

## Familienzentrum Niemegek September/Oktober 2025

### Unser Wochenprogramm

#### Montag

##### Seniorencafé mit Frau Neumann und Frau Winkler

Termin: 29.9. 14 Uhr, bitte anmelden.

Aktiv bleiben – mit Freunden gemeinsam älter werden.

Treff für Senioren mit Kaffee und Kuchen. Kosten 2 €.



Sie haben Alltagsorgen und wissen nicht, wer Ihnen helfen kann?

Beim Seniorencafé beantworten Frau Neumann und Frau Winkler gern ihre Fragen.

Sie können auch einen Termin für ein persönliches Gespräch mit den

Seniorenlotsinnen vereinbaren unter: 033843 923003.

##### Familiencafé mit Anita & Marika

Montag 15-17 Uhr: Offener Treff für Familien mit wechselnden Aktionen



08.09. Erzählen und Spielen

15.09. Deko für unser Sommerfest

22.09. Bewegungsbaustelle

06.10. Herbstdeko „Bunte Blätter“

13.10. Filzen 15-18 Uhr

20.10. Lesen mit Angela Pfeiffer: Märchen und Herbstgedichte

##### Filz Workshop mit Margit Wolfinger

Montag 13.10. 15-18 Uhr



Workshop für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Kinder unter 10 Jahren können mit Begleitung eines Erwachsenen teilnehmen.

Bitte meldet euch an. Teilnahmebeitrag 4 €

##### Bibliothek mit Mandy & Heidi

Montag 14.30-17 Uhr: Bücher, CDs und Filme für Groß und Klein.

*"Es gibt nichts Gutes, außer man tut es."* Erich Kästner

##### Heimat gestern und heute mit Karin Zackor & Anita



Montag 18 Uhr: 29.9., 27.10.

Monatlicher Treff zum Austausch über aktuelle und historische Ereignisse aus Niemegek und Umgebung. Gemeinsam wollen wir Fotos und Geschichten sammeln und über besondere Höhepunkte berichten.

## Dienstag

### Selbsthilfegruppe Parkinson Bad Belzig / Niemegk

Dienstag 10 Uhr: 9.9. und 14.10.

Dies ist ein Treff für alle an Parkinson erkrankten Menschen und ihre Angehörigen. Jeder kann ohne Voranmeldung teilnehmen (Teilnahme kostenlos).

Kontakt: Birgit Weigert [b-r-weigert@gmx.de](mailto:b-r-weigert@gmx.de)

### Eltern-Kind-Turnen mit Daniela & Steffi

Dienstag 15.30-16.30 Uhr: 9.9., 16.9., 23.9., 7.10.

Für Kinder von 2 bis 6 Jahren in Begleitung ihrer Eltern / Großeltern.  
In der Turnhalle Niemegk (Waldstraße 1).



### Erste Hilfe am Kind mit Mara Ebinger

Dienstag 16-18 Uhr: 30.9.

Hebamme Mara Ebinger gibt einen Einblick in die Erste Hilfe bei Notfällen und Alltagsunfällen mit Kindern. Ihr erfahrt, was ihr selbst behandeln könnt und wann es nötig wird ärztliche Hilfe in Anspruch zu nehmen. Die Teilnahme ist kostenfrei.



**Anmeldung bitte bis zum 28.9. - Mit Kinderbetreuung im Bewegungsraum.**

Gebt bei der Anmeldung bitte an, ob ihr eure Kinder mitbringt.

### Neu Stillcafé mit Stefanie und Anita

Dienstag 7.10. 9.30 Uhr

Gemeinsam können wir bei Kaffee, Tee und Keksen in den Austausch rund ums Stillen und Mama-Sein gehen. Teilnahmebeitrag 1 €, gern auch mehr zur Unterstützung weiterer Angebote im Familienzentrum.

## Mittwoch

### Entdeckungsraum mit Anita und Daniela

Mittwoch 9.30-11 Uhr: 3.9., 10.9., 17.9., 1.10., 8.10., 15.10., 22.10.

Treff für Familien mit Babys und Kleinkindern.



### Willkommen- Baby- Frühstück mit Anita

Mittwoch 9.30-11 Uhr: 24.9., 29.10.

Frühstück für werdende Eltern und Eltern mit Babys. Bitte meldet euch an.

### Töpferwerkstatt mit Karin Schulz

Mittwoch 16-18 Uhr: 17.9., 1.10., 15.10.

Kinder, Jugendliche und Erwachsene sind willkommen unter fachlicher Anleitung zu Töpfern. Teilnahmebeitrag 3€ / Treffen plus Materialkosten.

Anmeldung bei Karin Schulz, Tel: 033843-51525.

### Schneiderwerkstatt mit Anita

Mittwoch 18.30-21 Uhr: 3.9., 17.9., 1.10., 15.10.

Für Jugendliche ab 16 Jahre und Erwachsene. Für Anfänger geeignet.

Teilnahmebeitrag: 3€ /Treffen plus Materialkosten.

## Mittwoch

**Hatha Yoga** mit Heike Lindemann - Infos unter: [www.feelgood-yoga.net](http://www.feelgood-yoga.net)



Mittwoch 18.30-20 Uhr: 3.9., 10.9., 17.9., 24.9.

Erlebt Atemübungen, Yoga-Asanas und Tiefenentspannung. Anmeldung direkt an Heike Lindemann (0177 2511711). Kosten: 15 €/Termin.

## Donnerstag

**Wollcafé** mit Mara Kroll

Donnerstag 16-18 Uhr. Nadelspiele bei Kaffee und Geplauder.

Wir freuen uns auf Jung und Alt.



**MAWIBA** mit Kati

Donnerstag 16.30-17.30 Uhr: 18.9., 25.9., 2.10., 9.10., 16.10.

Tanzen für alle Generationen und sanft den Beckenboden trainieren.

Kosten 13 € / Termin. Anmeldungen an [kmarter@mawibatrainer.com](mailto:kmarter@mawibatrainer.com)

## Freitag

**Ideencafé des AWO Ortsverein Niemegk e.V.**

Freitag 16 Uhr: 26.9.

Alle, die etwas bewegen möchten, sind herzlichst eingeladen, dabei zu sein.

Gemeinsam planen wir Aktionen für alle Generationen.

Für das leibliche Wohl sorgen wir gemeinsam mit einem Mitbringbuffet.

Infos unter: [ov.niemegk@awo-potsdam.de](mailto:ov.niemegk@awo-potsdam.de)



## Angebote für Kinder und Jugendliche

Im Jugendraum in der Großstraße 61 in Niemegk könnt ihr eure Freizeit verbringen. Bringt gern eigene Ideen mit. Gemeinsam gestalten wir den Nachmittag und können wir vieles möglich machen.

Anmeldung und Infos unter: 0160-95766714, [juko.niemegk@awo-potsdam.de](mailto:juko.niemegk@awo-potsdam.de)

## Öffnungszeiten Jugendraum

Mittwoch und Donnerstag 16-18 Uhr.

Mittwoch aller 14 Tage, im Wechsel mit dem Angebot Coder Dojo

Terminübersicht auf dem Flyer „Treffen im Jugendraum und mehr“

**Programmierwerkstatt - CoderDojo** mit Marcus und Marika

Mittwoch 16-18 Uhr: 10.9., 24.9., 8.10.

Wir programmieren gemeinsam eigene Spiele mit Scratch.

Für Kinder ab 8 Jahre und Jugendliche.

Treffpunkt: Familienzentrum Niemegk, Str. der Jugend 8, Niemegk



## Besondere Veranstaltungen



### Sommerfest „Spielen mit allen Sinnen“

Freitag 19.09.2025 14-18 Uhr

Wir laden ein zu einem gemeinsamen Fest mit der Kita Spatzennest, dem Hort Flinke Eichhörnchen und dem Team des Familienzentrums.

### Familienzentrum unterwegs in Schlalach

Donnerstag 25.9. 15-17 Uhr

Thema: Herbstdeko „Bunter Blätter“

In der Kita „Mühlenhopser“ in Schlalach

(Treuenbrietzener Str. 15a, 14822 Mühlenfließ)



### Halloween im Familienzentrum mit dem AWO Ortsverein Niemeck

Freitag 31.10. 16-18 Uhr

Macht Station in unserem geschmückten Garten.

Genießt Gruselpunsch und Schmalzstulle bei Musik und mehr.

*„Heute ist die Gruselnacht. Alle Geister sind erwacht.*

*Auch wir sind mit dabei und freuen uns auf Gäste allerlei.“*



## Weitere Angebote für Familien

### Sprechzeit am Mittwoch

Für eure Anliegen ist jeden Mittwoch von 9-12 Uhr eine Mitarbeiterin des Familienzentrums vor Ort. Ihr könnt uns in dieser Zeit persönlich oder telefonisch erreichen. Telefonnummer Büro: 033843-923003

Spendenannahme Tauschregal: Mittwoch 9-12 Uhr können Spenden für unser Tauschregal abgegeben werden.

### Babybegrüßung



Das Team des Familienzentrums möchte neue Erdenbürger im Amt Niemeck gern mit einem Begrüßungsgeschenk willkommen heißen.

Ihr könnt das Geschenk im Familienzentrum abholen. Auf Wunsch bringen wir das Geschenk auch zu euch nach Hause.

**Meldet euch per Mail oder telefonisch an**, damit wir das Geschenk für euer Baby vorbereiten können.

