



# Regelmäßig stattfindende Angebote im Familienzentrum Beelitz



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<p>09:30 - 11:00 <b>Säuglingsgruppe</b> (für Kinder bis Krabbelalter)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>mit Anmeldung im FZ</li> <li>in den Räumen des FZ</li> <li>Kosten: 1,50€</li> </ul>	<p>09:30 - 11:00 <b>Krabbelgruppe</b> (für Kinder ab Krabbelalter)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>mit Anmeldung im FZ</li> <li>in den Räumen des FZ</li> <li>Kosten: 1,50€</li> </ul>	<p>09:30 - 11:10 <b>Rückbildungskurs</b> mit Michaela Nickel (Hebamme)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anmeldung: 0172.1561007</li> <li>in den Räumen des FZ</li> </ul>	<p>09:00 – 12:00 Uhr <b>Lernraum für Erwachsene</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Besser lesen, schreiben, rechnen? Computer? Englisch?</li> <li>ein Angebot der KVHS</li> <li>in den Räumen des FZ</li> <li>keine Anmeldung notwendig, kostenfrei</li> </ul>	<p>09:30 - 11:00 <b>Schwangeren- &amp; Elternfrühstück</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>jeden <b>1. Freitag</b> im Monat</li> <li>mit Anmeldung im FZ</li> <li>in den Räumen des FZ</li> <li>Kosten: 3€ p.P.</li> </ul>
<p>09:30 - 11:10 <b>Rückbildungskurs</b> mit Nadine Bornfleth (Hebamme)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anmeldung: 0172.1561007</li> <li>in den Räumen des FZ</li> </ul>	<p>09:30 – 10:30 <b>superMAMAfitness</b> mit Ina Zimmer</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anmeldung: <a href="http://www.kikudoo.com/inabewegt">www.kikudoo.com/inabewegt</a></li> <li>in den Räumen des FZ</li> </ul>	<p>14:00 - 16:00 <b>Häkel- &amp; Stricktreff</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>jeden 1. Mittwoch im Monat</li> <li>in den Räumen des FZ</li> </ul>	<p><b>Beratung - Projekt Integrationsbegleitung für Langzeitarbeitslose und Familienbedarfsgemeinschaften</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>vorherige</b> Anmeldung:</li> <li>Frau Fehse: 03327 739452</li> <li>jeden 4. Donnerstag im Monat</li> <li>in den Räumen des FZ</li> </ul>	
<p>15:30 - 17:00 <b>Theaterprojekt für Kinder</b> mit Anastasiia Plaksina</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anmeldung: 015120052896</li> <li>in den Räumen des FZ</li> </ul>	<p>15:00 - 17:00 <b>Familiennachmittag</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1x monatlich</li> <li>Anmeldung erbeten im FZ</li> <li>in den Räumen des FZ</li> <li>Kosten: 3€ pro Familie</li> </ul>		<p>13:00 - 16:00 <b>Beratung für Schwangerschaft, Schwangerschaftskonflikt und Familie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>jeden 3. Donnerstag</li> <li>Ansprechpartnerin: Sara Lietsch</li> <li>Kontakt: 01522.2543284</li> </ul>	<p>11:00 - 14:00 <b>Beratung für Schwangerschaft, Schwangerschaftskonflikt und Familie</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>jeden <b>1. Freitag</b></li> <li>Ansprechpartnerin: Sara Lietsch</li> <li>Kontakt: 01522.2543284</li> </ul>
<p>19:00 - 21:00 <b>Geburtsvorbereitung</b> mit Michaela Nickel</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anmeldung: 0172.1561007</li> <li>in den Räumen des FZ</li> </ul>	<p>18:30 - 20:00 <b>Qigong</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kurs der KVHS</li> <li>Information und Anmeldung: <a href="https://www.kvhs-pm.de/">https://www.kvhs-pm.de/</a></li> <li>in den Räumen des FZ</li> </ul>	<p>17:15 - 18:30 19:00 - 20:15 <b>Hatha Yoga</b> mit Sandra Siemon</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Infos &amp; Anmeldung: <a href="mailto:sandراسيemon@web.de">sandراسيemon@web.de</a></li> <li>in den Räumen des FZ</li> </ul>	<p>16:45 – 18:45 Uhr <b>Line Dance für Anfänger</b> mit Ralf Kaschubowski</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anmeldung: 01601520491</li> <li>E-Mail: <a href="mailto:kaschu@gmx.de">kaschu@gmx.de</a></li> <li>ein Angebot der SG Beelitz</li> <li>in den Räumen des FZ</li> </ul>	<p>19:00 - 20:30 <b>Yin Yoga</b> mit Sandra Siemon</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Infos &amp; Anmeldung: <a href="mailto:sandراسيemon@web.de">sandراسيemon@web.de</a></li> <li>in den Räumen des FZ</li> </ul>
<p><b>Kräuterworkshops 24/25</b> mit Jana Staskowiak Anmeldung: 01520 1622926</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>07.12.24 Wichtelwerkstatt</li> <li>25.01.25 winterliche Entspannung</li> <li>08.03.25 wilde Weiblichkeit</li> <li>12.04.25 Salbenwerkstatt u.v.m.</li> </ul>	<p><b>Ansprechpartnerin:</b>  M. Biniok: 0176 10099837 K. Borgmann: 01577 7923112</p>	<p><b>Familienzentrum Beelitz</b>  Küstergasse 4, 14547 Beelitz Mail: <a href="mailto:fz.beelitz@stiftung-job.de">fz.beelitz@stiftung-job.de</a> <a href="http://www.stiftung-job.de/fz-beelitz">www.stiftung-job.de/fz-beelitz</a></p>		