

**iPhone- und iPad-Kurs für Anfänger** Wir zeigen, wie man die Geräte richtig nutzen kann.

**Daten:** Mittwoch, 7. und 14. November 2018, 19.00 bis 21.30 Uhr

**Leitung:** Luca Süess **Veranstalter:** Frauenbund Sursee **Ort:** Kloster Sursee **Anmeldung:** Bis am Sonntag, 28. Oktober 2018 an Brigitta Cefalo, 041 922 08 15 **Auskunft:** www.frauenbund-sursee.ch

**weitere Informationen:** iPhone und/oder iPad mit aufgeladenem Akku mitbringen

**Kosten:** Fr. 85.- für Nichtmitglieder / Fr. 75.- für Mitglieder

**Reise zu Franz von Assisi** Die Pfarrei Sursee lädt zu einer Reise auf den Spuren des Heiligen Franz nach Assisi ein.

**Datum:** Samstag, 6. Oktober bis Samstag, 13. Oktober 2018

**Leitung:** Josef Mahnig, mitarbeitender Priester, Sursee **Veranstalter:** Pfarrei St. Georg, Sursee

**Ort:** Assisi/IT **Anmeldung:** Bis am Dienstag, 15. Mai 2018 an Kath. Pfarramt, 6210 Sursee

**Auskunft:** Josef Mahnig, Carl-Beck-Strasse 3a, 6210 Sursee, 041 280 04 78, www.pfarrei-sursee.ch

**Kosten:** Ungefähr Fr. 1'100.- (Doppelzimmer)

**Afrojazztanz** Tanzen mit Rhythmen und Elementen aus dem afrikanischen Tanz.

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene, Einstieg jederzeit möglich

**Datum:** jeweils Montag, 18.45 bis 19.45 Uhr, Donnerstag, 19.00 bis 20.30 Uhr

**Leitung:** Romie Peyer-Stalder, Lehrerin für Bewegung und Tanz, Feldenkrais-Pädagogin SFV

**Ort:** Alte Turnhalle Mensa, St. Georg-Strasse 1, 6210 Sursee

**Anmeldung und Auskunft:** Romie Peyer, 041 921 31 70 **Besonderes:** Neue Kurse ab März, August und November

**Kosten:** Montag: Fr. 120.- für 10 Lektionen, Donnerstag: Fr. 180.- für 10 Lektionen

**Musikschule Region Sursee** Die Musikschule Region Sursee bietet verschiedene – teils ausgefallene – Kurse an. Speziell für Erwachsene wird ein 5er- oder 10er Unterrichts-Abo für alle Instrumente oder Gesang angeboten.

**Datum:** Datum und Zeit nach Absprache mit der Lehrperson

**Leitung:** Musiklehrpersonen der Musikschule Region Sursee

**Ort:** Musikschule Region Sursee, Geuenseestrasse 2b, 6210 Sursee

**Anmeldung und weitere Informationen:** Sekretariat Musikschule, 041 925 82 60 oder www.m-r-s.ch

**Kurse: ACHILLEA Kräuter- + Wildpflanzenprodukte**

**Frühlingskräuter-Wanderung:** Samstag, 17. März 2018, 13.30 bis 17.00 Uhr

**Brennnessel-Workshop:** Montag, 23. April 2018, 19.00 bis 21.45 Uhr

**Das Holunder-Wunder:** Dienstag, 29. Mai und Mittwoch, 29. August 2018, 19.00 bis 21.45 Uhr

**Magische Johannis-Kräuter:** Samstag 16. Juni 2018, 13.30 bis 17.00 Uhr

**Wildfrüchte-Wanderung:** Samstag, 15. September 2018, 13.30 bis 17.00 Uhr

**Heilpflanzen im Wechsel:** Dienstag, 23. Oktober 2018, 19.00 bis 21.45 Uhr

**Fackeln aus Königskerzen:** Mittwoch, 14. November 2018, 18.00 bis 21.00 Uhr

**Leitung:** Sibylle Jossi Studer, Heilpflanzenfachfrau, ACHILLEA Kräuter- + Wildpflanzenprodukte

**Anmeldung:** Bis jeweils 5 Tage davor an Sibylle Jossi Studer, 041 920 38 39, achillea@hotmail.ch

**weitere Informationen:** www.freiraum-sursee.ch

**Boccia** Einführung in die beliebte Kugelspielform, sowie Plausch-Spiele im Freien bei Tageslicht, Sonnenschirm und Festbänken.

**Datum:** Mai bis Oktober 2018 **Leitung:** Remo Springhetti und Leo Muff

**Ort:** Klostermatte Sursee, Geuenseestrasse 2b, 6210 Sursee (hinter Alterszentrum St. Martin)

**Anmeldung:** Gruppen von 4 bis 12 Personen melden sich bei Remo Springhetti, 041 921 28 38

oder Leo Muff, 041 921 49 77

**Kosten:** Fr. 10.- pro Teilnehmer, für 2 Stunden spielen mit Regelbegleitung und Bahnbetreuung

**Haben Sie heute schon getauscht?** Im Tauschnetz Soorsi wird getauscht – bezahlt wird mit der Währung Zeit.

**Datum:** Jeden letzten Mittwoch des Monats, ausser im Juli und Dezember, 18.30 bis 20.30 Uhr

**Leitung:** Tauschnetz Soorsi **Ort:** Kloster Sursee, Geuenseestrasse 2b, 6210 Sursee (Pförtnerstube)

**Anmeldung:** Sonja Metzler, 041 361 06 76, www.tnssoorsi.ch **Besonderes:** An den Tauschtreffs werden von Mitgliedern Kurzvorträge und andere Aktivitäten geboten **Kosten:** Fr. 30.- (Jahresbeitrag Verein)

## ANGEBOTE FREIRAUM

**Rechtsberatung zum Thema Familienrecht** Die persönliche Rechtsauskunft wird durch eine Juristin erteilt und dauert eine halbe Stunde. Eine telefonische Voranmeldung während den Bürozeiten ist notwendig.

**Kosten:** Fr. 30.- (für SurseerInnen Fr. 20.-) **Anmeldung:** freiraum Stadt Sursee, 041 926 92 12

**Raumnutzung** Der freiraum Stadt Sursee stellt seine Räumlichkeiten für Begegnung und Austausch zur Verfügung. Hier treffen sich Migrantinnen zum internationalen Frauentreff, Lesegruppen, Selbsthilfegruppen, und vieles mehr. Wir freuen uns über Anfragen.

**Raumvermietung** Der freiraum kann für Kurse, Seminare und Sitzungen gemietet werden.

Die Infrastruktur ist ideal für 12 bis 20 Personen. Whiteboard und Flip-Chart sind vorhanden, ein Beamer kann gemietet werden. Vor allem an Wochenenden ist der Raum noch frei.

**Kosten:** Halbtage oder Abend Fr. 75.- (für SurseerInnen Fr. 50.-)

Ganzer Tag Fr. 135.- (für SurseerInnen Fr. 90.-)

Der freiraum vernetzt und koordiniert die Angebote in Sursee in den Bereichen Integrationsförderung,

Elternbildung und Vorschule und führt Projekte in Zusammenarbeit mit anderen Fachstellen durch.

**Aktuelle Projekte** finden Sie auf unserer Homepage

**Wir sind Mitglied von folgenden Netzwerken:** Netzwerk Luzerner Volkshochschulen, FrauenLuzern.ch, Fokus Integration – Landschaft(f)t Zusammenleben

**Infothek** Im freiraum finden Sie Informationsmaterial – vieles davon in verschiedenen Sprachen – zu den Themen: Gesundheit, Frauen und Männer, Elternbildung, Integration und Familie.

**Infomail aus dem freiraum** Möchten Sie über Aktuelles aus dem freiraum informiert werden?

Dann teilen Sie uns Ihre Mailadresse mit.

**Telefonöffnungszeiten**

Dienstag: 14.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Donnerstag: 9.00 Uhr bis 11.00 Uhr

Freitag: 9.00 Uhr bis 11.00 Uhr

Während den Schulferien bleibt der freiraum geschlossen.

**Kontakt**

Fanny Nüssli und Xhilda Biçoku

041 926 92 12

info@freiraum-sursee.ch



Weitere Informationen und das Detailprogramm finden Sie unter [www.freiraum-sursee.ch](http://www.freiraum-sursee.ch).

freiraum

Anlauf- und Koordinationsstelle für  
Frauen und Männer. **Erwachsenenbildung. Integration**



## ELTERNBILDUNG

**Starke Eltern – Starke Kinder: Mehr Freude mit Kindern (Basiskurs)** Ein Kursangebot für Eltern von Kindern im Alter zwischen ca. 6 und 12 Jahren.

**Daten:** Donnerstag, 3., 17., 24. und 29. Mai 2018, 19.15 bis 21.45 Uhr

**Leitung:** Miranda Brügger Gartenmann, Sozialpädagogin FH, zertifizierte SESK-Kursleiterin

**Ort:** freiraum Stadt Sursee **Anmeldung:** Bis am Donnerstag, 12. April 2018 an freiraum Stadt Sursee

**Kosten:** Fr. 150.- pro Person, 220.- pro Paar

**Gordon Familientraining** Klare Kommunikation anstelle von Schimpfen und Strafen, frechen Antworten oder nicht Zuhören? Weniger Stress, dafür mehr Beziehung in der Familie.

**Daten:** Donnerstag, 15., 22. und 29. März, 19. und 26. April, 3., 17. und 24. Mai, 7., 14. und 31. Juni 2018, jeweils 19.15 bis 22.15 Uhr

**Ort:** Zentrum Mühle, Bildung und Beratung, Oberdorf 5, 6018 Buttisholz

**Leitung:** Helena Weingartner Brunner, weingartner@zentrum-muehle.ch

**Anmeldung und Auskunft:** www.zentrum-muehle.ch

**Kosten:** Fr. 550.- für Einzelpersonen, Fr. 950.- für Paare

**Jugendlichen und Kindern ein starkes Gegenüber sein** Einfache Mittel mit nachhaltiger Wirkung.

Vortrag mit Gedankenaustausch.

**Datum:** Donnerstag, 26. April 2018 19.00 bis 20.30 Uhr

**Leitung:** Bernadette Kaufmann-Schaller, Psychologin und ehem. Primarlehrerin

**Ort:** freiraum Stadt Sursee **Anmeldung:** Bis am Donnerstag, 19. April 2018 an

Bernadette Kaufmann-Schaller, 041 534 10 10, mail@lernen-gedaechtnis-verhalten.ch

**weitere Informationen:** www.lernen-gedaechtnis-verhalten.ch **Kostenlos**

**Die Zyklusshow – Dem Geheimcode des Körpers auf der Spur** Tagesworkshop für Mädchen von 10 bis 12 Jahren. In einem liebevollen und geschützten Rahmen lernen sie die spannenden Vorgänge rund um Pubertät, Zyklus und Fruchtbarkeit kennen und verstehen.

**Elternvortrag:** Freitag, 19. Oktober 2018, 19.30 bis 21.30 Uhr

**Mädchenworkshop:** Samstag, 20. Oktober 2018, 10.00 bis 17.00 Uhr (ab 16.00 Uhr mit den Müttern)

**Leitung:** Miranda Brügger Gartenmann, Sozialpädagogin FH, Kursleiterin MFM-Projekt **Ort:** Aula des Schulhauses Alt Sankt Georg, Sursee **Anmeldung:** Miranda Brügger Gartenmann, 079 273 36 63,

m.bruegger@mfm-projekt.ch **Kosten:** Fr. 120.- Elternvortrag und Workshop, Fr. 25.- nur Elternvortrag

**MFM-Projekt – für Jungs** Tagesworkshop für Jungs zwischen 10 und 12 Jahre. «Agenten auf dem Weg» heisst das sexualpädagogische Präventionsprojekt, das Jungs behutsam in die Pubertät begleitet. Im Workshop werden die Jungs auf eine Entdeckungsreise durch ihren Körper geschickt. In einem geschützten Rahmen lernen sie die spannenden Vorgänge rund um die Pubertät und Fruchtbarkeit kennen und verstehen.

**Elternvortrag:** Freitag, 2. November 2018, 19.30 bis 21.30 Uhr

**Jungsworkshop:** Samstag, 3. November 2018, 9.00 bis 16.00 Uhr

**Leitung:** Remo Bissig, Kursleiter MFM-Projekt **Ort:** Aula des Schulhauses Alt Sankt Georg, Sursee

**Anmeldung und Auskunft:** Miranda Brügger Gartenmann, 079 273 36 63, m.bruegger@mfm-projekt.ch

**Kosten:** Fr. 120.- Elternvortrag und Workshop, Fr. 25.- nur Elternvortrag

**Was braucht mein Kind für den Kindergarteneintritt?**

**Datum:** Donnerstag, 15. November 2018, 19.00 bis 20.30 Uhr **Leitung:** Gerti Walker, HFD Sursee

**Ort:** Bürgersaal, Rathaus Sursee **Anmeldung:** Bis am Freitag, 9. November 2018 an Xhilda Biçoku,

041 926 92 11, xhilda.bicoku@stadtsursee.ch **Sprache:** Hochdeutsch mit Übersetzung, bei der

Anmeldung bitte die gewünschte Sprache angeben **Kostenlos**

## FRAUEN, MÄNNER UND FAMILIEN

**Familienarmut in der Schweiz** Armut hat viele «Gesichter», woran erkennt man sie?

Carlo Knöpfel, der renommierte Armutsforscher, spricht über Ursachen und Auswirkungen.

**Datum:** Dienstag, 15. Mai 2018, 19.30 bis 21.00 Uhr

**Leitung:** Prof. Dr. Carlo Knöpfel, Buchautor und Dozent an der Fachhochschule für Soziale Arbeit der FHNW

**Ort:** Bürgersaal, Rathaus Sursee **Anmeldung:** Bis am 10. Mai an freiraum Stadt Sursee **Kosten:** Fr. 20.-

**Väter-Kinder-Zmorge** Gemütliches Zmorgenessen mit Vätern und ihren Kindern.

**Daten:** Samstag, 28. April, 25. August, 10. November 2018, 9.00 bis 11.30 Uhr

**Ort:** Mehrzweckraum Schulhaus St. Martin, St. Martinsweg 3, 6210 Sursee **Anmeldung:** Bis jeweils 5 Tage

davor an Marcel Friebe, marcel.friebe@friebe.ch **Kosten:** Fr. 15.- pro Familie

**Frauenkleider-Tauschbörse** Frau bringt saubere, gut erhaltene, extravagante oder ganz normale Kleider,

Schuhe und Accessoires mit und bietet sie anderen Frauen zum Tausch an (ohne Geld).

Auch für Mädchen und junge Frauen ab 13 Jahren.

**Daten:** Samstag, 24. März 2018, 10.00 bis 12.00 Uhr, nur Frühlings- und Sommersachen

Samstag, 8. September 2018, 10.00 bis 12.00 Uhr, nur Herbst- und Wintersachen

**Organisation:** Heidi Arnet und Yvonne Blum **Ort:** freiraum Stadt Sursee **Kostenlos**

Geuenseestrasse 2b  
6210 Sursee

Telefon 041 926 92 12  
www.freiraum-sursee.ch

Ein Angebot der

STADT SURSEE

