

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

2. 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: ab 29.8.23

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:

06.09.23, 10 Uhr, Babylaute (Fr. Böhnke)

.....23, 16 Uhr Baby- und Kinderschlaf (Fr.

Weder+DRK)

20.09.23, 10 Uhr, Vertrauen will gelernt sein/ Resilienz (J.Böhnke)

18.10.23, 10 Uhr, Kinderkrankheiten/Hausapotheke

25.10.23, 9 Uhr, Stillen (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 – 11:00 Uhr

04.09.23 Wochenbettvorbereitung (S. Pahl)

09.10.23 Tragen (S. Pahl)

06.11.23 Babypflege (S. Pahl)

04.12.23 Was braucht es wirklich? (S. Pahl)

Ort: Gransee, Baustraße 12

● Einführung in die Erste Hilfe am Kind

Teilnahme für Netzwerkfamilien kostenfrei.

Alle anderen zahlen 35 € pro Person

Kursleitung: Nicole Oudes

Termin: 12.10.2023, 16 bis 19 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 7€

Termine: 31.08. bis 5.10.2023

Jeweils 16:15 Uhr

Ort: Klinik Gransee, Dachgeschoss

● Fit Dank Baby

Ein effektives Ganzkörperworkout für die Mama. Dein Baby wird ganz in die Stunde mit eingebunden. 6 aufeinanderfolgende Termine. Für Babys von 3 bis 8 Monaten.

Kursleitung: Nadine Leichtfuss, Fit Dank Baby Trainerin

Termine: 5.10. bis 9.11.2023, 9:30 Uhr

Ort: Zehdenick, Räume der Physiotherapie Köppen, Dammhaststraße 31

● Fotoshooting

Shooting in herbstbunter 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: 05.10.2023, 14 bis 16 Uhr

Ort: Garten der Klinik Gransee

Bitte zu allen Veranstaltungen rechtzeitig anmelden.

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