

# Startpunktcafé Allmannsdorf

## Programm für April

Für werdende Eltern, Mütter und Väter mit ihren Kindern von 0-3 Jahre

### Jeden Donnerstag von 10:00 – 11:30

bieten wir euch in unserem Startpunktcafé, in kinderfreundlicher und entspannter Atmosphäre, die Möglichkeiten zu Begegnung, Austausch und Information für **alle** Familien. Es erwartet euch ein kleines Frühstück. Außerdem gibt es die Möglichkeit das Willkommensgeschenk der Stadt Konstanz einzulösen. Hier findet ihr das aktuelle Programm für diesen Monat:

- 02.04.2026** „Der Startpunkt bleibt geschlossen“. Wir wünschen allen Familien eine schöne Osterwoche.
- 09.04.2026** „Osterferien“ der Startpunkt bleibt geschlossen.
- 16.04.2026** „Co-Regulation für Mama & Kind“  
Ein sicherer Raum, in dem du zur Ruhe kommst, dein Nervensystem auftankt und dein Kind von deiner Regulation profitiert. Wir verbinden Körper, Atem und Nähe, damit ihr mehr Leichtigkeit, Sicherheit und Verbundenheit spürt.  
Angeleitet von Hannah Günther, Ergotherapeutin und Erlebnispädagogin.
- 23.04.2026** „Hebammensprechstunde“. Stillen, Wickeln, Weinen, Rückbildung – egal bei welchen Fragen, kommt vorbei und holt euch eure individuelle Beratung bei Hebamme Christiane Schnur.
- 30.04.2026** „Austausch und Frühstück“. Kommt vorbei und bringt eure Themen mit!



Startpunkt Allmannsdorf  
Im Quartiersladen Allmannsdorf

Mainaustr. 166, 78464 Konstanz  
Tel: 0162 7690 775

Ansprechpartnerin: Maja Scherer-Evers  
start.allmannsdorf@caritas-kn.de

[www.startpunktleben.de](http://www.startpunktleben.de)

