

# ELTERN- SCHULE



**ELTERNSCHULE**

**ROTHENBURGSORT**

**Volles Programm für Familien.  
August – Dezember 2022**



  
**Hamburg**

## UNSER KURSANGEBOT

- 4** TREFFPUNKT ELTERNSCHULE
- 5** KINDER UND ELTERN GEMEINSAM
- 7** RUND UMS BABY
- 9** GESUND UND BEWUSST LEBEN
- 10** KREATIV IN DER FREIZEIT
- 11** ERZIEHUNG UND GESELLSCHAFT
- 12** BERATUNG & INFORMATION (WISSEN)
- 14** BESONDERE VERANSTALTUNGEN

### Anmeldung

Bitte telefonisch oder persönlich in den Bürozeiten anmelden. Die Kurse finden statt, wenn ausreichend Anmeldungen vorliegen. Sollten die Kurse voll sein, gibt es eine Warteliste. Wir bitten um Nachricht, wenn Sie am Kurs nicht teilnehmen können.

### Ferien

In den Hamburger Schulferien ist die Elternschule geschlossen. Es finden keine Kurse und Angebote statt.

### Kursgebühren

Die Kursgebühren gelten im Allgemeinen pro Person und sind am Veranstaltungsbeginn vor Ort zu zahlen. Bei unseren Eltern-Kind-Kursen gilt der Beitrag für die ganze Familie und **ist am 1. Kurstag (bei der Kursleitung)** zu zahlen. Material- oder Lebensmittelkosten werden von den Teilnehmern per Umlage bezahlt! Eine Rückzahlung der Kursgebühr bei Verhinderung des Teilnehmers kann nicht erfolgen. Familien oder Teilnehmer, die Hartz IV oder Sozialgeld beziehen, sind von den Kursgebühren befreit.

### Verkehrsanbindung

S-Bahn Rothenburgsort oder Buslinie 3, 120, 124 und 130 Rothenburgsort Marktplatz



# ELTERNSCHULE

3

## Rothenburgsort

### Willkommen!

Liebe Eltern,

aufgrund der Ausbreitung des Corona-Virus können wir bei Planung des Programms, die bereits im März stattfindet, noch nicht absehen, wie sich die Infektionszahlen verändern und ob wir unser Programm wie üblich anbieten können.

Aus diesem Grunde haben wir uns entschieden so zu planen, als wenn alles im zweiten Halbjahr wieder normal weitergeht.

Sollte die Situation über den Sommer hinaus schwierig bleiben, kann es sein, dass wir nur unter veränderten Bedingungen, mit kleineren Gruppen und ohne offene Angebote arbeiten können.

Von daher bitten wir alle, sich telefonisch oder über unsere Website zu informieren, wie der neueste Stand ist.

Wir freuen uns auf Sie!

Josette Weber und Gabriele Wohltmann

### Elternschule Rothenburgsort

**Haus der Familie**

**Marckmannstraße 75 | 20539 Hamburg**

**Tel: 428 54-64 65**

**Leitung: Josette Weber & Gabriele Wohltmann**

**elternschule-rothenburgsort@hamburg-mitte.hamburg.de**

### Wir sind persönlich für Sie da

Dienstags 15.00 – 17.00 Uhr

Donnerstags 10.00 – 12.00 Uhr

### Ferien

In den Hamburger Schulferien ist die Elternschule geschlossen. Es finden keine Kurse und Angebote statt.



4

## TREFFPUNKT ELTERNSCHULE

Diese Angebote können **ohne Anmeldung** besucht werden.

### Eltern-Café

N. N.

für Eltern mit Kindern **bis zu einschließlich 5 Jahren**

Ein offener Treffpunkt mit Kuchen, Tee und Kaffee, Zeit zu klönen, uns kennenzulernen und nachzufragen!

mit Kinderbetreuung

**RO 1** ▶ Di. ■ ab 30.08.–06.12. ■ 15–17 Uhr

### Frühstückstreff

N. N.

für Eltern mit Kindern **bis zu einschließlich 3 Jahren, die noch keinen Kita-Platz haben** Ein offener Treffpunkt, um bei einem gemütlichen Frühstück

andere Eltern und Kinder aus der Nachbarschaft kennenzulernen.

mit Kinderbetreuung

**RO 2** ▶ Do. ■ ab 01.09.–08.12. ■ 9.30–11.30 Uhr

### Feriencafé

für Eltern mit Kindern **bis zu einschließlich 5 Jahren**

Auch in den Ferien findet teilweise ein offener Treffpunkt mit Kuchen, Tee und Kaffee statt. Bitte auf Aushänge achten!

mit Kinderbetreuung

**RO 3** ▶ dienstags ■ 15–17 Uhr

### Bücherei

In unserer kleinen Bücherei können Sie Romane, Krimis, Sachbücher und Zeitschriften kostenlos ausleihen.

▶ Ausleihzeiten während der offenen Treffs



## KINDER & ELTERN GEMEINSAM

**Außer in den offenen Gruppen ist eine **Anmeldung erforderlich!****

Durch das gemeinsame Singen, Spielen, Bewegen und Basteln machen die Kinder erste soziale Gruppenerfahrungen. Die Eltern können sich über Themen austauschen, die sie aktuell beschäftigen.

### **Eltern mit Babys von 3 bis 12 Monaten**

URŠCA BÜRGER

- RO 4** ▶▶ Mo. ■ 29.08.–05.12. ■ 10–11 Uhr  
■ 9,50 Euro
- RO 5** ▶▶ Mo. ■ 29.08.–05.12. ■ 11–12 Uhr  
■ 9,50 Euro

### **Spielgruppe**

GABI LENZ

- RO 6** ▶▶ Di. ■ 30.08.–06.12. ■ 10–11.30 Uhr ■  
offene Gruppe

### **Eltern mit 2- bis 5-jährigen Kindern**

INGRID WINZER

- RO 7** ▶▶ Do. ■ 01.09.–08.12. ■ 16.00–18.00 Uhr  
■ 9,50 Euro

### **Gedichte für Wichte**

MONIKA SLOWIK

Reime, Lieder, Spiele und Bücher für die Kleinen  
unter 3 Jahren

- RO 8** ▶▶ Der Kurs wird zur Zeit nicht angeboten.  
In Zusammenarbeit mit Buchstart Hamburg



## KINDER & ELTERN GEMEINSAM

### Bilderbücher und Geschichten für 3 – 6-jährige Kinder

INGRID WINZER / MONIKA SLOWIK

Durch Geschichten werden Zuhören, Verstehen und Erzählen spielerisch und spannend umgesetzt.

**RO 9** ▶ Mo. ■ 29.08.–05.12. ■ 16–18 Uhr ■ 9,50 Euro

### Musikzwerge Musikgruppe für Kinder von 1 – 2 Jahren

N.N.

Schon die Kleinen haben Spaß an Musik und kommen spielerisch in Kontakt mit den ersten Instrumenten.

**RO 10** ▶ Do. ■ 01.09.–08.12. ■ 15.15–16 Uhr ■ 9,50 Euro

### Musikzwerge Musikgruppe für Kinder von 2 – 3 Jahren

N.N.

**RO 11** ▶ Do. ■ 01.09.–08.12. ■ 16.15–17 Uhr ■ 9,50 Euro

### Kinderturnen

IVO HOIN

**RO 12** ▶ Sa. ■ 03.09.–10.12. ■ 10–11.30 Uhr ■ 9,50 Euro

**RO 13** ▶ Sa. ■ 03.09.–10.12. ■ 12–13.30 Uhr ■ 9,50 Euro

### Kindertanzen für Kinder von 3 – 5 Jahren

MILENA PIEPER

**RO 14** ▶ Mi. ■ 31.08.–07.12. ■ 16.30–17.15 Uhr ■ 9,50 Euro

### Kindertanzen für Kinder von 5 – 7 Jahren

MILENA PIEPER

**RO 15** ▶ Mi. ■ 31.08.–07.12. ■ 17.15–18 Uhr ■ 9,50 Euro



## RUND UMS BABY

### Babymassage

SASKIA ZIMMERBEUTEL

Babymassage, Entspannung und hilfreiche Tipps  
Es handelt sich um eine offene Gruppe.  
Sie können jederzeit dazu kommen.

**RO 16** ▶ Do. ■ 01.09. – 08.12. ■ 9.30–11 Uhr ■ keine Gebühr

### Rückbildungsyoga

LEA MAIER

Die Rückbildung nach der Geburt kommt oft zu kurz. Wenig Zeit und zu weite Wege sind oft die Gründe, nicht hinzugehen.

Dabei ist es mehr als nur turnen – Gespräche über die neue Situation als Mutter, Fragen zu Themen wie Stillen und Säuglingspflege werden gemeinsam besprochen.

**RO 17** ▶ Mi. ■ 10–11 Uhr ■ jeweils 8 Termine.  
▶ Der Kurs findet fortlaufend statt, ein Einstieg ist jederzeit möglich.

### Schwangerenvorsorge und Wochenbettbetreuung

SOULMAZ DATUBAR

Für Frauen, die keine Hebamme in Rothenburgsort gefunden haben. Beratung zu allen Fragen während der Schwangerschaft, im Wochenbett und der gesamten Still- und Ernährungszeit.

In Zusammenarbeit mit dem Haus für Geburt und Gesundheit.

**RO 18** ▶ jeden Mittwoch ■ 10–13 Uhr ■ auch in den Ferien  
Abrechnung über die Krankenkasse – bitte die Karte mitbringen



## RUND UMS BABY

### Mütterberatung

DIANA BILIC / DR. NICOLE SCHÖNMANN

Eine Kinderkrankenschwester und eine Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin mit Zusatzausbildung zur Still- und Laktationsberaterin untersuchen Ihr Kind (0 bis 3 Jahre) und beantworten Ihre Fragen zur Kindergesundheit und zum Stillen.

**RO 19** ▶ jeden Mo. ■ 10.30–12.00 Uhr

### Warum schreit mein Baby immer?

Wenn das Baby weint und weint und nichts mehr hilft, sind die Eltern oft an der Grenze ihrer Belastbarkeit angekommen.

Sprechen Sie uns an! Wir vermitteln gezielt schnelle Hilfe, Unterstützung und Beratung durch das SchreiBabyAmbulanz Kompetenzzentrum Hamburg.

**RO 20** ▶ Termine und Beratung auf Anfrage

### Von Anfang an

#### Beratung für Kinder von 0–3 Jahren

Warum klappt das Stillen nicht ?

Warum isst mein Kind nicht richtig?

Warum geht mein Kind nicht immer so ruppig mit anderen Kindern um ?

Warum klappt die Eingewöhnung in der Kita nicht?

Diese und andere Fragen können im Einzelgespräch besprochen werden.

in Kooperation mit



**RO 21** ▶ Terminabsprache bitte über Tel.: 27880886

### Gesunde Ernährung von Anfang an

N.N.

Was kommt nach dem Stillen? Ab wann füttere ich wie und was zu? Welchen Brei und welches Gläschen nehme ich? Kaufen oder Selbstkochen?

**RO 22** ▶ Termin wird ausgehängt ■ keine Gebühr





## GESUND UND BEWUSST LEBEN

### Kleine Zähne ganz gesund

FRAU DR. FLEINER  
.....

Mit der richtigen Pflege der ersten Zähne wird eine gute Basis geschaffen. Die Kinder werden spielerisch mit der Zahnpflege vertraut gemacht.

**RO 23** ▶ Termin wird ausgehängt ■ keine Gebühr

### Sport und Bewegung für Frauen

OFELIA RENTEROS  
.....

Beweglich und fit durch den Alltag.

**RO 24** ▶ Mi. ■ 31.08.–07.12. ■ 18.30–19.30 Uhr ■  
Keine Gebühr

### Yogalates

OFELIA RENTEROS  
.....

Eine Kombination aus Yoga und Pilates um fit zu bleiben

**RO 25** ▶ Mo. ■ 29.08.–05.12. ■ 18.30–19.30 Uhr ■  
Keine Gebühr



10

## KREATIV IN DER FREIZEIT

### Nähkursus

CHRISTINE HÖGER

In diesem Kursus spielt es keine Rolle, ob man schon nähen kann oder es erst noch lernen will. Jeder näht das, was er gerne möchte.

mit Kinderbetreuung

**RO 26** ▶ Fr. ■ 02.09.–09.12. ■ 15–17.15 Uhr ■ 9,50 Euro

### Nähwerkstatt für Mütter ohne ihre Kinder

CHRISTINE HÖGER

Ein Nähkursus extra für Mütter, deren Kinder schon im Kindergarten oder in der Schule sind und die trotzdem gerne gemeinsam mit anderen Frauen etwas machen möchten.

ohne Kinderbetreuung

**RO 27** ▶ Mo. ■ 29.08.–05.12. ■ 10–12.15 Uhr ■  
keine Gebühr



## ERZIEHUNG UND GESELLSCHAFT

### Starke Eltern – Starke Kinder

BINA CORNELIS / KERSTIN WOLTER

Ein Elterntaining für Mütter und Väter, die mehr Freude und weniger Stress in der Erziehung haben wollen. Es geht um die Stärkung des Selbstvertrauens der Eltern, die Fähigkeit zum Verhandeln, Grenzen setzen und Zuhören und darum herauszufinden, was jeder Familie besonders wichtig ist.

**RO 28** ▶ Do. ■ 16–18.30 Uhr ■ mit Kinderbetreuung

Der **Kurs** findet voraussichtlich im Herbst wieder statt

**Weitere Veranstaltungen zu Themen rund um die Erziehung werden regelmäßig angeboten. Themen und Termine werden per Aushang bekannt gegeben.**



## BERATUNG UND INFORMATION

### Persönliche Einzelberatung

JOSETTE WEBER / GABRIELE WOHLTMANN

Falls Sie sich in einer schwierigen persönlichen Lebenssituation befinden, sprechen Sie uns an. Sie können kurzfristig ein Beratungsgespräch in der Elternschule vereinbaren.

**RO 29** ▶ Termin wird bei Bedarf vereinbart ■ keine Gebühr

### Erziehungsberatung

ERZIEHUNGSBERATUNG BURGSTRASSE

Sie haben Fragen zur Erziehung und Entwicklung Ihres Kindes?

Die Erziehungsberatungsstelle Burgstrasse bietet bei Bedarf auch Gespräche in der Elternschule an.

**RO 30** ▶ Termine können direkt über Tel: 432 92 720 vereinbart werden

### Schwangerenberatung

KATHARINA OLBRICHT, SOZIALDIENST KATHOLISCHER FRAUEN E.V. HAMBURG

Sie sind schwanger? Sie haben Fragen?

Einmal im Monat findet die Schwangerenberatung in der Elternschule statt.

Termine für die Beratungsgespräche werden über die Beratungsstelle oder die Elternschule vergeben.

**RO 31** ▶ Kontaktaufnahme bitte über Tel.: 25 49 25 91 oder 428 54 6465.

### Mutter-Vater-Kind-Kuren

MÜTTERGENESUNGSWERK / BIRGIT HÜSER

Beratung und Information über Eltern-Kind-Kuren

**RO 32** ▶ Einzeltermine können auch direkt über Tel.: 460 793-12 vereinbart werden.



## BERATUNG UND INFORMATION

### Darf das sein?

CHRISTINA OKEKE  
.....

Sie machen sich Sorgen um Ihr Kind. Wissen nicht, ob da etwas ist. Was ist noch „normal“ und was geht zu weit? Wo fängt sexueller Missbrauch an?

Bei Fragen können Sie einen Termin, auch anonym, für eine Einzelberatung bei Frau Okeke verabreden. In Zusammenarbeit mit „Zündfunke e.V.“

**RO 33** ▶ Terminvereinbarung Tel.: 890 12 15

### Familienlotsen

CORNELIA BECKER/MELANIE THIEL  
.....

in Kooperation mit der Alida-Schmidt-Stiftung

Unterstützung und Begleitung bei allen familiären Angelegenheiten. Frau Thiel und Frau Becker stehen während des offenen Cafés als Ansprechpartnerinnen zur Verfügung.

**RO 34** ▶ Kontaktaufnahme ist über Tel. 25 19 68 21 oder 0152 09 42 19 49 möglich.

### FAIRPLAY – zur Vereinbarkeit von Familie & Beruf

.....

Die Vereinbarkeit von Familie und Beruf stellt viele Eltern vor große Herausforderungen. Unabhängige und kostenlose Beratung.

**RO 35** ▶ Termin bitte unter Tel: 76 75 40 50 vereinbaren

### Erste Hilfe bei Kleinkindern

TINA TAPPEHORN  
.....

Wie verhalte ich mich bei Unfällen, Vergiftungen, Verbrennungen usw.

Frau Tappehorn beantwortet Fragen und gibt Tipps.

**RO 36** Termin wird ausgehängt ■ keine Gebühr



## BERATUNG UND INFORMATION

### **Elbmütter & Elbväter**

Ein internationales Stadtteilprojekt des Caritasverbandes und der Stadt Hamburg. Muttersprachliche Unterstützung und Vermittlung für Familien aus Rothenburgsort.

- RO 37** ▶ Termin wird bei Bedarf vereinbart ■ keine Gebühr  
Kontaktaufnahme über Tel. 60 94 32 92-0 oder  
[info@elbmuetter.de](mailto:info@elbmuetter.de)

## BESONDERE VERANSTALTUNGEN

### **Multikulturelle Stadtpartie**

Gemeinsam erkunden wir die kulturelle Vielfalt Hamburgs und besuchen z. B. das Hamburger Rathaus, die Elbphilharmonie usw.

- RO 38** ▶ Mi. ■ 10–13 Uhr ■ Termine werden ausgehängt



August – Dezember 2022

**Name** .....

**Strasse** .....

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

**Telefon** .....

**E-Mail** .....



Ich möchte per E-Mail über aktuelle Kurse und Angebote informiert werden.

**Kurs-Nr.**

**Teiln. Kind/Name**

**Geb.**

.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

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

Elternschule Rothenburgsort  
Marckmannstraße 75 | 20539 Hamburg

Tel.: 428 54 - 64 65

[www.elternschule-rothenburgsort.com](http://www.elternschule-rothenburgsort.com)

[Elternschule-Rothenburgsort@hamburg-mitte.hamburg.de](mailto:Elternschule-Rothenburgsort@hamburg-mitte.hamburg.de)

# Die Angebote der Elternschule Rothenburgsort

August – Dezember 2022

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
9.00						
9.30	Nähwerkstatt für Mütter ohne ihre Kinder 10 – 12:15 Uhr keine Gebühr	Spielgruppe offene Gruppe 10 – 11:30 Uhr keine Gebühr	Rückbildungs- yoga 10 – 11 Uhr	Frühstückstreff 9.30 – 11.30 Uhr	Babymassage 9.30 – 11 Uhr keine Gebühr	Kinderturmen 2-3 J. 10-11.30 Uhr 9,50 €
10.00	Eltern mit Babys 3-12 Monate 10-11 Uhr und 11-12 Uhr 9,50 €					Kinderturmen 4-5 J. 12-13.30 Uhr 9,50 €
11.00	Mütterberatung 11 – 12:30 Uhr					
11.30						
12.00						
12.30						
13.00						
13.30						
14.00						
14.30						
15.00	Musikwerkze 1-2 Jahre 15.15 – 16 Uhr 9,50 €	Elterncafé 15 – 17 Uhr		Musikwerkze 15.15 – 16 Uhr 9,50 €	Nähkursus 15-17.15 Uhr 9,50 €	
15.30	Bilderbücher und Geschichten 3-6 Jahre 16-18 Uhr 9,50 €		Kindertanzen 3-5 Jahre 16.30-17.15 Uhr 9,50 €	Musikwerkze 16.15-17 Uhr 9,50 €	Eltern mit 2- bis 5-jährigen 16-18 Uhr 9,50 €	
16.00	Musikwerkze 2-3 Jahre 16.15-17 Uhr 9,50 €		Kindertanzen 5-7 Jahre 17.15-18 Uhr 9,50 €			
16.30						
17.00						
17.30						
18.00						
18.30	Yogalates 18.30 – 19.30 Uhr keine Gebühr		Sport u. Bewe- gung f. Frauen 18.30 – 19.30 Uhr keine Gebühr			
19.00						
19.30						
20.00						
20.30						
21.00						
21.30						