

Родинний центр Паунсдорф

Курс- та програма заходів

Жовтень - Грудень 2022

Понеділок

09:00 - 13:30 - Відкриті зустрічі родин*

разом грати, їсти, балакати (безкоштовно)

10:00 - 11:00 Масаж для немовлят з сімейною помічницею Крістіна: для батьків з малюками віком від 6 тижнів й до повзання, безкоштовно, реєстрація: за телефоном 0163-2932836

16:00-18:00 ДІВЧАЧА ГРУПА, для усіх дівчат* віком від 11 років: спільний обмін досвідом та взаємна підтримка, безкоштовно, реєстрація у Фелі (WhatsApp): 0151-6857037

19:30-20:30 Танцювальний фітнес, інтенсивне серцево-судинне тренування на основі латиноамериканських ритмів, реєстрація на сайті www.vhs-leipzig.de

Вівторок

09:00 - 13:30 & 15:00 - 18:00 - Відкриті зустрічі родин*

разом грати, їсти, балакати (безкоштовно)

09:30 - 10:30 Розмовне кафе для жінок: практикуємо разом німецьку мову та спілкуємось на теми, що вас хвилюють, тим часом діти будуть під наглядом, безкоштовно, реєстрація в сімейному центрі

10:00 - 11:15 Відновлення разом із акушеркою Мануелою, реєстрація: за телефоном 0171-8894668

11:15 - 12:00 Консультація з акушеркою Мануелою, запис на прийом: за телефоном 0171-8894668

17:30 - 19:00 Хатха-йога з Сімоном: фізичні вправи для зміцнення м'язів та розвитку гнучкості, реєстрація на сайті www.vhs-leipzig.de

Середа

09:00 - 13:30 - Відкриті зустрічі родин*

разом грати, їсти, балакати (безкоштовно)

09:30 - 10:30 Розмовне кафе для жінок: практикуємо разом німецьку мову та спілкуємось на теми, що вас хвилюють, тим часом діти будуть під наглядом, безкоштовно, реєстрація в сімейному

Четвер

09:00 - 13:30 & 15:00 - 18:00 - Відкриті зустрічі родин*

разом грати, їсти, балакати (безкоштовно)

09:30 - 10:30 Група малюків- повзачків зустрічі з Сандрою: гра, дослідження та рух. Обмін ідеями та пропозиції для батьків з дітьми віком від 8 місяців. Реєстрація в сімейному центрі

11:00 - 12:00 Дитяча зустріч із Сандрою: обмін ідеями та пропозиції для батьків з дітьми віком до 8 місяців. Реєстрація в сімейному центрі

09:30 - 10:30 Розмовне кафе для жінок: практикуємо разом німецьку мову та спілкуємось на теми, що вас хвилюють, тим часом діти будуть під наглядом, безкоштовно, реєстрація в сімейному центрі

14:00 - 15:00 Спорт для жінок з Люці: разом будемо в формі. Безкоштовно, з доглядом за дітьми, реєстрація в сімейному центрі

Післяобідній час

Активні заходи для дітей з Анне-Лене: рухливі ігри, паркур, танці та багато іншого з метою підтримки фізичної активності у дітей, 8 зустрічей, вартість 20 €, реєстрація в сімейному центрі

Група 1: 3-4 роки з 16:00 до 16:45

Група 2: 5-6 роки з 17:00 до 18:00

Безкоштовні семінари для батьків

(реєстрація в сімейному центрі)

19.10.2022 10:00-11:30 Дитячий сон – Як мені підтримати малюка?

11.11.2022 10:00-11:30 перша допомога для немовлят та малюків

Додаткові пропозиції

Консультації з повсякденних проблем

Перенаправлення до професійної допомоги

Поради та консультації щодо садочку (німецькою, англійською, іншими мовами за домовленістю)

Консультації щодо місця в дитячому садку за домовленістю за телефоном 0341-6897900

Сімейні гіді – партнери в перші дні батьківства

Консультації, допомога та підтримка майбутніх батьків та родин з дітьми віком від 0 до 3 років, анонімно та безкоштовно у вибраному вами місці. Контакт: Крістіна-Марія Міхаель, телефон 0163-2932836

Сімейний сніданок

Кожного першого вівторка місяця з 9:00 до 11:00. Вартість: дорослі 3 євро, діти безкоштовно.

Одяг

Тут ви знайдете недорогий секонд-хенд одяг для немовлят та дітей до 128 розміру.

Обмінна полиця перед/в сімейному центрі

Обмінюйтесь з іншими сім'ями дрібницями, іграшками, книгами, одягом для дорослих

Сімейна бібліотека

Актуальна література про вагітність, розвиток, харчування, проблеми виховання і т.п., дитячі книжки, книжки з рукоділля

Ласкаво просимо до відкритої зустрічі родин

Тут ви зможете безкоштовно та легко зав'язати контакти з іншими родинами, провести разом час, як сім'я та обмінятися з іншими батьками ідеями на актуальні теми.

У нашій просторій **ігровій кімнаті** малюки знайдуть безліч ідей, щоб випробувати свої здібності. Поруч ви знайдете багато місця в нашій **вітальні**, де можна разом пообідати, пограти, зайнятись творчістю або просто поговорити за чашкою чаю/кави.

На **спільній кухні** ви завжди можете спробувати нові рецепти, які родини із задоволенням дегустують на місці. Ммм, смачно.

У гарну погоду запрошуємо до нашого просторого **саду**, що обладнаний самокатами, дитячими каталками, батутом, дитячим басейном, столом для настільного тенісу, пісочницею та гойдалкою, щоб разом пограти та попостувати.

Ділитися один з одним повсякденним сімейним життям, підтримувати один одного та вчитись один у одного, будь то великий або маленький, старий або молодий, можливо з нами – безкоштовно і без зайвого клопоту. Ми з нетерпінням чекаємо на зустріч із вами.

Ви також знайдете різноманітні пропозиції і курси за темами народження, розвитку, освіти, відпустки по догляду за дитиною, роботи і сім'ї, здоров'я. Погляньте, можливо тут є щось для вас.

Ваші консультанти

Анне-Лене Петерз

Керівник

anne-lene.peters@muetterzentrum-leipzig.de

Сандра Бадер

Заступник керівника,

Координатор проекту «маленькі дослідники»

Sandra.bader@muetterzentrum-leipzig.de

Елізабет Генг

Федеральна програма «Вступ до садочку»

Elisabeth.geng@muetterzentrum-leipzig.de

Родинний центр Паунсдорф

Wiesenstr. 20

04329 Лейпциг

Тел. 0341-6897900

Час, коли з нами можна зв'язатись по телефону:

Пн 8:30-14:00

Вт 8:30-18:30

Ср 8:30-14:00

Чт 8:30-18:30

Актуальну інформацію щодо пропозицій можна знайти також за посиланням:

www.muetterzentrum-leipzig.de або у [facebook](#) та [instagram](#) @familienzentrumpaunsdorf