

## Kinderkurse

### Kinderkurs „13 Zwerge“

Dieses Angebot ist für Kinder ab 3 Jahre gedacht, die noch keinen Kindergartenplatz in Anspruch nehmen möchten. Unter Anleitung der Erzieherinnen können die Kinder an drei Vormittagen in der Woche Spielerfahrungen mit Gleichaltrigen in einer Gruppe von max. 15 Kindern sammeln. Die Kinder bekommen vielfältige Anregungen für die Entdeckungsreise des Lebens: zum Spielen, Singen, Tanzen, Bewegen, Erzählen und zu vielem mehr. Elternabende dienen der Klärung der Bildungsziele und dem Erfahrungsaustausch. Einmal in der Woche wird ein Elternteil zur Mitarbeit benötigt.

Termin: Mi. 04.01.12 / 73 x jeweils  
montags, mittwochs, freitags  
Zeit: 08:00 - 11:45 Uhr  
Ort: Grüner Weg 16  
Leitung: Anita Schmutter  
Marina Paffrath  
Kursnr.: 617-500

365 UStd.

### Zwergennest

Dieses Angebot ist für Kinder ab 2 Jahre gedacht. Unter der Anleitung einer Erzieherin können die Kinder zweimal pro Woche spielen und alleine erste Erfahrungen in einer Gruppe von max. 13 Kindern sammeln. Das Singen bekannter und neuer Fingerspiele und Lieder sowie Bewegung und Rollenspiele werden mit einbezogen. An jedem Donnerstagvormittag wird ein Elternteil zur Mitarbeit benötigt.

Termin: Do. 05.01.12 / 48 x jeweils  
dienstags und donnerstags  
Zeit: 09:00 - 11:30 Uhr  
Ort: Grüner Weg 16  
Leitung: Anita Schmutter  
Marina Paffrath  
Kursnr.: 617-501

160 UStd.

Weitere Informationen und Anmeldung für die „13 Zwerge“ und das „Zwergennest“ bei Anita Schmutter Tel. 0170/6708435 und unter [www.13-zwerge-havixbeck.de](http://www.13-zwerge-havixbeck.de) !!!

### Tag der offenen Tür

Am Samstag 07.01.2012 öffnet die Kindergruppe von 10:00 - 13:00 Uhr ihre Türen. In dieser Zeit stehen die Erzieherinnen Anita Schmutter und Marina Paffrath für alle offenen Fragen bereit und geben gerne einen Einblick in das Land der „13 Zwerge“. Alle Eltern, die gerne das Angebot für ihr Kind im Zwergennest (ab 2 Jahre) als auch die erweiterte Gruppe „13 Zwerge“ (ab 3 Jahre für Kinder die noch keinen Kindergartenplatz in Anspruch nehmen) anschauen möchten, sind herzlich dazu eingeladen.

### 20 Jahre Kindergruppe „13 Zwerge“

ein Grund um Rückblick zu halten und bei Kaffee und Kuchen zu feiern. Wir beginnen mit einem Wortgottesdienst am Freitag, 29.06.2012 um 15:30 Uhr auf dem Spielplatz Grüner Weg.



## Sprachförderung für Kinder

In Zusammenarbeit mit dem Kindergarten  
St. Dionysius

Termin: Mo. 16.01.12 / 20 x  
Zeit: 8:15 - 11:15 Uhr  
Ort: St. Dionysius Kindergarten  
Leitung: Mechthild Gesmann  
Kursnr.: 617-502

80 UStd.

Termin: Mo. 16.04.12 / 13 x  
Zeit: 8:15 - 11:15 Uhr  
Ort: St. Dionysius Kindergarten  
Leitung: Mechthild Gesmann  
Kursnr.: 617-503

52 UStd.

In Zusammenarbeit mit dem Von-Galen-  
Kindergarten

Termin: Di. 17.01.12 / 20 x  
Zeit: 08:15 - 10:30 Uhr  
Ort: Von Galen Kindergarten  
Leitung: Mechthild Gesmann  
Kursnr.: 617-504

60 UStd.

Termin: Di. 17.04.12 / 20 x  
Zeit: 08:15 - 10:30 Uhr  
Ort: Von Galen Kindergarten  
Leitung: Mechthild Gesmann  
Kursnr.: 617-505

60 UStd.

## Gesundheit und Bewegung

### Gedächtnistraining

Wellness für den Kopf

„Braucht mein Gehirn denn Training? Nicht erst im Alter? So vergesslich bin ich doch noch nicht.“ So oder ähnlich werden auch Sie wahrscheinlich denken.

Wie unser Körper ständig Bewegung braucht, damit die Muskeln nicht erschlaffen, so braucht auch unser Gehirn ständig wechselnde Anforderungen, damit unser Denken nicht verkümmert. Denn unsere Hirnleistung wird ständig gebraucht, wenn es um Wahrnehmungen, Konzentration, Merkfähigkeit, Wortfindung, logisches Denken, Urteilsfähigkeit, Fantasie, Kreativität und Denkflexibilität geht. All das kann man trainieren, zumal es nach heutigen Erkenntnissen unstrittig ist, dass regelmäßige Übungen zu einer Steigerung der Gehirnleistung beitragen, bestimmte Beschwerden zu reduzieren oder hinauszuzögern, unabhängig vom Alter oder der jeweiligen Lebenssituation. In spielerischer Form, in offener und freundlicher Atmosphäre, ohne Stress und Druck sollen „die grauen Zellen“ wieder oder weiterhin aktiviert werden.

Termin: Di. 10.01.12 / 10 x  
Zeit: 09:00 - 10:30 Uhr  
Ort: Marienstift  
Leitung: Reinhold Hettlich  
Kursnr.: 631-500 (30,00 €)

20 UStd.

### Senioren gymnastik

Der Kurs beinhaltet leichte, gezielte Übungen u.a. mit Bällen zur körperlichen, geistigen Gesunderhaltung und Verbesserung der Beweglichkeit im Seniorenalter.

#### Für Frauen

Termin: Mi. 11.01.12 / 22 x  
Zeit: 08:00 - 09:00 Uhr  
Ort: Gymnastikraum des Multifunktionalen Gebäudes  
Leitung: Barbara Hettlich  
Kursnr.: 633-500 (44,00 €)

29,3 UStd.

#### Für Frauen und Männer

Termin: Mi. 11.01.12 / 22 x  
Zeit: 09:00 - 10:00 Uhr  
Ort: Gymnastikraum des Multifunktionalen Gebäudes  
Leitung: Barbara Hettlich  
Kursnr.: 633-501 (44,00 €)

29,3 UStd.

#### Für Männer

Termin: Mi. 11.01.12 / 22 x  
Zeit: 10:00 - 11:00 Uhr  
Ort: Gymnastikraum des Multifunktionalen Gebäudes  
Leitung: Barbara Hettlich  
Kursnr.: 633-502 (44,00 €)

29,3 UStd.

### Sportliche Bewegung im Alter

Gymnastikangebot für Senioren - in Zusammenarbeit mit dem Marienstift

Termin: Do. 19.01.12 / 6 x (alle 4 Wochen)  
Zeit: 15:30 - 17:00 Uhr  
Ort: Marienstift  
Leitung: Christel Schneider  
Kursnr.: 633-509 (14,40 €)

12 UStd.

### Sitzgymnastik für Senioren

Übungen im Sitzen mit und ohne Musik - in Zusammenarbeit mit dem Marienstift

Termin: Do. 05.01.12 / 8 x (alle 4 Wochen)  
Zeit: 15:30 - 17:00 Uhr  
Ort: Marienstift  
Leitung: Gisela Sachs  
Kursnr.: 633-511 (19,20 €)

16 UStd.

### Tanz mit - bleib fit

Tanzen ist ein gesunder Ausgleichssport für alle, die sich gerne nach Musik bewegen. Dieser Kurs richtet sich an Erwachsene ab ca. 50 Jahre. Jeder kann kommen, egal ob mit oder ohne Partner. In fröhlicher Gemeinschaft werden Kreis- und Gassentänze, Squaredances, Mixer, Line-Dances und Gesellschaftstanzformen getanzt. Im Kontakt mit anderen wirkt das Tanzen wie ein Gedächtnistraining, das sowohl das Herz- und Kreislaufsystem sowie den Bewegungsapparat und die geistige Beweglichkeit wohltuend beeinflusst, Körper und Geist werden aktiviert.

Termin: Mo. 09.01.12 / 8 x  
Zeit: 15:00 - 16:30 Uhr  
Ort: Aula der Grundschule  
Leitung: Karin Wagner  
Kursnr.: 633-506 (17,60 €)

16 UStd.

Termin: Mo. 23.04.12 / 8 x  
Zeit: 15:00 - 16:30 Uhr  
Ort: Aula der Grundschule  
Leitung: Karin Wagner  
Kursnr.: 633-507 (17,60 €)

16 UStd.



## Literatur und Musik

### Literaturkreis

Ein Buch ist wie ein Garten, den man in der Tasche trägt.

(Arabisches Sprichwort)

In Absprache mit den Teilnehmer/innen werden sowohl Neuerscheinungen als auch klassische Werke der Dichtung ausgewählt und besprochen. Über genauere Angaben gibt die Referentin gerne Auskunft (Tel. 02507/9460).

### Literaturkreis I

Termin: Mo. 09.01.12 / 13 x (14-tägig)  
Zeit: 09:00 - 10:30 Uhr  
Ort: Marienstift  
Leitung: Elisabeth Bethge  
Kursnr.: 651-500 (44,20 €)

26 UStd.

### Literaturkreis II

Termin: Mo. 09.01.12 / 13 x (14-tägig)  
Zeit: 10:45 - 12:15 Uhr  
Ort: Marienstift  
Leitung: Elisabeth Bethge  
Kursnr.: 651-501 (44,20 €)

26 UStd.

### Literaturkreis III

Termin: Di. 10.01.12 / 13 x (14-tägig)  
Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr  
Ort: Marienstift  
Leitung: Elisabeth Bethge  
Kursnr.: 651-502 (44,20 €)

26 UStd.

### Vorlesen und singen

Dieses Angebot richtet sich an Seniorinnen und Senioren, die literarisch interessiert sind und gerne singen. Es werden Kurzgeschichten, Münsterländer Texte, aktuelle Berichte und Gedichte vorgetragen und besprochen. Außerdem wird die kurzweilige Stunde durch Singen bekannter Lieder aufgelockert.

Termin: Sa. 14.01.12 / 12 x (14-tägig)  
Zeit: 15:30 - 16:30 Uhr  
Ort: Marienstift  
Leitung: Heidemarie Sobotka  
Kursnr.: 651-506 (19,20 €)

16 UStd.