

# Wochenplan

Bitte meldet euch für die Kurse an. NUR der Krabbeltreff mittwochs 10 Uhr ist offen.



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<p>9-11 Uhr <b>Mehrsprachiges Frühstück</b> für Mütter (KiezCafé)</p> <p>9:30-11 Uhr <b>Babymassage</b></p> <p>11-12:30 Uhr <b>Babymassage</b></p> <p>13-14:15 Uhr <b>Rückbildung</b> für Frauen nach der Geburt</p> <p>13-14 Uhr <b>Singen mit Kindern</b> (0-2 Jahre)</p> <p>14:45-15:45 Uhr <b>Singen mit Kindern</b> (2-4 Jahre)</p> <p>16-18 Uhr <b>Feministisches Eltern-Kind Vernetzungstreffen</b></p> <p>20.30-22 Uhr <b>TaiChi</b> für Eltern</p>	<p>8:45-9:30 Uhr <b>Yoga für Jede*n</b> mit Kind (0-2 Jahre)</p> <p>10-12 Uhr <b>Griffbereit</b> – türkisch-deutschsprachige Mutter-Kind-Gruppe</p> <p>10-16 Uhr <b>SchreiBabyAmbulanz</b></p> <p>13-14:15 Uhr <b>Rückbildung</b> in einfacher Sprache</p> <p>16:30-18:30 Uhr <b>Familienkreise</b> en español (jede 2. und 4. Dienstag)</p> <p>18-21 Uhr <b>Elternseminare</b> (nach Termin)</p>	<p>10-12 Uhr <b>Offener Krabbeltreff</b> (10-18 Monate)</p> <p>13-14:30 Uhr <b>Musik &amp; Bewegung</b> im ersten Lebensjahr</p> <p>14.30-16 Uhr <b>Musik &amp; Bewegung</b> für 1-Jährige</p>	<p>10-12 Uhr <b>Griffbereit</b> – arabisch- deutschsprachige Mutter-Kind-Gruppe</p> <p>12-13:15 Uhr <b>Rückbildung</b> für Frauen nach der Geburt</p> <p>10-19 Uhr <b>SchreiBabyAmbulanz</b></p> <p>13:30-15 Uhr <b>Selbstorganisierter Krabbeltreff</b> (6-12 Monate)</p> <p>15:30-17:00 Uhr <b>Polnisch-deutschsprachige Eltern-Kind-Gruppe</b> (1-3 Jahre)</p> <p>17:30-21 Uhr <b>Geburtsvorbereitung für Paare</b> (1. Kind)</p>	<p>8:30-9:30 Uhr <b>Schwangeren-Yoga</b></p> <p>9-11 Uhr <b>Hebammensprechstunde mit Austausch</b></p> <p>9:45-11 Uhr <b>Rückbildungs-Yoga</b></p> <p>10-18 Uhr <b>SchreiBaby Ambulanz</b></p> <p>11:30-13 Uhr <b>PEKIP</b></p> <p>15-18:30 Uhr <b>Umgangscafé</b> (Jede 2. und 4. Freitag)</p> <p>16-19 Uhr <b>Elternseminare</b> (nach Termin)</p>	<p>10-11:30 Uhr <b>Vater-Kind-Gruppe</b></p> <p>12-16 Uhr <b>Umgangscafé</b></p>	<p>10-14:30 Uhr <b>Erste Hilfe</b> bei Kindern (nach Termin)</p> <p>10-17 Uhr <b>Geburtsvorbereitung für Solo-Mamas</b> (nach Termin)</p> <p>14-17 Uhr <b>Alleinerziehenden-treff</b> (nach Termin)</p>

● Bewegungsraum ● KiezCafé (Haus a) ● Gruppenraum ● Familiencafé