



	Familienraum offen für alle vormittags	Familienraum offen für alle nachmittags	Beratung und Selbsthilfe	Kurse und Veranstaltungen	Bewegung und Entspannung
Montag	10:00-13:00 Uhr Offener Familientreff mit Johanna	15:00-18:00 Uhr Vietnamesischer Nachmittag mit Phuong „Stadtteilmutter in Friedrichshain/Kreuzberg“ Am 09.03.26 Uhr, GENUG!ENOUGH! Gemeinsamer Start für alle die zur Kundgebung wollen und solidarischer Raum für alle Streikenden im Familienzentrum, Entspannung, Seelennahrung u.v.m.	ab 9 Uhr und 13 – 15 Uhr täglich Elternbegleiterin ist für eure Fragen ansprechbar	Spiel-Tanz mit Jara 15:30-16:30 Uhr (4 - 6 Jahre) 16:30-17:30 Uhr (ab 6 Jahre) Am 09.03.26 GRNUG!ENOUGH! * 4x Yin-Yoga mit Robert 12-12.30 Uhr, 12.45-13.15Uhr, 13.30 – 14 Uhr	8:30-9:30 Uhr Yin-Yang-Yoga mit Robert * 10:00-10:45 Uhr Yoga. (mit Baby) mit Jara 13:00-13:30 Uhr * Yin-Yoga mit Robert
Dienstag	10:00-13:00 Uhr Offener Familientreff mit Johanna 11:00-11:30 Uhr Musik & Krabbeln mit Michele	15:00-18:00 Uhr Umgangscafé ausschließlich für die Gäste des UC. geöffnet Am 24.03.26 16-17 Uhr, kostenlose Wildkräuterführung mit Anja	10:00–15:00 Uhr STM Phuong berät in Vietnamesisch, tel. und persönlich 10:00-15:00 Uhr Schreibaby-Ambulanz mit Alexandra		15:30-16:30 Uhr Bewegung und Begegnung für Schwangere mit Jara 17:00-18:00 Uhr Yoga für Eltern mit Jara
Mittwoch	10:00-13:00 Uhr Familien-Brunch mit Martina	15:30-17:30 Uhr Filzen mit Eri und Nähen mit Johanna	10:00–15:00 Uhr, STM berät in Vietnamesisch, tel. und persönlich	Am 25.03.26, 17- 19 Uhr „Mut tut gut“ Lesung & Diskussion mit den Autor*innen des Buches:	11:00-12:00 Uhr Sport mit Baby und Jara 18-19:30 Qi Gong*
Donnerstag	10:00-13:00 Uhr Offener Familientreff 12:00-13:00 Uhr Sprachcafé mit Ricarda	15:30-18:00 Uhr, Suppe und Muckis mit Ümit und Jara 16:00-17:00 Uhr Schach für Eltern und Kinder mit Lilli	10:00–15:00 Uhr STM berät in Vietnamesisch telefonisch und persönlich Am 19.03.2026 18:00-20:00 Uhr Mieterberatung der WBM	10:30 -11:30 Uhr Babymassage mit Johanna 10:00-11:30 Uhr Miteinander Wachsen mit Ricarda	Move it! Bewegung für die ganze Familie mit Philipp 16:30-17:00 für Kinder ab 1,5-3 Jahre 17:15-18:00 Für Kinder ab 3 Jahre 19:00-20:30 Uhr Rückenyoگا* (Präventionskurs KK)
Freitag	10:00-13:00 Uhr Frische Waffeln und Elternrunde, Austausch für Eltern mit Johanna & Jara	15:00-18:00 Uhr Offener Gartennachmittag mit Martina und Eri Am 13.03. von 15.30 – 20 Uhr Küche für Alle mit Alessia & Sophie 16 – 17.30 Uhr offenes Angebot „Mitmach-Zirkus“ mit Xenia (außer am 13.03.)	ab 9 Uhr und 13 – 15 Uhr täglich Elternbegleiterin ist für eure Fragen ansprechbar	15:00-15:45 Uhr, *KIMPRO Kinder-Musik-Projekt	
Samstag	Am 07.03.26 von 10:00-15:00 Uhr Umgangscafé				
Sonntag	Am 08.03.26, 10 – 13 Uhr zum internationalen Frauentag & Michele Stärkendes Frauenfrühstück mit Kreativangebot		Am 22.03.26.26 von 10:00-13:00 Uhr, Verlängertes Wohnzimmer frühstücken und kreativ sein mit Eri		

farbige Schrift = mit Anmeldung / * mit Anmeldung und kostenpflichtig

Familienraum – 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

MenschenkinderGarten täglich von 9:00-18:00 Uhr

Wir sind wochentäglich von 9:00-10:00 und 13:00-15:00 Uhr als Elternbegleiterinnen telefonisch und persönlich für euch ansprechbar für Beratungsanliegen (Verweisberatung)

fLotte kommunal: Lastenrad *Lieschen* leihen, 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 (STM)
Termin telefonisch unter Nr.: 015780602754

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

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

Migrations- und Sozialberatung für Frauen in
deutscher und portugiesischer Sprache mit Carolina,
Anmeldung: carolina.barbi@via-in-berlin.de

Kontakt:

Familienzentrum Menschenkinder
familienzentrum@menschenkinder-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

Rückenyoگا* / Donnerstag 19:00-20:30 Uhr
Mental Health* / Dienstag 19:00 – 21:00 Uhr
mit Chris-Lea Oehme
Anmeldung: chris.oehme@gmx.de/01638706243

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

KIMPRO* Kinder-Musik-Projekt / für Kinder von 3 – 6 Jahre/ mit
KRAWUTTKE
Fr/ 15:00-15:45 / Anmeldung: info@krawuttke.com 0160 2403705

Naturerlebnisse im MenschenkinderGarten – Führungen, Kochen und mehr
Mit Anja Mocker Anmelden unter: anmeldung@anjamocker.de