



ELTERNSCHULE

KIRCHDORF-SÜD

**Volles Programm für Familien.
August – Dezember 2025**



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 Kiziloglu



ELTERN UND KINDER GEMEINSAM

Babymassage und mehr ...

PAMELA NIEGOT



Für Eltern mit Säuglingen von 0 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. ■ 13.8.–10.12. ■ 9.30–11 Uhr

Für Eltern mit Säuglingen von ca. 0 bis 4 Monaten

Ki 2

» Mi. ■ 13.8.–10.12. ■ 11–12.30 Uhr

Physiotherapie

SILKE MIXDORF



Einmal im Monat besucht die Kinder-Physiotherapeutin Silke Mixdorf die Babys in der Babymassage und die Besucher*innen während des Elternschulcafés. Beratung ohne Anmeldung zu Fragen rund um die körperliche Entwicklung des Babys und Kleinkinds.

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



ELTERN UND KINDER GEMEINSAM

Babytreff – Gelassen durch das erste Lebensjahr

XENIA MÜLLER



Für Eltern mit Babys von 0 bis 12 Monaten

Die Eltern erwartet einen Mix aus Spielanregungen, kreativem Basteln, Liedern und gemeinsamer Zeit mit anderen Eltern. Außerdem teilt die Familienkinderkrankenschwester Xenia Müller nach Bedarf Informationen rund um das Elternsein im ersten Lebensjahr.

Für Eltern mit Säuglingen im ersten Lebensjahr

Ki 3

» Mo. ■ 15.9.–1.12. ■ 10–12 Uhr

Offene Krabbelgruppe

ANNA MEYER-SELBACH UND ELTERNSCHULTEAM



Für Eltern mit Babys ab 6 Monaten

Ein offener Treff für Eltern mit ihren Krabbelkindern. In diesem Angebot kann alles rund um das 1. Lebensjahr besprochen werden. Die Familienhebamme Anna Meyer-Selbach gibt zusätzliche Informationen zur Gesundheit und Entwicklung der Kinder. Auch gibt es altersgemäße Anregungen zum Singen und Spielen mit den Kleinen.

In Zusammenarbeit mit dem Familienteam Elbinseln.



Ki 4

» Di. ■ 16.9.–2.12. (nicht in den Ferien) ■ 10–12 Uhr

Offene Kreativwerkstatt/ Eltern-Kind-Künste

KATHRIN GÜLKER UND MARIA LANDSCHOF



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?! Vom Schnipsel-Licht über Collagen-Wunschzettel bis zum Puste-Farbklecksbild.

Ohne Anmeldung.

Ki 5

» Di. ■ 16.9.–2.12. (nicht 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 6 ▶▶ Mo. ■ 15.9.–1.12. ■ 9.30–10.30 Uhr

Kinder in Bewegung von 1 bis 6 Jahren

OLGA LANDSCHOF / MARIA LANDSCHOF /
ALEXANDRA KVAŠT / TINA LAUDAHN / NELE INGWERSEN

Für Kinder von 1 bis 6 Jahren mit Eltern

Alle Kinder zwischen 1 und 6 Jahren mit ihren Eltern sind hier willkommen! An diesem Nachmittag können die Kinder klettern, schaukeln, balancieren, rollen, hüpfen, jeder, wie er mag. Mit viel Spaß lernen die Kinder sich und ihre Umwelt kennen.

Ki 7 ▶▶ Di. ■ 16.9.–2.12. ■ 16–17 Uhr ■ offenes Angebot

Ki 8 ▶▶ Di. ■ 16.9.–2.12. ■ 17–18 Uhr ■ offenes Angebot

Ki 9 ▶▶ Do. ■ 18.9.–4.12. ■ 16–17 Uhr ■ offenes Angebot

Ki 10 ▶▶ Do. ■ 18.9.–4.12. ■ 17–18 Uhr ■ offenes Angebot

▶▶ Die Teilnahme ist 1x 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 regelmäßig Expert*innen und Berater*innen der Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern zu unterschiedlichen Themen rund um das Elternsein ein. Außerdem lernen Sie andere Eltern kennen und Ihre Kleinen haben Raum zum Spielen. Unsere Kursleiterinnen sprechen auch Türkisch. In Kooperation mit den Elternlotsen von Unternehmer ohne Grenzen und der Beratungsstelle Wilhelmsburg.



Ki 11

» Fr. ■ 19.9.–5.12. ■
9.30–11.30 Uhr (nicht in den Ferien)



Offener Treffpunkt für Familien

ANNA JINDA LOGEMANN / LENA PRENTKI UND TEAM

Offenes Angebot für Eltern mit ihren Babys und Kindern. Ältere Geschwisterkinder sind herzlich willkommen.

Diese besonderen Nachmittage gestalten Familien aus dem Stadtteil mit ihren Kindern zusammen.

Ki 12

Gemeinsamer Vorlesenachmittag für Kinder und ihre Eltern bei Kaffee und Keksen.

» Mo. ■ 29.9. ■ 15.30–17 Uhr

Kekshäuschen gestalten

» Mo. ■ 24.11. ■ 15.30–17 Uhr



TREFFPUNKT ELTERNSCHULE

Offene Vater-Kind-Gruppe

JAKOB SIEBRECHT
.....

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

Ein offenes Angebot ohne Anmeldung.

- Ki 13** ▶ Sa. ■ 27.9.–6.12. ■ 10–12 Uhr
Jeden 2. und 4. Samstag im Monat
(auch in den Ferien)

Elternschulcafé

GÜLHANIM KIZILOGLU / ANNA JINDA LOGEMANN
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. Sie können in dieser Zeit unseren Mitarbeiter*innen Fragen stellen und Anregungen zu unseren Kursen geben.

Parallel findet die kostenfreie Elternberatung mit Carima Stoll statt (siehe S.11).

Dies ist ein ganzjähriges Angebot.

- Ki 14** ▶ Mi. ■ 10–12 Uhr



RUND UM DIE GEBURT

Mütterberatung in der Elternschule

FERNANDA DA TORRE /

DR. SCHÖNMANN (Kinderärztin und IBCLC- Stillberaterin)

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.

- ▶ Die genauen Termine erfragen Sie bitte im Elternschulbüro.

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 15

- ▶ Di. ■ 16.9.–2.12. ■ 11–12.30 Uhr
(nicht in den Ferien)

Geburtsvorbereitung Intensivkurs am Wochenende

KATHRIN WINKLER (Hebamme)

Du erwartest dein erstes Baby und hast viele Fragen? Im Geburtsvorbereitungskurs bekommst du einen guten Überblick über alle wichtigen Themen – von einer optimalen Vorbereitung auf die Geburt über viele gute Tipps für den großen Tag bis hin zum gelungenen Start ins Familienleben. Am zweiten Nachmittag sprechen wir in großer Runde mit den Begleitpersonen darüber, wie sie euch bei der Geburt und danach optimal unterstützen können.

Der Sonntagnachmittag findet mit Begleitperson statt. Die Kosten für die Schwangere übernimmt die Krankenkasse. Kosten für die Begleitperson 79€.



- » Anmeldung über <https://winklerkathrin.hebamio.de/kursliste> oder im Büro der Elternschule.
- » Ein Kurs dauert ein Wochenende.

» Sa./So. ■ 20.9./21.9. ■ 9–16 Uhr

» Sa./So. ■ 15.11./16.11. ■ 9–16 Uhr

Geburtsvorbereitung für Mehrgebärende

KATHRIN WINKLER (Hebamme)

Auch beim zweiten Kind gibt es viele Fragen: Wer betreut das Geschwisterkind? Wann sollte ich diesmal in die Klinik fahren? Was ist anders bei der zweiten Geburt? Dieser Geburtsvorbereitungskurs ist ganz auf die Bedürfnisse von Mehrgebärenden abgestimmt. In fünf Terminen sprechen wir über eure bisherigen Geburtserfahrungen, Gemeinsamkeiten und Unterschiede von der ersten zur zweiten Geburt und eine gelungene Einbindung eures neuen Familienmitglieds in euren Alltag.

» Anmeldung über <https://winklerkathrin.hebamio.de/kursliste> oder im Büro der Elternschule.

» Mo. ■ 8.9.–6.10. ■ 11.30–13.30 Uhr



RUND UM DIE GEBURT

Hybrid-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 findet hybrid statt. Ob vor Ort oder online, kann von Stunde zu Stunde entschieden 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. ■ 8.9. – 13.10. ■ 9.30–11Uhr
- » Weitere Kurstermine auf Anfrage.
- » Der Kurs findet auch hybrid statt.

BERATUNG UND INFORMATION

Ganzheitliche Schlaf- und Stillberatung

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
- Fragen rund um den Beikost-Start
- Einstellung deiner Tragehilfe
- Umgang mit der Autonomiephase
- Kinder lesen und die Körpersprache verstehen



Komme gerne einfach rum oder reserviere deinen Termin unter www.meinfamilienweg.de

- » Mi. ■ 9.30–12.30 Uhr (nicht in den Ferien)



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

Beratungsvormittag im Rahmen
des Freitagsfrühstücks in
der Elternschule

- ▶ Fr. ■ 26.9. ■ 9.30–11.30 Uhr



DEUTSCHER ARBEITSKREIS
FÜR FAMILIENHILFE E.V.

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 & 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, Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerinnen 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 Familien-Beratungstelefon erreichen Sie:

- ▶▶ Mo. ■ Mi. ■ Fr. ■ 10–12 Uhr
- ▶▶ Do. ■ 19–21 Uhr
- ▶▶ Beratungstelefon: 040 270 79 09 10
- ▶▶ Oder schicken Sie uns eine E-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

- ▶▶ Fr. ■ 26.9. ■ 17.10. ■ 28.11. ■ 9.30–11.30 Uhr



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. ■ 8.9.– 15.12. ■ 10–12 Uhr
(nicht in den 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.





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. Kinder sind herzlich willkommen.

Anmeldung vor Ort am jeweiligen Tag.

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

Ki 16 ▶ Fr. ■ 19.9.–5.12. ■ 9.30–11 Uhr (nicht in den Ferien)

Sport mit Baby

CARINA HAGEMANN

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

Babys sind herzlich willkommen.

Bitte anmelden.

Ki 17 ▶ Fr. ■ 19.9.–5.12. ■ 11–12.30 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 18 ▶ Di. ■ 16.9.–14.10. ■ 5 Termine ■ 9.30–11 Uhr

Ki 19 ▶ Di. ■ 4.11.–2.12 ■ 5 Termine ■ 9.30–11 Uhr



WORKSHOPS

Beikost Einführung – 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 Beikost Einführung? Wie viel „sollte“ mein Kind essen? Diese und viele weitere Fragen werden wir gemeinsam besprechen, sodass der Start in die aufregende Welt des Essens für alle entspannt beginnen kann. Bitte anmelden.

Ki 20

» Mi. ■ 8.10. ■ 12.30–14 Uhr
(im Anschluss an das Elternschulcafé)

Erste Hilfe am Kind



SVENJA HORSTMANN

Was tun bei Pseudokrampf-Anfällen, Atemstörungen oder Fieberkrämpfen? Wie werden Verletzungen bei Kindern versorgt? In diesem Kurs lernen Sie theoretisch und praktisch die wichtigsten Hilfsmaßnahmen bei Unfällen von Babys und Kleinkindern. Wir besprechen und üben Notfallsituationen praxisnah an Rea-Puppen inkl. der Herz-Lungen-Wiederbelebung.

Ki 21

» Sa. ■ 8.11. ■ 9–12.30 Uhr



DIE BESONDERE VERANSTALTUNG

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. ■ 10.10. ■ 9.30–11 Uhr

Laterne basteln

KATHRIN GÜLKER/ MARIA LANDSCHOF
UND DAS ELTERNSCHULTEAM

Gemeinsames Laterne basteln für Eltern und Kinder in unserer Kreativwerkstatt.

» Di. ■ 4.11. ■ 15–17 Uhr

Semester-Abschluss-Buffer

DAS ELTERNSCHULTEAM

Alle Besucher*innen und Freund*innen der Elternschule sind herzlich eingeladen, noch einmal zu einem netten Jahresabschluss zusammenzukommen. Während der Mütterberatung, 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 22

» Mi. ■ 10.12. ■ 9.30–12 Uhr



DIE BESONDERE VERANSTALTUNG

Offener Treffpunkt für Familien

ELTERNSCHULTEAM

Der offene Treffpunkt ist ein Angebot für Eltern mit ihren Babys und Kindern. Ältere Geschwisterkinder sind herzlich willkommen.

Diese besonderen Nachmittage gestalten Familien aus dem Stadtteil mit ihren Kindern zusammen. Hier kann man sich wiedertreffen, neue Begegnungen machen und gemeinsam eine schöne Zeit verbringen.

Gemeinsamer Vorlesenachmittag für Kinder und ihre Eltern bei Kaffee und Keksen.

Neben schönen Geschichten, die vorgelesen werden, sind auch die Eltern und Begleitpersonen herzlich eingeladen, Lieblingsbücher für Kinder mitzubringen und den Kindern vorzulesen.

► Mo. ■ 29.9. ■ 15.30–17 Uhr

Kekshäuschen gestalten

Begleitet von weihnachtlicher Musik und Mandarinern, verzieren wir unsere eigenen kleinen Kekshäuser aus Zuckerguss, Naschies und Streuseln. Danach bleibt Zeit zum Spielen und gemeinsamen Singen.

► Mo. ■ 24.11. ■ 15.30–17 Uhr

Wochenprogramm Elternschule Kirchdorf-Süd

Herbst/Winter 2025

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
8.00						
8.30						
9.00	9–15 Uhr Jobcoach Hamburg		9–12 Uhr Mütterberatung Offenes Angebot			
9.30	Mit Anmeldung	9.30–10.30 Uhr Eltern-Kind- Turnen mit dem EKiz Offenes Angebot	9.30–11 Uhr Yoga für Schwangere Einstieg jederzeit möglich.	9.30–12.30 Uhr Elternberatung Auch nach Termin- vereinbarung Offenes Angebot	Babymassage 9.30–11 Uhr Kurs 1 11–12.30 Uhr Kurs 2 Pamela Niegot	9.30–12.30 Uhr Offene Nähwerkstatt Offenes Angebot
10.00		9.30–11 Uhr Rückbildungs- kurs Mit Anmeldung	10–12 Uhr Offene Krabbelgruppe Einstieg jederzeit möglich.	10–12 Uhr Elternschulcafé Offenes Angebot	11–12.30 Uhr Kurs 2 Einstieg jederzeit möglich.	10–12 Uhr Vater-Kind- Gruppe jeden 2. und 4. Samstag im Monat Offenes Angebot
10.30	10–12 Uhr Babytreff von 0–12 Monaten	11.30–13.30 Uhr Geburtsvor- bereitung für Mehrgeschwängerte	11–12.30 Uhr Mama Baby Yoga Mit Anmeldung	9.30–12.30 Uhr Beratung Kinder- Physiotherapie Jeden letzten Mitt- woch im Monat. Offenes Angebot	9.30–11.30 Uhr Offener Frühstückstreff Offenes Angebot	
11.00	Mit Anmeldung	10–12 Uhr FIB Familienberatung Offenes Angebot				
11.30					11–12.30 Uhr Sport gemeinsam mit dem Baby Einstieg jederzeit möglich. Mit Anmeldung	
12.00						
12.30						
13.00						
13.30						
14.00						
14.30						
15.00		15–17 Uhr Offene Kreativ- Werkstatt Offenes Angebot				
15.30	15.30–17 Uhr Offener Treffpunkt für Familien		Kinder in Bewegung von 1–6 Jahren		Kinder in Bewegung von 1–6 Jahren	
16.00	Offenes Angebot		16–17 Uhr Kurs 1		16–17 Uhr Kurs 1	
16.30	Siehe S. 7		17–18 Uhr Kurs 2		17–18 Uhr Kurs 2	
17.00			Offenes Angebot		Offenes Angebot	
17.30						
18.00						