

(Schrei-) Babysprechstunde

Liebe Eltern,

es ist nicht immer leicht, ein Baby zu verstehen und zu erkennen was es gerade von uns braucht. Fühlen Sie sich im Umgang mit Ihrem Baby mitunter gestresst oder unsicher? Haben Sie Fragen zur Entwicklung Ihres Babys oder Kleinkindes?

Wenden Sie sich an uns:

wenn Ihr Baby

- viel schreit
- wenig schläft
- Probleme beim Trinken hat

wenn Ihr Kleinkind

- nicht spielt
- trotzts und Wutanfälle hat
- klammert
- das Essen verweigert



Ansprechpartnerin:

Anja Oelsch
Dipl. Sozialpädagogin
Termine nach Vereinbarung
Tel.: 0355/ 52 57 00

E-Mail:
anja.oelsch@sos-kinderdorf.de

Die Beratung ist freiwillig und kostenfrei.
Unsere Mitarbeiter unterliegen der Schweigepflicht.



Mehr
Generationen
Haus



SOS
KINDERDORF
In Deutschland und der Welt

Unsere Angebote

im März 2015



**SOS – Kinderdorf Lausitz
Mehrgenerationenhaus**

Poznaner Str. 01
03048 Cottbus

Familientreff „Punkt“

Tel: 0355 525700

Facebook: Familientreffpunkt SOS Kinderdorf

NEUES ANGEBOT
FITNESSTANZ
mit NOLLI

Für Neueinsteiger, Anfänger und Fitbleiber
 Anmelden unter
 0173/3909621

freitags
14.00 - 15.00 Uhr
 nach Absprache

dienstags
17.30 - 18.30 Uhr

montags
18.30 - 19.30 Uhr

im Familientreff „Punkt“
 Sportraum
 Pozzner Str. 1
 03048 Cottbus

Montag

>> **Unser Café ist geöffnet ab 08.00 Uhr**

>> **Mittagstisch ab 11.00 Uhr**

gibt es jede Woche leckere Gerichte und Desserts für einen kleinen Preis.

- 02.03.** Bohneneintopf, Brot
- 09.03.** Rührei, Kartoffelbrei, Gurkensalat
- 16.03.** Spaghetti Carbonara
- 23.03.** Hefeklöße m. Blaubeeren

Kinder bis 10 Jahre zahlen nur die Getränke

Kosten: Erw. 3 €, Kinder 10-16 Jahre 1 €

>> **Kindersport**

15.30 Uhr – 16.30 Uhr

Für Kinder von **3-5 Jahre**

Bitte Turnschuhe mitbringen!

Kosten: 0,50 €

>> **Gymnastik pur 17.15 – 18.15 Uhr**

Angeleitet durch eine ausgebildete Physiotherapeutin bringen Sie Körper und Geist in Schwung.

Kosten: 2,50 €

Dienstag

>> Unser Café ist geöffnet ab 08.00 Uhr

Eine Tasse Tee oder Kaffee in Ruhe genießen, sich mit anderen unterhalten oder das tun, wonach einem gerade ist.

>> Mittagessen in Familie ab 11.00 Uhr

- 03.03.** Spaghetti Bolognese
- 10.03.** Gemüsepfanne m. Bandnudeln
- 17.03.** Linseneintopf m. Kassler
- 24.03.** Schnitzel, Blumenkohl, Kartoffeln

>> Eltern-Kind- Sport

16.00 Uhr -17.00 Uhr

Hier treffen sich Eltern mit ihren Zwergen von 1-3 Jahren zum gemeinsamen Sporteln und Spielen, Neues entdecken und andere Kinder kennenlernen.

Bitte Turnschuhe mitbringen!

Kosten: 0,50 €

Kreativer Bastelnachmittag

immer dienstags

15.30 – 17.00 Uhr

im Familientreff „Punkt“ Café

Unter Anleitung unserer erfahrenen Bastelfee Heidi entstehen zauberhafte Werke aus verschiedensten Materialien.

Kosten: ggf. Materialkosten

Freitag

>> Eltern-Kind-Frühstück

9.30 Uhr - 12.00 Uhr

Für Eltern mit ihren Babys und Kleinkindern und natürlich auch alle anderen Genießer. Lasst euch ein leckeres und liebevoll zubereitetes Buffet schmecken.

Kosten: Erwachsene 3,00 €

Kinder 10 – 16 Jahre 1 €

Kinder bis 10 Jahren zahlen nur die Getränke

>> NÄHSTÜBLE GROSS & KLEIN

15.15 – 16.45 Uhr

Nähen von kleinen und großen Accessoires, kleinen und großen Monstern. **Nähen lernen** in unserem Nähstüble.

Nähe dir zum Beispiel deinen eigenen Sorgenfresser, eine Kosmetiktasche, deine Handyhülle, Valentins-, Oster-, und Geburtstagsgeschenke.

Interesse? Meldet euch bei Mandy unter 48370417 oder per Mail mandy.gaertner@sos-kinderdorf.de oder kommt einfach vorbei.

Donnerstag

>> Unser Café ist geöffnet ab 08.00 Uhr

Hier können Sie nach Herzens Lust mit Freunden schwatzen und sich wohl fühlen.

>> Mittagessen in Familie ab 11.00 Uhr

05.03. Cordon Bleu, Gemüse, Kartoffelbrei

12.03. Fisch, Gemüse, Dillsoße, Kartoffeln

19.03. Szegediner Gulasch m. Knödeln

26.03. Grützwurst, Sauerkraut, Kartoffelbrei

Kosten: Erw. 3 €, Kinder 10-16 Jahre 1 €

>> Kindertanzen 16.00 bis 17.00 Uhr

für Kinder von 4-6 Jahre



Auf spielerische Art und Weise wird das Körpergefühl der Kinder gefördert und das Empfinden von Rhythmus und Takt geschult.

Kosten: 0,50 €

>> Töpferkurs 15.00 bis 17.00 Uhr

Unter erfahrener Anleitung entstehen selbstgefertigte Töpferwaren.

Kosten: Materialkosten

Mittwoch

>> Krabbelgruppe

Die „Krabbelmäuse“ 09.30 – 10.30 Uhr

Unsere Welt entdecken- Stück für Stück- gemeinsam mit den Kleinsten singen & spielen. Wir freuen uns auf euch!

Kosten: 0,50 €

Für Eltern der SOS-Pünktchen kostenfrei!

>> Familienfrühstück 10.00 bis 12.00 Uhr

Ein leckeres und mit Liebe vorbereitetes Buffet lädt ein zum Schlemmen und Genießen.

Kosten: Erw. 3,00 €

Kinder 10-16 Jahre 1 €

>> RAPPEL-ZAPPEL Kinder von 6-8 Jahre

16.00 bis 17.00 Uhr mit Mandy

Wir lassen gemeinsam den Sportraum beben. Alles ist mit dabei. Sportzeug nicht vergessen.

Kosten: 0,50 €

>> Eltern-Kind-Gruppe

„KLING-KLANG“ 16.00 bis 17.00 Uhr

Kinder von 1-3 Jahren können gemeinsam mit ihren Eltern Lieder singen, Instrumente kennenlernen und ausprobieren, Tanzbewegung ausführen und Musik jeglicher Art hören und erleben.



Christinas Nähstübchen



**Unser KREATIVABEND
für alle Mutti's und Vati's**

**montags
von 17.30 – 19.30 Uhr**

„Ideen aus Stoff selbst verwirklicht“

Ob Kinderkleid, Topflappen, Kuschkissen, Lätzchen, Badetasche, Brillenhülle für Opa, ein neuer Reißverschluss für Papas Hose oder `ne neue Gardine fürs Bad – unter fachkundiger Anleitung können all diese Ideen zum Leben erweckt werden. Die Kursgebühr beträgt 2,50 € pro Abend. Eigenes Material, Nähmaschine und Lieblingswerkzeuge können mitgebracht werden, stehen teilweise aber auch zur Verfügung. Details werden im Kurs persönlich besprochen.

Seite 5

Floristikkurs

**Unser KREATIVABEND
mit unserer Floristik „Perle“ Martina**

**donnerstags
von 17.30 bis 19.00 Uhr**

Unter Anleitung von Martina, unserer Floristik „Perle“ können Sie zauberhafte Dekorationen fertigen.

In der gemeinsamen Tätigkeit entstehen kleine Kunstwerke aus Naturmaterialien.

Werden auch Sie kreativ und stellen ihre Dekoration zu jeder Jahreszeit selber her.

Kosten: Materialkosten



Seite 6

Unsere Öffnungszeiten:

Montag: 08.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Dienstag: 08.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Mittwoch: 08.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Donnerstag: 08.00 Uhr bis 19.00 Uhr

Freitag: 08.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Weitere Kursangebote:

Deutschkurs für Migranten

Für Fortgeschrittene I

montags 14:00 Uhr -15:30 Uhr
mittwochs 14:00 Uhr-15:30

Für Fortgeschrittene II

dienstags 10:30 Uhr-12:00 Uhr
freitags 10:30 Uhr-12:00 Uhr

Unser Anfängerkurs startet voraussichtlich im März 2015. Bitte informieren Sie sich vor Ort bei Frau Friesen.

Reha Sport mit Christian

immer dienstags

Kurs 1: 09.00 Uhr – 09.45 Uhr

Kurs 2: 10.00 Uhr – 10.45 Uhr

Teilnahme ohne
Reha – Schein 5 €
Mit Reha – Schein
kostenfrei



Für Fragen steht Ihnen Herr Schmidt gern zur Verfügung: Tel. 0355/ 87939603

KangaTraining,

das ultimative Workout für Mütter und werdende Mütter - Die Mama wird fit und ihr Baby macht mit.

immer freitags von 9.30 Uhr - 10.30 Uhr im Sportraum des SOS-Familientreff "Punkt", Poznaner Str.1 in Cottbus

Ansprechpartner: Frau Mehrbold (Kursleiterin)
Tel.: 0160/91617082