

Mai
2023



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.
Fr	05.05.	12.30-19.30 Uhr	Geburtsvorbereitungskurs (reine Frauenrunde)	bitte
Sa	06.05.	09.00-16.00 Uhr	Geburtsvorbereitungskurs (mit PartnerInnen) Der Geburtsvorbereitungskurs umfasst 2 x 7 Stunden (14 Stunden insgesamt) Anmeldung unter: https://web.miya360.de/haber/	erfragen
So	07.05.	13.00-14.00 Uhr	Shape your Body mit Ines Bischoff. Jeden 1. und 3. Sonntag im Monat in der Orangerie Gaschwitz. Anmeldung unter: 0174 3151789	bitte erfragen
Di	09.05.	ab 16.00 Uhr	Zu seinem Recht kommen – Rechtsberatung mit Rechtsanwältin G. Tröger. Bitte anmelden!	1 €
Mi	10.05.	09.30-11.30 Uhr	Stillgruppe mit Katrin Trajkovits. Thema: Mit dem Baby unterwegs – Tipps für Reisen mit dem Baby. Anmeldung unter: 0341 4799416 oder: trajkovits@aol.com	Spende
		17.00-19.00 Uhr	Nähtreff auch für Anfänger mit Deborah Haberland. Bei Tee und in gemütlicher Runde nähen wir gemeinsam Bekleidung oder Accessoires für die Kinder. Bitte anmelden!	Kurskosten inkl. Material: 5,00 €
Do	18.05.	12.00-17.00 Uhr	Frauenoase- Ein Jahreskurs für Frauen Thema: Die Kraftvolle - Feuerkraft für die Welt des Wandels Anmeldung unter: 0178 39263 04 oder: kerstin.leubner@gmail.com	50 €
So	21.05.	13.00-14.00 Uhr	Shape your Body mit Ines Bischoff. Jeden 1. und 3. Sonntag im Monat in der Orangerie Gaschwitz. Anmeldung unter: 0174 3151789	bitte erfragen
Mi	24.05.	09.30-11.30 Uhr	Stillgruppe mit Frühstück mit Katrin Trajkovits. Thema: Stillen und arbeiten –passt das zusammen? Anmeldung unter: 0341 4799416 oder: trajkovits@aol.com	Spende
Fr	26.05.	09.30-11.00 Uhr	Stressfrei essen am Familientisch-gesunde Ernährung mit kleinen Kindern. mit Ernährungsberaterin Jenny Raddei Gefördert über die Kursreihe „Gemeinsam wachsen“ der AOK Plus. Bitte anmelden.	kostenfrei

VORSCHAU JUNI

Sa	03.06.	10.00-12.00 Uhr	Frühstück für Alleinerziehende und Kinder mit Ines Bischoff. Bitte jeder eine Kleinigkeit zum Frühstück mitbringen. Bitte anmelden!	Spende
Sa	17.06.	10.00-16.00 Uhr	Mentaler Geburtsvorbereitungskurs "Geburt im Vertrauen" mit Doula Luisa Ranis Anmeldung unter: 0157 36537080 oder: haus-lebenslust@web.de	bitte erfragen
		10.00 Uhr	Ab in die Natur-Kräuterwanderung für Alleinerziehende und ihre Kinder mit Kerstin Leubner. Treffpunkt: Forsthaus Raschwitz Anmeldung unter: 0341 3542848 Email: fz@lichtblick-fuer-familien.de oder: 0178 3926304 oder: kerstin.leubner@gmail.com	kostenfrei
So	18.06.	10.00-16.00 Uhr	Mentaler Geburtsvorbereitungskurs "Geburt im Vertrauen" mit Doula Luisa Ranis Anmeldung unter: 0157 36537080 oder: haus-lebenslust@web.de	bitte erfragen
Di	27.06.	09.30-11.00 Uhr	Erste Hilfe bei Baby – und Kleinkinderunfällen. Gefördert über die Kursreihe „Gemeinsam wachsen“ der AOK Plus. Eltern erhalten bei dieser Veranstaltung Wichtige Informationen darüber, wie sie in Gefahrensituationen richtig reagieren. Unbedingt anmelden.	Kostenfrei
Fr	30.06.	12.30-19.30 Uhr	Geburtsvorbereitungskurs (reine Frauenrunde)	bitte
Sa	01.07.	09.00-16.00 Uhr	Geburtsvorbereitungskurs (mit PartnerInnen) Der Geburtsvorbereitungskurs umfasst 2 x 7 Stunden (14 Stunden insgesamt) Anmeldung unter: https://web.miya360.de/haber/	erfragen

Mai
2023



FAMILIENZENTRUM LICHTBLICK e.V.

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE IM FAMILIENZENTRUM

Montag	09.30-10.30 Uhr 10.45-11.45 Uhr 12.00-13.00 Uhr 16.00-17.00 Uhr 20.30-21.30 Uhr	PEKIP® – Spiel- und Bewegungsanregungen für Eltern mit ihren Babys im ersten Lebensjahr mit Katrin Trajkovits. Anmeldung unter: 03414799416 oder: trajkovits@aol.com Musik für die Kleinen mit Valentina. Kosten pro Veranstaltung 5 Euro. Anmeldung unter: 0152 33546679 oder: 0341 3542848 Frauensport Bauch-Beine-Po mit Janet Fuchs in der Turnhalle Geschwister-Scholl-Straße 2 Anmeldung über Constanze Mutterlose unter: 0341 3588193
Dienstag	09.15-10.15 Uhr 10.45-11.45 Uhr	Krabbelgruppe 1 mit Stefanie Wünsch. Spielen und Austauschen für Kinder von 0-3 Jahren. Gern vorher unter: 0157 53701179 oder fz@lichtblick-fuer-familien.de anmelden. Krabbelgruppe 2 mit Stefanie Wünsch. Spielen und Austauschen für Kinder von 0-3 Jahren. Gern vorher unter: 0157 53701179 oder: fz@lichtblick-fuer-familien.de anmelden.
Mittwoch	09.30-10.30 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	Krabbelgruppe v. 0-3 Jahre in der Orangerie Gaschwitz. Hauptstr.315. Bitte unbedingt unter: 015753701179 oder fz@lichtblick-fuer-familien.de anmelden! Stillgruppe mit Katrin Trajkovits jeden 2.+ 4. Mittwoch im Monat. (Am 4.Mittwoch im Monat mit Frühstück.) Anmeldung unter: 0341 4799416 oder: trajkovits@aol.com Spaß am Sport für Kinder von 4-5 Jahren mit Aliz Schramm (Turnhalle Großstädteln) Anmeldung unter: 0176 30192137 Spaß am Sport für Kinder von 5-6 Jahren mit Aliz Schramm (Turnhalle Großstädteln) Anmeldung unter: 0176 30192137 Nähtreff auch für Anfänger mit Deborah Haberland. Gemeinsam wollen wir Kleidung und Accessoires für die Kinder nähen. Immer am 2. Mittwoch im Monat. Bitte anmelden! Yoga für Anfänger mit Franziska Heinze. Anmeldung unter: kontakt@redfoxyoga.de
Donnerstag	09.15-10.30 Uhr 15.00-17.00 Uhr	Rückbildungskurs für Mütter mit Kind Kursleitung: Hebamme Franziska Seelemann. Anmeldung unter: www.franziskaseelemann.de Familiennachmittag mit Kindern von 0 bis 7 Jahren. Anmeldung unter: 0157 53701179 oder: 0341 3542848
Freitag	09.00-11.00 Uhr 16.00-16.45 Uhr 17.00-17.45 Uhr	Krabbelfrühstück für Kinder im Alter 0–3 Jahren mit Stefanie Wünsch. Jeder bringt eine Kleinigkeit zum Frühstück mit. Gern vorher unter: 0157 53701179 oder: fz@lichtblick-fuer-familien.de anmelden. Kinderturnen Gruppe 1 für Kinder von 2-3 Jahren und Eltern mit Aliz Schramm. in der Sporthalle Markkleeberg Geschwister-Scholl-Straße. Anmeldung unter: 0176 30192137 Kinderturnen Gruppe 2 für Kinder von 2-3 Jahren und Eltern mit Aliz Schramm. in der Sporthalle Markkleeberg Geschwister-Scholl-Straße. Anmeldung unter: 0176 30192137
Sonntag	13.00-14.00 Uhr	Shape your Body mit Ines Bischoff. Jeden 1. und 3. Sonntag im Monat in der Orangerie. Gaschwitz. Anmeldung unter: 0174 3151789

Wir bieten außerdem individuelle Beratung,
Begleitung und Unterstützung für Schwangere, werdende Väter
und Familien mit Kindern im Alter von 0-3 Jahren
aus dem Landkreis Leipzig an.

Bei Fragen oder Anliegen wendet euch
an Madlen und vereinbart einen Termin!
0179 3288898
oder apa@lichtblick-fuer-familien.de

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/www.lichtblick-für-familie.de

Öffnungszeiten

Montag, Dienstag, Mittwoch, Freitag: 08.00 – 14.00 Uhr

Donnerstag: 08.00 – 17.30 Uhr

& während der angekündigten Veranstaltungen