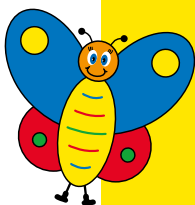




[www.fzb-koeln.de](http://www.fzb-koeln.de)

# Programm 2. Halbjahr 2024



 Familienzentrum  
Longericher Straße

[www.fzlo-koeln.de](http://www.fzlo-koeln.de)

# 2

**Liebe Leserinnen und Leser,**

schön, dass Sie unser Programmheft in den Händen halten.

Das Familienzentrum Bilderstöckchen und das frisch zertifizierte Familienzentrum Longericher Straße sind für die Familien im Stadtteil seit vielen Jahren eine wertvolle und wichtige Anlaufstelle.

Im Mittelpunkt unserer Arbeit steht die Familie. Wir betreuen Kinder und bieten Familien Orte der Begegnung, umfassende Beratung, Bildung und Unterstützung.

Wir versuchen, die Bedarfe der Kinder und Erwachsenen im Stadtteil zu ermitteln und entsprechende Angebote zu entwickeln. Für jedes Halbjahr erarbeiten wir ein Programmheft, das eine Vielzahl unserer Angebote für Sie zusammenfasst.

Alle unsere Angebote sind kostenfrei. Schauen Sie herein und machen Sie sich Ihr eigenes Bild.

Viel Spaß beim Stöbern!

**Das Team des Familienzentrums Bilderstöckchen und des Familienzentrums Longericher Straße**

# Inhalt

## Kurse und Aktionen für Kinder

Die Welt der Bücher entdecken .....	4
Vorlesepatenschaften .....	5
Backen mit Großeltern .....	6
Yoga für Kinder .....	7
»Heute mache ich was mit Mama!« .....	8
»Heute mache ich was mit Papa!« .....	9
Drachenprojekt .....	10
Musikkurs .....	11

## Für Jugendliche

Mädchensprechstunde .....	12
---------------------------	----

## Für Eltern

Erste Hilfe am Kind .....	13
Nähkurs für Frauen – in deutscher Sprache .....	14
Bayanlar için Dikiş kursu – türk dilinde .....	15
Entspannt durch Herbst und Winter .....	16
Café International .....	17/18
Stadtteil-Frühstück »Zeit für mich« .....	19
Offene Beratung .....	20
Sozialberatung .....	21
Hilfe bei der Kita-Anmeldung .....	22

## Was sonst noch angeboten wird ...

Beratungs- und Vermittlungsangebote .....	23/24
Ihre Ansprechpartner/-innen .....	25
<b>Regelmäßige Angebote auf einen Blick</b> .....	26/27

## Die Welt der Bücher entdecken

Um Kindern die Gelegenheit zu geben, zu schmökern und sich Bücher auszuleihen, besuchen wir einmal im Monat die Pfarrbücherei in Köln-Bilderstöckchen. Es wird vorgelesen und zu den Geschichten gebastelt und gemalt.

Am Ende des Halbjahres wird den Kindern der Bibliotheksführerschein in Form einer Urkunde verliehen. Das Ausleihen von Büchern ist erwünscht! Eltern können ihre Kinder begleiten.

**Ansprechpartnerin: Frau Jordan, Katholische Pfarrbücherei St. Franziskus**



### Wann?

Donnerstag, 26. September 2024,  
 Donnerstag, 31. Oktober 2024,  
 Donnerstag, 21. November 2024,  
 Donnerstag, 12. Dezember 2024,  
 jeweils ab 10.00 Uhr

### Wo?

Katholische Pfarrbücherei St. Franziskus  
 Treffpunkt: in den Tageseinrichtungen

Insgesamt können 10 Kinder ab 5 Jahren mit ihren Eltern teilnehmen. Es entstehen keine Kosten.

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an die jeweilige Einrichtungsleitung (siehe Seite 25).

## Vorlesepatenschaften

Wem schon als kleines Kind vorgelesen wurde, der bekommt nicht nur ein positives Verhältnis zu Büchern und zum Lesen, sondern entwickelt seinen aktiven und passiven Wortschatz weiter. Das Familienzentrum ist ein Ort, in dem Kinder die Lust am Lesen erwerben können.

Grundschüler\*innen der Gemeinschaftsgrundschule Alzeyer Straße lesen als Paten den Kindern aus der Kita Am Bilderstöckchen vor und lernen sich gegenseitig kennen. Abwechselnd finden die Leseveranstaltungen in der Kita und in der Schule statt. So lernen die Kinder nicht nur die Lesepaten\*innen, sondern auch die Räumlichkeiten der Grundschule kennen.



### Wann?

Donnerstag, 7. November 2024,  
Donnerstag, 5. Dezember 2024,  
jeweils ab 10.30 Uhr

### Wo?

Integrative Tageseinrichtung für Kinder  
Am Bilderstöckchen 60c

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an die jeweilige Einrichtungsleitung (siehe Seite 25).

## Backen mit Großeltern

An diesem Nachmittag sind alle Großeltern herzlich eingeladen, Zeit mit ihren Enkeln in der Tageseinrichtung zu verbringen und gemeinsam etwas Leckeres zu backen.

**Das Angebot wird von Anja Helmrich aus der Tageseinrichtung begleitet.**



### Wann?

Mittwoch, 25. September 2024,  
14.00 bis 16.00 Uhr

### Wo?

Integrative Tageseinrichtung am Bilderstöckchen 60c

Es entstehen keine Kosten.

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an die jeweilige Einrichtungsleitung (siehe Seite 25).

## Yoga für Kinder

Wussten Sie, dass Yoga auch für Kinder entspannend sein kann?

Und dabei fördert es die Konzentration, die Phantasie, das Gemeinschaftsgefühl, die Ausgeglichenheit und noch vieles mehr.

Jede Yogastunde wird mit einer Entspannungsübung begonnen und beendet. Die Yogaübungen selbst lernen die Kinder mit Hilfe von Bildern und Geschichten.

**Yogalehrerin: Frau Langlitz**



### Wann?

Ab Mittwoch, 4. September 2024, 10 Termine,  
jeweils 9.30 bis 11.30 Uhr

### Wo?

Familienzentrum Longericher Straße 153

Es können jeweils 6 bis 8 Kinder ab dem Alter von 4 Jahren teilnehmen.

Es entstehen keine Kosten.

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an die jeweilige Einrichtungsleitung (siehe Seite 25).

## »Heute mache ich was mit Mama!«

Bei diesem Angebot geht es darum, dass Mütter außerhalb des stressigen Alltags gemeinsam mit anderen Müttern eine entspannte und aktive Zeit mit ihrem Kind/ihren Kindern verbringen.

An diesem Nachmittag basteln die Mütter mit ihren Kindern Schmuck für den Weihnachtsbaum.

**Das Angebot wird von einer Betreuerin aus der Tageseinrichtung begleitet.**



### Wann?

Im Dezember 2024.

Bitte beachten Sie die Aushänge in der Einrichtung.

### Wo?

Tageseinrichtung Neue Kempener Straße 207

Es entstehen keine Kosten.

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an die jeweilige Einrichtungsleitung (siehe Seite 25).



## »Heute mache ich was mit Papa!«

- Väter und Kinder gestalten ein Hochbeet für die Kita –
- Der Natur ganz nah –
- Plätzchen backen –

Bei diesem Angebot geht es darum, dass Väter gemeinsam mit anderen Vätern aktiv Zeit mit ihrem Kind/ihren Kindern verbringen.

**Die Angebote werden von Betreuer/-innen aus den Tageseinrichtungen begleitet.**



### Wann & Wo?

September/Oktober, 1 bis 2 Termine  
Bitte beachten Sie die Aushänge in der Einrichtung.  
Tageseinrichtung Neue Kempener Straße 207  
(*Väter und Kinder gestalten ein Hochbeet für die Kita*)

### Wann & Wo?

Bitte beachten Sie die Aushänge in der Einrichtung.  
Integrative Tageseinrichtung Am Bilderstöckchen 60c  
(*Der Natur ganz nah*)



### Wann?

Donnerstag, 28. November 2024, 17.00 Uhr

### Wo?

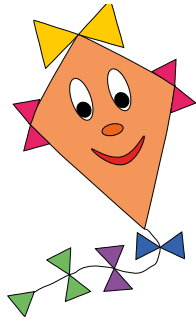
Integrative Tageseinrichtung Am Bilderstöckchen 60c (*Plätzchen backen*)

Es entstehen keine Kosten.

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an die jeweilige Einrichtungsleitung (siehe Seite 25).

## Drachenprojekt



Bei diesem Angebot haben Eltern die Möglichkeit, gemeinsam mit ihren Kindern kreativ zu werden.

Unter der Anleitung von Frau Dumanoglu wird an einem Tag ein Drache gebaut, der am nächsten Tag steigen gelassen wird.

Verbringen Sie wertvolle Zeit mit Ihrem Kind – Spiel und Spaß sind garantiert!

**Referentinnen: Frau Necibe Dumanoglu  
(Tageseinrichtung Am Bilderstöckchen 60c) und  
Frau Rech (Tageseinrichtung Longericher Straße 153)**



### Wann und Wo?

#### Drachen bauen

Mittwoch, 9. Oktober 2024, 15.00 bis 16.30 Uhr  
in der Tageseinrichtung Am Bilderstöckchen 60c

Mittwoch, 9. Oktober 2024,  
9.30 bis 11.00 Uhr und 14.30 bis 16.00 Uhr  
im Familienzentrum Longericher Straße 153

#### Drachen steigen lassen

Freitag, 11. Oktober 2024, 15.00 Uhr  
im Blücherpark (Treffpunkt nach Vereinbarung)

Es entstehen keine Kosten.

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an die jeweilige Einrichtungsleitung (siehe Seite 25).



Neuer  
Kurs!

11

## Musikkurs

In einem spannenden Musikkurs für Kinder tauchen die jungen Teilnehmer und Teilnehmerinnen in die wunderbare Welt der Musik ein.

Die Kinder lernen verschiedene Musikinstrumente kennen, Musikinstrumente werden gebastelt, und die Kinder entdecken, wie sie Musik mit ihrem eigenen Körper machen können.

**Referentin: Frau Irena Bilotaite**



### Wann?

Bitte beachten Sie die Aushänge in der Einrichtung.

### Wo?

Tageseinrichtung Neue Kempener Straße 207

Es können 6 Kinder, wechselnd in altershomogenen Gruppen, teilnehmen.

Es entstehen keine Kursgebühren.

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an die jeweilige Einrichtungsleitung (siehe Seite 25).

## Mädchensprechstunde

Habt Ihr Stress in der Schule? Habt Ihr Probleme mit Euren Eltern oder der Familie? Fühlt Ihr Euch gemobbt und braucht Unterstützung? Gibt es Schwierigkeiten mit den Jungs? Fühlt Ihr Euch manchmal traurig oder wütend und wisst nicht warum?

Egal, was für ein Thema Euch gerade beschäftigt, ich nehme mir Zeit für Euch.

Die Kinder- und Familienberatung bietet für Euch eine Mädchensprechstunde an!



- Hier könnt Ihr Kummer loswerden, Fragen stellen oder einfach nur quatschen.
- Ich versuche, Eure Fragen zu beantworten, Lösungen mit Euch zu finden oder höre auch einfach nur zu.
- Ihr könnt allein oder mit Euren Freundinnen kommen.
- Die Gespräche sind absolut vertraulich.



### Wann?

Jederzeit nach telefonischer Vereinbarung

### Wo?

Kinder- und Familienberatung im Familienzentrum Bilderstöckchen, Longericher Straße 138a (Hintereingang)

Traut Euch und ruft an.

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wendet Euch bitte an Frau König (siehe Seite 25).



## Erste Hilfe am Kind

In diesem Kurs haben Eltern die Möglichkeit, sich als Ersthelfer bzw. Ersthelferin am Kind schulen zu lassen.

**Anbieter: Johanniter-Unfall-Hilfe**



### Wann?

Mittwoch, 16. September 2024,  
10.00 bis 14.00 Uhr

### Wo?

Tageseinrichtung Neue Kempener Straße 207

Das Angebot ist kostenfrei.

Eine Anmeldung ist erforderlich, da es eine begrenzte Teilnehmerzahl gibt.

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an die jeweilige Einrichtungsleitung (siehe Seite 25).

## Nähkurs

– in deutscher Sprache –

Wollten Sie immer schon mal nähen lernen? Oder möchten Sie Ihre Kenntnisse vertiefen?

Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig.



Eine ausgebildete Schneiderin wird Ihnen mit Rat und Tat zur Seite stehen und Ihnen helfen, Ihre Ideen umzusetzen.

Falls Sie noch Anfängerin sind, erhalten Sie eine Anleitung für den Gebrauch einer Nähmaschine. Nähmaschinen sind vorhanden, Sie können aber auch gerne Ihre eigene mitbringen.

**Kursleiterin: Frau Mönks**



### Wann?

ab 28. August 2024, mittwochs,  
wöchentlich, 18.00 bis 21.00 Uhr

### Wo?

Seminarkeller von Netzwerk e.V.  
Longericher Straße 136

Es entstehen keine Kosten.

Material (Stoffe etc.) muss mitgebracht werden.

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte direkt an die Kursleitung Frau Mönks (0163) 526 00 88.

## Bayanlar için Dikiş kursu

– türk dilinde –

Çocuklarınız ve kendiniz için istediğiniz pantolon, buluz vs. Bulamıyormusunuz? Bunları aslında kendimde dikebilirim diye sık sık düşündüğünüz oluyor mu? O halde bunları artık dert etmeyin, çünkü sizleri dikiş kursumuza bekliyoruz.



Bayan Yöndem fikirlerinizi gerçekleştirmenize yardımcı olacaktır. Eğer acemilik çekiyor yada dikiş makinasını kullanmayı bilmiyorsanız hiç dert etmeyin doğru adres Bayan Yöndem! Her türlü dikiş makinalarımızla sizlere yardımcı olmaktan memnuniyet duyacağız, dilerseniz kendi dikiş makinalarınızla da burada öğrenebilirsiniz.

**Kurs eğitmeni: Bayan Yöndem**



### Ne zaman?

ab 26. August 2024, montags,  
wöchentlich, 9.30 bis 12.30 Uhr

### Nerede?

Seminarkeller von Netzwerk e.V.  
Longericher Straße 136

Bu ücret alınmayacaktır. Kumaş v.s. kendiniz getirmeniz gerekiyor.

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte direkt an die Kursleitung Bayan Yöndem (01578) 8374674.

## Entspannt durch Herbst und Winter

Viele Menschen spannen bei Stress, Angst oder Überlastung unbewusst ihre Muskeln an. Die Folge sind unangenehme Verspannungen, die uns den Alltag schwer machen.

Die »Progressive Muskelentspannung nach Jacobson« ist eine leicht erlernbare Entspannungsmethode für Jung und Alt. In neun aufeinanderfolgenden Stunden lernen Sie, durch gezieltes Anspannen und Entspannen der einzelnen Muskulatur, Ihren gesamten Körper nachhaltig zu entspannen. Sie werden nach dem Kurs in der Lage sein, die Übungen zu Hause eigenständig durchzuführen.

**Kursleitung: Frau König, Kinder- und Familienberatung für das Familienzentrum Bilderstöckchen**



### Wann?

ab 22. August 2024, donnerstags,  
wöchentlich, 18.45 bis 20.30 Uhr

### Wo?

Seminarkeller von Netzwerk e.V.  
Langericher Straße 136

Für alle Interessierten ab 18 Jahren

Mindestteilnehmerzahl: 3 Personen

Es entstehen keine Kosten.

Kleidung: sportlich, bequem

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an Frau König (siehe Seite 25).



## Café International

– im Familienzentrum Longericher Straße –

Das Elterncafé International ist ein regelmäßiger Treffpunkt für Menschen aller Nationen, um zu klönen, Kaffee zu trinken, Informationen auszutauschen und andere Familien kennenzulernen. Dies findet entweder in Form eines leckeren Frühstücks oder einem Kaffeetrinken am Nachmittag statt.



### Wann?

#### Elternfrühstück

Freitag, 20. September 2024,  
Freitag, 25. Oktober 2024,  
Freitag, 22. November 2024,  
jeweils von 9.30 bis 11.00 Uhr

#### Elterncafé am Nachmittag

Freitag, 20. September 2024,  
Freitag, 25. Oktober 2024,  
Freitag, 22. November 2024,  
jeweils von 14.00 bis 15.30 Uhr

### Wo?

Familienzentrum Longericher Straße 153

Schauen Sie herein. Lernen Sie andere Familien kennen. Haben Sie Spaß bei interessanten Diskussionen über die Themen, die Sie interessieren. Diese entnehmen Sie bitte den Aushängen in den Einrichtungen.

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an die jeweilige Einrichtungsleitung (siehe Seite 25).

## Café International

– im Familienzentrum Bilderstöckchen –

Das Elterncafé International ist ein regelmäßiger Treffpunkt für Menschen aller Nationen, um zu klönen, Kaffee zu trinken, Informationen auszutauschen und andere Familien kennenzulernen. Dies findet in Form eines leckeren Frühstücks statt. Unterschiedliche Spezialitäten aus vielen Ländern werden dabei angeboten.



### Wann und Wo?

Dienstag, 3. September 2024,

Dienstag, 1. Oktober 2024,

Dienstag, 5. November 2024,

jeweils von 9.30 bis 11.00 Uhr

Integrative Tageseinrichtung Am Bilderstöckchen 60c

### Wann und Wo?

Mittwoch, 4. September 2024,

Mittwoch, 23. Oktober 2024,

Mittwoch, 4. Dezember 2024,

jeweils von 9.30 bis 11.00 Uhr

Tageseinrichtung Neue Kempener Straße 207

Schauen Sie herein. Lernen Sie andere Familien kennen. Haben Sie Spaß bei interessanten Diskussionen über die Themen, die Sie interessieren. Diese entnehmen Sie bitte den Aushängen in den Einrichtungen.

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an die jeweilige Einrichtungsleitung (siehe Seite 25).



»Zeit für mich!«

### Internationales Stadtteil-Frühstück von Eltern für Eltern

Das Familienzentrum Bilderstöckchen bietet in Kooperation mit zwei Müttern aus dem Stadtteil ein gemütliches Eltern-Frühstück an.

Eltern aller Nationalitäten sind herzlich willkommen, neue Leute kennenzulernen, sich auszutauschen und einen netten Vormittag zu verbringen.

### Organisation und Durchführung: Frau Scheidt



#### Wann?

freitags von 9.30 bis 11.30 Uhr  
 6. Dezember 2024,  
 20. Dezember 2024,  
 10. Januar 2025,  
 24. Januar 2025

#### Wo?

Seminarkeller von Netzwerk e.V.  
 Longericher Straße 136

Es entstehen keine Kosten.

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an die jeweilige Einrichtungsleitung (siehe Seite 25) oder direkt an die Kursleitung Frau Scheidt (0163) 77 48 644.

## Offene Beratung

Haben Sie Fragen zur Erziehung, Entwicklung Ihres Kindes, Schule, Familie, Wohnumfeld usw.? Dann gibt die offene Sprechstunde Ihnen die Gelegenheit, Ihre Fragen zu stellen. Sie benötigen keinen Termin.

Frau König von der Kinder- und Familienberatung Bilderstöckchen ist während der Elterncafés in den Einrichtungen Ihre Ansprechpartnerin. Sie hat für Ihre Anliegen ein offenes Ohr und berät Sie gerne.



### Wann und Wo?

Während der Elterncafés in den Einrichtungen

Alle Familien sind herzlich willkommen.

Schauen Sie herein. Wir freuen uns auf Sie!

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an die jeweilige Einrichtungsleitung (siehe Seite 25).

## Sozialberatung

Ab sofort gibt es für die Familien im Stadtteil Bilderstöckchen eine Sozialberatung:

- Beantragung von Sozialleistungen (Wohngeld, Kinderzuschlag, Bildung und Teilhabe), Klärung von Fragen mit den Behörden
- Ausfüllen von Anmeldeformularen (Schule, OGS, Sportverein)
- Beantragung von Mutter-Kind-/Vater-Kind-Kuren und Kinderreha (Diagnosen ADHS, Adipositas, Neurodermitis u. v. a.)
- Begleitung/Vermittlung bei Gesprächen nach einer rassistischen Erfahrung (Alltag, Schule, Behörde, Job)

**Organisation und Durchführung:**  
**Frau Scheidt**  
 (Stadtteilmutter und systemischer Integrationscoach)



### Wann und Wo?

Nach telefonischer Vereinbarung

Dieses Angebot richtet sich ausschließlich an Bewohner/-innen des Stadtteils Bilderstöckchen.

### Ansprechpartnerin:

Für Fragen wenden Sie sich direkt an Frau Scheidt (0221) 169 17 200 oder (0163) 7748644 (bitte per WhatsApp)

## Hilfe bei der Kita-Anmeldung



Frau Scheidt beantwortet Ihnen Fragen rund um die Kita-Anmeldung und nimmt die Anmeldung im Online-Portal der Stadt Köln für Sie vor.



### Wann und Wo?

Nach telefonischer Vereinbarung

Dieses Angebot richtet sich ausschließlich an Bewohner/-innen des Stadtteils Bilderstöckchen.

### Ansprechpartner/-in:

Für Fragen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an die jeweilige Einrichtungsleitung (siehe Seite 25) oder direkt an Frau Scheidt (0163) 77 48 644.

## Beratungs- und Vermittlungsangebote

Die Familienzentren   helfen auch bei Problemen, wenn wir Sie persönlich nicht beraten können. Für diese Fälle haben wir Kooperationspartner gesucht, die uns oder Sie bei Bedarf unterstützen.

### 1. Kinderbetreuung – Tagespflege

Haben Sie für Ihr Kind keinen Platz in der Kita oder in der Offenen Ganztagsbetreuung in der Schule gefunden, reicht diese Betreuungszeit nicht aus, oder möchten Sie als Tagespflegeperson arbeiten? Wir helfen Ihnen gern durch die Vermittlung entsprechender Ansprechpartner\*innen zum Thema »Kindertagespflege«.

#### Ihre Ansprechpartnerin:

Frau Müller (0221) 91 39 270

### 2. Auskommen mit dem Einkommen – Schuldnerberatung

Haben Sie Geldprobleme? Haben Sie Schulden?

Flattern Ihnen Mahnungen unbezahlter Rechnungen ins Haus, schreibt die Rheinenergie böse Briefe wegen Zahlungsrückständen?

#### Wenden Sie sich bitte an:

Schuldnerberatung des Diakonischen Werkes Köln und Region gGmbH, Karthäusergasse 9–11, 50678 Köln, (0221) 160 38 66, [schuldnerberatung@diakonie-koeln.de](mailto:schuldnerberatung@diakonie-koeln.de)

### 3. Anfängerschwimmkurs für Erwachsene

Vermittelt wird ein Schwimmkurs für Erwachsene, denn auch sie sollen schwimmen können und in geselliger Atmosphäre den Spaß am Wasser finden.

Der Kurs findet zentral gelegen im Stadtbad Dormagen statt. Die Gruppe ist nicht größer als acht Personen. Unterrichts- und Begegnungssprache ist ausschließlich deutsch. Das Stadtbad Sammys, Robert-Koch-Straße 34, 41539 Dormagen, ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln (S 11) sehr gut erreichbar (bitte den Kurspreis erfragen).

#### Ihre Ansprechpartnerin:

Frau Heinisch, E-Mail: [kurse@heinisch24.de](mailto:kurse@heinisch24.de). Informationen finden Sie unter [www.marions-schwimmschule.de](http://www.marions-schwimmschule.de)

---

#### 4. Lebensmittelausgabe

Aufgrund einer Sanierung der Räumlichkeiten steht noch nicht fest, ab wann und wo die Lebensmittelausgabe im 2. Halbjahr 2024 stattfinden kann.

- **Wer kann zur Lebensmittelausgabe kommen?**

Jeder, der einen Bescheid über ALG II (Hartz IV), Grundsicherung oder Wohngeld hat oder im Besitz eines Köln-Passes ist und seinen Wohnsitz in Köln-Bilderstöckchen hat.

- **Wie geht das mit der Lebensmittelausgabe?**

Melden Sie sich donnerstags zwischen 10.00 und 11.00 Uhr bei der Lebensmittelausgabe (neuen Standort erfragen) an und weisen Sie Ihre Berechtigung nach (Kopie Köln-Pass oder ALG II-Bescheid). Wenn Sie bereits registriert sind, kommen Sie **donnerstags zwischen 10.00 und 11.00 Uhr** mit einer Einkaufstasche zur Lebensmittelausgabe und geben die Tasche dort ab. Sie erhalten eine Abholnummer. **Donnerstagabend zwischen 18.00 und 18.30 Uhr** holen Sie mit der Abholnummer Ihre Tasche mit den Lebensmitteln ab.

#### Ihre Ansprechpartnerin:

Frau Dopke, Kellerladen e.V. (0221) 170 15 96



## Ihre Ansprechpartner/-innen

### **Integrative Tageseinrichtung**

#### **Am Bilderstöckchen**

Am Bilderstöckchen 60c

Frau Werner

(0221) 17 13 95



### **Tageseinrichtung**

#### **Neue Kempener Straße**

Neue Kempener Straße 207

Frau Spitzkat

Frau Rudnick

(0221) 74 32 53



### **Kinder- und Familienberatung**

#### **im Familienzentrum Bilderstöckchen**

Longericher Straße 138a

Frau König

(0221) 888 996-50



### **Familienzentrum Longericher Straße**

Longericher Straße 153

Herr Lindenau

(0221) 17 18 52



## Regelmäßige Angebote der Familienzent

Montag	Dienstag	Mittwoch
<p><b>Nähkurs in türkischer Sprache</b> 9.30 bis 12.30 Uhr</p>	<p><b>Café International &amp; Offene Beratung</b> Elternfrühstück 9.30 bis 11.00 Uhr</p>	<p><b>Café Intern</b> Elternfrühst 9.30 bis 11</p>
		<p><b>Yoga für Ki</b> 9.30 bis 11</p>
		<p><b>Nähkurs in deutscher S</b> 18.00 bis 2</p>

Nähere Informationen zu diesen Kursen sowie weitere Angeb

## ren auf einen Blick – 2. Halbjahr 2024

	Donnerstag	Freitag
<b>ational</b> rück .00 Uhr	<b>Café International &amp; Offene Beratung</b> 9.30 bis 11.00 Uhr	<b>Café International &amp; Offene Beratung</b> Elternfrühstück 9.30 bis 11.00 Uhr
<b>nder</b> .30 Uhr	<b>Die Welt der Bücher entdecken</b> 1 x im Monat 10.00 Uhr	<b>Stadtteil-Frühstück »Zeit für mich«</b> 14-tägig 9.30 bis 11.30 Uhr
<b>Sprache</b> 1.00 Uhr	<b>Entspannt durch Herbst und Winter</b> 18.45 bis ca. 20.30 Uhr	<b>Café International</b> Elterncafé am Nachmittag 14.00 bis 15.30 Uhr

ote der Familienzentren finden Sie in diesem Programmheft!

