

...gemeinsam aktiv werden und zusammen Spaß haben!

**Ehrenamtliche
Mitarbeit
leicht gemacht:**

Sportangebote für Erwachsene

Bodyfit

dienstags von 18:45 – 19:30 Uhr
Ganzkörpertraining für Bauch-, Becken-, Beine- und Pomuskulatur

Ort: Turnhalle im  Henstedter Weg 55
Kosten: 8 Termine, €48 / Mitglieder €45
mit Voranmeldung (min. 3 Teilnehmer)

YOGA für Jedermann

mittwochs von 19:30 – 20:30 Uhr
Dieser Kurs gibt allen Neugierigen eine liebevolle Einführung ins Hatha Yoga. Neben einigen theoretischen Erklärungen üben wir vor allem praktisch.

Ort: im Mütterzentrum
Kosten: 10 Termine, €110, mit Voranmeldung
Je nach Krankenkasse ist eine Bezuschussung zw. 60-90% möglich.

Krabbelgruppen mit Frühstück

8 Vormittage im Müze mit Frühstück satt

Für Kinder zwischen 3 und 18 Monaten.
Gemeinsam altersgerecht die sozialen Fähigkeiten und die Feinmotorik fördern.

Gruppen von Montag bis Donnerstag

Unsere Gruppen sind nach Altersstufen geteilt.
Aktuelle Altersstufen sowie Termine und Kosten finden Sie auf unserer Homepage oder erfragen Sie bitte telefonisch im Büro.

Wir nehmen auch Bildungsgutscheine für unsere Krabbelgruppen!



Von Mensch zu Mensch

Das Mütterzentrum Norderstedt ist der ideale Anlaufpunkt, um neue Kontakte zu knüpfen, sich auszutauschen und um sich zu informieren oder zu orientieren.

Nicht nur Mütter, sondern auch Väter, Omas, Opas oder Tagesmütter sind mit ihren Kindern herzlich willkommen.

Viele Möglichkeiten für Sie

Bei uns können Sie das vielseitige Programm für Klein und Groß nicht nur selbst nutzen, sondern es auch aktiv mitgestalten.

Dabei können vielfältige Fähigkeiten und Talente neu entdeckt, genutzt und weitergegeben werden.

Denn jede Idee ist es Wert, darüber nachzudenken und bei uns haben Sie den Platz und die Chance, diese in die Tat umzusetzen.

So finden Sie uns

 **Mütterzentrum**
Norderstedt e.V.

Kielortring 51, 22850 Norderstedt
Tel.: 040 / 523 72 50
info@muetterzentrum-norderstedt.de
www.muetterzentrum-norderstedt.de



ein Treffpunkt für die ganze Familie

Werden Sie Mitglied und unterstützen Sie uns

Für 36 Euro im Jahr haben Sie als Mitglied viele Vorteile z. B. Ermäßigungen bei Kursen und Veranstaltungen.

Wir freuen uns über Ihre Spende

Auch ein kleiner Beitrag unterstützt unsere Arbeit!
Vielen Dank!
Eine Spendenquittung senden wir Ihnen gerne zu.


Bankverbindung:

Volksbank Raiffeisenbank eG
BIC: GENODEF1HH4
DE 71 2019 0109 0031 1650 60

- ein tolles Team
- flexible Tage-/Stundeneinteilung
- jede Stunde mitmachen hilft
- kleine finanzielle Aufwandsentschädigung möglich
- abwechslungsreiche Themenfelder
- entscheide selbst wobei und mit wieviel Zeit Du Dich engagieren kannst

 **Komm in unser Team, wir freuen uns auf Dich!**



Wir danken für die Unterstützung  *„da kaufe ich gerne!“*



Folgen sie uns auf Instagram und Facebook...

Gestaltung: C. Rüdiger, www.or-arts.de



Programm 2023
JANUAR - DEZEMBER

Tel: 040 / 523 72 50

Offener Treff

Am Vormittag:

Einfach vorbeikommen – ohne Anmeldung!

Die Großen können in gemütlicher Runde klönen, während die Kleinen spielen.

Frühstücksbuffet bis 11 Uhr, zum Selbstkostenpreis
Spiel- und Toberaum für die Kinder

Second-Hand-Raum (Kaufen und Verkaufen)

Öffnungszeiten: Mo – Do, 9 – 12 Uhr

1x im Monat – Familienbrunch:

jeden 2. Sonntag im Monat von 9:30 – 12 Uhr

Frühstück, Spaß, Austausch und mehr...

Kosten: €9 pro Eltern, €3 pro Kind ab 1 Jahr
(jedes weitere Kind 1 €)

Anmeldung erwünscht. Kurzentschlossene sind aber auch willkommen (für Kinder bis 7 Jahre).

Ukrainisch-deutscher Spiel-, Spaß- und Begegnungstreff:

Jeden Dienstag von 15.30-17.30 Uhr

(weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage)

Für Babies

Krabbelgruppen Mo, Di, Mi, Do, vormittags mit Frühstück (weitere Infos im Außenteil)

Babymassage für Babys (4-6 Wochen)
(Kursdaten finden Sie auf unserer Homepage)

Für Klein- und Kitakinder

Müze-Mäuse für Kinder von 1 bis 2 Jahren
inkl. einem Elternteil oder Oma/Opa

Montag im Mütterzentrum von 16 – 17:30 Uhr

Kosten pro Kind: 8 Termine, €48 / Mitglieder €45
(Inklusive Bastelmaterial)

PEKIP neu ab März/April

(weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage)



Vorschule

Vorbereitung auf die 1. Klasse

Für Kinder ab 5-6 Jahren **am Nachmittag**.

Start Vorschuljahr 2023/24: ab August 2023

Montagsgruppe, 15 – 17 Uhr

Mittwochsgruppe, 15 – 17 Uhr

Kosten pro Kind/Monat: €42 / Mitglieder €39

Für Grundschüler/Schüler

 Do you speak english?

Englisch für 6. – 7. Klasse Sa, 9 – 10 Uhr

Englisch für 8. – 9. Klasse Sa, 10 – 11 Uhr

Nachhilfe, Einstieg jederzeit möglich

Kosten: 10 Termine, €100 / Mitglieder €95
kostenlose Probestunde



SchulferienBETREUUNG 2023

Für Schulkinder (1.– 8. Klasse) organisieren wir ein abwechslungsreiches und spannendes Ferienprogramm.

17.07. – 28.07.2023, von 7 – 15 Uhr

Kosten pro Kind: €125 die Woche / Mitglieder €115
inkl. Eintrittspreise, Fahrtkosten, Frühstück & Mittagessen,
Betreuung wochenweise buchbar; Einzeltage buchbar (ab 35 €)
Ermäßigungen für Alleinerziehende möglich.

Märkte 2023

Kinderflohmärkte – Frauenkleidermarkt – Teenie-Flohmärkte –
Weihnachtlicher Spielzeugmarkt

Die aktuellen Termine und Anmeldedaten
finden Sie auf unserer Homepage

Anmeldung und Informationen

Unser Büro ist geöffnet: **Mo – Do, 9 – 12 Uhr**.

Um uns zu besuchen und unser Angebot zu nutzen,
müssen Sie kein Mitglied sein!

Alle Angebote, Öffnungszeiten, Angaben und Preise unterliegen möglichen Änderungen. Tagesaktuelle Hinweise finden Sie immer auf unserer Homepage
www.muetterzentrum-norderstedt.de

Schließzeiten:

31.07.2023 – 20.08.2023, geöffnet ab 21.08.2023

20.12.2023 – 07.01.2024, geöffnet ab 08.01.2024

Für Eltern und Großeltern

Spanisch für den Urlaub – für Anfänger
(Kursdaten finden Sie auf unserer Homepage)
Kosten pro Kurs: 6 Termine, €70 / Mitglieder €65

Englisch Konversationskurs mit Muttersprachlerin
Sa, 11 – 12 Uhr, Einstieg jederzeit möglich
Kosten pro Termin: €10 / Mitglieder €9,50

Nähkurs - für Anfänger und Fortgeschrittene
(Kursdaten finden Sie auf unserer Homepage)
Kosten pro Termin: €6 / Mitglieder €5

Kreativ Workshop – mit Stempeln und Papier – gemeinsam erstellen wir Karten, Verpackungen, Deko oder Scrapbook Seiten, jeden 3. Mittwoch im Monat, 18 – 21 Uhr
Einstieg jederzeit möglich

Kosten pro Termin: €6 / Mitglieder €5, plus Materialkosten
Anmeldung erwünscht – kurzentschlossene sind aber willkommen

Stricken & Häkeln – für Anfänger und Fortgeschrittene
(Kursdaten und weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage)

Erste Hilfe am Kleinkind und Baby

Kurs 1: Sa/So 29./30.04.2023 13 – 16:30 Uhr (inkl.Pause)

Kurs 2: Sa/So 18./19.11.2023 13 – 16:30 Uhr (inkl.Pause)

Kosten pro Kurs: €25, inkl. Getränke/Snacks & Nachschlagewerk

Beratungen und Inforunden

Rechtsberatung – Arbeitsrecht & Familienrecht
jeden letzten Dienstag im Monat, 9:30 – 11 Uhr
Anmeldung erforderlich, kleine Spende erbeten

Frühe Hilfen Norderstedt Unterstützung für Schwangere und junge Familien, jeden Donnerstag im Monat, 10 – 10:30 Uhr, ohne Anmeldung & kostenfrei

Erziehungsberatung

Anmeldung erforderlich & kostenfrei



Wir suchen DICH

als **VERSTÄRKUNG** für:

➔ unseren **offenen Treff** am Vormittag

➔ unseren **Nachmittagstreff**

➔ unsere **Vorschule** am Nachmittag

➔ unsere **Schulferienbetreuung** im Sommer

➔ **Aktionen mit Kindern**

➔ unsere **Flohmärkte**



Vorbeikommen und schnuppern ist jederzeit möglich.

Mütterzentrum Norderstedt e.V.

Kielortring 51 in Norderstedt

E-mail: info@muetterzentrum-norderstedt.de

www.muetterzentrum-norderstedt.de

