

Mütterzentrum March-Reute e.V. Mai – Juli 2011

Internetadresse
www.muetterzentrum-march-reute.de

Das **Mütterzentrum March-Reute e.V.** ist ein selbstorganisierter Treffpunkt für Frauen und Kinder jeden Alters, jeder Konfession und Weltanschauung - auch Väter sind willkommen. Alle Veranstaltungen sind auch für Nichtmitglieder offen! Bei den Tagesveranstaltungen gibt es immer **Cafe-Betrieb** sowie meist eine **Kinderbetreuung (Mitglieder 2 € / Nichtmitgl. 2,50 € Kostenbeteiligung)**.

Die Gebühren sind ebenfalls gestaffelt nach Mitgliedern / Nichtmitgliedern. Für Planung und Ausführung von Kursen ist eine **verbindliche** Anmeldung unerlässlich.

Das Mütterzentrum ist während den Veranstaltungen im Gemeindehaus Holzhausen unter

☎ 07665 / 9329051 erreichbar. Das aktuelle Programm ist unter www.muetterzentrum-march-reute.de zu finden.

**Di. 03.05.11 10.00 - 12.00 Uhr Ho Baby-Treff mit Themen rund ums erste Lebensjahr
Offener wöchentlicher Treff jeden Dienstag**

„Frischgebackene“ Mütter können sich unter der Leitung einer erfahrenen Hebamme zum Austausch in gemütlicher Runde treffen. Sie haben die Gelegenheit, sich mit anderen Müttern in der gleichen Lebenssituation auszutauschen, Kontakte zu knüpfen, Fragen zu stellen. Themen sind u.a.
- Wie wichtig ist eine sichere Bindung und wie kann sie gelingen? -
- Ernährung - Körperliche u. seelische Entwicklung - Spiel u. Bewegung
Gebühr 3 €

Info und Leitung: Johanna Schnell, Hebamme ☎ 07641 / 6976

Wichtiger Hinweis: Der Gutschein des Projektes Teilnahme an diesem Treff eingelöst werden.

STÄRKE des Landes Baden- Württemberg kann für die

Di. 03.05.11 09.30 - 10.30 Uhr Ho Eltern - Kind - Turnen

Für Kinder von 1 ½ bis 3 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen
Beim Eltern - Kind -Turnen steht der Spaß an der Bewegung und das gemeinsame Tun von Mutter oder Vater und Kind im Vordergrund. Singspiele, einfache Kreistänze, turnen mit Handgeräten wie Bällen oder Reifen, aber auch Schwungtuch und Luftballons kommen zum Einsatz. Beim spielerischen Turnen an den Großgeräten können die Kinder Erfahrungen sammeln, die nur in der Turnhalle möglich sind.

Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe mitbringen.

Gebühr für 6 mal: 14 € (Mitgl.) / 17 €

Info, Leitung und **Anmeldung bis 29.April** bei Bianka Cherubim
☎ 07665 / 400286 oder per mail: froeschles-ideenkiste@web.de

Ort: Turnhalle der Grundschule Holzhausen

Di. 03.05.11 09.30 - 10.30 Uhr

Für im Dezember geborene Babys

11.00 - 12.00 Uhr

Für im Jan. und Feb. geborene Babys



Prager-Eltern-Kind-Programm

Pädagogisches Gruppenangebot für Babys im 1. Lebensjahr

Ein Baby zu bekommen und in seiner Entwicklung zu begleiten ist vielleicht die schönste und aufregendste Aufgabe, die das Leben Ihnen stellt. Dieser Kurs will Sie dabei unterstützen. 6-8 Babys treffen sich mit einem Elternteil in der Gruppe. Der Kurs orientiert sich am jeweiligen Entwicklungsstand der Kinder und vermittelt altersgemäße Spielangebote, Bewegungs-, und Sinnesanregungen, sowie Informationsangebote zu Themen rund um das erste Lebensjahr.

Austausch und soziale Kontakte zwischen den Eltern und den Kindern untereinander helfen zusätzlich, in der neuen Situation Sicherheit zu gewinnen.

Der Raum ist angenehm warm, damit die Babys nackt strampeln und sich bewegen können. Gebühr für 9 mal: 70 € / 75 €

Bitte eine Decke oder ein Handtuch, eine wasserfeste Unterlage und leichte, bequeme Kleidung mitbringen

Ort: Hugstetten, Eschenweg 1, Gruppenraum

Leitung und Anmeldung bei Sonja Andris, Erzieherin, Fachwirtin für Org. und Führung u. PEKiP Gruppenleiterin ☎ 07665 / 95575

Wichtiger Hinweis: Der Gutschein des Projektes Kurs eingelöst werden.



des Landes Baden- Württemberg kann für diesen

- Mi. 04.05.11** 9.30 - 11.00 Uhr **Ho** **Fit für den Alltag mit Musik!**
 Durch ein modernes, gesundheitsorientiertes und ganzheitliches Fitnessstraining nach flotter Musik finden wir mit viel Spaß einen optimalen Ausgleich für Beruf und Alltag. Zum Ausklang entspannendes Stretching.
 Gebühr für 11 mal : 30 € (Mitgl.) / 34 €
 Bitte Unterlage und Turnschuhe mitbringen.
 Leitung: Anja Heege, Übungsleiterin Fitness u. Gesundheit mit P-Lizenz
 Info und Anmeldung: Christine Gfrörer ☎ 07665 / 4325.
- Mi. 04.05.11** 17.45 - 18.45 Uhr **Reu 1** **Rückbildungsgymnastik nach der Geburt**
Jeden Mittwoch
 Kostenübernahme der Kassen für 10 Termine; Voraussetzung ist der Beginn spätestens 4 Monate nach der Geburt; Einstieg laufend möglich; Info und Anmeldung bei Johanna Schnell, Hebamme und Übungsleiterin Fitness u. Gesundheit ☎ 07641 / 6976
 J. Schnell steht auch für die Nachsorge zu Hause zur Verfügung.
- Mi. 04.05.11** 18.45 - 19.45 Uhr **Reu 1** **Beckenbodentraining**
Jeden Mittwoch
 Es wird Wissen über die Funktion und Bedeutung des Beckenbodens vermittelt und diese Körperregion gezielt gekräftigt, um den „typischen“ Frauenproblemen vorzubeugen. Einstieg laufend möglich. Gebühr für 10 mal: 25 € / 30 €
 Info und Anmeldung bei Johanna Schnell, Hebamme und Übungsleiterin Fitness u. Gesundheit, ☎ 07641 / 6976.
- Fr. 06.05.11** 09.30 - 11.30 Uhr **Ho** **Wichtel-Club I**
Offener wöchentlicher Treff jeden Freitag
 für Eltern mit Kindern ab 1 Jahr, um andere nette Frauen kennen zu lernen, sich auszutauschen, Tipps zu bekommen und, und...
 Bianca Mörder ☎ 07641/ 416815 email : biancamoerder@googlemail.com
- Do. 12.05.11** 09.30 - 11.00 Uhr **Ho** **Offenes Frauencafé am Vormittag**
 Gute Gelegenheit für einen zwanglosen Plausch am Vormittag.
 Neue „Gesichter“ sind herzlich willkommen !
- Do. 12.05.11** 20.00 Uhr **Autoren-Lesung**
Nana Rademacher „Seelenruh“
 Die Freiburger Autorin Nana Rademacher geht in ihrem Regiokrimi „Seelenruh“ auf Mörderjagd:
 In einem südbadischen Winzerdorf sterben nacheinander zwei alte Frauen. Als Goldschmiedin Sina eine dritte Frauenleiche findet, glaubt sie nicht mehr an Zufall. Doch die Dorfbewohner schweigen sich lieber aus. Also beginnt Sina, selbst Nachforschungen anzustellen - mit weiblicher Raffinesse und unkonventionellen Methoden. Eine Mörderjagd zwischen Gerberau und Kaiserstuhl ... ein Regiokrimi mit erstaunlichem Ausgang.
 "Eine ausgesprochen spannende Story voller origineller südbadischer Typen", befand die Rhein-Neckar-Zeitung
 Gebühr: 4 €
 Info: Helga Hornstein ☎ 07665 / 3470
Ort: Gemeindebücherei March-Buchheim, Konrad-Stürtzel-Str. 23
In Kooperation mit der Gemeindebücherei March- Buchheim
- Di. 17.05.11** 15.00 - 17.00 Uhr **Leben im Alltag als Christen**
 Frauen sprechen über aktuelle Fragen zum Glauben im Alltag, christliche Grundwerte und religiöse Erziehung.
 Offener Gesprächskreis mit Christel Klöpfer.
 Der Gesprächskreis findet **in der March an wechselnden Orten** statt.
 Info bei Christine Gfrörer ☎07665 / 4325

Do. 19.05.11 19.00 - 22.00 Uhr

Weitere Termine: 09.06. / 07.07. und 25.08.

Vör **Jin Shin Jyutsu ® Strömgruppe**

Die Gruppe trifft sich einmal monatlich, um das in den **Jin Shin Jyutsu ®- Kursen** Erlernte zu vertiefen und anzuwenden. Interessierten bieten die Strömabende eine gute Gelegenheit „zum Schnuppern“ und Jin Shin Jyutsu ® kennen zu lernen. Gebühr pro Abend 10 €
Info und Anmeldung bei Ruth Dörner, ☎ 07666 / 1015.

So. 29.05.11 11.00 - 16.30 Uhr

PROJEKT SEEROSENTTEICH

Malkurs mit Acryl & Kreide

Wir beobachten das bunte Leben am Teich und gestalten unter Anleitung der Künstlerin Beate Wiedemann Schritt für Schritt einen Seerosenteich. Kursgebühr: 70,00 € (inkl. Leinwand, Farben und Verpflegung)
Leitung: Beate Wiedemann

Ort: Atelier Beate Wiedemann, Herrenstr. 19, Oberrotweil

Bitte schriftlich anmelden bei Beate Wiedemann :

E-Mail: atelier@beate-wiedemann.de oder Fax: 07662 - 6333

In Kooperation mit dem Bildungswerk Vogtsburg

Do. 09.06.11 09.30 - 11.00 Uhr

Ho **Literaturcafé**

Offenes Café für literaturbegeisterte Frauen.

Wer will, stellt ein Buch vor oder lässt sich einfach von den Tipps inspirieren.

Info und Leitung: Helga Hornstein ☎ 07665 / 3470

Di. 28.06.11 15.00 - 17.00 Uhr

Die Offene Gartentüre

Wir treffen uns zu einem "blumigen" Nachmittag im Teich-Garten einer leidenschaftlichen Gärtnerin.

Beim anschließenden Kaffee können sich die BesucherInnen in lockerer Atmosphäre über ihre Erfahrungen rund um das Thema Garten austauschen. Gebühr: 2 € (Kaffee und Kuchen extra)

Anmeldung bis 22. Juni bei Steffi Meier ☎ 07665 / 51806

Treffpunkt für Fahrgemeinschaften am Bürgerhaus March um 14.45 Uhr

Fr. 01.07.11 19.00 - 22.00 Uhr

Reu2

Einführung in die digitale Bildverarbeitung und Bildbearbeitung (mit dem Programm „Lightroom“)

Gerade im Zeitalter der Digitalfotografie werden wir von Bildern überflutet. Ohne Organisation und Aufbereitung der Bilder wird die Festplatte schnell zum Datengrab. In diesem Kurs lernen Sie die effektive Verwaltung großer Bildmengen und die fundamentalen Schritte in der Bildbearbeitung. Die Kursinhalte sind auf andere/getrennte Programme zur Bildverwaltung / Bildverarbeitung übertragbar. Voraussetzung für den Kurs sind solide PC Kenntnisse.

Leitung: Fotograf Wolfgang Sauer (siehe auch: www.komprimiertezeit.de)

Gebühr: 20 € / 23 € (Foto-Kurs siehe 02.07.)

Anmeldung bis 28. Juni bei Monika Seth ☎ 07641 / 54542

Sa. 02.07.11 09.00 - 17.00 Uhr

Reu2

Vom Motiv zum Bild - Fotokurs -

und So. 03.07.11 09.00 - 12.00 Uhr

Der Kurs richtet sich an alle, die Spaß am Fotografieren haben und gerne mehr aus ihren Bildern machen wollen. Die Art der Kamera ist zweitrangig. Themen sind Wahl des Bildausschnitts, die Wirkung von Perspektive, Form und Farbe, Zusammenhang zwischen Zeit, Blende und Filmempfindlichkeit, Eigenschaften verschiedener Objektive und anspruchsvolle Lichtsituationen. Eine Exkursion (Samstag von 14-17 Uhr) ins nähere Umland rundet den Kurs ab.

Bitte mitbringen: Kamera + Bedienungsanleitung sowie drei eigene Bilder im DIN-A4-Format.

Leitung: Fotograf Wolfgang Sauer (siehe auch www.komprimiertezeit.de)

Gebühr: 65 € (Mitgl.) / 70 € (Kurs Bildbearbeitung siehe 01.07.)

Anmeldung bis 28. Juni bei Monika Seth ☎ 07641 / 54542

Do. 07.07.11 14.30 Uhr

Besuch der historischen Ölmühle in Simonswald

Die Ölmühle im Simonswäldertal ist ein einmaliges Kulturdenkmal aus dem 18. Jahrhundert. Es wird dort heute noch Walnussöl hergestellt.

Herr Schwär vom Brauchtumsverein führt uns durch die Mühle und erläutert sie uns fachkundig.

Im Anschluss daran genießen wir ein zünftiges Bauernvesper in herrlicher Kulisse von Mühle und der Wilden Gutach.

Fahrgemeinschaften sind möglich. Abfahrt Bürgerhaus March um 14.00 Uhr

Kosten: 5,50 € für das Vesper

Info **und Anmeldung bis 1.Juli** bei Christel Egelhofer ☎ 07666 / 4998 oder Monika Seth ☎ 07641 / 54542

Do. 14.07.11 09.30 - 11.00 Uhr

Ho Literaturcafé

Offenes Café für literaturbegeisterte Frauen.

Wer will, stellt ein Buch vor oder lässt sich einfach von den Tipps inspirieren.

Info und Leitung: Helga Hornstein ☎ 07665 / 3470

Di. 19.07.11 15.00 - 17.00 Uhr

Leben im Alltag als Christen

Frauen sprechen über aktuelle Fragen zum Glauben im Alltag, christliche Grundwerte und religiöse Erziehung.

Offener Gesprächskreis mit Christel Klöpfer.

Der Gesprächskreis **findet in der March an wechselnden Orten** statt.

Info bei Christine Gfrörer ☎ 07665 / 4325

Do. 21.07.11 09.30 - 11.00 Uhr

Ho Sommercafé

Gute Gelegenheit für einen zwanglosen Plausch am Vormittag.

Neue „Gesichter“ sind herzlich willkommen !

Jede steuert eine köstliche Kleinigkeit fürs Büfett bei

Sommerferien

Orte der Veranstaltungen und ihre Abkürzungen:

- Ho** = Gemeindehaus Holzhausen, Im Grün 11 (beim Kindergarten)
- Reu 1** = Ev. Pfarrzentrum Reute, Schwarzwaldstr. 9
- Reu 2** = In den Räumen der „Fahrschule Dieter Lohrmann“, Reute, Hauptstraße 38
- Vör** = Vörstetten, Reutener Straße 19

Wir sind vom Finanzamt als gemeinnützig anerkannt und berechtigt, Spendenbescheinigungen auszustellen. Wir kooperieren mit den Pfarrgemeinden der Gemeinde March u. Reute und dem Bildungswerk der Erzdiözese Freiburg, die unsere Aktivitäten fördern. Der jährliche Mitgliedsbeitrag beträgt übrigens nur 20 €.

Sie haben Fragen? Sie sind interessiert ? Sie wollen mitarbeiten? Wenden Sie sich doch an eine der Vorstandsfrauen.

Die Vorstandsfrauen:

Christine Gfrörer, T. 07665/4325 * Monika Seth, T. 07641/54542 * Johanna Schnell, T. 07641/6976 * Gabi Thoma, T. 07665/930048
Helga Hornstein, T. 07665/3470 * Bettina Daffner, T. 07641/9334375 * Steffi Maier T. 07665/51806 * Ute Grafmüller 07665/40473

Kontaktadresse: ☐ Christine Gfrörer ♦ Eichstetter Str.36 ♦ 79232 March **e-mail:** christine.gfroerer@gmx.net
Internet: www.muetterzentrum-march-reute.de

Bankverbindung: Sparkasse Freiburg Konto-Nr. 250 772 1 BLZ 680 501 01