



## Familienzentrum Flügelschlag Quartalsplan Januar bis März 2025

### MONTAG

10:00-14:00 Uhr	<b>Offene Sprechstunde</b>	Familienzentrum, EG
15:00-16:00 Uhr	<b>Krabbelgruppe Langewahl</b> -> 20.1., 3.2., 17.2., 17.3., 31.3.	Kita Dorfspatzen, Winkelmannstraße 44, Langewahl
17:00-18:30 Uhr	<b>YOGA für ALLE</b> (Beate Willer)	Familienzentrum, OG Kursraum

### DIENSTAG

08:00-09:30 Uhr	<b>Hebammensprechstunde</b> (Janina Matthes) -> mit Anmeldung	Familienzentrum, EG
09:30-10:30 Uhr	<b>Rückbildung 1</b> (Janina Matthes)	Familienzentrum, OG Kursraum
11:00-12:00 Uhr	<b>Kanga</b> (Janina Matthes)	Familienzentrum, OG Kursraum
15:00-20:00 Uhr	<b>Malort „Girulli“ nach Arno Stern</b> (Ulrike Scholz) -> mit Anmeldung	Familienzentrum, UG
18:00-18:40 Uhr	<b>Pilates 1</b> (Sabrina Rudolph) -> mit Anmeldung	Familienzentrum, OG Kursraum
18:45-19:15 Uhr	<b>Bauch-Express</b> (Sabrina Rudolph) -> mit Anmeldung	Familienzentrum, OG Kursraum

### MITTWOCH

09:30-11:00 Uhr	<b>Schwangerenfrühstück</b> 8.1.: Janina Matthes, Hebamme 29.1.: Netzwerk Gesunde Kinder 12.2.: Anja Gast, Stillberaterin 19.2.: Janina Matthes, Hebamme 5.3.: Netzwerk Gesunde Kinder 12.3.: Janina Matthes 19.3.: Claudia Pflock, Schreibbabyambulanz -> mit Anmeldung	Familienzentrum, EG
17:00-17:40 Uhr	<b>Pilates f. Beginner</b> (Sabrina Rudolph)	Familienzentrum, OG Kursraum
18:00-18:40 Uhr	<b>Pilates 2</b> (Sabrina Rudolph)	Familienzentrum, OG Kursraum
18:45-19:15 Uhr	<b>Body-Stretch</b> (Sabrina Rudolph)	Familienzentrum, OG Kursraum

### DONNERSTAG

09:30-10:30 Uhr	<b>Krabbelgruppe nach Marte Meo</b>	Familienzentrum, OG Kursraum
15:30-17:00 Uhr	<b>Spieletreff (1-4 J.)</b>	Treff: Familienzentrum, EG

### FREITAG

10:00-11:30 Uhr	<b>Stillcafé „Mama-Oase“</b> (Anja Gast) -> ab 14.2. wöchentlich stattfindend	Familienzentrum, EG oder OG Kursraum
12:30-14:00 Uhr	<b>Eltern- und Familienberatung</b> -> mit Anmeldung	Familienzentrum, EG

**Familienzentrum Flügelschlag, Am Lärchengrund 1, 15526 Bad Saarow**

**Katharina Kath & Anne Schmid**

**E-Mail: [Familienzentrum@fluegelschlag.group](mailto:Familienzentrum@fluegelschlag.group), Web: [www.fluegelschlag.group/Familienzentrum](http://www.fluegelschlag.group/Familienzentrum)**



Kalender &  
Anmeldung

## Familienzentrum Flügelschlag

### Highlights 1. Quartal 2025

#### PEKIP

mit Susan Heinze

- ab 20. Januar
- 13:30-15:00 Uhr
- 10 Termine

#### Elterninfos Leistungen

#### Krankenkassen

mit Mandy Funke

- 15. Januar,  
9:30-11:00 Uhr
- 12. März,  
16.30-18:00 Uhr

#### Familienbrunch

mit Anne & Katharina

- 26.1., 23.2., 23.3.
- 9:30-11:30 Uhr

#### „Mut & Milch“ Stillvorbereitungskurs

mit Anja Gast

- 13./20. Februar
- 6./13. März
- 10:30-12:30 Uhr

#### Erste Hilfe für den Kindernotfall

mit Felix Rosiak (TFN)

- 30. Januar
- 16:30-19:00 Uhr

#### Geburtsvorberei- gungskurs für Paare

mit Janina Matthes &  
Susann Müller

- ab 25. Februar
- 15:30-17:30 Uhr
- 7 Termine

#### Baby-Yoga

mit Mandy Funke

- 21.2., 28.2., 7.3.
- 10:00-11:00 Uhr

#### „Du & Dein Baby“

mit Christiane Andres

- Ab 14. März
- 9:30-11:00 Uhr
- 7 Termine

#### Babymassage

mit Christiane Andres

- Ab 14. März
- 11:15-12:00 Uhr
- 4 Termine

#### Familienflohmarkt

mit und für interessierte Familien

- 29. März
- 10:00-15:00 Uhr
- mit Töpferwerkstatt,  
Tombola und Bistro



**Anmeldungen und Fragen gerne per E-Mail an: [Familienzentrum@fluegelschlag.group](mailto:Familienzentrum@fluegelschlag.group)**

Familienzentrum Flügelschlag, Am Lärchengrund 1, 15526 Bad Saarow

Katharina Kath & Anne Schmid

E-Mail: [Familienzentrum@fluegelschlag.group](mailto:Familienzentrum@fluegelschlag.group), Web: [www.fluegelschlag.group/Familienzentrum](http://www.fluegelschlag.group/Familienzentrum)