

Wie sieht das Angebot aus ?

Wir treffen uns immer freitags von 10 bis 11.30 Uhr im Familienzimmer der Kiezspinne.

Für gehörlose Eltern besteht die Möglichkeit einer Kommunikationsassistentz.

Sie wollen vorbeikommen oder haben Fragen ?

Melden Sie sich gerne bei uns:

Sabine Weiser 0157 85 61 32 32
Rebecca Foth 0177 82 31 356



Nachbarschaftshaus ORANGERIE
Kiezspinne FAS e.V.
Schulze-Boysen-Str. 38, 10365 Berlin
U5 Magdalenenstr.
S5, S7, S75 Nöldnerplatz



Entspannt in`s Wochenende

Ein Treff für Schwangere und Eltern mit Kindern im 1. Lebensjahr



Kostenlos



Ein **kostenloses** Angebot des Trägers
Starke Brücken GbR
im **Nachbarschaftshaus ORANGERIE**
Kiezspinne FAS e.V. in Berlin Lichtenberg

Im Rahmen des Angebotes der Aufsuchenden
Elternhilfe der Senatsverwaltung für Bildung,
Jugend und Wissenschaft.

Mit freundlicher Unterstützung von:

HOWOGE
...MEHR ALS GEWOHNT

be Berlin

Senatsverwaltung
für Bildung, Jugend
und Wissenschaft

Das Projekt findet in Kooperation mit dem
Nachbarschaftshaus ORANGERIE -
Kiezspinne FAS e.V. statt.

Mit den Kindern die Welt entdecken



Unser Angebot richtet sich an Schwangere und Eltern mit ihren Kindern im Alter von 0 bis 12 Monaten.

Die Gruppentreffen sind offen und erfordern keine Anmeldung.

Wir beobachten, wie unsere Kinder sich und ihre Umgebung mit Freude spielerisch entdecken.



Erfahrungsaustausch...

Achtsamkeit im Familienalltag:

- Bewusst Pausen einlegen
- Wie bringe ich Entspannung in die Mahlzeiten?
- Wie feiern wir Feste im Jahr?
- Wie bringe ich Ruhezeiten in den Familienalltag?
- Wie kann ich mein Kind beruhigen?
- Wie kann ich im Alltag gut für mich sorgen?



Sich Zeit lassen



- sich an schöne Momente der Woche erinnern
- die Hektik der Woche hinter sich lassen
- entspannte Momente mit dem Kind erleben
- Anregungen zur Stressbewältigung im Alltag mitnehmen
- Kontakte knüpfen und erste Freunde für Kinder finden
- eigene Ideen und Wünsche in die Gruppentreffen einbringen



Klezspinne FAS e.V.
Nachbarschaftshaus ORANGERIE
Schulze-Boysen-Str. 38 • 10365 Berlin

Kontaktinfo Bürgertreff:

Mo - Fr 8:00 - 22:00 Uhr, Sa 14:00 - 20:00 Uhr
T 030 55489635 • F 030 55489634
info@klezspinne.de • www.klezspinne.de

