

SCHWANGERSCHAFT

YOGA FÜR SCHWANGERE

MITTWOCH 18:00-19:15 UHR

Wer: Schwangere
Wo: Bewegungsetage Nachbarschaftshaus Lilienthal
Kosten: 15 € für 5 Einheiten
Anmeldung: **erforderlich**

GEBURTSVORBEREITUNGS-KURS

WOCHENENDSEMINAR

Wer: Paare
Wo: Bewegungsetage Nachbarschaftshaus Lilienthal
Kosten: Schwangere kostenfrei, Partner 120 €
Anmeldung: **erforderlich**

0 - 2 JAHRE

RÜCKBILDUNGSKURS MIT BABY (8 TERMINE)

MONTAG 10:00-11:30 UHR

Wer: nach der Geburt, mit Baby
Wo: Bewegungsetage Nachbarschaftshaus Lilienthal
Kosten: werden von der Krankenkasse übernommen
Anmeldung: **erforderlich**

FIT MIT BABY (6 TERMINE)

KURS 1: FREITAG 11:30-12:45 UHR

Wer: Frauen mit Kindern im ersten Lebensjahr mit keiner oder wenig Sporterfahrung in und nach der Schwangerschaft

KURS 2: FREITAG 13:30-15:00 UHR

Wer: Frauen mit Kindern im ersten Lebensjahr mit Sporterfahrung in und nach der Schwangerschaft

Wo: Bewegungsetage Nachbarschaftshaus Lilienthal
Kosten: 30 €
Anmeldung: **erforderlich**



SCHREIBABY-AMBULANZ

NACH VEREINBAUUNG

Wer: Eltern mit Baby
Wo: Seminarraum Nachbarschaftshaus Lilienthal
Kosten: kostenfrei
Anmeldung: **erforderlich**
@ sba@mittelhof.org

FAMILIENSPRECHSTUNDE

NACH VEREINBARUNG

Wer: Eltern
Wo: Seminarraum Nachbarschaftshaus Lilienthal
Kosten: kostenfrei
Anmeldung: **erforderlich bei Sophie Honig**
@ sba@mittelhof.org

MÜTTER-KIND-FRÜHSTÜCK

DONNERSTAG 09:30-11:00 UHR

Wer: Schwangere und Mütter mit Kindern (0 - 18 Monate)
Wo: Café Nachbarschaftshaus Lilienthal
Kosten: 2 €
Anmeldung: **erforderlich**

PEKIP KURSE

(PRAGER-ELTERN-KIND-PROGRAMM)

DIENSTAG

GRUPPE 1: 09:00-10:30 UHR

GRUPPE 2: 10:45-12:15 UHR

GRUPPE 3: 12:30-14:00 UHR

Wer: Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr
Wo: Seminarraum Nachbarschaftshaus Lilienthal
Kosten: 90 € für 10 Termine
Anmeldung: **erforderlich**

ELTERN-KIND-GRUPPE "KRABELKÄFER"

DONNERSTAG

GRUPPE 1: 09:00-10:15 UHR

GRUPPE 2: 10:30-11:45 UHR

Wer: Eltern mit Kindern (10 - 24 Monate)
Wo: Bewegungsetage Nachbarschaftshaus Lilienthal
Kosten: 15 € für 5 Termine
Anmeldung: **erforderlich**

AB 1 JAHR

ZWERGENBANDE

MONTAG 15:30-16:30

Wer: Eltern mit Kindern von 1 - 3 Jahren
Wo: Bewegungsetage Nachbarschaftshaus Lilienthal
Kosten: kostenfrei
Anmeldung: nicht erforderlich

MUSIKGARTEN-KURS

MITTWOCH 15:45-16:20 UHR

Wer: Eltern mit Kindern von 18 - 36 Monate
Wo: Seminarraum Nachbarschaftshaus Lilienthal
Kosten: 25 € für 7 - 8 Termine
Anmeldung: **erforderlich**

SPIEL- UND BEWEGUNGSGRUPPEN

DONNERSTAG

GRUPPE 1: 15:00-15:45 UHR

GRUPPE 2: 16:00-16:45 UHR

Wer: Eltern mit Kindern von 2 - 4 Jahren
Wo: Bewegungsetage Nachbarschaftshaus Lilienthal
Kosten: 15 € für 5 Einheiten
Anmeldung: **erforderlich**

Hier findet ihr immer unser aktuelles Programm auf unserer Website. Einfach den QR-Code scannen:



**IHR FINDET UNS IM NACHBARSCHAFTSHAUS LILIENTHAL
IN DER SCHÜTTE-LANZ-STRASSE 41/43
DIREKT NEBEN DEM LILIENTHALPARK!**

0 - 6 JAHRE

INTERKULTURELLE FRAUENGRUPPE MIT ZWEI STADTTEILMÜTTERN (ARABISCH/FARSI/DARI)

MITTWOCH 10:00-12:00 UHR

Wer: Frauen

Wo: Café Nachbarschaftshaus Lilienthal

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: **erforderlich**

Frau Abbo (arabisch)

Frau Shafi (farsi/dari):

+49 15 90 68 27 37 4

+49 15 90 68 27 37 5

Im Nachbarschaftshaus Lilienthal

030 - 756 549 70

familienzentrum-lis@mittelhof.org

PAPA-KIND-ZEIT (ALLE ZWEI WOCHEN)

SAMSTAG 10:00-12:00 UHR

Wer: Väter mit Kind

Wo: Bewegungsetage Nachbarschaftshaus Lilienthal

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: **erforderlich**

WOCHENEND-SPAß (ALLE ZWEI WOCHEN)

SAMSTAG 10:00-12:00 UHR

Wer: Familien mit Kindern im Kitaalter

Wo: Café Nachbarschaftshaus Lilienthal

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: **erforderlich**

NACHBARSCHAFTSCAFÉ MIT SPIELZIMMER

MONTAG BIS FREITAG 14:30-17:30 UHR

Wer: für alle

Wo: Café Nachbarschaftshaus Lilienthal

Kosten: Getränke und Snacks können gekauft werden

Anmeldung: nicht erforderlich

Das Landesprogramm Berliner Familienzentren ist eine Initiative der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie in Kooperation mit den Berliner Jugendämtern.

Weitere Informationen finden Sie unter www.berliner-familienzentren.de

GEFÖRDERT DURCH

Senatsverwaltung
für Bildung, Jugend
und Familie

BERLIN



NACH VEREINBARUNG

UMGANGSCAFÉ

NACH VEREINBARUNG

Wer: in Trennung lebende Eltern

Wo: Café Nachbarschaftshaus Lilienthal

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: **erforderlich**

FAMILIENBERATUNG

(TELEFONISCH, DIGITAL ODER PERSÖNLICH)

NACH VEREINBARUNG

Wer: Familien mit Kindern von 0 - 6 Jahren

Wo: nach Vereinbarung

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: **erforderlich**

DIGITALE THEMEN-ELTERNABENDE

NACH VEREINBARUNG

Wer: Eltern

Wo: online

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: **erforderlich**

KONTAKT

Familienzentrum Lichterfelde-Süd im Nachbarschaftshaus Lilienthal

Schütte-Lanz-Straße 41/43

12209 Berlin

Koordination: Conny Weber

030 - 75 65 49 70

familienzentrum-lis@mittelhof.org

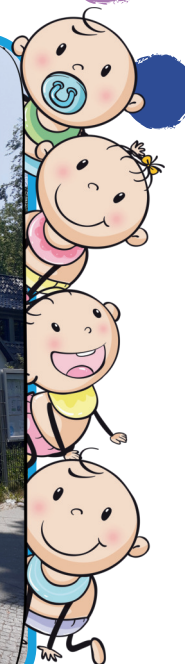


Bei Fragen zu Zugänglichkeit und Barrierefreiheit wenden Sie sich gerne an uns!



FAMILIENZENTRUM LICHTERFELDE-SÜD

Berliner Familienzentren



ANGEBOTE FÜR FAMILIEN IM NACHBARSCHAFTSHAUS LILIENTHAL

0 - 3
JAHRE