

Familienzentrum Mehringdamm

Mehringdamm 114
10965 Berlin
Tel. 285 04 716

Öffnungszeiten:
montags bis freitags
9:00 bis 18:00 Uhr

U6 und Bus 104
Platz der Luftbrücke

familienzentrum-mehringdamm
@pfh-berlin.de

Programm im Internet:
[www.pfh-berlin.de/
familienzentrum-mehringdamm](http://www.pfh-berlin.de/familienzentrum-mehringdamm)



Familienzentrum Mehringdamm

August
bis Dezember
2023



Bankverbindung:
Pestalozzi-Fröbel-Haus, Familienzentrum
IBAN: DE28 1004 0000 0109 9555 05
BIC: COBADEFFXXX

Mehringdamm



Gneisenastr.

Mehringdamm

Methfesselstr.

Wilhelmshöhe

114



Platz der
Luftbrücke

Dudenstr.



Familienzentrum

Mehringdamm

Vorderhaus:

1. Stock:
Gymnastiksaal
Raum 301
2. Stock:
Raum 401
Raum 402
Raum 403

Rückgebäude:

Familiencafé
Bewegungsraum
Gruppenraum
Beratungsraum
Kreativraum
Küche
Büros

Eingang
Wilhelmshöhe

Spielplatz

Rückgebäude

Vorderhaus

Spielplatz

Haupteingang
Mehringdamm

Kita Villa

Inhalt

- 3 Familiencafé
- 4 Kostenlose offene Angebote
- 5 Veranstaltungskalender
- 9 Im ersten Lebensjahr
- 12 Im ersten Lebensjahr Kurse
- 14 Eltern-Kind-Gruppen 0–1,5 Jahre
- 16 Eltern-Kind-Gruppen 0–3 Jahre
- 17 Eltern-Kind-Kurse 1–3 Jahre
- 20 Kinderkurse (und Seite 24–25)
- 22 Kursübersicht
- 26 Elternkurse
- 27 kostenlose Beratungen
- 29 Deutschkurse
- 31 Gruppen interkulturell
- 34 Selbsthilfegruppen
- 36 Familiensportgruppen
Kooperationspartner:
- 39 Erziehungs- und Familienberatungsstelle
- 40 Kita Die Villa
- 41 Kita am Park
- 42 Kindergarten Schwiebusser Strasse
- 43 LebensWelt

Auf einen Blick



Familienzentrum Mehringdamm
Mehringdamm 114, 10965 Berlin
Tel. 2850 4716, Fax: 7478 5986

Sprechzeit:

Mo – Fr 09:00 – 12:00 Uhr
14:00 – 16:00 Uhr

E-Mail: familienzentrum-
mehringdamm@pfh-berlin.de

Kursanmeldung:

ab 30.06. unter folgendem Link:
[https://www.pfh-berlin.de/de/artikelseite/
anmeldung-und-freie-plaetze](https://www.pfh-berlin.de/de/artikelseite/anmeldung-und-freie-plaetze)
Bitte beachten Sie die Hinweise auf der
letzten Seite! (Umschlagseite innen)

Das Familienzentrum Mehringdamm wird gefördert von:



Friedrichshain-
Kreuzberg



Jugendamt
Friedrichshain-
Kreuzberg
Vielfalt für Familien

Liebe Kreuzberger Nachbarn

Liebe Familien, für das zweite Halbjahr haben wir für Sie wieder ein umfangreiches Programm mit kostenlosen Veranstaltungen und regelmäßigen offenen Angeboten, Gruppen und Beratungsangeboten zusammengestellt.

Neu ist der Termin des **Familien-ServiceBüros Friedrichshain-Kreuzberg** bei uns vor Ort am ersten Donnerstag im Monat. Sie können sich zu Kitagutschein und Kitaplatz, Elterngeld, Vaterschaftsanerkennung, Unterhaltsvorschuss beraten lassen und auch gleich Anträge stellen.

Dieses Jahr feiert das **FamilienServiceBüro** 10 jähriges Bestehen und bietet zum Jubiläum am 31. August bei uns auch Beratung zum Kindergeld und Kinderzuschlag an. Wir freuen uns über diesen Service, der Ihnen als Eltern Zeit und Wege spart.

Und übrigens Sparen: Wir wissen, dass viele Familien durch die teilweise massiv gestiegenen Preise schauen müssen, was Sie sich noch leisten können. Sollte für Sie eine Kursgebühr derzeit nicht bezahlbar sein und Sie daran hindern, sich oder ihr Kind anzumelden: Bitte sprechen Sie uns an, wir finden eine Lösung.

Und wir freuen uns, wenn Eltern für einen Kurs einen höheren „Soli-Beitrag“ bezahlen, damit andere kostenlos teilnehmen können.

Mit nachbarschaftlichen Grüßen

Gertrud Möller-Frommann
Leiterin des Familienzentrums
Mehringdamm

Öffnungszeiten
Montag – Freitag
09:00 – 18:00 Uhr

dienstags
12:00 – 18:00 Uhr
15:00 – 17:30 Uhr

Dienstag – Freitag
16:00 – 18:00 Uhr

donnerstags
16:00 – 16:30 Uhr

zu den
Öffnungszeiten

Familiencafé – Kommt vorbei!

Den ganzen Tag durchgehend geöffnet!
• offener **Spielbereich** mit vielen verschiedenen Spielsachen, Bewegungsparcours etc. für Kinder von 0–6 Jahren

- **Bücherecke**
- **Spieletisch** mit Gesellschaftsspielen, Puzzle, Memory und vieles mehr ...
- **Cafébereich:** Getränke, belegte Brötchen, Müsli, Obst etc. am Vormittag
- **Familientrödeltausch**
- **Außengelände:** Spiel- und Sinneserfahrungen

- Suppe
- **Waffeln und verschiedene Snacks**

- angeleiteter **Kreativtisch:** malen, kleben, schneiden, falten und vieles mehr

- musikalische Stunde (kostenlos, Spenden erbeten)

Täglicher Trödeltauschmarkt

Bewegungs-Außengelände: Spiel- und Sinneserfahrung für Kinder von 0–3 und 3–6 Jahren

Bitte melden Sie sich vor Ihrem Besuch bei uns an.



dienstags – freitags
16:00 – 18:00 Uhr
Kreativtisch
angeleitet und begleitet von PädagogInnen
oder KünstlerInnen

mittwochs
14:45 – 15:45 Uhr
Gymnastikhalle
ab 15. September
1, 2, 3 im Sauseschritt
Körper- und Bewegungserfahrung
für Kinder von 1 – 3 Jahren mit ihren Eltern,
offene Gruppe, Einstieg jederzeit möglich
sofern Plätze frei sind
Teilnahme auf Spendenbasis

mittwochs
15:00 – 18:00 Uhr
1 x monatlich
samstags
10:00 – 15:00 Uhr
Umgangscafé
getrennt lebende Eltern können sich
hier mit ihren Kindern treffen und Zeit
zusammen verbringen.
Für Eltern, die den begleiteten Umgang
beendet haben, sich an einem neutralen
freundlichen Ort treffen wollen oder
von Außerhalb kommen. Pädagogische
Fachkräfte begleiten den Aufenthalt.
Bitte melden Sie sich vorher an.

montags
16:45 – 15:45 Uhr
Küche
ab 28. August
Das Kinderlabor
Der erste Kontakt mit Wissenschaft durch
spielerische, kindgerechte Experimente.
Offenes Angebot für Kinder ab 4 Jahren
Leitung: Paulina A. Chale

freitags
16:00 Uhr
Holzwerkstatt /
Küche
ab 1. September
Holzwerkstatt
Erste Erfahrungen mit dem Material Holz.
Wir sägen, bohren, schleifen und bauen
einfache Gegenstände. Offenes Angebot für
Kinder ab 4 Jahren.
Leitung: David Jackson

Termine
nach
Vereinbarung
Gruppenraum
Geschwisterkurs
Bekommt ihr bald ein Geschwisterchen?
Wir beantworten ALLE Fragen, wir basteln
zusammen was cooles und geben euch
ein paar Tipps, wie ihr Profi-Schwester oder
-Bruder werden könnt.
Leitung: 36,6 mm

Sommerschließzeit Liebe Eltern, bitte beachten Sie:
7. – 18. August vom 7. – 18. August ist unsere
Sommerschließzeit.

donnerstags
1 x monatlich,
10:00 – 12:30 Uhr
**FamilienServiceBüro vor Ort bei allen
Fragen rund ums Familienleben**
Beratung und Antragstellung bei
Vaterschaftsanerkennung, Elterngeld, Kita-
und Hortgutschein, Unterhaltsvorschuss
usw., durch Mitarbeiter:innen des
FamilienServiceBüro, Anmeldung erbeten

Mittwoch
6. September
11:30 Uhr
Familiencafé
**Willkommen für alle Eltern im Bezirk mit
ihren neugeborenen Babys.**
Wir informieren über unsere Angebote und
überreichen Ihnen ein Willkommenspaket
mit vielen Informationen und kleinen
Geschenken für Eltern mit Neugeborenen.

Samstag
9. September
14:00 – 17:00 Uhr
Aufbau
ab 13:00 Uhr
Außengelände
Familienzentrum
Familienrödel
Auf der Plattform zwischen Vorder- und
Hinterhaus am Mehringdamm 114 können
Familien alle Sachen rund ums Kind
verkaufen.
Standmiete: 10 Euro für einen Tisch des
Familienzentrums, 8 Euro für einen eigenen
Tisch (Plätze begrenzt)
Anmeldung bis zum 2. September

jeden
2. Mittwoch
im Monat
ab 13. September
16:30 Uhr
Gruppenraum
**Bilderbuchkino in Kooperation mit der
Bibliothek Dudenstr.**
Die Bibliothek Dudenstrasse liest
regelmäßig 1 x im Monat ein Bilderbuch mit
Projektion der Bilder an die Wand vor.
Den Titel und Inhalt der Geschichte können
Sie vorher auf unserer Website erfahren.

Montag
11. September
16:30 Uhr
gelbe Villa
Wilhelmshöhe 10
**Schnupper-Nachmittag in der gelben
Villa für Kinder, die eingeschult werden**
Während die Eltern eine Führung durch die
Räume der gelben Villa bekommen, können
die Kinder an einem Workshop teilnehmen.
Treffpunkt: 16:15 Uhr im Familiencafe
Anmeldung erbeten

Jeden 3. Mittwoch
im Monat
15:30 Uhr
20. September
18. Oktober
15. November
Küche

Kochwerkstatt

Für Kinder ab 3 Jahren und ihre Eltern
Einmal im Monat probieren Kinder einfache
Rezepte aus. Sie lernen Gemüse und Kräuter
kennen, erfahren wie Butter hergestellt
wird, machen Ketchup und Pommes selbst,
bereiten Obstsalat zu, backen Pizza u.v.m.
Die Eltern beobachten und assistieren. Am
Ende essen alle gemeinsam.
Anmeldung erforderlich
Leitung: Katharina van Riel, Stefanie Abel,
Zarife Yildiz

Donnerstag
7. September
10:00 – 13:00 Uhr

Tragen & Kochen

Carry & Cook
Baby auf dem Rücken – Hände frei zum
Kochen; Beikost leicht gemacht
Leitung: Marion Ebeling, Frau Beuteltier

Freitag
16:00 – 19:00 Uhr
Samstag
10:00 – 13:00 Uhr
24./25. November
Bewegungsraum

„Elterntankstelle“

Liebe, Lust und Elternschaft
Was hält eine Liebesbeziehung am Leben
wenn Paare Eltern werden?
Anregungen, Vereinbarungen und Rituale,
Begegnung und Austausch für Eltern mit
Kindern von 0 – 6 Jahren
Kinderbetreuung auf Anfrage möglich
Leitung: Marion Ebeling, Frederik Luhmer

Samstag
23. September
Außengelände

Gartenaktionstag im September

Eltern und Kinder sind eingeladen, die Beete
zu pflegen. Wir machen zusammen ein
Picknick.
Koordination: Zarife Yildiz, David Jackson



23. Oktober –
3. November
Mo – Fr
16:00 – 18:00 Uhr
Familiencafé

Herbstferienprogramm

Kreativangebote, Musik, Bilderbuchkino und
vieles mehr

Dienstag
31. Oktober
16:15 Uhr
Turnhalle

Musikalisches Klangerlebnis – Bewegung und Musik

für Eltern und Kinder
Mohammad Reza Mortazavi spielt auf
verschiedenen Trommeln: Tombak, Daf
und mehr ... Eltern und Kinder lassen
die Musik auf sich wirken, tanzen und
bewegen sich. Die Musik fließt durch
uns, wirkt beruhigend, harmonisierend
und inspirierend. Sich einlassen auf das
Klangerlebnis setzt Phantasie frei und gibt
uns neue Energie.

Dienstag und
Mittwoch
24. + 25. Oktober
16:00 Uhr
Außengelände

Funke, Flamme, Feuer

für Kinder ab 4 Jahren
In diesem 2-tägigen Workshop lernen Kin-
der spielerisch sicher mit Feuer umzugehen.
Anmeldung erforderlich
Materialkostenbeitrag: 2 Euro

Dienstag
Mittwoch
Donnerstag
7./8. und
9. November
Familiencafé

Laternenbasteln – Laternenfest

Am 7. und 8. November basteln wir am Krea-
tivtisch Laternen. Am 9. November feiern wir
unser Laternenfest mit Liedern, Umzug und
Lagerfeuer.



Sonntag
 5. November
 3. Dezember
 14:00 – 17:00 Uhr
 Familiencafé
 Gymnastikhalle

Bewegter Sonntag
 Spiel, Spaß und Bewegung für Kinder bis 6 Jahre und ihre Familien. Das Familiencafé mit offener Spielfläche ist geöffnet. 0 – 6 yaş, sinin çocuklari, ebeveynleriyle birlikte, ücretsiz olan kapali oyun alanlarında (Bewegter Sonntag) hoplayip ziplamaya, oyunlar oynamaya davet ediyoruz!

Mittwoch
 29. November
 11:30 Uhr

Willkommen für alle Eltern im Bezirk mit ihren neugeborenen Babys.
 Wir informieren über unsere Angebote und überreichen Ihnen ein Willkommenspaket mit vielen Informationen und kleinen Geschenken für Eltern mit Neugeborenen.

jeden Mittwoch im
 Dezember
 16:00 Uhr
 Küche

»In der Weihnachtsbäckerei ...«
 Kinder und Eltern backen leckere Plätzchen aus verschiedenen Ländern für unsere Weihnachtsfeier.

Mittwoch
 20. Dezember
 16:00 – 18:00 Uhr
 in allen Räumen

Weihnachtsfeier
 Wir laden alle Familien zur Weihnachtsfeier ein mit Theater und Tänzen, Liedern und Geschichten zu Weihnachten für Familien aus allen Kulturen.

23. Dezember 2023
 – 3. Januar 2024

Weihnachtsferien
 Das Familienzentrum bleibt in den Weihnachtsferien geschlossen.



Extra Buch

DAS moderne Antiquariat
 reduzierte Bücher für die ganze Familie



Mehringdamm 66
 10961 Berlin-Kreuzberg

Mo-Fr 10:00-20:00 Uhr
 Sa 10:00-18:00 Uhr

030/78951797
 extrabuch@t-online.de



dienstags
 5. September
 24. Oktober
 14. November
 5. Dezember
 10:30 – 12:00 Uhr
 online

Tischlein deck Dich
 Von der Milch zur B(r)eikost
 Wie Essen zubereiten und gemeinsam Essen Spass machen kann. Auch Väter sind herzlich willkommen!
 Leitung: Marion Ebeling

montags
 10:30 – 11:30 Uhr
 Bewegungsraum

Babytreff
 Für Eltern mit Babys ab sechs Wochen. Entwicklung der Babys beobachten, Eltern kennenlernen, sich austauschen und unterstützen
 6 Wochen – 6 Monate
 Leitung: Marion Ebeling

13:30 – 14:30 Uhr
 Gruppenraum

ab 6 Monate (in englischer Sprache)
 Leitung: Paulina A. Chale
 Beginn: 28. August

mittwochs
 13:00 – 14:00 Uhr
 Bewegungsraum

Stillcafé und Milchbar
 Austausch mit anderen Eltern rund um Stillen und Flaschen-Ernährung mit praktischen Hilfestellungen im Alltag.
 Begleitung: Marion Ebeling, Hebamme
 Beginn: 30. August

mittwochs
 6. September
 11. Oktober
 8. November
 6. Dezember
 10:00 – 11:30 Uhr
 Gruppenraum

Schlaf Kindchen Schlaf
 Das Baby lässt sich so gut wie nie ablegen, nur tragend beruhigen? Die Schlafphasen sind kurz, die Eltern erschöpft. Austausch in kleiner Runde
 Anmeldung erforderlich.
 Leitung: Marion Ebeling

dienstags
 14:30 – 15:30 Uhr
 Bewegungsraum

Zusammen Aufwachsen Baby
 Suchen Sie Kontakt für sich und Ihr Baby? Lernen Sie andere Familien aus dem Kiez kennen. Hier finden Sie Spielideen und Anregungen für sich und Ihr Baby
 Leitung: Marion Ebeling
 Beginn: 29. August
 9 Termine, mit Anmeldung

Anmeldung:
telefonisch zu den
Sprechzeiten oder
per E-Mail

Elternbabysprechstunde

Fragen und Themen rund um das erste
Lebensjahr:
Schlafen, Wachen, Weinen, Füttern, (Ab-)
Stillen, Verwöhnen, Trösten ... Die Geburt
steckt Ihnen noch in den Knochen? ...
Marion Ebeling
Anmeldung:
elternbabyberatung@posteo.de

mittwochs
13. September
25. Oktober
22. November
20. Dezember

10:00 – 11:30 Uhr
Gruppenraum

Rosengarten

Die Geburt liegt hinter Ihnen und ist immer
noch mit belastenden Gefühlen verbunden.
Sie sind oft niedergeschlagen und es fällt
Ihnen schwer, sich über ihr Baby zu freuen.
Hier können Sie sich mit Müttern über ihre
belastenden Gefühle austauschen.
Die Termine finden Sie auf unserer Webseite.
Teilnahme nach Vorgespräch.
Begleitung: Marion Ebeling
Anmeldung:
elternbabyberatung@posteo.de

donnerstags
31. August
28. September
23. November
21. Dezember

19:30 – 21:00 Uhr
Familiencafé

Väter unter sich

Gesprächsabende für Väter mit kleinen
Kindern.
In kleiner Runde tauschen wir uns über
unser Vatersein aus. Was macht Vatersein
mit mir persönlich? Wie eigenständig bzw.
partnerschaftlich bin ich als Elternteil?
Moderation: Berthold Menzel
Anmeldung erforderlich unter
Tel: 0151 2106 0991 oder übers
Familienzentrum

freitags
14:15 – 15:15 Uhr
Raum 217

Gesprächs-Gruppe für Alleinerziehende

Austausch über den Alltag mit Kindern,
als alleinerziehende Eltern, gegenseitige
Unterstützung und Stärkung, Austausch von
Informationen, Gemeinsame Suche nach
Lösungen für den (Erziehungs-)Alltag.
Bei Bedarf mit Kinderbetreuung
Leitung: Katharina van Riel
Beginn: 1. September

mittwochs
Kurs 1
12:00 – 13:00 Uhr
Kurs 2
13:15 – 14:15 Uhr
Gymnastiksaal

Rückbildungsgymnastik

Kurs 10 x 1 Std. Die Babys können mitge-
bracht werden. Abrechnung über die Kran-
kenkasse. Anmeldung über die Kursleiterin.
Nach der Geburt wieder ein Gespür für den
Beckenboden bekommen, körperlich fit wer-
den und etwas für sich tun. Wir entwickeln
Übungen, die sich gut in den Alltag integrie-
ren lassen und aufbauende Übungen für den
Beckenboden, Rücken und Bauch.
Anmeldung bei der Kursleiterin
Kursleitung: Sandra Illigen
Sandra-illigen@gmx.de
Kursleitung: Renate Hökenschnieder,
Hebamme und zertifizierte
Beckenbodentrainerin
Tel. 0178 8315 346
rhoekenschnieder@web.de

30. August

8. November

dienstags
mittwochs
9:30 – 11:00 Uhr
Bewegungsraum

Eltern-Kind-Yoga

Für Eltern mit Kindern von 3 Monaten bis
2 Jahren. Eltern-Kind-Yoga bietet Eltern eine
Auszeit vom Alltag.
Atem und ressourcenbildende Körperarbeit
bringen Körper, Geist und Seele wieder in
Einklang. Der Beckenboden wird trainiert.
Raum, die eigenen Bedürfnisse zu erspüren
und in Beziehung mit sich selbst zu treten.
Leitung: Sylvia Dieg,
Beginn: 29./30. August
14/15 Termine, 126/135 Euro,
(erm. 84/90 Euro)



dienstags

11:00 – 12:00Uhr

donnerstags

10:00 – 11:00Uhr

Gruppenraum

Babymassage

Für Babys ab der 6. Lebenswoche bis zum Krabbelalter.

Berührung mit Respekt®. Die Babymassage ist ein Weg um liebevolle Berührung zu erfahren und zu geben.

Leitung: Nora Hammer

Kurs I: Beginn 29. / 31. August

Kurs II: Beginn 17. / 12. Oktober

Kurs III: Beginn 12. / 7. Dezember

Di: 2 Termine in 23 / 4 Termine im Januar 24

Do: 3 Termine in 23 / 3 Termine im Januar 24

6 Termine, 60 Euro (erm. 24 Euro)

dienstags

12:30 – 14:00 Uhr

donnerstags

11:30 – 13:00 Uhr

13:30 – 15:00 Uhr

Gruppenraum

FABEL®

Familienzentrierter Baby-Eltern-Kurs FABEL-Kurse begleiten Babys und ihre Eltern durch das erste Lebensjahr. Neben Massagen, Spielanregungen, Körper- und Entspannungsübungen sprechen wir über die Entwicklung des Kindes und die Veränderungen durch ein Baby in der Partnerschaft. Einen besonderen Platz nimmt die Beobachtung des Babys in seinem Spielverhalten und in seiner Bewegungsentwicklung ein.

Leitung: Nora Hammer

Kurs I: Beginn 29. / 31. August

Kurs II: Beginn 21. / 16. November

5/6 Termine bis 19. / 21. Dezember

4/3 Termine im Januar

9 Termine, 81 Euro (erm. 27 Euro)

freitags

9:20 Uhr

10:20 Uhr

11:20 Uhr

Bewegungsraum

Filina – Musikkrabbeln

Gemeinsam Singen mit Eltern und ihren Babies. Eltern erhalten viele Anregungen, wie sie Musik spielerisch in ihren Alltag einbauen können. Wir singen, trommeln, tröten, tanzen und haben gemeinsam Spaß.

Leitung: Hanno Körber

Beginn 1. September

14 Termine, 56 Euro (erm. 21 Euro)

freitags

10:30 – 11:30 Uhr

Gruppenraum

Kreativität gemeinsam erleben

Für Eltern und Babys zwischen 8 und 12 Monaten.

Eltern und Kinder gehen gemeinsam auf eine Entdeckungsreise ... Spielerisch erleben wir viele verschiedene Materialien und Gegenstände mit allen Sinnen und auf jeweils ganz eigenen Wegen. Mit Farbe, Papier, Tüchern, Klangkörpern und vielem mehr lassen wir der Phantasie freien Lauf.

Leitung: Jennifer Burtchen

Beginn: 1. September

14 Termine, 63 Euro (erm. 31,50 Euro)



Eltern-Kind-Gruppen – mit Anmeldung

0–1,5 Jahre

montags
11:00 – 12:00 Uhr
Gruppenraum
dienstags
11:30 – 12:30 Uhr
Bewegungsraum

Eltern-Kind-Gruppen mit Kindern von 0 – 1 Jahr

Altersentsprechende Spielanregungen, Austausch über die Entwicklung der Kinder im ersten Lebensjahr und den Alltag mit dem Baby. Entlastung und gegenseitige Unterstützung.
Leitung: Zarife Yildiz
Beginn: 28./29. August
1,50 Euro pro Termin

Zusammen aufwachsen – Growing together

Eltern-Kind-Spielgruppe ab 6 Monaten
Wir beobachten die Kinder beim Spiel, tauschen uns darüber aus und bekommen neue Erkenntnisse, wie Kinder lernen. Wir singen Lieder und die Eltern teilen ihre Erfahrungen über Fragen des Alltags mit ihrem Kind.

Leitung: Paulina Chale
Beginn: 29. August
Leitung: Meret Gram
Beginn: 31. August
3 Euro (erm. 1,50 Euro) pro Termin

dienstags
9:15 – 10:15 Uhr
Gruppenraum
donnerstags
10:00 – 11:00 Uhr
Bewegungsraum

Zwillingsgruppe

mit Kindern von 0 – 15 Monate
Austausch über die Entwicklung der Kinder, zwillingspezifische Themen sowie gegenseitige Unterstützung stehen im Vordergrund.
Leitung: Meret Gram
1,50 Euro pro Termin

dienstags
14:45 – 15:45 Uhr
Gruppenraum



Mardi
9:30 – 10:30 Uhr
R. 217
Beginn:
29. August

muttersprachliche Eltern-Kind-Gruppen

0–2 Jahre

Eltern-Kind-Gruppe auf französisch

Un groupe francophone de jeux et d'échange pour parents avec des enfants de 0 à 2 ans. Dans un espace aménagé pour éveiller la curiosité des enfants, nous observerons leurs jeux et leurs apprentissages, chanterons des chansons et échangerons entre parents sur notre quotidien et notre ressenti.
1,50 Euro pro Termin

Persembе
Saat 11:30 – 12:30
Grupodasında
Baslangıc
28. Eylül

Birlikte büyüyelim – Growing together

6 aylıtan itibaren.
Cocugunuz neye ilgi duyuyor ve en cok neyle yogunlasiyor. Cocuklari grupta izliyor, ve izleme esnasında onların dünyasını tanımaya çalışıyor ve çocukların nasıl öğrendiklerini görüyoruz. Sarkılar söylüyoruz. Veliter günlük yaşamda cocukla ilgili soruları ve edindikleri tecrübeleri birbirlerine aktarma olanakları buluyorlar.
Kursu yöneten: Zarife Yildiz
3 Euro (erm. 1,50 Euro) pro Termin

unterstützt durch:

HEINZ
UND
HEIDE
**DÜRR
STIFTUNG**

dienstags
11:30
R. 217
Erdgeschoß Hinterhaus, rechts neben Eingang EFB

Eltern-Kind Gruppe auf spanisch

Grupo para madres*padres* y bebés.
Un grupo para conocer a otras familias hispanoahblantes con hijos (as) de 6 meses a 1,5 años. Hablamos de todos los temas concernientes a la familia y la crianza e intercambiamos experiencias.
Facilitadora: Rocio Vazquez, Paulina Chale



mittwochs
10:00 – 11:30 Uhr
Familiencafé

Vater*Kind-Gruppe mit Kindern von 0 – 2 Jahren

Geselliger Vater-Kind-Treff
Wir begleiten die Kinder, beobachten ihr Spiel und tauschen uns zu Themen des Vaterseins aus. Singen wäre schön!
Leitung: Berthold Menzel,
Medhanie Ghebretinsae
Beginn: 30. August, 1,50 Euro pro Termin

Eltern-Kind-Gruppen mit Kindern von 1 – 3 Jahren

Austausch der Eltern, Fragen zur Entwicklung, Spielanregungen für Kinder, gemeinsames Beobachten der Kinder beim Spiel
Leitung: Paulina Chale
Beginn: 31. August

donnerstags
15:30 – 16:30 Uhr
Gruppenraum

freitags
10:00 – 11:30 Uhr
Gruppenraum

Leitung: Zarife Yildiz
Beginn: 1. September
1,50 Euro pro Termin
Einstieg jederzeit möglich sofern Plätze frei sind. Anmeldung erforderlich



montags
9:15 Uhr
Bewegungsraum

Musikalisches Spiel

für Kinder von 0 – 3 Jahren
Momo singt Lieder zur Gitarre, die zum Singen und Mitmachen auffordern.
Leitung: Momo Djender
Beginn: 28. August
14 Termine, 56 Euro (erm. 21 Euro)

dienstags
10:00 – 11:00 Uhr
Kreativraum

Erste Erfahrungen mit Farbe

Für Eltern und Kinder von 1 – 3 Jahren mit und ohne Behinderung,
Kinder erhalten Raum zur freien Entfaltung ihrer Kreativität. Die Eltern beobachten den freien Malprozess, sind Assistenten ihrer Kinder und tauschen sich mit der Kursleitung aus.
Leitung: Jennifer Burtchen
Beginn: 29. August
14 Termine, 70 Euro (erm. 35 Euro)

montags
16:00 Uhr
donnerstags
09:30 Uhr
15:45 Uhr
freitags
16:00 Uhr
Gymnastiksaal

Eltern-Kind-Turnen

Für Eltern mit Kindern von 1 1/2 bis 3 Jahre
Spaß am Laufen, Hüpfen, Balancieren, Klettern und Springen im Bewegungsparcours. Ein Anfangs- und Abschlusskreis fördert das Gruppengefühl. Die Eltern begleiten und assistieren ihren Kindern.
Leitung: Birgit Zahn
Beginn: 28./31. August/ 1. September
14 / 15 Termine
56 / 60 Euro, (erm. 21 / 22,50 Euro)

montags
16:00 Uhr
Bewegungsraum

Eltern-Kind-Tanz inklusiv

Für Eltern mit Kindern von 2 – 4 Jahren
Mit und ohne Beeinträchtigungen
Wir bewegen uns zu Musik, spielen mit unserer Phantasie, schlüpfen in verschiedene Rollen. Eltern und Kinder tanzen paarweise Themen aus Liedern, Märchen, Fabeln und anderen Geschichten.
Leitung: Giulia Rossi
Beginn 28. August
14 Termine, 56 Euro (erm. 28 Euro)

dienstags
16:00 Uhr
Gymnastiksaal

Eltern-Kind-Tanz

Für Eltern und Kinder von 2–3 Jahren
Tänze und spielerische Bewegungsübungen
für Kinder und Eltern.

Zusätzlich erleben die Kinder in wiederkehrenden Ritualen die Gemeinschaft und schließen Freundschaften.

Leitung: Birgit Zahn

Beginn: 29. August
14 Termine, 56 Euro (erm. 28 Euro)

mittwochs
ab 30. August
– 4. Oktober
16:00 Uhr
Außengelände

Garten im Herbst

Für Eltern aus dem Frühlingskurs
Nach dem Sommer ernten wir und säen
Herbstsalate, Kräuter und Gemüse, das
auch im Spätherbst noch wächst oder
überwintert.

Leitung: Jeanine Fornacon
6 Termine, 30 Euro (erm. 12 Euro)



mittwochs
16:15 Uhr
17:10 Uhr
Bewegungsraum

Musikalisches Spiel für Eltern und Kinder

Erste Erfahrungen mit Musik durch gemeinsames Singen. Lieder sind kleine Geschichten, die durch die Bewegung aller Körperteile begleitet werden.

- für Eltern und Kinder von 1½–2½ Jahren
- für Eltern und Kinder von 2½–3½ Jahren

Leitung: Jörn Udo Kortmann

Beginn 30. August
14 Termine, 56 Euro (erm. 21 Euro)

dienstags
16:00 Uhr
Bewegungsraum

Theaterkurs für Kinder und Eltern

4–5 Jahre

Kinder probieren sich in vielen Rollen aus, ihrer Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Sie werden zu Katzen, gefährlichen Monstern, mutigen Löwen und vielem mehr. Einmal im Monat sind die Eltern eingeladen, sich mit ihren Kindern gemeinsam auf die Reise ins Land der Phantasie zu begeben.

Leitung: Claudia Franck

Beginn 29. August
14 Termine, 70 Euro (erm. 42 Euro)



montags
16:50 Uhr

Kreativer Kindertanz inklusiv

Für Kinder mit und ohne Behinderung
ab 4 ½ Jahren
Mit spielerischen Interaktionen und
fantasievollen Spielen dehnen und
kräftigen wir uns. Durch Tanzspiele
und einen Parcours trainieren wir das
Körperbewusstsein sowie die motorische
Koordination.
Leitung: Giulia Rossi
Beginn 28. August
14 Termine, 56 Euro (erm. 28 Euro)

dienstags
16:15 Uhr
Kreativraum

Pablo, Frida & Ich

ab 4 Jahren
In diesem Kurs lernen wir sie kennen: Pablo,
Frida und andere KünstlerInnen. Wir nähern
uns spielerisch ihrem Werk und malen,
zeichnen, schneiden, kleben ausgehend von
unseren Entdeckungen.
Leitung: Christine Mohr
Beginn: 29. August
14 Termine, 63 Euro (erm. 31,50 Euro)

freitags
16:10 Uhr
17:05 Uhr
Bewegungsraum

Kinderyoga „Yoga-Stark“

Für Kinder von 4 – 6 Jahren
Mit kleinen Geschichten lernen die Kinder
verschiedene Yogahaltungen. Sie spüren
ihre Kraft, stärken ihre Konzentration und
entfalten ihre Fantasie. Über kleine Medi-
tationen, Massagen und Spiele werden die
Kinder für ein achtsames Miteinander und
die eigene Selbstfürsorge sensibilisiert.
Leitung: Sarah Voßbeck
Beginn: 1. September
14 Termine, 56 Euro (erm. 21 Euro)



montags
16:50 Uhr
3 – 4 Jahre
mittwochs
16:15 Uhr
4 – 5 Jahre
17:10 Uhr
4 – 6 Jahre
donnerstags
16:40
3 – 4 Jahre
freitags
16:50 Uhr
3 – 4 Jahre
Gymnastiksaal

Sport und Spiel

für Kinder von 3 – 6 Jahren
Spaß am Springen, Laufen, Hüpfen und
Klettern im Bewegungsparcours.
Die Kinder lernen Freude an Bewegung
und Koordination von Bewegungsabläufen.
Gemeinsame Anfangs- und Abschiedsrituale
im Kreis fördern das Gemeinschaftsgefühl.
Leitung: Birgit Zahn
Beginn 28. /30. /31. August / 1. September
14 / 14 / 15 / 15 Termine
56 / 56 / 60 / 60 Euro
(erm. 21 / 22,50 Euro)

dienstags
16:55 Uhr
Gymnastiksaal

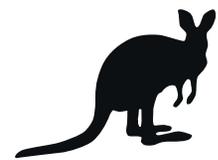
Kindertanz

für Kinder von 3½ – 6 Jahren
Miteinander tanzen, den Körper und die
Freude an der eigenen Bewegung erleben.
Wir tanzen zu Themen aus Märchen
verwandeln uns in Tiere und vieles mehr.
Leitung: Birgit Zahn
Beginn: 29. August
14 Termine, 56 Euro (erm. 28 Euro)

donnerstags
16:00 Uhr
16:55 Uhr
Bewegungsraum

Kreative Tanzspiele

Eltern und Kinder von 2 ½ – 4 Jahren
Kinder von 4 – 6 Jahren
Über Wolken laufen , mit Sternschnuppen
fliegen ,einen dicken König mit einem gro-
ßen Herzen treffen, Blumen auf einer Wiese
pflücken, mit Glühwürmchen leuchten ...
Springen, drehen, stampfen, klatschen!
Die Welt des Tanzes mit Kindern auf spiele-
rische und phantasievolle Weise entdecken.
Wir schaffen einen Raum, in dem Kinder
durch Tanzen Kreativität, Ausdruck und
einen Sinn für Improvisation entwickeln
können.
Leitung: Yulimar Salas
Beginn: 31. August
15 Termine, 67,50 € (erm. 30 €)



Kursübersicht

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
Musikalisches Spiel 9:15 Eltern-Kind Gruppe 0–1 Jahr 11:00	Zusammen aufwachsen 9:15 Eltern-Kind-Yoga 9:30 Eltern-Kind Gruppe auf französisch 9:30 auf spanisch 11:00 Erste Erfahrungen mit Farbe 10:00 Babymassage 11:00 Eltern-Kind Gruppe 0–1 Jahr 11:30 Fabel 12:30 Tischlein deck Dich von der Milch zu B(re)ikost, 10:30 Zusammen aufwachsen Baby 14:30 Zwillingsgruppe 14:45 Eltern-Kind-Tanz 16:00 Theaterkurs 16:00 Pablo, Frida & Ich 16:15 Kindertanz 16:55 Theaterkurs 16:55	Eltern-Kind-Yoga 9:30 Vater*Kind Gruppe 0–2 Jahre 10:00 Stillcafe 12:30 Rosengarten / Schlaf Kindchen Schlaf 10:00 – 11:30 Uhr 1, 2, 3 im Sauseschritt 14:45 Kreativtisch 16:00 Garten im Herbst 16:00 Musikalisches Spiel für Eltern und Kinder 16:15 / 17:10 Sport und Spiel 16:15 / 17:10	Eltern-Kind-Turnen 9:30 Babymassage 10:00 Zusammen aufwachsen 10:00 Zusammen aufwachsen in türkischer Sprache 11:30 Fabel 11:30 / 13:30 Eltern-Kind-Gruppe 1–3 Jahre 15:30 Eltern-Kind-Turnen 15:45 Kreativtisch 16:00 Kreative Tanzspiele 16:00 / 16:55 „wie’s mir gefällt“ 16:00 / 16:50 Sport und Spiel 16:40	Filina-Musikkrabbeln 9:20 / 10:20 / 11:20 Eltern-Kind Gruppe 1–3 Jahre 10:00 Kreativität gemeinsam erleben 10:30 Holzwerkstatt 16:00 Kreativtisch 16:00 Eltern-Kind-Turnen 16:00 Kinderyoga 16:10 / 17:05 Sport und Spiel 16:50	Vater*-Kind-Turnen 10:30 / 11:30 Malraum 10:30 INKLUSION KUNSTzeit 14:00
kostenlose Angebote – mit Anmeldung					

donnerstags
16:00 Uhr
16:50 Uhr
Küche /
Kreativraum

„wie’s mir gefällt“

Phantasievolles aus Ton und Natur
für Eltern und Kinder ab 3 Jahren
Wir lernen den Ton kennen und kombinieren ihn mit anderen Materialien. Die Kinder sammeln durch das Experimentieren Erfahrungen, die Natur soll dabei im Mittelpunkt stehen und die Phantasie anregen.
Leitung: Jeanine Fornacon
Beginn: 31. August
15 Termine, 75 Euro (erm. 37,50 Euro)
+ Material- und Brennkosten

dienstags
16:55 Uhr
Bewegungsraum

Theaterkurs

für Kinder von 4 – 6 Jahren
Kreativ, inspirierend und spannend: so muss ein Kindertheaterkurs sein!
Für alle die Lust auf Spielen, verkleiden, bewegen, lachen und zum Lachen bringen haben machen wir die Bühne frei.
Leitung: Claudia Franck
Beginn 29. August
14 Termine, 70 Euro (erm. 42 Euro)

samstags
(nicht am letzten
Samstag im Monat)
10:30 – 11:30 Uhr
11:30 – 12:30 Uhr
Gymnastiksaal

Vater*-Kind-Turnen

offenes Angebot
für Väter* und Kinder von 1½ – 6 Jahren.
Spielerische Förderung der Koordination, Balancieren, Rollen und Springen.
Geschicklichkeitsspiele mit Bällen sowie Konzentrationsübungen.
Leitung: Danilo Zimmermann
Beginn 2. September
Einzeltermin: 4 Euro
10er-Karte: 35 Euro

samstags
14:00 – 16:00 Uhr
Familiencafé

INKLUSION KUNSTzeit

für Menschen mit und ohne Behinderung ab 14 Jahren
Du hast Lust mit uns jeden Samstagnachmittag zu malen und das unter Menschen die INKLUSION kreativ leben. Dann komm zu uns! Wir malen intuitiv, wir malen meditativ und lassen dabei die Woche hinter uns.
Leitung: Jutta Poppe
Beginn: 2. September
Kostenbeitrag: auf Spendenbasis.
Materialkosten: pro Malstunde 2,50 Euro
Anmeldung: 0176 2387 9419

samstags
10:30 – 12:00 Uhr
Kreativraum

Malraum

Kinder ab 4 Jahren können sich hier ganz frei dem Spiel mit Farbe und Papier hingeben. Es steht der natürliche und individuelle Malprozess im Vordergrund. Interessierte Eltern sind eingeladen auch selbst zu malen.
Leitung: Kerstin Betzold
Beginn 2. September
10 Termine, 90 Euro (erm. 40 Euro)





Starke Eltern – Starke Kinder®

Elternkurs

des Deutschen Kinderschutzbundes:

- hilft, den Familienalltag zu entlasten, das Miteinander zu verbessern,
- stärkt das Selbstbewusstsein von Müttern, Vätern und Kindern,
- bietet Raum zum Austausch mit anderen Müttern und Vätern,
- zeigt Möglichkeiten auf, Konflikte zu lösen

Wichtige Themen sind u. a.:

- eigene Werte und Erziehungsziele,
- Ausdruck von Gefühlen, klare Kommunikation, Grenzen setzen,
- Lösungen bei Konflikten erarbeiten.

Leitung: Gertrud Möller-Frommann

Beginn 11. September

10 Termine, 40 Euro (erm. 20 Euro)

mit Kinderbetreuung (auf Anfrage)

montags
16:00 – 18:00 Uhr
Raum 301

Samstag
23. September
9. Dezember
9:00 – 14:30 Uhr
Raum 402

Samstag
11. November
10:00 – 15:30 Uhr
Raum 402

Erste Hilfe für Babys und Kleinkinder

Ein je eintägiger Kurs für Mütter und Väter

Leitung: Marina Lacina

Unkostenbeitrag: 12 Euro (erm. 6 Euro)

pro Tag, Anmeldung erforderlich

Unser Kind ist krank

Einführung in die Pflege kranker Kinder
Hausmittel anwenden usw.

Leitung: Marina Lacina

12 Euro (erm. 6 Euro) pro Termin

Beratungsraum
nur nach
telefonischer
Anmeldung

telefonische
Anmeldung zu
den Sprechzeiten

nach telefonischer
Vereinbarung

Beratung rund um Arbeit und soziale Beratung

Themen: berufliche Orientierung, Qualifizierung, Bewerbung, Informationen zu Fragen der Arbeitslosigkeit und Elternzeit sowie finanzielle Fördermöglichkeiten

Beratung bei Anträgen auf Wohnberechtigungsschein (WBS), Wohngeld, Unterstützung bei Antragstellung auf verschiedene Hilfen, z. B. ALG II, Bafög, Kinderzuschlag, Bildungs- und Teilhabepaket (BuT)

Sabine Oldag, Sozialarbeiterin

Beratung zu Kita und Kinderbetreuung (auch auf französisch)

Die Suche nach einer Bildungs- und Betreuungseinrichtung ist leider oft nervenaufreibend. Pädagogisches Konzept, Einrichtungsformen, Kitagutschein, Eingewöhnung ... Wir unterstützen Sie bei der Suche nach der richtigen Betreuung für ihr Kind.

Beratung zu Familien- und Arbeitsrecht,

z. B. Informationen zu Umgangs- und Sorgerecht, Fragen zu Trennung und Scheidung, Fragen zum Wiedereinstieg in den Beruf nach Elternzeit, Kündigungsschutz usw.

Barbara Rickes, Fachanwältin für Familien- und Arbeitsrecht



Erziehungs- und Familienberatung

siehe Seite 39

donnerstags
18:15 – 19:00 Uhr
Raum 403

Mieterberatung

Berliner MieterGemeinschaft e.V.

- Mietrechtliche Beratung für Mitglieder
- Sie können in der Beratungsstelle Mitglied werden.
- Nach Beitritt können Sie sich sofort anwaltlich beraten lassen.

Jahresbeitrag – einschließlich Prozesskostenrechtsschutz für mietrechtliche Streitigkeiten – 75 Euro, ermäßigt für Empfänger von Arbeitslosengeld II, Sozialhilfe, Grundsicherung 51 Euro
Tel. 2168 001, www.bmgev.de

Deutsch-Integrationskurse

nach den Vorgaben des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF)

- Basissprachkurs 600 Stunden
- Aufbaukurs 300 Stunden
- Orientierungskurs 60 Stunden
- Abschluss Zertifikat Deutsch, Niveau B1
- für Ausländer, Spätaussiedler, Kontingentflüchtlinge, Asylberechtigte, die eine Aufenthaltsberechtigung in Deutschland erhalten und auf Dauer in Deutschland leben werden.
- kostenfrei, Empfänger von Arbeitslosengeld II oder Sozialhilfe, Spätaussiedler und deren Angehörige
- Beratung und Anmeldung:
Die Träger der Sprachkurse beraten Sie über Ihre richtige Kurseinstufung, Kostenbefreiung oder Ermäßigung.

Di, Do, Fr
09:15 – 12:15 Uhr
Raum 403

Deutschkurs für Mütter nichtdeutscher Herkunft

VHS Bezirk Friedrichshain-Kreuzberg
B2
Anmeldung: VHS, Wassertorstraße 4
deutsch@vhs-fk.de

Mo – Do
09:00 – 13:00 Uhr

Deutsch-Integrationskurse für Frauen

mit Kinderbetreuung
LebensWelt gGmbH
Anmeldung:
Joanna Jene, Tel. 6128 7018

Bevor alle Stricke reißen ...

BERLINER MIETERGEMEINSCHAFT E.V.

Berlins engagierte und preisgünstige Mieterorganisation bietet

... schnell zur Berliner MieterGemeinschaft

- Persönliche Mietrechtsberatung durch spezialisierte Juristinnen und Juristen
- Beratungsstellen in fast allen Bezirken
- Telefonische Mietrechtsberatung
- Sozialberatung
- Rechtsschutz bei Mietprozessen
- Umfangreiches Informationsmaterial
- Unterstützung von Hausversammlungen

Möckernstraße 92
Ecke Yorckstraße
10963 Berlin ☎ **2 16 80 01**

BERLINER MIETERGEMEINSCHAFT E.V. www.bmgev.de



Inflationsbremse

**Spare dein
Geld,
werde
Mitglied**



dienstags
15:30 – 18:00 Uhr
Raum 402

sonntags
09:00 – 14:30 Uhr
Raum 401/402/403

Jeden zweiten
Samstag im Monat
10:30 – 13.00 Uhr
Raum 402/403/403
(Vorderhaus)
Bewegungsraum
(Rückgebäude)

Jeden zweiten
Samstag im Monat
10:30 – 14:00 Uhr
Raum 402/403

freitags
18:00 – 19:30 Uhr
samstags
9:00 – 10:00 Uhr
Bewegungsraum

Materidouska

Familientreffpunkt für große und kleine
Freunde der tschechischen Sprache
Eltern-Kind-Gruppe (für Kinder bis 5 Jahre)

Angebote für Kinder ab 5 Jahre
(Vorschule, themenbezogene Projektarbeit,
Lesen, Schreiben, Tschechisch als Fremd-
sprache) Familientreffen
tschechische Kinderbibliothek
Leitung, Info, Anmeldung:
Alice Scholze, Tel. 0179 8584 014
info@materidouskaberlin.com

Estnische Eltern-Kind-Gruppe

Zweimal im Monat treffen sich kleine und
große Esten zum singen, spielen, basteln in
estnischer Sprache. Danach Erfahrungsaus-
tausch bei Kaffee und Kuchen.
Info und Anmeldung:
Sirle Böttcher, Tel. 0151 4617 3422
berliini.eesti.kool@googlemail.com
www.deg-berlin.de/estnische-schule.html

Lettische Eltern-Kind-Gruppe

Eltern und Kinder singen, spielen und bas-
teln in lettischer Sprache. Eltern tauschen
ihre Erfahrungen aus.
Info und Anmeldung: Vinija Folkmane
vinija.folkmane@gmail.com
Tel. 6140 3033

Veselka – Regenbogen

Ukrainische Kindergruppe
von 3 – 11 Jahren zur musikalischen Ent-
wicklung, Sprach- und Kulturförderung.
Anna Giletska
Tel. 0176 4988 1428
uks.veselka@gmail.com

samstags
15:00 – 18:00 Uhr
Raum 401/402/403

Tamilische Mutter-Kind-Gruppe

Tamilische Kinder lernen ihre Muttersprache, Gedichte, Geschichten, Tänze und Lieder aus dem Land ihrer Eltern.
Die Mütter treffen sich zum Erfahrungsaustausch.
Kontakt: Sihab Manoharan
Tel. 6943 913

freitags
17:00 – 20:00 Uhr
Raum 402

Sri Lanka Association Berlin

Informationen und Austausch für Familien aus Sri Lanka. Begegnungen und kulturelle Aktivitäten. Kinder lernen die Sprache Sinhala. Bibliothek für Kinder und Eltern.
Kontakt: info@srilankans-berlin.de

montags
16:45 Uhr
Raum 403

Lesen und schreiben auf Spanisch.

Für Kinder von 6 bis 10 Jahren
Die Kinder lesen Geschichten, machen Schreibspiele und arbeiten an Texten.
Leitung: Ana Maria Acevedo, Logopädin
Kontakt: mem.kreuzberg@gmail.com

lunes
16:45 horas
Sala 403

Taller de inserción a la lengua escrita en español

Para niños de 6 a 10 años
Propicia un interés por parte del niño en los procesos de la lengua escrita en español a través de talleres orientados al trabajo de los textos con sentido.
A cargo de una logopeda.

sábados
20 – 22 h
2º y 4º
Sábado de mes
Bewegungsraum

Folclóricos Anonimos

Coro popular hispano
Coste: € 25,00 / trimestral
(con 2 ensayos de prueba gratuitos)
Sujeto a cambio. Se ruega reconfirmar
Coordinación: Esther Ramos
www.folclóricos-anonimos.wixsite.com/
folclóricos-anonimos
folclóricosanonimos.berlin@gmail.com

samstags
20:00 – 22:00 Uhr
2. und 4. Samstag
im Monat
Bewegungsraum

Folclóricos Anonimos

Hispanische Volkslieder
Kosten: 25,00 Euro / Quartal
(2 Proben gratis) Anmeldung erbeten
Koordination: Esther Ramos

montags
20:15 – 22:15 Uhr
Raum 402

Spanisch-Italienisch sprachiger Männerchor

Kontakt: Johann Vasold
dieberlinerkellererchen@gmail.com
Kosten: 20,00 Euro / Monat
Probezeit: 1 Monat (gratis)
Anmeldungsgebühr: 5 Euro

samstags
19:00 – 21:30 Uhr
Raum 401

Treffpunkt für arabische Familien

Familientreff
Kontakt: Verein Al Karmel, Frau Abdallah
Tel. 7676 5386

montags
16:00 – 17:30 Uhr
Raum 401

Eltern-Kind-Gruppe auf Russisch

Für Eltern und Kinder mit russischen Wurzeln
Eltern und Kinder treffen sich zum Spielen, Singen und kreativen Ausdruck. Wir tauschen uns aus, Knüpfen Kontakte und pflegen unsere Kultur und Sprache.
Kontakt: Ekaterina Ivanova, Maria Fabian
E-Mail: maria.fabian.mail@gmail.com

	<p>Anonyme Messies Desorganisierte Familien und Alleinstehende</p>
<p>donnerstags 19:00 – 22:00 Uhr Raum 401</p>	<p>Offene Gruppe Kontakt: Günter 0170 3875 538 Bernhard 0178 1580 154</p>
<p>dienstags 19:00 – 21:00 Uhr Raum 402</p>	<p>Angeleitete Selbsterfahrungs- und Selbsthilfegruppe für Frauen Kontakt: Birgitt Tel. 6143 902</p>
<p>Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat 17:30 – 19:30 Uhr Raum 401</p>	<p>Elternkreise Berlin-Brandenburg e. V. Selbsthilfe für Eltern und Angehörige von Suchtgefährdeten und Süchtigen. Eltern helfen Eltern Ansprechpartner: Anke Osterloh, info@ekbb.de G. Müller www.ekbb.de</p>
<p>mittwochs 19:00 – 20:30 Uhr Raum 403</p>	<p>Kleine Auszeit für die Seele Ganzheitliche Übungen, Geführte Meditationen, um Stress zu reduzieren und die Wahrnehmung für sich zu verbessern. Erfahrungsaustausch in liebevollem Miteinander. Finden Sie Entspannung, Ruhe und Lebensfreude. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Kosten: 5 Euro offene Gruppe Leitung: Amira Meyer + Gabriela Fritz Tel. 0162 6694 369 amira.meyer@goldnatur.de www.goldnatur.de</p>

montags, freitags
19:00 – 21:00 Uhr
Raum 401

Selbsthilfegruppe für Alkohol-, Medikamenten- und Drogenabhängige

Wir helfen uns e.V. (WHU)
Für Abhängige und ihre Partner
Kontakt:
info@whuev.de
www.wirhelfenuns.info

Jeden ersten
Dienstag im Monat
außer August
19:00 – 21:00 Uhr
Raum 401

Psoriasis-Selbsthilfegruppe Berlin

Kontakt: Marina Göritz
Tel. 0173 4726 599
magoeritz@googlemail.com
Andreas K. Walter
Tel. 8541 251
merlionla@yahoo.de

Gymnastiksaal
dienstags
11:30 – 13:30 Uhr

Familien-sport

Generationsübergreifende Angebote für die ganze Familie.
Tischtennis für Jugendliche und Erwachsene, kostenlos
Frau Radtke, Tel. 3918 962

dienstags
14:30 – 16:00 Uhr
Gymnastikhalle

Gymnastik für Frauen

Die Gymnastikgruppe (nur Frauen) trifft sich zu einem Sportprogramm nach neuesten sportwissenschaftlichen Erkenntnissen mit rücken- und gelenkschonendem Training und Elementen aus vielen Sportrichtungen.
Kosten: 45 Euro je Quartal, 15 Euro im Monat
kostenlose Schnupperstunde
Kontakt: Ursula Fieber,
Tel. 6611 387, 0177 6700 485

montags
19:30 – 20:30 Uhr
Gruppenraum

Pilates für Frauen

Sanftes, effektives Ganzkörpertraining, stärkt Bewusstsein für die eigene Haltung, fördert die Beweglichkeit und baut Stress ab.
Leitung: Claudia Kraemer-Emke
Fester Kurs
10 Euro pro Termin
Anmeldung bei der Kursleiterin
Tel. 0177 325 78 52

sonntags
12:00 – 14:00 Uhr
Gymnastikhalle

Biodanza-Tanz des Lebens

Spaß am Tanzen! Durch Bewegung, Musik aus aller Welt und Begegnung wecken wir gemeinsam unsere Lebensfreude und Lebendigkeit. Es sind keine Kenntnisse erforderlich. Jede*r ist willkommen.
Wir tanzen 1x monatlich.
Infos unter 0176 4960 4764 oder tanzeundlebe.jimdo.com
Leitung: Martina Riester



Gymnastiksaal
montags
18:00 – 19:00 Uhr

montags
19:15 – 20:45 Uhr
dienstags
18:15 – 19:45 Uhr
donnerstags
19:30 – 21:00 Uhr

mittwochs
18:15 – 19:15 Uhr
Gymnastiksaal

GuT bewegt e.V.

Der Verein Gymnastik und Tanz bewegt veranstaltet unter der Leitung von Manfred Heese Sportangebote für Eltern. Eine kostenlose Probestunde ist jederzeit möglich.

- **Gymnastik / Rhythmus / Training (GRT)**
Fit in einer Stunde
speziell für Frauen, Problemzonen-training
- **Fitnessgymnastik mit Musik**
Die Angebote im Bereich Freizeit- und Gesundheitssport sind offen für jede und jeden, für Jung und Alt. Dienstags mit Kinderbetreuung für Kinder ab 3 Jahren (auf Anfrage).

Einzeltermin: 7 Euro
Kurzmitgliedschaft (2 Monate): 20/28 Euro
Kontakt: Manfred Heese, Tel. 7885 473
gut-bewegt@t-online.de

Zumba® für Alle

Tanzfitnessprogramm, Einstieg jederzeit möglich
Leitung: Annika Loose
Tel. 0176 8401 646
info@zumba-fitness-berlin.de
www.zumba-fitness-berlin.de



Familien-Sport-Verein Adolf Koch e.V.

Workout (Calisthenics)

mittwochs
18:45 – 19:45 Uhr
Bewegungsraum

FKK. Für Gäste: 5 Euro.

mitwochs
19:20 – 21:20 Uhr
Gymnastiksaal

Body Awareness

Wechselnde Angebote rund um dein Körperbewusstsein. Zur Förderung der Körperwahrnehmung, Achtsamkeit und Body-Positivity
FKK. Für Gäste: 5 Euro.

freitags
18:00 – 19:00 Uhr
Gymnastiksaal

Gymnastik

zum fit-halten für alt und jung.
Anleitung durch Physiotherapeutin.
FKK erwünscht. Für Gäste: 8 Euro.

freitags
19:00 – 21:00 Uhr
Gymnastiksaal

Tischtennis

Aus Spaß an der Freude wird an bis zu drei Tischen ohne Leistungsdruck gespielt.
FKK. Für Gäste: 4 Euro.

Informationen und Anmeldung
www.fsv-adolf-koch.de
office@adolf-koch.de

mittwochs
19:20 – 21:20 Uhr
Gymnastiksaal

Tischtennismannschaft

Generationsübergreifender Mannschaftssport in der 2. Liga des evangelischen Kirchensports. Etwa zehn Mal im Jahr tragen wir unsere Heimspiele im Familienzentrum aus.
Kontakt: Claus Wiedenhöft
Tel. 6055 753



Erziehungs- und Familienberatungsstelle

Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg

Mehringdamm 114
Rückgebäude
Erdgeschoss

Telefon:
(030)90298-2415

Mail:
efb@ba-fk.berlin.de

Wenn Sie in der Kindererziehung, im Familienleben, in der Partner- oder Elternschaft sowie bei Trennung und Scheidung vor Situationen stehen, in denen Sie Rat suchen, finden Sie in der Erziehungs- und Familienberatungsstelle (EFB) Unterstützung. Beratungsgespräche können etwas in Bewegung setzen.

Eltern mit kleinen Kindern sind oft erschöpft, gestresst und haben kaum noch Zeit zu zweit.

In einer Paarberatung suchen wir gemeinsam nach Möglichkeiten, wie Sie **Eltern sein und Paar bleiben** können.

Wer kann zu uns kommen?

Mütter und Väter, Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, Großeltern, Pflege-, Regenbogen- und Patchworkfamilien

Mit welchen Themen können Sie sich anmelden?

Allgemeine Fragen zur Entwicklung und Erziehung von Kindern und Jugendlichen
Schwierigkeiten/Krisen in kritischen Lebensabschnitten

Fragen bei Verhaltensauffälligkeiten
Familien- und Paarkonflikte
Trennungs- und Scheidungsprobleme

Das BeraterInnenteam

In der EFB arbeiten PsychologInnen, PädagogInnen sowie Kinder- und JugendlichenpsychotherapeutInnen.
Eine Beratung in arabischer, türkischer oder englischer Sprache ist möglich.

Die Beratung ist vertraulich, auf Wunsch anonym und kostenfrei für Familien aus Friedrichshain-Kreuzberg.

KINDERGÄRTEN CITY Kita Villa Mehringdamm



Eigenbetrieb von Berlin

Mehringdamm 116
10965 Berlin
U-Bahnhof Platz der
Luftbrücke

Tel. 0162 1087 177

Leitungsteam:

Katja Kariv

Kitaleitung

Kathrin Licea López

Stellvertretende

Kitaleitung

Öffnungszeiten:

Mo – Fr

06:00 – 18:00 Uhr

Sprechzeiten:

nach Vereinbarung

Die Kita befindet sich in einer 1892 erbauten Jugendstilvilla mit angrenzendem großem Garten. Direkt hinter unserem Garten liegt der neu sanierte Spielplatz „Die Birne“, den wir gerne nutzen. Aufgrund umfassender Sanierung der Villa befinden wir uns derzeit in drei hellen und freundlichen Modulen auf dem Grundstück der Kita Methfesselstraße 14 mit direktem Zugang zu Garten und Victoria-Park. Bei uns spielen, lernen und wachsen 103 Kinder im Alter von zehn Monaten bis zum Schuleintritt. In den drei Modulen begleiten wir die Kinder altersgemischt in offenen Gruppen mit festen Bezugserzieherinnen und Bezugserziehern. Unseren Kindern stehen vielfältige Möglichkeiten offen, um sich als Individuum und als Teil einer Gemeinschaft zu erleben, Freundschaften zu schließen, die eigenen Bedürfnisse und Interessen zu entwickeln und den Kitaalltag aktiv mitzugestalten. Nach einer behutsamen Eingewöhnung sorgen wir mit einer auf Vertrauen basierenden Erziehungspartnerschaft zwischen Eltern und pädagogischen Fachkräften für den sicheren Boden, auf dem die Kinder zu lebensfrohen und lebensstüchtigen Menschen heranwachsen können. Wir sind ein zertifiziertes „Haus der kleinen Forscher“.

kita.mehringdamm@kindergaertencity.de



KINDERGÄRTEN CITY Kita am Park



Eigenbetrieb von Berlin

Methfesselstr. 14
10965 Berlin
U-Bahnhof
Platz der Luftbrücke

Tel. 50 58 72 71

Leitungsteam:

Stephanie Rütten

Astrid Schäfer

Öffnungszeiten:

Mo – Do

07:00 – 17:00 Uhr

freitags

07:00 – 16:00 Uhr

Sprechzeiten:

nach Vereinbarung

Unser Kindergarten befindet sich in einem einstöckigen sonnendurchfluteten Klinkergebäude. Büro, Küche, Waschräume und die Gruppenräume sind auf zwei Etagen verteilt. Von beiden Etagen ist der Zugang zum Garten möglich, er bietet vielfältige Spielmöglichkeiten, lädt zu Naturerfahrungen und zur Bewegung ein.

Pflanzen, Pflegen der Beete und Ernten gehören bei uns zum Kindergartenalltag.

Jedes Kind ist für uns einzigartig. Wir begegnen dem Kind mit Achtung, Wertschätzung und Vertrauen. In der frühkindlichen Entwicklung nimmt das Erfahren und Lernen einen hohen Stellenwert ein. Die Kinder sind neugierig und entdeckungsfreudig. Um ihre Welt zu erobern, setzen sie ihre Motivation, ihre Kreativität und ihre Ausdauer ein. Unsere Aufgabe ist es, jedes Kind auf seiner eigenständigen Entdeckungsreise zu unterstützen, zu begleiten und zu fördern. Um diesen Prozess mit den Kindern gemeinsam zu gestalten und sie zu beteiligen, bleiben wir in einem ständigen Dialog mit ihnen und nehmen ihre Anliegen ernst.

kita.methfesselstr14@kindergaertencity.de

KINDERGÄRTEN CITY Kita Schwiebusser Straße



Eigenbetrieb von Berlin

Schwiebusser Str. 5
10965 Berlin
U-Bahnhof Platz
der Luftbrücke

Tel. 505 865-41/-44
Fax: 505 865-40

Leitung:
Tanja Hoffmann

Öffnungszeiten:
Mo – Do
06:00 – 17:00 Uhr
freitags
06:00 – 16:00 Uhr

Sprechzeiten:
nach Vereinbarung

In fünf altersgemischten und zwei Krippen-
gruppen betreuen wir Kinder im Alter von
sechs Monaten bis zur Einschulung.
Wir sind in einem kleinen Haus mit zwei
Etagen, einem Dachgarten und einem
schönen, kindgerechten Garten.
14 ausgebildete Erzieherinnen, Erzieher und
eine Köchin sorgen für das Wohlbefinden
der Kinder.

Wichtig ist uns:

- eine liebevolle Eingewöhnung
- Integration von Kindern mit
besonderem Förderbedarf
- Sprachförderung
- Berliner Bildungsprogramm
- alters- und entwicklungsgemäße
Angebote in Kleingruppen
- musikalische Früherziehung
- Sport und Bewegung
- experimentieren und forschen
- Erlernen von Gruppen- und Konflikt-
regeln
- erleben und gestalten von Festen
- tägliches Spiel und Abenteuer in Haus
und Garten
- Elternabende und -nachmittage
- Entwicklungsgespräche
- ein offenes Ohr für Ihre Fragen

kita.schwiebusserstr5@kindergaertencity.de



Ollenhauerstraße
127, 13403 Berlin,
U6 Kurt-Schuma-
cher-Platz

Tel. 61 62 56 01
Fax: 61 62 56 26
info@lebenswelt-
berlin.de

Geschäftsführung:
Nalan Özenir
Songül Incedal

Zentrale erreichbar
Mo – Fr
9:00 – 17:00 Uhr

LebensWelt gGmbH

Der Träger LebensWelt wurde 1999 gegrün-
det und hat sich seit dem als gemeinnützige
Gesellschaft für Förderung von Familie,
Jugend, Arbeit und Gesundheit durch den
interkulturellen Ansatz in der ambulanten
und stationären Kinder- und Jugendhilfe
in vielen Bezirken Berlins erfolgreich
eingebracht:

- Begleiteter Umgang
- Betreuung und Versorgung des Kindes in
Notsituationen
- Aufsuchende Familientherapie
- Soziale Gruppenarbeit
- Erziehungsbeistandschaft
- Sozialpädagogische Familienhilfe
- Wohngruppen
- Intensive sozialpädagogische Einzel-
betreuung
- Eingliederungshilfen für Kinder und
Jugendliche (Schulbegleitung, Sozialpä-
dagogische Einzelfallhilfe, Interkulturelle
Autismusspezifische 1:1-Förderung)
- Autismusspezifisches Elterncoaching
- Interkulturelle Begleitete Elternschaft
- Eingliederungshilfe nach
SGB IX (BEW)

Weitere Angebote sind u. a.:

- Kindertagesstätten
- Integrationskurse (BAMF)
- Stadtteilzentrum Reinickendorf
- LAIV Jugendfreizeiteinrichtung
- Schulbezogene Jugendhilfe

Die interkulturelle sozialpädagogische Bera-
tung und Unterstützung kann in ca. 50 ver-
schiedenen Sprachen angeboten werden.

Mehr Informationen erhalten Sie unter:
www.lebenswelt-berlin.de



Pestalozzi-Fröbel-Haus

Die Arbeit des Pestalozzi-Fröbel-Hauses ist von dem Gedanken getragen, Kindern einen guten Start ins Leben zu ermöglichen, so dass sie zu selbstbestimmten und verantwortungsbewussten Menschen heranwachsen können.

Unser Profil

Das PFH ist seit fast 150 Jahren Träger sowohl von Ausbildungsstätten als auch Praxiseinrichtungen.

Die Fachschule des PFH nennt sich „Fachschule für Sozialpädagogik – Schule mit europäischem Profil“.

Unsere Einrichtungen, unsere pädagogischen Fachkräfte und die Inhalte der Ausbildung orientieren sich an der UN-Kinderrechtskonvention und dem Kinder- und Jugendschutz. Wir wenden uns gegen Ausgrenzung und Diskriminierung von Einzelnen, Familien oder Gruppen aus ethnischen Gründen, aufgrund ihrer Herkunft, Sprache, Religion oder Weltanschauung, einer Behinderung, des Alters oder der sexuellen Identität.

Unser pädagogisches Konzept

Early Excellence

Early Excellence umschreibt das Ziel, Kindern und auch Erwachsenen die bestmöglichen Bedingungen für Lernen und Weiterentwicklung zu schaffen. Das bedeutet für uns die optimale Förderung von Kindern in ihren Potentialen, eine partnerschaftliche Zusammenarbeit mit Eltern, die Förderung einer familienfreundlichen Infrastruktur im Sozialraum und die Schaffung einer Kultur, die geprägt ist von Respekt und Toleranz.

Heute orientieren sich alle Einrichtungen des PFH an diesem Konzept und die Ausbildungsstätten haben die Grundlagen von Early Excellence in den Lehrplan aufgenommen.

Mehr Informationen erhalten Sie unter www.pfh-berlin.de

Telefonische Sprechzeiten

Montag – Freitag

09:00 – 12:00 Uhr

Montag – Donnerstag

14:00 – 16:00 Uhr

Team

Leitung: Gertrud Möller-Frommann

Pädagogische Mitarbeitende:

Paulina A. Chale, Marion Ebeling,

Katharina van Riel, Zarife Yildiz,

Meret Gram

Verwaltung: Laura Thomas

Haus und Garten: David Jackson

Gesunde Ernährung: Stefanie Abel,

Konditionen für Kurse

- Der Platz ist verbindlich gebucht nach Zahlung der Kursgebühr (innerhalb einer Woche nach Anmeldung per Überweisung).
- Wir möchten, dass Alle an den Kursen teilnehmen können. Bitte sprechen Sie uns an, falls es Ihnen zur Zeit nicht möglich ist, die Kursgebühr zu zahlen.
- Kurseinstieg bis zum 3. Termin möglich
- Keine Rücküberweisung der Teilnehmer*innen Gebühr bei Rücktritt vom Kurs nach Beginn
- Ermäßigung für Empfänger von Arbeitslosengeld II., Wohngeld, Sozialhilfe und Kinderzuschlag

Familien mit Berlinpass können sich die ermäßigte Kursgebühr über das Bildungs- und Teilhabepaket (BuT) vom Jobcenter erstatten lassen. Es reicht, wenn Sie die Teilnahmebestätigung für den Kurs einreichen. Dann wird Ihnen die Gebühr erstattet. In den Herbstferien finden die Kurse nicht statt (außer es wird angekündigt).

Bankverbindung:

Pestalozzi-Fröbel-Haus, Familienzentrum

IBAN: DE28 1004 0000 0109 9555 05

BIC: COBADEFFXXX

Herausgeber: Pestalozzi-Fröbel-Haus

Redaktion: Gertrud Möller-Frommann

Layout: Carola Bellach, www.4mbh.com

Druck: Druckerei Geiselberger, Auflage: 1800