

Anmeldeformulare unter: www.familienzentrum-poing.de

Offener Treff

Familiencafé: Mo, Mi + Fr von 15–18 Uhr mit Kinderbetreuung und regelmäßigen Bastelangeboten für unsere kleinen Gäste. **Do ist das Café von 9–12 Uhr geöffnet.**

Di von 9-12 Uhr findet der offene Stricktreff für jedermann statt. Während der Öffnungszeiten sind Sie herzlich eingeladen die Bilder unserer "**Galerie im ZiM**" zu besichtigen.

NEU: seit 18.10. mit Aquarellen von Martina Plote. Sie zeigt Aquarelle mit einem weit gefächerten Spektrum unterschiedlicher Motive: Von klassischen Stillleben über Landschaftsdarstellungen bis zu städtischen Szenen

Während der Herbstferien ist das Café nur am Mi, 30.10. geöffnet.

Kindersecondhandladen: vom 25.10.-3.11. geschlossen

Mo, Mi + Fr von 15-17 Uhr, Bürgerstr.3. Annahme nur mittwochs.

Interaktiver Medienworkshop für Familien: Thema Cybergrooming für Eltern mit Kindern von 10 - 15 Jahren: Mo, 28.10. von 10.30 – 16.30 Uhr mit kostenlosem Mittagessen

Veranstaltung im Rahmen der „Wochen der Toleranz“ mit dem Kreisjugendring Ebersberg. Es wird nicht nur das Thema Cybergrooming behandelt, sondern auch die Fähigkeit gestärkt, gemeinsam eine sichere und unterstützende Online-Umgebung mit Toleranz und Respekt zu schaffen. Kursleiterin: Medianpädagogin Muki Emmer; Anmeldung: mail@kjr-ebe.de

NEU: Rückbildungsyoga mit Baby: Di, 9-10 Uhr vom 5.11.24-21.1.25

Yoga bietet eine sanfte Möglichkeit, Beckenboden und Bauchdecke nach der Schwangerschaft zu stärken. Hierbei sind Pranayama (Atmungstechniken) ein wesentlicher Bestandteil. Egal, ob Anfänger oder erfahrener Yogi – der Kurs ist für jeden geeignet. Anmeldung bei Esther Winnertz (Hebamme) unter: 0176 83 19 69 28 oder per E-Mail: esther.winnertz@gmail.com

Offene Sprechstunde für Eltern mit Kindern von 0-3 Jahre und Schwangere: Di, 5.11. von 14.30 – 15.30 Uhr

Hier werden Fragen rund ums Thema kindliche Entwicklung, Schlafverhalten, Stillen oder Beikoststart beantwortet. Termin für die kostenlose Erstberatung im ZiM: lena@lenas-familienband.de

Spieleabend für Erwachsene und Jugendliche: Sa, 9.11. - Einfach vorbeikommen und mitspielen ab 20 Uhr

Alleinerziehenden-Treff mit Brunch: So, 10.11. von 10-13 Uhr

Weitere Infos unter alleinerziehendinfoing@gmail.com.

Neu: Geburtsvorbereitungskurs am Wochenende: 7. - 8.12. jeweils von 9 - 16 Uhr

Hebamme Esther Winnertz erarbeitet mit euch verschiedene Atmungs- und Mediations-tools, welche euch helfen die Wehen gut zu durchleben. Der Kurs beinhaltet alle Infos rund um die Geburt - wie Bewegung, Positionen, besondere Situationen sowie Wochenbett und Stillzeit. Anmeldung auf www.hebamme-handwerk.de





∞ Meta

<https://www.facebook.com/groups/2430569830421281/> und **Instagram**



Brigitte Schmidt
Ressort Öffentlichkeitsarbeit