

# groß & Familienzentrum KLEiN



## PROGRAMM August bis Dezember 2018

Das Familienzentrum in Wilmersdorf für Kinder, Eltern, Großeltern, Alleinerziehende und Menschen aus dem Kiez

Dipl.-Päd., Musikpädagogin, 030 817 81 44,  
rose-elisabeth@web.de  
**Kosten:** 6 Termine 54 €, Schnuppertermin 10 €

**11.50 – 12.40 Uhr  
Ab 8.9.**

**Lieder-Geschichten-Tanzspiele**  
Hier können Ihre 2 – 4-jährigen Kinder mit Einsatz von Instrumenten singen und tanzen. Nur in Begleitung eines/ einer Erwachsenen. **FZ**  
**Kursleitung, Anmeldung:** Rosemarie Funke, (siehe oben)  
**Kosten:** 6 Termine 54 €, Schnuppertermin 10 €

**SONNTAG**

**18 – 19.30 Uhr**

**Yoga für Eltern – alle Yoga-Stufen**  
Weite und Raum schaffen – in Körper und Geist. Mix aus Kraftaufbau, Ausdauer und Dehnung mit Atemtechniken, Entspannung- und Meditationsübungen. Sowohl dynamische als auch Momente der Stille und Achtsamkeit sind dabei. **BR**  
**Kursleitung, Anmeldung:** Ulrike Pape, ulrike@up-yoga.de  
**Kosten:** 10 Termine 120 €, Einzelstunde 14 €

**21. Oktober  
10 – 14 Uhr**

**Sonntagsbrunch für Regenbogenfamilien**  
Brunch für Regenbogenfamilien mit Spiel, Spaß, Plaudern und Kennenlernen. **FZ** Jede Familie bringt etwas für das gemeinsame Buffet mit. **FZ**  
**Infos, Anmeldung:** info@leslefam.de

**26. Oktober  
15.30 – 17 Uhr**

**Fragen zum Tragen / Fragen an die Trageberaterin**  
Tragetuch oder Tragehilfe? Doch nicht so bequem? Bei Unsicherheiten, ob du es richtig machst, wenn du dich fragst, wie es mit der Kleidung im Winter/Sommer aussieht usw. Keine Anmeldung erforderlich. Schwangere sind herzlich willkommen.  
**Kursleitung:** Myrtó Iatrou, zertifizierte Trageberaterin  
**Kosten:** 10 € pro Person

**18. November  
10 – 14 Uhr**

**Herbstbrunch**  
Gemeinsam schlemmen und kreativ sein! **FZ**  
Beiträge für die Tafel erwünscht (nach tel. Absprache)  
**Anmeldung über das Familienzentrum!**

**23. November  
15.30 – 17 Uhr**

**Fragen zum Stillen / Fragen an die Stillberaterin**  
Auch wenn Stillen das Natürlichste auf der Welt ist, gibt es manchmal Fragen, Verunsicherungen oder gar Stolpersteine. Hier bekommst du Erste Hilfe und Raum für alles, was dir rund ums Stillen auf dem Herzen liegt. Schwangere sind herzlich willkommen.  
**Keine Anmeldung erforderlich.**  
**Kursleitung:** Myrtó Iatrou, Stillberaterin  
**Kosten:** 10 € pro Person

*RS – Roter Salon (im Hauptgebäude) · FZ – Familienzentrumsraum (im Hauptgebäude)  
BR – Bewegungsraum (im Hauptgebäude)*

**SAMSTAG**

**9.45 – 10.45 Uhr**

**Familien-Yoga - Yoga für Groß und Klein**  
Yoga für die ganze Familie - kein Babysitter notwendig: Für Kinder mit ihren Eltern (oder Großeltern, Tanten, Onkel) und kleinen Geschwistern zusammen. So können die Eltern etwas für sich tun und die Kinder Yoga kennen lernen. Die ganz Kleinen (0 – 3) schauen zu oder machen auch ein bisschen mit. Ein Mix aus Bewegung, Kräftigung und Stärkung, Gleichgewicht, Entspannung mit Atem-, Wahrnehmungs- und Konzentrationsübungen und Massageelementen. Partnerübungen schaffen Nähe und Verbindung. **FZ**  
**Kursleitung, Anmeldung:** Ulrike Pape, ulrike@up-yoga.de  
**Kosten:** 14 € für 1 Erwachsenen mit Kind(ern), 18 € für die komplette Familie

**11 – 11.50 Uhr  
ab 8.9.**

**Eltern-Kind-Musikkurs**  
Gemeinsame Bewegungs-, Sing- und Klangspiele für (Groß-) Eltern und Kinder von 2 – 4 Jahren. **FZ**  
**Kursleitung, Anmeldung:** Rosemarie Funke >>

**3. September  
15 – 18 Uhr**

**Grillen und Chillen im Garten.** Außer bei Regen!  
**Ohne Anmeldung, kostenlos.** Wir freuen uns auf Sie!

**11. September  
13. November  
10.30 Uhr**

**Zahngesundheit**  
Was schon sehr früh zu diesem Thema wichtig ist und was man bei Pflege und Ernährung beachten sollte, vermittelt der zahnärztliche Dienst von Charlottenburg-Wilmersdorf. **Ohne Anmeldung, kostenlos.** **FZ**

**12. September  
15 – 18 Uhr**

**Fest der Nachhaltigkeit Upcycling – Kreativ werden**  
und Basteln mit Recyclingmaterial  
**Abenteuerspielplatz Holsteinische Straße**

**22. September  
15 – 18 Uhr**

**Erntefest (mit Lagerfeuer)**  
Das Gartenjahr neigt sich dem Ende zu, wir feiern die Ernte. Mit Kreativangebot für Kinder.  
**Ohne Anmeldung, kostenlos.** **Garten**

**13. Oktober  
16 – 19 Uhr**

**Familiennacht**  
Wir machen ein Lagerfeuer und grillen uns ein Brot, Kreativangebot für Kinder! **Ohne Anmeldung, kostenlos.**

**19. Oktober  
15.30 – 17.30 Uhr**

**Sicher gebunden - Trageworkshop**  
Das Baby zu tragen macht Freude und wirkt sich positiv auf die Bindung aus. Am Körper erfährt das Baby Sicherheit und Geborgenheit sowie eine Unterstützung verschiedener körperlicher Prozesse. Dieser Workshop gibt Einblick in die Welt des Tragens. Grundlagen zu verschiedenen Tragevarianten (Tragetuch und Tragehilfen). Schwangere sind herzlich willkommen.  
**Anmeldung:** mail@bindungsweisen.de  
**Kursleitung:** Myrtó Iatrou, zertifizierte Trageberaterin  
**Kosten:** 20 € pro Person, 35 € pro Paar

**9.30 – 10.30 Uhr**

**Kangatraining**  
Dein bestes Workout • in Geborgenheit! Kangatraining® ist auf die Bedürfnisse junger Mütter und ihres Babys abgestimmt: sicher & effektiv rundum fit werden, das Baby kuschelt und genießt die Nähe. Inhalte: Beckenboden schonen und stärken, korrekte Körperhaltung im Alltag mit Baby und Festigung der tiefliegenden Bauchmuskulatur. **BR**  
**Kursleitung:** Alina Michalek  
**Anmeldung:** www.kangatraining.de, 0174 363 86 36  
**Kosten:** 8 Wochen 99 €

**10.45 – 12 Uhr**

**Yoga mit Baby**  
Kraft, Stabilität und Entspannung in einer besonderen Zeit. Für Mütter und Väter, alle Yoga-Stufen, Babys von 2 bis ca. 12 Monate (nach Absprache auch älter) **BR**  
**Kursleitung, Anmeldung:** Ulrike Pape, ulrike@up-yoga.de  
**Kosten:** 10 Termine 120 €, Einzelstunde 14 €, Probestunde 10 €

### EVENTS UND INFORMATIONSVERANSTALTUNGEN

**30.8., 31.8., 2.9.  
01.11., 2.11., 4.11.  
Do, Fr 17 – 21 Uhr  
So 10 – 16 Uhr**

**Geburtsvorbereitungskurs Intensiv**  
Paarvorbereitungskurs für Eltern, die ihr 1. Kind erwarten und für Paare, die schon Eltern sind. Geburtsvorbereitung mit praktischen Übungen und theoretischer Wissensvermittlung über Geburtsbeginn, Geburtsverlauf und die Zeit nach der Geburt des Kindes werden hier detailliert besprochen. Die seit 15 Jahren geburtshilflich tätige Hebamme Silke Schmidt gibt ihre Erfahrung weiter, um werdende Eltern und das Ungeborene bestmöglich vorzubereiten. **FZ/BR**  
**Kontakt, Anmeldung:** unter hebamme-silke@web.de  
**Kosten:** Schwangere Kassenleistung, Begleitperson/ Partner 80 € (ggf. Erstattung durch die Kasse)

**29. Juli  
9. September  
16 – 18 Uhr**

**Lagerfeuer** (siehe auch Familiennacht und Herbstfest!)  
Wir machen ein Lagerfeuer und grillen uns ein Brot! (Außer bei Regen!) **Ohne Anmeldung, kostenlos.**

**1. August  
16 – 18 Uhr**

**Lagerfeuer für Regenbogenfamilien**  
Wir machen ein Lagerfeuer und grillen uns ein Brot! (Außer bei Regen!) **Ohne Anmeldung, kostenlos.**

**15. August  
14 – 17 Uhr  
17. September  
10 – 13 Uhr**

**Willkommen!**  
Eltern, die gerade ein Kind bekommen haben, können sich über Angebote des Bezirks und des Familienzentrums für Familien mit kleinen Kindern informieren. Kursleiter\*innen stellen ihre Angebote vor. **FZ/Garten**  
**Ohne Anmeldung, kostenlos.**

**25./26. August  
16 – 11 Uhr**

**Abenteurer im Garten: Zelten**  
Nur mit Anmeldung (über das Familienzentrum). Eigenes Zelt erforderlich, u. U. können auch welche ausgeliehen werden.

**19.30 – 21 Uhr**

**Hatha-Yoga - Für Erwachsene**  
**Kursleitung, Anmeldung:** Montserrat Rabadán Carrascosa, pranayoga7447@yahoo.com **BR**  
**Kosten:** 35 € pro Monat für 4 Termine, 40 € für 5 Termine, 8 €/90 min. bei Vorauszahlung von 3 Monaten. Einzelstunde 10 €, Probestunde gratis

**DONNERSTAG**

**10.30 - 13 Uhr**

**Offener Familientreff**  
Sich treffen, gemeinsam spielen oder sich austauschen ist hier möglich. Einfach vorbeikommen – nutzen Sie unseren Raum! **FZ**  
**Kostenlos, ohne Anmeldung!**

**9.45 – 10.45 Uhr  
11 – 12 Uhr  
Ab 6.9.**

**Musik, Spiel und Bewegung**  
Nach Herzenslust krabbeln, singen, musizieren, tanzen, fühlen, toben, klettern... und vor allem viel Spaß haben! (2 Kurse für verschiedene Altersstufen, von 12 – 24 Mon. und von 9 – 12 Mon.) **BR**  
**Kursleitung:** Simone Schüppler  
Anmeldung bis Ende August über das Familienzentrum, ab September unter 0176 2005 71 27  
**Kosten:** Kurs mit 8 Terminen 60 €

**10 – 10.45 Uhr  
11 – 11.45 Uhr**

**Baby-Signal**  
Anfänger\*innenkurs und für Fortgeschrittene (sowie Themenstunden nach Vereinbarung). Schon lange vor dem Sprechen können Kinder ihre Bedürfnisse und Beobachtungen durch Handzeichen mitteilen. Mit Spiel, Spaß und Gesang eine Familien-Gebärdensprache lernen. **RS**  
**Alter:** 6 – 24 Monate  
**Kursleitung, Anmeldung:** Tina Richter fili198@yahoo.de, 0177 890 63 26  
**Kosten:** 8 Termine 80 €

**13 – 15 Uhr**

**Shiatsu-Massage: Entspannung, Balance, Wohlbefinden.** Der Stille lauschen und nichts tun: Finde ganzheitliche Entspannung. Sanfter Druck, Dehnung und Mobilisation helfen, deine Selbstregulationskräfte zu unterstützen und die Energien in Balance zu bringen. **FZ**  
**Kontakt:** Ulrike Pape, Yogalehrerin nach Standard BDY (Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland e.V.), Massage-Anwenderin in Shiatsu und in klassischer Massage. up-yoga.de  
Auf Anfrage sind auch weitere Termine möglich.  
**Kosten:** 90 Minuten/75 €

**FREITAG**

**9 – 13.00 Uhr**

**Offener Familientreff**  
Sich treffen, gemeinsam spielen oder sich austauschen ist hier möglich. Einfach vorbeikommen – nutzen Sie unseren Raum! **FZ**. **Kostenlos, ohne Anmeldung!**

## WAS FINDEN SIE BEI UNS?

- Veranstaltungen, Kurse und Workshops zu unterschiedlichen Themen aus den Bereichen Freizeit und Kreativität, Spielen und Lernen, Gesundheit, Bewegung und Entspannung
- Möglichkeiten, Kontakte zu knüpfen, sich auszutauschen und Freundschaften zu finden
- Stärkung und Orientierung in verschiedenen Lebensphasen
- Beratung und Information über Hilfs- und Unterstützungsangebote im Bezirk
- Umsetzung eigener Ideen
- Räume für Selbsthilfegruppen, Initiativen und andere Veranstaltungen

Um unser Angebot weiter auszubauen, sind Ihre Wünsche und Vorstellungen für uns wichtig. Bitte sprechen Sie uns an, wir freuen uns auf Sie!

Wir suchen Leute, die den Garten nach ihren Vorstellungen mit uns verändern wollen! Beete, Blumen, Büsche mit Beeren, Möbel zum Chillen, ein Steinofen für Brot oder Pizza? **Kontakt** und Vernetzung mit denen, die schon aktiv dabei sind, **über das Familienzentrum.**

### Zeit für Sie!

Sie möchten mit jemandem über Erziehung, Familie oder ähnliches sprechen? Wir nehmen uns Zeit für Sie. Bitte vereinbaren Sie einen individuellen Termin für ein ungestörtes Gespräch.

**groß & Familienzentrum KLEiN**



## MONTAG

9 – 13 Uhr  
Start: 27.8.

**Sprachkurs Deutsch für Eltern (B1+)**  
durchgeführt von der VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Kurs für Fortgeschrittene B1+. **RS**  
**Kursleitung:** Myriam Rzychon. Zum Kennenlernen einfach vorbeikommen!  
**Kosten:** 20 €.

10 – 11 Uhr

**Schmetterlingsmassage für Babys**  
Bindung durch Berührung. Entwicklungsthemen wie Schlafen, Stillen, Schreien und Erlernen der Schmetterlingsmassage nach Eva Reich. Der Kurs ist auch für unruhige und viel schreiende Babys geeignet. Ab 6 Wochen bis 6 Monate. Kleine Gruppe für eine ruhige, vertrauensvolle Atmosphäre. **FZ**  
**Kursleitung und Anmeldung:** Giuseppina Orto, Heilpraktikerin, 0179 4831657  
**Kosten:** 6 Termine 60 € (incl. Skript), max. 6 Teilnehmer\*innen

9.30 – 10.30 Uhr  
bzw.  
10.45 – 11.45 Uhr

**Gemeinsam Aufwachsen**  
Eltern-Kind-Spiel- und Lerngruppe nach dem Konzept Growing Together (Early-Excellence-Ansatz), für Kinder ab ca. 8 Monate **BR**  
**Kursleitung:** Yvonne Christ  
**Kostenlos, Anmeldung über das Familienzentrum.**

12 – 13 Uhr

**Crosshaus Fascientraining**  
Fascientraining mit Baby oder ohne, ganz wie du möchtest. Kombination aus aktiven Schwungbewegungen, dynamischen Dehnungsübungen, stabilisierenden Kraftübungen und aktiven Fascienrollungen. Die Übungen sind leicht zu erlernen und besonders für den geplagten Rücken sehr effektiv. **BR**  
**Kosten:** 10 x 60 min 125 € (bis zu 80% Zuzahlung der Krankenkasse).  
**Kursleitung:** Jacqueline Löbig  
**Anmeldung:** www.physio-to-go-berlin.com

12.30 – 15.30 Uhr

**Offener Familientreff**  
Sich treffen, gemeinsam spielen oder sich austauschen ist hier möglich. Einfach vorbeikommen – nutzen Sie unseren Raum! **FZ**  
**Kostenlos, ohne Anmeldung!**

16 – 17 Uhr

**Väterzeit**  
Ein Treffpunkt für Väter mit ihren Kindern. Beim Zusammensein mit anderen ist der Austausch über Erziehungsfragen, gemeinsames Spielen und das Reflektieren der Väterrolle möglich. Darüber hinaus gibt es auch die Möglichkeit, Einzelberatung wahrzunehmen. **FZ**  
**Kursleitung:** Daniel Meyer  
**Kostenlos, Anmeldung über das Familienzentrum.**

16.15 – 17 Uhr  
Start: 3.9.

**Lieder, Geschichten und Tanz-/Bewegungsspiele I**  
Hier können 2 – 4 jährigen Kinder mit Einsatz von Orff-Instrumenten singen, tanzen und malen. In Begleitung eines Erwachsenen. **BR**  
**Leitung, Anmeldung:** Rosemarie Funke, Dipl.-Sozial/Musikpädagogin, rose-elisabeth-@web.de, Tel. 030-817 81 44  
**Kosten:** 8 Termine 72 €, Einzeltermin 10 €

17.05 – 17.50 Uhr  
Start: 3.9.

**Lieder, Geschichten und Tanz-/Bewegungsspiele II**  
Gemeinsame Bewegungs-, Sing-, Tanz- und Klangspiele für (Groß-) Eltern und Kinder von 2 – 4 Jahren. **BR**  
**Leitung, Anmeldung:** Rosemarie Funke (siehe oben)  
**Kosten:** 8 Termine 72 €, Einzeltermin 10 €

18 – 18.45 Uhr

**Unterricht für Sopranblockflöte oder Gitarre**  
Unterricht für Sopranblockflöte oder Gitarre für Anfänger\*innen ab 6 Jahren. **BR**  
**Leitung, Anmeldung:** Rosemarie Funke, Dipl.-Sozial/Musikpädagogin, rose-elisabeth-@web.de, Tel. 030-817 81 44  
**Kosten:** 30 Min. einzeln 54 € mtl., 45 Min. für 2er- bis 4er-Gruppe je Teilnehmer\*in 38 € mtl.

## DIENSTAG

9.30 – 10.15 Uhr  
10.30 – 11.15 Uhr  
11.30 – 12.15 Uhr  
Start: 4.9.

**Musikgarten**  
Musikalische Frühförderung für Kinder, 3 Kurse für verschiedene Altersstufen (ab 1 Jahr, ab 9 Mon., ab 6 Mon.) **BR**  
**Kursleitung:** Simone Schüppler  
**Anmeldung:** bis Ende August über das Familienzentrum, ab September unter 0176 2005 71 27  
**Kosten:** 60 € (8 x)

10 - 12.30 Uhr

**Offenes Familien-Frühstück**  
In gemütlicher Runde gemeinsam frühstücken, sich austauschen, Kontakte knüpfen und spielen. **FZ**  
**Ohne Anmeldung!**  
Begleitet von Kiez-Müttern und -Vätern.  
**Kostenbeitrag:** 2 €

14.30 – 15.15 Uhr  
15.30 – 16.15 Uhr  
Start: 4.9.

**Musikgarten**  
Musikalische Frühförderung für Kinder, 2 Kurse für verschiedene Altersstufen (ab 1 Jahr, ab 2 Jahre) **FZ**  
**Kursleitung:** Simone Schüppler  
**Anmeldung:** bis Ende August über das Familienzentrum, ab September unter 0176 2005 71 27  
**Kosten:** 60 € (8 x)

16.30 – 18.30 Uhr

**Kreativ-Nachmittag**  
Unterschiedliche Gestaltungsmöglichkeiten und Techniken, thematische Bastelarbeiten je nach Fähigkeiten und Alter des Kindes. Ab 3 Jahren. In Begleitung der Eltern. **FZ**  
**Kursleitung:** Ingrid Diatta  
**Kostenlos** (Spenden für das Material erwünscht).  
**Ohne Anmeldung, einfach vorbeikommen!**

20 – 21.15 Uhr

**Yoga für Eltern**  
Yoga für Eltern - alle Yoga-Stufen. Weite und Raum schaffen - in Körper und Geist. Mix aus Kraftaufbau, Ausdauer und Dehnung mit Atemtechniken, Entspannungs- und Meditationsübungen. Sowohl dynamische Momente als auch Momente der Stille und Achtsamkeit sind dabei. **BR**  
**Kursleitung, Anmeldung:** Ulrike Pape, ulrike@up-yoga.de  
**Kosten:** 10 Termine 120 €, Einzelstunde 14 €.

## MITTWOCH

9 – 13 Uhr  
Start: 27.8.

**Sprachkurs Deutsch für Eltern (B1+)**  
durchgeführt von der VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Kurs für Fortgeschrittene B1+. **RS**  
**Kursleitung:** Myriam Rzychon.  
Zum Kennenlernen einfach vorbeikommen!  
**Kosten:** 20 €

9.30 – 10.45 Uhr  
und  
11.15 – 12.30 Uhr

**Fenkid**  
Eltern-Kind-Spielgruppe (ab 4 Monate bis 2 Jahre, Kurseinteilung nach Absprache) **BR**  
**Kursleitung, Anmeldung:** Petra Faust  
0176 5288 2068 oder fenkidfaust@yahoo.de  
**Kosten:** 10 Termine 90 €

10 – 12 Uhr

**Mutter-Kind-Gruppe**  
Für Mütter mit Kindern im Alter von 2 – 4 Monaten. Kontakte knüpfen, Unterstützung im Alltag, Förderung der eigenen Kinder uvm. **FZ**  
**Anmeldung über das Familienzentrum. Kostenlos!**

13 – 15 Uhr

**Gruppe für Englisch-Muttersprachler\*innen mit Baby**  
From newborn to toddler: english speaking group supporting parents needs when new to Berlin, Germany or parenthood or just a space where we can share experiences in our mother tongue! We welcome locals (Germans interested in exploring their English skills further) and expats alike. **FZ**  
**contact:** Veronica, vero.mercado2000@gmail.com

15 – 17 Uhr

**Offener Familientreff**  
Sich treffen, gemeinsam spielen oder sich austauschen ist hier möglich. Einfach vorbeikommen – nutzen Sie unseren Raum! **FZ**  
**Kostenlos, ohne Anmeldung!**

17 – 18 Uhr

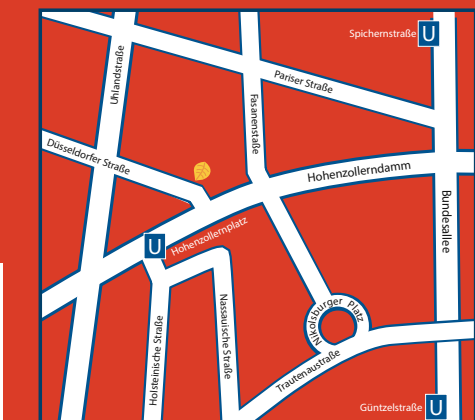
**Vorlesen**  
Wir machen es uns gemütlich und lesen zusammen Bücher! Bis ungefähr 6 Jahre. **FZ**  
**Vorleserin:** Yvonne Christ  
**Kostenlos und ohne Anmeldung** (nicht am 12.09., 10.10., 17.10., 21.11. und 19.12.).

**groß & Familienzentrum KLEiN**

Düsseldorfer Str. 3 (im Gartenhaus)  
10719 Berlin  
Telefon 030 936 74 190  
Handy 0163 504 89 01  
familienzentrum-guk@web.de  
www.familienzentrum-guk.de

**Koordination:** Yvonne Christ, Daniel Meyer  
**Öffnungszeiten:** Montag 9 – 18 Uhr und  
Dienstag bis Freitag von 9 – 13 Uhr  
sowie während der Kurse/Gruppen (siehe Plan)  
**Schließzeit:** 20.12.18 – 2.1.19

Das Familienzentrum ist eine Einrichtung von **socianos**.



Das Landesprogramm „Aufbau Berliner Familienzentren“ ist eine Initiative der Senatsverwaltung Bildung, Jugend und Familie. Weitere Informationen finden Sie unter [www.berliner-familienzentren.de](http://www.berliner-familienzentren.de). Gefördert von



Mehr Informationen unter [www.familienzentrum-guk.de](http://www.familienzentrum-guk.de)