



Familienzentrum Maria Aparecida



PROGRAMM Januar bis August 2026

JANUAR

► Und dann machen wir's uns gemütlich

12. Lesenachmittag für Große und Kleine in der kalten Jahreszeit. An verschiedenen Orten im Gemeindezentrum St. Anna wird vorgelesen und es werden Bilderbuchkinos gezeigt. Zwischen den einzelnen Lesebeiträgen haben alle die Möglichkeit, sich bei Kaffee und Keksen zu stärken und sich über die Geschichten und das Gehörte auszutauschen.

Leitung: Mitarbeitende der St. Anna Bücherei
und des Familienzentrums Maria Aparecida
Termine: Samstag, 17.01.2026 von 15.00–17.00 Uhr
Veranstaltungsort: Gemeindezentrum St. Anna,
Dingbängerweg 61, 48163 Münster

Anmeldung nicht erforderlich!

FEBRUAR

► Großer Löwe – Starke Maus Selbstbehauptungskurs für Vorschulkinder mit Beteiligung der Eltern

Alle Eltern wünschen sich starke Kinder und: Jedes Kind ist stark – jedes auf seine Weise! Das Angebot „Großer Löwe – starke Maus“ stärkt Kinder in ihrer Selbstbehauptung und unterstützt sie beim Übergang in die Grundschule. Selbstbehauptung hat nichts mit Selbstverteidigung zu tun, sondern mit dem Wahrnehmen „starker Reaktionen“ und dem Mut sich abgrenzen zu können.

Mit Spielen, Geschichten und Bewegungsübungen entdecken Eltern und Kinder getrennt und gemeinsam, was es bedeutet stark zu sein, woran sie Stärke erkennen und wie sich körperliche, seelische und geistige Stärke unterschiedlich zeigen. Eltern erfahren, wie sie ihre Kinder im Prozess der Selbstbehauptung tatkräftig unterstützen können.

Leitung: Dany Picker, Haus der Familie
Termine: Dienstag, 03.02. und 03.03.2026
von 15.00–16.30 Uhr (Elternnachmittag)
Montag, 02.02., 09.02. und 23.02. 2026
von 09.00–11.15 Uhr (Kindereinheiten)
Montag, 02.03.2026 von 15.00–16.30 Uhr
(Gemeinsame Einheit)

Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida
Teilnehmerzahl: 8 Kinder + Eltern
Kosten: 15 €

► Gesund & lecker – Kochen mit Kindern

Hier kommt Bewegung in die Küche! Gemeinsam kochen, probieren und genießen wir abwechslungsreiche Gerichte und Snacks, die Kindern und Eltern richtig Spaß machen. Mit frischen Zutaten, einfachen Arbeitsschritten und viel Raum zum Ausprobieren entdecken alle, wie leicht gesundes Essen sein kann.

Beim gemeinsamen Kochen soll eine lebendige, fröhliche Atmosphäre entstehen, bei der alle miteinander ins Gespräch kommen, Ideen teilen und gemeinsam neue Lieblingsrezepte entdecken.

Alle Rezepte sind alltagstauglich, schnell zubereitet und lassen sich zu Hause ohne großen Aufwand nachmachen – ideal für den Familienalltag. So wird gutes Essen zu einem Erlebnis, das verbindet und Lust auf mehr weckt.

Anmeldung erforderlich!

Leitung: Fiona Jahnke, Haus der Familie
Termin: Mittwoch, 18.02.2026 von 15.30–17.30 Uhr
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida

► Fit in die Schule! Elternabend:

Was braucht mein Kind für einen gelingenden Schulstart

„Und?? Kommt eure Tochter nicht nächsten Sommer auch in die Schule? Kann sie denn schon ihren Namen schreiben und schwimmen? Ja dann, beginnt der ERNST des Lebens! Viel Glück.“

Wer kennt diese (gutgemeinten) Gespräche nicht, die bei uns Eltern zu Unbehagen, Unsicherheit, Druck und ein Gefühl von 'sofort was MACHEN MÜSSEN' führen. Muss das so sein? Der Griff zu Bleistift, Vorschul-Förderheften, der ABC-Reim während der Autofahrt und nicht mehr 'nur' Ziegen streicheln, sondern sie jetzt auch zählen zu müssen? Braucht es das alles, um den schulischen Start zu sichern und Kinder auf das Lernen vorzubereiten? Geht das auch anders? Grundlegender? Und wie entsteht eigentlich sich konzentrieren, stillsitzen und zuhören können?

Ein Abend, an dem Sie nützliches Wissen, Tipps und Praktisches an die Hand geben bekommen.

Anmeldung erforderlich!

Leitung: Tanja Horstmann,
Dipl.- Heilpädagogin, Haus der Familie
Termin: Dienstag, 24.02.2026 von 20.00–21.30 Uhr
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida



MÄRZ

► Drei Leinwände mit Wunschmotiv – Malkurs mit Vera Degener

Die Arbeit wird in einzelnen Schritten maltechnisch erklärt und gezeigt. Materialien zur weiteren Gestaltung des Bildes können an diesem Abend bei der Künstlerin käuflich erworben werden. Teilnehmerzahl begrenzt.

Anmeldung erforderlich!

Leitung: Vera Degener, Künstlerin
Termin: Mittwoch, 11.03.2026, von 18.00–20.30 Uhr
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida
Kosten: 25 €

► Filzen zur Frühlings- und Osterzeit Kreative Auszeit für Kinder ab 4 Jahren und ihre Eltern

Lämmer, Hühner, Hasen, Fuchs und Co.

Gemeinsam kreativ werden, Neues ausprobieren und dabei jede Menge Spaß haben – das steht in diesem Kurs im Mittelpunkt!

Beim Filzen verwandeln wir bunte Wollfasern mit Wasser, Seife und ein wenig Geduld in kleine Dekorationen für den Frühling und die Osterzeit: Kleine Tiere und Figuren oder auch Blumen und Landschaften. Unter fachkundiger Anleitung lernen Eltern und Kinder Schritt für Schritt die Grundlagen des Nassfilzens kennen. Dabei geht es nicht um „perfekte“ Ergebnisse, sondern um Freude am Gestalten, gemeinsames Tun und das Entdecken einer uralten Handwerkskunst.

Der Kurs eignet sich besonders für Anfänger*innen – Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Alle Materialien werden gestellt, sodass ihr direkt loslegen könnt.

Bitte mitbringen:

1 Duschtuch, 1 Handtuch und 1 Schüssel von ca. 3–4l

Anmeldung erforderlich!

Leitung: Margarete Zumkley, Haus der Familie
Termin: Samstag, 14.03.2026 von 10.00–12.30 Uhr
Treffpunkt: Familienzentrum Maria Aparecida

APRIL

► Wald und Wiesenstrolche – Ein Erlebnismittwoch für Eltern mit ihren Kindern ab 2 Jahren

Raus aus dem Alltag – rein in die Natur! Gemeinsam streifen wir durch Wiese und Wald und am Bach entlang. Wir beobachten Tiere, balancieren über Baumstämme, bauen mit Stöcken, gehen auf die Suche nach Naturschätzen, matschen mit Lehm, singen, spielen und entdecken die Welt mit allen Sinnen.

Ein Naturerlebnis für Groß und Klein – mit viel Bewegung, Kreativität und frischer Luft. Wir sind bei jedem Wetter draußen unterwegs – ob im Wäldchen, am Bach oder auf der Wiese.

Bitte wetterangepasste und unempfindliche Kleidung (Gummistiefel) tragen und ein kleines Picknick mitbringen.

Anmeldung erforderlich!

Leitung: Kerstin von der Hardt, Haus der Familie
Termine: Mittwoch, 15.04.2026, 22.04.2026 und
29.04.2026 von 16.30–18.00 Uhr

Veranstaltungsort: Spielplatz am Wäldchen,
Am Dill 142, Mecklenbeck

► Papa-Kind-Erlebnis mit allen Sinnen: Wildkräuter entdecken – Natur schmecken!

Wildkräuter entdecken, Natur erleben, Spaß haben
(für Kinder ab 2 Jahren und ihre Väter)

Gemeinsam machen wir uns auf die Suche nach wilden Kräutern, die wir direkt vor Ort kennenlernen und sammeln. Daraus zaubern wir einen leckeren Snack fürs Picknick. Außerdem stellen wir ein eigenes Anti-Mückenstich-Öl her – damit die kleinen und großen Abenteurer gut geschützt sind.

Mit offenen Augen, wachen Ohren und viel Neugier erkunden wir die Natur: sehen, riechen, fühlen, probieren – und einfach draußen sein!

Anmeldung erforderlich!

Leitung: Kerstin von der Hardt, Haus der Familie
Termin: Samstag, 18.04.2026 von 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungsort: Spielplatz am Wäldchen,
Am Dill 142, Mecklenbeck

► Kita-Flohmarkt für die ganze Familie: (ver-)kaufen, stöbern und Waffeln essen

Die Kita verwandelt sich in einen großen Flohmarkt für die ganze Familie. Während zum einen entspannt gestöbert und Schnäppchen erobert werden können, werden zum anderen Waffeln angeboten. Verkauft werden wahre Schätze wie Kleidung und Spielsachen rund ums Kind.

Wer Interesse hat etwas zu verkaufen, kann sich gerne unter der E-Mail: kitaflorhmarkt.mecklenbleck@gmail.com melden.

Merkmale: Kommissionsflohmarkt, der Eintritt ist frei

Leitung: Eltern des Familienzentrums/ Förderverein
Termin: Sonntag, 19.04.2026, von 11.00 Uhr–13.00 Uhr
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida

► Gesund & lecker – Kochen mit Kindern

Hier kommt Bewegung in die Küche! Gemeinsam kochen, probieren und genießen wir abwechslungsreiche Gerichte und Snacks, die Kindern und Eltern richtig Spaß machen. Mit frischen Zutaten, einfachen

Arbeitsschritten und viel Raum zum Ausprobieren entdecken alle, wie leicht gesundes Essen sein kann. Beim gemeinsamen Kochen soll eine lebendige, fröhliche Atmosphäre entstehen, bei der alle miteinander ins Gespräch kommen, Ideen teilen und gemeinsam neue Lieblingsrezepte entdecken. Alle Rezepte sind alltagstauglich, schnell zubereitet und lassen sich zu Hause ohne großen Aufwand nachmachen – ideal für den Familienalltag. So wird gutes Essen zu einem Erlebnis, das verbindet und Lust auf mehr weckt.

Anmeldung erforderlich!

Leitung: Fiona Jahnke, Haus der Familie
Termin: Mittwoch, 29.04.2026 von 15.30–17.30 Uhr
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida

MAI

► **Mein Körper gehört mir**
Elternabend zu Körper, Grenzen und kindlichem Forscherdrang
Was braucht mein Kind, um die eigenen Grenzen und die Grenzen anderer wahrzunehmen und zu achten? Wie beantworte ich Fragen und wie begleite ich den kindlichen Forscherdrang? Wie entwickelt mein Kind einen gesunden und genussvollen Zugang zum eigenen Körper? Wie kann ich mein Kind stärken, um sich zu schützen? Kinder von Anfang an altersangemessen, mit entspannter Gelassenheit und den richtigen Worten in ihrer Entwicklung zu begleiten ist entscheidend für den gesunden Selbstwert unserer Kinder, Ich-Stärke, ein gutes Körpergefühl, Genussfähigkeit und das Achten der eigenen und der Grenzen anderer. Der Elternabend bietet Anregungen und Antworten für einen entspannten und achtsamen Umgang mit Körper, Worten und Grenzen.

Anmeldung erforderlich!

Leitung: Katharina Ferber, Haus der Familie
Termin: Montag, 11.05.2026, von 20.00–21.30 Uhr
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida

JUNI

► **Gesund & lecker – Kochen mit Kindern**
Hier kommt Bewegung in die Küche! Gemeinsam kochen, probieren und genießen wir abwechslungsreiche Gerichte und Snacks, die Kindern und Eltern richtig Spaß machen. Mit frischen Zutaten, einfachen Arbeitsschritten und viel Raum zum Ausprobieren entdecken alle, wie leicht gesundes Essen sein kann. Beim gemeinsamen Kochen soll eine lebendige, fröhliche Atmosphäre entstehen, bei der alle miteinander ins Gespräch kommen, Ideen teilen und gemeinsam neue Lieblingsrezepte entdecken. Alle Rezepte sind alltagstauglich, schnell zubereitet und lassen sich zu Hause ohne großen Aufwand nachmachen – ideal für den Familienalltag. So wird gutes Essen zu einem Erlebnis, das verbindet und Lust auf mehr weckt.

Anmeldung erforderlich!

Leitung: Fiona Jahnke, Haus der Familie
Termin: Mittwoch, 10.06.2026 von 15.30–17.30 Uhr
Veranstaltungsort: Familienzentrum Maria Aparecida

JULI

► **Wald und Wiesenstrolche – Ein Erlebnismachmittag für Eltern mit ihren Kindern ab 2 Jahren**
Raus aus dem Alltag – rein in die Natur! Gemeinsam streifen wir durch Wiese und Wald und am Bach entlang. Wir beobachten Tiere, balancieren über Baumstämme, bauen mit Stöcken, gehen auf die Suche nach Naturschätzen, matschen mit Lehm, singen, spielen und entdecken die Welt mit allen Sinnen. Ein Naturerlebnis für Groß und Klein – mit viel Bewegung, Kreativität und frischer Luft. Wir sind bei jedem Wetter draußen unterwegs – ob im Wäldchen, am Bach oder auf der Wiese. Bitte wetterangepasste und unempfindliche Kleidung (Gummistiefel) tragen und ein kleines Picknick mitbringen.

Anmeldung erforderlich!

Leitung: Kerstin von der Hardt, Haus der Familie
Termine: Mittwoch, 01.07.2026, 08.07.2026 und 15.07.2026 von 16.30–18.00 Uhr
Veranstaltungsort: Spielplatz am Wäldchen, Am Dill 142, Mecklenbeck

FESTE ANGEBOTE

► **DU & ICH, Zeit für uns! Eltern-Baby-Kurs**
Ein Kurs für dich und dein Baby im ersten Lebensjahr. In diesem Kurs wird die Verbindung zwischen Eltern und Kind gestärkt. Es werden entwicklungsgerechte Angebote für die Babys geschaffen, kurze achtsame Momente für Eltern entstehen und aktuelle Herausforderungen werden besprochen. Dieser Kurs bietet Raum für alle Bedürfnisse. Gleichzeitig treffen Sie auf Menschen, die in einer ähnlichen Lebensphase sind.

Leitung: Katrin Winkler
Termine: mittwochs 10.30–12.00 Uhr
Veranstaltungsort: Hof Hesselmann
Anmeldung: katrin@sei-es-wert.de

► **Bewegungsfreude (Psychomotorik)**
Das psychomotorische Bewegungsangebot bietet Kindern im Alter von 3–6 Jahren die Möglichkeit, ihre Wahrnehmungs- und Bewegungsfähigkeiten zu erweitern, ihre sozialen Kompetenzen zu stärken, Ängste zu überwinden und ein gutes Selbstbewusstsein zu entwickeln. Im Vordergrund stehen die Freude und die Zufriedenheit der Kinder am eigenen Tun und die Begeisterung an ihren Erfolgen.
(weitere Infos unter www.mototherapie-muenster.de)
Leitung: Marcella Busch, Verein für Mototherapie
Termine: Gruppe 1: jeden Dienstag Kita intern
Gruppe 2: jeden Dienstag von 16.15–17.00 Uhr
Veranstaltungsort: Turnhalle des Familienzentrums
Anmeldung: info@mototherapie-muenster.de

► **Pilates** ist ein dynamisches Körpertraining, das die Bauch- und Rückenmuskulatur stärkt und sanft die Muskeln aufbaut.
Leitung: Susanne Bedue
Termine: montags von 19.00–20.00 Uhr
Gebühr: 100,00 € pro Kurs (10x)
Veranstaltungsort: Turnhalle des Familienzentrums
Teilnehmerzahl: 10 Personen
Anmeldung: Telefon: 0176 72229129

► **Vinyasa Yoga – „WER YOGA ÜBT, ENTFERNT DAS UNKRAUT AUS DEM KÖRPER, SODASS DER GARTEN WACHSEN KANN.“** B.K.S. Iyengar
Leitung: Karin Tomkötter
Termine: donnerstags (10x)
Kurs 1: von 17.15–18.45 Uhr
Kurs 2: von 19.00–20.30 Uhr
Gebühr: 50 € für Mitglieder des Sportvereins
80 € für Nichtmitglieder des Sportvereins
Veranstaltungsort: Turnhalle des Familienzentrums
Teilnehmerzahl: 8 Personen
Anmeldung: Wacker Geschäftsstelle
Telefon: 0251 719331
Homepage: www.djk-wacker.de

BERATUNGSANGEBOTE/OFFENE SPRECHSTUNDEN

► **Kurlotse – Caritas-Kurberatung im Familienzentrum**
Sie fühlen sich erschöpft, mutlos, krank, bekommen Ihre Gesundheitsstörungen zuhause nicht mehr in den Griff? Die Kur-Lotsen sind für Sie da – damit Sie die bestmögliche Hilfe bekommen. Wir beraten Sie an Ihrem Wohnort und zeigen Ihnen mögliche Wege auf zu Angeboten der Gesundheitsvorsorge oder der Beratung in familiären oder sozialen Fragen. Die Kur-Lotsin informiert über Antragstellung, Voraussetzung für Vorsorge und Rehabilitation, Kurvorbereitung und Kurnachsorge sowie weitere Beratungsmöglichkeiten.
Anmeldung erwünscht!
Kurlotsin: N.N.
Termine: nach Vereinbarung
Veranstaltungsort: Beratungsraum des Familienzentrums

► **Sprechstunde Caritas-Beratungsstelle**
Ansprechpartnerin: Dorit Kleinen, Caritas-Beratungsstelle
Termine: jeden 1. Mittwoch im Monat von 9.00–10.00 Uhr und nach Vereinbarung
Veranstaltungsort: Beratungsraum des Familienzentrums

► **Ausgebildete Babysitter – Vermittlung im Familienzentrum**
Eltern unseres Stadtteils können im Familienzentrum eine Kartei von ausgebildeten Babysittern nutzen. Gerne tragen wir auch ausgebildete Babysitter ein. Schauen Sie bei uns vorbei oder rufen Sie uns an.



Bis 5 Tage vor Angebotsbeginn können Sie sich unter folgender Adresse verbindlich anmelden:
FAMILIENZENTRUM MARIA APARECIDA, Meckmannweg 72, 48163 Münster, Telefon: 0251 719834, E-Mail: kita.mariaaparecida-muenster@bistum-muenster.de

Über weitere Angebote des Familienzentrums informieren wir Sie über separate Flyer oder über Mitteilungen in der Presse. Sie haben Interesse an einem Kurs, können aber aus Kostengründen nicht teilnehmen, dann sprechen Sie uns an.

Hinweis: Zugunsten der besseren Lesbarkeit wird bei Personenbezeichnungen und personenbezogenen Hauptwörtern vorwiegend nur die männliche Form verwendet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für alle Geschlechter. Die verkürzte Sprachform hat nur redaktionelle Gründe und beinhaltet keine Wertung.

IN KOOPERATION MIT:

