



## Newsletter 3-24

### Liebe Familien,

Am kommenden Freitag, den 28.06. feiern wir nachmittags unser **Sommerfest**. Hoffentlich bei gutem Wetter draußen auf dem Spielplatz. Neben vielen Spielangeboten ist auch wieder der Zahnputzbrunnen von der LAG Zahngesundheit dabei und ein toller Bücherstand vom Buchladen ExtraBuch. Gleichzeitig wird unser neues Programm druckfrisch erhältlich sein. In der Woche danach, am Mittwoch, den 03.07.24 ab 15 Uhr, startet die Anmeldung für die Kurse, die nach den Sommerferien beginnen. Auf unserer Webseite im automatischen Buchungssystem können Sie sich für Kurse, Gruppen und Einzelveranstaltungen eintragen. Mit herzlichen Grüßen aus der Nachbarschaft  
Euer Team des Familienzentrums



### Abschied von unserer langjährigen Kursleiterin Birgit Zahn

Mit Abschluss des Halbjahres wird uns Birgit Zahn leider verlassen. Sie hat seit Beginn der Trägerschaft des Familienzentrums durch das Pestalozzi-Fröbel-Haus täglich unsere Kurse Eltern-Kind-Turnen, Sport und Spiel, Eltern-Kind-Tanz und Kindertanz mit großer Liebe zu ihrer Arbeit und den Kindern durchgeführt. Mit ihr geht eine für uns sehr wichtige Mitarbeiterin und wir sind sehr traurig, dass sie geht. Sie hat sich entschlossen, eine Festanstellung in einem ganz neuen Tätigkeitsfeld mit alten Menschen zu übernehmen. Dafür wünschen wir ihr viel Glück und Erfüllung in dieser neuen Aufgabe. Wir bitten Sie als Eltern um eine **großzügige Spende für ein Abschiedsgeschenk** für Birgit. Je nachdem, wie gut Sie sie kennen und Ihr Kind oder Sie in einem Ihrer Kurse dabei waren. Am Mittwoch, den 17.07. gibt Birgit Ihre letzten Sport und Spiel Kurse im Familienzentrum.

### Termine und Veranstaltungen bis zur Sommerschließzeit

#### Sommerfest am Freitag, 28.06. von 16 – 18 Uhr

Programm: Schminken, Schatzsuche, Seifenblasen, Dosenwerfen... und ein Bücherstand vom Buchladen ExtraBuch, KroKo-Zahnputzbrunnen mit Infos zum Zähneputzen der LAG Zahngesundheit, Waffeln, Eis, Getränke uvm.

### Tischlein deck dich, Dienstag, 9. Juli, 10:30 – 12:00 Uhr, online

Von der Milch zur B(r)eikost, wie Mahlzeiten einfach zubereiten und gemeinsam Essen Spaß machen kann. Auch Väter sind herzlich willkommen. Anmeldung unter: [elternbabyberatung@posteo.de](mailto:elternbabyberatung@posteo.de)

### Schlaf Kindchen Schlaf 10. Juli, 10:00 bis 11:30 Uhr, Gruppenraum

Das Baby lässt sich so gut wie nie ablegen, nur tragend beruhigen? Die Schlafphasen sind kurz, die Eltern erschöpft. Austausch in kleiner Runde Anmeldung erforderlich. Leitung: Marion Ebeling

### Rosengarten 17. Juli, 10:00 bis 11:30 Uhr, Gruppenraum

Die Geburt liegt hinter Ihnen und ist immer noch mit belastenden Gefühlen verbunden. Sie sind oft niedergeschlagen und es fällt Ihnen schwer, sich über ihr Baby zu freuen. Hier können Sie sich mit Müttern über ihre belastenden Gefühle austauschen. Die Termine finden Sie auf unserer Webseite. Teilnahme nach Vorgespräch. Begleitung: Marion Ebeling Anmeldung: [elternbabyberatung@posteo.de](mailto:elternbabyberatung@posteo.de)

### Kräfte Nähren – Eltern Workshop zur Stressregulation. 20.Juli 10:00 bis 12 Uhr, Gymnastikhalle

Kurs ohne Kind(er). Unser Körper hält Gefühle fest um zu funktionieren. Dies zeigt sich oft in physischem Schmerz, Enge oder dem Gefühl, nicht mit uns selbst oder Anderen verbunden zu sein. Gerade Eltern sind besonders vielen Stressoren ausgesetzt. Umso wichtiger ist es, Räume der Entspannung und Regulation zu schaffen. In diesem Workshop wollen wir dem Körper und den Emotionen Raum geben, sich auszudrücken, sich zu spüren und angenommen zu werden. Es erwartet euch ein bunter Strauß an Methoden aus der Körperarbeit. Anleitung: Franziska Behler

### Sommerferienprogramm zum Thema Toleranz. 24.Juli - 6.August 16:00 bis 18:00 Uhr

Jeden Nachmittag bieten wir Spiele, Experimente, Bilderbuchkino, Kreatives gestalten und Aktionen zur Thema „Toleranz, was verbindet uns?“ an.



Unter [www.pfh-berlin.de/de/familienzentrum-am-mehringdamm](http://www.pfh-berlin.de/de/familienzentrum-am-mehringdamm) aktualisieren wir unser Angebot ständig.

Besuchen Sie uns auf Instagram  fam\_mehringdamm

Sie wollen keinen Newsletter erhalten? Dann schreiben Sie uns unter: [familienzentrum-mehringdamm@pfh-berlin.de](mailto:familienzentrum-mehringdamm@pfh-berlin.de)