

PROGRAMM

August 2019 bis Dezember 2019



FRAUEN- UND FAMILIENZENTRUM KANDEL



FRAUEN- UND FAMILIENZENTRUM
Kandel e.V.



HAUS
DER FAMILIE
Rheinland-Pfalz

Das Frauen- und Familienzentrum ist ab sofort
als „Haus der Familie“ vom MFFJIV anerkannt!“

Frauen- und Familienzentrum Kandel | Luitpoldstraße 6 | Tel.: 07275 - 43 16
Fax: 07275 - 94 99 17 | E-Mail: info@ffz-kandel.de | www.fffz-kandel.de
Geschäftszeit: Do. 9:00 - 11:00 Uhr



REGELMÄSSIGE TREFFEN	
Aktiventreffen	2
Gemeinsames Frühstück	2
Café Auszeit	3
Spielgruppe	3
Offener Treff/Eltern-Kind-Großeltern-Nachmittag.....	3
Bistro International	4
Vater-Kind/Opa-Enkel-Frühstück.....	4
Treff für Alleinerziehende.....	4
CHOR	
Die „Modern Voices“ - der Chor im FFZ.....	5
GESUND UND FIT	
Rolling Baby – Sport mit Kinderwagen	6
Mom in Motion	7
Beckenbodengymnastik für Frauen	8
Pilates für Fortgeschrittene	9
Nordic Walking	10
Ganzkörpertraining – Gesunde Balance.....	10
Sanfte Übungen und Klangschalenmeditation	11
Autogenes Training	12
Natur pur	12
Erste Hilfe am Kind.....	13
KREATIVE	
Batiken – voll im Trend!	14
SandRaum-Gruppe Emmi Pikler	15
Einfach filzen.....	16
Basteln mit nachhaltigen Materialien.....	17
Halloween-Kürbisschnitzen.....	17
Adventskranzbinden.....	18
VORTRAG - BERATUNG	
Kinder brauchen Wurzeln.....	18
Beratungsstelle Neue Chancen im Beruf – AWA	19
Anwaltliche allgemeine Rechtsberatung	19
FRAU-SEIN	
Telefonische Stillberatung	20
Wechseljahresworkshop.....	20
ZUSAMMEN-SEIN	
Interkulturelle Woche	21
Stadtfest Getränkestand.....	21
Leihoma/Leihopa	22
Bunter Nachmittag im Willi-Hussong-Haus.....	22
Ferienwoche im FFZ – Haus der Familie.....	23
Familienwanderung im Bienwald.....	23
Familienabend am Lagerfeuer	24
Winterabend	25
Weihnachtsfeier – offener Spielenachmittag.....	26
UMWELTBEWUSST-SEIN	
Weltbewusstes Einkaufen	27
WISSENSWERTE	28
Veranstaltungsübersicht.....	29
Beitrittserklärung	30

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

das Frauen- und Familienzentrum ist seit dem 01.09.2018 vom Ministerium für Familie, Frauen, Jugend, Integration und Verbraucherschutz als „Haus der Familie“ anerkannt.

Bildung und Gemeinschaft ist in unserem Haus ein großartiges Angebot, welches für alle Altersklassen, religions- und parteineutral, angeboten wird. Auch die Familienbildung für Eltern und Kinder, wird mit viel Freude angenommen.

Uns liegen die Belange und Interessen von unseren BesucherInnen sehr am Herzen und daher ist es uns ein großes Anliegen, auch in den nächsten Jahren Kurse und Angebote mit den ehrenamtlichen MitarbeiterInnen und Honorarkräften so zusammenzustellen, dass sie alle KursteilnehmerInnen in ihrer Kreativität, ihren Interessen und Wünschen ansprechen. Ohne das Engagement des Ehrenamts wäre es uns nicht möglich, den Austausch und die Lebendigkeit der Kurse fortzusetzen. Hierfür ein herzliches DANKESCHÖN an alle Mitwirkenden!

Wenn Sie mehr über unseren Verein erfahren möchten, besuchen Sie uns gerne auf unserer Homepage: www.ffz-kandel.de oder auf Facebook!

Ich freue mich auf Sie und hoffe, Sie bald persönlich im Haus der Familie begrüßen zu dürfen.

Frauen- und Familienzentrum – Ihr Haus der Familie in Kandel

Es grüßt Sie herzlich Ihr

Frauen- und Familienzentrum Kandel

Adelheid Untch

1. Vorsitzende

Kontakt:

FFZ – Haus der Familie Büro

Tel.: 07275 - 4316 oder

E-Mail: info@ffz-kandel.de

Aktiventreffen

Jeden 1. Dienstag im Monat | 18:00 Uhr in den Räumen vom FFZ – Haus der Familie
Möchten Sie an der Gestaltung unseres Programmes teilnehmen? Haben Sie Ideen und Anregungen für Veranstaltungen, Kurse oder Vorträge? Vielleicht möchten Sie sich in unserem Verein aktiv einbringen? Wir sind offen für Ideen, Anregungen oder Mitarbeit. Kontaktieren Sie uns! Wir freuen uns auf Sie!

☎ **Kontakt:** FFZ – Haus der Familie Büro, Tel.: 07275 - 43 16 oder info@ffz-kandel.de
Termine: 06. August, 03. September, 01. Oktober, 05. November 2019

Was würde Sie interessieren, worüber möchten Sie gerne informiert werden? Möchten Sie etwas ausprobieren?

Sie haben eine Leidenschaft oder möchten Ihr Wissen weitergeben?

Gerne können Sie uns kontaktieren! Bei genügend Interessenten kümmern wir uns gerne um ein Angebot!!



Gemeinsames Frühstück

Jeden 2. Mittwoch im Monat
9:30 - 12:00 Uhr
in den Räumen vom FFZ – Haus der Familie

In lockerer Atmosphäre zusammen frühstücken, sich austauschen und neue Kontakte knüpfen. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um vorherige Anmeldung.

Unkostenbeitrag: 5,- € pro Person

☎ **Kontakt und Anmeldung:**

Barbara Asselmeyer,
Tel.: 07275 - 54 74

Termine: 14. August, 11. September,
09. Oktober, 13. November,
11. Dezember 2019

Café Auszeit

Elterncafé für Schwangere, Väter und Mütter mit Kindern bis 3 Jahre

Jeden Dienstag | 9:30 - 11:30 Uhr in den Räumen vom FFZ – Haus der Familie

Eine kleine Auszeit vom Alltag mit einer Tasse Kaffee oder Tee. Die Kinder können unter Aufsicht im Spielraum spielen, während sich die Mütter und/oder Väter bei Kaffee, Tee und einem liebevoll zubereiteten Frühstück austauschen können. Herzliche Einladung!

Das Elterncafé findet in Kooperation mit Caritas statt.

☎ **Info:** FFZ – Haus der Familie Büro
Tel.: 07275 - 43 16 oder info@ffz-kandel.de



Spielgruppe

Treffpunkt für Mamas mit Kindern im Alter von 1 - 4 Jahren.

Montag | 15:00 - 16:30 Uhr in den Räumen vom FFZ – Haus der Familie

Die Kinder können in gemütlicher Atmosphäre spielen, malen und basteln. Die Eltern tauschen sich aus. Spielplatzbesuche oder gemeinsame Ausflüge, ein Besuch im Eiscafé oder Picknick im Schwimmbad, die Gruppe legt gemeinsam den Ablauf fest.

☎ **Kontakt:** Anja Jetter,
Tel.: 01525 - 24 96 188



Offener Treff

Eltern-Kind/Großeltern-Enkel-Nachmittag

Jeden letzten Donnerstag im Monat | 15:30 - 17:00 Uhr in den Räumen vom FFZ – Haus der Familie

Treffpunkt für Mütter und Väter mit Kindern im Alter von 0 - 3 Jahren. Wir treffen uns in ungezwungener Atmosphäre bei einer Tasse Tee oder Kaffee und einem Stück Kuchen. Für eine kurze Zeit treten wir aus dem alltäglichen Trott aus und kommen mit anderen Eltern ins Gespräch. Die Kinder können im Spielraum spielen! Herzliche Einladung! Auch Großeltern sind herzlich willkommen!

☎ **Info und Anmeldung:** FFZ – Haus der Familie Büro, Tel.: 07275 - 43 16 oder info@ffz-kandel.de
Termine: 29. August, 26. September, 31. Oktober,
28. November, 19. Dezember 2019

Bistro International

Treffpunkt für Asylsuchende und Einheimische in Kandel

Jeden Freitag | 16:00 - 18:00 Uhr im „Max und Moritz“

Gemeinsam schaffen das Frauen- und Familienzentrum und die protestantischen Kirchengemeinden Kandel und Erlenbach hier einen Ort, an dem sich jede Woche Freitags, von 16.00 - 18.00 Uhr, Menschen aus aller Welt in angenehmer Atmosphäre treffen und ins Gespräch kommen können. Menschen, die mitmachen und sich einbringen möchten, sind herzlich willkommen.

☎ **Kontakt:** Kerstin Jordan, Tel.: 06349 - 99 66 88 oder kerstin.jordan@gmx.net

Vater-Kind/Opa-Enkel Frühstück – der Samstagmorgen gehört uns!

Jeden zweiten Samstag im Monat | 09:30 - 11:30 Uhr

Gesundes Essen am Morgen? Herzlich eingeladen sind alle Papas, die mit Ihren Kindern gerne etwas Zeit verbringen und gemeinsam mit einem gesunden Frühstück ins Wochenende starten möchten. Die Kinder können im Spielraum spielen!

An diesem Vormittag ist den Mamas eine wohlverdiente Auszeit gegönnt. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um vorherige Anmeldung.

Unkostenbeitrag: 5,- €

☎ **Info und Anmeldung:** FFZ – Haus der Familie Büro, Tel.: 07275 - 43 16 oder info@ffz-kandel.de **Termine:** 10. August, 14. September, 11. Oktober, 09. November, 14. Dezember 2019

Treff für Alleinerziehende mit Kind(ern)

Jeden ersten Sonntag im Monat | 15:30 - 17:30 Uhr

Gemeinsam möchten wir die Freizeit gestalten und uns über alltägliche Fragen, Sorgen, Probleme, den alltäglichen Wahnsinn und Freude die man hat, wenn man alleinerziehend ist, austauschen. Beim Alleinerziehende Treff möchten wir neue Kontakte knüpfen, Fragen stellen und Tipps bekommen. Einmal im Monat sitzen wir ungestört und in angenehmer Atmosphäre zusammen oder unternehmen gemeinsam einen Ausflug.

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um vorherige Anmeldung:

☎ **Info und Anmeldung:** FFZ – Haus der Familie Büro Tel.: 07275 - 43 16 oder info@ffz-kandel.de

Ort: FFZ – Haus der Familie Kandel

Termine: 4. August, 8. September, 6. Oktober, 3. November, 1. Dezember 2019

Die „Modern Voices“ - der Chor im Haus der Familie/FFZ

Chorprobe: jeden Montag | 19:45 Uhr in der Stadthalle Kandel

Schon seit einigen Jahren gehört der junge und junggebliebene Chor der „Modern Voices“ mit seinen etwa 50 Mitgliedern zum Frauen- und Familienzentrum und ist in der Südpfalz und darüber hinaus bekannt.



Der gemischte und moderne Chor hat ein überaus breites Spektrum an Musikliteratur und singt mit viel Spass und Engagement.

Das Liedgut setzt sich zusammen aus Stücken der Bereiche Rock und Pop, aber auch Spirituals und Gospels in deutscher und englischer Sprache.

Ein jährlich stattfindendes Chorwochenende festigt das stimmliche und choreografische Können. Auftritte und eigene Konzerte runden das Chorprogramm ab. Besuchen Sie den Chor doch einmal unverbindlich.

Keine Angst – niemand muss vorsingen!

Der Chor freut sich immer über neue MitsängerInnen.

Aktuell werden vor allem männliche Mitsänger dringend gesucht

Der Chor wird auch gerne für Hochzeiten, Geburtstage oder betriebliche Feiern gebucht.

Kontaktieren Sie uns!

Treffpunkt:

Kultursaal der
Stadthalle Kandel

☎ **Kontakt:**

Sonja Kaltenecker,
Tel.: 07275 - 83 94

www.modern-voices.com



Rolling Baby – Sport mit Kinderwagen

Kurs : ab Dienstag, 13. August - 24. September 2019 | 9:15 - 10:15 Uhr

7 Einheiten, Kursgebühr 70,- €

2HJ19MD01 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmername und Kursnummer angeben!

Die Kinderwagenausfahrt wird zur Trainingseinheit! Schon seit Jahren trainieren wir in Rülzheim jetzt auch 2018 in Kandel. Rolling Baby ist ein genau auf Dich angestimmtes Training während dein Baby/Kind gemütlich im Kinderwagen die Natur genießt.

Unter Aufsicht einer Trainerin absolvierst Du ein effektives Übungsprogramm. Mit einem speziellen Workout wird Kondition auf- und Fett abgebaut. Ausdauer und Kraft wird gleichermaßen trainiert. So kommt deine Figur schnell wieder in Form und dein Beckenboden wird dabei sanft gekräftigt.

Sichere Dir jetzt einen Platz und melde Dich an!

Also runter vom Sofa und rein in die Natur! ;-)

📞 **Anmeldung:** Sandra Bentz, Tel.: 07272 - 77 78 728 oder sandra.bentz@gmx.net, mehr Infos unter: www.zweisamaktiv.de

Kursleiterin: Monique Dinies



Mom in Motion

Zweisam Aktiv



Kurs I: ab Freitag, 16. August - 18. Oktober 2019 | 9:00 - 10:00 Uhr

8 Einheiten, Kursgebühr: 96,- €

2HJ19SB10 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmername und Kursnummer angeben!

Kurs II: ab Freitag, 16. August - 18. Oktober 2019 | 10:15 – 11:15 Uhr

8 Einheiten, Kursgebühr: 96,- €

2HJ19SB11 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmername und Kursnummer angeben!

Kurs I: ab Freitag, 8. November - 20. Dezember 2019

(außer an Feier- und Brückentagen) 9:00 - 10:00 Uhr

7 Einheiten, Kursgebühr: 84,- €

2HJ19SB12 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmername und Kursnummer angeben!

Kurs II: ab Freitag, 8. November - 10. Januar 2020

(außer an Feier- und Brückentagen) 10:15 - 11:15 Uhr

8 Einheiten, Kursgebühr: 96,- €

2HJ19SB13 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmername und Kursnummer angeben!

Mom in Motion ist das Ganzkörperworkout für junge Mamas.

Jetzt auch krankenkassenzertifiziert! Somit erhältst du bis zu 100 % deiner Kursgebühr von der Krankenkasse wieder zurück.

Das Training ist genau auf dich und deine Bedürfnisse abgestimmt.

Du wirst sicher & effektiv rundum fit und dein Baby kuschelt mit dir und genießt es in einer Trage oder im Tuch deine Nähe zu spüren.

Auch ist dieser Kurs sehr gut geeignet wenn Du schwanger bist.

Ort: Turnraum im Kulturzentrum, Luitpoldstr. 6, Kandel

📞 **Kursleitung und Anmeldung:** Sandra Bentz, Tel.: 07272 - 77 78 728 oder E-Mail: sandra.bentz@gmx.net, Mehr Infos unter www.zweisamaktiv.de

Beckenbodengymnastik für Frauen

Kurs I: ab Mittwoch, 4. September - 6. November 2019 | 19:00 - 20:00 Uhr

Kursgebühr: 60,- € (Mitglieder 55,- €)

2HJ19CH01 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmernamen und Kursnummer angeben!

Kurs II: ab Donnerstag, 5. September - 14. November 2019 | 10:00 - 11:00 Uhr

Kursgebühr: 60,- € (Mitglieder 55,- €)

2HJ19CH02 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmernamen und Kursnummer angeben!

Beckenbodengymnastik in Kombination mit Wirbelsäulengymnastik als Präventionsmaßnahme für Frauen jeden Alters. Anfängerinnen können zu jedem Kursbeginn neu hinzukommen und werden von der Kursleiterin speziell eingewiesen. (Gebühren für Anfängerinnen: zzgl. 5,- € für den Einführungsstermin)

Ort: Turnraum im Kulturzentrum, Luitpoldstr. 6, Kandel

🕒 Kursleitung und Anmeldung: Christel Helminski,
Tel.: 07272 - 46 30

Die Kursleiterin ist Sporttherapeutin und hat eine Zertifizierung durch den Dt. Sportbund (Herz-Kreislauf-Prävention mit Schwerpunkt „Dosierte Krafttraining für den ganzen Körper, Wirbelsäule und Beckenboden“). Teilnahmebescheinigungen stellen wir gerne aus.

Eine Erstattung der Krankenkassen nach §20 SGB V ist nicht möglich. Näheres hierzu erläutert Ihnen gerne die Kursleiterin.



Pilates für Fortgeschrittene

Kurs I: ab Dienstag, 20. August - 17. Dezember 2019

8:30 - 9:45 Uhr

16 Termine, Kursgebühr: 83,- €

2HJ19GP06 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmernamen und Kursnummer angeben!

Kurs II: ab Donnerstag 22. August - 19. Dezember 2019 | 8:30 - 9:45 Uhr

16 Termine, Kursgebühr: 83,- €

2HJ19GP07 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmernamen und Kursnummer angeben!

Kosten bei Belegung beider Kurse: 142,- €

Pilates ist ein konzentratives Körpertraining bei dem, ausgehend vom Körperzentrum, durch dehnende und kräftigende Übungen, Dysbalancen beseitigt und eine gesunde Körperhaltung optimiert wird. Die Übungen werden langsam, präzise und kontrolliert, im Einklang mit der Atmung durchgeführt.

Dieses Kursangebot richtet sich an Teilnehmer mit Grundkenntnissen in der Pilates Methode. Das klassische Mattentraining wird intensiviert und durch Kleingeräte erweitert. Bitte dicke Socken und Isomatte mitbringen.

Ort:

Turnraum im Kulturzentrum,
Luitpoldstr. 6, Kandel

Leitung:

Gerlinde Pffirmann,
Pilateslehrerin

🕒 Anmeldung:

Tel.: 07271 - 34 81 oder
gerlinde-pf@gmx.net

Nordic Walking – aber richtig!

Kurs: 7. September 2019, 10:00 Uhr (1 - 1,5 Std.) Herbstferien sind frei.

2HJ19DG01 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmernamen und Kursnummer angeben!

In diesem Kurs lernst du die Nordic Walking Grundtechniken gezielt anzuwenden. Weg vom „Stöckerlgeher“ hin zum sportlichen Nordic Walking Läufer.

Mit viel Spaß, Koordinationsübungen, Kräftigungs- und Dehnübungen sowie aufeinander aufbauende Nordic Walking Übungen kommst du Schritt für Schritt voran.

Videoaufnahmen und –besprechungen helfen dir zum Erfolg – wenn du dich selber auf dem Video siehst, weißt du genau was gemeint war!

Kursgebühr: FFZ-Mitglieder 60,- € / Nichtmitglieder 65,- €

In der Kursgebühr enthalten:

- 8 Laufeinheiten 1 – 1,5 Std.
- + 1 Vorgespräch bezgl. Stockauswahl, Stocklänge, generelle Tipps
- + 2 Videoaufnahmen
- + 2 Videobesprechungen
- + 1 Ausflug in den Pfälzer Wald, evtl. mit Einkehr (Selbstzahler)

WICHTIG: Bitte vorher keine Stöcke kaufen!

Ich besitze etliche Stöcke zum Ausprobieren und Ausleihen – Näheres im Vorgespräch!

Treffpunkt: Eingang Stadion Kandel

Kursleitung: Delphine Gieske, Nordic Walking Basic Instructor Reha Sport

📞 **Anmeldung:** E-Mail: delphinegieske@aol.com oder Tel.: 07275 - 61 82 32

Ganzkörpertraining - Gesunde Balance zwischen Anspannung und Entspannung!

Kurs: ab Mittwoch, 11. September 2019 | 17.00 - 17.50 Uhr

10 Termine, Kursgebühr: 55,- € (Herbstferien frei)

2HJ19DG02 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmernamen und Kursnummer angeben!

Den Körper „durchbewegen“, durch gezielte Übungen (mit und ohne Geräte) kräftigen und stärken. Aus dem Atem kommen, Herz und Kreislauf spüren ... Körper und Geist durch Koordinationsübungen und Gehirnjogging beweglich halten.

Die letzten 15 Minuten entspannen. Den Körper „runterfahren“ mit Atemübungen und verschiedenen Entspannungstechniken. Bitte dicke Socken, Decke und Isomatte mitbringen.

Leitung: Delphine Gieske, B- Lizenz Reha Sport (Orthopädie), Ausbildung Klangmeditation & -Reise

📞 **Anmeldung:** E-Mail: delphinegieske@aol.com oder Tel.: 07275 - 61 82 32

Ort: Turnraum im Kulturzentrum, Luitpoldstr. 6, Kandel



Abschalten von Arbeit und Alltag – Kraft tanken – zur Ruhe kommen mit sanften Übungen & Klangschalenmeditation

Kurs: ab Mittwoch, 11. September 2019 | 18.00 - 18.45 Uhr

10 Termine, Kursgebühr: 55,- € (Herbstferien frei)

2HJ19DG03 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmernamen und Kursnummer angeben!

In diesem Kurs lernst du zur Ruhe zu kommen. Sanfte Übungen helfen dir Verspannungen im Körper zu lösen. Durch den Klang der Klangschalen wird der Alltag nach hinten gestellt. So können wir Stress abbauen, den Körper und Geist entspannen und unsere „Batterien“ aufladen.

Bitte dicke Socken, Decke, Kissen und Isomatte mitbringen. Isomatte mitbringen.

Leitung: Delphine Gieske, B- Lizenz Reha Sport (Orthopädie), Ausbildung Klangmeditation & -Reise

📞 **Anmeldung:** E-Mail: delphinegieske@aol.com oder Tel.: 07275 - 61 82 32

Ort: Turnraum im Kulturzentrum, Luitpoldstr. 6, Kandel

Autogenes Training – Auszeit für dich

Ab Dienstag, ab 15. Oktober - 3. Dezember 2019 | 10:00 Uhr - 11:15 Uhr
2HJ19CPP01 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmername und Kursnummer angeben!

8 Einheiten, Kosten: 70,- € für Mitglieder; 80 € für Nichtmitglieder

Zeitdruck, Stress und permanente Hektik im Beruf sowie auch im Privatleben bestimmen unseren Tag. Zu oft hat unser Körper deshalb keine Möglichkeit zu entspannen. Auf Dauer kann dies zu psychischen oder physischen Erkrankungen führen wie z.B. Burn-out oder Bluthochdruck.

Beim Autogenen Training wird mit Hilfe von bestimmten Formeln das Unterbewusstsein beeinflusst, um den Körper von innen heraus entspannen. Viele Beschwerden wie Bluthochdruck, Schlafstörungen oder Kopfschmerzen können gelindert werden. Es hat eine positive Auswirkung auf Körper und Geist. Das Autogene Training ist eine Entspannungsmethode, die nach gründlichem Erlernen (fast) überall angewendet werden kann.

Bitte Matte, Decke, Kissen und ggf. dicke Socken mitbringen. Bequeme Kleidung.

Ort: Turnraum im Kulturzentrum Kandel, Luitpoldstraße 6

Anmeldung und Kursleitung: Christine Pitrov-Perl,
 E-Mail: piper.entspannung@t-online.de



Natur pur

Kurs: ab Mittwoch, 21. August– 18. Dezember 2019 | 8:30 - 9:30 Uhr
16 Termine, Kursgebühr: 58,- €

2HJ19GP04 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmername und Kursnummer angeben!

Mit einem leichten Herz-Kreislauftraining und abwechslungsreichem Bewegungsprogramm für jederfrau und jedermann starten wir in den Tag, genießen die frische Waldluft und beobachten den Jahresverlauf der Natur.

Ziel ist es, die Kondition und die Ausdauer sowie das körperliche Wohlbefinden zu trainieren und auf längere Zeit zu erhalten. Der Kurs ist als Aufbaukurs angelegt, Sie können aber jederzeit einsteigen.

Die Gebühren werden dann anteilig berechnet.

Der Kurs findet bei jedem Wetter statt!

Treffpunkt: Eingang Stadion Kandel

Kursleitung: Gerlinde Pfirrmann, Sportpädagogin und Naturführerin

Anmeldung: Tel.: 07271 - 34 81 oder gerlinde-pf@gmx.net

Erste Hilfe an Kind – ein Einführungsabend

November 2019, 20:00 Uhr

2HJ19CO01 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmername und Kursnummer angeben!



Der genaue Termin wird im Oktober bekanntgegeben!

- Wie reagiere ich, wenn mein Kind einen Fremdkörper verschluckt?
- Was unternehme ich bei Atemnot?
- Welche Schritte unternehme ich bei Vergiftungen?
- Was mache ich bei Verbrennungen und wie funktioniert eigentlich Herz-Lungen-Wiederbelebung am Kind?
-

Diese und einige weitere Themen werden an diesem Abend angesprochen, erklärt und geübt. Für Fragen bleibt natürlich ebenfalls Raum.

Ein Einführungsabend für Eltern, Väter, Mütter, Großeltern, und alle diejenigen, die sich im Umgang mit Kindern sicherer fühlen wollen.

Die Veranstaltung ist eine Einführung in die Erste Hilfe am Kind und wird daher nicht mit einem Zertifikat abgeschlossen.

Referentin: Frau Oßwald, DRK Kandel

Unkostenbeitrag: Mitglieder 5,- € (Nichtmitglieder 8,- €)

Info und Anmeldung: FFZ – Haus der Familie Büro, Tel.: 07275 - 43 16 oder info@ffz-kandel.de



Batiken ist wieder voll im Trend!

Samstag, 05. Oktober 2019 | 10:00 - 13:30 Uhr

**2HJ19CK01 – Bei Zahlung bitte unbedingt
Teilnehmernamen und Kursnummer angeben!**

Mit der japanischen Shibori Technik kannst du wunderschöne und überraschende Muster auf deine Stoffe zaubern.

Der Batik-Workshop richtet sich in erster Linie an Teenager, aber auch an alle anderen Interessierten, die Lust haben, einen Vormittag richtig kreativ zu werden und unterschiedliche Falttechniken ausprobieren möchten.

Mitbringen müsst ihr, was ihr batiken wollt. Dazu eignen sich weiße T-Shirts, Longsleeves, Blusen, Tischdecken, Bettwäsche, Küchenhandtücher, Schals, Kissenbezüge, uvm.

Am besten zum Färben eignen sich Baumwoll-, Leinen oder Seidenstoffe. Gefärbt wird mit Indigo

🕒 Kursleitung und Anmeldung:

Claudia Klosterhuis, Tel.: 0163 - 68 48 891 oder
E-Mail: claudia@sukiz.de

Ort: FFZ – Haus der Familie, Luitpoldstraße 6

Unkostenbeitrag: 8,- € (Mitglieder 6,- €)
und evtl. Materialkosten

SandRaum-Gruppe Emmi Pikler

Freitags, 16:00 - 17:00 Uhr

Kurs ab September: 13.09., 20.09., 27.09., 18.10.2019

Kurs ab November: 08.11., 15.11., 22.11., 29.11.2019

**2HJ19LL01 – Bei Zahlung bitte unbedingt
Teilnehmernamen und Kursnummer angeben!**

Der SandRaum lädt zum Verweilen, Entdecken und Experimentieren ein.

Die Kinder können mit formschönen Gegenständen ins freie Spiel finden.

Der Sand kann gerührt, geschöpft, geschüttet, gesiebt, gemahlen und gehäuft werden, dabei darf der Sand unbekümmert auf den Boden rieseln.

Die Eltern können das intensive Spiel der Kinder betrachten,

die Freude die beim forschenden Tätig sein entsteht miterleben und teilen.

ERGOTHERAPIE

Lea Lautenschläger

Teilnehmerzahl ist begrenzt!

🕒 Kursleitung und Anmeldung: Praxis für Ergotherapie Lea Lautenschläger,
lea.lautenschlaeger@googlemail.com,
www.bewegungsraum-lautenschlaeger.de

Ort: Praxis für Ergotherapie Lea Lautenschläger, Bahnhofstraße 6, Kandel

Kursgebühr: 4 Termine á 60 min., 60,- €



Wie eine zweite Haut – Einfach filzen!

Samstag | 2. November 2019 | 10:00 - 14:00 Uhr

2HJ19RM01 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmernamen und Kursnummer angeben!

Stulpen filzen um den Puls zu wärmen für den nächsten Winter!

Aus naturbelassener Wolle mit Wasser und Seife entstehen schicke Handstulpen.

Teilnehmerzahl ist auf 6 Personen beschränkt.

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um vorherige Anmeldung bis zum 28.10.2019

Mitzubringen sind:

kleine Schüssel, Schwammtuch, Handtuch, evtl. Gummimatte (Auto).

Wer möchte, darf sich bei Bedarf einen Pausensnack mitbringen.

Kursgebühr: 20,- € zzgl. Materialkosten zwischen 5,- € und 10,- €

Kursleitung: Renate Messemer

Ort: FFZ – Haus der Familie

Info und Anmeldung:

FFZ – Haus der Familie Büro Tel.: 07275 - 43 16 oder info@ffz-kandel.de



Basteln: Selber machen aus nachhaltigen Materialien

Samstag | 9. November 2019 | 10:00 - 12:00 Uhr

Das Angebot ist kostenfrei – die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Basteln macht nicht nur Kindern Spaß. Und besonders viel Freude bereitet es, wenn dafür nachhaltige Materialien zum Einsatz kommen. Zusammen wollen wir mit Produkten aus der Natur und Recyceltem schöne Dekos und Gebrauchsgegenstände basteln.

Vielleicht entsteht auch schon das ein oder andere Weihnachtsgeschenk.

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um vorherige Anmeldung bis zum 05.11.2019.

Ort: FFZ – Haus der Familie

Info und Anmeldung: FFZ – Haus der Familie Büro Tel.: 07275 - 43 16 oder info@ffz-kandel.de



Halloween – Kürbisschnitzen

Samstag, 26. Oktober 2019 | 10:00 - 12:00 Uhr

Das Angebot ist kostenfrei - die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

Gerne möchten wir gemeinsam mit Euch schaurig schöne Kürbisgesichter gestalten. Wenn man so miteinander schnitzend die Zeit verbringt, können einem die nasskalten, trüben Herbsttage nichts mehr anhaben. Die Kinder können, in Begleitung eines Erwachsenen, ihren Künsten beim Schnitzen freien Lauf lassen.

Mitbringen solltet ihr Kleidung die schmutzig werden darf. Die Erwachsenen sollten ein kleines Küchenmesser zum Schnitzen mitbringen.

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um vorherige Anmeldung bis zum 21.10.2019.

Ort: FFZ – Haus der Familie

Info und Anmeldung: FFZ – Haus der Familie Büro Tel.: 07275 - 43 16 oder info@ffz-kandel.de

Adventskranzbinden

Freitag, 29.11.2019 | 17:00 Uhr

2HJ19AU01 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmernamen und Kursnummer angeben!

In gemütlicher Runde bieten wir die Möglichkeit, einen Adventskranz zu binden oder eine Dekorationsschale für die Adventszeit vorzubereiten. Auch wenn keine Erfahrung vorhanden sind, geben wir gerne Hilfestellung und Tips. Mitbringen solltest du einen Kranzrohling, Wickeldraht, Kerzen und alles was du zum Dekorieren brauchst.

Vielleicht findet sich auch jemand mit dem man Dekoration tauschen kann?

Auch Kinder sind herzlich willkommen! Für unsere kleinen Gäste bieten wir ein Abendbrot an.

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um Anmeldung bis zum 25.11.2019!

Unkostenbeitrag: 5,- €

Ort: FFZ – Haus der Familie

Info und Anmeldung: FFZ – Haus der Familie
Büro Tel.: 07275 - 43 16 oder info@ffz-kandel.de



„Kinder brauchen Wurzeln“ – Eine sichere Bindung, was heißt das?

Mittwoch, 13.11.2019 | 19:00 Uhr

Das Angebot ist kostenfrei!!

Eine sichere Bindung zwischen einem Kind und seinen Eltern/ seinem Elternteil stellt eine wichtige Basis zur gesunden kindlichen Entwicklung dar.

Aber was genau ist eine sichere Bindung? Wie kann eine sichere Bindung gefördert werden?

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um vorherige Anmeldung bis zum 13.11.2019!

Referentin: Katharina Klamer Bella Kandel / Familienbüro

Ort: FFZ – Haus der Familie

Anmeldung und Kontakt: bellakandel@agfj-pfalz.de oder
Tel.: 0152 - 56 44 43 60



Beratungsstelle Neue Chancen im Beruf – AWA

Jeden 1. Donnerstag im Monat | 13:00 - 15:00 Uhr

Das Angebot ist kostenfrei und unverbindlich.

Sie suchen eine Ausbildungsstelle oder eine (Wieder-) Einstiegsmöglichkeit in den Beruf? Gerne begleiten wir Sie bei diesem Bewerbungsprozess.

Persönlich und motivierend.

Kontakt: Frau Edeltraud Wiegel,
Tel.: 06341 - 141 4433 oder Edeltraud,
Wiegel@profes-gmbh.de

Ort: FFZ – Haus der Familie

Termine: 1. August, 5. September, 10. Oktober, 7. November, 5. Dezember 2019

Neue Chancen
Beratungsstelle AWA

Anwaltliche allgemeine Rechtsberatung

Termine: Jeden 3. Montag im Monat | 16. Dezember 2019 | 17:30 - 18:30 Uhr

Das FFZ – Haus der Familie bietet im Rahmen einer Sozialsprechstunde eine anwaltliche Erstberatung an.

Die ehrenamtliche Rechtsberatung soll dem/der Ratsuchenden bei juristischen Problemen helfen bzw. unterstützen.

Die Beratung erfolgt nach Terminabsprache individuell und vertraulich. Eine erste rechtliche Beurteilung und Einschätzung des Falles die sog. Erstberatung erfolgt auf ehrenamtlicher Basis.

Die Rechtsberatung wird von Frau Rechtsanwältin Kerstin Jordan durchgeführt.

Es werden ca. 20 Min.-Termine, nach vorheriger telefonischer Absprache, zur Verfügung gestellt.

Termine: Montag, 19. August, 16. September, 21. Oktober, 18. November, 16. Dezember 2019

Info und Anmeldung: FFZ – Haus der Familie Büro Tel.: 07275-4316 oder info@ffz-kandel.de

Ort: FFZ – Haus der Familie

Telefonische Stillberatung

Haben Sie Fragen zum Stillen Ihres Babys, suchen Sie Rat oder sind Sie unsicher im Umgang mit dem Neugeborenen und seinem Stillverhalten? Möchten Sie vielleicht in einer Runde Gleichgesinnter einen Austausch? Sprechen Sie uns an.



Kontakt:

Heidi Knauer, Tel.: 0172 - 76 95 812

Wechseljahresworkshop

Mittwoch, 23. August und/oder 23. September 2019 | 18:30 - 20:30 Uhr
2HJ19CR01 – Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmername und Kursnummer angeben!

Die Wechseljahre sind für Frauen eine Zeit wahrnehmbarer Veränderungen, die eine neue Lebensphase einleiten. Wichtig ist es für die meisten Frauen, ihre eigenen Bedürfnisse und Wünsche ernst zu nehmen.

Im Workshop werden wir vor allem den psychischen Prozessen Raum geben; Wissenswertes und Nützliches erfahren, um in der Lebensmitte eine gute Balance mit sich selbst zu finden.

Mit anschaulichen Materialien, Bildern und Texten betrachten wir im Workshop die körperlichen und seelischen Veränderungen in den Jahren des Wechsels.

Neben inhaltlicher Wissensvermittlung ermögliche ich das Gespräch und den Austausch der Teilnehmerinnen untereinander.

Jede Frau erhält Textmaterial zum Mitnehmen.

Anmeldung erforderlich.

Info und Anmeldung: Christine Rössler, Wechseljahreberaterin und Entspannungspädagogin, Tel.: 07275 - 94 88 714,
 E-Mail: christine@heisskalt-kandel.de

Unkostenbeitrag: 8,- € inkl. umfangreichem Informationsmaterial

Ort: FFZ – Haus der Familie

Der Workshop ist jeweils eine Einzelveranstaltung und baut nicht aufeinander auf. Die angegebene Endzeit kann abweichen!



Interkulturelle Woche 22. - 29. September 2019

„Zusammen leben, zusammen wachsen“ lautet das diesjährige Motto der bundesweiten Interkulturellen Woche (IKW), an der sich der Landkreis Germersheim zum dritten Mal beteiligt.

Auch das Haus der Familie wird sich in dieser Woche mit einer Aktion beteiligt.

Näherer Information hierzu werden auf unserer Homepage (www.ffz-kandel.de) und im Amtsblatt veröffentlicht.

Stadtfest Kandel 30. August - 01. September 2019

Das FFZ – Haus der Familie wird auf dem Stadtfest einen Getränkestand haben. Wir freuen uns auf ein buntes Programm euren Besuch!

Leihoma/Leihopa

Samstag, 7. September 2019 | 15:30 Uhr

Die Teilnahme ist kostenfrei

Das Zusammenführen von Generationen, um Toleranz und das gegenseitige Verständnis füreinander zu fördern ist ein Ziel der Bürgergemeinschaft Kandel e.V. und dem Haus der Familie in Kandel (Frauen- und Familienzentrum Kandel e.V.). Immer mehr Menschen, aller Altersstufen, leben für sich - in Zeiten sozialer Ungleichheiten und einer zunehmenden Singlegesellschaft. Zusammen möchten wir für die Entlastung von Eltern im normalen Leben und in Notsituationen (Krankheit der Mutter oder des Kindes) anbieten. Eine zuverlässige und liebevolle Kinderbetreuung schafft für Eltern Raum für Besorgungen, Unternehmungen und Erholung.

In Kooperation mit der Bürgergemeinschaft Kandel e.V. bieten wir hierfür einen Kennenlernnachmittag für alle Interessierte an!

Ort: Protestantische Gemeindezentrum Kandel

Info und Anmeldung: FFZ – Haus der Familie Büro Tel.: 07275 - 43 16 oder info@ffz-kandel.de



Bunter Nachmittag im Willi-Hussong-Haus Altenhilfezentrum

Mittwoch, 14. August und November 2019 (Der genaue Termin im November wird noch bekanntgegeben.) | 15:00 - 17:00 Uhr

Mit den Bewohnern vom Willi-Hussong-Haus werden wir im anstehenden Halbjahr gemeinsam singen, backen, spielen und andere Aktivitäten durchführen.

Jung und Alt tun etwas gemeinsam.

Die Alten können von der Lebensfreude der Jungen profitieren, die Jungen von der Weisheit der Alten.

Wer Interesse an intergenerativen Aktivitäten hat, gerne gemeinsam mit Kind(ern), ist herzlich eingeladen unseren bunten Nachmittag mitzugestalten.

Ort: Willi-Hussong-Haus Altenhilfezentrum, Guttenbergstr. 2, Kandel

Info und Anmeldung: FFZ – Haus der Familie Büro Tel.: 07275 - 43 16 oder info@ffz-kandel.de



Ferienwoche im FFZ – Haus der Familie

22. Juli - 26. Juli 2019 | Uhrzeit nach Absprache

In der 4. Ferienwoche bieten wir einen Treffpunkt für Mamas/Papas/Großeltern/Freunde mit Kindern an.

Unser Ziel besteht darin, den Kinder eine schöne Ferienwoche zu ermöglichen. Die Kinder können spielen, basteln, malen, lachen, singen, reden und gemeinsam essen, wobei unsere Angebote in den Interessensbereichen der Kinder liegen. Die Eltern können sich austauschen. Spielplatzbesuche oder gemeinsame Ausflüge, wie z.B. ein Besuch auf der „Alla-Hopp“-Anlage, Zoo oder Picknick im Schwimmbad, die Gruppe legt gemeinsam den Ablauf fest.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Familienbüro bella statt.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um vorherige Anmeldung bis zum 19.07.2019.

Info und Anmeldung:

Haus der Familie Büro

Tel.: 07275 - 43 16

oder info@ffz-kandel.de

Ort: FFZ – Haus der Familie



Familienwanderung im Bienwald

Samstag, 12. Oktober 2019 | 11:00 - 16:00 Uhr

Auf diesem Walderlebnistag für Kinder und Eltern wollen wir gemeinsam lauschen, riechen, beobachten und fühlen, um die Geheimnisse und verborgenen Schönheiten des Waldes zu entdecken. Ein kleines Picknick unterwegs ist vorgesehen.

Getränke für unterwegs müssen selber mitgebracht werden.

Kinder zwischen 4-12 Jahren, auch Kleinkinder können teilnehmen. Die Kinder müssen aber von den Eltern betreut werden.

Info und Anmeldung: FFZ – Haus der Familie Büro Tel.: 07275 - 43 16 oder info@ffz-kandel.de

Leitung: Gerlinde Pfirrmann und Gerlinde Langner, Natur- und Landschaftsführerinnen

Unkostenbeitrag: 10,- €

Treffpunkt: wird bei Anmeldung bekanntgegeben

Familienabend am Lagerfeuer

Mittwoch, 18. Dezember 2019 | 16:00 - 20:00 Uhr

Das Angebot ist kostenfrei - die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

Gemeinsam am Lagerfeuer sitzen und Stockbrotbacken, sind Dinge die den Herbst zur gemütlichen Jahreszeit machen.

Gemeinsam wollen wir spielen, essen, toben, forschen, singen, lachen.

Jeder bringt etwas für ein buntes Picknick mit. Dazu gibt es Stockbrot und frische Kräuterbutter.

Bitte außerdem mitbringen: Eigene Getränke, Wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk.

Herzliche Einladung!

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um vorherige Anmeldung bis zum 11.10.2019.

📞 **Info und Anmeldung:** FFZ – Haus der Familie Büro Tel.: 07275 - 43 16
oder info@ffz-kandel.de

Treffpunkt: Minderslachen, genauer Ort wird bei Anmeldung bekanntgegeben



Winterabend

Mittwoch, 11. Dezember 2019 | 20:00 Uhr

Das Jahr neigt sich dem Ende entgegen und wie bereits in den vergangenen Jahren möchten wir in der vorweihnachtlichen Zeit gemeinsam einen Abend verbringen. In angenehmer Atmosphäre werden wir bei einem gemütlichen Beisammensein gemeinsam essen und ein paar schöne Stunden miteinander verbringen.

Wir laden ganz herzlich zu unserem diesjährigen Winterabend ein.

📞 **Info und Anmeldung:** FFZ – Haus der Familie Büro Tel.: 07275 - 43 16
oder info@ffz-kandel.de

Ort: FFZ – Haus der Familie, Kandel



Weihnachtsfeier – offener Spielenachmittag

Donnerstag, 19. Dezember 2019 | 15:30 - 18:00 Uhr

Zum Jahresabschluss laden wir, das Team vom „Haus der Familie“ in Kandel zur Weihnachtsfeier ein.

Wir laden ein zu einem gemütlichen Beisammensein mit Kuchen, Plätzchen, Kaffee, Kinderpunsch und weihnachtlichen Liedern ein. soll ausgelassen gesungen und getanzt werden.

Ob Jung oder Alt, auch neue Gäste, alle sind herzlich willkommen.

📞 **Info und Anmeldung:** FFZ – Haus der Familie Büro Tel.: 07275 - 43 16 oder info@ffz-kandel.de

Ort: FFZ – Haus der Familie, Kandel



Weltbewusstes Einkaufen – regionale Vermarkter werden besucht

4. September 2019 | 14:00 – 17:00 Uhr

Das Angebot ist kostenfrei! Aus organisatorischen Gründen bitten wir um vorherige Anmeldung bis zum 30.08.2019

Das Thema unseres nächsten Treffen wird das „WELTbewusste Einkaufen“ bei den regionalen Vermarktern sein.

Gemeinsam werden wir diese vor Ort besuchen und erfahren, wie unsere Region unseren Tisch in allen vier Jahreszeiten deckt.

Bei abschließendem Kaffee und Kuchen in den Räumlichkeiten des Frauen- und Familienzentrums möchten wir das Erlebte zusammenfassen und gemeinsam Alternativen entwickeln.

📞 **Info und Anmeldung:** FFZ – Haus der Familie Büro Tel.: 07275 - 43 16 oder info@ffz-kandel.de

Treffpunkt und Details zum Ablauf werden 5 Tage vor Beginn bekanntgegeben.

Leitung: Gerlinde Pfirrmann und Adelheid Untch



Kontakt

**Gleichstellungsbeauftragte
der Verbandsgemeinde Kandel**
Melanie Löhle

Tel.: 07275 - 960-0 oder
gleichstellung@vg-kandel.de

WISSENSWERTES



Das Frauen- und Familienzentrum Kandel e.V. ist seit 01.09.2018 vom Ministerium für Familie, Frauen, Jugend, Integration als „Haus der Familie“ anerkannt! Dies ist unser Programm für Aug. - Dez. 2019.

Änderungen vorbehalten. Wir halten Sie regelmäßig auf unserer Homepage www.ffz-kandel.de auf dem Laufenden.



Kontakt:
Familienbüro bellA Kandel,
Katrín Koch,
mobil: 0151 - 54 88 22 23,
E-Mail:
katrin.koch@agf-pfalz.de

Vereinsadresse:

Luitpoldstr. 6 (Eingang Süd, Robert-Koch-Straße)
76870 Kandel, Tel.: 07275 - 43 16 | Fax: 07275 - 94 99 17
E-Mail: info@ffz-kandel.de | www.ffz-kandel.de

Geschäftszeiten:

Donnerstags von 9.00 bis 11.00 Uhr ist das Büro persönlich besetzt. Außerhalb dieser Zeiten ist unser Anrufbeantworter geschaltet. Gerne nehmen wir Ihre Anmeldung auch per E-Mail entgegen: info@ffz-kandel.de

Bankverbindung:

Sparkasse Germersheim-Kandel
Kto: 60525 | BLZ: 548 514 40
IBAN: DE 88 548 514 40 0000 0605 25
BIC: MALADE51KAD

Hinweis:

Bei Zahlung bitte unbedingt Teilnehmernamen und Kursnummer angeben!

Ansprechpartnerinnen:

Erste Vorsitzende: Adelheid Untch
Stellvertretende Vorsitzende: Barbara Asselmeyer
Kassenwartin/Mitgliederverwaltung: Hedwig Röther
Schriftführerin: Petra Krumm
Geschäftsstelle: Adelheid Untch, Tel.: 07275 - 43 16
Programm: Adelheid Untch, Tel.: 07275 - 43 16

Veranstaltungshinweis:

Alle Veranstaltungen finden, sofern nicht anders angegeben, in den Räumen des FFZ Kandel e.V., Luitpoldstr. 6, in 76870 Kandel, statt.

Layout und Satz: Marion Keppel, mkeppel@web.de

Redaktionsschluss:

Das nächste Verzeichnis erscheint im Dezember 2019. Redaktionsschluss für die Ausgabe Frühjahr/Sommer 2020 ist der 18.10.2019. Der Verein ist eingetragen im Vereinsregister des Amtsgerichts/Registergerichts Landau unter der Nr. 1778. Die Satzung des Vereins kann beim Vorstand eingesehen werden. Der Verein ist nach §51ff. der Abgabeordnung als **gemeinnützig** und vom Jugendamt des Kreises Germersheim als **Träger der freien Jugendhilfe** anerkannt.

VERANSTALTUNGSÜBERSICHT

Juli 2019

Mo. 22.07.2019 Ferienwoche im FFZ – Haus der Familie

AUGUST 2019

Do. 01.08.2019 Beratungsstelle Neue Chancen im Beruf– AWA
Di. 13.08.2019 Rolling Baby - Sport mit Kinderwagen
Mi. 14.08.2019 Bunter Nachmittag im Willi-Hussong-Haus
Fr. 16.08.2019 Mom in Motion | Kurs I und II
Di. 20.08.2019 Pilates für Fortgeschrittene | Kurs I
Mi. 21.08.2019 Zweisam Aktiv - Rolling Baby | Kurs I
Mi. 21.08.2019 Natur pur
Di. 22.08.2019 Pilates für Fortgeschrittene | Kurs II
Mi. 23.08.2019 Wechseljahresworkshop
Fr. 30.08.2019 Getränkestand Stadtfest Kandel

SEPTEMBER 2019

Mi. 04.09.2019 WELTbewusstes Einkaufen
Mi. 04.09.2019 Beckenbodengymnastik für Frauen | Kurs I
Do. 05.09.2019 Beckenbodengymnastik für Frauen | Kurs II
Do. 05.09.2019 Beratungsstelle Neue Chancen im Beruf– AWA
Sa. 07.09.2019 Nordic Walking – aber richtig!
Sa. 07.09.2019 Leihoma/Leihopa
Mi. 11.09.2019 Ganzkörpertraining - Gesunde Balance
Mi. 11.09.2019 Sanfte Übungen & Klangschalenmeditation
Fr. 13.09.2019 SandRaum- Gruppe Emmi Pikler
So. 22.09.2019 Interkulturelle Woche
Mi. 27.09.2019 Wechseljahresworkshop

OKTOBER 2019

Sa. 05.10.2019 Batiken ist wieder voll im Trend!
Do. 10.10.2019 Beratungsstelle Neue Chancen im Beruf– AWA
Sa. 12.10.2019 Familienwanderung im Bienwald
Di. 15.10.2019 Autogenes Training
Fr. 18.10.2019 Familienabend am Lagerfeuer
Sa. 26.10.2019 Halloween - Kürbisschnitzen

NOVEMBER 2019

Sa. 02.11.2019 Wie eine zweite Haut - Einfach filzen!
Do. 07.11.2019 Beratungsstelle Neue Chancen im Beruf– AWA
Fr. 08.11.2019 Mom in Motion | Kurs I und II
Fr. 08.11.2019 SandRaum- Gruppe Emmi Pikler
Sa. 09.11.2019 Basteln: Selber machen aus nachhaltigen Materialien
Mi. 13.11.2019 Kinder brauchen Wurzeln
Fr. 29.11.2019 Adventskranzbinden
Erste Hilfe am Kind (Termin wird noch bekannt gegeben)

DEZEMBER 2019

Do. 05.12.2019 Beratungsstelle Neue Chancen im Beruf– AWA
Mi. 11.12.2019 Winterabend
Do. 19.12.2019 Weihnachtsfeier – offener Spielenachmittag

BEITRITTSERKLÄRUNG

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt zum Frauen- und Familienzentrum Kandel e.V.

Name: _____ Geburtsdatum: _____

Adresse: _____

PLZ, Ort: _____

Tel.: _____ E-Mail: _____

Die Beitrittserklärung soll auch für meine Kinder gelten:

Name: _____ Geburtsdatum: _____

Name: _____ Geburtsdatum: _____

Name: _____ Geburtsdatum: _____

Name: _____ Geburtsdatum: _____

Alle persönlichen Angaben werden vertraulich behandelt und unterliegen dem Datenschutz.

Kandel, den _____ Unterschrift _____

Einzugsermächtigung

Hiermit ermächtige ich das Frauen- und Familienzentrum e.V., den Mitgliedsbeitrag in Höhe von _____ € jährlich, erstmals am _____, zu Lasten des unten genannten Kontos durch Lastschrift einzuziehen.

(Mitgliedsbeitrag: Erwachsene mindestens 22,- € pro Kalenderjahr, gerne auch mehr. Sozialhilfeempfänger: frei, Kinder bis 14 Jahren werden beitragsfrei als Mitglieder geführt, Jugendliche von 14 bis 18 Jahren: 5,- € pro Jahr. Die Sänger/-innen der „MODERN VOICES“ entrichten bedarfsmäßig eine jährliche Kostenbeteiligung.)

Name des Kontoinhabers: _____

IBAN: _____ BIC: _____

Name der Bank: _____

Bitte vermeiden Sie Rücklastschriften. Die Gebühren hierzu werden Ihnen in voller Höhe berechnet.

Kandel, den _____ Unterschrift _____

Ihre Daten werden vertraulich behandelt und nur für interne Zwecke verwendet. Sie als Nutzer erhalten auf Antrag Ihrerseits kostenlose Auskunft darüber, welche personenbezogenen Daten über Sie gespeichert wurden. Sofern Ihr Wunsch nicht mit einer gesetzlichen Pflicht zur Aufbewahrung von Daten (z. B. Vorratsdatenspeicherung) kollidiert, haben Sie ein Anrecht auf Berichtigung falscher Daten und auf die Sperrung oder Löschung Ihrer personenbezogenen Daten.

