



ELTERNSCHULE

KIRCHDORF-SÜD

**Volles Programm für Familien.
Januar–Juli 2026**



UNSER KURSANGEBOT

4

ELTERN UND KINDER GEMEINSAM

7

TREFFPUNKT ELTERNSCHULE

9

RUND UM DIE GEBURT

11

BERATUNG UND INFORMATION

16

AKTIV IN DER FREIZEIT

17

WORKSHOPS

18

DIE BESONDERE VERANSTALTUNG

Anmeldung

Zu den Kursen melden Sie sich telefonisch, per E-Mail über elternschule-kirchdorf-sued@hamburg-mitte.hamburg.de oder persönlich an. Die Kurse werden durchgeführt, wenn ausreichend Anmeldungen vorliegen. Sollten Sie verhindert sein, bitten wir um Nachricht. **Bei festen Eltern-Kind-Kursen erfolgt nach dreimaligem unentschuldigtem Fehlen eine Nachbesetzung des Platzes!** Die Ferien sind in der Regel kursfrei.

Kursgebühren

Elternschulen sind auch Familienbildungsorte. Deshalb werden für feste Kurs- und Gruppenangebote Kursgebühren erhoben. Bisher gab es nur die Möglichkeit der Barzahlung, dies soll sich zeitnah ändern, eine andere Form der Kursgebührenbezahlung soll eingeführt werden. In dieser Zeit des Umbruchs sind auch die festen Kurs- und Gruppenangebote kostenfrei!



Kirchdorf-Süd
Elternschulen Elbinseln

ELTERNSCHULE

Kirchdorf-Süd

3

**Willkommen / Welcome / Ласкаво просимо /
Hoş geldin / Добро пожаловать / Bi xêr hatî /
Dobrodošli / مكيف الہسو الہا / Bienvenue /
Bienvenido / mireseardhj / Добре дошли**

Das Leben mit Kindern ist bereichernd, schön und vielfältig – gleichzeitig stellt es Eltern immer wieder vor Herausforderungen. Mit unserem Programm möchten wir Euch dabei unterstützen und begleiten. Wir bieten Raum für Begegnungen und Austausch, Informationen und vertrauensvolle Beratung.

Ihr könnt bei uns andere (werdende) Eltern und Familien im Stadtteil kennenlernen, Euch kreativ austoben, mit oder ohne Kinder Spaß haben oder einfach einmal zur Ruhe kommen. Ihr entscheidet selbst, welches Angebot Euch gefällt.

Bei uns sind alle Menschen willkommen, in deren Gemeinschaft Kinder aufwachsen.

Wir freuen uns auf Euch!

Das Team der Elternschule Kirchdorf-Süd

Bleibt informiert



Es kann immer zu Änderungen oder ganz neuen Angeboten kommen. In unseren Aushängen und auf unserem Instagram-Account ([instagram@elternschulekirchdorfsued](https://www.instagram.com/elternschulekirchdorfsued)) findet Ihr alle wichtigen Neuigkeiten.

Elternschule Kirchdorf-Süd

Karl-Arnold-Ring 9

21109 Hamburg

Tel.: 040 754 20 71

Handy: 0176 42 85 09 30

E-Mail: elternschule-kirchdorf-sued@hamburg-mitte.hamburg.de

Elternschulleitung: Anna Jinda Logemann

Team: Lena Prentki

Gülhanım Kızıloglu



ELTERN UND KINDER GEMEINSAM

Babymassage und mehr ...

PAMELA NIEGOT

Für Eltern mit Säuglingen von 1 bis 8 Monaten
Wir erlernen verschiedene Babymassagen sowie Körperübungen für die eigene Entspannung. Wir genießen das Zusammensein mit unserem Baby und sprechen gemeinsam über beliebte Themen wie Entwicklung, Schlaf- und Wachrhythmus und Ernährung. Der Einstieg ist jederzeit möglich. Infant massage courses and counselling are available in English!

Für Eltern mit Säuglingen von ca. 4 bis 8 Monaten

Ki 1

» Mi. ■ 14.1.–1.7. ■ 9.30–11 Uhr

Für Eltern mit Säuglingen von ca. 0 bis 4 Monaten

Ki 2

» Mi. ■ 14.1.–1.7. ■ 11–12.30 Uhr

Offene Krabbelgruppe – Gemeinsam wachsen und entdecken

ANNA MEYER-SELBACH

Für Eltern mit Babys von 4 bis 12 Monaten
Diese spannende Zeit ist voll von Entdeckungen. Hier können die Kleinen fröhlich krabbeln und die Welt um sich herum erkunden. Zusammen mit anderen Kindern lernen sie viel über sich selbst und entdecken Neues. Auch Sie gewinnen viel: Gemeinsame Momente stärken die Bindung, altersgerechte Aktivitäten fördern die Entwicklung Ihres Kindes und bringen Freude ins Miteinander. Die Familienhebamme Anna Meyer-Selbach des Familienteams Elbinseln unterstützt Sie und bietet Informationen zu dieser kindlichen Entwicklungsphase und zur Stärkung der Eltern-Kind-Bindung. Nutzen Sie den Austausch mit anderen Eltern, bringen Sie Fragen und Wünsche aktiv ein – und wachsen Sie gemeinsam.

In Kooperation mit dem
Familienteam Elbinseln
der Frühen Hilfen vom LEB.

 Landesbetrieb
Erziehung und Beratung

Ki 3

» Di. ■ 13.1.–5.5. (nicht in den Ferien) ■ 10.30–12 Uhr



ELTERN UND KINDER GEMEINSAM

Gestärkt in die neue Woche – mit der Babygruppe

XENIA MÜLLER



Für Eltern mit Babys von 0 bis 12 Monaten

Die Eltern erwartet ein abwechslungsreicher Mix aus Spielanregungen, kreativem Basteln, fröhlichen Liedern und wertvoller gemeinsamer Zeit mit anderen Eltern. Beim gemeinsamen kleinen Frühstück können sich alle stärken und erfrischt in die neue Woche starten. Außerdem steht die Familienkinderkrankenschwester Xenia Müller mit wertvollen Informationen rund um das Elternsein im ersten Lebensjahr zur Seite. Dies ist ein offenes Angebot.

Ki 4 ▶ Mo. ■ 2.2.–16.3. ■ 10–11.30 Uhr

Ki 5 ▶ Mo. ■ 13.4.–22.6. ■ 10–11.30 Uhr

Physiotherapie

SILKE MIXDORF



Einmal im Monat ist die Kinder-Physiotherapeutin Silke Mixdorf zu Besuch – bei der Babymassage und im Elternschulcafé. Sie bietet dort eine offene Beratung rund um die körperliche Entwicklung von Babys und Kleinkindern – ganz ohne Anmeldung.

▶ Mi. ■ 9.30–12.30 Uhr (außer in den Ferien)
Jeden letzten Mittwoch im Monat.

Offene Kreativwerkstatt/ Eltern-Kind-Künste

KATHRIN GÜLKER / GITY RASHIDI



Kreatives Angebot für Kinder ab 3 Jahren zusammen mit ihren Eltern.

Kleines Oooh und großes Aha! Wer hat Lust auf Matschen, Klatschen, Lachen und Quatschen?! Ihr könnt mit Euren Kindern kleine Geschenke oder gemeinsame Erinnerungsstücke kreieren. Vom Schnipsel-Licht über Collagen-Wunschzettel bis zum Puste-Farbklecksbild. Ohne Anmeldung.

Ki 6 ▶ Di. ■ 3.2.–23.6. (außer in den Ferien) ■ 15–17 Uhr

ELTERN UND KINDER GEMEINSAM

Eltern-Kind-Turnen am Morgen

NICOLE WINKELMANN-HOFMANN / KATHRIN GÜLKER

Für Kinder von 1 bis 3 Jahren mit Eltern

Ein Bewegungsangebot für Kinder von 1 bis 3 Jahren. Die Kinder erkunden mit ihren Eltern die aufgebaute Bewegungslandschaft in der Turnhalle. Durch Klettern, Rutschen, Rennen und Toben kommen die Kinder ihrem natürlichen Bewegungsdrang nach und stärken mit Spaß ihre motorischen Fähigkeiten.

In Kooperation mit dem Eltern-Kind-Zentrum Prassekstraße der Elbkinder Kitas.

Dies ist ein offenes Angebot.
Der Einstieg ist jederzeit möglich.
(nicht in den Ferien)



Ki 7 ▶▶ Mo. ■ 2.2.–22.6. ■ 9.30–10.30 Uhr

Kinder in Bewegung von 1 bis 6 Jahren

JAKOB SIEBRECHT / ESRA VARDAR /
TINA LAUDAHN / NELE INGWERSEN

Für Kinder von 1 bis 6 Jahren mit Eltern

An diesem Nachmittag können Kinder mit ihren Eltern bzw. Bezugspersonen klettern, schaukeln, balancieren, rollen, hüpfen, jeder wie er mag. Mit viel Spaß lernen die Kinder sich und ihre Umwelt kennen.

Ki 8 ▶▶ Di. ■ 13.1.–5.5. ■ 16–17 Uhr ■ offenes Angebot

Ki 9 ▶▶ Di. ■ 13.1.–5.5. ■ 17–18 Uhr ■ offenes Angebot

Ki 10 ▶▶ Do. ■ 15.1.–7.5. ■ 16–17 Uhr ■ offenes Angebot

Ki 11 ▶▶ Do. ■ 15.1.–7.5. ■ 17–18 Uhr ■ offenes Angebot

▶▶ Die Teilnahme ist 1 x wöchentlich zu einer der Kurszeiten erlaubt.

▶▶ Der Einstieg ist jederzeit möglich.

▶▶ Nicht in den Ferien.



TREFFPUNKT ELTERNSCHULE

Offener Frühstückstreff

GÜLHANIM KIZILOGLU / TUBA YIGIT UND TEAM

Für alle Eltern aus dem Stadtteil

Ein gemeinsames Frühstück am Vormittag in gemütlicher Runde mit viel Zeit für Gespräche, Spiel und Austausch. Wir laden regelmäßige Expert*innen zu Themen rund um das Elternsein ein. Einmal im Monat ist eine Beraterin der Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern vor Ort. Unsere Kursleiterinnen sprechen auch Türkisch. In Kooperation mit den Elternlotsen von Unternehmer ohne Grenzen und der Beratungsstelle Wilhelmsburg.



Ki 12

» Fr. ■ 16.1.–26.6. ■
9.30–11.30 Uhr (nicht in den Ferien)

Entspannt ins Wochenende

LYDIA FROST

Mit der Kinderkrankenschwester Lydia Frost wird gemeinsam gesungen, gebastelt und gespielt. Endlich kann man sich wieder treffen – und manchmal auch gemütlich zusammen zu Abend essen. Das Angebot richtet sich an Eltern mit ihren Kindern nach der Kita-Eingewöhnung – ganz ohne Anmeldung.

Ki 13

» Fr. ■ 20.3.–26.6. ■ 15.30–17 Uhr

Klangzwerge

SARA DEVI BÜLTEMEIER

Wie leise kann eine Triangel klingen und wie schnell können kleine Mäusefüße durch den Raum tippeln? Gemeinsam entdecken wir Musik mit allen Sinnen – mal tanzend, mal hörend, natürlich mit der Stimme und vor allem mit den Händen! Bitte anmelden.

Ki 14

» Mi. ■ 4.2.–15.4. ■ 15–15.45 Uhr ■ 1- bis 2-Jährige

Ki 15

» Mi. ■ 4.2.–15.4. ■ 16–17 Uhr ■ 2- bis 3,5-Jährige

Ki 16

» Mi. ■ 22.4.–24.6. ■ 15–15.45 Uhr ■ 1- bis 2-Jährige

Ki 17

» Mi. ■ 22.4.–24.6. ■ 16–17 Uhr ■ 2- bis 3,5-Jährige



TREFFPUNKT ELTERNSCHULE

Offene Vater-Kind-Gruppe

JAKOB SIEBRECHT

Ein gemeinsamer Vormittag zum Austauschen und Spaßhaben für Papas mit ihren 0- bis 3-jährigen Kindern. Mit Spielplatz- und Turnhallenbesuchen, frühstücken, den Kinderbauernhof entdecken, gemeinsamen Spielen und, und, und ...

Ein offenes Angebot ohne Anmeldung.

- Ki 18** ▶ Sa. ■ 14.2.–27.6. ■ 10–12 Uhr
Jeden 2. und 4. Samstag im Monat
(auch in den Ferien)

Elternschulcafé

LYDIA FROST / GÜLHANIM KIZILOGLU UND TEAM

Während der Mütterberatung bietet die Elternschule für Familien mit ihren Babys ein Café zum gegenseitigen Austauschen, Spielen, Informieren, sich Beraten lassen und zum Verweilen.

Dies ist ein ganzjähriges Angebot.

- Ki 19** ▶ Mi. ■ 10–12 Uhr

Deutschkurs für Mütter

ILSE BESHIR-KLAR (HAMBURGER VHS)

Der Deutschkurs bietet Müttern, die in ihrem Alltag bislang wenig Gelegenheit hatten, Deutsch zu lernen, die Gelegenheit, ihre Sprachkenntnisse zu verbessern. Es werden Situationen an Praxisbeispielen geübt und sich zu den Themen Schule, Kinder und Ernährung ausgetauscht.

Ein kostenloses Angebot ohne Anmeldung in Kooperation mit der VHS Hamburg.

HAMBURGER VOLKSHOCHSCHULE

- ▶ Mo. ■ 12.1.–6.7. ■ 9–12 Uhr (außer in den Ferien)



RUND UM DIE GEBURT

Mütterberatung in der Elternschule

FERNANDA DA TORRE / DR. NICOLE SCHÖNMANN

Mütterberatungsstellen beraten kostenlos in Fragen der Entwicklung, Pflege und Ernährung des Säuglings und des Kleinkindes. Informationen zu diesem Angebot gibt die Hausbesuchsschwester Frau Fernanda Da Torre Mo.–Fr. von 8–9 Uhr unter der Telefonnummer: 0176 42 85 99 30.

Alle zwei Wochen kommt die Kinderärztin Frau Dr. Schönmann in die Mütterberatung.

Dies ist ein ganzjähriges Angebot.

- ▶▶ Telefonische Sprechstunde
Mo.–Fr. ■ 8–9 Uhr ■ Tel.: 0176 42 85 99 30
- ▶▶ Persönliche Sprechstunde
jeden Mittwoch (auch in den Ferien) ■ 9–12 Uhr

Zahnärztliche Untersuchung in der Elternschule

DR. MANUELA LITTICH

Der zahnärztliche Dienst des Gesundheitsamtes berät Sie kostenlos einmal im Quartal zu allen Fragen der Zahngesundheit von Säuglingen und Kleinkindern.

- ▶▶ Mi. ■ 14.1. ■ 9–12 Uhr
- ▶▶ Mi. ■ 25.3. ■ 9–12 Uhr

RUND UM DIE GEBURT

Rückbildungsgymnastik

KATHRIN WINKLER (Hebamme)

Dieser Kurs hilft Müttern, sich wieder fit zu fühlen. Die Kräftigung des Beckenbodens steht dabei im Fokus. Dabei wird auch der Rücken gestärkt und der Bauch gestrafft. Der Kurs kann nach Absprache teilweise auch online absolviert werden. Die Kosten übernimmt die Krankenkasse. Das Baby darf mitgenommen werden.

- ▶ Anmeldung über <https://winklerkathrin.hebamio.de/kursliste> oder im Büro der Elternschule.
Eine Anmeldung kann erst nach der Geburt erfolgen!
- ▶ Mo. ■ 9.30–11 Uhr
- ▶ Die nächsten Kurstermine und die Anmeldung unter dem QR-Code:



Yoga für Schwangere

ANDREA LORENZ

Mit Yoga bewusst und achtsam durch die aufregende Zeit der Schwangerschaft. Bitte bequeme Kleidung mitbringen. Der Einstieg ist jederzeit möglich, bitte vorher im Elternschulbüro anmelden.

- Ki 20** ▶ Di. ■ 3.2.–23.6. ■ 11.30–13 Uhr ■ (nicht in den Ferien)

Mama-Baby-Yoga

ANDREA LORENZ

Für Mamas mit Babys von 3 bis 8 Monaten

Dieser Kurs ist ideal, um dir selbst nach der Schwangerschaft etwas Gutes zu tun und gleichzeitig eine innige Zeit mit deinem Baby zu verbringen. Nach einem Rückbildungskurs verbessert Mama-Baby-Yoga dein Körpergefühl. Atem- und Entspannungsübungen schenken dir mehr Ruhe und Energie im turbulenten Alltag. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Bitte bequeme Kleidung mitbringen. Bitte anmelden.

- Ki 21** ▶ Di. ■ 3.2.–24.3. ■ 6 Termine ■ 10–11.30 Uhr
- Ki 22** ▶ Di. ■ 31.3.–5.5. ■ 6 Termine ■ 10–11.30 Uhr
- Ki 23** ▶ Di. ■ 19.5.–23.6. ■ 6 Termine ■ 10–11.30 Uhr



BERATUNG UND INFORMATION

Elternberatung

CARIMA STOLL

Für Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren

Dir ist eine sichere und stabile Beziehung zu deinem Kind wichtig. Du möchtest deinem Kind ermöglichen, sich nach den eigenen Fähigkeiten und Charakterstärken zu entwickeln? Ich stehe dir zur Seite und unterstütze dich, auch deine eigenen Grenzen und Bedürfnisse auf diesem Weg zu wahren.

- Ganzheitliche Schlafberatung
- Stillberatung vom Beginn bis zum Abstillen
- Fragen rund um den Beikost-Start
- Einstellung deiner Tragehilfe
- Umgang mit der Autonomiephase
- Kinder lesen und die Körpersprache verstehen
- » Reserviere deinen Termin unter www.meinfamilienweg.de
- » Di. ■ 9–10.30 Uhr ■ nicht in den Ferien

Wiedereinstieg nach der Elternzeit und die Vereinbarkeit von Familie und Beruf

GSM FAIRPLAY / GUNDI KNEBEL

Der Wiedereinstieg nach der Familienauszeit steht dir bevor? Oder ist es schon passiert – die Herausforderungen sind aber größer als gedacht? Du fragst dich, ob eine andere Aufteilung der Care-Arbeit helfen würde oder wie das eigentlich gehen soll – Arbeit und Beruf vereinbaren? Dann bist du bei uns genau richtig!

Wir bringen Erfahrung und Wissen zu den vielfältigen Themen rund um die Vereinbarkeit von Familie und Beruf mit, teilen diese mit den Anwesenden und zeigen einen Ausschnitt aus unserer systemischen Beratungstätigkeit.

FAIRPLAY.
Care-Arbeit und Beruf - beides zählt.

- » Beratung in der Elternschule:
Mo. ■ 27.4. ■ 9.30–11.00 Uhr



BERATUNG UND INFORMATION

Auftanken und Kraft schöpfen: Mutter-Kind-Kuren/Vater-Kind-Kuren

Was muss ich tun, wenn ich eine Kur beantragen möchte? Wie sind die Voraussetzungen? Was bietet eine Kur mir und den Kindern? Auf ihrem Weg zur Kur beraten und unterstützen wir Sie gerne.

- » Arbeitskreis für Familien e. V. ■
- Bugdahnstraße 5 ■
- Tel.: 040 38 61 46 37 ■
- hamburg@ak-familienhilfe.de



Familienteam Elbinseln/Frühe Hilfen

BIRGIT REYHER, Koordination Familienteam Elbinseln

Das Familienteam Elbinseln unterstützt Sie beratend zu allen Themen und Fragen rund um das Elternwerden und Elternsein. Die Welt mit Kindern ist wundervoll und aufregend – ein Abenteuer in jedem Moment. Gleichzeitig kann das Elternwerden und Elternsein ziemlich fordern, manchmal sehr belasten und es stellen sich viele Fragen.

Wir beraten und begleiten Sie dabei, die neue Situation zu meistern und mit Belastungen besser umgehen zu lernen.

Im Rahmen der FRÜHEN HILFEN begleiten Familienhebammen und Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenschwestern Sie als (werdende) Eltern und Familien mit Kindern von 0 bis 3 Jahren.

Das Angebot ist freiwillig, vertraulich und kostenlos.

- » Terminvereinbarung unter Tel.: 040 428 15 43 45
- » Mo.–Do. ■ 10–14.30 Uhr
- » E-Mail: birgit.reyher@leb.hamburg.de



BERATUNG UND INFORMATION

..... **Beratung von Leben mit Behinderung Hamburg**

Familien mit einem Kind mit Behinderung haben besondere Anliegen und Fragen. Rufen Sie uns gerne unverbindlich an. Das Familienberatungstelefon erreichen Sie:

- » Mo. ■ Mi. ■ Fr. ■ 10 – 12 Uhr
- » Do. ■ 19–21 Uhr
- » Beratungstelefon: 040 270 79 09 10
- » Oder schicken Sie uns eine Mail.
Auch eine Videoberatung ist möglich.
- » E-Mail: info@lmbhh.de ■
www.lmbhh.de



..... **Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern**

In jeder Familie kann es im Zusammenleben zu schwierigen Situationen kommen, in denen es hilfreich sein kann, Unterstützung und Beratung in Anspruch zu nehmen. Hier finden Sie:

- Beratung für Kinder, Jugendliche, Eltern und Familien
- Paarberatung
- Trennungs- und Scheidungsberatung
- Türkischsprachige Erziehungs- und Familienberatung
- » Anmeldung und Infos unter
Tel.: 040 428 71 63 43 oder per E-Mail:
erziehungsberatung-wilhelmsburg@hamburg-mitte.hamburg.de
- » Offene Sprechstunde: Mi. ■ 14–16 Uhr ■
Vogelhüttendeich 81 | 21107 Hamburg ■
nicht in den Ferien



NEU! Die Beratungsstelle ist einmal im Monat zu Gast in der Elternschule:

Im offenen Frühstückstreff ■ 9.30–11.30 Uhr

- » Fr. ■ 23.1. ■ 13.2. ■ 24.4. ■ 29.5. ■ 26.6.



BERATUNG UND INFORMATION

Jobcoaching für Erziehende ohne Berufsabschluss



LAURA GREUNE

Wir unterstützen Sie bei

- der Suche nach Arbeits- und Ausbildungsplätzen
- der Belegung von Sprachkursen ...
- der Anerkennung Ihrer Zeugnisse ...
- der Erstellung von Bewerbungsunterlagen ...
- dem Erwerb von Medienkompetenzen (Online-Bewerbung, Video-Meetings)
- » Mo. ■ 9–15 Uhr ■ Laura Greune ■
Mobil: 0176 56 78 85 15
- » Alle Termine nach telefonischer Vereinbarung.

Offenes Beratungsangebot für Familien, junge Erwachsene, Jugendliche, Kinder und Eltern

FIB FAMILIENBERATUNG

Hier besteht die Möglichkeit, sich kostenlos und vertraulich zu unterschiedlichen Lebensthemen beraten zu lassen.

- Fragen zur Erziehung und Förderung Ihres Kindes
- Schwierigkeiten im familiären Alltag
- Schulprobleme
- Ausbildungs- und Berufsfragen
- für Jugendliche, die ausziehen und auf eigenen Beinen stehen möchten
- Selbstständige Lebensführung
- Fragen über Sexualität und Beziehungen
- allgemeine Sozialfragen und Behördenangelegenheiten



Ihre Interessen und Wünsche sind uns ganz wichtig. Sollten wir mal nicht der passende Ansprechpartner*in für Sie sein, haben wir Ideen, wer es sein könnte.



BERATUNG UND INFORMATION

» FIB Familienberatung

Schwentnerring 8a ■ 21109 Hamburg

Tel.: 040 94 36 89 60 ■ E-Mail: fib@diefaehrescm.de

Die FIB Familienberatung in der Elternschule:

» Mo. ■ 12.1.–22.6. ■ 10–12 Uhr (nicht i.d. Ferien)

» Eine Kooperation mit der FIB Familienberatung

..... **Das Projekt Elternlotsen**

informiert, unterstützt und begleitet Eltern aus Wilhelmsburg, Veddel und Georgswerder.

Bildung fördern, Eltern stärken

Ziel des Projektes „Elternlotsen“ ist es, Eltern mit eigener Zuwanderungsbiografie zu Schul- und Bildungsthemen auszubilden, damit sie Familien mit Migrationsgeschichte in Wilhelmsburg, Veddel und Georgswerder informieren und unterstützen können.

Nach einer umfassenden Qualifizierung zur Elternlotsinnen und -lotsen begleiten interessierte Eltern Menschen mit Migrationsgeschichte und in ihren Herkunftssprachen.

Ferner können die Eltern auch individuell zu unterschiedlichen schulischen und erzieherischen Themen beraten werden. Das Projekt bietet darüber hinaus Vernetzungsmöglichkeiten zwischen Eltern, Elternlotsen und Bildungseinrichtungen an.

Falls Sie sich gerne bei uns zum Elternlotsen qualifizieren möchten, sollten Sie einen Migrationshintergrund, Sprachkenntnisse B1 und natürlich viel Freude an ehrenamtlichem Engagement und im Umgang mit Familien haben.

www.unternehmer-ohne-grenzen.de

Das Projekt Elternlotsen wird gefördert durch die Sozialbehörde Hamburg.



UNTERNEHMER
OHNE GRENZEN



BERATUNG UND INFORMATION

Beratung von der Verbraucherzentrale Hamburg

Die Verbraucherzentrale Hamburg berät Verbraucher zu vielen Themen im Alltag. In der Elternschule ist die VZHH zu den Themen Ernährung, clever einkaufen und „unterwegs gepflegt“ zu Gast.



Weltküche to go

In der Weltküche to go nimmt Euch die Verbraucherzentrale Hamburg mit auf die Reise in verschiedene Länder. Wir probieren verschiedene Rezepte gemeinsam aus und die VZHH zeigt, wie Ihr Euch unterwegs gut verpflegt – lecker, bunt, nachhaltig und günstig.

» Fr. ■ 10.4. ■ 15.–17.30 Uhr

Freitagsfrühstück mit der Verbraucherzentrale Hamburg

Nach dem gemeinsamen Frühstück geht es um das Thema „genussvoll sparen“. Die VZHH zeigt, wie gesund einkaufen und clever haushalten funktionieren, mit vielen Ideen und praktischen Tipps.

» Fr. ■ 19.6. ■ 9.30–11 Uhr

AKTIV IN DER FREIZEIT

Offene Nähwerkstatt

MARTHA STAISCH

In der offenen Nähwerkstatt wird tolle Kleidung für Kinder und Erwachsene gestaltet, geliebtes repariert oder altes zu neuem Leben geupcyclet. Hier sind der Phantasie keine Grenzen gesetzt. Martha Staisch unterstützt bei individuellen Nähprojekten oder zeigt den Umgang mit Schnittmustern und Nähmaschinen.

Dieser Kurs richtet sich an Nähanfänger*innen und Fortgeschrittene oder solche, die es werden wollen.

Ki 24

» Fr. ■ 6.2.–26.6. ■ 10–12.15 Uhr (nicht in den Ferien)



AKTIV IN DER FREIZEIT

Sport mit Baby

CARINA HAGEMANN

Fitness für Eltern (Mütter nach dem Absolvieren eines Rückbildungskurses).

Babys sind herzlich willkommen. Bitte anmelden.

Ki 25 ▶ Fr. ■ 6.2.–26.6. ■ 11–12.30 Uhr (nicht in den Ferien)

WORKSHOPS

Beikosteinführung – ein Kurs rund um die Ernährung von Baby und Kleinkind

CARIMA STOLL

Wie erkenne ich, dass mein Baby bereit für Beikost ist? Wann und wie starten wir mit der Beikosteinführung? Wieviel „sollte“ mein Kind essen? Diese und viele weitere Fragen werden wir gemeinsam besprechen, so dass der Start in die aufregende Welt des Essens für alle entspannt beginnen kann.

Ki 26 ▶ Mi. ■ 15.4. ■ 12.30–14 Uhr ■ Bitte anmelden.
Im Anschluss an das Elternschulcafé.

Erste Hilfe am Kind Sicher-im-Notfall

Malte Voth
Notfallmedizinische Fortbildungen GmbH

Jeder Mensch kann auf individuelle Art und Weise Erste Hilfe leisten. Welche Schritte für Sie die richtigen sind, finden wir gemeinsam heraus.

In unserem Eltern-Kurs stehen Ihre Fragen rund um die Erste Hilfe am Kind im Mittelpunkt und Sie lernen, souverän auf die häufigsten Unfallursachen zu reagieren.

Bitte denkt an Verpflegung für Euch und Euer Kind für die kleine Mittagspause. Kinder sind willkommen!

Ki 27 ▶ Sa. ■ 25.4. ■ 10–15 Uhr



DIE BESONDERE VERANSTALTUNG

Coreszon für Familien

JAKOB SIEBRECHT / TABEA SIEBRECHT

In unserem Coreszon-Workshop für Familien entdecken wir gemeinsam, wie sich Wohlbefinden anfühlt und wie wir es stärken können – für Klein und Groß! Wir lernen gut für uns selbst und füreinander zu sorgen.

Ki 28 ▶ Fr. ■ 6.2. – 13.3. ■ 15–17 Uhr ■ Mit Anmeldung.

Internet, soziale Netzwerke, Cybermobbing

ELTERNMEDIENLOTSEN (TIDE)

ELTERN MEDIEN LOTSE

Was ist so faszinierend an WhatsApp, TikTok und YouTube, welche Chancen bietet das Internet und wie kannst du dein Kind vor Gefahren schützen? Was ist Cybermobbing und wie kannst du es erkennen?

An diesem Vormittag informieren, beraten und sensibilisieren die Eltern-Medien-Lots*innen des Hamburger Bürger*innensenders und Ausbildungskanals TIDE im Rahmen des Frühstückstreffs.

▶ Fr. ■ 13.2. ■ 9.30–11 Uhr

Ernährungsberatung

ANNE SCHELBERGER (HAG)

Gemeinsam mit Frau Schelberger von der HAG reden wir über die Rolle der Beziehung beim Essen, Essensregeln und Familienrituale. Es gibt genug Zeit für Fragen rund um die Familienernährung. Im Rahmen des gemütlichen Frühstücks mit anderen Eltern mit Spielen und nettem Beisammensein.

▶ Fr. ■ 17.4. ■ 9.30–11 Uhr



DIE BESONDERE VERANSTALTUNG

Offener Treffpunkt für Familien

ANNA JINDA LOGEMANN / LENA PRENTKI / LYDIA FROST
UND TEAM

Gemeinsam mit unserem wöchentlichen Angebot „Entspannt ins Wochenende“ wollen wir einen schönen Nachmittag verbringen.

» Dies ist ein offenes Angebot.

Osterbasteln

Wir stimmen uns auf die Osterzeit ein und basteln gemeinsam Osterdekoration. Bei anschließendem Kaffee und Kuchen bleibt noch genügend Zeit zum Spielen.

Ki 29 » Fr. ■ 27.3. ■ 15.30–17 Uhr

Weltküche to go

VERBRAUCHERZENTRALE HAMBURG



Verbraucherzentrale
Hamburg

In der Weltküche to go nimmt Euch die Verbraucherzentrale Hamburg mit auf die Reise in verschiedene Länder. In unserem Offenen Treffpunkt für Familien probieren wir verschiedene Rezepte gemeinsam aus und die VZHH zeigt, wie Ihr Euch unterwegs gut verpflegt – lecker, bunt, nachhaltig und günstig. Bitte im Elternschulbüro anmelden.

Ki 30 » Fr. ■ 10.4. ■ 15–17.30 Uhr

Semester-Abschluss-Buffer

DAS ELTERNSCHULTEAM

Alle Besucher*innen und Freund*innen der Elternschule sind herzlich eingeladen, noch einmal zu einem netten Semesterabschluss zusammen zu kommen. Während der Mütterberatung, der Kinder-Physiotherapie-Sprechstunde und der Elternberatung findet das Elternschulcafé an diesem Termin mit einem Buffet von Allen für Alle statt.

Bitte nach Möglichkeit eine Kleinigkeit für das Buffet mitbringen.

Ki 31 » Mi. ■ 1.7. ■ 9.30–12 Uhr

