

**ANGEBOTE FÜR
ELTERN UND
KINDER**

Rückbildungsgymnastik ohne Baby in Neugereut
27. Januar bis 24. Februar
mittwochs 18:30 bis 20:00 Uhr
Kursleitung: Katrin Neher (Hebamme)

Die Rückbildungsgymnastik zielt darauf ab, den Beckenboden zu spüren, wahrzunehmen und zu kräftigen. Neben der Beckenbodenkräftigung werden Übungen für weitere Muskelpartien, unter anderem für die Bauch- und Rückenmuskulatur, Inhalt des Kurses sein. In den ersten Minuten jedes Kurses werden Themen, die nach dem Wochenbett folgen, besprochen. Teilnahme ist ab der 8. Woche nach der Geburt möglich. **Anmeldung und nähere Informationen zur Kostenübernahme, Kaution und Material über Haus der Familie Stuttgart e.V.: hdf-stuttgart.de, Tel: 0711-220709-0, Email: info@hdf-stuttgart.de**

Willkommensfrühstück
Sonntag 24. Januar und 14. März
10:00 bis 13:00 Uhr

Sie erwarten ein Baby oder sind vor kurzer Zeit Eltern geworden? Dann kommen Sie doch zum Willkommensfrühstück! Hier können Sie bei einem reichhaltigen Frühstück und in kinderfreundlicher Atmosphäre andere Eltern in Wohnortnähe kennenlernen. Zudem haben Sie die Möglichkeit, sich über die Angebote für Familien in Stuttgart zu informieren. Das Willkommensfrühstück ist kostenfrei. Eine Kinderbetreuung wird angeboten. **Zur besseren Planung freuen wir uns über eine Anmeldung unter 0711-53070930 oder familienzentrum-neugereut@jugendhaus.net**

**ANGEBOTE FÜR
SENIOREN**

Sportgruppe
montags 15:00 bis 16:00 Uhr
kostenloses Angebot mit professioneller Kursleitung
Beweglich bleiben bis ins hohe Alter. Bei Interesse einfach vorbeikommen und mitmachen! Benötigt wird lediglich bequeme (Sport-) Kleidung

Spielenachmittag für Senioren
mittwochs 14:00 bis 16:00 Uhr

Kommen Sie einfach vorbei und treffen Sie Ihre Spielpartner! Es stehen verschiedene Brett- und Kartenspiele für Sie bereit. Sie können auch gerne Spiele von zu Hause mitbringen.

Qigong - Achtsamkeit - Entspannung für Senioren
20. Januar bis 24. März (Nachholtermine)
03. März bis 28. April (neuer Kurs)
mittwochs 09:30 bis 10:30 Uhr (außer in den Ferien)

Legen Sie eine entspannte Pause ein, um neue Energie zu schöpfen. Mit einfachen angeleiteten Übungen werden Wohlbefinden, Stressabbau und innere Ruhe gefördert. Kursgebühr: 56,- €, Kursleitung: Inge Csauscher. Bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit! **Anmeldung unter 0711-53070930 oder familienzentrum-neugereut@jugendhaus.net**

VHS-KURSE

Hatha Yoga
dienstags 23. Februar bis 18. Mai
18:00 bis 19:30 Uhr
Kursnummer 211-32850

Hatha Yoga
donnerstags 25. Februar bis 20. Mai
17:45 bis 19:15 Uhr
Kursnummer 211-32860

Yoga
donnerstags 25. Februar bis 20. Mai
19:30 bis 21:00 Uhr
Kursnummer 211-32870

Wenn Sie Interesse an einem oder mehreren Kursen haben, melden Sie sich bitte bei der Volkshochschule Stuttgart an: Telefon 0711-1873-800 oder www.vhs-stuttgart.de

VERANSTALTUNGEN

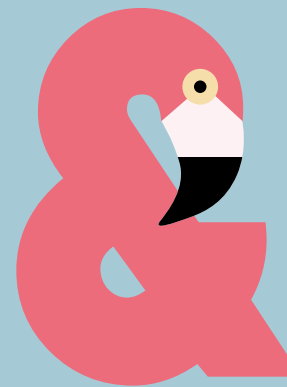
Stuttgarter Saloniker
Konzert
Freitag, 15. Januar 19:00 Uhr, 15 €
eine Veranstaltung des Kulturkreis Neugereut

ELVIS
Musikalische Lesung mit Stefan Schael
Freitag, 19. März 19:00 Uhr, 15 €
eine Veranstaltung des Kulturkreis Neugereut

PROGRAMM JANUAR BIS MÄRZ 2021

**Stadtteil & Familien
Zentrum NEUGEREUT**

Eine Einrichtung der Stuttgarter Jugendhaus gGmbH



Das Stadtteil- und Familienzentrum Neugereut ist eine Einrichtung der Stuttgarter Jugendhaus gGmbH und multikultureller Treffpunkt im Stadtteil mit Angeboten zur Begegnung für alle Generationen und Kulturen.

Das Konzept beinhaltet die Teilnahme am gemeinsamen und nachbarschaftlichen Leben in Neugereut. Das Stadtteil- und Familienzentrum bietet allen Einwohner*innen des Stadtteils und darüber hinaus einen Kontaktraum, in dem sie ihre Ideen umsetzen, an informativen, kulturellen, kreativen, sportlichen und pädagogischen Angeboten teilnehmen und sich zum Austausch treffen können.

OFFENES HAUS

UNSERE OFFENER TREFF: DAS STADTTEILBISTRO

Mo bis Fr 11:00 bis 17:00 Uhr

MITTAGSTISCH

Mo bis Fr 12:00 bis 14:00 Uhr

OFFENE KINDERBETREUUNG

Di bis Fr 14:00 bis 17:00 Uhr

Für die Kinder unserer Besucher*innen haben wir eine Spielecke eingerichtet. Eine ehrenamtliche Betreuungskraft ist für die Kinder vor Ort.

ANGEBOTE FÜR ALLE

Aquarellmalkurs (bei Bedarf mit Kinderbetreuung) montags 09:30 bis 11:30 Uhr

Entfalten Sie Ihre Kreativität! Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet und der Einstieg jederzeit möglich, sofern die maximale Teilnehmerzahl noch nicht erreicht ist. Kursgebühr: 35 Euro/Monat.
Info und Anmeldung bei Inge Csauscher unter 0711-6363571 oder per Email: icsauscher@web.de

Bunte Bastelstunden Bastelnachmittag für Groß und Klein und Alt und Jung 2. und 4. Donnerstag im Monat 15:00 bis 17:00 Uhr

Wir basteln gemeinsam mit verschiedenen Materialien und Techniken und lernen dabei miteinander und voneinander.

Papierkram

Hilfe bei Anträgen und Formularen, Erklären und Verfassen von offiziellen Briefen.

Kostenloses Angebot

Bitte Termin vereinbaren unter Tel: 0711-53070930 oder familienzentrum-neugereut@jugendhaus.net

Repair Café

Jeden 3. Donnerstag im Monat 15:00 bis 19:00 Uhr (Annahmeschluss 18:00 Uhr) 21.01., 18.02., 18.03.

Repair Cafés sind ehrenamtliche Treffen, bei denen die Teilnehmer*innen allein oder gemeinsam mit anderen ihre kaputten Dinge reparieren. Es ist Werkzeug und Material für alle möglichen Reparaturen vorhanden und kundige ehrenamtliche Helfer vor Ort, die Reparaturkenntnisse und – Fertigkeiten auf verschiedenen Gebieten mitbringen. **Weitere Infos unter www.repaircafe-neugereut.de**

ANGEBOTE FÜR ALLE, ELTERN UND KINDER

Rädlesschrauber – Offene Fahrradwerkstatt ab 03. März mittwochs 18:30 bis 21:00 Uhr

Mit fachkundiger Unterstützung werden Fahrräder aller Art wieder in Schuss gebracht.
Leitung: Walter Häbe

Kurs „Socken stricken und andere Handarbeiten“ 12. Januar bis 30. März dienstags 16:00 bis 18:00 Uhr, Kursgebühr: 12 €

Keine Vorkenntnisse erforderlich, Anmeldung unter 0711-53070930 oder familienzentrum-neugereut@jugendhaus.net, Kursleitung: Erika Aner

Qigong - Achtsamkeit - Entspannung für alle 20. Januar bis 24. März (Nachholtermine) 03. März bis 28. April (neuer Kurs) mittwochs 17:15 bis 18:15 Uhr (außer in den Ferien)

Legen Sie eine entspannte Pause ein, um neue Energie zu schöpfen. Mit einfachen angeleiteten Übungen werden Wohlbefinden, Stressabbau und innere Ruhe gefördert. Kursgebühr: 56,- €, Kursleitung: Inge Csauscher. Bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit! **Anmeldung unter 0711-53070930 oder familienzentrum-neugereut@jugendhaus.net**

Babycafé für Eltern mit Babys (bis 12 Monate) dienstags 10:00 bis 11:30 Uhr

Einfach vorbeikommen, dabei sein und mitsprechen in ruhiger Atmosphäre, Raum für Babys zum Spielen und Entdecken

ANGEBOTE
FÜR ELTERN
UND KINDER

ANGEBOTE FÜR ELTERN UND KINDER

Krabbelgruppe (6 bis 18 Monate) mittwochs 09:45 bis 11:15 Uhr

Krabbeln, Spielen, Kennenlernen, Austausch
Aufgrund der Abstandsregelungen meldet euch bitte vor jedem Treffen mit Angabe der Personenzahl bis spätestens einen Tag vorher per Mail an: familienzentrum-neugereut@jugendhaus.net

Spielgruppe (18 Monate bis 3 Jahre) freitags 10:00 bis 11:30 Uhr

Kommt vorbei um mit uns zu spielen, zu basteln, zu singen, Freundschaften zu knüpfen und sich auszutauschen! Aufgrund der Abstandsregelungen meldet euch bitte vor jedem Treffen mit Angabe der Personenzahl bis spätestens einen Tag vorher per Mail an: familienzentrum-neugereut@jugendhaus.net

Geburtsvorbereitung – Kompaktkurse für Paare in Neugereut Kursleitung: Katrin Neher (Hebamme) Fr 29.01. bis So 31.01. oder Fr 19.02. bis So 21.02. oder Fr 12.03. bis So 14.03. freitags 14:30 bis 17:00 samstags und sonntags 10:00 bis 17:30 Uhr

Im Geburtsvorbereitungskurs werden Themen rund um die Schwangerschaft, Geburt und das Wochenbett besprochen. Der Kurs ist für Frauen ab der 30. Schwangerschaftswoche geeignet. Anmeldung und nähere Informationen zu Kursinhalten, Kostenübernahme, Kautions- und Materialübernahme über Haus der Familie Stuttgart e.V.: hdf-stuttgart.de, Tel: 0711-220709-0, Email: info@hdf-stuttgart.de

ALLGEMEINE INFORMATION

KONTAKT

Stadtteil- und Familienzentrum Neugereut
Flamingoweg 24
70378 Stuttgart
Tel. 0711-53070930
familienzentrum-neugereut@jugendhaus.net
www.familienzentrum-neugereut.de

DANKESCHÖN

Ein herzliches Dankeschön an alle ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen, die uns so tatkräftig unterstützen! Ihr macht dieses vielfältige Programm möglich!

Möchten Sie sich auch im Stadtteil- und Familienzentrum engagieren? Haben Sie eine Idee für ein Angebot? Dann kommen Sie doch einfach vorbei oder kontaktieren uns per Mail oder Telefon.

