

Kinder- & Familienarbeit

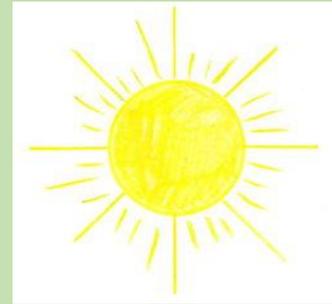
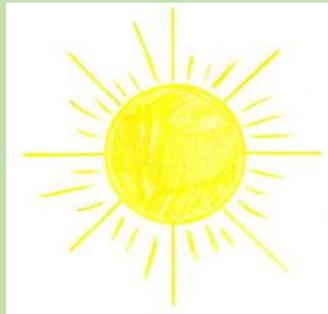


Opfikon



Newsletter Nr. 2

01.04.2020



Informatives

Basteln Spielraum ara Glatt goes online - 4. April 2020



4.4.20
Basteltipp aus
dem Spielraum
ara Glatt

Ihr benötigt:
Papier, eine
Schere &
Stifte

Basteln mit Jeannette

*Das Video dazu findest
du am Samstag ab 14:00
Uhr auf Facebook*

Folge uns auf unserer neuen Facebook- Seite (Familienarbeit Opfikon) damit du alle akutellen Infos erhältst.



Auch der Bereich Integration der Stadt Opfikon hat neu eine Facebook- Seite → Tippe auf das Facebook-Symbol



Die aktuelle Situation ist für alle Eltern und Kinder eine enorme Belastungsprobe. Dies führt dazu, dass viele Familien mit Erziehungskrisen, Überforderung oder Verunsicherung konfrontiert sind. Zögere nicht dir Tipps von Fachleuten zu holen!



Eltern notruf

0848 35 45 55

24h Hilfe und Beratung.

- 24h Beratung von Fachpersonen für Eltern
- Kostenlos
- Mehr dazu unter: elternnotruf.ch



Tel.: 058 261 61 61

- 24h Beratung von Fachpersonen für Eltern
- Kostenlos
- Mehr dazu unter: projuventute.ch

Body 2 Brain – App für innere Ruhe oder den richtigen Antrieb



- Body2Brain gibt Anleitung für diverse Übungen bei Lustlosigkeit, Stress oder Ärger
- Wirkt und macht sogar noch Spass
- Super für Kinder geeignet
- Im App- und Play Store kostenlos erhältlich - Tippe einfach auf das Bild links

Auch Erwachsene können Body2Brain nutzen. Zusätzlich gibt folgende Homepage viele nützliche Tipps zur Pflege der Psychischen Gesundheit:

dureschnufe.ch



Spiel und Spass

Basteltipp der Woche

Osterhasen aus Büchsen oder Papprollen



Ihr benötigt:

- Büchsen oder Papprollen
- Papier / Karton für die Ohren und Füsse
- Schere
- Pinsel
- Farbe
- Klebstoff

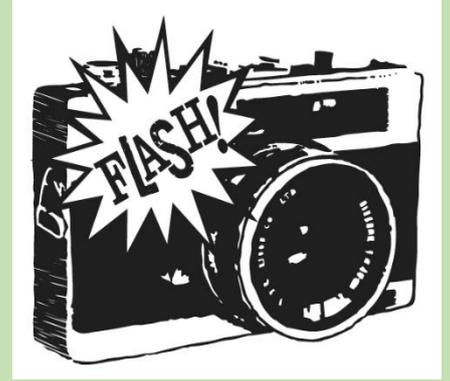
Für die Häschen aus Papprollen einfach die beiden offenen Seiten der Rolle einklappen!

Die Büchsen könnt ihr mit Erde füllen und Blumensamen sähen oder als Osternest mit Schoggieier füllen.

Wir freuen uns, wenn du uns ein Foto von deinem fertigen Werk zuschickst! 😊

*Sende dies an:
familienarbeit@opfikon.ch*

**Zeichne, male, fotografiere
oder filme was du so
erlebst..**



**Uns würde es freuen, wenn du
deine Erlebnisse mit uns teilst -
Schicke uns dein Werk an:
familienarbeit@opfikon.ch**

Tschüüüsss

Schön, dass du unseren Newsletter gelesen hast! 😊



Jeannette Sestito
jeannette.sestito@opfikon.ch
076 343 24 75



Yvonne Glarner
yonne.glarner@opfikon.ch
079 934 21 51



Simone Dietsche
simone.dietsche@opfikon.ch
079 367 28 58

Gerne möchten wir den Newsletter möglichst nach eueren Bedürfnissen gestalten. Wir freuen uns, wenn ihr uns mitteilt was euch aktuell beschäftigt. Wir werden eure Themen und Fragen dann anonymisiert in nächsten Newsletter aufgreifen. Sende uns die Fragen an: familienarbeit@opfikon.ch

Selbstverständlich sind wir weiterhin auf unseren persönlichen E-Mailadressen und Telefonnummern für euch da!