



ELTERNSCHULE

HARBURG

**Volles Programm für Familien.
Januar – Juli 2024**



UNSER PROGRAMM

4-6

RUND UM DIE GEBURT

7-9

ELTERN-KIND-TREFFPUNKTE

10-12

ELTERN-KIND-GRUPPEN:

Babymassage und „Handling“;
Krabbel- und Spielgruppen**13**

BEWEGUNG UND GESUNDHEIT

14-15

MAL-, BASTEL-, KOCH-, UND MUSIKGRUPPEN

16

BESONDERE VERANSTALTUNGEN

20-22

INFORMATION UND BERATUNG

23

ELTERNINITIATIVEN

» Elternschule

**Maretstraße 50, Ecke Baererstraße
21073 Hamburg****Tel. +49 40 428 712 310****Fax. +49 40 427 907 605****E-Mail: Elternschule-Harburg@harburg.hamburg.de**

Bitte geben Sie in Ihrer Mail Ihre Telefonnummer an.

www.hamburg.de/harburg-elternschulen**Leitung: Heidi Bundt**

» Sprechstunden

Dienstags 9–11 Uhr**Donnerstags 9–11.30 Uhr**

Während der Ferien ist der Betrieb sehr eingeschränkt.

» Sie erreichen Sie uns

mit der **Buslinie 145**

Haltestelle: Maretstraße Süd, Bürgerzentrum



ELTERNSCHULE

Harburg

3

Liebe Mütter, liebe Väter,

unser Programm wendet sich in erster Linie an Eltern mit Kindern bis zu 3 Jahren. Einige Kurse sind für Kinder bis zu 6 Jahren. Schon vor der Geburt können Sie sich aber an unsere Hebammen wenden und an der Geburtsvorbereitung teilnehmen.

Die Elternschule Harburg soll für Sie ein Raum sein, wo Sie andere Eltern mit gleichaltrigen Kindern treffen und kennenlernen, sich austauschen und Spaß haben können. Durch unsere pädagogischen Fachkräfte erfahren Sie Anregungen, Rat und Hilfestellungen.

Auskunft und Anmeldung:

Sie können sich persönlich, telefonisch oder per Email anmelden. Falls der von Ihnen gewünschte Platz nicht frei ist, tragen wir Sie in eine Warteliste ein und melden uns, sobald wir Ihnen eine Gruppe anbieten können. Unsere Treffpunkte können Sie gerne ohne Anmeldung besuchen, die Teilnahme ist kostenlos.

Kursgebühren:

Bitte bringen Sie die Kursgebühr zum ersten Kurstag mit. Falls Sie Leistungen nach dem Arbeitslosengeld II (Hartz IV) oder SGB XII empfangen, sind die Kurse für Sie kostenlos, der Bescheid ist vorzulegen.



RUND UM DIE GEBURT

Geburtsvorbereitung – in Kooperation mit den Hebammen

Für alle Geburtsvorbereitungs- und Rückbildungskurse Anmeldung über: www.ammely.de

PATRICIA KRAUSE, HEBAMME

Mit Atemübungen und Gymnastik werden angehende Mütter auf die Geburt vorbereitet. Ab der 24. Schwangerschaftswoche kann die Geburtsvorbereitung beginnen.

▶ Sa. ■ 10–15 Uhr ■ So. ■ 10–14 Uhr
6.+7.1., 9.+10.3., 1.+2.6., 3.+4.8., 5.+6.10.

Bitte bringen Sie Ihre Gesundheitskarte mit. Begleitende Partner:innen zahlen pro Kurs 90 Euro. Patricia Krause berät auch in Fragen des Stillens und der Babypflege.

Yoga für Schwangere

Mit Unterstützung der Techniker Krankenkasse

SONJA BROCKAMP, HEBAMME

Anmeldung unter: www.ammely.de

Gezielte, wohltuende Yogaübungen, in Verbindung mit der Atmung, fördern das Bewusstsein der Schwangeren auf ihren Körper. Es gibt wertvolle Tipps rund um eine entspannte Schwangerschaft und bereiten auf die Geburt vor.

▶ Mi. ■ 17.15–18.30 Uhr
10.1.–14.2., 28.2.–17.4., 8.5.–19.6.,
(pro Kurs 6 Termine)

Rückbildungsgymnastik mit dem Säugling

NAOMI KAWATE, HEBAMME

Anmeldung unter: www.ammely.de

Durch gezielte Übungen werden Beckenboden und Bauchmuskeln trainiert, um späteren Beschwerden wirkungsvoll vorzubeugen.

▶ Do. ■ 10.45–12.15 Uhr ■
11.1.–15.2., 4.4.–16.5., 30.5.–4.7.



RUND UM DIE GEBURT

Rückbildung mit Yoga ohne Baby

SONJA BROCKAMP, HEBAMME



Anmeldung unter: www.ammely.de

Sich im eigenen Körper wieder richtig zuhause fühlen, seine stabile Mitte stärken. Die Übungen stärken den Bauch, Rücken und insbesondere den Beckenboden. Alle Übungen werden achtsam und in Verbindung mit der Atmung ausgeführt. Eine Entspannung rundet jede Rückbildungsstunde ab. Beginn 8–10 Wochen nach der Geburt, 10–12 Wochen nach einem Kaiserschnitt

- ▶ Mi. ■ 18.45–20.20 Uhr ■ 10.1.–14.2., 28.2.–17.4., 8.5.–19.6. (pro Kurs 6 Termine)
- ▶ Auskunft und Anmeldung zur Geburtsvorbereitung und Rückbildung im Büro der Elternschule
Patricia Krause, Tel.: 040 209 754 95
Naomi Kawate, Tel.: 0176 488 788 78
Sonja Brockamp, Tel.: 0170 468 7173

Hebammensprechstunde (Stillberatung) nach Vereinbarung

Geburtsnachbereitung

PATRICIA KRAUSE, HEBAMME, MARTIN SIEVERS,
SYSTEMISCHER BERATER FRÜHE KINDHEIT



Die Geburt eines Kindes ist ein hochemotionales Ereignis. Wir bieten hier den Raum, um das Erlebte im geschützten Rahmen zu besprechen und zu integrieren. Herzlich willkommen sind Mütter, Väter, Paare.

- ▶ Sa. ■ 20.4. ■ 10–13 Uhr ■ 2,50 Euro



RUND UM DIE GEBURT

Trageberatung

CARIMA STOLL



Wie ist die Einstellung deiner Tragehilfe? Damit Du sicher und rüchenschonend die gemeinsame Tragezeit mit deinem Kind genießen kannst, schaue ich darauf. Auf Wunsch zeige ich auch das Tragen auf dem Rücken. Bitte die eigene Babytrage/Tragetuch mitbringen.

- » Di. ■ 4.6. ■ 9.30– 10.30 Uhr (Mei Tai/Halfbuckle Babytragen) ■ 10.45– 11.45 Uhr (Fullbuckle/ Schnallentragen) ■ 2,50 Euro

Die Elternschule Harburg verteilt kostenlos die Elternbriefe des Arbeitskreises Neue Erziehung an alle Harburger Eltern. Bitte im Büro melden!

„Auf den Anfang kommt es an“

in Zusammenarbeit mit „Frühe Hilfen für Familien“

MARTIN SIEVERS



Eine Veranstaltung für werdende und junge Eltern: Ihr Baby kommt oder ist schon da. Die erste Zeit mit dem Baby ist aufregend. Sie lernen sich kennen, verstehen und entwickeln eine Bindung miteinander und zueinander. Wir möchten Sie mit Informationen und alltags praktischen Anregungen dabei unterstützen: Themen sind Bindung, Babysignale, Handling, Berührungen und Massage, Trösten ...

Ha 01

- » Mo. ■ 10– 12 Uhr ■ 11.3.



ELTERN-KIND-TREFFPUNKTE

Alle Treffpunkte sind kostenlos und können ohne Anmeldung außerhalb der Ferien besucht werden

Montag: Elterncafé

CLAUDIA RÖHRICH, MARTIN SIEVERS, HEIDI BUNDT

Hier können Eltern mit ihren Kindern bis 3 Jahren gemeinsam den Nachmittag verbringen und Familien aus ihrem Stadtteil kennenlernen. Die Kleinen können krabbeln und spielen. Zum Abschluss werden einige Lieder gesungen.

Ha 02 ▶▶ Mo. ■ 15–17 Uhr ■ 22.1.–15.4.

Ha 03 ▶▶ Mo. ■ 15–17 Uhr ■ 29.4.–15.7.

Wellcome بترحيب, добро пожаловать, خوش آمدید, Hoşgeldiniz

Offener Treff für geflohene Frauen

LENA GOTTWALDT

Frauen mit Kindern im Alter von 0–6 Jahren aus Harburg treffen sich zum Kennenlernen, gemeinsam spielen und ganz viel Deutsch sprechen.

Ha 04 ▶▶ Mo. ■ 10.45–12.45 Uhr ■ 22.1.–15.4.

Ha 05 ▶▶ Mo. ■ 10.45–12.45 Uhr ■ 29.4.–15.7.

Dienstag: Gedichte für Wichte

in Kooperation mit „Bücherstart Hamburg“

KRISTIN VOSS MÖNKE, MARINA HILL, CLAUDIA RÖHRICH

Alle Kinder unter 3 Jahren mit ihren Müttern/Vätern können sich treffen, um gemeinsam an Liedern, Reimen, Fingerspielen und Büchern Spaß zu haben.

Ha 06 ▶▶ Di. ■ 16–17.30 Uhr ■ 30.1.–16.4.

Ha 07 ▶▶ Di. ■ 16–17.30 Uhr ■ 7.5.–9.7.





ELTERN-KIND-TREFFPUNKTE

Mittwoch: Treffpunkt zur Mütterberatung

in Zusammenarbeit mit „Frühe Hilfen für Familien“

HEIDI BUNDT, SIMONE WEISSER

.....

Vor und nach der Mütterberatung treffen sich die Eltern mit ihren Babys. Es wird geklönt, gespielt, gekrabbelt und gesungen.

Ha 08 ▶▶ Mi. ■ 10–11.30 Uhr ■ 24.1.–17.4.

Ha 09 ▶▶ Mi. ■ 10–11.30 Uhr ■ 8.5.–17.7.

▶▶ **Und in den Ferien**

Donnerstag: Babytreffpunkt

MARGA BEYER, CLAUDIA UDE, SILKE DECKER

.....

Eltern mit ihren Säuglingen und Krabblern (bis 1 Jahr) treffen sich zum Kennenlernen, Spielen und Singen. Fragen bzgl. Säuglingspflege und den Entwicklungsschritten in den ersten Monaten werden von erfahrenen Kolleg:innen beantwortet.

Ha 10 ▶▶ Do. ■ 14–15.30 Uhr ■ 25.1.–18.4.

Ha 11 ▶▶ Do. ■ 14–15.30 Uhr ■ 2.5.–11.7.

„Familientreff“ mit Müttern, Vätern und ihren Kindern bis 6 Jahre

JOHANNA KAISER

.....

Ein Treffen zum Kennenlernen, Basteln und Spielen in der Bewegungslandschaft.

Ha 12 ▶▶ Do. ■ 15.45–17.30 Uhr ■ 25.1.–18.4.

Ha 13 ▶▶ Do. ■ 15.45–17.30 Uhr ■ 2.5.–11.7.



ELTERN-KIND-TREFFPUNKTE

„Freitagstreff“ für Eltern mit Kindern bis 3 Jahre

CLAUDIA RÖHRICH, ALEXANDRA ZENOVEIOV

Es wird gekrabbelt, gespielt, gesungen und gebastelt.

Ha 14 ▶ Fr. ■ 10.15–12.15 Uhr ■ 26.1.–19.4.

Ha 15 ▶ Fr. ■ 10.15–12.15 Uhr ■ 3.5.–12.7.

Samstag: Vater-Kind-Treff

CHRISTIAN EMMERT

Zweimal im Monat, jeweils Samstag, treffen sich Väter mit ihren Kindern (bis zum Alter von 3 Jahren) zum Frühstück, Spielen, Singen und Basteln.

Ha 16 ▶ Sa. 10.30–12 Uhr ■ jeden 2. und 4. Samstag ■
ab 13.1.2024

Monatlicher Treff für Familien von Zwillingen + Drillingen im Alter von 0–2 Jahren

In Zusammenarbeit mit „Frühe Hilfen für Familien“

CLAUDIA UDE

Mehrlingseltern sind oft doppelt und dreifach gefordert. Gemeinsam möchten wir die Eltern mit Ihren Kindern liebevoll begleiten und durch Bewegung, Spiele und Lieder die Sinneswahrnehmung anregen. Es gibt Raum für den Austausch untereinander, verbunden mit hilfreichen Tipps für den Alltag.

Ha 17 ▶ Sa. ■ 10.30 Uhr ■ 3.2. ■ 6.4. ■ 1.6.

Sonntag: Sonntagscafé für die Familie

In Zusammenarbeit mit dem Abenteuerspielplatz im FZ Café Feuervogel Baererstraße 36

Bei Kaffee und Kuchen können Mütter, Väter, Großeltern mit ihren Kindern spielen und basteln und sich mit anderen Familien treffen.

Ha 18 ▶ jeden 3. Sonntag im Monat ■ 15–18 Uhr
21.1., 18.2., 17.3., 21.4., 16.6.



ELTERN-KIND-GRUPPEN

ELTERN-KIND-GRUPPEN

mit verbindlichen Voranmeldungen:

Sinneserfahrungen, Bewegungsförderung, „Handling“, Babymassage (für Kinder bis zu 6 Monaten)

In Zusammenarbeit mit „Frühe Hilfen für Familien“

SILKE DECKER

Ha 19 ▶ Di. ■ 11–12.30 Uhr ■ 30.1.–15.4. ■ 9,50 €/Kurs

Ha 20 ▶ Di. ■ 11–12.30 Uhr ■ 7.5.–9.7. ■ 9,50 €/Kurs

In unseren „festen“ Eltern-Kind-Gruppen spielen, turnen, singen und basteln Eltern mit ihren Kindern.

Die pädagogische Fachkraft gibt Anregungen zur altersgemäßen Beschäftigung und bespricht mit den Eltern Fragen der Entwicklung und Erziehung. Die Kinder sind ähnlich alt.

Eltern mit Kindern im Alter von 4 bis 10 Monaten

SILKE DECKER (an Pecip angelehnt)

Spiel- und Bewegungsanregungen nach dem Prager-Eltern-Kind-Programm für Eltern und ihre Babys. Um mehr Beweglichkeit zu fördern, werden die Kinder ausgezogen.

Ha 21 ▶ Di. ■ 9.15 Uhr ■ 30.1.–15.4 ■ 9,50 €/Kurs

Ha 22 ▶ Di. ■ 12.45 Uhr ■ 30.1.–15.4 ■ 9,50 €/Kurs

Ha 23 ▶ Di. ■ 9.15 Uhr ■ 7.5.–9.7. ■ 9,50 €/Kurs

Ha 24 ▶ Di. ■ 12.45 Uhr ■ 7.5.–9.7. ■ 9,50 €/Kurs



ELTERN-KIND-GRUPPEN

Eltern mit von September – November 2023 geb. Kindern

MARTIN SIEVERS (nach KiK: Mit den Kleinsten im Kontakt)

Ha 25 ▶ Fr. ■ 10.45 Uhr ■ 2.2.–19.4. ■ 9,50 €/Kurs

Ha 26 ▶ Fr. ■ 10.45 Uhr ■ 26.4.–5.7. ■ 9,50 €/Kurs

Eltern mit von Juli – August 2023 geb. Kindern

EVA WILHELM

Ha 27 ▶ Di. ■ 9.15 Uhr ■ 30.1.–16.4. ■ 9,50 €/Kurs

Ha 28 ▶ Di. ■ 9.15 Uhr ■ 2.5.–9.7. ■ 9,50 €/Kurs

Eltern mit von März – Juni 2023 geb. Kindern

MARTIN SIEVERS (nach KiK: Mit den Kleinsten im Kontakt)

Ha 29 ▶ Fr. ■ 9.15 Uhr ■ 2.2.–19.4. ■ 9,50 €/Kurs

Ha 30 ▶ Fr. ■ 9.15 Uhr ■ 26.4.–5.7. ■ 9,50 €/Kurs

Eltern mit von Januar – März 2023 geb. Kindern

EVA WILHELM

Ha 31 ▶ Di. ■ 10.45 Uhr ■ 30.1.–16.4. ■ 9,50 €/Kurs

Ha 32 ▶ Di. ■ 10.45 Uhr ■ 2.5.–9.7. ■ 9,50 €/Kurs

Eltern mit Kindern im Alter ab 10 Monate

KRISTIN VOSS-MÖNKE

Ha 33 ▶ Mo. ■ 9.15 Uhr ■ 29.1.–15.4. ■ 9,50 €/Kurs

Ha 34 ▶ Mo. ■ 9.15 Uhr ■ 29.4.–8.7. ■ 9,50 €/Kurs



ELTERN-KIND-GRUPPEN

Geschwistergruppe Eltern mit Kindern im Alter von 0 bis 6 Jahren

ELIS BENJAMIN, NURAY SCHULZ

Ein bisschen Abstand zum Alltag gewinnen, mit den Kindern spielen, basteln, mit anderen Familien klönen. Gemeinsam starten wir freudig ins Wochenende.

Ha 35 ▶▶ Fr. ■ 15.30–17.30 Uhr ■ 2.2.–19.4. ■ 9,50 €/Kurs

Ha 36 ▶▶ Fr. ■ 15.30–17.30 Uhr ■ 3.5.–12.7. ■ 9,50 €/Kurs

Gruppe für alleinerziehende Eltern mit Kindern im Alter von 0 bis 3 Jahren

EVA WILHELM

Kinder beim Aufwachsen zu begleiten kann sehr schön, manchmal aber auch ziemlich herausfordernd sein. Eltern, die alleinerziehend sind, stehen noch einmal besonderen Themen und Belastungen gegenüber.

Diese Gruppe bietet euch Raum für Austausch und Vernetzung mit Menschen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden und bietet Unterstützung und Beratung bei Fragen rund um das Zusammenleben mit kleinen Kindern. In entspannter Atmosphäre schauen wir, was anliegt. Auch für die Kleinen gibt es etwas – Spielen, Singen, andere Kinder sehen.

Ha 37 ▶▶ Di. ■ 14.30–16 Uhr ■ 30.1.–16.4. ■ 9,50 €/Kurs

Ha 38 ▶▶ Di. ■ 14.30–16 Uhr ■ 7.5.–9.7. ■ 9,50 €/Kurs



BEWEGUNG UND GESUNDHEIT

Mama Fit – Baby mit

DIANA KIPPER

Gymnastik nach der Rückbildung, Bewegung nach Musik, Yoga und Entspannungsübungen, sich wieder fit und im Körper wohl fühlen.

Ha 39 ▶▶ Do. ■ 9.15 Uhr ■ 1.2. – 15.4. ■ 9,50 €/Kurs

Ha 40 ▶▶ Do. ■ 9.15 Uhr ■ 2.5. – 20.6. ■ 9,50 €/Kurs

Rücken Fit – Baby mit

Mit Unterstützung der Techniker Krankenkasse

DIANA KIPPER

Neben Übungen, die den Rücken- Nacken und Schulterbereich trainieren, werden wir auch Übungen zum Dehnen und Stabilisieren durchführen. Die Bauch- und Rückenmuskulatur wird gekräftigt, Beschwerden und Verspannungen können dadurch gelöst werden. Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen runden die Stunde ab. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Ha 41 ▶▶ Mo. ■ 16.15 Uhr ■ 29.1. – 11.3

Ha 42 ▶▶ Mo. ■ 16.15 Uhr ■ 29.4. – 17.6

Bewegung und Entspannung für Kinder mit Yogaübungen

Mit Unterstützung der Techniker Krankenkasse

DIANA KIPPER

Die Bewegungs- und Entspannungsübungen machen Kinder stark. Sie lernen, sich und ihren Körper bewusst wahrzunehmen und sich zu entspannen. Yogaübungen fördern ihr inneres Gleichgewicht, die Konzentration und machen sie beweglicher.

Für Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren

Ha 43 ▶▶ Mo. ■ 15.15 Uhr ■ 29.1. – 11.3. ■ 9,50 €/Kurs

Ha 44 ▶▶ Mo. ■ 15.15 Uhr ■ 29.4. – 17.6. ■ 9,50 €/Kurs



MALEN, BASTELN, KOCHEN, MUSIK THEMATISCHE ELTERN-KIND-KURSE

Kochspaß mit der Familie

CICEK GÜNEL

Ein kleiner Kochkurs für und mit Kindern ab ca. 2 ½ bis 6 Jahren und ihre Mütter, Väter und Großeltern an 4 Nachmittagen in der **Lehrküche**.

Die Kinder dürfen schneiden, rühren und lernen die Zutaten kennen. Zum Schluss essen alle zusammen.

Ha 45 ▶ Mi. ■ 16–18.15 Uhr ■ 21.2.–13.3. (4 Termine) ■ 9,50 €/Kurs ■ Lebensmittelumlage

Mal- und Kunstgruppe für die Familie

GABRIELE WENDLAND, ELIS BENJAMIN

Gemeinsam malen wir mit leuchtenden Farben große und kleine Bilder. Wir arbeiten mit Händen, Pinseln und Rollen. Die Kinder sind im Alter zwischen 3 und 6 Jahren. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Ha 46 ▶ Di. ■ 16 – 17.30 Uhr ■ 30.1.–16.4. ■ 9,50 €/Kurs

Ha 47 ▶ Di. ■ 16–17.30 Uhr ■ 7.5.–9.7. ■ 9,50 €/Kurs

Keramikkurs für Eltern und Kinder ab 3 ½ bis 6 Jahren

Mit Unterstützung der Techniker Krankenkasse

SILVIA VON POCK

Je länger die Corona Krise andauert, desto mehr werden Familien mit den entsprechenden Umständen (homeschooling, lockdown, Ängste etc.) belastet. Im Keramikkurs geht es darum, im Alltagsstress wieder zu uns zu finden, sich neu zu fokussieren und dabei etwas Neues entstehen zu lassen. Das Arbeiten mit Ton kann befreiend und entspannend wirken, fördert die Resilienz und verbessert die Konzentrationsfähigkeit.

Es werden kleinere Figuren, Tiere oder Objekte geschaffen, gebrannt und dann glasiert.

Ha 48 ▶ Mi. ■ 16 – 17.30 Uhr ■ 10.4.–19.6. ■ 8 Termine ■ 9,50 Euro pro Kurs + Materialumlage 9 Euro



MALEN, BASTELN, KOCHEN, MUSIK THEMATISCHE ELTERN-KIND-KURSE

Musik und Rhythmik

CHRISTIAN EMMERT

Das Angebot richtet sich an Eltern mit Kindern im Alter von 2 ½ bis 4 Jahren. Wir spielen und bewegen uns zur Musik, üben Lieder und erproben orffsche Instrumente.

Ha 49 ▶ jeden 2. und 4. Samstag ■ 12 – 12.45 Uhr ■
ab 13.1. ■ 9,50 €/Kurs

Mäusekonzert: Musik für die Kleinen

MARINA HILL

Das frühe Musizieren fördert die Bindung zwischen Mutter/Vater und Kind und wirkt unterstützend bei der emotionalen, kognitiven und sprachlichen Entwicklung des Kindes. Für 3 – 12 Monate alte Kinder.

Ha 50 ▶ Di. ■ 15 Uhr ■ 30.1.–16.4. ■ 9,50 €/Kurs

Ha 51 ▶ Di. ■ 15 Uhr ■ 7.5.–9.7. ■ 9,50 €/Kurs



BESONDERE VERANSTALTUNGEN

It's Art, Baby!

In Kooperation mit der Sammlung Falckenberg/
Deichtorhallen Hamburg

HEIDI BUNDT

Führung für Eltern mit Kleinkind (bis 12 Monate)
durch die Sammlung Falckenberg und die laufende
Ausstellung.

Ha 52 ▶ Mo. ■ 22.1. ■ 10 Uhr

Veranstaltungen in Zusammenarbeit mit „Frühe Hilfen für Familien“

„Auf den Anfang kommt es an“

MARTIN SIEVERS

Informationsveranstaltung für werdende oder junge
Eltern. Ihr Baby kommt oder ist schon da. Die
erste Zeit mit dem Baby ist aufregend. Sie lernen
sich kennen und verstehen, Sie entwickeln eine
Beziehung zueinander. Wir möchten Sie dabei mit
Informationen und Anregungen unterstützen. Das
Baby gut verstehen. Wenn das Baby Trost braucht.

Ha 01 ▶ Mo. ■ 11.3. ■ 10–12 Uhr

Neu – die besondere Veranstaltung: Väter am Start!

Ein Workshop für Väter, Mütter, Paare

MARTIN SIEVERS, EVA WILHELM

Nach der Geburt eines Kindes sortiert sich das Leben
neu. Wie gestalten Eltern ihren Familienalltag ge-
meinsam, bereichernd und passend für alle? Wie
handeln Eltern das in einer guten Weise miteinander
aus? Welche Elternzeit-Erfahrungen gibt es? Was
unterstützt eine starke Beziehung zwischen Vater
und Kind? Was brauchen die Kinder?

Väter berichten von ihren Erfahrungen aus Familien-
alltag und Elternzeit, und es ist Platz für Fragen,
Gespräch und Austausch.

Ha 53 ▶ Sa. ■ 2.3. ■ 14.30–16 Uhr



BESONDERE VERANSTALTUNGEN

Kratzen, Beißen, Schlagen, Schubsen

MARTIN SIEVERS

Kratzen, Beißen, Schlagen, Schubsen gehört im Kleinkindalter zum normalen Verhalten von Kindern. Welche guten Gründe haben sie für dieses Verhalten und wie können Eltern darauf angemessen reagieren?

Ha 54 ▶ Mo. ■ 13.5. ■ 17.30–19.30 Uhr

Entspannung und Stressbewältigung im Familienalltag – ganz praktisch

MARTIN SIEVERS

Das Leben als Eltern ist oft anstrengend und herausfordernd. In Stresssituationen ist es nicht immer leicht, einen klaren Kopf zu bewahren, sich wieder zu beruhigen und passend zu reagieren. Wir werden über Erfahrungen mit Stress sprechen und wie ich mich selbst wieder in einen guten Zustand bringen kann. Dazu werden wir einfache Entspannungs- und Bewegungsübungen ausprobieren, für mehr Gelassenheit und Freude im Alltag.

Bitte bewegungsfreundliche Kleidung mitbringen!

Ha 55 ▶ Sa. ■ 8.6. ■ 10–13 Uhr ■ 2,50 €

Kleine Kinder – große Gefühle

MARTIN SIEVERS

Starke Gefühle wie Wut, Angst oder Traurigkeit sind bei vielen Kindern immer wieder an der Tagesordnung. Oft bringen sie Eltern an ihre Grenzen. Wir sehen uns „energiesparende“ Wege an, diesen starken Gefühlen zu begegnen und die angemessen zu begleiten.

Ha 56 ▶ Mo. ■ 15.4. ■ 17.30–19.30 Uhr



BESONDERE VERANSTALTUNGEN

Grenzen setzen, „Nein“ sagen ist nicht immer leicht!

HUBERT KÖTTING

Als Eltern sind wir ständig gefordert, unseren Kindern Grenzen zu setzen. Manchmal wissen wir nicht, ob unsere Grenzen richtig sind. Wir sagen „Nein“ und wenn die Kinder rebellieren, wird es ein „Ja“. Wir werden uns ansehen, was uns wirklich wichtig ist und wie wir die wichtigen Grenzen deutlich machen.

Ha 57 ▶ Mo. ■ 19.2. ■ 15 Uhr

Zahnpflege bei Kleinkindern

Was ist wichtig? Wie kann ich mein Kind beim Zähneputzen unterstützen? Wann sollte man damit beginnen?

Ha 58 ▶ noch offen

Rund um unser Kind Veranstaltungsreihe

In Zusammenarbeit mit „Frühe Hilfen für Familien“

MARTIN SIEVERS

Ha 01 ▶ 11.3. ■ „Auf den Anfang kommt es an“

Ha 59 ▶ 22.7. ■ Familienausflug

Veranstaltungen im Elternschulcafé 15 Uhr

Ha 57 ▶ 19.2. ■ Grenzen setzen, „Nein“ sagen ist nicht immer leicht! Hubert Köttling

Ha 60 ▶ 4.3. ■ Ernährungsberatung, Giorgio Maj



BESONDERE VERANSTALTUNGEN

Veranstaltungen im EKiz Eddelbüttelstraße 9

SABRINA KESSLER

Baby- und Kleinkinderschlaf. Worauf Eltern achten können, um den erholsamen Schlaf ihres Kindes zu fördern

» Mi. ■ 24.1. ■ 10.30–12.30 Uhr

SABRINA KESSLER (SCHLAFCOACH)

Die Eltern-Kind-Bindung stärken durch bedürfnisorientierte Erziehung

» Do. ■ 1.2. ■ 10.30–12.30 Uhr

ANDREA WINKLER (FAMILIENPLANUNGSZENTRUM)

„Verhütungsfrühstück“

» Fr. ■ 9.2. ■ 10–11.30 Uhr

Veranstaltungen im „Freitagstreff“ 10.15 Uhr

In Zusammenarbeit mit der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung (HAG)

Ha 61 » Fr. ■ 19.4. ■ „Gemeinsam essen – so macht es Spaß“
Anne Scheelberger

Ha 58 » Fr. ■ noch offen ■ „Zahnpflege“ bei Kleinkindern

Erste Hilfe am Kind

CARSTEN MOLL

Was ist bei kleinen Kindern zu beachten, was deutet auf eine Erkrankung hin, was ist bei unterschiedlichen Unfällen und Notfällen zu tun?

Ha 62 » Sa. ■ 1.6. ■ 10–16 Uhr ■ Kursgebühren 30 Euro,
Verbindliche Anmeldung

BESONDERE VERANSTALTUNGEN

Upcycling! „Aus Alt mach Neu“

MARLEN KOOP
.....

Kleine Handarbeiten. Aus alten Kleidungsstücken nähen wir neue modische Accessoires für unsere Kinder. Bitte Schere, Stecknadeln, Garn mitbringen.

Ha 63 ▶ Do. ■ noch offen ■ 19 Uhr ■ 4 Termine ■ 9,50 €

Nähwerkstatt

PAULA BAYER
.....

Eine Gruppe von Müttern hat Freude am Nähen gefunden und trifft sich regelmäßig montags. Wer dazu kommen mag, meldet sich bei Paula Bayer an.

▶ montags 19 Uhr

▶ Tel.: +49 179 9648 811

Offene Sprachförderung Deutschkurs für Mütter

In Kooperation mit der VHS Harburg

Ohne Kinderbetreuung

MIRO FAGASCHEWSKI
.....

▶ Mi. ■ 10.1. ■ 9–13 Uhr ■ (außer in den Ferien)
Dieser Kurs ist niedrigschwellig.
Es gibt kein Zertifikat.

INFORMATION UND BERATUNG

Mütterberatung in der Elternschule

(mit Treffpunkt siehe Seite 6)

ZWEI KINDERKRANKENSCHWESTERN DES
GESUNDHEITSAMTES
.....

Harburg beraten in Fragen der Ernährung, Entwicklung und Pflege der Säuglinge und Kleinkinder.

▶ Mi. ■ 10–11.30 Uhr

Informationen unter Tel.: +49 40 428 71–2313.

INFORMATION UND BERATUNG

Erziehungsberatung

Familien- und Erziehungsberatungsstelle
Bezirksamt Harburg

- Erziehungs- und Elternberatung
- Beratung für Kinder, Jugendliche und junge Volljährige
- Beratung von Familien (Alleinerziehende, Patchwork- und Regenbogenfamilien)
- Paarberatung
- Beratung bei Konflikten getrennter Eltern
- ▶ **Anmeldung** über 040 428 71 23 27 oder erziehungsberatung@harburg.hamburg.de
- ▶ **Sprechstunde** ohne vorherige Anmeldung jeden Mittwoch 15 bis 16 Uhr in der Hermann-Maul-Str. 5, 21073 Hamburg
- ▶ Das Angebot ist kostenlos und vertraulich.
- ▶ www.hamburg.de/harburg/erziehungsberatung

Familienlotsen

in Kooperation mit dem Margaretenhort

JASMIN MATULL

berät Sie, wenn sie schwanger sind, oder Eltern von Kindern im Alter zwischen 0 und 18 Jahren. Sie unterstützt beim Ausfüllen von Anträgen (Kita-Gutschein, Kindergeld), beim Suchen von Kitaplätzen, bei wichtigen Arztbesuchen oder Behördengängen.

- ▶ Mi. ■ 10.30 – 11.30 Uhr ■ im Mütterberatungstreff
- ▶ Tel.: +49 173 2430 513

Schwangerenberatung

in Kooperation mit dem Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Hamburg

CONNIE LOOB, ULRIKE EISENZIMMER

- ▶ Di. ■ 9.30 – 13 Uhr ■ außer in den Schulferien.
- ▶ Anmeldung unter Tel: 040 25 49 25 91
Mail: skf-beratung@skf-hamburg.de

Mutter- (oder Vater-) Kind-Kuren

Deutscher Arbeitskreis für Familienhilfe e. V.

KATHARINA ROGER

Was bietet eine Kur für mich und mein Kind?
Wie und wo kann ich eine Kur beantragen?
Wie sind die Voraussetzungen? Über diese und
weitere Fragen können wir sprechen.

» Informationen Tel.: 040 38 61 46 37

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 bei Fr. Tijan Cetin
Tel.: 040 63 65 87 31

Frauencafé

Im FZ Café Feuervogel können sich Mütter aus
dem Quartier treffen und beraten lassen.

Elternlotsen unterstützen und begleiten Eltern
mit Migrationshintergrund.

Yüksel Demiray und Malgorzata Kosinska aus der
Schule, Heidi Bundt aus der Elternschule und Serife
Arora aus dem StoP Projekt sind auch anwesend.

» Jeden Mittwoch zwischen 11.30 und 13.30 Uhr
Außer in den Ferien.

Der sichere Hafen

„Von Anfang an. e.V.“

Beratung zur frühzeitigen Förderung
der Eltern-Kind-Bindung

» Tel.: 040 27 88 08 86



ELTERNINITIATIVEN

..... **Treffpunkt für griechische Familien**

Verein Griechischer Eltern

Samstagscafé: Willkommen sind alle, die Lust haben, mit den Mitgliedern des griechischen Vereins einen vergnügten, gemütlichen Nachmittag in der Elternschule zu verbringen. Die Kinder werden betreut. Es wird ein griechischer Tanzkurs und eine Bastelgruppe für Kinder angeboten.

- » 17–21 Uhr ■ außer in den Schulferien.
- » Kontakt: Frau Sampou, Tel.: 0176 20148384

Is English your mother tongue?

CARINA HARDER

Do you have a child or children at the age of 3 to 6 years? The Elternschule Harburg offers play groups in English on a regular basis to support multilingual families. Your children can sing, rhyme, count, create and play together with other English speaking children. You can network with other English speaking families.

- » Tues 4.15–5.15 pm
- » Contact english-playgroup@gmx.de to register.

..... **Feste des Feuervogel**

Bürgerzentrum Phoenix

- » Sommerfest: 6.7.2024
- » Bitte beachten Sie die Aushänge
- » Kontakttelefon: 040 428 12 95 25 oder 428 975 255



