

**Ehrenamtliche  
Mitarbeit  
leicht gemacht:**

- ➡ ein tolles Team
- ➡ flexible Tage-/Stundeneinteilung
- ➡ jede Stunde mitmachen hilft
- ➡ kleine finanzielle Aufwandsentschädigung möglich
- ➡ abwechslungsreiche Themenfelder
- ➡ **entscheide selbst** wobei und mit wieviel Zeit Du Dich engagieren kannst

**Komm in unser Team,  
wir freuen uns auf Dich!**

**...gemeinsam aktiv werden und zusammen Spaß haben!**

**Sportangebote für Erwachsene**

**Bodyfit**

**dienstags** von 18:45 – 19:30 Uhr  
Ganzkörpertraining für Bauch-, Becken-, Beine- und Pomuskulatur

Ort: Turnhalle im  Henstedter Weg 55  
Kosten: 8 Termine, € 48 / Mitglieder € 45  
mit Voranmeldung (min. 3 Teilnehmer)

**YOGA für jedermann**

**mittwochs** von 19:30 – 20:30 Uhr  
Dieser Kurs gibt allen Neugierigen eine liebevolle Einführung ins Hatha Yoga. Neben einigen theoretischen Erklärungen üben wir vor allem praktisch.

Ort: im Mütterzentrum  
Kosten: 10 Termine, € 110, mit Voranmeldung  
Je nach Krankenkasse ist eine Bezuschussung zw. 60-90% möglich.

**Krabbelgruppen mit Frühstück**

**8 Vormittage im Müze mit Frühstück satt**

Für Kinder zwischen 3 und 18 Monaten.  
Gemeinsam altersgerecht die sozialen Fähigkeiten und die Feinmotorik fördern.

**Gruppen von Montag bis Freitag**

Unsere Gruppen sind in Altersstufen eingeteilt.  
Aktuelle Altersstufen sowie Termine und Kosten finden Sie auf unserer Homepage oder erfragen Sie bitte telefonisch im Büro.

➡ Wir nehmen auch Bildungsgutscheine an für unsere Krabbelgruppen!



**Von Mensch zu Mensch**

Das Mütterzentrum Norderstedt ist der ideale Anlaufpunkt, um neue Kontakte zu knüpfen, sich auszutauschen und um sich zu informieren oder zu orientieren.

Nicht nur Mütter, sondern auch Väter, Omas, Opas oder Tagesmütter sind mit ihren Kindern herzlich willkommen.

**Viele Möglichkeiten für Sie**

Bei uns können Sie das vielseitige Programm für Klein und Groß nicht nur selbst nutzen, sondern es auch aktiv mitgestalten.

Dabei können vielfältige Fähigkeiten und Talente neu entdeckt, genutzt und weitergegeben werden.

Denn jede Idee ist es Wert, darüber nachzudenken und bei uns haben Sie den Platz und die Chance, diese in die Tat umzusetzen.

**So finden Sie uns**

 **Mütterzentrum**  
Norderstedt e.V.

Kielortring 51, 22850 Norderstedt  
Tel.: 040 / 523 72 50

info@muetterzentrum-norderstedt.de  
www.muetterzentrum-norderstedt.de



**ein Treffpunkt für die ganze Familie**

**Werden Sie Mitglied und unterstützen Sie uns**

Für 36 Euro im Jahr haben Sie als Mitglied viele Vorteile z. B. Ermäßigungen bei Kursen und Veranstaltungen.

**Wir freuen uns über Ihre Spende**

Auch ein kleiner Beitrag unterstützt unsere Arbeit!  
**Vielen Dank!**  
Eine Spendenquittung senden wir Ihnen gerne zu.

**Bankverbindung:**

Volksbank Raiffeisenbank eG  
BIC: GENODEF1HH4  
DE 71 2019 0109 0031 1650 60



Folgen sie uns auf Instagram und Facebook

Gestaltung: C. Rüdiger, www.cr-arts.de



**Programm 2024**  
JANUAR - DEZEMBER

**Tel: 040 / 523 72 50**

## Offener Treff

### Am Vormittag

#### Einfach vorbeikommen – ohne Anmeldung!

Die Großen können in gemütlicher Runde klönen, während die Kleinen spielen.

**Frühstücksbuffet** bis 11 Uhr, zum Selbstkostenpreis  
Spiel- und Toberaum für die Kinder

Second-Hand-Markt Viel Spaß beim Stöbern!

**Öffnungszeiten: Mo – Fr, 9 – 12 Uhr**

### Familientreff mit Brunch

#### Sonntag von 9:30 – 12 Uhr

Termine finden Sie auf unserer Homepage.

Frühstück, Spaß, Austausch und mehr...

Bitte mit Anmeldung!

### Ukrainisch-deutscher Spiel-, Spaß- und Begegnungstreff

Infos finden Sie auf unserer Homepage.

## Für Babies

**Krabbelgruppen** Montag bis Freitag vormittags mit Frühstück (weitere Infos im Außenteil)

**PEKIP** (weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage)

## Für Kleinkinder

**Spielgruppen am Freitag** für Kinder ab 1 Jahr inkl. einem Elternteil oder Oma/Opa  
**Freitagvormittag** im Mütterzentrum  
(weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage)



## Vorschule

### Vorbereitung auf die 1. Klasse

Für Kinder ab 5-6 Jahren **am Nachmittag**.

**Start Vorschuljahr 2024/25: ab August 2024**

Mittwochsgruppe, 15 – 17 Uhr

Kosten pro Kind/Monat: € 44 / Mitglieder € 40

# Angebote 2024

## JANUAR - DEZEMBER

## Für Schulkinder

**Englisch für 7. – 8. Klasse** Sa, 9 – 10 Uhr  
**Englisch für 9. – 10. Klasse** Sa, 10 – 11 Uhr  
Nachhilfe, Einstieg jederzeit möglich  
Kosten: 10 Termine, € 100 / Mitglieder € 95  
kostenlose Probestunde



## SchulferienBETREUUNG 2024

Für Schulkinder (1.– 8. Klasse) organisieren wir ein abwechslungsreiches und spannendes Ferienprogramm.

**22.07. – 02.08.2024, von 7 – 15 Uhr**

Kosten und Infos finden Sie auf unserer Homepage (inkl. Eintrittspreise, Fahrtkosten, Frühstück & Mittagessen, Betreuung wochenweise buchbar; Einzeltage buchbar, Ermäßigungen für Alleinerziehende möglich).

## Märkte 2024

**Kinderflohmarkt – Frauenkleidermarkt – Teeniemarkt – Spielzeugmarkt**

Die aktuellen Termine und Anmeldedaten finden Sie auf unserer Homepage.

## Anmeldung und Informationen

Unser Büro ist geöffnet: **Mo – Fr, 9 – 12 Uhr**.  
Um uns zu besuchen und unser Angebot zu nutzen, **müssen Sie kein Mitglied sein!**

Alle Angebote, Öffnungszeiten, Angaben und Preise unterliegen möglichen Änderungen. Tagesaktuelle Hinweise finden Sie immer auf unserer Homepage [www.muetterzentrum-norderstedt.de](http://www.muetterzentrum-norderstedt.de)

### Schließzeiten:

**05.08.2024 – 25.08.2024**, geöffnet ab 26.08.2024

**19.12.2024 – 05.01.2025**, geöffnet ab 06.01.2025

## Für Eltern und Großeltern

**Spanisch für den Urlaub** – für Anfänger  
(Kursdaten finden Sie auf unserer Homepage)  
Kosten pro Kurs: 6 Termine, € 70 / Mitglieder € 65

**Englisch Konversationskurs** mit Muttersprachlerin  
Sa, 11 – 12 Uhr, Einstieg jederzeit möglich  
Kosten pro Termin: € 10 / Mitglieder € 9,50

**Nähkurs** – für Anfänger und Fortgeschrittene  
(Kursdaten und Infos finden Sie auf unserer Homepage)

**Geburtstvorbereitungskurse für Paare** – optimal für Schwangere zwischen der 30. und 37. Schwangerschaftswoche), Sa und So von 10 – 17 Uhr  
20./21.01., 17./18.02., 16./17.03., 15./16.06., 13./14.07., 14./15.09., 16./17.11.2024

Kosten pro Kurs: für Schwangere Übernahme von gesetzl. Krankenkasse, Partnergebühr 140 € (Infos auf unserer Homepage)

### Erste Hilfe am Kleinkind und Baby

Kurs 1: So 24.03.2024, 9 – 17 Uhr (inkl.Pause)  
Kurs 2: Sa/So 29./30.06.2024, 13 – 16:30 Uhr (inkl.Pause)  
Kurs 3: Sa 21.09.2024, 9 – 17 Uhr (inkl.Pause)  
Kosten pro Kurs: € 25, inkl. Getränke/Snacks & Nachschlagewerk

## Beratungen und Inforunden

**Rechtsberatung** – Arbeitsrecht & Familienrecht  
jeden letzten Dienstag im Monat, 9:30 – 11 Uhr  
Anmeldung erforderlich, kleine Spende erbeten

**Frühe Hilfen Norderstedt** Unterstützung für Schwangere und junge Familien, jeden Donnerstag im Monat, 10 – 10:30 Uhr, ohne Anmeldung & kostenfrei

### Trageberatung

Anmeldung erforderlich (Infos auf unserer Homepage)

**Sternenkinder Eltern Treff** – Start ab Mitte 2024  
(weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage)

Wir suchen **DICH**

als **VERSTÄRKUNG** für:

- ➡ unseren **offenen Treff** am Vormittag
- ➡ unseren **Nachmittagstreff**
- ➡ unsere **Vorschule** am Nachmittag
- ➡ unsere **Schulferienbetreuung** im Sommer
- ➡ **Aktionen mit Kindern**
- ➡ unsere **Flohmärkte**



*Vorbeikommen und schnuppern ist jederzeit möglich.*

**Mütterzentrum Norderstedt e.V.**  
Kielortring 51 in Norderstedt  
E-mail: [info@muetterzentrum-norderstedt.de](mailto:info@muetterzentrum-norderstedt.de)  
[www.muetterzentrum-norderstedt.de](http://www.muetterzentrum-norderstedt.de)