

Familienzentrum Loheland – Neue Kursangebote und Workshops 2019

Januar 2019

22.01.2019

NEU - Eurythmie Bewegungskunst – harmonisierend für Körper, Geist u. Seele, dienstags: 20.00 – 21.00 Uhr, Haus für Spiel und Bewegung, Ansprechpartnerin: Mirjam Voigt, 0661/3804529 und/oder

Eurythmie-Kurs für Anfänger (bei genügend Anmeldungen) NEU

Ansprechpartnerin: Mirjam Voigt, 0661/3804529 oder über das Familienzentrum (0661/39230)

Februar 2019

06.02.2019

Ernährungsbedingte Krankheiten – Wie kann ich sie verhüten?

In diesem Kurs werden die grundsätzlichen Ernährungsfehler angesprochen: Welche Nahrungsmittel sollten vermehrt zu sich genommen werden und welche sollte man eher vermeiden?

Kurs von 19.30 bis 21.45 Uhr, Kosten: 20 Euro, Anmeldung: Wolfgang Groß, 0661/9426246, wogro@t-online.de

14.02.2019

Was ist Bio? – Ist Bio denn wirklich auch immer gesund?

Die Bandbreite, was die Qualität von Bio-Lebensmittel anbelangt, ist beträchtlich. Worauf muss ich beim Einkauf achten, damit Bio wirklich auch gleich gesund ist!

Kurs von 19.30 bis 21.45 Uhr, , Kosten: 20 Euro, Anmeldung: Wolfgang Groß, 0661/9426246, wogro@t-online.de

20.02.2019

Beziehungsschach - wie beide gewinnen

Im Schach gibt es eine Vielzahl von Möglichkeiten auf die Züge des Partners zu reagieren; es finden sich immer neue Strategien. Im Beziehungsalltag ist es häufig anders, man wählt alte Muster und wundert sich, dass immer das Gleiche, wie ein zwanghafter Automatismus, passiert. Wie sich das verändern lässt, soll in diesem Kurs ausführlich erläutert werden.

Kurs von 19.30 bis 21.45 Uhr, Kosten: 20 Euro, Anmeldung: Wolfgang Groß, 0661/9426246, wogro@t-online.de

28.02.2019

Loslassen – damit das Leben weiter geht Kurs von 19.30 bis 21.45 Uhr, Kosten: 20 Euro, Anmeldung: Wolfgang Groß, 0661/9426246, wogro@t-online.de

07.02.2019

Alte Heilmethoden neu entdeckt – Heilsame Wickel und Auflagen für Kinder und Erwachsene, „Zeit – Wärme – Zuwendung – Ruhe“

Workshop 19.30 bis 21.00 Uhr, Kosten 20 Euro, Anmeldung bis Dienstag vorher, Anmeldung: Ursula Zimmermann, 0661/96253475 (AB), uzeinfo@web.de

28.02.2019

Wichtige Elemente der Ernährungsbildung – Einführungsvortrag

von 19.30 – 21.00 Uhr, Kosten 20 Euro, Anmeldung: Ursula Zimmermann, 0661/96253475 (AB), uzeinfo@web.de

und workshop dazu: **siehe 14.03.2019 N E U**

14.02.2019

Kess-erziehen – Von Anfang an - Ein Kurs für Eltern von Babys/Kindern im Alter von 0 bis 3 Jahren

Der Kurs stärkt die Eltern-Kind-Beziehung. Es geht um Beziehung aufbauen/Selbständigkeit fördern/Kompetenz erleben/Konfliktsituationen kess angehen/Selbstbewusst werden/Ich und die Gemeinschaft

Kurs: 5 Abende á 2,5 Std., Kosten 15 Euro (Elternpaar 20 Euro), Anmeldung: Monika Goldbach, monika@villagoldbach.de

05.02.2019

Schwangerenkreis – Zeit für Dich und Dein Baby/ Inspirierende Impulse für die Schwangerschaft und Geburt/Austausch mit anderen werdenden Müttern, fortlaufender Kurs im **Geburtshaus**, Kosten: pro

Abend 15 Euro, Zeit: 19.30 Uhr, Dauer ca. 2 Stunden, Anmeldung: Désirée Keunecke – Heilraum für Frauen, info@desireekeunecke.com

27.02.2019 Neu

Schwangerenkreis – Zeit für Dich und Dein Baby/ Inspirierende Impulse für die Schwangerschaft und Geburt/Austausch mit anderen werdenden Müttern, fortlaufender Kurs in **Loheland**, Kosten: pro

Abend 15 Euro, Zeit: 19.30 Uhr, Dauer ca. 2 Stunden, Anmeldung: Désirée Keunecke – Heilraum für Frauen, info@desireekeunecke.com

März 2019

07.03.2019

Alte Heilmethoden neu entdeckt – Heilsame Wickel und Auflagen für Kinder und Erwachsene, „Zeit – Wärme – Zuwendung – Ruhe“

Workshop 19.30 bis 21.00 Uhr, Kosten 20 Euro, Anmeldung bis Dienstag vorher, Anmeldung: Ursula Zimmermann, 0661/96253475 (AB), uzeinfo@web.de

14.03.2019 **N E U**

Wichtige Elemente der Ernährungsbildung – Workshop für Eltern, Pädagogen und Interessierte

Einführungsabend + praktischer Teil mit vielen Tipps

Kinder brauchen gute Vorbilder, sie sind die Konsumenten von morgen, das weiß die Industrie schon lange und wir Erwachsenen sind herausgefordert, ihnen den Weg zu einem gesundheits- und umweltbewussten Umgang mit unseren Lebensmitteln, unserem Körper und der Natur zu eröffnen! Nur ein natürlicher, sinnlich betonter Umgang mit uns und unserer Umwelt kann falschen „Schönheits- und Qualitätsidealen“ einer Industriegesellschaft mit entsprechenden Folgen wie Essstörungen, Diätenwahn und problematischem Essverhalten bei Kindern entgegenwirken.

Nach einem Einführungsvortrag, gemeinsam erarbeiteten Werten und Zielen in der Ernährungserziehung, bleibt Raum für kleine praktische Selbsterfahrungen und Diskussion!

Finden sich genügend Interessenten werden zwei Folgetermine im März/April angeboten („Stressfreies Essen am Familientisch“ – „Koch-Treff Eltern mit Kindern“)

von 19.30 – 21.00 Uhr, mindestens 6 Teilnehmer, Kosten 55 Euro, Anmeldung: Ursula Zimmermann, 0661/96253475 (AB), uzeinfo@web.de

13.03.2019

Schwangerenkreis – Zeit für Dich und Dein Baby/ Inspirierende Impulse für die Schwangerschaft und Geburt/Austausch mit anderen werdenden Müttern, fortlaufender Kurs im *Geburtshaus*, Kosten: pro Abend 15 Euro, Zeit: 19.30 Uhr, Dauer ca. 2 Stunden, Anmeldung: Désirée Keunecke – Heilraum für Frauen, info@desireekeunecke.com

27.03.2019 **Neu**

Schwangerenkreis – Zeit für Dich und Dein Baby/ Inspirierende Impulse für die Schwangerschaft und Geburt/Austausch mit anderen werdenden Müttern, fortlaufender Kurs in *Loheland*, Kosten: pro Abend 15 Euro, Zeit: 19.30 Uhr, Dauer ca. 2 Stunden, Anmeldung: Désirée Keunecke – Heilraum für Frauen, info@desireekeunecke.com

Vom 8. Bis 16. März 2019 findet die 29. Fuldaer Frauenwoche statt – 100 Jahre Frauenwahlrecht – (das vollständige Programm der Fuldaer Frauenwoche können Sie ab Ende Januar unter www.frauenbuero-fulda.de abrufen.)

Kurse fortlaufend, Einstieg jederzeit möglich:

- **Kinderyogastunde mit Mutter/Vater/Oma oder Opa – Gemeinsam ist schöner!** Spielerisch mit Kindern Yoga üben, nächster Termin 21.04.2018, jeden zweiten Samstag, 11.00 – 12.15 Uhr, 14 €/Stunde, Ansprechpartnerin: Bärbel Hoek, 0661/3803112, [b.hoek\[at\]gmx.net](mailto:b.hoek[at]gmx.net)
- **Yin-Yogakurs** für alle (fortlaufend), **dienstags ab 19.30 Uhr**, 11 Euro pro Abend, 9 Euro mit Zehnerkarte, Ansprechpartnerin: Bärbel Hoek, 0661/3803112, [b.hoek\[at\]gmx.net](mailto:b.hoek[at]gmx.net)
- **Eltern-Kind-Gruppe Drop-In(klusive)**, dienstags 15.30 - 17.00 Uhr, Rundbau, Ansprechpartnerin: Anna Halbig, 0661/39223, [kindergarten\[at\]loheland.de](mailto:kindergarten[at]loheland.de)
- **Eurythmie Bewegungskunst – harmonisierend für Körper, Geist u. Seele**, dienstags: 19.30 – 20.30 Uhr, Haus für Spiel und Bewegung, Ansprechpartnerin: Mirjam Voigt, 0661/3804529
- **Folkloretanzkurs**, donnerstags: 19.45 - 20.45 Uhr, Haus für Spiel und Bewegung, Ansprechpartnerin: Selina Neuhaus, 0661/93358966, [annarneuhaus\[at\]gmail.com](mailto:annarneuhaus[at]gmail.com)
- **Qi Gong Kurs – ein Weg zur Entschleunigung**, dienstags 18.00 -19.00 Uhr, Schulhaus 3, Eurythmiesaal, Ansprechpartnerin: Ruth Soyka, [rsoyka\[at\]web.de](mailto:rsoyka[at]web.de), 4 € / pro Abend
- **Circus Peperoni**, mittwochs: 14.00 – 15.30 Uhr, Franziskusbau, Ansprechpartnerin: Annette Flemming, [annette.flemming\[at\]gmx.net](mailto:annette.flemming[at]gmx.net)
- **Pfadfindergruppe**, freitags: 14.00 – 16.00 Uhr, Ansprechpartner: Thomas Peffermann, 06656/911785
- **Yoga auf dem Stuhl für ältere Menschen**, dienstags: 10.00 – 11.00 Uhr, bei genügend Interessenten kann der Kurs jederzeit starten, Kosten: 10 € Euro/Stunde, Ansprechpartnerin: Bärbel Hoek, 0661/3803112, [b.hoek\[at\]gmx.net](mailto:b.hoek[at]gmx.net)

Beratungsangebote:

Systemisches Elterncoaching

Psycho-soziale Beratung für Jugendliche und Erwachsene

Elternsprechstunde

(näheres auf der Homepage des Familienzentrums, www.loheland.de)

Kontakt: Sylvia Richter, familienzentrum@loheland.de, 0661/39230