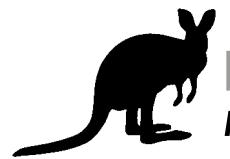




Kursübersicht



Familienzentrum
Mehringdamm

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	
Musikalisches Spiel 9:15	Eltern-Kind-Yoga 9:00	Eltern-Kind-Yoga 9:30	Eltern-Kind-Turnen 9:30	Filina-Musikkrabbeln 9:20 / 10:20 / 11:20	Vater*-Kind-Turnen 10:30 / 11:30	ab Januar 2026
Eltern-Kind-Frühstück 10:00	Zusammen aufwachsen 9:30	Vater*Kind Gruppe 0 – 2 Jahre	Bedürfnisorientierte Babymassage 10:00	Erste Erfahrungen mit Farbe 9:30	Kräfte nähren letzter Samstag im Monat	
Eltern-Kind Gruppe 0–1 Jahr 11:00	Eltern-Kind-Frühstück 10:00	Bedürfnisorientierte Babymassage 10:00	Zusammen aufwachsen in türkischer Sprache	Eltern-Kind Gruppe 1–3 Jahre	Malraum 10:30	
Solo Swing Tanz 12:00	Baby-Signal 11:00	Fabel 11:30 / 13:30	Fabel 11:30 / 13:30	Kreativität gemeinsam erleben 10:45	Zwillingsgruppe 13:00	
	Eltern-Kind Gruppe 0–1 Jahr 11:30	Rosengarten / Schlaf Kindchen Schlaf 10:00 – 11:30 Uhr				
Offener Babytreff 10:30	Tischlein deck Dich von der Milch zu B(r)eikost, 10:30	Stefanies Suppe 12:00				
k o s t e n l o s e A n g e b o t e – m i t A n m e l d u n g						
1, 2, 3 im Sauseschritt 14:45	Schwangerentreff 14:30	Stillcafe 13:00		Gruppe für Allein- oder getrennt Erziehende 14:30		
Holzwerkstatt 16:00 (Termine siehe Aushang)	Kreativtisch 16:00	Kreativtisch 16:00	Kreativtisch 16:00	Kreativtisch 16:00		
Eltern-Kind-Turnen 16:00	Eltern-Kind-Tanz 16:00	Garten AG 16:00	Eltern-Kind-Turnen 15:45	Eltern-Kind-Turnen 16:00		
Eltern-Kind-Tanz Inklusiv 16:00	Theaterkurs 16:00 / 16:55	Gemeinsam Singen 16:00/16:50 Uhr	Kreative Tanzspiele 16:00 / 16:50	Tanzen mit Ivanne 16:00		
Kreativer Kindertanz Inklusiv 16:50	Starke Eltern – Starke Kinder® 16:00	Musikalisches Spiel für Eltern und Kinder 16:00 / 16:50	,wie's mir gefällt' 16:00 / 16:50	Sport und Spiel 16:50		
Sport und Spiel 16:50	Pablo, Frida & Ich 16:15	Sport und Spiel 16:15 / 17:10	Sport und Spiel 16:40			
		Kindertanz 16:55				

Liebe Familien,
wir möchten diesmal – aus Nachhaltigkeitsgründen – kein neues Programmheft direkt drucken lassen, sondern nur die Änderungen im Veranstaltungskalender und Kursplan einfügen.

Ein neues Programm werden wir erst dann drucken, wenn alle Exemplare ausgegeben sind, damit wir kein Papier verschwenden.

Zum großen Teil ändert sich ohnehin fast nichts.

Wir möchten uns außerdem ganz herzlich für die tolle Unterstützung und die vielen Rückmeldungen bedanken, die wir im Laufe dieses bewegten Jahres von euch bekommen haben.

Das Familienzentrum-Team, alte und neue Mitglieder*innen, ist weiterhin – wie immer – für euch da!

Schön, dass es euch gibt!

Veranstaltungskalender

Weihnachtsferien	Liebe Eltern, bitte beachten Sie: vom 22. Dezember 25 – 4. Januar 26 Weihnachtsschließzeit.	jeden 3. Mittwoch im Monat 16:00 Uhr 21. Januar 18. Februar 18. März 15. April 20. Mai 17. Juni 15. Juli Küche	Kochwerkstatt Für Kinder ab 3 Jahren und ihren 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. Im März können die Kinder ihr eigenes Rezept mit den vorhandenen Zutaten erstellen. Die Eltern beobachten und assistieren. Am Ende essen alle gemeinsam. Anmeldung erforderlich Leitung: Stefanie Abel, Zarife Yildiz	30. März – 10. April 16:00 Uhr Familiencafé und Außengelände	Ferienaktion in den Osterferien Basteln, Malen, Bilder und Objekte mit Naturmaterial und Bilderbuchkino zu Ostern und zum Frühlingserwachen.
Freitag 16:00 – 19:00 Uhr	„Elterntankstelle“ Liebe, Lust und Elternschaft Was hält eine Liebesbeziehung am Leben wenn Paare Eltern werden?			Dienstag und Mittwoch 7. + 8. April 16:00 Uhr Außengelände	Funke, Flamme, Feuer für Kinder ab 4 Jahren In dem 2-tägigen Workshop lernen Kinder spielerisch sicher mit Feuer umzugehen. Anmeldung erforderlich Materialkostenbeitrag: 2 Euro
Samstag 10:00 – 13:00 Uhr Bewegungsraum	Anregungen, Vereinbarungen und Rituale, Begegnung und Austausch für Eltern mit Kindern von 0 – 6 Jahren Kinderbetreuung auf Anfrage möglich Leitung: Marion Ebeling, Frederik Luhmer			Donnerstag 2. April 16:15 Uhr Außengelände	Osterfeuer Wir singen Frühlingslieder und backen Stockbrot am Feuer
Freitag 16:00 Uhr 9. Januar 13. Februar 20. März, 17. April 8. Mai, 12. Juni Küche	Dough-Dads Väter* kochen und backen gemeinsam mit ihren Kindern (deutsch und englisch)	2. – 6. Februar Mo – Fr 16:00 – 18:00 Uhr Familiencafé	Winterferienprogramm Kreatives Arbeiten zum Thema Winter, Bilderbuchkino und vieles mehr	Mittwoch 6. Mai 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.
Sonntag 11. Januar 8. Februar 8. März 14:00 – 17:00 Uhr Familiencafé Gymnastikhalle	Bewegter Sonntag Spiel, Spaß und Bewegung für Kinder bis 6 Jahre und ihre Familien. Das Familien- café mit offener Spielfläche ist geöffnet. 0 – 6 yaş, sinin çocukları, ebeveynleriyle birlikte, ücretsiz olan kapalı oyun alanlarında (Bewegter Sonntag) hollywood ziplamaya, oyunlar oynamaya davet ediyoruz!	Mittwoch 11. Februar 11:30 Uhr Familiencafé	Informationsveranstaltung Wie bereiten wir uns auf die Schulzeit vor? Für Eltern mit Kindern, die im Sommer ein- geschult werden Von Themen wie Schulranzen, Schultüte über Beteiligung in der Schule bis Unterstützung meines Kindes beim Übergang wollen wir mit Eltern ins Gespräch kommen und unterstützen.	Donnerstag 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
jeden 2. Mittwoch im Monat ab 14. Januar 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.	Dienstag 13. Februar 16:30 Uhr Gruppenraum	Wir feiern Fasching Die Kinder sind eingeladen, im Kostüm zu kommen. Wir spielen Tanzspiele u.v.m. Kleine Überraschungen warten auf euch.	Samstag 9. Mai 14:00 – 17:00 Uhr Aufbau ab 13:00 Uhr Außengelände Familienzentrum	Familientrödel Auf der Plattform zwischen Vorder- und Hinterhaus am Mehringdamm114 können Familien alle Sachen rund ums Kind verkaufen. Gruppen aus dem Familienzentrum tragen zum kulturellen Programm bei. Standmiete: 10 Euro für einen Tisch, 8 Euro für einen eigenen Tisch (Plätze begrenzt). Anmeldung bis zum 8. Mai

