

FAMILIENZENTRUM
RHEINFELDEN UND GRENZACH-WYHLEN
JANUAR - JULI 2024



Familienzentrum
Rheinfelden e.V.



Unvergessliche Momente.

Deshalb unser Engagement. Sei es Kunst, Kultur, Sport oder Soziales – mit all unseren Aktivitäten fördern und stärken wir die Region.

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Lörrach-Rheinfelden

..... *Allgemeines*

Seite 4 Vorwort
Seite 5 Jubiläum / Impressum
Seite 6 Wir stellen uns vor
Seite 7 Verwaltung & allgemeine Infos
Seite 31 - 34 Alle Termine für Rheinfelden und Grenzach-Wyhlen
Seite 28 Babysitter - Vermittlung und Ausbildung
Seite 29 Radeln ohne Alter
Seite 36 - 38 Outdoorfamily - immer am Wochenende

..... *Programm Rheinfelden*

Seite 8 Familientreff Rheinfelden - Offener Treff
Seite 9 - 11 Fachberatungstag
Seite 12 - 13 Familientreff für Eltern & Kind
Seite 14 Familientreff für Eltern & Kind - Kooperationen
Seite 15 - 17 Familientreff für Erwachsene - immer am Donnerstag
Seite 18 - 20 Vorträge & Kurse - am Abend
Seite 21 Kurse für Kinder
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 30 Regelmäßige Termine im Familientreff Rheinfelden

..... *Programm Grenzach-Wyhlen*

Seite 35 Regelmäßige Termine in den Familientreffs Grenzach-Wyhlen
Seite 40 - 41 Familientreffs in Grenzach-Wyhlen
Seite 42 - 44 Offener Treff
Seite 45 - 50 Fachberatung
Seite 51 Kreativangebote & Unterhaltung
Seite 52 - 54 Familientreff für alle Generationen und Kulturen
Seite 55 - 56 Kurse & Workshops
Seite 58 Kurse & Workshops - Externe Angebote
Seite 59 Börsen & Märkte
Seite 60 - 61 Kooperationen & Vorträge



Wibke Rombach

„Das Leben ist kunterbunt, wenn wir es ausmalen.“
(Verfasser unbekannt)

Wenn wir uns Pläne machen, dann ist das oft noch sehr einfarbig ausgestaltet. Vielleicht mit Bleistift begonnen, um die Veränderungen bei der Entwicklung des Vorhabens nochmals ausradieren und anpassen zu können. Aus der bleistiftgrauen

Theorie wird dann aber vielleicht irgendwann ein Bau- oder Fahrplan für die Praxis. Aus der provisorischen Zeichnung wird etwas Konkretes.

Die Praxis des Lebens hat mal mehr und mal weniger ausufernde Pläne. Aber klar ist: Wir können das Leben bunt gestalten, wenn wir es ausmalen. Raus aus dem grauen Alltag oder der Einsamkeit, rein in Erlebnisse, die uns bereichern in Gedanken, Emotionen und Begegnungen, welche das Leben bunter machen.

Seit Beginn an ist dies das Ziel unseres Vereins! Verbunden mit der niederschweligen Möglichkeit, jeder und jedem etwas Farbe für das eigene Leben mitzugeben. Dank neuer Ideen, die wir aus der Theorie einfach in die Praxis umsetzen, dank unserer vielen Helferinnen und Helfer, die sich haupt- und ehrenamtlich engagieren, sowie der finanziellen Unterstützung durch Kommunen, Firmen, Organisationen und nicht zuletzt dank der Beiträge unserer Mitglieder.

„Das Leben ist kunterbunt, wenn wir es ausmalen“ – ja, da ist eine Bedingung verknüpft: „Wenn“. Da Sie hier sogar unser Vorwort lesen, sind Sie sicher interessiert am „Ausmalen“. Vielleicht fällt Ihnen auch jemand ein, der noch nicht weiß, womit er oder sie das Leben „ausmalen“ soll.

Dann empfehlen Sie unser Programm bitte weiter oder nehmen Sie die Person, die Familie, einfach mit zu einem unserer nächsten Angebote. „Das Leben ist kunterbunt“ – verwenden Sie gerne hierfür auch ein wenig Farbe unseres Familienzentrums.

Es grüßen Sie

Wibke Rombach und der Vorstand des Familienzentrums



Leonie Donner
Vorstand



Stefan Heinzl
Vorstand



Fritz Grässlin
Vorstand

**30 Jahre Familienzentrum Rheinfelden
10 Jahre Familientreffs Grenzach-Wyhlen
..... jubuuuuu, wir feiern!**

„Politik aus der Praxis – Frauen gestalten mit“
**Freitag, 15. März 2024, 15.30 - 17.00 Uhr im Spiel- und Kulturhaus Tutti Kiesi
Werderstraße 49, Am Festplatz Warmbach, 79618 Rheinfelden**

Wir treffen uns mit Gemeinderätinnen aus Rheinfelden und Grenzach-Wyhlen zum Kennenlernen, Informieren, Austausch und Kaffeetrinken. Eingeladen sind alle, mit oder ohne Kinder, mit oder ohne politische Ambitionen und ohne Anmeldung, einfach kommen, zuhören oder mitreden.

„Ein gedeckter Tisch für alle“
Miteinander reden, einander begegnen, Brücken bauen und dabei lecker essen.
Wir laden alle ein, die mit uns feiern wollen.

Unser Tisch ist gedeckt ...
**am Donnerstag, 20. Juni 2024, 10.00 - 14.00 Uhr
in der „Alten Apotheke“ in Grenzach,
Markgrafenstr. 1, 79639 Grenzach-Wyhlen und**

**am Freitag, 21. Juni 2024, 10.00 - 14.00 Uhr
im Familienzentrum Rheinfelden,
Elsa-Brändström-Str. 18, 79618 Rheinfelden**



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. dem Fachberatungstag, 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



Jessie Rohde



Franziska Wehber
Koordinatorin
Familientreff Rheinfelden



Sükran Celik

Fachberatungstag

> immer am Montag

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

Sozialberatung Caritasverband Hochrhein e.V.

08.01., 05.02., 04.03., 08.04., 06.05., 03.06., 01.07.2024, 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 Rufle helfen Ihnen, für Ihre ganz persönlichen Anliegen, Fragen und Probleme, Lösungen zu finden.



Waltraud Diemer



Stefanie Rufle

Beratung rund um Schwangerschaft und Familie

29.01., 18.03., 22.04., 17.06., 15.07.2024, 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

15.01. und 15.07.2024 Familienrecht

15.04.2024 Arbeitsrecht und beruflicher Wiedereinstieg z.B. nach Elternzeit

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/beruflicher Wiedereinstieg.

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

Zahngesund im Kindermund 15.01.2024, 10.00 Uhr

Wann und wo kommt eigentlich der erste bleibende Zahn im Mund meines Kindes? Wann gehe ich zum ersten Mal zum Zahnarzt? Wie putze ich am besten die ersten Zähne? Wie wichtig ist die Ernährung für die Zahngesundheit? Diese und viele Fragen mehr beantwortet uns heute Frau Sutter von der Arbeitsgemeinschaft für Zahngesundheit.



Sprachentwicklung bei Kindern 19.02.2024, 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.

Osteopathie und Geburtsvorbereitung 26.02.2024, 10.00 Uhr

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.



Fachstelle Frühe Hilfen stellen sich vor 11.03.2024, 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 Rotzler



Mama ist krank – Der Notfall ist lösbar! Das Familienwerk Sölden stellt sich vor 13.05.2024, 10.00 Uhr



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. Das Zubereiten von Mahlzeiten, das Abholen der Kleinen aus dem Kindergarten, das Einkaufen und Wäschewaschen sind nur einige wenige Beispiele. 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!

Digitaler Familienalltag – Medien und Vorbildverhalten ... Villa Schöpflin : 24.06.2024, 10.00 Uhr

ZENTRUM FÜR SUCHTPRÄVENTION

Handy, Tablet & Co sind aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Wie wirkt die eigene Nutzung auf unsere Kinder? Wirkt unser Verhalten schon auf Babys? Hier bekommen Eltern eine kompakte Übersicht zum Thema „Empfehlungen im Umgang mit neuen Medien“ und werden auch über Risiken in der Entwicklung ihrer Kinder aufgeklärt. Im Dialog mit Frau Butter von der Villa Schöpflin in Lörrach gibt es Gelegenheit, die eigenen Fragen zu klären.

BÄCKEREI
Ralf Glück



79618 Rheinfelden
Fecampring 42

Backstube&Laden Tel 07623 1459

Filiale Nollinger Eck (Norma) Tel 07623 966088
info@baeckerei-glueck.de

Familientreff für Eltern & Kind

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

Babycafé

Montag 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 unseren Fachberatungstag S. 9 - 11. 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 bereit und gelegentlich laden wir zu aktuellen Themen Expert:innen ein.



Zu Gast im Zwergencafé:

- **Freitag, 23.02.2024 um 10.00 Uhr**
Präventionslotsen im Landkreis Lörrach, Alina Bauer (mehr Infos, siehe Seite 46)
- **Dienstag, 12.03.2024 um 10.00 Uhr**
Babygebärden MiniSigns®, Maren Kummerer (mehr Infos, siehe Seite 47)
- **Dienstag, 30.04.2024 um 10.00 Uhr**
Frauenberatungsstelle Lörrach, Franziska Weiser (mehr Infos, siehe Seite 49)
- **Freitag, 28.06.2024 um 10.00 Uhr**
Musikschule Rheinfelden, Emily Engbers (mehr Infos, siehe Seite 50)

Das Team vom Babycafé und Zwergencafé freut sich auf euch:

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



Milchcafé **>NEU<**

jeden 3. Mittwoch im Monat: 17.01., 21.02., 20.03., 17.04., 15.05., 19.06., 17.07.2024, jeweils von 09.00 bis 10.00 Uhr

Hannah Bernbach bietet einmal pro Monat das „Milchcafé“ an. Hier gibt's Austausch und Beratung rund ums Stillen und Flasche geben. Als 4-fach Mutter und zertifizierte Stillberaterin bei der Arbeitsgemeinschaft freier Stillgruppen e.V., bringt sie gutes Gespür, reichlich Erfahrung und Einfühlungsvermögen für eure Fragen und Wünsche mit und steht euch mit Rat und Tat zur Seite. Anmeldung gerne unter: www.handinhandentspannt.de
Die Teilnahme ist kostenfrei.

externes Angebot



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



Jetzt **NEU** und zu folgenden Terminen zu Besuch im Zwergentreff Ü3:
das Kamishibai Erzähltheater mit Leony Stabla
18.01., 07.03., 16.05., 11.07.2024



Gartenspaß für Familien
Einmal im Monat am Samstag, jeweils von 14.00 - 17.00 Uhr
Euch erwarten abwechslungsreiche Familiennachmittage in unserem Familienzentrums-garten in Rheinfelden. Je nach Thema wird gewerkelt, gerätselt, gespielt und Geschichten gelauscht.
Leitung: Leony Stabla • Teilnahme kostenfrei. Snacks, Getränke und Bastelmaterialien zum Selbstkostenpreis.

Termine: **24.02.2024 • Wir vertreiben den Winter**
16.03.2024 • Frühlingserwachen
27.04.2024 • Frosch oder Prinz?
08.06.2024 • Komm mit in den Zirkus
06.07.2024 • Sommerzeit - Campingzeit



Inklusiv

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

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

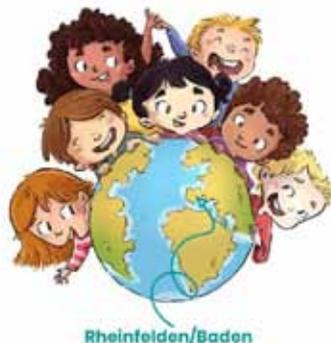
Für Mamas/Papas mit und ohne Kinder immer am Montag, 09.00 - 11.00 Uhr

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



KINDERRECHTE ENTDECKUNGSTOUR

Spiele die digitale Schnitzeljagd

Scanne den QR-Code mit der Actionbound-App, um den Bound zu starten



Tag der Vielfalt • Raum für vielfältiges Programm

Donnerstags bietet der Offene Treff zahlreiche Möglichkeiten und Angebote, mitzumachen und dabei zu sein.

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

Neujahrstreff: Alle-wieder-da-Frühstück

11.01.2024, 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!



Baby ist da – was gehört jetzt in die Haus- und Reiseapotheke?....

18.01.2024, 10.00 Uhr

Baby im Haus – Von Anfang an wollen Sie Ihr Kind schützen, unterstützen und gesund aufwachsen lassen. Da ist es sinnvoll, über häufige Beschwerden im Baby- und Kleinkindalter Bescheid zu wissen und für den Notfall die richtigen Dinge im Haus zu haben. Apothekerin Jutta Gießbach beschreibt typische Kinderbeschwerden, hat Tipps für die Behandlung zu Hause und gibt Empfehlungen aus Schulmedizin, Naturheilkunde und Homöopathie, die Ihre Hausapotheke bereichern.



Jutta und Nicolas Gießbach
Oberrheinplatz 2
79618 Rheinfelden/Baden

Tel.: +49 7623 1267
mail@rosenapotheke-rheinfelden.de
www.rosenapotheke-rheinfelden.de

Stricken und Häkeln

25.01., 29.02., 21.03., 25.04., 27.06.2024, jeweils um 10.00 Uhr

Um Strümpfe oder Babysöckchen zu stricken oder um kleine Kuschtierchen 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



Gemeinsam ein Buch lesen

08.02. und 04.07.2024, jeweils um 10.00 Uhr

Zeitgleich das gleiche Buch zu lesen und sich darüber auszutauschen macht großen Spaß. Für das erste Treffen haben wir „Solange wir leben“ von David Safier 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

Heute kommt die Kinderfriseurin

22.02. und 13.06.2024, jeweils ab 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.

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

07.03.2024, 10.00 Uhr

Das Thema Patientenverfügung steckt voller Fragen und löst bei den meisten Menschen Unsicherheit und Unbehagen aus. Wir wollen uns gemeinsam mit diesem Thema auseinandersetzen und in offener Runde eine Beispielmappe besprechen. Wir freuen uns, Rechtsanwältin Schwarz-Marty als Referentin begrüßen zu dürfen.

Hinweis: Eine entsprechende Vorsorgemappe kann an diesem Tag vor Ort erworben werden.



Troubleshooting Erste Hilfe am Kind

14.03.2024, 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.

Bewusste Kinderernährung, BeKi

11.04.2024, 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.



Bunter Frühlingsbrunch

18.04.2024, 10.00 Uhr

So schön und lecker kann der Frühling sein ... zaubert euch heute an unserem Buffet euren persönlichen Gute-Laune-Teller.



Gesunder Babyschlaf

06.06.2024, 10.00 Uhr

Du bist müde. Das Thema Schlaf ist bei euch eine Geduldsprobe?

Hannah Bernbach, Mutter von 4 Kindern, Doula und Mütterpflegerin, zeigt euch ganzheitliche Möglichkeiten auf, die eure Nächte bindungs- und bedürfnisorientiert verbessern, so dass auch du/ihr wieder Erholung findet.

Siehe auch Abendvortrag, Seite ...



Musikalische Förderung

11.07.2024, 10.00 Uhr

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.



**Praxis für Ergotherapie
Anja Hoffmann**

Zähringerstr. 12
79618 Rheinfelden
Telefon 0 76 23/717 27 33
Telefax 0 76 23/717 27 34
info@hoffmann-ergotherapie.de
www.hoffmann-ergotherapie.de



Eine kleine Vortrags- und Themenauswahl haben wir bereits für euch zusammengestellt. Gibt es weitere Fragen, die euch interessieren oder möchtet ihr selbst einen Abend gestalten? Wir freuen uns über eure Kontaktaufnahme. Auch stellen wir gerne unsere Räumlichkeiten für Kurse externer Anbieter:innen zur Verfügung, sofern sie thematisch zu unseren Inhalten passen.

Gesunder Babyschlaf **Donnerstag, 29.02.2024 um 19.30 Uhr**

Ihr seid müde. Das Thema Schlaf ist bei euch eine Geduldsprobe? Was hilft für eine gute Schlafqualität und was ist eher störend? Hannah Bernbach, Mutter von 4 Kindern, Doula und Mütterpflegerin, zeigt euch ganzheitliche Möglichkeiten auf, die eure Nächte bindungs- und bedürfnisorientiert verbessern, so dass auch du/ihr wieder Erholung findet. Natürlich ist auch ausreichend Raum und Zeit für eure individuellen Fragen! Leitung: Hannah Bernbach, Doula und Mütterpflegerin. Dauer: ca 1,5 Stunden, Teilnahme kostenfrei. Kleine Spende Willkommen. Info & Anmeldung: familientreff@familienzentrum-rheinfelden.de



Stillvorbereitungs-Abend **Donnerstag, 21.03.2024 um 19.30 Uhr**

Jede Frau, die stillen möchte, soll dies auch selbstverständlich tun können. Die beste Zeit, sich aufs Stillen vorzubereiten, ist bereits während der Schwangerschaft. Bestimmt hast du viele Fragen, wie z.B. wie kann ich mich am Besten darauf einstellen oder wie lege ich mein Baby richtig an die Brust an? Welche Fragen beschäftigen dich und deinen Partner/deine Partnerin in diesem Zusammenhang noch? Heute Abend schaffen wir gute Voraussetzungen! Leitung: Hannah Bernbach, Mütterpflegerin und zertifizierte Stillberaterin bei der Arbeitsgemeinschaft freier Stillgruppen e.V. Dauer: ca. 1-2 Stunden. Teilnahme kostenfrei. Kleine Spende willkommen. Info & Anmeldung: familientreff@familienzentrum-rheinfelden.de



Mütterpflege – Was brauchst DU, damit es Dir gut geht?

Mütterpflegerinnen geben in der Zeit der Schwangerschaft, nach einer Geburt und während des ersten Lebensjahres, emotionalen Halt. Sie entlasten durch praktische Hilfe im Haushalt, unterstützen in der Säuglingspflege, bringen den Einkauf mit, bereiten Mahlzeiten zu oder betreuen Geschwisterkinder. Eine Kostenübernahme durch die Krankenkassen ist ganz oder teilweise möglich!

Unser Kontakt: Mütterpflegerin Hannah Bernbach, www.handinhandentspannt.de

Kreative Lunchboxen für Groß und Klein **Freitag, 19.04.2024 um 18.00 Uhr**



Laut Statistik gehen 26%, also jedes vierte Kind, täglich ohne ein Frühstück in die Schule. Manche kaufen sich beim Bäcker um die Ecke oder dem Schulkiosk eine trockene Brezel. Dabei steigert ein gutes Frühstück die Leistungsfähigkeit des Gehirns um ein Vielfaches. Abwechslungsreiche Pausenboxen sind schnell und unkompliziert vorzubereiten und machen nicht nur Kindern Spaß. Auch manch' Erwachsener findet Gefallen an Croiffles, Stempelbrötchen und Co.



An diesem Abend erhalten Sie Tipps, Tricks und jede Menge Ideen und Rezepte für die Gestaltung der Pausen-, Lunch- und Frühstücksboxen für Groß und Klein. Leitung: Alexandra Hulin-Doll • Teilnahme kostenfrei. Dies ist eine Kooperation mit der VHS Rheinfelden und findet in der Lehrküche der Realschule statt. • Anmeldung: familientreff@familienzentrum-rheinfelden.de

Nachhaltiger Familie leben – Kompaktkurs **Donnerstag, 06.06.2024 von 18.30 bis 20.30 Uhr**

Viele Eltern machen sich Gedanken darüber, wie wir unseren Kindern später einmal die Erde überlassen. Sie möchten bewusster leben und stellen gleichzeitig fest, wie gerade Kinder unsere Wohnungen zum Überlaufen bringen mit all den Kleidern, dem Spielzeug und was wir sonst noch so für sie anschaffen.



In diesem Workshop erfahren Eltern, wie sie ihr Familienleben nachhaltiger ausrichten können, angefangen bei nachhaltigen Wickelsystemen und Babypflege. Wir überdenken Anschaffungslisten, Konsumzwang und suchen Wege der Müllvermeidung. Außerdem beschäftigen wir uns mit der Frage, wie wir Kinder zu „Naturschützern“ erziehen, die später einmal verantwortungsvoll mit der Umwelt umgehen. Leitung: Kirstin Quartier, artgerecht® Coach • Dauer: 2h inkl. kleiner Pause Für Eltern mit Kindern ab 18 Monaten, max. Teilnehmer:innen: 10 Personen Kosten: Den Großteil der Kursgebühren übernimmt das Familienzentrum für euch, ihr zahlt lediglich 5 € pro Person.



Nähen für den Kaufmannsladen

Dienstag, 05.03.2024 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? Wir machen bspw. Nudeln, Teebeutel, Fische, Schokitaafeln 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

Nähen fürs Baby

Dienstag, 09.07.2024 um 18.00 Uhr, Dauer ca. 3 Stunden

Du bist schwanger und möchtest vor der Geburt gerne noch eine Kleinigkeit für dein Baby zaubern? Oder die beste Freundin mit einem ganz persönlichen Geschenk zur Geburt überraschen? Zur Wahl stehen: eine Wickeltasche für unterwegs, ein Schnuffeltuch und eine Wimpelkette.

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

Kosten: jeweils 25 € Euro inkl. Material

Info & Anmeldung: familientreff@familienzentrum-rheinfelden.de

Minimale Nähmaschinenenerfahrung sollte für beide Kurse vorhanden sein. Bitte nach Möglichkeit eine eigene Nähmaschine mitbringen.



Herzlichen Dank für die wöchentliche Blumenspende!

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

Kurstermin: 02.03. und 16.03.2024. Weitere Kurse auf Anfrage.

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 49 €, Teilnehmerzahl begrenzt

Info & Anmeldung unter: StarkeWunderkinder@gmail.com



externes Angebot

Mütterzentren schaffen Mehrwert.

Persönlich. Politisch. Gesellschaftlich.



FAMILIENKÜCHE international

Donnerstag
12:30
Mittagstisch



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

Die „Familienküche International“ bringt verschiedene Rheinfelder: innen ungezwungen zusammen: Alteingesessene, neu Zugezogene, mit oder ohne Migrationshintergrund. Verbindend ist Lust und

der Spaß am gemeinsamen Kochen

und Essen! Ihr seid herzlich eingeladen vorbeizuschauen und mitzumachen! Aus dem gemeinsamen Tun kann vieles entstehen.

Jede/jeder kann sich mit seinen Interessen einbringen: vom Werkeln und Basteln über Sprachunterricht – oder wer hat schon eine Idee?

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

familienkueche.international@familienzentrum-rheinfelden.de

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



Gegen Ende 2023 übergab Esther Reimann-Liehr den „Staffelstab“ der Familienküchenkoordination an Franziska Werbing. Wir sagen: „Tschüss liebe Esther und DANKE für drei wunderbare Jahre! Und herzlichst willkommen in deiner neuen Aufgabe, liebe Franziska!“

Wir sagen: „Tschüss liebe Esther und DANKE für drei wunderbare Jahre! Und herzlichst willkommen in deiner neuen Aufgabe, liebe Franziska!“

Hinweis: Die Familienküche freut sich über jede Spende und Fördergelder. Bitte helfen Sie mit.



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

Am Samstag, 13.04.2024 ab 13.30 Uhr findet der 13. Rheinfelder Pflanzenflohmarkt statt. Die Tauschbörse „Rund ums Grün“. Ob Ableger, Stauden, Samen, überzählige Pflanzen oder Gartenutensilien: hier treffen sich Gartenfreunde zum Tauschen und Fachsimpeln. Veranstaltungsort: Vacono-Dom, Tutti-Kiesi-Gelände, Rheinfelden.

Golden Girls

Sonntag, 28.01.2024, 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, 15.06.2024, 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 dem Café Metamorphose (Meta).

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



Baby- und Kinder-Secondhand

Kinder-Secondhand – gute Kleidung zu günstigen Preisen

Montag bis 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, Susanne Müller, Maria Casser-Bette, Anne von Möllendorff, Katja Ziefle, Martina 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 Frühjahr-/Sommerware ist ab 07.03.2024.

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 25.07. bis 01.09.2024 machen wir Sommerpause.

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!



Mechthild Käufli-Lamott,
Natalia Weinbender
• Käfergruppe



Jennifer Neuschütz, Stefanie
Selbert • Mäusegruppe

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.

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



Petra Schulz
• Vertretung
Mini-Kindergarten



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.

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

Kontaktieren Sie uns gerne für einen Gesprächstermin.

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 Osterferien: 90€ (Mitgliedsfamilien FamZe 75€)

60€ für Geschwisterkinder

Kosten Sommerferien: 120€ (Mitgliedsfamilien FamZe 105€)

95€ 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 mal gemeinsam, liefern uns im Sommer Wasserschlachten oder basteln und werkeln. Für jeden Geschmack ist etwas dabei.

Osterferien

von 25. bis 28. März 2024

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.

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



Franziska Werbing
Kordinatorin Ferienbetreuung



Der Babysitter-Kurs für Dich! (Ab 14 Jahre)

Der nächste Kurs findet im Herbst 2024 statt. Lass dich gerne jetzt schon auf die Interessent:innen-Liste schreiben und wir informieren dich rechtzeitig über den nächsten Kursstart.



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.



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



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.00 - 12.00 Uhr Offener Treff, S. 8	09.00 - 12.00 Uhr Offener Treff, S. 8	09.00 - 10.00 Uhr Milchcafé, S. 13	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 Kinder-Secondhand, S. 24
09.00 - 12.00 Uhr Sprechzeit Fachdienst Kindertagespflege, S. 26	08.30 - 13.00 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. 12	09.30 - 11.30 Uhr Zwergencafé, S. 12			09.30 - 11.30 Uhr Zwergencafé, S. 12
10.00 Uhr Fachberatung, S. 9-11			10.00 - 11.30 Uhr Tag der Vielfalt, S. 13-15	
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. 13	

Alle Termine für Rheinfelden und Grenzach-Wyhlen

Tag	Datum	Veranstaltung	Beginn	Ort	S.
JANUAR					
Mo	08.01.2024	Sozialberatung Caritas	10:00	Rhf	9
Mi	10.01.2024	Spanischer Treff	09:00	Wy	44
Do	11.01.2024	Alle-wieder-da-Frühstück	10:00	Rhf	15
Do	11.01.2024	Sprachentwicklung bei Kindern	10:00	Wy	46
Mo	15.01.2024	Präventionslotsen im Landkreis Lörrach	09:30	Gr	46
Mo	15.01.2024	Zahngesund im Kindermund	10:00	Rhf	10
Mo	15.01.2024	Familienrecht - offene juristische Sprechstunde	15:00	Rhf	9
Mi	17.01.2024	Milchcafé	09:00	Rhf	13
Do	18.01.2024	Baby ist da - was gehört in die Hausapotheke	10:00	Rhf	15
Do	18.01.2024	Fachdienst Kindertagespflege stellt sich vor	10:00	Wy	46
Do	18.01.2024	Suppentreff	12:00	Gr	52
Do	18.01.2024	Kamishibai-Erzähltheater	15:00	Rhf	13
Sa	20.01.2024	MFM Mädchen	09:00	Gr	55
Sa	20.01.2024	Outdoorfamily „Funkenschlag und Feuerbohrer“	14:30		36
Di	23.01.2024	offene Hebammensprechstunde	09:30	Gr	45
Mi	24.01.2024	Fachstelle Frühen Hilfen	10:00	Wy	46
Do	25.01.2024	Stricken und Häkeln	10:00	Rhf	16
Sa	27.01.2024	MFM Jungs	09:00	Gr	55
So	28.01.2024	Golden Girls	10:00	Rhf	23
Mo	29.01.2024	Catienica® - Körper in Evolution	09:30	Gr	46
Mo	29.01.2024	Schwangerschafts- u. Familienberatung Diakonie	10:00	Rhf	9
Mi	31.01.2024	Vortrag zum Thema Bürgerstiftung	19:00	Gr	61
FEBRUAR					
Mo	05.02.2024	Sozialberatung Caritas	10:00	Rhf	9
Mi	07.02.2024	Bindungs- u. beziehungsorient. Babygebärden	10:00	Wy	47
Do	08.02.2024	Gemeinsam ein Buch lesen	10:00	Rhf	16
Sa	10.02.2024	Outdoorfamily „Geocaching für Einsteiger“	10:00		36
Mo	19.02.2024	Sprachentwicklung bei Kindern	10:00	Rhf	10
Di	20.02.2024	offene Hebammensprechstunde	09:30	Gr	45
Mi	21.02.2024	Milchcafé	09:00	Rhf	13
Do	22.02.2024	Kinderfriseurin	09:00	Rhf	16
Do	22.02.2024	Echt gesund, wirklich sinnvoll?	09:30	Gr	47
Do	22.02.2024	Suppentreff	12:00	Gr	52
Fr	23.02.2024	Präventionslotsen im Landkreis Lörrach	10:00	Rhf	12
Sa	24.02.2024	Gartenspaß für Familien	14:00	Rhf	13
Mo	26.02.2024	Osteopathie und Geburtsvorbereitung	10:00	Rhf	10

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

Tag	Datum	Veranstaltung	Beginn	Ort	S.
Mi	28.02.2024	Mama ist krank – Der Notfall ist lösbar!	10:00	Wy	47
Do	29.02.2024	Stricken und Häkeln	10:00	Rhf	16
Do	29.02.2024	Vortrag zum Thema Bürgerstiftung	18:00	Wy	61
Do	29.02.2024	Gesunder Babyschlaf	19:30	Rhf	18
MÄRZ					
Sa	02.03.2024	Kursstart: Starke Wunderkinder	10:00	Rhf	21
Mo	04.03.2024	Osteopathie und Geburtsvorbereitung	09:30	Gr	48
Mo	04.03.2024	Sozialberatung Caritas	10:00	Rhf	9
Mo	04.03.2024	Wechseljahre	19:30	Gr	60
Di	05.03.2024	Nähen für den Kaufmannsladen	18:00	Rhf	20
Do	07.03.2024	Annahmestart Kindersecondhand-Ware	09:00	Rhf	24
Do	07.03.2024	Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht	10:00	Rhf	16
Do	07.03.2024	Kamishibai-Erzähltheater	15:00	Rhf	13
Do	07.03.2024	Gehaltsverhandlungen	19:30	Gr	60
Fr	08.03.2024	Mädelsabend „Premiere zum Weltfrauentag“	19:30	Gr	53
Sa	09.03.2024	Unterstützendes Trauerangebot für Kinder	10:00	Gr	47
Sa	09.03.2024	Grenzach-Wyhlen Clean Up		Wy	37
Mo	11.03.2024	Fachstelle Frühe Hilfen	10:00	Rhf	11
Di	12.03.2024	Babygebärden	10:00	Rhf	12
Do	14.03.2024	Troubleshooting Erste Hilfe	10:00	Rhf	16
Do	14.03.2024	Magic Sonja zaubert für Jung und Alt	16:30	Gr	51
Fr	15.03.2024	Schwangeren- und Familienberatung Caritas	10:00	Wy	48
Fr	15.03.2024	Politik aus der Praxis	15:30	Rhf	5
Sa	16.03.2024	Outdoorfamily „Eselwandern“	10:00		37
Sa	16.03.2024	Gartenspaß für Familien	14:00	Rhf	13
Mo	18.03.2024	Schwangerschafts- u. Familienberatung Diakonie	10:00	Rhf	9
Mo	18.03.2024	Sport nach der Rückbildung	09:30	Gr	48
Di	19.03.2024	offene Hebammensprechstunde	09:30	Gr	45
Mi	20.03.2024	Milchcafé	09:00	Rhf	13
Mi	20.03.2024	Büchertausch mal anders	19:30	Gr	59
Do	21.03.2024	Stricken und Häkeln	10:00	Rhf	16
Do	21.03.2024	Suppentreff	12:00	Gr	52
Do	21.03.2024	Stillvorbereitungs-Abend	19:30	Rhf	18
Do	21.03.2024	Sharing Economy	19:30	Gr	61
APRIL					
Mo	08.04.2024	Sozialberatung Caritas	10:00	Rhf	9
Do	11.04.2024	Beki, Bewusste Kinderernährung	10:00	Rhf	17

Tag	Datum	Veranstaltung	Beginn	Ort	S.
Do	11.04.2024	Bedürfnisorientiert erziehen	10:00	Wy	49
Sa	13.04.2024	Kinderkleider-Tauschbörse	10:30	Gr	59
Sa	13.04.2024	Pflanzentauschbörse	13:30	Rhf	23
Mo	15.04.2024	Arbeitsrecht- offene juristische Sprechstunde	15:00	Rhf	9
Di	16.04.2024	offene Hebammensprechstunde	09:30	Gr	45
Di	16.04.2024	Kursstart: Nähen mit Kindern	16:00	Wy	56
Mi	17.04.2024	Milchcafé	09:00	Rhf	13
Mi	17.04.2024	BookTok Buzz und Action-Crossover	17:00	Wy	51
Do	18.04.2024	Frühlingsbrunch	10:00	Rhf	17
Do	18.04.2024	BeKi Bewusste Kinderernährung	10:00	Gr	49
Do	18.04.2024	Suppentreff	12:00	Gr	52
Fr	19.04.2024	Kreative Lunchboxen	18:00	Rhf	19
Sa	20.04.2024	Unterstützendes Trauerangebot für Kinder	10:00	Gr	47
Sa	20.04.2024	Outdoorfamily „Waldpfad aus dem Winterschlaf“	10:30		37
Sa	20.04.2024	Frauenkleider- und Bücher-Tauschbörse	18:00	Wy	59
Mo	22.04.2024	Schwangerschafts- u. Familienberatung Diakonie	10:00	Rhf	9
Mi	24.04.2024	Die Frauenberatungsstelle Lörrach stellt sich vor	10:00	Wy	49
Do	25.04.2024	Stricken und Häkeln	10:00	Rhf	16
Fr	26.04.2024	Mädelsabend	19:30	Gr	53
Sa	27.04.2024	Gartenspaß für Familien	14:00	Rhf	13
Mo	29.04.2024	Erste Hilfe für Baby, Kleinkind & die ganze Familie	10:00	Gr	49
Di	30.04.2024	Frauenberatungsstelle	10:00	Rhf	12
MAI					
Do	02.05.2024	Autorin L.Stabla liest ein Kinderbuch	15:30	Gr	51
So	05.05.2024	Outdoorfamily „Fossilien sammeln“	10:30		37
Mo	06.05.2024	Sozialberatung Caritas	10:00	Rhf	9
Mi	08.05.2024	Yoga für Beckenboden und Rückbildung	10:00	Wy	49
Fr	10.05.2024	Mädelsabend	19:30	Gr	52
Sa	11.05.2024	Unterstützendes Trauerangebot für Kinder	10:00	Gr	47
Mo	13.05.2024	Dorfhelferinnen stellen sich vor	10:00	Rhf	11
Mi	15.05.2024	Milchcafé	09:00	Rhf	13
Do	16.05.2024	Kamishibai-Erzähltheater	15:00	Rhf	13
Do	16.05.2024	Wir haben ein Kind ... die Hausapotheke	09:30	Gr	50
Do	16.05.2024	Suppentreff	12:00	Gr	52
JUNI					
Mo	03.06.2024	Sozialberatung Caritas	10:00	Rhf	9
Do	06.06.2024	gesunder Babyschlaf	10:00	Rhf	17

Alle Termine für Rheinfelden und Grenzach-Wyhlen

Tag	Datum	Veranstaltung	Beginn	Ort	S.
Do	06.06.2024	Wie du täglich den Regenbogen ...	10:00	Wy	50
Do	06.06.2024	Kompaktkurs: Nachhaltiger Familie leben	18:30	Rhf	19
Sa	08.06.2024	Unterstützendes Trauerangebot für Kinder	10:00	Gr	47
Sa	08.06.2024	Gartenspaß für Familien	14:00	Rhf	13
Mo	10.06.2024	Schwangeren- u. Familienberatung Caritas	09:30	Gr	48
Do	13.06.2024	Kinderfriseurin	09:00	Rhf	16
Do	13.06.2024	Erste Hilfe für Baby, Kleinkind & die ganze Familie	10:00	Wy	49
Do	13.06.2024	Kasperletheater	15:30	Gr	51
Do	13.06.2024	Rette (m)ich - wer kann? Notfall-Fragen	19:00	Gr	50
Sa	15.06.2024	Outdoorfamily „Biotop Kiesgrube Wyhlen“	10:30		38
Sa	15.06.2024	Kleidertausch, Mach-Kein'-Müll-Tag	15:00	Rhf	23
Mo	17.06.2024	Schwangerschafts- u. Familienberatung Diakonie	10:00	Rhf	9
Di	18.06.2024	offene Hebammensprechstunde	09:30	Gr	45
Di	18.06.2024	Schultüten nähen	18:30	Wy	56
Mi	19.06.2024	Milchcafé	09:00	Rhf	13
Do	20.06.2024	Ein gedeckter Tisch für alle	10:00	Gr	5
Do	20.06.2024	Suppentreff	12:00	Gr	52
Fr	21.06.2024	Ein gedeckter Tisch für alle	10:00	Rhf	5
Fr	21.06.2024	Die Musikschule Rheinfelden e.V. stellt sich vor	10:00	Wy	50
Mo	24.06.2024	Fachdienst Kindertagespflege stellt sich vor	09:30	Gr	46
Mo	24.06.2024	digitaler Familienalltag - neue Medien	10:00	Rhf	11
Do	27.06.2024	Stricken und Häkeln	10:00	Rhf	16
Fr	28.06.2024	Musikschule Rheinfelden	10:00	Rhf	12
JULI					
Mo	01.07.2024	Sozialberatung Caritas	10:00	Rhf	9
Do	04.07.2024	Gemeinsam ein Buch lesen	10:00	Rhf	16
Fr	05.07.2024	Zahngesund im Kindermund	10:00	Wy	50
Sa	06.07.2024	Outdoorfamily „Honig schleudern“	09:30		38
Sa	06.07.2024	Gartenspaß für Familien	14:00	Rhf	13
Di	09.07.2024	Nähen fürs Baby	18:00	Rhf	20
Do	11.07.2024	Musikalische Förderung	10:00	Rhf	17
Do	11.07.2024	Kamishibai-Erzähltheater	15:00	Rhf	13
Sa	13.07.2024	Unterstützendes Trauerangebot für Kinder	10:00	Gr	47
Mo	15.07.2024	Schwangerschafts- u. Familienberatung Diakonie	10:00	Rhf	9
Mo	15.07.2024	Familienrecht - offene juristische Sprechstunde	15:00	Rhf	9
Mi	17.07.2024	Osteopathie und Geburtsvorbereitung	10:00	Wy	48
Do	18.07.2024	Suppentreff	12:00	Gr	52

Regelmäßige Termine in den Familientreffs Grenzach und Wyhlen

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. 14	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. 58
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	12.00 - 15.00 Uhr Suppentreff „Alte Apotheke“, S. 52	10.00 Uhr Babycafé „Alte Post“, S. 43
15.00 - 17.00 Uhr Digital-Lotsen für Senioren, S. 54	19.00 Uhr Spielertreff „Alte Apotheke“, S. 53	13.30 - 16.30 Uhr Sprechzeit Fachdienst Kindertagespflege „Alte Post“, S. 45	15.00 - 17.00 Uhr Quartierscafé im Offenen Treff „Alte Apotheke“, S. 43	
		14.00 Uhr Jassen-Treff „Alte Apotheke“, S. 53		

Outdoorfamily – gemeinsam inklusiv aktiv sein!

Spannende Erlebnis-Tage 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.



Funkenschlag und Feuerbohrer

Samstag, 20.01.2024, 14.30 - 17.00 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: altepost@familienzentrum-rheinfelden.de

Geocaching für Einsteiger

Samstag, 10.02.2024, 10.00 Uhr



Ziel des Geocachings ist es, in unbekanntem Gelände ein Versteck aufzuspüren. Dort liegt ein „Cache“, meist ein kleiner Behälter mit einem



Logbuch und häufig auch einem kleinen Geschenk darin. Quasi eine Schatzsuche! Mal ehrlich, das lieben wir doch alle - Groß und Klein. Aber wie unterscheidet sich Geocaching von der klassischen Schnitzeljagd? Ein wenig neueste Technik, GPS, Koordinaten und Spürsinn sind gefragt. Heute wollen wir gemeinsam die Grundlagen erlernen und uns auf die Suche nach unserem ersten kleinen Schatz begeben.

Info & Anmeldung: familientreff@familienzentrum-rheinfelden.de

Grenzach-Wyhlen Clean Up

Samstag, 09.03.2024

Auch dieses Jahr beteiligen wir uns wieder am von @generation_infinite organisierten Grenzach-Wyhlen Clean Up. Mit allen, die als Familie oder auch als Einzelperson nicht alleine sondern lieber in der Gruppe unsere Gemeinde vom Müll befreien wollen, treffen wir uns im Familientreff „Alte Post“ in Wyhlen. Von dort ziehen wir gemeinsam los. Weitere Informationen gibt es vor dem Termin auf unserer Homepage, auf den sozialen Medien oder per E-Mail unter altepost@familienzentrum-rheinfelden.de



Eselwandern

Samstag, 16.03.2024, 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



Wir holen unseren Waldpfad aus dem Winterschlaf

Samstag, 20.04.2024, 10.30 Uhr

Mit den Naturfreunden Grenzach-Wyhlen bringen wir unseren Waldpfad auf Vordermann. Pfosten einschlagen, Schilder erneuern und natürlich die QR-Codes abrufen und Geschichten über den Wald hören, Rätsel lösen und kreativ werden. • Info & Anmeldung: altepost@familienzentrum-rheinfelden.de



Fossilien sammeln in Holderbank

Sonntag, 05.05.2024, 10.30 - 13.00 Uhr

Ob wir wieder Haifischzähne finden? So oft wir schon im Steinbruch Schümel gesammelt haben, immer wieder entdecken wir besondere Stücke. Eifrige Sucher werden hier mit vielen Ammoniten, Brachiopoden, Seelilienstängelchen oder sogar ganzen versteinerten Seeigeln belohnt. Natürlich sind wir auch dieses Mal wieder in Begleitung des Experten Michael Käufflin, der uns mit seinem fundierten Wissen erläutert, was der Steinbruch nach Jahrmillionen für uns ans Licht gefördert hat. • Leitung: Michael Käufflin
Veranstaltungsort: Steinbruch Schümel, Holderbank, Kanton AG
Info & Anmeldung: alteapotheke@familienzentrum-rheinfelden.de



Biotop Kiesgrube Wyhlen

Samstag, 15.06.2024, 10.30 Uhr

Zusammen mit Irene Blaha vom Ortsverband BUND machen wir uns auf den Weg, das Biotop „Kiesgrube Wyhlen“ zu entdecken. Mit Gummistiefeln, Eimern und Becherlupen kommen die Kleinen hier der Natur ganz nah. Aber auch die Großen erfahren Interessantes über diesen vielfältigen Lebensraum mit trocken-heißen Schotterflächen, Schilfsäumen und Gewässern, die seltenen Tieren und Pflanzen eine Heimat bieten.

Info & Anmeldung: altepost@familienzentrum-rheinfelden.de



Foto: Irene Blaha - BUND

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



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



... weil Du mir hilfst, die Welt zu entdecken!

Kindertagespflege als Berufung – Neue Kurse starten, jetzt informieren!

www.kindertagespflege-landkreis-loerrach.de



Der Kinderschutzbund
Ortsverband
Schopfheim



Fachdienst Kindertagespflege
Familienzentrum Kinderland Lörrach gGmbH



Familienzentrum
Rheinfelden e.V.



Familienzentrum
Wunderfitz
Wald am Rhein

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



HERZLICH

in Grenzach

Familientreff „Alte Apotheke“



Hana Roschman
Koordinatorin Grenzach

„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



Amrei Maier

WILLKOMMEN

und Wyhlen

Familientreff „Alte Post“



Susanne Göb
Koordinatorin Wyhlen



„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**



Chiara de Francesco



Elke Erath



Sybille Kettner-Kratzin



Alena Röthel

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
- 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: Chiara de Francesco, Elke Erath und Amrei Maier



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. xx
Leitung: Alena Röthel 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 28.

Unser Tipp

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

Siehe Seite 14

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 in deutscher und ukrainischer Sprache für alle Interessierten
im Familientreff „Alte Apotheke“
 jeden Mittwoch von 9.30 - 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.

Для кого?

Для усіх українців різного віку

Де?

В 79639 Гренцах-Вилен, (Гренцах), вулиця Markgrafenstraße 1.

Коли?

По середам з 9.30 до 11.30 години

Контакт:

ukraine@familienzentrum-rheinfelden.de

Ми будемо дуже ради 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

Mittwoch, 10.1.2024, 09.00 - 12.00 Uhr, „Alte Post“

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

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

Hebammensprechstunde mit Désirée Renckly

Jeweils dienstags, 23.01., 20.02., 19.03., 16.04., 18.06.2024

von 09.30 - 11.00 Uhr, „Alte Apotheke“

Hebamme Désirée Renckly ist in der offenen Sprechstunde für alle Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und die Zeit danach ansprechbar. Das vertrauliche Beratungsangebot kann ohne Termin wahrgenommen werden – abgerechnet werden kann über die Krankenkasse. Kontakt: hebamme_desireerenckly@gmx.de



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.



Sprachentwicklung bei Kindern

Donnerstag, 11.01.2024, 10.00 Uhr, „Alte Post“

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.

Präventionslotsen im Landkreis Lörrach

Montag, 15.01.2024, 09.30 Uhr, „Alte Apotheke“

Bei den zahlreichen Angeboten für Familien an Beratungsstellen, Leistungen und Ansprechpartnern ist es nicht leicht, den Überblick zu behalten. Welcher Ansprechpartner ist für welches Anliegen zuständig? Wie erhalte ich die bestmögliche Unterstützung für mein Kind? Alina Bauer informiert über Angebote für Familien mit Kindern.



Der Fachdienst Kindertagespflege stellt sich vor

Donnerstag, 18.01.2024, 10.00 Uhr, „Alte Post“

Montag, 24.06.2024, 09.30 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.

Siehe auch Seite 26.



Fachstelle Frühe Hilfen stellen sich vor

Mittwoch, 24.01.2024, 10.00 Uhr, „Alten, Post“

Das Leben mit einem Baby oder Kleinkind verändert vieles. Das neue



Carla Rotzler

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.



CANTIENICA® Körper in Evolution

Montag, 29.01.2024, 09.30 Uhr, „Alte Apotheke“

Diese Methode der Körperarbeit (ver)leitet die Teilnehmer:innen behutsam, eindrücklich, aufgespannt durch den Alltag zu gehen. Katrin Grether erzählt uns mehr dazu und beantwortet Ihre Fragen. Mehr Infos auf S. 58



Bindungs- und beziehungsorientierte Babygebärden

Mittwoch, 07.02.2024, 10.00 Uhr, „Alte Post“

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.

Echt gesund? Wirklich sinnvoll?

Donnerstag, 22.02.2024, 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.



Mama ist krank – Der Notfall ist lösbar!

Das Familienwerk Sölden stellt sich vor

Mittwoch, 28.02.2024, 10.00 Uhr, „Alte Post“

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!



Ein unterstützendes Trauerangebot für Kinder ab 6 Jahren

Monatlich einmal samstags: 09.03., 20.04., 11.05., 08.06., 13.07.2024, 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



Osteopathie und Geburtsvorbereitung

Montag, 10.06.2024, 09.30 Uhr, „Alte Apotheke“

Mittwoch, 17.07.2024, 10.00 Uhr, „Alte Post“

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.



Schwangeren- und Familienberatung vom Caritasverband für den Landkreis Lörrach e.V.

Montag, 04.03.2024, 09.30 Uhr, „Alte Apotheke“

Freitag, 15.03.2024, 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.



Sport nach der Rückbildung

Montag, 18.03.2024, 09.30 Uhr, „Alte Apotheke“

Welches Training ist nach der Rückbildung für Mütter sicher und lässt sich auch mit

Kindern durchführen? Gemeinsam werden wir an diesem Vormittag nicht nur auf diese Frage eingehen, sondern auch individuelle Anliegen rund um das Thema Rückbildung, Besonderheiten beim Laufen, Training mit Kind bzw. Kinderwagen und Trage besprechen. Sonja Eisele wird dabei Programme wie KANGA, LAUFMAMALAUf und Angebote von Turnvereinen genauer unter die Lupe nehmen.



Euer Wunschthema ist diesmal nicht dabei?

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

Bedürfnisorientiert erziehen

Donnerstag, 11.04.2024, 10.00 Uhr, „Alte Post“

Welche Bedürfnisse hat mein Kind? Was braucht mein Kind, um sich gut zu entwickeln? Häufig ist die Unsicherheit groß - was dürfen wir als Eltern erlauben, wo müssen wir einschreiten? Denn nicht nur das Kind sondern auch Eltern und andere Kinder und Erwachsene haben Bedürfnisse, die es heißt zu respektieren. Mechthild Käufflin-Lamott, Sozialpädagogin und Familientherapeutin, gibt uns heute Anregungen und Denkanstöße, wie wir unseren Kindern Mitgefühl, Rücksicht und Respekt auf ihren Lebensweg mitgeben können.



Bewusste Kinderernährung, BeKi

Donnerstag, 18.04.2024, 10.00 Uhr, „Alte Apotheke“

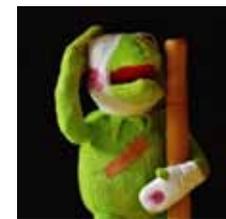
Früher oder später ist es bei jedem Kind soweit: Milch ist nicht mehr das einzige Lebensmittel, was das Kind zu sich nimmt. Doch wann soll es soweit sein und wie gelingt der Schritt zum Essen am Familientisch? Was sollte das Kind essen, damit es alle Nährstoffe bekommt? Was sollte es besser nicht essen? 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.



Die Frauenberatungsstelle Lörrach stellt sich vor

Mittwoch, 24.04.2024, 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.



Erste Hilfe für Baby, Kleinkind & die ganze Familie

Montag, 29.04.2024, 10.00 Uhr, „Alte Apotheke“

Donnerstag, 13.06.2024, 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.

Yoga für Beckenboden und Rückbildung

Mittwoch, 08.05.2024, 10.00 Uhr, „Alte Post“

Ein starker Beckenboden sorgt für eine stabile Körpermitte. Von Anne Stiegeler, Yoga-Lehrerin aus dem Kurswerk Rheinfeldern, erfahren wir heute von der Wirksamkeit ganzheitlichen Beckenboden- und Rückbildungsyogas. Er richtet den Fokus auf den Körper mit seiner Körpermitte, Atem und Geist. Dabei wird im Besonderen die Wahrnehmung für den Beckenboden trainiert und behutsam gekräftigt. Vorbeikommen, informieren, ausprobieren ...

Wir haben ein Kind – was gehört nun in die Haus- und Reiseapotheke?

Donnerstag, 16.05.2024, 09.30 Uhr, „Alte Apotheke“

Von Anfang an wollen Sie ihr Baby schützen, unterstützen und gesund aufwachsen lassen. Da ist es sinnvoll gegen die häufigsten Beschwerden im Baby- und Kleinkindalter das richtige Mittel im Haus zu haben. Apothekerin Carmen Ohren hat Tipps für die Behandlung typischer Kinderbeschwerden und gibt Empfehlungen aus Schulmedizin, Naturheilkunde und Homöopathie.

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

Donnerstag, 06.06.2024, 10.00 Uhr, „Alte Post“

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



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

Donnerstag, 13.06.2024, 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
Info & Anmeldung: familientreff@familienzentrum-rheinfelden.de

Die Musikschule Rheinfelden stellt sich vor

Freitag, 21.06.2024, 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.



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

Montag, 08.07.2024, 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. 45.



Magic Sonja zaubert für Jung und Alt

Donnerstag, 14.03.2024, 16.30 Uhr im Quartierscafé „Alte Apotheke“

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

Autorin Leony Stabla liest: „Frau Mozart erklärt die Menschenwelt“

Donnerstag, 02.05.2024, 15.30 Uhr im Quartierscafé „Alte Apotheke“

Frau Mozart ist eine alte und weise Katzendame. Sie kennt die Menschen und ihre Eigenheiten sehr gut und erklärt den drei kleinen Katzen Ronja, Erbse und Wurzel, mit denen sie zusammenlebt, wieso die Menschen so seltsame Dinge machen, die die Kätzchen nicht verstehen.



Kasperletheater

Donnerstag, 13.06.2024, 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.



Unser neuer KREATIVRAUM „Alte Apotheke ganz bunt“ ist nun da.



Neugierig?

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

BookTok-Buzz und Action-Crossover

Literarischer Tauchgang für Jugendliche von 11 - 14 Jahren

Mittwoch, 17.04.2024, 17.00 - 19.00 Uhr, „Alte Post“

Detlev Hoffmeier, Leiter der Gemeindebücherei Grenzach-Wyhlen, präsentiert 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



Familientreff für alle Generationen und Kulturen

Suppentreff – in Kooperation mit dem Seniorenbüro der **Gemeinde Grenzach-Wyhlen**



Jeweils **donnerstags von 12.00 - 15.00 Uhr**

18.01., 22.02., 21.03., 18.04., 16.05., 20.06. und 18.07.2024

im **Familientreff „Alte Apotheke“**



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.

Café Alte Post **NEU**

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.



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

Mädelsabend – Premiere zum Weltfrauentag

Premiere am **Freitag, 08.03.2024, 19.30 Uhr, „Alte Apotheke“**

Weitere Termine: **26.04. und 10.05.2024 jeweils um 19.30 Uhr**

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

Egal wie alt Du bist, 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 jemandem verabreden. Wir sind offen für neue Begegnungen und freuen uns auf Dich! • Leitung: Julia Storz-Dimaras • Eintritt frei

Ohne Anmeldung • Snacks und Getränke stehen gegen eine Spende bereit.

>NEU<



Spieletreff

Jeden **1., 2. 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

Jassen

Zweimal im Monat,

immer an einem **Mittwoch, 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



Unser Tipp

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

Mehr Infos auf Seite 29

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.



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, 17.01.2024, 19.00 Uhr

Workshop: Samstag, 27.01.2024, 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“, Grenzach
Info & Anmeldung: alteapotheke@familienzentrum-rheinfelden.de

„Die Zyklus-Show“

Elternvortrag: Mittwoch, 17.01.2024, 19.00 Uhr

Workshop: Samstag, 20.01.2024, 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“, Wyhlen
Info & Anmeldung: alteapotheke@familienzentrum-rheinfelden.de

Hinweis:

Bei genügend Anmeldungen kann evtl. auch ein zusätzlicher Workshop im Zeitraum Januar - Juli 2024 organisiert werden. Fragen Sie, oder schreiben Sie uns eine Email.

Kurse & Workshops

Nähen mit Kindern von 10 - 12 Jahren mit Sandra vom Nähhäusle
Jeweils Dienstag 16.00 - 18.00 Uhr, 4 Einheiten mit je 2 - 2,5 Std.
Start im April: 16.04., 23.04., 30.04., 07.05.2024, „Alte Post“



Ihr lernt die Nähmaschine kennen und näht dann schon gleich kleine Projekte wie z.B. ein Täschchen für Stifte oder Kleinkram, eine Hangingbag für's Duschzeug oder einen „Badeteppich to go“ für Sport/Schwimmen.

Leitung: Sandra Ebner • Max. 4 Kinder

Kurs-Kosten pro Kind: 60 € inkl. Materialkosten.

Info & Anmeldung: altepost@familienzentrum-rheinfelden.de

Bitte bei der Anmeldung angeben, ob eine Nähmaschine im Haushalt vorhanden ist und ggf. mitgebracht werden kann.

Schultüten nähen mit Sandra vom Nähhäusle
Dienstag, 18.06.2024, 18.30 Uhr, „Alte Post“

Für alle, die ihrem Kind, Enkelkind, Nichte oder Neffe eine ganz persönliche Schultüte schenken wollen! Unter professioneller Anleitung wird an einem Abend eine Stoffschultüte genäht, inkl. Wunschdesign und Name des Kindes.

Nach der Einschulung kann der Papprohling durch eine Kissenfüllung (nicht enthalten) ersetzt werden, so dass die Schultüte als Kuschkissen verwendet werden kann. Das Projekt ist auch für nicht-Profis machbar, minimale Nähmaschinenerfahrung sollte jedoch vorhanden sein. Bitte nach Möglichkeit eine eigene Nähmaschine mitbringen.

Leitung: Sandra Ebner • Max. 6 Personen

Kosten: 35 € inkl. Materialkosten.

Info & Anmeldung (bis spätestens 13.05.2024):

altepost@familienzentrum-rheinfelden.de

Bitte bei der Anmeldung angeben, ob eine Nähmaschine im Haushalt vorhanden ist und mitgebracht werden kann.



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.



Herzlich Willkommen bei Bayer Grenzach!

Gesunde Haut. Natürlich für alle. Nach dieser Vision streben wir am Standort Grenzach jeden Tag.



Die Bayer AG ist ein weltweit tätiges Unternehmen mit einer 160-jährigen Geschichte. Mit seinen Produkten und

Dienstleistungen trägt Bayer zur Verbesserung der Lebensqualität von Menschen bei.

Der Produktionsstandort Grenzach besitzt umfangreiche Expertise für Salben, Cremes und Lotionen und ist ein für Bayer wichtiger strategischer Standort.

Dein Interesse geweckt?

Werde Teil unseres Teams und schau dir unsere offenen Stellen an: www.karriere.bayer.de



Rund 600 engagierte Mitarbeitende fertigen hier mit modernsten Technologien **Bepanthen®**, **Bepanthol®** sowie **Canesten®** Produkte für den weltweiten Gesundheitsmarkt.

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



Verbindung stärken mit menschensensiblem Yoga

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

Gemeinsam gestalten wir einen Erfahrungsraum für ein bedürfnisorientiertes menschensensibles Yoga, um deine Körperwahrnehmung und Selbstwirksamkeit zu stärken. Du lernst, sanft deine Grenzen zu erforschen und die Übungen nach deinen Bedürfnissen anzupassen. Eine achtsame Ausführung entschleunigt und reguliert dein Nervensystem für mehr Wohlbefinden.

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

Info & Anmeldung: verbindungstaerken@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

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

Kinderkleider-Tauschbörse

Samstag, 13.04.2024 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 nur Kleidung abgeben möchte, kann dies gerne nach Größe sortiert bereits in den Tagen vorher während der Öffnungszeiten tun, bitte spätestens bis zum 11.04.2024.



Frauenkleider- und Bücher-Tauschbörse

Samstag, 20.04.2024 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.

Büchertausch mal anders

Mittwoch, 20.03.2024, 19.30 Uhr

im Familientreff „Alte Apotheke“

Heute bringt jeder mindestens ein wirklich gern 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 Büchertausch-Schrank bereit!

Aktionen zum Weltfrauentag 2024 in Kooperation mit der VHS Grenzach-Wyhlen



Wechseljahre – bin das noch ich?

Montag, 04.03.2024, 19.30 Uhr, „Alte Apotheke“

Früher oder später erlebt sie jede Frau: die Wechseljahre. Zu Beginn kommen viele Fragen auf: Woran merke ich, dass ich mich in den Wechseljahren befinde? Welches Alter ist normal? Bekomme ich jetzt Hitzewallungen, Schlafstörungen und Stimmungsschwankungen? Die Wechseljahre werden körperlich und seelisch sehr unterschiedlich erlebt. Apothekerin Ilona Neub gibt einen Einblick in das Thema Wechseljahre und zeigt auf, welche hormonellen Veränderungen auftreten. Sie ist offen für Fragen und hat auch den einen oder anderen Tipp, mit welchen pflanzlichen Mitteln wir in dieser Phase helfen, unterstützen oder uns einfach etwas Gutes tun können. Kosten: 8 €, Barzahlung vor Ort • Anmeldung erwünscht • vhs@grenzach-wyhlen.de



Gehaltsverhandlungen erfolgreich führen

Donnerstag, 07.03.2024, 19.30 Uhr, „Alte Apotheke“

Insbesondere Frauen erachten es häufig als Herausforderung, den Wunsch nach mehr Gehalt zu adressieren. Doch Gehaltsverhandlungen zu führen kann man lernen. Anna Schramm, Mitgründerin der Bordercrossies, vermittelt im Vortrag, wie sie sicher und selbstbewusst in ihre nächste Verhandlung starten können. Sie zeigt ihnen, warum Gehaltsverhandlungen so wichtig sind, wie Sie sich am besten vorbereiten und welche Fehler Sie besser vermeiden. Anna Schramm ist studierte AO-Psychologin, Coach und hat viele Jahre Berufserfahrung im Personalbereich verschiedener Unternehmen in D und CH sammeln können. Gemeinsam mit Ihrer Kollegin Josephine Obermann, wollen die „Bordercrossies“ Frauen rund um das Thema Geld sensibilisieren (befähigen) und dazu ermutigen, die eigenen Finanzen selbst in die Hand zu nehmen. Kosten: 8 €, Barzahlung vor Ort • Anmeldung erwünscht • vhs@grenzach-wyhlen.de



Sharing Economy – Ein Beitrag zur Nachhaltigkeit?

Donnerstag, 21.03.2024, 19.30 Uhr, „Alte Apotheke“

Sharing Economy. Ein Begriff, der das Teilen und Ausleihen, manchmal auch Tauschen, von Produkten beschreibt. Sie könnte ein wichtiger Treiber für nachhaltigen Konsum sein. Dazu muss sie allerdings von vielen Menschen genutzt werden. Bis heute gibt es nur begrenzte Daten über die tatsächliche wirtschaftliche Bedeutung und ihre Auswirkungen auf die Nachhaltigkeit.

Die Wirtschaftspsychologin Sonja Deborah Eisele fand in ihrer Untersuchung heraus, dass für die Nutzung von Sharing-Plattformen vor allem die „Bequemlichkeit“ entscheidend ist, während andere Faktoren wie „Nachhaltigkeitsbewusstsein“ oder „Kosteneffizienz“ weniger relevant sind. Männer nutzen Plattformen offenbar weniger als Frauen, und es besteht ein ausgeprägtes Misstrauen der Konsument:innen gegenüber den Anbietern. Diskutieren Sie mit der Referentin über die Ergebnisse ihrer Forschung und ihre Vision einer „Gemeinwohlorientierten Sharing Economy“. Darüber hinaus erfahren Sie, was es mit dem integrierten „Handbüchlein“ auf sich hat und wie Sie es für sich nutzen können. Sie lernen die Aktion: Mehr-Wert e.V. kennen, welche schon 2020/21 gegründet wurde und sich unter anderem im fairNETZT-Lörrach beteiligt. Kosten: 8 €, Barzahlung vor Ort • Anmeldung erwünscht • vhs@grenzach-wyhlen.de



Vortrag zum Thema Bürgerstiftung

Bürgerstiftung – Mitmach-Stiftung - eine Idee kommt an

Mittwoch, 31.01.2024, 19.00 Uhr, „Alte Apotheke“

Donnerstag, 29.02.2024, 18.00 Uhr, „Alte Post“

426 Bürgerstiftungen in Deutschland fördern mit Zeit, Ideen und Geld unzählige gemeinnützige Projekte vor Ort. Auch Grenzach-Wyhlener Bürgerinnen und Bürger machen sich auf den Weg, eine Bürgerstiftung zu gründen. Was ist Stiften? Was machen Bürgerstiftungen? Wie kann ich mitmachen? Wie verläuft der Gründungsprozess in Grenzach-Wyhlen? Vertreter der örtlichen Initiative gehen in einem Vortrag auf diese Fragen ein und freuen sich auf viele weitere Fragen und eine angeregte Diskussion. Kostenfrei
Keine Anmeldung erforderlich.

HINWEIS:

Schöne Dinge finden sich auch in der **AWO Schatzinsel Grenzach-Wyhlen**.

Öffnungszeiten sind Dienstag, Donnerstag und Freitag jeweils von 10.00 - 18.00 Uhr und Samstag von 10.00 - 14.00 Uhr.

Adresse: Im Fallberg 24, 79639 Grenzach-Wyhlen

Tel. 07624 - 23 83 317, mail: schatzinsel@awo-loerrach.de



Spielzüg-Lädeli

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

Spielwaren
Kinderbücher
Schreibwaren
Geschenkartikel
und vieles mehr...

www.spielzueglaedeli.de



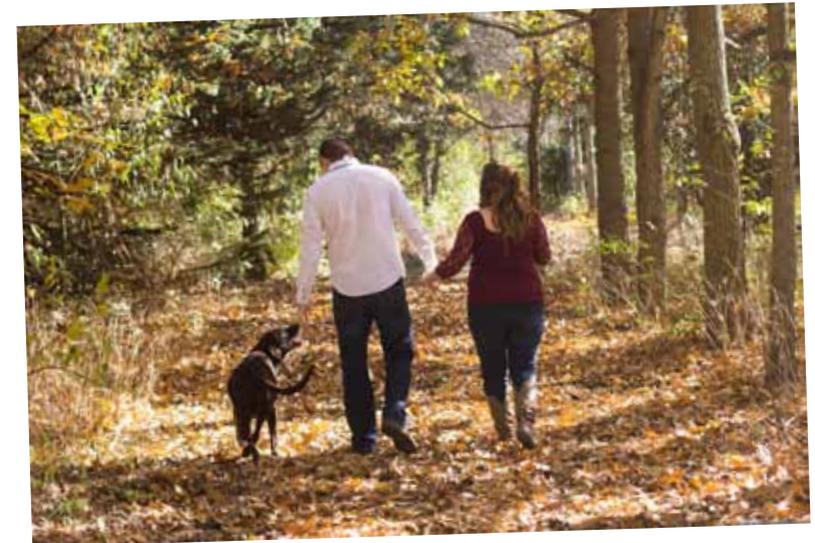
WALDPFAD

"UNSER WALDPFAD"

zum Entdecken, Hören, Anfassen und Mitmachen

eine Kooperation von:

Naturfreunden Grenzach-Wyhlen &
Familienzentrum Rheinfelden



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 27 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