

Kreativ-/Musikangebote

Musikgruppe

... ist eine vielseitige Unterstützung der frühkindlichen Entwicklung, für Babys und 1,5-3 Jährige, über den musikalischen Weg. Wir werden gemeinsam singen, tanzen, uns mit Rhythmik- und Orff-Instrumenten begleiten sowie mit Singspielen und Gedichten unsere Umwelt kennenlernen.

Ort: BH Poing, Bürgerstraße 1, Raum 1, EG
Info/Anmeldung: Irene Petzold, 08121 - 2278997
Info-Mailadresse: irenepetzold@web.de

neU Stoffwerkstatt für Kinder ab 8 Jahren

Weihnachtsengel basteln
Mit verschiedenen Materialien wie Märchenwolle, Stoffen, Folien, Perlen und Füllwolle wollen wir gemeinsam Engel als Baumschmuck basteln. Ein Weihnachtsgeschenk, das selbst geformt und genäht wurde, ist eine schöne Aufgabe an diesem Vormittag. Die einzelnen " Bastelschritte " werden langsam erklärt.

Kosten: 13,- € inkl. Material
Zeit/Termin: Sa, 30.11.2019 von 10.30 - 12.00 Uhr
Ort: Werkraum, EG, BH Poing, Bürgerstr.1
Info-Mailadresse: ela.schlueter@web.de

Kreativ für Kinder von 4-7 Jahren

Kosten: jeweils 11,- € inkl. Material
Ort: Werkraum, EG, BH Poing, Bürgerstr.1
Info-Mailadresse: sibylle@burghauser.de

Herbstwerkstatt

Bunte Blätter fallen – aus ganz unterschiedlichen Naturmaterialien werden wir Kunstwerke rund um den Herbst gestalten. Passend zur Jahreszeit geht es um Herbst, Gespenster, Lichter, Kürbisse ...

Zeit/Termin: Freitag, 11.10.2019, 15.30 – 17 Uhr

Adventswerkstatt

Kleine Geschenke für Oma und Opa oder schon ein bisschen was Weihnachtliches für zu Hause? Es wird gebastelt, gemalt, geprickelt, mit Filz und ganz viel Goldpapier und Glitzer gearbeitet. Bitte Malkittel oder alte Kleidung mitbringen!

Zeit/Termin: Freitag, 22.11.2019, 15.30 – 17 Uhr

Osterwerkstatt

Mit verschiedenen Bastel- und Malarbeiten stimmen wir uns auf die Osterzeit ein. Bitte Malkittel oder alte Kleidung mitbringen!

Zeit/Termin: Freitag, 13.03.2020, 15.30 – 17 Uhr

Kleider machen Leute

Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Je nach Wunsch der Teilnehmer können sämtliche Kleidungsstücke angefertigt oder geändert werden.

Kosten: 8 Treffen = 92,- €
Zeit/Termin: montags, 19 – 21.15 Uhr
Ort: Markomannenstr. 24 a, Poing
Info/Anmeldung: Renate Fister, Tel. 08121 - 806 53

Malgruppe „Art Projekt Poing“

Einmal im Monat findet ein Malwochenende für Hobbykünstler/innen statt. Zusammen mit dem Kunstpädagogen Waldemar Kern wird, je nach Wunsch, mit Acryl, Kohle, Kreiden, Aquarell etc. gemalt. Auch Anfänger werden an die Grundlagen des Malens herangeführt. Herr Kern hat an der Kunstakademie in Moskau studiert und kann auf eine über 20-jährige pädagogische Erfahrung zurückblicken (Zeichnen, Maltechniken, Ideenfindung/Komposition, Mappenvorbereitung). Sa und So (12-Stunden-Seminar) sowie Sa oder So (6-Stunden-Seminar) plus Pause. Neueinsteiger sind jederzeit herzlich willkommen!

Zeit/Termin: Samstag/Sonntag, 10.00 – 17.00 Uhr: 28./29.09., 26./27.10., 16./17.11. und 07./08.12.2019 sowie 25./26.01., 22./23.02. und 21./22.03.2020

Ort: Werkraum, EG, BH Poing, Bürgerstr. 1
Info/Anmeldung: Waldemar Kern Tel. 0157 - 84 04 41 27 oder per Mail
Info-Mailadresse: atelier.wk@gmx.de

Vorträge und Workshops

Mutterschutz, Elterngeld & Co

In Zusammenarbeit mit DONUM VITAE organisieren wir einen Informationsabend rund um das Thema „Mutterschutz und Elterngeld“. Man erhält Informationen und fachlich fundierte Auskünfte über alle aktuellen sozialrechtlichen Regelungen wie Mutterschutz, Mutterschaftsgeld, Elterngeld und Elternzeit, Familiengeld, Kindergeld, Sorgerecht, etc. Im Anschluss ist Zeit für individuelle Fragen. Bei weiterem Bedarf kann auch ein Termin in der Sprechstunde im Poinger Bürgerhaus vereinbart werden.

Zeit/Termin: Mittwoch, 16.10.2019, 19.30 - ca. 21.00 Uhr
Ort: Café-Raum des FAZ, EG, BH Poing, Bürgerstr. 1
Referent: Stefanie Klein, Dipl. Sozialpädagogin (FH), DONUM VITAE – staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

Info/Anmeldung: Tel.: 089 - 32 70 84 60

Erste Hilfe – Seminar für Eltern

Erste Hilfe am Säugling und Kleinkind

Wie kann ich meinem Kind in einer akuten Notfallsituation helfen und welche Maßnahmen muss ich einleiten? In theoretischen und praktischen Übungseinheiten werden die richtigen Verhaltensweisen vermittelt.

Kosten: 2 x 2,5 Std.= 19,- € pro Person
Zeit/Termin: Di, 22. und Do, 24.10.2019, jeweils 19 - 21.30 Uhr
Nachfolgende Termine finden Sie auf unserer Homepage oder im Gemeindeblatt.

Ort: Café-Raum des FAZ, EG, BH Poing, Bürgerstr. 1
Referentin: Martina Nebauer-Nielsen, Ausbilderin Erste Hilfe am Kind

Info/Anmeldung: Anmeldung bis spätestens 21.10.2019
Info-Mailadresse: sylke.joos@familienzentrum-poing.de

Erste Hilfe – Seminar für GROßELTERN

Erste Hilfe am Säugling und Kleinkind

Wie kann ich meinem Enkelkind in einer akuten Notfallsituation helfen und welche Maßnahmen muss ich einleiten? In theoretischen und praktischen Übungseinheiten werden die richtigen Verhaltensweisen vermittelt. Der Kurs umfasst 3 Abende mit jeweils 1,5 Stunden.

Kosten: 3 x 1,5 Std.= 19,- € pro Person
Zeit/Termin: Di.12./Do.14. und Di.19.11.2019, jeweils 17 - 18.30 Uhr

Ort: Café-Raum des FAZ, EG, BH Poing, Bürgerstr. 1
Referentin: Martina Nebauer-Nielsen, Ausbilderin Erste Hilfe am Kind

Info/Anmeldung: Anmeldung bis spätestens 11.11.2019, Tel. 08121 - 71 771 (Mo 9-12 Uhr und Do 17-19 Uhr)
Info-Mailadresse: sylke.joos@familienzentrum-poing.de

Erste Hilfe – Seminar mit und für Senioren

In diesem Seminar speziell für Senioren und alle Junggebliebenen geht es um allgemeine Erste-Hilfe-Maßnahmen, Unfälle und die veränderte gesundheitliche Verfassung der zweiten Lebenshälfte. Im Zentrum stehen Ihre Fragen und Wünsche. Der Kurs umfasst 3 Abende mit jeweils 1,5 Stunden.

Kosten: 3 x 1,5 Std.= 19,- € pro Person
Zeit/Termin: Di.10./Do.12.03.und Di.17.03.2020, jeweils 17 - 18.30 Uhr

Ort: Café-Raum des FAZ, EG, BH Poing, Bürgerstr. 1
Referentin: Martina Nebauer-Nielsen, Ausbilderin Erste Hilfe
Info/Anmeldung: Anmeldung bis spätestens 09.03.2020, Tel. 08121 - 71 771 (AB oder Mo 9-12 Uhr oder Do 17-19 Uhr)

Info-Mailadresse: sylke.joos@familienzentrum-poing.de

Trennung und Scheidung, wenn das Recht zum Thema wird

Trennung und Scheidung haben immer auch rechtliche Konsequenzen. An diesem Abend steht eine Fachanwältin für Familienrecht zur Verfügung, die die im Zusammenhang mit einer Trennung und Scheidung anstehenden Probleme aufzeigt. Das Angebot umfasst einen juristischen Streifzug mit den Schwerpunkten Unterhalt, Vermögensauseinandersetzung, elterliches Sorgerecht und Umgangsrecht. Anschließend haben Sie die Möglichkeit, auch persönliche Fragen zu stellen.

Zeit/Termin: Mittwoch, 16.10.2019 und 12.02.2020, jeweils 20 Uhr

Ort: BH Poing, Bürgerstr. 1, Raum 3, 1.OG, Susanne Gall-Stöckl, Rechtsanwältin und Fachanwältin für Familienrecht, www.adamgallzahn.de

Regelmäßige Termine

Kasperl

Ungefähr einmal im Monat findet während des Offenen Treffs am Mittwoch ein Kasperltheater für Kinder statt.

Kosten: Eintritt 2,- €/Person
Zeit/Termin: im Gemeindeblatt und auf unserer Homepage
Ort: BH Poing, Bürgerstr. 1

Zwillingsbasar

An 70 Tischen verkaufen Zwillingeltern alles rund ums Kind. Herzlich eingeladen sind auch Nicht-Zwillingeltern!! Sie finden eine Info-Ecke und einen Kaffee- und Kuchenbereich.

Zeit/Termin: 12.10.2019 und 07.03.2020, jeweils 14 - 16 Uhr
Ort: DFT, Plieningerstr. 20, Poing
Info-Mailadresse: www.familienzentrum-poing.de

Bücherflohmarkt

An den Marktsonntagen veranstalten wir regelmäßig einen Bücherflohmarkt. Hier gibt es Krimis, Romane, Sachbücher und noch vieles mehr. Da macht das Suchen nach einem Schnäppchen viel Spaß und es ist bestimmt auch für Sie etwas dabei. Also kommen Sie gern vorbei! 100 g Buch kosten 30 Cent – kein Buch mehr als 3,- €.

Zeit/Termin: Sonntag, 20.10.2019 von 10 - 17 Uhr
Ort: FAZ, BH Poing, Bürgerstr. 1
Info-Mailadresse: patricia.maass@gmx.net

Flohmarkt für Kindersachen

„Alles rund ums Kind“

Ort: FAZ, BH Poing, Bürgerstr.1
Info/Anmeldung: Für weitere Informationen beachten Sie bitte unsere Ankündigungen im Gemeindeblatt und auf unserer Homepage.

Poinger Männerkochclub „Die fröhlichen Genießer“

Der Poinger Männerkochclub richtet sich an alle begeisterten Hobbyköche. Wir ermöglichen es euch, euer Hobby mit Gleichgesinnten zu leben und dabei noch dazuzulernen. Wir sind ein Hobbykochclub für Männer mit Kocherfahrung (keine Anfänger) und Spaß am Kochen mit frischen und qualitativ hochwertigen Zutaten.

Zeit/Termin: samstags ab 15 Uhr - Termine bitte bei Anmeldung erfragen

Info/Anmeldung: Christoph Donnemiller, Tel: 08121 - 99 97 49 oder Steffen Rieger, Tel. 0163 - 918 76 63 oder steffen.rieger@outlook.com

Info-Mailadresse: tirolerbua@gmx.de

Projekte und Kooperationen

MEGA – Mehr-Generationen-Aktiv

Ort: Jeweils der Café-Raum im Familienzentrum, BH Poing, Bürgerstr. 1



Seniorencafé

In Zusammenarbeit mit der Arbeiterwohlfahrt Ortsverein Poing haben wir für unsere Seniorinnen und Senioren einen extra Nachmittag eingerichtet - zum Treffen und gemütlichen Beisammensein.

Zeit/Termin: jeden ersten Donnerstag im Monat, 10.10., 07.11. und 05.12.2019 sowie 09.01., 06.02., 05.03. und 02.04.2020 jeweils 14 - 17 Uhr

Gemeinsames Jahresabschluss-Weißwurstfrühstück für Jung und Alt
Zeit/Termin: Sonntag, 31.12.2019, ab 10 Uhr

Elterntalk: kompetente Eltern - kompetente Kinder

Um Eltern in ihrem Erziehungsalltag zu stützen und zu stärken, bietet die Aktion Jugendschutz e.V. Bayern mit dem Programm ELTERN TALK Eltern die Möglichkeit zum moderierten Erfahrungsaustausch in kleiner Runde. Für Eltern mit Kindern bis 14 Jahre. Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

Kosten: kostenfrei
Ort: Café-Raum im Familienzentrum, BH Poing, Bürgerstr. 1



Moderatorin: ELTERN TALK-Moderatorin Annett Warschat, kath.Kreisbildungswerk Ebersberg

Info/Anmeldung: kontakt@annett-warschat.de

Grenzen, Regeln und Vereinbarungen im Alltag

Zeit/Termin: Mittwoch, 13.11.2019, 19.30 - 21 Uhr

Wie können Eltern Geschwisterbeziehungen stärken?

Zeit/Termin: Mittwoch, 27.11.2019, 19.30 - 21 Uhr
Info: Weitere Termine finden Sie auf unserer Homepage und im Gemeindeblatt.

neU Starke Eltern - Starke Kinder

Wege in eine gelassene Erziehung

In Kooperation mit dem Deutschen Kinderschutzbund bieten wir dieses Elterntaining an. Bei diesem achttägigen, vom Kinderschutzbund konzipierten Kurs, wird Ihr Vertrauen in Ihre erzieherischen Fähigkeiten gestärkt. Er zeigt Ihnen Möglichkeiten auf, den Familienalltag zu entlasten, das Zusammenleben zu verbessern, gemeinsam Konflikte zu lösen und Freiräume für sich selbst zu schaffen. Unter fachlicher Anleitung und im gemeinsamen Austausch mit anderen Eltern finden Sie Ihren eigenen Weg eine Familie zu sein, in der alle gern leben, respektvoll miteinander umgehen und die Grenzen akzeptiert werden trotz unterschiedlicher Bedürfnisse.



Kosten: 8 Treffen = 100,- €
Zeit/Termin: ab Montag, 30.09.2019, 19 - 21.30 Uhr
Ort: Gemeinderäume, Anzinger Str.1, Poing

Info/Anmeldung: Annett Warschat, lizenzierte Elternkurstrainerin des Kinderschutzbundes, 08121 - 47 636 67

Info-Mailadresse: anmeldung@annett-warschat.de



Miniclub



Treffpunkt für Poing

Programm

Oktober 2019 - März 2020

Schauen Sie doch einmal hinein!
Es ist für Jeden etwas dabei.

Familienzentrum Poing e.V.
Bürgerstr. 1
85586 Poing

Tel. 0 81 21 - 7 17 71
Fax. 0 81 21 - 25 87 65

info@familienzentrum-poing.de
www.familienzentrum-poing.de

Bürozeiten:
Mo. 9 - 12 Uhr + Do. 17 - 19 Uhr

In den Schulferien sind das Büro und das Familienzentrum geschlossen.

Offene Treffs

Herzstück des Familienzentrums sind unsere ehrenamtlich geführten Offenen Treffs. Herzlich willkommen sind neben Familien auch Alleinstehende, Paare ohne Kinder, Senioren, Bürger aller Nationalitäten und Konfessionen – kurz: jeder.

Hier können Sie sich spontan treffen, reden, Infos erhalten, Kontakte knüpfen, etc. Kinder sind natürlich herzlich willkommen und können im Spielzimmer spielen.

Es besteht kein Verzehrzwang, auch wenn wir Sie gerne verführen möchten. Wo? Im Café-Raum des Familienzentrums, Bürgerhaus Poing, Bürgerstr. 1

Offener Treff am Vormittag

Ein toller Start in den Tag. Lassen Sie sich verwöhnen. Unser Frühstücksteam bereitet ein leckeres Büfett zu.

Zeit/Termin: **Dienstag und Donnerstag von 9 - 12 Uhr**
Ort: Café-Raum des Familienzentrums, BH Poing, Bürgerstr. 1

Offener Treff am Nachmittag

Zu familienfreundlichen Preisen gibt es hausgemachte Kuchen und Latte Macchiato, Cappuccino, Kaffee, Tee und sonstige Getränke.

Zeit/Termin: **Mittwoch und Freitag von 15 - 17.30 Uhr**
Ort: Café-Raum des Familienzentrums, BH Poing, Bürgerstr. 1

Highlight im Offenen Treff am Nachmittag:

Barbara erzählt

Märchen, Geschichten erzählen und gestalten für Kinder von 3 - 7 Jahren

Zeit/Termin: **Im Gemeindeblatt und auf unserer Homepage.**
Ort: Familienzentrum, EG, BH Poing, Bürgerstr.1

Spieleabend

Spiel-Spaß-Spannung für Jung und Alt erwarten Sie an den Jugend- und Erwachsenen-Spieleabenden unseres Spieletreffs. Jeder, der gerne in Gesellschaft spielt, ist herzlich eingeladen.

Zeit/Termin: **Samstag: 14.09., 26.10. und 14.12.2019 sowie 25.01., 07.03. und 25.04.2020 jeweils 20 Uhr**

Ort: Café-Raum des Familienzentrums, BH Poing, Bürgerstr. 1
Info: **Familie Hellmann, Tel.: 08121 - 77 14 75 oder Inge Nausch, Tel.: 08121 - 88 31 70**

Info-Mailadresse: hellmenner@googlemail.com

Highlight unseres Spieletreffs

Mensch-ärgere-dich-nicht-Turnier

Für alle spielbegeisterten „Jungen“ und „Alten“ findet wieder ein Mensch-ärgere-dich-nicht-Turnier statt.

Zeit/Termin: **Sonntag 09.02.2020, 14 - 18 Uhr**
Ort: Café-Raum des Familienzentrums, BH Poing, Bürgerstr. 1
Info: **Weiteres auf unserer Homepage und im Gemeindeblatt**

1

1 **Abkürzungen:** BH: Bürgerhaus • FAZ: Familienzentrum • RS-T: Realschulturnhalle
Mufu: Multifunktionsraum • DFT: Dreifachturnhalle • VHS: Volkshochschule

2

Seniorencafé

In Zusammenarbeit mit der Arbeiterwohlfahrt Ortsverein Poing haben wir für unsere Seniorinnen und Senioren einen extra Nachmittag eingerichtet - zum Treffen und gemütlichen Beisammensein.

Zeit/Termin: **jeden ersten Donnerstag im Monat, 10.10., 07.11. und 05.12.2019 sowie 09.01., 06.02., 05.03. und 02.04.2020 jeweils 14 - 17 Uhr**

Ort: Café-Raum des Familienzentrums, BH Poing, Bürgerstr. 1

Familienunterstützende und -beratende Angebote

Kindertagesstätte des Familienzentrums

Seit 2006 ist das Familienzentrum Träger einer Kindertagesstätte (KiTa) mit Krippe, Kindergarten und Hort. Die KiTa befindet sich an verschiedenen Standorten der Gemeinde.

Info: **Büro: Montag bis Freitag von 9 - 13 Uhr, Tel. 08121 - 250 70 70 sowie www.kita-familienzentrum-poing.de**
Info-Mailadresse: info@kita-familienzentrum-poing.de

neu

Grupo de juegos español – para padres con hijos

Cada día hay más niños que crecen siendo bilingües. Este nuevo grupo está dirigido a todas aquellas familias cuya madre o padre sea hispano-hablante. El objetivo es conectarse y conocerse. Que los niños hablen y jueguen libremente con otros niños que compartan sus mismas raíces e idioma. Y que los padres también se conozcan mejor. Durante el encuentro el objetivo es que los niños hablan y jueguen sobre todo en español.

Zeit/Termin: **domingos, hora 15**
Ort: Familienzentrum, Bürgerstr. 1
Info-Mailadresse: sylke.joos@familienzentrum-poing.de

neu

Spanische Spielgruppe

In der heutigen Zeit gibt es viele Kinder, die zweisprachig aufwachsen. Unsere spanisch-sprachige Spielgruppe, ohne Anleitung, ermöglicht den Eltern, die ihre Wurzeln ganz oder teilweise in spanisch sprechenden Ländern haben, und ihren Kindern, Kontakte zu anderen ebenfalls zwei- und auch mehrsprachigen Familien herzustellen. Dabei können die Kinder die spanische Sprache erleben und sich ausprobieren. Während der Spielgruppenzeit wird ausschließlich Spanisch gesprochen.

Zeit/Termin: **sonntags um 15 Uhr**
Ort: Familienzentrum, Bürgerstr. 1
Info-Mailadresse: sylke.joos@familienzentrum-poing.de

2

Miniclub

Kinder ab 2 Jahren werden von pädagogisch geschulten Kräften auf den Kindergarten vorbereitet. Ihr Ziel ist es, die Kinder behutsam beim „Abnabelungsprozess“ zu begleiten und ihnen Selbstsicherheit für den Kindergartenalltag zu vermitteln.

Zeit/Termin: **Gruppe 1: Mo und Di von 9 – 12 Uhr**
Zeit/Termin: **Gruppe 2: Mi, Do und Fr von 9 – 12 Uhr**
Ort: Miniclubraum, EG, BH Poing, Bürgerstr. 1
Info/Anmeldung: **im Büro zu den Bürozeiten oder Tel.: 08121 - 71 771**
Info-Mailadresse: miniclub@familienzentrum-poing.de

Spielgruppen

Mütter/Väter/Großeltern und Kinder verschiedener Altersgruppen können sich bei uns treffen. Die Gruppen bieten Möglichkeiten, sich auszutauschen und Kontakte zu knüpfen. Nach dem Prinzip "Hilfe zur Selbsthilfe" werden Erfahrungen, Informationen und Anregungen weitergegeben. Unsere Spielgruppen bestimmen selbst über die Gestaltung und den Ablauf ihrer Treffen. Neubürger finden Kontakt zu Gleichgesinnten. Ausländische Familien können sich mit gleicher Nationalität und Sprache treffen. Wenn Sie Interesse an einer Spielgruppe haben, nehmen Sie Kontakt mit uns auf, damit wir eine altersgerechte Einteilung vornehmen können.

Info-Mailadresse: sylke.joos@familienzentrum-poing.de

Babymassage – Liebe hautnah erleben

Erlernen Sie in diesem Kurs die Grundtechniken der Babymassage und gönnen Sie sich und Ihrem Baby das größte Geschenk, das man sich in einer Beziehung machen kann: Zeit zu zweit. Legen Sie den Grundstein dafür, dass Ihr Kind sich in Ihren Händen gut aufgehoben fühlt.

Zeit/Termin: **Donnerstagvormittag, 5 Einheiten für bis zu 6 Babys mit ihren Mamas oder Papas**
Ort: Werkraum, EG, BH Poing, Bürgerstr.1
Info/Anmeldung: **Petra Mitterhofer, zertifizierte Kursleiterin für Babymassage der DGBM e.V., Tel. 08121 - 410 42 77**
Info-Mailadresse: petra@mitterhofer.de

BabySteps

Kleine Menschen - große Schritte

Kaum ist das Baby da, ist die Welt voller Fragen. Ich helfe dir, dein Baby besser zu verstehen und deinen persönlichen Weg als Mama oder Papa zu finden. BabySteps ist ein ganzheitlicher Babykurs mit vielen Informationen rund um die Themen: Bindung, Tragen, Schlafen, Beikost und Stillen/Fläschchen. Weiterhin sind der Austausch mit anderen Eltern sowie Sing- und Kniereiterspiele für zu Hause ein wichtiger Teil der Treffen.

Ort: BH Poing, Bürgerstraße 1, Raum 1, EG
Info/Anmeldung: **Kristina Geißler, Tel. 08121 - 704 91 15**
Info-Mailadresse: mail@babywellnest.de

Babysittervermittlung

Gutes Babysitting ist Vertrauenssache. Wir vermitteln ausschließlich Babysitter, die eine Babysitterausbildung bei uns absolviert haben. Mädchen und Jungen im Alter von 14 - 17 Jahren freuen sich darauf, Ihre Kinder betreuen zu dürfen. Bei Interesse nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf!
Info: **www.familienzentrum-poing.de > Kinderbetreuung > Babysitter**

3

Second-Hand-Laden

Wir vermitteln gegen eine kleine Gebühr Ihre gebrauchte Kinderkleidung von Gr. 56 – 182 sowie Umstands- und Festtagskleidung. Die Termine für die Kleiderannahme entnehmen Sie dem Ortsnachrichtenblatt.

Zeit/Termin: **Mi und Fr von 15 - 17 Uhr (in den Schulferien ist geschlossen)**
Ort: Bürgerstr. 3, Poing
Info: **Eva Siegel-Persichini, Tel. 08121 - 827 22**

Beratung für Mitglieder

Die Beratung erfolgt durch die Kooperationspartner selbst

Arbeitsrecht

Rechtsanwalt für Arbeitsrecht, Andreas Astner, berät und unterstützt bei allen arbeitsrechtlichen Problemen. Ziel des ersten Beratungsgesprächs ist es, bei Problemen mit dem Arbeitgeber einen Überblick über die Rechtslage zu gewinnen.

Kosten: für die Erstberatung 40,- €
Info/Anmeldung: **Terminvereinbarung über Andreas Astner, ASR Astner Sünkenberg Rechtsanwälte, Tel. 089 - 96 16 01 60 oder per Mail**

Info-Mailadresse: info@asr.de

Familienrecht

Rechtsanwältin für Familienrecht, Susanne Gall-Stöckl, berät bei allen familienrechtlichen Problemen. Ziel der Rechtsberatung ist es, bei familiären Konfliktsituationen einen ersten Überblick über die Rechtslage zu erhalten.

Kosten: für die Erstberatung 40,- €
Info/Anmeldung: **Terminvereinbarung über Rechtsanwältin Susanne Gall-Stöckl, Tel. 08121 - 772 50 04 oder 089 - 692 79 58 oder per Mail**
Info-Mailadresse: ra@adamgallzahn.de

Sprachangebote

Frauentreff „Übung Deutsch“

Deutsche Sprache sprechen und verstehen - dieses Angebot richtet sich ausschließlich an Frauen mit Migrationshintergrund, die nur wenig Kenntnisse der deutschen Sprache besitzen. Die Teilnehmerinnen lernen, sich in realen Alltagssituationen zurechtzufinden.

Info-Mailadresse: sylke.joos@familienzentrum-poing.de

Women's club

Learn to speak and understand German, to be able to communicate in normal everyday life. This class is offered exclusively for women who have immigrated to Germany that have little or no knowledge of the language. This class will help you find your way in simple daily situations.

Info-Mailadresse: sylke.joos@familienzentrum-poing.de

4

Tanz- und Bewegungsangebote

Ballettschule Poing

Tanz vermittelt Ästhetik und Kultur und lehrt uns Disziplin, Selbstvertrauen, Mitmenschlichkeit und Teamgeist. Gerade in unserer schnelllebigen Zeit ist es für Kinder und Jugendliche wichtig, mit diesen Werten aufzuwachsen, um sie als selbstverständlich ansehen zu können. Ballett bietet die Möglichkeit, sie zu erleben und fördert zudem das Koordinations- und Konzentrationsvermögen, die Kondition und das Körperbewusstsein. Ballett ist mithin die Basis für jede andere Tanzform sowie eine gute Unterstützung für die verschiedensten Sportarten. Bitte vereinbaren Sie eine Probestunde!

Jazz Dance mit Hip Hop Elementen

Verschiedene Leistungs- und Altersstufen

Zeit/Termin: **Montagnachmittag**
Ort: Mufu, DFT, Plieningerstr. 20
Info/Anmeldung: **Regina Rüger (Ballettlehrerin und Leitung)**
Tel. 089 – 430 28 30

Unterricht in klassischem Ballett

Wir unterrichten klassisches Ballett nach der russischen „Waganowa“-Schule für Kinder ab 4 1/2 Jahren. Auch über Jungen freuen wir uns sehr! Gruppeneinteilung in verschiedene Leistungs- und Altersstufen.

Zeit/Termin: **Montag-, Dienstag- und Donnerstagnachmittag jeweils ab 14 Uhr**
Ort: Mufu, DFT, Plieningerstr. 20
Info/Anmeldung: **Regina Rüger (Ballettlehrerin und Leitung)**
Tel. 089 – 430 28 30

Capoeira

Weltkulturerbe seit 2014

Capoeira ist die geniale Mischung aus Kampfsport, Tanz und Fitness für Körper und Seele und hat seine eigene Musik. Die Wirkung dieses Sportes ist Dank der Vielfältigkeit von Capoeira ganzheitlich und betrifft alle Ebenen des Menschen. Wir bieten Kurse für Vorschulkinder ab 4 Jahren, Schulkinder, Jugendliche und Erwachsene an.

Zeit/Termin: **Mo 15.30 - 16.30 Uhr für jüngere Schulkinder**
Zeit/Termin: **Mo 16.30 - 17.30 Uhr für ältere Schulkinder**
Ort: jeweils Jugendzentrum, Friedensstr. 3, Poing
Zeit/Termin: **Di 19.15 - 21.15 Uhr für Jugendliche ab 14 J. und Erwachsene**

Ort: RS-T, Halle A, Seerosenstr.13a
Zeit/Termin: **Mi 15 - 18 Uhr (Gruppeneinteilung) für Kinder ab 6 Jahren**
Ort: Raum 1, EG, BH Poing
Info/Anmeldung: **M. Nowicka, Tel. 0151 - 55 60 47 86 oder 08121 - 223 21 34**

Info-Mailadresse: Monika.nowicki@googlemail.com

5

Kanga Burn

Kanga Burn - macht Dich fit für den Alltag mit Deiner Familie

Kanga Burn ist ein hochintensives, funktionelles Intervalltraining für jedermann. Es ist schweißtreibend, gegen tiefliegende Verspannungen, verbrennt bis zu 800 kcal und baut Muskulatur schnell auf. Gearbeitet wird mit dem eigenen Körpergewicht und einem Springsattel. Das Workout ist für jedes Fitness Level geeignet.

Zeit/Termin: **Mittwoch, 20.15 - 21.15 Uhr**
Ort: Raum 4, 1.OG, BH Poing, Bürgerstr.1
Info/Anmeldung: **Sabine Eismann, lizenzierte Kangatrainerin und Trageberaterin, Tel. 0174 - 300 23 52 oder per Mail**
Info-Mailadresse: kangatrainingmitsabine@web.de

Kinder - Yoga

Für Kinder von 6 - 10 Jahren

Hund, Katze, Kuh - Kinder-Yoga zum Erleben! Yoga macht Kindern besonders Spaß und tut ihnen gut. Sie lieben es, Geschichten und Spiele mit Yogaübungen zu verbinden und auf Fantasiereisen zu gehen. Mitzubringen sind: Yogamatte, Kuscheldecke, Getränk

Kosten: 9 X 60 Min. = 72,- €
Zeit/Termin: **ab Dienstag: 24.09.2019, 15.45 - 16.45 Uhr und 16.55 - 17.55 Uhr**
Ort: Raum 1, EG, BH Poing, Bürgerstr.1
Info-Mailadresse: sandrafuchs@web.de

Zumba

Zumba ist Bewegung mit leichten Choreografien und heißen Latinorhythmen. Es ist für jeden geeignet und der beste Weg, um fit und schlank zu werden. Du entdeckst die Freude am Tanz und an der Bewegung neu. Vorsicht, du könntest danach süchtig werden. ... Let's dance, let's party! Mitzubringen sind: Sportkleidung und Getränk

Kosten: jeweils 10 x 60 Min. = 80,- €
Zeit/Termin: **Kurs 1: Dienstag, ab 10.09.2019, 19 - 20 Uhr**
Ort: Mufu, DFT, Plieningerstr. 20
Zeit/Termin: **Kurs 2: Freitag, ab 13.09.2019, 19.15 - 20.15 Uhr**
Ort: Raum 4, 1.OG, BH Poing, Bürgerstr. 1
Info/Anmeldung: **Andrea Verteder Sanchez, Tel. 0176 - 38 29 31 88, lizenzierte Zumba- und Zumbatomictrainerin**
Info-Mailadresse: zumbapoing@gmail.com

Unterstützt und gefördert von:

Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales



6