

NEWSLETTER 03 2024



Achtung: Ab April einige Wochenplanänderungen. Den aktuellen Wochenplan findet ihr auf unserer Website!

Alle 6 bis 8 Wochen bekommt ihr unsere neusten Infos!
Wir freuen uns über Fragen, Anregungen und Wünsche per E-Mail an:
familienzentrum@aufwind-berlin.de

WENN DU KEINE NEWS MEHR BEKOMMEN MÖCHTEST, SCHICKE EBENFALLS EINE NACHRICHT AN OBIGEE-MAILADRESSE

Wann?

am 27.04.24

10- 14 Uhr

Wer?

Erwachsene + Familien mit Kindern

Wie?

Anmeldung über nzwnewz@gmail.com



NATUR-AUSFLUG

Den Frühling begrüßen im Volkspark Blankenfelde Pankow

Gemeinsam tauchen wir mit Naturpädagoge Reno in vielfältige Naturerlebnisse ein:

Damwild füttern,
Spielen, Klettern,
Vogelsprache lernen
Tierspurenuche!

Feeding fallow deer,
playing, climbing,
learning bird language
Search for animal tracks!

Alageyiklerin
beslenmesi,
oynamak,
tırmanmak,
kuş dilini
öğrenmek
Hayvan izlerini
arayın!



When?

on 27.04.24

10 a.m. - 2 p.m.

Who?

Adults + families with children

How?

Registration via
nzwnewz@gmail.com



Ne zaman?

27.04.24 tarihinde

10:00 - 14:00

Kimler katılabilir?

Yetişkinler + çocuklu aileler

Nasıl kayıt olunur?

nzwnewz@gmail.com üzerinden kayıt

BASIC BONDING

Neuer Kurs startet am 29.04. (Warteliste)
nächster Kurs voraussichtlich ab Juli/August

Yeni kurs 29.04'te başlıyor (bekleme listesi)
Bir sonraki kursun Temmuz/Ağustos aylarında başlaması bekleniyor

FNew course starts on 29.04 (waiting list)
next course expected to start in July/August



Was?

8 Termine zu: Bindungsstärkung durch Berührung, Baby-Lesen, Beobachtung, Stressmanagement, Eltern-Wissen...

Wer?

(werdende) Eltern und Babys im Alter von 0-6 Monaten

Wie?

Anmelden unter familienzentrum@aufwind-berlin.de (begrenzte Plätze/ Warteliste)



What? 8 sessions on:
Strengthening bonding through touch, baby reading, observation, stress management, parenting knowledge...

Who? (Expectant) parents and babies aged 0-6 months

How? Register at familienzentrum@aufwind-berlin.de (limited places / waiting list)



Ne mi? 8 seans: Dokunma, bebek okuma ve gözlem yoluyla bağın güçlendirilmesi, stres yönetimi, ebeveynlik bilgisi...

Kim? (Bebek bekleyen) ebeveynler ve 0-6 aylık bebekler

Nasıl? familienzentrum@aufwind-berlin.de adresinden kayıt olun (sınırlı yer / bekleme listesi)

Was?

Sozialberatung für Alleinerziehende
Sprachen: Deutsch, Englisch, Farsi, Ukrainisch, Russisch, Portugiesisch

Wer?

Alleinerziehende

Wie?

Vorbeikommen oder Termin machen unter:
familienlotsinnen@aufwind-berlin.de



What: Social counseling for single parent

Languages: German, English, Farsi, Ukrainian, Russian, Portuguese

Who: Single parents

How: Drop in or make an appointment at:

familienlotsinnen@aufwind-berlin.de



Ne: Bekar ebeveynler için sosyal danışmanlık; iş merkezi yöneticisi ile birlikte;

Diller Almanca, İngilizce, Farsça, Ukraynaca, Rusça, Portekizce

Kim: Bekar ebeveynler

Nasıl: familienlotsinnen@aufwind-berlin.de adresine uğrayın veya randevu alın

BERATUNG FÜR ALLEINERZIEHENDE

jeden 4. Donnerstag im Monat, 10 -12 Uhr

every 4th Thursday of the month, 10:00-12:00 a.m.

Her ayın 4. Perşembesi, 10:00 - 12:00 arası.

Termine/Dates/Tarihleri: 28.03., 25.04., 23.05., 27.06., 25.07., 22.08., 26.09., 24.10., 28.11.



Was?

Gemeinsam vegan/vegetarisch mit geretteten Bio-Lebensmitteln kochen und die Nachbarschaft kennenlernen

Für wen?

Alle, die gerne kochen oder sich mit neuen Rezepten inspirieren lassen möchten

Wie?

Einfach vorbeikommen



What?

Cook vegan/vegetarian meals together with rescued organic food and get to know the neighborhood

Who?

Anyone who enjoys cooking or would like to be inspired by new recipes

How?

Just drop by



Nedir bu?

Kurtarılmış organik gıdalarla birlikte vegan/vejetaryen yemekler pişirin ve mahalleyi tanıyın

Kimler içindir?

Yemek yapmaktan hoşlanan veya yeni tariflerden ilham almak isteyen herkes

Nasıl?

Sadece uğrayın

KOCH-WORKSHOPS

THEMA GESUNDES FRÜHSTÜCK FÜR KINDER

08.04.24, 15 Uhr bis 17.30 Uhr

08.04.24, from 3 pm to 5.30 pm

08.04.24, 15 - 16.30 arası



Was?

Yoga-Unterricht

Wer?

Erwachsene mit und ohne Yoga-Erfahrung; Level: Anfänger – Fortgeschrittene

Wie?

Anmelden unter: yoga@jessicadose.com

YOGA

Jeden Montag, 18 bis 19:30 Uhr

Every Monday, 6 to 7:30 pm

Her Pazartesi, 18-19:30 arası

Ab 08.04 jeden Mittwoch 18.15- 19.45

08.04'ten itibaren her Çarşamba 18.15- 19.45

From 08.04 every Wednesday 18.15- 19.45

Kurs pausiert im Juni/Juli/August



What?

Yoga class.

Who?

Adults with and without yoga experience;

Level: beginner - advanced

How?

Register at yoga@jessicadose.com



Ne?

Yoga dersi

Kimler katılabilir?

Yoga deneyimi olan ve olmayan yetişkinler;

Seviye: başlangıç - ileri seviye

Nasıl?

altında kayıt olun
yoga@jessicadose.com

Was?

Offener Treff zum Erkunden anderer Babies und Eltern; Austausch + Kontakt

Für wen?

Alle Babies mit Krabbeln, Eltern und Bezugspersonen

Wie?

Einfach vorbeikommen!



What?

Open meeting to explore other babies and parents; exchange + contact

Who is it for?

For queer families, all babies with a craving for crawling, parents and carers

How?

Just drop in!

Bu nedir?

Diğer bebekleri ve ebeveynleri keşfetmek için açık toplantı; değişim + iletişim

Kimler için?

Queer aileler, emekleme arzusu olan tüm bebekler, ebeveynler ve bakıcılar için

Nasıl?

Sadece gel!

REGENBOGEN-KRABELTREFF



**Ein Angebot für queere Familien
in Kooperation mit dem LSVD**

Ab 03.05. jeden ersten Freitag im Monat 13- 15 Uhr

From 03.05 every first Friday of the month 1-3 pm

Her ayın ilk Cuma günü saat 03.05'ten itibaren 13-15 arası



Was?

sanftes Dehnen
Finger- und Streichelspiele
besserer Schlaf
entspanntes Bäuchlein

Für wen?

Babies im Alter von 6 Wochen bis 4 Monate

Wie?

anmelden unter: g.blutke@gmx.de



What?

Gentle stretching
Finger and stroking games
better sleep
relaxed tummy

Who?

Babies aged 6 weeks to 4 months

How?

Register!
familycenter@aufwind-berlin.de



Nedir bu?

Nazik esneme
Parmak ve okşama oyunları
daha iyi uyku
rahatlanmış karın

Kimler içindir?

6 hafta ila 4 aylık bebekler

Nasıl?

Kayıt olun!
aile.merkezi@aufwind-berlin.de



BABYMASSAGE & BABYYOGA

Ab 24.04.24, Jeden Mittwoch, 10:45 – 11:45 Uhr

From 24.04.24, every Wednesday, 10:45 – 11:45 a.m.

24.04.24 tarihinden itibaren her Çarşamba, 10:45 – 11:45 saatleri arasında.

MÜSİKALISCHE FRÜHERZIEHUNG

Neue Uhrzeit, Donnerstag, 15:30–16:30

New time, every Thursday, 3.30 – 4.30 p.m.

yeni saatle her Perşembe 15.30 – 16.30 arası



What?

Getting to know songs/ rhythms/
musical instruments, experimenting
with the voice,
body percussion, singing together...

Who?

Parents with children from 2 – 6
years

How?

Just come along!



Ne?

Şarkıları/ritimleri/ müzik aletlerini
tanımak, ses ile deneyler yapmak,
beden perküsyonu, birlikte şarkı
söyleme...

Kimler katılabilir?

2 – 6 yaş arası çocukları olan
ebeveynler

Nasıl?

Sadece gel!



Was?

Sinn von Schuldgefühlen
Auslöser von Schuldgefühlen
Zusammenhang von Beziehungen und Schuldgefühlen
Ideen für den Umgang mit Schuldgefühlen

Nach dem Vortrag gibt es Zeit für Fragen und Austausch.

Wer?

Mütter

Wie?

anmelden: nathalie.scholer@aufwind-berlin.de/
0176 6136 9451/ familienzentrum@aufwind-berlin.de

Achtung:

begrenzte Plätze!

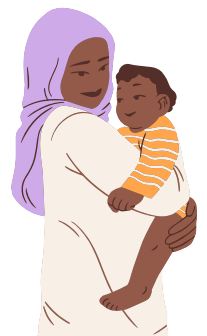


WORKSHOP

VOM ANSPRUCH DAS RICHTIGE ZU TUN
-MÜTTER UND SCHULDGEFÜHLE-

23. April 2024 15.30 – 18 Uhr

Die Diplom-Psychologin
Nathalie Scholer (Aufwind e.V.)
berät als Emotionelle Erste
Hilfe-Fachberaterin Familien mit
Kindern im Alter von 0-3 Jahren
und leitet die
SchreiBabySprechstunde
(Schreiambulanz) in
Reinickendorf.



Was?

Yoga für Kinder (Bewegen, Ruhe finden, Singen, Traumreisen)

Für wen?

3-6-Jährige

Wie?

Einfach vorbeikommen



What?

Yoga for children (moving, finding peace, singing, dream journeys)

Who?

3-6 year olds

How?

Just come along!



Ne?

Çocuklar için yoga (hareket etmek, huzur bulmak, şarkı söyleme, rüya yolculukları)

Kimler katılabilir?

3-6 yaş arası

Nasıl?

Sadece gel!

KINDERYOGA

Jeden Mittwoch, 16-16:45 Uhr

Every Wednesday, 16-16:45

Her Çarşamba, 16-16:45

Ab 15.04. alle zwei Wochen Montag 16- 16.45

From 15.04. every fortnight Monday 4-4.45 pm

15.04'ten itibaren her iki haftada bir Pazartesi 16- 16.45



KINDERTANZ

Ab 14.03. bis 13.06.24, jeden Donnerstag, 16-16:45 Uhr und 16:45-17:30 Uhr

From 14.03. to 13.06.24, every Thursday, 16-16:45 and 16:45-17:30

14.03. - 13.06.24 tarihleri arasında her Perşembe, 16-16:45 ve 16:45-17:30



Was?

Kindertanz-Unterricht

Wer?

1. Gruppe: 3-4 Jährige

2. Gruppe: 4-6 Jährige

Wie?

Anmelden unter

familienzentrum@aufwind-berlin.de



What?

Children's dance lessons.

Who?

1st Group: 3-4 year olds

2nd Group: 4-6 year olds

How?

Register at

familienzentrum@aufwind-berlin.de



Ne?

Çocuk dans dersleri

Kimler katılabilir?

1. grup: 3-4 yaş arası çocuklar

2. grup: 4-6 yaş arası çocuklar

Nasıl?

familienzentrum@aufwind-berlin.de

adresinden kaydolun

Was?

Tanzen, Akrobatik, Musik, Teamgeist, Stimme + Selbstwirksamkeit stärken

Für wen?

Kinder im Alter von 5-6 Jahren

Wie?

Anmelden unter

familienzentrum@aufwind-berlin.de



What?

Dancing, acrobatics, music, team spirit, voice + strengthening self-efficacy

Who?

Children aged 5-6 years

How?

Register at

familienzentrum@aufwind-berlin.de



Ne?

Dans, akrobasi, müzik, takım ruhu, ses + öz yeterliliğin güçlendirilmesi

Kimler katılabilir?

5-6 yaş arası çocuklar

Nasıl?

familienzentrum@aufwind-berlin.de

adresinden kaydolun



KINDER-CHEERLEADING

Ab 25.04.24, jeden Freitag, 16- 17.30 Uhr

From 25.04.24, every Friday 4-5.30 pm

25.04.24 tarihinden itibaren her Cuma 16:00-17:30 saatleri arasında

Familienzentrum Letteallee
Letteallee 82-86
13409 Berlin



Für mehr infos/For more information/Daha fazla bilgi için:

GEFÖRDERT DURCH

Senatsverwaltung
für Bildung, Jugend
und Familie

BERLIN



Berliner Familienzentren

Das Landesprogramm **Berliner Familienzentren** ist eine Initiative der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie in Kooperation mit den Berliner Jugendämtern.

Weitere Informationen finden Sie unter www.berliner-familienzentren.de