



# Kath. inkl. Familienzentrum St. Martinus

Programm 2024 / 2025

# Bunt und Vielfältig

ENT **S** PANNUNG

MAR **T** INSKINDER

GE **M** EINSAM

F **A** MILIE

ELTE **R** NCAFÉ

BERA **T** UNG

V **I** ELFALT

GESU **N** DHEIT



# wie das Leben

Liebe Leserin, Lieber Leser



Wir freuen uns, dass Sie das Programmheft des kath. inkl. Familienzentrums St. Martinus in den Händen halten.

Auf den nächsten Seiten finden Sie ein reichhaltiges und abwechslungsreiches Kursprogramm. Dieses ist in verschiedene Bereiche wie z.B. Gesundheit, Familienbildung oder Pädagogik gegliedert. Am Besten blättern Sie gleich auf die nächsten Seiten, um alles zu entdecken. Viel Freude damit.

# Bunt und Vielfältig

***Das Familienzentrum der kath. Inkl. Kindertagesstätte St. Martinus bietet Familien der Umgebung unter anderem:***

- Angebote in Belangen der Familien- und Erziehungsberatung, Hilfe bei Entwicklungsfragen der Bewegung, der Sprache und des Lernens von Kindern und Jugendlichen.
- Informationen zum Thema Kindertagespflege in Pfalzdorf.
- Angebote aus den Themengebieten Gesundheit und Entspannung für Erwachsene.
- Informationen und Angebote zur Elternbildung in Form von Referaten, Seminarreihen und Kursen.



# wie das Leben

***Wir arbeiten mit einer Vielzahl an Kooperationspartner: innen zusammen (Hier sei beispielsweise genannt):***

- Ehe-, Lebens- und Familienberatung des Bistums Münster in Goch
- Heilpädagogische Praxis Zaumzeug
- Praxis HerzRaum
- Zahnarztpraxis Dr. Esser
- Kindertagespflege

Sie wünschen weitere Informationen? Rufen Sie uns an oder kommen einfach vorbei. In der Infothek im Eingangsbereich des Familienzentrums finden Sie Flyer aus den Themengebieten zu Beratungs- und Therapiemöglichkeiten, Bewegung, Gesundheit, Kindertagespflege, Eltern- und Familienbildung.



# GESUNDHEIT



## Klangreisen



Bei einer Klangreise werden Klangschalen in unterschiedlichen Größen und Tönen von mir gespielt. Die Klänge erklingen und umhüllen Sie sanft. Sie brauchen nichts weiter zu tun als zu lauschen, spüren und genießen.

Mit Hilfe der abgestimmten Klangfolge der Klangschalen können Sie einen Entspannungszustand erreichen, der noch in Ihren Alltag nachwirken kann.

Besonderheit: Nach je drei besuchten Klangreisen übernimmt das Familienzentrum Ihre Gebühr für die nächste Klangreise!

**Kurstermine:** 23.09.2024 / 28.10.2024 / 18.11.2024 / 16.12.2024 / 20.01.2025 / 17.02. / 24.03.2025 / 28.04.2025 / 19.05.2025 / 23.06.2025

**Zeit:** 20:00 Uhr - 21:00 Uhr

**Referentin:** in Kooperation mit Ann-Katrin Ehlert / HerzRaum Niederrhein

**Kursgebühr:** 15 €

# GESUNDHEIT



## ***Wohlfühltag Yoga und Klang***

An diesem Wohlfühltag haben Sie die Möglichkeit Yin Yoga kennenzulernen und selbst zu erleben. Sie brauchen keine Vorkenntnisse im Yoga.

Außerdem tauchen Sie in die Welt der Klangschalen ein und lernen die beruhigende Wirkung in einer Klangreise selbst kennen.

Bitte mitbringen: Matte, Kissen, Decke, bequeme Kleidung und Socken.



### **In Kooperation mit der Praxis HerzRaum Niederrhein**

**Termin:** Samstag, 12.10.2024

**Zeit:** 10:00 Uhr - 13:00 Uhr

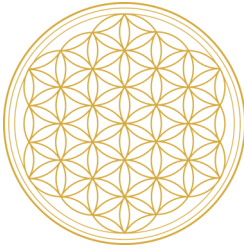
**Referenten:** Franziska Küllenberg & Ann-Katrin Ehlert

**Kursgebühr:** kostenfrei

# GESUNDHEIT



## AUTOGENES TRAINING



Autogenes Training ist eine Entspannungstechnik, die Sie in eine Entspannung versetzen soll und Stress abbauen kann. Es kann sogar Schlafprobleme lindern. An diesen drei Abenden erhalten Sie einen Einblick in das Autogene Training und seine Wirkungsweise.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, Kissen und dicke Socken.

*In Kooperation mit der Praxis Entspannt Entspannen*

**Kurstermine:** Donnerstag, 16.01. - 30.01.2025 (3 Termine)

**Zeit:** 20:00 Uhr - 21:00 Uhr

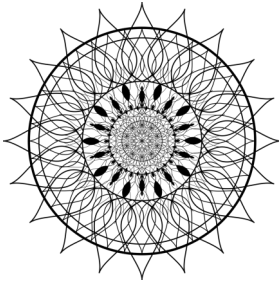
**Referentin:** Ruth Peters

**Kursgebühr:** kostenfrei



# GESUNDHEIT

## Ein Entspannungskurs für Eltern und Kinder



*Ich spanne meine Muskeln an, damit ich mich entspannen kann!*

Die progressive Muskelentspannung nach Edmund Jacobson für sich selbst und mit dem eigenen Kind erleben.

Ein Kursangebot für Eltern mit ihren Kindern ab zwei Jahre vor der Einschulung bis Ende der erste Klasse.

*Achtung: Ein Kurs - drei Termine!*

### **Termine:**

Donnerstag, 16.01.2025 & 23.01.2025 19:30 Uhr: Eltern

Samstag, 18.01.2025 10:00 Uhr - ca. 11:30 Uhr Eltern **und** Kinder

**Referent:** Ralf Booth

**Kursgebühr:** kostenfrei

# GESUNDHEIT

## KlangKinder

In diesem Wohlfühl- und Entspannungskurs lernen die Kinder auf spielerische und altersgerechte Art und Weise sich zu entspannen und innere Ruhe zu spüren. Dabei tauchen die Kinder unter anderem in die Welt der Klangschalen und der Fantasie ein.



Ein Kurs für Kinder **ab ca. 5 Jahren**.

**In Kooperation mit der Praxis HerzRaum Niederrhein**

**Termin:** Freitag, 09.05. - 23.05.2025

**Zeit:** 09:00 Uhr - 09:45 Uhr

**Referentin:** Ann-Katrin Ehlert

**Kursgebühr:** kostenfrei



# FAMILIENBILDUNG



## **KLEXI** deine entwicklungsbegleitende Spielgruppe

Du wünschst Dir kompetente und professionelle Begleitung bei allen Fragen rund um das erste Lebensjahr mit Baby: Stillen/Fläschchen, Beikost, Schlafen, Kinderbetreuung, emotionale, geistige und körperliche Entwicklung?

Du möchtest Spielanregungen für Zuhause und Ideen, wie Du Dein Baby sinnvoll und altersgerecht fördern kannst?

Dann sind Du und Dein Baby im Klexi genau richtig: Hier fließt all mein Wissen aus über 15 Jahren Erfahrung im Bereich der Pädagogik und Eltern - Kind abreit hinein. Du hast Lust auf entspannten, humorvollen Austausch über das Familienleben mit Gleichgesinnten? Gemeinsam starten wir das Abenteuer Baby und erleben eine tolle Zeit zusammen.



### **In Kooperation mit der Praxis HerzRaum Niederrhein**

**Termin:** 02.09. - 23.09.2024 fortlaufend ...

**Zeit:** 09:00 Uhr - 10:00 Uhr

**Referentin:** Ann-Katrin Ehlert

**Kursgebühr:** 66 €

# FAMILIENBILDUNG

**PEKiP** Ein Kurs für Eltern mit ihren Babys im ersten Lebensjahr für Aug - Sept 2024 geborene Babys

Das erste Lebensjahr ist eine ganz besondere Zeit. Nie wieder entwickelt sich ein Mensch so schnell: ein Baby erkundet nach und nach seine Umwelt mit allen Sinnen, beginnt zu kommunizieren und wird mobil. Als Eltern möchtet Ihr Euer Kind bei seiner Entwicklung begleiten, es fördern und fordern – doch trotz all der Informationen aus Ratgebern, von den verschiedensten Fachleuten und aus Gesprächen mit anderen Eltern bleiben immer noch Fragen offen. In der PEKiP-Gruppe kann Dein Baby seine neu gewonnenen Fähigkeiten und seinen Forschergeist ausprobieren – besonders wichtig dabei: der Kontakt zu Gleichaltrigen. Auch als Eltern kommt Ihr in Kontakt zu anderen Erwachsenen in einer ähnlichen Lebensphase. Der Austausch hilft über so manche Startschwierigkeit hinweg und zeigt: Ihr seid in Eurer Situation nicht allein. So können alle von- und miteinander lernen. **In Kooperation mit der Praxis HerzRaum Niederrhein**



**Termin:** 04.11. - 09.12.2024 fortlaufend ...

**Zeit:** 10:15 Uhr - 11:45 Uhr

**Referentin:** Ann-Katrin Ehlert

**Kursgebühr:** 90 €

# BEWEGUNG

## WALTAGE

Lebensraum Wald. Gemeinsam werden wir ihn erforschen und entdecken. Es geht über Stock und Stein, hoch und runter. Wir lauschen dem rascheln der Blätter und sind gespannt, welche Abendteuer der Wald für uns bereit hält.



Bitte ziehen Sie Ihrem Kind geeignetes Schuhwerk und wettergerechte Kleidung an. Für Kinder, die zwei Jahre vor der Einschulung stehen.

### **In Kooperation mit der DPSG**

**Termine** 21.08. / 04.09. / 18.09. / 09.10. / 23.10. / 28.10.2024

**Zeit:** 13:50 Uhr - 15:45 Uhr

**Referent:** Ralf Booth & Julia Neuendorf

**Kursgebühr:** kostenfrei

# BEWEGUNG

## Wassergewöhnung Spiel und Spaß im

Wassergewöhnung für unsere M2 Kinder - Kinder die in 2 Jahren die Schule besuchen.



Das Element Wasser mit Freude Kennenlernen, Spaß an der Bewegung im Wasser und neue Erfahrungen sammeln. Aber auch Wasser mit dem nötigen Respekt begegnen.

Erste Grundkenntnisse für den späteren Schwimmerwerb werden gelegt.

Für den Transport dorthin sorgen wir! ( bitte an **Kindersitz** denken)



**Termin:** 1. Kurs: 09.09. 2024 (10 Termine) 2. Kurs: 13.01.2025 (10Termine) 3. Kurs: 07.04.2025 (10 Termine)

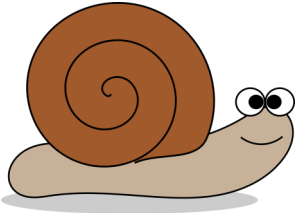
**Zeit:** Abfahrt: 13:30 Uhr am FZ, Ankunft: 15:45 Uhr am FZ

**Referentin:** Judith Erps

**Kursgebühr:** 48 € (inklusive Transport und Eintritt ins Bedburger Nass)

# PÄDAGOGIK

## Luna Langsam



Die kleine Schnecke Luna Langsam lädt die Kinder, die zwei Jahre vor der Einschulung stehen, dazu ein, gemeinsam mit ihr zu entschleunigen, zu entspannen und achtsam zu werden.

Dabei nutzt die kleine Schnecke das Snoezelen und führt die Kinder durch illuminierte Geschichten, farbenfrohe Sinnesaktionen und gereimte Farbspektakel.



**Termin:** 15.01. / 29.01. / 12.02. / 26.02. / 12.03.2025

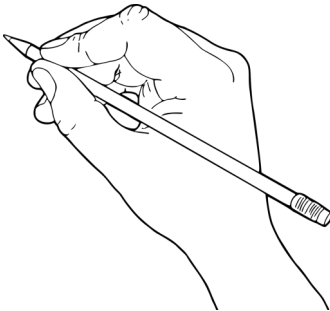
**Zeit:** 14:15 Uhr - 15:30 Uhr

**Referent:** Ralf Booth

**Kursgebühr:** kostenfrei

# PÄDAGOGIK

## THEMENABEND: Stifthaltung ist Haltungssache



Die Stifthaltung wird spätestens im Vorschulalter zum Thema. Es wird vermehrt auf die richtige Stifthaltung geachtet. Doch was ist richtig, was ist falsch? Wann fängt der Handlungsbedarf an? Wie komplex das Schreiben / Malen abläuft und dass es nicht NUR auf die Haltung ankommt wird bei diesem Themenabend aufgegriffen.



|                    |                       |
|--------------------|-----------------------|
| <b>Termin:</b>     | 03.12.2024            |
| <b>Zeit:</b>       | 18:00 Uhr - 19:30 Uhr |
| <b>Referent:</b>   | Judith Erps           |
| <b>Kursgebühr:</b> | kostenfrei            |



# PÄDAGOGIK

## THEMENABEND: Sprache

An diesem Themenabend möchten wir gemeinsam mit Ihnen schauen, wie sich Sprache beim Kind entwickelt und wie Eltern diese Entwicklung unterstützen können. Da eine Entwicklung nicht immer geradeaus geht, werden wir auch einen Blick darauf werfen, wann möglicherweise professionelle Hilfe von Nöten ist.



|                    |                       |
|--------------------|-----------------------|
| <b>Termin:</b>     | 19.03.2025            |
| <b>Zeit:</b>       | 19:30 Uhr - 21:00 Uhr |
| <b>Referentin:</b> | Sandra Schoon         |
| <b>Kursgebühr:</b> | kostenfrei            |

# PÄDAGOGIK

## THEMENABEND: Stressbewältigungskompetenzen



An diesem Abend wollen wir genauer hinsehen: was bedeutet für mich Stress? Was kann ich tun, wenn ich in stressige Situationen gerate? Welche Strategien können mir helfen um da wieder herauszukommen?



**Termin:** Montag, 13.05.2024 ONLINE

**Zeit:** 19:00 Uhr - 20:30 Uhr

**Referentin:** Ann-Katrin Ehlert

**Kursgebühr:** kostenfrei

# PÄDAGOGIK

## Themenabend: Märchen

Vor gut 200 Jahren verfassten die Gebrüder Grimm ihre Märchensammlung. Auch heute werden ihre Märchen in einigen Familien gelesen. Haben Märchen überhaupt noch einen Bezug zur heutigen Realität? Dieser Frage möchten wir gerne u.a. am Märchen Schneewittchen nachgehen.



**Termin:** Donnerstag, 15.05.2025

**Zeit:** 19:30 Uhr - 21:00 Uhr

**Referentin:** Ralf Booth

**Kursgebühr:** kostenfrei

# BILDUNG

## MARBURGER KONZENTRATIONSTRAINING KITA



Am Ende der Kindergartenzeit sollte ein Kind so weit entwickelt sein, dass es den Anforderungen des Schulalltages gewachsen ist. Darauf zielt das Marburger Konzentrationstraining ab. Es fördert die Konzentrationsfähigkeit, die Wahrnehmungsgenauigkeit, die Merkfähigkeit und die Selbstständigkeit. Außerdem wird das Einhalten von Regeln, die Eigenständigkeit und der Umgang mit anderen Kindern spielerisch eingeübt.



**Termin:** Kurs 1: 04.09.2024 10x

Kurs 2: 18.12.2024 10x

Kurs 3: 02.04.2025 10x

**Kursgebühr:** 10 € (Materialkosten)

**Zeit:** 13:30 Uhr - 14:30 Uhr

**Referent:** Judith Erps

# BILDUNG

## MARBURGER KONZENTRATIONSTRAINING Grundschule



Ist das Schulkind leicht ablenkbar? Arbeitet es flüchtig und fehlerhaft? Oder wirkt es unselbstständig und langsam?

Dann kann das MKT Grundschüler: innen Strategien vermitteln, die ihnen helfen können, systematischer, fokussierter und selbstständiger im Schulalltag zu arbeiten. Da die Methoden in der Kleingruppe weitergegeben werden, entlastet dies den Kindern nicht

nur die Überführung der Strategien in den Schulalltag, sondern bietet zusätzlich viele Möglichkeiten zur sozialen Auseinandersetzung und Raum zum Ausprobieren.

**Termin:** Kurs 1: 26.08.2024

Kurs 2: 11.11.2024

**Kursgebühr:** 150 Euro

Kurs 3: 05.05.2025

**Kursgebühr:** 130 Euro

(Fortgeschrittenenkurs)

**Zeit:** 16:00 Uhr - 17:30 Uhr

**Referent:** Ralf Booth

# SPIELEAUSSTELLUNG

## Spieleausstellung mit der Firma EDULand

Sie suchen noch das passende Geschenk für Weihnachten? Füllung für den Adventskalender? Geburtstagsgeschenke oder etwas für einfach so?

Dann sind Sie bei der Spieleausstellung genau richtig. Schauen Sie sich zwei Tage in Ruhe um, probieren aus und bestellen gleich, was Ihnen gefällt. Kompetente Ansprechpartner der Firma EDULand sind an beiden Tagen vor Ort und sind Ihnen gern behilflich.

*Sie können mit PayPal oder Überweisung direkt vor Ort bezahlen!*



**Termin:** 21.11. & 22.11.2024

**Zeit:** an beiden Tagen: 11.30 Uhr - 13:00 Uhr & 13:45 Uhr - 16:15 Uhr

# VATER—KIND—AKTION



In diesem Kita Jahr finden wieder unsere VATER—KIND—AKTIONEN statt. Weitere Infos erhalten Sie über die **Kita-APP**

Wichtig:



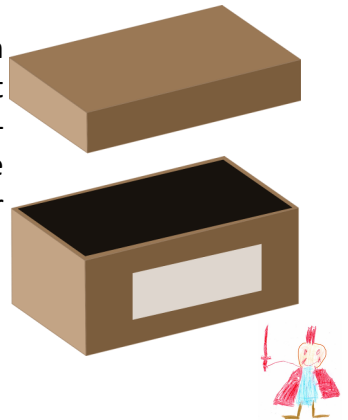
Die Vater-Kind-Aktionen sind nur für Väter und Kinder der Kita.

|                 |   |
|-----------------|---|
| <b>Termine:</b> | Samstag, 07.12.2024: Plätzchen backen mit Papa (15 Vater-Kind-Paare)    |
|                 | Samstag, 24.05.2025: Essbares Pfalzdorf 1: Besichtigung eines Milchhofs |
|                 | Samstag, 20.06.2025: Essbares Pfalzdorf 2: Wiesen, Felder und Wälder    |
| <b>Zeit:</b>    | Plätzchen backen: 14:00 Uhr   |
|                 | Essbares Pfalzdorf 1&2: 10:00 Uhr                                       |

# WEITERBILDUNG

## Schuhkartonspiele - ein Seminar für Pädagog: innen

Warum teure Spiele kaufen wenn man sie doch selber machen kann. Der Autor Ralf Booth stellt für den Kita Bereich sein Buch der Schuhkartonspiele zur Wahrnehmung vor. Aber auch die Grundschule kann die Schuhkartonspiele zur deutschen Rechtschreibung anwenden.



|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Termin:</b>     | 17.03.2025 für die <b>KITA</b> / 31.03.2025 für die <b>Grundschule</b> (Termine können einzeln gebucht werden) |
| <b>Zeit:</b>       | 14:00 Uhr- 17:00 Uhr   |
| <b>Referent:</b>   | Ralf Booth   |
| <b>Kursgebühr:</b> | 15 € (Materialkosten für 1 Spiel und Buch)   |



# SPIELPLATZ CAFE

Für alle Familien des Sozialraumes.

|                        |   |
|------------------------|---|
| Dienstag, 03.09.2024   | <b>Donnerstag, 22.05.2025</b>           |
| Mittwoch, 11.09.2024   | <b>Dienstag, 26.06.2025</b>             |
| Donnerstag, 19.09.2024 | <b>Donnerstag, 10.07.2025</b>           |
| Montag, 23.09.2024     | <b>Ausblick: 22.08 &amp; 25.09.2025</b> |

**Lernen Sie unser Familienzentrum bei einer Tasse Kaffee oder einem Kaltgetränk kennen. Waffeln oder Kuchenverkauf.**

**Für alle Familien mit Kindern zwischen 0 und 6 Jahren.**

**Jeweils von 15:00 - 17:00 Uhr.**



# KLEIDERBÖRSE



An den Tagen des Spielplatzcafes öffnet auch unsere Kleider-  
tauschbörse ihre Türen. Kommen Sie vorbei, stöbern Sie in  
den Schränken und bringen dafür Kleidung, die Sie nicht mehr benötigen, zum Tauschen mit. Bei  
einer gemütlichen Tasse Kaffee / Tee und dem ein oder anderen  
Pläuschchen, stöbert es sich auch gleich gemütlicher.

Wir freuen uns auf Sie!

**Wo?**

**Eingangsbereich Familienzentrum / 15:00 - 17:00 Uhr**



# BERATUNG

## BERATUNG IM FAMILIENZENTRUM



| <b>Bewegte Beratung</b>   | <b>Sprechstunde</b>  | <b>Lernlabor</b>  |
|---|--|---|
| <p>Die Motopädie gibt Ihnen Tipps und Ratschläge im Verständnis für die Besonderheiten der Bewegung und der Wahrnehmung Ihres Kindes.</p> | <p>Die Logopädie berät und unterstützt Sie beim Verstehen der Sprachentwicklung Ihres Kindes und klärt auf, in wie weit diese altersgerecht ist.</p> | <p>Die Heilpädagogik und Lerntherapie lässt sie verstehen, in wieweit das Handeln Ihres Kindes entwicklungsbedingt ist, oder davon abweicht. Die Beratung im Lernlabor richtet sich besonders auch an Familien mit Grundschulkindern.</p> |

### Wir helfen Ihnen gerne weiter...

...persönlich, telefonisch (0282329011) oder per E-Mail ([martinskinder@bistum-muenster.de](mailto:martinskinder@bistum-muenster.de)) Judith Erps , Natalie Heynen, Ralf Booth

# BERATUNG



## EHE,- FAMILIE,- & LEBENSBERATUNG

Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung ist eine Einrichtung des [Bistums Münster](#). Sie ist Teil der Ehepastoral des Bistums und verfolgt das Anliegen

der Kirche, Paaren in schwierigen Zeiten ihres Miteinanders Unterstützung zu bieten. Gleichzeitig ist sie der psychologische Fachdienst der Seelsorge und damit offen für alle Menschen, die in persönlichen und familiären Anliegen in die Krise geraten sind.

In einer Erst- bzw. Verweisberatung steht uns die EFL Goch auch als Kooperationspartner zu Verfügung.



**EHE-, FAMILIEN- UND  
LEBENSBERATUNG**

**KATHOLISCHE KIRCHE  
BISTUM MÜNSTER**

### Kontaktdaten:

Auf dem Wall 6

47574 Goch

02823/6496

[www.ehefamilieleben.de](http://www.ehefamilieleben.de)

# KINDERSEITE

Unser Martin hat sich ziemlich oft in  
diesem Heft versteckt.

Wie oft kannst Du ihn entdecken?

Komm vorbei, sag uns die Lösung und Du be-  
kommst eine Überraschung!



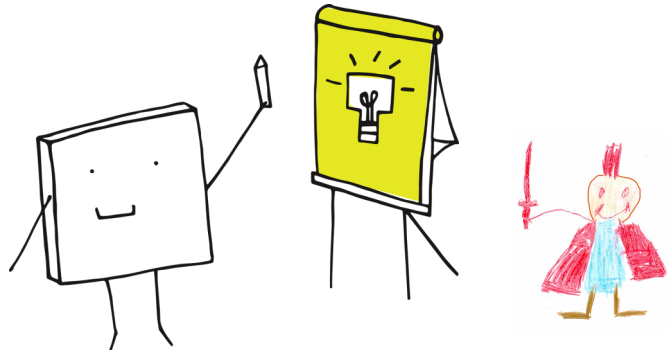
# INFOS

## WICHTIG:

Wir bitten um vorherige Anmeldung zu all unseren Angeboten  
telefonisch oder per Mail.



***Sie haben Ideen oder Anregungen für neue Kurse oder Veranstaltungen? Sie möchten selbst Kurse geben? Nehmen Sie gern kontakt zu uns auf! Wir freuen uns darauf Sie kennenzulernen.***



# KONTAKT

## **Kath. Inkl. Familienzentrum St. Martinus**

Ralf Booth

Hevelingstr. 114

47574 Goch

02823/29011

[martinskinder@bistum-muenster.de](mailto:martinskinder@bistum-muenster.de)

**Wir bitten um vorherige Anmeldung zu all unseren Angeboten  
telefonisch oder per Mail.**



