

**TERMINBLATT
VERANSTALTUNGEN
3. Quartal 2022**



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.

- dienstags: 09.00-11.00 Uhr** **Offenes Elterncafé Kartause - Schauen Sie doch mal rein!**
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 13.07.22 09.00-10.45 Uhr** **Sprechstunde der Ev. Beratungsstelle**
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)
Bitte melden Sie sich vorher verbindlich an. Die Beratung ist kostenlos und findet auf Wunsch auch telefonisch oder im Videoformat statt.
- 18.07.-07.08.22** **Das Familienzentrum ist geschlossen (offenes Elterncafé ab 23.08.22 wieder geöffnet).**
- ab Mi 10.08.22 09.00-10.00 Uhr** **Pilates-Kurs**
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. 8 Termine bis zu den Sommerferien. Anleitung durch Frau Oltmanns, Sporttherapeutin und Pilates-Trainerin
Die Veranstaltung findet je nach Absprache innerhalb der Gruppe online oder auf der „Küsterwiese“ neben der Kartäuserkirche statt.
Bitte melden Sie sich vorher verbindlich direkt bei Frau Oltmanns an unter Tel. 0157-79039384 oder oltmanns.regine@gmail.com. Die Teilnahmegebühr beträgt €56,- für 8 Termine.
- 23.08.22** **Ab heute ist das offene Elterncafé wieder geöffnet.**
- Mi 24.08.22 09.00-10.45 Uhr** **Sprechstunde der Ev. Beratungsstelle**
s.o.
- Fr 02.09.22 09.00-10.45 Uhr** **Sprechstunde der Ev. Beratungsstelle**
s.o.

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

**So 25.09.22
ab 11.00 Uhr**

KARTÄUSERFEST / TAG DER OFFENEN TÜR IM FAMILIENZENTRUM

Wir beginnen mit einem Gottesdienst in der Kartäuserkirche.

Im Anschluss können interessierte Eltern an einer **Führung durch unsere Einrichtung** teilnehmen:

12.00 Uhr und 15.00 Uhr (Dauer ca. 1 Stunde)

Bitte melden Sie sich vorher per Mail an.

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.

Stand: 07.07.2022