

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Wochenende
<p>09:00 – 10:30 Uhr Sprechstunde der Kiezmütter</p> <p>09:00 – 12:15 Uhr Deutschkurs für Eltern » Mit freundlicher Unterstützung und in den Räumen des Zilleklubs</p>	<p>09:00 – 10:30 Uhr Sprechstunde der Kiezmütter</p> <p>09:00 – 12:15 Uhr Deutschkurs für Eltern » Mit freundlicher Unterstützung und in den Räumen des Zilleklubs</p>	<p>10:00 – 12:00 Uhr Sprachcafé</p> <p>10:30 – 12:30 Uhr Sprachcafé</p> <p>15:00 – 17:00 Uhr Familiencafé</p>	<p>10:30 – 12:00 Uhr Growing Together Gemeinsam Wachsen</p> <p>14:30 – 16:30 Uhr Hausaufgabenhilfe Zilleklub</p> <p>15:45 – 16:30 Uhr und 16:45 – 17:30 Uhr Kleine Turmmäuse Kita "Kleiner Frosch"</p> <p>17:30 – 19:00 Uhr Starke Eltern – Starke Kinder®</p>	<p>07:45 – 10:00 Uhr Familiencafé » in Koop. mit der Kurt-Tucholsky-Grundschule</p> <p>10:30 – 12:00 Uhr Interkulturelle Krabbelgruppe</p> <p>12:30 – 14:30 Uhr Sprachcafé</p>	<p>14:30 – 17:00 Uhr Sprachparcours 3 Jeden 2. Sonntag im Monat mit Sprachspielen für die ganze Familie.</p> <p><b>Wochenendausflug</b> 1 x monatlich, am Samstag oder Sonntag Einmal im Monat Wochenenden einen Ausflug für Eltern mit ihren Kindern an. Die aktuellen Angebote finden Sie auf unseren Flyern und Aushängen im Familienzentrum, auf unseren Internetseiten und auf Facebook.</p>
<p>10:00 – 12:00 Uhr Sprachparcours 1</p> <p>13:00 – 15:00 Uhr Kreativworkshops Chausseestr. 54</p> <p>15:00 – 17:00 Uhr Familiencafé</p> <p>17:30 – 18:30 Uhr Yoga</p> <p>19:00 – 20:15 Uhr Rückbildungsgymnastik Bandelstr. 27</p>	<p>10:30 – 12:00 Uhr Offene Eltern-Kleinkind-Gruppe</p> <p>14:00 – 16:00 Uhr Arabisch lernen</p> <p>16:15 – 17:15 Uhr Singen in Bewegung</p> <p>16:30 – 17:30 Uhr Große Turmmäuse Kurt-Tucholsky-Grundschule</p>	<p>10:00 – 12:00 Uhr Gesunde Ernährung für Säuglinge</p> <p>10:30 – 12:30 Uhr Sprachcafé</p> <p>15:00 – 17:00 Uhr Familiencafé</p> <p>15:00 – 17:00 Uhr Sprachparcours 2 Im Rahmen des Familiencafés</p> <p>17:00 – 19:00 Uhr Afrokids Immer am 1. Mittwoch des Monats</p>	<p>14:30 – 16:30 Uhr Hausaufgabenhilfe Zilleklub</p> <p>15:45 – 16:30 Uhr und 16:45 – 17:30 Uhr Kleine Turmmäuse Kita "Kleiner Frosch"</p> <p>17:30 – 19:00 Uhr Starke Eltern – Starke Kinder®</p>	<p>07:45 – 10:00 Uhr Familiencafé » in Koop. mit der Kurt-Tucholsky-Grundschule</p> <p>10:30 – 12:00 Uhr Interkulturelle Krabbelgruppe</p> <p>12:30 – 14:30 Uhr Sprachcafé</p>	<p>14:30 – 17:00 Uhr Sprachparcours 3 Jeden 2. Sonntag im Monat mit Sprachspielen für die ganze Familie.</p> <p><b>Wochenendausflug</b> 1 x monatlich, am Samstag oder Sonntag Einmal im Monat Wochenenden einen Ausflug für Eltern mit ihren Kindern an. Die aktuellen Angebote finden Sie auf unseren Flyern und Aushängen im Familienzentrum, auf unseren Internetseiten und auf Facebook.</p>

Angebote für ■ die ganze Familie ■ Eltern / Elternberatung ■ Eltern-Kind ■ Kinder

Familienzentrum Moabit-Ost  
Rathenower Str. 17, 10559 Berlin  
Tel. 030 50 56 67 38  
Mobil 0163 63 111 24

## Familienzentrum Moabit-Ost Rathenower Str. 17, 10559 Berlin

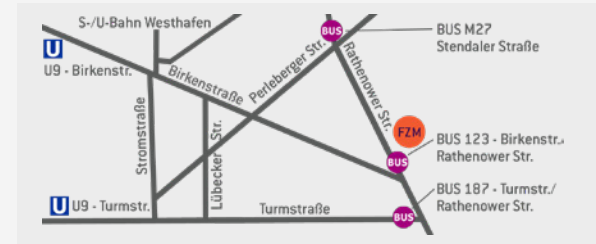
➔ im Zille-Haus. Eingang bei der roten Litfaßsäule.

Team Sibylle Büchele, Miriam Flick, Manal Yousif

Telefon 030 50566738 | Mobil 0163 63 111 24  
Stadtteilmutter Mobil 0176 471 44 102

E-Mail info@familienzentrum-moabit.de  
kiezmutter@familienzentrum-moabit.de

Internet www.familienzentrum-moabit.de  
facebook.com/fzmoabit



FOKUS plus g GmbH

Das Familienzentrum Moabit-Ost wird gefördert von der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie und der Bundesinitiative Frühe Hilfen. Das Landesprogramm Berliner Familienzentren ist eine Initiative der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie in Kooperation mit den Berliner Jugendämtern. Weitere Informationen unter: www.berliner-familienzentren.de.

## Thematische Elternabende

Wir bieten thematische Elternabende an, bei denen es z. B. um Grenzsetzung, Sauberkeitserziehung und Schlafen geht. Sie finden im Familienzentrum und in verschiedenen Kitas in Moabit-Ost statt und richten sich an alle Eltern im Stadtteil. Interessierte Kitas und Eltern melden sich bitte im Familienzentrum.

## Kiezfeste

Das Familienzentrum beteiligt sich auch an Kiezfesten in Moabit-Ost. Auf dem Perlenkiezfest und anderen Straßenfesten können Sie sich über unsere Angebote informieren. Für die Kinder gibt es Spiel- und Bastelangebote. Kommen Sie einfach vorbei.

## Ferienangebote

In den Ferien bieten wir Ferienaktionen an, bei denen wir gemeinsam spielen, basteln oder die Umgebung erkunden. Aktuelle Angebote finden Sie rechtzeitig auf unseren Internetseiten und direkt im Familienzentrum.

Berliner Familienzentren



## Familienzentrum Moabit-Ost

Programm April - Oktober 2019



Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie

berlin Berlin

Bundesstiftung Frühe Hilfen

Gefördert vom:

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

## Afrokids

Treffpunkt für Schwarze Kinder mit ihren Eltern zum Austausch. Wir besprechen Themen, die speziell Eltern Schwarzer Kinder betreffen, z. B. Anregungen für gute Kinderliteratur und Spielzeug, aber auch Ausgrenzung und Alltagsrassismus. Wir wollen die Community stärken und den Kindern einen geschützten Raum bieten. Anmeldung erwünscht: [afrokids.moabit@gmail.com](mailto:afrokids.moabit@gmail.com).

## Arabisch lernen

Eltern und ihre Kinder (ab 4 Jahren) lernen spielerisch Arabisch sprechen, hören und schreiben. Wir benutzen einfache Wörter und Sätze aus dem Alltag und lernen in ruhiger Atmosphäre auch voneinander. Familien mit jeder Sprache sind willkommen. Anmeldung erwünscht, das Angebot ist kostenlos.

## Deutschkurse für Eltern

In Kooperation mit der Volkshochschule Berlin Mitte findet im Familienzentrum ein Deutschkurs für Eltern statt. Der Kurs ist in Kompetenzstufen gegliedert und schließt mit einer Prüfung ab. Auf welchem Niveau Sie Ihren Kurs starten, wird individuell ermittelt. Anmeldung direkt im Kurs. Kosten: 20 Euro (ohne Lehrbuch).

## Familiencafé

Ein Treffpunkt für die ganze Familie. Bei Kaffee, Tee und Keksen kann man entspannt andere Eltern kennen lernen, ins Gespräch kommen und Erfahrungen austauschen. Die Kinder können selbstständig miteinander spielen oder wir bauen, malen oder lesen gemeinsam ein Buch. Es ist keine Anmeldung erforderlich.

## Gesunde Ernährung für Säuglinge

Erfahren Sie, wie Sie Ihr Kind vom ersten Brei an optimal ernähren können. Unsere Ernährungsberaterin gibt Tipps und beantwortet ihre Fragen zur Ernährung im 1. und 2. Lebensjahr. Aktuelle Termine auf unserer Website und im Familienzentrum. Anmeldung erwünscht!

## Growing Together – Gemeinsam wachsen!

In der Gruppe für Eltern mit ihren Kindern von 6 Monaten bis 1,5 Jahren lernen Eltern in spielerischer Form die Bedürfnisse und Fähigkeiten ihrer Kinder genau zu beobachten. Sie erfahren, wie sie ihr Kind unterstützen können, damit es sich entsprechend seiner Fähigkeiten entwickeln kann. Anmeldung erforderlich!

## Hausaufgabenhilfe

Dieses offene Angebot richtet sich an alle Grundschul Kinder, die Hilfe bei der Bewältigung ihrer Hausaufgaben benötigen. In Kooperation mit dem "Zilleklub" findet es 2x wöchentlich statt. Es ist keine Anmeldung erforderlich. **Ort: Zilleklub im Zillehaus.**

## Interkulturelle Krabbelgruppe

Berliner Familien und Flüchtlingsfamilien lernen sich kennen. Eltern mit Kindern bis zu drei Jahren treffen sich, singen und spielen gemeinsam. Sie knüpfen Kontakte und lernen voneinander. Ziel der Gruppe ist es, sich über die Kinder und den Alltag auszutauschen. Es ist keine Anmeldung erforderlich.

## Kreativworkshops für geflüchtete Familien

Dieses Angebot richtet sich an Flüchtlingsfamilien, die Lust auf eine gemeinsame kreative Auszeit haben. Hier kann man sich ausprobieren, malen, zeichnen, basteln und sich gegenseitig austauschen und inspirieren. **Ort: Chausseestr. 54.**

## MoKids

Angebot für Grundschüler (7 - 11 Jahre) sich gemeinsam bewegen, gemeinsam Speisen zubereiten. Was schmeckt wie? – Erforschen, erfahren. Das Angebot ist in Planung.

## Musik und Bewegung

Eltern mit Kindern von 3 bis 6 Jahren bewegen sich zu Musik, die sie selbst machen. Wir entwickeln Bewegungen zu Liedern und zu phantastischen Geschichten. Durch Tänze und Bewegungsspiele lernen wir musikalische Grundlagen und schulen unser Takt- und Sprachgefühl und das mit viel Spaß. Anmeldung erforderlich.

## Offene Eltern-Kleinkind-Gruppe

Ein beliebter Treffpunkt für Mütter und Väter mit ihren Kindern von 3 Monaten bis 3 Jahren. Hier können Sie in entspannter Atmosphäre Kontakte knüpfen, Erfahrungen austauschen, neue Spiele kennen lernen, etc.. Gerne beraten wir Sie auch zu Erziehungsfragen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

## Rückbildungsgymnastik

Nach den Anstrengungen einer Geburt bringen wir Sie mit gezielten Übungen wieder in ihre persönliche Wohlfühlform. Die erfahrene Hebamme Anke Buhtz bietet einen Kurs (ohne Babys) mit 8 Terminen an. Kursort ist der **Projektraum, Bandelstr. 27.** Ab-

rechnung über die Krankenkasse. Anmeldung: Anke Buhtz, Mobil 0173 6070960 oder im Familienzentrum.

## Sing und Tanz mit mir!

Für Eltern mit Kindern zwischen 1,5 und 3 Jahren. Die Kinder lernen lustige und stimmungsvolle Lieder zum Klatschen, Tanzen und Hüpfen. Die Texte werden durch Bewegungen begleitet. Fingerspiele und Sprüche machen den Kleinsten großen Spaß und wer Spaß hat lernt schnell. Mit Musikinstrumenten werden den Kindern neue Klangwelten erschlossen. Anmeldung erforderlich.

## Singen in Bewegung

Eltern mit mehreren Kindern von 2 bis 5 Jahren lernen mit viel Freude neue Lieder zu denen man sich bewegen kann. Unsere Musik machen wir selber – singend, klatschend, stampfend oder mit einfachen Instrumenten. Die Kinder tauchen zusammen mit ihren Eltern in neue Klangwelten ein und erlernen spielerisch musikalische Grundlagen. Anmeldung erforderlich.

## Sozialberatung für Familien im Asylverfahren

Unter der Mailadresse: [berlin.familie@gmx.de](mailto:berlin.familie@gmx.de) bieten wir Hilfe im Verfahrensablauf an, für Familien die sich im Asylverfahren befinden (auch für Ehrenamtliche). Wir helfen und klären auf, bei welchen Behörden wie und welche finanzielle Unterstützung beantragt werden kann.

## Sprachcafé

Sind Sie Anfängerin oder haben Sie bereits einen Deutschkurs besucht und wollen dort Gelerntes festigen? In angenehmer Atmosphäre können Sie hier Ihre Sprachkenntnisse erwerben, auffrischen und festigen. Wir tauschen uns über interessante Themen aus, lernen von- und miteinander und unterstützen uns gegenseitig. Ihre Kinder werden in dieser Zeit betreut.

## Sprachparcours 1 - 3

Kinder ab 3 Jahren lernen spielerisch Deutsch. Es gibt analoge und digitale Medien und Materialien – von Pustespielen, Wortkarten und Bewegungsspiele bis hin zu sprechenden Digitalstiften und Sprachapps auf dem Tablet.

- Sprachparcours 1: montags 10:00 – 12:00 Uhr, für Kinder von 3-6 Jahren, offene Gruppe mit Eltern, ohne Anmeldung.
- Sprachparcours 2: mittwochs im Familiencafé.
- Sprachparcours 3: Zweiter Sonntag im Monat 14:30 – 17:00 Uhr für die ganze Familie. Anmeldung erwünscht.

## Sprechstunde der Kiezmutter

Ein Manal Yousif unsere Kiezmutter unterstützt Sie beim Ausfüllen von Formularen, Sie können mit ihr einen Termin zur Begleitung zu Ämtern ausmachen und sich beraten lassen. Ohne Anmeldung in Arabisch, Aramäisch, Deutsch und Englisch

## Starke Eltern – Starke Kinder®

Ein Elternkurs, der 14-tägig für Eltern von 4 - 12-jährigen Kindern stattfindet. Sie erhalten Informationen und praktische Anwendungsbeispiele zu Themen wie Nähe, Respekt, Grenzen und Werte. Die ruhige, respektvolle Atmosphäre bietet Raum für Gespräche mit anderen Eltern. Anmeldung erforderlich.

## Turnmäuse – Eltern-Kind-Turnen

In unseren Turnkursen für Eltern und Kinder steht die Freude an der Bewegung an erster Stelle. Wir rennen, hüpfen und klettern zusammen und bauen unsere eigene Spiel- und Kletterwelt auf. Hier können Kinder Bewegungen neu ausprobieren und motorische Fähigkeiten erweitern. Anmeldung erforderlich!

**Kleine Turnmäuse** (1,5 - 3 Jahre): Donnerstag 15:45 - 16:30 Uhr und 16:45 - 17:30 Uhr in der **Kita Kleiner Frosch**

**Große Turnmäuse** (3 - 6 Jahre): Dienstag 16:30 - 17:30 Uhr in der **Kurt-Tucholsky- Grundschule**

## Wochenendausflug

Jeden Monat organisieren wir einen Wochenendausflug für die ganze Familie. Gemeinsam entdecken wir unbekannte Natur, neue Spielplätze oder Berliner Sehenswürdigkeiten. Wo's hingehht, erfahren Sie auf unserer Website sowie direkt im Familienzentrum. Anmeldung erwünscht.

## Yoga

Hatha-Yoga ist für alle Menschen geeignet, kommen Sie gerne mit Ihren Kindern. Wir machen Atemübungen, Asanas und Entspannung. **Das Angebot ist kostenpflichtig!** Anmeldung erforderlich unter: [satiyoga@gmx.de](mailto:satiyoga@gmx.de).

**Alle Angebote sind in der Regel ohne Kosten für die Familien. Weitere Termine und Angebote in Planung finden Sie auf unserer Website und auf Facebook.**