

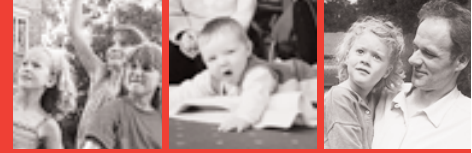


**50 Jahre Elternschule Altona**

# Elternschule Altona

Volles Programm für Familien.  
**Januar – Juli 2012**





### Willkommen

Sie haben ein Kind oder mehrere Kinder und wollen Ihr Familienleben zusammen mit Ihrem Partner oder Partnerin oder alleinerziehend gestalten oder verbessern. Dann sind Sie bei uns richtig. In der Elternschule Altona begegnen sich Familien aus unterschiedlichen Lebenssituationen und Kulturen in Offenen Treffs und Kursen zu Erziehung, Gesundheit, Familienleben und Partnerschaft.

Wir wollen Sie mit unserem Angebot unterstützen, beraten, anregen und entlasten.

Kommen Sie vorbei, wir freuen uns.

#### » Elternschule Altona

**Max-Brauer-Allee 134 (Eingang Hospitalstraße)  
22765 Hamburg  
Tel.: 040 - 38 26 54 – Fax.: 040 - 30 03 55 87  
Mail: [elternschule-altona@hamburg.de](mailto:elternschule-altona@hamburg.de)  
[www.hamburg.de/elternschule-altona](http://www.hamburg.de/elternschule-altona)**

**Leiterin: Veronika Stüble, Canan Yildirim**

#### » Wir sind für Sie da:

dienstags 10–12 Uhr  
donnerstags 15–17 Uhr

#### » Sie erreichen uns:

S-Bahn bis Altona oder Holstenstraße  
Metrobus 15, 20, 25, Bus 183, 283 bis Haltestelle  
Max Brauer Allee Mitte

Ab Juni ist das neue Programm für II / 2012 in der Elternschule, Bücherhallen, Arztpraxen und Ämtern erhältlich.

### Wir informieren, beraten und vermitteln GesprächspartnerInnen...

Wenn Sie Fragen, Unsicherheiten und Probleme rund um die Familie haben:

- Zur Entwicklung des Kindes
- Zum Schlafen
- Zum anhaltenden Schreien des Babys
- Zum Essen und Füttern
- Zur Erziehung
- Zu Kindergarten oder Schule
- Zum Zusammenleben von Eltern und Kindern
- Zu Partnerschaft, Trennung, Scheidung

Ein Gespräch kann helfen, den Alltag wieder leichter zu bewältigen.

» Rufen Sie uns an !

A1



## MÜTTER, VÄTER, BABYS GEMEINSAM

## MÜTTER, VÄTER, BABYS GEMEINSAM

### Kleines 1x1 für Babys im 1. Lebensjahr

MARION BRINKERS

Schlafen im ersten Lebensjahr

- A2**    ▶ Di.    ■ 24.1.    ■ 10 Uhr    ■ 2 Euro
- A3**    ▶ Mo.    ■ 20.2.    ■ 15 Uhr    ■ 2 Euro
- A4**    ▶ Fr.     ■ 23.3.    ■ 10 Uhr    ■ 2 Euro
- A5**    ▶ Mi.    ■ 25.4.    ■ 15 Uhr    ■ 2 Euro
- A6**    ▶ Di.    ■ 22.5.    ■ 10 Uhr    ■ 2 Euro
- A7**    ▶ Mo.    ■ 11.6.    ■ 15 Uhr    ■ 2 Euro

### Babys erster Brei

- A8**    ▶ Fr.     ■ 20.1.    ■ 10 Uhr    ■ 2 Euro
- A9**    ▶ Mo.    ■ 19.3.    ■ 15 Uhr    ■ 2 Euro
- A10** ▶ Di.    ■ 8.5.     ■ 10 Uhr    ■ 2 Euro

### Vom Brei zur Familienkost

- A11** ▶ Mo.    ■ 6.2.     ■ 15 Uhr    ■ 2 Euro
- A12** ▶ Mi.    ■ 18.4.    ■ 15 Uhr    ■ 2 Euro
- A13** ▶ Fr.     ■ 8.6.     ■ 10 Uhr    ■ 2 Euro

### Kinder brauchen Rituale von Anfang an

Rituale tun gut... können trösten

- A14** ▶ Mi.    ■ 15.2.    ■ 15 Uhr    ■ 2 Euro

### Pädagogisch wertvoll!?

Eine Gratwanderung zwischen Anregungen geben und Überforderung – Spielen und Spiele für Babys Entwicklung im ersten Lebensjahr

- A15** ▶ Mi.    ■ 11.4.    ■ 15 Uhr    ■ 2 Euro

### Babymassage für Säuglinge von 2–7 Monaten

MARION BRINKERS

Massage unterstützt das körperliche und seelische Wohlbefinden des Kindes und stärkt den intuitiven Umgang mit dem Baby. Informationen, Austausch und Kontakt mit anderen Eltern sind Inhalte des Kurses.

- A16**    ▶ Mi.    ■ 25.1.–15.2. ■ 10 Uhr    ■ 8 Euro
- A17**    ▶ Mi.    ■ 21.3.–11.4. ■ 10 Uhr    ■ 8 Euro
- A18**    ▶ Mi.    ■ 9.5.–30.5.  ■ 10 Uhr    ■ 8 Euro

### Sinnes- und Bewegungsspiele

STEPHANIE RÖMER

Wir beobachten, wie Kinder sich bewegen und entwickeln daraus Spielmöglichkeiten. Wir überlegen was förderlich für Kinder ist und haben Zeit für Fragen und Gespräche.

Für Eltern mit Kinder von 3–6 Monaten

- A19**    ▶ Do.    ■ 19.1.–9.2.    ■ 10.45 Uhr ■ 8 Euro
- A20**    ▶ Do.    ■ 29.3.–19.4. ■ 10.45 Uhr ■ 8 Euro
- A21**    ▶ Do.    ■ 24.5.–14.6. ■ 10.45 Uhr ■ 8 Euro

Für Eltern mit Kinder von 7–12 Monaten

- A22**    ▶ Do.    ■ 19.1.–9.2.    ■ 9.30 Uhr  ■ 8 Euro
- A23**    ▶ Do.    ■ 29.3.–19.4. ■ 9.30 Uhr  ■ 8 Euro
- A24**    ▶ Do.    ■ 24.5.–14.6. ■ 9.30 Uhr  ■ 8 Euro



## VÄTER IN DER ELTERNSCHULESAM

## TREFFPUNKT ELTERNSCHULE

### Sinnes- und Bewegungsspiele für Väter

STEPHANIE RÖMER

Informationen zur Bewegungsentwicklung, Austausch mit anderen Vätern und Spielanregungen, die Spaß machen und der Entwicklung und Eigenart des Kindes entsprechen.

Für Väter mit Kinder von 3–12 Monaten

**A25** ▶ Sa. ■ 4.–25.2. ■ 10 Uhr ■ 8 Euro

### Babymassage für Väter mit Kindern von 3–7 Monaten

ELKE SCHIDEK

Babymassage wirkt auf Babys und Erwachsene anregend und entspannend zugleich. Sie fördert die Wahrnehmung der Kinder und ihre Beweglichkeit. Informationen und Austausch über die ersten Lebensmonate sind feste Bestandteile der Treffen.

**A26** ▶ Sa. ■ 24.3.–21.4. ■ 10.30 Uhr ■ 8 Euro

### Väter-Kinder-Vormittag für Väter mit Kindern aller Altersgruppen

STEFAN ALCALDE GARCIA, MATTHIAS GUMM, CESARE MARTI

Alles was Kindern und Vätern Spaß macht: spielen, toben, malen, gemeinsam frühstücken...

Wir bieten den Rahmen für Gespräche rund um Vaterschaft und Familienalltag.

**A27** ▶ Sa. ■ 14.1. / 28.1. / 11.2. / 25.2. / 24.3. / 31.3. / 21.4. / 12.5. / 2.6. / 16.6. ■ 10 Uhr

Mehr Information und Beratung für Väter bei **Vaeter e.V.**  
Tel.: 39 90 85 39 – Mail: info@vaeter.de

**Offene Treffpunkte** – Sie sind ohne Anmeldung jederzeit willkommen.

Spiel, Spaß, Fingerspiele und Lieder, Informationen zur Entwicklung, Unterstützung bei Unsicherheiten durch Fachkräfte, Austausch über Erziehungsfragen und Kontakte zu anderen Eltern.

### Für Eltern mit Kindern von 0–6 Monaten

MARTINA SPIEGEL-LIEBISCH

**A28** ▶ Mo. ■ 9.1.–27.2. ■ 10 Uhr

**A29** ▶ Mo. ■ 19.3.–23.4. ■ 10 Uhr

**A30** ▶ Mo. ■ 7.5.–4.6. ■ 10 Uhr

### Für Eltern mit Kindern von 0–6 Monaten

MONJA TRIFIC

**A31** ▶ Do. ■ 12.1.–1.3. ■ 10 Uhr

**A32** ▶ Do. ■ 22.3.–26.4. ■ 10 Uhr

**A33** ▶ Do. ■ 10.5.–7.6. ■ 10 Uhr

### Für Eltern mit Kindern von 5–9 Monaten

LEA HILLMANN

**A34** ▶ Mo. ■ 9.1.–27.2. ■ 10 Uhr

**A35** ▶ Mo. ■ 19.3.–23.4. ■ 10 Uhr

**A36** ▶ Mo. ■ 7.5.–4.6. ■ 10 Uhr

### Für Eltern mit Kindern von 8–12 Monaten

SOLVEIG WEZEL

**A37** ▶ Di. ■ 10.1.–28.2. ■ 15.30 Uhr

**A38** ▶ Di. ■ 20.3.–24.4. ■ 15.30 Uhr

**A39** ▶ Di. ■ 8.5.–5.6. ■ 15.30 Uhr

### Für Eltern mit Kindern von 8–12 Monaten

LEA HILLMANN

**A40** ▶ Mi. ■ 11.1.–29.2. ■ 10 Uhr

**A41** ▶ Mi. ■ 21.3.–25.4. ■ 10 Uhr

**A42** ▶ Mi. ■ 9.5.–6.6. ■ 10 Uhr

**TREFFPUNKT ELTERNSCHULE****Für Eltern mit Kindern von 1–3 Jahren**

DANIELA FREITAG

- A43** ▶ Mo. ■ 9.1.–27.2. ■ 10 Uhr  
**A44** ▶ Mo. ■ 19.3.–23.4. ■ 10 Uhr  
**A45** ▶ Mo. ■ 7.5.–4.6. ■ 10 Uhr

**Für Eltern mit Kindern von 1–3 Jahren**

ELIZABETH RODRIGUEZ, SILKE SCHÜTTE-GABLER

- A46** ▶ Do. ■ 12.1.–1.3. ■ 15.30 Uhr  
**A47** ▶ Do. ■ 22.3.–26.4. ■ 15.30 Uhr  
**A48** ▶ Do. ■ 10.5.–7.6. ■ 15.30 Uhr

**Für alleinerziehende Frauen und ihre Kinder**

CHRISTIANE RIECKE, EVA NAVIA

Alleinerziehende treffen sich zum Erfahrungs- und Informationsaustausch: z.B. Trennung, Rolle des Vaters, Erziehung, Berufsperspektive  
 Für die Kinder findet eine Spielgruppe statt.

- A49** ▶ Di. ■ 10.1.–28.2. ■ 16 Uhr  
**A50** ▶ Di. ■ 20.3.–24.4. ■ 16 Uhr  
**A51** ▶ Di. ■ 8.5.–5.6. ■ 16 Uhr

**Sonntagsfrühstück für Alleinerziehende**

- A52** ▶ **Haus 3** ■ So. ■ 1.1. / 5.2. / 4.3. / 1.4. / 6.5. / 3.6. 10–12 Uhr  
**Adebar** ■ So. ■ 8.1. / 12.2. / 11.3. / 8.4. / 13.5. / 10.6. ■ 10–12 Uhr  
**Juca Altstadt** ■ So. ■ 15.1. / 19.2. / 18.3. / 15.4. / 20.5. / 17.6. ■ 10–12 Uhr  
**Elternschule** ■ So. ■ 22.1. / 26.2. / 25.3. / 22.4. / 27.5. / 24.6. ■ 10–12 Uhr

In Kooperation mit dem Sozialraumteam  
 Altona Altstadt Nord

**TREFFPUNKT ELTERNSCHULE****Treffpunkt Mittagessen**

HEIKO DUPKE, HANNA RÜTER

Mal nicht selbst kochen müssen, in großer Runde essen und dabei mit anderen Eltern Alltagsthemen besprechen.

- A53** ▶ Do. ■ 12.1.–1.3. ■ 11 Uhr  
**A54** ▶ Do. ■ 22.3.–26.4. ■ 11 Uhr  
**A55** ▶ Do. ■ 10.5.–7.6. ■ 11 Uhr

**„Gedichte für Wichte“ in spanischer Sprache**

ELIZABETH RODRIGUEZ

- A56** ▶ Mo. ■ 9.1.–27.2. ■ 15.30 Uhr  
**A57** ▶ Mo. ■ 19.3.–23.4. ■ 15.30 Uhr  
**A58** ▶ Mo. ■ 7.5.–4.6. ■ 15.30 Uhr

**„Gedichte für Wichte“ – malen, kleben, schneiden, klecksen**

TAMI ALON, DENIBE MEB

Die Inhalte der Bilderbücher sind Anregung zum kreativen Umgang mit Materialien. Für Eltern und Kinder unterschiedlichen Alters

- A59** ▶ Mi. ■ 11.1.–29.2. ■ 15.30 Uhr  
**A60** ▶ Mi. ■ 21.3.–25.4. ■ 15.30 Uhr  
**A61** ▶ Mi. ■ 9.5.–6.6. ■ 15.30 Uhr

**„Gedichte für Wichte“**

HANNA RÜTER

Lieder, Fingerspiele und Spaß mit Bilderbüchern für Kinder bis 3 Jahre

- A62** ▶ Do. ■ 12.1.–1.3. ■ 10 Uhr  
**A63** ▶ Do. ■ 22.3.–26.4. ■ 10 Uhr  
**A64** ▶ Do. ■ 10.5.–7.6. ■ 10 Uhr

„Gedichte für Wichte“ in Kooperation mit „Buchstart Hamburg“



10

## TREFFPUNKT ELTERNSCHULE

### Hoppla Zwillinge!

KRISTIN KNAAK

Für Eltern mit Zwillingen von 0–3 Jahren  
Spiel- und Bewegungsangebote für die Kinder,  
Austausch der Eltern zu Zwillingsfragen mit Tipps  
und Informationen zur besonderen Situation

**A65** ▶ Fr. ■ 27.1. / 24.2. / 30.3. / 20.4. / 11.5. / 15.6.  
15.30 Uhr

### Sommertreff für Eltern mit Kindern von 0–12 Monaten

**A66** ▶ Do. ■ 14.6.–16.8. ■ 10 Uhr

## LEBEN MIT KINDERN

**Feste Eltern-Kind-Gruppen** – mit Anmeldung  
Spiel, Spaß, Lieder und Fingerspiele, Anregungen zur  
Entwicklungsförderung, Kontakt zu anderen Eltern, Austausch  
über Erziehungsfragen, gesunde Ernährung und vieles mehr.

### Für Eltern mit Kindern von 4–8 Monaten

DENISE MEB

**A67** ▶ Di. ■ 24.1.–24.4. ■ 10 Uhr ■ 8 Euro

### Für Eltern mit Kindern von 8–12 Monaten

NICOLE DÖRNER

**A68** ▶ Di. ■ 24.1.–24.4. ■ 10 Uhr ■ 8 Euro

### Für Eltern mit Kindern von 1–3 Jahren

TAMI ALON

**A69** ▶ Fr. ■ 10.2.–27.4. ■ 10 Uhr ■ 8 Euro

11

## LEBEN MIT KINDERN

### In 80 Tänden um die Welt

EVA NAVIA

Bewegung und Tanz mit allen Sinnen, spielerisches  
Rhythustraining zu Musik von allen Kontinenten –  
Für Eltern mit Kindern ab 3 Jahren

**A70** ▶ Do. ■ 26.1.–1.3. ■ 16 Uhr ■ 8 Euro

**A71** ▶ Do. ■ 22.3.–26.4. ■ 16 Uhr ■ 8 Euro

## ZWEISPRACHIGE GRUPPEN

In der Elternschule treffen sich regelmäßig Eltern, deren Kinder  
zweisprachig aufwachsen. Sie wollen miteinander sprechen,  
singen, spielen und Ideen austauschen.

**Spanischspr. Gruppe:** Susana ■ Tel.: 43 27 25 57

**Französischspr. Gruppe:** Katrinka ■ Tel.: 39 90 52 11,  
Estelle ■ Tel.: 43 09 18 39

**Polnischspr. Gruppe:** Malgorzata ■ Tel.: 84 05 63 96,  
Edyta ■ Tel.: 85 50 99 49

## LEBEN MIT KINDERN –TÜRKISCH–

### 0–5 yaş arası anne ve çocuklar grubu

Offener Treff für türkisch-sprachige Mütter mit  
Kindern von 0–5 Jahre

GÜLER AKPINAR

Anneler sıfır beş yaş arası çocukları ile birlikte gruba  
katılabilirler. KITA'ya hazırlamak amacıyla anne ve  
çocuklarına sunduğumuz bu çalışmalarda oyunlar,  
çocuk şarkıları, fikir edinme ve sohbet imkanı  
bulunmaktadır. Gurup içinde Türkçe konuşulur.

**A72** ▶ Mi. ■ 11.1.–29.2. ■ 10 Uhr

**A73** ▶ Mi. ■ 21.3.–25.4. ■ 10 Uhr

**A74** ▶ Mi. ■ 9.5.–6.6. ■ 10 Uhr



## LEBEN MIT KINDERN –TÜRKISCH–

### Çocuğum bilgisayarın başından ayrılmıyor!!!

Suchtvorbeugung

HIDIR KARUL

Çocuğunuz zamanının çoğunu bilgisayar karşısında geçiriyor ve siz onun tam olarak bilgisayarda neler yaptığında emin değilsiniz? Bu kursta bilgisayar oyunları ve internetin tehlikeleri ve avantajları üzerinde türkçe bilgi verilecektir.

**A75** ▶ Di. ■ 17.1. ■ 10 Uhr

In Kooperation mit der Hamburgischen Landesstelle für Suchtfragen e.V.

### İki dilli eğitim

Zweisprachigkeit

DR. ÜLGER POLAT

İki dilli eğitim ne demek? Çocukların iki dilde iyi konuşmaları için nasıl yardımcı olabiliriz? İki dilli eğitimi evde nasıl sağlayabiliriz ve nelere dikkat etmeliyiz?

**A76** ▶ Mo. ■ 27.2. ■ 19 Uhr ■ 2 Euro

### Eyvah! Çocuğuma sözümü dinletemiyorum!!!

Grenzen setzen – wie geht das?

AYŞE CAN

Çocukların sefkatli, ona koyulan sınırları tanıyan, saygılı ve dengeli kişilikler olabilmeleri için eğitimde nelere dikkat etmek gerekir?

**A77** ▶ Di. ■ 24.4. ■ 19 Uhr ■ 2 Euro



## LEBEN MIT KINDERN –TÜRKISCH–

### Anne olmak – Kadın olmak (kalmak)

Mutter sein – Frau bleiben

DR. ÜLGER POLAT

Anneler sadece anne değil, kendi istekleri olan bireylerdir. Anne ve kadın olarak kendi isteklerim ve gereksinimlerim nelerdir ve günlük yaşamda nasıl bir desteğe ihtiyacım vardır? Kurs esnasında pratik önerilerle bu konular ele alınacaktır.

Kurs zamanı içinde çocuk bakımı olacaktır

**A78** ▶ Mi. ■ 6.6. ■ 10 Uhr. ■ 2 Euro

### Mesane Jimnasitiği

Gesundheitsprävention mit Beckenbodengymnastik

AYŞE CAN

Hamilelik, doğum, amaliyat, fazla kilo, mesane kaslarını (Pelvis Tabanını) değiştirebiliyor. Zayıflayan kaslar güncel yaşamda bel ağrılarına ve buna benzer bazı rahatsızlıklara neden oluyor. Bu kurs, mesane, karın ve bel kaslarını bilinçli egzersizlerle bütün kasları aktifleştirerek güçlendirme imkanı sunuyor.

**A79** ▶ Di. ■ 10.1.–28.2. ■ 10 Uhr ■ 2 Euro pro Tag

### Güçlü veliler toplantısı

Monatlicher Treffpunkt

AYŞE CAN, AYHAN TAŞDEMİR

„Türkçe Güçlü Aileler – Güçlü çocuklar“ Kursunu bitiren anne ve babalar için aylık toplantı

..für Eltern, die an dem Kurs „Starke Eltern – Starke Kinder in türkischer Sprache“ teilgenommen haben

**A80** ▶ Di. ■ 27.3. / 17.4. / 29.5. / 5.6. ■ 19 Uhr

Türkçe „Güçlü Aileler – Güçlü çocuklar“ kurslarımız Altona çapında değişik okullarda sunuluyor. Geniş bilgi Elternschule Bürosundan alınabilir.

In verschiedenen Altonaer Schulen finden Kurse „Starke Eltern – Starke Kinder“ in türkischer Sprache statt. Informationen dazu bekommen Sie in der Elternschule.



## ERZIEHUNG UND FAMILIE

### Starke Eltern – Starke Kinder

KERSTIN WOLTER

Was ist (mir) wichtig in der Erziehung? Wie bringe ich es meinem Kind bei? 12 Abende über Bedürfnisse und Rechte von Kindern und Eltern mit Informationen und praktischen Anregungen. Für weniger Stress und mehr Kooperation in der Familie.

Für alle Eltern mit Kindern ab 2 Jahren

**A81** ▶ Mi. ■ 18.1.–18.4. ■ 19.30 Uhr ■ 24 Euro

### Wenn das nächste Kind kommt...

Informationen, Tipps und Austausch zur Vorbereitung des Geschwisterkindes, die Organisation der Zeit um die Geburt, das Familienleben zu viert und die Beziehung der Geschwister mit Zärtlichkeit und Eifersucht.

**A82** ▶ Di. ■ 8.+22.5. ■ 19.30 Uhr ■ 8 Euro

### Einschlafen, Durchschlafen für Eltern mit Kindern ab 1 Jahr

MARION BRINKERS

**A83** ▶ Do. ■ 16.2. ■ 20 Uhr ■ 2 Euro

**A84** ▶ Do. ■ 19.4. ■ 20 Uhr ■ 2 Euro

**A85** ▶ Di. ■ 12.6. ■ 20 Uhr ■ 2 Euro

### Mein Kind ist was besonderes

LEA HILLMANN

Eigenheiten, Fähigkeiten und Unterschiede des eigenen Kindes sehen und für das Aufwachsen nutzen.

**A86** ▶ Mo. ■ 6.2. ■ 20 Uhr ■ 2 Euro

### Kleine Kinder – große Gefühle

UWE REISENAUER

Kinder zeigen Gefühle: Wut- Ausbrüche, Angst, tiefe Trauer wegen Kleinigkeiten... Was können Eltern tun um ihren Kindern bei der Bewältigung beizustehen.

**A87** ▶ Di. ■ 7.2. ■ 20 Uhr ■ 2 Euro



## ERZIEHUNG UND FAMILIE

### Warum Märchen so wichtig sind

MARION BRINKERS

Gut und Böse, Angst, Mut und Tapferkeit und ein glückliches Ende; alles wie im richtigen Kinderleben...

**A88** ▶ Di. ■ 27.3. ■ 20 Uhr ■ 2 Euro

### Sprache, der Schlüssel zur Welt

KRISTIN KNAAK

Wie entwickelt sich die kindliche Sprache. Was ist hierbei wichtig und wie kann ich mein Kind unterstützen. Tipps und Ideen zur Förderung von Sprache im Alltag von Anfang an

**A89** ▶ Di. ■ 20.3. ■ 20 Uhr ■ 2 Euro

### Spielplatz Wohnung

ULRIKE BRINGER

Hinweise für nützliches Spiel- und Bewegungsmaterial. Einiges oder vieles ist oft schon in der Wohnung vorhanden. Ein kleiner Umbau, eine kleine Funktionsänderung ( durch Kinder- oder Erwachsenhand), und schon kann das Forschen weitergehen.

**A90** ▶ Mi. ■ 21.3. ■ 20 Uhr ■ 2 Euro

### Kaum zu stoppen – schnell überdreht, immer in Bewegung

MARION BRINKERS

Wie können wir Kindern helfen, runter zu kommen.

**A91** ▶ Di. ■ 17.4. ■ 20 Uhr ■ 2 Euro

### Dein kompetentes Kind

**A92** ▶ Mo. ■ 16.1. ■ 20 Uhr ■ 8 Euro

**A93** ▶ Sa. ■ 16.6. ■ 10–17 Uhr ■ 60 Euro

### Grundwerte einer kompetenten Familie

**A94** ▶ Mo. ■ 4.6. ■ 20 Uhr ■ 8 Euro, Ermäßigung möglich

**A92–A94** in Kooperation mit familylab (Jesper Juul)



## GESUNDHEIT

### Fieber, Husten und kleine Unfälle....

KRISTIN DEMMING

Praktische Anwendungsmöglichkeiten und Tips rund um das Thema Krankheit im Kindesalter.

Was kann zu Hause behandelt werden und ab wann muss man zum Arzt?

Was brauche ich in meiner Kinder-Hausapotheke?

**A95** ▶ Mi. ■ 25.1.–15.2. ■ 19.30 Uhr ■ 8 Euro

### Den inneren „Akku“ auftanken

MONJA TRIFIC

Ein Abend zur Vermittlung einer Entspannungstechnik, die es auch alleine möglich macht, wie mit einem „Fingerschnips“ einfach und jederzeit Ruhe und Entspannung zu finden.

**A96** ▶ Mi. ■ 29.2. ■ 20 Uhr ■ 2 Euro

### Eine gesunde Umgebung für Kinder

CORDULA HENNING

Alltagsprodukte enthalten oft giftige Chemikalien. Kinder reagieren darauf besonders sensibel. Worauf achten beim Renovieren, bei Möbeln, Kleidung, Spielzeug, Kosmetika...? Für ein gesünderes Zuhause!

**A97** ▶ Mi. ■ 18.4. ■ 20 Uhr ■ 8 Euro

### Erste Hilfe bei Notfällen am Kind

THOMAS ULBRICH

**A98** ▶ Sa. ■ 25.2. ■ 9–18 Uhr ■ 31 Euro

**A99** ▶ Sa. ■ 9.6. ■ 9–18 Uhr ■ 31 Euro

In Kooperation mit dem Arbeiter-Samariter-Bund



## INFORMATION

### Tagesmutter, Kindergarten, Kita-Card...?

BRIGITTE BURKERT

Betreuungsformen, Zeiten, Kosten...

**A100** ▶ Mo. ■ 6.2. ■ 15 Uhr

**A101** ▶ Mi. ■ 18.4. ■ 10 Uhr

**A102** ▶ Do. ■ 7.6. ■ 15 Uhr

In Kooperation mit der Abteilung Kindertagesbetreuung des Jugendamtes Altona

### Ich hab gar nicht bemerkt, wie erschöpft ich bin...

INGO BROZACH

Bedingungen, Finanzierung und Beantragung einer Eltern-Kind-Kur.

**A103** ▶ Do. ■ 29.3. ■ 15.00 Uhr

In Kooperation mit dem Deutschen Arbeitskreis für Familienhilfe e.V.

### Wenn uns mal was zustößt

JOHN WEDEMEYER

Wer kümmert sich um das Kind, wenn Krankheit, Unfall oder Tod die Familie ereilen. Wie kann man rechtzeitig Vorsorge für solche Notfälle treffen.

Ein Rechtsanwalt gibt eine Übersicht über Absicherungsmöglichkeiten.

**A104** ▶ Di. ■ 31.1. ■ 19.30 Uhr ■ 2 Euro



## BESONDERE VERANSTALTUNG

### Schneiderwerkstatt

JULIA BEGER

Nützliche Tipps und Tricks fürs Schneiden,  
Anregung zum kreativen Verändern.

Auch für AnfängerInnen. Bitte bringen Sie Stoff,  
Schere u. Faden mit.

**A105** ▶ Fr. ■ 23.3. ■ Schnitt u. Zuschnitt ■ 18–20 Uhr  
Sa. ■ 24.3. + 31.3. ■ Nähen und Fertigstellen  
10–16 Uhr ■ 14 Euro

### Flohmarkt – Tauschmarkt

Alles fürs Kind – Kinderkleidung, Kinderwagen,  
Spielsachen, Kinderbücher – können Sie hier  
anbieten, kaufen oder tauschen.

Anmeldung in jedem Fall erforderlich

Standgebühr: selbstgebackener Kuchen für die  
Cafeteria.

Bitte bei trockenem Wetter Tische mitbringen!

Der Flohmarkt findet in der Louise Schroeder Schule,  
Eingang Billrothstraße, statt.

**A106** ▶ Sa. ■ 12.5. ■ 15–17 Uhr ■ Aufbau ab 14 Uhr



## ANMELDUNG

### Anmeldung

Für alle Kurse können Sie sich persönlich, telefonisch  
und per E-Mail bei uns anmelden.

Oder Sie schicken uns das Anmeldeformular zu.

Bitte Name, Adresse, Telefon, E-Mailadresse,  
Kursnummer, Name und Geburtsdatum des Kindes  
angeben.

Ihre Anmeldung ist verbindlich, wenn Sie keine  
Absage bekommen haben. Wir bitten Sie, sich Ihre  
Kurstermine zu notieren und uns rechtzeitig zu  
benachrichtigen, wenn Sie ihre Anmeldung  
zurückziehen möchten oder am Kurstag verhindert  
sind (Anrufbeantworter läuft). Sollten Sie am ersten  
Kurstag unentschuldig fehlen, wird Ihr Platz neu  
belegt.

Für Offene Treffpunkte brauchen Sie sich nicht  
anmelden; Sie können jederzeit dazukommen.  
Für alle anderen Angebote ist eine Anmeldung  
erforderlich.

### Kursgebühren

Gebühren für Kurse und Veranstaltungen werden  
am ersten Kurstag gezahlt. Sie verstehen sich pro  
Person und Kurs, mit Ausnahme der Eltern-Kind-  
Kurse: hier gelten sie für die ganze Familie.

Gebührenbefreiung ist möglich. Offene Treffpunkte  
sind gebührenfrei. In einigen Kursen und Treffpunkten  
gibt es eine Umlage für Material und Lebensmittel.



# ANMELDUNG

Januar–Juli 2012

**Name** .....

**Strasse** .....

**PLZ, Ort** .....

**Telefon** .....

**Fax** .....

**Mail** .....

<b>Kurs-Nr.</b>	<b>Teiln. Kind/Name</b>	<b>Geb.</b>
-----------------	-------------------------	-------------

.....	.....	.....
-------	-------	-------

.....	.....	.....
-------	-------	-------

.....	.....	.....
-------	-------	-------

.....	.....	.....
-------	-------	-------

.....	.....	.....
-------	-------	-------

.....	.....	.....
-------	-------	-------

.....	.....	.....
-------	-------	-------

**Datum, Unterschrift** .....