

Gesundheit Entspannung Zufriedenheit Rituale Energie tanken Liebe Geborgenheit



## „Das kleine Glück“

Raum und Zeit des gemeinsamen Auftankens, der Ruhe und des Wohlbefindens für Sie und Ihr Kind

Den Moment leben und erleben, auf den Spuren für das Besondere, Mutter zu sein oder zu werden

Wie bleibe ich in meiner Kraft, gesund, zufrieden und gelassen in Zeiten der Herausforderung

Rituale der Ruhe für mich und mein Kind finden

Für **Schwangere, Mütter mit Kindern** (von Geburt bis ca. 18 Monaten.)

Wo **Villa Folke Bernadotte** (Raum Oase), Jungfernstieg 19, 12207 Berlin

Wann jeden **Dienstag** von **10:30** Uhr bis **11:30** Uhr

Leitung Martina Riester, Sozialpädagogin und PEKiP -Kursleiterin

Kosten 12,00 EUR pro Monat

Anmeldung [m.riester@sz-s.de](mailto:m.riester@sz-s.de) – 0157-58256583