



Familienzentrum „Am Sonnenberg“

Newsletter Oktober 2025-

Ausgabe Nr. 67

Liebe Leser,
hier sind unsere Angebote und Veranstaltungen für den Monat Oktober.

Kontaktpersonen:

- Iris Rittmeier
- Bianca Röder

Sprechzeiten:

- **Dienstag:** 9-12 Uhr
- **Mittwoch:** 9-12 Uhr
- **Donnerstag:** 14-17 Uhr

Kontakt:

- **Telefonisch:** 0551-789 564 28
 - **Mail:** Familienzentrum-Bovenden@awo-goettingen.de
 - **Internet:** <http://www.awo-goettingen.de/awo-goettingen/node/382>.
-

Kalender für Oktober 2025

01. Oktober 2025

Nähtreff mit Iris und Kathi

Am Mittwoch, den **10.09.2025** 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!



07. und 21. Oktober 2025

Klön- und Kreativ-Treff

Dienstags von **10:00-12:00 Uhr** könnt ihr bei Kaffee und Tee in geselliger Runde quatschen und/oder kreativ sein. Bringt eure eigenen Projekte mit, egal ob Stricken, Häkeln, Sticken oder Makramee. Wir unterstützen uns gegenseitig. Ohne Anmeldung! Kostenlos!



08. Oktober 2025

Kinderlesung mit der Autorin Mariela Georg (siehe Plakat im Anhang)

„Es ist Platz für mich da!“ – Eine interaktive Lesung für Familien mit Kindern ab 3 Jahren

Wir freuen uns, die wunderbare Autorin Mariela Georg am **8. Oktober 2025 von 16:00 bis 17:00**

Uhr im Familienzentrum Bovenden begrüßen zu dürfen! Mariela Georg wird aus ihrem Buch „Es ist Platz für dich da!“ vorlesen – mit vielen Elementen, die zum Mitmachen einladen. Die Lesung stellt den Auftakt des Projekts „Bunte Bücherkiste“ dar: Ab Herbst 2025 ist in jedem Familienzentrum eine Bunte Bücherkiste zu finden, gefüllt mit tollen Kinderbüchern zu den Themen Vielfalt, Kinderrechten und vieles mehr. Kommt gerne vorbei in eurem Familienzentrum und entdeckt die Bunte Bücherkiste! Die Bunte Bücherkiste ist ein Kooperationsprojekt der Familienzentren im Landkreis Göttingen, der Gleichstellungstelle des Landkreises Göttingen, dem Queeren Zentrum Göttingen, dem EPIZ Göttingen mit dem Projekt „Vielfalt Lesen und Leben“ und dem KuK Göttingen.

08. Oktober 2025

Selbsthilfegruppe für Zöliakie

Das nächste Gesprächsgruppentreffen findet am Mittwoch, den **08.10.2025** von **19:00 Uhr-20:30 Uhr** statt. Willkommen sind Zöliakie-Betroffene (Erwachsene, Jugendliche, Kinder) sowie Eltern/Angehörige von Zöliakie betroffener Kinder.

Kosten: keine. Mit Anmeldung. Rückfragen bitte an: Andrea Grzeganeck: glutenfrei-goettingen@kp-dzg-online.de

10. Oktober 2025

Kleidertauschbörse in der AWO Begegnungsstätte in Kooperation mit dem AWO Familienzentrum

Am **10.10.2025** von **12-18 Uhr** bieten wir wieder eine Kleidertauschbörse an. An diesem Tag, bringt jeder Teilnehmer seine ausrangierte Kleidung mit und kann diese gegen andere Schätze der anderen Teilnehmer tauschen. Wer nichts zum Tauschen dabei hat, gibt einfach eine Spende nach eigenem Ermessen.

Wir freuen uns auf Euch!

22. Oktober 2025

Offener Familientreff am Nachmittag mit Iris

Am Mittwoch, den **22.10.2025** treffen wir uns von **15:30-17:00 Uhr** mit Eltern, Kindern, Großeltern im Familienzentrum. Dieses Mal ist das Thema „Windlichter basteln“. Ohne Anmeldung! Kostenlos!

28. Oktober 2025

Gemeinsames Elternfrühstück

Wie gewohnt findet unser gemeinsames Frühstück am Dienstag von **9:00-11:00 Uhr** im Familienzentrum statt. Mamas und Papas sind herzlich eingeladen mit und ohne Kinder zum Frühstücksbuffet vorbei zu kommen, aber auch Omas und Opas. Bei unserem gesunden und leckeren Frühstück habt ihr als Eltern Zeit euch auszutauschen, miteinander ins Gespräch zu kommen, sowie neue Kontakte zu knüpfen. Dieses Mal kommt Frau Müller zum Thema „Zahnhygiene“.

Mit Anmeldung! Kosten pro Erwachsener 5 Euro.

29. Oktober 2025

Vortrag mit Austausch zum Thema: Hilfe, ich habe ein Schulkind! (siehe Anhang)

Kurzer Ausblick in den November

04. November 2025

Koch- und Backtreff

17:30-ca. 20:00 Uhr, Thema „Indische Gerichte“, mit Anmeldung!

05. November 2025

Laternenfestchen

16:30-17:30 Uhr, ohne Anmeldung!

07. November 2025

Frauenzeit (siehe Plakat)

Ein Nachmittag nur für Frauen mit z. B. gemeinsamen Kochen, Yoga, Bilderbuchkino, Markt der Möglichkeiten.

14. November 2025

Krimi-Dinner für Jugendliche

17:00-20:00 Uhr, mit Anmeldung!

21. November 2025

Brettspieleabend für Erwachsene

18:30-ca. 21:30 Uhr, mit Anmeldung!

Regelmäßige Veranstaltungen

Jeden Freitag

Eltern-Kind-Treff „Café Kinderwagen“ im Familienzentrum!

9:30-10:30 Uhr für 0-1-jährige

10:30-11:30 Uhr für 1-3-jährige.

Ein Treffpunkt für Eltern und ihre Kinder. Hier könnt ihr euch austauschen zu den Themen, die euch gerade bewegen, andere Eltern kennenlernen, soziale Kontakte knüpfen, sowie gemeinsam einfach eine schöne Zeit verbringen, während eure Kinder spielen.

Jeden Montag, außer in den Ferien

Integrative Kunst- und Musikschule Leinetal

Die Integrative Kunst- und Musikschule Leinetal bietet **montags von 16:15-17:00 Uhr** im Familienzentrum musikalische Früherziehung für Kindergartenkinder von 3,5-6 Jahren an. Die Kinder erlernen im Unterricht die Instrumente und spielerisch die Grundthemen der Musik kennen. Es gibt zu jeder Stunde Informationen und Lieder mit Noten.

Kosten: monatlich 35€. Informationen unter: 05503-53 85 49.

„Sprechstunde to go“- Reden und Gehen mit Iris oder Bianca

Unsere mobile Sprechstunde bietet euch die Möglichkeit, während eines Spaziergangs eure Anliegen und Fragen zu besprechen. Dies fördert nicht nur die Gesundheit, sondern bietet auch eine entspannte Atmosphäre für Gespräche. Die Erfahrung zeigt, dass es sich im Gehen doch etwas leichter reden lässt.

Solltet ihr Interesse haben, dann meldet euch bitte, damit wir einen Termin vereinbaren können. Wir freuen uns auf euch!

Sonstiges

Bastelideen von und mit Iris

Der Herbst ist da und auch die Kürbisse sind reif. Diesmal habe ich einen Kürbis zum häkeln für euch. Ist auch etwas für Häkelanfänger! Außerdem noch ein Fensterbild für die Kleinen.

Viel Spaß beim Basteln!



Koch- und Backrezepte von und mit Bianca

Der Herbst ist da und ich habe rote Beete aus dem Garten geschenkt bekommen. Vielleicht läuft ihr auch im Geschäft öfters mal an der roten Beete vorbei und fragt euch, was ihr damit kochen könnt. Habt ihr schon mal rote Beete Muffins ausprobiert? Vielleicht ist das auch mal eine Variante für alle die, die sonst nicht so gerne das rote Gemüse mögen.

Viel Freude beim Ausprobieren!



Klimaschutz im Flecken Bovenden

Am 18. September 2025 wurde im Bau- und Umweltausschuss der Endbericht der kommunalen Wärmeplanung vorgestellt.

Der vollständige Bericht steht auf der Homepage des Flecken Bovenden zum Download bereit:

👉 [Zum Bericht auf bovenden.de](https://www.bovenden.de)

Da der Bericht recht umfangreich ist und viele Fachbegriffe enthält, möchten wir darauf hinweisen, dass er am 25. November 2025 im Bürgerhaus Bovenden noch einmal ausführlich vorgestellt wird. Nähere Informationen zur Veranstaltung folgen in Kürze.

Unser beliebtes **Reste-Kochbuch** soll wachsen!

Darin sammeln wir kreative Ideen, wie man aus Lebensmittelresten noch leckere Gerichte zaubern kann – nachhaltig, praktisch und lecker. Alle, die Lust haben, können eigene Rezepte beisteuern.

👉 Weitere Infos findet ihr im beiliegenden Flyer.

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 Thriller, die nicht älter als 15 Jahre sind.

Kennen Sie Frauen, die von Gewalt in der Partnerschaft betroffen sind?
Sind Sie ratlos, wie Sie helfen können?

Wir können Sie unterstützen! Melden Sie sich.



Frauen-Notruf e.V. – Beratungs- und Fachzentrum sexuelle und häusliche Gewalt

0551 44684

kontakt@frauen-notruf-goettingen.de

frauennotruf.goettingen

Beratungsangebote vor Ort:



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 Telefonnummer: **05527-98 13 60**.



Caritasverband
Südniedersachsen e.V.

Beratungsstelle für Frühförderung der Caritas

Die Frühförderstelle gehört zum Caritasverband Südniedersachsen. Unser Angebot richtet sich an Familien, von der Schwangerschaft bis zum Schuleintritt der Kinder. Unser Team setzt sich zusammen aus pädagogischen Fachkräften, Heilpädagoginnen und Sozialpädagoginnen.

Sie können sich an uns wenden, wenn Sie Fragen zur Entwicklung Ihres Kindes haben. Dabei sind alle Bereiche eingeschlossen, ob es um die motorische, die sprachliche oder die sozial-emotionale Entwicklung geht. Dabei kann es auch um Fragen zur Einschulung gehen.

Uns stehen verschiedene standardisierte Entwicklungstests zur Verfügung, die uns ein genaueres Bild zum Entwicklungsstand des Kindes geben.

Ab Februar 2025 biete ich einmal im Monat Freitagvormittag um 10 Uhr eine Sprechstunde im AWO Familienzentrum Bovenden an. Die Beratung erfolgt nach vorheriger Kontaktaufnahme per Telefon oder mail.

Das Angebot der Frühförderstelle wird durch den Landkreis, im Rahmen der Eingliederungshilfe, finanziert, und ist somit für die Familien komplett kostenlos. Wir unterliegen der Schweigepflicht.

Kontakt: Conny Bellersen, Handy 015140246937, c.bellersen@caritas-suedniedersachsen.de



Beratung und Unterstützung
für psychisch belastete Eltern
und ihre Kinder

Psychische Belastungen und Erkrankungen betreffen nicht nur Einzelpersonen, sondern häufig Familien, insbesondere Eltern und ihre Kinder. Hierunter leiden die Zufriedenheit der Einzelnen und die Qualität der Beziehungen untereinander.

Die Beratungsstelle **CAMINO** bietet für betroffene Familien individuelle Hilfestellungen an. Auch Angehörige und Bezugspersonen können sich an **CAMINO** wenden

Wir beraten sowohl in der Jutta-Limbach-Straße 3, 37073 Göttingen – AWO Kreisverband Göttingen-Northeim e.V. – als auch wohnortnah in ihrer Gemeinde oder zu Hause. Unser Angebot ist kostenfrei, steht unter Schweigepflicht und bedarf keiner Antragsstellung.

Sollten sie mich einmal nicht erreichen, sprechen sie mir bitte auf den Anrufbeantworter oder schreiben sie mir eine Mail mit ihren Kontaktdaten. Ich melde mich dann 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

<https://awo-goettingen.de/camino>

Schulden- und Insolvenzberatung



Die Gründe, warum jemand in die Schuldenfalle gerät, sind vielfältig. Die Folgen sind oft schwerwiegend: Mietschulden, Energieschulden, ein gekündigter Dispositionskredit, 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 unter: **(0551) 5 00 91-0**

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. 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 euren Familien eine schöne Zeit!