

DONNERSTAG

09.30 – 10.30 Uhr :: Alleinerziehend – na und?

Gemeinsam ging es nicht mehr, schwanger durch Samenspende o.ä. – es kann viele Gründe für eine Ein-Eltern-Familie geben. Austausch, Kennenlernen + gegenseitige Unterstützung. **FZ**

Termine: 11.07., 25.07., 08.08., 22.08., 05.09., 19.09., 9.10., 24.10., 07.11., 21.11., 05.12.

Kursleitung: Yvonne Christ, Daniel Meyer. Kostenlos. Anmeldung über das Familienzentrum.

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 :: Musik, Spiel und Bewegung

Nach Herzenslust krabbeln, singen, musizieren, tanzen, fühlen, toben, klettern. ... + vor allem viel Spaß haben! (2 Kurse für verschiedene Altersstufen, von 12 – 24 Mon. + von 9 – 12 Mon.) **BR**

Kursleitung + Anm.: Simone Schüppler, 0176/20 05 71 27

Kosten: Kurs mit 8 Terminen 70 €.

10 – 10.45 und

11 – 11.45 Uhr :: Baby-Signal Anfänger*innenkurs und für Fortgeschrittene

(sowie Themenstunden nach Vereinbarung) **RS**

Schon lange vor dem Sprechen können Kinder ihre Bedürfnisse + Beobachtungen durch Handzeichen mitteilen + Sie daher von Ihrem Kind viel erfahren. Mit Spiel, Spaß + Gesang eine Familien-Gebärdensprache lernen.

Alter: 6 – 24 Monate

Kursleitung u. Anmeldung: Tina Richter, fili198@yahoo.de, 0177 890 63 26

Kosten: 8 Termine 80 €.

12.15 – 13.30 :: Rückbildung (mit/ohne Baby)

Gezieltes Training, um die nach Schwangerschaft und Geburt geschwächten Muskelpartien wieder aufzubauen, nicht nur den Beckenboden, sondern auch andere Haltungsmuskeln. Allgemeine Aufrichtung führt zu mehr Energie + Kraft im Alltag. Ab 8 - 12 Wochen nach der Geburt. Die Kursgebühr wird von den Krankenkassen übernommen. Die Babys sind herzlich willkommen. **BR**

Kursleitung u. Anmeldung: Anima Schmitz-Salue, Hebamme,

animaee@yahoo.de, 0176 54 00 75 37

13 – 14 und 14 – 15 Uhr :: Kleinkind-Geflüster/Geschwistergeflüster

Mit euren Kindern zusammen harmonisch durch die Trotzphase.

Im Kurs lernt ihr anhand von praktischen Beispielen + unterschiedlichen Themen, wie ihr die Zeit des Kleinkindalters (1,5 - 5 Jahre) gemeinsam + miteinander verbunden durchleben könnt. **FZ**

Kursleitung u. Anmeldung: Laura Kruse, Pädagogin + selbstständige Erziehungsbegleiterin, 0177 579 44 61 oder erziehungsbegleitung@gmail.com

Kosten: monatlich 60 € für 4 Termine à 60 Minuten. Schnuppertermin 5 €!

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!

FREITAG

9 – 13 Uhr :: Offener Familientreff

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

9.30 – 10.30 Uhr :: Kangatraining

Dein bestes Workout in Geborgenheit! Kangatraining® ist auf die Bedürfnisse junger Mütter + des Babys abgestimmt: sicher + effektiv rundum fit werden, das Baby kuschelt + genießt die Nähe. Inhalte: Beckenboden schonen + stärken, korrekte Körperhaltung im Alltag mit Baby + Festigung der tiefliegenden Bauchmuskulatur. **BR**

Kursleitung u. Anmeldung: Melanie Gerónimo, 01776515158, www.kangatraining.de

Kosten: 8 Wochen 99 €.

15 – 16 und 16 – 17 Uhr :: Kleinkind-Geflüster/Geschwistergeflüster

Mit euren Kindern zusammen harmonisch durch die Trotzphase.

Im Kurs lernt ihr anhand von praktischen Beispielen + unterschiedlichen Themen, wie ihr die Zeit des Kleinkindalters (1,5 - 5 Jahre) gemeinsam + miteinander verbunden durchleben könnt. **FZ**

Kursleitung u. Anmeldung: Laura Kruse, Pädagogin + selbstständige Erziehungsbegleiterin., 0177 579 44 61 oder erziehungsbegleitung@gmail.com

Kosten: monatlich 60 € für 4 Termine à 60 Minuten. Schnuppertermin 5 €!

EVENTS UND INFORMATIONSVERANSTALTUNGEN

YOGA UND ENTSPANNUNG So 04.08. :: 14.30 – 17.30 Uhr

Wege in die Entspannung + zu innerer Ruhe und Gelassenheit - viel Praxis, Selbstauseinandersetzung + positive Energie. Für Anf. + Fortg., auch für Mütter/Väter m. Babys. Entspannung bietet die Möglichkeit, einfach mal nichts zu tun - trotzdem passiert sehr viel. Dazu gehört die Erfahrung der Anspannung, die wir zuvor in der Praxis anregen - mit Ausdauer + Dynamik durch Bewegung + Atmung. **BR**

Kursleitung + Anmeldung: Ulrike Pape, ulrike@up-yoga.de, 0177 4238199

Kosten pro Workshop: 30 € bei Anmeldung bis zu 14 Tage vorher, sonst 35 €.

GEBURTSPREPARATIONSKURS FÜR PAARE

Fr Sa So 06., 07., 08.09. :: 18., 19., 20.10. :: 13., 14., 15.12.

jeweils Fr 18 - 21 Uhr, Sa 13 – 17 Uhr, So 10 – 17 Uhr

Was brauchen Sie als Individuen + als Paar, um sich optimal auf die Geburt + die darauf folgende Wochenbettzeit vorzubereiten? Inf. zu Schwangerschaft, Geburt + Wochenbett. Achtsamkeits- + Meditationspraxen, (Thai-)Massage, Atemtechniken, Bewegungsmöglichkeiten unter der Geburt, Umgang mit Schmerz + Techniken, um „Geburtsschmerz“ zu verarbeiten, gemeinsames Finden klarer Aufgaben (Gebärende, Geburtspartner*in), Erwartungen in Bezug auf Geburt + Wochenbett, Grundlagen des Babyhandlings, Wochenbettplanung. Ziel ist es, nach diesem Kurs neugierig, gestärkt + voll Vorfreude auf das Abenteuer Geburt zuzugehen. **FZ/BR**

Kosten: 100 € Partner*innen-Gebühr (wird von manchen Kassen erstattet), **Anmeldung:** Anima Schmitz-Salue, Hebamme, animaee@yahoo.de,

0176 54007537

GRILLEN UND CHILLEN IM GARTEN Mo 12.8. u. 9.9. :: 15 – 18 Uhr

Außer bei Regen! Ohne Anmeldung, kostenlos. Wir freuen uns auf Sie!

12.15 – 13.30 Uhr :: Yoga für Mamas/Papas mit Kind

Kraftaufbau, Ausdauer + Entspannung – nach Geburt und Wochenbett wieder in Kraft + Bewegung kommen. Mit speziellem Postnatal-Yoga lernst Du, einseitige Haltungen durchs Tragen + Stillen auszugleichen + Ruheinseln für Dich und fürs Baby zu schaffen. **BR**

Kursleitung u. Anmeldung: Ulrike Pape, ulrike@up-yoga.de.

Kosten: 10 Termine 140 € (bis zu 80 % Kostenübernahme durch die KK mögl. als Prävkurs), Einzelstunde 16 €, Probestunde 10 €.

SAMSTAG

9.45 – 10.45 Uhr :: Familien-Yoga – Yoga für groß und klein

Kein Babysitter nötig: Kurs für Kinder m. ihren Eltern(-teilen) + auch kl. Geschwisterkindern zusammen. Die Eltern tun etwas für sich + auch die Kinder (ab 3) lernen Yoga kennen, während die ganz Kleinen eher zuschauen. Mix aus Bewegung, Kräftigung + Stärkung, Gleichgewicht, Entspannung m. Atem-, Wahrnehmungs- + Konzentrationsübungen + Massageelementen. Partnerübungen f. Nähe + Verbindung. **BR**

Kursleitung u. Anmeldung: Ulrike Pape ulrike@up-yoga.de.

Kosten: 42 € für 3 Termine 1x/Monat pro Team aus einem Erwachsenen + Kind(ern), 72 € für die komplette Familie mit 2 Erwachsenen + allen Kindern.

Einzeltermine: 18 €. Aktuelle Termine: up-yoga.de/termine

ABENTEUER IM GARTEN: ZELTEN Sa + So 17./18.8. :: 16 – 11 Uhr

Nur mit Anmeldung (über das Familienzentrum). Eigenes Zelt erforderlich, einige können auch vom Familienzentrum ausgeliehen werden.

LAGERFEUER Sa 17.08. :: 16 – 18 Uhr

Wir machen ein Lagerfeuer und grillen uns ein Brot! (Außer bei Regen!)

Ohne Anmeldung, kostenlos.

1. HILFE AM KIND Sa 18.08. :: 13 – 17 Uhr

Was tun im Fall der Fälle? Erlangen Sie Sicherheit im Umgang mit Verletzungen usw. **FZ**

Kursleitung: Birger Holz, 1.-Hilfe-Ausbilder. Kosten 35 €

Anmeldung: info@bilderkraft-berlin.de

ZAHNGESUNDHEIT Di 20.08. :: 11-13 Uhr

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. **FZ**

Ohne Anmeldung, kostenlos.

WILLKOMMEN! So 22.09. :: 14 – 16 Uhr

Eltern, die gerade ein Kind bekommen haben, können sich über Angebote des Bezirks und des Familienzentrums für Familien mit kleinen Kindern informieren. **FZ. Ohne Anmeldung, kostenlos.**

HERBSTFEST So 22.09. :: 14 – 18 Uhr

Erntefest! In unserem Gemeinschaftsgarten wurde viel angebaut, ein Grund zu feiern! **FZ**

11 – 11.50 Uhr :: Eltern-Kind-Musikkurs

Gemeinsame Bewegungs-, Sing- + Klangspiele für (Groß-) Eltern + Kinder von 2 - 4 Jahren. **FZ**

Kursleitung u. Anmeldung: Rosemarie Funke, Dipl.-Päd., Musikpädagogin, 030 8178144, rose-elisabeth-@web.de

Kosten: 6 Termine 54 €, Schnuppertermin 10 €.

12 – 13 Uhr (zweiwöchentlich) :: Singen, Tanzen, Klatschen – auf Portugiesisch! Vamos cantar em português!

Portugiesische Kinderlieder zum Mitsingen. Musik und Bewegung für kleine Kinder von 2,5 bis 6 Jahren. **FZ**

Kosten: Aktive Teilnahme 8 €, passive Teilnahme/Zuhören 2 € (ab 0 Jahre möglich)

Kursleitung u. Anmeldung: Ana Milena da Rocha Gaspar,

anarochagaspar@gmail.com, 0176 66 68 32 50

SONNTAG

11 – 13 Uhr :: Türkischsprachige Spielgruppe

Für Kleinkinder (1 - 5 Jahre). Sie bietet den Kindern die Möglichkeit, spielerisch ihre Türkischkenntnisse zu verbessern. Dabei können türkischsprachige Mütter/Väter sich mit anderen austauschen und sich zu verschiedenen Themen beraten lassen. **FZ. Kostenlos!**

Anmeldung: Özlem Kutlu-Zimmermann (ozlemkutlu@gmail.com) oder Reyhan Thomas (reyh.thomas@gmail.com)

LAGERFEUER FÜR REGENBOGENFAMILIEN Mi 09.10. :: 15 – 17 Uhr

Wir machen ein Lagerfeuer und grillen uns ein Brot! (Außer bei Regen!)

Gemeinsam mit dem Regenbogenfamilienzentrum.

Ohne Anmeldung, kostenlos.

ZAHNGESUNDHEIT Di 22.10. :: 11 -13 Uhr

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. **FZ. Ohne Anmeldung, kostenlos.**

LAGERFEUER So 10.11. :: 15 – 17 Uhr

Wir machen ein Lagerfeuer und grillen uns ein Brot! (Außer bei Regen!)

Ohne Anmeldung, kostenlos.

SONNTAGSBRUNCH FÜR REGENBOGENFAMILIEN So 17.11. :: 10 – 14 Uhr

Brunch für Regenbogenfamilien mit Spiel, Spaß, Plaudern und Kennenlernen. Jede Familie bringt etwas für das gemeinsame Buffet mit. **FZ**

Infos und Anmeldung: info@leslefam.de

ADVENTSBRUNCH So 24.11. :: 10 – 14 Uhr

Gemeinsam schlemmen und kreativ sein! Mit Bastelangebot für Kinder.

Beiträge für die Tafel erwünscht (nach tel. Absprache). **FZ**

Anmeldung über das Familienzentrum!

LAGERFEUER So 08.12. :: 15 – 17 Uhr

Wir machen ein Lagerfeuer und grillen uns ein Brot! (Außer bei Regen!)

Ohne Anmeldung, kostenlos.



PROGRAMM August bis Dezember 2019

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

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 Gemeinschaftsgarten 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 :: Sprachkurs Deutsch für Eltern (B2.1)

Durchgeführt von der VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Kurs für Fortgeschrittene. **RS Kursleitung u. Anmeldung:** Myriam Rzychon.

Zum Kennenlernen einfach vorbeikommen!

Kosten: bis zu den Winterferien 2 x 20 €. **Start: 19.08.**

9.45 – 11.15 Uhr :: Schmetterlingsmassage für Babys

Bindung durch Berührung. Entwicklungsthemen wie Schlafen, Stillen, Schreien + Erlernen der Schmetterlingsmassage nach Eva Reich.

Der Kurs ist auch für unruhige + viel schreiende Babys geeignet. Ab 6 Wochen bis 6 Monate. Kleine Gruppe für eine ruhige, vertrauensvolle Atmosphäre. **FZ Kursleitung u. Anmeldung:** Giuseppina Orto, Heilpraktikerin, 0179 483 16 57

4 Termine à 1,5 h 60 € (incl. Skript), max. 6 Teilnehmer*innen

9.30 - 10.30 Uhr bzw. 10.45 - 11.45 Uhr :: Gemeinsam Aufwachsen

Eltern-Kind-Spiel-Gruppe, für Kinder ab ca. 8 Monate. **BR Kursleitung:** Yvonne Christ

Kostenlos, Anmeldung über das Familienzentrum.

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!

12 - 13 Uhr :: Kangatraining

Dein bestes Workout in Geborgenheit! Kangatraining® ist auf die Bedürfnisse junger Mütter + ihres Babys abgestimmt: sicher + effektiv rundum fit werden, das Baby kuschelt + genießt die Nähe. Inhalte: Beckenboden schonen + stärken, korrekte Körperhaltung im Alltag mit Baby + Festigung der tiefliegenden Bauchmuskulatur. **BR**

Kursleitung u. Anmeldung: Melanie Gerónimo, 0177 651 51 58,

www.kangatraining.de

Kosten: 8 Wochen 99 €.

13.15 – 14.30 Uhr :: Rückbildung (mit/ohne Baby)

Gezieltes Training, um die nach Schwangerschaft und Geburt geschwächten Muskelpartien wieder aufzubauen, nicht nur den Beckenboden, sondern auch andere Haltungsmuskeln. Allgemeine Aufrichtung führt zu mehr Energie und Kraft im Alltag. Ab 8-12 Wochen nach der Geburt. Die Kursgebühr wird von den Krankenkassen übernommen. Die Babys sind herzlich willkommen. **BR**

Kursleitung u. Anmeldung: Anima Schmitz-Salue, Hebamme,

animaee@yahoo.de, 0176 54 00 75 37

14.45 – 15.45 Uhr :: Sport nach der Rückbildung (mit/ohne Baby/Kleinkind)

In diesem Kurs werden die Prinzipien des Beckenbodentrainings und der Haltungsaufrichtung vertieft und auf aktivere, körperlich anstrengendere Übungen übertragen. Aus diesem Grund ist er erst nach abgeschlossenem Rückbildungskurs zu empfehlen. Die Babys oder Kleinkinder sind herzlich willkommen. **BR**

Kosten: Einzelstunde 10 €, 10er Karte 80 €

Kursleitung u. Anmeldung: Anima Schmitz-Salue, Hebamme,

animaee@yahoo.de, 0176 54 00 75 37

16.15 – 17 Uhr

17.00 – 17.50 Uhr :: Lieder, Geschichten und Tanz-/Bewegungsspiele

Gemeinsame Bewegungs-, Sing-, Tanz- und Klangspiele für(Groß-) Eltern und Kinder von 2 - 4 Jahren. Mit Einsatz von Orff-Instrumenten singen, tanzen + malen. **BR Kursleitung u. Anmeldung:** Rosemarie Funke, Dipl.-Sozial/Musikpädagogin, rose-elisabeth-@web.de, 030-817 81 44

Kosten: 8 Termine 72 €, Einzeltermin 10 €.

16 – 17 Uhr :: Väterzeit

Ein Treffpunkt für Väter mit ihren Kindern. Beim Zusammensein mit anderen ist der Austausch über Erziehungsfragen, gemeinsames Spielen + das Reflektieren der Väterrolle möglich. Darüber hinaus gibt es auch die Möglichkeit, Einzelberatung wahrzunehmen. **FZ**

Kursleitung: Daniel Meyer

Kostenlos! Anmeldung über das Familienzentrum!

DIENSTAG

9.30 – 11 Uhr und

11 -12.30 Uhr :: Sprachkurs Spanisch in der Elternzeit – Spanisch lernen mit Baby

Durchgeführt von der VHS Tempelhof-Schöneberg, 9.30 für Anfänger*innen, 11.00 Uhr Auffrischung für Fortgeschrittene (A1.1). **RS**

Kursleitung: Martha Franco. Infos: marthamexico@web.de

Kosten: Anf. 69,94€, erm. 37,72 € für 18 UE. Zeitraum: 24.09. – 03.12.

Wird 2020 fortgesetzt.

Anm.: 030-902 77 35 34 (VHS), cornelia.dittrich@ba-ts.berlin.de

9.30 – 10.15 Uhr, 10.30 – 11.15 Uhr, 11.30 – 12.15 Uhr :: Musikgarten

Musikalische Frühförderung für Kinder, 3 Kurse für verschiedene Altersstufen (ab 1 Jahr, ab 9 Mon., ab 6 Mon.) **BR**

Kursleitung u. Anmeldung: Simone Schüppler, 0176-20 05 71 27

Kosten: 70 € (8 x)

10 – 12.30 Uhr :: Offenes Familien-Frühstück

In gemütlicher Runde gemeinsam frühstücken, sich austauschen, Kontakte knüpfen und spielen. Begleitet von Kiez-Müttern und -Vätern. **FZ**

Ohne Anmeldung!

Kostenbeitrag: 2 €

14.30 – 15.15 Uhr, 15.30 – 16.15 Uhr :: Musikgarten

Musikalische Frühförderung für Kinder, 2 Kurse für verschiedene Altersstufen (ab 1 Jahr, ab 2 Jahre) **FZ**

Kursleitung u. Anmeldung: Simone Schüppler, 0176/20 05 71 27

Kosten: 70 € (8 x)

16.30 – 18.30 Uhr :: Kreativ-Nachmittag

Unterschiedliche Gestaltungsmöglichkeiten + Techniken/thematische Bastelarbeiten je nach Fähigkeiten und Alter des Kindes. Ab 3 Jahren. In Begleitung der Eltern. **FZ**

Kursleitung: Ingrid Diatta

Kostenlos. Ohne Anmeldung! Einfach vorbeikommen! Nicht am 17.09.

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

20 – 21.15 Uhr :: Yoga für Eltern

Yoga für Eltern - alle Yoga-Stufen. Weite und Raum schaffen - in Körper + Geist. Mix aus Kraftaufbau, Ausdauer + Dehnung mit Atemtechniken, Entspannungs- + Meditationsübungen, dynamische Momente sowie Momente der Stille + Achtsamkeit. **BR**

Kursleitung u. Anmeldung: Ulrike Pape, ulrike@up-yoga.de

Kosten: 8 Termine 112 € (bis zu 80 % Kostenübernahme durch die KK mögl. als Prävkurs), Einzelstunde 16 €, Probestunde 10 €.

MITTWOCH

9 – 13 Uhr :: Sprachkurs Deutsch für Eltern (B2.1)

Durchgeführt von der VHS Charlottenburg-Wilmersdorf, Kurs für Fortgeschrittene. **RS**

Kursleitung u. Anmeldung: Myriam Rzychon.

Zum Kennenlernen einfach vorbeikommen!

Kosten: bis zu den Winterferien 2x20 €. Start: 19.08.

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 u. Anmeldung: Petra Faust, 0176 5288 20 68 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. Kursleitung: Laura Kruse

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: 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 07.08., 11.09., 16.10., 18.12.)

19.30 - 21 Uhr :: Hatha-Yoga für Erwachsene BR

Kursleitung u. Anmeldung: Montserrat Rabadán Carrascosa, pranyoga7447@yahoo.com

Kosten: 35 € pro Monat für 4 Termine, 40 € für 5 Termine, 8 €/90 min. bei Vorauszahlung von 3 Monaten. Einzelstunde 10 €, Probestunde gratis.

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

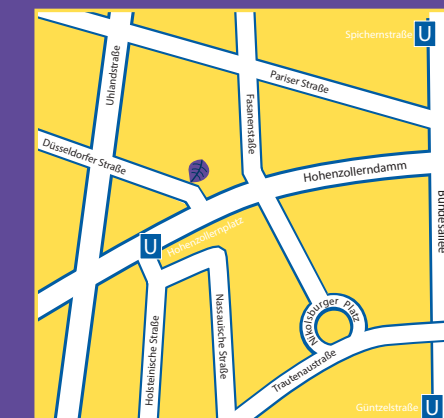
Öffnungszeiten: Montag 9 – 18 Uhr und

Dienstag – Freitag von 9 – 13 Uhr

sowie während der Kurse/Gruppen (siehe Plan)

Schließzeit: 19.12.19 – 03.01.20

Das Familienzentrum ist eine Einrichtung von socianos.



Das Landesprogramm **Berliner Familienzentren** ist eine Initiative der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie in Kooperation mit den Berliner Jugendämtern. Weitere Informationen finden Sie unter www.berliner-familienzentren.de



Mehr Informationen unter www.familienzentrum-guk.de