



ELTERNSCHULE

WILHELMSBURG

IM TOR ZUR WELT

VEDDEL

**Volles Programm für Familien.
August– Dezember 2024**





Wilhelmsburg
Elternschulen Elbinseln

ELTERNSCHULE

Wilhelmsburg / Veddel / im Tor zur Welt

Elternschule in der Zeidlerstraße 75

- S. 3 | Willkommen
- S. 4 | Eltern und Kinder gemeinsam
- S. 6 | Treffpunkt Elternschule
- S. 8 | Rund um die Geburt
- S. 9 | Gesundheit
- S. 10 | Beratung und Information
- S. 14 | Aktiv in der Freizeit
- S. 15 | Die besondere Veranstaltung

Neuigkeiten

- S. 16 | Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern

Elternschule im Bildungszentrum Tor zur Welt, Krieterstraße 2d

- S. 17 | Elternschule im Tor zur Welt

Angebote auf der Veddel

- S. 25 | Elternschulangebote auf der Veddel
- S. 27 | Eltern-Kind-Zentrum Veddel

Kontakt

- S. 28 | Kontakt Elternschule Wilhelmsburg/Veddel

Anmeldung

Zu den Kursen melden Sie sich telefonisch, per Mail über elternschulewilhelmsburg@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. Ferienveranstaltungen sind als solche im Programm gekennzeichnet.



**Willkommen / Welcome / Ласкаво просимо /
Hoş geldin / Добро пожаловать / Bi xêr hatî /
Dobrodošli / اهلا وسهلا فيكم / Bienvenue /
Bienvenido / Mirësevini / 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 Wilhelmsburg

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!

Bleibt informiert

Es kann immer zu Änderungen oder ganz neuen Angeboten kommen, in unseren Schaukästen und auf unserem Instagram-Account ([instagram@elternschule_wilhelmsburg](https://www.instagram.com/elternschule_wilhelmsburg)) findet man alle wichtigen Neuigkeiten.



ELTERN & KINDER GEMEINSAM

Babymassage und mehr

PAMELA NIEGOT

Für Eltern mit Säuglingen von 1 bis 6 Monaten

Ihr erlernt verschiedene Babymassagen und auch Körperübungen für eure eigene Entspannung. Einfach das Zusammensein mit eurem Baby genießen und gemeinsam über Ihre neue Situation sprechen, könnt ihr hier auch.

WI 1 ▶ Mo. | 16.09.–18.11. | 9.30–11.00 Uhr | 8 Termine
Bitte anmelden!

Babygruppe

LYDIA FROST

Eltern mit Babys, 6–12 Monate

Gemeinsam mit Eurem Baby und anderen Familien eine schöne Zeit verbringen. Bei den Spiel- und Bewegungsanregungen können die Babys, sehen, fühlen und erleben und der Austausch über den neuen Familienalltag kommt auch nicht zu kurz.

WI 2 ▶ Mi. | 25.09.–04.12. | 10.00–11.30 Uhr |
Ohne Anmeldung!

Mama Baby Yoga

Für Mamas mit Babys von 3 bis 8 Monaten

ANDREA LORENZ

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.

WI 3 ▶ Fr. | 13.09.–18.10. | 09.30–11.00 Uhr | 5 Termine

WI 4 ▶ Fr. | 08.11.–06.12. | 09.30–11.00 Uhr | 5 Termine
Bitte anmelden!



ELTERN & KINDER GEMEINSAM

Spielgruppe

STEFFI PFOHLMANN

Für Eltern mit Kindern von 1 bis 2½ Jahren

Spielen, Basteln, Spaß, Austausch, Information ...
einfach eine schöne Zeit miteinander verbringen.

WI 5 ▶▶ Mo. | 16.09.–02.12. | 10.00–11.30 Uhr
Bitte anmelden!

Musik mit allen Sinnen

In Kooperation mit der Jugendmusikschule
Musik fasziniert schon die Aller kleinsten und
tut ihnen gut. Wir lauschen Klängen von
Instrumenten und haben gemeinsam viel Spaß
mit Bewegungsliedern und Sprachspielen.

Eltern mit Babys, 6–12 Monate

WI 6 ▶▶ Di. | 17.09.–01.12. | 14.00–14.45 Uhr

Für Eltern mit 1-jährigen Kindern

WI 7 ▶▶ Di. | 17.09.–01.12. | 15.00–15.45 Uhr

Für Eltern mit 2-jährigen Kindern

WI 8 ▶▶ Di. | 17.09.–01.12. | 16.00–16.45 Uhr
Bitte anmelden!





TREFFPUNKT ELTERNSCHULE

Offener Frühstückstreff und Gedichte für Wichte

KATHRIN VOIGT / STEFFI PFOHLMANN



Wir treffen uns am Vormittag mit anderen Eltern in gemütlicher Runde zum gemeinsamen Frühstück und zu Gesprächen. Es gibt Tipps und Infos rund ums Baby und für die Kinder gibt es Lieder, Bilderbücher und viel Raum zum Spielen.

WI 9 ▶ Di. | 17.09.–01.12. | 9.30–11.30 Uhr

(nicht in den Ferien)

Ohne Anmeldung!

In Kooperation mit dem Familienteam Hamburg-Mitte.

Elternschulcafé

REGINE GOERTZ-JÜRGENS / ABEBA KIFLU / NN

Für Eltern mit Kindern bis 5 Jahre

Bei Kaffee, Tee und Kuchen Abstand zum Alltag gewinnen, mit den Kindern spielen, zusammen mit anderen Familien klönen, lachen, diskutieren und sich informieren. So etwa stellen wir uns das Elternschulcafé vor und freuen uns, Euch in der Elternschule begrüßen zu können.

WI 10 ▶ Do. | 19.09.–05.12. | 15.30–17.30 Uhr

(auch in den Herbstferien geöffnet!)

Ohne Anmeldung!

Sommerferiencafé

REGINE GOERTZ-JÜRGENS / ABEBA KIFLU / NN

Für Eltern mit Kindern bis 5 Jahre

Bei Kaffee, Tee und Kuchen Abstand zum Alltag gewinnen, mit den Kindern spielen, zusammen mit anderen Familien klönen, lachen, diskutieren und sich informieren. So etwa stellen wir uns das Elternschulcafé vor und freuen uns, Euch in der Elternschule begrüßen zu können.

WI 11 ▶ Do. | 05.09.–12.09. | 15.30–17.30 Uhr

Ohne Anmeldung!



TREFFPUNKT ELTERNSCHULE

Treff für Mütter mit Kindern von 0 bis 3 Jahren und Gedichte für Wichte auf Türkisch



MUNISE KOYKAÇ / AMINE AZIMOV

0–3-yaşındaki çocuklarıyla anneler grubu

Ein Vormittag für Mütter aus der Türkei und ihre Kinder zum Spielen, Singen, Bilderbücher schauen, Reden und Informieren.

WI 12 ▶ Do. | 19.09.–05.12. | 10.00–12.00 Uhr
(nicht in den Ferien)
Ohne Anmeldung!

Afrikanische Frauen-Gruppe



ABEBA KIFLU

In gemütlicher Atmosphäre können afrikanische Frauen aus Wilhelmsburg sich über Erfahrungen und Herausforderungen in Deutschland unterhalten. Unterstützt von Vorbildern aus der schwarzen Community lernen sie Aktivitäten im Stadtteil kennen, um teilzunehmen und auch mitzugestalten.

WI 13 ▶ Termine: Fr. | 20.09. | 11.10. | 15.11. | 15.30–17.30 Uhr
Ohne Anmeldung!

Weitere Informationen gibt es unter 0163 98 68 88 5

RUND UM DIE GEBURT

Mütterberatung in der Elternschule

DR. DAGMAR KRAUSE / FERNANDA DA TORRE

Mütterberatungsstellen beraten Sie kostenlos in Fragen der Ernährung, Pflege und Entwicklung des Säuglings und Kleinkindes.

- ▶▶ Telefonische Sprechstunde
Mo.–Fr. | 8 – 9 Uhr | Telefon 42871-6314
- ▶▶ Persönliche Sprechstunde
jeden Dienstag – auch in den Ferien | 9.30 – 11.00 Uhr

Begleitet durch eine Inselmutter



Hebammensprechstunde

JULINKA FREMEREY

Für folgende Hebammenleistungen erhalten Sie im Büro der Elternschule oder unter www.fremerey.hebamio.de

Infos zu möglichen Terminen:

- ▶▶ Rückbildungsgymnastik
- ▶▶ Beikostseminar – ein Kurs rund um die Ernährung von Baby und Kleinkind
- ▶▶ Hebammen- und Wochenbettsprechstunde

Yoga für Schwangere

ANDREA LORENZ

Mit Yoga bewusst und achtsam durch die aufregende Zeit der Schwangerschaft.

Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

WI 14 ▶▶ Di. | 17.09.–15.10. | 17.30–19.00 Uhr

WI 15 ▶▶ Di. | 05.11.–3.12. | 17.30–19.00 Uhr

Bitte anmelden!

GESUNDHEIT

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.

WI 16 ▶ Mo. | 30.09.–09.12. | 12.00–14.00 Uhr | Bitte anmelden!

Zahnärztliche Untersuchung in der Elternschule

Der zahnärztliche Dienst des Gesundheitsamtes berät Sie kostenlos einmal im Quartal zu allen Fragen der Zahngesundheit von Säugling und Kleinkind

- ▶ Di. | 17.09. | 9.30–11.00 Uhr | parallel zur Mütterberatung
- ▶ Di. | 10.12. | 9.30–11.00 Uhr | parallel zur Mütterberatung

Osteopathische Babysprechstunde

KATHRIN PIERSIG
.....

Durch Berührungen Spannungen beim Baby lösen und dadurch mehr Wohlbefinden beim Baby und der Familie bewirken

WI 17 ▶ Mo. | 09.09.–09.12. | 11.00–13.00 Uhr
| Ferientermine bitte im Büro erfragen

Abstillen – "Ja, Nein, Vielleicht"?

CARIMA STOLL
.....

Wie lange sollte ein Kind gestillt werden? Ist Dauernuckeln in der Nacht in Ordnung? Wann ist ein guter Zeitpunkt, ein Kind abzustillen? Wir klären deine Fragen rund um das Thema Stillen. Du bekommst Ideen an die Hand, wie du belastende Stillmomente verändern kannst und was die Voraussetzungen sind, schonend abzustillen.

WI 18 ▶ Mo. | 14.10. | 12.00–14.00 Uhr | Bitte anmelden!



BERATUNG UND INFORMATION

Beratung für Familien mit Babys und/oder Kleinkindern

CARIMA STOLL
.....

Die ersten drei Lebensjahre eines Kindes sind wertvolle Entwicklungsabschnitte, die reich an Fragen sind. Eine sichere und stabile Beziehung zu eurem Kind ist Euch wichtig. Ich unterstütze euch, auch eure 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

WI 19 ▶ Di. | 11.30–13.00 Uhr

▶ Termine über www.meinfamilienweg.de

Die Entdeckung des eigenen „Ichs“

MARTIN SIEVERS
.....

Kinder entdecken ihr „Ich“ im sogenannten Trotzalter. Dies wird häufig begleitet von heftigen Gefühlsstürmen. Kinder brauchen in diesem Alter von ihren Eltern Sicherheit, Verständnis und Begleitung. Wie so eine Begleitung aussehen kann, werden wir an diesem Abend besprechen.

WI 20 ▶ Mi. | 13.11 | 18.00–20.00 Uhr | (Bitte anmelden)

Me Time-Entspannungstag in der Elternschule

KATHRIN PIERSIG/PAMELA NIEGOT
.....

Der Familienalltag ist oft turbulent und herausfordernd. Dieser Nachmittag ist für Dich selbst, um zu entspannen, Kraft zu schöpfen und Deine innere Mitte zu stärken. Massage und Yoga sorgen für die Entspannung und beim gemeinsamen Kuchen essen und Kaffee oder Tee trinken kommt der Austausch nicht zu kurz.

WI 21 ▶ Sa. | 12.10. | 14.00–16.30 Uhr | Bitte anmelden!



BERATUNG UND INFORMATION

Schlaf – Wie komme ich selbst zur Ruhe und mein Kind zum Schlafen?

MARTIN SIEVERS

Das Thema Schlafen ist für viele Eltern eine Herausforderung, da ihr Kind schwer in den Schlaf findet, nachts wach wird und die Nähe der Eltern sucht. Oder der Mittagsschlaf klappt nicht, so wie erhofft. Gibt es dafür Erklärungen? Was können Eltern tun? Informationen, Gespräch und Austausch

Wi 22 ▶ Do. | 10.10. | 19.00–21.00 Uhr | Bitte anmelden

Ich werde Elternteil – Informationsabend für werdende Eltern

FAMILIEN
PLANUNGS
ZENTRUM

In dieser spannenden und aufregenden Zeit stellen sich viele Fragen rund um die Geburt und die erste Zeit mit Kind.

- Wie gestalten wir unsere Elternzeit und unser Elterngeld?
- Welche Anträge kann und muss ich stellen?
- Welche finanzielle Unterstützung gibt es für uns?

Diese und weitere Fragen können wir gerne an diesem Abend besprechen.

Wi 23 ▶ Mo. | 07.10. | 19.00–20.30 Uhr | Bitte anmelden

Sozialberatung

Beratung und Unterstützung von Schwangeren und Eltern mit kleinen Kindern im Reiherstiegviertel. Hilfestellung für Eltern und Familien z. B. beim Ausfüllen von Anträgen für Kitagutschein, Elterngeld, Jobcenter-Anträgen usw. Beratung und Unterstützung bei Fragen und Sorgen.



▶ Di. | 10.00–13.00 Uhr

Eine Kooperation mit der Beratungsstelle Casemir

Jobcoaching für Erziehende ohne Berufsabschluss

MELANIE SCHORSCH



Wir unterstützen Sie bei

- der Erstellung von Bewerbungsunterlagen
 - der Suche nach geeigneten Tätigkeiten und/oder Ausbildungen
 - der Suche nach einem Kitaplatz
 - der Belegung von Sprachkursen und der Anerkennung ausländischer Zeugnisse
- » Mi. | M. Schorsch | Mobil 0176 49 54 58 90 |
Alle Termine nach telefonischer Vereinbarung

StoP – Stadtteile ohne Partnergewalt

ABEBA KIFLU

Gewalt in Partnerschaften kommt täglich vor – in allen Gesellschaftsschichten. Wir ermutigen dazu, Partnergewalt nicht zu verschweigen oder zu dulden. Durch das Aufzeigen von Unterstützungsmöglichkeiten bestärken wir Menschen darin, sich Hilfe zu holen oder zu geben. Wir zeigen, wie eine gute Nachbarschaft Schutz vor der Gewalt bieten kann.

- » Fr. | 10–12.00 Uhr
Termine nach Vereinbarung
unter 0163 98 68 88 5





BERATUNG UND INFORMATION

Familienteam Elbinseln / Frühe Hilfen

BIRGIT REYHER (Koordination Familienteam Elbinseln)

Das Familienteam Elbinseln unterstützt Sie beratend zu allen Themen und Fragen rund um das Eltern-werden und Eltern-sein.

Die Welt mit Kindern ist wundervoll und aufregend – ein Abenteuer in jedem Moment.

Gleichzeitig kann das Eltern-werden & Eltern-sein 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 Kinderkrankenschwestern Sie als (werdende) Eltern und Familien mit Kindern von 0–3 Jahren.

Das Angebot ist freiwillig, vertraulich und kostenlos.

- ▶ Terminvereinbarung 040 428 15 43 45
- ▶ Mo.–Do. 10.00–14.30 Uhr
- ▶ Email: birgit.reyher@leb.hamburg.de



AKTIV IN DER FREIZEIT

Kreativwerkstatt / Eltern-Kind-Künste

KATHRIN GÜLKER / N.N.

Kreatives Angebot für Kinder zwischen 3 und 6 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.

WI 24 ▶ Mo. | 16.09.–02.12. | 16.00–18.00 Uhr
(nicht in den Ferien) | ohne Anmeldung

Nähwerkstatt

SENEM CETIN

Wir nähen schöne Sachen für uns und unsere Kinder. Dieser Kurs richtet sich an Nähanfänger*innen oder solche, die es werden wollen.

WI 25 ▶ Accessoires | Sa. | 28.09. | 13.00–18.00 Uhr
Bitte anmelden!

Ein Samstagnachmittag für die ganze Familie – Kreativnachmittag und Gedichte für Wichte

Gemeinsam kreativ sein, singen, Bücher entdecken bei „Gedichte für Wichte“ ... So einen Nachmittag möchten wir mit Euch verbringen.

WI 26 ▶ Sa. | 31.08. | 14.00–16.00 Uhr





DIE BESONDERE VERANSTALTUNG

Lichterfest

Wir zünden unsere Laternen an und feiern mit vielen Liedern, Würstchen und heißen Getränken ein Fest auf dem Gelände der Elternschule. Zum Abschluss drehen wir eine kleine Runde auf der Wiese.

WI 27 ▶ Do. | 07.11. | 17.30 | mit Lebensmittelumlage

Nikolausfeier

Ein vorweihnachtlicher Nachmittag mit Nikolaus, Spielen und Liedern, Keksen und ...

- ▶ Kartenverkauf ab 25.11. im Büro der Elternschule
- ▶ Kosten: Erwachsene 1,50 Euro | Kinder 0,50 Euro

WI 28 ▶ Sa. | 07.12. | 15.30–17.30 Uhr

Frauenaktionstag

Wir laden zu einem Aktionstag nur für Frauen ein und wollen uns vernetzen, empowern und Informationen austauschen. Wir freuen uns auf ein Bühnenprogramm.

- ▶ Veranstaltungsort: Open Air im Garten des Bürgerhauses Wilhelmsburg
- ▶ Mengestr. 20, 21107 Hamburg

WI 29 ▶ Fr. | 06.09. | 15.00–19.00 Uhr

Ein Kooperationsprojekt von:



Wilhelmsburg
Elternschulen Elbinseln



Stiftung
Bürgerhaus
Wilhelmsburg



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 Telefon 040 42 87 16 343 oder per E-Mail: erziehungsberatung-wilhelmsburg@hamburg-mitte.hamburg.de
- ▶ Offene Sprechstunden | Mi. | 16–18 Uhr | Vogelhüttendeich 81

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

- Im Haupthaus in der Zeidlerstraße im Frühstückstreff am Dienstag, 10.30–11.30 Uhr
- Am Standort Tor zur Welt im Elterntreff am Donnerstag, 09.30–10.30 Uhr

Die Termine bitte in der Elternschule erfragen!



IM TOR ZUR WELT

Wir freuen uns, Euch in unserer Zweigstelle im Bildungszentrum Tor zur Welt begrüßen zu dürfen. Ihr findet uns im **Haus D** an verschiedenen Orten: im Eltern-Kind-Bereich des **Inselcafés, im 1. Stock** mit Kursräumen und Büro und in **Fachräumen der Schule und von Kooperationspartnern im Haus.**

Das Inselcafé ist täglich **während der Schulzeit** für Euch geöffnet. Hier könnt ihr euch entspannen, euch mit anderen treffen und austauschen. Ihr erhaltet Informationen und könnt an einem unserer Angebote teilnehmen. Im ersten Stock findet ihr Kurse und Beratung.

Wir freuen uns auf Euch!

Elterntreff



MAJIDA AL-HALAS / MERYEM MANSOURI

Wenn unsere Kinder in Schule und Kita angekommen sind, gönnen wir uns zum Start in den neuen Tag eine kleine Kaffeepause mit Frühstücksimbiss zum Klönen und Austauschen. Dazu erhalten Sie Infos, Informationen und Beratungen zu unterschiedlichen Themen. Sie lernen andere Eltern kennen und Ihre Kleinen haben Raum zum Spielen.

WI 30 ▶ Do. | 19.09.–05.12. | 8.30–10.30 Uhr
nicht in den Ferien | im Inselcafé | Ohne Anmeldung

Familientreff am Nachmittag und Gedichte für Wichte

ABEBA SIUM KIFLU / JOHANNA FURTHMANN

Für Eltern mit Kindern von 0–12 Jahren.

Am Nachmittag mit anderen Familien im Inselcafé bei Kaffee, Tee und Kuchen gemütlich zusammensitzen, miteinander klönen und lachen und gemeinsam mit den Kindern spielen, basteln, singen und Bücher anschauen.

WI 31 ▶ Di. | 17.09.–03.12. | 15.30–17.30 Uhr
nicht in den Ferien | im Inselcafé | Ohne Anmeldung



Häkel- und Stricktreff für Frauen

SELCAN CELIK

Wir häkeln oder stricken schöne Sachen für uns und unsere Familie. Bitte eigenes Häkel- oder Strickzeug und Wolle mitbringen! Rückfragen dazu gerne unter: 0176 481 60897.

Gefördert aus dem RISE-Verfügungsfonds des Quartiersbeirates Wilhelmsburg Ost.

» Mo. | 16.09.–02.12. | 10.00 – 12.00 Uhr
nicht in den Ferien | Inselcafé | Ohne Anmeldung

1,2,3,4 Turnwichte-Welt – Bewegung macht schlau!

NADJA KLEMME / NURGÜL YAGBASAN

Bewegung tut Kindern gut und unterstützt sie in ihrer Entwicklung. In diesem Kurs turnen, singen, tanzen, spielen und bewegen sich Eltern und Kinder gemeinsam.

**Für Eltern mit Kindern von 2 bis 5 Jahren
(ab dem 2. bis zum 6. Geburtstag)**

WI 32 » Mi. | 18.09.–04.12. | 16.00–17.00 Uhr

WI 33 » Mi. | 18.09.–04.12. | 17.00–18.00 Uhr

nicht in den Ferien | Mit Anmeldung! | Im Bewegungsraum | Erdgeschoss Haus A (A.000), Krieterstraße 2 A

Musik mit allen Sinnen

In Kooperation mit der Jugendmusikschule

Musik fasziniert und tut Kindern gut.

Wir lauschen Klängen von Instrumenten, probieren sie selbst aus und haben gemeinsam viel Spaß mit Bewegungsliedern und Sprachspielen.

Für Eltern mit 3–4-jährigen Kindern

WI 34 » Mi. | 18.09.–04.12. | 16–16.45 Uhr

Für Eltern mit 3–4-jährigen Kindern

WI 35 » Mi. | 18.09.–04.12. | 17–17.45 Uhr

nicht in den Ferien | Mit Anmeldung!
Im Raum der Religionen | D204, 2. Stock





ELTERNSCHULE IM TOR ZUR WELT

Psychosoziale Beratung im Rahmen des Elterntreffs

MAJIDA AL-HALAS
.....

Im Rahmen unseres Elterntreffs (**WI 30**) entstehen immer wieder Fragen und manchmal weiß man einfach nicht weiter.

Im Anschluss an unseren Elterntreff unterstützen wir Eltern des Treffs dabei, Fragen zu klären und Lösungen zu finden und helfen bei Anträgen und Behördenpost.

WI 36 ▶ Do. | 19.09.–05.12. | 10.30 – 11.30 Uhr

Für Eltern des Elterntreffs (**WI 30**) im Anschluss an den Elterntreff im Inselcafé
nicht in den Ferien | Ohne Anmeldung

Familienberatung für Eltern mit Kindern von 0 – 6 Jahren

MARTIN SIEVERS
.....

Der Alltag mit Babys und (Klein-)Kindern kann für Eltern sehr herausfordernd sein. Die Beratung bietet lösungsorientierte Unterstützung bei allen Fragen rund um das Leben mit Babys und (Klein-)Kindern.

WI 37 ▶ Termine nach Vereinbarung
martin.sievers@hamburg.de oder 401 691 59

Erste Hilfe am Kind (ohne Kinder)

.....

SICHER-IM-NOTFALL

In diesem Kurs lernen Sie theoretisch und praktisch die wichtigsten Hilfsmaßnahmen bei Unfällen von Babys und Kleinkindern.

WI 38 ▶ Sa. | 21.09. | 10.00–15.00 Uhr

Chill' mal – hier kommt die Pubertät Eine Herausforderung für die Familie

KERSTIN ERL-HEGEL
.....

An diesem Abend gibt die Familien- und Paartherapeutin, Kerstin Erl-Hegel, einen kurzen Einblick in die körperlichen Umbauprozesse bei Kindern in der Pubertät und verdeutlicht was das für den Familienalltag bedeutet. Wie kann in dieser Phase eine gute Beziehung zwischen Eltern und Kindern gelingen? Wie können sie miteinander reden? Wie können sie sinnvolle Grenzen setzen ohne Streit? Ein spannender Abend mit Raum für viele Fragen.

WI 39 ▶ Di. | 08.10. | 18.30 – 20.30 Uhr |
Im Kursraum D124 | 1.Stock | Mit Anmeldung

Das erste Smartphone für mein Kind



#DigitaleVorbilder
Familien gehen online.

LYDIA ROTH
.....

Wir klären die Frage, wann das erste Smartphone sinnvoll für ein Kind ist, schauen uns gemeinsam Datenschutz- und Jugendschutzeinstellungen an und überlegen, wieviel Zeit am Smartphone gut für Kinder ist. Ein informativer Abend mit der Projektkoordinatorin Lydia Roth vom EU-Projekt #DigitaleVorbilder.

WI 40 ▶ Mi. | 16.10. | 18.30–20.30 Uhr | Im Kursraum D124
| 1. Stock | Mit Anmeldung

Mutter-/ Vater-Kind Kuren

NICOLE ZAHNER
.....

Was muss ich tun, wenn ich eine Kur beantragen möchte? Wie steht meine Krankenkasse dazu? Was bietet mir eine Kur? Wie werden die Kinder betreut? Über diese und andere Fragen informiert sie eine Mitarbeiterin des Deutschen Arbeitskreises für Familienhilfe.

In Zusammenarbeit mit dem Deutschen Arbeitskreis für Familienhilfe

WI 41 ▶ Do. | 17.10. | 8.30–10.30 Uhr | im Rahmen des
Elterntreffs im Inselcafé | Ohne Anmeldung



ELTERNSCHULE IM TOR ZUR WELT

„Iss, damit du groß und stark wirst!“



HAG

Groß und stark, schlau und gesund sollen alle Kinder werden. Was brauchen Kinder dafür? Wie schaffen wir es, dass Kinder das gern essen, was gut für sie ist? Und wie können, ohne viel Aufwand, gesunde Speisen auf dem Esstisch landen? Die Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. (HAG) ist zu Gast bei uns im Elterntreff und gibt Eltern Tipps rund ums Thema gesunde Ernährung.

WI 42 ▶ Do. | 14.11. | 8.30 – 10.30 Uhr | im Rahmen des Elterntreffs im Inselcafé | Ohne Anmeldung

Geschwisterliebe – Geschwisterstreit

MARTIN SIEVERS

Geschwisterbeziehungen sind oftmals die längsten Beziehungen, die wir im Leben haben. Was macht diese Beziehungen so besonders? Wie verändert sich die Konstellation und Dynamik in der Familie mit der Geburt eines weiteren Kindes? Wie können Eltern starke Gefühle von Geschwisterliebe und Geschwisterstreit in der ganzen Kindheit gut begleiten und dabei einen gelasseneren Umgang miteinander finden? An diesem Abend ist Platz für viele Fragen, Gespräch und Austausch.

WI 43 ▶ Mi. | 20.11. | 18.30–20.30 Uhr
Im Kursraum D124 | 1. Stock | Mit Anmeldung

Gruppe für Tagespflegemütter

KORDULA BENKOWITZ

Wir treffen uns zum Kennenlernen, Klönen, Austauschen und wollen uns zu wichtigen Fragen weiterbilden.

▶ Mi. | 25.09., 06.11., 04.12. | 18.45 – 21.00 Uhr

▶ Im Kursraum D124 | 1. Stock

Eine Veranstaltung der Tagespflegebörse Hamburg-Mitte
Telefon: 040 428 54 24 57



HIPPY



Ein Spiel- und Lernprogramm für 3- und 5-jährige Migrantenkinder und ihre Eltern

HIPPY ist ein Kindergarten ergänzendes Programm zur Unterstützung der Familien. HIPPY zeigt Eltern, wie sie spielerisch zu Hause ihre Kinder fördern und auf Schule vorbereiten können. HIPPY fördert und verbessert die Sprachfertigkeit, stärkt die Eltern-Kind-Beziehung und die Erziehungskompetenz der Eltern

- ▶ Mittwochs | 10.00 – 12.30 Uhr
- ▶ Anmeldung und Information unter Tel.: 040 63658731 | hippy@drk-kiju.de | Im Kursraum D124 | 1. Stock

Inselmütter Wilhelmsburg/ Veddel

AYSEL KESEN / MUNISE KOYKAC / ELEM TÜREME

Im Tor zur Welt treffen sich regelmäßig die Wilhelmsburger und Veddeler Inselmütter. Sie sind geschult, sprechen verschiedene Muttersprachen und unterstützen und informieren andere Mütter im Stadtteil.

- ▶ Sie finden uns im Haus D, 1. Stock (neben verikom). Rufen Sie uns an oder kommen Sie einfach vorbei – wir sind gern für Sie da!

Ort: Haus D, Büro der Inselmütter, 1. Stock

- ▶ inselmuetter@bi-elbinseln.de
Mo.–Fr.: 040 428 7641-52/53

Ein Kooperationsprojekt der BI Beruf und Integration Elbinseln gGmbH

Gefördert von der Bürgerstiftung Hamburg





ELTERNSCHULE IM TOR ZUR WELT

..... **EFI-Einführungskurs für Inselmütter**

Ein Qualifizierungskurs über mehrere Wochen für Frauen von den Elbinseln, die sich als Inselmutter ehrenamtlich (gegen Aufwandsentschädigung) engagieren möchten, gut Deutsch sprechen und eine andere Muttersprache beherrschen. Die Teilnahme ist kostenlos.

- » Kontakt: inselmuetter@bi-elbinseln.de oder
Telefon 040 4287641-52/53

Jobcoaching für Erziehende ohne Berufsabschluss

IRIS BERKEL
.....

Wir unterstützen Sie bei

- der Erstellung von Bewerbungsunterlagen
 - der Suche nach geeigneten Tätigkeiten und/oder Ausbildungen
 - der Suche nach einem Kitaplatz
 - der Belegung von Sprachkursen und der Anerkennung ausländischer Zeugnisse
- » Fr. | Termine nach telefonischer Vereinbarung
Telefon: 0176 57239795 | Im Kursraum D124 | 1. Stock

..... **Beratung im Stadtteil**

Hier erfahren Sie, welche Hilfen, Angebote und Unterstützungen es gibt bei ...

- Beeinträchtigungen, wie z. B. Lernschwierigkeiten, Entwicklungsverzögerungen
 - Behinderung oder wenn jemand von Behinderung bedroht ist
 - der Pflege von Angehörigen, betroffenen Geschwistern etc.
 - Teilhabe
- » Do. | 19.09., 10.10., 07.11., 05.12. | 8.30 – 10.30 Uhr |
im Elterntreff im Inselcafé, ansonsten nach Vereinbarung
unter Telefon 040 334240

„WE ARE FAMILY“

Ein Projekt von Leben mit Behinderung
in Kooperation mit der Hamburger
Gemeinschaftsstiftung für behinderte Menschen.



ELTERNSCHULE IM TOR ZUR WELT

Weiterbildungsberatung

ULLA MESENHOLL / BANU KOPUZ



Die Kolleginnen beraten Sie rund um Weiterbildung, Ausbildung, Deutschkurse und vieles mehr.

- ▶ Di. | 9–13 Uhr und 14–17 Uhr und Do. | 14–17 Uhr
am Standort Tor zur Welt in Raum D115 | 1. Stock |
Telefon: 040 280846-66/65

Hamburger Volkshochschule im Tor zur Welt

ALAA KHALAF / BIRGIT STANISCH



Viele günstige Kursangebote von Schneidern über Hatha Yoga bis hin zu Buchführung und Themen-Rundgängen!

Das komplette Programm finden Sie unter www.vhs-hamburg.de, Suchwort „Wilhelmsburg“ oder rufen Sie uns an unter Telefon 040 428414284

verikom gGmbH



Soziale Beratung für Migrantinnen und Migranten in verschiedenen Sprachen und Deutschkurse (Integrationskurse).

- ▶ Ihr findet uns im Bildungszentrum Tor zur Welt, Haus D | 1. Stock
- ▶ Informationen und Termine unter
Telefon 040 302377-57/58





ANGEBOTE

25

AUF DER VEDDEL

Geschwister-Streit – Chaos im Familienalltag



KERSTIN ERL-HEGEL

Kinder machen was sie wollen und dann streiten sie auch noch mit den Geschwistern. Wie können Eltern mit solchen Konflikten umgehen? Was brauchen Kinder um weniger zu streiten? Wie können Eltern gelassener auf diese Herausforderungen reagieren? Anregung zu diesem Thema von Kerstin Erl-Hegel, Familien- und Paartherapeutin. Mit viel Raum für eigene Beispiele und Austausch.

WI 44 ▶ Mi. | 18.09. | 16.30 – 18.30 Uhr |
In der Stadtteilbücherei Veddel

Süßigkeiten und gesüßte Lebensmittel



HAG

Süßigkeiten sind in aller Munde, gerade Kinder lieben von Geburt an den süßen Geschmack. Zusätzlich werden Süßigkeiten in der Familie manchmal als Nachtisch und/ oder Belohnungen eingesetzt. Gute Regeln können den Umgang mit Süßigkeiten in der Familie erleichtern. Die HAG (Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V.) ist zu Gast im Frühstückstreff im EKiz und klärt über Süßigkeiten und gesüßte Lebensmittel und Getränke auf.

WI 45 ▶ Mo. | 07.10. | 09.30–11.30 Uhr | Im EKiz Uffelnsweg 1



ANGEBOTE AUF DER VEDDEL

Mutter-/Vater-Kind Kuren

GABRIELE MAY

VEDDEL  aktiv e.V.

Was muss ich tun, wenn ich eine Kur beantragen möchte? Wie steht meine Krankenkasse dazu? Was bietet mir eine Kur? Wie werden die Kinder betreut? Über diese und andere Fragen informiert sie eine Mitarbeiterin des Deutschen Arbeitskreises für Familienhilfe im Rahmen des Familiennachmittags von Veddel aktiv e.V.

In Zusammenarbeit mit dem Deutschen Arbeitskreis für Familienhilfe

WI 46 ▶ Mi. | 20.11. | 16.30–18.00 Uhr |
In der Stadtteilbücherei Veddel

..... Stadtteilstadt auf der Veddel

Uns findet ihr auf dem Veranstaltungsgelände an einem der Stände. Wir informieren über die Arbeit der Elternschule und bieten eine Aktion für Kinder an. Kommt gerne vorbei – wir freuen uns auf Euch!

▶ Sa. | 31.08. | 14.00–18.00 Uhr



ELTERN-KIND-ZENTRUM VEDDEL

SEVIN YILMAZ / JULIA MROSEWSKI

Kontakt und Infos

unter Telefon 040 78 56 24 (KITA: erreichbar von 8–16 Uhr)
oder Telefon 040 28 51 20 94 (EKiZ direkt)
E-Mail: kita-uffelnsweg@elbkinder-kitas.de
Uffelnsweg 1, 20539 Hamburg

An folgenden Tagen ist das Eltern-Kind-Zentrum Veddel geöffnet:

- ▶▶ Mo. | 9–13 Uhr
- ▶▶ Di. | 9–13 Uhr
- ▶▶ Do. | 12–16 Uhr
- ▶▶ Fr. | 9–12 Uhr

- ▶▶ **Kostenloses Frühstück** Mo., Di. + Fr. | ab 9 Uhr
- ▶▶ **Offene Sozial- und Familienberatung** Mo. + Do. | 9–12 Uhr
- ▶▶ **Alphabetisierungskurs von BI** Di., Mi, + Fr. | 9–13 Uhr
- ▶▶ **Telefonische Sozial- und Familienberatung**
Mo–Fr. | 10–14 Uhr
- ▶▶ **Offene Sprechstunde Interdisziplinäre Frühförderung**
Di. | 12–12.30 Uhr
- ▶▶ **Offener Beckenbodenyogakurs** Di. | 14.30–15.30 Uhr
- ▶▶ **Offene Mütterberatung im EKiZ** Do. | 12–14 Uhr
- ▶▶ **Offener Spielenachmittag** Do. | 13–16 Uhr
- ▶▶ **Offenes Bewegungsangebot für Kinder von 1 bis 5
Jahren** Do. | 14–15.30 Uhr
- ▶▶ **Offener Rückbildungskurs (Anmeldung im EKiZ)**
Fr. | 10–12.15 Uhr (zwei Kurse)
- ▶▶ **Gemeinsames Kochen** Fr. | ab 10 Uhr



Wilhelmsburg
Elternschulen Elbinseln

ELTERNSCHULE

Wilhelmsburg / Veddel / im Tor zur Welt

Elternschule Wilhelmsburg

Zeidlerstraße 75

21107 Hamburg

Fon: 040 7534614

Fax: 040 427908172

E-Mail: [elternschulewilhelmsburg@](mailto:elternschulewilhelmsburg@hamburg-mitte.hamburg.de)

hamburg-mitte.hamburg.de

[instagram@elternschule_wilhelmsburg](https://www.instagram.com/elternschule_wilhelmsburg)

Leitung: Dragana Prgomelja

Wir sind für Sie da:

Dienstag 9.30 – 12.30 Uhr

(nicht in den Ferien)

Elternschule im Tor zur Welt

Krieterstraße 2d (Torhaus)

21109 Hamburg

Fon: 040 42876-4151

Fax: 040 427908172

E-Mail: [elternschulewilhelmsburg@](mailto:elternschulewilhelmsburg@hamburg-mitte.hamburg.de)

hamburg-mitte.hamburg.de

[instagram@elternschule_wilhelmsburg](https://www.instagram.com/elternschule_wilhelmsburg)

Leitung: Barbara Langholf, Tanja Schütt

Wir sind für Sie da:

Donnerstag 11.00 – 12.00 Uhr

(nicht in den Ferien)