

# RAUSZEIT

## WALK & TALK

Gemeinsam meistern wir einen ca. stündigen zügigen Spaziergang. Du bist schwanger und möchtest in Bewegung bleiben? Frisch Mama oder Papa geworden und suchst den Kontakt zu anderen? Oder die Kids sind längst in der Schule und du würdest dich über Gesellschaft beim Spazieren freuen? Dann melde dich an.

## PLAY & TALK

Gemeinsam verbringen wir ca. eine Stunde (oder länger) auf dem Spielplatz. Während die Kinder spielen, hast du Zeit dich mit anderen Eltern zwangslos auszutauschen. Bist du dabei? Dann melde dich an.

## DAS ANGEBOT IST KOSTENLOS

Weitere Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung findest du unter

**[www.familientreff-oensing.ch](http://www.familientreff-oensing.ch)**

