



## maternita

### Rundum sorglos?

#### Informationsveranstaltung für Schwangere

Babies kommen nun einmal nicht mit einer Gebrauchsanleitung. Und oft ist man überwältigt mit all den **Angeboten** und **Möglichkeiten**, die so ein Nachwuchs mit sich bringen kann. Hinzu kommt die Herausforderung den **Job**, die **Familie** und den **Nachwuchs** unter einen Hut zu bringen und dann auch noch die Zeit zu genießen.

Wir - das **maternita**-Team Ulrike Loth und Inga Sarrazin - möchten gerne an einem **gemütlichen Abend** mit Tee und Snacks unsere **Tipps, Adressen, Informationen und Erfahrung** mit Euch teilen, um Euch besser durch die chaotische und aufregende Zeit der Schwangerschaft zu navigieren:

- Krankenhaussuche
- Hebammensuche
- Behördengänge
- Erstausrüstung
- Kurs- und Freizeitangebote
- Wellnessmöglichkeiten
- Und was Euch sonst noch auf dem Herzen liegt.



**Wann:** 22.10.2013 von 19:30 - 21:00 Uhr

**Kosten:** 7 Euro pro Person

**Wo:** Im Nachbarschaftscafé des Familienzentrums Pankow

**Anmeldung:** Gerne bis zum 18.10.13 mit speziellen Fragen oder Interessensschwerpunkten unter [info@maternita.de](mailto:info@maternita.de)



---

Schönholzer Str. 10 ■ 13187 Berlin ■ [www.stz-pankow.de](http://www.stz-pankow.de)  
Selbsthilfekontaktstelle 030. 499 87 09 10 ■ Freiwilligenagentur 030. 499 87 09 20  
Nachbarschafts- und Familienzentrum 030. 499 87 09 00