

Angebot für Erwachsene

Kreativangebot Aquarellmalerei

Bei diesem Angebot erhalten Sie Grundlagen zur Aquarellmalerei. Sie haben die Möglichkeit Ihre Kreativität zu entdecken, persönliche Kenntnisse zu erweitern und die Freude an der Leuchtkraft der Farben zu erleben. Durch eine schrittweise Anleitung, erschaffen Sie Ihr eigenes Kunstwerk.

Der Kurs baut aufeinander auf.

Termin: 01.10.2025 und 08.10.2025

Uhrzeit: 18.30 – 20.30 Uhr

Ort: FamZ Sande

Kursleitung: Frau Barkhausen/ IN VIA

Eine Anmeldung erfolgt in der Kita!

Deine Auszeit am Wochenende –

Ruhe und Gelassenheit kultivieren

Werden Sie gemeinsam stark für die kommenden „Herbststürme“. Bei diesem Angebot erwartet Sie eine klangvolle Herzmeditation, sanfter Yogaunterricht und Übungen zur Beruhigung des Nervensystems.

Termine: 02.11.2025 und 23.11.2025

Uhrzeit: 9.45 Uhr – 12.00 Uhr

Kursleitung: Frau Fischer/ IN VIA

Kursort: Familienzentrum,
Karl-Korthaus-Straße 45,
33106 Sande

Die Termine können auch einzeln gebucht werden.

Eine Anmeldung erfolgt in der Kita!

Sanftes Yoga für Erwachsene

Bei diesem Angebot treffen sich die Kursteilnehmer zum Wochenausklang zu einer anregenden und entspannenden Hatha Yoga- Sequenz. Mit einem Mix aus Körperübungen, Atemtechniken und einer abschließenden Entspannungseinheit, wird nicht nur der Körper, sondern auch die geistige Widerstandsfähigkeit trainiert.

Der Kurs eignet sich für Anfänger, wie auch erfahrene Teilnehmer*innen.

Kursbeginn: 05.09.2025 – 05.12.2025

Unterbrechungen: 17.10.2025 und 24.10.2025

Uhrzeit: 18.00 – 19.30 Uhr

Kursleiterin: Frau Fischer/ IN VIA

Kursort: Familienzentrum Sande

Eine Anmeldung erfolgt in der Kita!

In unserem Familienzentrum besteht die Möglichkeit, im Rahmen von Selbsthilfegruppen, Elternvereinen und anderen Organisationen, unsere Räumlichkeiten für Ihre Angebote zu nutzen.

Bitte sprechen Sie uns bei Bedarf an.

Kontaktdaten Ihres Familienzentrums in Sande

Familienzentrum NRW – Städt. Kindertageseinrichtung Sande

Karl- Korthaus- Straße 45- 47, 33016 Paderborn

Telefon: 05251/ 8815430

Mail: famz-sande@paderborn.de

Ansprechpartnerin: Birgit Hericks

Öffnungszeiten: 7.30 Uhr- 16.30 Uhr

Träger: Stadt Paderborn

Am Hoppenhof 33, 33104 Paderborn



Programm für die Monate

**September 2025 –
Dezember 2025**

Angebote für Erwachsene

Elterncafé

Bei diesem Angebot sind alle Eltern und „zukünftige Eltern“ zu einem gemeinsamen, monatlichen Elterncafé in die Kita eingeladen. Hier haben Sie die Möglichkeit sich kennenzulernen, auszutauschen, Informationen zu Themen in der Kita zu bekommen. Es stellen verschiedene Organisationen und Einrichtungen ihre Arbeit mit Kindern und Familien vor.

Termine: 29.09. – Familienkrankenschwestern haben Antworten auf viele Fragen
28.10. - Die ersten Wochen im Kita-Jahr!
26.11. - „Klön-Café“ zum Jahresabschluss
18.12. - Kreatives Elterncafé

2025

Uhrzeit: 14.00 – 15.30 Uhr

Wohlfühlabend –

Entspannende Auszeit aus dem Alltag

Bei diesem Angebot erwartet Sie in wohlthuender Atmosphäre entspannende und stärkende Übungen, kleine Impulse sowie (freiwilliger) Austausch in der Gruppe.
Hier dürfen Sie loslassen, zur Ruhe kommen und neue Kraft schöpfen.
Ein Abend für mehr Leichtigkeit, Selbstfürsorge und Lebensfreude.

Termine: 25.09.2025
Uhrzeit: 18.00 – 20.30 Uhr

Ort: Familienzentrum Sande

Kursleitung: Frau Klinger- Magh/ IN VIA

Eine Anmeldung erfolgt in der Kita!

„Vision Board“ Workshop für die eigenen Wünsche, Werte und Ziele

Mit kreativen Mitteln wie Fotos, Postkarten, Ausschnitten aus Zeitschriften gestalten Sie Ihr persönliches Vision Board – eine kraftvolle Collage zu einem von Ihnen gewählten Thema, die Sie bei der Umsetzung von Alltags- und Lebenszielen unterstützt. Eine Meditationsreise, Tipps zur Umsetzung von Zielen und (freiwilliger) Austausch in der Gruppe runden das Ganze ab.

Termine: 20.11.2025
Uhrzeit: 18.00 – 21.00 Uhr

Ort: Familienzentrum Sande

Kursleitung: Frau Klinger-Magh/ IN VIA

Eine Anmeldung erfolgt in der Kita!

Angebot für Kinder

Überraschungsnachmittage in der Kita

An diesen Nachmittagen sind Kinder zu vielfältigen Themennachmittagen in die Kita eingeladen.
Es handelt sich bei den Angeboten um Bewegung, Kreativität, Musik und vieles mehr.
„Lasst Euch überraschen!“

Termine: 29.10., 19.11., 10.12.2025
Uhrzeit: 14.30 – 16.00 Uhr
Ort: Familienzentrum Sande
Kursleitung: Erzieher*innen der Kita

Eine Anmeldung erfolgt in der Kita!

Kreativangebot für Kinder ab 5 Jahren mit ihrem „Lieblingsmenschen“

Du und ich – Farbenfroh und Kunterbunt

Dieser Workshop lädt Kinder und ihren „Lieblingsmenschen“ zu einem gemeinsamen, kreativen Projekt ein.
Erwachsene und Kinder malen miteinander mit Acrylfarben. Es entstehen originelle Kunstwerke in 2D und 3D, die sich im kreativen Prozess zu einem Gesamtwerk ergänzen. Gemeinsam bilden diese am Ende eine Einheit.

Termine: 27.09.2025 oder 11.10.2025
Uhrzeit: 11.00 – ca.12.30 Uhr
Ort: Familienzentrum Sande

Kursleiterin: Frau Barkhausen/ IN VIA

Eine Anmeldung erfolgt in der Kita!

Eltern-Kind Yogaworkshop

Wir treffen uns einmal im Monat zum Eltern-Kind Yoga. Hier geht es darum, in Verbindung mit seinem Kind zu gehen: zusammen zu lachen, sich zu bewegen und kreativ zu werden. Jede Stunde ist anders und greift ein Thema aus dem Jahreskreis auf.

Termine: Donnerstag, 25.09., 09.10., 30.10., 13.11., 20.11., 04.12.25
Uhrzeit: 14.30 – 15.15 Uhr
Ort: Familienzentrum Sande
Kursleiterin: Frau Fischer/ IN VIA

Eine Anmeldung erfolgt in der Kita!



