



Programm

September – Februar 2019/2020

Eisenbartstraße 44 • 91154 Roth

Telefon: 0 91 71 - 82 90 89
eMail: info@muetze-roth.de
www.muetze-roth.de

Unsere Öffnungszeiten:

Dienstag, Mittwoch und Freitag von 8:00 bis 12:00 Uhr
Montag, Mittwoch und Donnerstag von 15:00 bis 18:00 Uhr

**Feiertags geschlossen! Öffnungszeiten in den Ferien geben wir
auf der Homepage bekannt.**

Sommerferien 29.07.2019 – 09.09.2019

Herbstferien 28.10.2019 – 31.10.2019

Weihnachtsferien 23.12.2019 – 04.01.2020

Winterferien 24.02.2020 – 28.02.2020

Kurse / Angebote finden auch außerhalb der Öffnungszeiten statt!

**Bürozeiten: Dienstag, Mittwoch und Freitag von 9:00 bis 11:00 Uhr
gegebenfalls Nachricht auf AB hinterlassen!**

Für Druckfehler wird keine Haftung übernommen! Änderungen vorbehalten!

Vorstand:	Gülhan Aydin Helene Kaufmann Mirjam Bucka Katharina Kalinowski Anne Kowalewski
Kassenwart:	Claudia Fritsch
Leitung/Büro:	Anke Meißner
Programm:	Anke Meißner
Programmlayout:	Melanie Glas

MütZe - Wer wir sind

Das Mütter- und Familienzentrum Roth e.V. ist ein gemeinnütziger eingetragener Verein, der sich ausschließlich durch Mitgliedsbeiträge, Spenden und Fördergelder finanziert und hauptsächlich durch ehrenamtliche Tätigkeit getragen wird.

Wir als Team des „MütZe“ Familienzentrums sehen uns als offene Anlaufstelle für Jedermann. Um einen Ort der Begegnung zu schaffen, bieten wir in allen Bereichen des „MütZe“ Kommunikationshilfen zum Kennenlernen an, wie gemeinsames Essen, verschiedene Spielgruppen, abendliche Treffs ohne Kinder oder offene Programmgespräche.

Die Räume des „MütZe“ können Sie z.B. für Kindergeburtstage etc. mieten.

Melden Sie sich bei uns, wenn Sie in der Kinderbetreuung oder im offenen Treff ehrenamtlich mithelfen möchten. Wir freuen uns über interessierte, engagierte Mitarbeiter, egal welcher Generation.

Unser Programm:

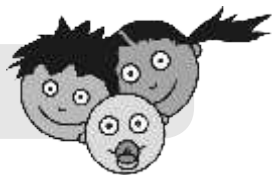
Wir freuen uns, wenn jemand einen Kurs anbieten möchte. Nähere Informationen geben wir gerne weiter. Auch freuen wir uns über Ideen, Wünsche und Anregungen für das neue Programm.

Redaktionsschluss für das nächste Programm ist der 01. Februar 2020.
Beiträge, Anzeigenentwürfe etc. an info@muetze-roth.de

Dieses Projekt wird gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales.



**Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales.**



Regelmäßige Termine auf einen Blick

Montag	08:00 - 12:00 Uhr	Mini-MütZen
	15:00 - 18:00 Uhr	Offener Treff / Offene Kinderbetreuung
Dienstag	08:00 - 12:00 Uhr	Offener Treff / Offene Kinderbetreuung
	ab 9:00 Uhr	Frühstück
Mittwoch	08:00 - 12:00 Uhr	Offener Treff / Offene Kinderbetreuung
	ab 9:00 Uhr	Frühstück
	15:00 - 18:00 Uhr	Offener Treff
Donnerstag	08:00 - 12:00 Uhr	Mini-MütZen
	15:00 - 18:00 Uhr	Offener Treff / Offene Kinderbetreuung
Freitag	08:00 - 12:00 Uhr	Offener Treff / Offene Kinderbetreuung
	ab 9:00 Uhr	Frühstück
	10:30 - 11:15 Uhr	Offene Krabbelgruppe und Singkreis
Offene Vorstandssitzung		Jeden 2. Mittwoch im Monat um 19:30 Uhr
Musikgarten		
Mittwochs	09:15 - 11:00 Uhr	Nach vorheriger Anmeldung
„Mit allen Sinnen“ Baby-Bewegungskurs		
Dienstags	09:45 - 10:45 Uhr	Nach vorheriger Anmeldung

(In den Ferien kann es zu Abweichungen der o.g. Regelmäßigkeiten kommen)

von September 2019 bis Februar 2020

Offener Treff

Wer hat Lust auf neue Kontakte, Gespräche, gemeinsames Spielen, Frühstück im Kreis einer kleinen, wechselnden Gemeinschaft? Der ist in unserem Offenen Treff genau richtig. Jeder ist eingeladen, während der Öffnungszeiten ins Familienzentrum zu kommen, denn unser Spielbereich wartet darauf, genutzt zu werden. Wer Zeit und Lust hat, ist also immer herzlich willkommen. Es besteht kein Verzehrzwang! Es ist keine Anmeldung erforderlich.

Dienstag, Mittwoch und Freitag von 8:00 bis 12:00 Uhr.

Montag, Mittwoch und Donnerstag von 15:00 bis 18:00 Uhr.

Offene Krabbelgruppe und Singkreis

An diesem Tag sind besonders viele Krabbelkinder mit ihren Eltern da. Es besteht die Möglichkeit zum gemeinsamen Frühstück, Spiel oder Gesang. Wir singen Kinderlieder, die zum Mitmachen animieren und einfach Spaß machen.

Es ist keine Anmeldung erforderlich.

Jeden Freitag von 10:30 bis 11:15 Uhr.

Kinderbetreuung - ohne Voranmeldung

Wenn Du etwas zu erledigen hast, ein dringender Termin ansteht oder Du Dein Kind einfach ein paar Stunden gut untergebracht wissen möchtest, bieten wir Dir die passende Kinderbetreuung an. Dein Kind ab 12 Monaten (nach Absprache auch für jüngere Kinder möglich) wird bei uns von erfahrenen Mitarbeiterinnen bis zu 2,5 Stunden betreut. Hausschuhe erwünscht!

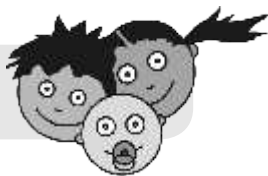
Dienstag, Mittwoch und Freitag zwischen 8:00 bis 12:00 Uhr.

Montag und Donnerstag zwischen 15:00 bis 18:00 Uhr.

Kosten: 5,- € für Nichtmitglieder bzw. 2,50 € für Mitglieder

Es ist keine Anmeldung erforderlich.

Unser Frühstücks-Angebot



Frühstück

Jeden **Dienstag, Mittwoch** und **Freitag** ab 9:00 Uhr kannst Du im „MütZe“ in einer gemütlichen Runde frühstücken.

Es ist keine Anmeldung erforderlich.

Es gibt Brötchen, Wurst, Käse, Marmelade, gekochte Eier, Gemüse und andere Raffinessen.

Themenfrühstück

Zweimal im Monat sorgen wir beim Frühstück für Abwechslung:

Mittwoch

- 18.09.2019** Vital Frühstück
- 16.10.2019** Syrisches Frühstück
- 06.11.2019** Veganes Frühstück
- 13.11.2019** Alles Ei Frühstück
- 18.12.2019** Plätzchen & Co. Frühstück
- 15.01.2020** Gourmet Frühstück
- 12.02.2020** Italienisches Frühstück

Freitag

- 27.09.2019** Türkisches Frühstück
- 25.10.2019** Türkisches Frühstück
- 29.11.2019** Türkisches Frühstück
- 20.12.2019** Türkisches Frühstück
- 31.01.2020** Türkisches Frühstück
- 21.02.2020** Türkisches Frühstück

Weißwurstfrühstück für Väter mit ihren Kindern

Einmal im Monat bieten wir an einem Samstag speziell den Vätern ein Frühstück an. Neben Weißwurst und alkoholfreiem Weizen gibt es auch Brezeln, Käse und süßen Senf! Natürlich gibt es auch kannenweise Kaffee zum Wachwerden! Ihr könnt gemeinsam frühstücken, während Eure Kinder zusammen spielen.

Termine: Samstag 28.09.2019, 26.10.2019, 23.11.2019, 21.12.2019, 25.01.2020, 15.02.2020
9:00 - 12:00 Uhr

Neu!!! Veganes/Vegetarisches Frühstück

in Zusammenarbeit mit Jessica Weinzierl (zertifizierte Ernährungsbaterin)

Termin: Mittwoch 06.11.2019 - 9:00 - 10:30 Uhr

von September 2019 bis Februar 2020

We are family – ICH zeig Dir meine Welt.. (einmal pro Halbjahr)

Alle Mamas, Papas, Omas, Opas, Brüder, Schwestern, Bekannte und Interessierte sind eingeladen sich an diesem Vormittag beim gemeinsamen Frühstück zu treffen. Es können neue Kontakte geknüpft werden und der Familienzuwachs hat die Gelegenheit seine ganz eigene Welt all seinen Angehörigen zu zeigen... Und natürlich soll der gemeinsame Spaß nicht zu kurz kommen!

**Termin: Samstag 09.11.2019
9:00 - 12:00 Uhr**

Ein Frühstück steht bereit (siehe auch Punkt Frühstück).

Es besteht kein Verzehrzwang! Es ist keine Anmeldung erforderlich!

Kosten

Tasse Kaffee groß

Gedeck Kaffee und Kuchen

Frühstück Erwachsene

Frühstück Kinder ab 2 Jahre

Nichtmitglieder/Mitglieder:

1,00 € / 0,50 €

2,00 € / 1,50 €

3,50 € / 2,50 €

1,50 € / 1,00 €

Kosten Themenfrühstück/Weißwurstfrühstück

Frühstück Erwachsene

Frühstück Kinder ab 2 Jahre

Weißbier (alkoholfrei)

4,50 € / 3,50 €

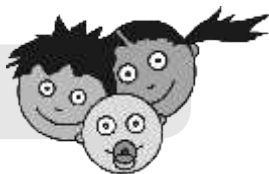
2,00 € / 1,50 €

1,00 €



**DIE
GEMÜSEKISTE**

Langenloh 2 · 91580 Petersaurach
Tel.: 09827 / 9 11 23 · Fax: 09827 / 9 11 24
E-Mail: die.gemuesekiste@t-online.de



Die MiniMütZen



Regelmäßige Spielgruppe für Kinder unter drei Jahren ohne elterliche Begleitung

Eine kleine Rasselbande Kleinkinder mit einer Tagesmutter und zwei bis drei Betreuerinnen ergeben die fidele Truppe der Mini-MütZen. Die Spielgruppe ohne elterliche Begleitung umfasst 12 Kinder im Alter von ein bis drei Jahren und findet zwei Mal wöchentlich in den Vereinsräumen des Mütter- und Familienzentrum Roth e.V. statt. Wir füllen die Stunden mit Singen, Spielen, Tanzen, Basteln und vielem mehr.

Montags und donnerstags von 8:00 bis 12:00 Uhr.

Kosten pro Monat: 70,- € für Nichtmitglieder / 60,- € für Mitglieder
Anmeldung bei Helene Kaufmann, Tel.: 09171-829089 (Montag und Donnerstag vormittags)



Vereinsräume mieten

Für Ihre Feierlichkeiten wie Taufe oder Kindergeburtstage, stellen wir unsere Vereinsräume für max. 30 Personen inkl. Kinder zur Verfügung.

Die Räumlichkeiten bieten einen Essplatz für bis zu 12 Erwachsene und bis zu 12 Kleinkinder sowie eine ausgestattete Küche, zwei Toiletten, Platz zum Spielen und jede Menge Spielsachen.

Gebühr:

ganzes Wochenende 80,- € für Nichtmitglieder / 50,- € für Mitglieder
ein Tag 50,- € für Nichtmitglieder / 30,- € für Mitglieder

Die Räumlichkeiten sind besenrein zu verlassen.

Außerdem erheben wir eine Kautions von 80,- €

Bei Interesse bitte im Büro melden unter 09171-829089 oder per E-Mail info@muetze-roth.de.

Verleihkiste für Kindergeburtstage

Wir haben Kisten mit Kostümen, Spiel-, Bastel- und Dekomaterial zu den Mottos: „Prinzessinnen“ und „Hexen“. Diese stellen wir gern zur Verfügung. Termine nach Vereinbarung.

Konditionen bitte während der Bürozeiten erfragen.

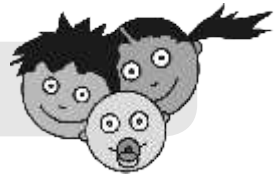
Anmeldung per E-Mail: info@muetze-roth.de oder telefonisch zu den Bürozeiten.

Kursraum mieten

Unser Kursraum ist für viele Anlässe geeignet:

Spielgruppen, Gruppentreffen, Seminar, Kurse...

Gebühr pro Stunde: 15,- € für Nichtmitglieder / 7,- € für Mitglieder



Babysittervermittlung im Raum Schwabach/Roth

Seit August 2017 fand jährlich eine 3-tägige Babysitterschulung von Jugendlichen ab 14 Jahren statt. Diese wurde in Kooperation mit dem Familienzentrum Känguruh e.V. in Schwabach sowie dem Johanniter-Mehrgenerationenhaus „Zentrum Mensch“ in Schwabach durchgeführt.

Die zertifizierten Babysitter sind bei uns registriert und warten auf Vermittlung.

Eine Suchanfrage kann über unsere Homepage unter www.muetze-roth.de/Angebote/Babysittervermittlung gestellt werden. Weitere Fragen beantwortet Frau Meißner unter 09171/829089 zu den Bürozeiten.

2. Bürgermeistersprechstunde im „MütZe“

Bereits zum zweiten Mal findet im „MütZe“ die Bürgermeister-Sprechstunde statt. Bürgernähe und der offene Dialog zwischen den Bürgern und der Stadtverwaltung sind Roths Bürgermeister Ralph Edelhäuber ein großes Anliegen.

Der Erste Bürgermeister wird aus diesem Grund am Dienstag, **11.02.2020** von 9:30 bis 11:30 Uhr im Offenen Treff des Mütter- und Familienzentrums Roth anwesend sein. Vor allem Familien mit Kindern erhalten an diesem Vormittag die Möglichkeit, eventuelle Anregungen, Anliegen oder Beschwerden, aber auch Lob an den Ersten Bürgermeister persönlich richten zu können. Auch die Senioren-Beauftragte Brigitte Reinard und der Stadtmarketing-Beauftragte Mark Bartholl werden mit vor Ort sein. Zudem kann gemeinsam an zukunftsrichtenden Ideen zu einer familienfreundlichen Stadt gearbeitet werden.

von September 2019 bis Februar 2020

**KANGA
TRAINING®**



*Dein bestes Workout
in Geborgenheit*



**Kangatrainerin
Julia Melerski**

Von
Hebammen,
Kinderärzten &
Trageschulen
empfohlen!

Ein Original seit 1972
DIDYMOS®
Peter Koffmann

manduca®

Find me on
facebook
kangamitjulia

Mail: j.melerski@kangatraining.de | Tel.: 01 51 / 51 17 75 74

Weitere Infos und Trainingstermine:

www.kangamitjulia.de

GUTSCHEIN

für eine Schnupperstunde **Kanga
mit Julia** im Wert von **15 Euro**.

Bitte den Gutschein vor Beginn
der Stunde vorlegen, um die
BabyLegs zu erhalten. Der um-
seitig genannte Gutscheinwert
kann nicht in bar ausgezahlt
werden.

**Kanga-Mama wirbt Mama
DANKESCHÖN**

Ein Paar BabyLegs.

Nur ein Gutschein pro Mama
einlösbar. Bitte den Gutschein
vor Beginn der Stunde vorle-
gen. Der umseitig genannte
Gutscheinwert kann nicht in
bar ausgezahlt werden.

Kurse & Workshops

STOFFWINDELN – ökologisch, preiswert, gesund und einfach schön.

Stoffwindeln sind richtig modern, aber es gibt so viele verschiedene Windelsysteme und Materialien - die Informationen im Netz sind ein wahrer Dschungel. Ich helfe Dir in diesem Kurs, Dich in der Stoffwindelwelt zurechtzufinden. Was sind die Vor- und Nachteile, wie sehen Stoffis heute aus und ist das nicht furchtbar kompliziert?

Diese und viele weitere Fragen werden wir beantworten. Es darf selbstverständlich ausgiebig aus dem prall gefüllten Windelkoffer anprobiert, gefühlt und getestet werden. Die entsprechenden „Puppen“ hierzu stehen zur Verfügung. Sei neugierig für Babys Gesundheit, unsere Umwelt und deinen Geldbeutel.

Es ist zu einfach um es nicht zu tun – wir kriegen das Kind schon gewickelt ;)

Kursleitung: Sylvia Moosburger

Kosten: 26,- € pro Person, 36,- Euro pro Paar

Termine: **Do. 17.10.2019, Di. 03.12.2019, Do. 20.02.2019** - 19 Uhr

Mindestteilnehmerzahl: 5 Personen

Anmeldung erforderlich. Siehe Anmeldeformular unter www.muetze-roth.de.



TRAGEBERATUNG MARINA HILT

Als zertifizierte Trageberaterin bin ich eure kompetente Ansprechpartnerin rund ums Thema „Tragen von Babys und Kleinkindern“.

Gerne zeige ich euch in einer individuellen Beratung worauf es beim korrekten Tragen ankommt, welche Tragemöglichkeiten es gibt und wie ihr diese verwendet.

Ich freue mich schon darauf von euch zu hören!

Trageberatung Marina Hilt
An den Drei Linden 18
90596 Schwanstetten
0151 / 65130505
marina.hilt@aol.de

Workshops zum Thema Tragen

Tragen im Winter

Was ziehe ich mir und meinem Kind im Tragetuch oder Trage an, wenn es kalt wird? Die Frage stellen sich wohl alle Trageeltern, wenn die Tage kürzer und kühler werden. Wie ihr euch und euer Baby muckelig warm haltet, besprechen wir bei einer warmen Tasse Tee.

Termin: **Freitag 04.10.2019** - 17:30 – 18:30 Uhr
6,- € pro Person / 10,- € pro Paar

Tragetuch – für Schwangere und Eltern von Babys bis 8 Monaten

In gemütlicher Kleingruppe lernen wir gemeinsam die Wickelkreuztrage mit dem Tragetuch zu binden. Wer bereits ein Tuch hat, kann dieses gerne mitbringen – für alle anderen stehen Lehtücher zur Verfügung!

Termin: **Freitag 20.12.2019** - 16:30 – 18:00 Uhr
18,- € pro Person / 30,- € pro Paar

Tragen von A – Z – für Schwangere, Eltern und Interessierte

Worauf sollte ich achten, wenn ich mein Kind bequem und sicher tragen möchte? Welche Möglichkeiten gibt es überhaupt um Babys zu tragen? Und welche Vor- und Nachteile haben sie jeweils? Diese und mehr Fragen klären wir in entspannter Runde. Je nach zeitlicher Kapazität können am Ende des Vortrags Tragen und Tücher probiert werden. Dieser Vortrag ersetzt jedoch keine individuelle Trageberatung.

Termin: **Freitag 24.01.2020** - 16:30 – 18:00 Uhr
18,- € pro Person / 30,- € pro Paar

Kursleitung: Marina Hilt und Julia Leikam

Anmeldung erforderlich. Siehe Anmeldeformular unter www.muetze-roth.de.

Jeder Teilnehmer eines Workshops erhält beim Kurs einen 3,- € Gutschein auf eine individuelle Trageberatung bei der Trageberatung Marina Hilt in Schwanstetten.

Eltern-Kind-Kurse

“Mit allen Sinnen” - Kinderbewegungskurs

(Ein Eltern/Kind Kurs für Kinder von 0-2 Jahren).

Unsere Kinder entwickeln sich in den ersten Lebensjahren rasant vom goldigen Neugeborenen zum aufgeweckten Kleinkind. Eine spannende Zeit für unsere Zwerge - und uns als Eltern!

Im Kurs habt ihr die Möglichkeit euch mit anderen Familien auszutauschen, Kontakte zu knüpfen und eine tolle Zeit mit euren Babys zu verbringen! Während eure Kinder unterschiedliche Spielangebote erforschen dürfen - und so ganz nebenbei ihre Sensorik und Motorik trainieren - unterhalten wir uns je nach Kursstunde über verschiedene Themen rund um das Thema Elternsein und Familienleben. Natürlich bleibt genug Raum für eure Anliegen, für Fingerspiele und Bewegungslieder, für Entspannung und Gespräche.

Während unserer Kursstunde findet im Familienzentrum ein offener Treff statt - ihr könnt euch vor oder nach den Stunden also wunderbar mit einer Tasse Kaffee und einem Stückchen Kuchen versorgen!

Kursleitung: Marina Hilt
Termin: **Dienstags ab 08.10.2019 - 9:45 - 10:45 Uhr**
Kosten: 8 Termine für 89,- Euro

Anmeldung erforderlich. Siehe Anmeldeformular unter www.muetze-roth.de.

Musikgarten

Eltern und Babys bis ca. 14 Monate tauchen gemeinsam ein in die Welt des Musizierens und erfahren Laute, Töne und Musik.

Kursleitung: Regine Magg.
Termin: **Ab 09.10.2019**
Folgetermine ab 08.01.2020
Kurs 1: Mittwoch von 09:15 Uhr bis 10:00 Uhr
Kurs 2: Mittwoch von 10:15 Uhr bis 11:00 Uhr
Kosten: Für Nichtmitglieder: 8 Termine für 45,- Euro
Für Mitglieder: 8 Termine für 40,- Euro

Anmeldung erforderlich. Siehe Anmeldeformular unter www.muetze-roth.de. Barzahlung bei Kursbeginn bei Kursleiterin.

von September 2019 bis Februar 2020

Kinder Erste-Hilfe-Kurse für Mamis und Papis und die, die es noch werden wollen.

Wir bieten in Kooperation mit Herrn Markus P. Toholt (Heilpraktiker/ Dozent in Notfallmedizin) einen Kinder Erste-Hilfe-Kurs in unseren Räumlichkeiten an. Dieser Kurs soll vor allem Privatleute dazu befähigen, riskante Situationen zu erkennen und geeignete Handlungsmöglichkeiten für akute Nottfälle zu erlernen.

Der Kurs richtet sich vor allem an Mamis, Papis, Omis und Opas, die ihr anvertrautes Kind in Nottfällen adäquat versorgen wollen oder bereits vorhandenes Wissen auffrischen wollen.

Kurs 1	Samstag 14.09.2019 - 9:00 - 15:00 Uhr
Kurs 2	Samstag 16.11.2019 - 9:00 - 15:00 Uhr
Kurs 3	Samstag 18.01.2020 - 9:00 - 15:00 Uhr
Kurs 4	Samstag 22.02.2020 - 9:00 - 15:00 Uhr

Kursleitung: Markus P. Toholt

Kosten: 35,- € pro Person
(min. 6 Teilnehmer - max. 20 Teilnehmer)

Anmeldung erforderlich. Siehe Anmeldeformular unter www.muetze-roth.de. Barzahlung bei Kursbeginn beim Kursleiter.



MARKUS P. TOHOLT
Heilpraktiker

Richtwienstraße 2
91154 Hah

Mobil: 0176 21013390

Traditionelle
Naturheilmittel
Manuelle Behandlung des
Bewegungsapparates
Heilpilztherapie
Taschengewandtes Drogeng.
Komplex-Ünionische

Thema: Baby- und Kinderernährung

STILLEN – Info-Abend zur Vorbereitung aufs Stillen

Warum eigentlich Stillen? Und kann eigentlich jede Mama stillen? - JA - !! Mit dem richtigen Wissen und genügend Unterstützung im Wochenbett wird das Stillen klappen.

In diesem Vorbereitungskurs für Schwangere und ihre Partner werden Mythen entzaubert und grundlegende Informationen übers Stillen vermittelt, die nach der Geburt hilfreich für einen guten Start der Stillbeziehung sind. Von der richtigen Ernährung in der Stillzeit über konkrete Anlegetechniken und Tipps & Tricks bei möglichen Schwierigkeiten, werden wichtige Themen besprochen.

„Es liegt mir am Herzen, dass das Stillen wieder eine Selbstverständlichkeit wird, damit Sie und Ihr Baby eine schöne und glückliche Zeit erleben dürfen. Der Anfang zählt!“

Kursleitung: Simone Kuhn, Krankenschwester, Still- und Laktationsberaterin IBCLC

Kosten: 4,- € pro Person

Termine: **Donnerstags 24.10.2019, 12.12.2019, 23.01.2020** - ab 19:00

Anmeldung erforderlich. Siehe Anmeldeformular unter www.muetze-roth.de.

Stillen, Fläschchen - und was kommt dann?

Sie lernen die Ernährungspyramide als praxistaugliches Modell kennen, erfahren Basics für die Ernährung ab dem 10. Monat und wie sie den Übergang zu einer ausgewogenen Familienkosten gestalten können.

Termin: **Freitag 20.09.2019** - 9:30 Uhr

Gutes Essen - glückliche Kinder

Sie lernen die Ernährungspyramide als praxistaugliches Modell kennen, erfahren Basics für die Ernährung ab dem 10. Monat und wie sie den Übergang zu einer ausgewogenen Familienkosten gestalten können.

Termin: **Freitag 25.10.2019** - 9:30 Uhr

Referentin: Melanie Wolter, Diätassistentin

Die Vorträge sind kostenfrei. Weitere Infos und Anmeldung unter www.aelf-rh.bayern.de

Gesunde Plätzchen - backen mit Kindern

Jedes Jahr vor Weihnachten kommen sie wieder auf die Teller - die allseits beliebten Plätzchen!

Hier welche und da welche, schnell verliert man im vorweihnachtlichen Trubel, auf Weihnachtsmärkten, Weihnachtsfeiern oder einfach im Alltag den Überblick über die Anzahl der verschlungenen Leckereien. Noch schneller haben besonders die Kleinsten unter uns ihren empfohlenen täglichen Zuckerbedarf um ein Vielfaches überschritten. Im Kurs entdecken und backen wir daher gesunde Alternativen. Denn dass nicht nur Plätzchen mit Zucker gut schmecken können die Kinder gleich vor Ort testen und fleißig mithelfen.

Bitte eine Dose oder ähnliches für die hergestellten Werke mitbringen.

Kursleitung: Jessica Weinzierl, zertifizierte Ernährungsberaterin

Kosten: 12,- € pro Person

Termin: **27.11.2019** - 15:00 - 18:00 Uhr

Anmeldung erforderlich. Siehe Anmeldeformular unter www.muetze-roth.de.

Offene Babysprechstunde

Entwickelt sich mein Kind altersentsprechend?

Wie kann ich ein gesundes Schlafverhalten meines Kindes unterstützen?

Wie kann ich mein Baby beruhigen?

Was tun, wenn sich die Zähne ankündigen?

...

Haben Sie solche oder ähnliche Fragen rund ums Thema Baby und Kleinkind? Dann kommen Sie doch in die Babysprechstunde im „MütZe“ vorbei! Bei Familienkinderkrankenschwester Svetlana Blumen haben alle Ihre Fragen rund um Ihr Kind Platz.

Die Babysprechstunde ist ein kostenfreies Angebot von KoKi Roth und KoKi Schwabach.

Termine: **10.02.2019, 08.10.2019,**

05.11.2019, 10.12.2019

9:30 - 11:00 Uhr

Es ist **keine** Anmeldung erforderlich



Geleitet von:



Besondere Kurse & Veranstaltungen

Interdisziplinäre Frühförder- und Beratungsstelle (IFS) zu Gast im Offenen Treff

Ein Angebot der Lebenshilfe Schwabach Roth e. V.

Wir bzw. Herr Schemm (Leiter der o.g. Stelle) möchte euch eine wichtige Beratungsstelle im Landkreis Roth vorstellen. Diese Beratungsstelle steht allen Müttern und Vätern von Geburt bis zur individuellen Einschulung des Kindes zur Verfügung.

Was erwartet mich in dieser Beratungsstelle?

Was ist das Ziel der Förderung/ Beratung?

Werden meine Anliegen vertraulich behandelt?

Muss ich für das Angebot etwas zahlen?

Diese und andere Fragen möchten wir mit dem Leiter der IFS beantworten.

Termin: **Dienstags 24.09.2019 10:30 - 12:00 Uhr**

Kostenfrei und ohne Anmeldung.

ACHTUNG: An diesem Vormittag steht das Frühstücksangebot nur von 9:00 - 10:30 Uhr bereit.

„Sonnenkinder 21“-Regelmäßiger Treff der Down-Syndrom- Gruppe

Einmal im Monat treffen wir uns Familien mit unseren „besonderen“ Kindern in den Räumen des „MütZe“. Eine Kleinigkeit haben diese Kinder gemeinsam: ein Chromosom mehr. Bekannt ist es als Trisomie 21, dem Down Syndrom. In unseren Treffen wollen wir gemeinsam einfache Lieder singen, Bewegungsspiele spielen, Leckereien naschen und sich über alles unterhalten. Ein Austausch, den wir Eltern mit Eltern haben können, die in der gleichen besonderen Situation sind, ohne etwas besonderes zu sein. Die Kinder können die angebotenen Räume und Spielsachen ungestört so nutzen, wie sie es brauchen. Ohne „Wertung“.

Kontakt zu dieser Gruppe sowie Termine können bei Frau Franz 0171/7541096 oder im „MütZe“-Büro erfragt werden.

von September 2019 bis Februar 2020

Zahnarztpraxis
Dr. Christian Schmitt

Gartenstraße 2
Roth
Tel.: 62020
www.zahnarztsschmitt.de



Liebe Eltern!

Ab dem 30. Lebensmonat ist eine zahnärztliche Untersuchung bei ihrem Kind von den Krankenkassen vorgesehen. Neben der Kontrolle des Gebisses geht es dabei vor allem um die Gewöhnung ihres Kindes an die Situation beim Zahnarzt.

Wir würden uns freuen, Sie mit ihrem Kind in unserer modernen Praxis begrüßen zu dürfen.

- Professionelle Zahnreinigung
- Zahnerhaltung
- Orale Chirurgie
- Zahnersatz
- Digitales Röntgen
- Bleaching
- Zahnfleischbehandlung
- Implantate
- metallfreie Versorgung
- Narkosebehandlungen

Interkultureller Frauentreff in Kooperation mit der Diakonie Roth

Einmal im Monat treffen sich Frauen unterschiedlichster Nationalitäten mit ihren Kindern an einem Freitag Nachmittag bei uns im „MütZe“. Jeder ist willkommen! Die kürzlich Zugezogenen genauso, wie die schon lang ortsansässigen Mamas deutscher Herkunft. Wer möchte, darf gern leckeres Gebäck oder Herzhaftes seines Heimatlandes mitbringen. Gemeinsam wird gegessen, gequatscht, sich kennen gelernt und ausgetauscht. Kreativ wird sich ausgelebt und so konnten wir schon einige Dinge zusammen basteln und gestalten. Für die Zukunft sind eine monatliche Nähwerkstatt sowie gemeinsame Sport- und Tanznachmittage geplant. Hierfür benötigen wir noch Unterstützung bei der Organisation, sowie fleißige Spender und Trainerinnen. Ansprechpartnerin hierfür ist Frau Meißner zu den Bürozeiten.

Termine: **Freitags 15:00 - 18:00 Uhr**

13.09.2019, 18.10.2019, 15.11.2019, 13.12.2019, 17.01.2020, 14.02.2020

Weiblicher Zyklus und Verhütung kein Thema für mich- Oder doch??

Frau glaubt ja diesbezüglich alles zu wissen. Aber ist es wirklich so? Was hat sich im Laufe der Jahre getan? Was gibt es Neues auf dem Markt und wie sicher sind die jeweiligen Methoden? Ist die sogenannte "Pille" immer noch das Verhütungsmittel der ersten Wahl? Oder geht es noch sanfter? Und was würde ich meiner Tochter empfehlen, wenn sie meinen Rat zu diesem Thema sucht?!

Wir wollen uns und Euch wieder auf den Stand der Dinge bringen. Hierfür haben wir uns weibliche Unterstützung gesucht und auch gefunden. Mit der Apothekerin Angela Goldmann (frosch-APOTHEKEN, Roth) - selbst Mutter dreier Kinder - wollen wir uns über das spannende Thema weiblicher Zyklus und Verhütung austauschen. Jede Teilnehmerin erhält zur Begrüßung eine kleine Überraschungstüte von der frosch-APOTHEKE.

Termin: **Dienstag 15.10.2019 ab 10:30 Uhr**

Dauer ca. 45 min.




Kostenbeitrag: gratis

Anmeldung unter: www.muetze-roth.de

von September 2019 bis Februar 2020

Schulze & Gräbner GmbH
Münchener Str. 10
91154 Roth



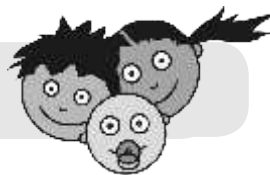
-  Jens Schulze 0151/15 65 65 80
Jörg Gräbner 0170/53 23 710
-  Fax: 09171 / 82 84 15
-  E-Mail: schulzeundgraebner@gmx.de

Wir führen aus:

- Ziegelarbeiten
- Abdichtungsarbeiten
- Spenglerarbeiten
- Holzarbeiten

Alle Termine auf einen Blick

Themenfrühstück Mittwochs im Offenen Treff Ab 9:00 Uhr	18.09.2019, 16.10.2019, 06.11.2019, 13.11.2019, 18.12.2019, 15.01.2020, 12.02.2020
Türkisches Frühstück Freitags im Offenen Treff Ab 9:00 Uhr	27.09.2019, 25.10.2019, 29.11.2019, 20.12.2019, 31.01.2020, 21.02.2020
Weißwurstfrühstück / Vätertreff Samstags ab 9:00 Uhr	28.09.2019, 26.10.2019, 23.11.2019, 21.12.2019, 25.01.2020, 15.02.2020
We are family Samstag ab 9:00 Uhr	09.11.2019 9:00 - 12:00 Uhr
Interkultureller Frauentreff Freitags 15:00 - 18:00 Uhr	13.09.2019, 18.10.2019, 15.11.2019, 13.12.2019, 17.01.2020, 14.02.2020
Kinder Erste-Hilfe-Kurs Anmeldung erforderlich Samstag 09:00 - 15:00 Uhr	14.09.2019, 16.11.2019, 18.01.2020, 22.02.2020
Stoffwindeln Anmeldung erforderlich	17.10.2019, 03.12.2019, 20.02.2019 ab 19:00 Uhr
Trageworkshops Anmeldung erforderlich	04.10.2019, 20.12.2019, 24.01.2020 Infos siehe Seite 12
Stillen Anmeldung erforderlich	24.10.2019, 12.12.2019, 23.01.2020 ab 19:00 Uhr
Gesunde Ernährung Stillen, Fläschchen - und dann? Gutes Essen - glückliche Kinder Anmeldung erforderlich	Freitag 20.09.2019 9:30 Uhr Freitag 25.10.2019 9:30 Uhr
Gesunde Plätzchen Anmeldung erforderlich	27.11.2019 15:00 - 18:00 Uhr
Weibl. Zyklus / Verhütung Anmeldung erforderlich	15.10.2019 10:30 Uhr
Großer Kinder- und Babybasar Sonntag	13.10.2019 9:00 - 12:00 Uhr (Aufbau ab 8:00 Uhr)
Bürgermeistersprechstunde	11.02.2020 - 9:30 - 11:30 Uhr



Gemeinsam für ein neues MütZe Projekt! Wir danken dem Zonta Club Fränkisches Seenland für 1500 Euro Spende!



Wir sind stolz verkünden zu dürfen, dass unser aktuelles Programm bald durch einen neuen Programmpunkt bereichert wird! Dank der o.g. Spende werden wir bald einen interkulturellen Näh- und Handarbeitstreff für Frauen einrichten. Auch hier möchten wir gemeinsam zu neuen Taten aufbrechen und zusammen neue und schöne Dinge herstellen. Wir freuen uns darauf!

An Helene, Shaza, Simone, Sandra und Ramona ein großer Dank für die Teilnahme an der Woman Challenge 2019 und dafür, dass wir hiermit eine gemeinsame Sache und gemeinsame Ziele erreicht haben!

Weiteres Vorgehen sowie Termine hierzu werden ggf. auf Facebook oder unserer Homepage veröffentlicht.

Second-Hand

Neu!! Second-Hand-Schrank

Welche Mama kennt es nicht? Schon wieder ist das Kind aus der letzten Kleidergröße raus gewachsen. Wenn da zurzeit gerade keine Kleiderbasare stattfinden und man nicht alle Klamotten neu kaufen möchte, ist guter Rat teuer. Vielleicht kann da unser neuer Second-Hand-Schrank Abhilfe schaffen!

Ab sofort gibt es unseren Second-Hand-Schrank mit 12 Einzelboxen. Hier kann nach Lust und Laune in den einzelnen Boxen nach schicker, gebrauchter Kleidung gestöbert werden. Die Bezahlung erfolgt auf Vertrauensbasis bar in die Geldboxen in den Boxen.

Wem der Kleiderschrank des Kindes überquillt und gern gebrauchte Kleidung zum Verkauf anbieten möchte, ist herzlich eingeladen sich eine Box im Second-Hand-Schrank zu mieten. Details bitte bei Frau Meißner zu den Bürozeiten erfragen.

Kosten Miete für 4 Wochen: 3,- € für Nichtmitglieder / 2,- € für Mitglieder

Großer Kinder- und Babybasar

Das Familienzentrum veranstaltet wieder einen Kinder- und Babybasar in den Räumen der "Auf Draht gGmbH" in Roth. Verkauft wird alles rund ums Kind, vom Strampler bis zum Kinderwagen.

Tische sind in 2 Größen vorhanden.

Tischreservierungen werden ab dem 11.09.2019 unter 0157-52275994 (von 20:00 - 21:30 Uhr) telefonisch entgegen genommen. (Keine SMS!) Aktuelle Informationen werden auf der Homepage und Facebook veröffentlicht.

Ort: Auf Draht gGmbH, der Drahtzieherstrasse 6 in 91154 Roth

Termin: **Sonntag, den 13.10.2019**
9:00-12:00 Uhr (Aufbau ab 8:00 Uhr)

Unterstützen Sie uns!

Mit einer Mitgliedschaft von nur 30,- Euro Jahresbeitrag unterstützen Sie uns nicht nur, sondern kommen auch noch in den Genuss vieler Vergünstigungen wie z.B.

- Kostenloser Tisch beim Baby- und Kinderbasar
 - Vergünstigte Preise beim Frühstück
 - Verminderter Preis bei der Kinderbetreuung
 - Reduzierte Gebühr bei der Raummiete
- etc.

Sie können uns auch noch auf vielen anderen Wegen unterstützen wie z.B.

- Ehrenamtliche Mithelfer im Background
 - Ehrenamtliche Helfer im Offenen Treff
 - Sachspenden
 - Geldspenden auf unser Konto
- etc.

Wir freuen uns über jede noch so kleine Spende!
Es besteht die Möglichkeit mit 40,- €/Jahr Fördermitglied zu werden.
Auf Wunsch stellen wir eine Spendenbescheinigung aus.

Bankverbindung:
Sparkasse Mittelfranken-Süd
IBAN: DE92 7645 0000 0221 2191 16
BIC: BYLADEM1SRS



Ihre Anmeldung

KURSANMELDUNG für das Familienzentrum MütZe Roth

Name_____Vorname_____

Straße/Hausnr._____

PLZ/Wohnort_____

Tel.: _____

Bei Kursen für Kinder: Name/Alter des Kindes _____

Ich melde mich hiermit verbindlich für folgenden Kurs an:

Name des Kurses_____

Beginn/Datum_____Zeit _____

Teilnahmebedingungen:

Bitte die Anmeldung schriftlich an das Büro schicken. Die Anmeldung ist verbindlich! Bei Absage bis zu einer Woche vor Kursbeginn sind 50% der Kursgebühr zu entrichten, danach die volle Gebühr. Ersatzteilnehmerinnen sind möglich.

Mit meiner Unterschrift erkläre ich mich mit den Teilnahmebedingungen einverstanden.

Ich bin Mitglied: ja nein

Ich zahle die Kursgebühr

bar (erwünscht)

per Überweisung auf folgendes Konto:

Nr. 221 219 116 bei Sparkasse Mittelfranken Süd (BLZ 764 500 00)

IBAN: DE92 7645 0000 0221 2191 16, BIC: BYLADEM1SRS

Datum_____ Unterschrift_____

Mütter- und Familienzentrum Roth e.V., Eisenbartstr. 44, 91154 Roth,

Telefon: 09171-829089, E-mail: info@muetze-roth.de,

Homepage: www.muetze-roth.de



Unser besonderer Dank geht an:

- Zentrum Bayern Familie und Soziales
- Stadt Roth
- Kreisjugendamt Roth
- Landesverband Mütter- und Familienzentren in Bayern e. V.
- Bundesverband Mütterzentren e. V.
- Zonta Club Fränkisches Seenland
- Sparkasse Mittelfranken Süd
- Bürgermeister Ralph Edelhäüßer
- Frau Reinard (Seniorenbeauftragte der Stadt Roth)
- Herr Bartholl (Stadtmarketing Beauftragter)
- Kreismetropole Roth e. V.
- GemüseKiste, Petersaurach
- Ulrich Weber, Steuerberater, Wendelstein
- Regine Magg, Leiterin Musikgarten, Roth
- Faber-Castell, Nürnberg

Allgemeine Teilnahme- und Anmeldebedingungen des MütZe:

Bei Kursen und Vorträgen bitten wir um schriftliche Anmeldung, eine Anmeldung ist auch über E-Mail möglich (info@muetze-roth.de) oder über unsere Homepage www.muetze-roth.de. Bei Anmeldung bitte neben dem Kurs auch den vollständigen Namen sowie Adresse und Telefonnummer angeben.

DIE ANMELDUNG IST VERBINDLICH. Bei Absage bis zu einer Woche vor Kursbeginn sind 50% der Kursgebühr zu entrichten, danach die volle Gebühr. Ersatzteilnehmer möglich. Eine Anmeldung wird nicht bestätigt. Bei Nichtstaf finden werden Sie benachrichtigt.

Wir übernehmen keine Haftung für Druckfehler!



Kontakt: Mütter- und Familienzentrum Roth e. V.
Anschrift: Eisenbartstraße 44
91154 Roth
Telefon: 09171/829089
E-Mail: info@muetze-roth.de
Internet: www.muetze-roth.de

Öffnungszeiten

Offener Treff:	Dienstag, Mittwoch, Freitag	08:00 - 12:00 Uhr
	Montag, Mittwoch, Donnerstag	15:00 - 18:00 Uhr
Mini-MütZen:	Montag, Donnerstag	08:00 - 12:00 Uhr
Büro:	Dienstag, Mittwoch, Freitag	09:00 - 11:00 Uhr

In den Ferien gelten geänderte Öffnungszeiten.
Infos siehe Facebook oder Homepage.

So finden Sie zu uns.

