

Dezember  
2022



**FAMILIENZENTRUM LICHTBLICK e.V.**

Suchen Sie eine nette Kinderbetreuung? Dann sprechen Sie uns an!	Individuelle und vertrauliche Beratung ist jederzeit möglich. Bitte vereinbaren Sie einen Termin mit uns!	Die Höhe der Teilnehmerbeiträge soll Sie nicht abhalten zu uns zu kommen: Sprechen Sie uns an, wir finden eine individuelle Lösung.
---	--	--

**VERANSTALTUNGEN IM FAMILIENZENTRUM**

Tag	Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	Kosten normal/erm.
Do	01.12.	11.00-12.30 Uhr	<b>Mami-Zeit</b> – 8 wöchiger (Selbst-)Fürsorge-Kurs für Mamas auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation mit Dr. Katharina Storch. Termine: 24.11./ 01.12./8.12./15.12.2022/5.1./12.1/19.1/26.1.2023 Bitte anmelden.	kostenfrei
		15.00-17.00 Uhr	<b>Bunter Nachmittag</b> für Familien und Kindern bis 6 Jahren. Thema: Plätzchen backen. Bitte anmelden!	Getränke zzgl. evtl. Material
So	04.12.	13.00-14.00 Uhr	<b>Shape your Body</b> mit Ines Bischhoff in der Orangerie Gaschwitz Hauptstr. 315. Anmeldung über 01743151789	bitte erfragen
Do	08.12.	11.00-12.30 Uhr	<b>Mami-Zeit</b> – 8 wöchiger (Selbst-)Fürsorge-Kurs für Mamas auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation mit Dr. Katharina Storch. Termine: 24.11./ 01.12./8.12./15.12.2022/5.1./12.1/19.1/26.1.2023 Bitte anmelden.	kostenfrei
		15.00-17.00 Uhr	<b>Bunter Nachmittag</b> für Familien und Kindern bis 6 Jahren. Thema: Lesenachmittag bei einem leckeren Kakao. Bitte anmelden!	Getränke zzgl. evtl. Material
Mo	12.12.	18.00-21.00 Uhr	<b>Offener Abend: Konfliktlösung mit der Methode des Familienstellens</b> mit Dr. phil. Erz.-wiss., Dipl. Soz.-päd. Daniela Großmann. Anmeldung unter: 015773190559oder daniela.grossmann179@gmx.de	bitte erfragen
Di	13.12.	ab 16.00 Uhr	<b>Zu seinem Recht kommen</b> –Rechtsberatung mit Rechtsanwältin G. Tröger. Bitte anmelden!	1 €
Mi	14.12.	09.30-11.30 Uhr	<b>Stillgruppe</b> mit Katrin Trajkovits. Thema: „Sternstunden in der Familie“ Anmeldung unter: 0341 4799416 oder trajkovits@aol.com	Spende
		17.00-19.00 Uhr	<b>Nähtreff auch für Anfänger</b> mit Deborah Haberland und Christine Girke. Bei Tee und in gemütlicher Runde nähen wir gemeinsam Bekleidung und Accessoires für unsere Kinder. Bitte anmelden!	Kurskosten inkl. Material: 5,00 €
Do	15.12.	11.00-12.30 Uhr	<b>Mami-Zeit</b> – 8 wöchiger (Selbst-)Fürsorge-Kurs für Mamas auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation mit Dr. Katharina Storch. Termine: 24.11./ 01.12./8.12./15.12.2022/5.1./12.1/19.1/26.1.2023 Bitte anmelden.	kostenfrei
		15.00-17.00 Uhr	<b>Bunter Nachmittag</b> für Familien und Kindern bis 6 Jahren mit kreativem Bastelangebot. Thema: Fensterbilder Weihnachtslandschaft basteln. Bitte anmelden!	Getränke zzgl. evtl. Material
So	18.12.	13.00-14.00 Uhr	<b>Shape your Body</b> mit Ines Bischhoff in der Orangerie Gaschwitz Hauptstr. 315. Anmeldung über 01743151789	bitte erfragen

Das Familienzentrum wünscht allen  
erholsame Ferien, ein Frohes Fest und alles  
Gute im neuem Jahr !



Dezember  
2022



FAMILIENZENTRUM LICHTBLICK e.V.

## REGELMÄSSIGE ANGEBOTE IM FAMILIENZENTRUM

<b>Montag</b>	09.30-10.30 Uhr 10:45-11:45 Uhr 12:00-13:00 Uhr <b>ab 09.01.23</b> 16.00-17.00 Uhr 20.30-21.30 Uhr	<b>PEKIP® – Spiel- und Bewegungsanregungen für Eltern mit ihren Babys im ersten Lebensjahr</b> mit Katrin Trajkovits. Anmeldung unter Tel.:03414799416 oder E-Mail:trajkovits@aol.com <b>Musik für die Kleinen</b> für Eltern und ihren Kindern ab 2,5 Jahren mit Valentina Dontsova. <b>Frauensport Bauch-Beine-Po</b> mit Janet Fuchs(Turnhalle)
<b>Dienstag</b>	09.15-10.15 Uhr  10.45-11.45 Uhr	<b>Krabbelgruppe 1</b> mit Christine Girke. Spielen und Austauschen für Kinder von 0-3 Jahren. Bitte anmelden! <b>Krabbelgruppe 2</b> mit Christine Girke. Spielen und Austauschen für Kinder von 0-3 Jahren. Bitte anmelden!
<b>Mittwoch</b>	09.30-11.30 Uhr  09.30-11.00 Uhr  16.00-16.45 Uhr 17.00-17.45 Uhr 17.00-19.00 Uhr  19.00-20.00 Uhr	<b>Krabbelgruppe v. 0-3 Jahre mit Bewegungsförderung</b> in der <b>Orangerie Gaschwitz</b> Hauptstr.315 mit Katrin Goldschmidt. Bitte unbedingt unter 0172 2526433 anmelden! <b>Stillgruppe</b> mit Katrin Trajkovits jeden 2.+ 4. Mittwoch im Monat. (Am 4.Mittwoch im Monat mit Frühstück.) Anmeldung unter: 0341 4799416 oder trajkovits@aol.com <b>Spaß am Sport für Kinder von 4-5 Jahren</b> mit Aliz Schramm (Turnhalle Großstädteln) <b>Spaß am Sport für Kinder von 5-6 Jahren</b> mit Aliz Schramm (Turnhalle Großstädteln) <b>Nähtreff auch für Anfänger</b> mit Deborah Haberland und Christine Girke. Gemeinsam wollen wir Kleidung und Accessoires für die Kinder nähen. Bitte anmelden! (Einmal im Monat.) Termin bitte erfragen. <b>Yoga für Anfänger</b> mit Franziska Heinze. Anmeldung unter: kontakt@redfoxyoga.de
<b>Donnerstag</b>	09.15-10.45Uhr <b>(ab 05.01.2023)</b>  15.00-17.00 Uhr	<b>Rückbildungskurs – Beckenbodentraining für Mütter</b> mit Hebamme Franziska Seelemann. Anmeldungen unter hebamme@seelemann.de oder 0176 24344436 <b>Bunter Nachmittag</b> mit Christine Girke und Stephanie Frühauf für Familien und ihren Kindern bis 6 Jahre. Jeder Nachmittag steht unter einem bestimmten Thema. Bitte anmelden!
<b>Freitag</b>	09.30-10.30 Uhr 16.00-16.45 Uhr  17.00-17.45 Uhr	<b>Krabbelgruppe</b> Spielen und Austauschen für Kinder von 0-3 Jahren. Bitte anmelden! <b>Kinderturnen Gruppe 1 für Kinder von 2-3 Jahren und Eltern</b> mit Aliz Schramm. in der Sporthalle Markkleeberg Geschwister-Scholl-Straße 2 Anmeldung unter:017630192137 <b>Kinderturnen Gruppe 2 für Kinder von 2-3 Jahren und Eltern</b> mit Aliz Schramm. in der Sporthalle Markkleeberg Geschwister-Scholl-Straße 2 Anmeldung unter:017630192137
<b>Sonntag</b>	13.00-14.00 Uhr	<b>Shape your Body</b> mit Ines Bischoff. Jeden 1. und 3. Sonntag im Monat in der Orangerie Gaschwitz. Anmeldung unter: 0174 43151789

### SPORTKURSE

Bei Interesse an den Kindersportkursen bitte bei der Übungsleiterin:  
Aliz Schramm  
unter: 0176 30192137 melden!

### FRAUENSPORT

Der Frauensport mit Janet Fuchs(Montag) findet in der Turnhalle Rathausstr./Geschwister-Scholl-Straße statt.  
Bei Interesse bitte bei Constanze Mutterlose unter:0341 3588193 melden!

### WIR DANKEN

Gefördert wird das Familienzentrum durch das Jugendamt des Landkreises Leipzig und die Stadt Markkleeberg.  
Einige Veranstaltungen erhalten eine Unterstützung durch die LEB Sachsen e.V., der AOK Plus und im Rahmen des Landesprogramms des Freistaates Sachsen „Integrative Maßnahmen“.

### FAMILIENZENTRUM LICHTBLICK E.V.

Hauptstr. 56 | 04416 Markkleeberg  
Telefon: 0341 354 28 48  
E-Mail: [fz@lichtblick-fuer-familien.de](mailto:fz@lichtblick-fuer-familien.de)/[www.lichtblick-fuer-familie.de](http://www.lichtblick-fuer-familie.de)

### Öffnungszeiten

Montag, Dienstag, Mittwoch, Freitag: 08.00 – 14.00 Uhr  
Donnerstag: 08.00 – 17.30 Uhr  
& während der angekündigten Veranstaltungen