

**TERMINBLATT
VERANSTALTUNGEN
3. Quartal 2021**



Evangelische Gemeinde Köln

Corona-Situation: Alle Veranstaltungen finden unter Beachtung der jeweils gültigen Corona-Schutzbestimmungen statt. Dabei kann es auch zu kurzfristigen Absagen oder angepassten Formaten kommen. Bitte informieren Sie sich zeitnah.

immer dienstags: Offenes Elterncafé Kartause - Schauen Sie doch mal rein!

09.00-11.00 Uhr Treff für Mütter, Väter und ihre Kinder zum Spielen, Klönen und Erfahrungen austauschen. Ein/e Mitarbeiter/in des Familienzentrums informiert auf Wunsch zu unseren Angeboten. (Das Elterncafé findet an Feiertagen und während unserer Schließungszeiten nicht statt.)

Mi 14.07.21 Sprechstunde der Ev. Beratungsstelle

09.00-10.45 Uhr Im alltäglichen Leben kommen immer wieder Situationen auf, in denen man persönlich an seine Grenzen stößt – nicht mehr weiterweiß. Die Sprechstunde bietet Ihnen in geschützter Atmosphäre eine diskrete Möglichkeit, sich professionell bei Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen beraten zu lassen.
Beratung durch Frau Grieshaber, Sozialarbeiterin MA, Systemische Beraterin und Therapeutin (SG), Systemische Kinder und Jugendlichen Therapeutin (SG)
Die Beratung ist kostenlos. Bitte melden Sie sich vorher verbindlich an.

26.07.-13.08.21 Das Familienzentrum ist geschlossen. Das Elterncafé ist ab dem 07.09. wieder geöffnet.

Mi 25.08.21 Sprechstunde der Ev. Beratungsstelle

09.00-10.45 Uhr s.o.

ab Mi 25.08.21 Pilates-Kurs

09.00-10.00 Uhr Ziele/Inhalte dieses Kurses sind: die Wirbelsäule schützen und stützen, Rückenbeschwerden bekämpfen bzw. diesen vorbeugen, Stärkung, Aufbau und Erhalt der Muskelkraft, kontinuierlicher Aufbau des sogenannten Kraftgürtels (Powerhouse) in Kombination mit der Pilates-Atmung, Erarbeitung einer guten, aufrechten Haltung sowie Stressabbau und Stärkung des Immunsystems.
Es finden bis zu den Herbstferien insgesamt 6 Termine statt.
Anleitung durch Frau Oltmanns, Sporttherapeutin und Pilates-Trainerin
Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, bitte melden Sie sich vorher verbindlich an.
Die Veranstaltung findet je nach Absprache innerhalb der Gruppe im Elterncafé des Familienzentrums, auf der Küsterwiese oder online statt.
Die Teilnahmegebühr beträgt €30,- für 6 Termine.
Interessent:innen wenden sich bitte direkt an Frau Oltmanns unter oltmanns.regine@gmail.com oder Tel. 0157-79039384.

Fr 17.09.21 Vater-Kind-Nachmittag im Volksgarten

14.45-16.30 Uhr Wir wollen gemeinsam einen geselligen Nachmittag verbringen und starten dafür zusammen am Familienzentrum. Für die individuelle Verpflegung mit Essen und Getränken, Becher, Teller, ggf. eine Decke etc. ist jeder selbst zuständig. Grillen ist im „offiziellen Teil“ ausdrücklich nicht vorgesehen. Eine Grundausrüstung an Spielmaterial ist vorhanden. Gerne können Sie aber auch weiteres Material mitbringen.
Es besteht keine Altersbegrenzung. Die Aufsichtspflicht liegt bei den Vätern.
Begleitung durch Herrn Ortu, Mitarbeiter des Familienzentrums
Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, bitte melden Sie sich vorher verbindlich an.
Treffpunkt ist um 14.45 Uhr am Eingang des Familienzentrums.
Die Veranstaltung ist kostenlos.

*** Bitte beachten Sie auch unsere Termine auf der Rückseite! ***

**So 19.09.21
ab 11.00 Uhr**

KARTÄUSERFEST / TAG DER OFFENEN TÜR IM FAMILIENZENTRUM

Wir beginnen mit einem Gottesdienst in der Kartäuserkirche. Im Anschluss können Sie an Führungen durch unsere Einrichtung teilnehmen. Am Infostand erhalten Sie außerdem ergänzende Informationen zu unserem erweiterten Beratungs- und Veranstaltungsangebot, welches allen Familien im Veedel offensteht. Für das leibliche Wohl und Spielspaß für die Kleinen ist ebenfalls gesorgt.

**Mi 22.09.21
09.00-10.45 Uhr** **Sprechstunde der Ev. Beratungsstelle**
s.o.

Stand: 29.06.2021, Änderungen vorbehalten