

Newsletter November 2022

Liebe Familien und Besucher/ Innen des AWO Familienzentrums „Am Sonnenberg“. Herzlich Willkommen zu unserem **32. Newsletter**.

Wir -Iris Rittmeier und Bianca Röder- möchten Euch über unsere Veranstaltungen, Beratungsangebote und Aktuelles aus dem Familienzentrum informieren.

Aktuell muss man sich für alle Veranstaltungen anmelden. Es gelten bei unseren Veranstaltungen aktuell für drinnen allgemeinen Hygieneregeln wie FFP 2 Maske tragen bis zum Platz, Abstand halten, Handdesinfektion.

Unsere Sprechzeiten:

Wir sind telefonisch (0551-789 564 28) zu unseren **Sprechzeiten** zu erreichen:

- Dienstag von 9-12 Uhr
- Mittwoch von 9-12 Uhr
- Donnerstag von 14-17 Uhr

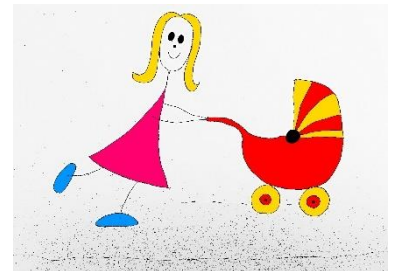
Natürlich könnt Ihr uns auch per Mail kontaktieren. Wir versuchen schnellstmöglich zu antworten. Familienzentrum-Bovenden@awo-goettingen.de

Aktuelles findet Ihr auch hier: <http://www.awo-goettingen.de/awo-goettingen/node/382>.

Wir freuen uns von Euch zu hören oder zu lesen.

Sportlicher Outdoor-Spaziergang für Mütter mit und ohne Kinderwagen/ bzw. Trage mit Bianca – ACHTUNG: Jetzt immer donnerstags

Wir treffen uns immer **donnerstags von 11:00-12:00 Uhr** zu einem gemeinsamen schnellen Spaziergang. Im Vordergrund steht der Spaß, sich gemeinsam mit anderen zu bewegen. Hierfür sind keine Vorkenntnisse nötig. Wir starten oben am Helleweg / Wurzelbruchweg um 11 Uhr oder um 10:50 Uhr vor dem Familienzentrum. Mit Anmeldung!



Jeden Freitag ist unseren Eltern-Kind-Treff „Café Kinderwagen“ im Familienzentrum!

von 9:30-10:30 Uhr für 0-1-Jährige und von 10:30-11:30 Uhr für 1-3-Jährige

Wir treffen uns wieder im AWO Familienzentrum. Wir wollen gemeinsam Spaß haben, uns Austauschen zu den Themen, die Euch gerade bewegen, sowie gemeinsam einfach eine schöne Zeit verbringen.

Bitte bringt ein großes Handtuch für Euch und Euer Kind mit, sowie ein eigenes Spielzeug. Mit Anmeldung!

„Café Kinderwagen to go“-Reden und gehen mit Iris oder Bianca

Liebe Eltern, wir möchten Ihnen weiterhin auch anbieten, dass wir uns draußen zu einem **Spaziergang** treffen können. Wir bieten Euch an, dass wir uns vor dem Familienzentrum treffen und dann gemeinsam eine Runde spazieren gehen. Dabei können wir uns in Ruhe unterhalten zu den Themen, die Euch gerade beschäftigen.

Solltet Ihr Interesse haben, dann meldet Euch bitte, damit wir mit Euch einen Termin vereinbaren können. Wir freuen uns auf Euch. Tel.: 0551-789 564 28

2.11.2022 - Offener Familientreff am Nachmittag mit Iris und Andrea

Am **Mittwoch, den 2.11.2022** treffen wir uns von **15:30-17:00 Uhr** mit Eltern, Kindern, Großeltern im Familienzentrum.

Diesmal wollen wir zusammen Laternen basteln. Es entstehen ganz einfache, bunte und phantasievolle Laternen aus Papptellern!

Mit Anmeldung

2.11.2022 Nähtreff mit Iris und Kathi

Am **Mittwoch den 2.11.2022 von 18:30-21:00 Uhr** gibt es wieder den Nähtreff.

Wenn Ihr Spaß am Nähen habt und in Gesellschaft etwas Kreatives herstellen möchtet, kommt vorbei. Ihr müsst Eure Nähmaschine sowie alle nötigen Materialien zum Nähen, die Ihr für Euer Projekt braucht, mitbringen. Wir stehen Euch dann mit Rat und Tat zur Seite und freuen uns auf einen kreativen Austausch mit Euch.

Mit Anmeldung, da der Platz begrenzt ist!



8.11.2022 Handarbeitstreff mit Iris

Am **Dienstag den 8.11.2022 von 10:00-12:00 Uhr** gibt es wieder den Handarbeitstreff im Familienzentrum.

Bringt Eure Projekte mit, egal ob Stricken, Häkeln, Nähen, Sticken oder Makramee, und wir können uns gegenseitig helfen, beraten, kreativ sein.

Mit Anmeldung!



9.11.2022 Laternenfestchen

Am **Mittwoch den 9.11.2022 um 17 Uhr** wollen wir uns vor dem Familienzentrum zu einem kleinen Laternenumzug treffen. Wir gehen gemeinsam eine kleine Runde mit der Laterne und singen Laternelieder. Zum Schluss gibt es eine kleine Stärkung in Form von Brezeln und Kinderpunsch.

19.11.2022 Erste-Hilfe am Kind mit Theresa Förster

In Notfallsituationen ist es wichtig richtig zu handeln und einen klaren Kopf zu bewahren.

Neben theoretischem Inhalt, wird es zu diesem Thema auch praktische Lernstationen geben.

Im Detail geht es in der Veranstaltung um: Maßnahmen beim Verschlucken, Auffinden eines Kindes ohne Vitalparameter- Reanimation, Fieber, Fieberkrampf, Pseudokrapp, Verbrennung, Verbrühung, Schürfwunden, Gefahren im Straßenverkehr.

Wann? 17.09.2022 um 10 - 11:30/12 Uhr

Kosten: 40 € pro Person, 60 € Paar Preis

22.11.2022 Gemeinsames Elternfrühstück

Endlich gibt es **am 22.11.2022** wieder unser Familienfrühstück. Wie gewohnt am Dienstag **von 9:00 - 11:00 Uhr** im Familienzentrum. Mamas und Papas sind herzlich eingeladen mit und ohne Kinder zum Frühstücksbüfett vorbei zu kommen. Bei unserem gesunden und leckeren Frühstück haben Sie als Eltern Zeit sich auszutauschen, miteinander ins Gespräch zu kommen, sowie neue Kontakte zu knüpfen. Es kommt Frau Thies vom Gesundheitsamt und erzählt etwas über Zahnhygiene und Ernährung. Mit Anmeldung! Kosten pro Familie 4 Euro.



Unsere Beratungsangebote:

Wir bieten aktuell folgende **Beratungsangebote** an:



Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der

Auch die Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der Caritas ist weiterhin für Euch da, auf Wunsch auch aktuell wieder vor Ort. Während der üblichen Geschäftszeiten bietet die Caritas ihre **Beratung** an. Die Termine werden organisiert über das Sekretariat unter folgender Telefonnummern: **0551-999 59 0** und **05527-98 13 60**.



Die Beratungsstelle für psychisch belastete Eltern und ihre Kinder bietet Ihnen natürlich auch zu Corona-Zeiten Unterstützung und Beratung an.

Dazu müssen Sie keine psychische Diagnose haben und auch keinen Antrag stellen. Die Beratung steht unter Schweigepflicht und ist für jeden offen, der Gesprächsbedarf hat.

Denn auch in dieser Zeit ist das familiäre System womöglich belastet. Ein veränderter Tagesablauf, Ängste und Befürchtungen, wie es wohl weiter gehen mag, stellen für jeden Einzelnen unterschiedliche Stressfaktoren dar. Scheuen Sie sich bitte nicht mich auch bei vermeintlich „kleinen“ Problemen zu kontaktieren.

Sollten Sie mich einmal nicht erreichen, sprechen Sie mir bitte auf den Anrufbeantworter oder Schreiben Sie mir eine E-Mail mit Ihren Kontaktdaten. Ich melde mich schnellstmöglich bei Ihnen zurück.

Aktuell ist Frau Seewald nach vorheriger Terminabsprache jeden 2. Donnerstag im Monat vor Ort.

Kontakt:

Tanja Seewald
Tel.: 0176 22 91 73 07
t.seewald@awo-goettingen.de
www.awo-goettingen→Beratung



Schulden- und Insolvenzberatung

Die Gründe, warum jemand in die Schuldenfalle gerät, sind vielfältig. Die Folgen sind oft schwerwiegend: Mietschulden, Energieschulden, ein gekündigter Dispo, Telefonschulden oder die Kreditverpflichtungen, die nicht mehr bedient werden können. Die Gläubiger bedrängen Sie und Sie haben den Überblick verloren? Einen Ausweg gibt es immer.

Die „Schulden- und Insolvenzberatung“ der Arbeiterwohlfahrt zeigt Ihnen Handlungsmöglichkeiten auf und berät Sie, wie Sie Ihre finanzielle Situation wieder in den Griff bekommen. Weitere Schritte werden passgenau für Ihre Situation erarbeitet.

Sie können gerne einen Termin mit uns vereinbaren. Rufen Sie an: **(0551) 5 00 91-30**

Wir sind auch per  erreichbar: **0176 623 825 91**

Als besonderen Service für das AWO Familienzentrum bieten wir Telefon-Sprechstunden an.

Jeden letzten DIENSTAG im Monat sind wir in Zeit von 11:00 bis 12:00 Uhr unter der Nummer: 0551- 5009132 für Sie erreichbar.

Sonstiges

Bastel- und Nähideen von und mit Iris

Die kalte, graue Jahreszeit hat begonnen. Wie wäre es da mit ein paar Handwärmern in der Tasche. Die sind sehr schnell genäht und halten auch recht lange die Wärme. Dann gibt es noch eine ganz ausgefallene Idee für einen Adventskalender. Lasst doch dieses Jahr mal einen kleinen Wichtel bei Euch einziehen. Dieser Wichtel kann kleine Geschenke bringen oder auch mal kleine Scherze mit Euch machen, probiert es aus.



Viel Spaß beim Basteln und Nähen

Koch- und Backrezepte von und mit Bianca

Dieses Mal gibt es was für die schnelle Küche- nämlich eine schnelle Nudelsuppe und eine selbstgemachte Gemüsebrühe für die kalten Tage. Und wer gerne etwas selbstgemachtes zu Weihnachten verschenken möchte, hat mit der selbstgemachten Gemüsebrühe auch gleich noch ein Geschenk für Weihnachten

Viel Freude beim Ausprobieren und guten Appetit

AKTION: Spiel-, Spaß- und Sportrucksäcke für Draußen für Familien

Der Rucksack ist ein neues Angebot vom Landkreis Göttingen und vielfältig einsetzbar- als Auflockerung beim Familienfest, beim Kindergeburtstag, für Kindergarten- oder Schulfeste, zwischendurch oder auch beim Ausflug am Wochenende.

In dem Rucksack sind z. B. ein Schwungtuch, Twister, Eierlaufen, Riesen-Mikado, Wikingerschach, Bälle, ein Diabolo und vieles, vieles mehr um draußen gemeinsam mit Jung und Alt Zeit zu verbringen.

Wer Lust hat, kann sich auch sehr gerne den Kurzfilm anschauen: <https://we.tl/t-tSasB2F4nu>

Das kostenlose Ausleihen erfolgt über das AWO Familienzentrum zu unseren Sprechzeiten.

Geben-und-Nehmen-Bücherregal

Bei uns im Eingangsbereich gibt es seit einigen Jahren ein Geben-und-Nehmen-Bücherregal. Zu den Öffnungszeiten der Krippe, sowie zu den Sprechzeiten des Familienzentrums, könnt Ihr Euch sehr gerne Bücher bei uns ausleihen, tauschen oder abgeben (dies aber bitte nur zu unseren Sprechzeiten).

Ihr habt oder möchtet Eure Bücher aussortieren und wisst nicht wohin damit? **Wir freuen uns sehr über Bücherspenden.** Besonders beliebt sind bei uns Kinderbücher, Romane und Thrillers, die nicht älter als 15 Jahre sind.

Brettspiele zum Ausleihen für Jung und Alt, ab 1 ½ Jahren

Gerade in der kalten Zeit, werden vielleicht zu Hause wieder etwas mehr Brettspiele gespielt. Doch nach einiger Zeit werden diese vielleicht etwas langweilig oder man hat einfach mal Lust auf ein neues Spiel? Dann ist man bei uns genau richtig. Wenn Ihr



Interesse habt, dann fordert doch einfach unsere Liste mit den Brettspielen an unter Betreff: Liste Brettspiele. Stöbert einfach mal, vielleicht ist ja etwas für Euch und Eure Familie dabei. Ihr dürft Euch max. 4 Spiele für 4 Wochen ausleihen.

Wir haben auch Brettspiele für Kinder ab 1 ½ Jahren Sicherlich fragt Ihr Euch, ob man mit 1 ½ Jahren überhaupt schon Brettspiele spielen kann. Hier geht es eher darum Interesse zu wecken und die Sprachbildung zu fördern.

Wir haben auch zwei Kartenhalter, so kann man mit den Kleinen auch schon UNO Junior spielen, obwohl die Kinder die Karten noch gar nicht halten können.

Für Anregungen, Kritik und alles Weitere stehen wir Euch gerne zur Verfügung. Vielleicht möchtet Ihr auch mal einen kleinen Bericht zu einem Thema lesen, z. B. Trotzphase, Einschlafprobleme, Beikost, Taschengeld? Lasst es uns wissen.

Wir freuen uns über Eure Mails.

Möchtet Ihr den Newsletter nicht mehr erhalten, kein Problem, dann schickt uns einfach eine kurze Mail mit dem Betreff: Newsletter abmelden.

Wir wünschen Euch und euern Familien eine schöne, erholsame und vor allem gesunde Zeit.