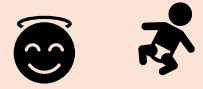


Nestplanung Ab Februar 2022								
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
Öffnungsz.	09:00 – 12:00 Uhr	09:00 – 15:30 Uhr	09:00 – 15:30 Uhr	09:00 -14:00 Uhr	09:00 - 18:00 Uhr			
09:00	09:30 – 11:30 Spiel und Bastelgruppe 	09:30 – 11:30 Hebammensprech- stunde 	09:30 – 11:30 Themen – Frühstück  (Zusätzlich alle 4 Wochen mit dem Netzwerk Gesunde Kinder)	09:30 – 11:30 Rahel Gerdes 2x im Monat Mütter – Kurs 	08:30 – 10:00 Frauenfrühstück 1 x im Monat 10:00 – 14:00 Gemeinsam gesund Essen 	09:00 – 10:00 oder 10:00 – 11:00 Baby Sinnes- & Erfahrungs- kurs 	09:30 – 11:30 El-Ki-Turnen Neuharden- berg & Seelow 	10:00 – 11:00 Jennys Power Workout Altfriedland 
10:00								
11:00								
12:00								
13:00	08:00 – 16:00 Anja Pleinert Ruhe finden. Schreibbaby- ambulanz 	14:15 – 15:00 Beckenboden – und Schwangerengymnastik 15:00 – 15:30 Kinderyoga Für 4-6-Jährige 	 14:30 – 15:30 Stretch & Relax für Schwangere	Rahel Gerdes 16:00 – 17:00 Jennys Power Workout Altfriedland 	09:30 – 11:00 Deutschkurs für Geflüchtete 	15:00 – 17:00 El-Ki- Spielgruppe Kinder ab 6 können ins CVJM Seelow 	1 x alle 2 Monate Familien Wanderung ca. 10:00 – 16:00 	
14:00								
15:00								
16:00								
17:00								
18:00								
19:00	Ab 18:00 – ca. 21:00 Offene Nähgruppe 			19:00 – ca. 21:00 Väterstammtisch Individueller Ort 	Ab 18:00 – ca. 22:30 Kaminabend 	17:00 – 18:00 Gemeinsames Abendbrot 		
20:00								
21:00								
22:00								
23:00					1 x Monatsende			