

Wochenplan

Bitte meldet euch für die Kurse vorher an!



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:30-11 Uhr Babymassage	10-12 Uhr Griffbereit – türkisch-deutschsprachige Mutter-Kind-Gruppe (1-3 Jahre)	10-17 Uhr SchreiBabyAmbulanz (nach Termin)	10-12 Uhr Griffbereit – arabisch-polnisch-deutschsprachige Mutter-Kind-Gruppe (1-3 Jahre)	8:30-9:30 Uhr Schwangeren-Yoga	10-11:30 Uhr Vater-Kind-Gruppe	10-14:30 Uhr Erste Hilfe bei Kindern (nach Termin)
11-12:30 Uhr Babymassage	10-17 Uhr SchreiBabyAmbulanz (nach Termin)	10:30-12 Uhr Griffbereit Mini – arabisch- deutschsprachige Mutter-Kind-Gruppe (0-1 Jahr)	12-13:15 Uhr Rückbildung für Frauen nach der Geburt	9-11 Uhr Schwangeren- und Baby-Treff mit Hebammensprechstunde	12-16 Uhr Umgangscafé	10-17 Uhr Geburtsvorbereitung für Solo-Mamas (nach Termin)
13-14:15 Uhr Rückbildung für Frauen nach der Geburt	14:45- 16 Uhr Rückbildung in einfacher Sprache	13-14:30 Uhr Musik & Bewegung im ersten Lebensjahr (6-12 Monate)	15:30-17 Uhr Selbstorganisierte Vater-Kind-Krabbelgruppe (6-12 Monate)	9:45-11 Uhr Rückbildungs-Yoga		14-17 Uhr Allein-erziehenden-Treff (nach Termin)
13-14 Uhr KinderSingen (0-2 J)	16:15-18:00 Uhr Familienkreis en español	14.30-16 Uhr Musik & Bewegung für 1-Jährige	17:30-21 Uhr Geburtsvorbereitung für Paare (1. Kind)	10-17 Uhr SchreiBaby Ambulanz (nach Termin)		15-21 Uhr Geburtsvorbereitung für Paare (nach Termin)
14:45-15:45 Uhr KinderSingen (2-4 J)	16:30-19 Uhr Elternseminare (nach Termin)	16:30-17:30 Uhr Rios Rhythmusraupen Selbstorganisierte Musikgruppe (1-3 Jahre)		11:30-12:30 Uhr Movement Flow – Tanzen für Eltern mit Babys (0–1 Jahr)		
14:30-19 Uhr SchreiBabyAmbulanz (nach Termin)				15-18:30 Uhr Umgangscafé (jede 2. und 4. Freitag)		
16-18 Uhr Feministischer Eltern-Treff				15-21 Uhr Geburtsvorbereitung für Paare (nach Termin)		
20.30-22 Uhr TaiChi für Eltern						

● Bewegungsraum ● Gruppenraum ● Familiencafé ● Konferenzraum (3.OG)

Termine 2025:



Elternseminare

1. Hilfe bei Kindern mit Tara Rödel	Eltern-Kind-Seminar „Rund ums Thema Essen – Stillen, Brei, feste Nahrung, Übergänge...“ mit Sabine Hubatsch (Hebamme)
Kurs 1: So, 12.01.2025, 10-14:30 Uhr (3.OG) Kurs 2: Sa, 01.02.2025, 10-14:30 Uhr in einfacher Sprache Kurs 3: Fr, 28.03.2025, 10-14:30 Uhr Kurs 4: Di 06.& Di 13.05.2025 Uhr, zweiteilig, jeweils 16-18:30Uhr Kurs 5: Fr 23.05.2025, 10-14:30 Uhr in einfacher Sprache Kurs 6: Do 03.07.2025, 10-14:30 Uhr Kurs 7: Do 11.09.2025., 10-14:30 Uhr Kurs 8: Di 04.& Di 11.11.2025 Uhr, zweiteilig, jeweils 16-18:30Uhr Kurs 9: So, 14.12.2025, 10-14:30 Uhr	Seminar 1: Di, 01.04.2025, 16:30-19 Uhr Seminar 2: Di, 01.07.2025, 16:30-19 Uhr Seminar 3: Di, 04.11.2025, 16:30-19 Uhr

Geburtsvorbereitungskurse für Solo-Schwangere/ künftige Alleinerziehende

Sa/So 18. und 19. Januar 2025, jeweils 10-17 Uhr

Sa/So 22. und 23. März 2025, jeweils 10-17 Uhr

Sa/So 17. und 18. Mai 2025, jeweils 10-17 Uhr

Sa/So 19. und 20. Juli 2025, jeweils 10-17 Uhr

Sa/So 20. und 21. September 2025, jeweils 10-17 Uhr

Sa/So 15. und 16. November 2025, jeweils 10-17 Uhr

Beratung für Eltern (nach Termin)

- Individuelle Erstberatung für Eltern bei Sorgen, Schwierigkeiten im Familienleben oder Unsicherheiten in der Erziehung
- Beratung für Paare in der Schwangerschaft - „Eine Stunde Zeit für euch“
- Beratung für Paare nach der Geburt – „Jetzt sind wir also Eltern“

Anmeldung und Information:

E-Mail: fabiz@nbh-neukoelln.de

Telefon: 030-400 37 884

Mobil: 0176-55 84 92 33

Vor Ort: Im FABIZ – Familienbildungszentrum im Nachbarschaftshaus am Körnerpark
Schierker Straße 53b (2. OG), 12051 Berlin

Aktuelle Angaben und Infos zu unseren Kursen finden Sie unter: www.nbh-neukoelln.de/fabiz/

