

Allgemeines zu den Kursen

Kostenfreie Kurse
für Teilnehmer im
Netzwerk Gesunde Kinder

Anmeldung

Im Netzworkbüro notwendig,
da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

Kinder können bei den meisten
Kursen mitgebracht werden.

Auch Großeltern
sind herzlich willkommen!

Beachten Sie auch die Elternschule
sowie die Still- und Krabbeltreffs der Klinik
Oranienburg unter:
www.oberhavel-kliniken.de

Anmeldung/Information unter:

Oberhavel Netzwerk Gesunde Kinder

In der Klinik Oranienburg
Robert-Koch-Str. 2-12
16515 Oranienburg
Telefon: 03301-66 20 37

In der Klinik Gransee
Meseberger Weg 12 - 13
16775 Gransee
Mobil: 0176 47615546

E-Mail:
[gesunde.kinder@oberhavel-
kliniken.de](mailto:gesunde.kinder@oberhavel-kliniken.de)

Weitere Informationen unter:

www.oberhavel-netzwerk.de
www.netzwerk-gesunde-kinder.de



Termine - Gransee

1. Halbjahr 2023



● Filina – Musik für Kinder

„Filina“ richtet sich an Eltern und Kinder zwischen 1 und 3 Jahren. Es werden gemeinsam Kinder- und Wiegenlieder gesungen sowie Knireiter und kleine Fingerspiele.

Kursleitung: Christine Hoefs, Musiktherapeutin

Termine: 14./21./28. März, 6./13./20. Juni

Jeweils 9 Uhr Zehdenick, 10:30 Uhr Gransee

Ort: in den Räumen der Eltern-Kind-Gruppen, siehe rechts

● Elternschule

Diese Themen sind immer interessant für (werdende) Eltern. Großeltern sind auch herzlich willkommen.

Termine:

22.03.23, 10 Uhr, Babylaute (Fr. Böhnke)

29.03.23, 10 Uhr, Vertrauen will gelernt sein/ Resilienz (J.Böhnke)

07.06.23, 9 Uhr, Babymassage (Fr. Weder)

14.06.23, 9 Uhr, Babyschlaf (Fr. Weder)

Ort: Gransee, Dachgeschoss der Klinik

● Schwangeren-Treff

Andere werdende Eltern kennenlernen und in Austausch kommen über aktuelle Themen.

Termine und Themen:

Jeweils 9:30 Uhr am:

13.02.23 Wochenbettvorbereitung (S. Pahl)

13.03.23 gesunder Babyschlaf

17.04.23 Tragen (S. Pahl)

05.06.23 Verhütung nach der Schwangerschaft

Ort: Gransee, Baustraße 12

● Einführung in die Erste Hilfe am Kind

Teilnahme für Netzwerkfamilien kostenfrei. Alle anderen zahlen 35 € pro Person, inkl. Material

Kursleitung: Nicole Oudes

Termin: 12.04.2023, 16 Uhr

Ort: Klinik Gransee, Seminarraum im Dachgeschoss

● Yoga für Schwangere + Rückbildung, 6 Termine

Diese sanfte Art des Yoga macht gelenkig, bereitet auf die Geburt vor und hilft bei Rücken-Bein- und Fußschmerzen.

Atemübungen wirken entspannend. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Nicht-Netzwerkfamilien 5€

Termine: 16./23./30.3. 20./27.4. und 11.5.

Jeweils 16:15 Uhr

Ort: Klinik Gransee, Dachgeschoss

● Eltern-Kind Sport

Der Familiensportverein Oberhavel bietet Eltern-Kind-Sport für 1-3 Jährige an. Geturnt wird jeweils um 16 Uhr.

Netzwerkfamilien haben 10 Termine frei. wöchentlich

Orte und Termine:

Gransee, kleine Sporthalle am Gymnasium, dienstags

Fürstenberg, Halle an der Grundschule, montags

● Fit Dank Baby

Ein effektives Ganzkörperworkout für die Mama. Dein Baby wird ganz in die Stunde mit eingebunden. 6 aufeinanderfolgende Termine.

Kursleitung: Nadine Leichtfuss, Fit Dank Baby Trainerin

Termine: ab 08.02.2023 10.00 Uhr

Ort: Zehdenick, Dammhaststraße 31, Räume im Therapiezentrum Köppen

● Fotoshooting

Shooting in frühlingsbunter Natur mit Anika Deuil, Fotografin für dich. Pro Familie nimmt sich die Fotografin eine Viertelstunde Zeit. Es werden etwa 5-6 Bilder entstehen, die nachbearbeitet werden. (Dauer ca. 3 Wochen) Jede Familie bekommt dann die Fotos auf einen Stick und kann selbst entscheiden, Welches ausgedruckt werden soll. Kostenpflichtig für Alle.

Kosten: 50 Euro

Termin: 26.04.2023, 14 bis 16 Uhr

Ort: Garten der Klinik Gransee

Regelmäßig stattfindende

Eltern – Kind - Gruppen:

(nicht in den Schulferien und an Feiertagen)

» Gransee

Für Eltern mit Kindern zwischen 3 und 13 Monaten, jeden Dienstag 10:30 – 11:30 Uhr
Offene Gruppe

Kursleitung: Mandy Schulz (Netzwerk)

Anmeldung: siehe unten

Ort: Klinik Gransee, Meseberger Weg 12-13

» Zehdenick

Für Eltern mit Kindern zwischen 3 und 13 Monaten, jeden Dienstag 9.00 – 10.00 Uhr,
offene Gruppe,

Kursleitung: Mandy Schulz (Netzwerk)

Anmeldung: siehe unten

Ort: Mehrgenerationenhaus „Zehdenicker Bienenstock“, Amtswallstraße 14a

» Fürstenberg

Für Eltern mit Kindern zwischen 3 und 13 Monaten, jeden Freitag, 9:30 – 10:30 Uhr,
offene Gruppe,

Kursleitung: Fr. Schulz (Netzwerk)/

Fr. Oestreich (DRK)

Anmeldung: siehe unten

Ort: Kita Kleine Strolche, Ringstraße 2a, Fürstenberg

Weitere Informationen zu allen Gruppen
unter: 0176 47615546

Bitte zu allen Veranstaltungen rechtzeitig anmelden.