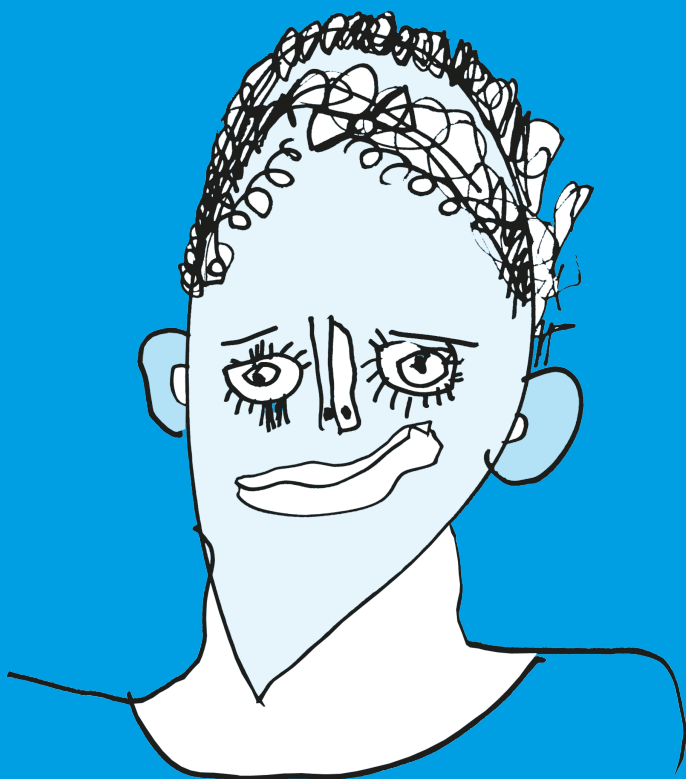




Familienzentrum

Mehringdamm

Januar
bis Juli
2020



LAVINYA

Mehringdamm



Gneisenastr.



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
Wilhelms-
höhe

Spielplatz

Rückgebäude

Vorderhaus

Spielplatz

Haupteingang
Mehringdamm

Kita Villa

Mehringdamm

Methfesselstr.

Wilhelmshöhe

114



Platz der
Luftbrücke

Dudenstr.

Inhalt

- 3 Familiencafé
- 4 Kostenlose offene Angebote
- 5 Veranstaltungskalender
- 8 Im ersten Lebensjahr
- 16 Vater*-Mutter*-Kind-Gruppen 1–3 Jahre
- 18 Vater*-Mutter*-Kind-Kurse 1–3 Jahre
- 20 Kursübersicht
- 22 Kinderkurse
- 26 Elternkurse
- 27 Beratungen
- 30 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. 285 04 716, Fax: 74 78 59 86

Sprechzeit:

Mo – Fr 09:00 – 12:00 Uhr

14:00 – 16:00 Uhr

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

Leitung: Gertrud Möller-Frommann
Pädagogische Mitarbeiterinnen:
Marion Ebeling, Zarife Yildiz
Verwaltung: Nancy Nguyen
Haus und Garten: David Jackson

Das Familienzentrum Mehringdamm wird
gefördert von:



Friedrichshain-
Kreuzberg

DAS JUGENDAMT.
Unterstützung, die ankommt.

Liebe Kreuzberger Nachbarn

viele Familien, die zu uns kommen sagen: Das Familienzentrum ist mein zweites zu Hause. Die Kinder haben viel Platz zum Spielen, sie treffen auf Gleichaltrige, die mit der Zeit zu Spielgefährten werden. Die Eltern treffen andere Eltern und tauschen sich über gemeinsame Themen aus. Alle Besucher*innen genießen die familiäre Atmosphäre und beteiligen sich gerne an der Programmgestaltung, den Gartenaktionstagen und sogar am Aufräumen. Wir Mitarbeiter*innen sind in gutem Kontakt zu unseren Besucher*innen und beobachten die Entwicklungen im Bezirk. Seit langem bemerken wir, dass Familien nicht umziehen, weil sie sich keine größere Wohnung leisten können und auch nicht weit nach draußen ziehen wollen. Umso wichtiger ist das Familiencafé als Treffpunkt für Familien.

Hier begegnen sich Menschen unterschiedlicher Herkunft, Geschlechtsidentität, Familienformen, Einkommen, Arbeitsfeldern und -formen, Menschen mit Beeinträchtigungen uvm. Gerade diese Vielfalt, die von den Besucher*innen geschätzt wird, macht die besondere Atmosphäre von gegenseitigem Respekt und Akzeptanz aus. So wird das Familienzentrum ein Stück Heimat für viele Familien.

Mit nachbarschaftlichen Grüßen

Gertrud Möller-Frommann
Leiterin des Familienzentrums
Mehringdamm

Öffnungszeit
Mo – Fr
09:00 – 18:00 Uhr

zu den
Öffnungszeiten

Familiencafé

Das Herzstück ist das Familiencafé mit einer großen Spielfläche mit Bewegungselementen, Bausteinen, vielen Polstern und einem gemütlichen Sofa, das einlädt, sich auszuruhen und den Kindern beim Spielen zuzusehen.

Gleich daneben befindet sich in einem kleinen Raum das Bällebad für die Kinder zum Hineinspringen, Toben und schwerelosen Bewegen.

Der Cafébereich mit zwei großen Räumen steht Ihnen offen, wo Sie zusammen mit Ihren Kindern in gemütlicher Atmosphäre bei Waffeln, Snacks und Getränken zu nachbarschaftlichen Preisen Kontakte knüpfen oder ein gemeinsames Spiel spielen können.

Sie erhalten Informationen und Beratung bei Fragen rund um Kind und Familie oder auch Unterstützung für das Gründen neuer Gruppen.

Täglicher Trödeltauschmarkt

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



Mo – Fr
16:00 – 18:00 Uhr
Kreativtisch
angeleitet und begleitet von PädagogInnen oder KünstlerInnen

montags
16:30 – 17:15 Uhr
Küche
Das Kinderlabor
Der erste Kontakt mit Wissenschaft durch spielerische, kindgerechte Experimente. Offenes Angebot für Kinder ab 4 Jahren
Leitung: Paulina A. Chale

mittwochs
14:00 – 15:30 Uhr
Familiencafé
ab 8. Januar
Hereinspaziert
Offenes Angebot für Eltern mit Kindern von 8 Monaten – 3 Jahren.
Wir singen gemeinsam, beobachten die Kinder beim Spiel und tauschen uns darüber aus.
Leitung: Zarife Yildiz

freitags
16:00 Uhr
Holzwerkstatt / Küche
ab 10. Januar
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

mittwochs
4. März – 1. April
16:30 Uhr
Familiencafé
Runder Tisch der interkulturellen Garten-AG
Garteninteressierte Eltern und Kinder treffen sich zur Planung der Außenbeete. Patenschaften für unsere Beetkästen werden neu vergeben. Wir ziehen Pflänzchen fürs Frühjahr vor.
Leitung: Jeanine Fornacon

Sonntag
12. Januar
14:00 – 17:00 Uhr
Familiencafé
Bewegungsraum

Montag
27. Januar
11:30 Uhr
Familiencafé

Sonntag
2. Februar
14:00 – 17:00 Uhr
Familiencafé
Bewegungsraum

3. – 7. Februar
Mo – Fr
16:00 – 18:00 Uhr
Familiencafé

Montag
17. Februar
16:30 Uhr
Gruppenraum

Montag
24. Februar
16:00 Uhr
Familiencafé

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!

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.

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!

Winterferienprogramm
Kreatives Arbeiten zum Thema Winter, Bilderbuchkino, Mitmachlieder und vieles mehr

Bilderbuchkino
„Tausche Bruder gegen ...“
Nachwuchs bei Familie Krokodil: Karlines Mama findet das Baby süß, aber vielleicht findet sie es toller als sie?

Wir feiern Fasching
Die Kinder sind eingeladen, im Kostüm zu kommen. Wir schminken die Kinder, machen Tanzspiele und Vorstellung aller kostümierten Kinder.



Im ersten Lebensjahr

Vater*-Mutter*-Kind-Gruppen kostenfrei und ohne Anmeldung

20. Januar
24. Februar
16. März, 20. April
18. Mai, 15. Juni
11:00 – 12:30
Bewegungsraum

Tischlein deck Dich

Von der Milch zur B(r)eikost
Wie Essen zubereiten und gemeinsam Essen
Spaß machen kann.
Leitung: Marion Ebeling

dienstags
14:30 – 15:30 Uhr
Gruppenraum

Offener Babytreff

Für Mütter* und Väter* mit Babys ab sechs
Wochen bis sechs Monate. Wahrnehmung
der Entwicklung des Kindes, Austausch
untereinander, Begleitung durch eine
Familienhebamme.
Keine Anmeldung erforderlich.
Leitung: Marion Ebeling
Beginn: 7. Januar

donnerstags
12:15 – 13:15 Uhr
Babyecke,
Familiencafé

Stillcafé

Austausch mit anderen Müttern in ange-
nehmer Atmosphäre rund um Stillen und
Ernährung mit praktischen Hilfestellung im
Stillalltag.
Informationen zur gesunden Entwicklung
des Kindes und zum Schlafverhalten.
Begleitung: Marion Ebeling (Hebamme)
Beginn: 9. Januar

donnerstags
14:00 – 15:45 Uhr
Bewegungsraum

Zwillingsgruppe

mit Kindern von 0 – 20 Monate
Austausch über Erfahrungen im Alltag,
gegenseitige Unterstützung. Die Entwick-
lung der Kinder sowie zwillingspezifische
Themen rund um den Alltag im ersten
Lebensjahr stehen im Vordergrund.
selbst organisierte Gruppe
Kontakt: Nina Hubert
Anmeldung unter: nina-hubert@gmx.net

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
werden und etwas für sich tun.
Wir entwickeln Übungen, die sich gut in den
Alltag integrieren lassen und aufbauende
Übungen für den Beckenboden, Rücken und
Bauch.
Kursleitung:
Renate Hökenschnieder, Hebamme und
zertifizierte Beckenbodentrainerin
Tel. 0178 - 831 53 46
rhoekenschnieder@web.de

montags
12:00 – 13:00 Uhr
Gymnastikhalle

Baila Mamita® – Tanzfitness für Mütter

Offener Kurs mit oder ohne Baby.
Fließende Bewegungen, die die Verspan-
nungen lösen. Ein auf die Besonderheiten
junger Mütter bedachtes Training für
einen starken Beckenboden und schlanke,
definierte Muskeln. Tänzerische Erwärmung
gefolgt von einem kräftigenden Gymnas-
tikteil mit anschließender Dehnung und
Entspannung.
Kursleitung: Jennifer Eggert
Probestunde 10 Euro
Einzeltermin: 12 Euro (erm. 8 Euro)
10 Termine in 12 Wochen:
90 Euro (erm. 65 Euro)
Anmeldung unter:
Tel. 0176 - 24 19 94 43, jenny@bailabonita.de

dienstags
10:00 – 11:30 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: Anna Rehe

Kurs I: Beginn 7. Januar

Kurs II: Beginn 24. März

10 Termine, 90 Euro (erm. 60 Euro)

donnerstags
9:50 – 10:50 Uhr
Bewegungsraum

PILATES Mamas & Babies

In englischer Sprache

Pilatesübungen teilweise gemeinsam mit Ihrem Baby. Sie lernen u.a., Ihr Körpergewicht richtig einzusetzen, in der richtigen Position zu stillen. Heilende Übungen für Rücken, Schultern und Handgelenke.

Kursleitung: Katerina Liana

Beginn: 9. Januar

Preise und Anmeldung siehe unten

thursdays
9:50 – 10:50 Uhr
Bewegungsraum

MUMS & BABIES

The classes are based in Pilates method, using and transforming some of the Pilates exercises in collaboration with your baby.

How you can use her-his body weight in a correct way, how you can

breastfeeding in a correct position, training and healing back exercises ,shoulders and wrists recover from pain.

Start: 9th of January

Leitung: Katerina Liana

Drop in: 12 Euro (reduced 9 Euro)

monthly: 44 Euro (reduce 36 Euro)

9 Times: 90 Euro (reduced 63 Euro)

Registration:

Phone: 0176 - 8142 3165

Kukuland77@gmail.com

dienstags
12:30 – 13:30 Uhr
Bewegungsraum

Entspannen und Kraft schöpfen mit Qigong und Chan Mi Gong

Kurs für Mütter mit oder ohne Babys im ersten Lebensjahr

Qigong – das sind Bewegungs- und Energieübungen, die den Körper kräftigen, den Geist beruhigen und die Achtsamkeit kultivieren. Chan Mi Gong, auch bekannt als Wirbelsäulen-Qigong, ist eine der ältesten Qigongformen.

Im Kurs erlernen wir entspannende sowie kraftvolle Übungen, die auf die Bedürfnisse von Frauen im ersten Jahr nach der Geburt zugeschnitten sind. Durch die Verbindung von langsamen Bewegungen, Atem und Konzentration treten wir in Verbindung mit uns selbst und aktivieren unsere Lebensenergie, was sich positiv auf unser Kind überträgt.

Kursinhalte sind einfache Lockerungsübungen und Klopfmassagen, Übungen zum Erspüren des Qi, sanfte Bewegungen für die Wirbelsäule und Qi-Massagen für Mutter und Kind.

Leitung: Zeynep Sayman

Block I: 21. Januar – 24. März

Block II: 21. April – 23. Juni

10 Termine, 80 Euro, 20 Termine 160 Euro

Probestunde möglich, bitte vorher per E-Mail anmelden.

z.sayman@chanmigong-berlin.de



BabySteps® der Babykurs von Einfach Eltern®

Für Eltern mit ihren Babys vom 2. bis zum 12. Monat.
BabySteps ist ein bindungsorientierter Baby Kurs in gemütlicher Atmosphäre mit altersgerechten Spielanregungen, Sing- und Schoßspielen, Babymassage, sowie Austausch mit anderen Eltern.

Der Kurs möchte Dir helfen, Dein Baby besser zu verstehen und Deinen persönlichen Weg als Mama* oder Papa* zu finden.

Leitung: Friederike Hundertmark
www.baby-steps.de

montags
12:45 – 14:15 Uhr

Kurs I: Beginn 6. Januar
Kurs II: Beginn 2. März
Kurs III: Beginn 4. Mai
7 Termine, 63 Euro (erm. 21 Euro)

mittwochs
10:00 – 11:30 Uhr
12:00 – 13:30 Uhr

Kurs I: Beginn 8. Januar
Kurs II: Beginn 4. März
Kurs III: Beginn 6. Mai
7 Termine, 63 Euro (erm. 21 Euro)



montags
09:30 – 10:45 Uhr
11:00 – 12:15 Uhr
Gruppenraum

FenKid®

Eltern-Kind-Gruppe ab 6. Woche
Kinder erforschen ihre Umgebung.
Anregende, kindgerechte Spielmaterialien mit Elementen der Pikler-Pädagogik.
Gemeinsames Singen, Austausch und Gespräch über die (Bewegungs-) Entwicklung des Kindes im 1. Lebensjahr, achtsame Pflege, Ernährung
Leitung: Sina Kehrberg
Kurs I: Beginn 6. Januar
10 Termine, 90 Euro (erm. 40 Euro)
Kurs II: Beginn 23. März
10 Termine, 90 Euro (erm. 40 Euro)

freitags
10:30 Uhr
Gruppenraum

freitags
12:15 – 13:45 Uhr
Gruppenraum

freitags
10:00 Uhr
10:45 Uhr
11:30 Uhr
Bewegungsraum

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.

Block I: Beginn 10. Januar

Block II: Beginn 28. Februar

Block III: Beginn 24. April

6 Termine, 60 Euro (erm. 24 Euro)

Leitung: Nora Hammer

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 10. Januar

Kurs II: Beginn 20. März

9 Termine, 81 Euro (erm. 18 Euro)

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 10. Januar

18 Termine, 63 Euro (erm. 27 Euro)

dienstags
 9:30 – 10:30 Uhr
 Gruppenraum

Zusammen aufwachsen

Eltern-Kind-Spielgruppe für
 Kinder ab 6 Monaten
 Wir beobachten die Kinder beim Spielen,
 versuchen, ihre Handlungen besser zu ver-
 stehen und ihnen Anregungen für ihre
 Entwicklung zu geben. Anschließend tau-
 schen wir unsere Beobachtungen aus.
 Leitung: Paulina A. Chale
 Beginn: 7. Januar
 Kostenbeitrag:
 3 Euro (erm. 1,50 Euro) pro Termin
 Anmeldung erforderlich

**Vater*-Mutter*-Kind-Gruppen
 mit Kindern von 0 – 1 Jahr**

Anregungen zur Förderung der Entwick-
 lung. Gespräche und Austausch über die
 Entwicklung der Kinder im ersten Lebens-
 jahr und den Alltag mit dem Baby. Entlas-
 tung und gegenseitige Unterstützung.

- Leitung: Zarife Yildiz
 Beginn: 7. Januar
- Leitung: N. N.
 Beginn: 9. Januar

Unkostenbeitrag: 1,50 Euro pro Termin
 Einstieg jederzeit möglich sofern Plätze frei
 sind. Anmeldung erforderlich

dienstags
 11:00 – 12:00 Uhr
 donnerstags
 11:30 – 12:30 Uhr
 Gruppenraum

mittwochs
 10:00 – 11:30 Uhr
 Familiencafé/
 Babyecke

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

Geselliger Vater-Kind-Treff mit gemeinsa-
 mem Frühstück. Wir begleiten die Kinder,
 beobachten ihr Spiel und tauschen uns zu
 Themen des Vaterseins aus.
 Singen wäre schön!
 Leitung: Berthold Menzel
 Beginn: 8. Januar
 Unkostenbeitrag: 3,50 Euro pro Termin
 Einfach vorbeikommen!

donnerstags
 11:30 – 12:30 Uhr
 Bewegungsraum

Zusammen aufwachsen

Eltern-Kind-Spielgruppe in türkischer Spra-
 che für Kinder ab 8 Monaten

unterstützt durch:

HEINZ
 UND
 HEIDE **DÜRR
 STIFTUNG**

Wir bauen im Raum ein anregendes
 Spielangebot für die Kinder auf.
 Die Gruppenleiterin führt die Eltern in die
 Grundbegriffe des Early Excellence Ansatz
 ein. Gemeinsam beobachten wir die Kinder
 bei ihrem Spiel und tauschen uns anschlie-
 ßend darüber aus. Wir finden heraus, welche
 Muster es im Spiel der Kinder gibt und wann
 sie sich wohlfühlen und engagiert sind.
 Wir singen gemeinsam Kinderlieder in deut-
 scher und türkischer Sprache.
 Leitung: Zarife Yildiz
 Beginn: 9. Januar
 Anmeldung erforderlich
 Unkostenbeitrag: 3 Euro (erm. 1,50 Euro) pro
 Termin

Perşembe
 11:30 – 12:30 Uhr
 Bewegungsraum

**Anne ve Baba - Çocuk Grubu „Birlikte
 Büyüelim“**

Altı ay ila onsekiz ay arası Çocuklar için

unterstützt durch:

HEINZ
 UND
 HEIDE **DÜRR
 STIFTUNG**

Çocuklari teşvik edecek oyun alanı kuruyor.
 Birlikte çocuklari izliyoruz.
 Oyun esnasında, Çocuğun angaje ve ken-
 disini iyi hissettiğini ,Ailelerin gözlemlerini
 Grup içerisinde birbirlerine aktarıyoruz: -
 Ailelere Early Excellence Konseptini tanıtmak,
 - Çocuğun güçlü yanını ve ilgi odağını daha
 iyi anlamak,
 çocuğun temel ilgisinin hangi noktada
 odaklandığını görmek, aynı oyunu severek
 nasıl tekrarladığını da gözlemek.
 Birlikte almanca ve türçe şarkılarla birbrimizi
 selamlıyor ve vedalaşıyoruz
 Kursu yöneten: Zarife Yildiz
 Başlangıç: 9. Ocak
 Ön kayıt gerekli
 3 Euro (1,50 Euro)

montags
10:00 – 11:30 Uhr
freitags
10:00 – 11:30 Uhr
Familiencafé

**Vater*Mutter*Kind-Gruppen
mit Kindern von 1 – 3 Jahren**

Anregungen für Eltern und Kinder zum Singen und Spielen, gemeinsames Frühstück, Austausch der Eltern untereinander zu Themen im Alltag mit den Kindern und freies Spiel der Kinder im offenen Spielbereich des Familiencafés.

- Leitung: Zarife Yildiz
Beginn: 6. Januar
- Leitung: N. N.
Beginn: 10. Januar

Unkostenbeitrag: 3,50 Euro pro Termin
Einstieg jederzeit möglich sofern Plätze frei sind. Anmeldung erforderlich

donnerstags
16:00 – 17:00 Uhr
Gruppenraum

**Familientreffen für Eltern von
besonderen Kindern**

für Babies und Kita-Kinder

In dieser Familiengruppe geht es um den Austausch und die Vernetzung von Eltern von Kindern mit Entwicklungsverzögerung, Behinderungen oder den Verdacht auf eine Behinderung.

Wir werden Singen und Spielen und nehmen uns Zeit für Gespräche.

Die Gruppe wird begleitet von Franzisca Teske, Sozialpädagogin und Andrea Häfele, Fachzieherin für Integration

Info und Anmeldung:

Franzisca Teske (Eltern beraten Eltern von Kindern mit und ohne Behinderung e.V.)
teske@eltern-beraten-eltern.de
Tel. 030 - 82 16 711

donnerstags
10:00 – 12:00 Uhr
Familiencafé

Griffbereit

Spielgruppe für Eltern mit 1 – 3 jährigen Kindern in deutscher und türkischer Sprache. Eltern erleben im gemeinsamen Spiel mit ihren Kindern Anregungen und Ideen zur ganzheitlichen Förderung und können sich beim Frühstück untereinander austauschen. Fortlaufende Gruppe
Anmeldung erforderlich
Beginn: 9. Januar
Unkostenbeitrag: 1,50 Euro pro Termin, Frühstück 2 Euro

Griffbereit 1 ile 3 yaş arası çocuklar ve anne babaları için, iki dilli oyun gruplarından oluşmaktadır. Bu Program çocukların dil eğitimini, genel gelişimini, teşvik eder. Serbest oyun esnasında ve birlikte yapılan kahvaltıda anne ve babalar çocuk gelişimiyle ilgili öneriler ve bilgi edinirler. Kursu yönetenler/Kursleiterinnen: Erna Spitzer, Semsiban Ünver Devam etmekte olan gruba her an katılmak mümkün. Önkayıt gerekli. Başlangıç: 9. Ocak
Ücret: 1,50 Euro Termin başına, Kahvaltı: 2 Euro

Griffbereit und Rucksack sind vom Verbund der Kommunalen Integrationszentren Nordrhein-Westfalen entwickelte Bildungsprogramme. Sie werden bundesweit koordiniert und verbreitet durch die LaKi (Landesweite Koordinierungsstelle KI NRW). In Berlin betreut die RAA Servicestelle Elternpartizipation und Sprachförderung des Jugendamtes Friedrichshain Kreuzberg die Programme.



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 6. Januar
20 Termine, 70 Euro (erm. 30 Euro)

montags
10:00 Uhr
Bewegungsraum

English Song & Story Time

An hour of children's songs, stories and games in English.
Eine Stunde mit Kinderliedern, Geschichten und Spielen auf Englisch.
Age: 0–5 parents accompany their children.
Kinder 0–5 mit Begleitung der Eltern.
Beginn: 6. Januar
Leitung: Eleanor Kantor
20 Termine, 70 Euro (erm. 30 Euro)
Probestunde: 3,50 Euro (erm. 1,50 Euro)

montags
16:00 Uhr
donnerstags
09:10 Uhr
10:00 Uhr
15:45 Uhr
freitags
16:00 Uhr
Gymnastiksaal

Eltern-Kind-Turnen

Für Eltern mit Kindern von 1½ 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 6. / 9. / 10. Januar
21 / 20 / 17 Termine
73,50 / 70 / 63 Euro
(erm. 31,50 / 30 / 27 Euro)

dienstags
16:00 Uhr
Bewegungsraum

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: 7. Januar
21 Termine, 73,50 Euro (erm. 31,50 Euro)

mittwochs
ab 8. April
16:00 Uhr
Außengelände

mittwochs
16:15 Uhr
17:10 Uhr
montags
16:00 Uhr
Bewegungsraum

dienstags
10:00 Uhr
mittwochs
10:30 Uhr
Kreativraum

Frühling im Garten

Neugierige Kleine und Große starten in die Gartensaison mit Gärtnern und Säen auf eigenem Patenbeet.
Leitung: Jeanine Fornacon
11 Termine, 38,50 Euro (erm. 16,50 Euro)

Musikalisches Spiel für Eltern und Kinder

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

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

Leitung: Peter Lippke
Beginn 8. Januar
20 Termine, 70 Euro (erm. 30 Euro)
Leitung: Sophie Ammann
Beginn: 6. Januar
20 Termine, 70 Euro (erm. 30 Euro)

Kinderbilder verstehen

für Eltern mit Kindern von 1–3 Jahren
Die Kinder machen erste Erfahrungen mit Farbe. Die Eltern begleiten ihre Kinder und beobachten das Malspiel.
Leitung: Lucia Peinado Metsch
Beginn: 7. Januar
21 Termine, 94,50 Euro (erm. 47,25 Euro)
Beginn: 8. Januar
21 Termine, 94,50 Euro (erm. 47,25 Euro)

montags
16:50 Uhr
Bewegungsraum

Eigene Lieder

für Kinder von 4 – 6 Jahren
Mit Rhythmusinstrumenten klatschen, klopfen, singen, reimen und vertonen wir unsere Lieder. Im 2. Teil setzen wir die Geschichten unserer Lieder in rhythmischen Theater- und Bewegungsspielen um.
Leitung: Mara Vlachaki
Beginn 13. Januar
19 Termine, 76 Euro (erm. 38 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 7. Januar
21 Termine, 94,50 Euro (erm. 47,25 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 6. / 8. / 9. / 10. / Januar
21 / 21 / 20 / 17 Termine
73,50 / 73,50 / 70 / 63 Euro
(erm. 31,50 / 31,50 / 30 / 27 Euro)

dienstags
16:50 Uhr
Bewegungsraum

Kindertanz

für Kinder von 3 1/2 – 6 Jahren
Miteinander tanzen, den Körper und die Freude an der eigenen Bewegung erleben. Wir tanzen zu Themen aus Märchen, 1001 Nacht, Dschungel, Spirale, Erde, Luft, Feuer, Wasser und vieles andere mehr.
Leitung: Birgit Zahn
Beginn 7. Januar
21 Termine, 94,50 Euro (erm. 47,25 Euro)

donnerstags
16:00 Uhr
16:50 Uhr
Bewegungsraum

Kreative Tanzspiele

für Kinder von 3 – 4 Jahren
für Kinder von 4 – 6 Jahren
Wir singen uns tanzen, machen Bewegungsspiele mit Stoffen, Bällen usw.
Jedes Kind drückt sich aus, wie es ist.
Kleine einfache Choreografien und Improvisationen mit Liedern, die die Kinder kennen
Leitung: Gabriela Pereira de Fellner
Beginn 9. Januar
20 Termine, 90 Euro (erm. 40 Euro)

donnerstags
16:00 – 17:30 Uhr
Kreativraum

„wie’s mir gefällt“

Phantasievolles aus Ton und Natur
für Eltern und Kinder ab 3 Jahren
Was gibt es aus der Natur und Bastelkiste, was kann man damit alles machen?
Wir werden gemeinsam leicht modellierbare Materialien wie Ton kennenlernen und mit Filz und Papier kombinieren. Die Kinder sollen durch das Experimentieren Erfahrungen sammeln, die Natur soll dabei im Mittelpunkt stehen und zur Phantasie anregen. Kreativität zulassen und freies Gestalten mit leicht modellierbaren Materialien sind Anliegen des Kurses.
Leitung: Jeanine Fornacon
Beginn: 9. Januar
12 Termine, 54 Euro (erm. 27 Euro)
+ Material- und Brennkosten



Kursübersicht

Mo

**Musikalisches
Spiel**

9:15

Fenkid

9:30

11:00

**Vater*Mutter*Kind
Gruppe**

10:00

**English Song &
Story Time**

10:00

BabySteps

12:45

Di

**Zusammen
aufwachsen**

9:30

**Kinderbilder
verstehen**

10:00

Eltern-Kind-Yoga

10:00

**Vater*Mutter*Kind
Gruppe**

11:00

Mi

**Vater*Kind-
Gruppe**

10:00

**Kinderbilder
verstehen**

10:30

BabySteps

10:00 / 12:00

Do

Eltern-Kind-Turnen

9:10 / 10:00

Griffbereit

10:00

**Vater*Mutter*Kind
Gruppe**

11:30

**Zusammen aufwach-
sen in türkischer
Sprache**

11:30

Fr

Filina-Musikkrabbeln

9:30 / 10:15 / 11:00

**Vater*Mutter*Kind
Gruppe**

10:00

Babymassage

10:30

Fabel

12:15

So

Vater*-Kind-Turnen

10:30 / 11:30

Malraum

14:00

Offene kostenlose Angebote

Das Kinderlabor

16:30

Offener Babytreff

14:30

Hereinspaziert

14:00

Stillcafe

12:15

Holzwerkstatt

16:00

**Starke Eltern –
Starke Kinder®**

16:00

Eltern-Kind-Turnen

16:00

**Musikalisches Spiel
für Eltern und Kinder**

16:00

Sport und Spiel

16:50

Eigene Lieder

16:50

Eltern-Kind-Tanz

16:00

Pablo, Frida & Ich

16:15

Kindertanz

16:50

Frühling im Garten

16:00

**Musikalisches Spiel
für Eltern und Kinder**

16:15 / 17:10

Sport und Spiel

16:15 / 17:10

Kreative Tanzspiele

16:00 / 16:50

„wie's mir gefällt“

16:00

Sport und Spiel

16:40

**Lasst uns spielen und
zwar Theater!**

16:00

Eltern-Kind-Turnen

16:00

Sport und Spiel

16:50

Kreativer Kindertanz

17:00

freitags
16:00 Uhr
Bewegungsraum

Lasst uns spielen und zwar Theater!

Theaterkurs für Kinder ab 4 Jahre
Wir wollen gemeinsam phantasievoll spielen, uns neue Rollen ausdenken und uns selber und die Gruppe kennenlernen. Wir lassen uns von den Interessen der Kinder leiten. Bilderbücher, Erzählungen und Musikstücke werden wir mit unseren ästhetischen Spielen verbinden. In diesem Kurs wird den Kindern Raum gegeben für Erfahrungen des theatralen, künstlerischen Ausdrucks.
Leitung: Karla Knie
Beginn 17. Januar
13 Termine, 58,50 Euro (erm. 39 Euro)

freitags
17:00 Uhr
Bewegungsraum

Kreativer Kindertanz

für Kinder von 3 – 5 Jahren
Spielerisch lernen die Kinder hier ihre natürliche Bewegungsfreude mit Musikalität, Raumbewusstsein und Koordination zu verbinden. Dabei steht der eigene Ausdruck im Vordergrund.
Leitung: Karla Knie
Beginn 17. Januar
13 Termine, 58,50 Euro (erm. 26 Euro)



freitags
15:45 – 17:45 Uhr
Kreativraum

KUNST kennt keine Behinderung

für Kinder von 3 – 8 Jahren
Malen für Kinder mit Down-Syndrom, Kinder mit Behinderung und Kinder ohne Behinderung
Kinder erhalten einen Raum zur freien Kreativität, in dem die KINDER INKLUSION malerisch ausleben und im miteinander kreativ sind.
Veranstalter: downsyndromberlin e. V.
Leitung: Jutta Poppe
Beginn: 10. Januar
10 Termine, 50 Euro
Anmeldung: Tel. 0176 – 238 79 149

samstags
10:30 – 11:30 Uhr
11:30 – 12:30 Uhr
Gymnastiksaal

Vater*-Kind-Turnen

für Väter* und Kinder von 1 1/2 – 6 Jahren.
Spielerische Förderung der Koordination, Balancieren, Rollen und Springen. Geschicklichkeitsspiele mit Bällen sowie Konzentrationsübungen.
Leitung: Danilo Zimmermann
Beginn: 11. Januar
Einzeltermin: 3,50 Euro
10er-Karte: 30 Euro

samstags
14:00 Uhr
Kreativraum

Malraum

Malen ab 3 Jahren für Eltern mit Kindern
Der Kurs orientiert sich am „Malort“ nach Arno Stern. Wir lassen die „natürliche Spur“ fließen mit Farbe und Pinsel auf Papier. Die Erfahrung des Malprozesses steht im Mittelpunkt.
Leitung: Lucia Peinado Metsch
Beginn 11. Januar
16 Termine, 80 Euro (erm. 40 Euro)





montags
16:00 – 18:00 Uhr
Raum 301

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: 13. Januar

10 Termine, 40 Euro (erm. 20 Euro)

mit Kinderbetreuung

Jeden zweiten
Donnerstag im
Monat
16:00 – 17:45 Uhr
Raum 103

Gesprächsgruppe für Alleinerziehende

Austausch über den Alltag als Alleinerziehende, gegenseitige Entlastung, Gespräche über Erziehungsfragen u.v.m.

mit Kinderbetreuung

Anmeldung erforderlich

Leitung: Gertrud Möller-Frommann

Beginn: 9. Januar

Unkostenbeitrag: 2 Euro pro Termin

Samstag
29. Februar
18. April
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. 5 Euro)

pro Tag, Anmeldung erforderlich

donnerstags
23. Januar –
27. Februar
16:00 Uhr
Küche

Einfach, schnell und lecker

Anregungen für den Familientisch
Eltern kochen einfache Rezepte, die sich im Alltag schnell zubereiten lassen. Anschließend essen wir gemeinsam.

Leitung: Janna Siebert

6 Termine, ohne Kursgebühr,

3 Euro Lebensmittelgeld pro Familie

Anmeldung erforderlich

montags
15:45 – 17:45 Uhr
Beratungsraum

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

Sabine Oldag, Sozialarbeiterin

mittwochs
16:15 – 17:15 Uhr
Beratungsraum

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

Warteliste wird um 16:00 Uhr ausgelegt.

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. 216 80 01, www.bmgev.de

Bevor alle Stricke reißen ...



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

BERLINER MIETERGEMEINSCHAFT E.V.

Berlins engagierte und preisgünstige Mieterorganisation bietet

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

BERLINER MIETERGEMEINSCHAFT E.V.

www.bmgev.de



LPG BioMarkt GmbH, Filiale
Mehringdamm 20-30, 10961 Berlin

LPG BioMarkt GmbH, Filiale
Bouchéstr. 12, 12435 Berlin

LPG BioMarkt GmbH, Filiale
Kaiserdamm 12, 14057 Berlin

LPG BioMarkt GmbH, Filiale
Kollwitzstr. 17, 10405 Berlin

LPG BioMarkt GmbH, Filiale
Hauptstr. 78, 12159 Berlin

LPG BioMarkt GmbH, Filiale
Reichenberger Str. 37-38, 10999 Berlin

LPG BioMarkt GmbH, Filiale
Albrechtstr. 33, 12167 Berlin

LPG BioMarkt GmbH, Filiale
Viktoriastr. 10-18, 12105 Berlin

LPG BioMarkt GmbH, Filiale
Alt-Moabit, Alt-Moabit 98, 10559 Berlin

LPG BioMarkt GmbH, Filiale
Yorckstr., Yorckstr. 24, 10965 Berlin



lpg-biomarkt.de

Deutsch-Integrationskurse

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

- Basissprachkurs 600 Stunden
- Aufbau Sprachkurs 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, Wassertorstr. 4
donnerstags 10:00 – 12:00 Uhr und
15:00 – 18:30 Uhr
Lehrerin: Fr. Preuss

Mo – Do
09:00 – 13:00 Uhr

Deutsch-Integrationskurse für Frauen

mit Kinderbetreuung

Lebenswelt gGmbH

Anmeldung:

Joanna Jene, Tel. 61 28 70 18

dienstags
15:30 – 18:00 Uhr
Raum 402

sonntags
09:00 – 14:00 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
und Bücherausleihe

Offener Familientreffpunkt und Sprachunterricht für Kinder und Erwachsene,
Logopädie-Angebot,
tschechische Kinderbibliothek
Leitung, Info, Anmeldung:
Alice Scholze, Tel. 0179 - 8584 014
scholze@materidouska.de

Estnische Eltern-Kind-Gruppe

Zweimal im Monat treffen sich kleine und große Esten zum singen, spielen, basteln in estnischer Sprache. Danach Erfahrungsaustausch 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 basteln in lettischer Sprache. Eltern tauschen ihre Erfahrungen aus.

Info und Anmeldung: Vinija Folkmane
vinija.folkmane@gmail.com
Tel. 614 03 033

Veselka – Regenbogen

Ukrainische Kindergruppe
von 3 – 11 Jahren zur musikalischen Entwicklung, 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. 694 39 13

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.

freitags
16:30 Uhr
Raum 401

Batucantando

Musicalização infantil em português
Musikalische Erziehung auf Portugiesisch
Kontakt: info@berlin-bilingua.de

sábado de mes
20 – 22 hrs
Ensayos 2º y 4
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.wix.com
folclóricosanonimos.berlin@gmail.com

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

Folclóricos Anonimos

Hispanische Volkslieder
Kosten: € 25,00 / 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 / Monat
Probezeit: 1 Monat (gratis)
Anmeldungsgebühr: 5 €

samstags
19:00 – 21:30 Uhr
Raum 401

Treffpunkt für arabische Familien

Familientreff
Kontakt: Verein Al Karmel, Frau Abdallah
Tel. 76 76 53 86

samstags
10:00 – 13:00 Uhr
Familiencafe

Eltern-Kind-Treff

Arabisch für Kinder von 4 – 6 Jahren:
Vorschulunterricht für Kinder von 6 – 13 Jahren: lesen, schreiben, sprechen mit viel Spaß
Unterricht in zwei Klassenstufen
Leitung: Frau Chamseddine & Frau Maarouf
Kosten: 29,00 / Monat
1 kostenloser Probetag möglich
Kontakt und Anmeldung:
Hayat Zentrum e.V., Tel. 678 93 730
hayat.zentrum@gmail.com

	Anonyme Messies Desorganisierte Familien und Alleinstehende
donnerstags 19:00 – 22:00 Uhr Raum 401	Offene Gruppe Kontakt: Günter, 0170 - 3875 538 Bernhard, 01577 - 1948 565
dienstags 19:00 – 21:00 Uhr Raum 402	Angeleitete Selbsterfahrungs- und Selbsthilfegruppe für Frauen Kontakt: Birgitt Tel. 614 39 02
mittwochs Zeiten auf Anfrage Raum 402	Kontinuierliche Gruppe Kontakt: Bernhard Tel. 01577 - 1948 565
Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat 17:30 – 19:30 Uhr Raum 401	Elternkreise Berlin-Brandenburg e. V. Selbsthilfe für Eltern und Angehörige von Suchtgefährdeten und Süchtigen. Eltern, deren Familien selbst betroffen sind, unterstützen. Ansprechpartner: Frau Hinze, Tel. 01525 - 3116 323 Frau Ziglowski, julia.ziglowski@gmx.de
mittwochs 19:00 – 20:30 Uhr Raum 403	Selbstheilung für die Seele Erfahrungsaustausch in liebevollem Miteinander mit ganzheitlichen Übungen, geführten Meditationen, um Stress zu reduzieren und die Wahrnehmung für sich zu verbessern. Finden Sie Entspannung und Lebensfreude. Keine Vorkenntnisse nötig Offene Gruppe Kosten pro Termin: 3 Euro Leitung: Gabriela Fritz + Amira Meyer Tel: 0160-1019 288, gabriela.fritz@web.de

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
Jeden 2. Freitag im Monat für Angehörige
Kontakt:
Tel. 78 56 791
info@whuev.de
www.wirhelfenuns.info

Jeden ersten
Dienstag im Monat
19:00 – 22:00 Uhr
Raum 401

Psoriasis-Forum

Beratung und Information für Erwachsene und Kinder mit Psoriasis, Schuppenflechte, sowie deren Angehörige. Vorträge und Erfahrungsaustausch mit anderen von der Krankheit Betroffenen. Die Themen sind auf der Internetseite zu finden oder können angefordert werden. Die Teilnahme ist kostenlos.
Information: Psoriasis-Büro Berlin
Rolf Blaga, Tel. 61 28 30 90
www.psoriasis-forum-berlin.de

Gymnastiksaal	Familienport Generationsübergreifende Angebote für die ganze Familie. Gymnastik für Männer und Frauen 50+, kostenlos Herr Räder, Tel. 7551 7183
donnerstags 17:45 – 18:45 Uhr	
dienstags 11:30 – 14:00 Uhr	Tischtennis für Jugendliche und Erwachsene, kostenlos Frau Radtke, Tel. 3918 962
dienstags 16:15 – 17:45 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: 36 Euro je Quartal, 12 Euro im Monat kostenlose Schnupperstunde Kontakt: Ursula Fieber, Tel. 661 13 87, 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
samstags 13:30 – 16:00 Uhr Bewegungsraum UG Hinterhaus ab 17. August	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 und Natascha Jeutter



Gymnastiksaal
montags
18:00 – 19:00 Uhr

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

donnerstags
18:00 – 20:00 Uhr
Bewegungsraum

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: 6 Euro
Kurzmitgliedschaft (2 Monate): 20/28 Euro
Kontakt: Manfred Heese, Tel. 788 54 73
gut-bewegt@t-online.de

Tanzgarden der Stadtgarde Rot-Gold Berlin

Spaß an Bewegung, Tanz und Teamgeist in drei verschiedenen Tanzgruppen. Neben klassischem Gardetanz werden Showtänze einstudiert. Auftritte bei verschiedenen Veranstaltungen.
Große Garde: ab 16 Jahre
Jahresbeitrag: 30 Euro
Kontakt: Selina Röse
Tel. 0176 - 7353 5509

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. 605 57 53



Mehringdamm 114
Rückgebäude
Erdgeschoss

Telefon:
(030)90298-2415

Mail:
efb@ba-fk.berlin.de

Erziehungs- und Familienberatungsstelle

Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg

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.



Kita Villa Mehringdamm

Mehringdamm 116
10965 Berlin

Tel. 705 091 91
Fax: 705 091 90

Leitung:
Katja Kariv
stellvertretende
Kitaleitung:
Kathrin Seibel

Öffnungszeit:
Mo – Fr
06:00 – 18:00 Uhr

Sprechzeiten:
nach Vereinbarung

Die Kita befindet sich in einer 1892 erbauten Stadtvilla. Abseits der Straße stehen uns ein eigener Garten und ein großzügiger Spielplatz zur Verfügung.

Bei uns spielen, lernen und wachsen 103 Kinder im Alter von zehn Monaten bis zum Schuleintritt.

Auf drei großzügigen Etagen begleiten wir die Kinder altersgemischt in offenen Gruppen mit festen Bezugserzieher*innen.

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 Pädagog*innen für den sicheren Boden, auf dem die Kinder zu lebensfrohen und lebensstüchtigen Menschen heranwachsen können.

Kita.mehringdamm116@ba-fk.berlin.de



Kita am Park

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

In unserem Kindergarten werden zur Zeit in sieben Kleinkind- und Elementargruppen 92 Kinder im Alter von 10 Monaten bis zur Einschulung betreut.

Der Kindergarten grenzt direkt an den Victoriapark. Trotz der ruhigen Lage sind wir mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut zu erreichen und dadurch auch mobil für Unternehmungen.

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. Ebenso der Umgang mit den Elementen Feuer, Wasser und Sand.

Unsere pädagogischen Ziele orientieren sich am Berliner Bildungsprogramm. Für jedes Kind führen wir ein Sprachlerntagebuch, in dem sich unser Engagement, die Sprachentwicklung zu fördern, widerspiegelt. Wir legen Wert darauf, den Kindern Raum zu lassen, sich auf vielerlei Art zu entfalten, ihre Persönlichkeit zu festigen, respektvoll miteinander umzugehen und Freundschaften zu entwickeln.

kita.methfesselstr14@ba-fk.berlin.de

Kita Schwiebusser Straße

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

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

Leitungsteam:
Peter Grosstück
Tanja Hoffmann

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

Sprechzeiten:
nach Vereinbarung

In fünf altersgemischten und zwei Krippengruppen 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 Konfliktregeln
- 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@ba-fk.berlin.de



Maxstraße 3a
13347 Berlin
U9: Nauener Platz
U6: Leopoldplatz

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

Geschäftsführung:
Nalan Özenir

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

LebensWelt gGmbH

Der gemeinnützige, interkulturelle Träger LebensWelt ist in der Kinder- und Jugendhilfe in 6 Bezirken in Berlin tätig und bietet sozialpädagogische Unterstützung und Betreuung für Kinder, Jugendliche und ihre Familien – im Schwerpunkt mit Migrationshintergrund – zur Bewältigung von Krisen, von Erziehungsschwierigkeiten sowie von Alltagsproblemen:

- § 18 Abs. 3 SGB VIII Begleiteter Umgang
- § 20 SGB VIII Betreuung und Versorgung des Kindes in Notsituation
- § 27 Abs. 3 SGB VIII Aufsuchende Familientherapie
- § 29 SGB VIII, Soziale Gruppenarbeit
- § 30 SGB VIII, Betreuungshilfe
- § 31 SGB VIII Sozialpädagogische Familienhilfe
- § 35 SGB VIII, Intensive sozialpädagogische Einzelbetreuung
- § 54 SGB XII, Eingliederungshilfe/BEW
- § 34 SGB VIII Wohngruppen

Weitere Angebote sind u.a.:

- Kindertagesstätten
- Integrationskurse (BAMF)
- Stadtteilzentrum in Reinickendorf
- Laiv Jugendzentrum
- Schulbezogene Jugendhilfe
- Maßnahmen nach dem JGG für junge Menschen

Die interkulturelle sozialpädagogische Beratung und Unterstützung kann in ca. 50 verschiedenen Sprachen angeboten werden.

LebensWelt arbeitet mit einem zertifizierten Qualitätsmanagementsystem.

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



Pestalozzi
Fröbel
Haus

Pestalozzi-Fröbel-Haus

Das Pestalozzi-Fröbel-Haus (PFH) ist ein Verbund pädagogischer Praxis- und Ausbildungseinrichtungen.

Das PFH wurde 1874 von Henriette Schrader-Breymann mit dem Ziel gegründet, die hohe Qualität der Fröbel-Kindergärten zu sichern durch eine ebenso hohe Qualität der Ausbildung von Erzieherinnen und Erziehern.

Zum PFH gehören heute

- Fachschule für Sozialpädagogik
- Fachoberschule für Gesundheit und Soziales
- Kindertagesstätten
- Nachbarschafts- und Familienzentren
- Kooperationen mit Grundschulen
- Erzieherische Hilfen
- Offene Kinder- und Jugendarbeit
- Jugendsozialarbeit in Schulen

Grundlegend für die Arbeit des PFH ist die kontinuierliche Qualitätsentwicklung der pädagogischen Arbeit.

So beschreitet das PFH derzeit etwa mit dem Modellprojekt »Early Excellence im PFH« neue Wege im Bereich der frühkindlichen Erziehung und Bildung, indem es eine fortschrittliche Kleinkindpädagogik mit integrativer Elternarbeit verbindet.

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



Kursanmeldung und telefonische Sprechzeiten

Montag – Freitag

09:00 – 12:00 Uhr

Montag – Donnerstag

14:00 – 16:00 Uhr

Empfang

Tel. 285 04 716

Reservierung von Kursplätzen telefonisch oder persönlich. Der Platz ist verbindlich erst nach Zahlung der Kursgebühr (innerhalb einer Woche nach Anmeldung bar oder per Überweisung).

- Kurseinstieg bis zum 3. Termin möglich
- Keine Rücküberweisung der TN-Gebühr bei Rücktritt vom Kurs
- Ermäßigung für Empfänger von Arbeitslosengeld II., Wohngeld, Sozialhilfe und Kinderzuschlag

Kursanmeldezeiten für die Kurse

Januar – Juli 2020

ab Donnerstag, 5. Dezember 2019

Herausgeber: Pestalozzi-Fröbel-Haus
Redaktion: Gertrud Möller-Frommann
Layout: Carola Bellach, www.4mbh.com
Druck: Druckerei Gläser, Auflage: 2500



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

Programm im Internet:
www.pfh-berlin.de
Kinder- und Jugendhilfe
Familien- und Nachbarschaftszentren

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