



ELTERNSCHULE

BERGEDORF

**Volles Programm für Familien.
Januar – August 2020**



SO FINDEN SIE UNS

» Elternschule Bergedorf

» Leitung:

Gabriele Engberg und Jasmin Saribaf

Billwerder Billdeich 648 a

21033 Hamburg

Tel.: 040 428 91-2684 /-2685

elternschule@bergedorf.hamburg.de

anmeldung-elternschule@bergedorf.hamburg.de

www.hamburg.de/bergedorf/elternschule

» So finden Sie uns:

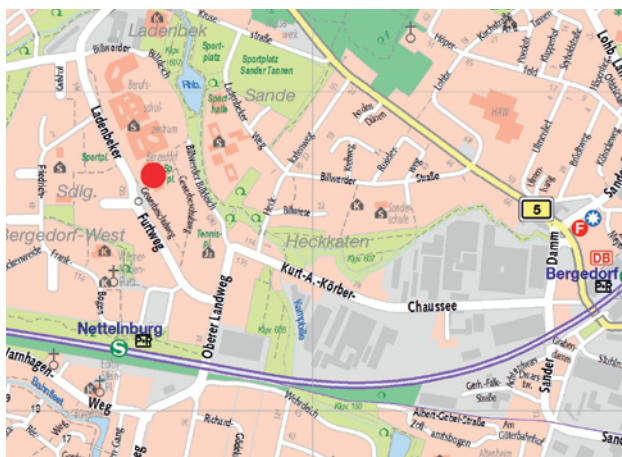
Das Bunte Haus für Eltern und Kinder

S-Bahn Nettelburg, Fußweg 10 min

Zugang gegenüber Ladenbeker Furtweg 248a

neben dem Heizkraftwerk mit Schornstein,

Parkplätze auf beiden Seiten



— 4	WILLKOMMEN !
5	OFFENE TREFFEN
7	RUND UMS BABY
10	ELTERN-KIND-KURSE
11	KREATIV FÜR KINDER
12	KREATIV FÜR ERWACHSENE
13	GESUND LEBEN
15	VÄTER MIT KINDERN
16	ERZIEHUNG UND GESELLSCHAFT
20	AUSFLÜGE
21	BERATUNG UND INFORMATION
22	KOOPERATIONSPARTNER
23	INFORMATIONEN ZUR ANMELDUNG
24	ANMELDUNG



ELTERNSCHULE

Bergedorf



Willkommen!

Was ist eine Elternschule?

Das Leben mit Kindern ist vielfältig und schön, bringt aber auch viele Veränderungen mit sich – dabei wollen wir Sie unterstützen und begleiten. Ob es um den Austausch mit anderen Eltern, Spielanregungen für die Kinder oder um Erziehungsthemen geht – bestimmt ist auch ein Angebot für Sie dabei!

Wir bieten Eltern-Kind-Gruppen, offene Treffs, Workshops und Vorträge rund ums Thema Kinder. Außerdem Gruppen für Erwachsene zu Erziehungsthemen, Gesundheitsfragen sowie Kreativangebote.

Für wen?

Unsere Angebote richten sich an alle Erwachsenen, die mit Erziehungsaufgaben betraut sind und im Bezirk Bergedorf leben. Bei uns sind alle Menschen aus unterschiedlichen Kulturen und Lebenssituationen, in deren Gemeinschaft Kinder aufwachsen, willkommen.

Wann kann ich mich informieren?

Unsere Sprechzeiten sind

▶ Di. ■ 10–12 Uhr ■ Tel. 42891-2685

▶ Do. ■ 10–12 Uhr ■ Tel. 42891-2684

außer in den Hamburger Ferien

Aktuelles, Änderungen und Besonderheiten können Sie über den Newsletter per E-Mail erhalten.

Was soll ich mitbringen?

Bringen Sie bitte Socken für sich und Ihr Kind mit, eventuell einen kleinen Snack.

Für Kaffee, Tee und Wasser ist gesorgt.

Ohne Anmeldung und kostenfrei**Mama Fit mit Kid**

HANNA LEVITSKY

.....

Mama wird fit und das Baby kommt mit. Abwechslungsreiche Übungen auch mit den Babys für den ganzen Körper, um von der Schwangerschaft beanspruchte Muskulatur zu kräftigen und Verspannungen zu lösen. Mütter mit Babys aus aller Welt sind bei uns willkommen!

BE01 ▶▶ ab Di. ■ 14.01. ■ 11.00–12.30 Uhr

**Bezirkssporthalle Bergedorf
Mittleren Landweg 45, 21033 Hamburg**

Bewegung macht schlau

HANNA LEVITSKY

.....

Kinder mit ihren Eltern aus aller Welt turnen an kleinen und großen Geräten – meistern so kleine und große Herausforderungen. So werden nicht nur der Körper, sondern auch der Kopf und die Geschicklichkeit gefördert.

Kinder von 3 – 6 Jahren

BE02 ▶▶ ab Di. ■ 14.01. ■ 14.00 – 16.00 Uhr

**Bezirkssporthalle Bergedorf
Mittleren Landweg 45, 21033 Hamburg**

Singen, Basteln, Spielen

HANNA LEVITSKY / SVETLANA GENKE

.....

Nach einer netten Begrüßungsrunde basteln wir den Jahreszeiten entsprechend. Bei einer anschließenden Kaffeerunde kommt auch der Austausch nicht zu kurz. Gestärkt lassen wir den Tag mit Bewegung ausklingen.

Für Eltern mit Geschwisterkindern von 3 bis 5 Jahren

BE03 ▶▶ ab Mi. ■ 15.01. ■ 15.30–17.30 Uhr**Begegnung/ Kochen Spaß und Essen für Frauen aus aller Welt**

MAHNAZ KARIMI

.....

Andere Kulturen kennenlernen – ein Treffen um Kontakt aufzunehmen und die deutsche Sprache in lockerer Atmosphäre anzuwenden. Neuankömmlinge sind willkommen.

Mit Kinderbetreuung

BE04 ▶▶ ab Mi. ■ 15.01. ■ 12.30–15.30 Uhr

Ohne Anmeldung und kostenfrei

Musikalisches Frühstück

STEFANIE RIEDEL

.....

Gemeinsam singen, spielen und die Welt entdecken, dabei frühstücken, gute Gespräche führen und sich über Erziehungsfragen austauschen.

Für Eltern mit Kindern ab 15 Monaten – 2 Jahren

BE05

» ab Fr. ■ 17.01. ■ 9.00–11.00 Uhr

Spielgruppe am Nachmittag

Детская группа, для мам и малышей.
Мы здесь играем поём и рисуем .

ALLA SEMRAU

.....

Wir singen zusammen russische und deutsche Lieder, spielen und basteln. Eine russischsprachige Pädagogin ist anwesend.

Für Eltern mit Geschwisterkindern von 0–5 Jahren

BE06

» ab Fr. ■ 17.01. ■ 16.00–18.00 Uhr

Treffen für Alleinerziehende

JÜRGEN TIETZ

.....

Das Leben mit Kindern, mit Partner, neuem/er Partner/in, allein oder getrennt erziehend, als Wochenend-Vater oder -Mutter stellt uns alle vor neue und große Herausforderungen.

In offener und vertrauensvoller Gruppenatmosphäre wird über alles gesprochen, was Eltern zufriedener und stärker macht.

Kinderbetreuung bei Bedarf: Tel. 42891-2014

14.01.,28.01.,11.02.,25.02.,10.03.,24.03.,07.04.,
21.04.,05.05.,19.05.,16.06.

**Findet in der Erziehungsberatungsstelle,
Billwerder Bildeich 648a 1.OG statt!**

Treffen für lateinamerikanische Frauen

LIDIA MARIA CRUZ RAMIREZ

.....

Infos über: grupobrisalatina@aol.com

» letzter Freitag im Monat ■ ab 18 Uhr
(außer in den Hamburger Ferien)

Babymassage

für Eltern mit 7 Wochen–5 Monate alten Babys
 Babymassage ist sowohl für das Baby, als auch für die Mutter/den Vater eine wunderbar entspannende Methode, um den Kontakt zu sensibilisieren und zu intensivieren.

Bitte bringen Sie ein Badetuch, bequeme Kleidung und Socken mit.

ULRIKE GERLACH

BE08 ▶ Mi. ■ 22.01.–12.02. ■ 11.30–13.00 Uhr ■ 9 Euro

CHRISTINE WAWRZYN

BE09 ▶ Do. ■ 13.02.–26.03. ■ 9.00–10.30 Uhr ■ 9 Euro

BE10 ▶ Do. ■ 23.04.–28.05. ■ 9.00–10.30 Uhr ■ 9 Euro

ANGELINA PFEIFER ZE

BE11 ▶ Mi. ■ 25.03.–22.04. ■ 9.00–10.30 Uhr ■ 9 Euro

Babymassage für Väter / Eltern

ANGELINA PFEIFER ZE

Gerade Väter und Eltern, die durch Berufstätigkeit wenig Zeit haben, erhalten in diesem Workshop die Möglichkeit, mit dem Baby in einen wohligen Kontakt zu kommen und dem Baby Geborgenheit zu vermitteln.

BE12 ▶ Sa. ■ 09.05. u. 16.05. ■ 10.30–12.00 Uhr ■ 9 Euro

Offener Babytreff am Vormittag für Babys bis 12 Monate Offen und ohne Anmeldung

GABRIELE WOHLTMANN

Das Baby ist da und das Leben hat sich total verändert. Wir unterstützen ein einfühlsames Miteinander, regen zum Spielen an und tauschen uns aus.

BE13 ▶ Di. ■ ab 14.01. ■ 9.30–11.00 Uhr

Offener Babytreff am Vormittag für Babys von 9 – 18 Monate Offen und ohne Anmeldung

STEFANIE RIEDEL

Gemeinsam singen, spielen und mit Bewegung alle Sinne anregen.

BE14 ▶ ab Do. ■ ab 16.01. ■ 9.00–10.30 Uhr
 Parallel dazu gibt es die Möglichkeit zur Einzelberatung mit von Anfang an...

Eigentlich hatte ich es mir ganz anders vorgestellt ... Von Anfang an.®



Von Anfang an.
Hilfe und Beratung für Eltern mit
Kindern von null bis drei Jahren.

MEIKE KOLLMMEYER

Warum weint und schreit mein Baby so?
...Was kann ich tun, damit mein Baby endlich richtig isst? ... Warum schläft mein Baby so wenig?
Diese und andere Fragen können Sie im Einzelgespräch mit einer Beraterin klären und gemeinsam Lösungen entwickeln.

- » Do. ■ 09.01. ■ (14-tägig) 9.00–11.00 Uhr
- » bitte Termin vereinbaren 040 27880886

Entwicklungssprechstunde

KIRSTEN GNECKOW

Hier ist Raum für Fragen zur motorischen Entwicklung der Kinder, die eine Physiotherapeutin fachlich beantworten kann.

- BE15** » Di. ■ 11.02. ■ 09.45–11.15 Uhr
- BE16** » Do. ■ 19.03. ■ 09.30–11.00 Uhr
- BE17** » Di. ■ 21.04. ■ 09.45–11.15 Uhr
- BE18** » Do. ■ 14.05. ■ 09.30–11.00 Uhr

Kinder natürlich behandeln

HELENA WEINDEL

Mit der Kraft der Natur und einfachen Hausmitteln das kranke Kind unterstützen

- BE19** » Fr. ■ 27.03. ■ 9.30–10.30 Uhr
- BE20** » Do. ■ 23.04. ■ 9.30–10.30 Uhr

Breikostberatung

ANNA DUBAS-TIETJENS

Wie gewöhne ich mein Baby an feste Nahrung?
Ab wann? Welche Lebensmittel?

- BE21** » Fr. ■ 07.02. ■ 11.00–12.30 Uhr
- BE22** » Di. ■ 24.03. ■ 10.00–11.30 Uhr
- BE23** » Fr. ■ 15.05. ■ 11.00–12.30 Uhr

Osteopathie für Kinder

ISKE REIMANN

Wegen ihrer sanften Techniken ist eine osteopathische Behandlung für Kinder besonders geeignet.
Kleiner Einblick in Technik und Indikationen.

- BE24** » Di. ■ 05.05. ■ 9.00–10.30 Uhr

Berühren und Bewegen/ Kinaesthetics

NICOLA ZACHARIAS

Kinaesthetics möchte die Bewegung- und Entwicklungsprozesse von Kindern durch Kommunikation mit dem Kind und über Berührung passend unterstützen..

BE25 ▶ Fr. ■ 21.02. ■ 09.00–11.00 Uhr

BE26 ▶ Do. ■ 27.02. ■ 09.00–10.30 Uhr

Gesunde Ernährung für Kinder

ANNA DUBAS-TIETJENS

Kinderjoghurt, Quetschi, Capri Sonne – Was brauchen unsere Kinder wirklich? Gesund oder nicht gesund?

Eine Dipl. Ökotrophologin informiert über Lebensmittel für Kinder und deren Zusammensetzung.

BE27 ▶ Mi. ■ 20.02. ■ 16.00–17.30 Uhr

BE28 ▶ Mi. ■ 22.04. ■ 9.00–10.30 Uhr

Bewegte Babys

Wir unterstützen ein einfühlsames Miteinander, Wahrnehmungsförderung und Spielanregung. Infos über Bewegungsentwicklung.

GABRIELE WOHLTMANN

Für Eltern mit 5–8 Monate alten Babys

BE29 ▶ Mo. ■ 20.01.–11.05. ■ 9.00–10.30 Uhr ■ 9 Euro

Für Eltern mit 6–9 Monate alten Babys

BE30 ▶ Mo. ■ 20.01.–11.05. ■ 10.45–12.15 Uhr ■ 9 Euro

ANNA DUBAS-TIETJENS

Für Eltern mit 9–12 Monate alten Babys

BE31 ▶ Mo. ■ 20.01.–11.05. ■ 9.00–10.30 Uhr ■ 9 Euro

Für Eltern mit 3–5 Monate alten Babys

BE32 ▶ Mo. ■ 20.01.–11.05. ■ 10.45–12.15 Uhr ■ 9 Euro

ANETT ANDERSSON

Für Eltern mit 9–12 Monate alten Babys

BE33 ▶ Di. ■ 21.01.–12.05. ■ 10.45–12.15 Uhr ■ 9 Euro

Für Eltern mit 12–18 Monate alten Babys

BE34 ▶ Di. ■ 21.01.–12.05. ■ 9.00–10.30 Uhr ■ 9 Euro

Musik, Bewegung, Spiel

Gemeinsam wollen wir in die Welt der Klänge und Töne eintauchen. Wir werden singen, uns zur Musik bewegen und einfache Instrumente kennen lernen.

Musik und Bewegung für die Kleinsten

ANNEKE LINDNER

Eltern mit Kindern von 9–15 Monaten

BE36 ▶ Mo. ■ 16.03.– 11.05. ■ 14.15–15.45 Uhr ■ 9 Euro

Musik, Bewegung, Spiel

SILKE SCHWORMSTEDTE

Eltern und Kinder von 2–3 Jahren

BE37 ▶ Do. ■ 23.01.– 30.04. ■ 14.45–16.15 Uhr ■ 9 Euro

Eltern und Kinder von 3,5–5 Jahren

BE38 ▶ Do. ■ 23.01.– 30.04. ■ 16.30–18.00 Uhr ■ 9 Euro

ANNEKE LINDNER

Eltern und Kinder von 2–3,5 Jahren

BE39 ▶ Mo. ■ 16.03.– 11.05. ■ 16.00–17.30 Uhr ■ 9 Euro

Turnen, Spielen, Singen

ANETT ANDERSSON

In Kooperation mit **und in der Kita DRK Springmaus** in Allermöhe

Bewegungsangebot für 3-4jährige mit Elternteil
Turnen an kleinen Geräten und Spielen im großen Bewegungsraum – so fördern wir nicht nur den Körper sondern auch den Kopf!

BE40 ▶ Di. ■ 21.01.– 25.02. ■ 16.00–17.30 Uhr ■ 9 Euro

**Im Bewegungsraum der Kita DRK Springmaus
Wilhelmine-Hundert-Weg 2-6, 21035 Hamburg**

Basteln im Jahreskreis für Kinder von 3–6 Jahren

CORTINA HINSCH

Im Jahreskreis basteln und singen Kinder gemeinsam mit ihren Eltern.

Es werden zusammen Ausflüge geplant.

BE41 ▶ Mo. ■ 20.01.–11.05. ■ 16.00–17.30 Uhr ■ 9 Euro

Yoga für Kinder mit ihren Eltern

STEPHANIE KAUPP

Leichte, spielerische Yogaübungen, die allen Spaß machen, die Stimmung heben und die Beziehung zwischen Eltern und Kindern stärken

Für Kinder von 3-6 Jahren mit ihren Eltern

BE42 ▶ Fr. ■ 24.01. u. 31.01. ■ 15.00–17.00 Uhr ■ 9 Euro

Töpfern für Kinder von 4–6 Jahren mit Eltern

NATHALIE SPOHN

In diesem Kurs haben Kinder die Möglichkeit mit ihren Eltern zusammen den kreativen Umgang mit dem Material Ton kennen zu lernen.

BE44 ▶ Mo. ■ 03.02.–06.04. ■ 16.00–17.30 Uhr ■ 9 Euro
zzgl. Materialumlage

**Ort: Im Spielhaus KAP! Kurt-Adams-Platz 7,
21031 Hamburg**

Kreative Kochwerkstatt

KARIN PEMSEL / HELGA WUNSCH

Kulinarische Vielfalt verschiedener Länder und Kulturen kennenlernen. Wir kochen, backen und experimentieren mit gesunden Zutaten gemeinsam mit den Kindern. In gemütlicher Runde wird anschließend das zubereitete Essen genossen.

Eltern und Kinder ab 3 Jahren

BE45 ▶ Di. ■ 04.02.–25.02. ■ 15.00–18.00 Uhr ■ 9 Euro

Malwerkstatt

BRITTA LOREK

Kreativer Umgang mit Farbe und Maltechniken für Eltern mit Kindern von 3–6 Jahren

BE46 ▶ Fr. ■ 07.02. u. 14.02. ■ 15.00–17.00 Uhr ■ 9 Euro

BE47 ▶ Fr. ■ 17.04. u. 24.04. ■ 15.00–17.00 Uhr ■ 9 Euro

Wieso? Weshalb? Warum? Ein Experimentier-Workshop

SUMITA RUI / REGINE GROSS

Kaum zu glauben, aber unser Alltag steckt voller spannender Geheimnisse.

Wir wollen mit Euch staunen, forschen, experimentieren und entdecken.

Für Kinder im Grundschulalter mit ihren Eltern

BE48 ▶ Fr. ■ 28.02. ■ 15.00–18.00 Uhr ■ 9 Euro

Osterwerkstatt

HELGA WUNSCH/ KARIN PEMSEL/ ALLA SEMRAU

Osterkörbe basteln, Eier bemalen und Osterhasen backen!

BE49 ▶ Sa. ■ 28.03. ■ 15.00–18.00 Uhr ■ 9 Euro

KREATIV FÜR ERWACHSENE

Näh-Workshops für Anfängerinnen und Fortgeschrittene

ANETT ANDERSSON

Wir arbeiten an unseren eigenen Nähprojekten, tauschen Ideen aus und nutzen einen freien Abend zum kreativen Schaffen! Bitte die eigene Nähmaschine mitbringen, wenn möglich.

BE50 ▶ Di. ■ 17.03.–14.04. ■ 19.30–21.30 Uhr ■ 11,50 Euro

BE51 ▶ Di. ■ 21.04.–26.05. ■ 19.30–21.30 Uhr ■ 11,50 Euro

Töpfern für Erwachsene

HELMA PORWOLL

Schönes Selbstgemachtes für Wohnung, Haus, Balkon und Garten. Anfänger sind willkommen!

BE52 ▶ Mo. ■ 20.01.–23.03. ■ 19.30–21.30 Uhr ■ 18,40 Euro zzgl. Materialumlage

**Ort: Spielhaus Kurt-Adams-Platz 7,
21031 Hamburg**

Yoga und Entspannung für Mütter

CORNELIA BANISCH

Abende zum Wohlfühlen: Ruhe finden, zu sich kommen, eine Pause vom „Mutter Sein“ mit Yoga und Entspannung. Bequeme Kleidung mitbringen.

BE53 ▶ Mi. ■ 18.03.–13.05. ■ 19.00–20.30 Uhr ■ 20,70 Euro

Erste Hilfe am Kind

MARCO NITSCHKE / KINDERFEE HAMBURG

In diesem Kurs werden wichtige Informationen vermittelt, wie Kinderunfälle verhindert werden können und wie Eltern Erste Hilfe leisten müssen, z.B. bei Verbrennungen, Verbrühungen, Vergiftungen, bei Sturz, bei Pseudokrapp und anderen Notfällen..

BE54 ▶ Sa. ■ 22.02. ■ 10.00–14.00 Uhr ■ 13,80 Euro

BE55 ▶ Do. ■ 26.03. ■ 09.30–14.00 Uhr ■ 13,80 Euro

BE56 ▶ Do. ■ 07.05. ■ 09.30–14.00 Uhr ■ 13,80 Euro

Gelassen im Stress

CORDULA WENZEL

Im Alltag schlagen die Wellen manchmal hoch, so dass wir angespannt sind und automatisch in Stress geraten.

Gerade dann werden wir im Umgang mit unseren Kindern ungeduldig und emotional aufgebracht. Klopftechniken nach PEP sind eine schnell zu erlernende Selbsthilfetechnik, um zu mehr Ruhe zu gelangen und so geduldiger mit uns und unseren Kindern umzugehen.

BE57 ▶ Mo. ■ 20.01.–27.01. ■ 19.30–21.30 Uhr ■ 4,60 Euro

Yoga in der Schwangerschaft

CHRISTINE WAWRZYN

Stärkende Übungen für diese einmaligen 9 Monate, Vorbereitung und Einstimmung für die neue Lebensphase mit Kind.

Bitte bequeme Kleidung und Mineralwasser mitbringen.

BE58 ▶ Di. ■ 21.01.–25.02. ■ 17.00–18.30 Uhr ■ 13,80 Euro

BE59 ▶ Di. ■ 24.03.–28.04. ■ 17.00–18.30 Uhr ■ 13,80 Euro

Mama Fit

ANNA DUBAS-TIETJENS

Mutter sein, Frau bleiben – Der Kurs beinhaltet Kräftigungs-, Dehnungs- und Entspannungselemente. Babys sind willkommen.

BE60 ▶ Fr. ■ 31.01.–06.03. ■ 9.00–10.30 Uhr ■ 13,80 Euro

BE61 ▶ Fr. ■ 17.04.–05.06. ■ 9.00–10.30 Uhr ■ 13,80 Euro

Homöopathie für die Hausapotheke

BIRGIT BOHN

Mit homöopathischen Arzneimitteln auf sanfte Weise typische Beschwerden, wie z.B. Erkältungskrankheiten, Magen-Darm Probleme, „kleine Notfälle“ lindern. Sie lernen die wichtigsten Mittel aus der homöopathischen Hausapotheke kennen.

BE62 ▶ Do. 23.04.+07.05. ■ 19.30–21.30 Uhr ■ 4,60 Euro

Partnermassage

ANGELINA PFEIER ZE

Gönnen Sie sich und Ihrem Partner eine Auszeit und genießen Sie miteinander einen wertschätzenden Kontakt. Entspannungsmassage zur Lösung von inneren und äußeren Anspannung ausprobieren.

Der Kurs ist für Personen nicht geeignet, die akute Rückenprobleme haben.

Bitte bequeme Kleidung und 2 Badehandtücher mitbringen.

BE63 ▶ Sa. ■ 09.05. ■ 14.00–17.00 Uhr ■ 6,60 Euro pro Paar

Schwimmkurs für Frauen

In Kooperation mit Haus im Park/DLRG

Ort: **Schwimmbad Haus im Park**

Übungen zur Wassergewöhnung und Bewegungsabläufe zum Schwimmen lernen.

▶ Termin erfragen

Holzwerken

Gemeinsam sägen, hämmern, schleifen und etwas Eigenes basteln in der Holzwerkstatt

Treffen: Elternschule Bergedorf

BE64

» Sa. ■ 21.03. ■ 10.00–13.00 Uhr
Materialumlage 5 Euro

Ostereier bemalen und Rührei brutzeln

Basteln für Väter mit Kindern mit kulinarischem Genuss rund ums Ei. Bitte ungekochte und ggf. auch gekochte Eier mitbringen.

BE65

» Sa. ■ 04.04. ■ 10.00–13.00 Uhr
Materialumlage 5 Euro

Stockbrot, Schmurgeln und Schnitzen am Lagerfeuer

Messer mit Steinen schärfen, schnitzen und zum Lagerfeuer ein Würstchen mit Stockbrot genießen. Respekt vor und ein angemessener Umgang mit dem Element Feuer ist dabei wichtig.

BE66

» Sa. ■ 25.04. ■ 14.30–17.30 Uhr
Materialumlage 5 Euro

Hütte bauen im Wald

Auf in den Wald und aus der Natur ein kleines Heim errichten. Gemeinsames Erleben von Natur und Umgang mit Naturmaterialien.

BE67

» Sa. ■ 09.05. ■ 10.00–15.00 Uhr ■ 4,60 Euro

Kanufahren

Das Paddel in die Hand und ins Boot gestiegen. Erlebnis Wasser und Natur gemeinsam erfahren und sich im Umgang mit dem Kanufahren üben.

BE68

» Sa. ■ 13.06. ■ 10.00–14.00 Uhr ■ 4,60 Euro

Wenn der Wut-Zwerg kommt

CORDULA WENZEL

Viele Eltern kleiner Kinder erleben, dass ihr Kind plötzlich völlig außer sich gerät und nur noch schreit und um sich schlägt. An diesen beiden Abenden erkunden wir, wie Eltern ihr Kind unterstützen können und was sie selbst tun können, um ruhig zu bleiben.

BE69 ▶ Mi. ■ 01.04. u. 08.04. ■ 19.30–21.30 Uhr ■ 4,60 Euro

Liebevoll Grenzen setzen

TANJA FAGERMANN

In Kooperation mit dem EKiz Spielnetz / Boberg
Es werden Übungen und Handlungsmuster vermittelt, wie wir unseren Kindern Grenzen sichtbar machen können, ohne zu viel zu reden oder „auszuflippen“.

BE70 ▶ Do. ■ 30.01. ■ 19.30 –21.30 Uhr ■ kostenfrei
Der Kurs findet im EKiz Spielnetz, Bockhorster Weg 1, 21031 Hamburg statt

Warum Geschwister sich zum Streiten gern haben ...

TANJA FAGERMANN

Warum Geschwister sich zum Streiten gern haben, rivalisieren und um die Zuneigung der Eltern buhlen. Anhand konkreter Beispiele wollen wir uns erarbeiten, wie wir unsere Kinder in Konfliktsituationen unterstützen können.

BE71 ▶ Do. ■ 13.02.–27.02. ■ 19.30–21.30 Uhr ■ 6,90 Euro

Starke Eltern – Starke Kinder

STEFANIE RIEDEL/JASMIN SARIBAF

Elternkurs des dt. Kinderschutzbundes
In Kooperation mit dem EKiz Wabe e.V.
Elternsein kann schön, aber auch anstrengend sein. Ziel des Kurses: den Kontakt und die Bindung zu unseren Kindern zu verbessern und mehr Gelassenheit und Freude im Alltag zu erlangen.
Mit Kinderbetreuung

BE72 ▶ Di. ■ 17.3. – 05.05. ■ 9.30 – 11.30 Uhr ■ 18,40 Euro
Der Kurs findet im EKiz Wabe, Kita Neuer Mohnhof, Hinterm Graben 37 statt

Wenn aus süßen Babys eigensinnige Kinder werden

CORDULA WENZEL

Wie können Eltern die Willensbekundungen ihrer Kinder ernst nehmen und dennoch Grenzen setzen, ohne in Machtkämpfe zu geraten?

Dies erarbeiten wir anhand von alltäglichen Situationen.

BE73 ▶ Mo. ■ 25.05. ■ 19.30–22.00 Uhr ■ kostenlos

Umgang mit Medien in der Familie

ELTERNMEDIENLOTSE EIN PROJEKT VON TIDE

Wann und wie beginnt Medienerziehung?
Wie können Kinder kreativ mit Medien umgehen?
Kann ich Medien für die Erziehung nutzen?

BE74 ▶ Di. ■ 24.03. ■ 19.30–21.30 Uhr ■ kostenlos
TSG Kita Sportini Billwerder Billdeich 609

Entspannter im Alltag

TANJA FAGERMANN

Wir haben im Alltag viele Anforderungen zu bewältigen, im Beruf, in der Kindererziehung und auch in der Partnerschaft. In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit unseren persönlichen Stressfaktoren und entwickeln Wege, diese zu reduzieren.

BE75 ▶ Do. ■ 26.03.–09.04. ■ 19.00–21.30 Uhr ■ 6,90 Euro

4 Werte, die Kinder ein Leben lang tragen

SONJA SCHWABE / (FAMILYLAB-SEMINAR)

Inspiziert von den Büchern von Jasper Juul wollen wir uns die vier Werte Integrität, Authentizität, Gleichwürdigkeit und Verantwortung im Zusammenhang mit unserem Familienalltag und eventuellen Konflikten anschauen.

BE76 ▶ So. ■ 23.02. ■ 14.00–18.00 Uhr ■ 4,60 Euro

Nein aus Liebe

SONJA SCHWABE / (FAMILYLAB-SEMINAR)

Wie kann ich im Familienalltag meine eigenen Grenzen, Bedürfnisse und Werte klar kommunizieren, ohne mein Kind in seiner Integrität zu verletzen und die Entwicklung seines Selbstwertgefühls zu gefährden?

BE77 ▶ So. ■ 05.04. ■ 14.00–18.00 Uhr ■ 4,60 Euro

Ich will Babysitter werden

LAURETTA TIMM

Für Jugendliche ab 14 Jahren

Es wird der Umgang mit Säuglingen und Kleinkindern erlernt. Altersgerechte Beschäftigungen und Spiele werden vermittelt. Am Ende des Kurses wird eine Bescheinigung ausgestellt und du wirst in die Babysitterkartei aufgenommen.

BE78 ▶ Di. ■ 11.02.–25.02. ■ 16.30–18.30 Uhr ■ 6,90 Euro

Kostenlose Workshops

Kinder brauchen Bücher

GABRIELE ENGBERG

Eine kleine Buchvorstellung von Bilderbüchern, die Spaß machen und die Erlebniswelt und Nöte von kleinen Kindern aufgreifen.

BE79 ▶ Fr. ■ 24.04. ■ 09.30–10.30 Uhr

Körper, Neugier, Doktorspiele

GABRIELE ENGBERG

Wie gehen wir mit kindlicher Sexualität um? Welche Sprache ist altersangemessen und wie unterstütze ich mein Kind in seinen Grenzen!

BE80 ▶ Fr. ■ 05.06. ■ 09.30–10.30 Uhr

Die nachfolgenden Kurse werden von JÜRGEN TIETZ angeboten, kostenlos

In der Erziehungsberatungsstelle 1. OG Anmeldung direkt unter Tel. 428 91-20 14

Treffen für Patchwork – Eltern

Was ist bei uns anders, als in anderen Familien?

Alles soll schöner werden und wird trotzdem immer schwieriger. Wenn gewünscht, können regelmäßige Treffen verabredet werden.

BE81 ▶ Di. ■ 14.01. ■ 19.30 Uhr

BE89 ▶ Di. ■ 16.06. ■ 19.30 Uhr

Väterabend

Spaß und Leid im Familienalltag.

Wie stärken wir die Familie?

BE 82 ▶ Di. ■ 28.01. ■ 19.30 Uhr

Schwung in der Partnerschaft

Ein Gesprächsabend für Eltern-Paare, die neben Alltagsfrust und Kindererziehung die freud- und lustvolle Paarbeziehung stärken wollen.

BE83 ▶ Di. ■ 11.02. ■ 19.30 Uhr

Eltern bleiben – auch bei Trennung

Es werden Hilfestellung und gute Lösungen für die gemeinsame elterliche Sorge und die Umgangsregelung bei der Trennung erarbeitet.

Nach Absprache können auch Einzel- und Paargespräche vereinbart werden.

BE84 ▶ Di. ■ 25.02. ■ 19.30.Uhr

Ich verhalte mich genau wie meine Mutter, wie mein Vater

obwohl ich das immer gehasst habe.

Wir wollen das verändern!

BE85 ▶ Di. ■ 24.03. ■ 19.30 Uhr

Wo bleib ich?

Der Spagat zwischen Beruf – Partnerschaft – Familienpflichten ist oft ganz schön stressig. Einzelberatung und Coaching

BE86 ▶ Di. ■ 07.04. ■ 19.30 Uhr
(und auf Anfrage)

Großelterntreffen

..... Wie können wir unsere Kinder und Enkelkinder am besten unterstützen?

BE87 ▶ Di. ■ 21.04. ■ 15.00 Uhr

Leben zu Dritt

..... Wie verändert sich der Familienalltag durch ein Kind

BE88 ▶ Di. ■ 05.05. ■ 19.30 Uhr

Ausflüge

Ausflug zum Bauernhof Eggers

..... Eltern mit Kindern ab 2 Jahren

Raus aufs Land und einen richtigen Bauernhof erleben. Tiere streicheln und füttern.

Trecker fahren und sich austoben.

BE90 ▶ Mi. ■ 20.05. ■ 13.30 – ca. 18.00 Uhr ■
5 Euro pro Familie

Treffen in der Elternschule um 13.30 Uhr

Ausflug zum Heuhof Hoppelino

..... Eltern mit Kindern ab 2 Jahren

Naturerlebnis mit Tierfütterung, Heuboden, Trecker fahren und großem Spiel- und Tobegelände

BE91 ▶ Mi. ■ 24.06. ■ 13.30 Uhr – ca. 18.00 Uhr ■
5 Euro pro Familie

Treffen in der Elternschule um 13.30 Uhr

Wildpark Schwarze Berge

..... Besuch im naturbelassenen Wildpark mit Streicheln, Füttern, Flugshow und vieles mehr zum „Anfassen“.

BE92 ▶ Mi. ■ 08.07. ■ 13.30 – ca. 18 Uhr ■ 5 Euro pro Familie

Treffen in der Elternschule um 13.30 Uhr

Zirkus Qaiser/ Wallanlagen

..... Kleiner Familienzirkus mit großartigem Programm und kleinen Tieren / Spielplatz Wallanlagen

BE93 ▶ Mi. ■ 22.07. ■ 12.00 – ca. 18.00 ■ kostenfrei

Treffen in der Elternschule um 12.00 Uhr

Persönliche Beratung**Gabriele Engberg**

Tel. 42891/2685

Bei Erziehungsproblemen

Jürgen Tietz

Tel. 42891/2014

Bei Partnerschaftsproblemen, Scheidung

Babysitter-Vermittlung

Bei Bedarf können wir Ihnen von uns geschulte jugendliche Babysitter nennen.

Während der telefonischen Sprechstunden

Kooperationspartner**Im Bunten Haus**

**Erziehungsberatungsstelle im
1.OG Beratung**

Tel. 42891/2484

Landesbetrieb für Erziehung und Beratung

2.OG; Erziehungskurse, -vorträge

Tel. 42815/3810

Mütterberatungsstelle Bergedorf

42891-2498 oder 42891-2217

Babyambulanz von null bis drei Jahren.

Dorotheenstraße 103

22301 Hamburg

www.vonanfang.eu

Spielhaus KAP

Kurt-Adams-Platz 7

21031 Hamburg

Tel: 738 11 77

www.kja-bergedorf.de

DRK Kita Springmaus

Wilhelmine-Hundert-Weg 2–6
21035 Hamburg
www.drk.kiju.de

TSG Kita Sportini

Billwerder Billdeich 609
21033 Hamburg
Tel. 040 401136-300
info@tsg-bergedorf.de

EKiZ Neuer Mohnhof

Hinterm Graben 37
21029 Hamburg
Tel 24835151
Ekiz.moh@wabe-hamburg.de

Kifaz Neu Allermöhe

Otto-Grot-Straße 90
21035 Hamburg
Tel. 735 92 70
info@kifaz-hamburg.de

Haus im Park

Gräpelweg 8
21029 Hamburg
Tel. 7257 02-0
www.koerber-stiftung.de

Spielhaus KAP

Kurt-Adams-Platz 7
21031 Hamburg
Tel: 738 11 77
www.kja-bergedorf.de

Haus 23

Am Gleisdreieck 23
21033 Hamburg
040 414 93 210

Frosch-Kita am Mittleren Landweg

Am Gleißdreieck 19 a + b
21033 Hamburg
040 414 933 20
frosch.kita@online.de

EKiZ am Mittleren Landweg

Am Gleißdreieck 4 a
21033 Hamburg
040 736 76 896
ekiz.frosch-kita@online.de

Wie melde ich mich an?

Schriftlich (siehe Rückseite); per Mail unter anmeldung-elternschule@bergedorf.hamburg.de, telefonisch oder persönlich zu den Sprechzeiten in der Elternschule. **Eine Anmeldebestätigung erfolgt nicht.** Wir benachrichtigen Sie nur, wenn der Kurs belegt ist oder ausfällt. Wir benötigen Ihren Namen, Postadresse, Telefonnummer /Mailadresse und Name und Geburtsdatum des Kindes.

Muss ich mich für alle Kurse anmelden?

Offene Angebote sind ohne Anmeldung und kostenfrei! Für alle anderen Angebote melden Sie sich bitte an. (Bitte nur **eine** Anmeldung für die Kurse „Bewegte Babys“!)

Gibt es Kursgebühren?

Gebühren für die Kurse und Veranstaltungen sind ausgewiesen, bitte bringen Sie diese zum ersten Termin in bar mit. Sie gelten in der Regel für Eltern-Kind-Einheit und die angegebene Zeit. Eine Rückzahlung bei Verhinderung und Nichtteilnahme kann nicht erfolgen.

Empfänger von Hartz IV und Familien mit vergleichbar niedrigem Einkommen werden von den Kursgebühren befreit.

Gibt es Kurse in den Ferien?

In den Hamburger Schulferien finden keine Kurse statt, wenn nicht ausdrücklich anders angegeben. Offene Angebote können erfragt werden oder sind im Newsletter/ Internet angegeben.

Wie erhalte ich den Newsletter?

Auf dem Anmeldeformular auf der letzten Seite mit angeben oder eine Mail an anmeldung-elternschule@bergedorf.hamburg.de



ANMELDUNG

Januar – August 2020

Name

Strasse

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail



Ich möchte per E-Mail über aktuelle Kurse und Angebote informiert werden.

Kurs-Nr.	Teiln. Kind/Name	Geb.
-----------------	-------------------------	-------------

.....
-------	-------	-------

.....
-------	-------	-------

.....
-------	-------	-------

.....
-------	-------	-------

.....
-------	-------	-------

.....
-------	-------	-------

.....
-------	-------	-------

Datum, Unterschrift

Eine Anmeldebestätigung erfolgt nicht!

Sie werden benachrichtigt, wenn ein Kurs ausfällt oder Sie keinen Platz erhalten haben.