

## Neues erfahren

### Bewährte Naturheilmittel für Klein & Gross – Workshop | Zimmer 6

Was hilft bei Halsweh, Husten, Schnupfen, Ohrenschmerzen, Fieber und was bei Verdauungsproblemen? Welche wohltuenden und sanften Helfer bietet die Natur? Eltern können sich von natürlichen Hausmitteln inspirieren lassen und erhalten praktische Tipps und Anleitungen, die sich kostengünstig und schnell zu Hause umsetzen lassen.

Donnerstag, 19. September  
19.00 - 21.00

Auskunft: Katharina Kolb,  
dipl. Naturheilpraktikerin TEN  
www.subtilia.ch

Kosten: 50.- CHF

Anmeldung: erforderlich, katharina.kolb@subtilia.ch

### Musik entdecken - Workshop für Eltern und Kinder von 0-3 Jahren | Zimmer 6

Musik beruhigt, bewegt und belebt!  
Musik fördert bei Kindern neben der Gedächtnis- und Sprachentwicklung auch die motorischen Fähigkeiten. Den Eltern wird gezeigt, wie sie ihr Kind mit Musik, der Stimme und gezielten Techniken in seiner Entwicklung unterstützen können. Eltern erfahren, wie wichtig der Einbezug von Musik in der Kindesentwicklung ist - dafür brauchen Eltern keine besonderen musikalischen Fähigkeiten und müssen kein Instrument spielen.

Samstag, 28. September  
10.00 - 11.00

Leitung: Verena Barbera, Musiktherapeutin

Auskunft: 076 582 90 96

Kosten: 20.- CHF pro Familie

Anmeldung: erforderlich,  
mail@musiktherapie-barbera.ch

### Familylab - Elterngruppe | Zimmer 6

Wir setzen uns mit der Haltung des dänischen Familientherapeuten Jesper Juul auseinander und bringen diese in einen direkten Zusammenhang mit unseren eigenen Erfahrungen als Eltern.

An jedem dieser fünf Treffen steht ein anderes Thema im Vordergrund und bietet die Basis für den Dialog.

Mittwoch, 06.11,  
11.12.2024

Leitung: Käthi Tanner-Winzeler,  
Kursleiterin familylab

15.01, 26.02, 02.04.2025

Kosten: 230.- CHF pro Einzelperson,  
390.- CHF pro Paar

19.00 - 21.00

Anmeldung: erforderlich, kaethi.tanner@bluewin.ch

### Einführung in die Montessori Pädagogik: Theorie und Praxis - Workshop | Zimmer 6

In diesem Workshop können Eltern von Kindern 0 - 6 Jahren die Grundsätze der Montessori-Pädagogik kennenlernen und eine lebendige Montessori-Umgebung mit greifbaren Materialien erkunden. Darüber hinaus erhalten Eltern praktische Einblicke in die Gestaltung einer Montessori-Umgebung zu Hause.

Donnerstag, 14. November  
19.00 - 21.00

Leitung: Erandi Aroca, Montessori Pädagogin

Kosten: 30.- CHF

Auskunft: 079 480 89 58

Anmeldung: erforderlich, erandi\_21@hotmail.com

### Introduction to Montessori Education: Theory and Practice - Workshop | Room 6

In this workshop, parents of children aged 0 - 6 years will learn the principles of Montessori education and explore a Montessori environment with hands-on materials. Additionally, parents will gain practical insights into creating a Montessori environment at home

Thursday, November 21  
7:00 PM - 9:00 PM

Instructor: Erandi Aroca, Montessori Teacher

Cost: 30.- CHF

Contact: 079 480 89 58

Registration: required, erandi\_21@hotmail.com

## Eltern-Kind-Gruppen

### Krabbelgruppen ohne Begleitung | Zimmer 6

Mütter und Väter mit Babys und Kleinkindern von 0 - 2 Jahren treffen sich regelmässig einmal wöchentlich, um sich kennenzulernen, zu plaudern, Erfahrungen auszutauschen und gemeinsam mit den Kindern zu spielen.

Melden Sie sich bei Interesse: Barbara Raulf, 052 632 58 08, barbara.raulf@stsh.ch

### Krabbelgruppen mit fachlicher Begleitung | Zimmer 6

Eltern mit Kindern von 0 – 3 Jahren begegnen sich und finden Zeit zum Beobachten und Staunen über die Einzigartigkeit ihrer Kinder. Die vielfältigen Themen aus dem Familienalltag finden Platz. Die Eltern werden in der Diskussion einfühlsam begleitet durch eine Fachperson.

Die Kinder erhalten Raum und Gelegenheit für Bewegung und Lernerfahrungen und insbesondere für soziale Kontakte in der Gruppe.

Dienstags, 15.15 - 16.45

Leitung: Ursula Blumer

Freitags, 15.00 - 16.30

Auskunft: 078 871 77 68

Kosten: 150.- CHF pro halbes Jahr

Anmeldung: erforderlich,  
info@begleitung-ursula-blumer.ch

## Eltern-Austauschgruppe

### Austausch und Unterstützung mit Begleitung | Zimmer 6

Die Eltern treffen sich regelmässigen und tauschen sich zu ihren Fragen des Alltags aus. Die Gruppenmitglieder beraten sich untereinander und geben Erfahrungen weiter. Die Gruppe ermöglicht die Auseinandersetzung auf Augenhöhe und fördert die gegenseitige Unterstützung.

Donnerstags  
einmal im Monat  
18.30 - 20.30

Auskunft: Barbara Raulf, 052 632 58 08,  
barbara.raulf@stsh.ch

Anmeldung: erforderlich

Kosten: 100.- CHF pro Elternteil oder Elternpaar für zehn Abende

Start sobald genügend Anmeldungen da sind (mind.6)

## Selbsthilfegruppen

### Regenbogen - Selbsthilfegruppe | Raum leise

Für Eltern, die um ein Kind trauern. Betroffene Eltern treffen sich einmal im Monat, um gemeinsam an ihre verstorbenen Kinder zu denken und sich mit gleich betroffenen Eltern auszutauschen, um sich gegenseitig Liebe, Verständnis, Trost und Hoffnung auf dem Weg der Trauer zu schenken

Jeweils am 1. Mittwoch  
im Monat

Auskunft: Wolfgang Pfalzgraf  
079 452 97 91  
Wolfgang@Pfalzgraf.ch  
Verein-Regenbogen.ch

04.09, 02.10, 06.11, 04.12  
19.30 - 21.00

### Papillon - Selbsthilfegruppe | Raum leise

Für Eltern, die ihr Kind während der Schwangerschaft, Geburt oder kurz danach verloren haben. Der Austausch mit Gleichbetroffenen kann helfen, mit den Gefühlen umzugehen, kann Trost und Hoffnung schenken.

Mittwoch,  
28.08, 25.09, 30.10, 27.11  
19.30 - 21.00

Auskunft: Katharina Kolb  
079 838 00 72

Anmeldung: erforderlich, katharina.kolb@gmx.ch

### VASK - Selbsthilfegruppe | Zimmer 6

Eltern, Geschwister, Kinder, Partner und Freunde von Menschen mit einer psychischen Krankheit treffen sich regelmässig zum Austausch.

Jeweils am letzten Samstag  
im Monat

Auskunft: Barbara Livers  
052 625 55 80  
www.vaskschaffhausen.ch

31.08, 28.09, 26.10, 30.11  
16.00 - 18.00

Anmeldung: erforderlich

## Treffpunkte

### Bistro mit Spiellandschaft

Der Treff mit Cafébetrieb und Spielbereich für Kleinkinder bietet Gelegenheit für Gespräche, Begegnung, Vernetzung und Informationsaustausch.

Montag - Freitag  
09.00 - 17.00

Auskunft: Barbara Raulf, 052 632 58 08,  
barbara.raulf@stsh.ch

Samstag  
10.00 - 15.00

### Hebammenbistro | Bistro

Werdende und gewordene Eltern können sich über Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett austauschen und ihre Erfahrungen teilen.

Frei praktizierende Hebammen sind anwesend und beantworten gerne Fragen.

Jeden Donnerstag  
9.30 - 11.30

Auskunft: Irmela Pfalzgraf, 078 654 32 10

Kosten: keine

ausser während der Ferien

Anmeldung: keine Anmeldung nötig

### Zwillingsfamilien-Treff | Zimmer 6 oder Raum leise

Zwillinge stellen Familien vor besondere Herausforderungen.

Familien mit Zwillingen im Alter von 0 - 4 Jahren treffen sich einmal pro Monat, um sich kennenzulernen, mit den Kindern zu spielen und sich über den Alltag mit Zwillingen auszutauschen. Auch Geschwisterkinder sind herzlich willkommen.

Jeden 2. Samstag im Monat  
10.00 - 12.00

Auskunft: Nicole Bruderhofer

Kosten: keine

Start, 10. August 2024

Anmeldung: erforderlich, n.bruderhofer@gmx.net

### Kindercoiffeuse | Raum leise

Kinder bis 5 Jahre können sich im Familienzentrum unkompliziert die Haare schneiden lassen. Mit Geduld und Freude schneidet Ghada Shekho Ihren Kindern einen neuen Haarschnitt oder kürzt die Spitzen.

10.08, 07.09, 02.11, 07.12  
10.00 - 13.00

Leitung: Ghada Shekho

Kosten: nach Aufwand zwischen 5.- CHF  
und 20.- CHF

Anmeldung: erwünscht, nicht zwingend  
077 928 44 33

## Singen

### Singe mit de Chliine | Zimmer 6

Für Kinder von 0-4 Jahren zusammen mit Mami, Papi, Grossmami, Grosspapi, Tante, Onkel oder einer anderen erwachsenen Bezugsperson gedacht.

Gross und Klein singen und bewegen sich auf fröhliche, lustvolle Weise.

Mittwoch  
21.08 - 25.09 (6x)  
23.10 - 27.11 (6x)

Leitung: Christina Pusterla

Auskunft: mail@christinapusterla.ch  
076 446 07 34

Kosten: 10.- CHF pro Vormittag (Bezahlung vor Ort.  
TWINT oder Bar)

Gruppe 1: 09.30 - 10.00

Gruppe 2: 10.15 - 10.45

Anmeldung: erforderlich, Anzahl Plätze beschränkt

## Beratung

### Beratung und Unterstützung für den Familienalltag

Die Betriebsleiterin des Familienzentrums bietet allen Eltern die Möglichkeit von Information und Beratung im persönlichen Gespräch.

Barbara Raulf, 052 632 58 08, barbara.raulf@stsh.ch

### Mütter- und Väterberatung | Beratungsraum MVB und Bistro

Fachpersonen beraten und unterstützen Eltern und Betreuungspersonen von Säuglingen und Kindern bis 5 Jahre zu den Themen Stillen, Ernährung, Entwicklung, Erziehung, Pflege und gesundheitsförderndes Verhalten. Sie vermitteln Kontaktadressen zu weiteren Fach- und Beratungsstellen.

Jeden Montag 09.00 - 11.30, 14.00 - 16.30	Beraterin: Auskunft:	Katja Widmer, Mütter- und Väterberaterin katja.widmer@stsh.ch, 052 632 51 20
Jeden Donnerstag 14.00 - 16.00	Kosten:	keine
Jeden Samstag 10.00 - 11.30	Anmeldung:	nur nötig für Termine ausserhalb Montag, Donnerstag oder Samstag

### Stillkaffi - Treffpunkt für stillende und werdende Mütter | Raum leise

Die Stillberaterinnen der La Leche League Schweiz begleiten und beraten Mütter während ihrer Stillzeit. In gemütlicher Runde werden Erfahrungen ausgetauscht, Fragen und Probleme können vor Ort angeschaut werden.

Mittwoch, 14.08, 11.09, 09.10, 13.11, 11.12 09.30 - 11.00	Leitung: Auskunft:	Caroline Külling 079 616 13 10
	Kosten:	keine
	Anmeldung:	keine Anmeldung nötig

### Stillkaffi und Tragetreff | Raum leise

Die Stillberaterinnen der La Leche League Schweiz unterstützen Mütter bei Fragen rund um das Stillen. Gleichzeitig stehen die Beraterinnen mit ihrem Fachwissen für Fragen, Tipps und Tricks rund um das Tragen von Babys und Kleinkindern zur Verfügung.

Dienstag oder Freitag, 23.08, 24.09, 25.10, 26.11 09.30 - 11.00	Leitung: Auskunft:	Sabrina Gessler, 079 612 63 73 www.tragen-schaffhausen.ch sabrina@rofelix.ch
	Kosten:	keine
	Anmeldung:	keine Anmeldung nötig

## Schenk mir eine Geschichte

### Leseanimationen in verschiedenen Sprachen | Zimmer 6

Gemeinsam mit Ihrem Kind oder Enkelkind hören Sie Geschichten. Sie schauen Bilderbücher an, spielen, singen und basteln.

Für Kurmanci und Spanisch sprechende Eltern.

Die Daten werden laufend auf unserer Website veröffentlicht.

Die Veranstaltungen sind jeweils kostenlos; es ist keine Anmeldung nötig.

Weitere Informationen zum ganzen Angebot von Schenk mir eine Geschichte:  
www.integres.ch.

## Pubertät

### Die Zyklus-Show - Mädchenworkshop | Zimmer 6

Liebevoll und im geschützten Rahmen lernen die Mädchen kennen und verstehen, was sich im Körper während der Pubertät verändert. Am Vorabend zum Workshop findet für die Mütter und Väter der Mädchen der Elternvortrag „Wenn Mädchen Frauen werden“ statt. Die Eltern erhalten Informationen zum MFM-Projekt® und lernen die Kursleiterin kennen.

01. November 19.30 - 21.00 Elternvortrag	Leitung: Kosten:	Irmela Pfalzgraf, Hebamme 120.- CHF (Elternabend und Mädchenworkshop)
02. November 10.00 - 17.00 Mädchenworkshop	Auskunft: Anmeldung:	Irmela Pfalzgraf, irmela@pfalzgraf.ch 078 654 32 10 bis 14 Tage vor dem Kurs bei Irmela Pfalzgraf

## Bücherecke und Infothek

### Bücher für Gross und Klein | Raum leise

Im Raum leise gibt es eine gemütliche Lesecke mit Bücherkisten für die Kinder. Damit sich ältere Geschwisterkinder nicht langweilen, finden Sie dort auch Comics und Bücher für ältere Kinder.

### Informationen rund um die Familie | Infothek

Für Informationen rund um das Thema Familie, Erziehung und Bildung gibt es eine Infothek mit Flyern, Broschüren, Zeitschriften und Büchern.

Die Bücher dürfen auch ausgeliehen werden.

# Familienzentrum Schaffhausen



## Veranstaltungen

### Oktober Kinderkleiderflohmarkt

Kinderkleiderflohmarkt. Sonntag, 27. Oktober, 9.30 - 12.00.

### November Erzählnacht - Traumwelten

Erzählnacht im Familienzentrum. Kinder können in magische Traumwelten eintauchen und spannenden Geschichten lauschen. Freitag, 08. November, 17.00 - 20.00.

### Puppenspiel für Kinder ab 4 Jahren

Es wird ein Märchen mit Puppen erzählt. Dauer 20 Minuten. So können auch die Jüngeren das Märchen mit allen Sinnen erfahren. Mit Marianne Wenger, Yvette Padovan, Anna Idone. Mittwoch, 20. November, 15.00 - 15.20 und 16.00 - 16.20 (zwei Durchführungen).

### Dezember Weihnachtsevent

Guezli Backen und Basteln im Familienzentrum.  
Samstag, 07. Dezember, 11.00 - 14.00.

### Weihnachtssingen

Für alle, die gerne mit ihren Kindern in Weihnachtsstimmung kommen möchten. Mit Christina Pusterla. Mittwoch, 11. Dezember, 9.30 - 10.15 und 10.30 - 11.15 (zwei Durchführungen).

## Öffnungszeiten

Montag - Freitag: 9 - 17 Uhr  
Samstag: 10 - 15 Uhr

## Betriebsferien

Vom 16. Dezember bis 05. Januar bleibt das Familienzentrum geschlossen.

## Weitere Informationen

Für aktuelle Informationen zu den Öffnungszeiten und zu den Durchführungen der Angebote besuchen Sie auch unsere Website.

[www.familienzentrum-schaffhausen.ch](http://www.familienzentrum-schaffhausen.ch)

Familienzentrum Schaffhausen  
Betriebsleitung Barbara Raulf  
Kirchhofplatz 19  
8200 Schaffhausen  
052 632 58 08  
barbara.raulf@stsh.ch