



Der QR-Code muss  
noch aktualisiert  
werden



ES-Programm  
online abrufbar über  
den QR-Code

**ELTERNSCHULE**

**DULSBERG**

**Volles Programm für Familien  
August – Dezember 2026**



  
**Hamburg**



2



# ELTERNSCHULE

## Dulsberg

### Hallo, liebe Eltern,

schon mehr als 55 Jahre gibt es uns an diesem Ort ...

Elternschule ist ein Ort zum **Wohlfühlen**, ein Ort, wo sich **Familien** in allen Lebenslagen treffen und austauschen. Wir bieten Unterstützung und Entlastung in Erziehungs- und Partnerschaftsfragen sowie in gesundheitlichen Belangen an.

Das Leben mit **Kindern** ist bunt, bereichernd, vielfältig – und stellt **Eltern** immer wieder vor Herausforderungen. Auf den nächsten Seiten findet ihr Angebote, die **FREUDE** bringen und Antworten auf die vielen Fragen rund um das Leben mit Kindern geben. Bei uns sind **ALLE** Menschen willkommen, in deren Gemeinschaft Kinder aufwachsen. Ihr könnt Euch austauschen, beraten lassen, **Spaß** haben und mal Luft holen.

Wir möchten allen ein Miteinander ermöglichen. Dabei spielen Sprache, Geschlecht und Kultur keine Rolle.

Wir freuen uns auf Euch!

Euer Team der Elternschule

### » Elternschule Dulsberg

Alter Teichweg 200 | 22049 Hamburg

Tel.: 040 428 04 50 09

E-Mail:

[elternschule-dulsberg@hamburg-nord.hamburg.de](mailto:elternschule-dulsberg@hamburg-nord.hamburg.de)

Leitung: Svenja Mehrstens

### » So erreicht Ihr uns:

U1 bis U-Bahnstation Alter Teichweg oder Metrobus 23, Haltestelle Alter Teichweg und ca. 5 Minuten Fußweg bis zur Stadtteilschule Alter Teichweg 200



## UNSER KURSANGEBOT AUF EINEN BLICK

3

**4 – 5**

### TREFFPUNKT ELTERNSCHULE

Musik, Frühstück, Spiele, Bücher, Familientreffpunkt

**6**

Hosgeldiniz – Treffpunkt Elternschule auf Türkisch  
Mütterfrühstück, Gedichte für Wichte

**7**

### VÄTERANGEBOTE

Parcours, Vätergruppe, Babymassage, Krabbelgruppe

**8 – 9**

### TREFFPUNKT MIT BABY

Babytreff, Babymassage, mamafit, Schreibabys

**9 – 10**

### ELTERN UND KINDER GEMEINSAM

Musik und Bewegung, Singen und Springen

**11 – 12**

### KREATIVE WERKSTÄTTEN

Weihnachtsnäherwerkstatt, Weihnachtsbäckerei,  
Kleine Künstler\*innen ganz groß

**13**

### AKTIV UND ENTSPANNT

Fit und Fun/Bodywork-out, Yoga, Ausflüge

**14**

### BERATUNG UND INFORMATION/KURSE

Starke Eltern – Starke Kinder® in Türkisch und Deutsch

**15**

### BERATUNG

Erziehungs- und Lebensberatung, anonym  
Entwicklungspsychologische Beratung

**16**

### FESTE FEIERN

Weihnachten, Stadtteilstadt

**17**

### FÜR SCHWANGERE: VON ANFANG AN

Rund um die Geburt bis ins zweite Lebensjahr,  
Mütterberatung

**18 – 19**

### ADRESSEN

Kanu, Bücher, Villa, Freizeit im Stadtteil,  
Trauer, Osteopathie

**20**

### ANMELDEFORMULAR

Die festen Gruppen finden in vertrauter Atmosphäre statt.  
Eine Anmeldung ist erforderlich.

**Bei Anmeldung immer: Adresse, Telefonnummer, Namen  
und Geburtsdatum des Kindes nennen.**

**Für alle Kursgebühren gilt: Befreiung ist möglich!**



## 4 TREFFPUNKT ELTERNSCHULE

### Montagnachmittag – mit Spiel und Spaß

ANTJE MÜLLER / KARIN PROSKE /  
INES SCHÖRLE / CLAIRE MECHLING

„Parcours und Papier – drunter und drüber“

Wir basteln und machen Bewegungsspiele, turnen den Parcours, singen und machen Fingerspiele.

Es gibt ein warmes vegetarisches Abendessen – Umlage 2 €.

**Ba 01** ▶▶ Mo. ■ 07.09.–14.12. ■ 16.00–18.30 Uhr  
▶▶ An 13 Terminen

### Musik für KURZ & KLEIN mit Eltern Frühstück

MARTIN RENNER

Gemeinsam singen, spielen und die Welt entdecken. Mit Gitarre und Ukulele den Herbst bzw. Winter herbeisingen. Es gibt ein leckeres vegetarisches Frühstück. Brötchenumlage nach Geschmack.

**Ba 02** ▶▶ Mi. ■ 26.08.–09.12. ■ 10.00–12.00 Uhr  
▶▶ An 14 Terminen  
▶▶ **Ohne Anmeldung**

### Musiktreff am Mittwoch mit Martin

MARTIN RENNER

Musik zum Anfassen! Hände greifen in die Saiten! Spielerisch kommt Ihr Kind ans Instrument. Sie können lebendige singende Stunden mit Ihrem Kind erleben und andere Eltern kennenlernen.

**Ba 03** ▶▶ Mi. ■ 26.08.–14.10. ■ 15.30–17.30 Uhr  
▶▶ An 8 Terminen  
▶▶ **Ohne Anmeldung**

**Ba 04.a** ▶▶ Mi. ■ 04.11.–09.12. ■ 15.15–16.15 Uhr ■ 10,50 €

**Ba 04.b** ▶▶ Mi. ■ 04.11.–09.12. ■ 16.30–17.30 Uhr ■ 10,50 €  
▶▶ An 6 Terminen  
▶▶ **Mit Anmeldung**



## Gedichte für Wichte – Frühstück

In Kooperation mit Buchstart Hamburg und E-Kiz Lothringer Straße

CERRIDWEN JOHNSTON

Ein Musik- und Bilder-Bücher-Spaß für die Kleinsten. Mit Freude, Fingerspielen und Gesang erleben die Kinder erste Bücher. Es gibt Zeit für ein gemeinsames Frühstück und Austausch.

- Ba 05**
- » Do. ■ 20.08.–10.12. ■ 10.00–12.00 Uhr
  - » An 15 Terminen außerhalb der Schulferien
  - » **Ort:** E-KiZ der Kita Lothringer Str. 18
  - » **Ohne Anmeldung**

## Gedichte für Wichte – bis 3 Jahre

In Kooperation mit Buchstart Hamburg

CERRIDWEN JOHNSTON

Ein Musikort und Bilder-Bücher-Spaß für Kinder und ihre Eltern. Mit Freude, Fingerspielen und Gesang erleben die Kinder erste Bücher.

- Ba 06**
- » Fr. ■ 28.08.–11.12. ■ 15.30–16.15 Uhr
  - » An 14 Terminen
  - » **Ohne Anmeldung**

## FF – Familienfreitag – bis 6 Jahre

CERRIDWEN JOHNSTON / ERDMUTHE SETH

Hier ist für alle was dabei, ob Toben, Basteln, Spielen, Singen oder sich einfach bei einem Kaffee mit anderen austauschen – wir stimmen uns gemeinsam auf das Wochenende ein!

- Ba 07**
- » Fr. ■ 28.08.–11.12. ■ 16.15–17.45 Uhr
  - » An 14 Terminen
  - » **Ohne Anmeldung**

## Familien-Samstag

CLAUDIA SCHOLZ / NURADIYE ERTÜTÜNCÜ

Bastelnd durch den Herbst und Winter. Dazu wird gemalt und getobt. Es gibt Inseln zum Bücheranschauen, zum Klettern und zum Rutschen. Eine türkischsprachige Pädagogin ist anwesend.

- Ba 08**
- » Jeden 1. Samstag im Monat
  - » Sa. ■ 05.09. ■ 3.10. entfällt ■ 7.11. ■ 05.12. ■ 14.30–16.30 Uhr
  - » An 3 Terminen
  - » **Ohne Anmeldung**



## 6 TREFFPUNKT ELTERNSCHULE AUF TÜRKISCH

Bei Kindern ist nichts von Dauer; das gilt für Vasen, Masern, erzieherische Grundsätze und die Höhe von Gestellen, Tischen und Kommoden

Katharina Whitehorn

### **Frühstückstreff für türkische Mütter**

NURADIYE ERTÜTÜNCÜ

Frauen mit türkischer Muttersprache sprechen beim gemeinsamen Frühstück über Themen rund um Erziehung, Familie und Schule. Sie haben Zeit, ihre Erfahrungen auszutauschen und miteinander zu klönen.

**Ba 09**    ▶ Mi. ■ 02.09.–16.12. ■ 10.30–12.30 Uhr  
▶ An 14 Terminen

### **Gedichte für Wichte auf Türkisch (0 bis 3 Jahre)**

In Kooperation mit der Villa Dulsberg

RABIYA ALTAY

Wir sind die kleinen Wichte und hören gern Geschichten! Wir singen und wir machen mit Büchern tolle Sachen!

Zauberhaftes Vorlesen und großer Spaß für die Kleinen mit den tollsten Bilderbüchern.

▶ Do. ■ außerhalb der Ferien ■ 10.00–11.00 Uhr  
▶ Achtung: der Kurs findet in der  
**Villa Dulsberg, Alter Teichweg 139**, statt.

Auf Türkisch:

**Starke Eltern – Starke Kinder-Kurs:** Seite 14



## KURSE FÜR VÄTER

7

### Babymassage mit Papa

DIANA HÄNSEL

In entspannter Atmosphäre erlernen Sie die Griffe der Babymassage. Durch liebevolle Berührung kann das Wohlbefinden unterstützt und tiefgreifende Entspannung ermöglicht werden.

**Ba 10** ▶ Sa. ■ 07.11. ■ 10.00–11.30 Uhr ■ 2,50 €

### Parcours mit Papa

GABRIELE WOHLERT

Mit Bewegungsgeschichten machen wir nicht nur den Körper, sondern auch den Kopf fit. Es macht Spaß und fordert die Fantasie und Geschicklichkeit. Für Väter mit Kindern von 3 bis 5 Jahren  
Bitte Sportzeug mitbringen.

**Ba 11** ▶ Sa. ■ 28.11. ■ 10.00–11.30 Uhr ■ 2,50 €  
▶ **Ort: Turnhalle der Grundschule Alter Teichweg 200**

### Papa & Ich – ab 3 Jahren

CERRIDWEN JOHNSTON

Samstags nehmen wir uns Zeit, um gemeinsam Spaß zu haben und andere Väter kennenzulernen. Beim Waldausflug, Feuer machen, Kanu fahren oder in der Holzwerkstatt entstehen tolle Erinnerungen! Bei Interesse nehmen wir euch in den Verteiler auf und ihr erfahrt dann zeitnah, was als Nächstes ansteht.

**Ba 12** ▶ Sa. ■ 1 x im Monat ■ 12.09. ■ 07.11. ■ 05.12. ■ Der Oktobertermin ist noch offen. ■ 10.00–12.00 Uhr ■ 2,50 €  
▶ Anmeldung: [Cerridwenj@gmx.de](mailto:Cerridwenj@gmx.de)

Im „Barmbek Basch“:

### Krabbelgruppe Väter und Kinder von 6 bis 18 Monaten

KERSTIN TIETGENS / BIRTHE EHLERS

▶ Jeden 3. Samstag im Monat ■ 10.00–12.00 Uhr  
▶ Wohldorfer Straße 30 ■ 22081 Hamburg  
1. OG – Gruppenraum Mütter-/Väterberatung  
▶ Info: [birthe.ehlers@kifaz.de](mailto:birthe.ehlers@kifaz.de)



## 8 TREFFPUNKT MIT BABY

### Babymassage (Babys ab 8 Wochen)

DIANA HÄNSEL

In entspannter Atmosphäre erlernen Sie die Griffe der Babymassage. Durch die liebevolle Berührung kann das Wohlbefinden unterstützt und tiefgreifende Entspannung ermöglicht werden.

- Ba 13**    ▶▶ Do. ■ 03.09.–08.10. ■ 09.45–11.00 Uhr ■ 10,50 €  
**Ba 14**    ▶▶ Do. ■ 05.11.–17.12. ■ 09.45–11.00 Uhr ■ 10,50 €  
            ▶▶ An 6 bzw. 5 Terminen, nicht am 19.11. und 26.11.

### Babytreff (ab 3 Monaten)

DIANA HÄNSEL

Spielkreis für die Kleinsten und Austausch für Mütter. Die Sinne werden durch verschiedene Angebote angeregt. Die Kinder kommen in Bewegung. Einstieg jederzeit möglich.

- Ba 15**    ▶▶ Do. ■ 03.09.–08.10. ■ 11.15–12.15 Uhr ■ 10,50 €  
**Ba 16**    ▶▶ Do. ■ 05.11.–17.12. ■ 11.15–12.15 Uhr ■ 10,50 €  
            ▶▶ An 6 bzw. 5 Terminen, nicht am 19.11. und 26.11.

### Babytreff und Spielegruppe (ab 10 Monaten)

CERRIDWEN JOHNSTON

Spielkreis für die Kleinen und Austausch für Mütter. Die Sinne werden durch verschiedene Angebote angeregt. Die Kleinen können singen, krabbeln, rennen und klettern.

- Ba 17**    ▶▶ Mo. ■ 28.09.–07.12. ■ 10.00–11.30 Uhr ■ 10,50 €  
            ▶▶ An 9 Terminen

### Mamafit

NICOLE JÄNISCH

Im Kurs werden Bauch- und Rückenmuskulatur gekräftigt, die allgemeine Fitness und das Wohlbefinden gestärkt. Zwischendrin gibt es Ruheinseln für Mutter und Kind. **Für Mütter mit Babys ab 4 Monaten und Rückbildungskurs**

- Ba 18**    ▶▶ Di. ■ 15.09.–01.12. ■ 17.00–18.00 Uhr ■ 10,50 €  
            ▶▶ An 10 Terminen



## TREFFPUNKT MIT BABY

### Schreibabyberatung

Ihr Baby ist sehr unruhig, weint viel und Sie sind erschöpft? Wir suchen gemeinsam nach Wegen, damit Eltern und Kinder sich wieder entspannen und Freude miteinander entwickeln können.

- ▶ Melden Sie sich:  
Tel.: 040 43 17 94 82 14 ■  
kontakt@schreibabyberatung-hamburg.de



weitere Infos

9

## ELTERN UND KINDER GEMEINSAM

Im Wesen der Musik liegt es, Freude zu bereiten.

Aristoteles

### Erste Ukulelen-Akkorde für Erwachsene – Kinderlieder begleiten

Mit Kinderbetreuung

MARTIN RENNER

Hier greifen Eltern in die Saiten und lernen spielend, Kinderlieder zu begleiten. Alles, was wir in der Elternschule singen, kann dann zu Hause begleitet werden. Falls vorhanden: Ukulele/Gitarre mitbringen

- Ba 19** ▶ So. ■ 22.11. ■ 14.00–17.00 Uhr ■ 3 €  
▶ Je 1 Termin

### Bewegung – Tanz – Musik (ab 18 Monaten)

NICOLE JÄNISCH

Musik geht in den Körper! Hüpfen, singen, klatschen. Töne und Laute ausprobieren.

- Ba 20** ▶ Di. ■ 15.09.–01.12. ■ 15.30–16.30 Uhr ■ 10,50 €  
▶ An 10 Terminen



## 10 ELTERN UND KINDER GEMEINSAM

Die schwierigste Turnübung ist noch immer, sich selbst auf den Arm zu nehmen.

Werner Frick

### Die kleinsten Racker in Bewegung (ab 10 Monaten)

LENA LÜTKENHAUS

Krabbeln, klettern und rutschen. Ganz individuell erkunden die Kleinsten den Babyparcours aus Matten, Bällen, Wippen uvm.

Ältere Geschwisterkinder sind willkommen!

- Ba 21**    ▶ Di. ■ 06.10.–10.11. ■ 09.30–10.30 Uhr ■ 10,50 €  
▶ An 6 Terminen, auch in den Herbstferien

### Kleine Racker in Bewegung (ab 15 Monaten)

GABRIELE WOHLERT

Krabbeln, klettern, schwingen, rennen und rutschen. Ganz individuell erkunden die Kleinen den Parcours.

- Ba 22**    ▶ Di. ■ 25.08.–01.12. ■ 16.00–17.30 Uhr ■ 10,50 €  
▶ An 11 Terminen, nicht im Oktober  
▶ Ort: Turnhalle der Grundschule Alter Teichweg 200

### Bewegung von Kopf bis Fuß (3 bis 5 Jahre)

GABRIELE WOHLERT

Mit Bewegungsgeschichten machen wir nicht nur den Körper, sondern auch den Kopf fit. Es macht Spaß und fordert die Fantasie und Geschicklichkeit. Bitte Sportzeug mitbringen.

- Ba 23**    ▶ Do. ■ 27.08.–03.12. ■ 16.00–17.30 Uhr ■ 10,50 €  
▶ An 10 Terminen ■ nicht im Oktober  
▶ Ort: Turnhalle der Grundschule Alter Teichweg 200



## KREATIVE WERKSTÄTTEN

11

### Töpfern für Kinder (ab 5 Jahren) mit ihren Eltern

CLAUDIA SCHOLZ

.....  
Spielerisches Arbeiten mit Ton. Mit kreativen Ideen kneten und modellieren wir kleine Gegenstände, dabei steht das Miteinander im Vordergrund. Materialumlage 8 €.

**Ba 24**    ▶▶ Mi. ■ 02.09.–14.10. ■ 16.00–18.00 Uhr ■ 10,50 €

**Ba 25**    ▶▶ Mi. ■ 04.11.–16.12. ■ 16.00–18.00 Uhr ■ 10,50 €  
▶▶ An je 7 Terminen

### Töpfern für Jugendliche ab 16 Jahren

CLAUDIA SCHOLZ

.....  
Einfach mal mit der Clique etwas machen! Meldet Euch mit einer 5er-Gruppe. Materialumlage 8 €.

**Ba 26**    ▶▶ Do. ■ 24.09.–19.11. ■ 18.00–19.30 Uhr

▶▶ An 7 Terminen

### Nähwerkstatt

Mit Kinderbetreuung

CLAUDIA HASE / AYCE ÜCE

.....  
Selber nähen, Maß nehmen, Schnitte kopieren, zuschneiden! Bitte Nähutensilien und gern auch die eigene Nähmaschine mitbringen. Maschinen können auch gestellt werden.

**Ba 27**    ▶▶ Fr. ■ 11.09.–15.10. ■ 10.00–12.00 Uhr ■ 12 €

**Ba 28**    ▶▶ Fr. ■ 06.11.–11.12. ■ 10.00–12.00 Uhr ■ 12 €

▶▶ An 6 Terminen

### „Sommer-Näh-Camp“

CLAUDIA HASE

.....  
Der Sommer ist da und Du hättest gern eine neue Strand- oder Badeausstattung? Eine Strandtasche bzw. Badetasche, ein Reiseutensilo, ein Handtuch-turban, ein Strandhandtuchkleid oder ein Poncho vielleicht? Gestalte und nähe Dir Deine eigenen Sommeraccessoires aus Deinem Lieblingshandtuch.

**Ba 29**    ▶▶ Sa. ■ 22.08. ■ 10.30–16.30 Uhr



## 12 KREATIVE WERKSTÄTTEN

Hilf mir, es selbst zu tun. Zeige mir, wie es geht.  
Tu es nicht für mich, ich kann und will es allein tun.  
Hab Geduld, meine Wege zu begreifen. Sie sind vielleicht länger, vielleicht brauche ich mehr Zeit, weil ich mehrere Versuche machen will. Mute mir Fehler und Anstrengung zu, denn daraus kann ich lernen.

Maria Montessori

### Weihnachtsnähwerkstatt

CLAUDIA HASE



In unserer Weihnachtsnähwerkstatt wird es gemütlich und festlich. Wir nähen kleine Geschenke und Dekoideen. Ihr lernt dabei spielerisch, wie man Schnittmuster liest und überträgt, Stoffe richtig zuschneidet und einfache Nähtechniken anwendet. Am Ende habt ihr wunderbare handgemachte Schätze zum Behalten oder Verschenken.

**Ba 30** ▶ Sa. ■ 05.12. ■ 10.30–16.30 Uhr

### Weihnachtsbäckerei (ab 4 Jahren)

CLAUDIA SCHOLZ



Wir backen leckere Knusperhäuschen!  
Naschen inklusive! Lebensmittelumlage 1 €

**Ba 31** ▶ Do. ■ 03.12. ■ 15.30–18.00 Uhr ■ 2,50 €

### Kleine Künstler\*innen ganz groß (8 bis 18 Monate)

CLAUDIA HASE



Hier können die Kleinsten sich kreativ austoben und verschiedene Materialien spielerisch entdecken. Eltern und Babys/Kinder können gemeinsam kreative, sinnliche und bindungsfördernde Erfahrungen sammeln. Eltern bekommen Tipps und Tricks zur kreativen Förderung. Wir stellen, z. B. unbedenklichen Kinetic Sand selber her und enden mit lustigen Hand- und Fußabdrücken auf der Malstraße.

**Ba 32** ▶ Fr. ■ 06.11.–04.12. ■ 14.30–15.30 Uhr ■ 10,50 €  
▶ An 5 Terminen



## AKTIV UND ENTSPANNT

13

Es ist egal, ob ein Kind ein Buch liest, ein Audiobuch hört oder einen Film sieht. Wichtig ist nur, dass Kinder mit Geschichten groß werden.

Cornelia Funke

### Wissen und Spaß

IN KOOPERATION MIT DER VILLA DULSBERG

Ausflüge und Besichtigungen für Eltern mit ihren Kindern.

- Ba 33** ▶ Sa. ■ 19.09. ■ 13.00–17.00 Uhr ■  
Raus in den Lohsepark ■ 5 €
- Ba 34** ▶ Sa. ■ 17.10. ■ 13.00–18.00 Uhr ■ Klick Museum ■ 5 €
- Ba 35** ▶ Sa. ■ 28.11. ■ Wintertheater oder Schlittschuhlaufen  
▶ Uhrzeit wird noch bekanntgegeben ■ 5 €  
Treffpunkt: Villa Dulsberg ■ Alter Teichweg 139  
▶ Infos und Anmeldung:  
Villa Dulsberg ■ Tel.: 0176 31 56 10 22

### Fit und Fun / Bodywork-out

NICOLE JÄNISCH

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

- Ba 36** ▶ Di. ■ 15.09.–01.12. ■ 18.30–20.00 Uhr ■ 10,50 €  
▶ An 10 Terminen

### Yoga für Mütter

Bei Bedarf organisieren wir ggf. eine Kinderbetreuung

MARLIES DIEREGSWEILER

Ein bisschen den müden Körper bewegen und mit ein paar Übungen ins Schwingen und Gleichgewicht bringen.

- Ba 37** ▶ Do. ■ 08.10.–03.12. ■ 16.00–17.30 Uhr ■ 10,50 €  
▶ An 7 Terminen



## 14 BERATUNG UND INFORMATION/KURSE

Man kann in Kinder nichts einprägen,  
aber man kann vieles aus ihnen herausstreichen.

Astrid Lindgren

### **Starke Eltern – Starke Kinder® – auf Türkisch**

REYHAN YILMAZ / MELEK NAS

.....

Ebeveyn olmak çok güzel bir şey ama ara sıra çok yorucu da olabilir! Bu kursumuz çocuklarıyla daha çok neşeli ve daha az yorucu vakit geçirmek isteyen anne ve babalar için.

**Ba 38**    ▶▶ Fr. ■ 11.09.–04.12. ■ 10.00–12.00 Uhr ■ 20 €  
▶▶ An 11 Terminen

### **Starke Eltern – Starke Kinder®**

Elternkurs des dt. Kinderschutzbundes in Koop. mit Nordlicht

BINA CORNELS / YORDAN SHOPOV

.....

Elternsein kann schön, aber auch anstrengend sein. Ziel des Kurses: den Kontakt zu den Kindern zu verbessern und mehr Gelassenheit im Alltag zu erlangen.

**Ba 39**    ▶▶ Di. ■ 22.09.–15.12. ■ 18.30–20.30 Uhr ■ 20 €  
▶▶ An 11 Terminen

### **Beratung in Erziehungs- und Lebensfragen**

.....

Manchmal denken Sie, alles läuft anders, als Sie es sich vorgestellt haben und wünschen sich Hilfestellung? Bei Schwierigkeiten in der Kindererziehung oder in der Partnerschaft haben Sie die Möglichkeit, mit einer erfahrenen Fachkraft zu sprechen.

▶▶ Herr Yordan Shopov, Sozialpädagoge/systemischer Berater, Starke Eltern – Starke Kinder®-Trainer  
▶▶ Tel.: 0171 269 73 07



## BERATUNG

15

Alle großen Leute waren einmal Kinder,  
aber nur wenige erinnern sich daran.

Antoine de Saint-Exupéry

### Erziehungsberatung im E-KiZ Hartzloh

WIEBKE MEYER (Diplom-Pädagogin)

Parallel zum Eltern-Kind-Treff haben Sie die  
Möglichkeit für **Erziehungsberatung**.  
Ohne Anmeldung, kostenlos, vertraulich.

- ▶ E-KiZ der Kita Hartzloh 50
- ▶ Jeden 1. Freitag im Monat ■ 10.00–12.00 Uhr

### Persönliche Beratung in Erziehungs- und Lebensfragen

Alles läuft anders, als Sie es sich vorgestellt haben,  
und Sie wünschen sich Hilfe? Bei Problemen  
in der Erziehung, Partnerschaft, bei Trennung  
oder Arbeitslosigkeit haben Sie die Möglichkeit,  
mit einer Fachkraft zu sprechen.

- ▶ Frau Wiebke Meyer, Dipl. Pädagogin
- ▶ Tel.: 0176 47 14 42 36

### Von Anfang an

Entwicklungspsychologische Beratung  
für Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahre



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

WIEBKE HOFFMANN

Eigentlich hatte ich es mir ganz anders vorgestellt ...  
Warum weint und schreit mein Baby so? ...  
Was kann ich tun, damit mein Kind endlich richtig  
isst? ... Warum schläft mein Baby so wenig? Warum  
ist der Alltag mit meinem Kind so anstrengend?  
Diese und andere Fragen können Sie im  
Einzelgespräch klären und gemeinsam Lösungen  
entwickeln.

- ▶ Tel.: 0178 143 27 79 ■ info@vonanfang.de



## 16 FESTE FEIERN

Alle Kinder haben die märchenhafte Kraft, sich in alles zu verwandeln, was auch immer sie sich wünschen.

Jean Cocteau

### **Stadtteilfest Dulsberg am 05.09.2026 und die Elternschule macht Musik**

**Ein Fest für alle!**

**Tombola, Spiele, Flohmarkt, Kinderabenteuer,  
leckere Speisen**

**Martin und seine Band machen wieder Musik  
für Kleine zum Mitrasseln, Singen und Tanzen!  
Kommt vorbei und tanzt, singt und rasselt  
mit uns.**

▶ Rund um den Straßburger Platz/Elsässer Straße

### **Weihnachtsfeier**

**Mit Anmeldung!!!**

Wir möchten während einer großen und bunten Weihnachtsfeier in der Elternschule gemeinsam mit allen Eltern und Kindern, Jung und Alt, Oma und Opa, das Jahr bei Gesang und Gitarre, Kuchen und Kerzenschein ausklingen lassen!

Bitte eine leckere Speise für das Buffet mitbringen!

**Es gibt eine lange Tafel,  
Stimmung, ganz viel Musik  
mit Martin und Kerzenschein.**



**BA 50**

▶ Do. ■ 10.12. ■ 15.30–18.00 Uhr



## FÜR SCHWANGERE: VON ANFANG AN 17

### NEUER Kurs für Familien

Rund um die Geburt bis ins zweite Lebensjahr

BIRGIT AUGUSTIN



#### Für Schwangere

Wie wird mein Baby werden? Wie wird sich mein Leben nach der Geburt des Babys verändern? Was braucht mein Baby für seine Entwicklung? Wie lese ich die Signale meines Babys und wie reagiere ich darauf? Wann fängt Erziehung an und wie sieht gute Erziehung aus?

Mit Informationen, Gesprächen und Videos werden Ihnen Wissen und Fähigkeiten vermittelt, die Sie sicher machen für Ihren neuen Alltag.

Der Kurs besteht aus vier Kursteilen à 2 Stunden + zehn Einzelberatungen, startet ca. in der 30. bis 36. Schwangerschaftswoche und geht bis ins zweite Lebensjahr des Kindes.

- » Weitere Informationen erhalten Sie unter:  
Tel.: 040 27 88 08 86 ■ [info@sichererhafen.de](mailto:info@sichererhafen.de) ■  
[www.sicherer-hafen.de](http://www.sicherer-hafen.de)

### Babygruppen der Mütterberatung, Alter Teichweg 200, EG

KERSTIN TIETGENS

Spielgruppen, Wiegen, Messen, Fragen und andere Mütter treffen. Eine Kinderkrankenschwester berät Euch gern. Eine Ärztin ist dienstags anwesend.

**Mit Anmeldung:** Tel.: 040 428 04 53 84

#### Für Mütter mit Babys von 0 bis 8 Monaten

» Di. ■ 12.00–13.30 Uhr

#### Für Mütter mit Babys von 8 bis 18 Monaten

» Di. ■ 10.00–11.30 Uhr

### Krabbelgruppe und Beratung Mütterberatung im Ekiz, Lothringer Straße 18

KERSTIN TIETGENS

» Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat ■ 10.30–11.30 Uhr



## 18 ADRESSEN

Für Groß und Klein im Stadtteil:

### **Jugendclub Barmbek/Kanustützpunkt: Kostenlos Kanus und SUPs leihen**

Dulsberg und Barmbek vom Wasser aus genießen.  
Schaut einfach mal nachmittags vorbei.

Auch samstags sind wir vor Ort zur Ausleihe!

» Alter Teichweg 43

### **Lesehaus – die Bibliothek im Stadtteil**

Projekt des Stadtteilbüros Dulsberg

Mit Bilderbüchern, aktuellen Romanen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene sowie Ratgebern und Wissen für Kleine und Große. Vielfältige kostenfreie Veranstaltungen bereichern das Programm, u. a. das Bilderbuchkino am 1. Mittwoch im Monat und Bastelaktionen.

Leseausweis für 1 Euro im Jahr.

» Di. ■ Mi. ■ Do. ■ 09.30–12.30 Uhr

» Mi. ■ 14.30–18.00 Uhr,

» 1. Samstag im Monat ■ 14.00–17.00 Uhr.

» Aktuelle Infos und Veranstaltungen:

facebook.de/lesehausdulsberg

Instagram @lesehaus\_dulsberg

www.lesehaus-dulsberg.de

» Alter Teichweg 200 ■ direkt neben Stadtteilschule

» Tel.: 040 49 20 80 33

### **Villa Dulsberg**

Spielgruppen, Kurse, Beratung und selbstorganisierte Treffs. Hier könnt Ihr Räume für Eure Kindergeburtstage mieten.

» Alter Teichweg 139 ■ Tel.: 0176 31 56 10 22

### **Hippy – ein Bildungsprojekt der DRK-Kinder- und Jugendhilfe**

Familienbildungsprogramm für Eltern mit Migrationshintergrund und ihre 3- bis 6-jährigen Kinder mit dem Ziel der frühen Bildung.

» Information und Anmeldung:

Frau Remmele ■ Tel.: 040 63 65 87 31



## ADRESSEN

19

### **Spiellothek – kostenloser Gesellschaftsspieleverleih**

Für Kinder, Eltern, Großeltern und Einrichtungen

- » Mo. ■ 14.30–17.30 Uhr
- » Di. ■ 16.00–18.00 Uhr
- » Do. ■ 16.00–18.00 Uhr
- » Stapelholmer Straße 2 ■ 22049 Hamburg ■  
Tel.: 040 68 47 31

### **LACRIMA – Trauerbegleitung von Kindern und Jugendlichen**

Die Mama ist gestorben oder der Papa, die Schwester oder der Bruder. Nichts erschüttert das Leben von Kindern mehr als der Tod eines geliebten Menschen. In Gruppenangeboten oder im Gespräch begleiten wir Kinder und ihre Familien in ihrem Trauerprozess. Kommen Sie auf uns zu, wir unterstützen Sie jeder Zeit! Dieses Angebot ist kostenlos.

- » Ansprechpartnerin: Elena Moser
- » Mail: lacrima.hamburg@johanniter.de
- » Tel.: 040 65 05 44 70

### **Kindersprechstunde Osteopathie**

Die osteopathische Kindersprechstunde wurde 1997 von einer Gruppe Osteopath\*innen eingerichtet, um auch Kindern aus **Familien mit geringem Einkommen** eine osteopathische Behandlung zu ermöglichen. Alle Therapeutinnen arbeiten ehrenamtlich. Der für eine Behandlung anfallende Kostenbeitrag beträgt ca. 15–20 Euro und wird zur Deckung der laufenden Sachausgaben benötigt.

- » College Sutherland ■ Stresemannstraße 161 ■  
22769 Hamburg
- » Tel.: 0178 825 97 84
- » E-Mail: osteokindersprechstunde-hh@gmx.de
- » www.osteopathische-kindersprechstunde.de
- » Nähe S-Bahn Holstenstrasse.  
Das College Sutherland befindet sich in der 3. Etage.  
Es gibt einen Fahrstuhl.



**ANMELDUNG**  
August – Dezember 2026

**Elternschule Dulsberg**  
**Alter Teichweg 200**  
**22049 Hamburg**  
**Tel.: 040 428 04 50 09**  
**E-Mail: elternschule-dulsberg@hamburg-nord.hamburg.de**

**Name** .....

**Straße** .....

**PLZ, Ort** .....

**Telefon** .....

**E-Mail** .....

<b>Kurs-Nr.</b>	<b>Namen des Kindes /der Kinder</b>	<b>Geb.-Datum</b>
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

Falls Sie sich per E-Mail anmelden, übernehmen Sie bitte die nachgefragten Daten aus dem Anmeldeformular.

Für Familien die Sozialleistungen erhalten, sind die Kurse kostenfrei.

.....  
**Datum, Unterschrift**