

Beratung und Hilfe

Begegnung, Bewegung und Beratung für Bredeneu

Yoga am Morgen – offen für alle

Di., 8.30 – 10 Uhr, Kruyk-Stiftung.

YOGA – Gesundheit für Körper und Geist

Asanas/Körperübungen, Tiefenentspannung, Meditation.
Offen für alle!

Mo., 18.20 – 19.50 Uhr, 20 – 21.30 Uhr, Di., 20 – 21.30 Uhr, Do., 17.45 – 19.15 Uhr, Kruyk-Stiftung.

Yoga für Frauen

Do., 17.45 – 19.15 Uhr, Kruyk-Stiftung.

Yoga für Frauen ab 40 mit Yin-Yoga

Do., 19.30 – 21 Uhr, Kruyk-Stiftung.

Yoga am Morgen · YOGA – Gesundheit für Körper und Geist · Yoga für Frauen (ab 40 mit Yin-Yoga)

Tag, Uhrzeit, Ort

**Anmeldung und Information: Annette Nolte,
Tel. (02 01) 53 6 83 70 www.essenz-yoga.de**

Vorschau – wahrscheinlich

Karnevalsfeier in der Kita 29.2.

**GZ = Gemeindezentrum FZ = Familienzentrum
BB = Brandenbusch HB = Heierbusch**

Diakoniewerk Essen



Am Brandenbusch

Evangelisches Kinder- & Familienzentrum

Am Brandenbusch 4 · 45133 Essen

Kita: (02 01) 26 64 61 61 00

E-Mail: k.becker@diakoniewerk-essen.de

www.ev-fz-brandenbusch.de oder

www.diakoniewerk-essen.de

unter Kinder/Kindertagesstätten

Sie erreichen uns Mo. – Fr. von 7.30 – 16.30 Uhr.

Gibt es Probleme in der Kita?

Sprechen Sie direkt mit Leiterin Kathrin Becker.
Jeden ersten Di. im Monat, 15 – 16 Uhr, Kita.

Suchen Sie Beratung im seelsorgerischen Bereich?

Rufen Sie Herrn Pfarrer J. Lauterjung unter 41 39 15 an.

Vermittlung von Babysittern

Wir helfen Ihnen, einen geeigneten Babysitter zu finden:
Tel. 1 71 43 78 oder k.becker@diakoniewerk-essen.de.

Jugendamt der Stadt Essen

Schnelle Hilfe bei Sorgen + Problemen: Tel. 88 51 001.

Familienpunkt: Service und Information für Kinder und Eltern. Tel. 8 85 17 77 oder familienpunkt@essen.de.

Deutscher Kinderschutzbund

24h-Beratung, Tel. 20 20 12.

Evangelische Beratungsstelle

für Schwangerschaft, Familie und Sexualität

Diakoniewerk Essen, Tel. 23 45 67.

Sprechstunde der Beratungsstelle impulse e.V.

Integrierte Paar-, Lebens- und Erziehungsberatung

Jeder von uns kann Probleme haben: mit sich, dem Partner oder in der Familie. Für Hilfe stehen wir zur Verfügung:
Anm. unter Tel. 85 60 60 oder info@impulse-essen.de

Demenzberatung Diakoniewerk Essen

Frau Hartmann, Tel. 22 05 – 148.

Ev. Telefonseelsorge

24h erreichbar: Tel. (08 00) 11 10 111.

Hartz-4-Beratung

AWO-Treff, Franziskastr. 12, do. 14 – 16 Uhr.

Suchthilfe direkt Essen gGmbH

Hilfsangebot für suchtkranke Menschen und deren Angehörige. Tel. 86 03 – 0.

AKTUELLE INFORMATIONSMQUELLEN ZU CORONA:

Corona-Hotline der Stadt Essen

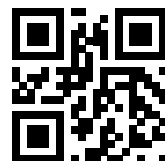
Mo. bis fr. von 8 bis 16 Uhr: Tel. (02 01) 88-88 999

Weitere Informationen zu Corona:

Stadt Essen

RKI

Gesundheitsministeriums



Am Brandenbusch

Evangelisches
Kinder- & Familienzentrum

Begegnung, Bewegung
und Beratung

NOVEMBER
DEZEMBER
JANUAR



Diakoniewerk Essen



Sie benötigen Rat oder Hilfe?

Bei Fragen rund um die Betreuung, Erziehung oder bei Sorgen, Problemen und Nöten rufen Sie uns gerne an: **Tel. 26 64 61 61 00** oder schreiben Sie eine Mail an k.becker@diakoniewerk-essen.de

Sollten wir im FZ mal nicht weiterwissen, verfügen wir über ein großes Netzwerk. Viele Stellen bieten ihre Dienste jetzt kontaktlos an. [Einige Kontakte stehen auf der Rückseite des Flyers](#). Stellen Sie gerne alle Fragen!

Auch in Krisenzeiten bleiben wir Ihre Anlaufstelle in Bredeney und sind für Sie da.

Alle Termine mit persönlichem Kontakt gelten immer unter Vorbehalt und, wenn, nur unter 3-G-Regeln.

Für Kinder unter 3 Jahren

Tagespflege für die Kleinsten · Allgemeine Infos

Diakoniewerk: Fachberatung A. Wolf (01 71) 1 06 15 91; CSE: Fr. Fabianski, Tel. 31 93 75-229, inga.fabianski@cse.ruhr

Zertifizierte Tagespflegen des Diakoniewerks

Mit einem geregelten Tagesablauf bieten wir eine altersgerechte und individuelle Betreuung und ein herzliches Miteinander für Kinder von 1 bis 6 Jahren. Wir freuen uns auf Ihre Kinder im:

Albenhein

Carsten Kolomak und Silke Tenzel, Am Nachtigallental 5, Essen, Tel: 50 65 59 00

Adlernest

Ralf & Yvonne Adler, Weserstr. 40, Essen, Tel: 1 75 88 90.

Krabbelgruppen (0 – 3 Jahre)

Wöchentl. Treffen von Eltern mit Kindern in versch. Gruppen. Ort und Zeit erfragen Sie bitte bei Frau S. Schröder, Tel. 45 84 09 32, simone.schroeder@ekir.de

Es gibt in Bredeney noch weitere Betreuungsangebote:

Kindertagesstätte Am Heierbusch

Kinder ab 4 Monaten in 4 Gruppen Tel. 2 66 46 08 - 100

Kindergarten St. Markus

Betreuung ab 3 Jahren in 3 Gruppen, Tel. 41 11 30

Deutsch-Französischer Kindergarten

Betreuung ab 3 Jahren in 3 Gruppen, Tel. 42 08 09

Kinder und Jugendliche

Kinder- und Jugendgruppen für 4- bis 18-Jährige

Infos und Kontakt: Jugendleiterin Dorit Bremicker, Tel. (02 08) 47 65 91 oder auf www.kirche-bredeney.de

Drunter & Drüber – für Kleine (6-9 J.) mit Familien

Susanna Lauterjung und Team treffen sich zum Beten, Singen und Geschichten hören.

So., 7.11., 11.30 Uhr, Kirche Am BB **UND:**

Kindgerechter **Weihnachtsgottesdienst** für die ganze Familie: Wie war das mit der Geschichte zu Bethlehem? **Heiligabend, 24.12., 15 Uhr, Kirche Am BB.**

Familiengottesdienst zum ersten Advent

Eingeladen sind alle auf die Margarethenhöhe.

So., 28.11., 10.45 Uhr, Gustav-Adolf-Haus.

Neue Keksrezepte: Backen zu Weihnachten

Koop.-veranstaltung mit der kath. Familienbildungsstätte für Eltern und Kinder. Findet online oder in Präsenz statt.

Di., 30.11., 14.15 – 16.30 Uhr, je nach Corona-Lage.

Hurra, ich werde ein Schulkind!!

Wie können wir unsere Kinder in den kommenden Monaten auf die Schule einstimmen und sie in der Phase der Vorfreude und erster Ängste unterstützen?

Mi., 19.1., 14.30-16.45 Uhr, FZ am BB.

Begegnung

Für Anmeldungen und weitere Informationen wenden Sie sich an Renate Wunderlich: Tel. 42 36 89

Mittagessen für Senioren – Nach Anmeldung (s.o.)

Mögen Sie gutes Essen in netter Gesellschaft? Der Seniorenkreis und das FZ laden Sie regelmäßig ein. Wir bitten um einen Kostenbeitrag von 6 € und um Anmeldung (s.o.).

Do., 18.11., 12.30 Uhr, GZ Am Brandenbusch.

Treffpunkt Spiel – AUF ANFRAGE (s.o.)

Finden Sie Gleichgesinnte für Würfel- oder Kartenspiele.

Literaturkreis des Vereins „Frau und Kultur“

Im FZ wird von Oktober bis März ein Literaturkreis angeboten, in dem neue und alte Werke besprochen werden. Weitere Informationen zur Literatur, den Beiträgen oder dem Verein gibt Ihnen gerne Frau Chr. Linde, Tel. 4 07 19

1. und 3. Mi. im Monat, 16.30 – 18.00 Uhr.

Eltern

Widerstandsfähig in Krisensituationen

In der Reihe „Glückseltern-Glückskinder“ beschäftigen wir uns mit dem Thema „Resilienz“. Wie wir mit Krisensituationen, Irritationen umgehen und trotzdem gesund bleiben können, zeigt uns Resilienztrainerin Frauke Döllekes. Anmeldung bitte per Mail bei Kathrin Becker: k.becker@diakoniewerk-essen.de.

Di., 7.12., 20 Uhr (jeden 2. Monat), Kita BB.

Schwedisch: Svenska genom literatur!

mit Frau B. Bachmann. Auf Anfrage

Sprechstunde für Eltern, Mitarbeiter, Jugendliche und andere Interessente von impulse e.V.

Kostenfreie Gespräche zu allem, was Sie bewegt. Diese unterliegen der Schweigepflicht. Weitere Infos im FZ. Tel. 85 60 60 oder info@impulse-essen.de

Jeden 2. Mi. im Monat 14 – 15 Uhr, FZ am BB.

Bewegung & Sport

TV Bredeney

Der örtliche Sportverein – unser Partner – organisiert Kurse online: Nähere Infos auf www.tvbredeney.de.

Hatha Yoga zur Stressreduktion IN PRÄSENZ

Auch ohne Vorkenntnissen. 10 Mal á 90 Min.: 150 €/Pers. Bequeme Kleidung und Yogamatte empfehlenswert. Bei Interesse, Rückfragen wenden Sie sich bitte direkt an Rolf Krüger: info@yoga-praxis.eu, Fon (01 74) 233 11 33.

Fr., 15.30 – 17 Uhr, Kruyk-Stiftung.

Qi-Gong

Anm.: Frau Mende-Borgaes, info@qi-gong-mende.de oder Tel. 4 66 99 29. **Mo., 11 – 12 Uhr, GZ Am BB.**

Hatha-Yoga

Übungen und Entspannung mit Klangschalen. Anmeldung und Infos bei Olga Skchurova, Tel. 61 57 30 30.

Mo., 20 –21 Uhr, FZ Am Brandenbusch.

Wirbelsäulengymnastik

Anmeldung bei Iris Brecklinghaus unter Tel.: 44 05 11.

Di., 9.30 – 10.30 Uhr, Gemeindezentrum Am BB.

Sitzgymnastik

Infos im FZ.

Mobilitätstraining im Sitzen mit und ohne Handgeräte.

Di., 10 Uhr, Kruyk-Stiftung.