



VERANSTALTUNGEN IM MAI

neuer Ort!

Gleichener Still- und Krabbelgruppe Café Kinderwagen
von 10-11:30 Uhr. Auch Schwangere sind herzlich Willkommen!

07.05. und **21.05.** in **Groß Lengden**, im Pfarrhaus, Mitteldorfstr. 2

14.05. und **28.05.** in **Bremke**, Hebammenpraxis, Haspel 22 A



02.05. Kursstart MamaSport von 10-11 Uhr in Klein Lengden

Mama trainiert weiter - egal wie lang die Schwangerschaft zurück liegt. Wir trainieren weiter an deinem Fundament: Unterstützende Atmung, Beweglichkeit der Brustwirbelsäule und Hüfte sowie Körperhaltung und Kraft für deinen Körper. Du wirst wieder fit für deinen Alltag!

7 Termine. Kosten: 35,- (Ermäßigung möglich!)



ab 06.05. wieder jede Woche: **Waldvormittag!** Jetzt Montags!
für Mütter, Großeltern mit Kindern ab 0 Jahre. 10-12 Uhr in Reinhausen
Wir treffen uns zum Spazieren, Austauschen und Entspannen in der Natur. Wir entdecken erste Kräuter und sammeln Naturschätze. Das naturpädagogische Programm wird an die Wünsche und Bedürfnisse der Kinder und Eltern angepasst, die dabei sind.

In Zusammenarbeit mit dem Waldpädagogikzentrum Göttingen - RUZ Reinhausen.



21.05. Kochen mit Hadice 18-20 Uhr in Reinhausen

Wir machen gefüllte Weinblätter. Kosten: 5,-

30.05. Kursstart: Klangentspannung von 20-21:30 Uhr

Kennst du das auch? Nach einem anstrengenden Tag liegst du endlich auf der Couch und kommst trotzdem nicht richtig zur Ruhe? Dann komm zu unserem Kurs. Mit Hilfe von Klängen (Klangschalen, Multichord, Trommeln) und einfachen Achtsamkeits- und Meditationsübungen wirst du in eine tiefe Entspannung geführt, die du im Anschluss direkt mit nach Hause nehmen kannst. Kosten: 20-40,- nach Selbsteinschätzung (Ermäßigung möglich!) in Reinhausen.



Jeden Dienstag von **15-17 Uhr offene Sprechstunde** im Familienzentrum

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei, es sei denn es steht etwas anderes dabei...

mehr
Infos hier



Anmeldung unter
familienzentrum.gleichen@evlka.de
05592-927003



<https://ev-familienzentrum-gleichen.wir-e.de>