

# November 2023

Angebote im  
Familienzentrum  
der Gemeinde  
Trebur

Angebote sind vorwiegend unentgeltlich, oder zu familienfreundlichen Preisen. Kostenpflichtige Angebote sind mit einem \* gekennzeichnet.  
Wenn Sie an einem Angebot teilnehmen möchten, oder konkrete Fragen zu einem Angebot haben, nehmen Sie bitte Kontakt zu den Veranstaltenden auf.  
Wenn Sie einen eigenen Kurs anbieten wollen, kontaktieren Sie bitte Angela Matthies (Koordination Familienzentrum) per E-Mail an familienzentrum@trebur.de.

Handlungsfelder

Bildung und  
Erziehung

Beratung und  
Information

Begegnung  
und Austausch

Unterstützung  
von Körper und Geist

## Montag

**Elterncafé mit Stillberatung**  
15:00 bis 16:30 Uhr  
*jeden Montag*  
Anmeldung erforderlich unter:  
muettercafe@trebur.de  
Kooperation mit der Kita "Pustelblume"  
Astheimer Str. 88 (Bewegungsraum)

**Selbstverteidigungskurs für Mütter\***  
18 bis 20 Uhr  
(06.11.)  
Eine Anmeldung  
ist erforderlich: telefonisch oder per  
WhatsApp an:  
0 176-235 341 63  
Im Kinderhaus Phantásien,  
Marie-Curie-Straße 27, (Eingang West | EG) Bewegungsraum

### Job- und Ausbildungshilfe für Jugendliche

**Unterstützung** z. B. bei Behördengängen, bei der Suche nach der geeigneten Arbeitsstelle, beim Schreiben von Bewerbungen, bei der Vorbereitung auf Vorstellungsgespräche.  
**Beratung** rund um die Zukunftsplanung, Information und **Hilfestellung** bei der Berufsorientierung, Vorbereitung auf Einstellungs-Tests.  
Anmeldung erforderlich unter:  
simone.walter@kiju-trebur.de oder  
06147-2523  
Kooperation mit der Kinder- und Jugendförderung Trebur, Gr. Grabengasse 1

## Dienstag

**YIN YOGA\***  
18 bis 19:30 Uhr  
(07. | 21. | 28.11.)  
Anmeldung für 8 Kurse in Folge erforderlich unter:  
soniafing@aol.com  
Im Kinderhaus Phantásien,  
Marie-Curie-Straße 27,  
(Eingang West | EG) Bewegungsraum

**YIN YOGA\***  
20 bis 21:30 Uhr  
(07. | 21. | 28.11.)  
Anmeldung für 8 Kurse in Folge erforderlich unter:  
soniafing@aol.com  
Im Kinderhaus Phantásien,  
Marie-Curie-Straße 27,  
(Eingang West | EG) Bewegungsraum

### Autogenes Training\*

19:30 bis 21 Uhr  
(7. | 14.11.)  
Anmeldung für 8 Kurse in Folge erforderlich unter:  
christine\_schappert@web.de  
Kooperation mit der Kita  
„Kleine Welt“, Schulstraße 7 (OT Geinsheim), im Bewegungsraum

### Schlafprechstunde\*

Baby- und Kleinkindschlaf  
(online oder vor Ort)  
Termine nur nach Vereinbarung  
(ganzjährig)  
Bitte kontaktieren Sie:  
jennifer.becker@mail-leben.de  
oder  
0 162-940 213 4

## Mittwoch

**Ving Tsun für Kita-Kinder\***  
Selbstverteidigung  
für 3- bis 5-jährige  
14:30 bis 15:30 Uhr *jeden Mittwoch*  
Eine Anmeldung zum Probetraining  
ist erforderlich: telefonisch oder per WhatsApp an:  
0 176-235 341 63  
Im Kinderhaus Phantásien, Marie-Curie-Straße 27,  
(Eingang West | EG) Bewegungsraum

Treffpunkt für unsere ukrainischen Gäste  
**Café Ukrajina**  
Місце зустрічі наших українських гостей  
17:00 bis 19:00 Uhr *jeden Mittwoch*  
Kooperation mit dem sozialen Netz Trebur, Im Café  
Wunderbar, Kleine Grabengasse 7

**Spieleabend**  
18:00 bis 22:00 Uhr  
jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat  
(01. und 15.11.)  
Anmeldung erwünscht unter:  
cnauheimer@gmail.com  
Im Kinderhaus Phantásien, Marie-Curie-Straße 27,  
(Eingang Ost | 1. OG) Familienzentrum-Raum

**YIN YOGA\***  
18:30 bis 20 Uhr  
(01. | 22. | 29.11.)  
Anmeldung für 8 Kurse in Folge erforderlich unter:  
soniafing@aol.com  
Im Kinderhaus Phantásien, Marie-Curie-Straße 27,  
(Eingang West | EG) Bewegungsraum

**Erste Hilfe Kurs für Eltern\***  
für die richtigen Maßnahmen in kleinen und großen  
Notfällen **bei Säuglingen und Kleinkindern**  
17:30 bis 20:30 Uhr  
am 08.11.  
Anmeldungen an: Josephine Hamalega  
kontakt@held-werden.com oder  
0 176-704 631 41  
Im Kinderhaus Phantásien, Marie-Curie-Straße 27,  
(Eingang Ost | 1. OG) Familienzentrum-Raum

## Donnerstag

**Erziehungsberatung**  
8 bis 11:30 Uhr  
02.11.  
Termine nur nach Vereinbarung über  
Frau Perlick (Tel. 06147 579796)  
Im Kinderhaus Phantásien, Marie-Curie-Straße 27, (Eingang Ost | 1. OG)  
Familienzentrum-Raum

**Musikschule\***  
15 bis 21 Uhr  
*jeden Donnerstag*  
Termine nur nach Vereinbarung.  
Kontakt erforderlich:  
kulturbuero@trebur.de  
Im Kinderhaus Phantásien, Marie-Curie-Straße 27, (Eingang Ost | 1. OG)  
Familienzentrum-Raum

**HATHA YOGA\***  
17.30 bis 19 Uhr  
(02. | 23. | 30.11.)  
Anmeldung für 8 Kurse in Folge erforderlich unter:  
soniafing@aol.com  
Im Kinderhaus Phantásien, Marie-Curie-Straße 27, (Eingang West | EG)  
Bewegungsraum

**HATHA YOGA\***  
19:30 bis 20 Uhr  
(02. | 23. | 30.11.)  
Anmeldung für 8 Kurse in Folge erforderlich unter:  
soniafing@aol.com  
Im Kinderhaus Phantásien, Marie-Curie-Straße 27, (Eingang West | EG)  
Bewegungsraum

## Freitag

**Wochenausklang**  
Klang Mantra Yoga\*  
17 bis 18:30 Uhr  
(10. | 17. | 24.11.)  
Anmeldung für 10 Kurse in Folge erforderlich unter 0 157-337 600 30  
oder per E-Mail an info@cat-yoga.de  
Kooperation mit der Kita Tannenweg,  
Tannenweg 1, Bewegungsraum

**Wochenausklang**  
Klang Mantra Yoga\*  
19:30 bis 20 Uhr  
(10. | 17. | 24.11.)  
Anmeldung für 10 Kurse in Folge erforderlich unter 0 157-337 600 30  
oder per E-Mail an info@cat-yoga.de  
Kooperation mit der Kita „Unterm Regenbogen“, Julius-Leber-Straße 5,  
(OT Astheim) im Bewegungsraum

**BEAtWa\***  
Bewegen – Entspannen – Atmen – Wahrnehmen  
für Kinder von  
(4 bis 7 Jahre)  
mit körperlichen, geistigen oder seelischen Einschränkungen  
(ggf. mit ihren Begleitpersonen)  
15 bis 16 Uhr  
(10. | 17. | 24.11.)  
Anmeldung für 5 Kurse in Folge erforderlich unter 0 162-681 131 9  
oder per E-Mail an gelenkwerkstatt.bewegungsarm@gmail.com  
Kooperation mit der Kita „Kleine Welt“, Schulstraße 7 (OT Geinsheim),  
Bewegungsraum

## Samstag

DELFIN YOGA KIDS  
**KINDERYOGA\***  
für Kindergartenkinder  
10 bis 10.45 Uhr  
*jeden Samstag*  
Anmeldung und Vereinbarung von Probestunden bei Steffi Velten-Haas:  
info@delfin-yoga-kids.de  
oder 0 172-695 328 6  
Kooperation mit der Kita "Kunterbunt,,  
Johannes-Schneider-Straße1, 65468  
Trebur, (OT Geinsheim),  
im Bewegungsraum

DELFIN YOGA KIDS  
**KINDERYOGA\***  
für Grundschul Kinder  
11.00 bis 12.00 Uhr  
*jeden Samstag*  
Anmeldung und Vereinbarung von Probestunden bei Steffi Velten-Haas:  
info@delfin-yoga-kids.de  
oder 0 172-695 328 6  
Kooperation mit der Kita "Kunterbunt,,  
Johannes-Schneider-Straße1, 65468 Trebur,  
(OT Geinsheim),  
im Bewegungsraum

