



ELTERNSCHULE

LANGENHORN

**Volles Programm für Familien.
August – Dezember 2019**




Hamburg

UNSER KURSANGEBOT

- 4** BERATUNG UND INFORMATION
- 7** OFFENER TREFFPUNKT ELTERNSCHULE
- 8** TREFFPUNKT DER GENERATIONEN
- 9** FAMILIE UND GESUNDHEIT
- 11** VON ANFANG AN ...
- 14** ELTERN UND KINDER GEMEINSAM
- 16** KREATIVE KINDER UND ELTERN
- 18** KREATIVE ELTERN
- 19** INTERNATIONALES
- 20** BESONDERE VERANSTALTUNG
- 21** ROLLENDES SOFA
- 22** STADTTTEILHAUS BORNACHSTIEG
- 24** ANMELDUNGSBEDINGUNGEN



» Elternschule Langenhorn

Holzberg 139 a ■ 22417 Hamburg
 Telefon: 527 02 40 ■ Fax: 537 79 297
 E-Mail: Elternschule-Langenhorn@
 hamburg-nord.hamburg.de

www.hamburg.de/elternschule-langenhorn

Leiterin: Ulrike Schliephack

persönlich und telefonisch erreichbar:

Do. ■ 9.00–12.00 Uhr und zu vielen anderen Zeiten

» Stadtteilhaus Bornbachstieg

Bornbachstieg 15 ■ Telefon: 537 03 65
 Mi. ■ 9.30–12.30 Uhr

» Wie erreiche ich die Elternschule?

U1 bis Kiwittdamm, 10 Minuten Fußweg oder

U1 bis Langenhorn-Markt, weiter mit **Bus 192**

Elternschule: Busstation: Klinikum Nord (Heidberg)

Stadtteilhaus: 1 Station weiter: Hasloher Kehre



ELTERNSCHULE

Langenhorn

Willkommen

in der Elternschule! Das einzige, was wir mit Schule gemeinsam haben sind die Ferien.

Wir wollen nicht belehren, beurteilen oder bewerten. Wir möchten Ihnen mit unserem umfangreichen Programm die Möglichkeit bieten, Antworten auf die vielen Fragen rund um das Elternsein zu finden. Denn das Leben mit Kindern ist wunderschön, bereichernd und vielfältig – und es stellt immer wieder Herausforderungen an die Eltern.

Wir möchten Sie dabei unterstützen und begleiten! Bei uns sind **alle** Menschen willkommen, in deren Gemeinschaft Kinder aufwachsen! Sie können sich bei uns austauschen, beraten lassen, ausprobieren, Spaß haben und einfach einmal Luft holen.

Bestimmt ist auch ein Angebot für Sie dabei.

Wir freuen uns auf Sie!

Volles Programm für Familien

Kommen Sie einfach vorbei, um die Elternschule in Ihrem Stadtteil kennen zu lernen.

Wir sind eine Einrichtung des Jugendamtes, Bezirk Hamburg-Nord.

» Hier finden Sie uns:





BERATUNG UND INFORMATION

4

Beratung in Erziehungs- und Lebensfragen

CECILIA JOHNS

Manchmal denken Sie, alles läuft anders als Sie es sich vorgestellt haben? Wünschen Sie sich Hilfe-
stellung? Bei Problemen in der Partnerschaft, der
Erziehung, bei Trennung oder Arbeitslosigkeit haben
Sie die Möglichkeit, mit einer erfahrenen Fachkraft
zu sprechen.

L1 ▶▶ pro Termin 2,30 EUR

Machen Sie sich Sorgen über die Entwicklung Ihres Kindes?

MAX CORNELS

Bei vermeintlichen Entwicklungsverzögerungen, bei
Behinderung oder wenn Sie meinen, Ihr Kind verhält
sich anders als andere Kinder - wir suchen mit Ihnen
nach Lösungen und Möglichkeiten zur Unterstützung.

L2 ▶▶ pro Termin 2,30 EUR

Beratung für Familien mit Kindern im Säuglings- und Kleinkindalter

SABINE MÜLLER

Die ersten 3 Jahre sind eine Zeit voller schöner und
manchmal auch schwieriger Erfahrungen für Eltern
und ihre Kinder. „Mein Baby weint mehr als ich
ertragen kann.“ „Ich verstehe mein Kind nicht
mehr.“ „Bin ich gut genug?“ u.v.a.m.

Die Beratung hilft Eltern diese neuen Herausforde-
rungen des Elternseins gut zu bewältigen.

L3 ▶▶ pro Termin 2,30 EUR

„Von Anfang an e.V.“

Hilfe und Beratung für Eltern mit Kindern von 0–5 Jahren

DR. DAGMAR BRANDI

In deutscher, englischer und französischer Sprache.
während des „Offenen Treffs“ der Familienhebammen
Individuelle Beratungsanfragen unter
Tel: 0176 215 21646

L4 ▶▶ Mi. ■ 18.09., 23.10., 20.11., 18.12. ■
11.30–13.00 Uhr ■ Gebührenfrei



Offene Sprechstunde für Eltern zu Fragen bei Trennung/Scheidung

CHRISTIANE WINDELER

In Kooperation mit „Palstek“

- » Di. 16.30 – 18.00 Uhr
- » Beratungswünsche außerhalb der Sprechstunde unter Telefon: 0163 798 64 33
- Keine Sprechstunde während der Schulferien



5

Kinder im Blick

DAGMAR SCHREIBER / RALF SCHMIDT

In Kooperation mit „Palstek“

Der Kurs bietet die Gelegenheit Stress zu reduzieren, destruktive Konflikte zu verringern und trotz heftiger Emotionen die Bedürfnisse Ihres Kindes im Blick zu behalten.

- » Bitte erfragen Sie die Termine bei Dagmar Schreiber: Tel.: 0151 5514 6666



Elterncoaching – Stammtisch

CECILIA JOHNS / ULRIKE SCHLIEPHACK

In Kooperation mit „Palstek“

Offener Austausch zu Erziehungsfragen, auf der Grundlage der Elterncoachingkurse.

- » Do. 29.08. ■ Di. 01.10. ■ Do. 24.10. ■ Di. 03.12. ■ 18.00–20.00 Uhr ■ 4 Termine



Stammtisch für Eltern von Kindern mit besonderem Förderbedarf

TINA WILSON

(Sozialpädagogin und Mutter eines Kindes mit Behinderung)

Austausch um sich gegenseitig zu ermutigen und Informationen zu: Erfahrungen mit Schule/Kita, Freizeitgestaltung, Antragstellungen an Krankenkassen

- » Di. ■ 20.08. + 17.09. + 22.10. + 19.11. + 17.12. ■ 19.30–21.00 Uhr ■ 5 Termine

Starke Eltern – Starke Kinder®

In Kooperation mit **Gewaltprävention Im Kindesalter**

CHRISTINA CORNELS / KERSTIN WOLTER-GERIGK

Dieser Elternkurs stärkt das Selbstvertrauen. Durch Gespräche und Übungen werden wichtige Themen im Erziehungsalltag wie Grenzsetzung, Stressvermeidung u.a. aufgegriffen.

L5

- » Mo. ■ 21.10. – 09.12. ■ 18.30 – 21.00 Uhr ■ 8 Termine + 1 x Sa. nach Absprache ■ 10.00–16.00 Uhr ■ 22,00 Euro pro Person



„Ich schaff's“

DIPL. SOZIALPÄD. IRIS BERKEL



Kooperation mit Jobclub Soloturn

Finanziert durch ESF

Sie würden gerne (wieder) arbeiten gehen, finanziell auf eigenen Füßen stehen und ein gutes Vorbild für Ihre Kinder sein? Ich unterstütze Sie bei der Suche nach einer Ausbildung, einem Arbeitsplatz oder einer Fortbildung und gebe Tipps für die Bewerbungsunterlagen und das Vorstellungsgespräch

- » Sprechstunde: Di. ■ 9.30 – 12.00 Uhr
Oder Terminabsprache unter Tel.: 017634759803

Ihr Weg zur Mutter-Kind-Kur

Ev. Müttergenesung Hamburg-Ost

INGRID NOTTBOHM



Infoveranstaltung zu Mutter-Kind-Kuren, Platzvermittlung, Hilfe bei der Beantragung, Reiseorganisation usw

- L6 » Di. ■ 22.10. ■ 16.30 – 18.00 Uhr ■ während des Dienstscafés mit Kinderbetreuung

Themennachmittag:

„Schutz vor sexuellem Missbrauch“



in Koop. mit dem Team der Beratungsstelle Allerleirauh e.V.



Wie kann ich mein Kind möglichst gut schützen?
Wie kann ich meinem Kind helfen, die eigenen Grenzen wahrzunehmen und sich Hilfe zu holen?
Was können Warnzeichen sein?

Gerne beantworten wir Ihre Fragen zu diesem Thema.

- L7 » Di. ■ 01.10. ■ 16.00 – 18.00 Uhr ■ 2,30 EUR ■ während des Dienstscafés mit Kinderbetreuung



OFFENER TREFFPUNKT

7

Gedichte für Wichte

NICOLE JÄNISCH



In Kooperation mit „Buchstart Hamburg“

Starten Sie den Montagvormittag mit Büchern für alle Kinder unter 3 mit Eltern oder Verwandten. Knieretter, Fingerspiele, Buchschau und Vorlesen laden zum Mitmachen ein. Danach Frühstück!?



L 8

► Mo. ■ 02.09 – 16.12. ■ 10.00 – 10.30 Uhr ■
14 Termine

Montagvormittag in der Elternschule

MAX CORNELS / NICOLE JÄNISCH



Ein Angebot für Väter, Mütter, Großeltern, Interessierte! Schauen Sie auf einen Kaffee herein oder stärken sich mit einem Frühstück! Kinder haben Raum zum Bewegen, Spielen, Kinder kennen lernen.

Lebensmittelumlage

L 9

► Mo. ■ 02.09. – 16.12. ■ 10.00–12.00 Uhr ■
14 Termine ■ Lebensmittelumlage

Kreativ-Café am Dienstagnachmittag

KIRSTEN RABIEGA / CHRISTIANE WINDELER /

CHRISTIANE KAUFMANN / INGA WERNICKE



Für Eltern und Kinder. Sie können neue Kontakte knüpfen, sich austauschen oder Rat holen. Ihre Kinder erhalten kreative Angebote. Es gibt einen kleinen Imbiss.

L 10

► Di. ■ 20.08.–17.12. ■ 16.30–18.30 Uhr ■
16 Termine ■ Lebensmittelumlage

Wirtschaftliche Beratung

parallel zum Dienstagscafé

MARIE LUISE BORNHÖFT



In Kooperation mit „Palstek“

Wir unterstützen Sie bei behördlichen Angelegenheiten, Schriftwechsel, Antragsstellung (Alg2/Hartz IV, Elterngeld etc.), Regulierung von Schulden und beim Verstehen von Leistungsbescheiden



► Di. ■ 27.08. + 10.09. + 29.10.+12.11.+ 03.12. ■
16.30 – 18.30 Uhr ■ 5 Termine

TREFFPUNKT DER GENERATIONEN

„Atempause“ für Eltern

ALEXANDRA THOM & TEAM

Sport, Shopping, Seele baumeln lassen... – wir betreuen Ihre Kinder und Sie haben Zeit für sich oder als Paar. Anschließend treffen wir uns bei einem gemeinsamen Brunch wieder. Auch Großeltern sind herzlich willkommen!

Bitte melden Sie sich an.

- L 11**
- ▶▶ Sa. ■ 07.09., 26.10., 02.11., 07.12. ■ 10.00–13.00 Uhr ■ 4 Termine
 - ▶▶ von 10.00–12.00 Uhr Kinderbetreuung
 - ▶▶ von 12.00–13.00 Uhr Brunch

Kreativer Sonntag in der Elternschule für Alle

ILSE SAGGAU-TIETGEN

Für Jung und Alt wird ein jahrzeitliches Bastelangebot zusammengestellt. Eigene Ideen sind herzlich willkommen.

- L 12**
- ▶▶ So. ■ 11.08., 08.09., 10.11., 08.12. ■ 10.00 – 13.00 Uhr ■ 4 Termine ■ Materialumlage

Englisch für Ältere

In Kooperation mit Seniorentreff Langenhorn

Englischkurs für Menschen ab dem 55. Lebensjahr
Lernen mit Spaß und ohne Zeitdruck.

AnfängerInnen mit keinen oder wenigen Vorkenntnissen

- ▶▶ Mo. ■ 13.30 – 14.30 Uhr

Für TeilnehmerInnen mit mittleren Vorkenntnissen

- ▶▶ Mo. ■ 14.45 – 15.45 Uhr
- ▶▶ Info u. Anmeldung über
Rainer Dommaschk Tel.: 513 245 55



Mütterberatung vor Ort

ANDREA THIELE, ÄRZTIN

.....

Die Ärztin des Mütterberatungsteams Langenhorn besucht einmal im Monat die Elternschule. Sie haben Gelegenheit medizinische Probleme oder Ernährungsfragen zu besprechen. Ihr Kind kann gewogen, gemessen und untersucht werden.

» Mo. ■ 23.09., 28.10., 25.11. ■ 11.00 – 12.00 Uhr ■
3 Termine

Offene Gruppe – Mütterberatung Langenhorn

NICOLE HAID, KINDERKRANKENSCHWESTER /

ANDREA THIELE, ÄRZTIN

.....

Für Eltern mit Kindern von 0–18 Monaten

Sie können sich unverbindlich in der Gruppe austauschen und Kontakte knüpfen, Fragen rund um Pflege, Entwicklung und Gesundheit ihres Kindes stellen.

Impf- und Stillberatung. Ab 11.30 Uhr gibt es die Möglichkeit der Untersuchung durch die Ärztin.

» Di. ■ 10.00 – 12.30 Uhr ■ ab 13.08. ■ Gebührenfrei

Erste Hilfe bei Notfällen am Kind

SILKE RANDZIO

.....

Was ist zu tun nach einem Unfall, bei akuten Erkrankungen, bei Fieberschüben, Insektenstichen im Mund, Verbrennungen? Information und praktisches Üben stehen hier im Mittelpunkt.

L13 » Sa. 23.11 + So. 24.11. ■ 10 – 15.30 Uhr ■ 15 Euro

Fit und Fun

NICOLE JÄNISCH

.....

Tanz und Bewegung zu heißen Rhythmen für Körper, Geist und Seele. Mit Elementen aus Zumbadance und Pilates.

L14 » Do. ■ 08.08.–14.11. ■ 19.00 – 20.30 Uhr ■
20 Euro ■ 12 Termine

Frauenbeschwerden mit homöopathischen und pflanzlichen Mitteln natürlich behandeln

KATHARINA STEINBERG

.....

Fast jede Frau kennt es – Stimmungsschwankungen vor der Periode, Unterleibsschmerzen, Schlafstörungen, Hitzewallungen... Der Vortrag gibt einen Einblick, wie homöopathische und pflanzliche Arzneien sanft und hilfreich durch die verschiedenen Phasen hormoneller Schwankungen führen und Beschwerden lindern können.

L15 » Mi. ■ 06.11. ■ 19.00 – 21.00 Uhr ■ 2,30 EUR

Pilateskurse

HEINKE OTTEN, PHYSIOTHERAPEUTIN, PILATES- U. RÜCKENSCHULLEHRERIN



Diese Kurse gelten als Präventionskurse. Die Kosten werden von fast allen Krankenkassen bis zu 80 % übernommen.

- ▶ Info u. Anmeldung über Heinke Otten: Tel.: 42936843
- ▶ Mi. ■ 28.08.–13.11. ■ je 10 Termine
- ▶ Pilates für Anfänger: 17.30–18.30 Uhr
 Pilates: 18.30–19.30 Uhr
 Pilates: 19.30–20.30 Uhr

Kopf frei! Stressmanagement durch Achtsamkeit

ANNETTE FRIEDRICH



Dieser Kurs richtet sich speziell an alleinerziehende Mütter und Väter!



In Kooperation mit TK und Gesundheitsamt Koba-Gesundes Langenhorn

Mit Hilfe von einfachen Übungen aus dem Achtsamkeits-Training lernen Sie, den Gedankenkreisel zu unterbrechen, und so Ihre ganze Konzentration und Energie für die Dinge, die wirklich wichtig sind, zur Verfügung zu haben.

- ▶ Fr. ■ 25.10. – 13.12. ■ 15.00 – 17.00 Uhr ■
 8 Termine ■ Gebührenfrei ■ Mit Kinderbetreuung
- ▶ Info und Anmeldung Annette Friedrich siehe unten

KLEINE AUSZEIT – Wellness – Massage

SONJA GELHAAR



Zeit für uns – wieder ganz bei sich sein – Tipps und Tricks zur Entspannung – leichte Massagegriffe für verspannte Muskeln! Ein Tag für Paare, Freunde und Freundinnen, Einzelpersonen – alle sind herzlich willkommen! Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, großes und kleines Handtuch, Massageöl und einen Beitrag zum Mittagessen!

- L16 ▶ So. ■ 03.11. ■ 11.00 – 18.00 Uhr ■ 45 Minuten
 Mittagspause ■ 7 Euro

BauchBuggyGo

ANNE-KATHRIN PFLÜGER



Für Mütter und Kinder von 3 Monaten bis 3 Jahre



In Kooperation mit TK und Gesundheitsamt Koba-Gesundes Langenhorn

Ganzheitliches Training an der frischen Luft, bei dem der Kinderwagen oder Buggy mit einbezogen wird.

- L16a ▶ Di. ■ 17.09.–19.11. ■ 11.00–12.00 Uhr ■ 10 Term.



VON ANFANG AN

Wellcome

CHRISTIANE WINDELER



Praktische Hilfen für Familien nach der Geburt. Das Baby ist da, die Freude ist riesig – und nichts geht mehr. Wer keine Familie oder Freunde zur Unterstützung vorort hat bekommt sie von uns. Rufen Sie uns gern an.

- » Bürozeit: Mi. ■ 10.00–12:00 Uhr
keine Sprechzeiten während der Schulferien
Telefon: 536 309 23

Schlafen und Wachen

SABINE MÜLLER

Ein Elternvormittag für Kindernächte. Mein Kind schläft nicht – wie viel Schlaf braucht ein Kind? Wie ist das mit dem Durchschlafen? Wann sprechen wir von einer Schlafstörung? Und es gibt viele Tipps für eine gute Nacht.

- L18 » Sa. ■ 16.11. ■ 10.00–12.00 Uhr ■ 2,30 Euro

Geburtsvorbereitungskurse für Paare am Wochenende.

HEBAMME KATRIN HAUSENBERG

- » Sa. ■ 28.09. + So. 29.09. ■ 10.00 – 17.00 Uhr
- » Sa. ■ 23.11. + So. 24.11. ■ 10.00 – 17.00 Uhr
- » Info und Anmeldung über Tel. 01782396284 oder Katrin.Hausenberg@web.de

Rückbildungsgymnastik

CLAUDIA GARY

- » Info und Anmeldung unter Tel. 0176 21690773 oder hebamme.gary@gmail.com
 - » Do. ■ 15.08. ■ 09.15 – 10.30 Uhr ■ 8 Termine
- Die Kosten werden von fast allen Krankenkassen zu 100% übernommen.



Babymassage

MANUELA BORKOWSKI

Kommen Sie zur Ruhe und lernen Sie Ihr Kind auf eine besondere Weise kennen – bei einer wohltuenden Massage. Unsere Kursleiterin weist Sie in die Geheimnisse der Babymassage ein.

- L 19** ▶ Di. ■ 27.08.–01.10. ■ 10.30–11.30 Uhr ■ 8,80Euro
- L 20** ▶ Di. ■ 22.10. – 26.11. ■ 10.30–11.30 Uhr ■ 8,80 Euro
- ▶ Je 6 Termine

Frühstücksgruppe: Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr

NICOLE HAID / ANDREA KAISER

In Zusammenarbeit mit der Mütterberatung
Die Kursleiterinnen beantworten Ihre Fragen und Sie können sich mit anderen Eltern austauschen.

- L 21** ▶ Do. ■ 22.08.-12.12. ■ 10.00-12.00 Uhr ■
13 Termine ■ Lebensmittelumlage

Spielraum für Eltern und Babys im 1. Lebensjahr

SABINE MÜLLER, ZERTIFIZIERTE PEKIP®-GRUPPENLEITERIN

In entdeckungs- und kontaktfreudiger Umgebung bietet der Spielraum altersgerechte Spiele und Lieder an. Innerhalb einer einfühlsamen Atmosphäre nehmen wir uns Zeit für die kindlichen Entwicklungsthemen und Bedürfnisse. Wir verstehen die Signale unserer Kinder zu „lesen“ und angemessen zu „beantworten“.

Eltern und Babys Kurs I

- L 22** ▶ Fr. ■ 16.08.–27.09. ■ 9.30–11.00 Uhr ■ (3–6 Mon.)
- ▶ Fr. ■ 25.10.–06.12. ■ 9.30–11.00 Uhr ■ (6–12 Mon.)

Eltern und Babys Kurs II

- L 23** ▶ Fr. ■ 25.10.–06.12. ■ 11.00–12.30 Uhr ■
(3–6 Mon.)
- ▶ Fr. ■ 10.01.–21.02. ■ 11.00–12.30 Uhr ■
(6–12 Mon.)
- ▶ Jeweils 7 Termine ■ jeweils 18 EUR

Angebote der Familienhebammen in Langenhorn



In Kooperation mit dem KiFaZ im BarmbekBasch

- ▶ Aktuelle Informationen zu den Angeboten unter:
www.kifaz.de

13

Schwangerentreff

GABRIELE BIEHL, FAMILIENHEBAMME / SOZIALARB.

Hier können Sie Entspannungsübungen genießen, andere werdende Mütter kennen lernen, sich auf das Leben mit dem Baby vorbereiten, Informationen und Tipps bekommen. Ein Einstieg in den Treff ist mit Anmeldung fortlaufend möglich.

- ▶ Mo. ■ ab 01.07. ■ 18.00 – 19.30 Uhr ■ gebührenfrei

Babymassage

GABRIELE BIEHL / MILA RUEMPLER-WENK

Ein Wohlfühlangebot für Babys bis zum Krabbelalter und ihre Eltern. Bitte mitbringen: 1 großes Handtuch und Wickelutensilien.

- ▶ Ab Mi. ■ 03.07. ■ 10.15 – 11.15 Uhr
- ▶ Bitte melden Sie sich für **Schwangerentreff** und **Babymassage** an: Tel. 333559637 oder 015777535017 oder g.f.biehl@kifaz.de

Fit für Mütter

ZAHRA KHOSRAVI, FAMILIENHEBAMME

Nach Teilnahme an einer Rückbildung können Sie hier in einer Gruppe mit anderen Müttern weiter etwas für Ihre Fitness tun. Ihr Baby können Sie gerne mitbringen.

- ▶ Mi. ■ 10.00 – 11.00 Uhr
- ▶ Bitte melden Sie sich an unter Tel.: 33 35 96 36

Offener Treff

ZAHRA KHOSRAVI, FAMILIENHEBAMME /
MILA RUEMPLER-WENK, DIPL. PÄD.

Eltern mit ihren Babys treffen sich in gemütlicher Atmosphäre. Wir knüpfen Kontakte und tauschen uns über interessante Themen aus. Ohne Anmeldung!

- ▶ Mi. ■ 11.30 – 13.00 Uhr

Offene Hebammensprechstunde

ZAHRA KHOSRAVI, FAMILIENHEBAMME

Für Schwangere und Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr. Ohne Anmeldung!

- ▶ Fr. ■ 10.00 – 12.00 Uhr



ELTERN & KINDER GEMEINSAM

Kinder brauchen den sozialen Kontakt zu anderen Kindern um das Miteinander zu üben und sich durch Anregungen und Erfahrungsspielräume die Welt zu erobern.

Alle Eltern- Kind-Gruppen bestehen aus Gruppentreffen und den Gesprächsabenden, an denen in Ruhe über besondere Themen gesprochen werden kann.

Bitte bringen Sie einen kleinen gesunden Imbiss für Ihr Kind mit.

Eltern und Kinder ab 8 Monate

MANUELA BORKOWSKI
.....

L25 ▶ Di. ■ 27.08. – 03.12. ■ 9.00–10.00 Uhr ■
12 Termine + Gesprächsabend ■ 13,20 Euro

Eltern und Kinder ab 1 Jahr

NICOLE JÄNISCH
.....

L26 ▶ Do. ■ 29.08. – 05.12. ■ 10.45–12.15 Uhr ■
12 Termine + Gesprächsabend ■ 13,20 Euro

Eltern und Kinder ab 1 Jahr

SUMITA RUI
.....

L27 ▶ Fr. ■ 30.08. – 06.12. ■ 09.30–11.00 Uhr ■
12 Termine + Gesprächsabend ■ 13,20 Euro

Musik liegt in der Luft

SONJA GELHAAR
.....

für Eltern und Kinder von 2 – 4 Jahren

Wir lernen Lieder-, Finger- und Bewegungsspiele kennen, probieren erste Musikinstrumente aus und haben viel Spaß!

L28 ▶ Mo. ■ 12.08. – 16.09. ■ 16.00–17.00 Uhr

L29 ▶ Mo. ■ 04.11. – 09.12. ■ 16.00 – 17.00 Uhr

▶ Je 6 Termine ■ 8,80 EUR



Bewegungsfreudige Kinder

MAX CORNELS

.....

2 bis 5-jährige Kinder und ihre Eltern

Bewegen, Ausprobieren, Räume erkunden – und sich einen Zugang zur (Um)welt eröffnen.

Für Kinder, die sich gern bewegen oder eher betont zögerlich sind. Bei Bedarf erhalten Sie Anregungen für die Wohnungsgestaltung und Spielideen für eine förderliche Bewegungsentwicklung Ihres Kindes.

L30

» Do. ■ 29.08.–05.12. ■ 15.00–17.00 Uhr ■
13,20 Euro ■ 12 Termine ■ Gesprächsabend

Raum für Väter und bewegungsfreudige Kinder

MAX CORNELS

.....

2 bis 5-jährige Kinder und ihre Väter

L31

» Do. ■ 29.08.–05.12. ■ 17.00–19.00 Uhr ■
13,20 Euro ■ je 12 Termine ■ Gesprächsabend

Bewegungsfreudige Kinder

MAX CORNELS

.....

1 bis 3-jährige Kinder und ihre Eltern

In Kooperation mit Eltern-Kind-Zentrum Dortmund-Str. 44

Bewegungsangebot im Rahmen des offenen Eltern-Kind-Cafés.

» Do. ■ ab 08.08. ■ immer 2. und 4. Do. im Monat ■
11.30 – 12.30 Uhr

» Anmeldung über Corinna v. Kroge, Tel.: 520 162 18

Hoppla Zwillinge!

JULIANA POPPE

.....

Ein Gruppenangebot für Eltern mit Zwillingen von 0 – 3 Jahren

L32

» Mi. ■ 21., 28.08. + 04.09. + 23., 30.10. +
06., 13., 20.11. ■ 15.30–17.00 Uhr ■
8 Termine + Gesprächsabend ■ 8,80 Euro



KREATIVE KINDER UND ELTERN

Abenteuer: Filzen

ANDREA AHLERT
.....

Für Eltern und Kinder ab 5 Jahren

Wir umfilzen Teelichtergläser. Bitte kleine Gläser mitbringen.

L33 ▶ Sa. ■ 21.09. ■ 15.00 – 18.00 Uhr ■ 2,30 Euro ■
plus Materialumlage

Töpfern für Groß und Klein

CLAUDIA RÜDIGER
.....

Wir töpfern kleine Geschenke und Dekorationen zu Weihnachten

L34 ▶ Do. ■ 24.10.–28.11. ■ 16.00–18.00 Uhr ■
8,80 EUR ■ 6 Termine

Sägespaß für kleine Hände

ILSE SAGGAU-TIETGEN/JÜRGEN PREDIGER
.....

Für Erwachsene und Kinder ab 5 Jahre

Holz ist vielseitig. Wir verarbeiten Äste, Zweige, Bretter und Leisten und stellen verschiedene Dinge her: z. B. Zettel-Vogel, lustige Marionetten. Falls vorhanden bitte Säge, Hammer u. ä. mitbringen.

L35 ▶ Sa. ■ 02.11. ■ 15.00–18.00 Uhr ■ 2,30 Euro

L36 ▶ So. ■ 03.11. ■ 10.00–13.00 Uhr ■ 2,30 Euro
▶ plus Materialumlage

Kerzen ziehen und gießen

ILSE SAGGAU-TIETGEN
.....

Für Eltern und Kinder ab 5 Jahre

In der dunklen Jahreszeit können wir es uns mit selbst hergestellten und verzierten Kerzen gemütlich machen.

L37 ▶ Sa. ■ 14.12. ■ 15.00–18.00 Uhr ■ 2,30 Euro

L38 ▶ So. ■ 15.12. ■ 10.00–13.00 Uhr ■ 2,30 Euro
▶ plus Materialumlage



Experimente für kleine Forscher

REGINE GROSS/SUMITA RUI

Für Erwachsene und Kinder ab 5 Jahren

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

L39 ▶ Sa. ■ 26.10. ■ 15.00–18.00 Uhr ■ 2,30 Euro

17

KREATIVE KINDER

Papier-Werkstatt

ROSEMARIE VÖLKNER

Für Kinder ab 9 Jahren

Aus selbstgemachten Buntpapieren und Pappen fertigen wir ein Lesezeichen, kleines Notizbrett und ein Post-it-Mäppchen.

Bitte ein altes Hemd oder Kittel mitbringen!

Herstellung der Buntpapiere

L40 ▶ Fr. ■ 15.11. ■ 16.00 – 17.30 Uhr

Herstellung der Werkstücke

L41 ▶ Sa. ■ 16.11. ■ 14.00–16.00 Uhr
▶ 4,60 Euro plus 3,40 Materialumlage

Ferienkurs – Ernährungsworkshop

REGINE GROSS / SUMITA RUI

Für 6-10 Jährige Kinder



In Kooperation mit TK und Gesundheitsamt KOBA

Wir schnippeln, Rühren, kochen, backen und bereiten kleine, leckere und gesunde Gerichte zu und essen gemeinsam. Mach' doch mit!

L42 ▶ Do. ■ 17.10. + Fr ■ 18.10. ■ 10.00 – 13.00 Uhr ■
Gebührenfrei

Dance & Relax

BEA DINGER



In Kooperation mit TK und Gesundheitsamt KOBA

Ein Tanz- und Yoga-Kurs für Mädchen ab 12 Jahren.

Nach einem Yoga-Warm-Up tanzen wir zu angesagter Musik. Die Tanzschritte werden Elemente aus dem Zumba enthalten. Wir enden mit einem Entspannungsteil.

L43 ▶ ab Fr. ■ 16.08. ■ 19.00 – 20.30 Uhr ■
10 Termine ■ Gebührenfrei



KREATIVE ELTERN

Schneidern leicht gemacht

Anfängerinnen und Fortgeschrittene erhalten fachliche Anleitung im Umgang mit Schnitt und Nähmaschine und lernen viele Tricks.

Bitte mitbringen: Stoff, Nadeln, Nähgarn, Schere und soweit vorhanden ein Schnittmuster.

CLAUDIA RÜDIGER

L44 ▶ Di. ■ 03., 17., 24.09.+01., 22., 29.10. ■
19.30–22.00 Uhr ■ 6 Termine ■ 13,80 Euro

CLAUDIA SASS

L45 ▶ Di. ■ 12.11.–17.12. ■ 19.30–22.00 Uhr ■
6 Termine ■ 13,80 Euro

Selbstgemacht

ILSE SAGGAU-TIETGEN

Einfache Strick- und Häkelarbeiten für Anfänger/ Hilfe und Anregungen für Könner. Dekoratives, Mützen, Schals, Loops + was ihr wollt...

L46 ▶ Do. ■ 24.10.–28.11. ■ 19.30–22.00 Uhr ■
6 Termine ■ 13,80 Euro

Zu Tisch – so gut schmeckt der Herbst !

REGINE GROSS



In Kooperation mit TK und Gesundheitsamt KOBAG
Gesund, bunt, regional: aus der heimischen Früchte- und Gemüsevielfalt kochen und essen wir in geselliger Runde ein Herbstmenü.

L47 ▶ Fr. ■ 25.10. ■ 18.00 – 21.00 Uhr ■ Gebührenfrei

Ideen für ein Festtagsmenü

REGINE GROSS

Wir kochen gemeinsam ein Menü und genießen es danach am festlich gedeckten Tisch

L48 ▶ Fr. ■ 22.11. ■ 18.30 – 21.00 Uhr ■ 2,30 Euro ■
plus Lebensmittelumlage

Das beliebte vegetarische Stadtteilkochbuch „Langenhorn kocht bunt“ ist in der Elternschule für 3 Euro erhältlich.



INTERNATIONALES

Sprachcafé für Frauen

WILMA VOGEDES



In diesem Angebot geht es um eine sprachlich bessere Verständigung für den Alltag und um den Austausch zu Themen wie: Behörden, Kita, Schule, Gesundheit etc.

Für Frauen mit wenigen bis guten Sprachkenntnissen:

L49 ▶ Di. ■ ab 10.09. ■ 9.30 – 12.30 Uhr

Multikulturelle Stadtpartie

SILKE MARGLOWSKI



Frauen aller Nationen machen sich gemeinsam auf den Weg, erkunden die kulturelle Vielfalt Hamburgs und Lernen sich so gegenseitig besser kennen und lernen sich so gegenseitig besser kennen und verstehen.

▶ Start und Anmeldung: Elternschule Langenhorn

L50 ▶ Fr. ■ 30.08. + 25.10. + 29.11. + 29.12. ■
9.00 – 13.00 Uhr ■ 4 Termine

Internationale Küche

REGINE GROSS/SILKE MARGLOWSKI



Ob Pizza nach türkischer Art, Hähnchen aus dem Wok, deutsche Spätzle oder afghanische Süßigkeit. Frauen verschiedener Kulturen kochen und essen gemeinsam.

L51 ▶ Do. ■ 24.10. ■ 9.30 – 12.30 Uhr ■
2,30 Euro plus Lebensmittelumlage



DIE BESONDERE VERANSTALTUNG

Bücherkoffer

SILKE MARGLOWSKI/NICOLE WELLBROCK & TEAM

.....

für Kinder von 3–6 Jahren

Neben dem Vorlesen gibt es Spiel- und Bastelangebote

» Fr. ■ 30.08., 27.09., 25.10., 29.11., 20.12. ■
16.00 Uhr ■ 5 Termine

Gefördert durch die EDMUND SIEMERS-STIFTUNG
Projekt vom ella Kulturhaus Langenhorn

Bald kommt der Weihnachtsmann...

CORINNA MÜLLER-LEITZ & TEAM

.....

für Eltern und Kinder von 2 – 10 Jahren

Ein vorweihnachtlicher Nachmittag für die ganze Familie mit Bastelangeboten und Kekse backen.

» Teilnahme nur mit Anmeldung ■ Umlage 5 Euro

Sonderaktion: Der Fotograf Carsten Dölle kommt!
Es gibt die Möglichkeit günstig Familienfotos oder Einzelaufnahmen zur Mitnahme anfertigen zu lassen.

L52

» Sa. ■ 07.12. ■ 15.00–18.00 Uhr

Kreatives Puppentheater für Kinder

CHRISTINA KIAULEN

.....

zwischen 3 u. 6 Jahren

„Hurra, hurra, der Herbst ist da“

» Fr. ■ 27.09. ■ 15.00–16.00 Uhr ■ Gebührenfrei

Straßenfest im Kiwittsmoor-Park

„JA zu Kinderrechten, mach mit!“

.....

Ein Straßenfest mit vielen bunten Aktionen der verschiedenen Einrichtungen für Kinder, Jugendliche und Familien.

» So. ■ 22.09. ■ 14.00–17.00 Uhr

Großer Flohmarkt rund ums Stadtteilhaus

.....

siehe Seite 23



Das Rollende Sofa

in der Elternschule Langenhorn, Holitzberg 139a

..... Gefördert durch die EDMUND-SIEMERS-STIFTUNG



„Teilzeitrebellin“

TURID MÜLLER & STEPHAN SIEVEKING

.....

Musik – Kabarett

Turid Müller singt von der Grätsche zwischen Ideal und Wirklichkeit über Politik und Gesellschaft. Zwischendurch plaudert die Schauspielerinnen und Psychologin aus dem Nähkästchen. Am Klavier begleitet sie Stephan Sieveking.

- ▶▶ Fr. ■ 24.10. – 19.30 Uhr
- ▶▶ Eintritt: 5 EUR
- ▶▶ Vorverkauf:
ella Kulturhaus Tel. 533 271 50,
Elternschule Tel. 5270240
oder Abendkasse in der Elternschule



STADTTEILHAUS BORNBACHSTIEG

Der Stadtteiltreff in der Grünanlage Wakendorfer Weg

- » Tel.: 537 03 65
- » Sprechstunde:
Mi. ■ 9.30–12.30 Uhr

Eltern-Kind-Gruppen

Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, sich als Eltern-Kind-Gruppe selbst organisiert im Stadtteilhaus zu treffen

Mittwoch- Café

JANINA SCHARNBERG/ KATRIN HERZOG-JANSON

Während des gemütlichen Frühstücks können Sie sich über die Angebote im Stadtteilhaus informieren.

- » Mi. ■ ab 14.08. ■ 10.00–12.00 Uhr

Musik mit den Kleinsten

NICOLE JÄNISCH

Für Eltern und Kinder im Alter von 1–3 Jahren.
Lieder- und Bewegungsspiele, erste Musikinstrumente kennen lernen.

- » Mi. ■ ab 14.08. ■ 9.30–10.00 Uhr

Internationales Familiencafé

KIRSTEN RABIEGA, SOZIALPÄDAGOGIN

Bei Kaffee, Tee und Gebäck tauschen wir uns aus und die Kinder (0–3 Jahre) haben Raum zum Bewegen und Spielen.

- » Do. ■ ab 08.08. ■ 10.00–12.00 Uhr



Kino für alle in Langenhorn

KINOGRUPPE: ANDREA FROEBE /

KATRIN HERZOG-JANSON / MIRKO FROEBE

.....

Kinderkino: Einen Freitag im Monat ein Kinderfilm, außer in den Ferien. Alle Filmtitel geben wir rechtzeitig bekannt!

- » Fr. ■ 23.08. + 20.09 + 25.10 + 15.11. + 13.12. ■
5 Termine
- » Einlass: ab 16.30 Uhr ■ Beginn: 17.00 Uhr
- » Eintritt: 1 EUR

Großer Flohmarkt am Stadteilhaus – mit Café

.....

Verkaufen und kaufen – Kleidung, Spielsachen und alles aus dem Haushalt.

Bitte reservieren Sie einen Stand!

- » Gebühr: 500g Kaffee oder Tee +
1 selbstgebackener Kuchen
- » Kautions für den Stand: 5 Euro
- » Sa. ■ 31.08. ■ 15.00 – 18.00 Uhr

Laternenumzug

.....

Vor dem Umzug treffen wir uns ab 17.00 Uhr im Stadteilhaus bei Zwiebelkuchen, Glühwein und Kinderpunsch.

Laternen bitte mitbringen.

Es spielen Mitglieder des Musikzuges der FF Hoisdorf.

- » Start: Stadteilhaus Bornbachstieg
- » Fr. ■ 08.11.
ab 17.00 Uhr ■ Treffen im Stadteilhaus
18.00 Uhr ■ Laternenumzug

Die Freiwillige Feuerwehr wird uns begleiten.



ANMELDUNG

August – Dezember 2019

Anmeldung: ab 03. Juni 2019

Persönlich oder telefonisch in der Sprechzeit oder schriftlich.

Eine Anmeldebestätigung erfolgt nicht. Wir benachrichtigen Sie nur, wenn der Kurs ausfällt oder belegt ist!

Die Kurse werden nur bei ausreichender Teilnehmerzahl durchgeführt. Sie werden eingestellt, wenn die Teilnehmerzahl unter die Mindestgrenze sinkt. **Deshalb bitten wir um telefonische Nachricht, wenn Sie verhindert sind.**

Während der Schulferien finden keine Angebote statt.

Teilnahmebeiträge

Angaben zu den Beiträgen finden Sie bei den Angebotsbeschreibungen. Sie gelten für eine Person und für den ganzen Kurs.

Die Gebühr für die Eltern-Kind-Kurse gilt für die ganze Familie.

Offene Treffpunkte sind kostenfrei.

Die Teilnahme ist jederzeit ohne Anmeldung möglich.

Bei Bedarf werden Lebensmittel- und Materialkosten erhoben. Angaben dazu finden Sie ebenfalls bei den Angebotsbeschreibungen. Eine Rückzahlung bei Verhinderung des Teilnehmers kann nicht erfolgen.

Beitragsbefreiung

Für Familien, die Sozialleistungen beziehen sind die Kurse kostenfrei.