sie „züchtet“ sogar ihre eigenen Töne. Für den Naturforscher Friedrich Frosch (Anders Orth) gibt es bei ihr im Wald aber noch eine ganze Menge mehr Überraschendes zu entdecken. Das Publikum taucht mit Viola und Friedrich in eine Welt voller wundervoller Waldmusik und ungewöhnlicher Gerüche ein.

In Kooperation mit Lila Lindwurm (Anders Orth und Elke Kamper).

TERMIN Freitag, 11.10.24, 14.30 - 15.30 Uhr
ORT Treffpunkt ist das Pfarrheim Neuwerk
Die Teilnehmerzahl ist auf 25 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



KOCHEN, BACKEN, ERNÄHRUNG – HERBSTKÜCHE

| Anmeldeschluss 29.10.24

Familienangebot – Wir laden Sie und Ihr Kind zum gemeinsamen Kochen ein. Zusammen mit den Kindern wird geschnibbelt, geschält, und gekocht. Dabei lernen die Kinder spielerisch die Lebensmittel kennen, die sie verarbeiten und zaubern mit Ihnen tolle Kreationen daraus. Es wird gebacken, gelacht und geschlemmt.

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN Dienstag, 29.10.24, 14.30 – 16.45 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



HELDENREISE

| Anmeldeschluss 30.10.24

Für Kinder ab 4 Jahren – Gemeinsam mit dem Elefantenkind ELA begeben sich die Kinder auf eine achtwöchige Reise hin zu mehr Achtsamkeit, Selbstvertrauen und innerer Stärke. Die Kinder erfahren und erkennen in acht Einheiten mit erprobten Übungen, dass sie wertvoll und richtig sind, so wie sie sind.

Die vier inhaltlichen Schwerpunkte des Kurses sind:

- Stärkung des Selbstwertgefühls und der Selbstwirksamkeit
- Kennenlernen eigener Gefühle und Bedürfnisse
- Selbstbehauptung und Konfliktlösungen
- Stressregulation, Achtsamkeit und Entspannung

In Kooperation mit der Glücksschmiede.

TERMINE mittwochs, 30.10., 06.11., 13.11., 20.11., 27.11., 04.12., 11.12. und 18.12.24,

Kurs 1: 14.00 – 15.00 Uhr

Kurs 2: 15.15 – 16.15 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Kinder pro Kurs begrenzt.



KITA & FAMILIENZENTRUM
GENESIS

Matthiasstraße 32
41063 Mönchengladbach-Eicken
02161-17349
tfk.genesis@pro-multis.de

Alle Familien in unserem Stadtteil sind herzlich eingeladen, an unseren Veranstaltungen im Familienzentrum Genesis teilzunehmen. Wir bieten in den Bereichen Bildung, Betreuung, Beratung und Begegnung für jeden etwas an. Alle Angebote sind kostenlos.

OFFENE SPRECHSTUNDE

ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNG

Kommen Sie vorbei, wenn Sie einfach mal ein offenes Ohr brauchen, Fragen rund um die Themen Erziehung und Schule haben, nach neuen Wegen in der Erziehung Ihrer Kinder suchen oder kleine und große Sorgen Ihnen das Leben schwer machen. Die Gespräche finden in einem geschützten Raum statt und werden vertraulich behandelt.

Katholisches Beratungszentrum für Ehe-, Lebens-, Familien- und Glaubensfragen des Bistums Aachen

Bei Bedarf können Sie unter 02161-898788 in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

StupS – Erziehungsberatungsstelle der Stadt Mönchengladbach

Bei Bedarf können Sie unter 02161-2554331 in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

ELTERNCAFÉ GENESIS

In gemütlicher Atmosphäre können Eltern und Großeltern bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit anderen Eltern oder Besucher:innen ins Gespräch kommen, Erfahrungen austauschen und Kontakte knüpfen. Sie erhalten bei Bedarf Informationen zu Angeboten im Quartier Eicken und Raum Mönchengladbach sowie eine individuelle Erstberatung zu verschiedenen Themen durch die Schulsozialarbeiterin der katholischen Grundschule Untereicken aus dem Projekt kommunale Schulsozialarbeit der Stadt Mönchengladbach.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

SPRECHSTUNDE KATH. BERATUNGZENTRUM

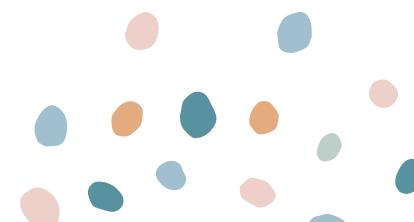
MI. 21.08. 14.00 – 15.00 Uhr
MI. 25.09. 09.00 – 10.00 Uhr
DI. 29.10. 14.00 – 15.00 Uhr
DI. 26.11. 09.00 – 10.00 Uhr
MI. 29.01. 09.00 – 10.00 Uhr

SPRECHSTUNDE STUPS

MI. 14.08. 09.00 – 10.00 Uhr
MI. 09.10. 09.00 – 10.00 Uhr
MI. 13.11. 14.00 – 15.00 Uhr
MI. 11.12. 09.00 – 10.00 Uhr
MI. 08.01. 14.00 – 15.00 Uhr

TERMINE ELTERNCAFÉ

DO. 29.08. 08.30 – 10.00 Uhr
DO. 26.09. 14.30 – 16.00 Uhr
DO. 31.10. 08.30 – 10.00 Uhr
DO. 28.11. 14.30 – 16.00 Uhr
DO. 19.12. 08.30 – 10.00 Uhr
DO. 09.01. 08.30 – 10.00 Uhr





DEUTSCHKURS FÜR ERWACHSENE

| Anmeldeschluss fortlaufend

Sprechen, Lesen, Schreiben – das wollen wir in lockerer Atmosphäre lernen. Auch wenn Erwachsene ein unterschiedliches Sprachniveau mitbringen, können Sie immer dazulernen und Freude beim Sprechen haben. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN donnerstags, 22.08., 29.08., 05.09., 12.09., 20.09., 26.09., 10.10., 31.10., 07.11., 14.11., 21.11., 28.11., 05.12. und 12.12.24,
09.00 – 10.30 Uhr



SOCKENPUPPEN BASTELN

| Anmeldeschluss 06.09.24

Familienangebot – Bei diesem Familiennachmittag werden wir gemeinsam kreativ und basteln aus ausrangierten Socken lustige Handpuppen. Wenn Sie mögen, können Sie dazu gerne einzelne, alte Socken, mitbringen, die sie nicht mehr brauchen.

In Kooperation mit der Kreativzeit (Ruth Lambertz).

TERMIN Mittwoch, 11.09.24, 14.30 – 16.00 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



KONFLIKTE SIND NORMAL

| Anmeldeschluss 04.10.24

Konflikte sind normal – doch wie gehe ich damit um?

Konflikte und Streit „kommen in den besten Familien vor“, so sagt man. Doch wie können wir mit Paarkonflikten umgehen, ohne die Kinder zu belasten und zu ängstigen? Wie gehe ich persönlich mit Konflikten um? Wo sind die Grenzen von Streit und Konflikt in der Paarbeziehung und / oder der Familie? Welche Hilfen gibt es, wenn der (Familien-) Streit eskaliert.

In Kooperation mit der Frauenberatungsstelle.

TERMIN Mittwoch, 09.10.24, 14.30 – 16.00 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist unbegrenzt.



HELDENREISE

| Anmeldeschluss 22.10.24

Für Kinder ab 4 Jahren – Gemeinsam mit dem Elefantenkind ELA begeben sich die Kinder auf eine achtwöchige Reise hin zu mehr Achtsamkeit, Selbstvertrauen und innerer Stärke. Die Kinder erfahren und erkennen in acht Einheiten mit erprobten Übungen, dass sie wertvoll und richtig sind, so wie sie sind.

Die vier inhaltlichen Schwerpunkte des Kurses sind:

- Stärkung des Selbstwertgefühls und der Selbstwirksamkeit
- Kennenlernen eigener Gefühle und Bedürfnisse
- Selbstbehauptung und Konfliktlösungen
- Stressregulation, Achtsamkeit und Entspannung

In Kooperation mit der Glücksschmiede.

TERMIN dienstags, 29.10., 05.11., 12.11., 19.11., 26.11., 03.12., 10.12. und 17.12.24,
14.00 – 15.00 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Kinder begrenzt.



WIR WERKEN MIT HOLZ

| Anmeldeschluss 04.11.24

Familienangebot – Gemeinsam ran ans Werkzeug.

Ob Säge oder Hammer oder Bohrer – Kinder mit ihren Vätern können etwas ausprobieren und mit Holz gestalten. Es entsteht an einem Nachmittag ein Werkstück.

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN Freitag, 08.11.24, 14.00 – 16.15 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 5 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



DER FAHRENDE BAUERNHOF

| Anmeldeschluss 04.11.24

Familienangebot – Auf dem Außengelände des Kindergartens können die Kinder gruppenweise die Tiere besuchen. Der Esel wird gestriegelt und gefüttert. Wie verhält sich eine Ziege, wo kommt sie ursprünglich her und was frisst sie? Wie geht man mit einem Hund um, was mag er und was nicht? Mein Hund Emmelie begleitet mich.

In Kooperation mit Tierische Erlebnisse (Christoph Klingenhäger).

TERMIN Samstag, 09.11.24, 14.00 – 16.00 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



SCHULREIFE

| Anmeldeschluss 08.11.24

Viele Erziehungsberechtigte sehen dem neuen Lebensabschnitt des Kindes mit gemischten Gefühlen entgegen. Ist mein Kind wirklich schon so weit? Welche Kompetenzen sind wirklich wichtig, welche werden überschätzt? Fit für die Schule – gemeinsam schaffen wir die besten Voraussetzungen für einen gelungenen Schulstart.

In Kooperation mit dem Katholischen Beratungszentrum.

TERMIN Dienstag, 12.11.24, 14.30 – 16.00 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist unbegrenzt.

UNSERE FAMILIENZENTREN AUF EINEN BLICK:

15 unserer KiTas sind als Familienzentren zertifiziert und tragen das Gütesiegel „Familienzentrum NRW“.





KITA & FAMILIENZENTRUM ST. VINZENZ

Bergerstraße 13b
 41068 Mönchengladbach-Waldhausen
 02161-87054
 tfk.st.vinzenz.montessori@pro-multis.de

Alle Familien in unserem Stadtteil sind herzlich eingeladen, an unseren Veranstaltungen im Familienzentrum St. Vinzenz teilzunehmen. Wir bieten in den Bereichen Bildung, Betreuung, Beratung und Begegnung für jeden etwas an. **Alle Angebote sind kostenlos.**

OFFENE SPRECHSTUNDE

ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNG

Kommen Sie vorbei, wenn Sie einfach mal ein offenes Ohr brauchen, Fragen rund um die Themen Erziehung und Schule haben, nach neuen Wegen in der Erziehung Ihrer Kinder suchen oder kleine und große Sorgen Ihnen das Leben schwer machen. Die Gespräche finden in einem geschützten Raum statt und werden vertraulich behandelt.

Katholisches Beratungszentrum für Ehe-, Lebens-, Familien- und Glaubensfragen des Bistums Aachen

Bei Bedarf können Sie unter **02161-898788** in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

StupS - Erziehungsberatungsstelle der Stadt Mönchengladbach

Bei Bedarf können Sie unter **02161-2554331** in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

HOME - Hilfe und Orientierung für Mönchengladbacher Eltern

Bei Bedarf können Sie unter **02161-253508** (Samira Hlaouit) in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

ELTERNCAFÉ ST. VINZENZ

In gemütlicher Atmosphäre können Eltern und Großeltern bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit anderen Eltern oder Besucher:innen ins Gespräch kommen, Erfahrungen austauschen und Kontakte knüpfen. Sie finden immer eine Ansprechperson und ein offenes Ohr.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.



DEUTSCHKURS FÜR ERWACHSENE

| Anmeldeschluss fortlaufend

Sprechen, Lesen, Schreiben – das wollen wir in lockerer Atmosphäre lernen. Auch wenn Erwachsene ein unterschiedliches Sprachniveau mitbringen, können Sie immer dazulernen und Freude beim Sprechen haben. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN montags, 23.09., 30.09., 07.10., 14.10., 21.10., 28.10., 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12.24 und 01.07.25,
09.00 – 10.30 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen begrenzt.



GEMEINSAMES TANZEN

| Anmeldeschluss 02.09.24

Familienangebot – Kinder lieben es, Musik in Bewegung umzusetzen. Beim Tanzen für Kinder und Erwachsene haben wir gemeinsam Freude an Rhythmus und Bewegungen. Wir erproben angeleitete und improvisierte Tänze und nehmen dadurch unseren Körper wahr. Und Tanzen in der Gruppe mit Erwachsenen und Kindern macht besonders Spaß.

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN montags und mittwochs, 02.09., 04.09., 09.09., 11.09., 16.09., 18.09., 23.09. und 25.09.24, 14.00 – 15.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 6 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



KINDER BRAUCHEN LEITWÖLFE

| Anmeldeschluss 23.09.24

Eltern – eure Kinder brauchen euch als Leitwölfe. Kinder wollen Erwachsene, die die Führung übernehmen. Kinder brauchen Orientierung in einer unübersichtlichen Welt. Aber wie werden Eltern zu Leitwölfen? Was hindert sie an der Übernahme von Führung und Verantwortung? Wir setzen uns anhand des Buches des dänischen Familientherapeuten Jesper Juul „Leitwölfe sein“ mit den Bedürfnissen von Kindern und Eltern auseinander. Wir sprechen über eigene Erfahrungen und suchen gemeinsam nach Antworten für Familien von heute.

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN Montag, 23.09.24, 17.00 – 19.15 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Personen begrenzt.



BODYFIT

| Anmeldeschluss 28.10.24

Ein Kombinationsprogramm aus Aerobic-Elementen, leichtem Muskelkraft- und Ausdauertraining, Stretching und Entspannung. Ein Kurs für alle, die mit Spaß etwas für ihre Gesundheit und Fitness tun wollen.

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach

TERMIN montags, 28.10., 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12. und 16.12.24,
14.30 – 16.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Personen begrenzt.

**GEFAHREN IM INTERNET**

| Anmeldeschluss 18.11.24

Wissen Sie, was Ihr Kind mit seinem Handy oder Computer macht? Welche Gefahren verborgen sich hinter dem harmlosen „Daddeln“? In dieser Infoveranstaltung klärt eine Mitarbeiterin aus dem Bereich Prävention und Opferschutz der Polizei auf, wie Sie Ihr Kind sicher durch die Medien und das Internet begleiten können.

In Kooperation mit der Polizei Mönchengladbach.

TERMIN Montag, 18.11.24, 14.00 – 15.30 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Personen begrenzt.

**ANALOGE / DIGITALE RALLYE**

| Anmeldeschluss 29.11.24

Familienangebot, für Kinder ab 4 Jahren – In Kleingruppen werden wir – ganz analog wie früher – einen Pfad suchen, Rätsel lösen, Aufgaben erledigen und kleine Verstecke finden. Von Zeit zu Zeit nehmen wir ganz bewusst besondere Erlebnisse mit dem Handy auf. Gefundene Gegenstände können später für Bastelaktionen genutzt werden. Aus den Videos und Fotos wird ein kleiner Clip erstellt, der als Erinnerung dient.

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN Samstag, 30.11.24, 10.00 – 14.00 Uhr
ORT Treffpunkt ist der Volksgarten,
 Carl-Diem-Straße 2-4, 41065 Mönchengladbach
Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.

FRÜHER ODER SPÄTER? KiTaPlus!

Unsere KiTa Metzenweg ist eine von vier Kindertagesstätten in Mönchengladbach, die Familien mit dem Programm KiTaPlus erweiterte Öffnungszeiten anbieten.



PRO MULTIS
KALENDER



KITA & FAMILIENZENTRUM
ST. ALBERTUS

Kaiserstraße 54
 41061 Mönchengladbach-Stadtmitte
 02161-182584
 @ tfk.st.albertus@pro-multis.de

SPRECHSTUNDE STUPS

MI. 14.08. 09.00 – 11.00 Uhr
MI. 11.09. 14.00 – 16.00 Uhr
MI. 09.10. 09.00 – 11.00 Uhr
MI. 13.11. 14.00 – 16.00 Uhr
MI. 11.12. 09.00 – 11.00 Uhr
MI. 08.01. 14.00 – 16.00 Uhr

SPRECHSTUNDE HOME

DI. 13.08. 08.30 – 10.00 Uhr
DI. 27.08. 08.30 – 10.00 Uhr
DI. 10.09. 08.30 – 10.00 Uhr
DI. 08.10. 08.30 – 10.00 Uhr
DI. 22.10. 08.30 – 10.00 Uhr
DI. 05.11. 08.30 – 10.00 Uhr
DI. 19.11. 08.30 – 10.00 Uhr
DI. 03.12. 08.30 – 10.00 Uhr
DI. 17.12. 08.30 – 10.00 Uhr
DI. 14.01. 08.30 – 10.00 Uhr
DI. 28.01. 08.30 – 10.00 Uhr

TERMINE ELTERNCAFÉ

DI. 06.08. 09.00 – 11.00 Uhr
DI. 03.09. 09.00 – 11.00 Uhr
DI. 01.10. 09.00 – 11.00 Uhr
DI. 05.11. 09.00 – 11.00 Uhr
DI. 03.12. 09.00 – 11.00 Uhr
DI. 07.01. 09.00 – 11.00 Uhr

OFFENE SPRECHSTUNDE**ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNG**

Kommen Sie vorbei, wenn Sie einfach mal ein offenes Ohr brauchen, Fragen rund um die Themen Erziehung und Schule haben, nach neuen Wegen in der Erziehung Ihrer Kinder suchen oder kleine und große Sorgen Ihnen das Leben schwer machen. Die Gespräche finden in einem geschützten Raum statt und werden vertraulich behandelt.

StuPS – Erziehungsberatungsstelle der Stadt Mönchengladbach

Bei Bedarf können Sie unter **02161-2554331** in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

HOME – Hilfe und Orientierung für Mönchengladbacher Eltern

Bei Bedarf können Sie unter **02161-253508** (Samira Hlaouit) in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

ELTERNCAFÉ ST. ALBERTUS

In gemütlicher Atmosphäre können Eltern und Großeltern bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit anderen Eltern oder Besucher:innen ins Gespräch kommen, Erfahrungen austauschen und Kontakte knüpfen. Sie finden immer eine Ansprechperson und ein offenes Ohr.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

**DEUTSCHKURS FÜR ERWACHSENE**

| Anmeldeschluss fortlaufend

Sprechen, Lesen, Schreiben – das wollen wir in lockerer Atmosphäre lernen. Auch wenn Erwachsene ein unterschiedliches Sprachniveau mitbringen, können Sie immer dazulernen und Freude beim Sprechen haben. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN freitags, 23.08., 30.08., 06.09., 13.09., 20.9., 27.09., 04.10., 11.10., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12., 13.12., 20.12.24, 04.01., 10.01., 17.01. und 31.01.25,
09.30 – 11.00 Uhr

**MIT OSKAR DURCH DEN WALD**

| Anmeldeschluss 20.09.24

Familienangebot – Esel Oskar begleitet uns durch den Wald.

Der Wald und seine Bewohner:innen wollen entdeckt werden und wir haben die Möglichkeit, in diesem Rahmen einiges zu erleben, unsere Sinne zu schärfen, Neues kennen zu lernen und kreativ zu werden (Gestalten mit Ton). Bitte denken Sie an geeignete Kleidung, Getränke und einen kleinen Snack – Entdecken macht hungrig.

In Kooperation mit Tierische Erlebnisse (Christoph Klingenhäger).

TERMIN Freitag, 27.09.24, 15.00 – 18.00 Uhr

ORT Hütte am Parkplatz Schloss Rheydt.

Die Teilnehmerzahl ist auf 16 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.

**KOCHEN, BACKEN, ERNÄHRUNG – PAPA KOCHT!**

| Anmeldeschluss 23.09.24

Wir laden Sie und Ihr Kind zum gemeinsamen Backen und Kochen ein. Zusammen mit den Kindern wird geschnibbelt, geschält, gekocht und gebacken. Dabei lernen die Kinder spielerisch die Lebensmittel kennen, die sie verarbeiten und zaubern mit Ihnen tolle Kreationen daraus. Es wird gebacken, gelacht und geschlemmt.

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN Montag, 30.09.24, 14.30 – 16.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.

Natürlich sind auch andere dem Kind nahestehende Erwachsene (gemeinsam mit dem Kind) ausdrücklich willkommen!

**EINE MENE SAUSEWIND**

| Anmeldeschluss 21.10.24

Familienangebot – Der Herbst ist da! Gemeinsam mit der Schnecke Mila reisen wir mit allen Sinnen in den bunten Blätterwald und helfen dem Eichhörnchen Kalle das perfekte Versteck für seine Wintervorräte zu finden. Wir erforschen bunte Spiellandschaften, experimentieren mit verschiedenen Materialien und Requisiten und lernen Lieder, Finger- und Bewegungsspiele rund um das Thema Herbst kennen. Dabei geht es um Spielfreude, Fantasie und vor allem um das gemeinsame Erleben von Klein und Groß.

In Kooperation mit der Kreativzeit (Ruth Lambertz).

TERMIN Freitag, 28.10.24, 14.30 – 16.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.

**TANZEN MIT KINDERN**

| Anmeldeschluss 31.10.24

Familienangebot – Kinder lieben es, Musik in Bewegung umzusetzen. Beim Tanzen für Kinder und Erwachsene haben wir gemeinsam Freude an Rhythmus und Bewegungen. Wir erproben angeleitete und improvisierte Tänze und nehmen dadurch unseren Körper wahr. Außerdem bereitet tanzen in der Gruppe mit Erwachsenen und Kindern besonderen Spaß.

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN freitags, 08.11., 15.11., 22.11. und 29.11.24,

Kurs 1: 3–4jährige 14.30 – 15.15 Uhr

Kurs 2: 5–6jährige 15.15 – 16.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist pro Kurs auf 10 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.

**ADVENTSBASTELN**

| Anmeldeschluss 25.11.24

Familienangebot – Gemeinsam mit Ihrem Kind können Sie unter Anleitung schönes, adventliches für zu Hause oder zum Verschenken herstellen.

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN Montag, 02.12.24, 14.30 – 16.30 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.

**MÄHNEN AUS KREPP-PAPIER**

| Anmeldeschluss 07.01.25

Familienangebot – Wir schneiden Tiergesichter aus und gestalten um sie herum bunte, wilde Mähnen mit Krepp-Papier. Bei dieser Technik können auch schon die Kleinen mit Hilfe der Eltern prima mitmachen und sie produzieren fantastische Bilder.

In Kooperation mit der Farbenwerft (Petra Marín).

TERMIN Mittwoch, 15.01.25, 14.30 – 16.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.

**KENNEN SIE DIE SCHWERPUNKTE
UNSERER ARBEIT?**

Erfahren Sie hier auf unserer Website mehr über die pro multis Bildungsbereiche.





KITA & FAMILIENZENTRUM ALEXIANERSTRASSE

Alexianerstraße 2
41061 Mönchengladbach-Westend
02161 - 3080699
@ tfk.alexianerstrasse@pro-multis.de

Alle Familien in unserem Stadtteil sind herzlich eingeladen, an unseren Veranstaltungen im Familienzentrum Alexianerstraße teilzunehmen. Wir bieten in den Bereichen Bildung, Betreuung, Beratung und Begegnung für jeden etwas an. **Alle Angebote sind kostenlos.**

OFFENE SPRECHSTUNDE

ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNG

Kommen Sie vorbei, wenn Sie einfach mal ein offenes Ohr brauchen, Fragen rund um die Themen Erziehung und Schule haben, nach neuen Wegen in der Erziehung Ihrer Kinder suchen oder kleine und große Sorgen Ihnen das Leben schwer machen. Die Gespräche finden in einem geschützten Raum statt und werden vertraulich behandelt.

Katholisches Beratungszentrum für Ehe-, Lebens-, Familien- und Glaubensfragen des Bistums Aachen

Bei Bedarf können Sie unter **02161 - 898788** in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

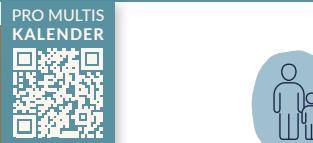
StuPS - Erziehungsberatungsstelle der Stadt Mönchengladbach

Bei Bedarf können Sie unter **02161 - 2554331** in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

ELTERNCAFÉ ALEXIANERSTRASSE

In gemütlicher Atmosphäre können Eltern und Großeltern bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit anderen Eltern oder Besucher:innen ins Gespräch kommen, Erfahrungen austauschen und Kontakte knüpfen. Sie finden immer eine Ansprechperson und ein offenes Ohr.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.



PANUBA - ERLEBNISBAUERNHOF

| Anmeldeschluss 30.08.24

Familienangebot – Heute ist mächtig was los. Die Tiere des Erlebnisbauernhofes Panuba besuchen uns! Im Rahmen dieses Angebotes begegnen Kinder und Eltern völlig unterschiedlichen Tieren. Es können Ponys gestreichelt und in Begleitung geführt, Kaninchen liebkost, ein Hahn in den Arm genommen und diverse andere Tiere des Erlebnishofes kennengelernt werden. Die Kinder haben die Möglichkeit, den Tieren ganz nahe zu kommen, einen respektvollen Umgang mit den Tieren zu erfahren und jede Menge Spaß zu haben. Wir freuen uns auf eine erlebnisreiche Zeit.

In Kooperation mit Panuba (Gregor Kryk).

TERMIN Freitag, 06.09.24, 14.30 – 16.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



FIT FÜR DIE SCHULE

| Anmeldeschluss 11.09.24

Der Übergang vom Kindergarten in die Grundschule bringt viel Neues für Kinder und Eltern. Dieser wichtige Schritt ist sowohl von Vorfreude als auch von Ängsten begleitet.

- Was hilft zur Vorbereitung auf diesen neuen Lebensabschnitt?
- Was sollten Vorschulkinder können?
- Welche Aufgaben haben Eltern und Kinder in dieser Zeit?

Wir geben Anregungen für die anstehenden Veränderungen und tauschen uns über Fragen aus.

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN Mittwoch, 18.09.24, 14.30 – 16.30 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.



KOCHEN UND BACKEN ZU DEN 4 JAHRESZEITEN

| Anmeldeschluss 24.10.24

Familien-Angebot – Wir laden Sie und Ihr Kind zum gemeinsamen Backen und Kochen ein. Zusammen mit den Kindern wird geschnibbelt, geschält, gekocht und gebacken. Dabei lernen die Kinder spielerisch die Lebensmittel kennen, die sie verarbeiten und zaubern mit Ihnen tolle Kreationen daraus. Es wird gebacken, gelacht und geschlemmt.

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN Donnerstag, 31.10.24, 14.30 – 16.45 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



BUNTE FARBSPUREN MIT STROHHALMEN

| Anmeldeschluss 13.11.24

Familienangebot – Lasst die Farbe sprühen! Mit viel Wasserfarbe und Strohhalmen pusten wir bunte Farbspuren um vorgefertigte Motive wie Gesichter, Elefanten oder ein Mädchen mit Regenschirm. So gestaltet ihr bunten Regen, wilde Haare oder Wasserspritzer!

In Kooperation mit der Farbenwerft (Petra Marín).

TERMIN Mittwoch, 20.11.24, 14.30 – 16.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



VORLESEN ENTDECKEN GEMEINSAM MIT KINDERN

| Anmeldeschluss 27.11.24

Familienangebot – Nicht nur die Worte, die in einem Buch stehen, vorlesen, sondern eine neue Erfahrung erleben. Eine Geschichte vorlesen mit offenen Augen, Geduld, einem Lächeln im Gesicht oder mit verschiedenen Stimmen. Vorlesen als Ritual in den täglichen Alltag einbauen, Vorlesen als Geschenk erleben und zur Förderung der Eltern-Kind-Bindung.

In Kooperation mit Monika Brinkmann.

TERMIN Mittwoch, 04.12.24, 14.30 – 16.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



PRO MULTIS
KALENDER



KITA & FAMILIENZENTRUM
ST. MICHAEL

📍 Josef-Drauschke-Straße 15
41069 Mönchengladbach-Holt
📞 02161 - 540611
✉️ @ tfk.st.michael@pro-multis.de

KINDERSCHUTZ – HIER HÖRT FÜR UNS DER SPASS AUF

Erfahren Sie hier auf unserer Website mehr
über die pro multis Kinderschutzkonzepte.



Alle Familien in unserem Stadtteil sind herzlich eingeladen, an unseren Veranstaltungen im Familienzentrum St. Michael teilzunehmen. Wir bieten in den Bereichen Bildung, Betreuung, Beratung und Begegnung für jeden etwas an. **Alle Angebote sind kostenlos.**

OFFENE SPRECHSTUNDE

ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNG

Kommen Sie vorbei, wenn Sie einfach mal ein offenes Ohr brauchen, Fragen rund um die Themen Erziehung und Schule haben, nach neuen Wegen in der Erziehung Ihrer Kinder suchen oder kleine und große Sorgen Ihnen das Leben schwer machen. Die Gespräche finden in einem geschützten Raum statt und werden vertraulich behandelt.

Katholisches Beratungszentrum für Ehe-, Lebens-, Familien- und Glaubensfragen des Bistums Aachen

Bei Bedarf können Sie unter **02161 - 898788** in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

StupS – Erziehungsberatungsstelle der Stadt Mönchengladbach

Bei Bedarf können Sie unter **02161 - 2554331** in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

ELTERNCAFÉ ST. MICHAEL

In gemütlicher Atmosphäre können Eltern und Großeltern bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit anderen Eltern oder Besucher:innen ins Gespräch kommen, Erfahrungen austauschen und Kontakte knüpfen. Sie finden immer eine Ansprechperson und ein offenes Ohr.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

SPRECHSTUNDE KATH. BERATUNGZENTRUM

DI. 27.08.09.00 – 11.00 Uhr
DO. 26.09.09.00 – 11.00 Uhr
DI. 29.10.09.00 – 11.00 Uhr
DI. 26.11.09.00 – 11.00 Uhr
DO. 19.12.09.00 – 11.00 Uhr

SPRECHSTUNDE STUPS

MO. 12.08.14.00 – 16.00 Uhr
MO. 09.09.09.00 – 11.00 Uhr
MO. 14.10.14.00 – 16.00 Uhr
MO. 11.11.09.00 – 11.00 Uhr
MO. 09.12.14.00 – 16.00 Uhr

TERMINE ELTERNACAFÉ

FR. 16.08.14.30 – 16.00 Uhr
DI. 17.09.09.00 – 10.30 Uhr
MO. 28.10.14.30 – 16.00 Uhr
MO. 18.11.09.00 – 10.30 Uhr
DI. 10.12.14.30 – 16.00 Uhr
(Frau Roebuck – Beratungszentrum)



DEUTSCHKURS FÜR ERWACHSENE

| Anmeldeschluss fortlaufend

Sprechen, Lesen, Schreiben – das wollen wir in lockerer Atmosphäre lernen. Auch wenn Erwachsene ein unterschiedliches Sprachniveau mitbringen, können Sie immer dazulernen und Freude beim Sprechen haben. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN donnerstags, 22.08., 29.08., 05.09., 12.09., 19.09., 26.09., 10.10., 31.10., 07.11., 14.11., 21.11., 28.11., 05.12. und 12.12.24,
09.00 – 10.30 Uhr



TORTÜ UND DER TRAUMKOFFER

| Anmeldeschluss 27.08.24

Die Kinderbuchautorin und YogaMotorikerin Nadine Marchi führt anhand ihres Buches „Tortü und der Traumkoffer“ durch einen Familien Kurs. YogaMotorik® unterstützt dabei die Kinder in die bewegte Entspannung zu kommen. Koordination, Achtsamkeit und Sprache bilden das Gerüst dieses Kurses. Gleichzeitig werden die Kinder in der motorischen und emotionalen Kompetenz gefördert. Der Kurs bietet viele Anregungen YogaMotorik® im Kitaalltag und zu Hause umzusetzen. Mit einer Mitmach-Lesung wird den Kindern zu Beginn die Geschichte von der Schildkröte Tortü erzählt. Aufbauend auf Bewegungsspiele und verschiedenste Entspannungsangebote, wie z.B. Stillebilder und sensomotorische Wahrnehmungsübungen, erleben die Kinder die Geschichte. Abgerundet wird der Kurs mit der Möglichkeit selber die Geschichte von Tortü weiterzuerzählen.

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN dienstags, 27.08., 03.09., 10.09., 17.09., 24.09. und 01.10.24,
14.00 – 15.00 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 6 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



„MAGISCHE MOMENTE“ MIT „QUEENS OF SANDKASTEN“

| Anmeldeschluss 12.09.24

Familienangebot – Ein gefühlvolles Mitmachkonzert zum Singen und Geschichten Hören für die gesamte Familie. Lasst uns zusammen musizieren und den Alltagsstress vergessen. Alter, Herkunft und Talent spielen hierbei keine Rolle. Kommen Sie vorbei und erleben Sie magische Momente. **In Kooperation mit den Queens of Sandkasten und dem Kulturbüro der Stadt MG..**

TERMIN Donnerstag, 12.09.24, ab 14.30 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist unbegrenzt.



MEIN KIND ISST KEIN GEMÜSE – WAS NUN?

| Anmeldeschluss 19.09.24

Kochkurs für Erwachsene – in diesem Kurs gehen wir dem natürlichen Verhalten vieler Kinder auf den Grund, warum sie viele Nahrungsmittel ausschließen und suchen nach Ideen und Anregungen, wie Sie ihr Kind an neue Nahrungsmittel heranführen können.

In Kooperation mit foods4roots.

TERMIN Mittwoch, 19.09.24, 14.30 – 16.30 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Personen begrenzt.



KINDER UND MEDIEN

| Anmeldeschluss 25.11.24

Manchmal gehen die Wünsche und Bedürfnisse von Kindern und Eltern auseinander. Wo geht's lang in Ihrer Familie? In diesen Kurs bringen Eltern Themen aus dem Familienalltag ein, die dann gemeinsam mit der Kursleiter*in bearbeitet werden. Es geht um Regeln und Grenzen, um Kommunikation zwischen Eltern und Kindern und um all das, was Kinder und Eltern anders wollen. Es tut gut, über aktuelle Erziehungsfragen miteinander auszutauschen und dabei den eigenen Kompass zu finden.

In Kooperation mit dem Katholischen Beratungszentrum.

TERMIN Montag, 25.11.24, 17.00 – 19.15 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.



FIT FÜR DIE SCHULE

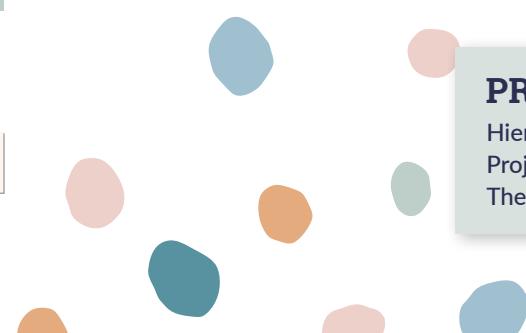
| Anmeldeschluss 10.12.24

Der Übergang vom Kindergarten in die Grundschule bringt viel Neues für Kinder und Eltern. Dieser wichtige Schritt ist sowohl von Vorfreude als auch von Ängsten begleitet.

- Was hilft zur Vorbereitung auf diesen neuen Lebensabschnitt?
- Was sollten Vorschulkinder können?
- Welche Aufgaben haben Eltern und Kinder in dieser Zeit?

Wir geben Anregungen für die anstehenden Veränderungen und tauschen uns über Fragen aus.
In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

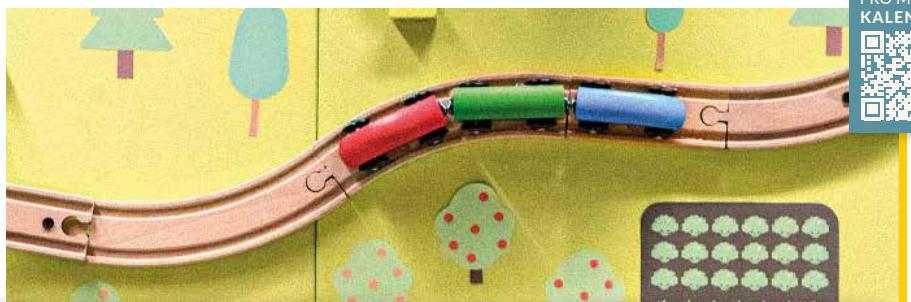
TERMIN Dienstag, 10.12.24, 14.30 – 16.45 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen begrenzt.



PRO MULTIS INFORMIERT

Hier finden Sie neben Beiträgen zu tollen Projekten und Aktionen auch übergreifende Themen aus dem Unternehmen.





KITA & FAMILIENZENTRUM MARTINSHOF

Am Martinshof 2
41239 Mönchengladbach-Pongs
02166-33628
@ tfk.martinshof@pro-multis.de

Alle Familien in unserem Stadtteil sind herzlich eingeladen, an unseren Veranstaltungen im Familienzentrum Martinshof teilzunehmen. Wir bieten in den Bereichen Bildung, Betreuung, Beratung und Begegnung für jeden etwas an. **Alle Angebote sind kostenlos.**

OFFENE SPRECHSTUNDE

ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNG

Kommen Sie vorbei, wenn Sie einfach mal ein offenes Ohr brauchen, Fragen rund um die Themen Erziehung und Schule haben, nach neuen Wegen in der Erziehung Ihrer Kinder suchen oder kleine und große Sorgen Ihnen das Leben schwer machen. Die Gespräche finden in einem geschützten Raum statt und werden vertraulich behandelt.

StupS – Erziehungsberatungsstelle der Stadt Mönchengladbach

Bei Bedarf können Sie unter **02161-2554331** in der Beratungsstelle anrufen & einen Termin vereinbaren.

ELTERNCAFÉ MARTINSHOF

In gemütlicher Atmosphäre können Eltern und Großeltern bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit anderen Eltern oder Besucher:innen ins Gespräch kommen, Erfahrungen austauschen und Kontakte knüpfen. Sie finden immer eine Ansprechperson und ein offenes Ohr. **Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.**

TERMINE ELTERNCAFÉ MARTINSHOF

MO. 19.08.	14.30 – 16.00 Uhr
MO. 26.08.	14.30 – 16.00 Uhr
MO. 02.09.	14.30 – 16.00 Uhr
MO. 09.09.	14.30 – 16.00 Uhr
MO. 16.09.	14.30 – 16.00 Uhr
MO. 23.09.	14.30 – 16.00 Uhr
MO. 30.09.	14.30 – 16.00 Uhr
MO. 07.10.	14.30 – 16.00 Uhr
MO. 14.10.	14.30 – 16.00 Uhr
MO. 21.10.	14.30 – 16.00 Uhr
MO. 28.10.	14.30 – 16.00 Uhr
MO. 04.11.	14.30 – 16.00 Uhr
MO. 11.11.	14.30 – 16.00 Uhr
MO. 18.11.	14.30 – 16.00 Uhr
MO. 25.11.	14.30 – 16.00 Uhr

SPRECHSTUNDE STUPS

MI. 21.08.	11.00 – 12.00 Uhr
MI. 18.09.	11.00 – 12.00 Uhr
MI. 16.10.	11.00 – 12.00 Uhr
MI. 20.11.	11.00 – 12.00 Uhr
MI. 18.12.	11.00 – 12.00 Uhr
MI. 15.01.	11.00 – 12.00 Uhr

PRO MULTIS
KALENDER



ESSEN MIT KINDERN – LUST ODER FRUST

| Anmeldeschluss 10.09.24

Diese Frage treibt Eltern immer wieder um: Warum isst mein Kind viele Speisen nicht? Wie kann ich es an verschiedene Lebensmittel heranführen? Gemeinsam sprechen wir über

- Familienmahlzeiten von montags bis sonntags
- Essen mit Freude
- Ideen für entspannte Mahlzeiten
- Tischmanieren, Regeln und Rituale

Es geht darum, wie Kinder mit einbezogen und Kämpfe und Probleme beim Essen vermieden werden können. Bringen Sie gern Ihre Fragen mit!

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN Dienstag, 10.09.24, 14.30 – 16.30 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen begrenzt.



HELDENREISE

| Anmeldeschluss 26.09.24

Für Kinder ab 4 Jahren – Gemeinsam mit dem Elefantenkind ELA begeben sich die Kinder auf eine achtwöchige Reise hin zu mehr Achtsamkeit, Selbstvertrauen und innerer Stärke. Die Kinder erfahren und erkennen in acht Einheiten mit erprobten Übungen, dass sie wertvoll und richtig sind, so wie sie sind.

Die vier inhaltlichen Schwerpunkte des Kurses sind:

- Stärkung des Selbstwertgefühls und der Selbstwirksamkeit
- Kennenlernen eigener Gefühle und Bedürfnisse
- Selbstbehauptung und Konfliktlösungen
- Stressregulation, Achtsamkeit und Entspannung

In Kooperation mit der Glücksschmiede.

TERMINI Donnerstag, 26.09., Mittwoch 02.10. und Donnerstag 10.10.24,
Kurs 1: 13.15 – 14.15 Uhr
Kurs 2: 14.30 – 15.30 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Kinder pro Kurs begrenzt.



ERSTE HILFE AM KIND

| Anmeldeschluss 01.10.24

Wie kann ich ruhig und sicher im Notfall reagieren? Ein Kurs für (Groß-)Eltern und alle, die Kinder regelmäßig begleiten: Vorsorge zur Unfallverhütung, Notfallmaßnahmen bei Unfällen und Verletzungen von Kindern. Sie bekommen Informationen und lernen, ruhig und sicher auf einen Notfall zu reagieren. Wichtig ist die praktische Erfahrung, die Sie im Kurs vertiefen können.

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMINI dienstags, 01.10. und 08.10.24, 14.00 – 16.45 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen begrenzt.

**KINDERYOGA**

| Anmeldeschluss 28.10.24

Hier lernen die Kinder auf spielerische Weise Yoga-Übungen und verschiedene Entspannungstechniken kennen.

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN dienstags, 28.10., 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12. und 16.12.24,

14.30 – 15.30 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Kinder begrenzt.

**MAKRAMEE**

| Anmeldeschluss 15.11.24

Familienangebot – Wir lernen verschiedene Knotentechniken und knüpfen oder flechten mit Makramee-Garn verschiedene Accessoires oder Dekoobjekte. Wir gestalten Dekoringe, Schlüsselanhänger, Blumenampeln, Makramee-Federn oder Handyketten in verschiedenen Farben.

In Kooperation mit der Farbenwerk (Petra Marín).

TERMIN Mittwoch, 15.11.24, 14.00 – 16.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen (nur Erwachsene) begrenzt.

**UMGANG MIT TROTZ**

| Anmeldeschluss 14.01.25

Die Trotzphase als natürliche Phase anzuerkennen und trotzdem konsequent Regeln und Grenzen zu setzen, ohne in Beziehungsstress mit dem Kind zu geraten – Wie das gelingen kann? Darüber treten wir gemeinsam in den Austausch.

In Kooperation mit dem Katholischen Beratungszentrum.

TERMIN Dienstag, 14.01.25, 14.30 – 16.30 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen begrenzt

KITA & FAMILIENZENTRUM
ST. MARIÄ HIMMELFAHRT

Nesselrodestraße 83
 41238 Mönchengladbach-Giesenkirchen
 02166-87813
 tfk.st.mariae.himmelfahrt@pro-multis.de

Alle Familien in unserem Stadtteil sind herzlich eingeladen, an unseren Veranstaltungen im Familienzentrum St. Mariä Himmelfahrt teilzunehmen. Wir bieten in den Bereichen Bildung, Betreuung, Beratung und Begegnung für jeden etwas an. **Alle Angebote sind kostenlos.**

OFFENE SPRECHSTUNDE
ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNG

Kommen Sie vorbei, wenn Sie einfach mal ein offenes Ohr brauchen, Fragen rund um die Themen Erziehung und Schule haben, nach neuen Wegen in der Erziehung Ihrer Kinder suchen oder kleine und große Sorgen Ihnen das Leben schwer machen. Die Gespräche finden in einem geschützten Raum statt und werden vertraulich behandelt.

StupS – Erziehungsberatungsstelle der Stadt Mönchengladbach

Bei Bedarf können Sie unter **02161-2554331** in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

ELTERNCAFÉ ST. MARIÄ HIMMELFAHRT

In gemütlicher Atmosphäre können Eltern und Großeltern bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit anderen Eltern oder Besucher:innen ins Gespräch kommen, Erfahrungen austauschen und Kontakte knüpfen. Sie finden immer eine Ansprechperson und ein offenes Ohr.

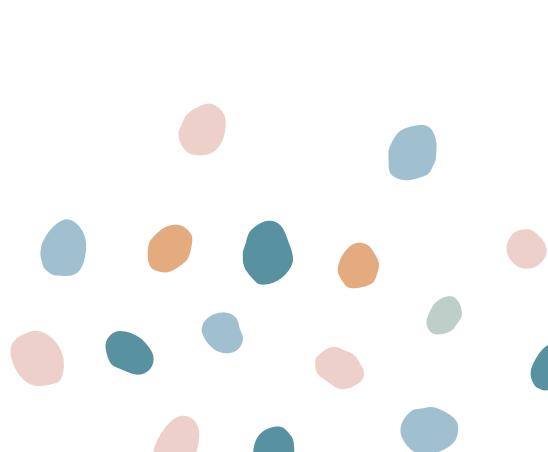
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

SPRECHSTUNDE STUPS

MO. 12.08. 08.00 – 10.00 Uhr
MO. 09.09. 08.00 – 10.00 Uhr
MO. 14.10. 08.00 – 10.00 Uhr
MO. 08.11. 08.00 – 10.00 Uhr
MO. 09.12. 08.00 – 10.00 Uhr
MO. 13.01. 08.00 – 10.00 Uhr

TERMINE ELTERNCAFÉ

DO. 08.08. 08.00 – 09.00 Uhr
DO. 05.09. 08.00 – 09.00 Uhr
DO. 10.10. 08.00 – 09.00 Uhr
DO. 07.11. 08.00 – 09.00 Uhr
DO. 05.12. 08.00 – 09.00 Uhr
DO. 02.01. 08.00 – 09.00 Uhr
(Frau Roebuck – Beratungszentrum)



**FIT FÜR DIE SCHULE**

| Anmeldeschluss 13.09.24

Der Übergang vom Kindergarten in die Grundschule bringt viel Neues für Kinder und Eltern. Dieser wichtige Schritt ist sowohl von Vorfreude als auch von Ängsten begleitet.

- Was hilft zur Vorbereitung auf diesen neuen Lebensabschnitt?
- Was sollten Vorschulkinder können?
- Welche Aufgaben haben Eltern und Kinder in dieser Zeit?

Wir geben Anregungen für die anstehenden Veränderungen und tauschen uns über Fragen aus.
In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN Montag, 16.09.24, 14.30 – 16.30 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen begrenzt.

**TOTAL DIGITAL**

| Anmeldeschluss 16.09.24

Wie Kinder die Welt der Medien verstehen und wie man sie altersgerecht begleitet.

In unserer digitalisierten Welt werden die Kinder immer häufiger mit Medien konfrontiert. Oft sind Erwachsene verunsichert und fürchten, nicht angemessen mit dem Thema umzugehen. In diesem Kurs erfahren Erwachsene wie sie ihre Kinder altersgerecht im Umgang mit Medien begleiten und ihnen dabei helfen, eine angemessene Medienkompetenz zu entwickeln.

TERMIN Donnerstag, 10.10.24, 14.30 – 16.30 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen begrenzt.

**RONJA, DAS RENTIER**

| Anmeldeschluss 08.11.24

Familienangebot – Das Rentier Ronja ist so erkältet, dass der Weihnachtsmann auf dem Schlitten bei jedem Niesen kräftig durchgeschüttelt wird. Ob und wie Ronja den Schnupfen wieder los wird und ob sie am Ende doch wieder den Schlitten ziehen darf, wird in dieser spannenden und lustigen Lila Lindwurm Produktion erzählt. Dabei dürfen die kleinen und großen Zuschauer auch in diesem Kinderlieder-Mitmachtheaterstück wieder selber in das Geschehen eingreifen. Sie dürfen mitsingen, -tanzen und auf den Instrumenten aus dem Lila Lindwurm Musikkoffer mitspielen. Und natürlich auch Ronja den einen oder anderen guten Rat geben.

In Kooperation mit dem Lila Lindwurm (Anders Orth).

TERMIN Samstag, 16.11.24, 10.00 – 12.00 Uhr

ORT Treffpunkt ist das Marienheim Meerkamp, Nesselrodestr. 81,

41238 Mönchengladbach-Giesenkirchen

Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.

**TANZEN MIT KINDERN**

| Anmeldeschluss 09.12.24

Familienangebot – Kinder lieben es, Musik in Bewegung umzusetzen. Beim Tanzen für Kinder und Erwachsene haben wir gemeinsam Freude an Rhythmus und Bewegungen. Wir erproben angeleitete und improvisierte Tänze und nehmen dadurch unseren Körper wahr. Und Tanzen in der Gruppe mit Erwachsenen und Kindern macht besonders Spaß.

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN freitags, 10.01., 24.01. und 31.01.25,

Kurs 1: 3-4jährige 14.30 – 15.15 Uhr

Kurs 2: 5-6jährige 15.15 – 16.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Erwachsenen-Kind-Paare pro Kurs begrenzt.

**GESUNDE BROTDÖSEN & SNACKS FÜR ZU HAUSE**

| Anmeldeschluss 09.12.24

Erwachsene erhalten Tipps & Ideen für gesunde Brotdosen und gesundes Frühstück/ Snacks zu Hause, um sie im stressigen Alltag zu unterstützen. Gemeinsam gestalten wir bunte Brotdosen und Snacks. Ideen für zuckerfreie Snacks die lecker schmecken.

In Kooperation mit foods4roots.

TERMIN Dienstag, 14.01.25, 15.30 – 17.30 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.

**WERDEN SIE TEIL
UNSERES TEAMS!**

Hier erfahren Sie mehr über pro multis als Arbeitgeber. www.pro-multis.de/karriere





KITA & FAMILIENZENTRUM ST. MARIEN

📍 Odenkirchener Straße 3
41236 Mönchengladbach-Rheydt
📞 02166 - 1446093
✉️ @ tfk.st.marien@pro-multis.de

Alle Familien in unserem Stadtteil sind herzlich eingeladen, an unseren Veranstaltungen im Familienzentrum St. Marien teilzunehmen. Wir bieten in den Bereichen Bildung, Betreuung, Beratung und Begegnung für jeden etwas an. **Alle Angebote sind kostenlos.**

OFFENE SPRECHSTUNDE

ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNG

Kommen Sie vorbei, wenn Sie einfach mal ein offenes Ohr brauchen, Fragen rund um die Themen Erziehung und Schule haben, nach neuen Wegen in der Erziehung Ihrer Kinder suchen oder kleine und große Sorgen Ihnen das Leben schwer machen. Die Gespräche finden in einem geschützten Raum statt und werden vertraulich behandelt.

StupS – Erziehungsberatungsstelle der Stadt Mönchengladbach

Bei Bedarf können Sie unter **02161 - 2554331** in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

ELTERNCAFÉ ST. MARIEN

In gemütlicher Atmosphäre können Eltern und Großeltern bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit anderen Eltern oder Besucher:innen ins Gespräch kommen, Erfahrungen austauschen und Kontakte knüpfen. Sie finden immer eine Ansprechperson und ein offenes Ohr.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

PRO MULTIS
KALENDER



DEUTSCHKURS FÜR ERWACHSENE

| Anmeldeschluss fortlaufend

Sprechen, Lesen, Schreiben – das wollen wir in lockerer Atmosphäre lernen. Auch wenn Erwachsene ein unterschiedliches Sprachniveau mitbringen, können Sie immer dazulernen und Freude beim Sprechen haben. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN dienstags, 27.08., 03.09., 10.09., 17.09., 24.09., 01.10., 08.10., 29.10., 05.11., 12.11., 19.11., 26.11., 03.12., 10.12. und 17.12.24,
09.00 – 10.30 Uhr



ICH GEH' JETZT IN DIE KITA

| Anmeldeschluss 27.08.24

Der Übergang von der Familie in eine Kita, ist ein wichtiges und tiefgreifendes Ereignis im Leben jedes Kindes und seiner Eltern, das Spuren hinterlässt und weitreichende Veränderungen mit sich bringt. Neue Erfahrungen sammeln, Beziehungen zu anderen Kindern und Erwachsenen aufzubauen und seinen Platz in der Gruppe finden – dies sind Herausforderungen, die es nun zu meistern gilt. Diese Veranstaltung soll Ihnen Gelegenheit geben, Ihre Fragen zum Thema „Eingewöhnung“ zu stellen und sich darüber auszutauschen. **In Kooperation mit Christa Müller.**

TERMIN Dienstag, 27.08.24, 13.30 – 15.00 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt.



GESUNDE BROTDOSEN & SNACKS FÜR ZU HAUSE

| Anmeldeschluss 05.09.24

Erwachsene erhalten Tipps & Ideen für gesunde Brotdosen und gesundes Frühstück / Snacks zu Hause, um sie im turbulenten Alltag zu unterstützen. Gemeinsam gestalten wir bunte Brotdosen und Snacks. Ideen für zuckerfreie Snacks die lecker schmecken. **In Kooperation mit foods4roots.**

TERMIN Donnerstag, 05.09.24, 14.30 – 16.00 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 16 Personen begrenzt.



ABSCHIED VON DER WINDEL

| Anmeldeschluss 02.10.24

Trocken werden – sauber werden – das ist ein Thema für eine bestimmte Phase. Erwachsene wünschen sich, dass der Abschied von der Windel einfach klappt, Kinder haben in dieser Zeit ein großes Interesse an allem, was im Bad passiert: die Klopseitung betätigen, anderen zusehen, wie sie auf die Toilette gehen, sich selbst zurückziehen, hinter die Tür hocken und in die Windel drücken... Erwachsene beschäftigen sich mit anderen Fragen: Ab wann ein Töpfchen oder ein Toilettentrainer und was brauchen wir noch im Bad? Wir tauschen uns gemeinsam aus, wie bei anderen der Abschied von der Windel klappt, aber auch, wie man mit Rückschritten umgehen kann. **In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.**

TERMIN Mittwoch, 02.10.24, 14.15 – 16.00 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt.



GIB ZUCKER

| Anmeldeschluss 09.10.24

Ein außerirdisches Kinderlieder-Mitmachprogramm zum Thema Ernährung von und mit Anders Orth. **In Kooperation mit dem Lila Lindwurm (Anders Orth).**

TERMIN Freitag, 09.10.24, ab 15.00 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist unbegrenzt.

**GESUNDE BRODOSEN & SNACKS FÜR ZU HAUSE**

| Anmeldeschluss 10.10.24

Erwachsene erhalten Tipps & Ideen für gesunde Brotdosen und gesundes Frühstück/ Snacks zu Hause, um sie im turbulenten Alltag zu unterstützen. Gemeinsam gestalten wir bunte Brotdosen und Snacks. Ideen für zuckerfreie Snacks die lecker schmecken.

In Kooperation mit foods4roots.

TERMIN Donnerstag, 10.10.24, 14.30 – 16.00 Uhr

ORT Treffpunkt ist die KiTa St. Franziskus,
St. Franziskusstr. 13, 41238 Mönchengladbach
Die Teilnehmerzahl ist auf 16 Personen begrenzt.

ENE MENE SAUSEWIND

| Anmeldeschluss 11.10.24

Familienangebot – Der Herbst ist da! Gemeinsam mit der Schnecke Mila reisen wir mit allen Sinnen in den bunten Blätterwald und helfen dem Eichhörnchen Kalle das perfekte Versteck für seine Wintervorräte zu finden. Wir erforschen bunte Spiellandschaften, experimentieren mit verschiedenen Materialien und Requisiten und lernen Lieder, Finger- und Bewegungsspiele rund um das Thema Herbst kennen. Dabei geht es um Spielfreude, Fantasie und vor allem um das gemeinsame Erleben von Klein und Groß. **In Kooperation mit der Kreativzeit (Ruth Lambertz).**

TERMIN Freitag, 11.10.24, 14.00 – 16.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 6 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.

**HELDENREISE**

| Anmeldeschluss 11.10.24

Gemeinsam mit dem Elefantenkind ELA begeben sich die Kinder auf eine achtwöchige Reise hin zu mehr Achtsamkeit, Selbstvertrauen und innerer Stärke. Die Kinder erfahren und erkennen in acht Einheiten mit erprobten Übungen, dass sie wertvoll und richtig sind, so wie sie sind.

Die vier inhaltlichen Schwerpunkte des Kurses sind:

- Stärkung des Selbstwertgefühls und der Selbstwirksamkeit
- Kennenlernen eigener Gefühle und Bedürfnisse
- Selbstbehauptung und Konfliktlösungen
- Stressregulation, Achtsamkeit und Entspannung

In Kooperation mit der Glücksschmiede.

TERMINE dienstags, 29.10., 05.11., 12.11., 19.11., 26.11., 03.12., 10.12. und 17.12.24,

14.00 – 15.00 Uhr

ORT Treffpunkt ist die KiTa St. Franziskus,
St. Franziskusstr. 13, 41238 Mönchengladbach
Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Kinder begrenzt.

GUTE-NACHTGESCHICHTEN IM SCHATTENTHEATER

| Anmeldeschluss 11.12.24

Familienangebot (für Kinder von 4 – 6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen) –

Bei diesem kreativen Workshop lernen Klein und Groß gemeinsam die magische Welt des Schattentheaters kennen. Dabei experimentieren wir mit Licht und Schatten, basteln uns unser eigenes kleines Schattentheater und erwecken kleine Geschichten zum Leben.

In Kooperation mit der Kreativzeit (Ruth Lambertz).

TERMIN Mittwoch, 11.12.24, 14.00 – 16.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 6 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



**KITA & FAMILIENZENTRUM
ST. JOSEF RHEYDT**

Von-Galen-Straße 157
41236 Mönchengladbach-Heyden
02166-49113
 @ tfk.st.josef.ry@pro-multis.de

Alle Familien in unserem Stadtteil sind herzlich eingeladen, an unseren Veranstaltungen im Familienzentrum St. Josef Rheydt teilzunehmen. Wir bieten in den Bereichen Bildung, Betreuung, Beratung und Begegnung für jeden etwas an. **Alle Angebote sind kostenlos.**

OFFENE SPRECHSTUNDE**ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNG**

Kommen Sie vorbei, wenn Sie einfach mal ein offenes Ohr brauchen, Fragen rund um die Themen Erziehung und Schule haben, nach neuen Wegen in der Erziehung Ihrer Kinder suchen oder kleine und große Sorgen Ihnen das Leben schwer machen. Die Gespräche finden in einem geschützten Raum statt und werden vertraulich behandelt.

StuPS – Erziehungsberatungsstelle der Stadt Mönchengladbach

Bei Bedarf können Sie unter **02161 - 2554331** in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

HOME – Hilfe und Orientierung für Mönchengladbacher Eltern

Die Beratungsthemen bestimmen ausschließlich die Eltern. Im individuellen Fall wird abgesprochen, inwieweit eine gemeinsame Anbindung an weitere Fachstellen (z.B. Erziehungsberatungsstelle, Freizeiteinrichtungen, Ausländerbehörde) sinnvoll ist. Ziel von HOME ist es, die Zufriedenheit der Eltern mit ihrer Lebenssituation zu verbessern und dadurch das Aufwachsen ihrer Kinder ganzheitlich zu fördern.

Bei Bedarf können Sie unter **02161 - 253508** (Samira Hlaouit) in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

ELTERNCAFÉ ST. JOSEF RHEYDT

In gemütlicher Atmosphäre können Eltern und Großeltern bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit anderen Eltern oder Besucher:innen ins Gespräch kommen, Erfahrungen austauschen und Kontakte knüpfen. Sie finden immer eine Ansprechperson und ein offenes Ohr.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

SPRECHSTUNDE STUPS

MI. 07.08. 10.30 – 12.30 Uhr
MI. 04.09. 10.30 – 12.30 Uhr
MI. 02.10. 10.30 – 12.30 Uhr
MI. 06.11. 10.30 – 12.30 Uhr
MI. 04.12. 10.30 – 12.30 Uhr
MI. 08.01. 10.30 – 12.30 Uhr

SPRECHSTUNDE HOME

MI. 07.08. 08.00 – 09.00 Uhr
MI. 04.09. 08.00 – 09.00 Uhr
MI. 02.10. 08.00 – 09.00 Uhr
MI. 06.11. 08.00 – 09.00 Uhr
MI. 04.12. 08.00 – 09.00 Uhr
MI. 08.01. 08.00 – 09.00 Uhr

TERMINE ELTERNAFFÉ

DI. 13.08. 14.00 – 15.00 Uhr
DI. 10.09. 09.00 – 10.00 Uhr
DI. 15.10. 14.00 – 15.00 Uhr
DI. 12.11. 09.00 – 10.00 Uhr
DI. 10.12. 14.00 – 15.00 Uhr
DI. 14.01. 14.00 – 15.00 Uhr



DEUTSCHKURS FÜR ERWACHSENE

| Anmeldeschluss fortlaufend

Sprechen, Lesen, Schreiben – das wollen wir in lockerer Atmosphäre lernen. Auch wenn Erwachsene ein unterschiedliches Sprachniveau mitbringen, können Sie immer dazulernen und Freude beim Sprechen haben. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN mittwochs, 27.08., 03.09., 10.09., 17.09., 24.09., 02.10., 09.10., 30.10., 06.11., 13.11., 20.11., 27.11., 04.12., 11.12. und 18.12.24,
9.00 – 10.30 Uhr



MÄHNEN AUS KREPP-PAPIER

| Anmeldeschluss 28.08.24

Familienangebot – Wir schneiden Tiergesichter aus und gestalten um sie herum bunte, wilde Mähnen mit Krepp-Papier. Bei dieser Technik können auch schon die Kleinen mit Hilfe der Eltern prima mitmachen und sie produzieren fantastische Bilder.

In Kooperation mit der Farbenwerft (Petra Marín).

TERMIN Mittwoch, 28.08.24, 14.30 – 16.00 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



ERLEBNISREISE MIT ALLEN SINNEN

| Anmeldeschluss 19.09.24

Für Kinder zwischen 4–6 Jahren.

Kinder lieben es, einer Geschichte zu lauschen, die sie mit auf ein Abenteuer nimmt. Gemeinsam werden wir auf eine Reise gehen und eine Geschichte nicht nur hören, sondern auch schmecken, riechen, sehen und fühlen. Wir wollen die Geschichte lebendig werden lassen und mit allen Sinnen erleben.

In Kooperation mit Monika Brinkmann.

TERMIN Donnerstag, 19.09.24, 14.00 – 15.30 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Kinder begrenzt.



„MAMA KOMM SCHNELL! ICH HAB ANGST!“

| Anmeldeschluss 30.10.24

Alle Menschen haben Ängste. Sie gehören zum Leben dazu und haben eine wichtige Orientierungsfunktion. In erster Linie dienen sie dem Selbstschutz und helfen darüber hinaus Gefahren aus dem Weg zu gehen. Jeder von uns hat daher schon mal in seinem Leben Angst gespürt. Allzu oft versuchen jedoch Eltern ihre Kinder vor Situationen zu schützen, die ihnen Angst machen könnten. Für Kinder sind die eigenen Eltern bei der Angstbewältigung ein Vorbild und darum spielen sie durch ihr bewusstes oder unbewusstes Verhalten eine große Rolle
Inhalt des Kurses sind:

- Welche Angst von Ihrem Kind steckt Sie an?
- Können Sie nachvollziehen, was bei Ihrem Kind in Angstsituationen vorgeht?
- Welche Art von Ängsten ist für Sie alarmierend, lässt Sie aufhorchen?

In Kooperation mit Christa Müller.

TERMIN Dienstag, 30.10.24, 14.00 – 15.30 Uhr
ORT Treffpunkt ist die KiTa St. Franziskus,
St. Franziskusstr. 13, 41238 Mönchengladbach
Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt.



ENE MENE SAUSEWIND

| Anmeldeschluss 09.10.24

Familienangebot – Der Herbst ist da! Gemeinsam mit der Schnecke Mila reisen wir mit allen Sinnen in den bunten Blätterwald und helfen dem Eichhörnchen Kalle das perfekte Versteck für seine Wintervorräte zu finden. Wir erforschen bunte Spiellandschaften, experimentieren mit verschiedenen Materialien und Requisiten und lernen Lieder, Finger- und Bewegungsspiele rund um das Thema Herbst kennen. Dabei geht es um Spielfreude, Fantasie und vor allem um das gemeinsame Erleben von Klein und Groß.

In Kooperation mit der Kreativzeit (Ruth Lambertz).

TERMIN Mittwoch, 09.10.24, 14.00 – 15.30 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



KOCHEN UND BACKEN

| Anmeldeschluss 14.11.24

Familien-Angebot – Wir laden Sie und Ihr Kind zum gemeinsamen Backen ein. Dabei lernen die Kinder spielerisch die Lebensmittel kennen, die sie verarbeiten und zaubern mit Ihnen tolle Kreationen daraus. Es wird gebacken, gelacht und geschlemmt.

In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN Donnerstag, 14.11.24, 14.00 – 16.30 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



ZEIT FÜR DICH

| Anmeldeschluss 28.11.24

Erwachsenen werden Methoden für einen positiven Umgang mit Stress, für mehr Achtsamkeit und Entspannung im (Arbeits-)Alltag vorgestellt. Zum Abschluss laden wir die Teilnehmer:innen zu einer kleinen Übungseinheit ein, die sich aus kurzen Anleitungen zum Yoga, zur Progressiven Muskelentspannung/zum autogenen Training und einer kurzen Phantasiereise zusammensetzt. Als Begleitmaterial zum Workshop erhalten die Teilnehmer:innen ein entsprechendes Workbook. Mit dem Workbook wird während des Kurses gearbeitet. Gleichzeitig geben wir den Teilnehmer:innen ein Übungsheft an die Hand, dass sie unterstützt, die passenden Übungen und Impulse auch nach diesem Workshop zu nutzen und in den Alltag zu transferieren.

In Kooperation mit der Glücksschmiede.

TERMIN Donnerstag, 28.11.24, 14.30 – 17.30 Uhr

ORT Treffpunkt ist die KiTa St. Franziskus,
St. Franziskusstr. 13, 41238 Mönchengladbach
Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.



GESUNDE BROTDÖSEN & SNACKS FÜR ZU HAUSE

| Anmeldeschluss 16.01.25

Erwachsene erhalten Tipps & Ideen für gesunde Brotdosen und gesundes Frühstück/ Snacks zu Hause, um sie im turbulenten Alltag zu unterstützen. Gemeinsam gestalten wir bunte Brotdosen und Snacks. Ideen für zuckerfreie Snacks die lecker schmecken.

In Kooperation mit foods4roots.

TERMIN Donnerstag, 16.01.25, 14.00 – 15.30 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 16 Personen begrenzt.



KITA & FAMILIENZENTRUM PAPST JOHANNES

Pauenstraße 20
 41179 Mönchengladbach-Rheindahlen
 02161 - 583413
 @tfk.papst.johannes@pro-multis.de

Alle Familien in unserem Stadtteil sind herzlich eingeladen, an unseren Veranstaltungen im Familienzentrum Papst Johannes teilzunehmen. Wir bieten in den Bereichen Bildung, Betreuung, Beratung und Begegnung für jeden etwas an. **Alle Angebote sind kostenlos.**

OFFENE SPRECHSTUNDE

ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNG

Kommen Sie vorbei, wenn Sie einfach mal ein offenes Ohr brauchen, Fragen rund um die Themen Erziehung und Schule haben, nach neuen Wegen in der Erziehung Ihrer Kinder suchen oder kleine und große Sorgen Ihnen das Leben schwer machen. Die Gespräche finden in einem geschützten Raum statt und werden vertraulich behandelt.

StuPS – Erziehungsberatungsstelle der Stadt Mönchengladbach

Bei Bedarf können Sie unter **02161 - 2554331** in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

ELTERNCAFÉ PAPST JOHANNES

In gemütlicher Atmosphäre können Eltern und Großeltern bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit anderen Eltern oder Besucher:innen ins Gespräch kommen, Erfahrungen austauschen und Kontakte knüpfen. Sie finden immer eine Ansprechperson und ein offenes Ohr.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

SPRECHSTUNDE STUPS

MI. 18.08. 10.00 – 12.00 Uhr
MI. 16.10. 14.00 – 16.00 Uhr
MI. 20.11. 10.00 – 12.00 Uhr
MI. 18.12. 14.00 – 16.00 Uhr
MI. 15.01. 14.00 – 16.00 Uhr

TERMINE ELTERNCAFÉ

FR. 23.08.08.00 – 09.00 Uhr
FR. 13.09.08.00 – 09.00 Uhr
MO. 18.11.14.00 – 15.00 Uhr
FR. 13.12.08.00 – 09.00 Uhr
MO. 13.01.14.00 – 15.00 Uhr



KOCHEN, BACKEN, ERNÄHRUNG – HERBSTKÜCHE

| Anmeldeschluss 09.09.24

Vater-Kind-Angebot – Wir laden Sie und Ihr Kind zum gemeinsamen Backen und Kochen ein. Zusammen mit den Kindern wird geschnibbelt, geschält, gekocht und gebacken. Dabei lernen die Kinder spielerisch die Lebensmittel kennen, die sie verarbeiten und zaubern mit Ihnen tolle Kreationen daraus. Es wird gebacken, gelacht und geschlemmt.
In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN Montag, 16.09.24, 14.00 – 16.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 6 Vater-Kind-Paare begrenzt.

Natürlich sind auch andere dem Kind nahestehende Erwachsene gemeinsam mit dem Kind ausdrücklich willkommen!



FIT FÜR DIE SCHULE

| Anmeldeschluss 01.10.24

Der Übergang vom Kindergarten in die Grundschule bringt viel Neues für Kinder und Eltern. Dieser wichtige Schritt ist sowohl von Vorfreude als auch von Ängsten begleitet.

- Was hilft zur Vorbereitung auf diesen neuen Lebensabschnitt?
- Was sollten Vorschulkinder können?
- Welche Aufgaben haben Eltern und Kinder in dieser Zeit?

Wir geben Anregungen für die anstehenden Veränderungen und tauschen uns über Fragen aus.
In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.

TERMIN Dienstag, 01.10.24, 14.30 – 16.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen begrenzt.



KRATZEN-BEISSEN-HAuen-SCHUBSEN

| Anmeldeschluss 02.10.24

Warum machen Kinder das? Kein Kind sollte vorschnell als „aggressiv“ abgestempelt werden, wenn es beißt oder haut; manchmal ist es eine Form der Kontaktaufnahme. Viele Eltern sind verunsichert, weil ihr Kind sich nicht wehren kann oder schämen sich, weil es andere kratzt oder schubst. In diesem Kurs lernen Sie, warum sich Kinder so verhalten. Sie entwickeln ein neues Verständnis und leiten daraus Ihre eigenen Konsequenzen für den Erziehungsalltag ab. Sie können sich über Sorgen über die Verhaltensweisen Ihrer Kinder austauschen und neue Ideen für den Familienalltag entwickeln. **In Kooperation mit der Familienbildungsstätte Mönchengladbach.**

TERMIN Montag, 07.10.24, 14.00 – 16.15 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen begrenzt.



ADVENTSBASTELN

| Anmeldeschluss 11.11.24

Gemeinsam mit Ihrem Kind können Sie unter Anleitung schönes, adventliches für zu Hause oder zum Verschenken herstellen.

TERMIN Samstag, 23.11.24, 10.00 – 12.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



VORLESENACHMITTAG

| Anmeldeschluss 02.12.24

Lesen ist für Kinder wichtig – wir laden zu einer gemeinsamen adventlichen Vorlesestunde mit einem Kamishibai (Erzähltheater) ein.

TERMIN Mittwoch, 09.12.24, 14.00 – 15.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



KITA & FAMILIENZENTRUM ST. ANTONIUS

Obertor 9
41189 Mönchengladbach-Wickrath
02166-58695
@ tfk.stantonius@pro-multis.de

Alle Familien in unserem Stadtteil sind herzlich eingeladen, an unseren Veranstaltungen im Familienzentrum St. Antonius teilzunehmen. Wir bieten in den Bereichen Bildung, Betreuung, Beratung und Begegnung für jeden etwas an. **Alle Angebote sind kostenlos.**

OFFENE SPRECHSTUNDE

ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNG

Kommen Sie vorbei, wenn Sie einfach mal ein offenes Ohr brauchen, Fragen rund um die Themen Erziehung und Schule haben, nach neuen Wegen in der Erziehung Ihrer Kinder suchen oder kleine und große Sorgen Ihnen das Leben schwer machen. Die Gespräche finden in einem geschützten Raum statt und werden vertraulich behandelt.

StupS – Erziehungsberatungsstelle der Stadt Mönchengladbach

Bei Bedarf können Sie unter **02161-2554331** in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

ELTERNCAFÉ ST. ANTONIUS

In gemütlicher Atmosphäre können Eltern und Großeltern bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit anderen Eltern oder Besucher:innen ins Gespräch kommen, Erfahrungen austauschen und Kontakte knüpfen. Sie finden immer eine Ansprechperson und ein offenes Ohr.

Um Anmeldung wird gebeten. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

PRO MULTIS
KALENDER



PANUBA - ERLEBNISBAUERNHOF

| Anmeldeschluss 09.09.24

Familienangebot – Heute ist mächtig was los. Die Tiere des Erlebnisbauernhofes Panuba besuchen uns! Im Rahmen dieses Angebotes begegnen Kinder und Eltern völlig unterschiedlichen Tieren. Es können Ponys gestreichelt und in Begleitung geführt, Kaninchen liebkost, ein Hahn in den Arm genommen und diverse andere Tiere des Erlebnishofes kennengelernt werden. Die Kinder haben die Möglichkeit, den Tieren ganz nahe zu kommen, einen respektvollen Umgang mit den Tieren zu erfahren und jede Menge Spaß zu haben. Wir freuen uns auf eine erlebnisreiche Zeit.

In Kooperation mit Panuba (Gregor Kryk).

TERMIN Montag, 09.09.24, 14.30 – 16.00 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist unbegrenzt.



GEMEINSAMES KOCHEN AUF DEM LAGERFEUER

| Anmeldeschluss 08.10.24

Familienangebot – Gemeinsam verbringen wir eine spannende und köstliche Zeit vor dem Lagerfeuer. Doch bevor gekocht wird erfahren und erleben wir wie man ein Feuer auch ohne Feuerzeug entzündet. Was muss man beachten? Was ist wichtig für die Sicherheit? Später bereiten wir ein gemeinsames Essen auf dem Feuer zu, können unterschiedliche Kochutensilien (Murrika, Dutch-Oven etc.) ausprobieren und lauschen ein paar tollen Geschichten zum Thema Feuer.

In Kooperation mit dem Basislager (Linda Ringering).

TERMIN Dienstag, 08.10.24, 14.30 – 15.00 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt



MÄHNEN AUS KREPP-PAPIER

| Anmeldeschluss 06.11.24

Familienangebot – Wir schneiden Tiergesichter aus und gestalten um sie herum bunte, wilde Mähnen mit Krepp-Papier. Bei dieser Technik können auch schon die Kleinen mit Hilfe der Eltern prima mitmachen und sie produzieren fantastische Bilder.

In Kooperation mit der Farbenwerk (Petra Marín).

TERMIN Mittwoch, 06.11.24, 14.30 – 16.00 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



SINGEN IST MEDIZIN FÜR DIE SEELE

| Anmeldeschluss 13.12.24

Singen macht glücklich, Singen befreit und Singen in Gemeinschaft ist ein besonderes Erlebnis. Jeder kann mitsingen, ob laut, leise, hoch und tief, sogar auch mal schief. Alte Melodien zu neuem Leben erwecken, gemeinsam neue Ideen für Texte finden: Den Fuchs nicht die Gans stehlen lassen, sondern den Fahrradschlüssel oder die Oma im Hühnerstall hat noch viel mehr Ideen auf Lager. **In Kooperation mit Monika Brinkmann.**

TERMIN Freitag, 13.12.24, 14.30 – 15.30 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist unbegrenzt.

SPRECHSTUNDE STUPS

MI. 26.08. 09.00 – 11.00 Uhr
MI. 11.09. 09.00 – 11.00 Uhr
MI. 09.10. 09.00 – 11.00 Uhr
MI. 06.11. 09.00 – 11.00 Uhr
MI. 11.12. 09.00 – 11.00 Uhr

TERMINE ELTERNCAFÉ

DO. 05.09. 14.30 – 16.00 Uhr
DO. 10.10. 14.30 – 16.00 Uhr
DO. 07.11. 14.30 – 16.00 Uhr
DO. 05.12. 14.30 – 16.00 Uhr
DO. 02.01. 14.30 – 16.00 Uhr
Max.10 Pers. – Bitte um Anmeldung



KITA & FAMILIENZENTRUM ST. NIKOLAUS

Dr.-von-den-Driesch-Straße 1
52538 Gangelt
02454-1366
@ tfk.st.nikolaus@pro-multis.de

Alle Familien in unserem Stadtteil sind herzlich eingeladen, an unseren Veranstaltungen im Familienzentrum St. Nikolaus teilzunehmen. Wir bieten in den Bereichen Bildung, Betreuung, Beratung und Begegnung für jeden etwas an. **Alle Angebote sind kostenlos.**

OFFENE SPRECHSTUNDE

ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNG

Kommen Sie vorbei, wenn Sie einfach mal ein offenes Ohr brauchen, Fragen rund um die Themen Erziehung und Schule haben, nach neuen Wegen in der Erziehung Ihrer Kinder suchen oder kleine und große Sorgen Ihnen das Leben schwermachen. Die Gespräche finden in einem geschützten Raum statt und werden vertraulich behandelt.

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche (Geilenkirchen)

Caritasverband für die Region Heinsberg

Bei Bedarf können Sie unter **02451-409810** in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

ELTERNCAFÉ ST. NIKOLAUS

In gemütlicher Atmosphäre können Eltern und Großeltern bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit anderen Eltern oder Besucher:innen ins Gespräch kommen, Erfahrungen austauschen und Kontakte knüpfen. Sie finden immer eine Ansprechperson und ein offenes Ohr.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

PRO MULTIS
KALENDER

SPRECHSTUNDE BERATUNGSSTELLE

MI. 07.08. 14.00 – 16.00 Uhr
MI. 04.09. 14.00 – 16.00 Uhr
MI. 02.10. 14.00 – 16.00 Uhr
MI. 06.11. 14.00 – 16.00 Uhr
MI. 04.12. 14.00 – 16.00 Uhr
MI. 09.01. 14.00 – 16.00 Uhr

TERMINE ELTERNCAFÉ

DO. 08.08. 14.00 – 16.00 Uhr
DO. 05.09. 14.00 – 16.00 Uhr
DO. 10.10. 14.00 – 16.00 Uhr
DO. 07.11. 14.00 – 16.00 Uhr
DO. 05.12. 14.00 – 16.00 Uhr
DO. 09.01. 14.00 – 16.00 Uhr



VOM KITAKIND ZUM SCHULKIND

| Anmeldeschluss 19.08.24

Nicht nur für Kinder ist der Schulstart aufregend und vielleicht auch ein bisschen beängstigend. Auch Erziehungsberechtigte haben Sorge, ob ihr Kind den neuen Herausforderungen und Anforderungen gewachsen ist. Gemeinsam überlegen wir, was der neue Lebensabschnitt für unsere Kinder bedeutet, welche Auswirkungen dies auch zuhause haben kann und welche Kompetenzen den Kindern helfen, den Schulalltag zu bewältigen. Erziehungsberechtigte erhalten Anregungen, wie sie ihre Kinder angemessen unterstützen und z.B. die Konzentrationsfähigkeit fördern können. Das Angebot richtet sich nicht ausschließlich an Erziehungsberechtigte mit Vorschulkindern, denn die Ausbildung der Fähigkeiten, die es im Schulalltag braucht, können gut auch schon früher beobachtet und begleitet werden.

In Kooperation mit dem Kath. Forum MG & HS.

TERMIN Montag, 26.08.24, 20.00 – 21.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 25 Personen begrenzt.



ESSEN MIT KINDERN – LUST ODER FRUST

| Anmeldeschluss 29.08.24

Diese Frage treibt Eltern immer wieder um: Warum isst mein Kind viele Speisen nicht? Wie kann ich es an verschiedene Lebensmittel heranführen? Gemeinsam sprechen wir über

- tägliche Familienmahlzeiten
- Essen mit Freude
- Ideen für entspannte Mahlzeiten
- Tischmanieren, Regeln und Rituale

Es geht darum, wie Kinder mit einbezogen und Kämpfe und Probleme beim Essen vermieden werden können. Bringen Sie gern Ihre Fragen mit!

In Kooperation mit dem Kath. Forum MG & HS.

TERMIN Donnerstag, 05.09.24, 19.30 – 21.45 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt.



DIE KOCHTOPFBANDE

| Anmeldeschluss 05.10.24

Familienangebot – Gemeinsam bilden Kinder und ein Elternteil (oder eine andere Bezugsperson) die Kochtopfbande. Unter Anleitung von Ernährungsberaterin und Kita-Köchin Susanne Kallen erleben sie wertvolle gemeinsame Zeit und bereiten aus regional und saisonal verfügbaren Lebensmitteln ein kindgerechtes gesundes Gericht zu. Die Kinder werden aktiv ins Kochen eingebunden und erleben so Selbstwirksamkeit in einem wichtigen Lebensbereich. Nebenbei erfahren alle, wie gesunde Ernährung einfach gelingt und Spaß macht. Selbstverständlich nimmt die Kochtopfbande dann auch gemeinsam am Tisch Platz und lässt es sich schmecken. Vorbereiten, Tisch decken und Aufräumen gehören für Erziehungsberechtigte und Kinder zum Erlebnis dazu, inklusive Anregungen, welche Aufgaben Kinder ab welchem Alter im Haushalt übernehmen können.

In Kooperation mit dem Kath. Forum MG & HS.

TERMIN Samstag, 12.10.24, 10.00 – 13.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



EGON UND DER WILDE MÜLL IM WALD

| Anmeldeschluss 24.09.24

Familienangebot – Bilderbuchlesung

Glasflaschen, Blechdosen, Batterien... Seltsam, was die Menschen hier im Wald so liegen lassen, findet Egon Eichhorn. Aber um sein Zuhause richtig gemütlich für den kalten Winter herzurichten, nimmt er eben all die merkwürdigen Dinge, die ihm seine Freunde aus dem Wald mitgeben, dankend an. Doch was passiert, wenn der Winter vor der Türe steht und der ganze Müll, den die Menschen einfach achtlos in die Natur werfen, alles andere als gut ist?

Eine Geschichte über den Wald und seine tierischen Bewohner – und welche Folgen wilder Müll für sie haben kann. Alina Gries' Lesungen aus ihrem Kinderbuch „Egon und der wilde Müll im Wald“ sind kindgerecht, interaktiv, gemütlich und gleichzeitig lehrreich. Am Ende erhalten die Kinder Ausmalbilder mit den Buchfiguren und Material für zuhause, um das Thema Müllvermeidung weiter zu bearbeiten.

In Kooperation mit dem Kath. Forum MG & HS.

TERMIN Dienstag, 01.10.24, 14.00 – 15.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



EINE KERZE FÜR DIE FAMILIENZEIT

| Anmeldeschluss 20.11.24

Familienangebot – Familienzeit ist kostbare Zeit! Was früher selbstverständlich war, kommt in der heutigen Zeit oft zu kurz. Warum nicht mal als Familie kreativ werden? An diesem Tag kann die ganze Familie zusammen eine große Familienkerze gestalten. Alle dürfen Ideen einbringen, jeder ist gleich wichtig im kreativen Prozess. Farben und Muster aussuchen, es wird in entspannter Atmosphäre gestaltet, geredet und gelacht. Ein künstlerisches Familienerlebnis. Die Kerze stärkt Zuhause die Gemeinschaft und kann auch für einzelne Mitglieder der Familie angezündet werden, die gerade Licht gebrauchen können. Eigene Vorlagen und Ideen können auch gerne mitgebracht werden.

In Kooperation mit dem Kath. Forum MG & HS.

TERMIN Mittwoch, 27.11.24, 14.00 – 16.15 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



EINE KLANGREISE

| Anmeldeschluss 09.12.24

Für Kinder ab 4 Jahren.

Wenn unterschiedliche Geräusche, Klänge und Töne lebendig werden, uns auf eine Reise schicken, dann erleben wir gemeinsam eine Klangreise auf eine spannende neue Art. Bei dieser Klangreise, die ein wenig auf Weihnachten vorbereitet, erleben die Kinder Klänge durch eine Vielzahl von Instrumenten, Alltagsgegenständen und auch ihre Körper in Form von Body Percussion. Dabei entsteht eine Geschichte, die ohne viele Worte auskommen kann. Am Ende der vier Tage sind die Eltern wieder herzlich eingeladen uns auf unserer Reise zu begleiten.

In Kooperation mit Monika Brinkmann.

TERMIN Montag, 09.12., Dienstag, 10.12., Mittwoch, 11.12. und Donnerstag, 12.12.24, jeweils von 14.00 – 15.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Kinder begrenzt.



KINDERSCHUTZ VON ANFANG AN

| Anmeldeschluss 09.01.25

Prävention von Grenzverletzungen, Übergriffen und sexualisierter Gewalt

Das Thema Kinderschutz ist in den letzten Jahren immer weiter in den Fokus von Öffentlichkeit und Politik geraten und mittlerweile auch fester Bestandteil in Schutzkonzepten öffentlicher Einrichtungen, was ein wichtiger Fortschritt ist. Was können wir als Eltern zusätzlich dazu beitragen und unseren Kindern mit auf den Weg geben, das sie vor Übergriffen schützt, sei es unter Kindern selbst, von Fremden oder eben auch durch Personen im sozialen Nahbereich. Welche Schutzmaßnahmen kann man als Familie treffen, ohne den Kindern Angst zu machen und welche Kompetenzen sind wichtig, damit sich Kinder selbstbewusst abgrenzen können und ermutigt werden, sich Hilfe zu holen, wenn sie sie brauchen. In diesem Kurs werden neben grundlegenden Informationen verschiedene Bausteine der Präventionsarbeit vorgestellt, um Handlungsmöglichkeiten zu eröffnen, die Kinder stark machen und vor Grenzverletzungen und Übergriffen jeglicher Art schützen.

In Kooperation mit dem Kath. Forum MG & HS.

TERMIN Donnerstag, 16.01.25, 19.00 – 21.15 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen begrenzt.

UNSER PÄDAGOGISCHES KONZEPT

Vieles im Leben läuft wesentlich leichter, wenn man einen Plan hat. Unser Plan ist unser pädagogisches Konzept.





VERBUND FAMILIENZENTRUM GEILENKIRCHEN

KITA & FAMILIENZENTRUM ST. ANNA TRIPSRATH



Annastraße 13
52511 Geilenkirchen
02451-7718
@ tfk.st.anna.tripsrath@pro-multis.de

KITA & FAMILIENZENTRUM ST. GEREON WÜRM



Klosterstraße 23 A
52511 Geilenkirchen
02453-2142
@ tfk.st.gereon.wuerm@pro-multis.de

KITA & FAMILIENZENTRUM ST. MARIÄ NAMEN GILLRATH



Hatterather Weg 32
52511 Geilenkirchen
02451-959498
@ tfk.st.mariae.namen@pro-multis.de

KITA & FAMILIENZENTRUM ST. JOHANN BAPTIST LINDERN



Stiftgasse 1
52511 Geilenkirchen
02462-6808
@ tfk.st.johann.baptist.lindern@pro-multis.de

KITA & FAMILIENZENTRUM ST. URSULA



Martin-Heyden-Straße 30
52511 Geilenkirchen
02451-1022
@ tfk.st.ursula@pro-multis.de

PRO MULTIS
KALENDER

Diese Einrichtungen gehören dazu:

KiTa St. Anna Tripsrath
KiTa St. Gereon Würm
KiTa St. Johann Baptist Lindern
KiTa St. Mariä Namen Gillrath
KiTa St. Ursula

Was ist im Verbund Familienzentrum anders?

Diese fünf KiTas bilden einen Verbund. Angebote des Familienzentrums finden im Rahmen dieses Verbundes an fünf KiTa-Standorten statt.

In welcher KiTa ein FZ-Angebot des Verbund-FZ durchgeführt wird, ist in der jeweiligen Angebotsbeschreibung vermerkt. So können Sie stets erkennen, wo Sie hinzüssen.

Alle Familien der verschiedenen Stadtteile sind herzlich eingeladen, an unseren Veranstaltungen teilzunehmen. Wir bieten in den Bereichen Bildung, Betreuung, Beratung und Begegnung für jeden etwas an.

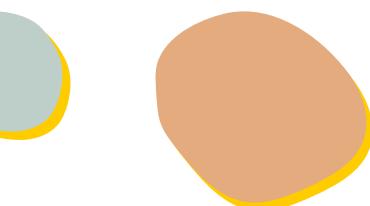
Alle Angebote sind kostenlos.

OFFENE SPRECHSTUNDE ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNG

Kommen Sie vorbei, wenn Sie einfach mal ein offenes Ohr brauchen, Fragen rund um die Themen Erziehung und Schule haben, nach neuen Wegen in der Erziehung Ihrer Kinder suchen oder kleine und große Sorgen Ihnen das Leben schwer machen. Die Gespräche finden in einem geschützten Raum statt und werden vertraulich behandelt.

**Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche
(Geilenkirchen) Caritasverband für die Region Heinsberg**

Bei Bedarf können Sie unter **02451-409810** in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.



SPRECHSTUNDE BERATUNGSSTELLE

14.00 - 16.00 Uhr
MO. 05.08. KITA ST. GEREON
MO. 02.09. KITA ST. MARIÄ
MO. 07.10. KITA ST. ANNA
MO. 04.11. KITA ST. URSULA
MO. 02.12. KITA ST. JOHANN



SECOND-HAND & HAND MADE MARKT

Familienangebot – In entspannter Atmosphäre laden wir Sie ein, an unserem kreativen Flohmarkt mit einem Stand teilzunehmen oder einfach nur zu stöbern. Gut erhaltene Kleidung, Spielzeug sowie mit Liebe hergestellte Geschenkartikel werden in den Räumlichkeiten angeboten. Auch für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt. Sollten Sie Interesse an einem Stand haben, können Sie sich hier anmelden: tfk.st.ursula@pro-multis.de – Anmeldefrist: 20.09.2024

TERMIN Samstag, 21.09.24, 13.00 – 16.00 Uhr

ORT KiTa St. Ursula | Martin-Heyden-Straße 30., 52511 Geilenkirchen
Die Teilnehmerzahl ist unbegrenzt.



ERSTE HILFE AM KIND

| Anmeldeschluss 04.09.24

Sie möchten gemeinsam mit Ihrem Kind die wichtigsten Elemente der Ersten Hilfe lernen? Dann sind sie HIER genau richtig. „Wie helfe ich meinem Kind im Notfall?“ „Bin ich überhaupt in der Lage dazu oder was gehört eigentlich in die Hausapotheke?“ In diesem Kurs „Sicherheit für den Kindernotfall“ geben wir Sicherheit für ungeplante Notfälle. Die Kinder werden diese Elemente spielerisch erlernen und erhalten zum Abschluss sogar ein Zertifikat.

In Kooperation mit JIN Academy (JIN med).

TERMIN Bitte Kurs auswählen:

Kurs 1: Montag, 07.10.24, 14.00 – 16.00 Uhr

Kurs 2: Donnerstag, 10.10.24, 14.00 – 16.00 Uhr

ORT KiTa St. Anna Tripsrath | Annastraße 13., 52511 Geilenkirchen
Bitte online, per Mail an tfk.st.anna.tripsrath@pro-multis.de
oder telefonisch unter 02451-7718 anmelden.
Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen pro Kurs begrenzt.



ERLEBNISTAG „GEMEINSAM SIND WIR STARK“

| Anmeldeschluss 11.10.24

Vater-Kind-Angebot – Auch heute noch verbringen Väter meist weniger Zeit mit ihren Kindern als Mütter. Dabei ist die gemeinsame Zeit wohl das Wertvollste, das Eltern und Kinder miteinander teilen können. Dieses erlebnispädagogische Angebot möchte genau diesem Umstand Rechnung tragen und die gemeinsame Zeit als eine besonders intensive, wertvolle und prägende Erfahrung zu erleben. Und das – ganz bewusst – als Gegenpol zur Medienflut, die oftmals den Alltag beherrscht. In ca. 4 Stunden werden Väter gemeinsam mit ihren Kindern auf eine Abenteuerreise gehen. Auf ihrem Weg werden sie miteinander Aufgaben meistern, Spiele spielen, Hindernisse überwinden und vieles mehr. Dieser Tag steht ganz unter dem Motto „Gemeinsam sind wir stark“ – und der Weg ist dabei das eigentliche Ziel.

In Kooperation mit Kath. Forum MG & HS.

TERMIN Samstag, 19.10.24, 10.00 – 14.00 Uhr

ORT KiTa St. Johann Baptist | Stiftgasse 1., 52511 Geilenkirchen
Bitte online, per Mail an tfk.st.johann.baptist.lindern@pro-multis.de
oder telefonisch unter 02462-6808 anmelden.
Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Vater-Kind-Paare begrenzt.

Natürlich sind auch andere dem Kind nahestehende Erwachsene gemeinsam mit dem Kind ausdrücklich willkommen!



EINE KERZE FÜR DIE FAMILIENZEIT

| Anmeldeschluss 30.10.24

Familienangebot – Familienzeit ist kostbare Zeit! Was früher selbstverständlich war, kommt in der heutigen Zeit oft zu kurz. Warum nicht mal als Familie kreativ werden? An diesem Tag kann die ganze Familie zusammen eine große Familienkerze gestalten. Alle dürfen Ideen einbringen, jeder ist gleich wichtig im kreativen Prozess. Farben und Muster aussuchen, es wird in entspannter Atmosphäre gestaltet, geredet und gelacht. Ein künstlerisches Familienerlebnis. Die Kerze stärkt Zuhause die Gemeinschaft und kann auch für einzelne Mitglieder der Familie angezündet werden, die gerade Licht gebrauchen können. Eigene Vorlagen und Ideen können auch gerne mitgebracht werden.

In Kooperation mit dem Kath. Forum MG & HS.

TERMIN Mittwoch, 30.10.24, 14.00 – 16.15 Uhr

ORT KiTa St. Mariä Namen | Hatterather Weg 32., 52511 Geilenkirchen
Bitte online, per Mail an tfk.st.mariae.namen@pro-multis.de
oder telefonisch unter 02451-959498 anmelden.
Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



MARTINSSUMZUG

| Anmeldeschluss 05.11.24

Familienangebot – Wir laden alle Familien und Interessierte ein, an unserem Martinszug teilzunehmen. In der Kirche St. Marien in Geilenkirchen beginnen wir mit einer Einstimmung und ziehen dann gemeinsam mit dem heiligen Martin zum Feuer. Begleitet von den leuchtenden Laternen und der Kapelle schauen wir gemeinsam das traditionelle Martinsspiel am Feuer an den Schloßwiesen an.

TERMIN Dienstag, 05.11.24, ab 17.30 Uhr

ORT Kirche St. Marien (Geilenkirchen) | An St. Marien 4., 52511 Geilenkirchen
Die Teilnehmerzahl ist unbegrenzt.



VOM ZEIGEN ZUR BIBLISCHEN GESCHICHTE

| Anmeldeschluss 26.11.24

Familienangebot – Interessierten Familien stellen wir altersgerechte Bilderbuchgeschichten zu den Hochfesten im Kirchenjahr vor, die zu Hause mit den Kindern gelesen werden können.

TERMIN Dienstag, 26.11.24, 14.00 – 16.15 Uhr

ORT KiTa St. Gereon | Klosterstraße 23 A., 52511 Geilenkirchen
Bitte online, per Mail an tfk.st.gereon.wuerm@pro-multis.de
oder telefonisch unter 02453-2142 anmelden.
Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.



ERÖFFNUNG KRIPPENWEG

| Anmeldeschluss 29.11.24

Familienangebot – Ab dem ersten Advent verwandelt sich der Gillrather Kapellenweg zum Krippenweg. Die Krippen werden individuell und vielfältig mit den Kindern aus den fünf Kitas des pro multis Familienzentrums Geilenkirchen gestaltet und in den Kapellen für alle Interessierten ausgestellt. Sie können die Wanderung an der Gillrather Kirche starten oder nur einzelne Krippen anschauen.

In Kooperation mit der IGG und dem Pfarrgemeinderat Gillrath.

TERMIN 29.11.24 - 17.00 Uhr Eröffnungsfeier | Regulär geöffnet bis zum 06.01.25,

ORT Kapellenweg Gillrath im Gillrather Hof | Ecke Karl-Arnold-Straße / Pfarrer-Louis-Straße, 52511 Geilenkirchen-Gillrath
Die Teilnehmerzahl ist unbegrenzt.



PRO MULTIS
KALENDER

KITA & FAMILIENZENTRUM ARCHE NOAH

Adolfstraße 18
52531 Übach-Palenberg
02451-42964
@ tfk.ache.noah@pro-multis.de

Alle Familien in unserem Stadtteil sind herzlich eingeladen, an unseren Veranstaltungen im Familienzentrum Arche Noah teilzunehmen. Wir bieten in den Bereichen Bildung, Betreuung, Beratung und Begegnung für jeden etwas an. **Alle Angebote sind kostenlos.**

OFFENE SPRECHSTUNDE

ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNG

Kommen Sie vorbei, wenn Sie einfach mal ein offenes Ohr brauchen, Fragen rund um die Themen Erziehung und Schule haben, nach neuen Wegen in der Erziehung Ihrer Kinder suchen oder kleine und große Sorgen Ihnen das Leben schwer machen. Die Gespräche finden in einem geschützten Raum statt und werden vertraulich behandelt.

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche (Geilenkirchen)
Caritasverband für die Region Heinsberg

Bei Bedarf können Sie unter **02451-409810** in der Beratungsstelle anrufen und einen Termin vereinbaren.

ELTERNCAFÉ ARCHE NOAH

In gemütlicher Atmosphäre können Eltern und Großeltern bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit anderen Eltern oder Besucher:innen ins Gespräch kommen, Erfahrungen austauschen und Kontakte knüpfen. Sie finden immer eine Ansprechperson und ein offenes Ohr.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

SPRECHSTUNDE BERATUNGSSTELLE

DO. 05.09. 08.00 – 10.00 Uhr
DO. 10.10. 08.00 – 10.00 Uhr
DO. 07.11. 08.00 – 10.00 Uhr
DO. 05.12. 08.00 – 10.00 Uhr
DO. 09.01. 08.00 – 10.00 Uhr

TERMINE ELTERNCAFÉ

MI. 04.09. 08.00 – 09.00 Uhr
MI. 02.10. 08.00 – 09.00 Uhr
MI. 06.11. 08.00 – 09.00 Uhr
MI. 04.12. 08.00 – 09.00 Uhr
MI. 08.01. 08.00 – 09.00 Uhr



DER FAHRENDE BAUERNHOF

| Anmeldeschluss 27.08.24

Familienangebot – Auf dem Außengelände des Kindergartens können die Kinder gruppenweise die Tiere besuchen. Der Esel wird gestriegelt und gefüttert. Wie verhält sich eine Ziege, wo kommt sie ursprünglich her und was frisst sie? Wie geht man mit einem Hund um, was mag er und was nicht? Mein Hund Emmelie begleitet mich.

In Kooperation mit Tierische Erlebnisse (Christoph Klingenhäger).

TERMIN Dienstag, 27.08.24, 13.15 – 16.15 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist unbegrenzt.



ERSTE HILFE AM KIND

| Anmeldeschluss 04.09.24

Bei aller Vorsicht lässt es sich nie völlig ausschließen, dass Kindern im Haushalt, in der Freizeit, in der Schule oder beim Spielen etwas passiert. Dann kommt es darauf an, schnell Erste Hilfe zu leisten und die erforderlichen Schritte einzuleiten, um Schlimmeres zu verhüten. Bei dieser Veranstaltung erhalten die Teilnehmenden umfassende Informationen, um auf solche Situationen mit mehr Handlungssicherheit zu reagieren. Neben Notfallsituationen wird auch auf Unfallverhütung im Haushalt eingegangen. Dieses Angebot richtet sich an Eltern, Großeltern, Babysitter und alle, die regelmäßig mit Kindern umgehen.

In Kooperation mit dem Kath. Forum MG & HS.

TERMIN Mittwoch, 04.09.24, 18.00 – 21.00 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.



DIE KOCHTOPFBANDE

| Anmeldeschluss 21.09.24

Familienangebot – Gemeinsam bilden Kinder und ein Elternteil (oder eine andere Bezugsperson) die Kochtopfbande. Unter Anleitung von Ernährungsberaterin und Kita-Köchin Susanne Kallen erleben sie wertvolle gemeinsame Zeit und bereiten aus regional und saisonal verfügbaren Lebensmitteln ein kindgerechtes gesundes Gericht zu. Die Kinder werden aktiv ins Kochen eingebunden und erleben so Selbstwirksamkeit in einem wichtigen Lebensbereich. Nebenbei erfahren alle, wie gesunde Ernährung einfach gelingt und Spaß macht. Selbstverständlich nimmt die Kochtopfbande dann auch gemeinsam am Tisch Platz und lässt es sich schmecken. Vorbereiten, Tisch decken und Aufräumen gehören für Erziehungsberechtigte und Kinder zum Erlebnis dazu, inklusive Anregungen, welche Aufgaben Kinder ab welchem Alter im Haushalt übernehmen können.

In Kooperation mit dem Kath. Forum MG & HS.

TERMIN Samstag, 21.09.24, 10.00 – 13.00 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Erwachsenen-Kind-Paare begrenzt.
Natürlich sind auch andere dem Kind nahestehende Erwachsene gemeinsam mit dem Kind ausdrücklich willkommen!



UMGANG MIT MEDIEN IM ERZIEHUNGSSLAT

| Anmeldeschluss 10.10.24

Medien begegnen uns heutzutage in jeder Lebenslage. Wir nutzen sie um zu kommunizieren, unser Wissen zu erweitern oder auch um einfach mal abzuschalten. Sie sind mittlerweile ein fester Bestandteil des familiären Alltags. Somit wird der Grundstein für den Medienumgang der Kinder in der Familie gelegt, entsprechend sollte auch hier mit der Medienerziehung begonnen werden. Mit dem Thema der Medienerziehung tauchen auch viele Fragen und Unsicherheiten auf, die wir andiesem Abend gemeinsam besprechen möchten. Sie erhalten einen Überblick über das durchschnittliche Medienverhalten von Kindern unter sechs Jahren. Wir schauen uns an, wie Kinder Medien wahrnehmen und wir werden darüber sprechen, wie wir Kinder durch Medien fördern können und in welchem Bereich sie Schutz benötigen.

In Kooperation mit dem Kath. Forum MG & HS.

TERMIN Donnerstag, 10.10.24, 19.30 – 21.45 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen begrenzt.

ONLINE-ANGEBOT

HELDENREISE

| Anmeldeschluss 30.10.24

Für Kinder ab 4 Jahren – Gemeinsam mit dem Elefantenkind ELA begeben sich die Kinder auf eine achtwöchige Reise hin zu mehr Achtsamkeit, Selbstvertrauen und innerer Stärke. Die Kinder erfahren und erkennen in acht Einheiten mit erprobten Übungen, dass sie wertvoll und richtig sind, so wie sie sind.

Die vier inhaltlichen Schwerpunkte des Kurses sind:

- Stärkung des Selbstwertgefühls und der Selbstwirksamkeit
- Kennenlernen eigener Gefühle und Bedürfnisse
- Selbstbehauptung und Konfliktlösungen
- Stressregulation, Achtsamkeit und Entspannung

In Kooperation mit der Glücksschmiede.

TERMINE mittwochs, 30.10., 13.11., 20.11., 27.11., 04.12., 11.12., 17.12. und 18.12.24,

Kurs 1: 14.00 – 15.00 Uhr

Kurs 2: 15.15 – 16.15 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Kinder pro Kurs begrenzt



MARTINSUMZUG

| Anmeldeschluss 05.11.24

Familienangebot – Auch in diesem Jahr findet unser Martinsumzug statt. Wir freuen uns auf bunte Laternen, tolle Martinslieder, der heilige Martin mit seinem Pferd und ein großes Martinsfeuer. Auf dem Außengelände unseres Familienzentrums gibt es Glühwein und Kakao, sowie frisch gebackene Weckmänner.

TERMIN Dienstag, 05.11.24, 18.00 – 20.00 Uhr

ORT Treffpunkt ist am Familienzentrum Arche Noah.

INFO Weitere Informationen sowie die Zugstrecke können Sie telefonisch oder per Mail im Familienzentrum Arche Noah erfragen.

Die Teilnehmerzahl ist unbegrenzt.



COACHING UND RESILIENZTRAINING

| Anmeldeschluss 12.11.24

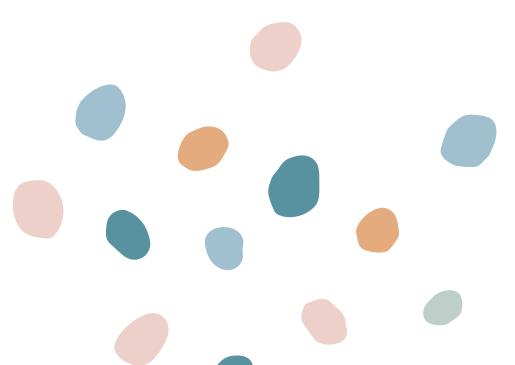
Coaching und Resilienztraining – Wenn der Geduldsfaden zu reißen droht...

Die Lebensumstände für Familien sind in den letzten Jahren nicht einfacher geworden: Pandemie, Wirtschafts- und Energiekrise, Personalmangel an Kitas und Schulen prägen den Alltag. All dies kann Familien unter enormen Stress und Druck setzen. Konflikte im Familien- system können die Folge sein. Wie Eltern es schaffen, sich wieder auf ihre Ressourcen zu konzentrieren, sich selbst stärken und wie Konflikte liebevoll aber konsequent gelöst werden können, wird gemeinsam mit den Teilnehmenden an drei aufeinander aufbauenden Terminen erarbeitet. Vor allem die konkreten Themen der Teilnehmenden bestimmen den Inhalt dieses Coachings und Resilienztrainings für Eltern.

In Kooperation mit dem Kath. Forum MG & HS.

TERMINE dienstags, 12.11., 19.11. und 26.11.24., 19.30 – 21.45 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt.



HERZLICH WILLKOMMEN !

7 neue
pro multis
KiTas!

i

Seit dem 01.08.2024
befinden sich 7 neue KiTas
aus der Region
Erkelenz-Süd & -Nord
in unserer Trägerschaft.

KiTa St. Hermann-Josef

📍 Hermann-Josef-Straße 25
41812 Erkelenz
📞 02432 - 6316
✉️ tfk.st.hermann.josef@pro-multis.de

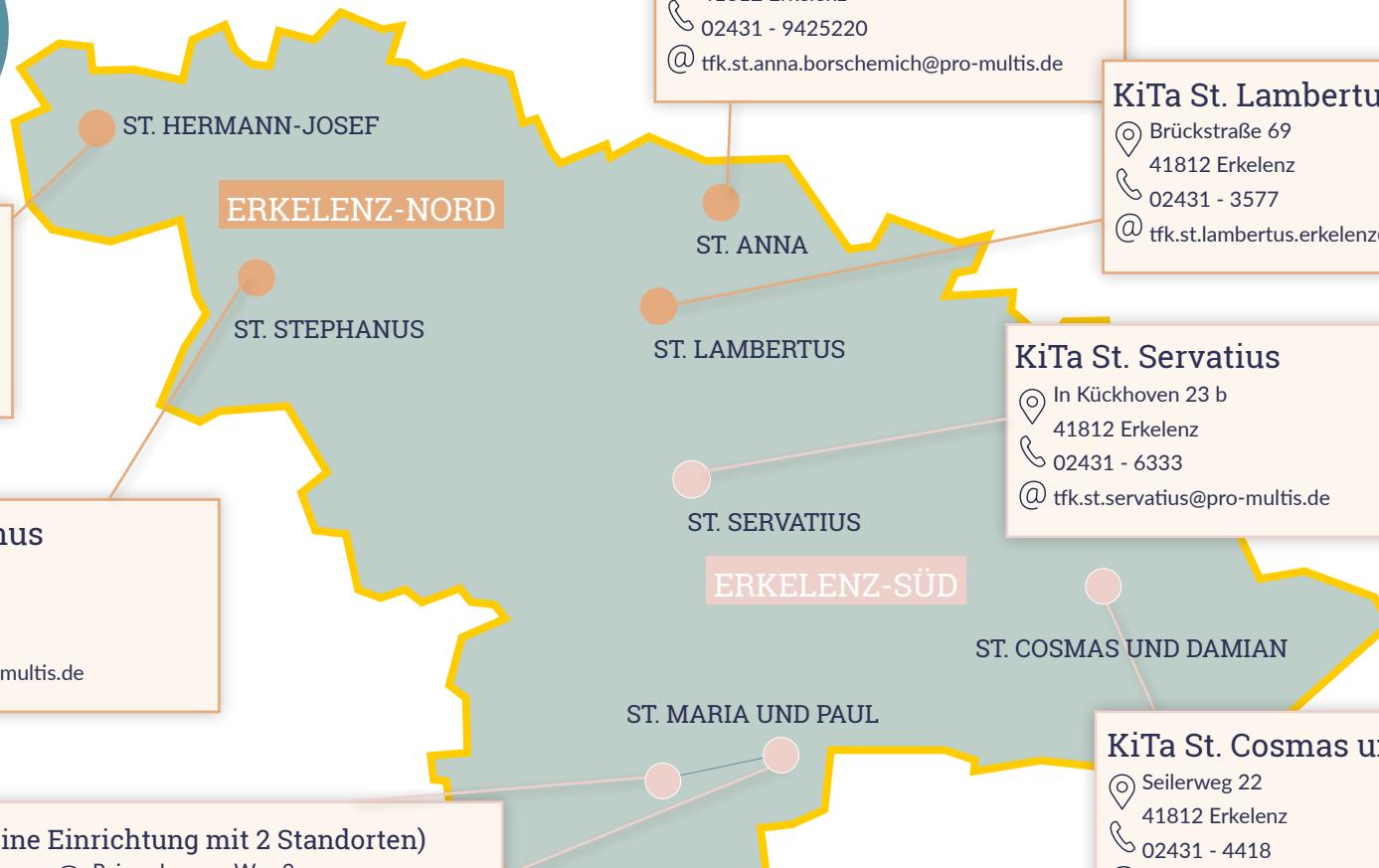
KiTa St. Stephanus

📍 Am Kloster 14
41812 Erkelenz
📞 02431 - 4231
✉️ tfk.st.stephanus@pro-multis.de

KiTa St. Maria und Paul (eine Einrichtung mit 2 Standorten)

📍 Kirchplatz 37
41812 Erkelenz
📞 02435 - 2713
✉️ tfk.st.maria.paul@pro-multis.de

📍 Rainer-Langen-Weg 9
41812 Erkelenz
📞 02435 - 2337
✉️ tfk.st.maria.paul@pro-multis.de



KiTa St. Anna Erkelenz

📍 St.-Martinus-Straße 27a
41812 Erkelenz
📞 02431 - 9425220
✉️ tfk.st.anna.borschemic@pro-multis.de

KiTa St. Lambertus

📍 Brückstraße 69
41812 Erkelenz
📞 02431 - 3577
✉️ tfk.st.lambertus.erkelenz@pro-multis.de

KiTa St. Servatius

📍 In Kückhoven 23 b
41812 Erkelenz
📞 02431 - 6333
✉️ tfk.st.servatius@pro-multis.de

KiTa St. Cosmas und Damian

📍 Seilerweg 22
41812 Erkelenz
📞 02431 - 4418
✉️ tfk.st.servatius@pro-multis.de

Jetzt QR-Code scannen und alle Standorte entdecken!





WILLKOMMEN IN UNSEREN FAMILIENZENTREN

15 unserer 65 Kindertageseinrichtungen sind zertifizierte Familienzentren.

Wir laden Sie herzlich zu unseren zahlreichen Angeboten rund um die Familie ein:

Wir fördern die Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

- In unseren KiTas finden Sie Plätze für unter Dreijährige und im Bedarfsfall vermitteln wir an die Fachstelle für Kindertagespflege.
- Sie finden in unseren KiTas flexible Bring- und Abholzeiten sowie bedarfsorientierte Betreuungszeiten.

Wir bieten in unseren Familienzentren viele Angebote, die Kinder und Familien stark machen.

- Sie vermitteln neue Eindrücke und Impulse für das eigene Handeln, sind interessant und machen Spaß.
- Egal ob Kurse, Vorträge, das Elterncafé oder der Austausch mit einer unserer Erziehungsberatungsstellen: Hier können Sie sich austauschen und Unterstützung finden.

Wir schaffen Treffpunkte zur Begegnung im Stadtteil.

- Im Rahmen unserer Angebote haben Sie die Möglichkeit, andere Familien des Stadtgebietes zu treffen und Fragen zu stellen. Wir kümmern uns vertraulich um Ihre Anliegen.
- Wir haben ein großes Netz aus Kooperationspartner:innen, die im Bedarfsfall ebenfalls für Sie da sind.

Unsere Einrichtungen werden nach strengen Richtlinien geprüft, zertifiziert und rezertifiziert durch das Land NRW. **Wir sind für Sie da.**

OFFENE SPRECHSTUNDE ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNG

- | | |
|--|----------------------|
| Katholisches Beratungszentrum für Ehe-, Lebens-, Familien- und Glaubensfragen des Bistums Aachen | Tel. 02161 - 898788 |
| StupS - Erziehungsberatungsstelle der Stadt Mönchengladbach | Tel. 02161 - 2554331 |
| HOME - Hilfe und Orientierung für Mönchengladbacher Eltern | Tel. 02161- 25-3508 |
| Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche (Geilenkirchen) Caritasverband für die Region Heinsberg | Tel. 02451- 409810 |
| Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche (Erkelenz) Caritasverband für die Region Heinsberg | Tel. 02431- 96840 |



NOTFALLNUMMERN

- | | |
|-------------------------|--------------|
| Polizei | Tel. 110 |
| Feuerwehr / Erste Hilfe | Tel. 112 |
| Ärztlicher Notdienst | Tel. 116 117 |

- | | |
|----------------------------------|---------------------|
| Vergiftungszentrale Berlin | Tel. 030 - 19 240 |
| Telefonseelsorge | Tel. 0800 1110 111 |
| oder | Tel. 0800 1110 22 |
| Nummer gegen Kummer: | |
| Kinder- und Jugendtelefon | Tel. 116 111 |
| Elterntelefon | Tel. 0800 111 0 550 |
| www.nummergegenkummer.de | |
| Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen | Tel. 0800 116016 |
| www.hilfetelefon.de | |

RAT UND HILFE FÜR FAMILIEN

DEUTSCHER KINDERSCHUTZBUND

- | | |
|--------------------------------|---------------------|
| Ortsverband Mönchengladbach | Tel. 02161 - 293948 |
| kinderschutzbundmg@t-online.de | |
| www.dksb-mg.de | |

- | | |
|-----------------------------------|----------------------|
| Ortsverband Erkelenz | Tel. 02431 - 9802968 |
| info@kinderschutzbund@erkelenz.de | |

Mönchengladbacher Netzwerk Frühe Hilfen

- | | |
|---------|----------------------|
| Hotline | Tel. 02161 - 2535148 |
| oder | Tel. 02161 - 253508 |

- | | |
|---|--|
| fruehe-hilfen@moenchengladbach.de | |
| www.fruehehilfen-online.nrw.de/moenchengladbach.suche | |

- | | |
|---------------------------------------|---------------------|
| Netzwerk Frühe Hilfen Kreis Heinsberg | Tel. 02452 - 135118 |
| www.fhkhhs.de | |

- | | |
|--|---------------------|
| Allgemeiner Sozialer Dienst bei „Kindeswohlgefährdung“ | Tel. 02161 - 259559 |
|--|---------------------|

- | | |
|---------------------------------|---------------------|
| Pädagogische Ambulanz Heinsberg | Tel. 0172 - 2376748 |
|---------------------------------|---------------------|

- | | |
|---|--------------------|
| Fachberatungsstelle Geilenkirchen | Tel. 02451- 409810 |
| Gegen sexualisierte Gewalt bei Kindern & Jugendlichen | |



HERBST MITMACH- AKTION

Auch Lust, bunte
Vogelhäuschen zu basteln?

Alle Infos und eine
Schritt-für-Schritt-Anleitung
finden Sie unter

www.pro-multis.de/vogelfutterhaeuschen/



pro multis gGmbH

Trompeterallee 90
41189 Mönchengladbach
www.pro-multis.de

**REDAKTION & KOORDINATION
FAMILIENZENTREN:**

Sandra Feldbusch
Telefon: 02166-6218822
feldbusch@pro-multis.de

Nadine Rafati
Telefon: 02166-6218821
rafati@pro-multis.de

Gedruckt auf Recyclingpapier, das mit
dem **BLAUEN ENGEL** ausgezeichnet ist.