Lüttbecker

Das Familienmagazin für Lübeck

Ausgabe 4 - September/Oktober 2014

Rezepte
- Picknick- und Aktivrezept

Bewegungsideen
- Spielplätze, Kletterparks & Co.

Bewegung für Kinder
- mit Leib und Seele

Auflösung des letzten Gewinnspiels

Die Bronzefigur wurde von dem Bildhauer und Medailleur Hans Schwegerle im Jahr 1930 gefertigt und heißt “Knabe mit Reifen“. Sie steht am Beckenrand auf dem Wasserspielplatz in den Wallanlagen, nahe dem Kaisertor.

Die Preise des letzten Gewinnspiels gingen an:

Levin, Bjarne, Linus

Amelie

Joao

Thore

Bei den Eintrittskarten für den Zoo Rostock hatten zwei Brüder, Levin R. (5 Jahre) und Bjarne R. (7 Jahre) Glück unter den Teilnehmern gezogen zu werden, so wird das wohl ein großer Familienausflug. Und auch Linus T. (9 Jahre) freut sich auf einen Zoobesuch.

Über je eine Kinderschubkarre inklusive Zubehör von GOWI durften sich Amelie T. (9 Monate), Thore L. (1 Jahr) und Joao V. (2,5 Jahre) freuen.

» Gewinnspiel «

Geh mit offenen Augen durch Deine Stadt

Auf dem Foto siehst Du wieder eine Figur, bei der Du diesmal nach oben gucken solltest, um sie zu finden. Weißt Du wo diese Figur steht? Wenn ja, dann schicke eine Email an gewinnspiel@luettbecker.de oder schreibe uns einen Brief oder eine Karte. Wir möchten von Dir den Standort der Figur wissen. Vergiss nicht Deinen Namen, Adresse Telefonnummer und Dein Alter.

Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir 2 x 2 Eintrittskarten für das Märchen-Musical “Simsalagrimm - die Märchenretter“ - für die Vorstellung am 14.12.2014 um 15:00 Uhr in der Musik- und Kongresshalle Lübeck.

Zusätzlich könnt ihr 3 x die CD “Körperklaus - Die Wakeldackel Hitparade“, auf der ihr Kinderlieder mit Coolness, Humor und Lebenswirklichkeit findet, gewinnen, die wir in diesem Heft auch näher vorstellen.

Der Einsendeschluss ist der 31. September 2014.

2x2

3x

Inhalt

Der Die Das...

Wissenswertes kurz berichtet 4

Thema Bewegung

Erziehung

Teamplay - Kooperation als Option 12
Bewegung für Kinder 14

Rezepte

Naturrezept 22
Wraps für‘s Picknick 23

Recht & Gesundheit

Übergewicht bei Kindern 26
Wer zahlt für Freizeitaktiviäten 25

Spiele & Bücher

Buchvorstellungen 11
Kinderseite 20

Vorgestellt

Lübecker Einrichtungen 24
Etwas andere Sportarten
Kinder-Yoga 16
Taekwondo 17
Breakdance 18
Skaten 19

Veranstaltungskalender

Termine & Tipps 28
Ausflugsziele zum Bewegen 38

Regelmäßig

Gewinnspiel 2
Impressum 37

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser,

wie fit wir sind, hat uns schon immer beschäftigt, wir wollen möglichst schlank, sportlich und attraktiv sein. Als Eltern merken wir allerdings erst, wie wichtig Fitness wirklich ist, denn es geht nun nicht mehr „nur“ darum, die Einkaufstaschen mehrere Etagen hochzuschleppen. Man hat obendrein noch den immer schwerer werdenden Sprössling auf dem Arm oder/und ein Laufrad, Roller oder ähnliches im Schlepptau. Ganz Erprobte balancieren sogar zusätzlich noch ein Paket Windeln auf dem Kopf. In Bewegung bleiben wir auch, wenn wir oben angekommen sind. Einkäufe auspackend und Ball spielend das Mittagessen kochen und ganz nebenbei noch die Spülmaschine ausräumen. Das ist eine Höchstleistung, bei der wir nicht nur körperlich fit bleiben. Und fit sollten wir sein für unsere Kinder, denn die haben einen ganz natürlichen Drang, sich zu bewegen, was mit Mama oder Papa doch gleich doppelt so viel Spaß macht!

In Bewegung sein und bleiben ist wichtig, am besten von Anfang an und ein Leben lang. Wie wichtig es besonders für unsere Kleinen ist und was es für ihre Entwicklung bedeutet, können Sie auf Seite 14 lesen. Schon für Babys gibt es diverse Bewegungsangebote, einige davon finden Sie auf Seite 28. Wir haben uns etwas abseits der normalen Vereinssportarten umgesehen, um Ihnen einige Sportarten vorzustellen, die etwas anders sind, als Fußball, Reiten oder Ballett.

Sie sehen, in dieser Ausgabe dreht sich vieles um Bewegung für und mit Kindern. Es geht aber auch um Fairness und Konkurrenz, und für unsere Rubrik Gesundheit haben wir ein Interview mit Dr. Menrath geführt, der in der Uniklinik Lübeck mit übergewichtigen Kindern arbeitet und uns einen Einblick in die Welt diese Kinder und deren Familien gibt.

Also wünsche ich Ihnen viel Spaß beim Toben und Treppen steigen und vor allem mit dem neuen “Lüttbecker“.

Und bleiben Sie weiterhin so beweglich...

Ihre

Christiane Herrmann

Christiane Herrmann

und die „Lüttbecker“-Redaktion

Der Die Das...

Der Kleine MuKK ganz groß

Prämierung zur Kultur-Kita 2014

Die Kindertagesstätte “Der kleine MuKK“ wurde am 14.08. zur Kultur-Kita 2014 ausgezeichnet. Wir waren bei der Übergabe des Preises in der Kanalstraße dabei und wurden von den Kindern mit sommerlichen Liedern empfangen. Die Ministerin für Soziales Kristin Alheit hielt eine wirklich nette Ansprache an die Kinder der Einrichtung und übergab ihnen das Kultur-Kita-Schild. Dieses Schild wird nun in Zukunft bereits an der Tür darauf hinweisen, was in dieser Einrichtung im Vordergrund steht. Die Kinder des kleinen MuKKs werden nämlich besonders im musisch-ästhetischen Bereich gefördert. Sie sollen Spaß am Musik machen, am Tanzen und Bewegen und am künstlerischen Tun haben. Hier sind sie nicht nur Konsumenten und Zuschauer, sondern werden selbst zu kleinen aktiven Kulturschaffenden. Der kleine MuKK stellt damit den Gedanken der kulturellen Bildung in den Mittelpunkt und kooperiert zudem mit verschiedenen Kultureinrichtungen in der Umgebung, wie Museen, Bibliotheken oder dem Theater. Außerdem können die Kinder an Projekten mit der Musik- und Kunstschule und an Mitmachkonzerten teilnehmen und es gibt eine enge Zusammenarbeit mit externen KünstlerInnen.

Genau aus diesem Grund gewann die Kindertagesstätte diesen von der Landesregierung Schleswig-Holstein mit € 5.000 dotierten Wettbewerb. Mit diesem Preisgeld soll nun endlich der Spielplatz der Einrichtung verschönert werden.
Wir gratulieren!

Mehr Männer in die Kitas

Das hat sich Björn Voß auf die Fahne geschrieben und engagiert sich seit September 2013 in der Elternvertretung der Kita Behaimring.

Begonnen hat alles mit einem Elternabend nur für Väter. Dadurch inspiriert plante er für das laufende Kita-Jahr erst ein Muttertagsbasteln und anschließend ein Vater/Kind-Zelten. Während das Muttertagsbasteln mit Vätern und Kindern noch eher verhalten angenommen wurde, schlug das Zelten im Juni mit vollem Erfolg ein.

Nach anfänglich zögerlichen Anmeldungen („Ich mache das ab 5 Anmeldungen.“, so Björn Voß fünf Tage vor Anmeldeschluss), wurde daraus eine fast komplette Kita-Veranstaltung. Zum Grillen am frühen Abend, mit Müttern und Geschwistern, wurden 57 Teilnehmer erwartet. Jeder hatte etwas zum umfangreichen Büfett beigetragen und die Grills bogen sich unter Würstchen und Grillfleisch. Die Väter standen Schlange, um sich gegenseitig ablösen zu können.

Zum Zelten blieben dann 18 Väter mit 24 Jungen und Mädchen im Alter von 3-6 Jahren. Der Abschied viel schwer, denn im Nachhinein wären gern alle geblieben.

Das Zeltlager wurde gemeinsam aufgebaut, Erfahrungen ausgetauscht und geholfen, ohne groß Fragen zu stellen. Für viele Väter wie Kinder war dies die erste Erfahrung mit Zelt und Luftmatratze. Jeder beschäftigte sich mit den Kindern auf seine Art und alle waren eine große Familie. Die Kinder hatten ihre Väter mal so, wie es zu Hause wohl selten laufen kann: frei von Verpflichtungen und nur auf das Zusammensein konzentriert. Kein Kind schlief an diesem Abend in seinem vorgesehenen Zelt, aber alle waren gut versorgt und hatten Spaß. Die Väter konnten untereinander kommunizieren, wie es sonst selten der Fall ist, denn unter der Woche sieht man sich kaum.

Am Nachmittag wurde noch mit den Müttern und Geschwistern gegrillt, am Abend waren dann die Väter mit ihren Kindern alleine.

Am nächsten Morgen spendierten die Mütter ein reichhaltiges Frühstück und jeder packte mit an, um die Kita so zu hinterlassen, dass der Kita-Betrieb am darauffolgenden Montag wieder reibungslos laufen konnte.

Ein Vater fasste den Abend wie folgt zusammen: „Das Verhältnis von Vater und Sohn hat sich an diesem einen Abend unglaublich verbessert. Diese Steigerung an nur einem Abend hätte ich nicht erwartet“. Solche und ähnliche Kommentare waren immer wieder zu hören. Der Zusammenhalt der Elternschaft hat sich durch diese Aktion stark intensiviert und Björn Voß ermutigt, zu sagen: „Solange meine Tochter Lara Sophie hier im Kindergarten ist, werde ich das Vater/Kind-Zelten fortsetzen.“

Es war eine gelungene Aktion und alle freuen sich schon auf das nächste Mal.

Pädagogisch-Therapeutische Praxis

Dipl.-Päd. Bernd Kidschun • (0173 - 90 29 689)
Beckergrube 43 - 47 • 23552 Lübeck
Tel. 0451 - 20 97 505 • Fax 0451 - 20 97 506
www.kidschun-training.de

Förderung bei Lern- u. Leistungsstörungen Kl. 2 - 12, z.B. Legasthenie, Dyskalkulie, Konzentrations- und Aufmerksamkeitsproblemen, Lerncoaching
Unterrichtsorte auch Bad Schwartau und Bad Oldesloe

Wahl zur Kreiselternvertretung

Das neue Kindergartenjahr hat begonnen und es werden in jeder Kita die Elternvertretungen gewählt. Die Wahlen finden bis zum 30.09. in den Einrichtungen statt. Doch danach geht es noch weiter. Die jetzige Kreis- und Stadtelternvertretung hat uns einen Brief geschrieben, mit der Bitte, ihn im „Lüttbecker“ zu veröffentlichen, um möglichst viele Eltern zu erreichen. Dieser Bitte kommen wir natürlich gerne nach.

Liebe Eltern der Hansestadt Lübeck,

das neue Kita-Jahr hat begonnen und gesucht werden Sie. Eltern, die sich über den eigenen Kindergarten Ihrer Kleinen hinaus engagieren möchten. Sie werden gebraucht und nicht erst in den Krisenzeiten, wenn es um Personalmangel, Schließungen oder, oder geht.

Wir, Nicole Voß und Stefanie Berndt, gehören zur momentanen SEV und KEV der Hansestadt Lübeck. Jetzt gibt es Sie, liebe Eltern, die wissen, was wir machen und was diese Abkürzungen bedeuten. Aber es gibt auch viele unter Ihnen, die nichts mit diesen Buchstaben anfangen können. So, wie wir vor 2 Jahren auch nicht wussten, was da genau gemacht wird und wie uns die Teilnahme hilft und wir hilfreich sein können.

SEV steht für Stadtelternvertretung. Sie ist für alle Belange der städtischen Kindertagesstätten der Hansestadt Lübeck zuständig. KEV steht für Kreiselternvertretung. Sie kümmert sich um alle Kindergartenthemen, egal ob in kirchlicher, städtischer oder in freier Trägerschaft.

Doch bevor man zum Stadt- oder Kreiselternvertreter gewählt werden kann, ist der erste Schritt die Wahl zum Elternvertreter in der jeweiligen Kita. Erst nach den Wahlen der Elternvertretungen, die bis zum 30.09.2014 stattfinden müssen, folgt die Wahl in das Gremium der Stadt- bzw. Kreiselternvertretung.

Doch wer sind wir?

Wir sind Eltern, die tägliche Themen rund um die Kinderbetreuung über die Grenzen unserer Kindertagesstätte hinaus interessieren. Wir unterstützen Elternvertretungen im Umgang mit der Kita-Leitung oder der Stadt. Wir nehmen Anregungen auf, die wir gerne an den Jugendhilfeausschuss weiterleiten, um die frühkindliche Erziehung bestmöglich mitgestalten zu können. Es ist ein konstruktiver Austausch von Erfahrungen der neuen und alten Kita-Eltern, aus allen sozialen und beruflichen Bereichen. An der Kreiselternvertretung, bzw. Stadtelternvertretung kann somit jeder teilnehmen, und je mehr wir sind, um so mehr können wir für unsere Kinder erreichen.

Um Mitglied zu werden, kann jeder gewählte Elternvertreter zur Versammlung am 07.10.2014 kommen und sich aufstellen lassen. Nur gewählte Elternvertreter können in die Stadtelternvertretung bzw. Kreiselternvertretung gewählt werden. Aus diesem Gremium heraus wählen wir dann den 1. und 2. Vorsitzenden der jeweiligen Vertretung.

Das Gremium hat jeweils einen Sitz im Jugendhilfeausschuss der Stadt Lübeck. Dort haben wir eine beratende Stimme und können uns so jederzeit mit aktuellen Themen rund um die frühkindliche Erziehung an der Politik Lübecks beteiligen.

Wir sprechen hier von einer ehrenamtlichen Tätigkeit, in die auch ein wenig Freizeit eingebracht werden muss. Als Beisitzer nimmt man an den Treffen, die momentan einmal im Monat dienstags Abend stattfinden, für ca. 1,5 bis 2 Stunden teil. Als Protokollführer investiert man noch mal ca. 30 Minuten ins Schreiben. Der Vorsitzende bzw. das Mitglied im Jugendhilfeausschuss nimmt an den monatlichen Sitzungen teil und bereitet sich dementsprechend darauf vor. Somit ist der zeitliche Einsatz überschaubar, aber man kann im entscheidenden Fall immer sagen, dort habe ich mich eingebracht.

Wir freuen uns über jedes Mitglied, das seine Erfahrung und seine Neugierde dazu nutzen möchte, auch im Kita-Jahr 2014/2015 das Beste für unsere Kinder herauszuholen.

Kommen sie am 07.10.2014 um 20:00 Uhr in die Kita „Der kleine Mukk“, Kanalstr.42-50. Es erwarten Sie Gleichgesinnte mit den gleichen Fragen, den gleichen Erwartungen und den gleichen Interessen.

Nicole Voß und Stefanie Berndt

Sport in Lübeck

Das Angebot an Spiel und Sport in Kindergarten und Schule reicht meist nicht aus, den Bewegungsdrang unserer Kinder zu stillen. Doch es gibt mittlerweile Initiativen zwischen Kita/Schulen und Vereinen, die den Kindern Freude und Spaß am Turnen, Spielen und Bewegen vermitteln wollen, um sie so langfristig für Sport zu begeistern.

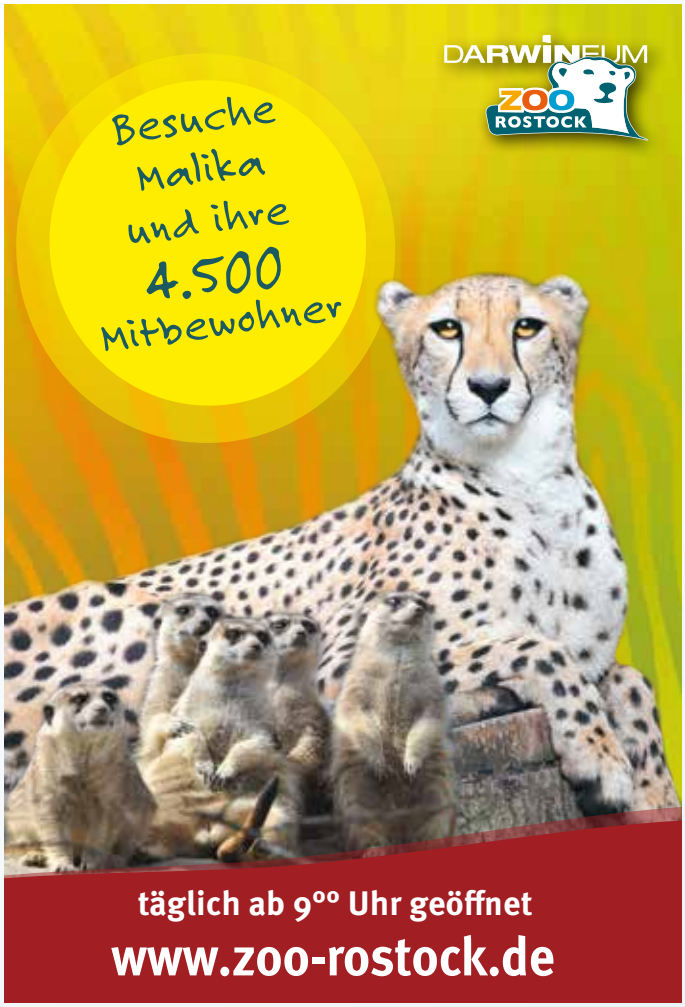
Die Sportkita der Kinderwege gGmbH in der Possehlstraße erhielt 2012 das Siegel „Anerkannter Bewegungskindergarten“ von der Sportjugend Schleswig-Holstein im Landessportverband Schleswig-Holstein e.V. verliehen und gehört damit zu den momentan 13 ausgezeichneten Einrichtungen in Schleswig-Holstein. Bewegung wird als Hauptgestaltungselement der pädagogischen Arbeit verstanden. Der inhaltliche Schwerpunkt erwächst aus der Kooperation mit der Lübecker Turnerschaft von 1854 e.V.

Der TuS Lübeck 93 hat vor drei Jahren, zusammen mit der Michael-Haukohl-Stiftung, die Aktion „Kita-Kinder in Bewegung“ ins Leben gerufen. Zwölf Kitas aus dem Stadtteil St. Gertrud nehmen momentan dieses Angebot wahr. Mindestens eine Stunde pro Woche sollen die Kinder, angeleitet durch Lehrer des TuS, mit Turnen, Balancieren, Laufen, Springen, Ballspielen, Werfen, Klettern, Schwingen und Hangeln vertraut gemacht werden. Am Ende des Kindergartenjahres findet ein neunstufiger Bewegungsparcour statt, bei dem das Erlernte vorgeführt wird. Für die erbrachten Leistungen gibt es dann den TuS-Turnpass, auf den alle sehr stolz sind.

Der Sportverein engagiert sich auch aktiv an der Aktion „Kein Kind ohne Sport“, einer Initiative gegen Kinderarmut. Nach dem Motto „Dabei sein – Im Sportverein zählt Teamgeist – nicht das Familienkonto“ kann der Mitgliedsbeitrag im Rahmen des Bildungs- und Teilhabepakets übernommen werden.

In der Hansestadt gibt es rund 70 Sportvereine. Die klassischen Vereine bieten in der Regel alle gängigen Sportarten an und dies meist zu günstigen Beiträgen zwischen € 6,00 und € 8,00 pro Monat und Kind. Natürlich gibt es auch Vereine, die sich nur einer Sportart widmen, wobei die Kosten hier meist höher sind. Aber auch die Sportvereine haben in der Vergangenheit Trendsportarten in ihr Programm aufgenommen und so ihr Angebot erweitert.

Eine Liste von Lübecker Sportvereinen und deren Angebote finden Sie unter: kiju-kompass.de/freizeit-tagesstruktur/sport und unter: meinverein24.de/sportvereine/deutschland/schleswig-holstein/luebeck/sportvereine-luebeck.html



„Der kleine Prinz“

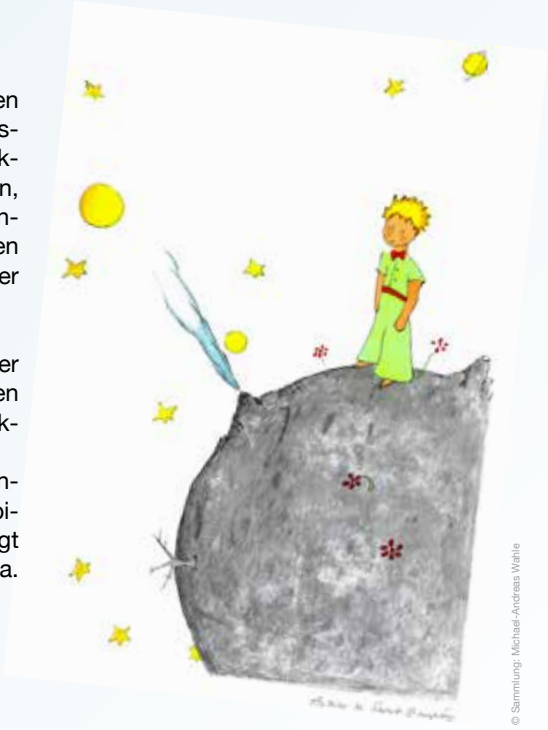
Ausstellung in der Stadtbibliothek

Bis heute streiten sich die Kritiker, ob das Buch „Der kleine Prinz“ von Antoine de Saint-Exupéry ein Buch für Kinder oder Erwachsene ist. Gelesen wird es allerdings von allen Altersgruppen. Es wurde in 180 Sprachen übersetzt und zählt, nach der Bibel, dem Roten Buch Maos und den Werken Lenins, zu den meistübersetzten Werken der Weltliteratur. Untrennbar mit dem Text verbunden sind die Bilder, denn der Autor betrachtete es als Gesamtkunstwerk. Die Stadtbibliothek Lübeck zeigt vom 29. September bis zum 8. November verschollene Original-Lithographien zum Buch aus der Sammlung Michael-Andreas Wahle.

Parallel dazu wird am 2. Oktober ein Zeichen-Workshop „Zeichne Deinen Wunschplaneten mit Deinem Lieblingstier“ in Zusammenarbeit mit der Musik- und Kunstschule Lübeck stattfinden, der von 15:00 – 16:30 Uhr in der Kinder- und Jugendbibliothek angeboten wird. Hierfür ist eine Anmeldung unter Tel. 0451-122 4115 erforderlich.

Zwischen dem 13. und 20. Oktober werden außerdem Bilder zum „Kleinen Prinzen“ aus den Kursen der Musik- und Kunstschule ausgestellt.

Beide Ausstellungen können während der Öffnungszeiten der Stadtbibliothek, Hundestr. 5-17, besichtigt werden (Mo.-Fr. 10:00-19:00 Uhr, Sa. 9:00-13:00 Uhr). Der Eintritt ist frei.



© Sammlung: Michael-Andreas Wahle

Betreuungsplätze

für Kinder unter 3 Jahren in Lübeck

Seit August 2013 besteht für Kinder nach Vollendung des ersten Lebensjahres ein Rechtsanspruch auf einen Betreuungsplatz in einer Kindertagesstätte oder einer Kindertagespflege. Zum Stichtag 31.12.2013 wurden in Lübeck 1.250 Kinder unter drei Jahren in einer Kindertageseinrichtung, weitere 649 Kinder in einer Kindertagespflegestelle betreut. Insgesamt waren zu diesem Zeitpunkt in der Hansestadt 5.101 Kinder unter drei Jahren gemeldet, wodurch eine Betreuungsquote von 37% erreicht wurde. Damit liegt Lübeck über den von der Bundesregierung angestrebten 35%. In Schleswig-Holstein besteht im Schnitt lediglich für 26,3% der unter Dreijährigen ein Betreuungsplatz zur Verfügung.

Im abgelaufenen Kita-Jahr kamen bereits neue Plätze hinzu. So hat z.B. die Kindertagesstätte „Nimmerland“ der Johanniter Unfallhilfe in St. Lorenz Nord ihr Angebot erweitert. In der „Gesundheitskita“ stehen jetzt 30 Krippenplätze zur Verfügung. Weitere Krippenplätze wurden durch die Neueröffnung des Familienzentrums „Buntekuh“ geschaffen. In der dort entstandenen neuen Kindertagesstätte werden insgesamt 70 Kinder im Alter von 6 Monaten bis 6 Jahren betreut. Die Krippengruppe für 10 Kindern unter 3 Jahren hat ein zweisprachiges (bilinguales) Angebot. Es wird türkisch und deutsch gesprochen, wobei das Prinzip “eine Person – eine Sprache“ (Immersionsprinzip) gilt. In den anderen vier altersgemischten Gruppen werden jeweils 15 Kinder im Alter von 6 Monaten bis 6 Jahren betreut.

Durch die in diesem Jahr hinzugekommenen Plätze besteht in Lübeck nun ein Betreuungsschlüssel von knapp 40%. In den nächsten Jahren sollen mehr als die Hälfte der in Lübeck lebenden Kinder unter drei Jahren einen Krippenplatz in Anspruch nehmen können.

Falls Sie noch einen Betreuungsplatz suchen, schauen Sie doch mal auf die Seiten luebecker-tagesmuetter-vaeter-ev.de oder kitaplaner.de/luebeck/elternportal/elternportal.jsf

Kinderzahnarztpraxis LindenArcaden

Zu unserem Behandlungsspektrum gehören:

- Füllungstherapie von Milch- und bleibenden Zähnen
- Anfertigung von Milchzahnkronen
- endodontische Behandlung von Milchzähnen und bleibenden Zähnen
- frühkieferorthopädische Behandlung und Anfertigung von Kinderprothesen
- Behandlung in Hypnose
- Behandlung unter Narkose
- Prophylaxe und Ernährungsberatung, sowie Putztraining

Konrad-Adenauer-Straße 2
23558 Lübeck
Telefon: 0451-2908630

Zahnarztpraxis LindenArcaden

Ein Puppenhaus auf Wanderschaft

Ein Mädchen trennt sich von ihrem Puppenhaus. Es ist 1,40m hoch, hat fünf Zimmer über drei Etagen und eine Dachterrasse, wurde vom Vater selbst gebaut und sehr gut ausgestattet. Sie spendete ihr geliebtes Barbie-Puppenhaus der DEKRA Toys Company, wo es aufgearbeitet wurde und am 10. Juli der Betreuungseinrichtung für Flüchtlingsfamilien der Gemeindediakonie im Steinrader Weg übergeben wurde. Viele strahlende Augen freuten sich sehr über diese Überraschung.

Günter de Groot, als Bereichsleiter für die Wohnanlagen und dezentrale Betreuung zuständig, freut sich über das Puppenhaus ebenso wie seine Mitarbeiter und glaubt, dass noch viele Kinder im Durchgangswohnheim von dieser Spende profitieren werden. Für den Leiter des Jobcenters Lübeck, Joachim Tag, ist es eine gelungene Kooperation: “Eine typische Win-Win-Situation. Wenn die Beschäftigten der Toys Company in die glücklichen Augen der Kinder blicken, wissen sie, dass sich ihr Einsatz gelohnt hat. Diese Bestätigung gibt ihnen Auftrieb für ihre weiteren beruflichen Bemühungen. Ohne sie und die großzügige Bereitschaft der Spender wäre das nicht möglich.“ Schön, dass sich immer wieder Familien von ihrem besonderen Spielzeug trennen, so wie das Mädchen sich von ihrem Puppenhaus, um anderen Kindern eine Freude zu machen.

Zurzeit leben zehn Kinder aus Syrien, Afghanistan, Eritrea, Iran und der Russischen Föderation mit ihren Eltern in dieser Betreuungseinrichtung. Die Kinder spielen miteinander und verständigen sich schon nach kurzer Zeit auf Deutsch, welches sie gemeinsam erlernen. Dabei ist Spielzeug ein gutes Medium, um die Sprache zu lernen und neue soziale Kontakte zu knüpfen.

Für die Familien in dieser Einrichtung ist es wichtig, dass sie baldmöglichst eine neue Unterkunft finden und auf eigenen Füßen stehen. Dabei helfen die Mitarbeiter der Einrichtung durch unterschiedliche Integrationsangebote.

Sensationeller Zuchterfolg

Kleiner Schnabeligel wird in Rostock von Hand aufgezogen

Bei einer Routinekontrolle am 4. Januar 2014 haben die Tierpfleger in der Bauchfalte von Schnabeligel Tiffy ein pergamentartiges Ei ertastet. Die Freude war riesig, als die Tierpfleger Anfang Februar ein winzig kleines rosafarbenes Jungtier entdeckten. Als Mutter Tiffy am 24. April völlig unerwartet an einer schweren Darmentzündung starb, begannen die Pfleger unverzüglich mit der Handaufzucht. Der kleine Rostocker Schnabeligel wurde auf den Namen „Harapan“ getauft, was auf indonesisch Hoffnung bedeutet. Harapan wird langsam agiler und wiegt inzwischen rund 400 g. Zurzeit lebt das Jungtier geschützt hinter den Kulissen im „Darwineum“ in einer Höhle. Absolute Ruhe ist das oberste Gebot, da schon geringe Abweichungen vom normalen Alltag den Nachwuchs akut gefährden können.

Der Schnabeligel ist ein Überlebender der Evolution. Als die Dinosaurier vor 65 Millionen Jahren ausstarben, brach die große Zeit der Säugetiere an. Aus rattengroßen Ursäugern gingen tausende, gut anpassungsfähige Arten hervor, die durch neue anatomische Eigenschaften viele Lebensräume der Erde besiedelten. Schnabeligel werden als Vorläufer der Säugetiere angesehen.

In Zoos gibt es insgesamt sehr wenig Erfahrung mit Schnabeligeln und mit ihrem Fortpflanzungsverhalten. Aufgrund der komplizierten Aufzucht ist es selten, dass ein Jungtier aufgezogen wird.

SCHULKINDBETREUUNG Individuell
Die Weltentdecker

HORTBETREUUNG INDIVIDUELL
Kinder haben oft keine Zeit durch die anhaltende Schnelllebigkeit unserer Gesellschaft sich zu entdecken, Eigenständigkeit zu erleben und ein Selbstwertgefühl zu entwickeln. Diese Eigenschaften sind jedoch extrem wichtig für die Kindesentwicklung. Durch eine kleine Gruppengröße von 5 Kindern im Alter zwischen 6-12 Jahren werden besonders diese Eigenschaften von mir gefördert.

FRAGEN? ANREGUNGEN? KONTAKT
Tel: 0176 - 70 42 33 58
s.keinz@freenet.de www.dieweltentdecker-luebeck.de

Babysitter gefällig?

Das Familienzentrum Bad Schwartau hat seit Kurzem eine Babysitterkartei, auf die Eltern zugreifen können, wenn sie eine kurzfristige Betreuung für zu Hause suchen. Die Idee wurde geboren, nachdem die „Frühen Hilfen“ des Familienzentrums diesbezüglich immer wieder Anfragen erhalten hatten. Zurzeit umfasst die Kartei 14 Personen: Einige Mütter, pädagogische Fachkräfte und seit kurzem auch sieben ausgebildete Babysitterinnen. Die jungen Mädchen im Alter von 14 bis 16 Jahren haben einen Kurs der Lebenshilfe Ostholstein (Träger des Familienzentrums) besucht. Mit Hilfe sogenannter Babysimulatoren lernten die Teilnehmerinnen die besonderen Bedürfnisse von Säuglingen kennen. Von Freitagmittag bis Sonntagabend nahmen sie die Puppen mit nach Hause und mussten sie wie ein echtes Baby „versorgen“, wickeln, füttern und trösten. Ein Computerchip simuliert echtes Babyverhalten. In dem viertägigen Kurs wurde auch Theorie vermittelt: Rechtliche Grundlagen, Spielpädagogik und Gefahren für Kleinkinder.

Das Familienzentrum übernimmt die Vorauswahl und Vermittlung. „Die Chemie muss stimmen.“, erklärt Ursula Sier, „Uns ist wichtig, dass wir wissen, wen wir in welche Familie schicken.“ Für den Verwaltungsaufwand berechnet das Familienzentrum eine Gebühr von € 10,00, das Honorar der Babysitterinnen wird im Einzelfall ausgehandelt, je nach Anforderung.

Interessierte Eltern können sich an das Familienzentrum Bad Schwartau, Eutiner Straße 10, wenden. Ansprechpartnerinnen: Ursula Sier und Stefanie Grahlmann, Telefon 0451/292 93 28 oder per E-Mail an: familienzentrum@lebenshilfe-ostholstein.de. Weitere Angebote sind u.a. Krabbelgruppen, Eltern-Cafés oder Unterstützung durch Familienhelferinnen. Im Internet ist das Familienzentrum unter www.lebenshilfe-ostholstein.de zu finden.

Am 30. Oktober ist Weltspartag

Vielen wird der Weltspartag, der offiziell am 31. Oktober begangen wird, noch aus der Kindheit in Erinnerung sein. Früher kamen noch Mitarbeiter der Sparkassen in die Schule, leerten die mitgebrachten Sparschweine und schrieben das Gesparte dem Sparbuch gut.

Der erste Weltspartag fand übrigens am 31. Oktober 1925 statt. Ein Jahr zuvor hatten auf dem 1. Internationalen Sparkassenkongress in Mailand 354 Delegierte aus 27 Ländern die Einführung des Weltspartages beschlossen. Besonders an diesem Tag sollte den Menschen und insbesondere den Kindern, das Sparen schmackhaft gemacht und der Wert des Sparens auf der ganzen Welt verbreitet werden. Besonders in Deutschland, wo viele Menschen, auf Grund der Währungsreform von 1923, das Vertrauen in den Wert des Geldes verloren hatten, war dies nötig. Der Höhepunkt des Weltspartages lag zwischen 1955 und 1970, wo dieser Tag fast überall gefeiert wurde. Auch andere Bankinstitute schlossen sich diesem Tag an und viele Banken organisierten in der letzten Oktoberwoche eine ganze „Weltsparwoche“.

Heute, in Zeiten des Online-Bankings, hat der Weltspartag an Bedeutung verloren. Ein Besuch in einer Bankfiliale wird immer seltener.

Schauen Sie doch am Weltspartag mit Ihrem Kind einmal in der Hauptstelle der Sparkasse zu Lübeck, Breite Str., vorbei. Dort wartet ein buntes Programm mit vielen Überraschungen. Vergessen Sie nicht die Spardose ihres Kindes!

Praxis für Erwachsenen- und Kinderzahnheilkunde
Zahnärzte / Fachärzte für Oralchirurgie
Kinderprophylaxe · Lachgas · Kinderkronen · Tagesklinik und mehr...
32 20
Dr. Carola Allihn
& Dr. Marcel Allihn

Am Kaufhof 2 • 23566 Lübeck
Tel.: 0451-61914747 • www.praxis-allihn.de

Seglermesse
Wir richten Ihre Weihnachtsfeier auch Zuhause aus!
AM PRIWALLHAFEN 12
23570 TRAVEMÜNDE
TEL. 04502-849 33 21
Do-Di ab 11 Uhr / Mi ab 17 Uhr
Mi ab 18 Uhr Buffet 10,- €

Das Kinder-Yoga-Mitmachbuch

Kinderyoga schenkt Gesundheit und Lebensfreude, stärkt Körper, Seele und Geist

Das Buch von Carmen Ramirez Schmidt ist durch Anregung von Kindern aus Yogakursen entstanden und ist eine gute Unterstützung sowohl für Einsteiger in die Yogapraxis als auch für Kinder, die schon Yoga machen. Es richtet sich an unerfahrene wie geübte Kinder von 6-14 Jahren, aber auch an Erwachsene, die mit Kindern arbeiten und auf der Suche nach Anregungen sind.

Die einzelnen Übungen werden in kurzen, leicht verständlichen Schritten erklärt, damit Kinder selbständig die Übungen ausführen können. Viele detaillierte, kindgerechte Abbildungen erleichtern zudem das Nachahmen durch große, ansprechende Fotos auf denen Yogakinder die einzelnen Haltungen zeigen. Darüber hinaus enthält es sieben Yoga-Übungssequenzen, die in Form einer zusammenhängenden Geschichte direkt auf Kinder zugeschnitten sind, „Kraftsätze" für seelische Unterstützung und auch praktische Anregungen. Außerdem werden verschiedene Atemübungen erklärt und am Ende des Buches können die Kinder Mandalas ausmalen, ihren eigenen Schutzengel gestalten oder eine schwimmende Lotusblume basteln.

ISBN 978-3-86616-117-7, vianova Verlag, € 19,95

Wir machen Sport

Aus der Reihe „Lesemaus" ist das Büchlein „Wir machen Sport" von Sandra Ladwig. Im Kindergarten ist Sportwoche. Jedes Kind erzählt von seinem Lieblingssport. Paula geht zum Kinderturnen, Anton spielt Fußball, Fine macht Ballett, Niklas lernt Schwimmen, Jona fährt gerne Ski, Mattis geht zum Judo, Ronja nimmt Reitstunden, Julia geht zum Yoga, Emil und Natalia fahren Fahrrad. Kinder ab drei Jahren können hier einiges über verschiedene Sportarten erfahren. Empfohlen von der Stiftung Lesen.

ISBN 978-3-551-08439-2, Carlsen Verlag, € 3,99

Jaspers Reise zu den Yoga-Tieren

Jasper geht auf Reisen, um herauszufinden, was Yoga bedeutet. Denn mit Yoghurt hat es offensichtlich nichts zu tun, und Mama verrenkt sich dabei ganz komisch. Tiernamen haben diese Verrenkungen auch noch. Ob vielleicht die Tierwelt ihm helfen kann, die Bedeutung von Yoga herauszubekommen? Vorbei an kleinen und großen, gefährlichen und sanften Tieren bis hin zu den Pinguinen in der Antarktis führt es Jasper. Kommt er aber mit neuen Erkenntnissen über Yoga nach Hause? Erfahrt in diesem Buch, wem Jasper unterwegs begegnet und warum!

Die Autorin Inga Bohnekamp ist Dipl. Psychologin und Yogalehrerin für Kinder und Jugendliche. Sie hat dieses schöne Buch geschaffen, das Yoga-Philosophie und -Praxis für die kleinen Leser und Zuhörer auf mitreißende, kindgerechte Weise verbindet und zum Ausprobieren, Mitmachen und Integrieren in den Alltag anregt. Es lässt sich von zwei Seiten lesen, einmal auf deutsch und auch auf englisch.

Autumnus Verlag, ISBN 978-3-938531-71-6, € 7,90

Jakob im Kindergarten

Wenn Kinder in den Kindergarten kommen, ist das ein großes Erlebnis. Leichter fällt der Einstieg, wenn z.B. durch das gemeinsame Betrachten von Bilderbüchern ein erster Eindruck des neuen Alltags vermittelt wird. Hierfür bietet sich für Kinder ab 18 Monaten das Bilderbuch „Jakob im Kindergarten" an.

Jakob freut sich auf den Kindergarten, weil er dort viel Zeit mit seinem besten Freund Alex verbringen kann. Und natürlich auch mit all den anderen Kindern. Sie spielen, essen zu Mittag, machen einen Mittagsschlaf, und haben viel Spaß zusammen.

Im Oktober erscheint in der Jakob-Serie auch noch das Buch „Jakob geht zum Kinderturnen".

ISBN 978-3-551-16424-7, Carlsen-Verlag, € 5,99

Die „Wackeldackel Hitparade"!

Die Welt muss sich bewegen, also schüttel dich!

Udo Schöbel, der seit über 20 Jahren Musik für die „Sendung mit der Maus" macht und auch alle Lieder für das „Kikaninchen" schreibt, hat sein erstes Kindermusikalbum unter dem Pseudonym „Körperklaus" herausgebracht. Er setzt alles ein, was die musikalische und instrumentale Trickkiste hergibt: Kazoo, Ukulele, Xylophon, Steeldrums und mundgemachte Beats flippen um die Wette und Pop und Beat treffen auf Blasmusik und Kinderzimmertechno.

Entstanden sind 15 nagelneue Kinderlieder zum Wackeln, Abzappeln, Lachen und Lernen. Sie strahlen Gelassenheit, Neugier, Spaß am Spielen, an der Bewegung und am Mitsingen aus. Es ist eine ebenso vielstimmige wie bunte Antwort auf das, was dem tradierten Kinderlied seit Langem fehlt: Coolness, Humor und heutige Lebenswirklichkeit.

Alle Liedertexte sind im CD-Booklet enthalten. Auf der Website www.koerperklaus.de gibt es kurze Tanz-Videoclips zum Anschauen. Hier kann man die CD auch bestellen oder downloaden.

Für Kinder ab 3 Jahren, Spieldauer, 48 Minuten
Universal Music Family Entertainment/Karussell

Teamplay
Kooperation als Option

Im Sommer verlegen wir Menschen weite Teile unseres Lebens in die freie Natur und an die frische Luft. Und auch jetzt noch sehen wir Kinder durch die Gegend toben und erfreuen uns an ihrem Bewegungsdrang. Allen ist klar, dass Bewegung wichtig ist, den Körper stärkt und für die Gesundheit ausgesprochen förderlich ist.

Wenn man entspannt in einem Café beim Cappuccino sitzt, sieht man viele Männer und Frauen, die im Sportdress an einem vorbeijoggen, walken oder, rennen. Ich kenne Menschen, die in der Lage sind, während sie ihrem Körper diese Menge an Energie abverlangen, ihre Seele baumeln zu lassen. Aber selbst wenn man gemeinsam läuft, ist es doch keine Teamarbeit, sondern eine Angelegenheit, die man, wenn auch in der Gruppe, allein und relativ unabhängig von anderen Menschen macht.

Wenn wir also unsere kleinen Kinder dazu anhalten, Sport zu treiben, sich zu bewegen, dann sind wir der Überzeugung, dass sie sich etwas Gutes tun. Und natürlich ist das richtig.

In den vergangenen beiden Jahrzehnten hat sich in der Bundesrepublik eine Entwicklung breitgemacht, die darauf hinausläuft, die Individualisierung des Einzelnen immer weiter voranzutreiben. Meistens verbindet sich dieses auch mit der Idee von Konkurrenz. Das geht schon in der Schule los und setzt sich in Studium und Berufsleben fort. Die Vorstellung, schwierige Probleme gemeinschaftlich zu lösen, tritt bedauerlicherweise in den Hintergrund.

Ich bestreite nicht, dass Konkurrenz wichtig ist, aber es gibt ein Pendant dazu und dieses heißt Kooperation.

Kooperation in der Teamarbeit zeigt sich, wenn Menschen sich auf ein gemeinsames Ziel verpflichtet fühlen und dieses Ziel gemeinsam versuchen zu erreichen. Man weiß inzwischen, dass eine gute Teamarbeit mehr ist, als die Summe der Leistungen der einzelnen Teammitglieder. Wir alle, die wir die Fußballweltmeisterschaft erlebt haben und den Erfolg der deutschen Mannschaft, konnten beobachten, wie Teamarbeit zum Erfolg führt. Hierbei zählten eben nicht nur die aktuell spielenden Fußballstars, sondern auch die Spieler, die man gemeinhin Ersatzspieler nennt. Das Besondere an dieser Mannschaft war jedoch, dass sich alle 23 Männer als eine gemeinsame Mannschaft betrachtet haben, erweitert durch das Team der Betreuer. Man konnte spüren, dass auch die Menschen, die nicht unmittelbar mit dem Spiel zu tun hatten, Teil der Mannschaft waren und demzufolge auch einen Anteil an ihrem Erfolg hatten. Auf diese Weise ist die deutsche Mannschaft Weltmeister geworden.

Nur wenn sich eine Mannschaft als Team versteht und so agiert, wenn beispielsweise ein Stürmer den Ball zurücklegt, damit ein anderer, besser positionierter Mitspieler das Tor erzielen kann, dann zeigt sich darin die hohe Schule von Kooperation und Teamarbeit.

Lassen Sie uns einen Blick auf eine Kindergruppe werfen, der ein Fußball zur Verfügung gestellt wurde. Was tun diese, sie laufen alle gemeinsam dem Ball hinterher, jeder versucht ihn zu erwischen und mit ihm das zu tun, was das eigentliche Ziel des Spieles ist, ein Tor zu schießen. Das genau entspricht der kindlichen Psychologie, die darauf angelegt ist, die individuellen Bedürfnisse schnell zu befriedigen und persönliche Erfolge zu erzielen. Natürlich ist das total niedlich,

wenn wir solches beobachten, wenn die Gruppe quirlig durcheinander läuft und Freund und Feind versuchen, sich gegenseitig den Ball abzujagen, aber Sinn und Zweck von sozialem Lernen wäre, ihnen beizubringen, dass sie sich verteilen, dass sie mitlaufen müssen, sich wechselseitig helfen und sich gegenseitig den Ball zuzuspielen.

Kinder müssen also lernen, dass der gemeinsame Erfolg mehr ist, als der individuelle Erfolg. Es geht nicht nur leichter, sondern es schweißt auch ein Team zusammen, gemeinsam einen Sieg davon getragen zu haben.

Man kann sagen, dass eine Mannschaft, die gewinnen will oder den Sieg davon trägt, dies dank einer Transferleistung erreicht, die den natürlichen Impuls, egoistisch zu spielen, in den Hintergrund drängt. Das Muster, das in Teamsportarten gelernt wird, bleibt bei den Kindern erhalten und kann in Situationen transferiert werden, in denen soziales Verhalten erfolgreich Ziele erreichen lässt. Diese Situationen werden sich in anderen Zusammenhängen zuhauf ergeben, in Familie, Schule und Beruf.

Es kann hier nicht darum gehen, Konkurrenzverhalten zu diskreditieren, oder auch nur zu sagen, dass diese Eigenschaften nicht sinnvoll seien. Es geht jedoch darum, diesem Verhalten eine weitere Option hinzuzufügen, nämlich sich gegebenenfalls für Kooperation zu entscheiden.

Ich habe viele Erfahrungen mit Studentinnen und Studenten gemacht, mit denen ich eine spezielle Übung durchgeführt habe, deren Hauptaufgabe darin besteht, die Entscheidung zwischen Konkurrenz und Kooperation zu treffen. Es ist nicht übertrieben, aber die Entscheidung fiel zu über 90% so aus, dass Konkurrenz als das probate Mittel betrachtet wurde. Tatsächlich aber war es zum Gelingen der Übung notwendig, sich in Kooperation zu begeben. Kalendersprüche wie: „Jeder ist sich selbst der Nächste!“ oder „Jeder für sich und Gott für uns alle!“ spiegeln diese innere Haltung wider. Diese Sprüche sagen im Prinzip nichts anderes aus, als dass man sich um sich selbst kümmern solle und die Gesamtverantwortung, die Verantwortung für das gemeinsame Ganze an irgendjemand delegieren könne. Dies ist jedoch nicht so. Aber diese Tendenz bemerken wir schon an der Überbetonung der individuellen Rechte und es zeigt sich auch deutlich an der sich immer weiter öffnenden Schere der Vermögensverteilung innerhalb der Bundesrepublik Deutschland.

Wie es aussieht, ist der Corpsgeist auf dem Rückzug befindlich, jedenfalls gesamtgesellschaftlich betrachtet.

Wie mir scheint, muss sich im gesellschaftlichen Bewusstsein etwas ändern, das heißt, dass Kooperation und Konkurrenz wieder gleichwertige und gleichrangige Begriffe, Eigenschaften und Verhaltensweisen werden sollten. Andernfalls droht der Verlust sozialer Verhaltensweisen, die doch eigentlich das Wesen des Menschen ausmachen. Der Mensch ist als soziales Wesen konstruiert, das nicht ohne den anderen kann. Konkurrenz ist eine ganz natürliche Regung, Kooperation ist dagegen eine soziale Errungenschaft, die gelernt, verstanden und verinnerlicht werden muss.

Ein Kind, das diese Haltung erlernt hat, sie in sich aufnimmt und verfestigt, wird diese Haltung auch in die nächste Generation weitertragen. Und es ist unsere Aufgabe, ihm das zu ermöglichen.

Deswegen ist es nicht nur wichtig, dass Kinder Sport für ihren Körper treiben und sich bewegen, sondern auch Sport im Sinne von Training für ihr Gehirn und ihre sozialen Eigenschaften und Verhaltensweisen. Ich bin sicher, die nächste Generation wird es uns, den Eltern, danken.

Autor
Bernd Herrmann
Sozialpädagoge,
Supervisor (DGSv) und
Trainer für Gruppendynamik (DGGO)

Die Blaugrüns

Eine bunte, phantasievolle und liebevoll erzählte Geschichte mit viel Spaß und Spannung zum Vorlesen und Selberlesen von Kathrin Prien, mit Illustrationen von Constanze Danikas für Kinder ab 6 Jahren.

Die Blaugrüns sind den Menschen sehr ähnlich. Allerdings leben sie unter Wasser, verborgen vor neugierigen Blicken, tief unten im Meer in ihrer kleinen blauen Stadt. Die Blaugrünjungen Weißnase, Wippus und Braunschopf verbringen fast jeden Nachmittag miteinander. Eines Tags, als sie am Abend von der roten Krebsschlucht in die kleine blaue Stadt zurückkehren, bekommen sie einen großen Schreck. Der stets schlecht gelaunte Zauberer Fünfbart hatte einen besonders schlechten Tag und hat in seiner miesepetrigen Laune alle Blaugrüns in der kleinen blauen Stadt verzaubert. Die drei Freunde sind völlig ratlos und beschließen daher die kluge Lexika zu fragen. Da die kleine Lexika außerhalb der Stadt lebt, ist sie genau wie die Drei vom Zauber verschont geblieben. Lexika findet heraus, dass nur die gute grüne Fee aus dem Feenland die Blaugrüns von dem bösen Zauber erlösen kann. Daraufhin machen sich die vier Blaugrünkinder auf den langen Weg ins ferne Feenland, um die gute grüne Fee um Hilfe zu bitten. Auf ihrer abenteuerlichen Reise begegnen sie auch einem gefährlichen Meeresbewohner und erhalten schließlich unerwartete Unterstützung.

ISBN: 978-3-8495-5031-8
tredition-Verlag, € 12,99

Bewegung für Kinder mit Leib und Seele

Bewegungsförderung ist als Themenschwerpunkt in der pädagogischen Arbeit in Kita und Schule in den letzten Jahrzehnten zunehmend in den Vordergrund gerückt. Immer mehr Kinder sind übergewichtig, aber auch normal entwickelte Kinder und Jugendliche zeigen immer weniger Fertigkeiten im Laufen, Springen, Ballspielen und anderen Bewegungen.

Dabei ist Bewegung ein wesentlicher Motor der Entwicklung und gleichzeitig Ausdruck der Lebensfreude von Kindern. Über Bewegung eignen sie sich ihre Umwelt an und machen Erfahrungen mit sich selbst und ihrem sozialen Miteinander. Unabhängig von ihren Entwicklungsvoraussetzungen, ihrem kulturellen Hintergrund und ihrer sozialen Herkunft tragen Bewegung und freies Spiel wesentlich dazu bei, Bildungschancen für Kinder zu verbessern.

Was sind die Gründe für die Abnahme an Bewegungsfähigkeiten bei Kindern? Hier gibt es verschiedene Erklärungsansätze. Zum einen hat sich die Beweglichkeit unserer Gesellschaft selbst in den letzten Jahren verringert: wir fahren mehr mit dem Auto, Kinder werden von zu Hause zu ihren Freunden, in die Kita, in die Schule, zum Sport gefahren; viele Familien bewegen sich selbst eher ungern. Der Anteil der täglichen Bewegung von Erwachsenen hat sich in den letzten 20 Jahren immerhin nahezu halbiert.

Der Teufelskreis aus Bewegungsmangel, geringerer körperlicher Fitness, also auch geringerer Muskelkraft, höherem Körpergewicht und daraus wiederum erwachsender geringerer Motivation, sich überhaupt zu bewegen, ist nicht nur für Erwachsene, sondern zunehmend auch für Kinder ein wesentlicher Grund für steigende gesundheitliche Beschwerden: eine Zunahme an kindlichem Diabetes, muskulären und Gelenkbeschwerden bis hin zu einem höheren Risiko, zu verunfallen, da die nötige Bewegungserfahrung und Geschicklichkeit eher fehlt, sind nur einige der aktuell von Medizin und Krankenkassen beschriebenen Folgen der zu gering ausgeprägter Bewegungsentwicklung.

Bewegungsförderung für Kinder muss also zum einen früh, zum anderen für alle Kinder als vorbeugende Gesundheitsförderung verstanden werden. Als erstem Glied in der Bildungskette kommt neben den Familien hier insbesondere Kindertagesstätten in der Gestaltung von Bewegungsangeboten im Bereich der vorschulischen Erziehung und Bildung verstärkt Verantwortung zu. Nicht zuletzt in der Orientierung auf die im Rahmen der Bildungsrichtlinien des Landes Schleswig-Holstein benannten sechs Bildungsbereiche, unter denen die Förderung von Körper- und Sinneswahrnehmung, Gesundheit und Bewegung einen wichtigen Raum einnimmt.

Auf Initiative des Landessportverbandes Schleswig-Holstein haben sich in den vergangenen Jahren mittlerweile 12 anerkannte Bewegungskindergärten die besondere Bewegungsförderung auf die Fahne geschrieben: in Lübeck ist dies die Sportkita in der Possehlstraße in engerer Zusammenarbeit mit der Lübecker

Für Erzieher & Lehrer

Fitte Kids in Spiel und Sport

Aktuelle Studien belegen, dass die Fitness unserer Kinder und Jugendlichen rapide abnimmt. Um diesem Trend entgegen zu wirken, regt das vorliegende Buch zu verschiedenen Bewegungsformen mit den unterschiedlichsten Materialien und Geräten an. Hierbei werden nicht nur die sportmotorischen Eigenschaften spielend gefördert, die Kinder erlangen darüber hinaus mehr Sicherheit, Selbstvertrauen und Selbstständigkeit, was zur Entfaltung einer positiven Persönlichkeit beiträgt.
Die vielseitigen Bewegungsangebote ermöglichen den Kindern und Jugendlichen, sich mit viel Spaß spielend zu bewegen.
Von Marlies Marktscheffel, Meyer & Meyer Verlag, € 16,95
ISBN: 978-3-89899-022-6

Turnerschaft. Darüber hinaus ist die Kita des Deutschen Kinderschutzbundes eine bewegungsorientierte Einrichtung und der Verein TuS Lübeck begeistert mit seiner Initiative "Kitas in Bewegung" viele Kitagruppen durch die gemeinsam gestalteten Sportangebote im Stadtteil Marli. Allen Initiativen ist eines gemeinsam: neben der allgemeinen Bildung und Betreuung erfahren die Kinder der Einrichtungen frühzeitig eine intensive Förderung im Bereich Sport und Bewegung, verbunden mit Konzepten gesunder Ernährung für Kinder, ergänzt durch eine Elternarbeit, die versucht, Familien für das Thema Bewegung und Ernährung zu gewinnen oder gar zu begeistern. Mittlerweile haben viele weitere Kitas das Thema Bewegung für sich entdeckt und in den Vordergrund ihrer Arbeit gestellt.

In vielen bewegungsorientierten Einrichtungen stellt die Verbindung zum Vereinssport einen Schwerpunkt der gemeinsamen Arbeit dar: Kinder und deren Familien sollen schon in jungem Alter den Bezug auch zum Vereinssport erfahren und an Sport- und Bewegungsangebote in einem Sportverein herangeführt werden.

Dies geschieht im Einzelnen durch die spielerische Hinführung zum Sport und zur Bewegung ohne besondere Leistungsorientierung, um das kindliche Erleben vielseitiger Bewegungserfahrungen und damit auch des Selbstwertgefühls zu stärken, Angst zu reduzieren und die Befähigung zur richtigen Einschätzung der eigenen körperlichen Kräfte, aber auch der eigenen Grenzen zu stärken. Wichtig ist die Förderung von Fairness, sozialen Verhaltensweisen und Kontaktfähigkeiten, besonders im Mannschaftssport, sowie schließlich die frühzeitige Motivation zu einer möglichen Form sinnvoller und gesunder Freizeitgestaltung.

Dass diese Orientierung auch in Richtung der Sportvereine wichtig ist, zeigen Erfahrungen im Schulbereich: bedingt durch Ganztagsunterricht und Betreuungsangebote bis lange in den Nachmittag hinein, hat sich der klassische Einstieg von Kindern in den Sport von noch vor 20 Jahren – zunächst Kinderturnen und -schwimmen, Schulsport und Eintritt in einen Verein mit der jeweils aktuellen Lieblingssportart – bis heute sehr verändert. Viele Kinder gehen den Sportvereinen mittlerweile verloren, Jugendliche besuchen oft eher Fitness-Center, anstatt eine Sportart im Verein zu betreiben. Die Lübecker Bildungskonferenz zur Kooperation von Schule und Verein hat kürzlich auf zunehmende Herausforderungen in der Zusammenarbeit hingewiesen, um Kinder und Jugendliche wieder mehr für Vereins- und Leistungssport zu motivieren, aber auch die allgemeine Bereitschaft, sich zu bewegen, nicht außer Acht zu lassen.

Im November 2010 haben der Landessportverband und die Sportjugend Schleswig-Holstein, zusammen mit dem Ministerium für Bildung und Kultur Schleswig-Holstein, gemeinsame Schritte zur Zusammenarbeit von Vereinen und Schulen bzw. Kindertagesstätten vereinbart. Speziell die Kindertagesstätten sollen darin unterstützt werden, das Thema Bewegung in die Vermittlung möglichst vieler Themengebiete einfließen zu lassen und sich noch stärker als bisher als „bewegungsfreundliche Kindertageseinrichtungen“ verstehen.

Im Weiteren sollen Erzieherinnen und Erziehern ebenso wie den Eltern Möglichkeiten aufgezeigt werden, wie sie die motorische Entwicklung der Kinder fördern und in den Alltag integrieren können. Sie sollen über die Bedeutung von Bewegung, Spiel und Sport für die Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsbildung informiert und für ihre eigene Vorbildfunktion sensibilisiert werden. Und schließlich gilt es, eine soziale Komponente nicht zu vergessen: 76.000 Kinder und Jugendliche sind allein in Schleswig-Holstein von Armut betroffen. In ihren Familien steht das Geld für Sport- und Freizeitaktivitäten der Kinder häufig nicht zur Verfügung und auch Sportvereine stoßen zunehmend an ihre Grenzen, Beiträge nachzulassen oder gar auf diese notwendigen Einnahmen in deutlich größerem Umfang, als noch vor wenigen Jahren, zu verzichten. Vor diesem Hintergrund gewinnen wieder die Leistungen des Lübecker Bildungsfonds und des Bildungs- und Teilhabe-Gesetzes der Bundesregierung an Bedeutung, den Kindern auch hier finanzielle Hilfen, bspw. für einen Vereinsbeitritt im Sinne eines „Sport für alle“, zu ermöglichen.

Kinder in Bewegung in Kita, Schule und Verein – ein wichtiges Thema. Genauso wichtig ist dabei aber auch: gemeinsamer Sport in der Familie, z.B. der regelmäßige Schwimmbadbesuch am Samstagnachmittag mit Papa und Mama (mit anschließendem Eisessen!), schafft Bewegung für alle. Und vor allem: nachhaltig bindende Erfahrungen für alle Generationen.

Autor
Joachim Karschny
Diplom-Psychologe
Psychotherapeut
Geschäftsführer von
KinderWege gGmbH

Freie Dorfschule Lübeck i.G.

• Stabile soziale Strukturen mit Bindung zu den Lernbegleitern
• Wechselseitige Ergänzung unterschiedlicher Begabungen
• Naturnahes und praktisches Lernen
• Rhythmus und Geschicklichkeit, Musik und Kunst
• Individuelle Leistungs-Dokumentation
• Jahrgangsgemischte Lerngruppen
• 13 Jahrgänge, alle Abschlüsse

Info-Veranstaltungen werden auf der Website bekanntgegeben

Jeden Freitag 15-17 Uhr: Kennenlernprogramm in unserem Gartenland

www.freie-dorfschule-luebeck.de

Kinder-Yoga

Yoga gibt es bereits seit einigen Jahrtausenden und kommt ursprünglich aus Indien. Es ist keine typische Sportart, obwohl es viel mit Bewegung zu tun hat. Es soll viel eher eine Verbindung von Körper, Seele und Geist ermöglichen. In Indien macht man bereits mit Babys Yogaübungen und Massagen, und für ältere Kinder gehört es dort schon zum Alltag. Seit vielen Jahren wird Yoga überall auf der Welt praktiziert, und obwohl es aus dem Hinduismus und dem Buddhismus entstanden ist, ist es nicht religiös, sondern vielmehr eine Philosophie. Auch hier bei uns gibt es viele Angebote, vom Baby-Yoga über Mutter-Kind-Yoga bis hin zu Kinder-Yogakursen. In diesen Kursen werden die Kinder spielerisch mit den Anspannungs-, Entspannungs- und Atemübungen vertraut gemacht.

Ich durfte bei solch einer Kinder-Yogastunde mit Frauke Nesemann von Edelstein-Yoga dabei sein. Sie bietet nicht nur Kinder-Yoga an, sondern auch Erwachsenen-Yoga, Meditation, Mutter-Kind-Yoga und Lachyoga. Nach der Begrüßungsrunde, in der jeder erzählte, wie er sich gerade fühlt, haben wir ein Mantra gesungen - das fördert die Konzentration und befreit den Geist von störenden Einflüssen. Zur Aufwärmung wurde getobt und schon einige Asanas (Yogahaltungen) in eine Geschichte eingebaut. Dann gab es ein Ratespiel mit Yogakarten, wo immer abwechselnd die Asanas (die überwiegend Tier- und Naturnamen haben) vorgemacht wurden und die anderen sie erraten mussten. Die Kleinen hatten sichtlich Spaß bei ihren Übungen, die wirklich spielerisch und kindgerecht waren. Bei der gegenseitigen Massage und der abschließenden Phantasiereise/Entspannung konnten wir dann alle mal so richtig abschalten. Welch ein Spaß! Auch ich wollte sofort wieder mit Yoga anfangen, vielen Dank für die Einladung an die Yogakinder und Frau Nesemann.

In einigen Kitas und Schulen werden auch Yogakurse, Meditationen und Phantasiereisen angeboten. Denn nicht nur wir Erwachsenen sind manchmal gestresst, auch Kinder erleben Stresssituationen und müssen diese kompensieren. Durch langes Sitzen und Stillhalten haben sie einen ganz natürlichen Drang, sich zu bewegen. Yoga hat viele Vorteile für Kinder in ihrer Entwicklung und beim Lernen. Die Motorik wird gefördert und die Bewegungsmuster bieten eine gute Grundlage für logisch-abstraktes Denken. Außerdem wird die Fähigkeit zur Konzentration gesteigert, die sinnliche Wahrnehmung wird geschult und der soziale Umgang mit Anderen verbessert sich. Yoga gibt Kindern ein besseres Selbstbewusstsein und das Bedürfnis nach Bewegung wird obendrein gestillt. Kinder, die Yoga kennen lernen, sind ausgeglichener, trauen sich mehr zu und können sich oft bei körperlichen oder seelischen Problemen mit einfachen Übungen selbst helfen, z.B. Kobra gegen Bauchschmerzen, Kerze gegen Einschlafstörungen. Beim Kinderyoga steht der Spaß im Vordergrund. Leistungsdruck bleibt auch bei den Erwachsenen vor der Tür - denn wichtig ist, auf unseren "inneren Lehrer" zu hören. (CH)

Mehr Informationen zum Thema finden Sie unter: kinderyoga.de, karmakids.de, edelstein-yoga.de.

YogaZentrum Travemünde
YOGASCHULE & AUSBILDUNGSZENTRUM
• Kinder & Teenie-Yoga Kurse, Familienyoga Workshops
• KINDERYOGA WEITERBILDUNG für Erzieher, Pädagogen, Eltern, Motopäden, Yogalehrer etc. 27.-28.09./18.-19.10./06.-07.12.2014
04502.8 57 40 80 | Travemünder Landstr. 300
www.yogazentrum-travemuende.de

Yoga für Kinder
Yoga-Abenteuer für kleine Entdecker
Infos und Anmeldung:
Kerstin Tanneberg,
Hatha-Yoga-Lehrerin (SKA)
Yoga in der Tradition von
B.K.S. Iyengar
Tel.: 0171 – 68 78 308
KERSTIN TANNEBERG
Yoga
KerstinTanneberg@gmx.de | www.yoga-allee.de

Taekwondo

Der Fuß (Tae), die Faust (Kwon), der Weg (Do), dafür steht der Name der koreanische Kampfsportart Taekwondo. Doch neben der reinen Verteidigung, steht sie für viel mehr, denn Taekwondo basiert auf den fünf Grundsätzen Höflichkeit, Integrität, Durchhaltevermögen, Geduld, Selbstdisziplin und Unbezwingbarkeit. Darüber hinaus verpflichten sich Taekwondo-Schüler jedoch nicht nur die Grundsätze des Taekwondo‘s einzuhalten, sondern auch ihre Trainer und alle Höhergestellten zu achten, ihr Wissen nie zu missbrauchen, sich für Freiheit und Gerechtigkeit einzusetzen und bei der Schaffung einer friedlicheren Welt mitzuarbeiten.

Diese Prinzipien erklären, warum dieser Sport, wie andere Kampfsportarten auch, für Kinder eine so gute Schule sind. Eine Schule die nicht nur körperliche Fitness trainiert, sondern ihnen auch wichtige soziale und mentale Eigenschaften mit auf den Weg gibt. Denn das Ziel von Taekwondo ist nicht nur das Erlernen von Kampftechniken, sondern auch das Erreichen einer geistigen Reife. Wer Taekwondo beherrscht, muss gleichzeitig auch in der Lage sein, diese Sportart nicht leichtfertig einzusetzen.

Ich treffe mich mit Enver Duman, Leiter der Lübecker Taekwondo-Schule "Denken & Bewegen" und Träger des 5. Dan. Bei meiner ersten Begegnung fragt er mich, was meine Definition von Freundschaft ist. Ein ungewöhnlicher Gesprächsbeginn, der allerdings das Wesen von Enver Duman offenbart und zeigt, dass er nicht nur den Sport, sondern vor allem eine Philosophie lebt.

Er ist höflich, zuvorkommend und hat eine eigene Lebensvorstellung. Er will Menschen etwas lehren, was über die Grenzen rein sportlicher Betätigung hinaus geht. Nicht Bewegung alleine steht im Zentrum, sondern „Denken und Bewegen“. Der Geist bewegt den Körper, der Körper den Geist. Bewegung, Gesundheit und geistige Reife sind untrennbar miteinander verbunden. "Kinder müssen sich bewegen um gesund zu sein und um ein gesundes Körpergefühl zu entwickeln", sagt Enver Duman und in seinen Augen liegt ein Leuchten, wenn er über Bewegung redet. Man sieht ihm an, dass er das, was er sagt, den Schülern vorlebt und somit seine eigene Leidenschaft weitergibt.

"Bewegung ist für Kinder so wichtig" sagt er, "es verbessert ihre Körperhaltung und stärkt auch die Konzentrationsfähigkeit.". Seine Schule bietet daher spezielle Kurse für Kinder ab 4 Jahren an, in denen den Kindern nicht nur die Techniken des Taekwondo, sondern vor allem auch körperliche Fitness vermittelt wird. Erst durch regelmäßige Bewegung fühlt man sich in seinem Körper wohl. Enver Duman will einen Ausgleich zu der modernen Welt schaffen, in der Kinder den ganzen Tag vor dem Fernseher oder dem Computer sitzen.

Dabei wird in seiner Schule jeder individuell gefördert. "Ich bringe den Schülern nicht nur die allgemeinen Techniken bei, sondern setze bei jedem da an, wo seine persönlichen Stärken und Schwächen liegen." erklärt er. Es ist ihm wichtig, dass seine Schüler in jeder Trainingsstunde etwas für sich ganz persönlich mitnehmen. Nicht die Gruppe steht im Vordergrund, sondern die Förderung des Einzelnen innerhalb der Gruppe. Seit 1984 begleitet Enver Duman seine Schüler, lebt seinen Sport und die dahinter stehende Philosophie vor. Er ist Lehrer, Freund und wenn man mit ihm spricht, merkt man, dass er sich nicht nur für die sportliche Leistung interessiert, sondern auch für den Menschen dahinter. (THE)

Breakdance

Spektakuläre Bewegungen und funky moves. Der als Breakdance bekannte Tanz ist ursprünglich Anfang der 1970er Jahre in den Straßen des New Yorker Stadtteils Bronx entstanden. Damals versuchten Jugendliche, die sich selbst als B-Boys und B-Girls bezeichneten und Teil der Hip-Hop Kultur waren, dem Lebensgefühl junger Schwarzer in den Armenvierteln der US-amerikanischen Großstadt Ausdruck zu verleihen. Man tanzte zu Funk-, Pop- und Hip-Hop-Musik und mit der Zeit entwickelten sich viele Tanzstile und -schritte, von denen die sogenannten "Powermoves", z.B. der "Headspin", das Drehen auf dem Kopf um die eigene Achse, sicherlich die eindrucksvollsten sind. Populär wurde Breakdance jedoch erst Anfang der 1980er Jahre durch die ersten Reportagen und die Vermarktung des Tanzes durch teilweise szenefremde Tänzer. Zu dieser Zeit wurde auch erst der Marketingbegriff "Breakdance" geprägt, obwohl es richtigerweise eigentlich B-Boying bzw. B-Girling heißt.

Ich treffe mich mit Ziad Askar um mehr über Breakdance für Kinder und Jugendliche zu erfahren. Ziad hat seine Kids Lias (7) und Jamel (8) mitgebracht, sie warten bei den Mediadocks auf mich. Die Lütten hampeln herum und können es kaum erwarten, für die Fotos zu posieren. Während wir auf den Fotografen warten, toben sie über die Laderampe eines Schuppens.

Ziad ermahnt seine Sprösslinge, vorsichtig zu sein. "Vor einem Auftritt muss man immer den Ball flach halten, damit man sich nicht verletzt!", erklärt er ihnen. Ich frage ihn, wann seine Söhne mit dem Tanzen angefangen haben und er zögert. "Eigentlich weiß ich das nicht so genau", sagt er, "sie waren immer bei meinen Auftritten mit dabei und haben alles mitbekommen. Er selbst hat sich mit 13 Jahren von Breakdance inspirieren lassen und leitet nun, neben seinen Auftritten, die "A Norm In Form Academy", in der er seinen Schülern die Elemente des Breakdance nahe bringt.

Ziad hat schon mit vielen Pionieren der Breakdance-Szene getanzt, Showerfahrungen im Ausland gesammelt und diverse Auftritte bei Großveranstaltungen (erst kürzlich auf der Travemünder Woche) absolviert. Er kann daher auf einen reichen Erfahrungsschatz zurückblicken und gibt nicht nur in seiner Tanzschule, sondern auch im Rahmen von Sport-AGs Unterricht an diversen Lübecker Schulen. "Kinder können, je nach Reife, etwa ab sieben Jahren mit Breakdance beginnen.", sagt der 32jährige. "Der Tanz bietet Kindern viel, was sie auch im richtigen Leben weiterbringt. Breakdance ist Fitnessprogramm, fördert Ausdauer und Rhythmusgefühl. Wenn es um gemeinsame Choreografien geht, sind zudem Kreativität und Teamfähigkeit gefordert. Leistungswille und Erfolgserlebnisse als Einzeltänzer und als Gruppe stehen ebenso im Zentrum des Sports."

Lias und Jamel tanzen aktiv mit. Für einige der spektakulären Figuren fehlt natürlich noch die Kraft, aber Ausdauer und Training zahlen sich über die Zeit aus. Wenn die Kids im frühen Alter anfangen, haben sie es später leichter, wirklich gut zu werden. Tanzen ist für Kinder und Jugendliche eine tolle Beschäftigung, die das Körperbewusstsein fördert und daher auch gut fürs Selbstbewusstsein ist. "Ich würde gerne eine Junior-Gruppe mit kleineren Tänzern trainieren.", sagt Ziad und lächelt als er hinzufügt "...wenn genügend Anmeldungen zusammen kommen." (THE)
Kontakt zu Ziad Askar erhalten Sie unter www.anorminform.de

Skaten

Wenn ich so an meine Kindheit zurückdenke, fällt mir auf, dass ich schon recht früh ein Skateboard hatte. Ich dürfte ungefähr acht oder neun gewesen sein, als ich das erste "Brett" mein eigen nannte. Es war ein buntes und schrecklich schweres Ding (wahrscheinlich aus Blei, oder so...) aus dem Kaufhaus und für echtes Skaten kaum zu gebrauchen. Später kaufte ich mir dann allerdings mein erstes richtig echtes Skateboard bzw. ich ließ es mir schenken. Richtig skaten lernte ich trotzdem nie. Irgendwie kam ich nie in Kontakt mit wirklich guten Skatern und als ich später dann welche kennenlernte, war ich über den Punkt hinaus, es lernen zu wollen. Allerdings habe ich Skater immer sehr bewundert, denn es gibt für mich wenige Sportarten, die so elegant und cool sind und gleichzeitig mit so wenig finanziellem Aufwand und Equipment betrieben werden können.

Warum soll Skaten nun aber unbedingt für Kinder gut sein? Nun, es gibt verschiedenen Gründe: Der Sport fördert die körperliche Koordinationsfähigkeit. Wer sich auf vier Rollen eine Halfpipe herunterstürzen und dabei noch fotogen aussehen kann, dem kann in Sachen Körpergefühl und Koordination kaum noch einer etwas vormachen. Außerdem fordert der Sport Beharrlichkeit. Wer einen Trick lernen will, muss ihn wieder und wieder üben. Für die meisten Skateboard-Tricks braucht man das, was der Engländer "muscle memory" nennt, einstudierte Bewegungen, die später wie im Schlaf sitzen müssen. Das muss hartnäckig trainiert werden. Gerade für Kinder ist es eine wichtige Lektion, sich Ziele zu setzen und sie dann auch zu erreichen. Abgesehen davon, erfordert Skaten eine Menge Mut. Treppengeländer, Halfpipes und andere Hindernisse sind oft hoch und nicht ungefährlich. Schutzausrüstung ist daher, gerade bei den Kleinen, unerlässlich. Doch wer ungeachtet der Gefahr in der in der Lage ist, sich in eine Rampe fallen zu lassen, der wird daraus eine tiefe Befriedigung entwickeln. Das fördert das Selbstbewusstsein und macht Skaten zu einem "extrem coolen" Sport. Dabei ist das, was sich auf den ersten Blick als Sportart für Individualisten darstellt, eine Freizeitbeschäftigung, die meist in der Gruppe ausgeübt wird.

Auf einem der bekanntesten Lübecker Skateplätze, in der Kanalstraße, sieht man selten jemanden alleine fahren. Vertreten wird die Szene übrigens durch den Lübecker Verein Lass Roll'n e.V., der sich, als der offizielle Lübecker Rollbrettsportverein, die aktive Förderung der Skateboardfahrer in der Hansestadt und deren Umfeld auf die Fahnen geschrieben hat.

Dazu gehört, neben Workshops, die unter anderem auch für Kinder angeboten werden, die Erhaltung alter Skateparks und die Schaffung neuer. Für Kinder sind Skateparks allerdings oft gar nicht notwendig. Eine ruhige Seitenstraße und ein Bordstein sind oft schon genug, um die Kids stundenlang zu beschäftigen.

Mit dem Skaten können Kinder ab etwa sechs Jahren anfangen. Es gibt Kids, die schon früher den Weg aufs Brett finden, in der Regel ist sechs oder sieben allerdings ein gutes Alter für den Einstieg.

Skateboarding, oder kurz Skaten, entstand in den 1960er Jahren in den USA, als man versuchte, Wellenreiten auf die Straßen zu übertragen. Verschwand der Sport Ende des Jahrzehnts schon fast von der Bildfläche, belebte ihn die Entwicklung der Polyurethan-Rollen in den 70er Jahren wieder.

Doch erst in den 90er Jahren, mit der Entwicklung der modernen Straßenskateboards, fand das Brett die Form, die moderne Tricks erst möglich macht. Inzwischen sind die Boards so gut wie ausgereift. Neue Materialien konnten sich nicht durchsetzen und so bestehen die Decks noch immer aus mehrlagigem Furniersperrholz, während in anderen Sportarten bereits Kohlefaser und andere High-Tech Materialien Einzug gehalten haben. (THE)

Kinderseite

Auflösung der K

Suchbild

1. Der Maulwurf hat sich auf dem Spielplatz ausgetobt. Wie viele Hügel hat er aufgetürmt?
2. Der Maulwurf ist ein scheues Tier und lässt sich selten blicken. Heute lässt er sich aber blicken. Kannst du ihn entdecken? Wo ist er?
3. Einige Kinder haben Sterne auf ihren Kleidern. Wie viele Sterne kannst du zählen?
4. Wieviele Blumen sieht Du? Kannst Du auch die Bäume zählen?

Rätsel

Leicht

1. **Welcher Begriff verbirgt sich hier?**
   Welche Feige genießt man lieber nicht?
2. **Was bin ich?**
   Das Erste ist ein wildes Tier. Das Zweite putzt du am Morgen dir. Zusammen ist es gelb und grün, du siehst es auf der Wiese stehn.

Mittelschwer

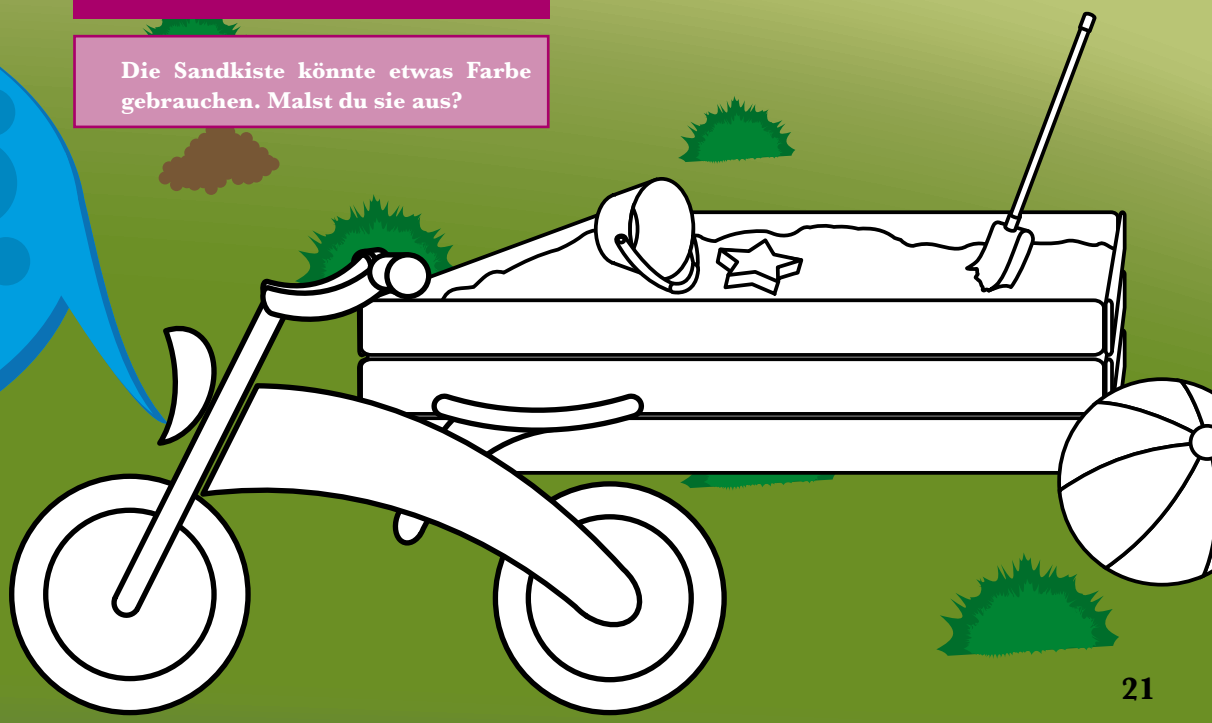
3. **Für wen ist das Geschenk?**
   Ich habe ein Geschenk, sagt Jakob. Es ist für den Sohn der einzigen Schwester meiner Tante.
4. **Wo bin ich?**
   Vor mir fährt die Polizei, hinter mir eine Kutsche. Rechts von mir ein Flugzeug, links von mir die Eisenbahn.

Schwer

5. **Welche Hülsenfrucht verbirgt sich hier?**
   Welches Gemüse ist immer lustig?
6. **Was ist das?**
   Je mehr es bekommt, desto hungriger wird es. Und hat es alles gefressen, so stirbt es.

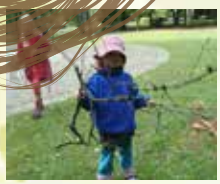
Ausmalen

Die Sandkiste könnte etwas Farbe gebrauchen. Malst du sie aus?



inderseite (Seite 36)

»Natur-Rezept«



Kinder lieben es, sich zu bewegen. Doch manchmal fällt es uns „Großen“ schwer, mit den Kindern mitzuhalten. Entweder, was die Ausdauer oder die Schnelligkeit angeht oder einfach, sich mal wieder Gedanken zu machen, was man gemeinsam draußen machen kann.

Hier kommt nun ein „Naturrezept“, mit dem man mit Kindern einen wunderbaren Tag in der Natur verbringen kann. Meistens führt ein Freund an der Seite des Kindes zu einer entspannteren Situation, also gerne einladen. Dieses „Rezept“ lässt sich sehr gut mit Kindern von 7 – 10 Jahren umsetzen, wobei nach unten kaum eine Einschränkung besteht. Das Kind muss nur ausdauernd sein oder die Möglichkeit haben, sich auszuruhen, ggf. Mittagsschlaf machen zu können (vielleicht in einer Hängematte?).

Benötigte Utensilien für das Rezept:

- ein Taschenmesser (z.B. ein Opinel, siehe vorherige Ausgabe „Lüttbecker“)
- eine Decke
- Getränke
- leckeres Essen
- Kamera
- evtl. Hanf- oder Bastband

Wo soll das Nest entstehen?

Das Nest, das gebaut werden soll, ist KEIN Nest für Vögel, sondern für die Kinder! Also muss der Platz dafür groß genug sein. Es sollte mindestens so groß sein, dass zwei Kinder darin Platz haben, also mit einem Durchmesser von etwa 1,5 Metern. Schön ist es, wenn es dort entsteht, wo mehr Menschen es betrachten können. Vielleicht in den Wallanlagen, gegenüber vom Krähenteichbad oder an einem anderen netten Plätzchen. Dort müssen sehr, sehr viele abgefallene (!) Stöcke, Äste und Zweige (wofür man die Wege verlassen muss) gesucht werden. Also müssen Bäume in der Nähe sein. Es wird nur die Umrandung des Nestes gebaut, der Boden wird dabei ausgespart. Die Decke wird später dort ausgebreitet und das **Picknick** kann gegessen werden.

Der Nestbau geht los

Die Kinder gehen zuerst auf Stockpirsch und es sollten sowohl dicke, starke Äste und Stöcke, als auch dünne, elastische Zweige gefunden werden. Die dickeren Äste werden unten als Hauptgerüst angelegt und die dünneren nach oben verflochten.

Das Hanfband kann zur Befestigung eingearbeitet und die Äste, Zweige und Stöcke damit verbunden werden, meist hält es aber auch ohne Band. Durch diese Stabilität können sich die Kinder später richtig anlehnen und sich entspannt ihrem Lunch zuwenden.

Die Kinder werden in dieser Zeit rennen, springen, klettern, fein- und grobmotorische Fertigkeiten vollbringen und sich später in ihrem eigenen Nest entspannen können. Diese Abläufe sind nicht nur wichtig für die Muskulatur, sondern auch für das Gehirn, das ganz besonders Bewegung braucht, um sich weiterzuentwickeln. Auf so einfache Art und Weise hat man eine ganze Menge durch Bewegung abgedeckt und nicht nur das: auch die gemeinsame Zeit mit dem Kind und das Ergebnis dessen, was das Kind selber geschaffen hat, sind weitere wichtige Bausteine für eine gesunde Entwicklung des Kindes.

Um diesen Tag nicht zu vergessen, ist es empfehlenswert, eine Kamera mitzunehmen damit dem Kind sein Kunstwerk und die gemeinsame Zeit mit den Eltern in Erinnerung bleibt.

Autorin
Stefanie Brinckmann
Wald- und Naturpädagogin, Seilkletterin SKT1, Projektleiterin an der IG Friedrichsort/Kiel, Referentin bei dem LVGFSH e.V., angehende Bildungswissenschaftlerin und Outdoortrainerin

»Picknick-Rezept«

Wraps (Grundrezept)

Für 6 Wraps
200 g Weizenmehl (Type 1700) • Salz • Mehl für die Arbeitsfläche

1. Das Mehl und 1 TL Salz in eine Schüssel geben. 250–300 ml Wasser nach und nach dazugeben und die Zutaten zu einem Teig verkneten. Der Teig soll weich und gut knetbar sein. Den Teig in Frischhaltefolie gewickelt etwas ruhen lassen.
2. Den Teig in sechs gleiche Teile teilen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche mit dem Nudelholz jeweils zu möglichst dünnen Fladen ausrollen.
3. In einer beschichteten Pfanne die Fladen von jeder Seite kurz backen, einzeln auf Alufolie legen, Fladen in Folie einrollen und abkühlen lassen.
Zubereitung: 30 Min. (Pro Stück ca. 105 kcal)

Mexicana Wrap

Für 1 Wrap
1/2 rote Paprikaschote • 1 Frühlingszwiebel • 1/2 Avocado • 1–2 EL Zitronensaft • 1 Wrap (siehe Grundrezept) • Salz • Pul Biber (Chiliflocken)

1. Das Gemüse waschen. Die Paprikaschote putzen und klein würfeln. Die Frühlingszwiebeln putzen und in dünne Ringe schneiden.
2. Das Avocadofleisch aus der Schale heben, mit einer Gabel zerdrücken und mit Zitronensaft mischen.
3. Den Wrap mit Avocadomus bestreichen, mit Salz und Pul Biber würzen, Paprika und Zwiebel darüberstreuen. Den Fladen eng zusammenrollen und bis zum Essen in Alufolie wickeln.
Zubereitung: 15 Min. (Insgesamt ca. 390 kcal)

Sesam-Schinken-Wrap

Für 1 Wrap
20 g Putenschinken • 1 Blatt Eisbergsalat • 1 TL Sesamsamen • 1 zarte Möhre • 1 EL Schmand • 1 EL Tahin (Sesampaste) • 1 Wrap (siehe Grundrezept) • gemahlener Kreuzkümmel

1. Den Schinken in Streifen schneiden. Das Salatblatt waschen und in Streifen schneiden.
2. Sesamsamen ohne Fett in einer beschichteten Pfanne rösten, bis sie zu duften anfangen. Die Möhre waschen und fein reiben. Sesam und Möhren mit Schmand und Tahin vermischen.
3. Den Wrap mit dem Mix bestreichen, mit dem Eisbergsalat und den Schinkenstreifen bestreuen. Mit Kreuzkümmel würzen. Den Fladen eng einrollen und in Alufolie wickeln. Der Wrap eignet sich gut zum Mitnehmen. Dann ganz in Alufolie wickeln und in eine Plastikbox packen.
Zubereitung: 15 Min. (Insgesamt ca. 300 kcal)

Italienrolle

Für 1 Wrap
1 Tomate • 1/2 Kugel Mozzarella • 1 Handvoll Basilikumblätter • 1 Wrap (siehe Grundrezept) • 1 EL rotes oder grünes Pesto (aus dem Glas) • 1 TL Aceto balsamico • Salz • Pfeffer

1. Die Tomate waschen, vom Stielansatz befreien und in Würfel schneiden. Den Mozzarella abtropfen lassen und ebenfalls würfeln. Basilikumblätter waschen.
2. Den Wrap mit dem Pesto bestreichen, mit Tomaten- und Mozzarella Würfeln belegen, mit Aceto balsamico beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und die Basilikumblätter darüber streuen. Den Wrap einrollen und zum Transport in Alufolie wickeln.
Zubereitung: 15 Min. (Insgesamt ca. 350 kcal)

Gefunden in
Lieblingsrezepte für Kinder

Alle Eltern kennen die Herausforderung, ihre Kinder täglich ausgewogen zu ernähren und ihnen die gesunden Mahlzeiten trotzdem schmackhaft zu machen. In ihrem Kochbuch bietet Dagmar von Cramm 160 gesunde, vollwertige und schmackhafte Jeden-Tag-Rezepte für unsere kleinen Feinschmecker. Ob Frühstück, gut gefüllte Pausenbrotdose, schnelles Mittagessen, gesunder Snack oder gemütliches Abendessen - für jede Mahlzeit finden sich hier leckere und nicht zu aufwendige Rezepte. Im häufig hektischen Alltag die Zeit fürs Kochen und die gemeinsame Mahlzeit zu finden fällt nicht immer leicht. Dagmar von Cramm kennt diese Anforderungen ganz genau. Ihre Rezepte treffen den Geschmack der kleinen Gourmets, versorgen sie rundum gut und gehen auch bei der Zubereitung leicht von der Hand. Die Zutaten findet man in jedem Supermarkt und die meisten Rezepte (ohne Schmoren und Einkochen) sind schnell und einfach zubereitet.
Gräfe und Unzer Verlag
ISBN: 9783833827136, € 19,99

„Waldkindergarten“

Der „Open Air“-Kindergarten

Wir haben noch Plätze frei!

Seit dem 01.09.2005 ist der Waldkindergarten „Die Waldmäuse“ in Betrieb. Am 01.09.2013 wurde zusätzlich die Krippe „Die Wühlmäuse“ eröffnet. Ab 1,9 Jahren bis zum Schuleintritt erfahren die Waldkinder den Wald „Tilgenkrug“/Israelsdorf und das angrenzende Naturschutzgebiet „Schellbruch“, wo es zu allen Jahreszeiten so unendlich Vieles zu entdecken gibt - ein kleines Paradies für Klein und Groß. Träger ist die Schutzgemeinschaft Deutscher Wald (SDW) Kreisverband Lübeck e.V. Die beiden Schutzhütten befinden sich im Kleingartengelände Tilgenkrug.

Wir halten an dem aus Skandinavien stammenden Ursprungskonzept für Naturkindergärten – mit Rucksack und Bollerwagen – fest und nutzen dabei den Wald als weiteren Erzieher. Er hat für die Waldmäuschen seine Pforten immer geöffnet und lädt täglich zum Beobachten und Entdecken, zum Toben und Lernen, aber auch zum Träumen ein….

Die tägliche Bewegung an frischer Luft, bei jedem Wetter, trainiert spielerisch die Muskulatur. Darüber hinaus werden die Sinne aktiviert und die Konzentration gefördert. Es ist bewiesen, dass die kognitive und sprachliche Vielfalt dicht an die motorischen Fähigkeiten eines Kindes gekoppelt sind. Ein Kind, das im Wald klettert, herumtollt, kriecht, springt und hüpft, wird im Erwachsenenalter wesentlich flexibler und vielschichtiger denken, sprechen und handeln. Auch die Wahrnehmungsfähigkeit wird stärker geschult: Waldkinder gehen behutsamer mit Tieren und Pflanzen um, erleben die Natur intensiver, indem sie Gerüche sowie Geräusche viel stärker verinnerlichen. Dadurch werden sie sehr früh für den Naturschutz sensibilisiert. Sie lernen den nachhaltigen Umgang mit den Ressourcen „Wasser – Erde – Luft“ im Wald.

„Denken ist Bewegung im Kopf“, lautet eine pädagogische Fachaussage. Mit dem guten Angebot an Bewegungsräumen begegnet unser Waldkindergarten dem Auftrag, Grundbildung zu vermitteln. „Besondere Stärken zeigen unsere Waldkinder natürlich im Umgang mit der Natur, jedoch auch in der aktiven Beteiligung an Sport und Spiel, im musischen Bereich sowie sogar in der Sprachfertigkeit. Sie können sich gut konzentrieren, sind kreativ, aufgeschlossen und können gut zuhören.“, berichten Pädagogen.

Homepage:
www.diewaldmaeuse.org
Anmeldungen:
Mobil 0157-78944181

Villa „Regenwürmchen“

Die Kindertagespflege zum Wohlfühlen

Seit einigen Jahren haben wir die Villa-Regenwürmchen eigens für unsere Würmer angemietet und komplett auf die Belange „unserer Kids“ zugeschnitten. Kinder im Alter von 0-7 Jahren werden hier altersgerecht gefördert. Im Erdgeschoss gibt es eine große Spiel-, Relax-, Bastel- und Tobeecke mit Zugang zum Garten.

Die geräumige Küche eignet sich ideal zum gemeinsamen Essen, Kochen und Backen. Wir haben separate Schlafbereiche für unsere Kleinen eingerichtet, wo sie in Ruhe Energie für den weiteren Tag sammeln können. In einem Raum mit Bällebad, weichen, großen Bauklötzen und weiteren Spielmöglichkeiten, können auch die Regentagen mit viel Spaß und Bewegung verbracht werden.

Die Wurmmamas sind Daniela Schwarz (36), gelernte Kinderpflegerin mit vielen Jahren Erfahrung und einem eigenen Kind (8) sowie Angela Howgate (30), qualifizierte Tagesmutter mit zwei eigenen Kindern (2+10).

Wir legen großen Wert auf eine gesunde Ernährung. Täglich frisch gekochte Gerichte und viel Obst und Gemüse sind bei uns eine Selbstverständlichkeit.

Frische Luft muss sein, deshalb unternehmen wir regelmäßige Außenaktivitäten in der Umgebung, mit unserem Krippenwagen oder im eigenen kindgerecht eingerichteten Garten. Förderung des Sozialverhaltens und Schulung der Motorik sind uns ebenso wichtig. Deshalb legen wir Wert auf gemeinsame Beschäftigungen wie Lesen, Kneten, Spielen, Backen und vieles mehr.

Was uns einzigartig macht:

- Unsere Zeiten von 7:00-20:00 Uhr
- Auch an den Wochenenden sind wir da
- Hauseigene Vertretung, ob Urlaub oder Krankheitsfall
- Auf Wunsch haben wir das ganze Jahr geöffnet

Westpreußenring 15f
23569 Lübeck/Roter Hahn
Tel.0451-3072807, Mobil 0176-81144823
www.villa-regenwuermchen.de

Freizeitaktivitäten: Wer übernimmt die Kosten?

Nach einer Trennung stellt sich Eltern oftmals die Frage, welcher Elternteil für die Kosten der Freizeitaktivitäten des gemeinsamen Kindes, wie beispielsweise den Klavierunterricht, eine Mitgliedschaft im Sportverein oder einen Kurs an der Kunstschule aufzukommen hat. Zudem kann die Kostenübernahme für schulische Aktivitäten des Kindes, insbesondere für Schulausflüge und Klassenfahrten, für Streit zwischen den Eltern sorgen.

Rechtlich handelt es sich bei diesen Kosten um Fragen des Kindesunterhalts, die hier nur allgemein dargestellt werden können.

Grundsätzlich sind Kosten der Freizeitaktivitäten wie Klavierunterricht und Sportverein unmittelbar nach der Trennung von demjenigen Elternteil zu tragen, der sie bisher gezahlt hat.

Sobald die Höhe der (monatlichen) Unterhaltsverpflichtung festgestellt ist, werden diese Kosten jedoch nicht mehr gesondert berücksichtigt. Denn bei der Bemessung der Unterhaltshöhe sind die Kosten für Freizeitaktivitäten in den maßgeblichen Sätzen der Düsseldorfer Tabelle grundsätzlich bereits enthalten. Bei diesen Sätzen handelt es sich um Pauschalen, die sich über das Jahr ausgleichen sollen. Eine Berücksichtigung der jeweiligen Einzelumstände und dadurch drohende Streitigkeiten zwischen den Elternteilen sollen bewusst vermieden werden, um auf diese Weise eine Befriedung und Beruhigung des Verhältnisses zwischen den Eltern herbeizuführen. Im Ergebnis müssen die Kosten der Freizeitaktivitäten dann aus dem Kindesunterhalt oder aus den finanziellen Mitteln des betreuenden Elternteils (oder gegebenenfalls aus Mitteln des Bildungsfonds) bestritten werden.

Etwas anderes kann gelten, wenn die Kosten für besondere Aktivitäten des Kindes rechtlich nicht als Regelbedarf, sondern ausnahmsweise als Mehrbedarf einzuordnen sind. Dies kann beispielsweise bei Kosten für Nachhilfeunterricht des Kindes der Fall sein. Auch wenn es sich bei einem Kind um ein besonders förderungsbedürftiges Talent handelt, können dadurch bedingte Ausgaben gesondert geltend gemacht werden. Allerdings werden hier unter anderem die Notwendigkeit der Ausgaben und die Leistungsfähigkeit des unterhaltsverpflichteten Elternteils genau zu prüfen sein.

Auch die Ausgaben für Klassenfahrten des Kindes können als Mehrbedarf gesondert geltend gemacht werden.

Abschließend ist darauf hinzuweisen, dass im Streitfall bei der rechtlichen Bewertung einer Unterhaltsverpflichtung zahlreiche weitere Gesichtspunkte eine Rolle spielen können, sodass in diesen Fällen eine individuelle Prüfung unerlässlich sein wird.

Autorin
Birte Peterlein
Fachanwältin für Familienrecht in Lübeck
Mutter von drei Kindern
(3, 7 und 9 Jahre)

Ihre Urlaubsfotos ganz GROSS!
Ihr Foto in 50x40cm oder DIN A2
aus einer PDF, TIFF oder JEPG-Datei
auf Semigloss (Fotopapier) 8,50 €
oder
auf Canvas (für Keilrahmen) 15,50 €

Bitte ausschneiden und mitbringen.
Gutschein gültig bis 30.10.2014
SATZPARTNER
Dienstleistungen rund um den Druck
Kanalstraße 70 | 23552 Lübeck | Tel. 04 51 / 409 85 20-0 | www.satzpartner.de

Das Gleichgewicht zwischen Bewegung & Ernährung

Dr. Menrath ist Kinderarzt und leitet die Sprechstunde für übergewichtige Kinder in der Kinderklinik des UKSH Lübeck. Er bietet ambulante Therapieprogramme ("Active Kids") für und mit übergewichtigen Kindern und Jungendlichen an. Außerdem ist er Mitglied der Kinderschutzgruppe und zuständig für schulische Gesundheitsförderung.

Wie kam es zu "Active Kids" und was genau machen Sie hier?

Im Jahr 2004 hat meine Kollegin Frau Wagner das Thema Übergewicht bei Kindern beschäftigt und sie hat gesehen, dass es zunehmend zum Problem wird. Das Programm “Active Kids“ wurde 2005 geboren und ich bin seit 2007 dabei. Die Arbeit mit den Kindern hier umfasst mehrere Bereiche: den medizinischen, den psychologischen und außerdem noch Sport und Ernährung. Der erste Weg für Betroffene ist der Weg in unsere Sprechstunde. Hier bieten wir medizinische Diagnostik, Beratung, regelmäßige Gewichtskontrolle und empfehlen Therapiemaßnahmen. Unser Ziel ist es, übergewichtige Kinder und ihre Familie, bei der Erarbeitung eines gesünderen Bewusstseins für ihre Ernährungs-, Bewegungs- und Verhaltensgewohnheiten zu unterstützen. Hierfür gibt es ein intensives Therapieprogramm mit Kindern und Jugendlichen sowie ein begleitendes Elterntraining.

Ab wann ist ein Kind eigentlich übergewichtig?

Anders als bei Erwachsenen kann das ideale Gewicht für Kinder nicht durch eine Formel pauschalisiert werden. Durch ihre sich ständig ändernden Proportionen während der verschiedenen Wachstumsschübe verzerrt sich das Verhältnis von Körpergewicht und Körpergröße. Die individuelle Entwicklung muss über längere Zeit beobachtet werden, damit festgestellt werden kann, ob sich beim Kind ein Übergewicht ausprägt. Dabei sollte man sich jedoch nicht auf sein Augenmaß verlassen, da die eigene Einschätzung häufig trügt. Besser lässt man das medizinisch abklären z.B. vom Kinderarzt. Berechnen lässt sich das auch durch den BMI.

Wodurch werden Kinder übergewichtig?

Da gibt es natürlich mehrere Faktoren. Das Risiko steigt bei Kindern, deren Eltern übergewichtig sind. Rund 60% des Gewichts wird vererbt. Da spricht man dann von Veranlagung. So, wie es Menschen gibt, die drei Stücke Kuchen essen können und nicht zunehmen, brauchen andere den Kuchen nur anzugucken und haben schon ein Kilo zugenommen. Ein großes Problem ist natürlich auch die falsche Ernährung. Das fängt schon bei den Getränken an: Am besten Finger weg von Softdrinks und Eistee! Dazu kommt, dass die Nahrungsmittel mit der Zeit deutlich kalorienreicher geworden sind. Auch unregelmäßige, zu fette und zu große Portionen sind nicht von Vorteil. Und dann ist die Bewegung sehr entscheidend, immer mehr Kinder sitzen viele Stunden vor dem Fernseher, dem Computer oder der Spielkonsole. Der Umgang mit diesen Medien sollte stark eingegrenzt werden, denn wenn der Fernseher aus ist, bleibt kein Kind still sitzen.

Gibt es ein besonderes Alter, in dem das Risiko steigt?

Wenn Kinder in den ersten Monaten und Jahren zu gut ernährt werden, kann das schon Auswirkungen auf später haben, muss aber nicht. Neue Untersuchungen zeigen, dass Kinder, die am Anfang zu wenig wiegen und später dann schnell

zunehmen, auch zu Übergewicht neigen können. Meistens aber beginnt das Problem mit dem Wechsel von der Kita in die Schule. Der Alltag der Kinder ändert sich, sie sitzen viel, sind nicht mehr so aktiv, was nicht gerade förderlich für das Gewicht ist. Gerade ab der Schulzeit muss sich etwas ändern und besonders darauf geachtet werden, einen Ausgleich zu schaffen. Wichtig ist z.B. ein möglichst gesundes, nicht zu schweres Pausenbrot und außerschulische Bewegungsangebote.

Ein großes Thema ist auch das Essen in Kindergärten und Schulen. Es ist nicht immer so, wie wir uns das wünschen. Zudem wird meist nicht auf die Größen der Portionen geachtet. Die Kinder können sich oft ungebremst Nachschlag holen. Da sollte konsequenter drauf geachtet werden. Gerade für Kinder aus bildungsschwachen Familien sollten diese Einrichtungen ein Vorbild sein, in der sie den vernünftigen Umgang mit Lebensmitteln lehren. Beim Wechsel in eine weiterführende Schule kann es bei übergewichtigen Kindern auch noch zu Mobbing kommen. Dort herrscht oft ein anderer Umgang miteinander, was dann noch zu Frustessen führt, womit sich der Teufelskreis wieder schließt.

Wie ist die Mitarbeit der Eltern am Programm? Wenn die nicht mitmachen, hat das Kind da eine Chance?

Da müssen einige Dinge berücksichtigt werden. Das Alter spielt da eine große Rolle. Bei jungen Kindern ist die Verantwortung der Eltern natürlich extrem groß. Je älter die Kinder sind, umso unbedeutender wird sie. In jedem Fall aber ist es von Vorteil, wenn Eltern ihre Kinder unterstützen. Es fängt schon mit einer regelmäßigen, gemeinsamen und ausgewogenen Mahlzeit (nicht vor dem Fernseher) an.

Worauf sollten Eltern noch achten?

Sie sollten ihre Kinder nicht unter Druck setzen. Das Gewicht des Kindes darf nicht den Alltag bestimmen. Man muss da ganz entspannt herangehen. Viele Familien haben sowieso schon genug Stress und dieser darf nicht zunehmen. Gerade ältere Kinder gehen dann dagegen an, womit der Stressfaktor weiter erhöht wird. Eltern können auch durch Loben und Bestärken viel bewegen. Sie sollten eher betonen, was für die Kinder besser wird, z.B. wie viel besser sie sich bewegen können oder dass sie im Freundeskreis mehr anerkannt werden.

Sie müssen aber auch ihren eigenen Schweinehund überwinden und sich ihrer Vorbildfunktion bewusst sein. Die Eltern sollten sich selbst mehr bewegen, die Treppe anstatt die Rolltreppe oder den Fahrstuhl benutzen, für kurze Strecken nicht das Auto, sondern das Fahrrad nehmen und weniger Zeit vor dem Fernseher verbringen. Sie können ihre Kinder auch zu Alltagsaktivitäten motivieren, die sind entscheidend, wie gemeinsam skaten, ein Schwimmbadbesuch oder einen Spaziergang machen.

Wichtig für diese Familien ist die Konsequenz. Dabei ist es ratsam, nicht zu viele Baustellen gleichzeitig anzugehen, da dies ganz schnell zu inkonsequentem Verhalten führt. Natürlich darf es auch mal einen Ausrutscher geben. Wenn die Familie sich z.B. vornimmt, in Zukunft kleinere Portionen zu essen, sollte das allerdings bei mindestens 80% der Mahlzeiten auch eingehalten werden. Das Gute ist, dass die meisten übergewichtigen Kinder noch keine Diät machen müssen, da sie ja noch wachsen. Es reicht, wenn sie ihr Gewicht halten.

Möchten Sie uns abschließend noch etwas mit auf den Weg geben?

Sich nicht zu viel auf einmal vornehmen. Die Familien und Kinder müssen sich ein realistisches Maß setzen. Sonst klappt es meistens nur kurzfristig und dann kommt der Frust. Ich plädiere für kleine Schritte. Die Kinder müssen wissen, dass man keine anderen Menschen aus ihnen machen will. Sie sollten auf jeden Fall merken, dass sie ernst genommen werden und man ihnen zur Seite steht.

Mehr Informationen zu diesem Thema und einen BMI-Rechner für Kinder finden Sie unter: bzga-kinderuebergewicht.de von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung und zu "Active Kids" unter: active-kids.uk-sh.de

Interviewpartner
Dr. med. Dipl.-Psychologe
Ingo Menrath

FELDFRISCH
AUF DEN TISCH!

Eine gute Nachricht für alle Familien, die keinen eigenen Garten haben: Bei uns finden große und kleine Genießer unbelastetes Bio-Obst und -Gemüse, das tagesfrisch geerntet wurde. Das liegt daran, dass unsere rund 30 Mitgliedshöfe alle in direkter Gartennähe unserer Bio-Märkte liegen. Ob in Lübeck oder Bad Schwartau – ob junges Gemüse oder alte Obstsorten: Ihr Familientisch freut sich bestimmt schon auf Gartenfrische direkt von nebenan!

Alle Adressen und Infos zu unseren fünf Bio-Märkten in Lübeck und Umgebung unter www.landwege.de!

LANDWEGE
Bio aus nächster Nähe

DE-Öko-006

Hier können Sie für sich werben. Stellen Sie Ihr Angebot unseren Lesern kostengünstig vor. 15 Zeilen als Fließtext kosten € 50,00. Aber auch kleine gestaltete Anzeigen sind möglich.
Rufen Sie uns an. Tel.: 0451-6933530.
Anzeigenschluss für die November/Dezember-Ausgabe ist der 14.10.2014.

Freie Plätze in der Kindertagespflege

Villa-Regenwürmchen
Westpreußenring 15f
23569 Lübeck/Kücknitz
Tel.0451-3072807 oder mobil 0176-81144823
Freie Plätze: 3
Wir sind nicht die typischen Tagesmütter, wir sind besonders!!!
In einer kleinen Gruppe von zehn Kindern (0-8 Jahren) arbeiten wir ähnlich wie in einem Kindergarten. Zwei qualifizierte Tagesmamis, eine davon Kinderpflegerin aus dem Elementarbereich und eine Vertretung, die immer da ist, wenn Not am Mann ist. In unserem Haus, das extra für die Kids angemietet wurde, wird gekuschelt, gebastelt, gemalt, gelesen, gekocht, gebacken, draussen gespielt, Ausflüge gemacht uvm.
Neugierig auf mehr!?
www.villa-regenwuermchen.de

Kinderyoga

Asana-Praxis Lübeck
Immer mittwochs entdecken Kinder von 3 bis 10 Jahren die Yoga-Welt in der Asana-Praxis in der Lübecker Innenstadt. Infos und Anmeldung bei Kerstin Tanneberg, Tel. 0171-6878308 oder www.yoga-allee.de

Bewegungskurse für Babys

Babyschwimmen

Gynmics – Aktiv und Gesund
Frau Sabine Sommer-Fichelmann
Fritz-Reuter-Str. 5
23564 Lübeck
Tel.: 0451-79 59 95
Mehr Infos: gymnics-web.de

Lübecker Elternschule am Mariencrankenhaus
Frau Kerstin Seifert
Parade 5
23552 Lübeck
Tel.: 0451-290 63 28
Mehr Infos: luebecker-elternschule.de

Lübecker Schwimmbäder
Frau Pollex
TherapieZentrum Lübeck
Am Behnkenhof 60
Tel.: 0451- 31 77 22 77
Mehr Infos: luebecker-schwimmbaeder.de

Telekom-Sportverein Lübeck e.V.
Kanalstr. 32-36
23552 Lübeck
Tel.: 0451-70 66 96
Mehr Infos: telekom-sportverein-luebeck.de

Ostsee Therme Scharbeutz
Anmeldung bei
Bärbel Meyer-Thielsen
Ulmenweg 2
23569 Lübeck
Tel.: 0451-303706
mobil: 0176-510 123 15
Mehr Infos: ostsee-therme.de

Babyfitness

Kurs für Babys ab 8 bis 18 Monaten und deren Mütter/Väter
mittwochs 09.00-10.00 Uhr vom 03.09.-26.11.2014 oder
donnerstags 09.10-10.10 Uhr vom 25.09.-11.12.2014
Gebühr: € 65,00 für 10 x 60 Minuten

Zwergenfitness

Kurs für Kinder ab 2 ½ Jahren mit Begleitperson
montags 16.30- 17.30 Uhr in der Turnhalle der Marlischule
Anmeldung für beide Kurse über Familienbildungsstätte der GEMEINNÜTZIGEN
Jürgen-Wullenwewer-Str. 1
23566 Lübeck
Tel.: 0451-647 72
Gebühr: € 55,00 für 10 x 60 Minuten

Babymassage

Lübecker Elternschule am Mariencrankenhaus
Frau Marion Dann
Parade 5
23552 Lübeck
Tel.: 0451-79 72 61
Mehr Infos: luebecker-elternschule.de

Regelmäßige Termine

Freie Dorfschule Lübeck i.G.
Im September und Oktober lädt die Freie Dorfschule i.G. jeden Freitag von 15:00-17:00 Uhr zu ihrem Kennenlernprogramm. Treffpunkt ist das Gartenland in der Kleingartenanlage Vorrader Straße, ab Ende Oktober der Ringstedtenhof. Folgende Veranstaltungen werden geboten:
Färbepflanzen sammeln, bündeln, trocknen, mit Michiko Möhle.
Kräuter sammeln, bündeln, trocknen, mit Heidrun Leddin und Michiko Möhle.
Pflanzenfärben, mit Michiko Möhle und Wolf Peter Buchholz.
Zauberkunststücke aus der Mechanik, mit Andreas Klinkmüller und Wolf Peter Buchholz.
Teemischungen aus den gesammelten Kräutern, Marmelade, Saft, mit Heidrun Leddin.
Experimentieren mit Wasser, mit Andreas Klinkmüller und Wolf Peter Buchholz.
Schnitzen, für Kinder von 4 bis 10, mit Fabian Kalis und Vanessa Michels.
Theater (Thema siehe Website), 1. von 4 Terminen, mit Cornelia Koch und Michiko Möhle.
Nähere Informationen im Veranstaltungskalender und unter www.freie-dorfschule-luebeck.de.

Wichtige Adressen

Kinderärzlicher Notdienst
Kinderklinik der UKS
Ratzeburger Allee 160
Tel.: 116-117
Mi. und Fr. 16:00-18:00 Uhr,
Sa./So. und Feiertage 10:00-13:00 und 16:00-19:00 Uhr.

Schulpsychologische Beratungsstelle der Hansestadt Lübeck
Hinter der Burg
23552 Lübeck
0451/122-4061

Hilfe bei Gewalt
Frauennotruf
Musterbahn 3
23552 Lübeck
0451/704640
kontakt@frauennotrufluebeck.de
www.frauennotruf-luebeck.de

Wichtige Telefonnummern

Kinder und Jugendtelefon
Gemeindediakonie Lübeck
täglich 15:00-19:00 Uhr
0800-1110333

Elterntelefon
Mo.-Mi. 9:00-11:00 Uhr
Di.-Do. 17:00-19:00 Uhr
Tel.: 0800-111 05 50

Müttertelefon
täglich 20:00-22:00 Uhr
Tel.: 0800-333 21 11

Giftnotzentrale
Tel.: 030-19240

Ärztl. Bereitschaftsdienst
Tel.: 01805-116 117 + 119 292

Zahnärztlicher Notdienst
Tel.: 0451-707 97 90

Veranstalter Homepages

Altstadtbad Krähenteich
altstadtbad-kraehenteich.de

Bauspielplatz Roter Hahn e.V.
geschichtserlebnisraum.de

Domäne Fredeburg GbR
domaene-fredeburg.de

ErlebnisWald Trappenkamp
forst-sh.de

Eselpark Nessendorf GbR
eselpark.de

Familien-Bildungs-Stätte
fbs-luebeck.de

Figurentheater Lübeck gGmbH
figurentheater-luebeck.de

Filmhaus Lübeck
cinestar.de

Freie Dorfschule Lübeck i.G.
freie-dorfschule-luebeck.de

Gemeindehaus Rondeshagen
kleidermarkt-rondeshagen.de

Gemeinschaftshaus Gärtnergasse-Weberkoppel e.V.
gemeinschaftshaus.org

Gläserne Molkerei
glaeserne-meierei.de

Günter Grass Haus
grass-haus.de

Kinder- und Jugendbibliothek
stadtbibliothek.luebeck.de

Kinder- und Jugendkulturhaus Röhre
kjhroehre-luebeck.de

Kinderliteraturhaus
buecherpiraten.de

KOKI- Kommunales Kino Lübeck
kinokoki.de

Lübecker Museen
die-luebecker-museen.de

Museumshof Lensahn
museumshof-lensahn.de

Musikschule der GEMEINNÜTZIGEN Lübeck
luebecker-musikschule.de

NABU Wasservogelreservat Wallnau
wallnau.nabu.de

Naturerlebnis Kalis
naturerlebnis-kalis.de

Naturpark Holsteinische Schweiz
naturpark-holsteinische-schweiz.de

Ringstedtenhof
ringstedtenhof.de

Eiszeitmuseum e.V.
eiszeitmuseum.de

Schuppen 6
schuppen6.com

Stadt Ratzeburg
inselstadt-ratzeburg.de

Städt. Kurverwaltung Mölln
moelln-tourismus.de

Steinzeitpark Dithmarschen
neues.aoeza.de

Susi & die kleinen Strolche
susiunddiekleinenstrolche.de

Theater am Tremser Teich
theater-am-tremser-teich.de

Theater Lübeck
theaterluebeck.de

TheaterFigurenMuseum gGmbH
theaterfigurenmuseum.de

Tierpark Arche Warder
arche-warder.de

Tierpark Neumünster
tierparkneumuenster.de

Vorwerker Diakonie gGmbH
vorwerker-diakonie.de

Waldkindergarten Tilgenkrug „Die Waldmäuse“
diewaldmaeuse.org

Wallmuseum Oldenburg in Holstein
oldenburger-wallmuseum.de

wellcome Lübeck
wellcome-online.de

Wildpark Eekholt
wildpark-eekholt.de

Wildpark Mölln/Uhlenkolk
moelln.de/kultur-und-freizeit

Yogazentrum Travemünde
yogazentrum-travemuende.de

zeiTTor Museum
zeittor-neustadt.de

Zoo Rostock
zoo-rostock.de

Mo. 01.09.2014

Geologische Strandwanderung
NABU Wasservogelreservat Wallnau, Wallnau 4, Fehmarn
17:00 Uhr
Streifzüge an der Küste. Kosten: € 3,00. Mehr Infos: wallnau.nabu.de.

Di. 02.09.2014

Flintschlagen und Flechten
Steinzeitpark Dithmarschen, Süderstr. 47, Albersdorf
15:00-17:00 Uhr
Archäologische Mitmachaktionen für Groß und Klein. Kosten: € 6,00, Erm. € 1,50, Kinder bis 5 Jahren frei, Familienkarte: € 12,50.

Treffen der Kreis- und Elternvertretung der Kitas
20:00 Uhr
Öffentliches Treffen in der Kita "Kleiner Mukk", Kanalstraße 42-50.

Mi. 03.09.2014

Die kleinen Bücherbutscher
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
10:00-10:45:00 Uhr
Geschichten, Lieder, Reime, Spiele für Kinder von 24-36 Monaten und ihre Eltern. Die Teilnahme ist kostenlos - Anmeldung erforderlich.

Neustadt für kleine Leute
zeiTTor Museum, Haakengraben 2-6, Neustadt
10:30-12:00 Uhr
Spannende Stadtführung für Kinder ab 8 Jahren und Familien, jüngere Kinder mit Begleitung. Kosten: € 2,50 mit Gästekarte, € 3,50 ohne. Kinder und Jugendliche bis 18 Jahren frei.

Bogenschießen und Töpfern
Steinzeitpark Dithmarschen, Süderstr. 47, Albersdorf
15:00-17:00 Uhr
Archäologische Mitmachaktionen für Groß und Klein. Kosten: € 6,00, Erm. € 1,50, Kinder bis 5 Jahren frei, Familienkarte: € 12,50.

Do. 04.09.2014

Du hast angefangen! Nein Du!
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Tischfiguren-Inszenierung nach dem Kinderbuch von David McKee. Ab 3-6 Jahren. puppen.ect aus Berlin. Karten: € 7,00. Mehr Infos: puppen-etc.de.

Feuer machen, Schmuck
Steinzeitpark Dithmarschen, Süderstr. 47, Albersdorf
15:00-17:00 Uhr
Archäologische Mitmachaktionen für Groß und Klein. Kosten: € 6,00, Erm. € 1,50, Kinder bis 5 Jahren frei, Familienkarte: € 12,50.

Lola auf der Erbse
Filmhaus Lübeck, Königstr. 38-40
„Happy Family Film" - Filmstart.

Fr. 05.09.2014

Fit für Flint
zeiTTor Museum, Haakengraben 2-6, Neustadt
10:30-12:00 Uhr
Spannende Mitmachaktion für Kinder ab 6 Jahren und Familien zum Thema „Steinzeit", jüngere Kinder sind in Begleitung ebenfalls herzlich willkommen. Kosten: ab € 2,50 bis € 3,50. Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre frei.

Du hast angefangen! Nein Du!
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Tischfiguren-Inszenierung nach dem Kinderbuch von David McKee. Ab 3-6 Jahren. puppen.ect aus Berlin. Karten: € 7,00. Mehr Infos: puppen-etc.de.

Färbepflanzen sammeln, bündeln, trocknen
Freie Dorfschule Lübeck i.G.
15:00-17:00 Uhr
Mit Michiko Möhle, Treffpunkt Gartenland in der Vorrader Straße.

Malerei und Flintmesser
Steinzeitpark Dithmarschen, Süderstr. 47, Albersdorf
15:00-17:00 Uhr
Archäologische Mitmachaktionen für Groß und Klein. Kosten: € 6,00, Erm. € 1,50, Kinder bis 5 Jahren frei, Familienkarte: € 12,50.

Ein Koffer voll Geschichten
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
16:00 Uhr
Für Kinder ab 4 Jahren. Mit Geschichtenerzählerin Birte Lange. Eintritt frei.

Fledermäuse – Faszinierende Flugakrobaten
Naturpark Holsteinische Schweiz e. V., Schloßgebiet 9, Plön
19:30-21:30 Uhr
Bei einem Spaziergang auf gut ausgebauten, für Gehhilfen und Rollstühle geeigneten Wegen, werden die akrobatischen Flugmanöver jagender Fledermäuse beobachtet (bei Sturm fällt die Veranstaltung aus). Treffpunkt: Eingang Schloss Eutin. Kosten: Erw. € 5,00, Kinder € 2,50, Familien € 12,00.

Sa. 06.09.2014

Flohmarkt für jedermann „rund um St. Petri"
Im Umkreis der St. Petri-Kirche in Ratzeburg.
07:00-15:00 Uhr
Nur private Anbieter.

Kinder-Bekleidungs-und Spielzeugmarkt
Integrative Kindertagesstätte „Am Papenmoor", Am Kirchhof 10, Bad Schwartau
08:00-11:00 Uhr

Kinderkleidermarkt
Kindertagesstätte Mauseloch, Heinrich-Hertz-Str. 14, Ratzeburg
09:00-12:00 Uhr
Mehr Infos: 04541-895447.

Kinderkleidermarkt
Familien-Bildungs-Stätte, Jürgen-Wullenwever-Str. 1
10:00-12:00 Uhr
Nichts Neues - aber viel Schönes.

Flohmarkt Rund ums Kind
Ev.-methodistische Kirchengemeinde Christuskirche Lübeck, Wesleystr. 14/15
10:00-13:00 Uhr

Kultursamstag
Bauspielplatz Roter Hahn e.V., Pommernring 58
13:00-18:00 Uhr
Herstellen mittelalterlicher Keramik, Pfeilschuss und Bogenbau, Mittelalter-Mitmach-Küche, wikingerzeitliche Lederverarbeitung, Bernsteinschleifen.

Flohmarkt „Rund ums Kind"
Kita St. Michael, Bei den Tannen 28
13:30-16:00 Uhr

Public Drum Circle mit Mathias Reuter
Auf dem Marktplatz Lübeck
14:00 Uhr
Das Trommelerlebnis für ganz Lübeck. Jeder kann mitmachen, alle sind willkommen. Veranstalter: Musikschule der GEMEINNÜTZIGEN Lübeck

Tag der offenen Tür
Familienzentrum BunteKuh, Korvettenstr. 64a
14:00 Uhr
Das neue Familienzentrum und die Kita stellt sich vor.

Du hast angefangen! Nein Du!
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Tischfiguren-Inszenierung nach dem Kinderbuch von David McKee. Ab 3-6 Jahren. puppen.ect aus Berlin. Karten: € 7,00. Mehr Infos: puppen-etc.de.

Sommerfest
Gemeinschaftshaus Gärtnergasse-Weberkoppel e.V., Nachtigallensteg 25
15:00 Uhr
Kinderprogramm mit Seifenkistenrennen

Workshop mit Verkostung „Projekt Hanse-Apfel"
Obstwiese + Erlebnismosterei Lübeck, Kronsforder Landstr. 331-333
15:00-18:00 Uhr
Wie entsteht Obstsaft ohne Chemie, welches Obst eignet sich. Kosten: Erw.€ 10,00/Erm. € 8,00/Kinder frei.

So. 07.09.2014

Flohmarkt
Plaza Lübeck, Ziegelstr. 232
08:00-16:00 Uhr
Anmeldung: info@hochberg-flohmarkt.de

Großes Zoo-Fest
Zoologischer Garten Rostock, Rennbahnallee 21, Rostock
10:00 Uhr
Mit Tierschauen, Musik, Tanz und vielen Mitmach-Aktionen.

Kräuterwanderung
Naturerlebnis Kalis, Fraunhoferstr. 6
10:00 Uhr
Die heimische Natur mit allen Sinnen erleben. Wanderung durch den Wesloer Wald für Familien mit Kindern ab 8 Jahren. Kosten: € 15,00 (Kinder von 6 bis 14 Jahren € 5,00). Mehr Infos und Anmeldung: naturerlebnis-kalis.de

Walderlebnistag
Aktionstage Artenvielfalt
10:00-17:00 Uhr
Viele Spiele und Aktionen für Kinder und Erwachsene. Schwerpunkt ist die Erholungsfunktion des Waldes. Treffpunkt: Katharineumswiese in Lübeck-Israelsdorf (mit dem Bus zu erreichen über die Haltestellen „Waldstr." (Linie 12), „Israelsdorf" (Linie 32) oder „Kreuzwegbrücke" (Linien 30, 32, 39).

Möhren Sonntag
Eselpark Nessendorf, Wiesengrund 3, Blekendorf
10:00-18:00 Uhr
Jede Familie (bis 5 Personen), die 10 kg Futtermöhren mitbringt, hat freien Eintritt in den Eselpark.

Großes Zoofest
Zoologischer Garten Rostock, Rennbahnallee 21, Rostock
11:00 Uhr
Mit tollen Theateraufführungen, viel Musik, Tierschauen und tollen Mitmach-Aktionen. Zu Gast ist außerdem Pippi Langstrumpf.

Tipp

Rund um den Apfel

Das Projekt Hanse-Apfel, in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule, dem Museum für Natur und Umwelt, GK und Essbare Stadt Lübeck, bietet im September drei Veranstaltungen rund um das Thema „Apfel" an.
Am 6. September von 15:00 – 18:00 Uhr gibt es den Workshop „Projekt Hanse-Apfel – köstlicher Saft aus eigenen Äpfeln" mit Verkostung bei der Obstwiese + Erlebnismosterei Lübeck, Krummesser Baum, Kronsforder Landstr. 331-333. Der Lübecker Henry Gehring, Betreiber einer Mosterei in 2. Generation, referiert und zeigt, wie Obstsaft ohne Chemie und Konservierungsstoffe entsteht. Welches Obst eignet sich? Welche Arbeitsschritte sind notwendig? Reife eigene Äpfel können mitgebracht werden. Kosten: Erwachsene € 10,00, ermäßig € 8,00, Kinder: kostenfrei.
Am 25. September in der Zeit von 18:30 - 20:30 Uhr findet in der Volkshochschule, Hüxstraße 118 – 120, ein Vortrag mit Verkostung zum Thema „Projekt Hanse-Apfel – Lübecker Obstsorten" statt. Der Pomologe Heinz Egleder ist beim Projekt „Hanse-Apfel" aktiv und berichtet von der historischen Obststadt Lübeck. Im Mittelalter waren Apfel, Birne, Pflaume und Kirsche Grundnahrungsmittel, und sie spielten bis zum 2. Weltkrieg eine wichtige Rolle. Lokale Obstsorten werden vorgestellt, eigene können zum Probieren und Bestimmen gern mitgebracht werden. Kosten: € 3,00.
Am 30. September von 17:30 - 18:30 Uhr findet im Museum für Natur und Umwelt ein Vortrag für Kinder und Erwachsene zum Thema „Projekt Hanse-Apfel – Lübecker Obstsorten" statt. Der Lübecker Obstliebhaber Heinz Egleder berichtet über uralte Birn- und Apfelbäume als letzte Zeugen der historischen Obststadt Lübeck. Wie war es früher? Im Anschluss Diskussion über „Was können wir retten und für unsere Kinder bewahren?", wobei insbesondere Kinder, die herzlich willkommen sind, zu Wort kommen sollen! Lokale Obstsorten werden probiert (eigene können gerne mitgebracht werden). Kostenfrei.

Öffentliche Kinderstadtführung durch das historische Mölln
11:00-12:00 Uhr
Eine spannende Stadtführung für Kinder (und deren Eltern, Großeltern, Tanten, Onkeln…). Treffpunkt: Marktplatz. Anmeldung: 04542-7090. Kosten: € 2,50

15. Kinderflohmarkt
Kindergarten Curau, Dakendorfer Weg 12, Curau
11:00-13:00 Uhr
Für Schwangere Einlass ab 10:30 Uhr.

Unterwasserwelten
Günter Grass Haus, Glockengießerstr. 21
14:00-16:00 Uhr
Familiensonntag. Lasst euch von Cornelia Funkes Tiefseebildern inspirieren und zeichnet eure eigenen Wasserwesen. In die gemalten Bilder der Meereswelt eingeklebt, spielen eure selbst entworfenen Kraken, Flossen- oder Phantasietiere in der Erzählung von Lilli und Flosse mit und erleben neue kleine Geschichten. Anmeldung: julia.bock@luebeck.de oder Tel. 0451-122 42 73. Kosten: 1 Erw. mit Kindern € 12,00, 2 Erw. mit Kindern € 15,00.

Stadtführung
in Ratzeburg
14:30-16:30 Uhr
Treffpunkt Alte Wache, Marktplatz, 23909 Ratzeburg. Kosten: € 4,00; Kinder bis 14 Jahre € 2,00.

Tipp

11. Bücherpiratenfestival
Vom 09.-13. September laden die Bücherpiraten dazu ein, eine kunterbunte Woche in der Welt der Kinderbücher zu verbringen.
Eine Woche mit Rittern, mit Krokodilen, mutigen Kindern auf dem Weg nach Afrika und Schildkröten als besten Freunden.

Du hast angefangen! Nein Du!
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Tischfiguren-Inszenierung nach dem Kinderbuch von David McKee. Ab 3-6 Jahren. puppen.ect aus Berlin. Karten: € 7,00. Mehr Infos: puppen-etc.de.

Jubiläumsveranstaltung
wellcome Lübeck, Parade 4
15:00 Uhr
Familienkonzert u.a. mit dem Kinderchor Canzonetta in der Herz Jesu Kirche, anschl. Kaffee und Kuchen im Haus der Begegnung, Spiele und Vorleseaktionen im Kindergarten und Besuch der Ausstellung „Familie heute“ im großen Saal des K-Punkt.

Saisonstart
Die kleine Meerjungfrau
Theater am Tremser Teich, Warthestr. 1a
16:00 Uhr
Zaubermärchen nach H.C. Andersen. Ab 5 Jahren. Karten: € 9,00. Mehr Infos: theater-am-tremser-teich.de

O schaurig ist‘s übers Moor zu gehen
Wildpark Eekholt, Eekholt 1, Großenaspe
17:00 Uhr
Spinne, Schlange, Sumpf. Spätsommerlicher Rundgang durch das Wildpark-Moor.

Mo. 08.09.2014

Geologische Strandwanderung
NABU Wasservogelreservat Wallnau, Wallnau 4, Fehmarn
17:00 Uhr
Streifzüge an der Küste. Kosten: € 3,00. Mehr Infos: wallnau.nabu.de.

Di. 09.09.2014

11. Bücherpiraten-Festival
Kinderliteraturhaus, Fleischhauerstr. 71
16:00 Uhr
Musikalische Lesung aus „Ritter Rost und die Räuber“ mit Patricia Prawit alias „Bürgfräulein Bö“, ab 4 Jahren. Eintritt: Kinder € 4,00, Erw. € 6,00.

Lesung aus „Herr der Diebe“
Volks- und Komödientheater Geisler, Dr.-Julius-Leber-Str. 25
19:00 Uhr
Eine Diebesbande von Kindern, ein Sternenversteck in einem verlassenen Kino und ein mysteriöser Auftrag für den Herrn der Diebe. Es liest Jörn Kolpe. Phantastische Orte – Lesereise durch Cornelia Funkes Welten. Karten: shop@buddenbrookhaus.de.

Mi. 10.09.2014

Die kleinen Bücherbutscher
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
10:00-10:45:00 Uhr
Geschichten, Lieder, Reime, Spiele für Kinder von 24-36 Monaten und ihre Eltern. Die Teilnahme ist kostenlos - Anmeldung erforderlich.

Landeszootag
Zoologischer Garten Rostock, Rennbahnallee 21, Rostock
11:00 Uhr
Den Zoo als Klassenzimmer erleben. Es dreht sich alles rund umd das Thema Bildung.

11. Bücherpiraten-Festival
Kinderliteraturhaus, Fleischhauerstr. 71
16:00 Uhr
Lesung aus „Füchse lügen nicht“ mit dem Autor Ulrich Hub, ab 8 Jahren. Eintritt: Kinder € 4,00, Erw. € 6,00.

11. Bücherpiraten-Festival
Kinderliteraturhaus, Fleischhauerstr. 71
17:00 Uhr
Werkstatt „Theater im Schuhkarton“ mit der Künstlerin und Illustratorin Barbara Steinitz, ab 7 Jahren. Eintritt: Kinder € 4,00, Erw. € 6,00.

Do. 11.09.2014

11. Bücherpiraten-Festival
Kinderliteraturhaus, Fleischhauerstr. 71
09:00 Uhr
Lesung aus „Die Schluckauf-Prinzessin“ mit der Autorin und Illustratorin Nina Dulleck, ab 4 Jahren. Eintritt: Kinder € 4,00, Erw. € 6,00.

11. Bücherpiraten-Festival
Kinderliteraturhaus, Fleischhauerstr. 71
11:00 Uhr
Lesung aus „Paula und die Nacht im Papiergebirge“ mit dem Autor Thomas Heinemann, ab 9 Jahren. Eintritt: Kinder € 4,00, Erw. € 6,00.

Emil Elch sucht einen Freund
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 3-6 Jahren. KOBALT Figurentheater aus Lübeck. Karten: € 7,00. Mehr Infos: kobalt-luebeck.de.

11. Bücherpiraten-Festival
Kinderliteraturhaus, Fleischhauerstr. 71
16:00 Uhr
Lesung aus „Schnurzpiepegal“ mit der Künstlerin und Illustratorin Barbara Steinitz, ab 5 Jahren. Eintritt: Kinder € 4,00, Erw. € 6,00.

11. Bücherpiraten-Festival
Kinderliteraturhaus, Fleischhauerstr. 71
17:00 Uhr
Werkstatt „Wie kommt meine Fantasiefigur aufs Papier?“ mit der Illustratorin Nina Dulleck, ab 6 Jahren. Eintritt: Kinder € 4,00, Erw. € 6,00.

Biene Maja - Der Kinofilm
Filmhaus Lübeck, Königstr. 38-40
„Happy Family Film“ - Filmstart.

Fr. 12.09.2014

11. Bücherpiraten-Festival
Kinderliteraturhaus, Fleischhauerstr. 71
09:00 Uhr
Lesung „Der gestiefelte Kater“ mit der Autorin und Illustratorin Nina Dulleck, ab 4 Jahren. Eintritt: Kinder € 4,00, Erw. € 6,00.

11. Bücherpiraten-Festival
Kinderliteraturhaus, Fleischhauerstr. 71
11:00 Uhr
Lesung „Ben“ mit dem Autor Oliver Scherz, ab 5 Jahren. Eintritt: Kinder € 4,00, Erw. € 6,00.

Gartenfest
Interkulturelle Bielefeldt Gärten, Tannenweg 77-79
13:00 Uhr
Eingang Bushaltestelle Rotenhauser Feld (Abzweig Ziegelstraße, Höhe Shell-Tankstelle) durch den Eingang geradeaus, 2. Weg rechts, Tannenweg 77-79.

Die Geschichte vom kleinen Onkel
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Nach dem gleichnamigen Kinderbuch von Barbro Lindgren und Eva Eriksson. Ab 4-8 Jahren. Figurentheater Nicole Gospodarek. Karten: € 7,00. Mehr Infos: nicolegospodarek.de.

Kräuter sammeln, bündeln, trocknen
Freie Dorfschule Lübeck i.G.
15:00-17:00 Uhr
Mit Heidrun Leddin und Michiko Möhle, Treffpunkt Gartenland in der Vorrader Str.

11. Bücherpiraten-Festival
Kinderliteraturhaus, Fleischhauerstr. 71
16:00 Uhr
Lesung „Wir sind nachher wieder da, wir müssen kürz nach Afrika“ mit dem Autor Oliver Scherz, ab 6 Jahren. Eintritt: Kinder € 4,00, Erw. € 6,00.

11. Bücherpiraten-Festival
Kinderliteraturhaus, Fleischhauerstr. 71
17:00 Uhr
Werkstatt „Gemeinsam ein Bilderbuch machen“ mit der Autorin und Illustratorin Birte Müller, ab 7 Jahren. Eintritt: Kinder € 4,00, Erw. € 6,00.

Sa. 13.09.2014

Pilzlehrwanderung
Naturparkzentrum Uhlenkolk, Waldhallenweg 11, Mölln
09:00-12:00 Uhr
Kosten: Erw. € 8,00, Kinder bis 12 Jahre € 4,00. Anmeldung erforderlich Telefon 04542 803-161.

Second Hand Markt
Städtischer Kindergarten Ratzeburg, Domhof 36a, Ratzeburg
09:00-12:00 Uhr
Es können gut erhaltene Übergangs- und Winterkleidung bis Größe 176, Spielzeug, Umstandsmode und vieles mehr erworben werden.

Kleider- und Spielzeugmarkt
Kita St. Willehad, Berliner Straße 2, Groß Grönau
09:00-13:00 Uhr

14. Flohmarkt rund ums Kind
09:30-13:00 Uhr
Auf dem beliebten Glockengießer-Spielplatz (Hundestrasse/ Nöltingsgang) vom Förderverein Kinderhaus Alsheide e.V.

6. Schulflohmarkt
Schule Schönböcken, Schönböckener Hauptstr. 18
10:00-13:00 Uhr

Tag der Offenen Tür
AWO Kita - Familienzentrum „Redderkoppel“, Redderkoppel 1-7
10:00-13:00 Uhr
Flohmarkt, Basteln, Kinderschminken und Cafeteria

Flohmarkt
Kindergarten Rappelkiste e.V., Lindenstraße 21a, Pönitz
10:00-14:00 Uhr
Vor dem Kindergarten mit ausschließlich privaten Anbietern

Landschaf-Tag
Tierpark Arche Warder, Langwedeler Weg 11, Warder
10:00-17:00 Uhr

11. Bücherpiraten-Festival
Kinderliteraturhaus, Fleischhauerstr. 71
11:00 Uhr
Lesung „Osman der Angler“ mit der Autorin und Illustratorin Anne Hofmann, ab 4 Jahren. Eintritt: Kinder € 4,00, Erw. € 6,00.

Die Pilzsaison beginnt
Naturpark Holsteinische Schweiz e. V., Schloßgebiet 9, Plön
11:00-13:00 Uhr
Joachim Steuer stellt bei dieser Exkursion die verschiedenen Pilzarten vor. Anmeldung unter Tel. 04522-749380 (Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben). Kosten: Erw. € 5,00, Kinder € 2,50, Familien € 12,00.

Kennenlerntag
Theater Lübeck, Beckergrube 16
14:00-18:00 Uhr
Für den Spielclub 6. „Wann gehen die wieder?“ sucht das Theater Lübeck Kinder zwischen 8 und 12 Jahren, die Lust haben, von Herbst 2014 bis zur Premiere im Juni 2015 intensiv Theater zu spielen! Mehr Infos: theaterluebeck.de/Theaterpädagogik.

12. Ratzeburger Apfeltag
Ratzeburg
14:30-16:30 Uhr
Viele Sorten, viele Kenner, viel Genuss. Nach einer kurzen Einführung werden einzelne Sorten vorgestellt. Ort: Streuobstwiese (SOW), Am Obstredder, 23909 Ratzeburg. Eintritt frei.

Die Geschichte vom kleinen Onkel
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Nach dem gleichnamigen Kinderbuch von Barbro Lindgren und Eva Eriksson. Ab 4-8 Jahren. Figurentheater Nicole Gospodarek. Karten: € 7,00. Mehr Infos: nicolegospodarek.de.

Ritter Rost – Eisenhart und voll verbeult
KOKI- Kommunales Kino Lübeck, Mengstr. 35
16:00 Uhr
Familienkino vom Kinder- und Jugendkulturhaus Röhre. Ab 6 Jahren. Ritter Rost gewinnt das große Ritterturnier, doch jetzt fangen seine Probleme erst an. Nur seine Freunde Drache Koks und Pferd Feuerstuhl stehen ihm bei. Karten: € 2,00 bis 16 Jahre, alle anderen € 4,00. Eine Begleitung der Kinder ist erwünscht. Mehr Infos unter: kjhroehre-luebeck.de.

Waldtheater
ErlebnisWald Trappenkamp, Tannenhof 1, Daldorf
16:00 Uhr
Ein „Fledermausical“ für Kinder. Anmeldung erforderlich. Kosten: Erwachsene € 10,00, Kinder € 6,00, inklusive Eintritt.

So. 14.09.2014

Flohmarkt
Famila Lübeck, Schwartauer Landstr. 4
08:00-16:00 Uhr
Anmeldung: info@hochberg-flohmarkt.de

Kartoffelfest auf Kaisers Hofladen
Kaiserhof Salem, Seestraße 58, Salem
11:00 Uhr
Viele verschiedene Leckereien rund um die Kartoffel - Spiel & Spaß für Groß & Klein.

Workshop - Experimente
Museum für Natur und Umwelt, Mittelstr. 8
11:00-12:00 Uhr
„Entdeckungsreise in die Welt der Chemie und Physik“ mit Dr. W. Czieslik. „Warum kann ein Wasserläufer auf dem Wasser laufen?“ oder „Wie kann man eine kleine Rakete ohne Feuer betreiben?“. Für Kinder von 8-12 Jahren und Erwachsene. Eintritt: € 6,00/ 3,00/ 2,00.

Offene Steinzeitwerkstatt
Schleswig-Holsteinisches Eiszeitmuseum e.V., Nienthal 7, Lütjenburg
11:00-17:00 Uhr
Vom Speer bis zum Schmuckamulett können verschiedene Werkzeuge und Alltagsgegenstände aus Feuerstein selbst angefertigt werden. Eintritt: Museumseintritt zzgl. Material ab € 1,50.

Tag des offenen Denkmals
Steinzeitpark Dithmarschen, Süderstr. 47, Albersdorf
11:00 + 13:00 + 14:00 + 15:00Uhr
Die Steinzeit war bunt – Farben und ihre Bedeutung in der Urgeschichte. Eintritt/inkl. Führung: € 6,00; Erm. € 1,50, Kinder bis 5 frei, Familienkarte: € 12,50. Dauer ca. 2 Stunden

Orgelkonzert für „Groß & Klein“
St. Nicolai Kirche, Am Markt, 23879 Mölln.
14:00 Uhr
„Orgel, einmal anders erzählt“. Mit Nils Woffson (Sprecher) & Annette Elisabeth Arnsmeier (Orgel). Eintritt frei - Spenden für die Restaurierung der Orgel erbeten!

Die Geschichte vom kleinen Onkel
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Nach dem gleichnamigen Kinderbuch von Barbro Lindgren und Eva Eriksson. Ab 4-8 Jahren. Figurentheater Nicole Gospodarek. Karten: € 7,00. Mehr Infos: nicolegospodarek.de.

Mo. 15.09.2014

Überleben in der Wildnis Teil 3: Feuer
Naturparkzentrum Uhlenkolk, Waldhallenweg 11, Mölln
14:00-17:00 Uhr
Für Kinder von 6 - 10 Jahren. Kosten: € 9,00. Anmeldung erforderlich.

Mi. 17.09.2014

Peter, Wolf & Co.
Kolosseum, Kronsforder Allee 25
09:00 Uhr + 11:00 Uhr
Konzert für Kinder zwischen 4 und 8 Jahren. Tierisch musikalische Geschichten. Veranstalter Theater Lübeck.

Die kleinen Bücherbutscher
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
10:00-10:45 Uhr
Geschichten, Lieder, Reime, Spiele für Kinder von 24-36 Monaten und ihre Eltern. Die Teilnahme ist kostenlos - Anmeldung erforderlich.

Rotkäppchen und der Wolf
Erlebniswelt Hülshorst, An der Hülshorst 11
15:00-15:50 Uhr
Puppentheater für Groß und Klein. Für Kinder ab ca. 3-4 Jahren, mit kleiner Pause. Eintritt: € 5,00.

Tipp

Flohmarkt mal anders

Late Night Shopping - Kinderkleider- und Spielzeugmarkt

Am Freitag, den 19. September, können Sie von 19:00 bis 23:00 Uhr im Gemeindehaus Rondeshagen am Brink in entspannter Atmosphäre und in einem breit gefächerten Sortiment stöbern. Angeboten werden gebrauchte Schuhe, Kleidung bis Größe 188, Spielzeug, Baby-Zubehör, Fahrräder, Kindersitze, Umstandsmode und vieles mehr. Einlass für Schwangere ist ab 17.00 Uhr. Der Rondeshagener Kleidermarkt ist in der Umgebung der erste und noch einzige Kleider- und Spielzeugmarkt rund ums Kind, der abends stattfindet. Neben dem Flohmarkt lädt er die Besucher auch mit seiner Cocktailbar, Leckerem vom Grill und mit selbst gemachten Salaten zum Verweilen und Klönen ein. Die Einnahmen werden gemeinnützig gespendet. Mehr Infos unter: kleidermarkt-rondeshagen.de

Do. 18.09.2014

Die kleinen Bücherbutscher
Stadtteilbibliothek Marli-Brandenbaum, Max-Wartemann-Str. 5
10:00 Uhr
Geschichten, Lieder, Reime, Spiele für Kinder von 24-36 Monaten und ihre Eltern. Die Teilnahme ist kostenlos - Anmeldung erforderlich.

Emil Elch sucht einen Freund
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 3-6 Jahren. KOBALT Figurentheater aus Lübeck. Karten: € 7,00. Mehr Infos: kobalt-luebeck.de.

Mehr Selbständigkeit und andere Entwicklungsziele
Kita Dreifaltigkeit - Familienzentrum, Tannenbergstr. 16-18
15:30-17:30 Uhr
Eltern-Info-Café mit Tipps, was Ihr Kind zur Selbständigkeit benötigt und wie Sie es auf dem Weg dorthin begleiten können. Anmeldung Tel.: 0451-7970196 oder 0451-302430

Fr. 19.09.2014

Die Nachtigall
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Nach dem Märchen von H. Chr. Andersen. Ab 5-14 Jahren. Theater Miamou aus Berlin. Karten: € 7,00. Mehr Infos unter: theater-miamou.de.

Pflanzenfärben
Freie Dorfschule Lübeck i.G.
15:00-17:00 Uhr
Mit Michiko Möhle und Wolf Peter Buchholz, Treffpunkt Gartenland in der Vorrader Str.

6. Late-Night-Shopping
Gemeindehaus Rondeshagen, Am Brink, Rondeshagen
19:00-23:00 Uhr
Kinder Kleider- und Spielzeugmarkt. Mit Cocktailbar, Leckerem vom Grill und großer Salatauswahl. Einlass für Schwangere ab 17:00 Uhr. Siehe Tippkasten.

Sa. 20.09.2014

54. Kleidermarkt für Kindersachen
Kita Herrenhaus, Krempelsdorfer Allee 19
09:00-13:00 Uhr
Diesmal für Herbst- und Wintersachen.

Kinder-Flohmarkt
Kindergarten „Sonnenhaus“, Lübecker Str. 12, Lübeck-Krummesse
09:00-14:00 Uhr
Im Sonnenhaus und im Dörphuus.

10. Flohmarkt rund ums Kind
Kindertagesgruppe Stoppelhopser, Walderseestr. 1a
10:00-14:00 Uhr
Angeboten wird alles rund ums Kind, Kaffee, Kuchen, Suppe und selbst gemachtes. Glücksrad mit tollen Gewinnen.

Dodauer Forst – Waldführung mit dem Förster
Naturpark Holsteinische Schweiz e. V., Schloßgebiet 9, Plön
10:00-13:00 Uhr
Treffpunkt wird bei der Anmeldung unter Tel. 04522-749380 bekannt gegeben.Teilnahme kostenlos.

Tag der offenen Tür
Gläserne Molkerei, Meiereiweg 1, Dechow
10:00-18:00 Uhr
Lernen Sie bei einer Führung den Bio-Betrieb genauer kennen und erfahren Sie einiges über die ökologische Landwirtschaft und die Herstellung von Milch, Butter und Joghurt!

Kultursamstag
Bauspielplatz Roter Hahn e.V., Pommernring 58
13:00-18:00 Uhr
Pfeilschuss und Bogenbau, steinzeitliche Flintsteinbearbeitung, Mittelalter-Mitmach-Küche, wikingerzeitliche Lederverarbeitung, Bernsteinschleifen.

11. Drachenfest im Kurpark
Kurpark Ratzeburg
14:00-18:00 Uhr
Der Kinderschutzbund Herzogtum Lauenburg e.V. lädt, zusammen mit der Stadtjugendpflege Ratzeburg, zum großen Kinder- und Jugendfestival ein. Es wird ein vielfältiges Programm für Groß und Klein angeboten.

Die Nachtigall
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Nach dem Märchen von H. Chr. Ander-

sen. Ab 5-14 Jahren. Theater Miamou aus Berlin. Karten: € 7,00. Mehr Infos: theater-miamou.de.

So. 21.09.2014

Flohmarkt
Famila Lübeck Wesloe, Wesloer Landstr. 50
08:00-16:00 Uhr
Anmeldung: info@hochberg-flohmarkt.de

Primaten - die am höchsten entwickelten Säugetiere
Zoologischer Garten Rostock, Rennbahnallee 21, Rostock
10:00 Uhr
Ein Steifzug zu den Primaten. Treffpunkt am Eingang Trotzenburg. Die Führung ist kostenlos

Emil Elch sucht einen Freund
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
11:00 Uhr
Ab 3-6 Jahren. KOBALT Figurentheater aus Lübeck. Karten: € 7,00. Mehr Infos: kobalt-luebeck.de.

Peter, Wolf & Co.
Theater Lübeck, Beckergrube 16
11:00 Uhr
Konzert für Kinder zwischen 4 und 8 Jahren. Tierisch musikalische Geschichten. Großes Haus im Theater

Spotlights Xaver Schichtls Marionettenvarieté
TheaterFigurenMuseum, Kolk 14
11:00-11:45:00 Uhr
Entdecken Sie Xaver Schichtls Marionettenvarieté in einer Kurzführung! Erw. € 8,00/Erm. € 6,00/Kinder € 3,00.

Exquisite Seifen selbst gemacht
Geschichtswerkstatt Herrenwyk, Kokerstr. 1-3
11:00-13:00 Uhr
Familiensonntag. Aus einer Grundseife, versetzt mit speziellen Farben und verfeinert mit erlesenen Düften, kann diese Seife individuell in schönen Formen selbst hergestellt werden. Anmeldung dringend erforderlich bis zum 19.09.2014 unter 0451 301152 oder geschichtswerkstatt@luebeck.de. Für Erw. mit Kindern ab 6 Jahren. Kosten: 1 Erw. mit Kindern € 12,00, 2 Erw. mit Kindern € 15,00.

Flohmarkt
Förderverein Altstadtbad Krähenteich, An der Mauer 51/2
11:00-15:00 Uhr

Kartoffelfest
Ringstedtenhof, Vorrader Str. 81
11:00-17:00 Uhr
Unterhaltung und Kinderprogramm, Einkauf und Informationen, leckere Speisen, Kuchen und Getränke.

Tier und Pflanzen im Bach
Museum für Natur und Umwelt, Mittelstr. 8
14:00-16:00 Uhr
BUND Lübeck in Koop mit Museum für Natur und Umwelt. Eine Wasserexkursion für Kinder und ihre (Groß-)Eltern. Treffpunkt Ratzeburger Allee/Falkenhusener Weg.

Die Nachtigall
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Nach dem Märchen von H. Chr. Andersen. Ab 5-14 Jahren. Theater Miamou aus Berlin. Karten: € 7,00. Mehr Infos: theater-miamou.de.

Im Land der verlorenen Dinge
Zaubertheater Lübeck, Mengstr. 17
16:00 Uhr
Familienprogramm. Für Kinder von 6 bis 12 Jahren. Dauer ca. 50 Min. Karten: € 15,00. Mehr Infos unter: zaubertheater-luebeck.de

Do. 25.09.2014

Emil Elch sucht einen Freund
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 3-6 Jahren. KOBALT Figurentheater aus Lübeck. Karten: € 7,00. Mehr Infos: kobalt-luebeck.de.

Bilderbuch-Kino
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
16:00-6:45 Uhr
Für Kinder von 4-7 Jahren. Es werden 3 Geschichten vorgelesen und die Bilder dazu auf einer großen Leinwand gezeigt.

Fr. 26.09.2014

Der Froschprinz
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 3-6 Jahren. Theater Brausepulver aus Lübeck. Karten: € 7,00. Mehr Infos unter: theaterbrausepulver.de.

Öffentliche Führung durch die Dauerausstellungen
TheaterFigurenMuseum, Kolk 14
15:00-16:30 Uhr
Spannende Kurzführung durch die Dauerausstellungen des Figurentheaters. Die Ausstellung zeigt Theaterfiguren dreier Jahrhunderte aus Europa, Afrika und Asien und all das, was zum Figurentheater gehört: Plakate, Requisiten, Musikinstrumente und vollständige Theaterkulissen. Eintritt: Erw. € 9,00/ Kinder € 5,00.

Zauberkunststücke aus der Mechanik
Freie Dorfschule Lübeck i.G.
15:00-17:00 Uhr
Mit Andreas Klinkmüller und Wolf Peter Buchholz, Treffpunkt Gartenland in der Vorrader Str.

Café Hahn
Bauspielplatz Roter Hahn e.V., Pommernring 58
15:00-18:00 Uhr
Café für Anwohner und Interessierte, den Platz kennenlernen und in netter Atmosphäre mit Jung und Alt plauschen.

Herbstzauber im Eiszeitmuseum
Schleswig-Holsteinisches Eiszeitmuseum e.V., Nienthal 7, Lütjenburg
18:00-22:00 Uhr

Taschenlampenführung -Tausendundeine Nacht
TheaterFigurenMuseum, Kolk 14
19:00-20:30 Uhr
Der Schauspieler Achim Brock entführt Sie in die Welt des Orients. Als Aladin verkleidet, begleitet Sie der Märchenerzähler mit einer Taschenlampe durch die dunkle Ausstellung. Eintritt: Erw. € 12,00/Erm. € 8,00/Kinder € 6,00.

Sa. 27.09.2014

Mittelalter-Herbstmarkt
Wallmuseum Oldenburg in Holstein, Prof.-Struve-Weg 1, Oldenburg
10:00-17:00 Uhr
Herbstlager: Mittelalterliches Handwerk. Eintritt: Erw. € 6,00, Kinder bis einschl. 6 Jahren frei, bis 18 Jahren € 3,00, Familien (max. 2 Erw.) 15,00 €.

Herbstzeit ist Pilzzeit
Naturpark Holsteinische Schweiz e. V., Schloßgebiet 9, Plön
10:30-12:30 Uhr
Leitung: Inken Lebold. Anmeldung erforderlich unter Tel. 04522-749380 (Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben). Kosten: Erw. € 5,00, Kinder € 2,50, Familien € 12,00.

Was macht die Polizei bei der Arbeit?
Fachhochschule des Bundes für öffentliche Verwaltung, Ratzeburger Landstr. 4
11:00 Uhr
Eine MiniMaster Lübeck-Veranstaltung. Durch die Darstellung eines kleinen Kriminalfalles erfahrt Ihr Aufregendes über die Polizeiarbeit in allen Bereichen. Weitere Informationen und Anmeldung: minimaster-luebeck.de.

Säen, Pflanzen, Ernten
Waldkindergarten Tilgenkrug „Die Waldmäuse“, Merkurstr. 12
11:00-14:00 Uhr
Im Kleingarten „Junges Gemüse“ im Tigenkrug/Israelsdorf. Anmeldung: Gesine Goltz, Tel.: 505072.

Kinderflohmarkt & Spielzeugmarkt
Kinderstube Travemünde - Familienzentrum, Strandweg 1, Travemünde
11:00-16:00 Uhr
Nichts Neues - aber viel Schönes! Schwangere und Mütter mit Bauchtragen werden ab 10:30 Uhr eingelassen. Für das leibliche Wohl: Kuchenbuffet, Brezel, Würstchen und Getränke.

Großes Kartoffelfest
Domäne Fredeburg, Domänenweg 1, Fredeburg
11:00-17:00 Uhr
Vom Kartoffeln buddeln auf dem Feld bis Kartoffeln genießen aus der großen Pfanne, ein buntes Fest mit Kulinarischem von herzhaft bis süß und einem vielseitigen Kinderprogramm.

Flohmarkt
Grundschule Bad Schwartau, Mittelstraße 16, Bad Schwartau
13:00-16:00 Uhr
in der „Willi-Bull-Halle mit über 100 privaten Anbietern.

Herbstflohmarkt.
Griechenzentrum, Plönniesstr. 36
13:00-16:00 Uhr
Werdende Mütter dürfen eine halbe Stunde früher stöbern. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Mit buntem Rahmenprogramm.

Der Froschprinz
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 3-6 Jahren. Theater Brausepulver aus Lübeck. Karten: € 7,00. Mehr Infos: theaterbrausepulver.de.

Abendpirsch
ErlebnisWald Trappenkamp, Tannenhof 1, Daldorf
18:00 Uhr
Brunftzeit der Hirsche. Anmeldung erforderlich. Kein Aufpreis.

So. 28.09.2014

Flohmarkt
IKEA Lübeck, Dänischburger Landstr. 79-81
08:30-16:00 Uhr
Anmeldung: info@hochberg-flohmarkt.de

Markt der außergewöhnlichen Tiere
Tierpark Arche Warder, Langwedeler Weg 11, Warder
10:00 Uhr
Eine Auswahl an Nachzuchten steht an diesem Tag zum Verkauf.

Familien Yoga – Workshop
Yogazentrum Travemünde, Travemünder Landstr. 300, Lübeck Ivendorf
10:00-11:30 Uhr
Yoga mit der ganzen Familie spielerisch erleben! Mit vielen Eltern-Kind-Partnerübungen und Entspannungseinheiten. Von 0 – 99 Jahre. Kosten: Eltern-Kind-Paar € 15,00. Infos & Anmeldung Tel.: 04502-8574080.

Mittelalter-Herbstmarkt
Wallmuseum Oldenburg in Holstein, Prof.-Struve-Weg 1, Oldenburg
10:00-17:00 Uhr
Oldenburger Landmarkt. Obst, Gemüse & mehr: Regionale Erzeuger präsentieren ihre Produkte. Eintritt: Erw. € 6,00, Kinder bis einschl. 6 Jahren frei, bis 18 Jahren € 3,00, Familien (max. 2 Erw.) € 15,00.

Kinderkleidermarkt
Adventgemeinde Lübeck, Kronsforder Allee 127
11:00-14:00 Uhr

Zwergenkram-Markt
Schuppen 6, An der Untertrave 47a
11:00-14:00 Uhr

Tipp

Konzert für junge Leute

In der Spielzeit 2014/2015 bietet das Theater Lübeck wieder „Konzerte für junge Leute“. Insgesamt vier Konzerte stehen auf dem Programm. Den Anfang macht das Geschichtenkonzert „Peter, Wolf & Co.“, in dem es ausgesprochen tierisch zugeht. Gespielt wird das musikalische Märchen „Peter und der Wolf“ von Sergej Prokofjew. Die spannende Geschichte vom mutigen Peter, seinem Großvater, die Jäger und alle Tiere, vom kleinen Vogel bis zum gefährlichen Wolf, werden mit einprägsamen Melodien durch verschiedene Instrumente vorgestellt. Zuvor geht es aber noch um ein anderes Tier, für das der russische Komponist Igor Strawinsky eine Ballettmusik komponierte: Elefanten und Ballett – in einem New Yorker Zirkus hat es das tatsächlich gegeben.
Die Konzerte für Kinder zwischen 4 und 8 Jahren finden am Mittwoch, den 17. September um 9:00 Uhr und um 11:00 Uhr im Kolosseum in Lübeck sowie am Sonntag, den 21. September, um 11.00 Uhr im Großen Haus des Theater Lübeck statt.

Alles für Baby- und Kinder: Second-Hand-Kleidung/Spielsachen/Babybedarf, selbstgestaltete Einzelstücke. Spielecke mit Programm für die Kleinen vorhanden. Für Schwangere und Mütter mit Tragen Einlass ab 10:30 Uhr. Eintritt: ab 16 Jahren € 1,50.

Leckere Pilze
ErlebnisWald Trappenkamp, Tannenhof 1, Daldorf
12:00-16:00 Uhr
Zusammen bereiten wir in der Köhlerhütte über offenem Feuer eine Pilzpfanne. Anmeldung erforderlich. Kosten: Erwachsene € 19,00, Kinder € 15,00, inkl. Eintritt und Essen.

Monsterwelten modellieren
Günter Grass Haus, Glockengießerstr. 21
14:00 Uhr
Familiensonntag. Formt aus Materialmasse kleine Monster oder Fabelwesen aus den Geschichten von Cornelia Funke und erfindet eine neue Figur. Ab 6 Jahre. Anmeldung unter Tel. 0451-122 42 73. Eintritt: 1 Erw. mit Kindern € 12,00, 2 Erw. mit Kindern € 15,00.

Stadtführung
in Ratzeburg
14:30-16:30 Uhr
Treffpunkt Alte Wache, Marktplatz, 23909 Ratzeburg. Kosten: € 4,00; Kinder bis 14 Jahre € 2,00.

Der Froschprinz
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 3-6 Jahren. Theater Brausepulver aus Lübeck. Karten: € 7,00. Mehr Infos: theaterbrausepulver.de.

Herr der Diebe
Filmhaus Lübeck, Königstr. 38-40
16:00 Uhr
Filmreihe zu Cornelia Funke. Prosper und Bo, zwei Waisenjungen, schließen sich dem jungen Scipio und seiner Diebesbande an. Ein Abenteuer in Venedig beginnt. Karten: Erw. € 6,50, Kinder € 5,50.

Folkvergnügen
17:00 Uhr
Das Folklore-Ensemble „Rumpelstilzchen“ veranstaltet ein Konzert im Q45, Falkenstr. 45, Lübeck. Eintritt: bis 16 Jahren frei, Erwachsene € 7,00.

Pfeilschnelle Bogenkunst - Bogenschießen
Bauspielplatz Roter Hahn e.V., Pommernring 58
Für Eltern und Kinder. Familienangebot der VHS, Anmeldung ab 25.08. unter: vhs.luebeck.de, Kurs-Nr.: 101-020.

Mi. 01.10.2014

Die kleinen Bücherbutscher
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
10:00-10:45 Uhr
Geschichten, Lieder, Reime, Spiele für Kinder von 24-36 Monaten und ihre Eltern. Die Teilnahme ist kostenlos - Anmeldung erforderlich.

Do. 02.10.2014

Herbstdrachenfest
in Travemünde
11:00-18:00 Uhr
bis 05.10.2014 am Strand und auf der Strandpromenade. Eintritt frei.

Zeichenworkshop
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
15:00-16:30 Uhr
„Zeichne deinen Wunschplaneten mit deinem Lieblingstier“ begleitend zur Ausstellung „Der kleine Prinz“ (s. Tippkasten).

Taschenlampenkonzert
Zoologischer Garten Rostock, Rennbahnallee 21, Rostock
17:00 Uhr
Zum Taschenlampenkonzert strahlen tausend Lichter in den dunklen Himmel - ein tolles Erlebnis für die kleinen und großen Zoo-Besucher.

Der kleine Nick macht Ferien
Filmhaus Lübeck, Königstr. 38-40
„Happy Family Film“ - Filmstart.

Fr. 03.10.2014

Flohmarkt
Plaza Lübeck, Ziegelstr. 232
08:00-16:00 Uhr
Anmeldung: info@hochberg-flohmarkt.de

Kindertag
Eselpark Nessendorf, Wiesengrund 3, Blekendorf
10:00-18:00 Uhr
Freier Eintritt für 2-3 Kinder in Begleitung eines zahlenden Erwachsenen.

Museum? Probier mal!
Wallmuseum Oldenburg in Holstein, Prof.-Struve-Weg 1, Oldenburg
13:00-16:00 Uhr
Mittelalter mit allen Sinnen erleben! Täglich bis 31.10.2014. Eintritt: Erw. € 6,00, Kinder bis 6 Jahren frei, bis 18 Jahren € 3,00, Familien € 15,00.

Sa. 04.10.2014

Gartenvögel und Nistkastenbau
Naturparkzentrum Uhlenkolk, Waldhallenweg 11, Mölln
10:00-13:00 Uhr
Für Kinder ab 6 Jahren und Familien. Kosten: € 20,00 inkl. Material. Anmeldung erforderlich.

Mittelalter erleben
Wallmuseum Oldenburg in Holstein, Prof.-Struve-Weg 1, Oldenburg
11:00-15:00 Uhr
Kohl & Kräuter. Wie schmeckte das Essen der Slawen? Wie wurde Kohl angebaut? Mitmachaktionen: Körbe flechten, Löffel schnitzen oder ein kleines Kräutersäckchen für Zuhause herstellen. Eintritt: Erw. € 6,00, Kinder bis einschl. 6 Jahren frei, bis 18 Jahren € 3,00, Familien (max. 2 Erw.) 15,00 €.

Frau Birte Peterlein
Fachanwältin für Familienrecht

Eschenburgstraße 21
23568 Lübeck
t: 0451 399 29 99
f: 0451 399 29 29
e: info@brock-heldt.de

rechtsanwälte brock heldt

Dr. Ulrich Brock
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Medizinrecht

Titus Jochen Heldt
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Steuerrecht

www.brock-heldt.de

Tipp

Saisonstart im Theater am Tremser Teich

Am 7. September beginnt im Theater am Tremser Teich wieder die Spielsaison. Gestartet wird mit dem Stück „Die kleine Meerjungfrau“. Ein Zaubermärchen zu Wasser, zu Lande und zu Luft frei nach Hans Christian Andersen. Für Menschen ab 5 Jahren.
Ab dem 4. Oktober steht „Aschenputtel“, ein Klassikmärchen frei nach den Brüdern Grimm auf dem Spielplan. Für Menschen ab 3 Jahren.
Die Stücke dauern jeweils rund 55 Minuten, inklusive einer kleinen Pause.
Infos: theater-am-tremser-teich.de

Kastanien-Tauschaktion
ErlebnisWald Trappenkamp, Tannenhof 1, Daldorf
13:00 Uhr
Wir tauschen gesammelte Eicheln und Kastanien gegen Gutscheine für den Waldladen!

Kultursamstag
Bauspielplatz Roter Hahn e.V., Pommernring 58
13:00-18:00 Uhr
Herstellen mittelalterlicher Keramik, Pfeilschuss und Bogenbau, steinzeitliche Flintsteinbearbeitung, mittelalterliche Gewandung und alte Nähtechniken.

Fährtenwanderung
ErlebnisWald Trappenkamp, Tannenhof 1, Daldorf
14:00 Uhr
Tierspuren richtig deuten! Kosten: Erwachsene € 10,00, Kinder € 6,00, inklusive Eintritt.

Es klopft bei Wanja in der Nacht
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 4-10 Jahren. Kleines spectaculum - Puppentheater. Karten: € 7,00. Mehr Infos: kleines-spectaculum.de.

So. 05.10.2014

Erntedankfest
Museumshof Lensahn, Bäderstr. 18, Lensahn
10:00 Uhr
Nach dem Gottesdienst in der St. Katharinen Kirche geht der Erntedank-Umzug mit den festlich geschmückten Erntewagen zum Museumshof.

Möhren Sonntag
Eselpark Nessendorf, Wiesengrund 3, Blekendorf
10:00-18:00 Uhr
Jede Familie (bis 5 Pers.), die 10 kg Futtermöhren mitbringt, hat freien Eintritt.

Unsere „Jäger“ im Tierpark
Tierpark Neumünster, Geerdtsstraße 100, Neumünster
10:30-12:00 Uhr
Führung mit Gerd Riese. Treffpunkt ist die Elchterrasse am Eingang. Eintritt: Erw. € 7,00, Kinder ab 4 Jahren € 4,00.

Öffentliche Kinderstadtführung durch das historische Mölln
11:00-12:00 Uhr
Eine spannende Stadtführung für Kinder (und deren Eltern, Großeltern, Tanten, Onkeln…). Treffpunkt: Marktplatz. Anmeldung: 04542-7090. Kosten: € 2,50

Was Feen und Trolle gerne essen
14:00-17:00 Uhr
Beerenzauber für Kinder von 8 - 14 Jahren. Die Kinder werden lernen, warum sie so oft wie möglich diese „Gesundheitsbomben“ naschen sollten und was man alles mit ihnen anstellen kann. Ein buntes Skript für Zuhause lockt mit weiteren Anregungen und Rezeptbeispielen: Bitte eine Schürze und Behältnisse nicht vergessen! Veranstalter: WildnisWerkstatt in Koop mit Museum für Natur und Umwelt. Treffpunkt: Gemeinschaftshaus Kleingartenverein, Vorrader Str. 79, Kosten € 24,00, erm. € 19,00. Anmeldung: wildniswerkstatt.luebeck@gmail. com

Stadtführung
in Ratzeburg
14:30-16:30 Uhr
Treffpunkt Alte Wache, Marktplatz, 23909 Ratzeburg. Preis: € 4,00, Kinder bis 14 Jahre € 2,00.

Frau Meier die Amsel
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 6-14 Jahren. Krokodil-Theater aus Tecklenburg. Karten: € 7,00. Mehr Infos: krokodiltheater.de.

Mo. 06.10.2014

Buntes Herbstbasteln
Naturparkzentrum Uhlenkolk, Waldhallenweg 11, Mölln
14:00-17:00 Uhr
Für Kinder von 6 - 10 Jahren. Kosten: € 9,00. Anmeldung erforderlich.

Di. 07.10.2014

Wildpark - Eine gemeinsame Entdeckung
Naturparkzentrum Uhlenkolk, Waldhallenweg 11, Mölln
14:30-16:00 Uhr
Für Kinder ab 6 Jahren und Familien. Kosten: € 4,50. Anmeldung erforderlich.

Treffen der Kreis- und Elternvertretung der Kitas
20:00 Uhr
Öffentliches Treffen in der Kita “Kleiner Mukk”, Kanalstraße 42-50. Wahl der Stadt- oder Kreiselternvertreter.

Mi. 08.10.2014

Die kleinen Bücherbutscher
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
10:00-10:45 Uhr
Geschichten, Lieder, Reime, Spiele für Kinder von 24-36 Monaten und ihre Eltern. Die Teilnahme ist kostenlos - Anmeldung erforderlich.

Do. 09.10.2014

Ronja Räubertochter
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 6-14 Jahren. Wolfsburger Figurentheater Compagnie. Karten: € 7,00. Mehr Infos: wolfsburger-figurentheater.de.

Die anderen halten sich auch nicht an Regeln
Kita Dreifaltigkeit - Familienzentrum, Tannenbergstr. 16-18
15:30-17:30 Uhr
Eltern-Info-Café zum Thema: Wie vermittle ich meinem Kind Werte und Regeln? Anmeldung Tel.: 0451-7970196 oder 0451-302430

Fr. 10.10.2014

Teemischungen aus den gesammelten Kräutern, Marmelade und Saft
Freie Dorfschule Lübeck i.G.
15:00-17:00 Uhr
Mit Heidrun Leddin, Treffpunkt Gartenland

Sa. 11.10.2014

Tag der offenen Tür
Kita St. Aegidien, Seydlitzstr. 40
10:00-14:00 Uhr
Vorstellung der Kita und der Mitarbeiter. Informationen über den Schwerpunkt der Einrichtung „Wissenschaft und Experimente“.

Pflanzungen mit Förster Schmitt
Waldkindergarten Tilgenkrug „Die Waldmäuse“, Merkurstr. 12
11:00-15:00 Uhr
Im Revier Alt-Lauerhof mit anschl. Grillen. Anmeldung: Tel.: 0451-2967991.

Ein Schaf fürs Leben
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 5-12 Jahren. Figurentheater Gingganz aus Meensen. Karten: € 7,00. Mehr Infos: gingganz.de.

Knerten in der Klemme
KOKI- Kommunales Kino Lübeck, Mengstr. 35
16:00 Uhr
Familienkino vom Kinder- und Jugendkulturhaus Röhre. Ab 6 Jahren. Lillebror ist mit seiner Familie in eine neue Stadt gezogen. Dort fällt es ihm erst mal schwer, neue Freunde zu finden – doch er hat ja Knerten, der aber beim Pflaumenverkauf auf dem Markt verloren geht. Karten: € 2,00 bis 16 Jahre, alle anderen € 4,00. Eine Begleitung der Kinder ist erwünscht. Mehr Infos unter: kjhroehre-luebeck.de.

So. 12.10.2014

Flohmarkt
Famila Lübeck, Schwartauer Landstr. 4
08:00-16:00 Uhr
Anmeldung: info@hochberg-flohmarkt.de

Steinzeit- live
Tierpark Arche Warder, Langwedeler Weg 11, Warder
10:00-17:00 Uhr
An diesem Tag wird Geschichte lebendig: Besucher können dann in weit vergangene Zeiten reisen und bei Schmuckherstellung oder Wollverarbeitung einen praktischen Einblick in das Leben der frühzeitlichen Bauern gewinnen.

Mit den Rothirschen in die Steinzeit
Wildpark Eekholt, Eekholt 1, Großenaspe
11:00 Uhr
Eine lang vergangene, aber lebendige Zeit. Harm Paulsen und Stefan Brocke zeigen die Verwendung von Geweih, Fell und Knochen.

Pilze sammeln und bestimmen
Naturpark Holsteinische Schweiz e. V., Schloßgebiet 9, Plön
11:00-13:00 Uhr
Leitung: Joachim Steuer. Anmeldung erforderlich unter Tel. 04522-749380 (Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben). Kosten: Erw. € 5,00, Kinder € 2,50, Familien € 12,00.

Stadtführung
in Ratzeburg
14:30-16:30 Uhr
Treffpunkt Alte Wache, Marktplatz, 23909 Ratzeburg. Kosten: 4,00 €, Kinder bis 14 Jahre 2,00 €.

Mein MuseumsEntdeckerbuch
Museum Holstentor, Holstentorplatz
14:30-17:00 Uhr
Familiensonntag. Groß und Klein erkunden die Geschichte und die Besonderheiten des Holstentors. Dafür halten wir alles Wichtige und Interessante in unserem Museumsbuch fest. Für Familien mit Kindern ab 8 Jahren. Anmeldung unter Tel.: 0451-1224273. Eintritt: 1 Erw. mit Kindern € 12,00, 2 Erw. mit Kindern € 15,00.

Benny Bücherwurm
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 4-10 Jahren. Holzwurm Theater aus Winsen. Karten: € 7,00. Mehr Infos: holzwurm-theater.de.

Mo. 13.10.2014

Einmal Tierpfleger sein!
Tierpark Arche Warder, Langwedeler Weg 11, Warder
10:00-15:00 Uhr
Ferienaktion! Halbtägiges Programm für kleine Tierpfleger/innen! Morgens hilfst Du beim Versorgen der Tiere. Nach getaner Arbeit ist noch Zeit für Spiele, Stockbrot und vieles mehr. Kosten: € 15,00/pro Tag. Anmeldung: Tel. 04329-91340. Täglich bis 24.10.2014.

Herbstferien- Aktion!
ErlebnisWald Trappenkamp, Tannenhof 1, Daldorf
12:00-17:00 Uhr
Herbstzeit, Früchtezeit. Wir basteln mit den Früchten des Waldes, kostenlos für Kinder. Täglich bis 24.10.2014.

Di. 14.10.2014

Michel aus Lönneberga
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 5-12 Jahren. Theater Blaues Haus aus Hüls. Karten: € 7,00. Mehr Infos: theaterblaueshaus.de.

Bogenschießen und Flintmesser
Steinzeitpark Dithmarschen, Süderstr. 47, Albersdorf
15:00-17:00 Uhr
Archäologische Mitmachaktionen für Groß und Klein. Kosten: € 6,00, Erm. € 1,50, Kinder bis 5 Jahren frei, Familienkarte: € 12,50.

Mi. 15.10.2014

Kräuterwanderung
Naturerlebnis Kalis, Fraunhoferstr. 6
10:00 Uhr
Die heimische Natur mit allen Sinnen erleben. Wanderung durch den Wesloer Wald für Familien mit Kindern ab 8 Jahren. Kosten: € 15,00 (Kinder von 6 bis 14 Jahren € 5,00). Mehr Infos und Anmeldung: naturerlebnis-kalis.de.

Die kleinen Bücherbutscher
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
10:00-10:45 Uhr
Geschichten, Lieder, Reime, Spiele für Kinder von 24-36 Monaten und ihre Eltern. Die Teilnahme ist kostenlos - Anmeldung erforderlich.

Blatt für Blatt zum eigenen Buch
Museum Behnhaus Drägerhaus, Königstr. 9-11
11:00-15:00 Uhr
Ferienaktion für Kinder. Geschichten schreiben und illustrieren. Für Kinder zwischen 6 und 10 Jahren. Voranmeldung erbeten unter Tel. 122 4273 oder julia.bock@luebeck.de. Kosten: € 12 inkl. Material.

Das kleine Ich bin Ich
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 4-8 Jahren. Theater 7Schuh aus Görlitz. Karten: € 7,00. Mehr Infos: anne-swoboda.de.

Flintschlagen und Steinzeit-Kult
Steinzeitpark Dithmarschen, Süderstr. 47, Albersdorf
15:00-17:00 Uhr
Archäologische Mitmachaktionen für Groß und Klein. Kosten: € 6,00, Erm. € 1,50, Kinder bis 5 Jahren frei, Familienkarte: € 12,50.

Do. 16.10.2014

Feuer machen, Getreide
Steinzeitpark Dithmarschen, Süderstr. 47, Albersdorf
15:00-17:00 Uhr
Archäologische Mitmachaktionen für Groß und Klein. Kosten: € 6,00, Erm. € 1,50, Kinder bis 5 Jahren frei, Familienkarte: € 12,50.

Fr. 17.10.2014

Erntedankfest
Interkulturelle Bielefeldt Gärten, Tannenweg 77-79
13:00 Uhr
Eingang Bushaltestelle Rotenhauser Feld (Abzweig Ziegelstraße, Höhe Shell-Tankstelle) durch den Eingang geradeaus, 2. Weg rechts, Tannenweg 77-79

Du groß und Ich klein
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 3-6 Jahren. Figurentheater Künster aus Mayen. Karten: € 7,00. Mehr Infos: figurentheaterkuenster.de.

Töpfern und Bogenschießen
Steinzeitpark Dithmarschen, Süderstr. 47, Albersdorf
15:00-17:00 Uhr
Archäologische Mitmachaktionen für Groß und Klein. Kosten: € 6,00, Erm. € 1,50, Kinder bis 5 Jahren frei, Familienkarte: € 12,50.

Experimente mit Wasser
Freie Dorfschule Lübeck i.G.
15:00-17:00 Uhr
Mit Andreas Klinkmüller und Wolf Peter Buchholz, Treffpunkt Gartenland.

Sa. 18.10.2014

Holmer Herbstfest
Holmer Terrarium, Osterwisch 2, Holm/Schönberg
11:00 18:00 Uhr
Traditionelles Holmer Herbstfest mit Unterhaltung, Kinderanimation und Gastronomie.

Lederbeutel basteln
zeiTTor Museum, Haakengraben 2-6, Neustadt
11:00 Uhr
Für Kinder ab 7 Jahren. Kosten: € 8,00. Anmeldung erforderlich.

Kultursamstag und Apfelfest
Bauspielplatz Roter Hahn e.V., Pommernring 58
13:00-18:00 Uhr
Apfelsaft-Presse, Pfeil- und Bogenbau, Mittelalter-Mitmach-Küche, Bernsteinschleifen, Kranzbinden wie in alten Zeiten, mittelalterliche Kleidung und Nähtechniken. Saftpresse vor Ort: ab 100 kg bekommen Sie Saft aus eigenen Äpfeln gepresst.

Mäuseken Wackelohr
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 4-10 Jahren. Tandera Theater aus Tesdorf. Karten: € 7,00.

So. 19.10.2014

Flohmarkt
real im Mönkhof Karree, Alexander-Flemming Str. 1
07:00-16:00 Uhr
Anmeldung: info@hochberg-flohmarkt.de

Apfeltag mit Bauernmarkt
Museumshof Lensahn, Bäderstr. 18, Lensahn
10:00 Uhr
Pressen Sie Ihren eigenen Apfelsaft aus einer großen Vielfalt an Äpfeln.

Bären im Zoo - Tradition und Zukunft
Zoologischer Garten Rostock, Rennbahnallee 21, Rostock
10:00 Uhr
Ein Streifzug zu den Bären. Treffpunkt am Eingang Trotzenburg. Die Führung ist kostenlos

Familien Yoga – Workshop
Yogazentrum Travemünde, Travemünder Landstr. 300, Lübeck Ivendorf
10:00-11:30 Uhr
Yoga mit der ganzen Familie spielerisch erleben! Mit vielen Eltern-Kind-Partnerübungen und Entspannungseinheiten. Von 0 – 99 Jahre. Kosten: Eltern-Kind-Paar € 15,00. Infos & Anmeldung Tel.: 04502-8 57 40 80.

Holmer Herbstfest
Holmer Terrarium, Osterwisch 2, Holm/Schönberg
11:00-18:00 Uhr

Kastanien-Tauschaktion
ErlebnisWald Trappenkamp, Tannenhof 1, Daldorf
13:00 Uhr
Wir tauschen Eicheln und Kastanien gegen Gutscheine für den Waldladen!

Die Bremer Stadtmusikanten
Zoologischer Garten Rostock, Rennbahnallee 21, Rostock
14:00 Uhr + 16:00
Puppentheater im Kino Darwineum.

Vom Bild bis zum Daumenkino
Museum Behnhaus Drägerhaus, Königstr. 9-11
14:00-16:00 Uhr
Familiensonntag. Eltern genießen die Kunst, Kinder entdecken und gestalten. Für Familien mit Kindern ab 6 Jahren. Anmeldung erbeten bis 17.10. unter Tel. 122 4273. Eintritt: 1 Erw. mit Kindern € 12,00, 2 Erw. mit Kindern € 15,00.

Rohkost-Workshop mit Kräuter Exkursion
14:00-17:00 Uhr
Für Kinder von 8 - 14 Jahren. Obst, Salate und Gemüse sollten im Mittelpunkt einer gesunden Ernährung stehen. Warum das so wichtig ist, werden die Kinder lernen. Sie erhalten viele bunte Rezepte zum Nachkochen für Zuhause. Veranstalter: WildnisWerkstatt in Koop mit Museum für Natur und Umwelt. Treffpunkt: Gemeinschaftshaus Kleingartenverein, Vorrader Str. 79, Kosten € 24,00, erm. € 19,00. Anmeldung: wildniswerkstatt.luebeck@gmail.com

Meine Mama Muh
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 4-10 Jahren. Dornerei Theater mit Puppen. Karten: € 7,00. Mehr Infos: puppentheater-dornerei.de.

Die weiße Fledermaus
Naturparkzentrum Uhlenkolk, Waldhallenweg 11, Mölln
16:00 Uhr
Puppentheater. Kosten: € 5,00.

Mo. 20.10.2014

Baumzauber
Naturparkzentrum Uhlenkolk, Waldhallenweg 11, Mölln
14:00-16:00 Uhr
Für Kinder ab 6 Jahren. Kosten: € 6,00. Anmeldung erforderlich.

Di. 21.10.2014

Warum brauchen Tiere keine Winterjacke und Stiefel?
Zoologischer Garten Rostock, Rennbahnallee 21, Rostock
10:00 Uhr + 14:00 Uhr.
Führung zu den verschiedensten Zoo-Bewohnern. Dabei wird der Frage auf den Grund gegangen, wie sich die Tiere auf den Winter vorbereiten.

Lotta zieht um
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 4-10 Jahren. Theater Zitadelle aus Berlin. Karten: € 7,00. Mehr Infos: theater-zitadelle.de.

Bogenschießen und Flintmesser
Steinzeitpark Dithmarschen, Süderstr. 47, Albersdorf
15:00-17:00 Uhr
Archäologische Mitmachaktionen für Groß und Klein. Kosten: € 6,00, Erm. € 1,50, Kinder bis 5 Jahren frei, Familienkarte: € 12,50.

Mi. 22.10.2014

Der Grüffelo
Erlebniswelt Hülshorst, An der Hülshorst 11
15:00-15:50 Uhr
Puppentheater für Groß und Klein. Für Kinder ab 3-4 Jahren. Eintritt: € 5,00.

Tipp

„Fossilien fälschen“

Im Rahmen der Ferienpass-Aktion findet eine 3-tägige Einführung in die Vorgänge zur Entstehung von Fossilien statt: am Dienstag, 21.10., Mittwoch, 22.10. und Donnerstag, 23.10.2014, jeweils von 14 -16 Uhr im Museum für Natur und Umwelt.
Im Museum für Natur und Umwelt finden sich viele versteinerte Tiere aus der Urzeit, u.a. auch ein versteinertes Saurier-Ei. Neben Knochen und Schalen von Tieren können übrigens auch Trittspuren und sogar Kot versteinern!
Was hat es mit den merkwürdigen versteinerten Donnerkeilen (Belemniten) auf sich? Was ist von diesen Tieren übrig geblieben? Woher weiß man, wie diese seltsamen Tiere gebaut waren und wie sie gelebt haben? Diesen Fragen wird auf den Grund gegangen. In Modellversuchen mit Gips, leeren Schneckenhäusern und Muschelschalen wird der Vorgang der Entstehung von Fossilien nachvollzogen. Wer an der Ostsee Muscheln, versteinerte Seeigel oder Donnerkeile gesammelt hat, kann gerne einige Stücke aus seiner privaten Sammlung mitbringen.
Da mit Gips gearbeitet wird, bitte ältere Sachen anziehen oder ein altes Oberhemd mitbringen, wenn möglich auch noch einen leeren runden Quark- oder Joghurtbecher und ein leeres Weinbergschneckengehäuse. Anmeldung ab 17.9.2014 unter 0451-122-2296. Kosten : € 5,00.

Tipp

„Lernen macht Spaß“

Der gemeinnützige und ehrenamtlich arbeitende Verein Wahlverwandtschaften Alt & Jung Lübeck bietet nach den Sommerferien „schulische Unterstützung“ für alle Klassenstufen an.
Nach dem Motto „Lernen macht Spaß“ möchten wir die Schüler motivieren und individuell fördern. An zwei Nachmittagen pro Woche (Di. u. Do.) könnten wir in den Räumen unseres Innenstadtbüros, Depenau 43, 23552 Lübeck, begleitend helfen, um auf die schulischen Anforderungen vorbereitet zu sein.
Interessierte melden sich bitte unter Tel. 0451-582 496 39 oder besuchen uns während unserer Bürozeiten: Mo.-Fr. 10:00-11:00 Uhr und Mo. 18:00-19:00 Uhr.

Die Biene Maja
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 4-8 Jahren. Rosenfisch Figurentheater aus Aachen. Karten: € 7,00. Mehr Infos: rosenfisch.de.

Steinzeit-Malerei und Wolle
Steinzeitpark Dithmarschen, Süderstr. 47, Albersdorf
15:00-17:00 Uhr
Archäologische Mitmachaktionen für Groß und Klein. Kosten: € 6,00, Erm. € 1,50, Kinder bis 5 Jahren frei, Familienkarte: € 12,50.

Glühwürmchen-Tour
Zoologischer Garten Rostock, Rennbahnallee 21, Rostock
17:30-18:30 Uhr
Mit der Taschenlampe durch den Zoo. Auf der spannenden Führung erfahren die Teilnehmer zudem allerhand über die Zoo-Bewohner und gehen auf die Suche nach „Glühwürmchen-Nestern“. Kosten: € 5,00 für Kinder und Erw. zzgl. Eintritt. Anmeldung unter 0381-2082 215. Taschenlampe nicht vergessen!

Do. 23.10.2014

Herbstlicher Zoorundgang
Zoologischer Garten Rostock, Rennbahnallee 21, Rostock
10:00 Uhr + 15:00 Uhr
Die Führung widmet sich den botanischen Schätzen und den tierischen Bewohnern.

Der König mit den Ringelsocken
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 4-12 Jahren. puppen.etc aus Berlin. Karten: € 7,00. Mehr Infos: puppen-etc.de.

Jagdwanderung
Steinzeitpark Dithmarschen, Süderstr. 47, Albersdorf
15:00-17:00 Uhr
Archäologische Mitmachaktionen für Groß und Klein. Kosten: € 6,00, Erm. € 1,50, Kinder bis 5 Jahren frei, Familienkarte: € 12,50.

Bilderbuch-Kino
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
16:00-16:45 Uhr
Für Kinder von 4-7 Jahren. Es werden 3 Geschichten vorgelesen und die Bilder dazu auf einer großen Leinwand gezeigt.

Fr. 24.10.2014

Im Teekessel rund um die Welt
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 4-12 Jahren. Tineola-Prag/Zwischenraum-Berlin. Karten: € 7,00. Mehr Infos: rafaelz.de oder tineola.cz.

Feuer machen und Töpfern
Steinzeitpark Dithmarschen, Süderstr. 47, Albersdorf
15:00-17:00 Uhr
Archäologische Mitmachaktionen für Groß und Klein. Kosten: € 6,00, Erm. € 1,50, Kinder bis 5 Jahren frei, Familienkarte: € 12,50.

Schnitzen
Freie Dorfschule Lübeck i.G.
15:00-17:00 Uhr
Für Kinder von 4 bis 10 Jahren. Mit Fabian Kalis und Vanessa Michels, Treffpunkt Gartenland.

Verständigung in einem riesengroßen Betrieb – wie ging das früher ohne Handy und Smartphone
Geschichtswerkstatt Herrenwyk, Kokerstr. 1-3
15:00-17:00 Uhr
Ferienpassaktion. Eine Führung der besonderen Art, gern auch mit Eltern. Eine Vorstufe des Telefons wird selbst hergestellt. Kosten: € 3,00

Café Hahn
Bauspielplatz Roter Hahn e.V., Pommernring 58
15:00-18:00 Uhr
Café für Anwohner und Interessierte, den Platz kennenlernen und in netter Atmosphäre mit Jung und Alt plauschen.

Taschenlampenführung -Tausendundeine Nacht
TheaterFigurenMuseum, Kolk 14
19:00-20:30 Uhr
Der Schauspieler Achim Brock entführt Sie in die Welt des Orients. Als Aladin verkleidet, begleitet Sie der Märchenerzähler mit einer Taschenlampe durch die dunkle Ausstellung. Eintritt: Erw. € 12,00/Erm. € 8,00/Kinder € 6,00.

Herbstjahrmarkt
Stadt Ratzeburg, Unter den Linden 1, Ratzeburg
Bis zum 26.10. auf der Ratzeburger Insel.

Sa. 25.10.2014

Tag der offenen Tür
Kindertagesgruppe Stoppelhopser, Walderseestr. 1a
10:00-14:00 Uhr
Zum 5-jährigen Jubiläum laden die Stoppelhopser alle ein, die etwas mit ihnen zu tun haben, hatten oder haben wollen. Es gibt ein Glücksrad mit tollen Gewinnen.

Pilzexkursion mit Joachim Riedel
Waldkindergarten Tilgenkrug „Die Waldmäuse“, Merkurstr. 12
10:00-13:00 Uhr
Im Forst Kannenbruch, Treffpunkt Forstamt. Tel.: 2937452.

Lederbeutel basteln
zeiTTor Museum, Haakengraben 2-6, Neustadt
11:00 Uhr
Für Kinder ab 7 Jahren. Kosten: € 8,00. Anmeldung erforderlich.

Die Zelle - ein Blick in‘s Innerste unseres Körpers
Auditorium maximum, Mönkhofer Weg 239
11:15:00 Uhr
Eine MiniMaster Lübeck-Vorlesung. Aus wie vielen Zellen bestehst Du, wie funktionieren sie und wie vermehren sie sich? Weitere Informationen und Anmeldung unter: minimaster-luebeck.de.

Schlittenhunderennen
ErlebnisWald Trappenkamp, Tannenhof 1, Daldorf
13:00 Uhr

Bremer Stadtmusikanten
Zoologischer Garten Rostock, Rennbahnallee 21, Rostock
14:00 Uhr + 16:00 Uhr
Puppentheater im Kino Darwineum.

Kopfüber
KOKI- Kommunales Kino Lübeck, Mengstr. 35
16:00 Uhr
Familienkino vom Kinder- und Jugendkulturhaus Röhre. Ab 8 Jahren. Der 10-jährige Sascha ist ein Junge, der nicht stillsitzen kann. Er liebt es, mit seiner Freundin Elli die Gegend zu erkunden und dabei Geräusche zu sammeln oder an seinem Fahrrad herumzubasteln. In der Schule tut er sich schwer. Karten: € 2,00 bis 16 Jahre, alle anderen € 4,00. Eine Begleitung der Kinder ist erwünscht. Mehr Infos unter: kjhroehre-luebeck.de.

Dunkel-Munkel-Nächte
Wildpark Eekholt, Eekholt 1, Großenaspe
18:00-21:00 Uhr
Sterne & Laterne. Der nächtliche Wildpark mit Dunkel-Munkel-Pfad, Wunschbaum, Lagerfeuer, Hexenkessel und Romantikpfad. Mehr erfahren über das Nachtleben der Tiere in den beleuchteten Gehegen.

So. 26.10.2014

Flohmarkt
IKEA Lübeck, Dänischburger Landstr. 79-81
08:30-16:00 Uhr
Anmeldung: info@hochberg-flohmarkt.de

Schlittenhunderennen
ErlebnisWald Trappenkamp, Tannenhof 1, Daldorf
13:00 Uhr

HalloWeen-Party
Susi & die kleinen Strolche & Abacolino, Daimlerstraße 2, Stockelsdorf
14:00-19:00 Uhr
Mit der Hexe „Lina“ und ihren Kobolden, viel GruselSpaß, Luftballon-Disco-Tanz, Unterhaltung und GruselWett-Spiel. Eintritt: € 9,50 inkl. 1 Getränk.

Mein MuseumsEntdeckerbuch
Museum Holstentor, Holstentorplatz
14:30-17:00 Uhr
Familiensonntag. Groß und klein erkunden die Geschichte und die Besonderheiten des Holstentors. Dafür halten wir alles Wichtige und Interessante in unserem Museumsbuch fest. Für Familien mit Kindern ab 8 Jahren. Anmeldung bis 30.05. erbeten unter Tel. 1224273. Eintritt: 1 Erw. mit Kindern € 12,00, 2 Erw. mit Kindern € 15,00.

Mo. 27.10.2014

Warum brauchen Tiere keine Winterjacke und Stiefel?
Zoologischer Garten Rostock, Rennbahnallee 21, Rostock
10:00 Uhr + 14:00 Uhr
Führung zu den verschiedensten Zoo-Bewohnern. Dabei wird der Frage auf den Grund gegangen, wie sich die Tiere auf den Winter vorbereiten.

Auflösung der Kinderseite

(S. 22/23)

Suchbild

1. Es sind 8 Maulwurfshügel
2. Der Maulwurf ist unter dem Elefanten
3. 14 Sterne sind auf den Kleidern der Kinder
4. Es gibt 8 Blumen und 9 Bäume

Rätsel

1. Ohrfeige
2. Löwenzahn
3. Es ist für Jakob
4. Kinderkarussell
5. Kichererbse
6. Feuer

Do. 30.10.2014

Flügelchen
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 4-8 Jahren. Figurentheater Johanna Pätzold. Karten: € 7,00.

Weltspartag:
„Die Affen rasen durch den Wald“
Sparkasse zu Lübeck, Breite Str. 18-28
09:00-18:00 Uhr
Getreu dem Motto „Dschungel“ verwandelt sich die Hauptstelle der Sparkasse zu Lübeck in einen Urwald der besonderen Art. Die Zählmaschine ist warm gelaufen und wartet auf die prall gefüllten Spardosen. Als besonderer Gast ist der Magier und Entertainer John Merlin eingeladen. Der Eintritt ist frei.

Fr. 31.10.2014

Flügelchen
Figurentheater Lübeck, Kolk 20-22
15:00 Uhr
Ab 4-8 Jahren. Figurentheater Johanna Pätzold. Karten: € 7,00.

Theater
Freie Dorfschule Lübeck i.G.
15:00-17:00 Uhr
Erster von 4 Terminen. Mit Cornelia Koch und Michiko Möhle, Treffpunkt Ringstedtenhof

Ein Koffer voll Geschichten
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
16:00 Uhr
Für Kinder ab 4 Jahren Mit Geschichtenerzählerin Birte Lange. Eintritt frei.

Halloween Spuknacht
Tierpark Arche Warder, Langwedeler Weg 11, Warder
16:00-20:00 Uhr
Rund um das Haus der Natur findet das magische, aber nicht zu gruselige Fest der Hexen, Geister und Kobolde statt.

Sa. 01.11.2014

Töpfermarkt
Schuppen 6, An der Untertrave 47a
11:00-19:00 Uhr
Auch am 2. November

Halloween Gruselnacht
Tierpark Arche Warder, Langwedeler Weg 11, Warder
16:00-20:00 Uhr
Rund um das Haus der Natur findet das magische, aber nicht zu gruselige Fest der Hexen, Geister und Kobolde statt.

Lampionfest
Zoologischer Garten Rostock, Rennbahnallee 21, Rostock
18:00 Uhr
Laterne gehen durch den Zoo. Am Ende großes Lagerfeuer.

Dunkel-Munkel-Nächte
Wildpark Eekholt, Eekholt 1, Großenaspe
18:00-21:00 Uhr
Hexen & Feen. Der nächtliche Wildpark mit Dunkel-Munkel-Pfad, Wunschbaum, Lagerfeuer, Hexenkessel und Romantikpfad. Mehr erfahren über das Nachtleben der Tiere in den beleuchteten Gehegen.

So. 02.11.2014

Halloween Kostümparty
Tierpark Arche Warder, Langwedeler Weg 11, Warder
10:00-17:00 Uhr
Kürbisse können zu Halloween-Laternen geschnitzt und mit nach Hause genommen werden. Alle Kinder dürfen gerne verkleidet kommen, denn es findet ein Wettbewerb für das originellste Kostüm statt.

Möhren Sonntag
Eselpark Nessendorf, Wiesengrund 3, Blekendorf
10:00-18:00 Uhr
Jede Familie (bis 5 Personen), die 10 kg Futtermöhren mitbringt, hat freien Eintritt in den Eselpark.

Von Einhörnern, Drachen und Greifen-Fabeltieren
Tierpark Neumünster, Geerdtsstraße 100, Neumünster
10:30-12:00 Uhr
Führung mit Volker Weinreich. Treffpunkt ist die Elchterrasse am Eingang. Eintritt: Erw. € 7,00, Kinder ab 4 Jahren € 4,00.

Di. 04.11.2014

Die kleinen Bücherbutscher
Stadtteilbibliothek Marli-Brandenbaum, Max-Wartemann-Str. 5
10:00 Uhr-10:45 Uhr
Geschichten, Lieder, Reime, Spiele für Kinder von 24-36 Monaten und ihre Eltern. Die Teilnahme ist kostenlos - Anmeldung erforderlich.

Treffen der Kreis- und Elternvertretung der Kitas
Kreis- und Stadtelternvertretung, Mengstr. 14, Hinterhaus
20:00 Uhr
Öffentliches Treffen in der Kita “Kleiner Mukk”, Kanalstraße 42-50.

Mi. 05.11.2014

Die kleinen Bücherbutscher
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
10:00-10:45 Uhr
Geschichten, Lieder, Reime, Spiele für Kinder von 24-36 Monaten und ihre Eltern. Die Teilnahme ist kostenlos - Anmeldung erforderlich.

Fr. 07.11.2014

Laternenumzug
Gemeinschaftshaus Gärtnergasse-Weberkoppel e.V., Nachtigallensteg 25

Martinsmarkt
Vorwerker Diakonie, Triftstr. 139-143
bis 09.11.2014

Sa. 08.11.2014

Martinsmarkt
Museumshof Lensahn, Bäderstr. 18, Lensahn
10:00 Uhr

Lotte und das Geheimnis der Mondsteine
KOKI- Kommunales Kino Lübeck, Mengstr. 35
16:00 Uhr
Familienkino vom Kinder- und Jugendkulturhaus Röhre. Ab 5 Jahren. Zwei Kapuzenmännchen versuchen Lotte ihren Stein zu stehlen von dem sie bis dahin wußte, dass er magische Kräfte besitzt. Karten: € 2,00 bis 16 Jahre, alle anderen € 4,00. Eine Begleitung der Kinder ist erwünscht. Mehr Infos unter: kjhroehre-luebeck.de.

Dunkel-Munkel-Nächte
Wildpark Eekholt, Eekholt 1, Großenaspe
18:00-21:00 Uhr
Feuer & Flamme. Der nächtliche Wildpark mit Dunkel-Munkel-Pfad, Wunschbaum, Lagerfeuer, Hexenkessel und Romantikpfad. Mehr erfahren über das Nachtleben der Tiere in den beleuchteten Gehegen.

So. 09.11.2014

Martinsmarkt
Museumshof Lensahn, Bäderstr. 18, Lensahn
10:00 Uhr

Herbst im Holstentor
Museum Holstentor, Holstentorplatz
14:00-18:00 Uhr
Familiennachmittag für Familien mit Kindern ab 7 Jahren. Eintritt:1 Erw. mit Kindern € 12, 2 Erw. mit Kindern € 15. Mehr Infos: museum-holstentor.de.

Ihr Termin fehlt?

Möchten Sie Ihre Termine in unserem Veranstaltungskalender veröffentlichen?
Dann senden Sie uns eine Email an info@luettbecker.de.
Nennen Sie uns die Veranstaltung, den Ort, die Uhrzeit, eine kurze Info zur Veranstaltung und die Kosten.
Es besteht kein Anspruch auf Veröffenlichung.
Für die Ausgabe November/Dezember 2014 ist der 15. Oktober der letzte Abgabetermin.

Impressum

Herausgeber/Verlag
German Europe Link GmbH
Beckergrube 43-47
23522 Lübeck

Tel.: 0451-693 35 30
Fax: 0451-585 90 85

www.luettbecker.de
info@luettbecker.de

Chefredaktion
Christiane Herrmann (CH) (ViSdP)

Lektorat
Franziska Hasselbach

Layout & Grafik
Tobias Herrmann (THE)

Druck
Satzpartner GmbH, Lübeck

Auflage
10.000 Exemplare

Erscheinungsweise
6 x im Jahr, zum 1.01., 1.03., 01.05., 01.07, 01.09., 01.11.

Anzeigen
Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 1
gültig seit dem 1. Januar 2014

Anzeigenschluss
jeweils der 10. des Vormonats

Vertrieb
kostenlose Auslage über Vertriebsstellen

Veranstaltungskalender
erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Die Einträge sind kostenlos und freiwillig. Es besteht keine Gewähr für die Richtigkeit. Für Fehler wird keine Haftung übernommen.

Hinweis
Der Verlag übernimmt keine Gewähr für unverlangt eingesandte Manuskripte oder Fotos. Es besteht kein Anspruch auf Veröffentlichung. Alle Informationen werden nach bestem Wissen und Kenntnisstand, aber ohne Gewähr für Richtigkeit oder Vollständigkeit veröffentlicht. Namentlich gekennzeichnete Berichte geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Alle Fotos, Beiträge und von uns gestaltete Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung.

Titelbild
© www.buckysboard.de

Bewegungsideen

Bewegung ist wichtig. Das haben Sie aus den einzelnen Artikeln in dieser Ausgabe ja bereits gehört. Natürlich kann auch ein Spaziergang Spaß machen, oder eine gemeinsame Fahrradtour zu einem attraktiven Ziel. Wir haben Ihnen hier noch ein paar Ideen zusammengestellt, die vielleicht eine Alternative darstellen.

Spielplätze

Spielplätze üben auf Kinder immer einen Reiz aus. Hier bewegen sie sich, ohne dass man sie dazu anregen muss. Unter den vielen Spielplätzen, die Lübeck bietet, befindet sich auch der Waldspielplatz Katharinenwiese neben der Travemünder Allee in Israelsdorf. Die Kletter- und Bewegungsmöglichkeiten sind auf diesem großen Spielplatz sehr vielfältig. Erst kürzlich wurden hier neue Spielgeräte aufgestellt, so dass jetzt ein Hauch von Westernatmosphäre über den Platz liegt. Es ist genügend Platz, um auch mal den ein oder anderen Ball zu kicken. Außerdem gibt es einen Grillplatz und auch ein Lagerfeuer darf gemacht werden, wenn es das Wetter erlaubt. Tipp: Man kann hier auch einen Kindergeburtstag feiern. Allerdings muss dies vorher bei der Stadt angemeldet werden.

Immer beliebter werden auch die sogenannten Mehrgenerationen-Spielplätze. Neben Spielgeräten für Kinder gibt es hier auch ein Angebot direkt für Erwachsene. Dazu gehören der Spielplatz Carlebach-Platz im Hochschulstadtteil und die Humboldtwiese in der Dornbreite, wo gerade mit der Gestaltung begonnen wurde. Hier sollen insgesamt neun Gerätepaare aufgestellt werden, jeweils eines für junge und eines für ältere Menschen. Damit wird die Möglichkeit gegeben, dass Kinder zusammen mit ihren Eltern oder Großeltern gemeinsam spielen, klettern und trainieren.

Trimm dich Pfad

Eine tolle Panorama-Runde im Landschaftsschutzgebiet „Schwartauer Waldungen“ gibt es in Bad Schwartau. Naturliebhaber können im bekannten Heilbad auf insgesamt 2,5 Kilometern an 19 Stationen trainieren. Alle Trainingsgeräte bestehen aus Holz und sind so gestaltet, dass sie sich optimal in die Umgebung des Waldes einfügen. Der beliebte Pfad mit super Aussicht auf die schöne Landschaft existiert bereits seit 30 Jahren und wird regelmäßig kontrolliert und modernisiert. Auf der Strecke gibt es viel zu entdecken: So verläuft der Pfad entlang einer mittelalterlichen Burganlage, vorbei an der offenen Wiesenlandschaft des Schwartau-Tals und den dort angrenzenden bewaldeten Hängen. Startpunkt ist beim Parkplatz Sonnenweg.

Barfußpfade

In Schleswig-Holstein gibt es drei Barfußparks, die lebenslustige Alternativen zum ermüdenden Laufen auf Asphalt- und Schotterwegen bieten. Neben dem Bauernhof-Barfußgarten in Neukirchen, in der Nähe von Klanxbüll in Nordfriesland, gibt es den Barfuß-Park Egestorf in der Lüneburger Heide und der Barfuß-Park in Todesfelde, zwischen Bad Segeberg und Bad Bramstedt der KiWeBu e.V. Auf einem Barfußpfad wandelt man über Holzschnitzel, Sand, Tannenzapfen, Glasscherben, Muscheln und viele andere Untergründe. Dabei werden die Reflexzonen des Fußes stimuliert. Auch wenn man es nicht glauben mag, dieses führt zu Wohlempfinden und ist außerdem ein hervorragendes Training für Körper, Geist und Seele. Nähere Infos finden Sie auf den Internetseiten der Anbieter: www.bauernhof-barfussgarten.de, www.barfusspark-egestorf.de und kiwebu.de/barfuspfad.

Kletterparks

Neben der Bewegung bieten Kletterparks zudem die Möglichkeit, das Selbstbewusstsein zu stärken. Außerdem wird die Konzentration gefördert, das Gleichgewicht und die Motorik trainiert. Obwohl in den letzten Jahren die Kletterparks immer beliebter wurden, gibt es in Lübeck direkt nur den Hochseilpark in Travemünde. Im bewaldeten Kurpark Calvarienberg befindet sich der Parcours mit 37 Stationen. Für Kinder von 3 bis 10 Jahren gibt es einen eigenen Parcours. Mehr Infos: hochseilgarten-travemünde.de.

Weitere Kletterparks in der Umgebung:

Kletterpark Grömitz, Direkt am Strand steht der Parcours mit 60 Stationen. Hier kann in Höhen zwischen 4 und 10 Metern geklettert werden, www.kraxelmaxel.de, Waldhochseilgarten Scharbeutz. Es stehen hier drei Parcours mit Höhen von max. 2,50 m, 9,50 m und 15,50 m zur Verfügung, www.waldhochseilgarten-scharbeutz.de. Der Kletterpark Lütjensee bietet verschiedene Parcours zwischen 1,50 und 20 m. Ab 6 Jahren und einer Mindestgröße von 1,10 m darf man hier klettern, www.hochseilgarten-luetjensee.de. Die Eintrittspreise variieren zwischen € 14,00 und € 21,00.

Jetzt kommt der

Lüttbecker

zu Ihnen nach Hause!

In Ihrer Umgebung gibt es keine Auslagestelle für das Familienmagazin „Lüttbecker“ oder Sie möchten es einfach bequem mit der Post nach Hause bekommen? Kein Problem. Ab sofort können sie den „Lüttbecker“ gegen einen Unkostenbeitrag abonnieren. Dabei haben Sie die Wahl nur eine Ausgabe zu bestellen, oder ein Paket von bis zu fünf Heften, die Sie dann an Bekannte, Freunde, Nachbarn, Verwandte oder Arbeitskollegen weitergeben können. Schicken Sie uns einfach das ausgefüllte Formular zurück, oder schicken Sie uns eine Email an: info@luettbecker.de

Abonnementbestellung

Familienmagazin Lüttbecker
Beckergrube 43-47
23552 Lübeck

Hiermit bestelle* ich das Familienmagazin „Lüttbecker“

○ Jahresabonnement (6 x jährlich eine Ausgabe)
Kosten: € 15,00 (inkl. MwSt.) pro Jahr für Porto, Verpackung und Verwaltung. (Sie erhalten eine Rechnung. Versand erfolgt nach Überweisung)

○ Gruppenabonnement (6 x jährlich bis zu fünf Ausgaben)
Kosten: € 20,00 (inkl. MwSt.) pro Jahr für Porto, Verpackung und Verwaltung. (Sie erhalten eine Rechnung. Versand erfolgt nach Überweisung)
Anzahl: _____

Rechnungs- und Lieferadresse:

Vor- und Nachname: _____
Straße: _____
PLZ und Ort: _____
Telefon: _____
Email: _____

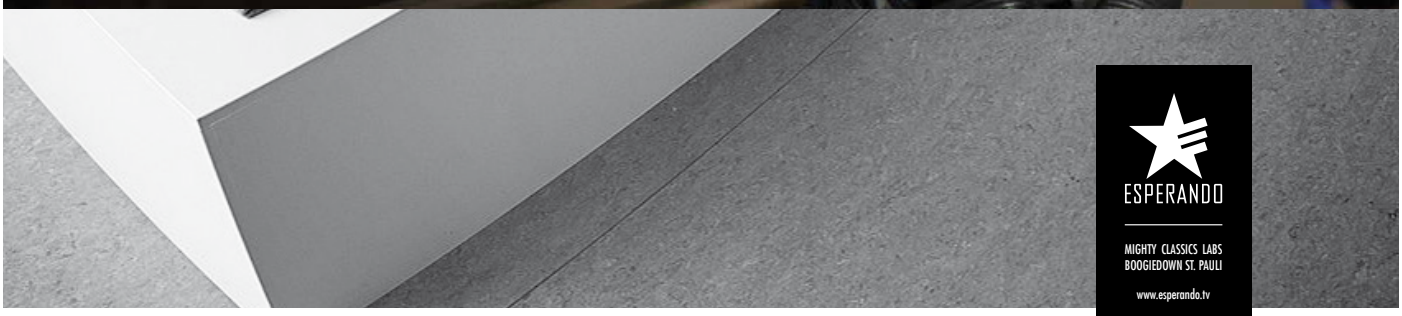
Datum Unterschrift

_____

Tipp

Sie wollen den „Lüttbecker“ an jemanden verschenken? Kein Problem! Rufen Sie uns einfach unter 0451-6933530 an, oder schreiben sie eine Email an: info@luettbecker.de

*Die Bestellung kann ohne Angaben von Gründen innerhalb von 14 Tagen schriftlich widerrufen werden.
Falls das Abonnement nicht einen Monat vor Ablauf gekündigt wird, verlängert es sich stillschweigend um ein weiteres Jahr.



ESPERANDO

MIGHTY CLASSICS LABS
BOOGIEDOWN ST. PAULI

www.esperando.tv