

Neues erfahren

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, 17. Februar und
Samstag, 25. Mai
10.00 - 11.00

Leitung: Verena Barbera, Musiktherapeutin
Auskunft: 076 582 90 96
Kosten: 20.- CHF pro Familie
Anmeldung: mail@musiktherapie-barbera.ch

Elternburnout - Infoabend | Zimmer 6

Elternsein ist etwas Wunderschönes und gleichzeitig eine grosse Herausforderung. Der Spagat zwischen Erziehung, Haushalt und Beruf und vor allem aber auch hohe persönliche Ansprüche und Perfektionismus können Mütter und Väter an den Rand ihrer Kräfte bringen und im schlimmsten Falle zu einem Burnout führen.

Was sind die Gründe und Warnzeichen? Was kann ich als Mutter oder Vater tun, um nicht in eine Erschöpfungsspirale zu gelangen?

Mütter und Väter erhalten in einem Vortrag Antworten auf diese Fragen und haben anschliessend die Möglichkeit, sich in Kleingruppen über das Thema auszutauschen.

Donnerstag, 07. März
19.00 - 20.30

Leitung: Regula B. Schütt, psychosoz. Coach ECA
Auskunft: r.schuet@authentisch.art
www.authentisch.art
Kosten: keine
Anmeldung: bis 01.03

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, 21. März
19.00 - 21.00

Auskunft: Katharina Kolb,
dipl. Naturheilpraktikerin TEN
www.subtilia.ch
Kosten: 50.- CHF
Anmeldung: erforderlich, katharina.kolb@subtilia.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, 04. April
19.00 - 21.00

Leitung: Erandi Aroca, Montessori Pädagogin
Kosten: 30.- CHF
Auskunft: 079 480 89 58
Anmeldung: erforderlich, erandi_21@hotmail.com

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.

Dienstag, 20.03, 15.05,
26.06, 21.08, 25.09
19.00 - 21.00

Leitung: Käthi Tanner-Winzeler,
Kursleiterin familylab
Kosten: 230.- CHF pro Einzelperson,
390.- CHF pro Paar
Anmeldung: erforderlich, kaethi.tanner@bluewin.ch

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
Start, 23. Januar 2024

Leitung: Ursula Blumer
Auskunft: 078 871 77 68
Kosten: 150.- CHF pro halbes Jahr
Anmeldung: erforderlich,
info@begleitung-ursula-blumer.ch

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
10.01 (2. Mi), 06.03, 03.04,
08.05, 05.06, 03.07
19.30 - 21.00

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

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,
31.01, 21.02, 27.03,
29.05, 26.06
19.30 - 21.00

Auskunft: Katharina Kolb
079 838 00 72
katharina.kolb@gmx.ch
Anmeldung: erforderlich

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
27.01, 24.02, 30.03, 27.04,
25.05, 29.06
16.00 - 18.00

Auskunft: Barbara Livers
052 625 55 80
www.vaskschaffhausen.ch
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
Samstag
10.00 - 15.00

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

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
ausser während der Ferien

Auskunft: Irmela Pfalzgraf, 078 654 32 10
Kosten: keine
Anmeldung: keine Anmeldung nötig

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.

Jeden 1. Samstag im Monat
10.00 - 13.00
Start: 13. Januar 2024

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 2 - 5 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
06.03 - 10.04 (6x)
09.30 - 10.00
10.15 - 10.45

Leitung: Christina Pusterla
Auskunft: www.singemitdechliine.ch
mail@singemitdechliine.ch
Kosten: 10.- CHF pro Vormittag (Bezahlung vor Ort.
TWINT oder Bar)
Anmeldung: erforderlich, Anzahl Plätze beschränkt

Schwangerschaft und Geburt

Rückbildung | Zimmer 6

In diesem Kurs dürfen Sie sich nach der Geburt Zeit für sich und Ihren Beckenboden nehmen. Die Wichtigkeit der Rückbildung für den Körper ist nicht zu unterschätzen und braucht Zeit. Der Beckenboden wird mit sanften Übungen wieder in die alte Form zurückgebracht und für den Alltag gestärkt.

Begleitet von einer Fachfrau Beckenboden in Schwangerschaft und Rückbildung. Der Kurs findet 1x wöchentlich statt und dauert 7 Wochen.

Montags, 18.00 - 19.30
7 Abende: 15.01 - 26.02
7 Abende: 04.03 - 22.04
7 Abende: 13.05 - 01.07
Montags, 19.45 - 21.15
7 Abende: 12.02 - 25.03

Leitung: Fiona Mae Poppitz
Auskunft: 076 804 11 12
Kosten: 315.- CHF (7 Abende)
Anmeldung: erforderlich,
info@fiona-beckenbodentraining.ch

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 - 11.00, 14.00 - 16.00
Jeden Donnerstag
14.00 - 16.00
Jeden Samstag
10.00 - 11.30

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

Stilltreff La Leche - 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.

Jeden 3. Freitag im Monat
09.30 - 11.00

Leitung: Anja Langenbach, 078 823 39 44
Auskunft: anja.langenbach@lalecheleague.ch
Kosten: keine
Anmeldung: keine Anmeldung nötig

Tragetreff | Raum leise

Offener Treffpunkt für Trageeltern und Interessierte zum Austausch. Trageberaterinnen stehen ihnen mit ihrem Fachwissen für Fragen, Tipps und Tricks rund um das Tragen von Babys und Kleinkindern zur Verfügung.

Dienstag oder Freitag,
26.01, 20.02, 22.03,
30.04, 31.05, 25.06
09.30 - 11.00

Leitung: Sabrina Gessler
079 612 63 73
www.tragen-schaffhausen.ch

Auskunft: 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 sprechende Eltern / Grosseletern mit ihren Kindern.

Samstag,
13.01, 20.01, 27.01, 17.02
13.00 - 14.30

Leitung: Barin Suleiman

Weitere Daten werden laufend auf unserer Website veröffentlicht.

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

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.

15. März
19.30 - 21.00
Elternvortrag

Leitung: Irmela Pfalzgraf, Hebamme
Kosten: 120.- CHF (Elternabend und Mädchenworkshop)

16. März
10.00 - 17.00
Mädchenworkshop

Auskunft: Irmela Pfalzgraf, irmela@pfalzgraf.ch
078 654 32 10
Anmeldung: bis 14 Tage vor dem Kurs bei Irmela Pfalzgraf

Agenten auf dem Weg - Jungenworkshop | Zimmer 6

Liebevoll und im geschützten Rahmen lernen die Jungen kennen und verstehen, wie ein neues Leben entsteht und was sich im Körper während der Pubertät verändert. Am Vorabend zum Workshop findet für die Mütter und Väter der Jungen der Elternvortrag „Wenn Jungen Männer werden“ statt. Die Eltern erhalten Informationen zum MFM-Projekt® und lernen den Kursleiter kennen.

21. Juni
19.30 - 21.00
Elternvortrag

Leitung: Lukas Romer, Lehrperson, Erlebnispädagoge
Kosten: 120.- CHF (Elternabend und Jungenworkshop)

22. Juni
10.00 - 17.00
Jungenworkshop

Auskunft: Lukas Romer, l.romer@mfm-projekt.ch
079 277 37 18
Anmeldung: bis 14 Tage vor dem Kurs bei Lukas Romer

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**Informationen
Agenda Januar bis Juli 2024****Veranstaltungen****März Osterevent**

Ostereier bemalen, backen und basteln zu Ostern. Samstag, 23. März, 11.00 - 14.00.

April Ferien Angebot - Experimentieren

Kinder von 4 bis 6 Jahren können gemeinsam mit ihren Eltern spannende Experimente durchführen und die Welt der Wissenschaft und Technik entdecken. Mit Erandi Aroca, Montessori Pädagogin, Mittwoch, 17. April, 14.00 - 17.00, Kosten 40.- CHF, mit Anmeldung: erandi_21@hotmail.com

Mai 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, 29. Mai, 15.00 - 15.20 und 16.00 - 16.20 (zwei Durchführungen).

Betriebsferien

Vom 08. Juli bis 04. August 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

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