Familienzentrum „Am Sonnenberg“
Newsletter November 2026-
Ausgabe Nr. 80

Liebe Leser,
hier sind unsere Angebote und Veranstaltungen für den Monat November 2026.
Wir freuen uns auf einen schönen Herbst mit Euch!
Euer AWO Familienzentrum- Iris und Bianca

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 November 2026

03. und 24. November 2026
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!

04. November 2026
Laternenfestchen
Am **04.11.2026 von 16:30-17:30 Uhr** machen wir gemeinsam einen Laternenumzug. Wir treffen uns vor dem Familienzentrum und gehen eine kleine Runde.
Ohne Anmeldung. Kostenlos!

04. November 2026
Nähtreff mit Iris und Kathi



Am Mittwoch**,** den **04.11.2026** 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 mit Rat und Tat zur Seite und freuen uns auf einen kreativen Austausch mit euch.
Anmeldung ist erforderlich, da der Platz begrenzt ist.

06. November 2026
Das perfekte Dinner-Kinder kochen für ihre Eltern **FÄLLT AUS!!!**
Am **06.11.2026 von 15:00-18:00 Uhr** wollen wir wieder gemeinsam mit dem Kinder- und Jugendbüro kochen.
Für 9 – 14-jährige.
Mit Anmeldung. Kosten: 10 €pro Kind, inkl. 1 Esser.

10. November 2026
Kreativzeit am Abend in Kooperation mit der Begegnungsstätte in der „Alten Schule“
Ob Stricken, Malen, Filzen, Origami, Mandalas malen oder etwas ganz anderes – bei uns ist jeder herzlich willkommen!
Ganz gleich, ob du gerade an einem größeren Herzensprojekt arbeitest oder einfach etwas Neues ausprobieren möchtest: Bring gerne mit, woran du im Moment werkelst, und werde gemeinsam mit anderen kreativ. In entspannter Atmosphäre ist Raum für Austausch, Inspiration und nette Gespräche.
Heute zeigen wir dir unter anderem, wie Fröbelsterne gebastelt werden von 18-20.30 Uhr. Wer Lust hat, etwas Neues auszuprobieren und kreativ zu werden, ist herzlich eingeladen mitzumachen. Wir freuen uns auf einen bunten, kreativen Abend mit euch in der „Alten Schule, Auf dem Thie 2“!
Ohne Anmeldung! Kostenlos bzw. nach Verbrauch!

13. November 2026
Brettspieleabend für Erwachsene mit Bianca
Am **13.11.2026** von **18.30 bis ca. 21.30 Uhr** treffen wir uns gemeinsam, um Brettspiele zu spielen. Eigene Spiele dürfen sehr gerne mitgebracht werden.
Mit Anmeldung, kostenlos.

17. November 2026
Gemeinsames Familienfrühstück
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 vorbeizukommen – ebenso Omas und Opas. Bei unserem gesunden und leckeren Frühstück habt ihr als Eltern Zeit, euch auszutauschen, ins Gespräch zu kommen und neue Kontakte zu knüpfen.
Mit Anmeldung! Kosten pro Erwachsener 6 Euro.

17. November 2026
Koch- und Backtreff,
Am **17.11.2026** treffen wir uns um **18:00-ca. 20:00 Uhr** zum Thema „Festliche Gerichte“. Wir wollen gemeinsam kochen, essen und uns austauschen.
Mit Anmeldung, Kosten 10 Euro!

18. November 2026
Offener Familientreff am Nachmittag mit Iris
Am Mittwoch, den **18.11.2026** treffen wir uns von **15:30-17:00 Uhr** mit Eltern, Kindern, Großeltern. Dieses Mal ist das Thema „Adventsbasteln“. Kommt vorbei und schaut mal, was ihr alles gestalten könnt.
Ohne Anmeldung! Kostenlos!

25. November 2026
Zusammen mit der Gemeindebibliothek lesen wir euch am **25.11.2026** von **15:30-16:30 Uhr** ein paar Bücher vor. Eine Kleinigkeit zu basteln wird es auch geben.
Für Kinder ab 3 Jahren.
Ohne Anmeldung. Kostenlos bzw. Bastelmaterial nach Verbrauch.

Ausblick Dezember:
01. und 15. Dezember 2026, Klön- und Kreativ-Treff

02. Dezember 2026, Nähtreff mit Iris und Kathi

08. Dezember 2026, Kreativzeit am Abend in Kooperation mit der Begegnungsstätte in der „Alten Schule“, Thema: Kerzengießen

---

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
Musikschule Leinetal
Die 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
Es wird im November schon früh dunkel und oft auch nebelig.
Diesmal gibt es deshalb zwei Nebelbilder zum Basteln, einmal in schwarz und weiß, einmal auch in bunt.

Viel Spaß beim Basteln!

Koch- und Backrezepte von und mit Bianca
Beim letzten Koch- und Backtreff hatte ich dieses Rezept für Spaghetti-Kürbis mit Tomatensoße angeboten. Es kam richtig gut an und alle waren begeistert! Vielleicht ist das ja auch etwas für euch? Eine leckere, herbstliche Rezeptidee, die Abwechslung auf den Teller bringt und zum Nachkochen einlädt.
Viel Freude beim Nachkochen, Ausprobieren und natürlich beim Genießen. Guten Appetit!

Die Bunte Bücherkiste
Seit Herbst 2025 gibt es in jedem Familienzentrum im Landkreis Göttingen eine „Bunte Bücherkiste“ mit Kinderbüchern zu Themen wie Vielfalt und Kinderrechte. Die Bücher können während der Veranstaltungen sowie zu den Sprechzeiten angeschaut und ausgeliehen werden.

Die Bunte Bücherkiste ist ein Kooperationsprojekt der Familienzentren im Landkreis Göttingen, der Gleichstellungsstelle des Landkreises Göttingen, dem Queeren Zentrum Göttingen, dem EPIZ Göttingen („Vielfalt Lesen und Leben“) und dem KuK Göttingen.

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.

Beratungsangebote vor Ort:

Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der caritas

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**.

Frühberatung/Frühförderung des Caritasverband Südniedersachsen e.V.

Die Frühberatung/Frühförderung begleitet und berät Familien von der Schwangerschaft bis zum Schuleintritt. Unser Team aus sozial- und heilpädagogischen Fachkräften unterstützt Sie bei Fragen zur Entwicklung und Erziehung Ihres Kindes.
Die Beratung ist kostenlos, vertraulich und unterliegt der Schweigepflicht. Bei Bedarf können standardisierte Entwicklungstests eingesetzt werden, um den Entwicklungsstand Ihres Kindes genauer einzuschätzen.
Beratungsgespräche finden nach Absprache bei Ihnen zu Hause, im Caritaszentrum Göttingen oder im AWO Familienzentrum „Am Sonnenberg“ in Bovenden statt.

Kontakt: Wenden Sie sich dazu an das Familienzentrum oder direkt an mich: Catrin Beyer (Heilpädagogin) Handy: 015140246767 oder c.beyer@caritas-suedniedersachsen.de



CAMINO AWO

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

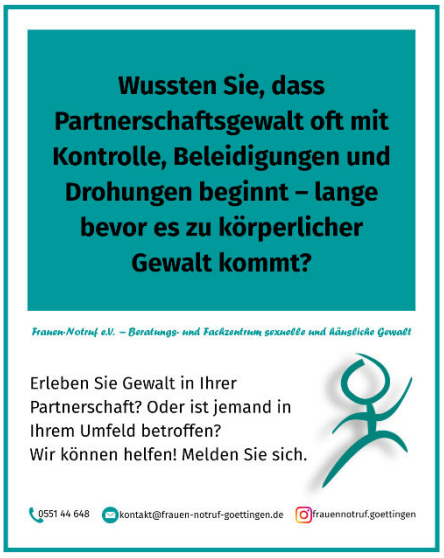
Schulden- und Insolvenzberatung AWO

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!