

## Workshops und Kurse



## Da bin ich gerne Kontakt und Information



### Großelternworkshop

NEU!

Sind Sie gerade Großeltern geworden? Hier haben Sie die Möglichkeit sich mit der neuen Rolle auseinander zu setzen. Informationen über das Leben von jungen Eltern und den Großeltern.

Kursleitung M. Kronshage/ E. Eschert/ S. Weinzettel

Termin 2. Juni 2012 / 10.00 - 12.30 Uhr

Kosten 5,-€

### Puppen basteln

Unter fachkundiger Anleitung werden individuelle Puppen erstellt. Viele Tipps, Schnittmuster und Know-how werden vermittelt und weitergegeben.

Kursleitung Ulrike Schwalm

Termin Montag 23.04. - 02.07.2012

19.30 - 21.30 Uhr 7 / 10 Termine

Kosten 10,- pro Treffen / 10,-€ Material / 110,-€

### Gartensamstage

Wir läuten den Frühling ein und gehen dann gemeinsam dem Sommer entgegen. Bearbeitung unseres Außengeländes mit geselligem Frühstück. Alle sind herzlich willkommen! Interessierte Eltern können gerne vorbeischaauen.

Termin Samstags, 17.03./05.05./23.06.2012

9.30 - 12.30 Uhr

### Elterncafe - Bazarkreis

Wöchentliches Treffen zum Austausch und Gespräch der Eltern. Gleichzeitig werden kreative Arbeiten erstellt. Eine schöne Gelegenheit handwerklich tätig zu werden.

**Jeden Mittwoch von 8.00 -10.00 Uhr**

### Maifest und Tag der offenen Tür

Am 12. Mai 2012 ist es wieder soweit und wir feiern unser Maifest mit allen Kindern und Eltern, unseren Kooperationspartnern und unserem Netzwerk "Rund um Schwangerschaft und Geburt". Ein vielfältiges und abwechslungsreiches Programm wird es für die Kinder geben, für Kaffee und Kuchen wird gesorgt sein und die Lieder in den Mai dürfen natürlich auch nicht fehlen. Unser Fest kommt fast einem Dorffest gleich!

Wir möchten besonders herzlich alle Besucher der Bürgerwoche und Anwohner dazu einladen. Gerne können Sie sich an diesem Tag einen Eindruck von unserer Einrichtung und unseren Angeboten machen. Das Kollegium steht Ihnen gerne für ein Gespräch zur Verfügung.

Genießen Sie den Tag mit uns!

**12. Mai 2012 von 15.00 - 18.00 Uhr !**

### Lernort Natur - Unser Geheintipp für Väter

Die Umwelt entdecken und die Natur kennen und schätzen zu lernen ist das Ziel dieses Angebotes. Die Kinder haben mit ihren Vätern die Möglichkeit, die Natur zu erleben. Das Erkennen von Geräuschen, Spiele im Wald und kleine Mutproben stehen auf dem Programm. Beendet wird das Treffen mit einem herrlichen Stockbrotessen. Treffpunkt ist der alte Forstbetrieb der Stadt in Bochum-Harpen.

Kursleitung Herr Zalicz / Waldpädagoge

Termin 21. April 2012 / 10.00 - 13.30 Uhr

Kosten 5,-€ / Anmeldung im Familienzentrum

Das Familienzentrum *WaKiBoLa* ist ein Haus für Kinder und Familien aller Nationalitäten, sozialen Schichten und Konfessionen. Es ist ein Ort, in dem Kinder und Familien ein "Zuhause" finden.

Die Familie ist der erste und langfristig wichtigste Ort für Erziehung und Bildung in der frühen Kindheit. Die Anforderungen an die Eltern sind oftmals groß und vielfältig. Unser breit angelegtes Angebot und unsere langjährigen Vernetzungsstrukturen möchten Sie als Familie von der Schwangerschaft über die Geburt und die Kindergartenzeit bis in das Erwachsenenalter hinein unterstützen.

*WaKiBoLa* Familienzentrum im  
Waldorfkindergarten Bochum e.V.  
Hauptstr. 238  
44892 Bochum  
Tel.: 0234 / 28 44 10  
Fax: 0234 / 29 75 14  
familienzentrum@wakibola.de  
www.wakibola.de

### Lagebeschreibung

Das Familienzentrum liegt auf dem Gelände der Rudolf Steiner Schule. Von dem Haupteingang an der Hauptstraße rechts dem Wegweiser **Waldorfkindergarten** folgen, vorbei an der Ganztagschule, dem Schulkinderhaus und der Gärtnerei bis zum Eingangstor. Dem Weg um das Haus herum folgen bis zum 1. Eingang.

*WaKiBoLa*  
Familienzentrum im  
Waldorfkindergarten  
Bochum e.V.

*Programm*

*Januar - Juli*

*2012*



# WaKiBoLa

Familienzentrum im Waldorfkindergarten Bochum e.V.

Programm Januar - Juli 2012

## Neues Angebot im Familienzentrum rund um Schwangerschaft und Geburt

Stillgruppe, Babytreff, Hebammensprechstunde  
Geburtsvorbereitung, Rückbildung, Babymassage  
Informationen zu diesen Kursangeboten und  
Anmeldung über Frau Weinzettel 0170-1967033  
oder sandra@stillgruppe-bochum.de

## Bochumer Stillgruppe

Die Bochumer Stillgruppe möchte möglichst vielen Frauen in verschiedenen Lebenssituationen des Mutterwerdens und -seins eine Begleitung und ein Miteinander anbieten. Unterschiedlichste Themen aus den Bereichen Schwangerschaft, Geburt, Stillen und Familie werden dabei besprochen und stillrelevante Themen vorbereitet. Priorität haben auf jeden Fall aktuelle Fragen und Probleme der anwesenden Frauen.

Kursleitung Sandra Weinzettel

Termin 1. Dienstag im Monat / 16.00 - 18.00 Uhr

Terminübersicht 10.01./07.02./06.03./08.05./

05.06.2012

In den Ferien / Feiertags finden keine Treffen statt!

## Babytreff

Austausch rund um Schwangerschaft, Geburt und Familie, Kontakt zu anderen jungen Müttern

Kursleitung Miriam Eschert

Termin 3. Dienstag im Monat / 16.00 - 18.00 Uhr

Terminübersicht 17.01./21.02./20.03./17.04./15.05./

19.06.2012

## Rund um Schwangerschaft und Geburt



### Hebammensprechstunde

Möglichkeiten zum Austausch, Frage- und Hilfestellungen rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett

Kursleitung Julia Kurscheid (Hebamme)

Termine 4. Dienstag im Monat / 16.00 - 18.00 Uhr

Terminübersicht 24.01./28.02./27.03./24.04./22.05./

26.06.2012 (die ersten 3 Termine werden von Fr. Weinzettel vertreten)

Bei den Angeboten Stillgruppe, Babytreff und Hebammensprechstunde wird um einen freiwilligen Kostenbeitrag von 3,-€ gebeten.

### Geburtsvorbereitung

Praxisbezogene Geburtsvorbereitung mit Hilfe von Körperarbeit, Reflexion vorangegangener Geburten und Einstimmung auf das Leben mit dem Kind

Kursleitung Hebamme Uli Michel

Termine I Freitags, 20.01. - 17.02.2012 (5x) von

19.00-21.00 Uhr (letzten 2 Termine mit PartnerIn) und

Sonntag, 05.02.2012 / 10.00 - 14.00 Uhr mit PartnerIn

Kursleitung Julia Kurscheid (Hebamme)

Termine II Dienstags, 05.05. - 19.06.2012 (7x) /

18.30 - 20.30 Uhr (reiner Frauenkurs)

Kosten 85,-€ pro Frau, 50,-€ pro PartnerIn, Kosten werden anteilig von der Krankenkasse für besuchte Termine erstattet.

### Rückbildung und Neufindung

Körpergefühl stärken nach der Geburt, natürliche Rückbildungsvorgänge unterstützen, Hilfestellung bei Fragen und die Möglichkeit zum Austausch um in die neue Rolle hineinzuwachsen.

## Rund um Schwangerschaft und Geburt



### Kursleitung Hebamme Uli Michel

Termin Freitag, 27.04.12 / 20.00 - 21.40 Uhr / 6x

Kosten 65,-€ pro Frau, Kosten werden anteilig von der Krankenkasse für besuchte Termine erstattet

**Babymassage** - Bindung stärken durch Berührung  
Babymassage ist viel mehr als nur die Anwendung der Massagegriffe. Mit ihrer liebevollen Berührung vermitteln Sie ihrem Baby Vertrauen, Liebe, Selbstbewusstsein - Grundstein für ein gesundes Leben.

Kursleitung Ruth Lewe

Termine Samstag, 05.05. - 02.06. / 10.30-12.00 Uhr

Kosten 50,-€ / 5 Termine

### Informationsveranstaltungen und Vorträge Osteopathie und Kiss

Themen, die immer mehr in unser Blickfeld geraten. Worum geht es dabei? Wie können wir und unsere Kinder davon profitieren bzw. Hilfe erfahren?

Kursleitung Markus Opalka, Osteopath

Termin Samstag 17.03.2012 / 10.00 - 11.00 Uhr

### Pränataldiagnostik

Welche Informationen sind für mich zu Beginn einer Schwangerschaft wichtig, damit ich eine gute Entscheidung für mich selbst treffen kann? Welche Untersuchungen möchte ich in Anspruch nehmen und wofür sind sie gut? Wer unterstützt mich?

Kursleitung Mara Eppinger von donum vitae

Termin 5. Mai 2012 / 10.00 - 11.00 Uhr

## Informationsveranstaltungen und Vorträge



### Vorstellung der klassischen Homöopathie

Auch bei Erkrankungen im Kindesalter bietet die klassische Homöopathie eine tiefgreifende Methode den Körper zur Selbstheilung anzuregen.

Kursleitung Anne Nerger, Heilpraktikerin

Termin 23. Juni 2012 / 10.00 - 11.00 Uhr

### Angsthasen und Wüteriche

Kleinkinder bewegen sich in einer eigenen Welt voller Herausforderungen und Stolpersteinen und gehen gemäß ihrer Persönlichkeit und ihres Temperaments individuell damit um. Wie können wir als Eltern im Alltag damit umgehen?

Kursleitung Susanne Scheffler

Termin Donnerstag, 22.03.2012 / 20.00 Uhr

### Typisch Mädchen - typisch Junge

Vieles hat sich verändert, doch noch immer sind die Rollenklischees hartnäckig und die Geschlechterrollen für Mädchen und Jungen überraschend eng. Schärfen Sie den Blick dafür.

Kursleitung Susanne Scheffler

Termin Donnerstag, 21.06.2012 / 20.00 Uhr

### Workshop Ich-Botschaften

Wie kommen meine Botschaften beim Kind an. Ich-Botschaften sind wichtig und hilfreich im Alltag und bahnen eine gute Ebene zum Kind an. Wir wollen gemeinsam dieses Übungsfeld erproben.

Kursleitung Susanne Scheffler

Termin Samstag, 28.04.2012 / 10.00 - 13.00 Uhr