

Pfarrei Liebfrauen-Überwasser

Herzlich Willkommen im Familienzentrum St. Michael

<p>Familienzentrum St. Michael www.familienzentrum-st-michael.de</p>	
	
<p>Kath. Kita St. Michael II Wickenkamp 1 48161 Münster Tel.: 0251 - 86 44 11</p>	<p>Kath. Kita St. Michael III Gronowskistr. 70 48161 Münster Tel.: 0251 - 98 73 257</p>

Terminübersicht

April - Juni 2023

Beratung und Unterstützung für Familien und Kinder:

Unser Familienzentrum hält ein Angebot der Beratung und Unterstützung für Kinder und Familien bereit. Wir hoffen, dass unsere Angebote Ihren Bedürfnissen entsprechen. Gerne nehmen wir neue Ideen in unser nächstes Heft mit auf. Bitte sprechen Sie uns einfach an.

Deutsch-Sprach- und Alphabetisierungskurs für Mütter von Kindergartenkindern - in Gievenbeck

Im Kursgeschehen werden anhand des Kindergartenalltags sowie der Erfahrungs- und Erlebniswelt der Kinder, Mütter in die deutsche Sprache eingeführt. Der Tagesablauf im Kindergarten, die Spiele, Erziehungsthemen und Elternarbeit stehen bei der allmählichen Erweiterung des Wortschatzes im Mittelpunkt.

Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen!

Termin: jeweils freitags, 1. Termin: 21.04.2023 – 16.06.2023

09.00 – 10.30 Uhr

Ort: Kita St. Michael II

Leitung: Halima Belmati

Anmeldung: Kita St. Michael II (0251/864411) und
Kita St. Michael III (0251/9873257)

Hinweis: Für eine Kindebetreuung in der Zeit ist vor Ort gesorgt!

Sprechstunde Erziehungsberatung

Einmal im Monat bietet die Caritasberatungsstelle abwechselnd in den Räumlichkeiten der Kita St. Michael II und der Kita St. Michael III eine Erziehungsberatung an. Wenn Sie diese Sprechstunde besuchen möchten, sprechen Sie bitte persönlich oder telefonisch einen Termin mit uns ab.

- 1. Termin: Donnerstag, 06.04.2023, 9.00 - 10.00 Uhr,
Kita St. Michael II**
- 2. Termin: Donnerstag, 04.05.2023, 9.00 - 10.00 Uhr
Kita St. Michael III**
- 3. Termin: Freitag, 02.06.2023, 9.00 - 10.00 Uhr,
Kita St. Michael II**
- Leitung: Frau Dorit Kleinen**

**Anmeldung: Kita St. Michael II (0251/864411) und
Kita St. Michael III (0251/9873257)**

Dieses Angebot ist auch offen für Eltern, deren Kinder nicht in eine der beiden Kitas unseres Familienzentrum angemeldet sind.

Kurberatung

Am letzten Mittwoch im Monat findet in den Räumlichkeiten der Kindertageseinrichtung St. Michael II die Kursprechstunde mit einer ausgebildeten Kurlotsin statt. Hier werden Ihre Fragen rund um das Thema „Kur“ beantwortet. Ebenso unterstützt die Kurlotsin Sie bei der Antragstellung. Bitte vereinbaren Sie den Termin mit uns. Unbürokratisch können auch Zusatztermine getroffen werden.

**1. Termin: Mittwoch, 26.04.2023, 10.00 Uhr
Mittwoch, 26.04.2023, 10.45 Uhr**

**2. Termin: Mittwoch, 31.05.2023, 10.00 Uhr
Mittwoch, 31.05.2023, 10.45 Uhr**

**3. Termin: Mittwoch, 28.06.2023, 10.00 Uhr
Mittwoch, 28.06.2023, 10.45 Uhr**

Ort: Kita St. Michael II, Wickenkamp 1, 48161 Münster

**Anmeldung: Kita St. Michael II (0251/864411) und
Kita St. Michael III (0251/9873257)**

Hebammensprechstunde

Bei der richtigen Betreuung eines Babys vor und nach der Geburt ergeben sich viele Fragen. Werdende und junge Eltern können diese bei der Hebammensprechstunde einer freiberuflichen Hebamme stellen.

Bei Beschwerden in der Schwangerschaft gibt es hilfreiche Tipps zur Linderung.

Nach der Geburt berät die Hebamme in allen Fragen rund um die Themen: Stillen, allgemeine Pflege, Nabelpflege, Hilfe bei Verdauungsproblemen, Beratung zur individuellen Beikost etc.

Die Sprechstunde findet in der Kita St. Michael II statt.

Eine Anmeldung hierzu ist zwingend erforderlich.

Ort: Kita St. Michael II

- 1. Termin:** Montag, 08.05.2023; 09.00 Uhr – 9.30 Uhr
- 2. Termn:** Montag, 08.05.2023; 09.30 Uhr - 10.00Uhr
- 3. Termin:** Montag 12.06.2023; 09.00 Uhr - 09.30Uhr
- 4. Termin:** Montag, 12.06.2023; 09.30 Uhr - 10.00Uhr

Anmeldung: Kita St. Michael II (0251/864411)

Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen!

Themenabend mit dem Kinderarzt: Impfungen im Kindesalter

An diesem Abend wird Dr. Jürgens über unterschiedliche Impfungen und deren Wichtigkeit referieren. Natürlich bleibt hier auch genügend Zeit für Ihre eigenen Fragen.

Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen!

Termin: Dienstag, 25.04.2023 um 20.00 Uhr

Ort: Kita St. Michael II

Leitung: Kinderarzt Dr. Jürgens

Anmeldung: Kita St. Michael II (0251/864411) und
Kita St. Michael III (0251/9873257)

Förderung von Familienbildung und Erziehungspartnerschaft

Elterncafé

Im Elterncafé können sich Eltern, Großeltern und Erziehungsberechtigte näher kennen lernen, Kontakte knüpfen und sich austauschen. Eine Infotafel bietet die Möglichkeit, sich auf dem Laufenden zu halten, informelle Gespräche untereinander mit Eltern oder mit Mitarbeitenden der Einrichtung zu führen.

In beiden Einrichtungen findet das Elterncafé einmal im Monat statt.

Ort: Kita St. Michael II

Termine: Mittwoch, 19.04.2023; 14.30-15.30 Uhr

Mittwoch, 17.05.2023; 14.30-15.30 Uhr

Mittwoch, 14.06.2023; 14.30-15.30 Uhr

Ort: Kita St. Michael III

Termine: Mittwoch, 26.04.2023; 14.00-16.00 Uhr

Mittwoch, 31.05.2023; 14.00 – 16.00 Uhr

Mittwoch, 21.06.2023; 14.00 – 16.00 Uhr

Rendsburger Elterntraining

Dieser Kurs richtet sich an Eltern, die sich genauer mit Fragen der Erziehung beschäftigen möchten. Das Zusammenleben zwischen Eltern und Kindern ist nicht immer einfach. Auch wenn alle nur das Beste wollen, können doch manchmal Probleme auftreten, denen man sich hilflos gegenüber fühlt. Wir wollen uns in unserem Elternkurs mit Fragen der Erziehung beschäftigen. Was passiert zwischen Eltern und Kindern? Was läuft gut? Was läuft nicht so gut? Wie könnte manches besser laufen? Das Ziel des Kurses ist es, mehr Verständnis füreinander zu gewinnen, aber auch mehr Sicherheit im Umgang mit den Kindern. Probleme werden immer wieder auftreten. Sie sind Teil unseres Lebens. Probleme können nicht grundsätzlich verhindert werden. Wir können Probleme nicht für Sie lösen, aber wir können gemeinsam Wege erarbeiten, wie Sie Schwierigkeiten in der Familie so lösen, dass am Ende alle zufrieden sind – sowohl die Kinder als auch die Eltern (10 x).

Termin: Mittwoch, 19.04.2023 (10 x) 20.00-21.30 Uhr

Kita St. Michael II, Wickenkamp 1, 48161 Münster

Anmeldung: Kita St. Michael II (0251/864411) und
Kita St. Michael III (0251/9873257)

Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen

Vater-Kind-Aktion: Abenteuer Wald

Im Frühlingwald können kleine Naturforscher viele ereignisreiche Abenteuer erleben, wenn sie Augen und Ohren offenhalten: anschleichen wie die Indianer, mit Spiegeln zu den Baumkronen emporsteigen, Teufelsmärchen

lauschen, versteckte geheimnisvolle Saftkugler und Tausendfüßler entdecken und vieles andere mehr erwartet uns und erzählt uns spannende Geschichten.

Haltet euer Wald-Eintrittsticket bereit!

Alle Kinder sind eingeladen, Becherlupen und einen kleinen Snack für ein kurzes Picknick mitzubringen.

Termin: Samstag, 06.05.2023, 14.30 – 16.30 Uhr

Treffpunkt: Haus Mariengrund, Nünningweg 133, 48161 Münster

Anmeldung: Kita St. Michael II (0251/864411) und
Kita St. Michael III (0251/9873257)

Mutter-Kind Aktion: Keramikmalerei für Mütter und Kinder im Alter von 4- 6 Jahren

Am Freitag, 28.4.2023 um 15 Uhr findet in der Kita St. Michael III ein Keramikmalkurs für Mütter und Kinder im Alter von 4-6 Jahren statt. In diesem Kurs können die Kinder und Mütter eine Schale bemalen. Bring hierzu deine Vorlage, dein Lieblingsmotiv oder eine Skizze mit. Dann schauen wir gemeinsam, ob wir Deinen Wunsch erfüllen können. Du kannst dann deine Lieblingsfarben auswählen und schon geht es los. Deine fertige Müslischale wird dann glasiert und gebrannt und ist nach dem Brennvorgang auch Spülmaschinenfest. Die zu bemalenden Müslischalen haben wir schon besorgt.

Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen!

Termin: Freitag, 28.04.2023; 15.00 Uhr

Ort: Kita St. Michael III, Gronowskistr. 70

Anmeldung: Kita St. Michael II (0251/864411) und
Kita St. Michael III (0251/9873257)

„Achtsamkeit“- Spannung lösen – Stress bewältigen

Auszeit vom Alltag- „Zeit für mich“

Entspannungsübungen, progressive Muskelrelaxtion, Faszientraining, Rückenschmerzen vorbeugen und lindern. Finden Sie heraus, wie sie sich durch sanfte Bewegungen mit Leichtigkeit bewegen können.

Beginn: Montag, 17.04.2023, 17.00 Uhr (9x)

Ort: Kita St. Michael II, Wickenkamp 1, 48161 Münster

Anmeldung: Kita St. Michael II (0251/864411) und
Kita St. Michael III (0251/9873257)

Wellnesstag für Mütter

Entspannung und Rückengesundheit

Stress und Hektik nehmen im Alltag immer mehr zu, umso wichtiger werden Ruhe und Entspannung zum Ausgleich.

Im Mittelpunkt stehen die Rückengesundheit und die Entspannung. Bewusst bewegen im Alltag ist Prävention, stärkt das Selbstbewusstsein und bringt Vitalität.

Sie bekommen an diesem Tag Anleitungen zum gesundheitsbewussten Verhalten. Gezielte Bewegungsübungen sollen Rückenproblemen vorbeugen, bereits vorhanden Beschwerden überwinden und chronische Schmerzen vermeiden.

Die Räume der Kita St. Michael II werden dabei zum Ruhe- und Entspannungszentrum.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, gr. Handtuch oder Decke, kl. Kissen und viel Spaß beim Ausprobieren.

Die Kosten für den Tag, einschl. Mittagessen und Getränke, werden vom Familienzentrum übernommen.

Termin: Samstag, 06.05.2023, 10.00 – 15.00 Uhr

Ort: Kita St. Michael II, Wickenkamp 1

Leitung: Karin Logermann

Anmeldung: Kita St. Michael II (0251/864411) und
Kita St. Michael III (0251/9873257)

Rückenschule

Anleitungen zum gesundheitsbewussten Verhalten und gezielte Bewegungsübungen sollen helfen, Rückenproblemen vorzubeugen, bereits vorhandene Beschwerden zu überwinden und chronische Schmerzen zu vermeiden.

Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen!

Beginn: Mittwoch, 19.04.2023, 17.00 Uhr (10x)

Ort: Bewegungsraum der Kita St. Michael III,
Gronowskistr. 70, 48161 Münster

Anmeldung: Kita St. Michael II (0251/864411) und
Kita St. Michael III (0251/9873257)

Psychomotorik für Kinder von 4 - 6 Jahren

Stress und Hektik nehmen im Alltag immer mehr zu, umso wichtiger werden Ruhe und Entspannung zum Ausgleich. Durch Atemübungen, Fantasie-reisen, Bewegung und viel Spaß lernen die Kinder sich und ihren Körper besser kennen und sich selbst zur Ruhe zu bringen.

Dieses Angebot richtet sich an Kinder im Alter von 4 bis 6 Jahren. Der Kurs geht über 7 Wochen.

Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen!

Kurs 1:

Beginn: Dienstag, 18.04.2023, 14.30 – 15.15 Uhr (10x)

Ort: Kita St. Michael II, Wickenkamp 1, 48161 Münster

Kurs 2:

Beginn: Dienstag, 18.04.2023, 15.30 – 16.15 Uhr (10x)

Ort: Kita St. Michael III, Gronowskistr. 70, 48161 Münster

Anmeldung: Kita St. Michael II (0251/864411) und
Kita St. Michael III (0251/9873257)

Schultüte selbstgenäht

Die Einschulung steht bevor. Zum ersten Schultag gehört eine Schultüte unbedingt dazu.

Kombiniere farbenfrohe Stoffe, appliziere den Namen, verziere liebevoll mit unterschiedlichen Bändern, Borten und Aufnähern. So entsteht eine individuelle und persönliche Schultüte.

Nach dem ersten Schultag kann die Tüte mit einem Kisseninlett gefüllt werden, sodass ein wunderschönes Kissen zum Relaxen bleibt.

Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen!

Beginn: Montag, 12.06.2023, 19.00 – 22.00 Uhr

Ort: Kita St. Michael III, Gronowskistr. 70, 48161 Münster

Leitung: Frau Tenbuß-Niehues

Anmeldung: Kita St. Michael II (0251/864411) und
Kita St. Michael III (0251/9873257)

Vereinbarkeit von Familie und Beruf

Tagespflegecafé

Einmal im Quartal besteht für alle Tagesmütter und -väter die Möglichkeit, an einem offenen Treffen in unserem Tagespflegecafé teilzunehmen. Neben dem gemeinsamen Austausch überlegen wir Themen für Fortbildungs-

angebote, die für Tagespflegepersonen interessant sind. Zusätzlich können die Tagesmütter und -väter jeden Montagmorgen mit ihren Kindern unsere Turnhalle nutzen.

Auch Tagespflegepersonen aus der Großtagespflege sind herzlich eingeladen.

Termin: Donnerstag, 25.05.2023, 17.00 Uhr, Kita St. Michael II

Zusätzliche Angebote

Mit Sumba Grenzen überwinden

Sport ist eine Sprache, die jeder versteht! Flüchtlingsfrauen und -mädchen sowie Frauen und Mädchen mit und ohne Migrationshintergrund sind herzlich zum Sport eingeladen. Sumba kombiniert Aerobic mit lateinamerikanischen und internationalen Tänzen. Mitzubringen sind – außer Spaß an Bewegung und Tanz – Sportkleidung, Handtuch und ein Getränk.

Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen!

Beginn: Mittwoch, 05.04.2023; 18.30 - 19.30 Uhr (12x)

**Ort: Bewegungsraum der Kita St. Michael III,
Gronowskistraße 70, 48161 Münster**

**Anmeldung: Kita St. Michael II (0251/864411) und
Kita St. Michael III (0251/9873257)**

Kreativangebote

In fast regelmäßigen Abständen bietet Vera Degener (Kunstatelier Degener) verschiedene Kreativangebote in unserem Familienzentrum an. Zu den verschiedenen Jahreszeiten werden von Ihnen individuelle Kunstobjekte erstellt. In diesem Quartal gibt es das Angebot, die Tulpe Vogelhaus auf Holz (0,30m x 1,60m) zu malen. Der Eigenanteil hierfür beträgt 15,00 Euro.



Tulpe malen

Termin: Dienstag, 09.05.2023 um 19.00 Uhr

Eigenanteil: 15,00 Euro

Ort: Kita St. Michael II, Wickenkamp 1

Anmeldung: Kita St. Michael II (0251/864411)

Als zweites Kreativangebot besteht die Möglichkeit, den Aasee auf Leinwand (50x50) zu malen. Der Eigenanteil pro Teilnehmer beträgt 15,00 Euro.



Termin: Dienstag, 13.06.2023 um 19.00 Uhr

Eigenanteil: 15,00 Euro

Ort: Kita St. Michael II, Wickenkamp 1

Anmeldung: Kita St. Michael II (0251/864411)

Terminübersicht

April 2023

- 05.04.23 18.30 Uhr: Sumba (St. Michael III)
- 06.04.23 09.00 Uhr: Sprechstunde Caritasberatungsstelle (St. Michael II)
- 17.04.23 17.00 Uhr: Achtsamkeit: Spannung lösen- Stress bewältigen
(St. Michael II)
- 18.04.23 14.30 Uhr: Psychomotorik (St. Michael II)
- 18.04.23 15.30 Uhr: Psychomotorik (St. Michael III)
- 19.04.23 14.30 Uhr: Elterncafé (St. Michael II)
- 19.04.23 17.00 Uhr: Rückenschule (St. Michael III)
- 19.04.23 20.00 Uhr: Rendsburger Elterntraining (St. Michael II)
- 21.04.23 09.00 Uhr: Deutsch-Sprach- und Alphabetisierungskurs
(St. Michael II)
- 25.04.23 20.00 Uhr: Themenabend: Impfen (St. Michael II)
- 26.04.23 10.00 Uhr: Kurberatung (St. Michael II)
- 26.04.23 14.00 Uhr: Elterncafé (St. Michael III)
- 28.04.23 15.00 Uhr: Mutter-Kind-Aktion (St. Michael III)

Mai 2023

- 04.05.23 09.00 Uhr: Sprechstunde Caritasberatungsstelle (St. Michael III)
- 06.05.23 10.00 Uhr: Wellnessstag für Frauen (St. Michael II)
- 06.05.23 14.30 Uhr: Vater-Kind-Aktion (Treffpunkt Haus Mariengrund)
- 08.05.23 09.00 Uhr: Hebammensprechstunde (St. Michael II)

08.05.23 09.30 Uhr: Hebammensprechstunde (St. Michael II)
09.05.23 19.00 Uhr: Kreativangebot Tulpe (St. Michael II)
17.05.23 14.30 Uhr: Elterncafé (St. Michael II)
25.05.23 17.00 Uhr: Tagespflegecafe (St. Michael II)
31.05.23 10.00 Uhr: Kurberatung (St. Michael II)
31.05.23 14.00 Uhr: Elterncafé (St. Michael III)

Juni 2022

02.06.23 09.00 Uhr: Sprechstunde Caritasberatungsstelle (St. Michael II)
12.06.23 09.00 Uhr: Hebammensprechstunde (St. Michael II)
12.06.23 09.30 Uhr: Hebammensprechstunde (St. Michael II)
12.06.23 19.00 Uhr: Schultüten nähen (St. Michael III)
13.06.23 19.00 Uhr: Kreativangebot: Aasee (St. Michael II)
14.06.23 14.30 Uhr: Elterncafé (St. Michael II)
21.06.23 14.00 Uhr: Elterncafé (St. Michael III)
28.06.23 10.00 Uhr: Kurberatung (St. Michael II)

Wichtig!

Bitte melden Sie sich unbedingt zu den einzelnen Veranstaltungen an. In der Terminübersicht finden Sie hinter jeder Vorankündigung an welchem Ort die Veranstaltung stattfindet. Die Anmeldungen werden in beiden Einrichtungen angenommen (Kita St. Michael II: 0251/864411 /Kita St. Michael III: 0251/9873257; Ausnahme: der Kreativkurs- bitte nur über Kita St. Michael II anmelden!). Wenn nichts anderes vermerkt wird, übernimmt das Familienzentrum die Kosten für die einzelnen Angebote.

Unsere Kooperationspartner:

- Caritas vor Ort, Beratungsstelle Gievenbeck:
Dorit Kleinen, 0251-871040
- Haus der Familie, katholisches Bildungsforum im
Stadtdekanat Münster e.V.:
Ruth Ehrich, 0251-4186617
- Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin:
Dr. Rasmus Jürgens, 0251-861046
- Praxis für Physiotherapie und Heilkunde:
Aldona Dengiz und Team, 0251-8714853
- Gemeindec Caritas:
Lars Stuhrbaum, 0251-86540
- Amt für Kinder, Jugendliche und Familien:
Anna- Lena Wilmer, 0251-4925154
- Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Bistum Münster:
Monika Dallmüller, 0251-135330

Das Familienzentrum St. Michael ist eine Einrichtung der

**Kath. Pfarrei
Liebfrauen-Überwasser**

Enschedeweg 2, 48149 Münster

Tel. 0251 86540

liebfrauenueberwasser-muenster@

liebfrauen-muenster.de

