



**ELTERNSCHULE**

**HARBURG**

**Volles Programm für Familien.  
Januar – Juli 2022**



## UNSER PROGRAMM

**4-5**

RUND UM DIE GEBURT

**6-8**

ELTERN-KIND-TREFFPUNKTE

**9-10**

ELTERN-KIND-GRUPPEN:

Babymassage und „Handling“;

Krabbel- und Spielgruppen

**11**

BEWEGUNG UND GESUNDHEIT

**12**

MAL-, BASTEL-, KOCH-, UND MUSIKGRUPPEN

**13**

BESONDERE VERANSTALTUNGEN

**17-21**

INFORMATIONEN UND BERATUNG

**22-23**

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](mailto:Elternschule-Harburg@harburg.hamburg.de)

Bitte geben Sie in Ihrer Mail Ihre Telefonnummer an.

[www.hamburg.de/harburg-elternschulen](http://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 Hebamme wenden und an der Geburtsvorbereitung teilnehmen. Die Elternschule Harburg soll für Sie ein Raum sein, wo Sie andere Eltern mit gleichaltrigen Kinderntreffen 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.

**Aufgrund der aktuellen Lage rund um Corona, kann es kurzfristig zu Änderungen im Programm kommen.**

**Bitte melden Sie sich für alle Kurse und Treffpunkte vorher an. Gegebenenfalls bieten wir auch Online-Kurse an.**



## RUND UM DIE GEBURT

### Geburtsvorbereitung – in Kooperation mit den Hebammen

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  
05. + 06.02. ■ 02. + 03.04. ■ 18. + 19.06. ■  
20. + 21.08. ■ 15. + 16.10.

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.

### Geburtsvorbereitung mit Yogaübungen

SONJA BROCKAMP, HEBAMME

Im Vordergrund stehen: Yogaübungen für Schwangere, Körperwahrnehmung, Atmung, Wehenarbeit, der Beckenboden, Entspannungstechniken, Ernährung in der Schwangerschaft, Gespräche über die Abläufe unter der Geburt und des Wochenbettes. Gezielte, wohltuende Yogaübungen in Verbindung mit der Atmung fördern das Bewusstsein der Schwangeren auf ihren Körper.

» Mi. ■ 18–20 Uhr  
12.01.–23.02. ■ 23.03.–04.05. ■ 18.05.–06.07.

Kosten: Krankenkassenleistung bei Teilnahme

### Rückbildungsgymnastik mit dem Säugling

NAOMI KAWATE, HEBAMME

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

» Do. ■ 10:45–12:15 Uhr ■  
13.01.–17.02. ■ 24.03.–28.04. ■ 12.05.–23.06.



## RUND UM DIE GEBURT

### Rückbildung mit Yoga ohne Baby

SONJA BROCKAMP, HEBAMME

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. ■ 20:15–21:40 Uhr  
12.01.–23.02. ■ 23.03.–04.05. ■ 18.05.–06.07.

▶ 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

**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, HEIDI BUNDT

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, entwickeln eine Beziehung zueinander. Wir möchten Sie mit Informationen und Anregungen dabei unterstützen.

### Das Baby gut verstehen + Wenn das Baby Trost braucht

Ha 01

▶ Mo. ■ 10–12 Uhr ■ 28.02.



## ELTERN-KIND-TREFFPUNKTE

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

### Montag: Elternschulcafé

In Zusammenarbeit mit „Frühe Hilfen für Familien“

CLAUDIA RÖHRICH, MARTIN SIEVERS, HEIDI BUNDT

Hier können Eltern mit ihren Kindern bis 4 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 ■ 17.01.–04.04.

**Ha 03** ▶ Mo. ■ 15–17 Uhr ■ 25.04.–20.06.

Welcome خوش آمدید, добро пожаловать, بترحيب

### Offener Treff für geflohene Frauen

LENA GOTTWALDT / HIBA MAWED

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 ■ 17.01.–04.04.

**Ha 05** Mo. ■ 10.45–12.45 Uhr ■ 25.04.–20.06.

### 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 ■ 25.01.–05.04.

**Ha 07** ▶ Di. ■ 16–17.30 Uhr ■ 03.05.–21.06.



## ELTERN-KIND-TREFFPUNKTE

### **Mittwoch: Treffpunkt zur Mütterberatung**

in Zusammenarbeit mit „Frühe Hilfen für Familien“

HEIDI BUNDT

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 ■ 19.01.–06.04.

**Ha 09** ▶ Mi. ■ 10–11.30 Uhr ■ 04.05.–22.06.

▶ **Und in den Ferien**

### **Donnerstag: Babytreffpunkt**

MARGA BEYER, GUDRUN PERLBACH

Eltern mit ihren Säuglingen und Krabblern (bis 1 Jahr) treffen sich zum Kennenlernen, Spielen und Singen. Eine erfahrene Kinderkrankenschwester, kann die Eltern in Fragen wie Säuglingspflege und Entwicklungsschritte in den ersten Monaten, beraten.

**Ha 10** ▶ Do. ■ 14–15.30 Uhr ■ 20.01. - 07.04.

**Ha 11** ▶ Do. ■ 14–15.30 Uhr ■ 28.04. - 30.06.

### **„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 ■ 20.01.–07.04.

**Ha 13** ▶ Do. ■ 15:45–17:30 Uhr ■ 28.04.–30.06.



## ELTERN-KIND-TREFFPUNKTE

### „Freitagstreff“ für Eltern mit Kindern bis 3 Jahren

CLAUDIA RÖHRICH, ALEXANDRA ZENOVEIOV

Es wird gekrabbelt, gespielt, gesungen und gebastelt.

**Ha 14** ▶ Fr. ■ 10.15–12.15 Uhr ■ 21.01.–08.04.

**Ha 15** ▶ Fr. ■ 10.15–12.15 Uhr ■ 29.04.–01.07.

### 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 08.01.2022.

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

In Zusammenarbeit mit „Frühe Hilfen für Familien“

MARTIN SIEVERS

Mehrlingeltern 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 ■ am 15.01. ■ 05.03. ■ 07.05. ■ 02.07.



## ELTERN-KIND-GRUPPEN

### **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

### **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 ■ 25.01.–05.04. ■ 9,50 Euro pro Kurs

**Ha 20** ▶ Di. ■ 11–12.30 Uhr ■ 03.05.–28.06. ■ 9,50 Euro pro 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 ■ 25.01. – 05.04. ■ 9,50 Euro pro Kurs

**Ha 22** ▶ Di. ■ 9:15 Uhr ■ 03.05. – 28.06. ■ 9,50 Euro pro Kurs



## ELTERN-KIND-GRUPPEN

### Eltern mit von August – Oktober 2021 geb. Kindern

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

**Ha 23** ▶▶ Fr. ■ 10:45 Uhr ■ 28.01.–08.04. ■ 9,50 Euro pro Kurs

**Ha 24** ▶▶ Fr. ■ 10:45 Uhr ■ 29.04.–01.07. ■ 9,50 Euro pro Kurs

### Eltern mit von März – Juli 2021 geb. Kindern

RENO RIEHLE  
.....

**Ha 25** ▶▶ Do. ■ 9:15 Uhr ■ 27.01.–07.04. ■ 9,50 Euro pro Kurs

**Ha 26** ▶▶ Do. ■ 9:15 Uhr ■ 05.05.–30.06. ■ 9,50 Euro pro Kurs

### Eltern mit von Januar – April 2021 geb. Kindern

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

**Ha 27** ▶▶ Fr. ■ 9.15 Uhr ■ 28.01.–08.04. ■ 9,50 Euro pro Kurs

**Ha 28** ▶▶ Fr. ■ 9.15 Uhr ■ 06.05.–01.07. ■ 9,50 Euro pro Kurs

### Eltern mit von August – Dezember 2020 geb. Kindern

RENO RIEHLE  
.....

**Ha 29** ▶▶ Do. ■ 10:45 Uhr ■ 27.01.–07.04. ■ 9,50 Euro pro Kurs

**Ha 30** ▶▶ Do. ■ 10:45 Uhr ■ 05.05.–30.06. ■ 9,50 Euro pro Kurs

### Eltern mit Kindern im Alter von 1,5 bis 3 Jahre

KRISTIN VOSS-MÖNKE  
.....

**Ha 31** ▶▶ Mo. ■ 9:15 Uhr ■ 24.01.–04.04. ■ 9,50 Euro pro Kurs

**Ha 32** ▶▶ Mo. ■ 9:15 Uhr ■ 02.05.–27.06. ■ 9,50 Euro pro Kurs



## ELTERN-KIND-GRUPPEN

### **Geschwistergruppe Eltern mit Kindern im Alter von 0 bis 6 Jahren**

YASEMIN LANGEMANN, ELIS BENJAMIN

Ein bisschen Abstand zum Alltag gewinnen, mit den Kindern spielen, basteln, mit anderen Familien klönen, das Wochenende einläuten.

**Ha 33** ▶ Fr. ■ 15:30–17:30 Uhr ■ 28.01.–08.04. ■  
9,50 Euro pro Kurs

**Ha 34** ▶ Fr. ■ 15:30–7:30 Uhr ■ 29.04.–01.07. ■  
9,50 Euro pro 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 35** ▶▶ Do. ■ 9.15 Uhr ■ 27.01.–07.04. ■ 9,50 Euro

**Ha 36** ▶▶ Do. ■ 9.15 Uhr ■ 05.05.–30.06. ■ 9,50 Euro

### Entspannungsgruppe für Eltern und Kind

Mit Unterstützung der Techniker Krankenkasse

CAROLINE KRECK

.....

Wie können mein Kind und ich zusammen zur Ruhe kommen? In dieser Gruppe dreht sich alles um das gemeinsame Entspannen mit euren Kindern. Mit Spielen, Liedern und Geschichten zum Bewegen, Kuscheln und Ausruhen seid ihr eingeladen, eine schöne und erholsame Zeit miteinander zu verbringen. Ihr lernt außerdem einfache Entspannungsübungen, die ihr gut in den Alltag mit den Kindern einbauen könnt. Es gibt Zeit zum Austausch über Stress und darüber, wie wir besser mit ihm umgehen können.

**Ha 54** ▶▶ Mi. ■ 14:30–15:30 Uhr ■ 27.04.–22.06. ■  
Kinder von 1 bis 3 Jahren

**Ha 54** ▶▶ Mi. ■ 16–17 Uhr ■ 27.04.–22.06. ■  
Kinder von 3 bis 6 Jahren



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

### Kochspaß mit der Familie

CICEK GÜNEL

Ein kleiner Kochkurs für und mit Kindern ab ca. 2½ 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 37** ▶ Mi. ■ 16–18:15 Uhr ■ 27.04. ■ 04.05. ■ 11.05. ■ 18.05 ■ 9,50 Euro pro 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 2 und 6 Jahren. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

**Ha 38** ▶ Di. ■ 16–17:30 Uhr ■ 25.01.–05.04. ■ 9,50 Euro pro Kurs

**Ha 39** ▶ Di. ■ 16–17:30 Uhr ■ 03.05.–28.06. ■ 9,50 Euro pro Kurs

### Stressabbau durch therapeutisches Arbeiten mit Ton

für Eltern und Kinder ab 3½ – 6 Jahren  
Mit Unterstützung der Technikerkrankenkasse

SILVIA VON POCK

Je länger die Corona Krise andauert, desto mehr werden Familien mit den entsprechenden Umständen (homeschooling, lockdown, Ängste etc.) belastet. Im Keramikurs 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 40** ▶ Mi. ■ 16–17:30 Uhr ■ 09.02.–13.04. ■ 8 Termine ■ Materialumlage 5 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 41** ▶▶ jeden 2. und 4. Samstag ■ 12 – 12:45 Uhr ■  
ab 08.01. ■ 12 Euro pro 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 Kinder von 3 bis 12 Monate.

**Ha 42** ▶▶ Di. ■ 15 Uhr ■ 25.01. – 05.04. ■ 9,50 Euro pro Kurs

**Ha 43** ▶▶ Di. ■ 15 Uhr ■ 03.05. – 28.06. ■ 9,50 Euro pro Kurs



## BESONDERE VERANSTALTUNGEN

### „Auf den Anfang kommt es an“

MARTIN SIEVERS, HEIDI BUNDT



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. ■ 28.02. ■ 10 – 12 Uhr

### Starke Kinder haben starke Gefühle oder kleine Kinder – große Gefühle

MARTIN SIEVERS



Für alle, die mit Spiel und Spaß einfache Gebärden lernen möchten, die Kinder im Alltag spannend und Eltern nützlich für den Tagesablauf finden. Eine wertvolle Ergänzung für den Spracherwerb, besonders für Babys, bevor sie sprechen können.

**Ha 44** ▶ Mo. ■ 04.04. ■ 18 – 20 Uhr

### Kratzen, Beißen, Schlagen, Schubsen

MARTIN SIEVERS



... gehört im Kleinkindalter zum normalen Verhalten von Kindern. Welche guten Gründe habe sie für dieses Verhalten und wie können Eltern darauf angemessen reagieren?

**Ha 45** ▶ Mo. ■ 02.05. ■ 18 – 20 Uhr

**BESONDERE VERANSTALTUNGEN****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 die eigenen Erfahrungen ihn zu bewältigen: Wie äußert sich Stress bei mir? Wie kann ich mich selbst wieder in einen guten Zustand bringen? Wie entsteht eigentlich Gesundheit? Dazu werden wir einfache Entspannungs- und Bewegungsübungen ausprobieren, für mehr Gelassenheit und Freude im Alltag. Bitte bewegungsfreundliche Kleidung mitbringen!

**Ha 46** ▶▶ Mo. ■ 13.06. ■ 18 – 20 Uhr**Zahnpflege bei Kleinkindern**

.....

Was ist wichtig? Wie kann ich mein Kind beim Zähneputzen unterstützen? Wann sollte man damit beginnen? Wir wünschen allen viel Spaß, viele neue Anregungen und einen lebendigen Austausch.

**Ha 47** ▶▶ noch offen**Grenzen setzen, „Nein“ sagen ist nicht immer leicht!**

In Zusammenarbeit mit „Frühe Hilfen für Familien“

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 48** ▶▶ Mo. ■ 21.02. ■ 15 Uhr



## BESONDERE VERANSTALTUNGEN

### Rund um unser Kind Veranstaltungsreihe „Frühe Hilfen für Familien“

MARTIN SIEVERS

Ha 53 ▶▶ 28.02. ■ „Auf den Anfang kommt es an“

Ha 53 ▶▶ 18.06 ■ Familienausflug

### Veranstaltungen im Elternschulcafé 15 Uhr

Hubert Kötting

Ha 48 ▶▶ 21.02. ■ Grenzen setzen ■ „Nein“ sagen ist nicht immer leicht!

Giorgio Maj

Ha 49 ▶▶ 07.02. ■ Ernährungsberatung

### Veranstaltungen im „Freitagstreff“ 10:15 Uhr

In Zusammenarbeit mit der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung (HAG)

Anne Schelberger

Ha 50 ▶▶ Fr. ■ 29.04. ■ „Gemeinsam essen – so macht es Spaß“

Ha 47 ▶▶ 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 51 ▶▶ Sa. ■ 26.03 ■ 10–16 Uhr ■ Kursgebühr 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 52** ▶▶ Do. ■ 19 Uhr ■ 10.02.–03.03. ■ 4 Termine ■ 9,50 Euro

### Nähwerkstatt

MARLEN KOOP

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

▶▶ Mo. ■ 19 Uhr ■ Nach Vereinbarung

▶▶ Tel. Nr.: 0160 8123908

### Offene Sprachförderung Deutschkurs für Mütter

In Kooperation mit der VHS Harburg

MIRO FAGASCHEWSKI

OHNE Kinderbetreuung.  
Dieser Kurs ist niedrigschwellig.  
Es gibt kein Zertifikat.

▶▶ Mi. ■ 8:00–10:45 und 11–13:30 Uhr ■ außer in den Ferien



## INFORMATION UND BERATUNG

### ..... **Mütterberatung in der Elternschule**

(mit Treffpunkt siehe S. 7) Zwei Kinderkrankenschwestern des Gesundheitsamtes Harburg beraten in Fragen der Ernährung, Entwicklung und Pflege der Säuglinge und Kleinkinder.

Mi. ■ 10–11:30 Uhr ■ Infos unter 040 428 712 340

### **Erziehungsberatung**

PATRICIA KROPFREITER

..... Die Erziehungsberatungsstelle Bezirksamt Harburg bietet in der Elternschule an unterschiedlichen Terminen Vorträge, Workshops und Einzelgespräche an. Verschiedene Themen rund um Eltern, Kinder und Familie können besprochen werden.

▶▶ jeden 3. Donnerstag / Monat ■ ab 20.01. ■ 15 – 17:30 Uhr

### ..... **Familienlotsen**

In Kooperation mit dem Margaretenhort

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

▶▶ Mi. ■ 10:30 – 11:30 Uhr ■ im Mütterberatungstreff

▶▶ Tel.: 0173 243 0513

### **Schwangerentreff mit Hebammensprechstunde und Schwangerenberatung**

in Kooperation mit dem Sozialdienst katholischer Frauen ev. Hamburg

CONNY LOOB, ULRIKE EISENZIMMER

..... Bei einem kleinen Snack können Sie sich mit anderen Schwangeren aus dem Stadtteil austauschen, mit der Hebamme und in einem Einzelgespräch Schwangerenberatung in Anspruch nehmen.

▶▶ Di. ■ 9:30 – 13 Uhr ■ außer in den Schulferien.

▶▶ Anmeldung unter Tel: 254 925 91  
mail: skf-beratung@skf-hamburg.de

## **Berufsberatung in der Elternschule**

In Kooperation mit In Via Hamburg e.V.

### **„Fit für den Job – Wege zum Berufsglück“**

INES ACKERMANN von „Laura“ (Lernen und Arbeiten im Quartier)

berät individuell rund um das Thema beruflicher (Wieder-)Einstieg und Vereinbarkeit Familie und Beruf.

- ▶▶ Mo. ■ 13 – 16 Uhr ■ jeden 2. und 4. Montag im Monat
- ▶▶ Weitere Informationen und Anmeldung unter:  
laura@invia-hamburg.de  
Tel. 0176-15144620

### **Mutter- (oder Vater-) Kind-Kuren**

Deutscher Arbeitskreis für Familienhilfe e. V.

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.

- ▶▶ Tel.: 040 386 146 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.: 040 636 587 31

## INFORMATION UND BERATUNG

### Projekt Kita-Einstieg

In Kooperation mit dem Deutschen Roten Kreuz

INKEN ZACHER

Brauchen Sie Informationen zum Thema Kita? Unterstützung bei der Suche nach einem Kita-Platz? Oder Hilfe beim Beantragen des Kita-Gutscheins? Außerdem können Sprachmittler:innen für Gespräche in der Kita vermittelt werden.

» Fr. ■ 10–12 Uhr ■ Tel.: 01573 262 6607

### StoP – Stadtteile ohne Partnergewalt Phoenixviertel / Wilstorf

HANNAH WACHTER

StoP ist ein Nachbarschaftsprojekt, in dem wir uns gemeinsam für friedliche und gewaltfreie Nachbarschaften und gegen häusliche Gewalt einsetzen. Lust mitzumachen und ehrenamtlich aktiv zu werden? Oder brauchst du Beratung oder Unterstützung? Komm vorbei!

» Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat ■ 10–12 Uhr

» Tel.: 0152 24 431 643

Email: phoenixviertel@stop-partnergewalt.org

Website: www.stop-partnergewalt.org

### Frauencafé

Im FZ Café Feuervogel können sich Mütter aus dem Quartier treffen und sich mit den Elternmentoren und StadtteilEltern austauschen und beraten lassen. StadtteilEltern unterstützen und begleiten Eltern mit Migrationshintergrund.

Yüksel Demiray und Malgorzata Kosinska aus der Schule, Heidi Bundt aus der Elternschule und Hannah Wachter 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.: 040 278 808 86



## ELTERNINITIATIVEN

### Is English your mother tongue?

MELISSA WELBHOFF

Do you have a child or children at the age of 0 to 3 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 ■ 3:45–5:15pm
- ▶▶ Contact [english.kids.harburg@gmail.com](mailto:english.kids.harburg@gmail.com) to participate in this or another group.

### Treffpunkt für griechische Familien

Verein Griechischer Eltern

Samstagscafé: Willkommen sind alle, die mit den Mitgliedern des griechischen Vereins Lust haben, 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: Alexandra Parlani 0177 915 42 84

### Feste des Feuervogel

Bürgerzentrum Phoenix



- ▶▶ Flohmarkt: noch offen
- ▶▶ Sommerfest: noch offen
- ▶▶ Bitte beachten Sie die Aushänge
- ▶▶ Kontakttelefon: 040 428 12 9525 oder 428 975 255

