

Anmeldeformulare unter: www.familienzentrum-poing.de

Öffnungszeiten in den Pfingstferien: Familiencafé mittwochs von 15 – 17.30 Uhr; das Büro und der Secondhandladen sind geschlossen.

Ab 23. Juni gelten wieder die regulären Öffnungszeiten: Mo, Mi + Fr von 15–17.30 Uhr; Do von 9–12 Uhr; Di von 9-12 Uhr: offener Stricktreff für jedermann. Zusätzlich lädt die Galerie im ZiM noch bis 25.6. mit Bildern von Tamara Suchan ein.

NEU: „Eltern werden – Paar bleiben“ – kostenlose, offene Sprechstunde für Paare ab Mi, 25.6. von 15-19 Uhr

Ein Kind zu bekommen, ist wunderschön – und bringt doch viele Veränderungen mit sich. Der Alltag wird hektischer, die Beziehung verändert sich. Die Zweisamkeit bleibt oft auf der Strecke. Wie bleibt man als Paar verbunden, wenn man plötzlich vor allem als Eltern funktioniert? Wie findet man wieder Nähe, wenn der Alltag so viel fordert? Petra Mitterhofer (zertifizierte Coachin) lädt euch herzlich ein – mit offenen Ohren, viel Verständnis und wertvollen Impulsen für mehr Liebe und Balance im Familienleben. Denn das größte Geschenk für euer Kind sind Eltern, die sich lieben!



Um Anmeldung/Terminvereinbarung unter petra@mitterhofer.de wird gebeten.

Babymassage: Do, 3.-31.7. von 9.30–10.45 Uhr

Liebevolle Zuwendung, körperliche Nähe, gemeinsam den Moment genießen ... 5 Einheiten, 65 €

Rückbildungsyoga mit Baby: Di, 9-10 Uhr bis 8.7. von 9 – 10 Uhr

Kostenübernahme durch die Krankenkasse; Anmeldung bei Esther Winnertz (Hebamme) unter: 0176 83 19 69 28 oder per E-Mail: esther.winnertz@gmail.com

Geburtsvorbereitungskurs: Sa+So, 30.–31.8. jeweils von 9-16 Uhr mit der Hebamme Esther Winnertz

Anmeldung unter: esther.winnertz@gmail.com, weitere Infos auf www.hebamme-handwerk.de; weiterer Kurs im August

Capoeira für die ganze Familie: montags mit Mestre Tamarindo

In verschiedenen Altersstufen erlebt ihr eine geniale Mischung aus Kampfsport, Tanz und Akrobatik. Probetraining & Infos: Baumgartner@zim-poing.de

HipHop und Ladies Dance für Erwachsene und Teens ab 16: mittwochs ab 20 Uhr

Tanzt modernen Streetdance mit Elementen aus Breakdance, Popping, Locking, New Style, Krumping und Urban oder bewegt euch weiblich, elegant und dynamisch bei einer Mischung aus vielen Tanzstilen, wie Jazz, Latino, Urban und Modern.



∞ Meta

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



@FAZ_POING

Brigitte Schmidt
Ressort Öffentlichkeitsarbeit