

---

## Von Anfang an – Informationen für junge Eltern

### Mo.Ki-Café Monheim-Innenstadt: Heinestraße 2

<b>Familienbildung:</b>	Ronja Muras: 02173 951-5193 E-Mail: rmuras@monheim.de
<b>Familienhebamme:</b>	Sandra Pantuschky: 02173 951-5192 E-Mail: spantuschky@monheim.de Katharina Lipski: 02173 951-5189 E-Mail: klipski@monheim.de
<b>Begrüßungsbesuche:</b>	Jennifer Schroeder: 02173 951-3921 E-Mail: jeschroeder@monheim.de mokiunter3@monheim.de
<b>Café:</b>	Gülendam Yilmaz E-Mail: gyilmaz@monheim.de

### Mo.Ki-Café Monheim-Baumberg: Geschwister- Scholl-Straße 57

<b>Familienbildung:</b>	Hannin Nasirat: 02173 951-5197 E-Mail: hnasirat@monheim.de
<b>Familienhebamme:</b>	Sandra Pantuschky: 02173 951-5192 E-Mail: spantuschky@monheim.de Katharina Lipski: 02173 951-5189 E-Mail: klipski@monheim.de
<b>Begrüßungsbesuche:</b>	Jennifer Schroeder: 02173 951-3921 E-Mail: jeschroeder@monheim.de mokiunter3@monheim.de
<b>Café:</b>	Lisa Schmidt E-Mail: lschmidt@monheim.de

---

## Elterncafé und Interkultureller Fraueninfo-Treff, Heinestraße 2

### Elternfrühstück

Mo bis Fr 9 bis 12 Uhr

### Interkultureller Fraueninfotreff

Fr 9 bis 12 Uhr

Di und Do 14.30 bis 17 Uhr

### Kaffeezeit

Di und Do 14.30 bis 17 Uhr

### Frühstück am Sonntag

Jeder 1. Sonntag im Monat ausgenommen Feiertag 10 bis 13 Uhr

## Interkultureller Fraueninfo-Treff und Elterncafé, Geschwister-Scholl-Straße 57

### Frühstück

Mo bis Fr 9 bis 12 Uhr

## Kurs- und Einzelangebote

### Elterninfocafé: Informationen zu verschiedenen Themen

Heinestraße 2

Geschwister-Scholl-Straße 57

Termine auf Anfrage

### Geburtsvorbereitung

Heinestraße 2

Geschwister-Scholl-Straße 57

Termine auf Anfrage

### Yoga für Schwangere ab 18 SSW

Heinestraße 2

Do 19 bis 20 Uhr

### Rückbildungsgymnastik

Heinestraße 2

Do 9.30 bis 10.30 Uhr und 10.45 bis 11.45 Uhr

### Fit nach Schwangerschaft und Geburt

Heinestraße 2 und Geschwister-Scholl-Straße 57

Mo 9.30 bis 10.30 Uhr

Fr 11 bis 12 Uhr

### Hebammensprechstunde

Heinestraße 2 und Geschwister-Scholl-Straße 57

Di 10 bis 12 Uhr

### **Babymassage ab 6 Wochen bis ca. 6 Monate**

Mo 9.30 bis 10.30 Uhr · Kita Kurt-Schumacher-Straße 4  
Di 9.30 bis 10.45 Uhr · Heinestraße 2  
Mi 9.30 bis 10.45 Uhr · Grunewald Straße 16  
Fr 15 bis 16.30 Uhr · Geschwister-Scholl-Straße 57

### **Krabbelgruppe 4 Monate bis zum Laufalter**

Mi 9.30 bis 11 Uhr · Heinestraße 2  
Mi 10 bis 11.30 Uhr · Geschwister-Scholl-Straße 57  
Do 15 bis 16.30 Uhr · Heinestraße 2

### **Marte Meo Krabbelgruppe 4 Monate bis zum Laufalter**

Fr 9 bis 10.30 Uhr · Geschwister-Scholl-Straße 57

### **Interkulturelle Spielgruppe (ab Laufalter bis Eintritt Kindergarten):**

Di 10 bis 11.30 Uhr · Haus der Jugend, Tempelhofer Straße 17  
Di 14.30 bis 16 Uhr · AWO Kita Grünauer Straße 10  
Do 10 bis 11.30 Uhr · Geschwister-Scholl-Straße 57  
Fr 10.45 bis 11.45 Uhr · Geschwister-Scholl-Straße 57

### **Eltern/Kind-Musikgruppe „Singzwerge“ ab 1,5 Jahren**

Termine auf Nachfrage, wechselnd in der Musikschule  
und/oder Geschwister-Scholl-Straße 57

### **Erste-Hilfe-am-Kind-Kurs**

Heinestraße 2  
Termine auf Anfrage

### **Elternkurs**

Heinestraße 2  
Termine auf Anfrage

### **Offener Strickkreis**

Heinestraße 2  
Di 10 bis 12 Uhr

### **Väterstammtisch**

Abwechselnd in der Heinestraße 2 oder Geschwister-Scholl-Straße 57  
genaue Termine auf Anfrage  
Fr 18 bis 21 Uhr, 1 Mal im Monat

### **Ernährungs- und Gesundheitswochen**

Heinestraße 2 und Geschwister-Scholl-Straße 57  
Termine und weitere Informationen zum Programm entnehmen Sie bitte der Presse

## **Sprach- und Lesewochen**

Heinestraße 2 und Geschwister-Scholl-Straße 57

Termine und weitere Informationen zum Programm entnehmen Sie bitte der Presse

## **Mo.Ki „unter 3“ feiert**

- ✓ Osterfest
- ✓ Ferienprogramm in den Sommerferien
- ✓ Martinsfeier
- ✓ Islamisches Opferfest
- ✓ Weihnachtswerkstatt
- ✓ Nikolausfeier

Termine und weitere Informationen entnehmen Sie bitte der Presse