

FAMILIENZENTRUM
RHEINFELDEN UND GRENZACH-WYHLEN

JULI 2024 - JANUAR 2025



Familienzentrum
Rheinfelden e.V.



Mehr Info zur Kindertagespflege – Fachdienst & Qualifizierung ... siehe Seite 26



Weil's um mehr als Geld geht.

Deshalb engagieren wir uns regional. Egal, ob Kunst, Kultur, Soziales oder Sport – mit all unseren Aktivitäten fördern wir das öffentliche Leben und die Attraktivität der Region.



Sparkasse
Lörrach-Rheinfelden

..... *Allgemeines*

- Seite 4 Vorwort
- Seite 5 Wir sind dabei / Impressum
- Seite 6 Wir stellen uns vor
- Seite 7 Verwaltung & allgemeine Infos
- Seite 29 - 32 Alle Termine für Rheinfelden und Grenzach-Wyhlen
- Seite 34 Babysitter - Vermittlung und Ausbildung
- Seite 35 Radeln ohne Alter
- Seite 36 - 38 Outdoorfamily - immer am Wochenende

..... *Programm Rheinfelden*

- Seite 8 Familientreff Rheinfelden - Offener Treff
- Seite 9 - 12 Fachberatung
- Seite 14 - 15 Familientreff für Eltern & Kind
- Seite 16 Familientreff für Eltern & Kind - Kooperationen
- Seite 17 - 18 Familientreff Tag der Vielfalt - immer am Donnerstag
- Seite 19 Vorträge & Kurse - Externe Angebote
- Seite 20 - 21 Kurse & Workshops für Erwachsene
- Seite 22 - 23 Familientreff für alle Generationen und Kulturen
- Seite 24 Baby- und Kinder-Secondhand
- Seite 25 Mini-Kindergarten
- Seite 26 Kindertagespflege - Fachdienst & Qualifizierung
- Seite 27 Ferienbetreuung
- Seite 28 Regelmäßige Termine im Familientreff Rheinfelden

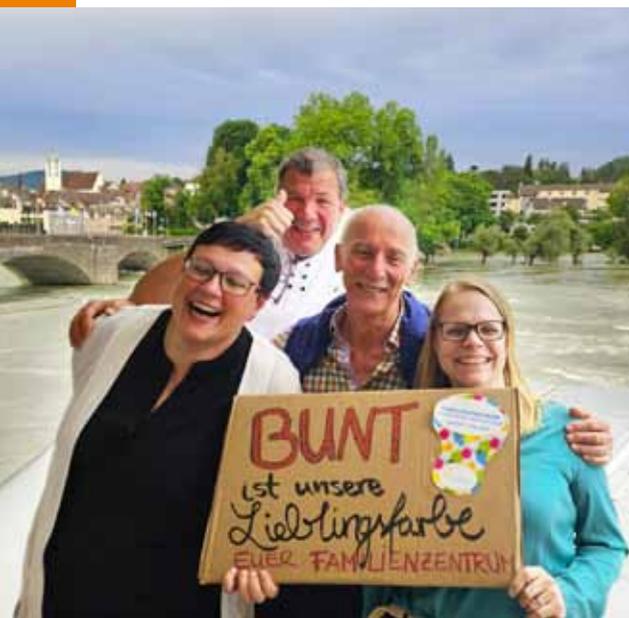
..... *Programm Grenzach-Wyhlen*

- Seite 33 Regelmäßige Termine in den Familientreffs Grenzach-Wyhlen
- Seite 40 - 41 Familientreffs in Grenzach-Wyhlen
- Seite 42 - 46 Offener Treff
- Seite 47 - 52 Fachberatung
- Seite 52 - 53 Kreativangebote & Unterhaltung
- Seite 54 - 55 Familientreff für alle Generationen und Kulturen
- Seite 56 Kurse & Workshops
- Seite 57 - 58 Kurse & Workshops - Externe Angebote
- Seite 59 Börsen & Märkte

Probier's mal mit Gemütlichkeit ...

wenn Sie bei den vier Worten oben direkt an Disneys Bären Balu denken, können Sie schon ahnen, wie es nun weitergeht. „Probier's mal mit Gemütlichkeit. Mit Ruhe und Gemütlichkeit jagst Du den Alltag und die Sorgen weg“.

Auch aus diesen Gründen haben wir nun seit Mai in der Alten Apotheke Grenzach ein Sonntagsangebot. Bevor Euch und Ihnen die Decke auf den Kopf fällt: einfach mal vorbeikommen auf ein Getränk, ein Schwätzchen oder ein Brettspiel. Letzteres hat sich inzwischen in unserem Grenzacher Treff etabliert. Da finden sich Spielefreunde zweimal monatlich am Dienstagabend zusammen für bekannte und neue Spiele. Natürlich stehen auch im neuen Halbjahr unsere erfolgreichen Treffs, Veranstaltungen und Vieles mehr, auf dem Programm. In Zeiten, in denen die Verunsicherung über die Zukunft immer mehr Sorgen bringen kann, sind „Ruhe und Gemütlichkeit“-Angebote genau das Richtige, um den Kopf freizubekommen und vielleicht auch neue Kontakte zu knüpfen.



Denn je größer unser Netzwerk ist, desto leichter fällt es, Probleme effektiv zu lösen.

An dieser Stelle möchten wir als Vorstand im Namen unseres Vereins und unserer Gäste, unserem Netzwerk danken für die vielfältige Unterstützung.

Als Beispiel nennen möchte ich die Unterstützung der Fasnachtsclique Hirschböök GW, die unseren Treff in Wyhlen neu gestrichen hat. Und auch den vielen Referenten ein Wort des Dankes - stehen sie ehrenamtlich gerne mit ihrem Fachwissen zur Verfügung, damit unser Angebot so bunt und vielfältig ist wie das Leben.

Und nun viel Spaß mit unserem neuen Programmheft, inklusive Ohrwurm.

Denn: „... mit Ruhe und Gemütlichkeit, da schmeißt man seine Sorgen über Bord“

Es grüßen Sie Balu der Bär, sowie stellvertretend für den Vorstand

Wibke Rombach

Unser Vorstand (von links nach rechts): Wibke Rombach, Stefan Heinzel, Fritz Grässlin, Leonie Donner



Starkes Grenzach-Wyhlen: Aktionswoche Resilienz

Dienstag, 16.07.2024 von 15.00 - 18.00 Uhr, „Alte Apotheke“ in Grenzach

Marktstände für Kinder, Jugendliche (ca. 8 - 14 Jahre) und deren Eltern, zu den Themen: körperliche Veränderungen, Pubertät, Fruchtbarkeit und Verhütung ... (altersentsprechend).

Wir informieren, klären auf und unterhalten uns ungezwungen – einfach vorbeikommen! Alle sind willkommen!



Lange Nacht der Demokratie

Mittwoch, 02.10.2024 von 18.00 - 23.00 Uhr, Rheinfelden



Euch erwartet ein vielfältiges Programm **Rund um die Demokratie**, wie beispielsweise das Theater Tempus Fugit, Pop und Poesie, eine Beteiligungswerkstatt und vieles mehr. Kommt vorbei – wir sind als Kooperationspartner mit dabei!

Es soll diskutiert, informiert, musiziert und gefeiert werden. Wir freuen uns auf euch!

Vorankündigung: Fachtag Kinderschutz

Samstag, 05.04.2025



Kinderschutz geht uns alle an! Wir gestalten Kinderschutz in Familienzentren. Hierzu findet unser zweiter Fachtag mit unterschiedlichen Workshops für alle Mitarbeitenden der Familienzentren im Landkreis statt. Eine Kooperation mit dem Kreisjugendreferat und den Familienzentren Lörrach, Schopfheim, Weil und Wehr.



Impressum

Redaktionelle Beiträge und Fotos: Familienzentrum Rheinfelden e.V.

Koordination für Rheinfelden: Franziska Wehber

Koordination für Grenzach-Wyhlen: Hana Roschman und Susanne Göb

Design & Gestaltung: Elisabeth Veith, Kunst & Grafik-Design, Rheinfelden

Wir stellen uns vor



Das sind wir

Unser Familienzentrum ist ein Ort der Begegnung, der Bildung und der Betreuung für alle Generationen, Nationalitäten, Religionen, Geschlechter.

Wir stehen für ein gewaltfreies, demokratisches Miteinander und die Achtung der Menschenwürde, unabhängig von Nationalität,

sozialer Herkunft, religiöser Überzeugung und sexueller Orientierung.

Wir gestalten Offene Treffs, gemeinsame Frühstücke und Mittagessen, niedrigschwellige Beratung durch Expert:innen, Kurse und viele weitere erziehungs-, familienstärkende und generationenübergreifende Angebote.

Bei uns können alle eigene Ideen mitbringen und ausprobieren, mitgestalten, mitbestimmen und teilhaben.

Wir gehen mit gutem Beispiel voran!

... der Umwelt und Gesundheit zuliebe

- unsere Arbeitsmobile sind zwei elektronische Lastenräder und stehen allen Engagierten beruflich und privat zur Verfügung.
- bei unserer Auswahl fürs Frühstücksbuffet setzen wir auf Regional, Fairtrade und Bio.
- Durstige willkommen: alle unsere Familientreffs sind Refill-Stationen.
- Ihr seid auch Willkommen „nur“ einen Stopp zum Durchatmen, Pipimachen, Baby wickeln oder Stillen einzulegen.



Krabbel-, Spiel- und Kontaktgruppen

Euer Wohnzimmer ist zu klein, ihr habt keinen Garten oder einfach keine Lust mehr, vor/nach dem Besuch der Freundinnen samt Kind die Wohnung zu schrubben? Dann trifft euch doch einfach bei uns!

Das Familienzentrum Rheinfelden e.V. stellt gerne seine Räume, Materialien sowie sein Wissen für Krabbel-, Spiel- & Kontaktgruppen zur Verfügung.

- Kosten: Spendenempfehlung 5 € pro Familie im Monat



Hinweis

Viele unserer Angebote sind kostenfrei, manche werden zum Selbstkostenpreis angeboten. Hier gilt allgemein ... sollte Ihr Geldbeutel das „nicht hergeben“, sprechen Sie uns an. Wir finden eine Lösung, die für beide Seiten passt.

Verwaltung & allgemeine Infos



Geschäftsleitung: Birgitt Kiefer

Verwaltungsteam

Unser Verwaltungsteam steht Ihnen gerne mit Rat & Tat zur Seite.



Verwaltungsteam:
Franziska Werbing, Susanne Göb, Brigitte Grabowski

Montag bis Freitag von 09.00 - 12.00 Uhr

Gerne auch auf den Anrufbeantworter sprechen, wir rufen zurück! Tel. 07623 - 96 65 47-0

info@familienzentrum-rheinfelden.de

Familienzentrum Rheinfelden e.V., Elsa-Brändström-Str. 18, 79618 Rheinfelden

Bankverbindung:

Sparkasse Lörrach-Rheinfelden, IBAN: DE 83 6835 0048 0002 1771 11,
BIC: SKLODE66XXX

Hinweis: Das Familienzentrum ist als gemeinnützig anerkannt und berechtigt, Spendenbescheinigungen auszustellen.

Öffnungszeiten:

Über unsere Öffnungszeiten informieren Sie sich bitte auf unserer Homepage oder hier im Programmheft.

Bitte beachten Sie, während der Schulferien weichen die Öffnungszeiten ab.

Kennen Sie schon unseren Newsletter?

Damit bleiben Sie stets auf dem Laufenden und erfahren auch tolle Neuigkeiten außerhalb des normalen Programms.

Anmeldung zum Newsletter auf www.familienzentrum-rheinfelden.de

Die Arbeit des Familienzentrums unterstützen ohne Verpflichtung?

Werden Sie Mitglied im Familienzentrum Rheinfelden e.V.

Geben Sie Familien eine Stimme, helfen Sie einkommensschwachen Familien, machen Sie Babysitterkurse möglich und geben Sie Frauen eine Perspektive.

Mit nur 30 € Jahresbeitrag sind auch Sie Mitglied im Familienzentrum Rheinfelden e.V. und unterstützen diese wertvolle Arbeit.

Mitgliedsanträge erhalten Sie in unseren Zentren, auf unserer Homepage oder unter:

mitglieder@familienzentrum-rheinfelden.de



Familientreff Rheinfelden

Herzlich Willkommen im Familientreff Rheinfelden!

Offener Treff

Mo • Di • Do • Fr von 09.00 - 12.00 Uhr

Von 09.30 - 11.30 Uhr bieten wir ein kleines feines Frühstück sowie allerlei Getränke.

Der Offene Treff ist das Herzstück des Familienzentrums. Er ist Treffpunkt für Menschen



aus allen Kultur- und Gesellschaftskreisen, unabhängig von Alter, Herkunft, Religion und Geschlecht, mit und ohne Beeinträchtigung. Hier können Sie in angenehmer Atmosphäre Zeit mit Ihren Kindern oder Enkeln verbringen, sich mit Freund:innen treffen, neue Kontakte knüpfen, frühstücken, den Garten nutzen, die Seele baumeln lassen ... oder an einem unserer vielfältigen Angebote teilnehmen: z.B. die Fachberatung, dem Baby- und Zwergencafé, dem Tag der Vielfalt – lernen Sie unsere

Angebote kennen. Kommen Sie einfach vorbei, wir freuen uns auf Sie!

Ihr Team des Familienzentrums



Die Offenen Treffs werden gefördert durch das Landesprogramm STÄRKE.

Gastgeber:innen-Team des Offenen Treffs



Naka Haziri



Stephan Reichart



Claudia Müller



Sükran Celik



Franziska Wehber
Kordinatorin
Familientreff Rheinfelden

regelmässige Fachberatung

> immer am Montag

Die Teilnahme an der Fachberatung ist kostenfrei – Frühstück zum Selbstkostenpreis. Kinder sind – wie immer im Familientreff – sehr willkommen!

Sozialberatung Caritasverband Hochrhein e.V.

01.07., 07.10., 04.11., 02.12.2024, jeweils 10.00 Uhr

Sozialberatung für Frauen und Männer, mit und ohne Kind, gleich welchen Alters. Hier finden Sie Unterstützung in verschiedenen sozialen Bereichen:

- Kurberatung (Mutter/Vater-Kur, Mutter/Vater-Kind-Kur)
Fragen zu Voraussetzungen und Verfahren
- Schwangerenberatung, z.B. Fragen zu gesetzlichen und familienfördernden Leistungen, zu Familie, Partnerschaft und die Zeit nach der Geburt
- Allgemeine Soziale Beratung, z.B. Fragen zu Altenhilfe, Bürgergeld und Existenzsicherung



Waltraud Diemer und Stefanie Ruffe helfen Ihnen, für Ihre ganz persönlichen Anliegen, Fragen und Probleme, Lösungen zu finden.



Stefanie Ruffe

Waltraud Diemer

Beratung rund um Schwangerschaft und Familie

15.07., 23.09., 18.11., 16.12.2024, 20.01.2025 jeweils 10.00 Uhr

Wir freuen uns, in Kooperation mit dem Diakonischen Werk, den Treffpunkt Schwangerschaft anbieten zu können! Diplom-Sozialpädagogin Claudia Kaltenbach steht bereit, um im vertraulichen Gespräch Informationen zu geben:

- zu rechtlichen Fragen aus Arbeits-, Familien- und Kindschaftsrecht
- zu finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten
- zu Angeboten für junge Familien und alleinerziehende Eltern und bietet Beratung
- bei persönlichen Schwierigkeiten und Problemen in Partnerschaft und Familie
- zu Familienplanung und Empfängnisverhütung
- im Schwangerschaftskonflikt, zu allen Fragen im Zusammenhang mit einem Schwangerschaftsabbruch



Claudia Kaltenbach

Offene juristische Sprechstunden – jeweils von 15.00 - 16.30 Uhr

15.07.2024 und 20.01.2025 Familienrecht

14.10.2024 Arbeitsrecht

Die Rechtsanwältinnen Alexa Jacob und Katharina Kaufmehl aus der „Kanzlei am Oberrheinplatz“, sowie Rechtsanwalt Mark Kozicki aus der Kanzlei „Rechtsanwälte am Hochrhein“, beraten zu den Themen Familienrecht (Umgang, Sorge, Ehe, Scheidung) und Arbeitsrecht (allg. arbeitsrechtliche Fragen, Schwierigkeiten am Arbeitsplatz, berufl. Wiedereinstieg).

In der offenen Sprechstunde kann Rat geholt werden. Kostenfrei. Ohne Anmeldung. Bitte bei der Datumswahl auf das Thema achten!



Musikalische Förderung

Donnerstag, 11.07.2024, 10.00 Uhr



Musikschule
Rheinfelden e.V.

Musikalische Förderung wirkt sich schon bei den Kleinsten positiv auf die sprachliche, motorische und soziale Entwicklung aus. Zugleich wird das Gehör sensibilisiert und die Kreativität gefördert. Wollt ihr mehr darüber wissen? Heute gibt Musikpädagogin Emily Engbers einen Einblick in diesen spannenden Bereich und stellt außerdem das breite Angebot der Musikschule Rheinfelden vor.

Eine musikalische Schnupperstunde gibt's dann am Dienstag, 24.09.2024 um 10.00 Uhr im Rahmen unseres Zwergencafés sh. Seite 14.

Osteopathie und Geburtsvorbereitung

Montag, 16.09.2024, 10.00 Uhr

Heute stellt Valerie Bölke ihr Angebot als Osteopathin vor. Mit dieser ganzheitlichen manuellen Therapieform lassen sich Blockaden lösen, akute oder chronische Schmerzen lindern oder bestenfalls auflösen.

Valerie hat eine Praxis für Osteopathie und Geburtsvorbereitung und ist selbst Mutter. Sie arbeitet mit Erwachsenen, Schwangeren, Kindern und Säuglingen. Wollt ihr mehr darüber erfahren? Auch ein kleines individuelles Screening ist heute möglich.



Bindungs- und beziehungsorientierte Babygebärden

Montag, 14.10.2024, 10.00 Uhr

Babygebärden sind eine Methode, bei der Babys und Kleinkinder lernen, sich mithilfe von Handzeichen zu verständigen, bevor sie sprechen können. Durch das Erlernen von einfachen Gebärden wie „Mama“, „Papa“ oder „Essen“ können Kinder ihre Bedürfnisse und Wünsche ausdrücken, was zu einer verbesserten Kommunikation zwischen Eltern und Kindern führen kann.

Maren Kummerer gibt uns Einblicke ins Thema und stellt uns ihr MiniSigns®-Kursangebot vor.

Troubleshooting Erste Hilfe am Kind

Donnerstag, 17.10.2024, 10.00 Uhr

Euer letzter Erste-Hilfe-Kurs ist schon sehr lange her? Seit ihr Kinder habt, macht ihr euch mehr Sorgen, dass etwas passieren könnte? Rolf Rombach, Notfallsanitäter, stellt sich euren Fragen und zeigt euch die wichtigsten Handgriffe für den Notfall.



Mutter-Kind-Kur / Vater-Kind-Kur

Montag, 04.11.2024, 10.00 Uhr

Mutter-Kind-Kur / Vater-Kind-Kur ... schon mal davon gehört?



„Nur wer gut für sich sorgt, kann das auch für andere“.

Diese Kur steht so gut wie allen Erziehenden zu – und zwar alle 4 Jahre! Heute bekommt ihr einen Einblick in alle wer-wie-was-warum und wohin's. Waltraut Diemer und Steffi Ruffe von der Caritas beantworten eure persönlichen Fragen rund um die Kur und unterstützen ggf. auch bei der Antragstellung.

Weniger Stress, mehr Freude bei der Erziehung

Freitag, 08.11.2024, 10.00 Uhr

Wer kennt das nicht: das Kind will nicht so wie wir, wir sind genervt, das Kind legt noch einen drauf, man dreht sich im Kreis. Wie entkommen wir diesem Kreislauf, ohne dass es zur Eskalation kommt? Mechthild Käufflin-Lamott (Sozialpädagogin, Kess-Trainerin und systemische Paar- und Familientherapeutin) gibt uns Impulse, wie wir solche Situationen verstehen und angemessen reagieren können. Dabei steht die Entwicklung des Kindes, gestützt durch Ermutigung, und dessen verantwortungsvolle Einbeziehung in die Gemeinschaft, im Mittelpunkt. Mütter und Väter erhalten hier eine praktische, ganzheitlich orientierte Erziehungshilfe. **Siehe auch Seite 50.**



Fachstelle Frühe Hilfen stellen sich vor

Montag, 11.11.2024, 10.00 Uhr

Das Leben mit einem Baby oder Kleinkind verändert vieles. Das neue Familienmitglied bedeutet Glück und Freude, der Alltag beinhaltet

aber auch Belastungen, Probleme und Unsicherheiten. Die Fachkräfte der „Frühe Hilfen“ bieten werdenden Eltern sowie Familien mit Kleinkindern ein umfassendes kostenloses Beratungsangebot und vermittelt bei Bedarf schnell und unbürokratisch weitergehende Hilfen. Heute könnt ihr das Angebot kennenlernen und gerne all eure Fragen stellen.



Carla Bareiss



Sprachentwicklung bei Kindern

Freitag, 15.11.2024, 10.00 Uhr

Die Entwicklung der Sprache von 0-4 Jahren!

Wie können wir unsere Kinder als Eltern unterstützen?

Logopädin Ziska Adler berichtet von ihrer Tätigkeit und nimmt sich heute speziell für eure persönlichen Themen Zeit. Bringt gerne eure Fragen mit oder informiert euch einfach, wie ihr eure Kinder bei der Entwicklung der Sprache gut unterstützen könnt.





Homöopathie für Kinder

Donnerstag, 28.11.2024, 10.00 Uhr

Mit der Homöopathie steht uns eine äußerst wirkungsvolle Therapiemethode zur Verfügung. Doch bedarf es einigen Wissens, um sie gezielt handhaben zu können. Als speziell für diesen Bereich geschulte Pharmazeutin und erfahrene Mutter erklärt Jutta Gießbach die Möglichkeiten dieser Behandlungsform.

Die Frauenberatungsstelle Lörrach stellt sich vor

Dienstag, 21.01.2025, 10.00 Uhr

Alles was uns Frauen bewegt ist hier willkommen. Insbesondere unterstützt die Beratungsstelle Frauen, die sich z.B. in ihrer Würde verletzt fühlen, Gewalt in Beziehungen erleben, unter Ess-Störungen leiden, in einer Krise oder Trennung stecken etc. Die Beratungen sind kostenfrei und auf Wunsch anonym. Heute informiert Franziska Weiser über das breite Beratungsangebot.



Bewusste Kinderernährung, BeKi

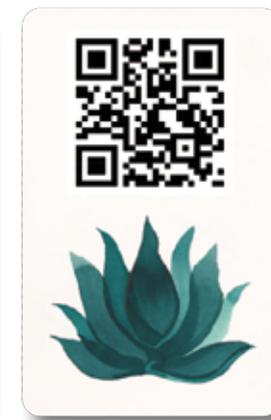
Donnerstag, 23.01.2025, 10.00 Uhr

Früher oder später ist es bei jedem Kind soweit: Milch ist nicht mehr das einzige Lebensmittel, was das Kind zu sich nimmt. Doch wann soll es soweit sein und wie gelingt der Schritt zum Essen am Familientisch? Was sollte das Kind essen, damit es alle Nährstoffe bekommt? Was sollte es besser nicht essen? Und isst es überhaupt genug? Informationen rund um die Ernährung von Babys und Kleinkindern gibt uns heute Dagmar Exner, BeKi Beraterin und Mutter von drei erwachsenen Kindern.



Mütterzentren schaffen Mehrwert.

Persönlich. Politisch. Gesellschaftlich.



Familientreff für Eltern & Kind

Die Teilnahme an diesen Angeboten ist kostenfrei.
Frühstück und Snacks zum Selbstkostenpreis.

Babycafé

Immer am Montag, jeweils um 09.30 Uhr

In gemütlicher und entspannter Atmosphäre heißen wir dich und dein Baby im ersten Lebensjahr herzlich willkommen. Mit ausgewähltem Spielmaterial, Liedern und ersten Spielen möchten wir euch kleine Impulse geben. Von Zeit zu Zeit laden wir Expert:innen an den Familientisch ein, mit denen du unverbindlich ins Gespräch kommen kannst. Siehe hierzu auch unsere Fachberatungen (Seite 9 - 13). Deine Wünsche bestimmen das Programm.



Zwergencafé

Dienstag und Freitag, jeweils um 09.30 Uhr

Für alle, die schon laufen können, aber noch nicht im Kindergarten sind! Wir bieten Platz und Raum zum Austausch, zum Spielen, Singen und Toben. Darüber hinaus steht, wie gewohnt, ein leckeres Frühstück parat.



Das Team vom Babycafé und Zwergencafé freut sich auf euch:

Noomi Kamm,
Marina Hofmeier,
Patrizia La Venuta und
Franzi Wehber (v.l.n.r.)



Zwergentreff am Nachmittag. Ab 3 Jahren

Immer am Donnerstag, jeweils von 15.00 - 16.30 Uhr

Eure Kinder sind schon 3 Jahre oder älter, aber ein Kita-Platz ist noch nicht in Sicht? Kommt zu uns und trefft und vernetzt euch. Hier bekommen eure Kinder die Möglichkeit, erste Gruppenerfahrungen zu machen. Wir spielen zusammen, singen, basteln, erzählen oder lauschen Geschichten ... Eure Wünsche bestimmen das Programm.
Leitung: Petra Schulz



Extras im Zwergentreff Ü3:

Kamishibai Erzähltheater

11.07., 17.10. und 19.12.2024

Bei dieser aus Japan stammenden Form des Erzähltheaters, wird durch wechselnde Bildkarten im Bühnenrahmen, die gelesene Geschichte für die kleinen Zuhörerinnen und Zuhörer besonders lebendig. Im Anschluss gibt es ein passendes Bastelangebot.



Forscherzeit

26.09., 28.11.2024 und 23.01.2025

Wolltest du schon immer wissen, ob Wasser wirklich nur bergab fließen kann, wie ein Vulkan ausbricht oder warum sich Wasser und Öl nicht leider können? Dann bist du hier genau richtig: wir experimentieren gemeinsam mit allem, was es im Haushalt so gibt und lassen uns von den Ergebnissen überraschen.



Der Gartenspaß für Familien geht weiter

• **Unterstützt durch den Quartiersfonds der Stadt Rheinfelden**

Einmal im Monat am Samstag, jeweils von 14.00 - 17.00 Uhr

Euch erwarten abwechslungsreiche Familiennachmittage in unserem Familienzentrumsgarten in Rheinfelden.

Je nach Thema wird gewerkelt, gerätselt,

gespielt und Geschichten gelauscht.

Leitung: Leony Stabla • Teilnahme kostenfrei. Snacks, Getränke und Bastelmaterialien zum Selbstkostenpreis.

Termine: 06.07.2024 • Sommerzeit - Campingzeit
21.09.2024 • Von Muh bis Mäh - eine Reise zum Bauernhof
19.10.2024 • Komm mit ins Mittelalter
23.11.2024 • Zauberwald

Nähere Infos zum jeweiligen Termin findet ihr per Aushang oder durch unseren Newsletter.



Inklusiv

Inklusives Eltern-Kind-Café im St. Josefshaus Immer am Dienstag von 09.00 - 12.00 Uhr

Dieser Treffpunkt in Kooperation mit dem St. Josefshaus Herten richtet sich an alle Eltern und Kinder – mit und ohne besondere Bedürfnisse. Hier bieten wir gemeinsam mit Kolleg:innen des St. Josefshauses eine Plattform zum Kennenlernen, Austauschen, Spielen und Singen. Dazu gibt es ein kleines zweites Frühstück.

Leitung: Noomi Kamm und Sonja Falkenberg

Kosten: Spendenempfehlung 4 €

Keine Anmeldung erforderlich!

Info: info@familienzentrum-rheinfelden.de

Veranstaltungsort:

Sankt Josefshaus Herten, Haus Elisabeth,
Hauptstr. 1, 79618 Rheinfelden-Herten



MittenR(h)ein for family Diakonie

Für Mamas/Papas mit und ohne Kinder immer am Montag, 09.00 - 11.00 Uhr

Hier treffen sich Eltern, um sich beim gemeinsamen Frühstück auszutauschen, mit den Kindern zu spielen und neue Kontakte zu knüpfen. Gelegentlich holen wir auch den Bollerwagen raus, gehen spazieren und picknicken. Nebenbei beantworten wir bei Bedarf gerne kleine persönliche und rechtliche Fragen rund um Schwangerschaft und Familie. Das Angebot ist eine Kooperation mit dem Diakonischen Werk, Beratungsstelle für junge Familien. • Leitung: Claudia Kaltenbach (Diakonie; links im Bild) und Sabine Penzes (Familienzentrum; rechts im Bild) • Kostenfrei



Treffpunkt: Diakonisches Werk Rheinfelden, Karl-Fürstenberg-Str. 35, 79618 Rheinfelden

Für euch notiert



Inklusives Kinderfest zum Weltkindertag Freitag, 20.09.2024 von 15.00 bis 17.00 Uhr

Auf dem Abenteuer-Spielplatz in der Maurice-Sadorge-Straße. Dieser Spielplatz hat seit letztem Jahr auch ein Rollstuhlkarussell!

Mit dabei sind Löwenstark, der Gesamtelternbeirat KiTa Rheinfelden und die Bürgerstiftung.



Tag der Vielfalt • Raum für vielfältiges Programm

Donnerstags bietet der Offene Treff zahlreiche Möglichkeiten und Angebote, mitzumachen und dabei zu sein. Außerdem gibt es Fachberatungen zu Kinder-Familienthemen (sh. Seite 9 - 13). Wir freuen uns, wenn Sie selbst aktiv werden möchten und ein Angebot anleiten wollen. Folgendes Programm ist bereits festgelegt, ab dem nächsten Semester kann hier Ihre Idee stehen! Die Teilnahme an den Angeboten ist kostenfrei. Frühstück / Brunch zum Selbstkostenpreis. Weitere Infos unter familientreff@familienzentrum-rheinfelden.de



Sabine Penzes

Gemeinsam ein Buch lesen

04.07. und 07.11.2024, jeweils um 10.00 Uhr

Zeitgleich das gleiche Buch zu lesen und sich darüber auszutauschen macht großen Spaß. Für das erste Treffen haben wir „Der erste Tag vom Rest meines Lebens“ von Lorenzo Marone ausgewählt. Weitere Buchtitel könnt ihr in unserem Familientreff erfragen oder bei Karin unter 07623 - 20165.

Zu den Treffen sind alle Lesebegeisterten herzlich willkommen. Info & Leitung: Karin Paulsen-Zenke



Alle-wieder-da-Frühstück

12.09.2024 und 09.01.2025, jeweils um 10.00 Uhr

Nach den langen Ferienpausen in geselliger Runde mit Freunden oder lieben Menschen frühstücken und erzählen – wer mag das nicht? Ihr seid herzlich zu unserem Alle-wieder-da-Frühstück mit Leckereien wie frischen Brötchen, Obst und Gemüse, Ei, Müsli und Co. eingeladen!

Stricken und Häkeln

19.09., 10.10., 14.11., 12.12.2024 und 16.01.25, jeweils um 10.00 Uhr

Um Strümpfe oder Babysöckchen zu stricken oder um kleine Kuscheltiere zu häkeln, braucht es etwas Geschick. Habt ihr schon Erfahrung oder wollt ihr es gerne lernen? Egal, gemeinsam macht es einfach Spaß! Gleichzeitig können schöne Geschenke entstehen oder etwas Kuscheliges für einen selbst.



Ob ihr einmal oder regelmäßig kommt, steht euch frei. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Gerne könnt ihr eigenes Material mitbringen, wenn ihr etwas habt. Ansonsten ist alles was ihr braucht zum Selbstkostenpreis bei uns erhältlich. Leitung: Leony Stabla und Michaela Malkusch



Heute kommt die Kinderfriseurin 24.10.2024, 09.00 Uhr

Vom Spielen kurz mal Pause machen, um sich die Haare schneiden zu lassen. Egal ob es der erste Haarschnitt ist, ein frecher Pony oder „nur“ die Spitzen schneiden - mit Geduld und Freude schneidet Friseurin Kathrin den FamZe-Kids in vertrautem Umfeld die Haare! • Pro Kind werden ca. 20 Min. eingeplant. • Auf Spendenbasis.



Adventsbrunch 05.12.2024, 10.00 Uhr

In der Winterzeit ist Schlemmen angesagt! Wir können freudig gespannt sein, was passend zur Winter- und Adventszeit aufgetischt wird. Herzliche Einladung an alle großen und kleinen Esser.
Kosten für den Brunch auf Spendenbasis.

Vorträge & Kurse

Erziehen ohne Strafen

Donnerstag, 26.09.2024, 19.00 - 20.30 Uhr

In stressigen Zeiten ruhig bleiben. Was tun, wenn mein Kind nicht tut, was es soll? Was tun, wenn es mich scheinbar nicht mehr hört? Wieviel Konsequenz und Grenzen braucht mein Kind? Und wie schaffe ich es, dass sie eingehalten werden?



In diesem Vortrag erfahren Eltern von Kleinkindern, warum es ihnen oft so schwerfällt, ruhig zu bleiben. Was in den Köpfen ihrer Kinder passiert, wenn sie Zurechtweisung erfahren und welche Alternativen es für ein friedvolleres Zusammenleben gibt. Die Teilnehmenden haben die Möglichkeit, Fragen zu stellen und neue Lösungswege kennenzulernen.
Leitung: Kirstin Quartier, artgerecht® Coach • Teilnahme kostenfrei.
Info & Anmeldung: familientreff@familienzentrum-rheinfelden.de

Unser Tipp



Abendgespräch: Adoption und Pflegeelternschaft Montag, 20.01.2025 um 19.00 Uhr in der VHS Rheinfelden

In der Reihe der Abendgespräche geht es an diesem Abend um Adoption und Pflegeelternschaft. Veronika Plank, die Leiterin der VHS, lädt dazu Pflegeeltern aus Rheinfelden ein und spricht mit ihnen über ihre Erfahrungen. Was sind die Voraussetzungen? Was sind die Schwierigkeiten? uvm. Fragen aus dem Publikum sind willkommen. Teilnahme kostenfrei. Anmeldung wünschenswert, aber kein Muss: familientreff@familienzentrum-rheinfelden.de

Starke Wunderkinder - Sicherheit und Selbstvertrauen im Alltag für Kinder von 6 - 11 Jahren

Jeweils 2 Samstage à 2 Std. von 10.00 - 12.00 Uhr

Kurs 1: 06.07. und 13.07.2024, Kurs 2: 16.11. und 23.11.2024

Streit in der Schule? Ärger mit Anderen? Keine Lust mehr auf Beleidigungen?



Viele Kinder sind bereits in ihrer Grundschulzeit mit belastenden Situationen konfrontiert. In diesem Kurs werden die Kinder darin bestärkt, an sich selbst zu glauben und mutig zu sein. Es gibt Übungen zum Umgang mit Gefühlen und zur Stärkung des Selbstbewusstseins. Spielerisch und interaktiv werden konkrete Strategien und Handlungsoptionen im Umgang mit Provokation, Streit oder dem Wegnehmen von Dingen erlernt. Nun kann der Alltag kommen, als starkes Wunderkind für eine starke Zukunft!
Leitung: Kathrin Calovic, Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin
Kosten 55 €, Teilnehmerzahl begrenzt

Info & Anmeldung unter: StarkeWunderkinder@gmail.com

Workshop Beikost-Einführung – fit fürs erste Lebensjahr

Mögliche Kurstage: jeweils mittwochs, 10.07., 02.10., 06.11., 11.12.2024 oder 22.01.2025 von 09.30 - 10.30 Uhr

Sie haben einen Säugling? Sie möchten Ihrem Kind die erste Nahrung geben oder haben gerade damit begonnen? Sie haben Fragen oder fühlen sich unsicher? Dann sind Sie in diesem Workshop richtig. Gemeinsam stellen wir die Mahlzeiten vom ersten Löffelchen bis zum Ende des ersten Lebensjahres zusammen. Sie lernen Rezepte und geeignete Zutaten kennen. Wir besprechen Portionsgrößen und die zeitsparende Zubereitung der Breie. So können Sie schrittweise eine Stillmahlzeit oder eine Flaschenmahlzeit durch weitere Mahlzeiten ersetzen.

Ihre Fragen zu fertigen Produkten besprechen wir gerne. Bringen Sie bitte die Verpackung von Breien, Gläschen, etc. mit! • Referentin: Ursula Lukas, Diätassistentin
Kosten: 13,50 € pro Person, Barzahlung am Kurstag, max. 8 - 14 Teilnehmer
Anmeldung und Fragen über das Kontaktformular auf www.lukas-therapie.de



Externe Angebote

Das Familienzentrum Rheinfelden stellt gerne seine Räumlichkeiten für Kurse externer Anbieter:innen zur Verfügung, sofern sie thematisch zu unseren Inhalten passen. Hierbei ist jedoch zu beachten, dass wir für Inhalte, Durchführung, Verbindlichkeit und finanzielle Angelegenheiten keinerlei Verantwortung und Haftung übernehmen.

Kurse & Workshops für Erwachsene

Kess-erziehen – „Abenteuer Pubertät“

Kursstart: Dienstag, 22.10.2024, fortlaufend dienstags, jeweils 19.00 - 21.00 Uhr



Ein Konflikt jagt den nächsten und die Jugendlichen scheinen in einer völlig anderen Welt zu leben. Wie wir unseren Kindern in dieser Lebensphase Halt geben, Konflikte entschärfen können und miteinander unsere Beziehung gestalten, erfahren wir in diesem lebensnahen „Kess-Kurs“.

Wir finden Wege, das positive Lebensgefühl zu stärken, die Eigenständigkeit zu fördern und die Ablösung mitzugestalten.

Leitung: Mechthild Käufelin-Lamott, Dipl. Soz.-Päd.

Kosten: 80 € pro Familie für 6 Einheiten à 2 Std.,

max. 12 Teilnehmer:innen, gerne auch Paare.

Info & Anmeldung: familientreff@familienzentrum-rheinfelden.de

Kess
Kess-erziehen®



Nähen für die Spielküche und den Kaufmannsladen

Donnerstag, 07.11.2024 um 18.00 Uhr, Dauer ca. 3 Stunden



Eines der beliebtesten Kinderspielzeuge ist wohl der Kaufmannsladen. Kleine Kinder lieben es zu Verkaufen, einzukaufen und dann alles in Täschchen zu stopfen und damit spazieren zu gehen. Wie wäre es, unsere kleinen Einkäufer:innen mit selbstgenähtem Zubehör zu überraschen - vielleicht ist es auch eine Idee für den Nikolausstiefel oder den Adventskalender? Wir machen bspw. Nudeln, Teebeutel, Fische, Schokitafeln und natürlich eine kleine Einkaufstasche.

Leitung: Sandra Ebner, Nähhäusle Wyhlen • max. 6 Personen

Kosten: jeweils 20 € Euro inkl. Material

Info & Anmeldung: familientreff@familienzentrum-rheinfelden.de

Minimale Nähmaschinenenerfahrung sollte für den Kurs vorhanden sein. Bitte nach Möglichkeit eine eigene Nähmaschine mitbringen.



Klangreisen

Immer freitags von 19.00 bis ca. 20.00 Uhr

externes Angebot

**Neue Kraft schöpfen
Dich fallen lassen und
Einfach nur
SEIN dürfen**



Leitung: Renate Quaß

Mit meinen Klangschalen möchte ich Dich einladen auf eine Klangreise zu gehen. Den Alltag für einen Moment hinter sich lassen, Energie auftanken, Geborgenheit, Gelassenheit und Entspannung erfahren. Klangschalen können zur Unterstützung der Selbstheilungskräfte beitragen.

Kosten: 12 €, Teilnehmerzahl 3 bis max. 6 Personen

Bitte mitbringen: Kissen und eine Decke.

Nach einer Klangreise gibt es noch Raum zum Austausch / Reflexion, wenn gewünscht.

Info & Anmeldung: Renate Quaß, Tel. 07623 - 71 80 27.

Termine und Themen der Reise:

20.09.2024 • Reise durch den Körper

11.10.2024 • Jahreszeiten und innere Harmonie

25.10.2024 • Klang, Farbe, Heilung

08.11.2024 • Herbstklänge

22.11.2024 • Frauenmeditation

13.12.2024 • Winter- oder Weihnachtsreise

weitere Termine: 10.01. und 24.01.2025

Die Themen bauen nicht aufeinander auf, ein Einstieg ist jederzeit möglich.



Herzlichen Dank für die wöchentliche Blumenspende!

FAMILIENKÜCHE international

Donnerstag
12.30
Mittagessen

Illustration: Martina Ingrassiotta-Steinitz

**Immer am Donnerstag von 09.00 - 14.00 Uhr,
offener Mittagstisch ab 12.30 Uhr**

Gemeinsam kochen und gemeinsam Essen – was gibt es Schöneres?
Die **Familienküche international** bringt verschiedene Rheinfelder:innen ungewohnt zusammen: Alteingesessene und Neuzugezogene, mit und ohne Kinder, mit und ohne Kocherfahrung, mit



Franziska Werbing

großem und kleinem Geldbeutel ...

Zusammen bereiten wir eine gesunde, abwechslungsreiche und vollwertige Mahlzeit zu. Alle sind herzlich eingeladen mit zu kochen oder einfach nur mit zu essen.

Aus dem gemeinsamen Tun kann vieles Neues entstehen. Alle können eigene Interessen mit einbringen – Austausch von Tipps, Werkeln, Sprachunterricht, Nähen, kreatives Tun – wer hat eine Idee?

Kontakt und Ansprechpartnerin: Franziska Werbing, Tel. 0049 - 176 73 58 27 61

familienkueche.international@familienzentrum-rheinfelden.de

Veranstaltungsort/Treffpunkt: Metamorphose, Hebelstr. 23a, 79618 Rheinfelden

Die Familienküche international wird unterstützt durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Landesmitteln, die der Landtag von Baden-Württemberg beschlossen hat.



Getränke

PHILIPP

www.getraenke-philipp.de

Bahnhofstraße 12 • 79618 Rheinfelden-Herten
Tel. (07623) 4223 • E-Mail: info@getraenke-philipp.de
Öffnungszeiten: Mo-Fr 7-18:30 Uhr • Sa 8-14 Uhr

Familientreff

für alle Generationen und Kulturen

**Quartierscafé im Familienzentrum – Zeit für dich, Zeit für mich
Immer am Mittwoch, 15.30 - 17.00 Uhr**

Sie suchen Gesellschaft oder einfach nur die Gelegenheit zum netten Plausch mit Nachbarn? Julia Phillipp lädt ein zum Treff für Jung und Alt, alteingesessene oder frisch zugereist! In geselliger Runde bei Kaffee und Kuchen wird geredet, gelacht und einfach eine gute Zeit miteinander verbracht.



Unser Tipp

„Jeder hat das Recht auf Wind in den Haaren“ – Wir bieten kostenfreie Rikscharfahrten an für Menschen, die in ihrer Bewegung eingeschränkt sind.

Mehr Infos auf Seite 35

Golden Girls

Sonntag, 13.10.2024, 10.00 Uhr

Für alle, die hier früher ein- und ausgegangen sind, Angebote besucht und tatkräftig mitgestaltet haben ... und seit die Kinder groß sind, sieht man sich kaum noch.

Wir laden euch ein zu einem Mitbring-Brunch im Familienzentrum Rheinfelden – zum Wiedersehen, Reden und Beisammensein.

Thank you for being a friend!

Gerne telefonische Anmeldung bei Karin Paulsen-Zenke: 07623-20165.



Kleidertausch für alle – im Rahmen des MACH-KEIN'-MÜLL-TAG

Samstag, 19.10.2024, ab 15.00 Uhr

Kleider tauschen anstatt wegschmeißen oder neu kaufen ist eine prima Sache und überaus nachhaltig! Mach mit: Lüfte deinen Schrank, bring deine gut erhaltenen Kleider mit (max. 5 Stück) und finde neue Lieblingstücke!

Am MACH-KEIN'-MÜLL-TAG finden neben dem beliebten Kleider-tausch noch weitere Angebote und Workshops zum Thema Nachhaltigkeit statt. Außerdem ist fürs leibliche Wohl mit kleinen Snacks und Getränken besten gesorgt.

Möchtest du mitmachen und selbst ein Angebot, Workshop oder Upcycling-Projekt anbieten? Dann melde dich gerne bei uns!

Eine Kooperation mit der Metamorphose.

Veranstaltungsort: im Hof der Metamorphose, Hebelstr. 23a, 79618 Rheinfelden



Baby- und Kinder-Secondhand

Kinder-Secondhand – gute Kleidung zu günstigen Preisen

Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag 09.00 - 12.00 Uhr

Montag und Donnerstag 15.00 - 17.00 Uhr

Seit 1998 bietet unser Kinder-Secondhand preisgünstige Kleidung für Babys, Kinder und Jugendliche (Gr. 50 bis 158) zum Verkauf an – gute Beratung inklusive!



Karin Paulsen-Zenke, Katja Ziefle, Michaela Malkusch, Michaela Eckerlin (v.l.n.r.)

Mit ein bisschen Glück wird hier alles rund ums Kind gefunden, also auch Kindermöbel, Kindersitze und Spielzeug. Gut erhaltene Kleidung wird auf Kommissionsbasis verkauft oder gerne als Spende angenommen. Sprechen Sie uns an, wir helfen Ihnen gerne weiter!

Info secondhand@familienzentrum-rheinfelden.de, telefonisch unter 07623-96 65 47-5
Familienzentrum Rheinfelden e.V., Elsa-Brändström-Str. 18, 79618 Rheinfelden

Warenannahme

Jeden Donnerstag zu den Öffnungszeiten, pro Kunde ein Karton/Tasche pro Saison.

Annahmestart Herbst-/Winterware ist ab dem 05.09.2024.

Verleihservice Kurzzeitig können Sie gerne folgende Artikel bei uns ausleihen: Kinderhochstühle, Kinderwagen, Buggys, Autositze, Reisebettchen.

Schwangerschaftsmode Wir führen auch ein kleines, feines Angebot an aktueller Umstandskleidung zu angenehmen Preisen.

Geschenkgutschein

Sie möchten gerne etwas aus unserem Kinder-Second-Hand-Laden verschenken. Sie sind sich aber mit der Größe unsicher oder kennen nicht genau den Geschmack des zu Beschenkenden? Schenken Sie doch einen Geschenkgutschein!!

Fragen Sie im Kinder-Second-Hand-Laden danach.

Bitte beachten Sie: vom 20.12.2024 bis 06.01.2025 machen wir Weihnachtsferien.

Mini-Kindergarten

Mini-Kindergarten

Mo • Mi • Fr von 08.00 - 13.00 Uhr, Käfergruppe

Di • Do von 08.00 - 13.00 Uhr, Mäusegruppe

Spielen, Singen und viel Lachen – das ist der Mini-Kindergarten im Familienzentrum Rheinfelden!



Natalia Weinbender,
Petra Schulz • Käfergruppe

Wir bieten Betreuung für zwei oder drei Tage von jeweils 08.00 Uhr bis 13.00 Uhr für Kinder ab 15 Monaten bis zum Kindergarteneintritt an.

In zwei Gruppen werden je zehn Kinder von zwei pädagogischen Fachkräften betreut.

Beim gemeinsamen Essen, Spielen, Singen und Toben im Garten erforschen die Kinder ihre Umwelt und erwerben so Selbständigkeit, Selbstvertrauen und soziale Kompetenz. Ebenso lernen sie die Regeln und Rituale einer sozialen Gruppe kennen. Wir legen viel Wert auf eine sanfte Ablösung und gestalten daher die Eingewöhnung an die familiäre Situation angepasst.



Jennifer Neuschütz, Stefanie
Selbert • Mäusegruppe

Info: Franziska Werbing
info@familienzentrum-rheinfelden.de oder Tel. 07623 - 96 65 47-0

Anmeldung: www.portal.little-bird.de

Veranstaltungsort: Familienzentrum Rheinfelden,
Elsa-Brändström-Str. 18, 79618 Rheinfelden



Kindertagespflege – Fachdienst & Qualifizierung

Fachdienst Kindertagespflege

Suchen Sie eine qualifizierte, zuverlässige und liebevolle Betreuung für Ihr Kind?

Kindertagespflege ist eine qualifizierte und anerkannte Betreuungsform für Kinder bis zum 14. Lebensjahr.

Beratung In einem persönlichen Gespräch klären wir Ihre Wünsche und Erwartungen, beantworten Ihre Fragen zur Kindertagespflege und geben Ihnen Auskunft in rechtlichen und finanziellen Belangen.

Vermittlung Wir suchen für Sie die zu Ihren Bedürfnissen passende, qualifizierte Kindertagespflegeperson, bringen Sie in Kontakt und begleiten auf Wunsch die Vertragsunterzeichnung.

Anmeldung Per Mail unter kindertagespflege@familienzentrum-rheinfelden.de

Begleitung Für alle Fragen, die während des Betreuungsverhältnisses auftreten, stehen wir Ihnen gerne zur Seite.

Kontaktieren Sie uns für einen Gesprächstermin. Sprechen Sie auch gerne auf den AB, wir melden uns.

So erreichen Sie uns: telefonisch unter 07623 - 96 65 47-4 oder per Mail unter kindertagespflege@familienzentrum-rheinfelden.de

Qualifizierung zur Kindertagespflege
immer mittwochs von 18.00 - 20.30 Uhr sowie 1 Samstag/Monat

Sie interessieren sich für den Arbeitsbereich Kindertagespflege? Wir qualifizieren Interessierte, die Freude daran haben, Kinder familiennah zu begleiten – gerne auch mit Lebenserfahrung. In unserem Qualifizierungskurs werden alle für die Kindertagespflege relevanten Themen in einer guten Mischung aus theoretischem und praktischem Unterricht erarbeitet. Die Kindertagespflegepersonen arbeiten als Selbständige in den eigenen vier Wänden und/oder in anderen geeigneten Räumen, können angestellt sein oder auch als Kinderfrau im Haushalt der Familie arbeiten.

Voraussetzungen zur Kursteilnahme

- Eignungsgespräch im Fachdienst Kindertagespflege
- Hauptschulabschluss
- ausreichende Deutschkenntnisse (B2-Stufe)

Bei pädagogischen Fachkräften ist eine Verkürzung der Qualifizierung möglich.

Info & Anmeldung: kindertagespflege@familienzentrum-rheinfelden.de

Veranstaltungsort: Familienzentrum Rheinfelden, Elsa-Brändström-Str. 18, Rheinfelden



Karen Maywald



Jennifer Neuschütz

Ferienbetreuung > Mo - Fr jeweils 07.30 - 15.30 Uhr

Wir bieten eine verlässliche Betreuung für Kinder im Grundschulalter in einer Gruppe von max. 17 Kindern. Die Betreuer teams stellen zu den jeweiligen Themen ein spannendes Programm zusammen. Viel Zeit und Raum gibt es für Spiel, Spaß, Kreativität, Bewegung und Entspannung vom Schulalltag.

Online-Anmeldung

www.familienzentrum-rheinfelden.de/ferienbetreuung-2

Ort: Spielhaus Nollingen, Neumattenweg 14

Alter/Anzahl: 6 bis 11 Jahre / max. 17 Kinder pro Gruppe

Kosten Sommerferien:	120€ (Mitgliedsfamilien FamZe 105€) 95€ für Geschwisterkinder
Kosten Herbstferien:	90€ (Mitgliedsfamilien FamZe 75€) 60€ für Geschwisterkinder

Die Kosten sind jeweils inklusive Frühstück, Mittagessen, Material und Ausflügen.
Betreuungszeit: 07.30 - 15.30 Uhr • Veranstalter: Familienzentrum Rheinfelden e.V.

Wir machen alles, was in der Freizeit Spaß macht! Wir spielen, machen Ausflüge zum Bauernhof oder der Feuerwehr, lesen Geschichten, kochen gemeinsam, liefern uns Wasserschlachten oder basteln und werkeln. Für jeden Geschmack ist etwas dabei.

Sommerferien

„Sommerpaß 1“ von 29. Juli bis 02. August 2024

„Sommerpaß 2“ von 05. bis 09. August 2024

„Sommerpaß 4“ von 19. bis 23. August 2024

„Sommerpaß 5“ von 26. bis 30. August 2024

„Sommerpaß 6“ von 02. bis 06. September 2024

Die Betreuungen sind wochenweise buchbar. Bitte beachten Sie, daß in der Sommerferienwoche 3 keine Betreuung stattfindet.

Herbstferien „Jede Menge Trubel“

von 28. bis 31. Oktober 2024 • ACHTUNG! der 01. November ist ein Feiertag!

Draußen ist es bunt, das Wetter sonnig, regnerisch und stürmisch ... das ist der Herbst! Und den kosten wir aus – ob gemütlich drinnen beim Basteln, Backen und Lesen oder draußen auf Entdeckertour.

HINWEIS: Manche Firmen geben eine finanzielle Unterstützung für die Betreuung der Kinder ihrer Mitarbeiter. Fragen Sie in Ihrem Unternehmen nach.



Franziska Werbing
Kordinatorin Ferienbetreuung



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.00 - 12.00 Uhr Offener Treff, S. 8	09.00 - 12.00 Uhr Offener Treff, S. 8	08.30 - 13.00 Uhr Sprechzeit Fachdienst Kindertagespflege, S. 26	09.00 - 12.00 Uhr Offener Treff, S. 8	09.00 - 12.00 Uhr Offener Treff, S. 8
09.00 - 12.00 Uhr Kinder-Secondhand, S. 24	09.00 - 12.00 Uhr Kinder-Secondhand, S. 24		09.00 - 12.00 Uhr Kinder-Secondhand, S. 24	09.00 - 12.00 Uhr Kinder-Secondhand, S. 24
09.00 - 12.00 Uhr Sprechzeit Fachdienst Kindertagespflege, S. 26				
09.30 - 11.30 Uhr Frühstück	09.30 - 11.30 Uhr Frühstück		09.30 - 11.30 Uhr Frühstück	09.30 - 11.30 Uhr Frühstück
09.30 - 11.30 Uhr Babycafé, S. 14	09.30 - 11.30 Uhr Zwergencafé, S. 14		10.00 Uhr Tag der Vielfalt, S. 17-18	09.30 - 11.30 Uhr Zwergencafé, S. 14
10.00 Uhr Fachberatung, S. 9-13	10.00 Uhr Fachberatung, S. 9-13		10.00 Uhr Fachberatung, S. 9-13	10.00 Uhr Fachberatung, S. 9-13
15.00 - 17.00 Uhr Kinder-Secondhand, S. 24		15.30 - 17.00 Uhr Quartierscafé, S. 23	15.00 - 17.00 Uhr Kinder-Secondhand, S. 24	
15.00 - 16.30 Uhr Offene juristische Sprechstunde, S. 9		18.00 - 20.30 Uhr Qualifikationskurs Kindertagespflege, S. 26	15.00 - 18.00 Uhr Sprechzeit Fachdienst Kindertagespflege, S. 26	
			15.00 - 16.30 Uhr Zwergentreff Ü3, S. 15	

Alle Termine für Rheinfelden und Grenzach-Wyhlen

Tag	Datum	Veranstaltung	Beginn	Ort	S.
JULI					
Mo	01.07.2024	Sozialberatung Caritas	10:00	Rhf	9
Mi	03.07.2024	Offener Treff in deutscher u. spanischer Sprache	15:00	Gr	44
Do	04.07.2024	Gemeinsam ein Buch lesen	10:00	Rhf	17
Fr	05.07.2024	Zahngesund im Kindermund	10:00	Wy	48
Fr	05.07.2024	Kinderbuchyoga „Schnuppertag“	15:30	Gr	57
Sa	06.07.2024	Outdoorfamily „Honigschleudern“	09:30		36
Sa	06.07.2024	Kursstart: Starke Wunderkinder	10:00	Rhf	19
Sa	06.07.2024	Gartenspaß für Familien	14:00	Rhf	15
Mi	10.07.2024	Workshop: Beikosteinführung	09:30	Rhf	19
Do	11.07.2024	Schwangeren- und Familienberatung Diakonie	10:00	Gr	48
Do	11.07.2024	Musikalische Förderung	10:00	Rhf	10
Do	11.07.2024	Kamishibai Erzähltheater	15:00	Rhf	15
Sa	13.07.2024	Unterstützendes Trauerangebot für Kinder	10:00	Gr	48
So	14.07.2024	Sonntagstreff	15:00	Gr	46
Mo	15.07.2024	Schwangeren- u. Familienberatung Diakonie	10:00	Rhf	9
Mo	15.07.2024	Familienrecht – offene juristische Sprechstunde	15:00	Rhf	9
Di	16.07.2024	Starkes Grenzach-Wyhlen, Resilienzwoche	15:00	Gr	5
Mi	17.07.2024	Osteopathie und Geburtsvorbereitung	10:00	Wy	48
Do	18.07.2024	Suppentreff	12:00	Gr	46
Fr	19.07.2024	Mädelsabend	19:30	Gr	45
AUGUST					
So	11.08.2024	Sonntagstreff	15:00	Gr	46
SEPTEMBER					
Mi	04.09.2024	Offener Treff in deutscher u. spanischer Sprache	15:00	Gr	44
Do	05.09.2024	Annahmestart Kindersecondhand-Ware	09:00	Rhf	24
So	08.09.2024	Sonntagstreff	15:00	Gr	46
Mo	09.09.2024	Leben im Stresstoleranzfenster	10:00	Gr	49
Do	12.09.2024	Alle-wieder-da-Frühstück	10:00	Rhf	17
Do	12.09.2024	Alle-wieder-da-Frühstück	10:00	Gr	46
Mo	16.09.2024	Osteopathie und Geburtsvorbereitung	10:00	Rhf	10
Mi	18.09.2024	Frauenberatungsstelle stellt sich vor	10:00	Wy	49
Do	19.09.2024	Stricken und Häkeln	10:00	Rhf	17
Do	19.09.2024	Suppentreff	12:00	Gr	46
Do	19.09.2024	Musikschule Rheinfelden stellt sich vor	15:00	Gr	49
Fr	20.09.2024	Inklusives Kinderfest	15:00	Rhf	16
Fr	20.09.2024	Kinderbuchyoga	15:30	Gr	57

Alle Termine für **Rheinfelden** und **Grenzach-Wyhlen**

Tag	Datum	Veranstaltung	Beginn	Ort	S.
Fr	20.09.2024	Klangreise	19:00	Rhf	21
Sa	21.09.2024	Outdoorfamily „Fossilien präparieren“	10:30		36
Sa	21.09.2024	Gartenspaß: von Muh bis Mäh – Bauernhof	14:00	Rhf	15
Mo	23.09.2024	Schwangeren- u. Familienberatung Diakonie	10:00	Rhf	9
Di	24.09.2024	Musikschule Rheinfelden stellt sich vor	10:00	Rhf	10
Do	26.09.2024	Forscherzeit	15:00	Rhf	15
Do	26.09.2024	Erziehen ohne Strafen	19:00	Rhf	18
So	29.09.2024	Workshop „Entdecke Dich neu“	10:00	Gr	58

OKTOBER

Mi	02.10.2024	Workshop: Beikosteingführung	09:30	Rhf	19
Mi	02.10.2024	Musikschule Rheinfelden stellt sich vor	10:00	Wy	49
Mi	02.10.2024	Offener Treff in deutscher u. spanischer Sprache	15:00	Gr	44
Mo	07.10.2024	Sozialberatung Caritas	10:00	Rhf	9
Mo	07.10.2024	Sprachentwicklung bei Kindern	10:00	Gr	49
Do	10.10.2024	Echt gesund, wirklich sinnvoll?	09:30	Gr	49
Do	10.10.2024	Stricken und Häkeln	10:00	Rhf	17
Do	10.10.2024	Magic Sonja zaubert für Jung und Alt	16:30	Gr	52
Fr	11.10.2024	Kursstart: Babysitter	16:00	Rhf	34
Fr	11.10.2024	Klangreise	19:00	Rhf	21
Sa	12.10.2024	Outdoorfamily „Obsthof Drechsle“	10:30		37
Sa	12.10.2024	Kinderkleider-Tauschbörse	10:30	Gr	59
So	13.10.2024	Golden Girls	10:00	Rhf	23
So	13.10.2024	Sonntagstreff	15:00	Gr	46
Mo	14.10.2024	Bindungsorientierte Babygebärden	10:00	Rhf	10
Mo	14.10.2024	Arbeitsrecht – offene juristische Sprechstunde	15:00	Rhf	9
Do	17.10.2024	Weniger Stress, mehr Freude bei der Erziehung	10:00	Wy	50
Do	17.10.2024	Suppentreff	12:00	Gr	46
Do	17.10.2024	Troubleshooting Erste Hilfe	10:00	Rhf	10
Do	17.10.2024	Kamishibai Erzähltheater	15:00	Rhf	15
Fr	18.10.2024	Kinderbuchyoga	15:30	Gr	57
Fr	18.10.2024	Mädelsabend	19:30	Gr	45
Sa	19.10.2024	Gartenspaß: Komm mit ins Mittelalter	14:00	Rhf	15
Sa	19.10.2024	Kleidertausch für alle (Mach-kein-Müll-Tag)	15:00	Rhf	23
So	20.10.2024	Spieletreff am Sonntag	12:00	Gr	45
Mo	21.10.2024	Osteopathie und Geburtsvorbereitung	10:00	Gr	48
Di	22.10.2024	Kursstart: KESS-Erziehen „Abendteuer Pubertät“	19:00	Rhf	20
Do	24.10.2024	Die Kinderfriseurin kommt	09:00	Rhf	18
Do	24.10.2024	Täglich den Regenbogen auf den Teller zaubern	10:00	Wy	50

Tag	Datum	Veranstaltung	Beginn	Ort	S.
Do	24.10.2024	Kasperletheater	15:30	Gr	52
Sa	26.10.2024	Unterstützendes Trauerangebot für Kinder	10:00	Gr	48
Fr	25.10.2024	Klangreise	19:00	Rhf	21

NOVEMBER

Mo	04.11.2024	Caritas: Mutter-Kind-Kur	10:00	Rhf	11
Mi	06.11.2024	Workshop: Beikosteingführung	09:30	Rhf	19
Mi	06.11.2024	Beki-Bewusste Kinderernährung	10:00	Wy	50
Mi	06.11.2024	Offener Treff in deutscher u. spanischer Sprache	15:00	Gr	44
Do	07.11.2024	Gemeinsam ein Buch lesen	10:00	Rhf	17
Do	07.11.2024	Nähen für Spielküche und Kaufmansladen	18:00	Rhf	20
Fr	08.11.2024	Weniger Stress, mehr Freude bei der Erziehung	10:00	Rhf	11
Fr	08.11.2024	Klangreise	19:00	Rhf	21
Sa	09.11.2024	Frauenkleider- und Büchertausch	18:00	Wy	59
So	10.11.2024	Sonntagstreff	15:00	Gr	46
Mo	11.11.2024	Fachstelle Frühe Hilfen	10:00	Rhf	11
Mo	11.11.2024	Erste Hilfe für Baby, Kleinkind & die ganze Familie	10:00	Gr	50
Di	12.11.2024	Büchertausch mal anders	19:00	Wy	52
Do	14.11.2024	Stricken und Häkeln	10:00	Rhf	17
Do	14.11.2024	Autorin Leony Stabla liest: „Fritz Hechse“	15:30	Gr	53
Fr	15.11.2024	Sprachentwicklung bei Kindern	10:00	Rhf	11
Fr	15.11.2024	Kinderbuchyoga	15:30	Gr	57
Sa	16.11.2024	Kursstart: Starke Wunderkinder	10:00	Rhf	19
Sa	16.11.2024	Unterstützendes Trauerangebot für Kinder	10:00	Gr	48
Sa	16.11.2024	Outdoorfamily „Eselwandern“	10:00		37
Mo	18.11.2024	Schwangeren- u. Familienberatung Diakonie	10:00	Rhf	9
Do	21.11.2024	Suppentreff	12:00	Gr	46
Fr	22.11.2024	Caritas Schwangeren- und Familienberatung	10:00	Wy	51
Fr	22.11.2024	Klangreise	19:00	Rhf	21
Sa	23.11.2024	Gartenspaß: Zaubewald	14:00	Rhf	15
Di	26.11.2024	Mama ist krank – Der Notfall ist lösbar!	10:00	Gr	51
Mi	27.11.2024	BookTok-Buzz und Action Crossover	17:00	Wy	53
Do	28.11.2024	Homöopathie für Kinder	10:00	Rhf	12
Do	28.11.2024	Forscherzeit	15:00	Rhf	15
Fr	29.11.2024	Mädelsabend	19:30	Gr	45

DEZEMBER

Mo	02.12.2024	Sozialberatung Caritas	10:00	Rhf	9
Mi	04.12.2024	Offener Treff in deutscher u. spanischer Sprache	15:00	Gr	44

Alle Termine für Rheinfelden und Grenzach-Wyhlen

Tag	Datum	Veranstaltung	Beginn	Ort	S.
Mi	04.12.2024	Erste Hilfe für Baby, Kleinkind & die ganze Familie	10:00	Wy	50
Mi	04.12.2024	Rette (m)ich - wer kann?	19:00	Gr	58
Do	05.12.2024	Adventsbrunch	10:00	Rhf	18
Mo	09.12.2024	Weniger Stress, mehr Freude bei der Erziehung	10:00	Gr	50
Mi	11.12.2024	Workshop: Beikosteführung	09:30	Rhf	19
Do	12.12.2024	Stricken und Häkeln	10:00	Rhf	17
Fr	13.12.2024	Kinderbuchyoga	15:30	Gr	57
Fr	13.12.2024	Klangreise	19:00	Rhf	21
Sa	14.12.2024	Outdoorfamily: „Besuch beim Glasbläser“	10:00		38
Sa	14.12.2024	Unterstützendes Trauerangebot für Kinder	10:00	Gr	48
Mo	16.12.2024	Schwangeren- u. Familienberatung Diakonie	10:00	Rhf	9
Mi	18.12.2024	Fachstelle Frühe Hilfen	10:00	Wy	51
Do	19.12.2024	Suppentreff	12:00	Gr	46
Do	19.12.2024	Kamishibai Erzähltheater	15:00	Rhf	15
Di	24.12.2024	Weihnachtsspezial	12:00	Gr	46
JANUAR					
Do	09.01.2025	Alle-wieder-da-Frühstück	10:00	Gr	46
Do	09.01.2025	Alle-wieder-da-Frühstück	10:00	Rhf	17
Fr	10.01.2025	Klangreise	19:00	Rhf	21
Sa	11.01.2025	Workshop „Entdecke Dich neu“	10:00	Gr	58
Mi	15.01.2025	MFM - Elterninfoabend	19:00	Gr	56
Do	16.01.2025	Stricken und Häkeln	10:00	Rhf	17
Do	16.01.2025	Suppentreff	12:00	Gr	46
Fr	17.01.2025	Fachdienst Kindertagespflege stellt sich vor	10:00	Wy	51
Fr	17.01.2025	Kinderbuchyoga	15:30	Gr	57
Sa	18.01.2025	Unterstützendes Trauerangebot für Kinder	10:00	Gr	48
Mo	20.01.2025	Schwangeren- u. Familienberatung Diakonie	10:00	Rhf	9
Mo	20.01.2025	Familienrecht – offene juristische Sprechstunde	15:00	Rhf	9
Mo	20.01.2025	Abendgespräch: Pflegeelternschaft und Adoption	19:00	Rhf	18
Di	21.01.2025	Frauenberatungsstelle stellt sich vor	10:00	Rhf	12
Di	21.01.2025	Fachdienst Kindertagespflege stellt sich vor	10:00	Gr	51
Mi	22.01.2025	Workshop: Beikosteführung	09:30	Rhf	19
Do	23.01.2025	Beki-Bewusste Kinderernährung	10:00	Rhf	12
Do	23.01.2025	Forscherzeit	15:00	Rhf	15
Fr	24.01.2025	Klangreise	19:00	Rhf	21
Sa	25.01.2025	MFM Jungs & MFM Mädchen	09:00		56
Sa	25.01.2025	Outdoorfamily: „Funkenschlag und Feuerbohrer“	14:30		38
Mi	29.01.2025	Kindliche Entwicklung bis zum dritten Lebensjahr	10:00	Wy	52

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.00 - 12.00 Uhr Offener Treff „Alte Apotheke“, S. 40	09.00 - 12.00 Uhr Offener Treff „Alte Apotheke“, S. 40	09.00 - 12.00 Uhr Offener Treff „Alte Post“, S. 41	09.00 - 12.00 Uhr Offener Treff, beide Standorte, S. 40/41	09.00 - 12.00 Uhr Offener Treff „Alte Post“, S. 41
09.00 - 10.00 Uhr DRK-Gedächtnis- training „Alte Post“, S. 54	09.00 - 12.00 Uhr Eltern-Kind-Café im St. Josefsbaus, S. 16	09.30 - 11.30 Uhr Offener Treff in ukrainischer Sprache „Alte Apotheke“, S. 44	10.00 Uhr Zwergencafé „Alte Post“, S. 43	08.30 - 10.00 Uhr Verbindung stärken mit menschensensiblen Yoga „Alte Apotheke“, S. 57
15.30 - 16.30 Uhr Handarbeiten für Kinder „Alte Apotheke“, S. 54	10.00 Uhr Babycafé „Alte Apotheke“, S. 43	10.00 Uhr Babycafé „Alte Post“, S. 43	10.00 Uhr Babycafé „Alte Post“, S. 43	10.00 Uhr Babycafé „Alte Post“, S. 43
15.00 - 17.00 Uhr Digital-Lotsen für Senioren, S. 54	13.30 - 17.00 Uhr Familien- und Schwan- gerenberatung „Alte Apotheke“, S. 47	13.30 - 17.00 Uhr Sprechzeit Fachdienst Kindertagespflege „Alte Post“, S. 47	12.00 - 15.00 Uhr Suppentreff „Alte Apotheke“, S. 46	
19.00 Uhr Spielertreff „Alte Apotheke“, S. 45	14.00 Uhr Jassen-Treff „Alte Apotheke“, S. 55	15.00 - 17.00 Uhr Quartierscafé im Offenen Treff „Alte Apotheke“, S. 43		

Der Babysitter-Kurs für Dich! (Ab 14 Jahre)
Nächster Kurstermin: 11. und 12.10.2024.



Petra Schulz

Du magst Kinder, kannst Puppen verarzten, Monster verjagen, Bauklötztürme bauen und könntest etwas mehr Taschengeld gebrauchen? Lerne bei uns alles Wissenswerte, um vom Baby bis zum Schulkind kompetent betreuen zu können.



In unserem Kurs üben wir, Gespräche zu führen und erklären die rechtliche Situation. Wir gehen in Theorie und Praxis auf die Entwicklung des Kindes ein, lernen Hygiene, Körper- und Säuglingspflege, probieren eine gesunde Ernährung und haben Spaß beim Thema Beschäftigung und Spiel.

Am Ende des Kurses erhältst du eine Infomappe, einen Qualipass und ein Zertifikat.

Nach erfolgreicher Teilnahme übernehmen wir dich gerne in unsere Vermittlungskartei.

Leitung: Petra Schulz • Kosten: 55 €

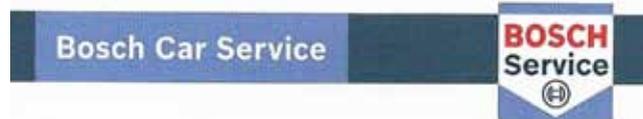
Info & Anmeldung: babysitter@familienzentrum-rheinfelden.de

Die Anmeldung wird erst nach Eingang der Kursgebühr verbindlich.

Babysitter-Vermittlung

Sie würden gerne manchmal etwas Freiraum für sich haben? Suchen Sie eine Hausaufgabenbetreuung, jemanden zum Spielen oder Vorlesen für Ihr Kind? Dann nutzen Sie unsere **Babysitter-Kartei!** Einsehbar im Kinder-Secondhand in Rheinfelden und in den Offenen Treffs in Grenzach-Wyhlen, gegen eine einmalige Gebühr von 5 €.

Für Vereinsmitglieder kostenfrei.



Martin Niethammer
Geschäftsführer

**Bosch Car Service
Niethammer GmbH**
Goethestraße 1
79618 Rheinfelden

Telefon 00497623/72230
niethammer@bosch-service.org
www.bosch-service.org



Ehrenamtliche und kostenfreie Ausfahrten mit Rikscha CHARLOTTE und Rikscha CHARLY
Jeder hat ein Recht auf Wind in den Haaren

Radeln ohne Alter

Mit unseren beiden Fahrradrickschas „Charly“ (Rheinfelden) und „Charlotte“ (Grenzach-Wyhlen) machen wir Ausfahrten mit Menschen, die in ihrer Bewegung eingeschränkt sind.

Getreu dem Motto „Jeder hat ein Recht auf Wind in den Haaren“ engagieren sich unsere ehrenamtlichen Rikscha-Fahrer:innen für mehr Spaß, Teilhabe und ein Miteinander der Generationen!

Gerne können Sie Rikscha-Fahrten auch zu besonderen Anlässen an Freunde, Nachbarn und/oder Verwandte verschenken. Wir freuen uns auf Ihre individuellen Anfragen und stellen bei Bedarf gerne Gutscheine zur Verfügung. Die Ausfahrten sind kostenfrei.



Möchten Sie selber als Rikscha-Fahrer:in tätig werden, dürfen Sie sich gerne bei uns melden.
info@familienzentrum-rheinfelden.de
 oder telefonisch: 07623-96 65 47-0



Outdoorfamily – gemeinsam inklusiv aktiv sein!

Spannende Erlebnis-Tag für Familien und Junggebliebene

- Kinder nehmen in Begleitung ihrer Eltern oder einer erwachsenen Begleitperson teil.
- Getränke und Verpflegung: sofern nicht anders angegeben, aus dem eigenen Rucksack.
- Die Aufsichtspflicht liegt zu jeder Zeit bei den erwachsenen Begleitpersonen.
- An- und Abreise erfolgt eigenständig, barrierefreie Angebote werden gesondert gekennzeichnet.
- Teilnahme kostenfrei, Spendenempfehlung 4 € pro Familie.
- Bitte rechtzeitig anmelden – die Teilnehmerzahl ist teilweise begrenzt.



Honig schleudern mit Imkerinnen aus Grenzach

Samstag, 06.07.2024, 09.30 - 11.30 Uhr

An diesem Tag wandert der Honig eines Bienenvolkes aus der Wabe direkt ins Glas. Das angebotene Honigschleudern im Haus der Naturfreunde in Grenzach ist eine Mitmachaktion und für Kinder und Erwachsene gleichermaßen spannend. Dabei ist das Naschen zwischendurch erlaubt. Nach dem Schleudern darf der frisch geschleuderte Honig auf dem Butterbrot genossen werden. Und wer möchte, füllt ein Glas Honig direkt aus der Schleuder gegen ein geringes Entgelt ab. Das Etikett kann anschließend selbst gestaltet werden.

Leitung: Doreen Buchholz und Barbara Tschanz

Begrenzte Teilnehmerzahl: ca. 15 Personen • Ab 6 Jahren

Gläser können mitgebracht werden oder werden von uns gestellt.

Der abgefüllte Honig wird gewogen.

Info & Anmeldung: alteapotheke@familienzentrum-rheinfelden.de



Fossilien präparieren

Samstag, 21.09.2024, 10.30 Uhr

Unter sachkundiger Anleitung lernen wir Werkzeuge und Materialien kennen, die uns helfen, gefundene Fossilien vollends ans Licht zu holen.

An unseren selbst gefundenen Stücken, aber auch an bereitgestellten Materialien erproben wir uns beim Präparieren, Reparieren und Konservieren. Für die ganze Familie. Kinder ab 8 Jahren gerne auch ohne Begleitung eines Erwachsenen.

Leitung: Michael Käufelin



Veranstaltungsort: Vereinsheim der Naturfreunde GW, Schlossgasse 41a, OT Grenzach; evtl. fallen Materialkosten in Höhe von 2 € an.
Info & Anmeldung: altepost@familienzentrum-rheinfelden.de

Besuch auf dem Obsthof Drechsle

Samstag, 12.10.2024, von 10.30 - 12.30 Uhr



Wir genießen einen Vormittag auf dem Obsthof Drechsle, einem „Familienbetrieb mit Herzblut“. Wir sehen die Anbauflächen und erleben die Ernte von vielen Obstsorten. Dazu werden wir viel über den Obstanbau erfahren.

Natürlich dürfen wir selbst Hand anlegen und uns aus der Fruchteviefalt einen frischen Obstschmaus ernten.

Leitung: Obsthof Drechsle

Veranstaltungsort: Obsthof Drechsle, Feldbergstrasse 22, OT Rührberg

Info & Anmeldung: altepost@familienzentrum-rheinfelden.de



Eselwandern

Samstag, 16.11.2024, 10.00 Uhr



Wir besuchen die Eselei Marty in Wiechs. Dort lernen wir die beiden Esel Angelo und Moritz kennen. Nach dem Vertrautmachen mit ausgiebigen Putz- und Streicheleinheiten, wandern wir mit den Eseln über die umliegenden Felder und Wiesen zur hohen Flum. Hinterher machen wir noch ein schönes Picknick am Hof und auch der hofeigene Spielplatz steht uns noch ein Weilchen zur Verfügung.

• Leitung: Carmen Marty • Veranstaltungsort: der Stall befindet sich in Schopfheim/ Wiechs

Info & Anmeldung: familientreff@familienzentrum-rheinfelden.de





MERKEL
BUCHHANDLUNG
-> SEIT 1978 <-

Karlstraße 10
 79618 Rheinfelden
 Tel.: +49 7623 61876
info@buchhandlung-merkel.com

Basler Straße 2
 79639 Grenzach-Wyhlen
 Tel.: +49 7624 5855
grenzach@buchhandlung-merkel.com

www.buchhandlung-merkel.de



Besuch beim Glasbläser

Samstag, 14.12.2024 von 10.00 - 11.30 Uhr

Wir erfahren so manches über die Kunst der Glasherstellung und mit ein bisschen Geschick, stellt jedes Kind seine eigene Christbaumkugel für das kommende Weihnachtsfest her.

Leitung: Wilfried Markus

Veranstaltungsort: Eichamtstr. 8, 79618 Rheinfelden

Info & Anmeldung: familientreff@familienzentrum-rheinfelden.de

Funkenschlag und Feuerbohrer

Samstag, 25.01.2025, 14.30 Uhr



In Kooperation mit den Naturfreunden Grenzach-Wyhlen



Schon seit der Steinzeit kann der Mensch Feuer selbst entzünden. Die Werkzeuge und Hilfsmittel dafür haben sich stetig gewandelt. Außerdem ist für viele Methoden eine Menge Ausdauer und Feingefühl nötig. Wir experimentieren gemeinsam mit Feuerstein, Pyrit, Zunderpilz und vielen weiteren „Feuerzeugen“ der Vergangenheit.



Gelingt es uns letztlich das Feuer in Gang zu bringen, lassen wir die Veranstaltung bei Stockbrot, Würstchen und Marshmallows ausklingen.
Veranstaltungsort: Vereinsheim der Naturfreunde GW, Schlossgasse 41a, OT Grenzach.
Info & Anmeldung: altpost@familienzentrum-rheinfelden.de

Ihr Spezialist für Pferdefutter

- Pferdedecken waschen
- Pferdefutter von:

uvm...

Birlin - Mühle
Pferdefutter
Grenzacher Str. 9
79618 Rheinfelden-Degerfelden

Tel. +49 7623 / 42 38
Web: www.birlin-muehle.de

Öffnungszeiten: Mo-Fr. 8.00 - 12.30 Uhr
13.30 - 18.30 Uhr
Sa. 8.00 - 13.00 Uhr



FOTO: MARTIN DIETSCHKE

EINE AUSWAHL AN KURSEN DER VHS RHEINFELDEN

BEREICH	KURSNR.	TITEL	BEGINN
Kreativität	242-207165	Kieselkunst	Fr., 22.11.2024 um 16:00 Uhr
Kreativität	242-208100	Selbstgemachte Wasserbomben	Fr., 15.11.2024 um 15:00 Uhr
Kreativität	242-208120	Weihnachtstöpfern für Kinder ab 7 Jahre	ab Mo., 28.10.2024 um 09:00 Uhr
Kreativität	242-208125	Eltern-Kind-Töpfern	ab Sa., 28.09.2024 um 10:00 Uhr
Kreativität	242-209050	Armbänder gestalten	Sa., 09.11.2024 um 10:00 Uhr
Kreativität	242-209057	Kinder-Feen-Filzkurs	Fr., 29.11.2024 um 16:00 Uhr
Kreativität	242-210100	Kinder-Kreativ-Club	ab Sa., 12.10.2024 um 09:30 Uhr
Gesundheit	242-300020	Kreative Lunchboxen für Groß und Klein	Fr., 20.09.2024 um 18:00 Uhr
Gesundheit	242-302178	Zumba® Kids	ab Fr., 16.09.2024 um 17:00 Uhr
Gesundheit	242-305000	Wir schnitzen einen Halloween-Kürbis	Fr., 18.10.2024 um 15:00 Uhr
Gesundheit	242-305001	Halloween: Fingerfood für Kinder	Fr., 25.10.2024 um 15:00 Uhr
Gesundheit	242-305002	Lebkuchenhaus dekorieren	Fr., 06.12.2024 um 15:00 Uhr
Gesundheit	242-305003	Weihnachtliche Cakepops	Fr., 29.11.2024 um 15:00 Uhr
Gesundheit	242-305004	Kochabenteuer für Kinder	ab Fr., 11.10.2024 um 15:30 Uhr

**Unsere neuen Kurse im Herbst.
Jetzt online buchen bei der VHS Rheinfelden.**

Volkshochschule Rheinfelden e.V.
Hardtstraße 6
79618 Rheinfelden (Baden)
Tel.: 07623 7240-0
info@vhs-rheinfelden.de
www.vhs-rheinfelden.de





HERZLICH

in Grenzach

Familientreff „Alte Apotheke“



Hana Roschman
Koordinatorin Grenzach

WILLKOMMEN

und Wyhlen

Familientreff „Alte Post“



Susanne Göb
Koordinatorin Wyhlen



„Alte Apotheke“, Markgrafenstraße 1, Grenzach

Tel. 07624 - 207 49 98, alteapotheke@familienzentrum-rheinfelden.de

Öffnungszeiten Grenzach: **Mo • Di • Do 09.00 - 12.00 Uhr**
Mi 09.30 - 11.30 Uhr
Do 15.00 - 17.00 Uhr

Unser Team in Grenzach-Wyhlen:



Sabine Liebig



Monika Wuchner



Kateryna Dutschke



Ann-Kathrin Präger



Jasmina Martino



Elke Erath



Sybille Kettner-Kratzin



Tiffany Lucas

„Alte Post“, In den Abtsmatten 2a, Wyhlen

Tel. 07624 - 912 90 33, altepost@familienzentrum-rheinfelden.de

Öffnungszeiten Wyhlen: **Mi • Do • Fr 09.00 - 12.00 Uhr**

Offener Treff

Offener Treff – ein Raum für alle Menschen: Senioren, Männer, Frauen, Omas, Opas, Eltern und Kinder mit und ohne Beeinträchtigung, unabhängig von Nationalität, Religion, Herkunft und sexueller Orientierung!



Unsere Angebote in den Offenen Treffs

- Babycafé mit Gästen
- Zwergencafé
- Quartierstreff
- Sonntagstreff
- Spieletreff
- Kreativangebote & Unterhaltung
- Geselliges Frühstück



Die offenen Treffs werden gefördert durch das Landesprogramm STÄRKE.

Sie haben Fragen zu unseren Angeboten oder möchten sich gerne mit Ihrer persönlichen Alltags-Kompetenz in den Familientreff einbringen?

Besuchen Sie uns zu den Öffnungszeiten oder kontaktieren Sie uns per Telefon oder E-mail.

Unser Angebot umfasst außerdem viele interessante Kurse und Workshops für große und kleine Gäste. Bei uns finden Sie neue Freunde, treffen alte Freunde, können sich austauschen und in Kontakt bleiben.



Die Teilnahme am Offenen Treff ist kostenfrei, Frühstück zum Selbstkostenpreis. Kinder sind – wie immer im Familientreff – sehr willkommen!

Abo-Karten

Sparen Sie mit unserer Abokarte. Erhältlich als 8er-Abo für 28 € oder als 4er-Abo für 14 €. Die Abo-Karte ist auch eine schöne Geschenkidee und für viele unserer Angebote einsetzbar.



Babycafé mit Gästen

Mittwochs und freitags um 10.00 Uhr, „Alte Post“
Dienstags um 10.00 Uhr, „Alte Apotheke“

In gemütlicher Atmosphäre heißen wir Dich und Dein Baby im ersten Lebensjahr herzlich willkommen. Wir begleiten den Austausch über Themen wie Alltagsbewältigung mit einem Baby, Gesundheit, Ernährung, Stillen, Beikost und vielem mehr. Zu aktuellen Themen laden wir Expert:innen ein, mit denen Du unverbindlich ins Gespräch kommen kannst. Neben einem leckeren Frühstück nutzen wir die Zeit zum Singen und Spielen.
Leitung: Ann-Kathrin Präger, Elke Erath und Tiffany Lucas



Zwergencafé

Donnerstags um 10.00 Uhr, „Alte Post“

Für alle, die schon laufen können, aber noch nicht im Kindergarten sind! Wir bieten Platz und Raum zum Singen, Spielen, Toben. Darüber hinaus steht ein leckeres Frühstück parat. Kommen Themen auf, die wir mit unserer Alltagskompetenz nicht klären können, laden wir von Zeit zu Zeit Expert:innen ein. Infos dazu ab S. 48.
Leitung: Jasmina Martino und Sybille Kettner-Kratzin



Babysitter-Kartei

Stöbern Sie in der Kartei, um den idealen Babysitter für Ihre Familie zu finden. Die Einsicht ist für Mitgliedsfamilien kostenlos, Besucher:innen zahlen einmalig 5 €. **Hinweis:** Wir bieten auch Babysitter-Kurse für Jugendliche ab 14 Jahren an. Infos dazu auf Seite 34.

Unser Tipp

Inklusives Eltern-Kind-Café im St. Josefshaus Herten
Immer am Dienstag von 09.00 bis 12.00 Uhr
Info: info@familienzentrum-rheinfeld.de

Siehe Seite 16

Quartierscafé – Der Offene Treff am Nachmittag
Donnerstags von 15.00 - 17.00 Uhr, „Alte Apotheke“



Hier begegnen sich Jung & Alt, Groß & Klein. Der Familientreff bietet Raum für gute Gespräche, eine Runde Karten spielen, eine wohltuende Tasse Tee oder einfach eine kleine Verschnaufpause. Für Bastel- und Experimentierfreudige halten wir jederzeit eine kleine Auswahl an Bastelsets bereit.
Leitung: Sabine Liebig und Monika Wuchner

Offener Treff

Offener Treff in deutscher und ukrainischer Sprache für alle Interessierten
im Familientreff „Alte Apotheke“
jeden Mittwoch von 09.30 - 11.30 Uhr

Шановні українці,

запрошуємо усіх до Центру „Сім’ї“ (Alte Apotheke) в Гренцах-Вилен для суспільних розмов та обміну інформацією. Центр пропонує сніданок та можливість спілкування на рідній мові.

Контакт:

ukraine@familienzentrum-rheinfelden.de

Ми будемо дуже раді зустрічі та знайомству з Вами.

З повагою

Команда центру „Сім’ї“



Kateryna Dutschke



Anna Kipnis



Die Offenen Treffs werden gefördert durch das Landesprogramm STÄRKE.

Offener Treff in deutscher und spanischer Sprache

Jeweils mittwochs, 03.07., 04.09., 02.10., 06.11., 04.12.2024,
von 15.00 - 17.00 Uhr, „Alte Apotheke“

Ihr sprecht Spanisch und möchtet, dass euer Kind nicht nur mit euch sondern auch mit anderen Kindern Spanisch spricht? Oder ihr möchtet selber ein bisschen Spanisch sprechen? Auch wer kein Spanisch kann, ist herzlich willkommen, beim Singen von spanischen Kinderliedern die Sprache kennenzulernen.



Anna Birnstein



María Artolazabal

Unser Tipp

„Jeder hat das Recht auf Wind in den Haaren“ – Wir bieten kostenfreie Rikscharfahrten an für Menschen, die in ihrer Bewegung eingeschränkt sind.

Mehr Infos auf Seite 35

Mädelsabend – Offener Treff Ü18

Jeweils freitags, 19.07., 18.10., 29.11.2024 ab 19.30 Uhr, „Alte Apotheke“

Lust auf eine Tasse Kaffee, nette Unterhaltung ...?

Egal wie alt Du bist (mind. 18 Jahre), bei uns bist DU willkommen! Bei einem leckeren Drink, ein paar Häppchen und schöner Musik können wir uns über verschiedene Themen austauschen oder einfach da sein und ungezwungen ein paar schöne Momente genießen ... so wie es für alle stimmig ist.

Gerne kannst Du allein kommen oder Dich mit Freundinnen verabreden. Wir sind offen für jede neue Begegnung und freuen uns auf Dich! Immer wieder überraschen wir Dich mit einem „Special Guest“ • Eintritt frei • Ohne Anmeldung • Snacks und Getränke stehen gegen eine Spende bereit.



Spieltreff

Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat ab 19.00 Uhr, „Alte Apotheke“



Treff Gleichgesinnte, um in lustiger Runde Brett- oder Kartenspiele zu spielen. Kommt vorbei und bringt gerne Euer Lieblingsspiel mit. Oder entdeckt ein neues Spiel und alte Klassiker. Die Teilnahme ist kostenfrei und ohne Anmeldung. • Leitung: Manuel Ficht
Info: brettspieltreff.grenzach@gmail.com



Spieltreff am Sonntag, für alle Generationen **NEU**

Sonntag, 20.10.2024, 12.00 - 17.00, „Alte Apotheke“

Auch ein Sonntagnachmittag ist eine gute Gelegenheit für einen Spieltreff. Die Teilnahme ist kostenfrei und ohne Anmeldung. • Leitung: Manuel Ficht
Info: brettspieltreff.grenzach@gmail.com



GRÄSSLIN

H&S Grässlin GmbH • Heizung • Sanitär
79618 RHEINFELDEN • KARL-FÜRSTENBERG-STRASSE 16
TELEFON 0 76 23 14 45 • TELEFAX 0 76 23 33 07
www.graesslin-haustechnik.de • info@hs-graesslin.de

Suppentreff – in Kooperation mit dem Seniorenbüro der **Gemeinde Grenzach-Wyhlen** 
Jeweils donnerstags von 12.00 - 15.00 Uhr
18.07., 19.09., 17.10., 21.11., 19.12.2024 und 16.01.2025, „Alte Apotheke“
plus Weihnachtsspecial am 24.12.2024



Einmal im Monat tischen wir eine leckere, vegetarische Suppe auf – zum hier Essen und zum Mitnehmen. Dazu gibt's frisches Brot mit Aufstrich.
 Wer mag, bleibt gerne noch auf einen Kaffee oder Tee im Quartierscafé.
 Die Teilnahme ist ohne Anmeldung möglich!
 Kosten: Spendenempfehlung 4 €, für kleine Esser die Hälfte.

Sonntagstreff – Offener Treff am Sonntag ... NEU ...
Jeden 2. Sonntag im Monat von 15.00 - 17.30 Uhr
14.07., 11.08., 08.09., 13.10., 10.11.2024, „Alte Apotheke“
 Wir haben für euch etwas ganz Neues im Programm
 - unseren „Sonntagstreff“. Stattfinden wird er jeden zweiten Sonntag im Monat.

Gefördert von Heldinnen und Helden des Alltags



Eingeladen sind alle Menschen, alt und jung, mit und ohne Kinder. Es gibt Kaffee und Kuchen, andere Menschen zum Quatschen und sich austauschen, vielleicht ein Spiel spielen, sich ausruhen ... Einfach zusammen einen schönen Nachmittag in gemütlicher Atmosphäre verbringen. • Das Angebot ist kostenfrei und ohne Anmeldung. Getränke und Kuchen stehen zum Selbstkostenpreis für euch bereit.
 Kommt vorbei - wir freuen uns auf euch!



Die Offenen Treffs werden gefördert durch das Landesprogramm STÄRKE.

Alle-wieder-da-Frühstück
Donnerstag, 12.09.2024 und 09.01.2025, ab 10.00 Uhr, „Alte Apotheke“
 Nach den langen Ferienpausen in geselliger Runde mit Freunden oder lieben Menschen frühstücken und erzählen – wer mag das nicht? Ihr seid herzlich zu unserem Alle-wieder-da-Frühstück mit Leckereien wie frischen Brötchen, Obst und Gemüse, Ei, Müsli und Co. eingeladen!

Treffpunkt Schwangerschaft und Familie
Jeden Mittwoch von 13.30 - 17.00 Uhr nach Terminvereinbarung: 07623 - 79 99 32, „Alte Apotheke“

Diplom-Sozialpädagogin Claudia Kaltenbach berät vertraulich zu Themen rund um Familie und Schwangerschaft:

- zu rechtlichen Fragen aus Arbeits-, Familien- und Kindschaftsrecht
- zu finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten
- zu Angeboten für junge Familien und alleinerziehende Eltern
- bei persönlichen Schwierigkeiten und Problemen in Partnerschaft und Familie
- zu Familienplanung und Empfängnisverhütung
- im Schwangerschaftskonflikt, zu allen Fragen im Zusammenhang mit einem Schwangerschaftsabbruch



Claudia Kaltenbach

Fachdienst Kindertagespflege in Grenzach-Wyhlen
Jeden Mittwoch von 13.30 - 16.30 Uhr, „Alte Post“
und nach Terminvereinbarung: 07623 - 966 54 74
oder per Mail: kindertagespflege@familienzentrum-rheinfelden.de

Suchen Sie eine qualifizierte, zuverlässige und liebevolle Betreuung für Ihr Kind?



Jennifer Neuschütz

Kindertagespflege ist eine qualifizierte und anerkannte Betreuungsform für Kinder bis zum 14. Lebensjahr.

Beratung: In einem persönlichen Gespräch klären wir Ihre Wünsche und Erwartungen, beantworten Ihre Fragen zur Kindertagespflege und geben Ihnen Auskunft in rechtlichen und finanziellen Belangen.

Vermittlung: Wir suchen für Sie die zu Ihren Bedürfnissen passende qualifizierte Kindertagespflegeperson, bringen Sie in Kontakt und begleiten auf Wunsch die Vertragsunterzeichnung.

Weitere Informationen zum Angebot des Fachdienst Kindertagespflege in Rheinfelden finden Sie auf Seite 26.



**Praxis für Ergotherapie
Anja Hoffmann**

Zähringerstr. 12
 79618 Rheinfelden
 Telefon ☎ 76 23/717 27 33
 Telefax ☎ 76 23/717 27 34
info@hoffmann-ergotherapie.de
www.hoffmann-ergotherapie.de

Ein unterstützendes Trauerangebot für Kinder ab 6 Jahren

Monatlich einmal samstags: 13.07., 26.10., 16.11., 14.12.2024, 18.01.2025, jeweils 10.00 - 12.00 Uhr, „Alte Apotheke“

Einmal im Monat treffen wir uns als Gruppe. Gemeinsam wollen wir schauen, was es bedeutet, um jemanden zu trauern. Wir nehmen wahr, welche Gefühle in uns leben und finden einen Weg, ihnen und den Veränderungen zu begegnen. Teil des Angebots ist, das Erlebte gestalterisch umzusetzen und eine Möglichkeit des persönlichen Ausdrucks zu finden.

Zeitnah zur Anmeldung bieten wir ein Informationsgespräch mit den Eltern an. Die Gruppentreffen selbst, finden ohne Eltern statt.

Leitung: Claudia Trimpin, Familientrauerbegleiterin (Amb. Kinder- und Jugendhospizdienst Lörrach)
Info & Anmeldung: Tel: +49 (0)151 74 46 11 15,
Mail: Simona.Beisel@malteser.org



Zahngesund im Kindermund

Freitag, 05.07.2024, 10.00 Uhr, „Alte Post“

Wann und wo kommt eigentlich der erste bleibende Zahn? Wann gehe ich mit meinem Kind das erste Mal zum Zahnarzt? Wie putze ich am besten die ersten Zähne? Diese und viele Fragen mehr beantwortet uns Frau Sutter von der Arbeitsgemeinschaft für Zahngesundheit.



Schwangeren- und Familienberatung

Donnerstag, 11.07.2024, 10.00 Uhr, „Alte Apotheke“

Diplom-Sozialpädagogin Claudia Kaltenbach berät zu vereinbarten Terminen vertraulich in der „Alten Apotheke“ zu Themen rund um Familie und Schwangerschaft. Heute wird sie uns das komplette Angebot vorstellen. Mehr Infos siehe S. 47.



Osteopathie und Geburtsvorbereitung

Mittwoch, 17.07.2024, 10.00 Uhr, „Alte Post“

Montag, 21.10.2024, 10.00 Uhr, „Alte Apotheke“

Vielleicht kennt ihr Valerie schon aus dem Babycafé in Grenzach? Heute stellt sie ihr Angebot als Osteopathin vor. Mit dieser ganzheitlichen manuellen Therapieform lassen sich Blockaden lösen, akute oder chronische Schmerzen lindern oder bestenfalls auflösen. Valerie hat eine Praxis für Osteopathie und Geburtsvorbereitung und ist selbst Mutter.

Sie arbeitet mit Erwachsenen, Schwangeren, Kindern und Säuglingen. Wollt ihr mehr darüber erfahren? Auch ein kleines individuelles Screening ist heute möglich.



Leben im Stresstoleranzfenster

Montag, 09.09.2024, 10.00 Uhr, „Alte Apotheke“

Wir leben in herausfordernden Zeiten und bestimmt kennst du das Gefühl, dass dir alles zu viel ist und du nicht so leicht zur Ruhe kommst. Andrea Frampton, neurosystemischer Coach, stellt dir das Stresstoleranzfenster vor, welche Rolle dein Körper im Umgang mit Stress spielt, warum ein Bewusstsein über eigene Ressourcen wichtig ist und wie Du mit kleinen alltagstauglichen Übungen deine Selbstregulation stärken kannst. Komm zum Lauschen, Reflektieren und eigene Erfahrungen sammeln.

Die Frauenberatungsstelle Lörrach stellt sich vor

Mittwoch, 18.09.2024, 10.00 Uhr, „Alte Post“

Alles was uns Frauen bewegt ist hier willkommen. Insbesondere unterstützt die Beratungsstelle Frauen, die sich z.B. in ihrer Würde verletzt fühlen, Gewalt in Beziehungen erleben, unter Ess-Störungen leiden, in einer Krise oder Trennung stecken etc. Die Beratungen sind kostenfrei und auf Wunsch anonym. Heute informiert Franziska Weiser über das breite Beratungsangebot.



Die Musikschule Rheinfelden stellt sich vor

Donnerstag, 19.09.2024, 15.00 Uhr, „Alte Apotheke“

Freitag, 02.10.2024, 10.00 Uhr, „Alte Post“

Gemeinsames Singen und Spielen beeinflusst Kinder von Anfang an positiv. In Musikkursen erhalten Eltern Anregungen, wie sie diese Praxis auch zu Hause umsetzen können. Emily Engbers von der Musikschule Rheinfelden e.V. stellt ihr Angebot vor und gibt uns eine kleine Schnupperstunde.



Sprachentwicklung bei Kindern

Montag, 07.10.2024, 10.00 Uhr, „Alte Apotheke“

Die Entwicklung der Sprache von 0-4 Jahren!

Wie können wir unsere Kinder als Eltern unterstützen?

Logopädin Ziska Adler berichtet von ihrer Tätigkeit und nimmt sich heute speziell für eure persönlichen Themen Zeit. Bringt gerne eure Fragen mit oder informiert euch einfach, wie ihr eure Kinder bei der Entwicklung der Sprache gut unterstützen könnt.



Echt gesund? Wirklich sinnvoll?

Donnerstag, 10.10.2024, 09.30 Uhr, „Alte Apotheke“

Apothekerin Carmen Ohren beantwortet Fragen rund um Nutzen und Grenzen beim Einsatz von Vitaminen, Nahrungsergänzungsmitteln und Schmerzmitteln in der Selbstmedikation. Ein Thema für jedes Alter.



Euer Wunschthema ist diesmal nicht dabei?

Sprecht uns an, wir laden gerne weitere Expert:innen ein!

Weniger Stress, mehr Freude bei der Erziehung

Donnerstag, 17.10.2024, 10.00 Uhr, „Alte Post“

Montag, 09.12.2024, 10.00 Uhr, „Alte Apotheke“

Wer kennt das nicht: Das Kind will nicht so wie wir, wir sind genervt, das Kind legt noch einen drauf, man dreht sich im Kreis. Wie entkommen wir diesem Kreislauf, ohne dass es zur Eskalation kommt? Mechthild Käufflin-Lamott (Sozialpädagogin, Kess-Trainerin und systemische Paar- und Familientherapeutin) gibt uns Impulse, wie wir solche Situationen verstehen und angemessen reagieren können. Dabei steht die Entwicklung des Kindes, gestützt durch Ermutigung, und dessen verantwortungsvolle Einbeziehung in die Gemeinschaft, im Mittelpunkt. Mütter und Väter erhalten hier eine praktische, ganzheitlich orientierte Erziehungshilfe. [Siehe auch Seite 11.](#)



Wie du täglich den Regenbogen auf den Teller zaubern kannst ...

Donnerstag, 24.10.2024, 10.00 Uhr, „Alte Post“

Noomi Kamm, Beraterin in pflanzenbasierender Ernährung und vierfache Mutter, hat so einige Tipps, wie man seinen Nachwuchs spielerisch an Obst und Gemüse heranführen kann.



Bewusste Kinderernährung, BeKi

Mittwoch, 06.11.2024, 10.00 Uhr, „Alte Post“

Früher oder später ist es bei jedem Kind soweit: Milch ist nicht mehr das einzige Lebensmittel, was das Kind zu sich nimmt. Doch wann soll es soweit sein und wie gelingt der Schritt zum Essen am Familientisch? Was sollte das Kind essen, damit es alle Nährstoffe bekommt? Was sollte es besser nicht essen? Und isst es überhaupt genug? Informationen rund um die Ernährung von Babys und Kleinkindern gibt uns heute Dagmar Exner, BeKi Beraterin und Mutter von drei erwachsenen Kindern.

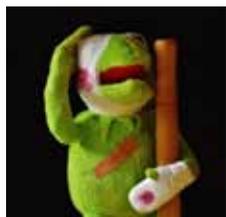


Erste Hilfe für Baby, Kleinkind & die ganze Familie

Montag, 11.11.2024, 10.00 Uhr, „Alte Apotheke“

Mittwoch, 04.12.2024, 10.00 Uhr, „Alte Post“

Euer letzter Erste-Hilfe-Kurs ist schon sehr lange her? Seit ihr Kinder habt, macht ihr euch mehr Sorgen, dass etwas passieren könnte? Rolf Rombach, Notfallsanitäter, stellt sich euren Fragen und zeigt euch die wichtigsten Handgriffe für den Notfall.



Unser Tipp

Rette (m)ich – wer kann? Notfall-Fragen nach Feierabend

Mittwoch, 04.12.2024, 19.00 Uhr, „Alte Apotheke“

[Siehe Seite 58](#)

Schwangeren- und Familienberatung

vom Caritasverband für den Landkreis Lörrach e.V.

Freitag, 22.11.2024, 10.00 Uhr, „Alte Post“

Hier sind Sie richtig bei allen Fragen rund um Familienplanung, Empfängnisverhütung, Schwangerschaft, Geburt, Eltern werden/Eltern sein. Im vertraulichen Gespräch sind Informationen möglich:

- zu finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten
- zu rechtlichen Fragen (rund um Schwangerschaft, Elternzeit, Unterhalt, ...)
- zu Angeboten für junge Familien und alleinerziehende Eltern
- zu Familienplanung und Empfängnisverhütung
- im Schwangerschaftskonflikt (ohne Beratungsschein)

Christiane Sziwek ist für Sie da, um Ihre Anliegen aufzunehmen, Sie zu informieren und vertraulich zu beraten.



Mama ist krank – Der Notfall ist lösbar!

Das Familienwerk Sölden stellt sich vor

Dienstag, 26.11.2024, 10.00 Uhr, „Alte Apotheke“



Fällt die haushaltsführende Person durch einen Unfall oder durch Krankheit aus, kommen die Mitarbeiter:innen des Familienwerks zum Einsatz. Die tägliche Arbeit kann sehr unterschiedlich sein und ist abhängig von den Bedürfnissen der jeweiligen Einsatzfamilie. Z.B. das Zubereiten von Mahlzeiten, das Abholen der Kleinen aus dem Kindergarten, das Einkaufen und Wäschewaschen. Wie kann ich Unterstützung beantragen und welche Kosten kommen auf mich zu? Auf diese und auch auf eure ganz persönlichen Fragen geht Frau Müller vom Familienwerk Sölden gerne ein!

Fachstelle Frühe Hilfen stellen sich vor

Mittwoch, 18.12.2024, 10.00 Uhr, „Alten, Post“

Das Leben mit einem Baby oder Kleinkind verändert vieles. Das neue Familienmitglied bedeutet Glück und Freude, der Alltag beinhaltet aber auch Belastungen, Probleme und Unsicherheiten. Die Fachkräfte der „Frühe Hilfen“ bieten werdenden Eltern sowie Familien mit Kleinkindern ein umfassendes kostenloses Beratungsangebot und vermittelt bei Bedarf schnell und unbürokratisch weitergehende Hilfen. Heute könnt ihr das Angebot kennenlernen und gerne all eure Fragen stellen.



Carla Bareiss



Der Fachdienst Kindertagespflege stellt sich vor

Freitag, 17.01.2025, 10.00 Uhr, „Alte Post“

Dienstag, 21.01.2024, 10.00 Uhr, „Alte Apotheke“

Vielleicht haben Sie schon einmal darüber nachgedacht Tagesmutter oder Tagesvater zu werden? Sie möchten Ihre Kinder individuell und qualifiziert betreuen lassen? Karen Maywald stellt das Angebot des Fachdienstes Kindertagespflege vor und beantwortet Ihre Fragen. [Sh. auch S. 26 u. 47.](#)



Entwicklungspsychologie bis zum dritten Lebensjahr

Mittwoch, 29.01.2025, 10.00 Uhr, „Alte Post“

Wir sehen unsere Kinder aufwachsen, sehen wie sie krabbeln, sitzen, laufen lernen. Doch wie entwickelt sich die Persönlichkeit eines Kindes? Wie verläuft die emotionale Entwicklung? Was bewirken Bindungen und Beziehungen? Was passiert in der Autonomiephase?

Kerstin Monatsberger-Rogge unterstützt als **FamKi*** viele Familien in der ersten Zeit mit Baby. Sie stellt uns die kindliche Entwicklung bis zum dritten Lebensjahr vor und gibt Antworten auf diese Fragen.

* FamKis sind ausgebildete Kinderkrankenschwestern mit der Zusatzqualifikation zur Familien-Gesundheits-Kinderkrankenpflege.

Kreativangebote & Unterhaltung

Magic Sonja zaubert für Jung und Alt

Donnerstag, 10.10.2024, 16.30 Uhr im Quartierscafé „Alte Apotheke“

Heute lassen sich Groß und Klein verzaubern und wer möchte, zaubert mit! • Info: alteapotheke@familienzentrum-rheinfelden.de



Kasperletheater

Donnerstag, 24.10.2024, 15.30 Uhr

im Quartierscafé „Alte Apotheke“

Der Vorhang des Kasperletheaters öffnet sich wieder in der „Alten Apotheke“.

Wir freuen uns über alle, die sich überraschen lassen möchten.



Büchertausch mal anders

Dienstag, 12.11.2024, 19.00 Uhr,

im Quartierscafé „Alte Post“

Heute bringt jeder mindestens ein wirklich gerne gelesenes Buch mit und stellt es bei einem gemütlichen Drink den anderen in der Runde vor. Zum Abschluss dürfen die Bücher dann den Besitzer wechseln. Natürlich steht auch unser Büchertauschschrank bereit.

Autorin Leony Stabla liest: „Fritz Hechse unterwegs“

Donnerstag, 14.11.2024, 15.30 Uhr im Quartierscafé „Alte Apotheke“



Fritz Hechse ist die einzige Echse mit magischen Fähigkeiten in der Echsengemeinschaft. Leider kann ihm deshalb auch niemand helfen, mit diesen Fähigkeiten umzugehen, weshalb er immer wieder Fehler macht. Als man ihm verbietet zu zaubern, beschließt Fritz, die Gemeinschaft zu verlassen und sich einen Zauberlehrer zu suchen. Dabei erlebt er jede Menge Abenteuer.

Leony, Jakob und Jonas Stabla stellen euch die spannende Geschichte vor, die sie gemeinsam geschrieben haben. Freut euch auf einen lustigen Vorlesenachmittag mit Spiel, Spaß und Glitzertattoos.



„Alte Apotheke ganz bunt“ ... Neugierig?

Mehr zu unseren spontanen Bastelideen und Kreativaktionen erfährst Du über Newsletter & Social Media & Webseite & Gemeindebücherei & persönlich im Familientreff „Alte Apotheke“ ... komm vorbei!

BookTok-Buzz und Action-Crossover

Literarischer Tauchgang für Jugendliche von 11 - 14 Jahren

Mittwoch, 27.11.2024, 17.00 - 19.00 Uhr, „Alte Post“

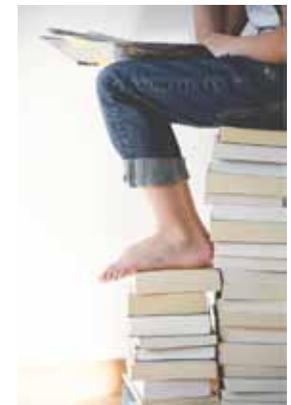
Nach der gelungenen Premiere im Frühjahr kommt jetzt die Fortsetzung: Detlev Hoffmeier, Leiter der Gemeindebücherei Grenzach Wyhlen, präsentiert wieder neue, angesagte Jugendromane. Sein Versprechen: Für jede und jeden ist etwas dabei. Sein Programm: Action, Mysterium, Fantasy, Liebe,



Comic-Crossover oder Booktok-Buzz. Was immer ihr euch in eurer Fantasie vorstellt: Hinter der Tür des Familientreff passiert es. Nun ja, FAST alles, was ihr euch vorstellt. Traut euch rein!

Snacks und Getränke zum Selbstkostenpreis.

Info & Anmeldung: altepost@familienzentrum-rheinfelden.de



Handarbeiten für Kinder – mit den „Flinken Fingern“ der AWO Grenzach-Wyhlen **jeden Montag außerhalb der Ferien von 15.30 - 16.30 Uhr, „Alte Apotheke“**

Ihr seid schon in der Grundschule oder älter und habt Interesse, das Häkeln oder Stricken zu lernen und erste kleine Werke zu erschaffen oder eure Kenntnisse zu vertiefen? Dann seid Ihr hier genau richtig!

Die erfahrenen Handarbeiterinnen rund um Regina Pfirrmann zeigen euch die ersten Schritte und unterstützen euch. Material für die ersten Arbeiten mit Wolle, Nadeln oder Webrahmen ist vorhanden.

Wenn ihr noch nicht in der Schule seid, bringt auf jeden Fall einen Erwachsenen mit, der euch bei den ersten Schritten unterstützen kann.



Gedächtnis-Gruppe des DRK
Immer am Montag von 09.00 - 10.00 Uhr, „Alte Post“

Sie möchten Ihr Gehirn mit anregenden Übungen in Schwung halten? Beim lockeren Zusammensein trainieren wir Wortfindung, Wahrnehmung, Konzentration und diskutieren über gemachte Erfahrungen. Sie erhalten wertvolle Tipps und Anregungen für den Alltag.

Leitung: Eckhart Eule • Info & Anmeldung: Jeweils montags in der Gruppe

Digital-Lotsen – PC, Tablet und Handy-Sprechstunde für Senioren

Jeden 2. Dienstag im Monat „Alte Post“

Jeden 4. Dienstag im Monat „Alte Apotheke“

jeweils 15.00 - 17.00 Uhr

Unter der Überschrift „Senioren helfen Senioren“ bieten die Digital-Lotsen eine Sprechstunde in den beiden Familientreffen an. Sie unterstützen bei Fragen rund um Ihr elektronisches Gerät. Die Teilnahme ist kostenfrei und ohne Anmeldung möglich.



Café Alte Post

Immer am Dienstag von 09.00 - 12.00 Uhr

und am Donnerstag von 14.30 - 17.30 Uhr, „Alte Post“

Eine Lücke wird geschlossen! Gemütlich ins Café gehen war in Wyhlen bisher schwierig. Doch Dank des Engagements einer Gruppe von Ehrenamtlichen gibt es nun ein kleines, gemütliches Café in den Räumen des Familientreffs „Alte Post“ in Wyhlen.

Zweimal pro Woche kann man sich im „Café Alte Post“ zu einem Kaffee mit Freunden oder Familie verabreden oder einfach nur bei einem leckeren Stück hausgemachten Kuchen in Ruhe die Zeitung lesen.

Alle sind herzlich willkommen!



Da das Café ausschließlich durch ehrenamtlich Mitarbeitende betrieben wird, freut sich das Team über Engagierte, die Spaß am Kellnern haben oder mit Freude Kuchen backen. Wenn das auf Sie zutrifft, melden Sie sich gerne im Café.

Jassen

Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat ab 14.00 Uhr,

„Alte Apotheke“

Jassen verbindet Generationen.

Um das alte Kartenspiel „Jassen“ weiterzugeben, bieten wir auch Kurse für Interessierte und Anfänger an. Es sind alle herzlich willkommen.

Info & Anmeldung: klaus.rhein@web.de, Tel. 07624 - 41 48



Spielzüg-Lädeli

Spielwaren
Kinderbücher
Schreibwaren
Geschenkartikel
und vieles mehr...

Gartenstraße 11
79639 Grenzach-Wyhlen
Tel. 07624 / 7272
Fax 07624 / 3906

www.spielzueglaedeli.de

MFM (My Fertility Matters) „Wir begleiten Kinder und Jugendliche durch die Pubertät“ – für Jungs und Mädels von 10 - 12 Jahren

„Agenten auf dem Weg“

Elternvortrag: Mittwoch, 15.01.2025, 19.00 Uhr

Workshop: Samstag, 25.01.2025, 09.00 - 15.00 Uhr

Der Workshop bringt Jungen auf spielerische, alters- und geschlechtsspezifische Art und Weise die Vorgänge und Veränderungen im Körper von Jungen und Mädchen bzw. Mann und Frau nahe. So können sie eine wertschätzende Haltung gegenüber dem eigenen Körper und dem des anderen Geschlechts aufbauen. Mit Hilfe von unterschiedlichen Materialien, Symbolen und Bildern schlüpfen die Jungen in die Rolle einer Samenzelle und unternehmen eine Reise durch den menschlichen Körper, bei der medizinisches wie biologisches Wissen bildhaft, spannend, aber vor allem altersgerecht vermittelt wird.



Leitung: Georg Racke • Kosten: 33 €, inkl. Elternvortrag

Veranstaltungsort: Familientreff „Alte Apotheke“

Info & Anmeldung: alteapotheke@familienzentrum-rheinfelden.de

„Die Zyklus-Show“

Elternvortrag: Mittwoch, 15.01.2025, 19.00 Uhr

Workshop: Samstag, 25.01.2025, 09.00 - 15.00 Uhr

Die Zyklusshow – dem Geheimcode meines Körpers auf der Spur. Wie ein Mädchen ihren eigenen Körper erlebt, hat großen Einfluss auf ihr Selbstbild und ihr Lebensgefühl. Deshalb ist es so wichtig, dass junge Mädchen auf die körperlichen Veränderungen während der Pubertät vorbereitet werden. Ziel ist es, auf anschauliche, liebevolle und spannende Weise die positive Einstellung zum Körper zu fördern. Im Workshop erleben Mädchen, wie fantastisch der Körper der Frau funktioniert, bevor ein Kind entsteht.



In phantasievollen Rollenspielen können die Mädchen auf eine Entdeckungsreise durch den Körper der Frau gehen und auch etwas über den Körper des Mannes erfahren. • Begrenzte Teilnehmerzahl.

Leitung: Hana Roschman • Kosten: 33 €, inkl. Elternvortrag

Veranstaltungsort: Familientreff „Alte Post“

Info & Anmeldung: alteapotheke@familienzentrum-rheinfelden.de

HINWEIS:

Allgemein gilt für unsere Angebote ... wenn Ihr Geldbeutel das „nicht hergeben“ sollte, sprechen Sie uns an. Wir finden eine Lösung, die für beide Seiten passt.



Das Familienzentrum Rheinfelden stellt gerne seine Räumlichkeiten für Kurse externer Anbieter zur Verfügung, sofern sie thematisch zu unseren Inhalten passen. Hierbei ist jedoch zu beachten, dass wir für Inhalte, Durchführung, Verbindlichkeit und finanzielle Angelegenheiten keinerlei Verantwortung und Haftung übernehmen.



Krabbel- und Spielgruppen

Das Familienzentrum Rheinfelden e.V. stellt nicht nur in Rheinfelden, sondern auch in den Familientreffs „Alte Apotheke“ in Grenzach und „Alte Post“ in Wyhlen gerne seine Räume, Materialien sowie sein Wissen für Krabbel-, Spiel- und Kontaktgruppen zur Verfügung.

Kosten: 5 € pro Person im Monat.

CANTIENICA® Körper in Evolution

Montag Abend, „Alte Apotheke“

Diese Methode der Körperarbeit (ver)leitet die Teilnehmer:innen behutsam, eindrücklich, aufgespannt durch den Alltag zu gehen. Kraft, Beweglichkeit ohne Schmerzen und ein gutes Bewusstsein für das Selbst wachsen. Angelpunkte dafür sind der „Organheber-Muskel“, das Zwerchfell und die Wirbelsäule. • Leitung: Katrin Grether
Kosten: 5er Karte 75 € • Info & Anmeldung: katringrether@gmail.com



Bedürfnisorientiertes menschengerechtes Yoga

Jeden Freitag, 08.30 - 10.00 Uhr, „Alte Apotheke“

Gemeinsam gestalten wir einen Erfahrungsraum, achtsam und mit sanften Übungen deine Körperwahrnehmung und Selbstwirksamkeit zu stärken. Für mehr Balance und Wohlbefinden in deinem Leben.

Leitung: Andrea Frampton • Kosten: 17 € pro Termin oder 3er Karte 45 €

Info & Anmeldung: verbindungstaerken@gmail.com

Kinderbuchyoga (Altersgruppe: ab 3 - 6 Jahre)

Einmal im Monat am Freitag, 20.09., 18.10., 15.11., 13.12.2024, 17.01.2025,

jeweils 15.30 - 16.15 Uhr, „Alte Apotheke“

Schnupper-Freitag: 05.07.2024

Spielerisches Yoga für Kinder im Kindergartenalter mit spannendem Kinderbuchyoga.

Leitung: Sabine Schneider • Kosten: 6er Karte 60 €

Info & Anmeldung: 00schneiders@gmx.de



Kinderbuchyoga ab 3 - 6 Jahre

Workshop „Entdecke Dich neu“ – finde Deine innere Stärke und Leichtigkeit (wieder)
Sonntag, 29.09.2024 und Samstag, 11.01.2025 (voneinander unabhängig)
Jeweils von 10.00 bis 17.00 Uhr, „Alte Apotheke“

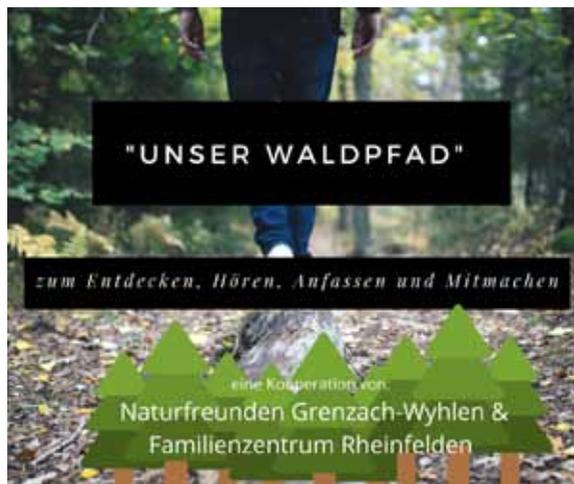


Stell Dir vor, morgen ist alles ganz anders ... Ganz nach dem Motto „Was Dich nicht glücklich macht, kann weg“, lernen wir, Altes loszulassen und erfolgreich neue Ziele zu setzen. Lerne, wie aus Träumen und Wünschen Realität wird - mit der richtigen Technik. Genieße einen geschützten Raum, Energie und Flow! Erwecke Deine Begeisterung für Dein Leben (neu)!

Erlebe einen unvergesslichen Tag mit Spaß, Tiefe und Leichtigkeit.
 Leitung: Jutta Lehmann • Kosten: 49 € (Ermäßigung auf Anfrage)
 Info & Anmeldung: lehmannj234@gmail.com

Rette (m)ich – wer kann? Notfall-Fragen nach Feierabend
Mittwoch, 04.12.2024, 19.00 Uhr, „Alte Apotheke“

So wirklich erinnern kannst du dich an deinen letzten Erste-Hilfe-Kurs nicht? Du wünschst dir aber etwas mehr Sicherheit, wenn es zu Hause mal eine Verletzung zu versorgen gilt oder im Notfall auch mal die Zeit bis zum Eintreffen vom Rettungsdienst überbrückt werden muss? Rolf Rombach, Notfallsanitäter, steht für unsere Fragen bereit und zeigt die wichtigsten Abläufe und Handgriffe. • Teilnahme kostenfrei



Für die Börsen: Teilnahme kostenfrei, Snacks zum Selbstkostenpreis.
 Anmeldung nicht erforderlich.

Kinderkleider-Tauschbörse
Samstag, 12.10.2024 von 10.30 - 13.00 Uhr
im Familientreff „Alte Apotheke“

So schnell sind die Lütten aus ihren Sachen rausgewachsen. Am liebsten würde man den ganzen Stapel mit zu klein gewordenem gegen die nächste Größe austauschen. Jetzt wird's möglich – kommt mit dem, was übrig ist und findet passende Schätze. Von ganz klein bis Größe 164. Wer Kleidung abgeben möchte, kann dies gerne nach Größe sortiert bereits in den Tagen vorher während der Öffnungszeiten tun, **bitte spätestens bis zum 10.10.2024.**



Frauenkleider- und Bücher-Tauschbörse
Samstag, 09.11.2024 von 18.00 - 21.00 Uhr im Familientreff „Alte Post“

Es ist wieder Zeit, den Kleiderschrank zu lüften! Übriges bringen – Neuentdeckungen mitnehmen. Wer nur Kleidung abgeben möchte, kann dies auch schon vorher zu den Öffnungszeiten tun. Und wer gerade nichts übrig hat, ist selbstverständlich trotzdem herzlich zum Finden seines ganz persönlichen Lieblingsoutfits willkommen. Auch Bücher können getauscht werden. Für einen kleinen Imbiss und Getränke ist gesorgt.

Schätzetausch-Schrank
im Familientreff „Alte Apotheke“
 Gebrauchtes oder Neues bringen oder mitnehmen.



Büchertausch-Schrank
im Familientreff „Alte Apotheke“ und „Alte Post“
 Wer mag, nimmt sich Bücher heraus oder stellt welche hinein.

Hier finden Sie uns:

Familienzentrum Rheinfelden e.V.

Elsa-Brändström-Str. 18
79618 Rheinfelden

Info/Verwaltung (Ferienprogramm/Projekte)

Tel: +49 7623 966 547-0
Mail: info@familienzentrum-rheinfelden.de

Minikindergarten

Tel: +49 7623 966 547-2
Mail: info@familienzentrum-rheinfelden.de

Familientreff Rheinfelden

Tel: +49 7623 966 547-3
Mail: familientreff@familienzentrum-rheinfelden.de

Fachdienst Kindertagespflege

Tel: +49 7623 966 547-4
Mail: kindertagespflege@familienzentrum-rheinfelden.de

Kindersecondhand

Tel: +49 7623 966 547-5
Mail: secondhand@familienzentrum-rheinfelden.de

Familientreff „Alte Apotheke“ Grenzach

Markgrafenstr. 1
79639 Grenzach-Wyhlen
Tel: +49 7624 207 49 98
Mail: alteapotheke@familienzentrum-rheinfelden.de

Familientreff „Alte Post“ Wyhlen

In den Abtsmatten 2a
79639 Grenzach-Wyhlen
Tel: +49 7624 912 90 33
Mail: altepost@familienzentrum-rheinfelden.de



www.familienzentrum-rheinfelden.de

Spendenkonto: Sparkasse Lörrach-Rheinfelden

IBAN: DE83 6835 0048 0002 1771 11, BIC: SKLODE66XXX