

Mai 2026 - Wochenplan Familienzentrum Menschenkinder

	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 Gartennachmittag am 04.05.26 und am 11.05.26 mit Eri und Martina, von 15 – 18 Uhr	15:00-18:00 Uhr Vietnamesischer Elterntreff mit unserer Stadteilmutter Phuong 16:00-18:00 Uhr Music Circle im Garten mit Britta und Jules *	ab 9 Uhr: 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)	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-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 nur für die Gäste des U.C. geöffnet Am 12.05.26 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 Schreibbaby-Ambulanz mit Alexandra	10:30 -11:30 Uhr Babymassage mit Johanna	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 Ricarda & Martina	15:30-17:30 Uhr Filzen mit Eri und Nähen mit Johanna am 13.05.26 ist Tag der Familie Wir haben ein buntes kostenloses Programm für euch	10:00–15:00 Uhr, STM berät in Vietnamesisch, tel. und persönlich	Monatliches Gartenplenum am 27.05.2026 von 17.30 Uhr – 18.30 Uhr	11:00-12:00 Uhr Sport (mit Baby) mit Jara 18-19:30 Qi Gong*
Donnerstag	10:00-13:00 Uhr Offener Familientreff und Elternbegleitung mit Johanna 12:00 – 13:00 Uhr Sprachcafe 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 Selbsthilfegruppe Depression Montag oder Donnerstag 18 – 20 Uhr	10:00-11:30 Uhr Miteinander Wachsen mit Ricarda	Move it! Bewegung für die ganze Familie mit Philipp 16:15-17:00 für Kinder ab 1-2,5 Jahre 17:15-18:00 Für Kinder ab 2,5 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 Familientreff mit Ricarda Offener Familientreff und Gartennachmittag fallen am Freitag, den 01.05., 08.05. und 15.05. aus. Der Gartennachmittag mit Eri und Martina wird auf Montag (04.05. u. 11.05.) verlegt. Küche für alle ist am 29.05.26 von 15 – 20 Uhr Am 22.05.2026 – 17:30 Uhr, offenes Angebot „Mitmach-Zirkus“ mit Xenia		15:00-15:45 Uhr, *KIMPRO Kinder-Musik-Projekt	
Samstag	Am 02.05.26 von 10:00-15:00 Uhr Umgangscafé				
Sonntag	Am 10.05.2026 von 10:00-13:00 Uhr Verlängertes Wohnzimmer frühstücken und kreativ sein mit Eri & Michele				

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

Schließtage im Mai: 01.05., 06.-08.05. und 15.05.2026

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

MenschenkinderGarten 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

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**

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**

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

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

Externe Angebote mit Anmeldung

**Rückenyooga* / 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**

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