

**TERMINE KURSE 2025**

Datum	Titel	Beschreibung	Tag	Uhrzeit	Menge	Kosten	Kursleitung	Ort
immer Mittwochs	Yogilates auf und mit dem Stuhl	Yogilates ist die Kombination aus Yoga und Pilates. In das Workout sind entspannende Yoga-Elemente, klassische Yoga-Posen sowie körperstraffende und rückenstärkende Pilates Übungen eingebaut. Es ist ein wunderbares Workout für Körper und Seele.	Mittwoch	17:45 - 19:00 Uhr	5-8 Pers	7 Termine 60€	Marion Wiemker-Schneider, Pilatetrainerin	Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden
immer Donnerstags	Yoga	Kundalini Yoga ist durch die Kombination aus dynamischen Übungen, Konzentration auf die Atmung, Meditation und Entspannung sehr ausgleichend und stärkend auf den gesamten Organismus. Ein gutes Hilfsmittel, um das Leben in Gesundheit und Freude zu meistern. Bringen Sie bitte Matte, Decke und etwas zu trinken mit. Schnupperstunde und Kurseinstieg sind jederzeit möglich.	Donnerstag	18:15 - 19:45 Uhr	8-10 Pers	7 Termine 95 € und 10 Termine 115 €	Andrea Kainer, Yogalehrerin	Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden
immer Freitags	Tanzen mit Krebs	Menschen mit "Leben mit Krebs" erlangen durch den Tanz und Musik Bewegung, Sinnesschulung, Freude sowie Leichtigkeit. Der Tanz wird den Möglichkeiten eines jeden angepasst, die Räumlichkeiten sind barrierefrei. Nähere Informationen und Anmeldung finden sie auf der Internetseite <a href="http://www.lebenmitkrebs.de">www.lebenmitkrebs.de</a> .	Freitag	15:30 - 17:00 Uhr	8-10 Pers	Rücksprache mit Verein	Birgitt Rudolf, Leben mit Krebs e.V.	Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden
immer Freitags	Eltern-Kind-Spielgruppe	In der Spielgruppe singen und spielen die Kinder gemeinsam mit ihren Eltern und können erste kreative Erfahrungen machen, wobei sie ganz unterschiedliche Materialien kennenlernen. Darüber hinaus können sie im freien Spiel die Spiel- und Bewegungsangebote	Freitag	9:00 - 10:30 Uhr	8-10 Pers mit Kleinkind	Kurskosten siehe <a href="http://www.drk-rhein-sieg.de">www.drk-rhein-sieg.de</a>	Heike Berger, Leitung Eltern-Kind-Gruppe	Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden
immer Freitags	Elternstart-Treff - Inklusion	Der Elternstart-Treff ist ein kostenloses fortlaufendes Angebot für Mütter und Väter mit einem Kind in den ersten drei Lebensjahren.	Freitag	10:30 - 12:00 Uhr	8-10 Pers mit Kleinkind	kostenfrei	Heike Berger, Leitung Eltern-Kind-Gruppe	Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden

**TERMINE KURSE 2025**

Datum	Titel	Beschreibung	Tag	Uhrzeit	Menge	Kosten	Kursleitung	Ort
ist in Planung	internes Familienfrühstück	Unser Familienfrühstück ist ein Treffpunkt für Eltern und ihren Kindern aus unserem Waldorfkinderhaus. Es bietet eine gute Gelegenheit miteinander ins Gespräch zu kommen, Erfahrungen auszutauschen und Themen aus dem Erziehungsalltag zu besprechen. Die Kinder können im Gruppenraum auf Entdeckungsreise gehen und den Garten erkunden. Das Familienfrühstück wird von Eltern des	Samstag	10:00 - 12:00 Uhr	intern	eigenes Essen beitragen	Gruppenleitung & Elternschaft	Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden
25.01.   15.02.   21.03.   18.04.   23.05.   20.06.   18.07.	Familien-sprechstunde	In unserer Familiensprechstunde gibt es Raum für alle Fragen rund um die Familie. Hier können vertrauensvoll und anonym Fragen zu Erziehung, Ehe, Partnerschaft oder allgemeinen Lebensfragen angesprochen werden. Die Terminvergabe findet anonym bei uns im Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden statt.	Donnerstag	14:00 - 15:30 Uhr	n. Bedarf	kostenfrei	Markus Zimmermann, Erziehungs- & Familienberaterin Stadt Sankt Augustin	Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden
07.02.   28.03.   09.05.   20.06.   11.07.   26.09.   07.11.   19.12.	Kapalua Trauerbegleitung für Kinder	Für Kinder, die eine wichtige Bezugsperson durch den Tod verloren haben, ist die Emotion "Trauer" ein vielseitiger Lernprozess. Kinder haben ähnliche Gefühle zur Trauer wie Erwachsene, Sie erleben diese jedoch anders. Ein Kind kann Trauer z.Bspl. durch Angst, Wut, Rückzug oder in somatischen Beschwerden wahr nehmen. Bei Kapalua bekommen Kinder Raum für Ihre Trauer.	Freitag	15:30 bis 17:00 Uhr	Kleingruppen bis zu 9 Kindern	kostenfrei	Vera Trinks und Simone Vogt, Trauerbegleiterinnen	Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden
28.02.   28.03.   30.05.   27.6.   29.08.   26.09.   24.10.   28.11.	Nähkreis	In gemütlicher Runde werden die eigene privaten Nähprojekte genäht. Lust dabei zu sein?	Freitag	18:00 - 21:00 Uhr	offen	kostenfrei	Elisabeth Krause	Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden
12.03.2025	Ergotherapeutische Sprechstunde	Die ergotherapeutische Sprechstunde soll Ihnen als Eltern die Möglichkeit bieten, Unsicherheiten und Sorgen Ihr Kind betreffend zu betrachten und wenn möglich aus der Welt zu schaffen.	Dienstag	8:30 - 10:30 Uhr	Eltern von 3 bis 6 Jahren	kostenfrei, gerne Spende	Katharina Schnabel, Ergotherapeutin	Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden

**TERMINE KURSE 2025**

Datum	Titel	Beschreibung	Tag	Uhrzeit	Menge	Kosten	Kursleitung	Ort
12.03.2025	Logopädische Sprechstunde	Wer sicher und fließend sprechen kann, hat im Leben das „Wort“. Aber nicht jedem Kind fällt das fließende und fehlerfreie Sprechen leicht. Wenn Sie sich unsicher sind, ob in der Sprachentwicklung Ihres Kindes alles altersgemäß verläuft, kommen Sie in die logopädische Sprechstunde. Wir informieren Sie auch gerne darüber, wie Sie Ihr Kind im Alltag sprachlich fördern können.	Mittwoch	13:30 - 15:00 Uhr	Eltern von Kinder von 3 bis 6 Jahren	kostenfrei, gerne Spende	Elisabeth Kliver, Logopädinnen	Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden
06.04.2025	Kindersachen Flohmarkt	Kinderkleidung und Kinderspielzeug können verkauft oder erworben werden. Bei schönem Wetter laden wir sie in unseren Garten zu selbstgebackenen Kuchen, Kaffee und Tee ein.	Sonntag	10:00 - 14:00 Uhr	offene Teilnehmerzahl	Standgebühr 1 Kuchen und 2.00 €	Elternschaft	Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden
28.08.   25.09.   23.10.   27.11.   18.12.	Familien-sprechstunde	In unserer Familiensprechstunde gibt es Raum für alle Fragen rund um die Familie. Hier können vertrauensvoll und anonym Fragen zu Erziehung, Ehe, Partnerschaft oder allgemeinen Lebensfragen angesprochen werden. Die Terminvergabe findet anonym bei uns im Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden statt.	Donnerstag	08:00 - 09:30 Uhr	n. Bedarf	kostenfrei	Markus Zimmermann, Erziehungs- & Familienberatung Stadt Sankt Augustin	Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden
13.09.2025	Gartenfest	Kinder, Eltern, Nachbarn und Interessierte sind herzlich zu unserem Gartenfest eingeladen. Beim gemeinsamen Gestalten mit Naturmaterialien freuen wir uns auf zahlreiche Begegnungen. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.	Samstag	10:00 - 15:00 Uhr	offen	eigenes Geschirr und Besteck mitbringen	Gruppenleitung & Elternschaft	Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden
25.10.	interkulturelles Familiencafé	Familien aus den verschiedenen Kulturkreisen kommen in unserem Interkulturellen Familiencafé regelmäßig zusammen. Während die Erwachsenen Erfahrungen und Informationen untereinander weitergeben und die Kultur der anderen Familien kennen lernen, können die Kinder im Spiel oder bei einer Beschäftigung Freundschaft schließen.	Samstag	10:00 - 12:00 Uhr	offen	mitgebrachte Gerichte/Snack aus der Heimat	Siqin Buchholz päd. Fachkraft	Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden

**TERMINE KURSE 2025**

Datum	Titel	Beschreibung	Tag	Uhrzeit	Menge	Kosten	Kursleitung	Ort
12.12.2025	Adventsgärtlein	Das jährliche Adventsgärtlein findet in der Adventszeit intern pro Kindergartengruppe statt. Im EurythmieSaal ist spiralförmig ein Arrangement aus Tannenzweigen angelegt mit einer Kerze in der Mitte, die das Licht symbolisiert. Einzelne gehen jedes Kind mit einer kleinen Kerze in die Spirale, entzündet seine Kerze an der zentralen Kerze und stellt sie dann auf seinem Weg zurück in der Spirale ab. Dieses Ritual symbolisiert	Freitags	ganztägig	intern		Saskia Skalinou und Gruppenleitung	Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden
ist in Planung	offenes Familienfrühstück	Unser Familienfrühstück im Gruppenraum und Garten ist ein offener Treffpunkt für Eltern und Kindern. Es bietet eine gute Gelegenheit miteinander ins Gespräch zu kommen, Erfahrungen auszutauschen und Themen aus dem Erziehungsalltag zu besprechen. Das Familienfrühstück wird von Eltern des Kinderhauses organisiert. Jede Familie bringt etwas zum Frühstück mit, das Aufdecken und Abräumen	Samstag	10:00 - 12:00 Uhr	offen	eigenes Essen beitragen	Gruppenleitung & Elternschaft	Familienzentrum Waldorfkinderhaus Menden