MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	WOCHENENDE / SPEZIAL
10:00 - 11:30 Uhr **Miteinander wachsen 1** Eltern–Baby-Kurs 3-6 Monate @ oder ✆	**10:00 - 12:00 Uhr** **offene Babyspielgruppe** Eltern mit Babys 0 - 2 Jahre	**10:00 – 11:15 +** **11:30 - 12:45 Uhr** **Rückbildungs-kurse** Hebamme Marem	**10:00 - 11:00 Uhr** **Rückbildung nach der Rückbildung** Hebamme Marem	**11:00 - 12:00 Uhr** **Eltern(zeit) Chor** Singen mit/ohne Babys @: j.hagemann@kg-lira.de ✆: 0176-34673323	**Samstag 11:00 - 13:00 Uhr Vätergruppe (Griffbereit Projekt)** @: griffbereit@tsevangelisch ✆: 0176-85901556
11:30 - 13:00 Uhr **Miteinander wachsen 2** Eltern-Baby-Kurs ab 3 Monaten @ oder ✆	**12:00 - 14:00 Uhr** **Sprechstunde mit einer Stadtteilmutter** @ oder ✆	**11:00 - 12:30 Uhr** **Babycafè** **+ Frühstück für Schwangere** mit Beratung Wir begleiten Sie im 1. Lebensjahr.	**11:15 - 12:30 Uhr** **Rückbildung ODER Babymassage** Hebamme Marem	**10:00 - 12:00 Uhr** **Spielzeit und Kamishibai für Kitagruppen** @ oder ✆	**Erste Hilfe am Kind** für Eltern und Großeltern Termine erfragen @ oder ✆ **Kindertheater** Termine erfragen **Willkommen Baby** Für neue Eltern im Kiez
14:00 - 16:00 Uhr **Sprachcafé** Für Groß und Klein. spielerisch Deutsch sprechen üben	**15:00 - 16:30 Uhr** **Lesenachmittag** Eltern mit Kindern, Lesen für Groß und Klein Lesetraining!	**12:00 - 14:00 Uhr** **„Ich habe eine Frage“** Beratung für Eltern und Familien mit Sorgen	**13:00 - 14:30 Uhr** **Yoga für Frauen**	**12:00 - 14:00 Uhr** **Beratung/Hilfe für Frauen und Kinder**	**20.11.2026** **Bundesweiter Vorlesetag**
16:00-17:00 Uhr **Tanzen für Frauen** Internationale Tänze für Lebensfreude		**15:00 - 16:30 Uhr** **Eltern- Kind-Turnen** Eltern und Kinder 1-3 Jahre	**15:00 - 17:00 Uhr** **offene Spielgruppe Eltern mit Kindern** 2-6 Jahre		**6.12.2026** **Nikolausmarkt**

Fester Kurs oder Gruppe
Teilnahmebedingungen beim jeweiligen Angebot beachten

Beratung nach Vereinbarung
Kontakt aufnhemen und Termin ausmachen

offenes Angebot
einfach vorbeikommen - ohne Anmeldung

Besondere Veranstaltung
einzelne Termine und Aktionen

@ oder ✆ = bitte Anmelden unter:
☎ (030)-70722300
📱 0155-66368424
📧 familienzentrum@kg-lira.de

Hebamme Marem:
www.hebamme-marem.de
hebamme-marem@mail.de