Oktober 2026 - Wochenplan Familienzentrum Menschenskinder

	Familienzentrum offen für alle vormittags	Familienzentrum offen für alle nachmittags	Beratung und Selbsthilfe	Kurse und Veranstaltungen	Bewegung und Entspannung
Montag	**10:00-13:00 Uhr** Offener Familientreff mit Ricarda **11:00-12:00** Spiel und Beobachten mit Jara **12:00-13:00** Tauschkisten und Kleiderstübchen mit Jara	**15:00-18:00 Uhr** **Elterntreff in vietnamesischer Sprache mit unserer Stadtteilmutter Phuong** 16:00-18:00 Uhr Music Circle*	**Jeden Tag, Montag- Freitag ist ab 9:00 Uhr eine Elternbegleiterin im offenen Bereich für eure Fragen ansprechbar**	**16:00-16:30 Uhr** **Geschichten auf vietnamesisch und deutsch mit Diem** Jeden Monat neu: 4 Termine von 17:30-19:30 Uhr Säuglingspflegekurs mit Ricarda	Yoga (mit Baby) mit Paloma 10:00-11:00 Uhr & 11:00-12:00 Uhr 8:30-9:30 Uhr & 13:00-13:30 Uh Yin&Yang Yoga mit Robertr
Dienstag	**10:00-12:00 Uhr** Offener Familientreff mit Ricarda **10:00-11:00 Uhr** Bewegung draußen mit Martina **11:00-11:30 Uhr** Musik & Krabbeln mit Michele **11:30-12:30 Uhr** Spiel und Beobachten mit Johanna **12:00 - 13:00 Uhr** Sprachcafé mit Ricarda **12:00-13:00 Uhr** Tauschkisten und Kleiderstübchen Mit Martina	**15:00-18:00 Uhr** **Umgangscafé nur für die Gäste des U.C. geöffnet** am 06.10.26, 16:00-17:00 Uhr, Wildkräuterführung mit Anja	**10:00-15:00 Uhr** **Stadtteilmutter Phuong berät in Vietnamesisch, tel. und persönlich** Schreibaby-Ambulanz Mit Alexandra 10-15 Uhr	10:30 - 11:30 Uhr Babymassage mit Johanna 16:00 – 17:30 Uhr Feministische Elternschaft	14:30-15:15 Uhr Bewegung für Schwangere mit Jara 15:30-16:30 Uhr Spieltanz für Kinder ab 7 mit Jara 17:00-18:00 Uhr Yoga für Eltern mit Jara
Mittwoch	**10:00-13:00 Uhr** Familien-Brunch mit Martina **10:00-11:00 Uhr** Spiel und Beobachten mit Ricarda **12:00-13:00 Uhr** Bewegung draußen mit Ricarda **12:00- 13:00 Uhr** Tauschkisten und Kleiderstübchen mit Johanna	**15:30-17:30 Uhr** **Filzen mit Eri** **15:30-17:30 Uhr** **Nähen mit Johanna**	**9:00 -12:00 Uhr** **Sprechstunden mit Diem** **10:00-15:00 Uhr** **Beratung Stadtteilmutter** 07.10.2026 Gartenplenum	Am 14.10.2026 12-13 Uhr Beikost Waffeln selbst herstellen Mit Ricarda und Johanna	**11:00-12:00 Uhr** **Sport (mit Baby) mit Ricarda** **18:00-19:30 Uhr** **Qi Gong***
Donnerstag	**10:00-13:00 Uhr** Offener Familientreff mit Johanna **10:00-11:00 Uhr** Spiel und Beobachten mit Martina **11:00-12:00 Uhr** Bewegung draußen mit Martina **12:00- 13:00 Uhr** Tauschkisten und Kleiderstübchen mit Martina	**12:00-14:00 Uhr** **Näh- und Austauschrunde für werdende Eltern mit Johanna** **15:30-18:00 Uhr** **Leckeres Essen mit Ümit und Etna** **16:00-17:00 Uhr** **Schach für Eltern und Kinder mit Lilli**	**10:00–15:00 Uhr** **Stadtteilmutter berät in Vietnamesisch telefonisch und persönlich** **am 08.10.2026 von 18:00-20:00 Uhr** **Selbsthilfegruppe Depression**	**10:00 - 11:30 Uhr** **Miteinander Wachsen – Gruppe für Babys ab 5 Monaten mit Ricarda**	15:45-16:25 Uhr (1-2 Jahre) 16:30-17:10 Uhr (3-4 Jahre) 17:15-18:00 Uhr (ab 5 Jahre) Move it! mit Philipp **Rückenyoga* (Präventionskurs KK)** **19:00-20:15 Uhr mit Chris-Lea**
Freitag	**10:00-13:00 Uhr** Frische Waffeln mit Jara **10:00-10:30** Krabbeltalk mit Wafeln mit Johanna **10:30 – 11:30** Elternrunde mit Johanna **11:30-12:30** Spiel und Beobachten **12:00-13:00** Tauschkisten und Kleiderstübchen mit Jara	**13:30 -14:30 Uhr** **Bilderbuch-Kino mit Ricarda** **15:00-18:00 Uhr** **Offener Familientreff mit Ricarda** **Am 09.10.2026** **Märchenpavillon mit Kerstin**	**am 23.10.2026 von 16-17.30 Uhr** **Fingerfood für die Brotdose** **Mit Johanna und Ricarda** **15:00-18:00 Uhr** **Elternbegleiterin ist für eure Fragen ansprechbar**	**Am 23.10.2026 von 10-12 Uhr** **Willkommen Baby mit Johanna**	**15:00- 18:00 Uhr** **Gartennachmittag mit Martina**
Samstag	**Am 10.10.2026 von 17 -20 Uhr Familiennacht mit Disko, Spielen und Lagerfeuer**			**und am 31.10.2026 von 15-18 Uhr Halloween- Spielen, Basteln und Schminken**	
Sonntag	**Am 18.10.2026 von10:00-13:00 Uhr /Verlängertes Wohnzimmer: Frühstücken und kreativ sein mit Eri & Michele**				

*farbige Schrift = mit Anmeldung / * mit Anmeldung und kostenpflichtig /*

Oktober 2026 - Wochenplan Familienzentrum Menschenskinder

Familientreff – Offen für alle – einfach vorbeikommen

offener Familienraum mit Krabbeldecke für alle, die liegen, krabbeln oder schon laufen und mit vielen Spielmöglichkeiten für ältere Kinder

Vormittags: Mo-Fr 10:00-13:00 Uhr

Nachmittags: Mo 15:00-18:00 Uhr / Mi-Fr 15:00-18:00 Uhr

MenschenskinderGarten täglich von 9:00-18:00 Uhr

Wir sind wochentäglich von 9:00-10:00 und 13:00-15:00 Uhr telefonisch und persönlich für euch ansprechbar für Beratungsanliegen.

fLotte kommunal: Lastenrad *Lieschen* ausleihen, Mo-Fr 10:00-18:00 Uhr / Termin buchen auf: www.flotte-berlin.de

Verschenke-Kiste für Spielzeug, Spiele und Bücher steht vor dem Haus

Beratungen mit Anmeldung

Sprechstunde bei Nguyen Kim Phuong, vietnamesische Stadtteilmutter
Termin telefonisch unter: 015780602754

Familienunterstützende Beratung bei Robert Hagen
Mo-Fr / 09:00-18:00 / Termin telefonisch unter: 030235999650

Schreibaby-Ambulanz mit Alexandra Tuxhorn-Eichler
Di / 10:00-15:00 / Anmeldung: a.eichtux@icloud.com / 015142029208

Migrations- und Sozialberatung (Deutsch und Portugiesisch) mit Carolina:
carolina.barbi@via-in-berlin.de

Kostenfreie **Rechtsberatung:** Jeden **ersten Montag** im Monat
Kostenfreie **Steuerberatung:** Jeden **letzten Donnerstag** im Monat
Termine: familienzentrum@menschenskinder-berlin.eu / 030235999650

Kontakt:
Familienzentrum Menschenskinder
familienzentrum@menschenskinder-berlin.eu

Fürstenwalder Str. 30 | Nordhof | 10243 Berlin
T +49(30) 235 999 6-50 (Büro) | T +49(30) 235 999 6-51 (Café) | Mobil 015560578107

Externe Angebote mit Anmeldung

Rückenyoga* / Donnerstag 19:00-20:15 Uhr (ab 20.08.)
mit Chris-Lea Oehme
Anmeldung: chris.oehme@gmx.de/01638706243

Yin/Yang-Yoga* mit Robert Gummlich (ab 24.08.)
Mo/8:30-9:30/& 13:00-13:30/ Anmeldung: yoga@robert-gummlich.de

Wilde Kräuter in unserem Garten – Führungen, Kochen und mehr
Mit Anja Mocker Anmelden unter: anmeldung@anjamocker.de