

**SOS-Familienzentrum Berlin**  
**Alte Hellersdorfer Straße 77**  
**12629 Berlin**

Telefon: 030/56 89 10 - 0  
Telefax: 030/56 89 10 - 10  
Mail: [fz-berlin@sos-kinderdorf.de](mailto:fz-berlin@sos-kinderdorf.de)

## Öffnungszeiten

### *Erziehungs- und Familienberatung*

Montag bis Freitag 09.00 – 18.30 Uhr

Nach Vereinbarung werden auch Termine außerhalb dieser Öffnungszeiten angeboten.

Sprechstunden ohne Termine:

Dienstag 10.00 – 11.00 Uhr  
Donnerstag 16.00 – 18.00 Uhr

### *Familientreffpunkt*

Montag bis Freitag 09.00 – 18.00 Uhr

Die Angebote und Termine des Familientreffpunkts liegen teilweise auch außerhalb dieser Kernöffnungszeiten. Bitte informieren Sie sich im Wochenplan bzw. durch aktuelle Aushänge.

## Notizen

### *Stadtteilbüro*

Das Stadtteilbüro ist Anlaufstelle für stadtteilbezogene Fragen, organisiert Veranstaltungen wie z.B. Stadtteilstefte und gibt die Stadtteilzeitung „die aktuhelle“ heraus.

### *Beruflich durchstarten kompakt*

Montag bis Dienstag      09.00 – 18.00 Uhr  
Mittwoch bis Freitag      12.00 – 18.00 Uhr

Nach Vereinbarung sind auch Termine außerhalb der regulären Zeiten möglich.

### *Willkommenskultur*

Für alle neuzugezogenen Menschen, egal ob aus anderen Stadtteilen, Städten oder Kulturen - Wir heißen Sie herzlich willkommen! In enger Zusammenarbeit mit dem Stadtteilbüro geben wir Ihnen eine erste Orientierung im Stadtteil, informieren Sie zu aktuellen Geschehnissen und Veranstaltungen im Kiez oder vermitteln an andere Fachberatungsstellen.

### *Treffpunktcafé & Secondhandshop*

Montag bis Freitag      10.00 – 17.30 Uhr



**SOS**  
**Kinderdorf e.V.** *in Deutschland - wir sind Familie!*

Der deutsche SOS-Kinderdorf e.V. wurde 1955 gegründet und konnte bald darauf sein erstes Kinderdorf in Dießen am Ammersee einweihen. Der SOS-Kinderdorf e.V. reagierte stets schnell auf die gesellschaftlichen Veränderungen der letzten Jahrzehnte. So entstanden Jugendwohngemeinschaften, Jugendhilfeprojekte, Beratungszentren, Berufsausbildungszentren und Dorfgemeinschaften für Menschen mit geistiger Behinderung.

Seit mehr als zehn Jahren fördert der SOS-Kinderdorf e.V. von Fall zu Fall auch SOS-Projekte in Süd- und Mittelamerika, Afrika, Asien und Osteuropa.

Der SOS-Kinderdorf e.V. in Deutschland – das sind heute rund 2,3 Millionen Menschen, die mit ihren Spenden das Lebenswerk von Hermann Gmeiner weiterführen. Ohne Spenden wäre die Arbeit des SOS-Kinderdorf e.V. nicht möglich.

★ ★ ★

Über die festen und bereits genannten Beratungsangebote hinaus finden im SOS-Familienzentrum Berlin Beratungs- und Informationsveranstaltungen zu verschiedenen aktuellen Themen statt.

Die Themen und Termine werden rechtzeitig durch Aushänge oder Handzettel bekannt gegeben.

Für aktuelle Informationen zu Terminen können Sie unseren Newsletter abonnieren. Schreiben Sie eine Mail an [fz-berlin@sos-kinderdorf.de](mailto:fz-berlin@sos-kinderdorf.de).

Durch die Eingabe Ihrer Daten willigen Sie freiwillig ein, dass SOS-Kinderdorf Ihre Daten speichert und verarbeitet. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht. Sie haben die Möglichkeit der Speicherung und Verarbeitung Ihrer Daten unter oben genannter E-Mail jederzeit zu widerrufen.

*Stand der Broschüre: 24.02.2020*

## *Liebe Besucherinnen und Besucher,*

das vorliegende Heft soll Ihnen einen Überblick über die Angebote des SOS-Familienzentrums Berlin verschaffen.

Im SOS-Familienzentrum Berlin können Kinder, Jugendliche und Erwachsene an verschiedenen Gruppen- und Freizeitaktivitäten teilnehmen. Dabei werden kulturelle, sprachliche und persönliche Hintergründe berücksichtigt und die Angebote darauf abgestimmt. Begleitung durch Sprachmittler in den Kursen ist nach Absprache möglich. Hier können sich alle entspannen, aktiv sein, andere kennen lernen, gemeinsam Spaß haben, über den Alltag sprechen und sich gegenseitig unterstützen. Jeder kann mit seinen Wünschen und Ideen unser Programm mitgestalten.

Unsere Angebote im Einzelnen:

- Treffpunktcafé mit warmen und kalten Speiseangeboten
- zwei Spielzimmer und saisonal nutzbarer Garten
- Gruppen für (werdende) Mütter, Väter und Kinder
- Gruppen für Eltern und Säuglinge
- Gruppen für Frauen
- Themenbezogene Gesprächskreise
- Informationsveranstaltungen für Erwachsene
- Ausflüge für Kinder und Erwachsene
- Kreativangebote
- Wochenendveranstaltungen
- Secondhandshop
- Selbstorganisierte Gruppen
- integrative Angebote

In den Berliner Schulferien bieten wir stets ein gesondertes Programm an. Deshalb achten Sie bitte immer auf aktuelle Hinweise im Haus.

Viele weitere Informationen zu uns und unserem Träger SOS-Kinderdorf e.V. finden Sie auch auf unserer Homepage [www.sos-fz-berlin.de](http://www.sos-fz-berlin.de)

Gern stehen die Kolleginnen des Treffpunktcafés und des Familientreffpunkts für Ihre Fragen oder Anregungen zur Verfügung.

In die **Erziehungs- und Familienberatung** des SOS-Familienzentrums Berlin können Kinder, Jugendliche, Eltern und Großeltern oder auch ganze Familien kommen, wenn sie Probleme mit sich oder anderen haben. Ob „große“ oder „kleine“ Probleme – wichtig ist der Wunsch, dass sich etwas ändern soll. Gemeinsam werden wir Schwierigkeiten verstehen und Lösungen finden. Wir stellen uns mit unserem Beratungsangebot auf Sie ein und bieten verschiedene Hilfen an:

- Erziehungs- und Familienberatung ab dem Säuglingsalter
- Einzel- und Paarberatung für Eltern
- Sexualberatung für Eltern (einzeln oder als Paar)
- Familientherapie
- Diagnostik und Therapie für Kinder und Jugendliche
- Jugendberatung
- Krisenintervention
- Beratung bei Fragen zur Schwangerschaft
- Gruppenangebote
- Mediation
- Sozialberatung
- Aufsuchende Beratung zu Hause für Familien und Kinder mit Fluchthintergrund
- Beratung mit SprachmittlerInnen
- Online Beratung
- Beratung nach Trennung und Scheidung

Gruppenangebote:

- „Kinder im Blick“-Ein Kurs für Eltern in Trennung
- Patchwork-Gruppe für Patchwork-Eltern
- Entspannungs- und Achtsamkeitsgruppe für Grundschul Kinder
- Gruppe für Kinder getrennter Eltern

Das Beratungsteam besteht aus weiblichen und männlichen Psychologen, Pädagogen und Sozialpädagogen. Die Berater und Beraterinnen haben verschiedene anerkannte therapeutische Zusatzausbildungen. Die Beratungsangebote sind für Sie kostenfrei. Die Beratung ist freiwillig, das heißt, sie findet nur auf Ihren eigenen Wunsch hin statt. Alle Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen unterliegen der Schweigepflicht und beraten auf Wunsch auch anonym.

Wenn Sie Fragen haben oder einen Termin vereinbaren möchten, können Sie persönlich bei uns vorbei kommen.

#### Donnerstag

##### **Nähwerkstatt f. Eltern\***

10.00 – 13.00 Uhr

##### **Deutschkurs für Arabischsprachige\***

(mit Kinderbetreuung)  
12.00-13.30 Uhr  
(ohne Kinderbetreuung)  
13.30-15.00 Uhr

##### **Holzwerkstatt**

15.00 – 18.00 Uhr

##### **Offene Familiengruppe**

15.30 – 18.00 Uhr

##### **Frauencafé**

15.00-17.00 Uhr

##### **Tanzen\***

15.45-16.30 Uhr  
16.30-17.15 Uhr  
17.15-18.00 Uhr  
18.00-18.45 Uhr

##### **Offene Sprechstunde Erziehungs- und Familienberatung**

16.00 – 18.00 Uhr

#### Freitag

##### **Baby- und Krabbelgruppe**

10.00 – 12.00 Uhr

##### **Laufzwerge**

10.00-12.00 Uhr

##### **Deutschkurs für Arabischsprachige\***

(mit Kinderbetreuung)  
09.00-11.00 Uhr  
11.30-13.30 Uhr  
13.30-15.00 Uhr

##### **Arabisch Schreibkurs für Muttersprachler\***

15.00 – 17.00 Uhr

##### **Hausaufgabenhilfe**

15.00-17.00 Uhr

##### **Offene Familiengruppe**

15.30 – 18.00 Uhr

##### **Lesetheke**

16.00 – 17.30 Uhr

##### **Offener Nähtreff**

15.30-17.30 Uhr

##### **Toben mit Jana für Kids ab 6 Jahren**

15.30-17.30 Uhr

##### **Stammtisch für Ehrenamtliche (alle zwei Monate)**

16.00 – 18.00 Uhr

##### **Offene Selbsthilfe-Fahrradwerkstatt**

16.00 – 18.00 Uhr

#### Samstag/Sonntag

**Bitte achten Sie auf die Aushänge im Haus!**

**Secondhandshop**

**Elternseminare\***

**Brunch**

**Sonderveranstaltungen**

Über Aktuelles informiert Sie auch unser Newsletter. Mehr dazu siehe nächste Seite.

# Unser Wochenplan

## Montag

**Deutschkurs für Arabischsprachige\***  
(mit Kinderbetreuung)  
9.00-11.00 Uhr  
11.30 – 13.30 Uhr

**FABEL-Kurs\***  
09.30 – 10.30 Uhr

**Rückbildungsgymnastik\***  
10.00 – 10.45 Uhr  
11.00 – 11.45 Uhr

**Deutschkurs für Persischsprachige\***  
13.00-15.00 Uhr

**Babytreff**  
11.00 – 12.00 Uhr

**Offene Familiengruppe**  
15.30 – 18.00 Uhr

**Karate für Kinder**  
15.30 – 17.30 Uhr  
(ab Februar 2020)

**Arabisch lesen und schreiben für Kids ab 6 Jahren\***  
15.00-16.00 Uhr

**Karate**  
15.00-16:30 Uhr

## Dienstag

**Offene Sprechstunde Erziehungs- und Familienberatung**  
10.00 – 11.00 Uhr

**Mama- Baby Tanz\***  
10.00-11.00 Uhr  
11.00-12.00 Uhr

**Deutschkurs für Arabischsprachige\***  
(ohne Kinderbetreuung)  
12.30 – 14.30 Uhr

**Deutschkurs für Persischsprachige\***  
13.00-15.00 Uhr

**Offene Familiengruppe**  
15.30 – 18.00 Uhr

**Hausaufgabenhilfe**  
15.00-17.00 Uhr

**Arabisch lesen und schreiben für Kids ab 6 Jahren\***  
15.00-16.00 Uhr

**Offener Nähtreff**  
15.30 – 17.30 Uhr

**Lesetheke, Vorlesen**  
16.00 – 18.00 Uhr

**Aerobic**  
16.30-17.30 Uhr

**Korbflechten**  
18.30 – 20.30 Uhr

## Mittwoch

**Seniorenport**  
08.00 – 12.00 Uhr

**FABEL-Kurs\***  
09.30 – 10.30 Uhr

**Schmetterlings-babymassage\***  
11.00 – 12.00 Uhr

**Töpfern**  
14.30 – 17.30 Uhr  
17.30 – 20.30 Uhr

**Offene Familiengruppe**  
15.30 – 18.00 Uhr

**Arabisch lesen und schreiben für Kids ab 6 Jahren\***  
16.00-17.00 Uhr  
17.00-18.00 Uhr

**Bewegungsbaustelle**  
15.00 – 16.30 Uhr (3-5J)  
16.30 – 18.00 Uhr (6-10J)

**Poweryoga für Frauen**  
17.30 – 19.30 Uhr

Telefonisch erreichen Sie uns unter 030 / 56 89 10 – 0. Unsere E-Mail Adresse lautet [fz-berlin@sos-kinderdorf.de](mailto:fz-berlin@sos-kinderdorf.de).

Zusätzlich bieten wir **Sprechstunden ohne Termin** am Dienstag um 10 - 11 Uhr und Donnerstag um 16 - 18 Uhr an. In dieser Zeit können Sie einfach ohne vorherige Anmeldung vorbeikommen und direkt mit einer Beraterin/ einem Berater sprechen. Diese/r hat etwa eine halbe Stunde Zeit für Sie, um mit Ihnen erste Fragen zu Ihrem Problem zu klären. Sollte es erforderlich sein, können Sie danach weiterführende Beratungen in unserer Einrichtung erhalten. Bitte wenden Sie sich an unser Sekretariat.

## Aufsuchende Beratung zu Hause für Familien und Kinder mit Fluchthintergrund

Sie sind neu im Kiez und in Ihre eigene Wohnung gezogen. Wir kommen zu Ihnen nach Hause und hören Ihnen zu.

Wir bieten Ihnen Beratung:

- wenn Sie sich Sorgen um Ihr Kind (im Alter von 0 bis 21 Jahren) machen
- wenn Sie die Beziehung zu Ihrem Kind verbessern wollen
- wenn es Schwierigkeiten in Kita und Schule gibt
- wenn es Konflikte in der Partnerschaft gibt
- wenn Sie schwanger sind und Sorgen haben
- wenn Sie traurig sind oder sich große Sorgen über Ihr Leben in Deutschland machen

\* Die Beratung ist für Sie kostenlos und erfolgt unter Einsatz von Sprachmittlern. Alternativ können die Sprechstundenzeiten im SOS-Familienzentrum Berlin im Anspruch genommen werden.

Ihre Ansprechpartnerin:  
Frau Anika Reckmann  
Telefon 030 5689100-18  
[fz-berlin@sos-kinderdorf.de](mailto:fz-berlin@sos-kinderdorf.de)  
[anika.reckmann@sos-kinderdorf.de](mailto:anika.reckmann@sos-kinderdorf.de)  
Anmeldung persönlich in unserem Sekretariat

# Rund ums Baby

## Sozialberatung für (werdende) Mütter und Väter/ Schwangerensozialberatung

Wer?	werdende Mütter und Väter
Ansprechpartner	Annabell Jäckel
Wo?	Familientreffpunkt im Erdgeschoss
Kosten	keine
Info	In unserem Infopoint erhalten Schwangere, sowie Mütter und Väter mit Kindern insbesondere im Baby- und Kleinkindalter Unterstützung, u.a. eine erste Orientierung, welche Ämter- und Behördengänge zu erledigen sind. Gern unterstützen wir Sie bei Kur- und Stiftungsanträgen.

*Anmeldung und weitere Informationen unter **Tel.:** 56 89 10-24*

**E-Mail:** [Annabell.Jaeckel@sos-kinderdorf.de](mailto:Annabell.Jaeckel@sos-kinderdorf.de)

## Schwangerenberatung

Wer?	werdende Mütter und Väter
Ansprechpartner	Sabine Lesch-Kaiser
Wann?	nach Terminvereinbarung
Wo?	Krabbelraum im Untergeschoss
Kosten?	keine
Info	individuelle Unterstützung und Beratung für werdende Eltern rund um die Schwangerschaft und Geburt

*Anmeldung und weitere Informationen unter **Tel.:** 56 89 10-15*

**E-Mail:** [sabine.lesch-kaiser@sos-kinderdorf.de](mailto:sabine.lesch-kaiser@sos-kinderdorf.de)

Bei notwendiger Begleitung durch Mitarbeiter des SOS-Familienzentrum Berlin zum Arzt bzw. ins Krankenhaus, ist die **Versichertenkarte des Kindes** zu nutzen. Sollte diese nicht vorhanden sein, **sind die Eltern/Personensorgeberechtigten verantwortlich, diese nachzureichen.**

Weiterhin gilt der Grundsatz, dass **Eltern auch in unserem Haus die Fürsorge- und Aufsichtspflicht behalten.** Dies bedeutet, dass wir nur dann haftbar gemacht werden können, wenn wir nachweisbar vorsätzlich Kinder in Gefahr bringen und diese sich verletzen.

Wenn sich ein Kind durch z.B. defektes Mobiliar oder Geräte oder Stolperfallen im Fußboden verletzt, haftet SOS-Kinderdorf e.V. für die Folgeschäden und/oder auch die ärztliche Behandlung, durch unsere Haftpflichtversicherung. Falls ein Kind einen Schaden im Haus oder Dritten gegenüber anrichtet, haften die Eltern, ggf. mit ihrer Haftpflichtversicherung.

## Zu guter Letzt...

Ein altes Sprichwort sagt „**Wo gehobelt wird, da fallen Späne**“. Übersetzt für unser Haus und die stattfindenden Angebote kann man sagen, wo Menschen sind passieren Unfälle. Meistens reicht ein kleines Pflaster oder ein paar tröstende Worte... wenn der Hammer wieder nicht den Nagel getroffen hat oder das Brett in der Bewegungsbaustelle zu schmal ist.

Sollte es aber doch etwas schlimmer sein, taucht häufig die **Frage nach der Haftung** auf.

Deshalb haben wir hier alles Wissenswerte zusammen getragen.

### **Was gibt es zu beachten?!**

- In allen Etagen befinden sich Verbandskästen, in denen sich notwendige Erste Hilfe Materialien befinden. Kühlakkus für z.B. Prellungen gibt es in der Küche, bitte spricht die Kolleginnen im Café einfach an!
- Bei Kindern sollten nach Möglichkeit die Eltern die erste Hilfe übernehmen, jedoch besteht natürlich auch in unserem Haus bei Abwesenheit der Eltern oder Erziehungsberechtigten die Verpflichtung zur ersten Hilfe durch die Mitarbeiter des SOS-Familienzentrum Berlin.
- Es ist nicht gestattet, eine ärztliche Grundversorgung zu übernehmen! Dafür bitte den **Notruf 112** wählen!

**Grundsätzlich ist bei jeder Art der Verletzung der/die Personensorgeberechtigte zu informieren.**

## Rund ums Baby

### Geburtsvorbereitung

Wer?	werdende Mütter
Ansprechpartner	Sabine Lesch-Kaiser
Wann?	nach individueller Terminabsprache
Kosten	keine
Info	Sie sind schwanger und wollen sich gemeinsam mit Ihrer Geburtsbegleitung auf die Geburt vorbereiten? In unserem Geburtsvorbereitungskurs erfahren Sie die unterschiedlichsten Phasen der Geburt und wie man diese gut verarbeiten kann. Aber auch Themen wie Stillen, die erste Zeit mit dem Baby und Babypflege werden besprochen. Für Fragen und Austausch steht Ihnen viel Zeit zur Verfügung, um sich gut auf das Abenteuer „Elternwerden“ vorzubereiten. <i>Anmeldung und weitere Informationen unter <b>Tel.:</b> 030 568910-15 oder <b>E-Mail:</b> <a href="mailto:sabine.lesch-kaiser@sos-kinderdorf.de">sabine.lesch-kaiser@sos-kinderdorf.de</a></i>

# Rund ums Baby

## Babytreff

Wer? Eltern und Säuglinge von 0 – 6 Monaten  
 Ansprechpartner Sabine Lesch-Kaiser  
 Wann? Montag 11.00 – 12.00 Uhr  
 Wo? Krabbelraum im Untergeschoss  
 Kosten keine  
 Info Gerade in den ersten Wochen und Monaten nach der Geburt tauchen viele Fragen auf – zum Stillen, zur Ernährung, zum Schlafen u.v.m. In dieser Gruppe kann man Erfahrungen mit anderen Müttern austauschen und sich kompetenten Rat von der Fachfrau holen.

## Rückbildungsgymnastik

Wer? Mütter mit Babys  
 Ansprechpartner Sabine Heider; Sabine Lesch-Kaiser  
 Wann? Montag 10.00 & 11.00 Uhr, je 45 Minuten  
 Wo? Sportraum im Untergeschoss  
 Kosten keine  
 Info Das Baby ist endlich da – und Mamas Körper durch Schwangerschaft und Geburt völlig ausgepowert. Mit Rückbildung finden Sie wieder zur alten Form. In den Wochen und Monaten nach der Geburt festigt sich der Körper allmählich wieder und die Bauchmuskelfasern verkürzen sich. Diesen Prozess können junge Mamas ab der sechsten Woche nach der Geburt durch gezielte Rückbildungsgymnastik unterstützen.  
*Anmeldung und weitere Informationen unter **Tel.:** 56 89 10-15*  
**E-Mail:** [sabine.lesch-kaiser@sos-kinderdorf.de](mailto:sabine.lesch-kaiser@sos-kinderdorf.de)

## Die 10 goldenen Hausregeln für das SOS-Familienzentrum Berlin

1.	Ich begegne allen Personen im Haus und Garten freundlich.
2.	Alle helfen einander.
3.	Ich behandle alle Sachen, die ich nutze, pfleglich.
4.	Bei uns wird Spielzeug geteilt – auch das Spielzeug, was ich mitgebracht habe.
5.	Ich räume alles weg, was ich benutzt habe (ggf. mit Hilfe meiner Eltern).
6.	Eltern behalten ihre Aufsichtspflicht. Alle Erwachsenen achten auf alle Kinder.
7.	Bei ansteckenden Krankheiten bleibe ich dem Haus fern.
8.	Wir dulden im Haus und im Garten... ... keine Gewalt, keine Drohungen ... keinen Extremismus, keinen Rassismus und Sexismus ... keinen Alkohol, keine Drogen, keinen Tabakkonsum
9.	Wenn ich eine Frage habe, kann ich alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Haus ansprechen.
10.	Ich beachte alle Regeln.

*Diese Regeln sind in Zusammenarbeit mit unseren ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern entstanden und im Juli 2011 einheitlich verabschiedet worden.*



## Außerdem in diesem Haus

### Beruflich durchstarten kompakt

Wer?	Eltern bis 27 Jahre
Ansprechpartner	Kerstin Hartwig
Wann?	nach individueller Terminvereinbarung
Wo?	Büro im 1. Obergeschoss links
Kosten	keine
Info	Unterstützung bei allen Fragen rund um Ausbildung, Arbeit, Stellenrecherche und Berufswegeplanung. Wir entwickeln gemeinsam berufliche Pläne, recherchieren Ausbildungs- und Arbeitsplätze, unterstützen die Suche nach einer Kita oder dem passenden Integrationskurs. Bei Bedarf können auch Anträge und Bewerbungen geschrieben sowie sonstige Stolpersteine gemeinsam aus dem Weg geräumt werden.

*Anmeldung und weitere Informationen unter **Tel.:** 56 89 10-20 und 0163/1638657*  
**E-Mail:** [kerstin.hartwig@sos-kinderdorf.de](mailto:kerstin.hartwig@sos-kinderdorf.de)

## Rund ums Baby

### Mama-Baby-Tanz

Wer?	Mütter und Babys ab 3 Monate
Ansprechpartner:	Monique Schober
Wann?	Dienstag 10 Uhr oder 11 Uhr
Kosten:	35 € für 5 x 1 Stunde
Info:	Rückbildung geschafft. Was nun? Tanz dich gemeinsam mit deinem Baby fit. Es sind keine Vorkenntnisse nötig, es zählt die Freude an der Bewegung zu rhythmischer Latin Music. <i>Anmeldung und weitere Informationen unter <b>Tel.:</b> 0159 060 54 627 oder</i> <b>E-Mail:</b> <a href="mailto:monique.schober.tanz@gmail.com">monique.schober.tanz@gmail.com</a>

### Laufzwerge

Wer?	Eltern und Kleinkinder ab 1 Jahr
Ansprechpartner:	Jeanette Sauer & Mary
Wann?	Freitag 10.00-12.00 Uhr
Wo?	Gruppenraum im Untergeschoss
Kosten:	keine
Info:	Dieser Treff richtet sich an alle Babys die ihre ersten wackeligen Schritte machen und damit zu groß für die Krabbelgruppe, aber noch nicht in der Kita sind. Wie in den anderen Gruppen stehen der gemeinsame Spaß und der Erfahrungsaustausch der Eltern im Mittelpunkt.

# Rund ums Baby

## Krabbelgruppe

Wer?	Eltern mit Babys von 6 – 12 Monaten
Ansprechpartner	Jeanette Sauer & Sandra
Wann?	Freitag 10.00 – 12.00 Uhr
Wo?	Sportraum im Untergeschoss
Kosten	keine
Info	Möglichkeiten zum Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern, erste Kontakte der Babys untereinander, Entwicklungs- und Spielanregungen

## Schmetterlingsbabymassage nach Frau Dr. Eva Reich

Wer?	Eltern und ihre Babys (nach der 4. Woche)
Ansprechpartner	Sabine Lesch-Kaiser, Jeanette Sauer
Wann?	Mittwoch von 11.00 – 12.00 Uhr <i>Termine bitte erfragen</i>
Kosten:	30 € für 5 x 1 Stunde (erm. 20 €)
Info:	Berührung ist für uns lebensnotwendig, denn durch sie können wir fühlen, uns entwickeln und entfalten. Durch die Massage können Eltern lernen, die Signale ihres Babys wahrzunehmen und besser zu verstehen. Sie ist besonders für unruhige Kinder oder für Babys nach einem besonders schwierigen Start geeignet.

*Anmeldung und weitere Informationen unter **Tel.:** 56 89 10-15*

**E-Mail:** [sabine.lesch-kaiser@sos-kinderdorf.de](mailto:sabine.lesch-kaiser@sos-kinderdorf.de)

### **Der Familiengutschein ist einlösbar.**

Alle Eltern, die in Marzahn-Hellersdorf leben, erhalten für ihr neugeborenes Kind automatisch mit dem Begrüßungsschreiben des Kinder- und Jugendgesundheitsdienstes einen Familiengutschein im Wert von 40 Euro, einlösbar bis zum zweiten Geburtstag des Kindes.

# Außerdem in diesem Haus

## Mieterberatung

Wer?	Für alle BewohnerInnen des Bezirks Marzahn-Hellersdorf
Ansprechpartner	ExpertInnen vom Berliner Mietverein und gesoplan
Wann?	Jeden Freitag 13.00 – 18.00 Uhr
Wo?	Besprechungsraum im 1. Obergeschoss
Kosten	keine
Info	Fragen rund um Mietvertrag, Mieterhöhung, Betriebskostenabrechnung, Kündigungsschutz, Rechte gegenüber dem Vermieter

## Sozialberatung

Wer?	für Seniorinnen und Senioren, erwerbsunfähige Menschen ab 18 Jahre und Angehörige, sowie Erstberatung in Notlagen für volljährige BürgerInnen
Ansprechpartner	Fachkräfte des Sozialdienstes
Wann?	10.00 – 12.00 Uhr am 19.11.2018 09:00 – 11:00 Uhr am 04.02.2019, 04.03.2019, 01.04.2019, 06.05.2019, 03.06.2019
Wo?	SOS-Familienzentrum Berlin
Kosten	keine
Info	Grundsicherung, Sozialleistungen, Sozialbestattung, Kranken- und Pflegeleistungen, Vorsorge und Betreuung Freizeit- und Bildungsangebote, Interesse an ehrenamtlicher Tätigkeit, Alltagsbewältigung, Verbraucherschulden Wohnungs- und Alltagsorganisation, Begleitdienste, <b>keine</b> Renten- und Rechtsberatung

## Außerdem in diesem Haus

### Rechtsberatung

Wer?	Besucherinnen und Besucher des SOS-Familienzentrum Berlin
Ansprechpartner	Rechtsanwältin Frau Ehrenthal
Wann?	Jeden 4. Mittwoch des Monats, 15.30 – 17.30 Uhr
Wo?	Besprechungsraum im 1. Obergeschoss
Kosten	keine
Info	Es können Fragen und Probleme zu verschiedenen Rechtsgebieten besprochen werden.

*Anmeldung und weitere Informationen unter **Tel.:** 56 89 10-0*

### Migrationssozialberatung

Wer?	Für Menschen mit Migrationshintergrund über 27 Jahre (aus allen Ländern), die seit mindestens 3 Jahren in Deutschland leben
Ansprechpartner	Fereshta Hussain (SOS), Frau Waldbach (Caritas)
Wann?	14tägig Mittwoch 13.00 – 15.00 Uhr
Wo?	Seminarraum im 1. Obergeschoss
Kosten	keine
Info	Fragen rund um Sozialrechtliche Fragen, Aufenthaltsgesetz, Aufenthaltstitel Bundesvertriebenengesetz Freizügigkeitsgesetz, Bildungssystem, Umgang mit Behörden, Vermittlung zu Fachdiensten. Beratung auf Russisch und Englisch möglich und ggf. unter Einsatz von Sprachmittlern <b>Keine</b> Asylverfahrensberatung

*Anmeldung und weitere Informationen unter **Tel.:** 56 89 10-0*

## Rund ums Baby

### Spiele für die Sinne – Fabel®-Kurse (Familienzentriertes Baby-Eltern-Konzept)

Wer?	Eltern und Babys von 3 bis 6 Monaten, 7 bis 9 Monaten und 10 bis 12 Monaten
Ansprechpartner	Sabine Lesch-Kaiser
Wann?	Termine erfragen Sie bitte direkt bei Sabine Lesch-Kaiser
Wo?	Krabbelraum im Untergeschoss
Kosten	50 € für 10 x 1 Stunde (erm. 40 €)
Info	In einer entspannten Atmosphäre können sich die Babys bewegen und werden entsprechend ihrer Alters- und Entwicklung spielerisch mit schönen Spielen, Bewegungsübungen u. ä. angeregt. Zusätzlich können sich die Eltern über altersgerechte Ernährung, Schlafverhalten, Gesunderhaltung des Kindes usw. informieren und austauschen.

*Anmeldung und weitere Informationen unter **Tel.:** 56 89 10-15*

**E-Mail:** [sabine.lesch-kaiser@sos-kinderdorf.de](mailto:sabine.lesch-kaiser@sos-kinderdorf.de)

### Der Familiengutschein ist einlösbar.

Alle Eltern, die in Marzahn-Hellersdorf leben, erhalten für ihr neugeborenes Kind automatisch mit dem Begrüßungsschreiben des Kinder- und Jugendgesundheitsdienstes einen Familiengutschein im Wert von 40 Euro, einlösbar bis zum zweiten Geburtstag des Kindes.

# Rund ums Baby

## Aufsuchende Still- und Ernährungsberatung

Wer?	Eltern und Kinder von 0 bis 3 Jahren
Ansprechpartner	Sabine Lesch-Kaiser
Wann?	nach Terminvergabe
Wo?	Hausbesuch
Kosten?	keine
Info	individuelle Unterstützung und Beratung rund um das Stillen und gesunde Baby- und Kleinkindernahrung

*Anmeldung und weitere Informationen unter **Tel.:** 56 89 10-15*

**E-Mail:** [sabine.lesch-kaiser@sos-kinderdorf.de](mailto:sabine.lesch-kaiser@sos-kinderdorf.de)

## Still- & Ernährungsberatung für Eltern und Kinder von 0 bis 3 Jahren

Wer?	Eltern und Kinder von 0 bis 3 Jahren
Ansprechpartner	Sabine Lesch-Kaiser
Wann?	nach Vereinbarung
Wo?	Krabbelraum im Untergeschoss
Kosten	keine
Info	Individuelle Einzelberatung zu Themen wie Stillen, Einführung in die Beikost und Kleinkindkost, gesunde Baby- und Kleinkindernahrung

*Anmeldung und weitere Informationen unter **Tel.:** 56 89 10-15*

**E-Mail:** [sabine.lesch-kaiser@sos-kinderdorf.de](mailto:sabine.lesch-kaiser@sos-kinderdorf.de)

Bitte beachten Sie auch die aktuellen Aushänge in unserem Haus bzgl. **Infoveranstaltungen** rund um Sie und Ihr Kind.

# Außerdem in diesem Haus

## Näherwerkstatt für Eltern

Wer?	Eltern mit ihren Babys und Kleinkindern
Ansprechpartner	Kerstin Gentsch
Wann?	Donnerstag von 10.00 – 13.00 Uhr <i>Termine bitte erfragen bzw. Aushänge beachten</i>
Wo?	Nähraum im Dachgeschoss
Kosten	10 € für 6 x 3 Stunden (plus indiv. Materialkosten)
Info	Ein Angebot mit Kurs-Charakter, d.h. eine feste Gruppe von Müttern/Vätern treffen sich mit ihren Kindern und nähen schöne Dinge und Nützliches für ihre Kleinen. Jeder kann sich ausprobieren. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Je nach Bedarf werden die Eltern bei der Umsetzung ihrer Projekte unterstützt. Es entstehen so die schönsten Eigenkreationen vom Dreieckstuch bis zur Krabbelhose.

*Anmeldung und weitere Informationen unter **Tel.:** 56 89 10-14*

**E-Mail:** [kerstin.gentsch@sos-kinderdorf.de](mailto:kerstin.gentsch@sos-kinderdorf.de)

## Offener Nähtreff

Wer?	näherfahrene Kinder ab 8 Jahren und Erwachsene
Ansprechpartner	Jeanette Sauer
Wann?	Freitags von 15.30-17.30 Uhr
Wo?	Nähraum im Dachgeschoss
Kosten	1,00€ pro Treffen
Info	Hier bieten wir euch die Möglichkeit eure eigenen Projekte anzufertigen, fertig zu nähen oder in den Austausch mit anderen Nähbienen zu kommen. Wenn Ihr Hilfe benötigt, suchen wir gemeinsam nach einer Lösung. Maschinen und Kleinmaterial sind vorhanden, Schnitte und Stoffe solltet Ihr bitte selbst mitbringen.

# Ehrenamt

## Stammtisch Ehrenamt

Wer ?	alle Interessierten
Ansprechpartner	Sabine Bösch, Elskea Ruwisch
Wann ?	Freitag ca. alle 6 Wochen von 16.00 – 18.00 Uhr
Wo ?	Seminarraum im 1. Obergeschoss bzw. nach Absprache
Kosten	keine
Info	Hier haben wir Zeit, zusammen die nächsten Aktionen im SOS-Familienzentrum Berlin zu planen und mit alten und neuen Interessenten deren Ideen für ein freiwilliges Engagement zu besprechen.

## Familienpatenprojekt „Familienfreunde“

Wer?	Familien und Menschen, die sich ehrenamtlich engagieren wollen
Ansprechpartner	Kerstin Gentsch
Wann?	nach individueller Terminabsprache
Wo?	Im SOS-Familienzentrum Berlin oder an anderen Orten
Kosten	keine
Info	Wir möchten Menschen, die sich ehrenamtlich für Familien engagieren wollen und Familien, die Unterstützung bei der Betreuung und Pflege der kleinen Kinder suchen, zusammen bringen. Wir organisieren erste Treffen, stehen für Sie als Ansprechpartner zur Verfügung und unterstützen die Familienfreunde durch Fortbildungen und Teamtreffen.  <i>Anmeldung und weitere Informationen unter <b>Tel.:</b> 56 89 10-14 (AB)</i> <b>E-Mail:</b> <a href="mailto:kerstin.gentsch@sos-kinderdorf.de">kerstin.gentsch@sos-kinderdorf.de</a>

# Hits für Kids

## Bewegungsbaustelle

Wer?	Kinder von 3 – 10 Jahren
Ansprechpartner	Martin Stief
Wann?	Mittwoch bauen die „Kleinen“ (3-5jährigen) von 15.00 – 16.30 Uhr und die „Großen“ (6-10jährigen) von 16.30 – 18.00 Uhr im Garten des SOS-Familienzentrums oder im Sportraum im Untergeschoss
Wo?	
Kosten	keine
Info	Wir bauen mit einfachen Materialien wie Baumstämmen, Autoreifen, Ästen, Tüchern, Decken, Kästen und Brettern das was Euch gefällt. Ihr könnt Eurer Fantasie freien Lauf lassen. Was zählt, ist Teamwork und Spaß!

## Karate

Wer?	Kinder von 6 – 10 Jahren
Ansprechpartner	Thomas Lohde
Wann?	Montag von 15.00 – 16.30 Uhr
Wo?	Sportraum im Untergeschoss
Kosten	geringer Kostenbetrag (5er Karte)
Info	Hier lernen Kinder die ersten Grundlagen von Karate kennen.

## Tanzen

Wer?	Kinder von 4 bis 12 Jahren
Kursleitung	Esther Urban
Wann?	Donnerstag ab 15:45–18:45 Uhr (genaue Altersstufen erfragen)
Wo?	Sportraum im Untergeschoss
Kosten	keine
Info	weitere Informationen per Mail: <a href="mailto:esther.urban@web.de">esther.urban@web.de</a>

# Hits für Kids

## Töpfern

Wer?	Kinder ab 6 Jahren
Ansprechpartner	Kathi Sammler
Wann?	Mittwoch von 14.30 – 17.30 Uhr
Wo?	Töpferraum im Untergeschoss
Kosten	Materialkosten
Info	Viele verschiedene Sachen wie z.B. Teller, Blumentöpfe oder Tiere könnt Ihr aus Ton herstellen und je nach Geschmack anschließend bunt bemalen oder glasieren.

## Holzwerkstatt

Wer?	Kinder ab 8 Jahren
Ansprechpartner	Günter Bauer
Wann?	Donnerstag von 15.00 – 18.00 Uhr
Wo?	Holzwerkstatt im Untergeschoss
Kosten	keine
Info	Hier könnt Ihr sägen, raspeln, feilen, bohren, schnitzen und alles, was sich aus Holz herstellen lässt, entwerfen. Mit etwas Geduld entstehen tolle Namensschilder, Schlüsselanhänger, Vogelhäuschen und vieles mehr.

# Sport für Erwachsene

## Aerobic für Erwachsene

Wer?	Erwachsene
Ansprechpartner	Rania
Wann?	Dienstag von 16:30 – 18:30 Uhr
Wo?	Sportraum im Untergeschoss
Kosten	keine
Info	dynamisches Fitnessstraining in der Gruppe zu rhythmischen Bewegungen

# Sport für Erwachsene

## Sport für Frauen – Power Yoga für Frauen

\*derzeit keine freien Kapazitäten\*

Wer?	Frauen
Ansprechpartner	Sabine Heider
Wann?	Mittwoch von 17.30 – 19.30 Uhr
Wo?	Sportraum im Untergeschoss
Kosten	2,00 € pro Stunde
Info	Entspannung mit Elementen des Poweryoga werden kombiniert zu einer angenehmen Bewegungsform, die für jede Altersgruppe geeignet ist. In einer kleinen Gruppe können Sie Ihre „Problemzonen“ bearbeiten, neue Muskelgruppen kennenlernen und mit anderen Frauen gemeinsam Spaß haben.

## Senioren sport

Wer?	VorruheständlerInnen und SeniorInnen
Ansprechpartner	Kerstin Püschel
Wann?	Mittwoch 1. Gruppe 09.00 – 10.00 Uhr 2. Gruppe 10.00 – 11.00 Uhr 3. Gruppe 11.00 – 12.00 Uhr
Wo?	Sportraum im Untergeschoss
Kosten	2,50 € pro Stunde
Info	Rücken- und gelenkschonendes Bewegungstraining mit Musik.

*Anmeldung und weitere Informationen unter **Tel.:** 0172/38 57 80 0*

# Sprachkurse

## Arabisch Schreibkurs für Muttersprachler

Wer?	Kinder ab 6 Jahren
Ansprechpartner	Abdulaziz Alali, Sohir Chaker
Wann?	Mo, Di von 15.00–17.00 Uhr Mi von 16.00–17.00 und 17.00–18.00 Uhr Fr von 15.00–17.00 Uhr
Wo?	Seminarraum/Dachgeschoss
Kosten	keine
Info	Grundschulkindern mit arabischer Muttersprache können hier Arabisch schreiben lernen. Lehrmaterialien sind vorhanden. Es handelt sich um verschiedene Klassen. Eine Anmeldung erforderlich. <a href="mailto:chaker.sohir@sos-kinderdorf.de">chaker.sohir@sos-kinderdorf.de</a>

## Deutschkurs für Arabischsprachige

Wer?	Erwachsene
Ansprechpartner	Sohir Chaker
Wann?	Mo 9-11, 11:30-13:30 Uhr mit Kinderbetreuung Di 12:30-14:30 Uhr ohne Kinderbetreuung Do 12-13:30 Uhr mit Kinderbetreuung Do 13:30-15:00 Uhr ohne Kinderbetreuung Fr 9-11, 11:30-13:30, 13:30-15.00 Uhr mit Kinderbetreuung
Wo?	Dachgeschoss
Kosten	keine
Info	Muttersprachler lernen von Muttersprachlern die deutsche Sprache. Verschiedene Gruppen. Anmeldung erforderlich. <a href="mailto:chaker.sohir@sos-kinderdorf.de">chaker.sohir@sos-kinderdorf.de</a>

# Sprachkurse

## Deutschkurs für Persischsprachige

Wer?	Erwachsene
Ansprechpartner	Fereshta Hussain
Wann?	Mo, Di 13-15 Uhr
Wo?	Treffraum
Kosten	keine
Info	Anmeldung erforderlich. <a href="mailto:Hussain.Fereshta@sos-kinderdorf.de">Hussain.Fereshta@sos-kinderdorf.de</a>

# Erziehungs- u. Familienberatung

## Kinder im Blick – Ein Kurs für Eltern in Trennung

### **Kurs 1: 17.2.2020-30.3.2020**

Sieben Termine jeweils montags, 10-13 Uhr  
Kursleitung: Liane Albrecht und Thomas Lang

### **Kurs 2 : 21.08.2020 – 02.10. 2020**

Sieben Termine jeweils freitags von 10 – 13 h  
Kursleitung: Britt Horn und Matthias Müller-Guth  
Anmeldung und weitere Informationen unter Tel.: 56 89 10-0  
E-Mail: fz-berlin@sos-kinderdorf.de

## Interkulturelles Frauencafé

Zusammensein und gemeinsamer Austausch in gemütlicher Atmosphäre  
Jeden Donnerstag von 15:00 – 17:00 Uhr  
Ansprechpartner: Anika Reckmann und Sohir Chaker  
Keine Anmeldung erforderlich



# Erziehungs- u. Familienberatung

## Sprechstunden ohne Termin:

dienstags: 10:00 – 11:00 Uhr  
donnerstags: 16:00-18:00 Uhr

## Gruppe für Kinder getrennter Eltern

Für Kinder von 8-10 Jahren

Gruppenleitung: Alexandra Jahnert und Matthias Müller-Guth  
Anmeldung und weitere Informationen unter Tel.: 56 89 10-0  
E-Mail: [fz-berlin@sos-kinderdorf.de](mailto:fz-berlin@sos-kinderdorf.de)

## Meine Kinder. Deine Kinder. Und nun?

Ein drei-teiliges Gruppenangebot für Patchwork-Eltern  
Kursleitung: Liane Albrecht und Thomas Lang  
montags, 16:30-18:30 Uhr  
**27.4.2020, 11.5.2020, 25.5.2020**  
Anmeldung und weitere Informationen unter Tel.: 56 89 10-0  
E-Mail: [fz-berlin@sos-kinderdorf.de](mailto:fz-berlin@sos-kinderdorf.de)

## Gelassen sein wie ein Koala

Ein Entspannungs- und Achtsamkeitsangebot für Kinder im Grundschulalter  
**Jeweils dienstags von 16-18 Uhr**  
Kursleitung: Anika Reckmann und Thorsten Regelmann  
Anmeldung und weitere Informationen unter Tel.: 56 89 10-0  
E-Mail: [fz-berlin@sos-kinderdorf.de](mailto:fz-berlin@sos-kinderdorf.de)

# Für die ganze Familie

## Offenes Café

Wer? alle großen und kleinen Besucherinnen und Besucher des SOS-Familienzentrums Berlin  
Ansprechpartner Mitarbeiterinnen des Cafés  
Wann? Montag bis Freitag von 10.00 – 17.00 Uhr  
Wo? Treffpunktcafé im Erdgeschoss  
Kosten laut Preisliste  
Info Das Café bietet ein Imbissangebot, Kuchen und Getränke an.  
Die Besucherinnen und Besucher können sich außerhalb der festen Angebote treffen, sich über das SOS-Familienzentrum Berlin informieren oder einfach entspannen.

## Secondhandshop

Wer? alle Besucherinnen und Besucher des SOS-Familienzentrums Berlin  
Ansprechpartner Mitarbeiter\*innen des Treffpunkt-Cafés  
Wann? Montag – Freitag 10.00 – 17.00 Uhr  
Wo? Secondhand-Shop im Erdgeschoss  
Info Das Angebot umfasst Baby- und Kinderbekleidung sowie Sport- und Spielsachen zu kleinen Preisen.

## Offene Selbsthilfe-Fahrradwerkstatt

Wer? alle kleinen und großen BesucherInnen des SOS-Familienzentrum Berlin  
Ansprechpartner Peter Becker  
Wann? Freitag 16.00 – 18.00 Uhr  
Wo? Schuppen rechts  
Info Der Reifen ist platt, die Lampe geht nicht und die Kette springt runter? Dann bringt Euren Drahtesel zu uns. Hier findet Ihr Hilfe bei der Reparatur.

# Für die ganze Familie

## Offene Familiengruppe

Wer?	Kinder, Eltern, Großeltern, Pflegeeltern
Ansprechpartner	Kerstin Hartwig, Annabell Jäckel, Elskea Ruwisch
Wann?	montags bis freitags 15.30 – 18.00 Uhr
Wo?	Bastelraum im Erdgeschoss, Gruppenraum im Untergeschoss und Garten
Kosten	keine
Info	Spaß, Spiele und Basteleien und viel Platz für eigene Ideen von Kindern und Eltern. Zeit und Raum für Eltern, um sich auszutauschen und zu plaudern.

## Korbflechten

Wer?	Kinder und Erwachsene
Ansprechpartner	Birgit Schuil, Anja Gall
Wann?	Dienstag 18.30 – 20.30 Uhr
Wo?	Holzwerkstatt im Untergeschoss
Kosten	Materialkosten: Kinder 1,50 €, Erwachsene 2,50 €
Info	Hier können Kinder und Erwachsene gemeinsam Kreatives aus Korb basteln.

## Töpfern

Wer?	Erwachsene
Ansprechpartner	Kati Sammler
Wann?	Mittwoch von 17.30 – 20.30 Uhr
Wo?	Töpferraum im Untergeschoss
Kosten	Erwachsene 2,00 € und Materialkosten
Info	Jeder – egal ob Anfänger oder Profi – ist in dieser Gruppe gern gesehen.

# Für die ganze Familie

## Lesetheke und Ausleihe

Wer?	Eltern und Kinder
Ansprechpartner	Team der Lesefeen
Wann?	Dienstag von 16.00 – 18.00 Uhr Freitag von 16.00 – 17.30 Uhr
Wo?	Lesetheke und Café im Erdgeschoss
Kosten	keine
Info	Bücher ausleihen, lesen oder sich vorlesen lassen; Bilderbücher ansehen und in kleine Fantasiewelten abtauchen. Jeder bekommt einen eigenen Lesethekenausweis und darf die Bücher bis zu 2 Wochen ausleihen. In dieser Zeit findet auch die Vorlesestunde mit den Lesefeen statt.

## Wochenendveranstaltung

Wer?	alle kleinen und großen BesucherInnen des SOS-Familienzentrum Berlin
Ansprechpartner	Jeanette Sauer, Kerstin Hartwig, Annabell Jäckel, Sabine Bösch, Sabine Lesch-Kaiser, Elskea Ruwisch
Wann?	Samstag oder Sonntag <i>Bitte achten Sie auf die Aushänge!</i>
Wo?	im gesamten Haus
Kosten	je nach Angebot
Info	Ob Elternseminar, Beautytag oder Familienfest – für jeden ist etwas dabei!