



Programm November 2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch		Donnerstag	Freitag	
9		9-12 Uhr Frauentreff	9-12 Uhr Flechten mit Peddigrohr		9.30-11.30 Uhr Krümel Frühstück	NEU 9-11 Uhr Häkeltreff Ab 19.11.	
10		9.30-10.30 Uhr Yoga für Mama u. Baby	9.30-10.30 Uhr Babymassage				
11							
12-13							
14		14-16 Uhr Krümel- Café gerade KW	14-17 Uhr Offener Kreativtreff für Kinder und Jugendliche	14-16 Uhr Kuchenzeit und Kaffeestube	14-16 Uhr Smartphone Grundkurs über VHS	14-16 Uhr Senioren- nachmittag ungerade KW	14-16 Uhr Multi-Media Vortrag Australien Am 11.11.
15	15-17 Uhr Klöppeln ungerade KW	15-16 Uhr Rücken-Fit über VHS			15-18 Uhr Töpfern gerade KW (aktuell ist der Kurs ausgebucht)	15-17 Uhr Starke Eltern – Starke Kinder® Ab 18.11.	15-18.30 Uhr Kindergeburtstag nach Absprache
16				16-18 Uhr Fotokurs ungerade KW		16-19 Uhr „An die Töpfe, fertig, los – Projekt Kinderrestaurant“ Am 19.11.	
17		16.45-17.45 Uhr Rückenkurs Ab 23.11.	17-19 Uhr Vortrag „Cybermobbing“ Am 24.11.		16:50-17:50 Uhr Ganzkörper- kräftigung über VHS		
					18:00-19:00 Rücken-Fit über VHS		
18					18:30-19:30 Uhr Qi-Gong		
19		19-20 Uhr Zumba					
20		20-21 Uhr Pilates					

Wir sind, neben den Veranstaltungen, zu folgenden Zeiten für Sie da:

Montag-Donnerstag 8.00-16.00 Uhr
Freitag 8.00-12.00 Uhr

Unser Second-Hand-Laden für Kinderartikel hat für Sie geöffnet:

Montag-Donnerstag 8.00-16.00 Uhr
Freitag 8.00-12.00 Uhr

Unser neuer Häkeltreff:

An 5 Terminen vor Weihnachten besteht die Möglichkeit, das Häkeln zu erlernen oder einfach gemeinsam mit anderen häkel-begeisterten Menschen kleine Häkelprojekte für sich selbst oder als Weihnachtsgeschenke zu verwirklichen. Eine fachliche Anleitung begleitet Sie dabei. Material ist vorhanden, darf aber auch gern mitgebracht werden. Unkostenbeitrag: 10,-€ für die 5 Termine. Anmeldung erforderlich.

Unser neues Projekt: „An die Töpfe, fertig, los - Projekt Kinderrestaurant“

Wir kochen, was uns schmeckt und genießen es danach gemeinsam. Wir lernen, wie lecker gesundes Essen ist und wie man es schön angerichtet servieren kann. Wir probieren Neues aus und haben eine gute Zeit miteinander. Das Angebot richtet sich an Kinder und Jugendliche und ist kostenfrei. Es besteht die Möglichkeit, gemeinsam mit Freund*innen einen Termin zu buchen. (19.11. oder 10.12.)

Unser neuer Elternkurs: Starke Eltern – Starke Kinder®

Der Kurs richtet sich an Eltern von Kindern bis zu 10 Jahren. Kursinhalte sind:

- Grundbedürfnisse von Kindern und Bedürfnisse von Eltern
- Erziehungsziele und Werte
- Wut, Grenzen und Umgang mit Konflikten.

Kinderbetreuung während des Kurses ist auf Anfrage möglich.

Der Kurs findet vom 18.11.2021 bis 24.02.2022 an 12 Terminen statt und kostet 30 €.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Highlights im November:

- **11.11.2021, 14-16 Uhr: Multi-Media Vortrag über die Abenteuer-Radreise Australien** von Weltenbummler Harald Lasch; Eintritt: 6 €
- **24.11.2021, 17-19 Uhr: "Cybermobbing – Vorbeugen, Erkennen und Gegenwirken"** durch MeKo#mobil
Was sind Formen, Auslöser und Folgen von Mobbing über das Internet? Konkrete Handlungsmöglichkeiten zur Prävention und Intervention für Eltern und Pädagogen sowie Bewältigungsstrategien werden vorgestellt.
- Zu beiden Terminen ist eine Anmeldung erforderlich.

Unsere Wandergruppe

Haben Sie Lust in einer kleinen Gruppe durch die herrliche Kirchberger Umgebung zu wandern? Unsere Wandergruppe, geleitet von Frau Gündel-Büttcher, trifft sich regelmäßig, um gemeinsam die Gegend zu erkunden. Termine und genaue Wanderrouten können Sie direkt bei Frau Gündel-Büttcher unter 037602/65375 erfragen.

Kurse über die VHS

- Smartphone für Anfänger
- Rücken-Fit
- Ganzkörperkräftigung

Weitere Informationen (Inhalte, Details, Regelungen bzgl. der Pandemie und Anmeldung) entnehmen Sie bitte:

- über die Homepage der VHS: [vhs Zwickau \(vhs-zwickau.de\)](http://vhs-zwickau.de)

- telefonisch bei der VHS unter: 0375 4402-23801

Beratungsangebote:

montags 13.00-16.00 Uhr: Beratung für Menschen mit Behinderung und deren Angehörige (durch die Stadtmission Zwickau e.V.)

mit Termin: können Sie gern unsere **Elternberatung** nutzen (Hier können Themen, wie Fragen zur Entwicklung Ihres Kindes, Fragen zur Erziehung, Vermittlung zu anderen Adressen, eingehend bearbeitet werden)

Außerdem bieten wir noch:

- flexible Kinderbetreuung bei einer zertifizierten Tagesmutter
- Kindergeburtstagsfeier mit inhaltlicher Gestaltung (ab 6 Jahren)
- Anmietung von Räumlichkeiten für verschiedene Festlichkeiten
- Ferienprogramm (für Kinder von 6 bis 12 Jahren)

Informationen und Anmeldung zu allen Kursen und Angeboten unter 037602 / 66 509 oder 0151/65456178