

**Ausgebucht! Nur Warteliste möglich!**

**Das Immunsystem für den Winter stärken**

Ein **Online**-Vortrag

**Di. 17. Oktober von 19.30 – 21.45 Uhr**

Mit Barbara Luhn (Ernährungsberaterin)

 **Wir machen das Eichhörnchen-Diplom**

Eine Vater-/Opa-Kind-Aktion

**Sa. 30. September von 10.00 – 12.15 Uhr**

Mit Martina Meyer (NABU Naturtrainerin) im Vorster Wald (Treffpunkt Linnig 67)

**Nachtwanderung** für die ganze Familie

**Fr. 20. Oktober von 18.45 – 20.45 Uhr**

Mit Waldpädagogin Anne Binnebößel (Treffpunkt: Wander- parkplatz Leppershütte Mönchengladbach / Korschenbroich)

**Trotzphase – was nun?**

Ein **Online**-Vortrag

**Do. 31. August von 19.30 – 21.45 Uhr**

Mit Angelika Radtke (Trainerin Starke Eltern – Starke Kinder)

**Das große Waldabenteuer** für die ganze Familie

**Sa. 2. September von 15.00 – 18.00 Uhr**

Mit Waldpädagogin Anne Binnebößel (Waldspielplatz Raderbroich Korschenbroich)

**Weihnachts-basteln**



**Sa. 9. Dezember von 10.00 -12.00 Uhr**

Mit Michaela Kura (bekannt von unserer monatlichen Kreativaktion am Vormittag)

**Online-Kurs: Yoga auf dem Stuhl**

Ein Workshop für alle, die im Büro arbeiten und/oder einen sanften Einstieg ins Yoga wünschen

**Do. 2.11. – 7.12. (6 Termine) von 18.30 – 20.00 Uhr**

mit Dorothea Knipp (zertifizierte Yogalehrerin)

**Unser buntes**

**Programm im 2. Halbjahr 2023**

im Familienzentrum Kaarst-Mitte

(und online auf der Couch ☺)

*Das und noch viel mehr finden Sie auch auf dem Veranstaltungs-padlet der Kaarster Kitas unter www.kaarst.de/familienprogramm*

**Wir bauen Insektenhotels**



**Sa. 19. August von 10.00 – 12.15 Uhr**

Mit Sonja Kremer

**Eltern-Kind-Gruppen**

Für Kinder von 12 – 24 Monate Schwerpunkt „Bewegung“

**dienstags und mittwochs**

siehe Aushänge am Brett „Familienzentrum“ oder unter www.familienforum-neuss.de

**Judo-Workshop**

Ein Eltern-Kind-Workshop

**Sa. 11. November von 12.00 – 13.30 Uhr**

Mit Saskia Scherer vom BUDO sport KAARST e.V. (bekannt von unseren Maxi-Workshops)

**Pralinen-manufaktur**



**Sa, 25. November von 10.00 – 13.00 Uhr**

Mit James McGregor (bekannt auch vom Piratentag und der Diamantenralley)

**Anmeldungen sind ab sofort möglich bei Stephanie Hutschenreiter per Mail an stephanie.hutschenreiter@kaarst.de**