Lüttbecker

Das Familienmagazin für Lübeck

Ausgabe 1 - Januar/Februar 2017

ENTWICKLUNG

kostenlos

Großer Veranstaltungskalender für Kinder & Familien

Sponsored by:

sigikid KINDERKRAM hautNah

Erziehung - Vom ICH zum WIR

Gesundheit - Pseudokrupp

Entwicklung - Endlich alleine schwimmen

* Rabatt wird auf die unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers gewährt.

RANZENFETE

27./28. JANUAR 10–20 UHR

Centerrallye, Verkehrskasper, Malwettbewerb und viele weitere tolle Aktionen rund um den Schulanfang: Zugucken, Mitmachen, Spaß haben!

Weitere Infos auf www.luvshopping.de und

So kommen Sie zu uns ins LUV SHOPPING:

- A1, Ausfahrt „Lübeck-Dänischburg“
- Linie 10 und 33, Haltestelle „IKEA LUV SHOPPING“
- Regionalbahn, Bahnhalt „Lübeck-Dänischburg IKEA“

IKEA®

LUV SHOPPING®

ALLES IM LUV

Inhalt

Der Die Das...

Wissenswertes kurz berichtet 4

Thema Entwicklung

Endlich Schwimmen lernen 14
Pfadfinder - kleine Entdecker meistern gemeinsam die Entwicklung 18
Max kann (nicht) lernen 19
Wozu überhaupt immer dieses Lernen 22
„Gehirnbaustelle“ sinnvoll gestalten 23

Ernährung

Ernährung & Bewegung ... spielt das eine Rolle für die gesunde Entwicklung Ihres Kindes? 16

Erziehung

Vom ICH zum WIR 24

Gesundheit

Hilfe, mein Kind hat Krupphusten 27

Spiele & Bücher

Buchvorstellungen 13
Kinderseite 20
Nie mehr ohne... Badespaß 28

Veranstaltungskalender

Regelmäßige Termine 31
Kindertheater Termine 33
Aktuelle Termine 34

Regelmäßig

Kleinanzeigen 30
Gewinnspiel 39
Impressum 38

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser,

Entwicklung - ein großes Wort! „Mein Kind entwickelt sich prächtig“ oder „Mein(e) Kleine(r) ist ihrer/seiner Entwicklung voraus.“ Alles Sätze, die uns als Eltern gerne über die Lippen kommen. Der Nachteil einer Entwicklung? Sie ist gefühlt nie abgeschlossen! Wie oft hörte ich schon „Ach, das ist nur ein Phase.“, um dann festzustellen, dass das zwar stimmt, auf die eine Phase aber meist eine neue folgt und so kommt man oft vom Regen in die Traufe. Auf die „Rockzipfelphase“ in der unsere Kleinen nur Mama oder Papa wollen und man sich bloß keine zwei Meter von ihnen entfernen kann, folgt die „Trotzphase“, die mit lautem Gebrüll, unvermittelter Bockigkeit und so manchem peinlichen Erlebnis in der Öffentlichkeit einhergeht.

Wie oft habe ich schon die offensichtlich kinderlosen Menschen verflucht, die kopfschüttelnd an mir vorbeiliefen, während mein kleines „Ungeheuer“ herzzerreißend schrie. Es steht ihnen ins Gesicht geschrieben was sie denken. „Das arme Kind.“ oder noch schlimmer, „Was für eine schreckliche Mutter.“. Für uns als Eltern sind gerade solche Situationen die schwierigsten. Da hilft es manchmal nur, sich in Erinnerung zu rufen, dass gerade der Trotz ein wichtiger Teil der Persönlichkeitsbildung ist. Seien Sie ruhig stolz auf ihr Kind - es hat einen starken Willen! Doch oft ist es schwer, sogar sehr schwer, sich das in einer solchen Situation in Erinnerung zu rufen. Manchmal - und da sind wir Eltern eben auch nur Menschen - würde man das kleine Wutbündel am liebsten einem der „Kopfschüttler“ auf den Arm setzen, sich umdrehen und im Weggehen ganz laut „Viel Spaß damit!“ rufen. Natürlich machen wir das nicht, denn wir lieben unsere Kinder, auch wenn sie manchmal richtige Nervensägen sind. Und weil wir sie lieben, halten wir durch. Wir fördern und fordern sie und wenn sie durchdrehen, reagieren wir mit Verständnis oder nehmen sie halt an die Kandare. Denn gerade in der Trotzphase brauchen die Kleinen eine starke Führung und Grenzen, die ihnen Sicherheit gibt.

Wenn sich unsere Kinder nicht so entwickeln wie wir uns das erhoffen, sind wir gefragt. Beobachten wir sie aufmerksam, können wir bei so manchem Problem frühzeitig eingreifen und ihnen die nötige Hilfestellung geben. Außerdem müssen wir abwägen, ob wir neben unserer eigenen Hilfe nicht auch manchmal fremde Hilfe in Anspruch nehmen sollten. Ich hoffe, Sie finden in dieser Ausgabe einige Anregungen dazu. Ich wünsche Ihnen sehr viel Geduld und viel Stärke, bei dem doch nicht ganz so leichten Job, die Verantwortung der Erziehung und Entwicklung Ihrer Kinder zu übernehmen.

Auch der Lüttbecker entwickelt sich weiter. Wir haben den Veranstaltungskalender überarbeitet und ihm ein neues Farbkleid verpasst.

Wir freuen uns auf ein weiteres spannendes Jahr, das bestimmt auch wieder einige Entwicklungen mit sich bringt.

Christiane Herrmann

Ihre Christiane Herrmann &
und das „Lüttbecker-Team“

Wir bedanken uns bei Sigikid, Kinderkram und Hautnah für die Unterstützung für das Titelbild und natürlich beim Fotografen Dennis Bober.

Der Die Das...

Vorlesen steigert Bildungs- und Entwicklungschancen

Was gibt es schöneres als in die wunderbare Welt der Bücher, insbesondere die Welt der Kinderbücher einzutauchen? Und wenn etwas als so schön empfunden wird und große wie kleine Menschen zufrieden und glücklich stimmt, dann muss es sich um einen fundamentalen Baustein für die Entwicklung unserer Kinder handeln: Das Vorlesen und Lesen!

„In Deutschland müssten Kinder geradezu ein Grundrecht auf Vorlesen haben. Denn hier liegt der Schlüssel zu Bildung. Wer nicht lesen und schreiben kann, wird in unserer Gesellschaft durch das Raster fallen. Wie sollen sich Kinder oder Jugendliche sonst im Alltag, im Supermarkt, bei Behördengängen oder in den sozialen Netzwerken sicher bewegen? Deshalb muss das Vorlesen in Deutschland, wo die Bildung einen so hohen Stellenwert hat, selbstverständlich sein. Es gibt keinen Grund, den Kindern den Wunsch nach einer guten Vorlesegeschichte nicht jeden Tag neu zu erfüllen“, so Antje Neubauer, Vorsitzende im Fachkuratorium Bildung Deutsche Bahn Stiftung, in ihrer Bewertung der Ergebnisse der 10. Vorlesestudie, die im Oktober veröffentlicht wurde. Dabei wurde deutlich, dass es Kindern sehr gut gefällt, wenn ihnen vorgelesen wird und die meisten wünschen sich dies öfters. Jeden Tag 15 Minuten wären ideal, denn dann entfaltet das Vorlesen seine volle Wirkung für die intellektuelle, emotionale und soziale Entwicklung von Kindern. Die kleinen Zuhörer schätzten die gemeinsame Zeit und vertraute Atmosphäre mit ihren Eltern sowie die Gemütlichkeit beim Vorlesen. Gute Geschichten spielen ebenfalls eine große Rolle für die Kinder. Bei Jüngeren steht dabei der Humor im Mittelpunkt, bei Älteren rücken Spannung und die Identifikation mit den Hauptfiguren in den Vordergrund. Kleinkinder genießen und benötigen die vertraute Stimme ihrer Bezugspersonen beim Vorlesen. Im Schutz der Großen kann jede noch so spannende oder emotionale Situation altersgemäß verarbeitet und ohne Angst erlebt werden. Diese gemeinsame Zeit stärkt die Bindung, gibt Sicherheit und verleiht ein Urvertrauen, auf das unsere Kinder ihr Leben lang zurückgreifen können.

Hauptsächlich die Eltern, vornehmlich die Mütter, lesen ihren Kindern vor, aber auch das Vorlesen außerhalb der Familie, zum Beispiel durch Ehrenamtliche, ist sehr wertvoll. Bereits seit 2006 hat sich der gemeinnützige Verein MENTOR-Die Leselernhelfer Lübeck e.V. zum Ziel gesetzt, die Lese-und Sprachkompetenz Lübecker Kinder zu fördern. Dies geschieht mit dem pädagogischen Förderansatz, dass ein Leselernhelfer, ein Mentor, jeweils ein Kind in einer 1:1 Betreuung fördert, dass es eine vertrauensvolle Beziehung zwischen Mentor und Kind (Bildung durch Bindung) gibt und dass die Treffen in einer entspannten Lernatmosphäre stattfinden. Das Betreuungsprinzip ist ein individualisierter Förderansatz, der in der Leseforschung als äußerst erfolgversprechend anerkannt ist. Er gewährleistet, dass der Lesementor gezielt auf die Stärken und Interessen des ihm anvertrauten Kindes eingeht. Zeit, Zuwendung und Zuverlässigkeit sind für viele Kinder eine weitere wichtige soziale Erfahrung, die ihr Selbstwertgefühl immens steigert. Mit Geduld und Humor stellen sich Erfolgserlebnisse ein, die dem Kind den Mut verleihen, Interesse am Schulunterricht zu entwickeln und sich (wieder) aktiv zu beteiligen.

> **Beim Lesen guter Bücher wächst die Seele empor**
>
> Voltaire

„Macht Dampf!“ – Für gutes Essen in Kita und Schule

Die Zahl der Kinder und Jugendlichen, die in Kita oder Schule ganztägig betreut werden und dort an der Mittagsverpflegung teilnehmen, ist in den letzten Jahren stetig gestiegen. Studien zur Qualität der Verpflegung in Kindertagesstätten sowie in Schulen zeigen aber, dass die Qualität des Essens in den Einrichtungen zwar auf einem guten Weg ist, aber Verbesserungsbedarf besteht. Der Qualitätsstandard der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) für die Kita- und Schulverpflegung hat sich noch nicht flächendeckend durchgesetzt. Im Durchschnitt wird zu häufig Fleisch serviert bei zu wenig Gemüse und Fisch. Außerdem sind Schülerinnen und Schüler oft mit der Qualität des Essens unzufrieden. Und gerade in den Kitas fehlt es meist an fachlicher Unterstützung und Personal oder der nötigen Ausstattung, um eine ausgewogene Ernährung analog des Standards bereit zu stellen.

Mit der Verbraucherinformationskampagne „Macht Dampf! – Für gutes Essen in Kita und Schule“ fordert das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft Eltern auf, sich mit der Ernährung ihrer Kinder auseinander zu setzen. Die Kampagne informiert, warum gutes Essen für die Kinder und Jugendlichen sowohl zu Hause als auch in Kita und Schule so wichtig ist und erklärt den DGE-Qualitätsstandard bzw. was eine ausgewogene Verpflegung ausmacht. Sie zeigt Eltern Handlungsmöglichkeiten auf, wie sie sich für die Verbesserung des Schul- und Kitaessens einsetzen können und bietet Servicematerialien, Tipps und nachahmenswerte Beispiele aus der Praxis.

© M. G. Koetter Photography

Auf dem Webportal www.macht-dampf.de können sich Eltern über das Thema gesundes Essen in Kitas und Schulen informieren und folgende Informationen finden.

- Einen Speiseplan-Check um herauszufinden wie gut das Essen in ihrer Kita oder Schule ist.
- Einen Essenskalender „Hat’s geschmeckt“
- Musteranschreiben und Checklisten
- Die Möglichkeit, Fragen an Ernährungsexperten von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, dem aid Infodienst oder den Vernetzungsstellen Schul- und Kitaverpflegung zu stellen
- Erläuterungen zum DGE-Qualitätsstandard
- Informationen zu Akteuren und Beteiligten rund um das Kita-und Schulessen
- Beispiele für eine gelungene Verpflegung an Kitas und Schulen
- Rezepte für gesunde Pausenbrote und Snacks
- Umfragen und ein Quiz

„KommMit“ – Lübecker Sprach- und Kulturmittler*innen-Pool

Seit kurzem gibt es unter der Trägerschaft des Vereins Spungtuch e.V. eine Vermittlungsstelle für Sprach- und Kulturmittlung. Das Projekt „KommMit“ – Lübecker Sprach- und Kulturmittler*innen-Pool wird für zwei Jahre von der Hansestadt Lübeck und der Possehl-Stiftung gefördert.

Ob im Gesundheitswesen, bei der Arbeitsvermittlung oder in der Kita und Schule, ohne ausreichende Deutschkenntnisse bestehen Zugangsbarrieren. Sie erschweren die gesellschaftliche Teilhabe und Integration. Oft müssen Kinder, Verwandte, Nachbarn für ihre nicht deutschsprechenden Landsleute bei Ämtern, Ärzten etc. übersetzen. Sie sind dabei aber oft selbst überfordert, bzw. ist es für die betroffenen Personen oft unangenehm, wenn die Helfer von ihren Problemen hören. Dem will das Projekt entgegen wirken, in dem in solchen Situationen neutrale Sprachmittler diese Aufgabe übernehmen.

Das Projekt vermittelt anfragenden Behörden, z. B. einer Schule für ein Elterngespräch, einen qualifizierten Sprachmittler, der neben seiner Muttersprache auch Deutsch als Zweitsprache beherrscht. Seine Aufgabe umfasst die sprachliche Übersetzungsarbeit in inhaltlich und zeitlich festgelegten Gesprächen. Darüber hinaus übernehmen Sprachmittler keine weitere Beratungs- oder Betreuungstätigkeiten. Allerdings besitzen sie interkulturelle und soziale Kompetenzen, um Verständigungsschwierigkeiten im Gespräch kultursensibel zu vermitteln. Sprachmittler sind keine vereidigten Dolmetscher und übernehmen keine Aufgaben aus diesem Berufsfeld.

Die Sprach- und Kulturmittlung stellt dabei keine Alternative zum Erwerb der deutschen Sprache dar, sondern erleichtert zunächst die Verständigung zwischen Menschen mit (noch) nicht ausreichenden Deutschkenntnissen und den MitarbeiterInnen von Verwaltung, lokalen Einrichtungen und Institutionen.

Komm‘Mit
Lübecker Sprach- & Kulturmittler*innen-Pool

Das Angebot des Sprach- und Kulturmittlerpools „KommMit“ kann von allen städtischen Einrichtungen und der Verwaltung während der zweijährig geförderten Projektphase kostenfrei in Anspruch genommen werden. Für alle weiteren Interessenten, wie Einrichtungen von freien Trägern, Kliniken u.a., steht dieses Angebot ebenso zur Verfügung, allerdings gegen einen Kostenbeitrag.

Filiz Günsür und Rafael Jancen leiten das Projekt „KommMit“. Mehr Infos unter: www.sprungtuchev.de oder per Email an: kommMit@sprungtuchev.de

AHOI, LIEBE PATIENTINNEN UND PATIENTEN,

willkommen auf unserer neuen Insel
für gesunde Zähne bei der Lohmühle 84.

Ab sofort nehmen wir Euch mit
auf spannende Erlebnisreisen
rund um Eure Zahngesundheit.

Wir freuen uns auf Euch!
Dr. Wiebke Klingbeil
und Team

Der Geist macht die Musik

© Olaf Malzahn

Im Theater Lübeck spukt es gewaltig. Ein Geist, der seit mehreren Hundert Jahren in einer alten Kontrabasskiste auf dem Dachboden des Theaters schlief, ist plötzlich aufgewacht. Mit Musik kennt er sich bestens aus und darf deshalb bei den Kinderkonzerten mitmachen.

Guten Tag… Wie darf ich dich eigentlich ansprechen?
Mein Name ist Hugo Friedhelm Hasso Caspar Melchior Balthasar Roderich Pippin Pelle Paganino Theophil Ignatius Bartholomäus Demetrios Fiete Linus Quintus Numerius Vincent Korbinian Sturmhart Furioso Amadeus Ephraim Lucius Hippolyth Eusebius von Rasselstein.

Ist das nicht ein bisschen kompliziert?
Dann nenn‘ mich einfach Johann.

Erzählst du uns, wie du ins Lübecker Theater gekommen bist?
Ach… Das ist eine lange Geschichte. Ich wollte Clarabella nachreisen. Sie war eine Sängerin. Als sie fortgehen musste, habe ich mich auf ihrem Schiff in einer Kontrabasskiste versteckt. Mitten auf dem Meer kam ein Unwetter, das Schiff ist gekentert und die Kiste über Bord gegangen. Was dann passiert ist, weiß ich nicht. Ich muss wohl am Ostseestrand angespült worden sein, von allen guten Geistern verlassen. Irgendwann ist die Kiste schließlich im Theater gelandet.

Und was ist mit Clarabella passiert?
Ich weiß es nicht. Vernäht und zugeflixt! Ich habe schon mindestens 397 Briefe mit der Fledermauspost abgeschickt – aber keine Antwort, nichts.

Du bist ein Geist? Das glaube ich nicht, Geister gibt es doch gar nicht!
Spinnenzahn und Mottenloch! Na klar gibt es mich! Du siehst mich doch! Ich bin tot, fledermausetot. Ich schlafe in meiner Kiste und wenn man die richtige Musik spielt, wache ich auf. Aber bloß keine Triangelmusik wie beim letzten Mal! Wenn ich nur daran denke kriege ich schon wieder meine Triangelallergie – haaatschiiiii!

Sind Geister eigentlich musikalisch?
Nicht alle, aber ich! Denn ich war königlicher Notenschreiber am Hof des Königs von Neapel! Da habe ich viele Noten aufgeschrieben. Lange und kurze Noten, laute und leise, fröhliche und traurige. Wenn ihr wissen wollt, welche Musik ich am liebsten mag, dann kommt ins nächste Kinderkonzert. Dort gibt es rasselmäßig gute Geistermusik von fliegenden Hexenbesen, einer Hütte mit Hühnerfüßen, tanzenden Skeletten, einem wütenden Trollkönig und dem berühmten Zauberlehrling Harry Potter. Und vergesst nicht: mit der richtigen Musik könnt ihr mich herbeirufen!

Die Termine findest Du im Veranstaltungskalender auf der Kindertheater-Seite.

WARMIES – Kuschelige Wärme mit Gefühl

Nicht nur die Lübecker Firma Greenlife Value GmbH ist den kuscheligen Wärme-Stofftieren verfallen. Auch das Lüttbecker-Team hat sie getestet und für sehr gut befunden: Warmies® Wärmekissen zum Fühlen, Riechen und Liebhaben.

Es gibt niedliche Wärmekuscheltiere, die Babys trösten und fröhliche Beddy Bears, die Kinder zum Einschlummern bringen. Sie schmiegen sich, dank der natürlichen Getreidefüllung, an den Körper an, haben ein kuschelig weiches Plüschfell und verströmen einen angenehmen Duft durch die Zugabe des echten französischen Lavendels. Schon den Allerkleinsten vermitteln sie mit Wärme und dem angenehmen Duft ein Gefühl von Ruhe und Geborgenheit. Aber auch wir Erwachsene begeistern uns für die drolligen und vielseitigen Wärmegesellen zum Relaxen und Wohlfühlen.

Warmies® lassen sich unkompliziert und schnell erwärmen – schon in 90 Sekunden in der Mikrowelle bei maximal 800 Watt oder bis zu zehn Minuten im Backofen bei 100°C genügen, damit sie für ca. 90 Minuten ihre Wärme speichern und abgeben. Danach werden sie nicht kalt und störend, sondern bleiben auf Körpertemperatur weiterhin ideal zum Kuscheln. Natürlich haben Schadstoffe jeglicher Art in den Wärmestofftieren nichts zu suchen. Dies wurde von offiziellen und unabhängigen Prüflaboren bestätigt.

Warmies® sind ideale Begleiter für jede Gelegenheit. Denn das hochwertige Plüsch-Material lässt sich auch nach dem größten Spielspaß einfach mit einem feuchten Tuch reinigen. Bei denen mit praktischer, herausnehmbarer Füllung, lässt sich das Stofftier auch problemlos bei 30°C Grad oder mit der Hand waschen. Die Füllung selbst kann nicht gewaschen werden. Wir finden, Warmies® sind tolle Spielkameraden und sichere Einschlafhilfen mit einfacher Handhabung!

Mehr Informationen unter:
www.warmies.de

Gewinnspiel: Unsere bunte Welt entdecken

So bunt wie Smarties Schokolinsen ist auch unsere Welt. Schon eine Landkarte weckt bei Kindern die Entdeckerlust, denn sie lieben es, die farbenfrohe Vielfalt anderer Länder mit ihren unterschiedlichen Menschen, Tieren und Kulturen zu entdecken. Wer mit seinem Kind spielerisch auf Weltreise geht, kann bis zum 15.01.2017 am Smarties Gewinnspiel teilnehmen: Jedes selbstgemalte Bild der spannendsten Entdeckung, das in der „Bunte Welt“-Galerie auf der Smarties Website geteilt wird, hat unter anderem die Chance, ein Familienwochenende in Hamburg zu gewinnen. Mehr unter www.smarties.de

Neues aus Lübeck

Kita-Betreuung wird teurer

Zumindest in den 28 Kita-Einrichtungen der Stadt. Ab 1. August 2017 werden die Beiträge um drei Prozent angehoben. Die Bürgerschaft fasste am 24. November einen entsprechenden Beschluss. Die Stadt investiert jährlich rund Euro 58 Millionen in die Kita-Betreuung und begründet die Entscheidung damit, dass mehr Personal benötigt werde, um die Qualität zu verbessern.

Logopädie mit Hund

Seit dem 01.November 2016 hat die Praxis von Miriam Longwitz ihre Türen im 1. OG der Löwenapotheke in der Dr.-Julius-Leber-Straße 13 geöffnet. Hier finden in maritimen Ambiente Behandlungen von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen statt. Als staatlich anerkannte Logopädin bietet Frau Longwitz in ihrer Praxis zahlreiche Therapieformen an, die sie durch regelmäßige Fortbildungen stetig erweitert. Das therapeutische Angebot umfasst z.B. Frühe Sprachdiagnostik und -therapie bei Kindern, Morphologie- und Syntax-Therapie nach PLAN, AVWS (Auditive Verarbeitungs- und Wahrnehmungsstörungen), LSVT LOUD® bei Morbus Parkinson, Dysgrammatismus (Diagnostik und Therapie) oder Wortfindungsstörungen bei Kindern.

Unterstützt wird Frau Longwitz auch durch ihre ausgebildete Pudeldame Melli. Tiere finden schneller als Menschen den Kontakt zu den kleinen und großen Patienten. Mit der unvoreingenommenen Haltung des Hundes lässt sich schneller und unverfälschter eine Beziehung zum Patienten aufbauen, als es durch eine Gesprächssituation mit dem Therapeuten möglich wäre. Die Kommunikation wird durch einen natürlichen Impuls angeregt, denn um mit einem Tier umzugehen, muss man mit ihm sprechen, es locken und mit ihm spielen. Jeder ist willkommen, ob Kassenpatient oder Selbstzahler.

Mehr Infos unter:
www.longwitz-logopädie.de

Neuer Kleiderladen in Kücknitz

Nachdem der DRK-Kreisverband im Frühjahr bereits die „Kleiderbox“ am Kolberger Platz 1 eröffnete, kam im November 2016 der „Kleiderladen“ dazu. Jeden Dienstag von 11-13 Uhr und Donnerstag von 15-17 Uhr können hier im Westpreußenring 55 vielerlei Sachen zu günstigen Preisen aus zweiter Hand erworben werden. Dazu gehören zum Beispiel gut erhaltene Kleidung, Schuhe, Accessoires, Spielsachen und Haushaltsgeräte. Die ehrenamtlichen Mitarbeiter waschen, putzen und sortieren liebevoll die gespendeten Waren und haben sichtlich Spaß daran, ihre Kunden zu beraten.

Zu den Kunden gehören viele ältere Menschen, Familien, alleinerziehende Mütter und Flüchtlinge, die wegen der großen Auswahl und den erschwinglichen Preisen gerne zum Stöbern kommen. Damit Mamas und Papas das auch in Ruhe tun können, gibt es eine kleine Spielecke für die kleinsten Besucher des Ladens. Die Einnahmen werden für die Förderung weiterer sozialer Projekte genutzt.

Mehr Informationen unter: www.drk-lübeck.de

Mariposa Bewegungsraum für Kinder

Seit November 2016 bietet der neue „Mariposa Bewegungsraum“ im Stadtteil St. Lorenz-Nord Yoga für Kinder von drei bis zehn Jahren an.

Yoga bedeutet Bewegung des ganzen Körpers. Das sich bewegen fördert den gesamten Organismus und macht ihn stark. Bereits im Kindergarten bewegen sich Kinder viel und gerne. Erste Rollenspiele fangen an, in denen sie selbst die Hauptrolle sind. Sie spielen Situationen und Erlebnisse nach oder erfinden ihre eigenen Geschichten. Später in der Schule liegt der Fokus auf der Konzentration, Mitarbeit, Themen verstehen und geforderte Aufgaben lösen. Während dieser Zeit leisten der Körper und das Gehirn unheimlich viel. Das Yoga holt sie zurück ins Gleichgewicht, baut eventuellen Stress ab, verbessert die Motorik, das Körpergefühl und auch die Körperwahrnehmung. Ganz nebenbei wird die Konzentration gestärkt und das Selbstbewusstsein aufgebaut.

Die Yogastunden sind individuell auf die Kinder abgestimmt und beinhalten Rituale und ein Wechsel von Spannung und Entspannung. Verschiedene Spiele wärmen den Körper auf, Geschichten, in denen die Übungen eingebettet sind, lassen die Kinder in eine Rolle schlüpfen und die Phantasiereisen am Ende der Stunde bringen die nötige Entspannung, die der Körper braucht. Rundum eine Stunde voller Spaß.

Weitere Informationen unter: www.mariposa-bewegungsraum.de
oder unter Tel.: 0451-88051770.

Die BewusstSEINsschmiede

Seit dem Oktober 2016 findet man in den Räumen vom ehemaligen Greenleaves Yogastudio in der Morkerkestraße 13a die BewusstSEINsschmiede von Verena Kemmerer. Für die Inhaberin ist damit ein Traum in Erfüllung gegangen, die sich schon quasi ihr ganzes Leben lang mit Psychologie, Entspannung, Meditation, Tanz und energetischem Heilen beschäftigt.

Projekt ICH
BewusstSEINsschmiede
DAS YOGASTUDIO

Zum vielfältigen Angebot gehört auch ein Kurs für Schwangere, der über 8 bis 10 Stunden geht. In den Yogastunden steht der Fokus darauf, den Körper bei seinen Veränderungen zu unterstützen und zu stabilisieren, denn durch eine Schwangerschaft stehen der Körper, der Geist und die Emotionen einer Frau einer besonderen Herausforderung gegenüber. Der Geist und die Emotionen erfahren so eine Stabilität. Ein weiterer wichtiger Punkt, ist der Kontakt mit dem Baby und die Zeit „zu zweit".

Einzigartig in Lübeck ist das Restorative Yoga, auch regenerierendes Yoga genannt. Hier wird der Körper durch Hilfsmittel in eine Haltung gebracht, die jederzeit körperlich angenehm sein soll. Das Parasympathische System im Körper wird aktiviert, eine tiefe Entspannung erreicht und Selbstheilungskräfte aktiviert. Ein sehr ruhiges und intensives Yoga, das stressbedingte Symptome in Körper und Geist deaktiviert. Es ist auch für Menschen mit körperlichen Einschränkungen geeignet und kann helfen zur Heilung beizutragen.

Am 4. Advent veranstaltete das Studio einen „Engeltag". Klein und Groß konnten wunderbare Engel-Ausmalbilder herstellen, die an die Eltern und Kinder des Kinderhospiz „Die Muschel" in Lübeck gespendet werden konnten. Neben weiteren Spenden ging auch der Beitrag von € 5,00 für die anschließende Engelmeditation an das Hospiz.

Mehr Infos unter:
www.bewusstseinsschmiede-yoga.de

Der JuniorCampus bekommt ein eigenes Haus

Unter dem Motto „Wissen wie es geht", wird seit nun mehr 10 Jahren im JuniorCampus in den Bereichen Naturwissenschaften, Technik und Medizin gemeinsam experimentiert, gebastelt und gebaut. Professor Hans-Dieter Reusch hat damals, zusammen mit engagierten Freiwilligen, den JuniorCampus ins Leben gerufen, der heute nicht mehr aus Lübeck wegzudenken ist.

Dank der Unterstützung der Possehl-Stiftung und der Margot und Jürgen Wessel Stiftung kann nun auf dem Gelände der Fachschule Lübeck ein eigenes Haus für die Forscher entstehen. Am Donnerstag, den 24. November 2016, enthüllte Wissenschaftsministerin Kristin Alheit gemeinsam mit Fachhochschulpräsidentin Dr. Muriel Kim Helbig und Kindern der Kita des Studentenwerks Lübeck das Bauschild für das neue Gebäude. Der Baustart wird im 1. Quartal 2017 erfolgen und spätestens Ende des Jahres soll der neue JuniorCampus eröffnet werden.

Übrigens: Die im Oktober stattgefundenen „Mitmach-Phänomene" im Haus der Wissenschaft wurde von 63 Kitas und Schulen besucht (1.456 Kinder). An den Wochenenden kamen zudem 337 zahlende Gäste in die Ausstellung, so dass insgesamt € 1.677,25 eingenommen wurden, die an das Kinderprojekt Pampilio übergeben werden konnten. Pampilio kümmert sich um minderjährige Kinder, deren Familienangehörige von einer psychischen Erkrankung betroffen sind.

DB
DeBo-Fotografie
by
Dennis Bober
Wunderschöne Babyfotos
und Schwangerschaftsbilder.
Der Fotograf für Lübeck,
Hamburg und Umgebung.

UKSH Gesundheitsforum zieht in den CITTI-PARK

Mehr Service und bessere Erreichbarkeit: Ab Januar 2017 finden alle Veranstaltungen des UKSH Gesundheitsforums im Lübecker CITTI-PARK, im 2. OG., über dem CB Modemarkt statt. Familienspezifische Themen haben künftig einen festen Platz im Programm: Für das Frühjahr 2017 sind Vorträge über Epilepsie bei Kindern, Erste Hilfe und Kinderwunsch geplant (siehe Veranstaltungskalender).

Das UKSH Gesundheitsforum bietet an seinen Standorten Lübeck und Kiel mehrmals wöchentlich Neuigkeiten und Wissenswertes aus der Medizin. Ärzte, Psychologen, Therapeuten und Wissenschaftler informieren hier in leicht verständlicher Form über aktuelle Gesundheitsthemen und stehen anschließend für Fragen und Diskussionen zur Verfügung. Die Vorträge sind kostenfrei und finden jeweils von 18 bis 19 Uhr statt.

Termine, Information und Anmeldung: Tel.: 0451 500-10742, E-Mail: gesundheitsforum-luebeck@uksh.de, www.uksh.de/gesundheitsforum

Die „Krümel" ziehen um

Ines Bober und Britta Heitmann von der Kindertagespflege „Krümelwiese" beziehen ab Januar 2017 neue Räumlichkeiten. Von der Grapengießerstraße geht es nach Groß Steinrade (Suterland 22a). „Nach langer Suche haben wir das perfekte Objekt gefunden - einen großen Bungalow mit schönem Garten, mitten im Grünen und doch zentral.", sagen die beiden Tagesmütter, die noch durch eine dritte Tagesmutter unterstützt werden, so dass die Kinder im Alter von 0-4 Jahren auch im Krankheitsfall betreut werden können.

Mehr Infos unter: www.kruemelwiese.de

Liebe wisch und weg?

Es gibt Paare, die feiern noch ihren 60. Hochzeitstag, vielen wird bei dieser Vorstellung hingegen eher mulmig: Viele verlieren sich doch jetzt schon im Alltagsstress und wissen gar nicht mehr, wie es ist, ein Paar zu sein, geschweige denn den Alltag mit Leichtigkeit und Humor, aber auch mit Anerkennung und Durchhaltevermögen zu meistern. Paarberatung kann helfen, wieder miteinander zu reden: Über Erwartungen und Enttäuschungen, Lust und Frust. Man lernt sich wieder zu entdecken, Selbst-Bewusstsein zu entwickeln, eigene und gemeinsame Ressourcen (wieder) zu finden, als Alternative zum schnellen Segelstreichen – eine echte „Challenge" die es in sich hat!

Wenn die „große Krise" schon da ist, Sie eigentlich zu verletzt, zu enttäuscht oder zu wütend sind, dann sollten Sie die Möglichkeit einer Paartherapie in Betracht ziehen. Oft ist man dann so emotional, dass kein gutes Streiten mehr gelingt. Auch wenn Sie gerade „anders intensiv" leben, an einem Wendepunkt angekommen sind, der Wiedereinstieg in den Beruf ansteht, die Kinder jetzt schon größer sind und Sie wieder Paar sein könn(t)en, oder womöglich eine Affäre im Spiel war, kann Ihnen eine Beratung helfen. Nehmen Sie sich die Zeit für sich! Lernen Sie sich besser verstehen, hören Sie sich mehr zu, mit einer Begleitung, die Ihnen Rückmeldungen und neue Impulse gibt und Ihnen dabei hilft, neue Perspektiven zu entwickeln. Dabei können sich Perspektivwechsel und Ressourcen erschließen. Machen Sie sich deutlich, was bleiben und was sich verändern soll, sehen Sie die guten und schlechten Seiten Ihrer Beziehung. Beratung kann wie das Treibholz zum Festhalten sein, mit der Erkenntnis, dass Sie schon früher Stürme gemeistert haben und es sich lohnt, auch diesen zu überstehen - selbst wenn es darum gehen sollte, sich als Paar voneinander zu verabschieden. Eine Paarberatung in einem geschützten Raum, in dem Sie in Ruhe ihre Situation reflektieren können, hilft dabei wie ein Logbuch, Gefühle, Gedanken und Impulse wieder „klar zu kriegen".

Autorin
Katrin Gerber
Praxis für Coaching und Paarberatung, Brehmerstr.16 in Lübeck, www.Katrin-Gerber.de, Tel.: 0178 – 2630567

Workshop für Alleinerziehende

Alleinerziehende haben sehr viel zu leisten und selten Gelegenheiten im Alltag ihre Akkus aufzuladen. Entspannen kann man auf sehr unterschiedliche Weise und es gibt einfache und doch sehr wirkungsvolle Techniken, die helfen abzuschalten, in stressigen Situationen Ruhe zu bewahren und neue Kraft zu tanken.

Die Beratungsstelle für Frauen, Familie und Schwangere der Caritas Lübeck bietet einen eintägigen Workshop zum Thema Entspannung an, der aus zwei Teilen besteht.
Im ersten Teil lernen die Teilnehmenden Entspannungstechniken für und mit Kindern. Sie lernen spielerische Techniken und Bewegungsspiele für eine gemeinsame entspannte Zeit. Im zweiten Teil steht die Entspannung der Alleinerziehenden im Mittelpunkt. Neben einer Selbstmassage erlernen sie verschiedene Übungen zum Entspannen. Daniela Noetzel wird als Entspannungspädagogin den Workshop leiten.

Der nächste Workshop findet am 11.02.2017 statt. Für Kinderbetreuung und ein gemeinsames Mittagessen ist an diesem Tag gesorgt.

Anmeldungen unter Tel.: 0451-799 46-29 oder kathleen.weilemann@caritas-luebeck.de.

Gemeinschaftshaus Nachtigallenstieg

Bereits seit den 60er Jahren gibt es das Gemeinschaftshaus im Nachtigallenstieg 25, in der Siedlung Gärtnergasse. Es war jahrzehntelang der Mittelpunkt. Zu Beginn der 2000er Jahre wurden die Aktivitäten aber weniger und einige Jahre stand das Gemeinschaftshaus sogar leer und verfiel immer mehr. Ihm drohte der Abriss. Doch dann wurde ein neuer Vereinsvorstand formiert und der Verein Gemeinschaftshaus Weberkoppel-Gärtnergasse e.V. hauchte dem Haus wieder neues Leben ein. Mit Hilfe von Spendengeldern und Unterstützung der Possehl-Stiftung, der Sparkassenstiftung, der Edith-Fröhnert-Stiftung und von privater Seite wurde das Haus renoviert. Seit 2013 ist es wieder ein Anlaufpunkt für Jung und Alt, mit neuem Schwung und vielen Ideen.

Mit viel ehrenamtlichen Engagement der Vereinsmitglieder und den freiwilligen Helfern aus der Nachbarschaft finden seit dem im Gemeinschaftshaus wieder viele Aktivitäten statt. Im Haus befindet sich zudem eine Einliegerwohnung, die an zwei Tagesmütter vermietet ist. Regelmäßig gibt es ein Maifeuer, ein Seifenkistenrennen mit Sommerfest, einen Laternenumzug und die Wichtelwerkstatt in der Adventszeit. Daneben werden Veranstaltungen verschiedenster Art wie Lesungen, Konzerte, Flohmärkte, Seniorentreffs etc. organisiert.

Einen besonderen Augenmerk legen die Akteure aber auf Angebote für Kinder. So finden einmal wöchentlich Kindertanzkurse für Kinder ab 5 Jahren statt. Unter dem Motto „Kinder in Bewegung“ gibt es Kinderturnen für Kinder im Alter von 3 und 4 Jahren, sowie eine Eltern-Kind-Gruppe, an der schon Kinder ab 1,5 Jahren teilnehmen können. Einmal pro Woche erobern die „Wakenitz-Wikinger“ (zwei Gruppen, 6-7 Jahre und 8-11 Jahre) das nahegelegene Naturschutzgebiet.

Seit Jahren gibt es auch die Mutter-Kind Gruppen „Käferkinder“ und „Spatzenkinder“. Die „Käfer“ im Alter ab 1 Jahr treffen sich einmal die Woche für zwei Stunden, während die „Spatzen“ (ab 2 Jahren) an drei Vormittagen für jeweils drei Stunden betreut werden. Die „Käferkinder“ suchen momentan übrigens noch neue „Käfer“.

Für dieses Jahr hat sich der Verein ein neues großes Projekt vorgenommen. Der öffentliche Spielplatz in der Nachbarschaft soll attraktiver werden und ein neues Kletter-Spielgerät erhalten. Der Vereinsvorstand hat die Projektkoordination übernommen und die Einnahmen aus dem Sommerfest 2016 wurden schon mal für das neue Spielgerät reserviert. Auch sind bereits einige Spenden für das Vorhaben eingegangen. Mindestens 25% der benötigten Gesamtkosten von wohl mehr als € 15.000 soll eingeworben werden. Den restlichen Kostenanteil will man bei Stiftungen beantragen.

© Justbridge Entertainment

Feuerwehrmann SAM – Achtung Außerirdische!

Eine fliegende Untertasse wurde in Pontypandy gesichtet! Dies ruft nicht nur Feuerwehrmann Sam und seine Mannschaft auf den Plan. Auch der berühmte Buck Douglas, Star-Moderator der Fernsehshow „Suche nach Außerirdischen“, kommt in das beschauliche Küstenstädtchen und sorgt damit für allerlei Aufregung. Bald sind alle fieberhaft auf der Suche nach Außerirdischen, was nicht selten auch zu Unfällen führt. Vor allem Norman und seine Weltraumdetektiv-Kollegen Mandy, James und Sarah verfolgen mit Eifer die unheimlichen fliegenden Lichter. Ist es wirklich möglich, dass Außerirdische nach Pontypandy gekommen sind? Immer wieder sind sie kurz vor der Aufdeckung des Rätsels, doch es will ihnen einfach nicht gelingen.

Nur einer bleibt von der ganzen Aufregung unbeeindruckt: Feuerwehrmann Sam! Er unternimmt eigene Nachforschungen, um den angeblichen Außerirdischen auf die Schliche zu kommen…
Ab dem 05. Januar 2017 im Cinestar, Mühlenbrücke

NICHT OHNE UNS!

Der Dokumentarfilm von Sigrid Klausmann gibt 16 Kindern aus 14 Ländern in fünf Kontinenten eine Stimme.Der Film nimmt alle seine Protagonisten ernst, hört ihnen zu und versteht ihren eindringlichen Appell und ihre Bitte, die Zukunft mitbestimmen zu wollen. Egal ob privilegiert aufwachsend in der westlichen Wohlstandsgesellschaft oder in den armen Regionen Afrikas oder Asiens und unmittelbar konfrontiert mit Kinderarbeit, Prostitution, Krieg und Gewalt, haben alle diese Kinder die universelle Sehnsucht nach Sicherheit und Frieden, Glück, Freundschaft und Liebe. Sie eint die Ablehnung und Angst vor Krieg und Gewalt.

Europaweit ist NICHT OHNE UNS! zum Festival-Hit avanciert und u.a. Gewinner „Goldener Spatz 2016 in der Kategorie: Bester Dokumentarfilm“. Ab dem 19. Januar 2017 im Cinestar, Mühlenbrücke

© kinofreund eG 2016

Nele macht das Seepferdchen

Usch Luhn/Carola Sturm

Nele liebt es im Becken zu planschen und ist eine richtige kleine Wasserratte. Im Schwimmkurs lernt sie jetzt gemeinsam mit ihrer Freundin, wie man richtig schwimmt, sogar ganz ohne Schwimmflügel. Die Schwimmlehrerin führt die kleine Gruppe sehr spielerisch an das Schwimmen heran. Sie hüpfen zum Beispiel von Matte zu Matte, wie Eisbären, die von einer zur anderen Eisscholle springen. Die Autorin Usch Luhn verführt die Kinder mit dem Buch „Nele macht das Seepferdchen“ quasi zum Schwimmen lernen wollen. Die liebevollen Illustrationen von Carola Sturm verdeutlichen zudem, wie viel Spaß ein Schwimmkurs machen kann. Durch das Schwimmen, Tauchen und Spielen winkt am Ende natürlich das heiß ersehnte Seepferdchenabzeichen, als Lohn für die Anstrengungen. Diese Geschichte ist super, um Schwimmanfänger auf den Schwimmkurs vorzubereiten und nimmt ihnen die Angst vor dem Wasser. Besonderes Extra: Die Baderegeln zur Seepferdchen-Prüfung im Anhang.

cbj-Verlag, ISBN: 978-3-570-17271-1, € 6,99, ab 3 Jahren.

Vom Urknall bis heute

Peter Goes

Wow! Ja, dieses Buch ist ein Kinderbuch, wer aber als Erwachsener einen Hang zu schönen Dingen, zu Grafiken und Typographie hat, der wird dieses großformatige Kinderbuch ebenso lieben wie der Nachwuchs. In tollen, minimalistischen, aber sehr detaillierten Darstellungen, führt uns Peter Goes durch die Geschichte der Erde und ihrer Bewohner, ohne dabei die Augen vor den unangenehmen Themen zu verschließen. Auf einem Zeitstrahl reist der Betrachter durch die Historie der Welt: Von den Anfängen bis zum heutigen Tag. Die Zeit der Dinosaurier, die großen menschlichen Zivilisationen, Könige und Ritter, Entdeckungen und Erfindungen, aber auch Kriege und andere schreckliche, aber wichtige Ereignisse werden in den kurzen, den Grafiken angepassten Texten erklärt. Goes beeindruckendes Werk endet in der heutigen Zeit und lässt viel Platz für Diskussionen. Wer bereit ist, seinen Kindern die sicherlich aufkommenden Fragen zu beantworten, sollte dieses Buch besitzen. Es ist toll, ehrlich, wunderschön aufgemacht und bietet Eltern die Gelegenheit, Kindern mit jeder Doppelseite ein Stück Weltgeschichte nahezubringen. Wir sind begeistert!

Beltz & Gelberg Verlag, ISBN: 978-3-407-82128-7, € 24,95, ab 8 Jahren.

Die 7 magischen Klabauterknoten – Pikkofintes erste Reise

Jan von der Bank/Lena Winkel

Pikkofinte ist ein kleiner Klabautermann. Er hat eine Knollnase und große, nackte Füße, wie alle in seiner Familie. Klabautermänner sorgen normalerweise mit Spuk, Geheul und seltsamen Dingen aller Art dafür, dass die Seeleute aufmerksam und wach bleiben, damit ihr Schiff sicher über die Meere fährt. Aber Pikko ist leider noch zu jung, um auf einem richtigen Schiff zu klabautern.
Es sei denn, ihm gelingen die sieben magischen Knoten, wie zum Beispiel der Kuddelmuddel zum Unsichtbar machen, der Grusel, der Kehrwieder oder der Rattenschwanz. Er übt Tag ein, Tag aus mit seinem Großvater auf dem Dachboden des alten Kapitänshauses in Blankenese. Bis der große Tag endlich da ist! Auf dem Schoner „Josephine von Övelgönne“ muss er nun beweisen, dass er sie wirklich kann. Zum Glück hat sein Großvater ihm das uralte „salzwasserfeste Klabauterhandbuch“ zum Abschied geschenkt...
Eine spannende Geschichte vom Größerwerden, von Zutrauen und Mut. Sie lässt die Leser oder Zuhörer von der ersten bis zur letzten Zeile in eine ganz phantastische Welt eintauchen. Nebenbei erfahren kleine Klabauterfans eine Menge über die Seefahrt und können sich an einer Vielzahl von lustigen, farbigen Abbildungen erfreuen.

KJM Buchverlag, ISBN: 978-3-945465-03-5, € 15,00, ab 8 Jahren, sowie für alle ganz jungen Klabauterfans zum Vorlesen. Auch als Hörbuch erhältlich. Im März 2016 erschien bereits die zweite Reise „Die magische Flaschenpost“. Mehr Infos unter: www.pikkofinte.de

Machst du mit?

Hervé Tullet

„Machst du mit?“ ist fast so eine Art analoges Tablet. Doch anders als die Minicomputer, kommt das einfach gehaltene Bilder- oder besser gesagt Mitmachbuch ganz ohne Touchscreen und 3D Grafiken aus. Es ist wirklich schön, was sich der französische Künstler Hervé Tullet, der seit über 20 Jahren Kinder, Eltern und Erzieher als Autor von fantasievollen Kinderbüchern begeistert, hat einfallen lassen. Um Spaß an diesem Buch zu haben, müssen die Kleinen sich voll darauf einlassen und den Anweisungen des Autors folgen. Doch dann entfaltet „Machst du Mit?“ sein volles Potential und nimmt Eltern und Kinder mit auf eine Fantasiereise, auf der sie Antippen, Schieben, Pusten oder Klatschen müssen um der Geschichte Leben einzuhauchen. Ein ganz tolles Buch, das gerade zappelige Kleine, die sonst bei einer Geschichte kaum stillsitzen können, begeistern wird. Die Geschichte macht Spaß und fördert ganz spielerisch die Feinmotorik und das Vorstellungsvermögen.

Christopherus Verlag, velber, ISBN: 978-3-8411-0204-1, € 12,99, ab 3 Jahren.

Kinderplatte

Claudia Koreck

Geschichten vom Anderssein, das ist das Thema der CD „Kinderplatte“ von der preisgekrönten Singer-Songwriterin Claudia Koreck. Die zweifache Mutter ist in Bayern sehr bekannt und erfolgreich. Sie hat sechs tierische Gute Nacht Geschichten, die sie zunächst für ihre Kinder erfunden hat, auf die Kinderplatte gebracht und zu jeder Geschichte noch einen Song geschrieben. So entstand dieses tolle Werk, welches Kindern zeigt, dass es völlig in Ordnung ist, etwas anders zu sein und dass einiges, was wie ein Makel wirkt, auch eine tolle Eigenschaft sein kann. Es ist eben alles eine Frage der Perspektive. Die erste Kinder-CD der Bayerin macht wirklich Spaß und das Wechselspiel, das zwischen dem konzentrierten lauschen der Geschichten und den fröhlichen Liedern entsteht, macht die „Kinderplatte“ zu einem tollen Erlebnis, bei dem selbst Erwachsene gerne zuhören. Es ist immer wieder schön, auf ambitionierte Projekte wie dieses zu stoßen, die sich dem Kinderlieder-Einheitsbrei verwehren und etwas Neues bieten. Claudia Koreck liest die Geschichten selbst und dort wo mehrere Stimmen gefragt waren, spannte sie die gesamte Familie und Freunde mit ein. In dem liebevoll gestalteten Booklet der CD, finden sich alle Liedtexte und zu jeder Geschichte wunderbare Zeichnungen.

Mehr Infos unter: www.claudia-koreck.com
Honu Lani Records (Universal Music), € 14,99
Tipp: Wir verlosen diese CD 3 x in unserem Gewinnspiel auf Seite 39.

Endlich alleine schwimmen

www.groemitzer-welle.de

Wasser zieht Kinder magisch an. Es gibt kaum ein Kind, das sich im Sommer nicht am Strand oder im Planschbecken am wohlsten fühlt. Die Liebe zum Nass wird meist erst dann unterbrochen, wenn die Kleinen mit blaugefrorenen Lippen in die Arme der Eltern huschen und außer „Kalt, kalt, kalt..." nicht mehr viel zu sagen haben. Als Eltern tun wir alles, um unsere Kinder möglichst sicher durchs Leben zu begleiten und Schwimmen zu lernen ist eine der wichtigsten Grundlagen, um Kindern am Wasser die nötige Sicherheit zu geben und uns als Eltern einen Stressfaktor zu nehmen.

Evolutionär betrachtet ist die Menschheit aus Wasser geboren. Unser Körper besteht zum größten Teil daraus und während der Wasseranteil im Alter abnimmt, sind es bei Neugeborenen noch bis zu 80%. Babys schwimmen bereits im Mutterleib und ein Neugeborenes, das behutsam ins Wasser gesetzt wird, hält automatisch die Luft an und beginnt zu schwimmen. Dieser Reflex, den alle Babys mit auf die Welt bekommen, ist allerdings nicht von Dauer. In den Monaten nach der Geburt, verlernen die Kleinen das Schwimmen wieder. Das natürliche Vertrauen in den Schwimmreflex, wird mit wachsendem Bewusstsein zu einem Misstrauen gegenüber dem flüssigen Element. Mit etwa zehn oder elf Monaten, sind Babys dann kaum noch zum Schwimmen zu bewegen. Diese Zeit, in der unseren Kindern tieferes Wasser suspekt ist, hält so lange an, bis sie später aus eigenem Antrieb wieder Vertrauen in das Wasser und ihre eigenen Fähigkeiten gewinnen.

Babyschwimmen

Um unseren Kindern den Bezug zum Wasser zu erhalten, bieten sich Babyschwimmkurse an. Hier können Eltern mit ihren Kleinsten im warmen Wasser planschen. Auch wenn der Name es nahelegt, ein Babyschwimmkurs dient nicht dazu, einem Baby schwimmen beizubringen. Vielmehr geht es um den Kontakt mit Wasser und die freie Bewegung, die viele Kinder genießen und sich auch auf die motorische Entwicklung der Kleinen positiv auswirkt. In der Regel fangen diese Kurse mit relativ kurzen Wasserzeiten von etwa fünf bis zehn Minuten an und steigern sich dann auf bis zu rund 45 Minuten. Man sollte dabei jedoch ein wachsames Auge auf sein Kind haben. Nicht alle Babys genießen die Zeit im Wasser. Sollte ihr Kind nach einer Weile keinen Spaß mehr am Babyschwimmen haben, empfiehlt es sich, den Kurs erst einmal auszusetzen. Auch wenn andere Babys weiterhin gerne mit ihren Eltern im Wasser planschen, heißt das nicht, dass auch das Eigene weiterhin daran Freude haben muss. Kinder sind unterschiedlich und sie zu etwas zu zwingen, ist meist kontraproduktiv. Es ist nicht unnormal, dass die Lust am Schwimmen für eine Weile abnimmt. In der Regel entdecken unsere Kinder das Wasser später wieder neu für sich.

Schwimmen lernen

Wenn unsere Kinder etwa fünf Jahre alt sind, können sie das Schwimmen richtig lernen. Es bietet sich dabei an, einen der zahlreichen Schwimmkurse zu besuchen, die z.B. von den Lübecker Schwimmbädern oder auch von Schwimmschulen angeboten werden. Hier lernen die Kinder unter Anleitung eines erfahrenen Lehrers oder Lehrerin in einer Gruppe das Schwimmen. Während die meisten Kids die Arm-

bewegungen relativ schnell drauf haben, ist der sogenannte „Froschbeinschlag“, also die Beinbewegung beim Brustschwimmen, oft eine Hürde. Die Koordination der Bewegungen von Armen und Beinen ist für sie eine echte Herausforderung. Das ist auch der Grund, warum die meisten Schwimmschulen empfehlen, Kindern erst ab fünf Jahren das Schwimmen beizubringen. Natürlich können Eltern ihren Kindern auch selbst das Schwimmen beibringen. Es hat sich aber herausgestellt, dass Schwimmlehrer nicht nur aufgrund ihrer Ausbildung häufig besser dafür geeignet sind, sondern auch die Distanz zum Kind es ihm erleichtert, Anweisungen diszipliniert umzusetzen. Doch wie auch immer man es macht, am Ende entscheidet ihr Bauchgefühl, denn Eltern wissen meist am besten, wie ihre Kinder „ticken“. Um Kinder dazu zu motivieren das Schwimmen zu erlernen, sind die allgemeinen Schwimmabzeichen gut geeignet. Die meisten Kinder tragen ihr Seepferdchen mit Stolz zur Schau und so ist das Ziel, den Aufnäher auf Badehose oder -anzug zu tragen, oft schon Motivation genug, das Schwimmen schnell zu erlernen.

Gut zu wissen

In allen Lübecker Schwimmbädern, auch in den Freibädern, werden von den Bademeistern die Schwimmabzeichen abgenommen, falls Sie ihrem Kind selbst das Schwimmen beigebracht haben. Die Schwimmschule der Lübecker Schwimmbäder ist übrigens ein Teil des Leistungsspektrums, welches Sie mit den Gutscheinen des Bildungs- und Teilhabepakets bezahlen können. Bei Abrechnung der Schwimmschule mit dem Gutschein des Bildungs- und Teilhabepakets, müssen Sie lediglich den Eintrittspreis bezahlen.
Mehr Infos: www.luebecker-schwimmbaeder.de

Die „Grömitzer Welle“ bietet Meerwasser-Badespaß und Entspannung mit traumhaftem Ostseeblick. Familien finden jede Menge Abwechslung im neuen Kinderbereich. Dort gibt es vis-à-vis des Beckenrandes auch eine extra Sanitäreinrichtung mit Wickelmöglichkeit. Die „Grömitzer Welle“ bietet Kurse für alle Generationen. Vom Schwangeren-, Baby- und Kleinstkinderschwimmen über Anfänger- und Seepferdchen-Kurs bis hin zu Sportprogrammen wie Aqua-Fitness, -Jogging und -Zumba ist für jeden etwas dabei. Achtung: Nehmen Sie als Lübecker ihren Personalausweiß mit, dann entfallen die € 3,00 Kurtaxe, die ansonsten für jede Person fällig wird. Außerdem lohnt sich eine Tageskarte, da drei Stunden schnell vorbei sind und bei Überziehung der Zeit der volle Preis bezahlt werden muss.
Mehr Infos: www.groemitzer-welle.de

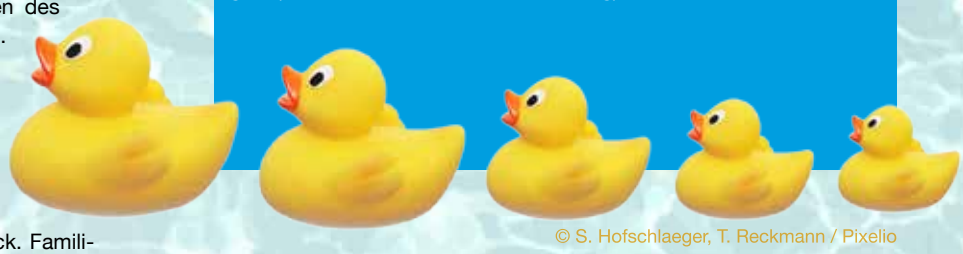
Die Schwimmabzeichen

Das Seepferdchen
Sprung vom Beckenrand und 25 Meter Schwimmen. Herausholen eines Gegenstands mit den Händen aus schultertiefem Wasser.

Das Jugendschwimmabzeichen Bronze
Sprung vom Beckenrand und mindestens 200 Meter Schwimmen in höchstens 15 Minuten. Herausholen eines Gegenstandes aus ca. zwei Meter tiefem Wasser. Sprung aus einem Meter Höhe sowie die Kenntnis der Baderegeln.

Das Jugendschwimmabzeichen Silber
Startsprung und mindestens 400 Meter Schwimmen (300 m Bauch-, 100 m Rückenschwimmen) in höchstens 25 Minuten. Zweimaliges Herausholen eines Gegenstandes aus zwei Meter tiefem Wasser. Zehn Meter Streckentauchen, Sprung aus drei Metern Höhe sowie die Kenntnis der Baderegeln.

Das Jugendschwimmabzeichen Gold
600 Meter Schwimmen in höchstens 24 Minuten. 50 Meter Brustschwimmen in höchstens 70 Sekunden, 50 Meter Kraulschwimmen und 50 Meter Rückenschwimmen. Tieftauchen: Drei Tauchringe aus zwei Meter tiefem Wasser in höchstens drei Minuten. Fünfzehn Meter Streckentauchen, Sprung aus drei Metern Höhe, sowie 50 Meter Transportschwimmen (Schieben und Ziehen). Kenntnis der Baderegeln (Selbst- und einfache Fremdrettung).



© S. Hofschlaeger, T. Reckmann / Pixelio

Die Schwimmschule Sywm bietet im Homesplace verschiedene Kurse für Kinder ab 5 Jahren an. So auch einen Intensiv-Schwimmkurs in den Ferien, in dem innerhalb von 14 Tagen das Schwimmen erlernt wird.
Mehr Infos: www.swym-luebeck.de

Wenn Ihr Kind das „Seepferdchen“-Abzeichen erreicht hat, sollten Sie es dennoch nicht unbeaufsichtigt schwimmen lassen. Erst mit dem „Jugendschwimmabzeichen Bronze“ kann man Kinder ohne direkte Aufsicht lassen.

Ahoi, ihr Wasserratten!

Für dich und alle deine Freunde!

OSTSEE THERME

Entdecke Spaß und Action für deine ganze Familie in unserer Wassererlebniswelt: mit sprudelndem Wildwasserkreisel, rasanten Rutschen und angenehmer Wassertemperatur!

Erlebt aufregende Wasserabenteuer in unserer maritimen Kinderwelt und viele lustig-nasse Überraschungen auf dem Spielschiff MS Beutzi.

Familientag – Immer freitags!

Ostsee Therme GmbH & Co. KG · Strandallee 143 · 23683 Scharbeutz
Tel.: 04503 3526-11 · info@ostsee-therme.de · **www.ostsee-therme.de**

Ernährung & Bewegung

… spielt das eine Rolle für die gesunde Entwicklung Ihres Kindes?

© andegro4ka, Marina Zlochin/123rf

Nach Ansicht von Ärzten hat sich die Gesundheit der Kinder in Deutschland in den vergangenen zehn Jahren verschlechtert. Das Forsa-Institut (www.forsa.de) hat im Auftrag der Krankenkasse DAK-Gesundheit bundesweit 100 Kinder- und Jugendärzte befragt. Die Mediziner entdeckten häufig Entwicklungsstörungen bei ihren kleinen Patienten. 94% der befragten Ärzte stellten eine Zunahme von Übergewicht, vor allem bei den Sechs- bis Achtjährigen, fest. Als Gründe gaben sie ungesunde Ernährung und zu wenig Bewegung an. Mittlerweile ist jedes 5. Kind in Deutschland übergewichtig!

Viele Eltern fragen sich, ob es einen Zusammenhang zwischen Ernährung und Bewegung ihres Kindes gibt und was sie tun können, damit sich ihr Kind gesund entwickelt. Haben Sie sich das auch schon gefragt? Kinder erleben ihre Ernährung in Form von Mahlzeiten. Regelmäßige, über den Tag verteilte Mahlzeiten geben Ihrem Kind Energie und Nährstoffe, die es zum Spielen, Entdecken und Lernen, Laufen, Klettern und Toben braucht.

Eine optimale Kinderernährung baut auf einfache Regeln. Kalorienzählen oder aufwändige Rezepte sind überflüssig. Auch auf spezielle Fertigprodukte oder Kinderlebensmittel kann verzichtet werden. Es sind nur einige Grundregeln zu beachten.

Kennen Sie das Ampelprinzip? Bei dieser optimalen Mischkost werden die Lebensmittel nach den Ampelfarben eingeteilt.

Farbe Grün (reichlich): pflanzliche Lebensmittel und Getränke zum Sattessen und Durstlöschen (Obst, Gemüse, Brot, Kartoffeln, Nudeln, Reis, Getränke) Diese Nahrungsmittel sind gut zum Sattwerden und Durstlöschen und können Sie Ihrem Kind in unbegrenzter Menge servieren!

Farbe Gelb (mäßig): tierische Lebensmittel zum maßvollen Genuss (Milch und Milchprodukte, Fleisch, Fisch, Ei, Wurst) Achtung! Mäßig aber regelmäßig anbieten!

Farbe Rot (sparsam): fettreiche Lebensmittel und Süßwaren zum Genießen und Verfeinern (Süßes, fette Snacks, Koch- und Streichfett)
Stopp! Lieber achtsam genießen!

Wie können Sie das im Alltag in Ihrer Familie umsetzen? Bei den besonders empfohlenen Lebensmitteln, wie zum Beispiel Gemüse, Obst oder Kartoffeln, kann Ihr Kind entscheiden, wie viel es davon isst. Fette Fleisch- und Wurstsorten und fettreiche Knabbereien nur in kleineren Mengen verzehren lassen. Ein achtsames Auge sollten Sie haben, wenn es um den üppigen Verzehr von Süßigkeiten und Limonade geht. Seien Sie ein gutes Vorbild!

Für Kinder sind fünf Mahlzeiten am Tag empfehlenswert. Sie sollten eine warme und zwei kalte Hauptspeisen sowie zwei weitere Zwischenmahlzeiten (zweites Frühstück und Nachmittagssnack) umfassen. Ihre Zusammensetzung entspricht den bereits angesprochenen drei Regeln für die Lebensmittelauswahl: reichlich, mäßig, sparsam.

Die Mahlzeiten immer mit essensfreien Zeiten von etwa zwei bis drei Stunden abwechseln. Die Nährstoffe können so optimal verarbeitet werden. Während dieser Essenspausen zwischen den Mahlzeiten, bitte Ihrem Kind weder Snacks, noch zuckerhaltige Getränke oder Milch anbieten. Energiearme oder energiefreie Getränke gehören zu jeder Mahlzeit und dürfen und sollten auch zwischendurch von Ihren Kindern getrunken werden.

Sicherlich gibt es auch in Ihrer Familie Tage, an denen diese Empfehlungen nicht eingehalten werden können, wie zum Beispiel bei einer Einladung zu einem Kindergeburtstag. Stressen Sie sich dadurch bitte nicht. Bewerten Sie immer den Verlauf einer Woche und versuchen Sie einen Tag, an dem Ihr Kind viele Produkte aus dem roten Bereich zu sich genommen hat, an einem anderen Tag mit viel Obst- und Gemüsegerichten auszugleichen. Dann schadet ein Tag mit reichlich Pommes Frites und Muffins nicht. Bewusstes Genießen sollten Kinder auch lernen.

Sie können Ihr Kind gleich nach der Säuglingsernährung nach dem Ampelprinzip ernähren. Auch eine Umstellung der gewohnten Ernährungsform Ihrer Familie geht jederzeit. Doch seien Sie bitte behutsam. Sie müssen mit Widerstand bei den Kindern rechnen, da sie bei Veränderungen meist sehr kritisch sind. Brauchen Sie Hilfe bei der Umsetzung? Ich helfe Ihnen gern.

Ist Ihr Kind schon älter, findet es vielleicht Gefallen daran, sich mit dem Ampelprinzip zu beschäftigen. Gehen Sie spielerisch an das Thema heran. Malen Sie gemeinsam mit Ihren Kindern eine Ampel auf ein großes Blatt Papier. Besorgen Sie sich Bilder von Lebensmitteln wie Käse, Äpfeln, Wurst etc. Diese gibt es zum Beispiel im Internet (google: bild lebensmittel) kopiert und farbig ausgedruckt, oder schauen Sie in die Prospekte Ihres Lebensmittelhändlers.

Schneiden Sie gemeinsam mit Ihren Kindern entsprechende Embleme aus und lassen Sie sie von den Kindern zuordnen. Je vielfältiger, desto besser! Das macht bestimmt allen Spaß und Ihre Kinder lernen spielerisch, welche Nahrungsmittel für ihren Körper besser oder schlechter sind. Auch Sie als Eltern können noch dazu lernen.

Neben der optimalen Ernährung ist die ausreichende Bewegung ein weiterer wichtiger Baustein für die gesunde Entwicklung Ihres Kindes.

Kinder bewegen sich aus eigenem Antrieb gern und viel, wenn sie die Gelegenheit dazu bekommen. Allerdings wird der angeborene kindliche Bewegungsdrang unter anderem durch verkehrsreiche Straßen, fehlende Spielflächen und nicht zuletzt durch das Verhalten der Erwachsenen ausgebremst.

Das Ampelprinzip gilt auch für die Bewegung der Kinder im Alltag und in der Freizeit.

Farbe Grün: Hierbei geht es um Outdoorsportarten wie Fahrrad fahren oder Laufen. Achten Sie darauf, dass Ihre Kinder sich täglich draußen aufhalten und bewegen. Vielleicht machen Sie einfach mit und lassen Ihr Auto ab und zu in der Garage stehen. Das motiviert Ihre Kinder und tut auch Ihnen gut!

Farbe Gelb: Hallensportarten und Freizeitgestaltung im Innenbereich. Vielleicht kommen Freunde mit zum Bowling, denn gemeinsam macht es allen mehr Spaß! Und benutzen Sie grundsätzlich die Treppe. Der Fahrstuhl sollte die Ausnahme sein. Sind Sie ein gutes Vorbild?

Farbe Rot: Es geht um inaktive Zeiten wie Fernsehen oder Computerspiele. Aber verbieten Sie Ihren Kindern das Fernsehen gucken nicht ganz. Vielleicht gibt es ja Sendungen, die die ganze Familie interessieren. Aber bitte nicht nebenbei essen. Essen ist keine Nebenbeschäftigung!

Zusammenhang zwischen der Ernährung und der Bewegung:

Bei hoher Energieaufnahme zum Beispiel durch erhöhte Zufuhr von Nahrungsmitteln aus dem gelben und roten Bereich (s. Ampelprinzip Ernährung) und wenig Bewegung (s. auch Ampelprinzip Bewegung roter Bereich) kommt es trotz des Wachstums der Kinder auf Dauer zu einer Gewichtszunahme. Die Kinder verlieren dann meistens auch die Freude an der Bewegung. Ein ungünstiger Kreislauf entsteht.

Wenn sich Ihr Kind viel bewegt und aktiv ist, verbraucht es mehr Energie (Nährstoffe aus der Nahrung) und muss also mehr davon aufnehmen. Die spielerische Bewegung reguliert auf diese natürliche Weise die Energieaufnahme Ihres Kindes. Es entwickelt ein gesundes Hunger- und Sättigungsgefühl. Dadurch kann Übergewicht vermieden werden.

Durch gute ausgewogene Ernährung erhalten Ihre Kinder viel Energie durch die Nährstoffe und können sich gut bewegen. Durch regelmäßige Bewegung verbrauchen sie die Energie, die sie aufnehmen (Kalorien). Das führt zu einer positiven Wechselwirkung!

Fazit: Optimale Ernährung und ausreichend Bewegung gehören zusammen, damit Kinder sich gesund entwickeln.

Viel Erfolg mit dem Ampelprinzip
wünscht Ihnen Sabine Timmermann

Autorin
Sabine Timmermann
Hauswirtschaftsleiterin
mit dem Schwerpunkt
Ernährung,
Gründerin der Zwergenkombüse, Mutter von 2
erwachsenen Kindern
www.zwergenkombuese.de

PFADFINDER

Kleine Entdecker meistern gemeinsam das Abenteuer ihrer Entwicklung

„Nein, heute möchte ich nicht nach draußen, da ist es kalt!“ – Kein Argument für einen Wölfling, die jüngste Altersstufe des DPSG-Stammes Johannes Prassek in Lübeck (DPSG = Deutsche Pfadfinderschaft St. Georg). Denn die Gruppenstunden dieser jungen Pfadfinder (6-10 Jahre) beginnen bei jedem Wetter draußen mit einem Spiel. Dabei sind die Lieblingsspiele der Wölflinge, die sich Ultimate Ninja, Tick-Tack-Boom oder Sardinenbüchse nennen, auf keinen Fall Spiele, bei denen man einfach nur herumsitzt. Im Gegenteil, es geht um jede Menge „Action“ und Spaß draußen und nicht vor dem Fernseher, Gameboy oder Handy. Diese Dinge dürfen einmal in der Woche ganz verschwinden, wenn die Wölflinge zum Treffen der „Eisbären“ in der Kirchengemeinde St. Birgitta und „Eichhörnchen“ in der Herz-Jesu-Gemeinde heulen. Dabei sind „Eisbären“ und „Eichhörnchen“ die jeweiligen Namen der Gruppen, die sich in den verschiedenen Gemeinden treffen. Doch natürlich besteht die Gruppenstunde nicht nur aus Spielen, es wird auch geschnitzt, gebastelt, gebacken, Feuer gemacht oder auch Münzen gegossen. So lernen die Kinder sich und ihre Fähigkeiten in der Gruppe kennen. Denn damit eine wunderschöne Pinnwand aufgehängt werden kann, bedarf es nicht nur tollen Künstlern, sondern auch Handwerkern, welche die Pinnwand mit Nägeln an der Wand befestigen.

Das jeder seine Begabung einbringen kann und dafür wertgeschätzt wird, lernen die Kinder bei uns schon früh. Aber das würde die Pfadfinder ja von keiner anderen Jugendgruppe unterscheiden, wären da nicht die sandfarbene Kluft und die verschiedenfarbigen Halstücher. Was die nun bedeuten und wie sich Pfadfinder verständigen und begegnen, lernen die Kinder auf leichte Art und Weise bei einer Schnitzeljagd oder am gemeinsamen Wochenende. So ein Wochenende ist jedoch nicht einfach nur eine große Gruppenstunde, sondern ein echtes kleines Lager mit Übernachtung im Zelt, Lagerfeuer, Stockbrot und Chai-Tee, wie es sich für Pfadfinder gehört.

Pfadfinder sind jedoch keinesfalls „von gestern“, sondern sind genauso modern wie alle anderen, und sich doch auch ihrer Wurzeln und eigenen besonderen Fähigkeiten bewusst! Mit Karte und Kompass durch den Wald? – Kein Problem! Mit den „Großen“ zusammen Essen kochen im Lager? – Logo! Jeder hilft einander und die Großen passen auf die Kleinen auf. Dabei wird dennoch niemand bevormundet und jeder findet seinen eigenen persönlichen Pfad. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt und so entwickeln sich langsam die Fähigkeiten jedes Einzelnen.

Die Wölflinge sind aber natürlich nicht allein. Gerade war von „den Großen“ die Rede. Damit sind lediglich die Älteren gemeint, denn Wölflinge haben andere Ideen und Vorlieben als die Jungpfadfinder (10-13 Jahren) oder Pfadfinder (13-16 Jahren). Die Kleinen lernen die Großen kennen, sodass sie, wenn sie alt und reif genug sind und von den Wölflingen zu den Jungpfadfindern (Jufis) wechseln, ihre neue Gruppe schon in etwa kennen. Denn mit jeder neuen Gruppe warten neue Dinge darauf entdeckt und erlernt zu werden. Die Kinder entwickeln in jeder Altersstufe neue Fähigkeiten und finden schließlich ihren Platz in der Gemeinschaft der Pfadfinder. „Learning by doing“ stand schon immer ganz oben auf dem Programm von Robert Baden-Powell, dem Gründer der Pfadfinderbewegung. So wächst jede Gruppe mit Ihren Aufgaben, die sie zu meistern hat und vor Wölflingen in Lübeck braucht man sich wirklich nicht zu fürchten!

Kinder können jederzeit zu einer der Gruppenstunden kommen. Es gibt eine kostenlose Schnuppermitgliedschaft von sechs Wochen. Bei Interesse kontakten Sie Werner Schröder (Gemeindereferent): Tel.: 0451/596092 oder Jonas Helmstetter (Vorstand): Tel.: 0177-3417025. Mehr Infos: www.dpsg-luebeck.de und facebook.com/dpsgHL

Autorin:
Teresa Buck, Studentin der Universität zu Lübeck im Fach Molecular Life Science. Gruppenleiterin der „Eichhörnchen“ der Wölflingsgruppe der DPSG Lübeck

Max kann (nicht) lernen

Max, 3. Klasse, geht eigentlich gern zur Schule, nur das Fach Mathematik mag er nicht. Die Hausaufgaben führen zu ständigen Auseinandersetzungen mit den Eltern, und diese haben das Gefühl, dass es trotz vielen Übens gar nicht vorangeht.

In der frühen Kindheit lernt ein Kind beeindruckend schnell und leicht: Innerhalb von drei Jahren kann es Laufen, Sprechen und erste logische Verknüpfungen herstellen. Denn „Lernen“ ist ja nicht gleichzusetzen mit „Auswendiglernen“, sondern bedeutet, sich neue Fähigkeiten, Denk- und Handlungsweisen und auch Kenntnisse anzueignen. Betrachtet man, wie das kleine Kind lernt und aus welchen Gründen das so ist, wird schnell klar, dass es die Motivation dazu überwiegend aus sich selbst hervorbringt: Jedes Kind besitzt eine grundsätzliche Bereitschaft zur Entwicklung, es ist neugierig, probiert verschiedene Wege aus und macht trotz Misserfolgen unermüdlich weiter. Es bestimmt den richtigen Zeitpunkt und das ihm angemessene Tempo selbst und zeigt Freude, Stolz, Wohlbefinden, kurz - ein gesundes Selbstwertgefühl, wenn es etwas geschafft hat.

Kommt das Kind in die Schule, so sind Bedingungen und Anforderungen verändert: Die Lerninhalte werden weitgehend von außen vorgegeben, ebenso das Tempo. Es besteht ein gewisser Druck, Leistungen zu erbringen, und diese werden mehr als früher mit denen Gleichaltriger verglichen. Die Freude an der Bewegung muss zurückstehen, weil das Kind in der Schule überwiegend ruhig sitzen soll. Einige Kompetenzen wie z. B. ein gutes visuelles Gedächtnis sind plötzlich mehr gefragt als andere Fähigkeiten. Bei vielen Kindern ist das kein Problem, manche jedoch kommen damit nur schlecht klar.

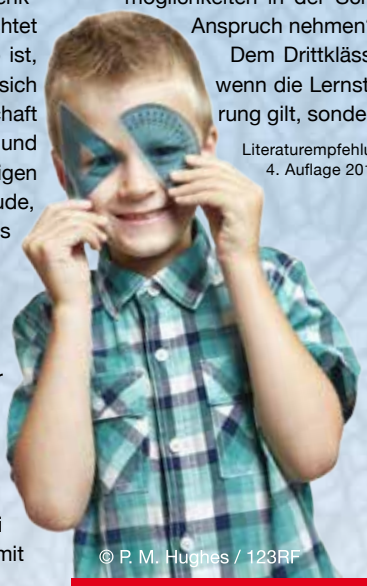
Bei Max, der sehr bewegungsfreudig ist und leichter durch Handeln, Tätigkeit und Entdecken als durch vorgegebene Aufgaben lernt, kann sich eine Überforderung einstellen. Wenn dann noch andere Faktoren dazukommen wie z. B. längere Fehlzeiten in der Schule, Lehrerwechsel, familiäre Veränderungen oder Umzug, kann sich eine Lernstörung entwickeln. Darunter leidet oft nicht nur das betroffene Kind, sondern die ganze Familie.

In solch einer Situation ist es entscheidend, den Problemkreis zu durchbrechen und zunächst den Blick auf die Fähigkeiten und Möglichkeiten des Kindes statt auf die Defizite zu richten: Was kann es gut? Was klappt immer? Wo sind seine individuellen Stärken, die sich in den Schulnoten vielleicht gar nicht abbilden lassen? Wofür kann es gelobt werden? Wie verschaffe ich meinem Kind Möglichkeiten, einmal eine Aufgabe richtig gut zu erfüllen? Das Selbstwertgefühl hängt zum Glück nicht von unserer Begabung ab, wohl aber davon, dass man unabhängig von der aktuellen Leistung als Mensch angenommen wird.

In einem nächsten Schritt kann man dann das konkrete Lernproblem angehen: Gibt es vielleicht im Umkreis der Familie jemanden, der mit dem Kind Hausaufgaben machen kann, damit die Eltern-Kind-Beziehung entlastet wird? Wissen die Lehrer Bescheid? Gibt es Fördermöglichkeiten in der Schule? Sollte man professionelle Hilfe in Anspruch nehmen?

Dem Drittklässler Max würde es sicher schon helfen, wenn die Lernstörung nicht mehr nur als seine Lernstörung gilt, sondern zu einer gemeinsamen Aufgabe wird.

Literaturempfehlung: Remo H. Largo: Lernen geht anders, München, 4. Auflage 2014



© P. M. Hughes / 123RF

Autorin:
Heike Klünker, Pädagogin M.A., Lerntherapeutin, Dyskalkulietherapeutin, Praxis Schüler-Lernwerkstatt (www.schueler-lernwerkstatt.de) zusammen mit Birte Großkopf, Mutter von zwei erw. Kindern.

Studienkreis
Profi-Nachhilfe für alle!

Erste Hilfe bei Schulstress

kostenlose Probestunden

Für einen guten Schulstart nach den Zwischenzeugnissen! Die Nachhilfe-Profis vom Studienkreis wissen, wie es geht. Lassen Sie sich beraten. Ihre Kinder danken es Ihnen.

Studienkreise finden Sie in Lübeck in:

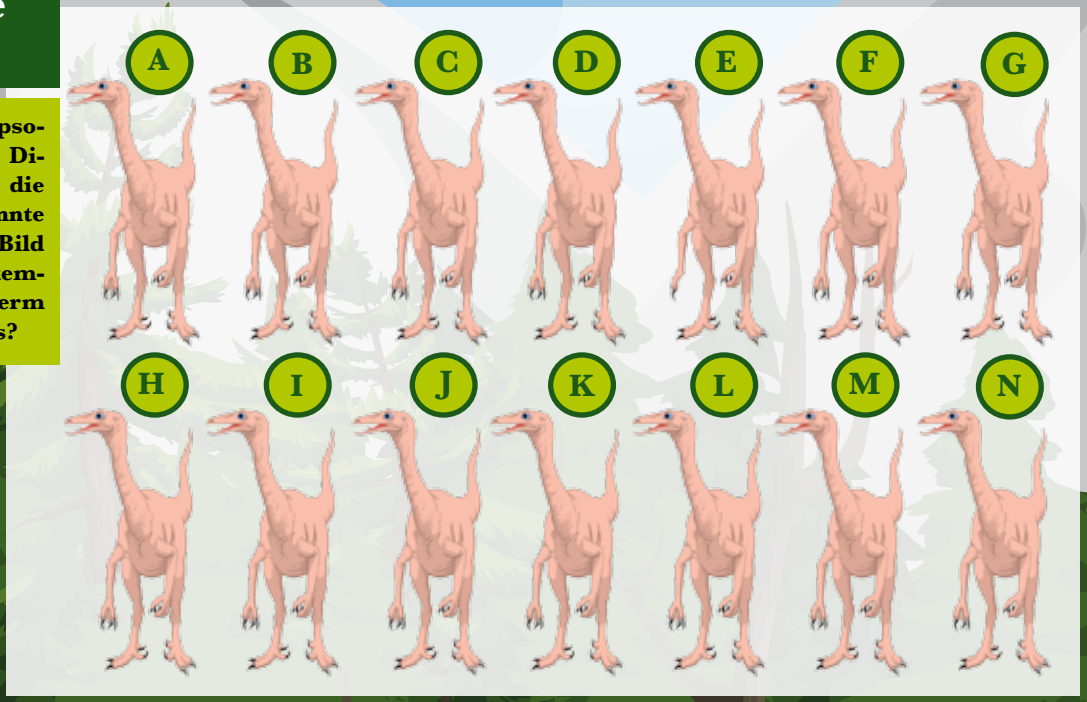
Bad Schwartau, Eutiner Ring 10, 0451-28 28 05
Lübeck-Buntekuh, Moislinger Allee, 0451-49 05 94 84
Lübeck-Kücknitz, Kirchplatz 10, 0451-2 03 82 35
Lübeck-Mitte, Holstenstr. 6, 0451-7 45 85
Lübeck-St. Gertrud, Arnimstr. 5, 0451-6 11 18 83

Weitere Informationen unter www.studienkreis.de

Kinderseite

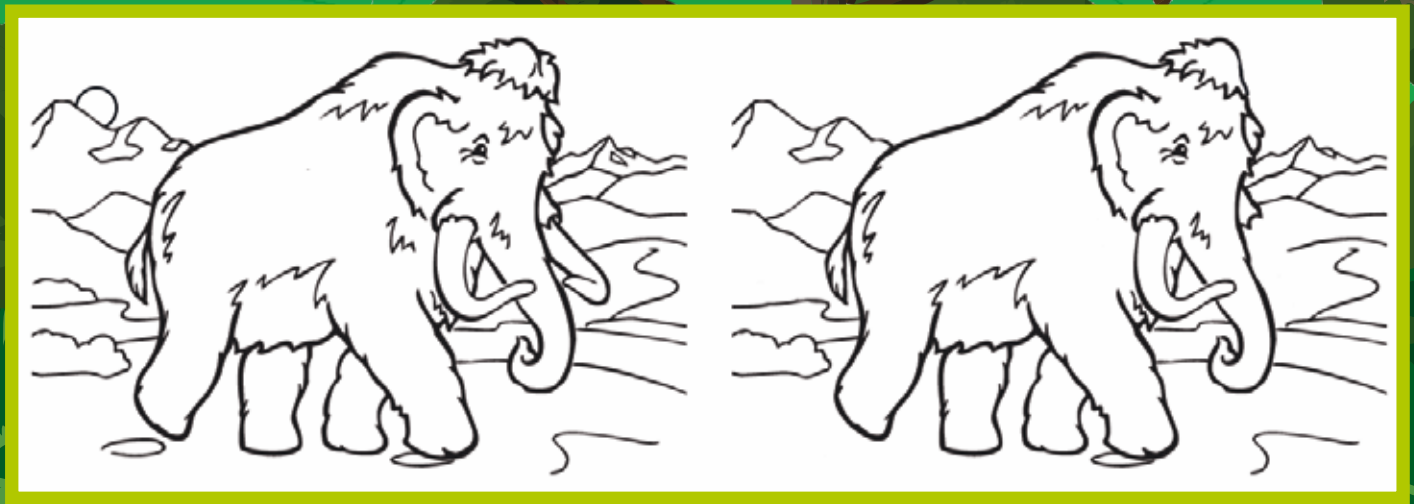
Aus der Reihe getanzt

So ein Winzling! Der Compsognathus war der kleinste Dinosaurier. Er hatte etwa die Größe eines Huhns und konnte sehr schnell laufen. Das Bild zeigt zwölf identische Exemplare. Doch halt! Bei welcherm Compsognathus fehlt etwas?



Finde die Fehler

Sie sind ein paar Meter groß, haben einen Rüssel, Stoßzähne und sind vor rund 10.000 Jahren ausgestorben: Die Rede ist von Mammuts. Auf dem Bild kannst du sehen, wie ähnlich die Tiere ihren Vorgängern, den Elefanten waren. Jedoch haben sich auf dem rechten Bild acht Fehler eingeschlichen. Wenn du alle Unterschiede gefunden hast, kannst du das Bild auch gleich noch bunt ausmalen.



Suchbild

Kaum zu übersehen: Mit elf Metern Länge hatte der Mamenchisaurus den längsten Hals. Dadurch war er gegenüber den anderen Dinosauriern klar im Vorteil. Wenn sich der Pflanzenfresser nämlich auf die Hinterbeine stellte, konnte er auch die höchsten Triebe der Zweige verspeisen. Kannst du ihn entdecken?

Sauro-Salat

Der Brachiosaurier ernährte sich nur von Pflanzen. Auf seinem Speiseplan standen Palmfarne, Ginkgo, Samenfarne, Moos und Nadelbäume. Findest du diese Wörter im Buchstabengitter wieder? Die Begriffe können von links nach rechts oder von oben nach unten geschrieben sein.

G	A	P	R	E	L	A	R	S	N
P	U	A	U	I	A	Y	E	P	A
I	S	L	T	B	D	Ü	I	Ü	D
S	A	M	E	N	F	A	R	N	E
K	T	F	B	O	S	W	U	T	L
A	I	A	X	H	M	O	F	E	B
R	E	R	Z	N	O	S	P	U	Ä
G	I	N	K	G	O	C	L	B	U
E	E	E	Ä	L	S	H	V	L	M
E	N	N	O	U	H	E	I	A	E

Wer ist wer?

Um welche Dinosaurier handelt es sich hier? Ordne den Schattenbildern den passenden Namen zu!

- ◯ Brontosaurus
- ◯ Stegosaurus
- ◯ Triceratops
- ◯ Tyrannosaurus

Die Auflösungen findest du auf Seite 38

Schüler-Lernwerkstatt
Lerntherapeutische Praxis
Individuelle Förderung bei Lese-Rechtschreibschwäche/
Legasthenie, Rechenschwäche/Dyskalkulie,
in Englisch und Französisch.
Lernbegleitung für ältere Schüler
besser lesen
besser schreiben
besser rechnen
Wattstraße 40
23566 Lübeck
0451 58535576
info@schueler-lernwerkstatt.de
www.schueler-lernwerkstatt.de

JASIPE - LERNCOACHING & PÄDAGOGISCHE KINESIOLOGIE

Lernlust statt Lernfrust
Freude und Leichtigkeit
„Eine neue Sicht auf ein scheinbar bekanntes Thema."
Janina Simone Pekrun
www.jasipe.de
0176 / 80 11 59 64

Jana Lenz
LOGOPÄDIE
THERAPIEZENTRUM FÜR LOGOPÄDIE, LEGASTHENIE UND DYSKALKULIE

JANA LENZ
staatlich geprüfte Logopädin (DBL)
Diplomierte Legasthenie- und Dyskalkulietrainerin® (EÖDL)
LSVT®- Therapeutin
Castillo Morales®- Therapeutin
Diagnostik und Therapie von
Sprach-, Sprech-, Schluck-
Hör- und Stimmstörungen
bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen
Markttwiete 10 • 23611 Bad Schwartau
Tel. 0451-296 27 00 • Fax 0451-290 13 04
www.logolenz.de

Wozu überhaupt immer dieses Lernen?!

Lernen ist gerade in der heutigen Zeit ein vielschichtiges Thema. Dazu machen sich neben Eltern und Pädagogen nun auch Neurobiologen, Psychologen, Politiker und Coaches viele Gedanken. Aber wie sieht die richtige Förderung für das eigene Kind aus, wenn es beim Lernen Hilfe benötigt und was können wir selber dazu beitragen? Bei all den Lernangeboten passiert es schnell, dass wir den Blick fürs Wesentliche verlieren. Nämlich, dass Lernen nicht nur eine Aufgabe rund um Schule und Ausbildung, sondern eine Aufgabe des Lebens ist!

Googelt man „Lernen für die Schule", so erhält man knapp 50 Mio. (!) Treffer, gibt man „Lernen fürs Leben" ein, tatsächlich nur knappe 1,3 Mio. Treffer. Trotz der hochentwickelten Gehirn- und Lernforschung machen wir uns immer noch die meisten Sorgen darüber, ob wir gute Noten in der Schule schreiben. Wenn wir in der Schule nicht so schnell wie die anderen sind oder häufiger nachfragen müssen, kommen wir uns blöd vor. Wir glauben, dass wir langsamer und dümmer sind. Daraus entstehen u. a. Lernblockaden und Prüfungsängste, die uns unter Umständen ein Leben lang begleiten und uns davon abhalten uns unserer wahren Stärken bewusst zu werden.

Fragen Sie sich bitte einmal, wann Sie etwas gelernt haben? Etwas, dass Sie bis heute wissen. War das aus Neugier oder etwas, dass Ihnen am Herzen lag?

Wir lernen täglich durch Erfahrungen und Erlebnisse in den unterschiedlichsten Situationen, sowohl bewusst, als auch unbewusst. Zum Beispiel beim Spielen, Müßig sein oder in der Schule. Es ist ein Prozess, der im besten Fall vom Individuum selbst ausgeht. Motiviert von der eigenen Neugier und Wissbegierde im individuellen Lerntempo. Haben wir dann noch einen Begleiter an unserer Seite, der uns unterstützt und fördert, ist der Lernprozess nachhaltig und bereitet Freude.

„Und dann muss man ja auch noch Zeit haben einfach dazusitzen und vor sich hin zu schauen."

Astrid Lindgren

Sie als Elternteil können ihr Kind aktiv im Lernprozess unterstützen, indem Sie im Alltag achtsam mit dem Thema umgehen. Nehmen Sie auch Lernfortschritte wahr, die außerhalb der Schule stattfinden und bestärken Sie ihr Kind positiv. So bekommt es ein gesundes Selbstbewusstsein und kann sein volles Potenzial ausschöpfen!

Benötigt ihr Kind zusätzlich Hilfe um den Schulalltag zu bewältigen, dann können Sie heutzutage aus einem breiten und vielfältigen Angebot schöpfen. Wichtig dabei ist, dass der Lernende gerne dort hingeht und sich mit dem Lernbegleiter wohlfühlt.

© Wanfred Walker / Pixelio

Autorin:
Nadia Vanselow
Coach für leichteres Lernen und Leben, Trainerin für Reiter und Pferd, angehende Gymnasiallehrerin

Von Anfang an: „Gehirnbaustelle" sinnvoll gestalten!

Die Einschulung - einige haben es grad erlebt- da fängt der „Ernst des Lebens", das LERNEN an. Wirklich? - Und was ist mit der Zeit im Kindergarten, der Zeit zu Hause? Wird da nicht gelernt?

Wann, wo, wie und unter welchen Bedingungen findet Lernen statt? Es ist wohl das größte Interesse aller Eltern, dass ihre Sprösslinge „gut lernen", denn das bedeutet, sich möglichst optimal zu entwickeln. Damit wünschen sich Eltern, dass das Kind schlau wird, gut lesen und rechnen kann, seine Umwelt versteht, Dinge miteinander verknüpft, aufmerksam ist, sich gut Dinge merken kann, kurz, „ein schlauer Kopf" wird. Dazu gehört sicher ebenso der Wunsch, sich gut in seiner Welt zurechtzufinden, das Leben nach und nach selbständiger zu organisieren und gute Beziehungen entwickeln zu können, kurz: erfolgreich im Leben zu sein.

Jeder wünscht sich für sich und sein Kind, dass es die ihm innewohnenden Möglichkeiten, das eigene Potential optimal auszunutzen möge. Aber was sind die innewohnenden Möglichkeiten? und wie kommt Kind dahin, sich gut zu entwickeln, gut zu lernen?

Die Gehirnforschung bietet eine klare Antwort: Es ist der Reifezustand des Gehirns, des Zentralnervensystemes (im Folgenden ZNS), welches über Güte von Lernen und Entwicklung entscheidet. Wann ist das Zentralnervensystem gut entwickelt?

Ein Blick ins erste Lebensjahr hilft. Das ZNS jedes Menschen ist seit seiner Zeugung mit einem Satz frühkindlicher Reflexe ausgestattet. Diese steuern anfänglich ALLE Bewegungsabläufe im Mutterleib und im ersten Lebensjahr, ob es das Hinwenden des Kopfes zur Brust ist, das Aufspreizen der Zehen bei Berührung der Fußkante, das Zupacken und Abschlecken von Gegenständen, die den Handmittelpunkt berühren oder das Überspannen des ganzen Körpers bei Rückbeugung des Kopfes.

Während der Säugling sich in den ersten Wochen und Monaten gegen die Schwerkraft bemüht, rollt, aufstützt und zum Krabbeln aufschaukelt etc., reifen die frühkindlichen Reflexe nach und nach durchs Tun aus und die Bewegungen verfeinern sich. Im besten Fall ist eine Reflexbewegung nach einer Weile (und einer gewissen Häufigkeit der Bewegung) integriert, d.h. das ZNS ist soweit gereift, dass der Bewegungsablauf nicht mehr reflexmäßig schematisch ablaufen muss. Das Kind kann dann die Bewegung fortan variieren, z.B. den Gegenstand (z.B. Gabel/Stift) ergreifen und ihn geschickt flexibel bewegen, ohne zu fest zuzupacken und ohne Mitwirkung der anderen Hand oder des Mundes.

Zuweilen kommen jedoch die frühkindlichen Reiz-Reflexabläufe nicht voll zur Anwendung. Die Reflexbewegungen und damit das ZNS können nicht vollends ausreifen. Dies kann sich bis ins Erwachsenenalter darin bemerkbar machen, dass es dem Menschen schwer fällt, sich geschickt zu bewegen, Buchstaben zu lernen und fein zu schreiben, Gehörtes aufzunehmen, konzentriert zu sein, sich zu orientieren etc. Dann lohnt es sich, die Gehirnbaustelle anzuschauen und die Nachreifung der frühkindlichen Reflexe über ReflexIntegrierende Motorik (RIM) zu unterstützen. Damit bekommt das Kind über sein Zentralnervensystem die beste Grundlage, um weitere Lernangebote optimal nutzen zu können.

An alle Säuglingseltern: Lassen Sie das Kind so viel wie möglich auf dem Bauch agieren, schaffen Sie die Reize für das Aufkommen der Reflexbewegungen. Frühes Laufen lernen, Laufleringeräte und Sitzwippen oder -schalen hemmen die Entwicklung!

Autorin:
Maike Pannes, Lehrerin, Lerntherapeutin RIM-Motorik in Einzel- und Gruppenarbeit (0-10 Jahre), Mutter von 3 Kindern

TalentEntwicklung
Legasthenie • Dyskalkulie • AD(H)S

Mit Blick auf die Ursache
biete ich eine Lösung bei
Legasthenie, Dyskalkulie und ADS/ADHS

Sichtbare Lernerfolge
*in einem **5-tägigen Intensivtraining***
*mit **anschließendem Lerncoaching**.*

Claudia Boeden
Lerntherapeutin & Lerncoach

Einfach anders lernen.
Weitere Informationen unter
www.talententwicklung.org
info@talententwicklung.org · 23669 Timmendorfer Strand · Fon: 04503-88 10 48 · Mobil: 01 60 -7 10 68 91

© pauljune / 123RF

Die soziale Entwicklung bei Kita-Kindern

Nicht selten erleben wir als Eltern, aber auch als Fachkräfte in Kindertagesstätte und Schule, kleine bzw. jüngere Kinder als egoistisch, unmittelbar auf ihr eigenes Wohl ausgerichtet und manchmal gar als „kleine Monster“, also ganz und gar nicht so, wie wir uns dies als erwachsene soziale Wesen für unseren eigenen Nachwuchs vorgestellt haben.

Grundsätzlich wissen wir aus der entwicklungspsychologischen Forschung, dass soziales Handeln nicht angeboren ist, sondern im Verlauf sozialpsychologischer Entwicklungsprozesse erlernt werden muss. Aber wie vollzieht sich nun die soziale Entwicklung von Kindern im Kitaalter?

Die sozialen Fertigkeiten von Kindern umfassen dabei folgende Aspekte: Die Fähigkeit zur Übernahme der Perspektive des anderen, das Eingehen von länger andauernden Beziehungen und die Entwicklung von „Coping“-Strategien, also das Wissen um Lösungen für verschiedenste kleine und große „Probleme“ in sozialen Situationen. Außerdem die generelle Fähigkeit zu einer förderlichen, also offenen und gewaltfreien Kommunikation, ohne ständige Abwertung anderer. Dies sind wesentliche Voraussetzungen für die Entwicklung sozialer Fähigkeiten.

Hinzu tritt im Weiteren die Entwicklung von moralischen Werten und Haltungen. Nach der Auffassung des PIAGET-Schülers KOHLBERG, entwickelt sich diese, als allmähliche Ausdifferenzierung der beiden „Grundempfindungen“ Lust und Unlust immer weiter. Insbesondere der Prozess der Werteentwicklung ist dabei im Kitaalter noch lange nicht abgeschlossen, sondern zieht sich bis in die Adoleszenz und sogar noch darüber hinaus hin.

Wie können wir nun den Grad der sozialen Kompetenz von Kindern beobachten bzw. beurteilen? Hier schauen wir uns die einzelnen Fertigkeiten von Kindern innerhalb sozialer Beziehungen an: Neben der Fähigkeit zur Bildung und Aufrechterhaltung positiv gefärbter Beziehungen zu anderen Kindern im gleichen Alter (z.B. durch die Übernahme der Perspektive des anderen, ihnen helfen zu wollen oder andere loben zu können), ist der Grad der Selbstorganisation des Kindes von Bedeutung, also das Wissen darum, wie Konflikte bewältigt oder die eigene emotionale Situation reguliert werden kann.

Hinzu kommt die Fähigkeit des Kindes, sich auch Hilfe bei anderen (ErzieherInnen, LehrerInnen) zu holen und um Hilfe bitten zu können. Auch die Bereitschaft zur Anerkennung sozialer Regeln und Normen sowie die Fähigkeit, auch einmal Kritik annehmen und umsetzen zu können gehören dazu. Schließlich ist für die soziale Entwicklung von Kindern auch deren positive Selbstbehauptung und ihre Durchsetzungsfähigkeit, z.B. einen Kontakt zu beginnen oder Aktivitäten vorzuschlagen, von besonderer Bedeutung.

An dieser Auflistung zeigt sich erneut: Eine Erziehung zu positiven sozialen Fähigkeiten fußt immer auf der Basis einer liebevollen, gleichzeitig aber auch begrenzenden Erziehung, die das Kind stark macht für seine weitere Entwicklung, insbesondere durch die Auseinandersetzung mit erlebten Grenzen in Familie und Kita.

Im Weiteren spielt der Kontakt zu Kindern im gleichen Alter für die Entwicklung sozialer Kompetenzen eine wesentliche Rolle. Für viele Kinder entstehen in der Kita erste „Freundschaften“, d.h. je nach Alter beginnen Kinder, zunächst eher nebeneinander, dann auch miteinander zu spielen. Schließlich werden gegenseitige Bedürfnisse erfragt („was wollen wir spielen“, „hast Du Lust…?“) und befriedigt. Dies endet in einer gemeinsamen Wertentwicklung in der Peergroup, also der Gruppe der Kinder oder Jugendlichen einer gemeinsamen Alterskohorte. Während dabei bei den Drei- bis Vierjährigen noch eher das gemeinsame Spielen im Vordergrund steht, kommt später die Entwicklung gemeinsamer Einstellungen und die Zugehörigkeit zu einer besonderen Gruppe („Klicke“) hinzu. Aber schon in diesen frühen Stadien sozialer Beziehungen üben Kinder die sozialen Grundlagen für spätere enge und tiefergehende Sozialbeziehungen bis hin zur Gestaltung von Freundschaften im Erwachsenenleben ein.

Die Voraussetzungen für die Entwicklung sozialer Fertigkeiten begründen sich dabei wieder in der schon vielfach angeführten grundsätzlichen, positiven emotionalen Bindung von Kindern in ihren Familien sowie im Vorleben von ange-

messenen Kommunikationsweisen und einer positiven innerfamiliären Emotionalität. Dazu gehört auch, bspw. im Falle eines Streits zu erleben, dass danach eine Versöhnung möglich und „alles wieder gut“ sein kann. Auch die sich allmählich entwickelnde Fähigkeit zur Empathie, also das Einfühlen in andere, ist in der Kitazeit noch nicht ausgeprägt vorhanden, sondern wächst in der Auseinandersetzung mit Gleichaltrigen, aber auch in der Beziehung zu Eltern und Geschwistern.

Verstärkt wird dies durch die Förderung der „Resilienz“ der Kinder, also deren Widerstandsfähigkeit gegen besonders herausfordernde oder ungünstige Lebenssituationen. Unterstützend ist hier die Entwicklung der so genannten „Selbstwirksamkeitsüberzeugung“ von Kindern (und Erwachsenen!), die sich unter anderem beispielhaft in dem Rolf Zuckowski-Lied „ich schaff das schon…“ oder in der Haltung Barack Obamas vor seiner Präsidentschaft im Sinne des „Yes we can“ ausdrückt: bin ich davon überzeugt, aktiv mein Leben gestalten und Probleme bewältigen zu können, wirft mich nichts so schnell um und ich kann anderen – dies ist der Bezug zur sozialen Entwicklung – offener und freier und damit auch positiver gestimmt, begegnen.

Kindertagesstätten greifen diesen Ansatz im Rahmen der Bildungsleitlinien in den Bereichen kultureller, ethischer und kommunikativer Entwicklung auf und tragen dafür Sorge, Kinder in der Entwicklung von Resilienz und sozialem Miteinander altersgerecht zu fördern und zu begleiten.

Wichtig ist: Die Entwicklung sozialer Werte ist ein lang andauernder Prozess, der unmittelbar nach der Geburt beginnt und sich bis weit in das Erwachsenenleben hinein fortsetzt. Soziale Werte sind also nicht schon „da“, sondern entwickeln sich langsam, immer in der direkten Auseinandersetzung und dem unmittelbaren Kontakt mit anderen. Begleitet durch wohlwollende Erwachsene wie Eltern, ErzieherInnen/LehrerInnen und Freunde, aber auch der gute Pate oder der Mentor (bzw. Patinnen und Mentorinnen) sind wichtig und hilfreich bei der Werte- und Sozialentwicklung von jungen Menschen.

Dabei darf nicht unerwähnt bleiben, dass auch der Prozess sozialer Entwicklung sich in engem Zusammenhang mit anderen Entwicklungslinien vollzieht. Bestimmte Fragen werden eben auch erst im Zusammenwirken mit den entsprechenden Fortschritten in den anderen psychologischen Entwicklungsfeldern, hier dem kognitiven Bereich, also dem Lernen und Denken, gelöst und „begriffen“ werden können.

Auch wenn es uns als Eltern manchmal treibt, die soziale Entwicklung unserer Kinder in positiver Weise voranzubringen - Philosophieren mit Zweijährigen, bspw. über Gerechtigkeit und soziales Verhalten, mag einen netten Versuch darstellen. Erfolgreich im Sinne einer positiven Sozialentwicklung wird es zu diesem Zeitpunkt aber (noch) nicht sein. Mit Sechsjährigen hingegen macht dies Spaß und führt zu frappierenden Erkenntnissen, auch für uns Erwachsene.

Alles braucht eben seine ganz individuelle und ganz eigene Zeit.

Autor
Joachim Karschny
Diplom-Psychologe
Psychotherapeut
Geschäftsführer von
KinderWege gGmbH

Wir begrüßen Sie in unserer Familienzahnarztpraxis

Paula (4 Jahre) und Jette (6 Jahre)

In unserer Praxis werden Kinder und Erwachsene Patienten angstfrei an eine schonende und optimale Zahnbehandlung herangeführt.

Wir sind eine moderne Praxis und seit nunmehr 11 Jahren in den LindenArcaden in Lübeck gegenüber des Bahnhofgebäudes und des ZOB, also gut erreichbar, mit angeschlossenem öffentlichen Parkhaus.

Die Behandlungsmethoden im Bereich der Kinder und ein spezielles Kinderbehandlungszimmer sind ausschließlich auf die Bedürfnisse der Kinder eingerichtet. Ein Fernsehgerät über dem Behandlungsstuhl und jede Menge „Ablenkungsmanöver“ unterstützen eine stressfreie Behandlung der Kids.

Zahnputzschule und Betreuung von Kindern mit Zahnspangen beim Putzen – unsere *Zahnputzfeen* unterstützen Sie dabei.

Vertrauen und eine vertraute Umgebung sind ganz wichtig!

Wenn ihr Kind aus der Wechselgebissphase herausgewachsen ist, die Milchzähne durch bleibende neue ersetzt sind, kann der jugendliche Patient in der Erwachsenenpraxis weiterbehandelt werden.

Wichtig zur Erhaltung der Zahn- und Mundgesundheit ist die Weiterführung der individuellen Prophylaxe, bei der die Mundhygiene kontrolliert und optimiert wird, die Zähne gereinigt und durch Fluorit gestärkt werden.

Zahnarzt
Frank Krüger
LindenArcaden

- Erwachsenenbehandlung
- Kinderbehandlung
- Prophylaxe (prof. Zahnreinigung)
- Bleaching
- CMD Funktionsanalyse/Schmerztherapie
- ästhetische Füllungstherapie Vollkeramik
- Parodontitisbehandlung
- Wurzelkanalbehandlung (Endodontie)
- Implantatversorgung
- Laser
- Digitales Röntgen
- Schnarchschienentherapie
- Behandlung in Vollnarkose

Tel. 0451 / 290 86 30

Termine nach Vereinbarung
Konrad-Adenauer-Str. 2 • 23558 Lübeck
www.zahnarztpraxis-lindenarcaden.de

© Thorben Wengert / Pixelio

Legasthenie & Dyskalkulie frühzeitig erkennen

Es ist bekannt, dass viele Weichen früh gestellt werden. Ob ein Kind auf eine Lese-Rechtschreib-Schwäche oder sogar Legasthenie, auf eine Rechenschwäche oder gar Dyskalkulie zusteuert, lässt sich bereits im Kindergartenalter erkennen. Sie gehören neben Aufmerksamkeitsdefiziten zu den häufigsten Lernstörungen. 57 Prozent der Kinder mit einer Rechenstörung haben obendrein auch mit einer Lese- oder Rechtschreibstörung zu kämpfen.

Legasthenie und Dyskalkulie werden in der Regel erst ab der zweiten Klasse erahnt und im Laufe der vierten oder fünften Klasse erkannt und getestet. Wer bereits in der 2. Klasse Schwierigkeiten beim Lesen, Schreiben oder Rechnen hat, schafft es in der 8. Klasse kaum auf durchschnittliche Leistungen. Betroffene Kinder brauchen eine intensive und spezifische Förderung, bevor sich Lernstörungen gefestigt haben, um sie vor einem schulischen Scheitern zu bewahren.

Jüngste Studien konnten feststellen, dass die Kinder, die später Probleme mit dem Lesen, Schreiben oder Rechnen hatten, bereits im Vorschulalter Schwierigkeiten hatten, Aufgaben zur visuellen Aufmerksamkeit und Differenzierung zu bewältigen. Die betroffenen Kinder konnten Muster von Symbolen schlechter wiedererkennen und von ähnlichen Symbolen unterscheiden.

Auch die Fähigkeit, Laute bestimmten Wörtern zuzuordnen, Schwierigkeiten im Hören und Verstehen von Sprache wurden als Indikator angesehen. Legasthene Menschen haben eine verzerrte Wahrnehmung. Ihnen fehlt bei der Informationsverarbeitung die enge Verknüpfung zwischen Symbolen, Wörtern, Zahlen und deren bildhafter Bedeutung.

Wie kann man einer Lese-Rechtschreib-Schwäche/Legasthenie vorbeugen?

Um einen leichten Zugang zu Lesen und Schreiben zu bekommen, sollten SchülerInnen einige Voraussetzungen mitbringen. Ein großer Wortschatz befähigt sie zu einem gewandten Gebrauch der gesprochenen Sprache. Dabei sollten Kinder zwischen verschiedenen Sprechweisen im Spiel „umschalten“ können, indem sie in verschiedene Spielrollen schlüpfen und Sprechweisen nachahmen. Sie können alle Laute deutlich unterscheiden und aussprechen. Sie haben das Bewusstsein für Wörter, Reime und Silben spielerisch entwickelt. Besondere feinmotorische Fähigkeiten tragen später zu einer entspannten Schreibmotorik bei.

Kleinkinder, die viel digitale Medien nutzen, kennen deutlich weniger Wörter, sind also in ihrer Sprachentwicklung verzögert. Sprachlaute, die man als Kind nicht gehört hat, können später nicht unterschieden werden. Wenn ein Elternteil täglich vorliest, reimt oder singt ergibt sich hingegen ein positiver Effekt auf die Sprachentwicklung.

Wie kann man einer Rechenschwäche/Dyskalkulie vorbeugen?

Wie Kinder in früher Kindheit Mathematik erfahren und welche Vorläuferfähigkeiten sie zu Schulbeginn bereits aufgebaut haben, ist prägend für ihre spätere mathematische Kompetenz und ihre Einstellung zur Mathematik. Dazu zählen die Verinnerlichung der Grundbegriffe: Veränderung, Konsequenz, Ursache, Wirkung, Zeit, Reihenfolge und Ordnung, der Umgang mit Raum- und Lagebeziehungen, das Kennen und Benennen von räumlichen Körpern und Figuren, verschiedene Ordnungssysteme und Zuordnungen, Größen- und Mengenverhältnisse, das Abzählen, Zusammenfassen und Gliedern einer Menge von Objekten, das Erkennen von Mustern und das Erfassen von Größen. Denn Mathematik handelt nicht von Zahlen, sondern von unserer Welt, in der wir leben. Mathematik ist überall. Es ist die Sprache der Natur.

Grundvoraussetzungen für einen erfolgreichen Start in ein entspanntes Schulleben sind in erster Linie eine sichere Körperkoordination, eine gute räumliche, auditive und visuelle Wahrnehmung und eine kontrollierte Aufmerksamkeitssteuerung. Nur was im Zentrum der Aufmerksamkeit steht, wird korrekt gespeichert. Spielen, Toben, Sport, Tanzen, Gesellschaftsspiele, Gespräche, Berührungen und Musik sind die beste Anregung und Förderung für Ihr Kind.

Autor:
Claudia Boeden
Lerntherapeutin, Lehrerin, Mutter von zwei Söhnen. TalentEntwicklung - Institut für Lernerfolge, 23669 Timmendorfer Strand, www.talententwicklung.org

Praxis für Logopädie
Miriam Longwitz
Logopädin

Dr.-Julius-Leber-Str. 13
1. OG der Löwenapotheke
23552 Lübeck
Web: www.longwitz-logopädie.de
Mail: praxis@longwitz-logopaedie.de

Freie Termine ab sofort! Tel. 0451/ 98 98 69 59

Schiss vor der Schule? Wir machen ihn fertig!

Denn hier findest du mit viel guter Laune und Fantasie deine ganz persönlichen Tricks und Techniken, die dich stark machen gegen:

- Lern- und Prüfungsblockaden
- Leistungsdruck
- Redehemmungen/Schüchternheit
- Motivations-, Orga- und Konzentrationshürden
- Mobbing-Attacken

LernCoaching im LernRAUM Lübeck - für eine sorgenfreie Schulzeit mit mehr Pausengefühl.

www.lernraum-luebeck.de
www.facebook.com/lernraum.luebeck
Tel.: 0451-599 88 638

LernRAUM LÜBECK

Hilfe, mein Kind hat Krupphusten!!!

Was ist Pseudokrupp?

Pseudokrupp ist eine Atemwegserkrankung, bei der die Schleimhaut im Bereich des Kehlkopfes und der Stimmbänder entzündet und angeschwollen ist. Dadurch sind die Atemwege verengt, es kann eine starke Atemnot entstehen, die einen anfallartigen Husten (Krupphusten) auslöst und sehr selten für das Kind auch lebensbedrohlich werden kann.

Pseudokrupp tritt am häufigsten bei Kleinkindern im Alter zwischen 18 Monaten und fünf Jahren auf. Je älter das Kind, desto seltener kommt es zu diesen Hustenattacken, da Kehlkopf und Luftröhre weiter sind.

Ursachen

Die häufigste Ursache eines Pseudokrupp Anfalls sind Virusinfekte. Aber auch Schadstoffe in der Atemluft, vor allem Tabakrauch, können ein Auslöser sein.

Krankheitsbild

Pseudokrupp-Anfälle treten meist ohne Vorwarnung und vor allem abends oder in der Nacht auf. Tagsüber dagegen sind die Kinder häufig beschwerdefrei! Bei einem akuten Pseudokrupp Anfall leiden die Kinder unter trockenem, bellenden Husten, Heiserkeit und Atemnot. Typisch ist das laute Einziehen der Luft beim Einatmen.

Nur in schweren Fällen besteht für das Kind Erstickungsgefahr! Aber die meisten Kinder bekommen Angst oder Panikattacken, aus Furcht zu Ersticken. Da häufig eine vorausgegangene Erkältung den Pseudokrupp Anfall verursacht, leiden die Kinder häufig auch unter Husten, Schnupfen und Fieber.

Ein Pseudokrupp-Anfall kann unterschiedlich schwer verlaufen. Während manche Kinder lediglich einen bellenden Husten und leichte Atem- oder Schluckbeschwerden haben, besteht bei anderen Kindern akute Atemnot. Dann muss sofort der Notarzt oder Rettungsdienst gerufen werden. Ist es ein leichter Anfall, sollte man beim ersten Mal trotzdem gleich den Kinderarzt aufsuchen. Der Kinderarzt verabreicht und verordnet Medikamente, damit sie bei einem erneuten Anfall immer griffbereit sind. Bei Fieber sollte das Kind grundsätzlich ärztlich untersucht werden, auch wenn die Familie bereits Erfahrung mit Pseudokrupp hat.

Behandlung

Eine der wichtigsten Maßnahmen ist: Ruhe bewahren und versuchen das Kind zu beruhigen. Herzklopfen, Erstickungsangst und Unruhezustände können den Anfall nämlich noch verschlimmern. Damit das Kind so schnell wie möglich wieder ausreichend Luft bekommt, sind folgende Maßnahmen sinnvoll:

- Das Kind hoch nehmen
- Bei schwerer Atemnot/Erstickungsgefahr muss der Notarzt (112) gerufen werden

In allen übrigen Fällen:

- Einen Schluck **zimmerkaltes Wasser oder Tee trinken** lassen (keine Milch!), so schluckt das Kind evtl. Schleim herunter und kaltes Wasser wirkt schleimhautabschwellend.
- Großzügig abschwellende Nasentropfen verabreichen.
- Kühle feuchte Luft erleichtert dem Kind das Atmen.
- Kalte, feuchte Nachtluft am offenen Fenster
- Das Kind vor einen offenen Kühlschrank setzen.
- Wenn diese Maßnahmen den Anfall nicht unterbrechen, kann das Medikament verabreicht werden, das der Arzt mitgegeben hat.
- Wenn es sich um einen schweren Kruppanfall handelt oder alle genannten Maßnahmen nicht helfen, muss das Kind in der Klinik oder beim Kinderarzt vorgestellt werden.

Wichtig ist, dass ein – in der Regel eher harmloser – Pseudokrupp Anfall von anderen, gefährlicheren Erkrankungen unterschieden wird. Deshalb sollte bei schwer krankem Kind und/oder Fieber immer sofort ein Kinderarzt zu Rate gezogen werden.

Vorbeugung

Kinder, die in einer Wohnung leben in der geraucht wird, sind „Passiv Raucher“. Sie sind deutlich stärker gefährdet. Deshalb sollten verantwortungsbewusste Eltern auf das Rauchen in der Wohnung verzichten.

Sind die Kinder besonders anfällig und erleiden häufiger einen Pseudokrupp Anfall, sollten Eltern unbedingt darauf achten, dass die Luftfeuchtigkeit in den Wohnräumen (vor allem im Kinderzimmer) nicht zu niedrig ist (siehe Therapie).

Autor:
Dr. med. E. M. Nitsche,
Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin, Schwerpunkt Kinder- Endokrinologie und –Diabetologie, Neonatologie.
Praxis in der Lindenstr. 13, 23558 Lübeck

Nie mehr ohne...

Draußen ist es dunkel, kalt und regnerisch? Was gibt es da schöneres, als mit den Kleinen in der Badewanne zu plantschen? Aber einfach nur baden wird irgendwann auch langweilig... Hier stelle ich Euch vier Dinge für Eure kleinen Wannen-Frösche oder Badenixen“ vor, die den absoluten „Badespaß“ garantieren.

Wasserspiel und Kinderdusche

Mit dem batteriebetriebenen „U-Boot-Wasserspiel“ von „Yookidoo“ kann mein Kleiner es kaum erwarten, wieder in der Badewanne zu sitzen und die unterschiedlichen Funktionen des „U-Bootes“ auszuprobieren. Sobald man den roten Knopf auf der Pumpstation drückt, zieht sie sich Wasser, welches zum Taucher-Duschkopf läuft. Der Taucher wird durch Drücken der seitlichen Knöpfe aktiv und setzt eine Kettenreaktion von immer neuen, überraschenden Wasser- und Sprinklereffekten in Gang. Je nachdem, in welchen der beiden Trichter Wasser mit der Dusche gesprüht wird, rollen die Augen, und es drehen sich die Wasseruhr und der Propeller. Der linke Trichter kann auch entfernt werden, damit mit dem Duschkopf und dem Wasserdurchfluss experimentiert werden kann. Da der Taucher auf Knopfdruck auch einen kontinuierlichen Wasserfluss liefert und dann wie ein herkömmlicher Duschkopf funktioniert, kann das U-Boot-Wasserspiel auch zum Haare waschen und Duschen verwendet werden. Mehr Infos unter: www.babymarken.de. Altersangabe: 2-6 Jahre.

Wasserspiel und Allroundtalent

„Okto-Plantschis“ von „Tomy Europe“ ist eine wunderbare, farbenfrohe Badeinsel aus einer Tintenfisch-Mama und ihren acht Babys. In dieser lustigen Großfamilie ist immer was los! Denn Mama Tintenfisch kann sich in eine Gießkanne verwandeln und die farbenfrohen Babies saugen sich mit ihren Saugnäpfen an der Badewanne und Fliesen fest! Aufgepasst – die Kleinen können auch mit Wasser spritzen! Jedes Baby hat zudem eine eigene Nummer und einen eigenen Platz auf der Badeinsel, so lernen die Kinder auf spielerische Art und Weise nebenbei die ersten Zahlen. Die „Okto-Platschis“ riefen durch die Spritz- und Saugfunktionen immer wieder die Neugier meines Sohnes hervor. Die Babies saugten sich bei uns zum Beispiel auch schon an Fensterscheiben, Kühlschrank und anderen Türen fest. Mehr Infos unter: www.tomy.com. Altersangabe: ab 12 Monaten.

Spielzeugnetz für Badewannenkram

Um all das und natürlich noch jede Menge Becher, Löffel und Quitscheentchen unterzubringen eignet sich besonders gut ein Netz. Mit einem Spielzeugnetz für die Badewanne sind Badespielsachen immer gut verstaut! So hat das Kind alle seine Spielsachen griffbereit direkt an der Badewanne und sie können gut trocknen. Außerdem macht dann auch das Aufräumen mehr Spaß... Gibt es von diversen Anbietern. Mehr Infos z.B. unter: www.amazon.de, Suche „Spielzeugnetz.

Die richtige Jacke für Winterabenteurer

hautNah
so will ich leben!

Outdoorjacke von Disana
- atmungsaktiv
- warm
- robust

werkhofPASSAGE · Kanalstrasse 70 · 23552 Lübeck
telefon 0451 706 35 35 · www.hautnah-naturwaren.de · info@hautnah-naturwaren.de

FAIRTRADE

Für kleine WASCHMUFFEL

Knetseife selber machen

Ein tolles Nachmittag füllendes Programm für Kinder ab ca. drei Jahren, das auch Mama oder Papa Spaß macht.

Man benötigt:

- Speisestärke
- Duschgel nach Wahl
- Speiseöl
- Lebensmittelfarbe (Pulver!) - die aus der Tube verfärben die Hände
- Schüssel
- mind. 3 Esslöffel
- Frischhaltefolie oder luftdicht schließende Dosen/Gläser

Bevor wir mit dem Basteln begannen, haben wir erst einmal alle Zutaten und Arbeitsmaterialien auf den Tisch in der Küche gestellt. Bei der anschließenden Herstellung der Seife empfiehlt es sich übrigens, möglichst ein Waschbecken in der Nähe zu haben. Wir haben zunächst nach einem Rezept gearbeitet, welches ich auf der Website pinterest.com fand und alle Komponenten in der Schüssel zusammengemischt. Leider bekam die Masse auch beim zweiten Versuch nicht die richtige Konsistenz. So experimentierten wir dann löffelweise einige Zeit herum. Zum Glück war die Frustrationstoleranz meines Sohnes an diesem Tag außergewöhnlich hoch, was wohl auch daran lag, dass das Mantschen mit den Händen bei ihm immer hoch im Kurs steht. Trotz anfänglicher Schwierigkeiten hatten wir auf jeden Fall eine Menge Spaß. Am Ende erreichten wir nämlich doch noch die, unserer Meinung nach, korrekte Knetmassenkonsistenz!

Hier unser Rezept:

- 6 EL Speisestärke
- 4 EL Öl
- 2 EL Duschgel
- etwas Lebensmittelfarbe (nach Wunsch)

Es empfiehlt sich, erst die Stärke (Löffel Nr.1) und danach die flüssigen Komponenten (Löffel Nr. 2) nach und nach mit einem Löffel (Nr.3) grob zu mischen. Dann müssen die Zutaten in der Schüssel mit den Händen gut verknetet werden. Auch die Lebensmittelfarbe kann nun bereits mit untergemischt werden. Wird bei Euch die Knete zu flüssig oder zu hart, könnt Ihr durch die Zugabe von Speisestärke bzw. Öl/Duschgel die Masse wieder ausgleichen. Hat sie dann eine Konsistenz erreicht, die normaler Knetmasse entspricht, ist die Seife fertig.
Ich empfehle genug Speisestärke im Haus zu haben (!), denn ich musste mit meinem Kleinen „original“ sieben Seifen in unterschiedlichen Farben herstellen. Zitat: „Oh, Mami, bitte nur noch eine!?!“

Während der wirklich allerallerletzten Knetseifenherstellung, habe ich dann schon mal Badewasser einlaufen lassen.
Dort gingen die Experimente weiter. Kann man sich damit wirklich waschen? Schäumt sie, wie normale Seife?
Ja und Ja! Und wenn man sie mit ins Wasser nimmt und nach einiger Zeit wieder herausholt, wird daraus ganz fantastischer (O-Ton!) „Olchi-Badeschleim“, der sich wunderbar ziehen und formen lässt. Es war ein wirklich gelungener Nachmittag! Ein Glück, dass sich die Knetseife in einer gut verschließbaren Dose oder in Frischhaltefolie längere Zeit hält. Man muss also nicht vor jedem Bad wieder neue herstellen. Ist die Knete dann doch etwas hart geworden, muss man einfach nur wieder etwas Öl einarbeiten.

CH

Tipp

Die Bastelei eignet sich auch super für einen Kindergeburtstag. Die kleinen Gäste müssen sich nur um einen Tisch versammeln, um zusammen Knetseife herzustellen. So hat jeder ein kleines Andenken, das er mit nach Hause nehmen kann. Es können auch fantasievolle Figuren von den Kindern geformt oder mit Plätzchenförmchen ausgestochen werden.

Kleinanzeigen:
Hier können Sie sich unter verschiedenen Rubriken vorstellen oder über Kurse und Veranstaltungen informieren. Darüber hinaus können Sie natürlich auch Etwas zum Verkauf oder Tausch anbieten.

Fließtextanzeigen:
200 Zeichen: € 20,00 (gewerblich) € 10,00 (privat)
jede weiteren 50 Zeichen jeweils: € 5,00 (gewerblich) € 2,50 (privat)

Anzeigen:
Millimeterpreis (Spaltenbreite: 44 mm): € 1,30, Mindestgröße: 30 mm
Schicken Sie eine Email an anzeigen@luettbecker.de oder rufen Sie uns an Tel.: 0451-6933530.
Anzeigenschluss für die März/April-Ausgabe 2017 zum Schwerpunktthema „Sicherheit“ ist der 10. Februar 2017.

Stellenangebote

Sprungtuch e.V.
Verein für sozialpädagogische Projekte

Wir sind ein gemeinnütziger Verein für sozialpädagogische Projekte und ein freier anerkannter Träger der Jugendhilfe in Lübeck.

Wir suchen ab sofort

Erzieher/Innen, Pädagog/Innen und **Sozialpädagog/Innen** für

- ambulante Jugendhilfe gem. SGB VIII
- Wiedereingliederungshilfe nach SGB XII

Wir bieten

Teilzeittätigkeit ab 30 Std. pro Woche
Bezahlung nach TVÖD
Selbständiges Arbeiten in komplexen Systemen
Kreatives Team und gute Arbeitsatmosphäre
Möglichkeit zur Durchführung von Projekten
Regelmäßige Supervision und Fortbildung
Langfristige berufliche Perspektive
Beteiligung an Umzugskosten

Wir erwarten

Fachkompetenz
Eigenständiges Arbeiten
Flexibilität
Interesse an transkultureller systemischer Arbeit

Bewerbung an:
Sprungtuch e.V. • Julius Schorpp
Wahmstraße 43-45 • 23552 Lübeck

Die Kindertagespflege
SMALL-LAND
in der Lübecker Innenstadt sucht ab Mai 2017 eine Vertretung wegen Elternzeit.
Wir betreuen in der Zeit von 8-16 Uhr.
Wir suchen eine freundliche und zuverlässige Tagespflegeperson, die Lust auf neue Erfahrungen hat.
Wir freuen uns auf Euren Anruf unter
0176/62100798

Kindertagespflege

Dreas *_* Minikinderkrippe
betreut im Langelandring 3, 23560 Lübeck, gern Ihre Kinder im Alter von 1-3 Jahren in der Zeit von 7-15 Uhr.
Tel.: 0451-59 55 16
wwww.minikinderkrippe.npage.de

Kindertagespflege Affenbande
Gebt Kindern Raum.....
betreut im Alter von 1 bis einschließlich Grundschulalter.
Zeiten nach Absprache.
Marlistr. 65, 23566 Lübeck
Tel.: 0176-50 48 28 64

Pünktchen & Anton
betreut in der Elswigstr. 3, 23562 Lübeck, gern Ihre Kinder im Alter von 0-3 Jahren in der Zeit von 7:30 – 15:30 Uhr.
Tel.: 0157-50 36 11 31 oder
email: puenktchen-anton@outlook.com

Kurse

MARIPOSA Kids Yoga
Mobil 0179 - 9100920 Telefon 0451 - 880 51 770
www.mariposa-bewegungsraum.de

lernen leicht gemacht
Ganzheitliches Lerntraining
Workshops & Einzelstunden
Nadia Vanselow 0176/ 30 755 909
www.nadiavanselow.com

HypnoBirthing Lübeck
Der nächste Gruppenkurs startet am 06.01.2017 (5 x freitags von 16-19 Uhr. Am 21.01. und 05.02.2017 findet ein Wochenendkompakt Kurs statt. Eine kostenlose Info-Veranstaltung können Sie am 19.02.2017 von 16-17 Uhr besuchen. Anmeldung und Info unter Tel: 0451-409 4774.
Anke Penning, zertifizierte HypnoBirthing Kursleiterin oder www.hypnobirthing-luebeck.de

Initiative für Kinderphilosophie in Schleswig-Holstein
Katharina Meyer, M.A.
Träume, Zeit, Glück...
Mit Elko auf eine Gedankenreise gehen!
Kurse in Kitas und Grundschulen für Kinder ab 4 Jahren.
Kostenlose Probe- und Info-Einheiten.
kontakt@elkophilo.de
www.elkophilo.de

Systemische Paar- und Familientherapeutin
Traumatherapie PITT Kids
Egostate/EMDR/Hypnotherapie
Lösungsorientierte Sachverständige
Verfahrensbeistand
(nur Selbstzahler)
Cosima Hagyó
Marquardplatz 2 • 23554 Lübeck
Tel 0451/3044433 • Email cosima@hagyo.de
www.haygo.de

Effektives Coaching
mit „The Work of Byron Katie“ und Wingwave bei:
· Schulstress / Mobbing / Ängsten
· Abhängigkeiten z.B. PC, Süßes
· Eßstörungen
· Erziehungsthemen
für ein stressfreies Miteinander
Gesche Küpper
The Work Praxis · Lübeck
Telefon 0 45 09 / 799 90 35
www.gesche-kuepper.de

Nicht grübeln, verändern!
Ihr Coach in Lübeck
Mirco Meyer
Mehr Informationen:
www.kopfherzhandundfuss.de
Tel. 0176 8926 0334

GEDANKENSPIELRAUM
Wie wäre es, wenn du nicht mehr all deine Gedanken glauben würdest? Überprüfe mit Hilfe von The Work of Byron Katie deine stressvollen Gedanken und mache damit dein Leben immer dann wieder selbst wunderbar, wenn etwas ganz und gar nicht stimmen will.
JDC | Jutta Dülsen Coaching
Lübeck • Koberg • Hamburg
Tel. 0176-38295843 • www.jutta-duelsen.de

Entwicklung fördern mit Rhythmik
Kinder stark machen mit Musik und Bewegung
Bewegungsanalytisch fundierte Förderung der Wahrnehmung, Konzentration, Koordination. Spiel mit Rhythmen, Tönen, Klängen. Einzelbegleitung und Kleingruppen.
A.Babinski-Mintel
Tel.: 01573-9543173
babinski.rhythmik@gmx.de

Sport

WING CHUN
Kinder-Kurse
Eltern-Kind-Kurse

Starke Kinder
Vertrauen, Selbstvertrauen.
Bewusstsein, Selbstbewusstsein.
WING CHUN FORUM
www.wingchun-forum.de
Tel. 0451 409 21 52

Schulkindbetreuung

Spiel der Farben.de
Auf dem Ruhm 2, 23566 Lübeck
Telefon: 0451 291 6363
E-Mail: spielderfarben@freenet.de

Regelmäßige Termine

Jeden Samstag

Kinderatelier Spiel der Farben

Kinderatelier Spiel der Farben
Auf dem Ruhm 2
11-12:30 Uhr
Für Kinder von 5 – 11 Jahren.
Je Termin € 9,90.
Nicht am 07.01. und in den Ferien.
Voranmeldung bitte unter:
Tel.: 0451-291 63 63 oder
www.spielderfarben.de

Jeden Montag

Marien-Treff 2
Familienzentrum St. Marien, Dr.-Julius-Leber-Str. 75
10:30-12 Uhr
Offene Eltern-Kind-Gruppe für Kinder zwischen 0 und 2 Jahren und ihre Eltern

Zeit für uns
Familienzentrum St. Marien, Dr.-Julius-Leber-Str. 75
09-10 Uhr
Bindungsorientierte Mutter-Kind-Gruppe für Babys im 1. Lebensjahr mit der Hebamme Kaja Volz

KiBS: Kurs für Kinder in Bewegung & Spaß
Familienzentrum St. Marien, Dr.-Julius-Leber-Str. 75
09-10 Uhr
Orientiert an PIKLER für Kinder zwischen 1 und 2 Jahren mit ihren Eltern

Jeden Dienstag

Zwillingsgruppe
Caritas-Haus, Fegefeuer 2
10-12 Uhr
Treffen für alle Zwillinge und Mehrlinge und ihre Eltern zum Spielen und Austausch Anmeldung unter Tel.: 799 46 111

Nachbarschaftstreff
Nachbarschaftsbüro St. Lorenz-Süd, Hansering 20 b
15-18 Uhr
Gemeinsam kochen, spielen, backen, singen, einfach plaudern und neue Leute kennenlernen!

Jeden Mittwoch

Marien-Treff 1
Familienzentrum St. Marien, Dr.-Julius-Leber-Str. 75
15:30-12 Uhr
Offene Eltern-Kind-Gruppe für Kinder zwischen 2 und 4 Jahren und ihre Eltern

Häkelkurs
Familienzentrum St. Marien, Dr.-Julius-Leber-Str. 75
14-15:30 Uhr
Für Anfänger und Fortgeschrittene.

Offenes Familienfrühstück
Familienzentrum Kita Dreifaltigkeit, Tannenbergstr. 16-18
9:30-11 Uhr
Gemütliches Frühstück für Eltern mit und ohne Kinder.

Jeden Donnerstag

Vorlesestunde
Bücherei Timmendorfer Strand, Timmendorfer Platz 10
16 Uhr
Spannende und lustige Geschichten für Kinder von 3-6 Jahren (nicht in den Ferien).

Jeden 1. Dienstag

Leseclub für Kinder
Stadtbücherei Ratzeburg, Unter den Linden 1
15 Uhr
Für Kinder ab 4 Jahren.

Jeden 1. Mittwoch

Pflegeperson werden
AWO Lübeck, Moislinger Allee 97
16 Uhr
Info- und Fragestunde zum Thema „Kinder in 2 Familien“. Mehr Infos Tel.: 5041544

Jeden 1. Freitag

Vorlesezeit
Oetinger Kinderträume im LUV Shopping Center
16 Uhr
Geschichten aus Bilderbüchern aus dem Verlagsprogramm. Für Kinder ab 3 Jahren.

Jeden 2. Montag

Kugelcafé
Caritas-Haus, Fegefeuer 2.
15-16:30 Uhr
Offene Sprechstunde in Zusammenarbeit mit der Beratungsstelle „Frau & Beruf“ zum Thema (Teilzeit-) Ausbildung, beruflicher Wiedereinstieg und für alle anderen Fragen zum Thema Schule, Ausbildung und Arbeit.

Jeden 3. Montag

Offene Sprechstunde
14-16 Uhr
Für junge Schwangere unter 21 Jahren. Geburtsvorbereitungskurs kompakt am Wochenende für junge Schwangere und ihre Partner, Ansprechpartnerin Frau Eissing: 0451 – 799 46 01

Jeden letzten Donnerstag

Treffen für alleinerziehende Mütter
Familienzentrum St. Marien, Dr.-Julius-Leber-Str. 75
15:30-17 Uhr
Der Treff ermöglicht Kontakte und Begegnungen, unterstützt bei der Bewältigung konkreter Lebensfragen und hilft sich miteinander zu vernetzen.

Stormarner Figurentheater-Festival

Der Froschkönig oder der eiserne Heinrich - Theater Urknall

Drei kleine Schweinchen - Hille-Pupille-Figurentheater

fünfter sein - Theater Christiane Kampwirth

Kindertheater

Figurentheater Lübeck
Kolk 20-22
Eintritt: € 7,00

Lappen will mit ...
Ab 3-6 Jahren. Spiel für einen Spieler, einen Koffer und einen Lappen.
Mo. 02.01., Di. 03.01., Mi. 04.01., Do. 05.01. um 15 Uhr

Der Sturm oder Die Insel der zauberhaften Wesen
Ab 6-14 Jahren. Figurentheater Seifenblasen aus Meerbusch.
Frei nach der märchenhaften Zauberkomödie „The Tempest“ von William Shakespeare
Fr. 06.01. um 15 Uhr

Kasper, Wolf und sieben Geißlein
Ab 6-12 Jahren. Figurentheater Fluxx aus Meiningen.
Puppentheater für die ganze Familie von Sebastian Putz frei nach den Brüdern Grimm,
Sa. 07.01. um 15 Uhr

Trollalarm im Eichenwald
Ab 3-8 Jahren. Tischtheater, KOBALT Figurentheater aus Lübeck.
So. 08.01. um 15 Uhr
Mi. 18.01., Do. 19.01., Fr. 20.01. um 16 Uhr
Sa. 21.01., So. 22.01. um 15 Uhr

Der König mit den Ringelsocken
Ab 4-12 Jahren. Tischtheater, puppen.ect aus Berlin.
Von der Königin die keine Pfeffernüsse und dem König der nicht das Brummeisen spielen konnte, von Richard Leander
Do. 12.01., Fr. 13.01. um 16 Uhr

Hans im Glück
Ab 4-12 Jahren. Nach den Brüder Grimm, puppen.ect aus Berlin.
Sa. 14.01., So. 15.01. um 15 Uhr

Wir sind Piraten
Ab 3-6 Jahren. Tischtheater, Theater Brausepulver aus Lübeck.
Fr. 27.01. um 16 Uhr
Sa. 28.01., So. 29.01. um 15 Uhr

Rotkäppchen und der Wolf
Ab 3-12 Jahren. Tischtheater, Figurentheater Khodorenko aus Göttingen.
Sa. 04.02., So. 05.02. um 15 Uhr

Du hast angefangen! Nein Du!
Inszenierung nach dem Kinderbuch von David McKee. Ab 3-6 Jahren. puppen.ect aus Berlin.
Fr. 10.02. um 16 Uhr
Sa. 11.02., So. 12.02. um 15 Uhr

Die Schneekönigin
Ab 5-14 Jahren. Theater Miamou aus Berlin.
Fr. 17.02. um 16 Uhr
Sa. 18.02., So. 19.02. um 15 Uhr

Pirat Eberhard auf Kaperfahrt
Ab 4-12 Jahren. Tischfiguren-Inszenierung. KOBALT Figurentheater aus Lübeck.
Mi. 22.02., Do. 23.02. um 16 Uhr

Emil Elch sucht einen Freund
Ab 3-8 Jahren. KOBALT Figurentheater aus Lübeck.
Fr. 24.02. um 16 Uhr
Sa. 25.02., So. 26.02. um 15 Uhr

Kinder- und Jugendkulturhaus Röhre
Mengstr. 35
Eintritt € 2,50, Anmeldung notwendig unter Tel.: 0451-122 5741

Träumeland
Ein Stück über das mutig sein für Kinder ab 3 Jahren
Do. 26.01. von 10-10:55 Uhr

Die rote Prinzessin
Frei nach dem Kinderbuch von Paul Biegel für Kinder von 5-10 Jahren. theater die stromer.
Do. 16.02. von 10-10:55 Uhr

Theater Lübeck
Beckergrube 16

Odysseus
Musiktheater für Kinder ab 6 Jahren und Erwachsene. Eine Kooperation des Theater Lübeck mit der Taschenoper Lübeck und der Lautten Compagney Berlin.
Dauer ca. 75 Min.
Premiere am So. 15.01. um 16 Uhr in den Kammerspielen

Geisterspuk und Hexentanz
Eine gespenstische Reise in magische Musikwelten für Kinder ab 6 Jahren. Mit Johann von Rasselstein.
Mi. 25.01., So. 29.01. um 11 Uhr im Großen Haus

Die Marzipanpiraten – Im Namen der Hanse
Musical für kleine und große Piraten zwischen 7 und 100 Jahren
Di. 17.01., Mi. 18.01. um 18 Uhr im Großen Haus

Maschinenklänge - Klangmaschinen
Ein Erlebnis- und Experimentierkonzert für Kinder ab 7 Jahren. Mit Johann von Rasselstein.
Mi. 22.02. um 10 Uhr im Großen Haus
So. 26.02. um 11 Uhr im Großen Haus

Figurenheater Simsalabim
In der Erlebniswelt Hülshorst, An der Hülshorst 11
Eintritt € 5,00

Hänsel und Gretel
Puppentheater für Groß und Klein. Für Kinder ab ca. 3-4 Jahren. Spielzeit ca. 50 Min. mit kleiner Pause.
Mi. 18.01. um 16 Uhr

Der Grüffelo
Puppentheater für Groß und Klein. Für Kinder ab ca. 3-4 Jahren. Spielzeit ca. 50 Min. mit kleiner Pause.
Mi. 15.02. um 16 Uhr

Theater Zaunkönig
Naturparkzentrum Uhlenkolk Waldhallenweg 11, Mölln, Eintritt € 5,00

Windelweich im Rindenreich
Um ihrem Sohn Winfried Mut zu machen, erzählt seine Mutter ihm abends Geschichten vom Rindenreich, in dem der furchtlose Ritter Zitter alle Schwachen schützt. Winfried möchte unbedingt ins Rindenreich, jedoch dorthin kommt man laut seiner Mutter nur, wenn man kein Nachtlicht mehr braucht oder sich wenigstens traut, vor dem Schlafen einen Purzelbaum zu machen. Winfrieds Wunsch ist aber so stark, dass er tatsächlich vom Rindenreich träumt und was er dann dort erlebt, lässt ihn all seinen Mut zusammen raffen.
So. 05.02. um 16 Uhr

Theater Fidelio
Aufführung im Museum der Stadt Bad Schwartau, Anton-Baumann-Straße 1, 23611 Bad Schwartau

Der Zauberer von Oz
Für Kinder ab 6 Jahren. Karten € 7,50 im VVK, € 8,00 an der Tageskasse.
Sa. 14.01., Sa. 04.02. um 14:30 Uhr

4. Stormarner Figurentheater Festival

Drei kleine Schweinchen

Eine Geschichte mit fetziger Musik und eindrucksvollen Bildern. Es geht um Ablehnung, Vorurteile, Angst, aber auch um Annäherung, Spaß und Lebensfreude. Hille Pupille Figurentheater. Für Menschen ab 4 Jahren.
Mi. 15.02. um 10 Uhr, Stormarnsches Dorfmuseum Hoisdorf, Sprenger Weg 1, 22955 Hoisdorf
Do. 16.02. um 11 Uhr, BeGe Neuschönningstedt, Querweg 13, 21465 Reinbek

Der Froschkönig oder der eiserne Heinrich
Eine alte Truhe ist das Einzige was ihm geblieben ist. Darin bewahrt er seine Geschichte, die er wieder und wieder erzählt: Das Märchen vom eitlen Prinzen, der in einen Frosch verwandelt wurde und den nur die Liebe einer schönen Prinzessin erlösen kann. Aber welche macht das schon? Vereinsamt und hilfebedürftig sehnt sich der greise Frosch nach dem Tode. Doch vielleicht gibt es Hoffnung! Denn seit heute ist Marina da. Und der treue Diener Heinrich bleibt eisern… Theater Urknall. Für Menschen ab 4 Jahren
Sa. 18.02. um 16 Uhr, Schloss Reinbek, Schloßstraße 5, 21465 Reinbek
So. 19.02. um 16 Uhr KuB Bad Oldesloe, Beer-Yaacov-Weg 1, 23843 Bad Oldesloe

fünfter sein
(Nach dem gleichnamigen Gedicht von Ernst Jandl) vom Theater Christiane Kampwirth, Berlin. Wer wissen will, wie aus einem kurzen Gedicht 55 spannende Theaterminuten werden, muss unbedingt vorbeikommen !!
Für Menschen ab 4 Jahren
Do. 23.02. um 11 Uhr, Schloss Reinbek, Schloßstraße 5, 21465 Reinbek
Fr. 24.02. um 10 Uhr, Bildungszentrum Reinfeld, Ahrensböker Str. 51, 23858 Reinfeld

Die gestiefelte Katze
Ein Figurentheaterstück für Menschen ab 5 Jahren nach den Gebrüdern Grimm. Theater Zitadelle
Sa. 25.02. um 15 Uhr, Schloss Reinbek, Schloßstraße 5, 21465 Reinbek
So. 26.02. um 14.30 Uhr Schloss Ahrensburg, Lübecker Str. 1, 22926 Ahrensburg

Tipp

Ranzenfete im LUV

Am 27. und 28. Januar steht im LUV Center alles unter dem Motto „Schulanfang“. Zukünftige ABC-Schützen und ihre Familien erwartet ein buntes Rahmenprogramm. Wer an der Rallye durch das Shopping-Center mitmachen möchte, muss in den teilnehmenden Geschäften kleine Aufgaben erfüllen, um einen Stempel zu erhalten. Bei Oetinger Kinderträume müssen die Kinder dafür z.B. ihre „Olchizunge“ rausstrecken. Neben Walking-Acts gibt es noch ein Kasperletheater zur Verkehrserziehung. Außerdem gibt es natürlich wieder fachmännische Ranzenberatung mit 20% Rabatt auf alle Schulranzen und Zubehör (außer Ergobag). Alle zukünftigen Schulanfänger können sich kostenlos mit ihren neuen Ranzen fotografieren lassen und das Foto gleich mitnehmen. Das komplette Programm finden Sie unter: www.luvshopping.de

01.01. Sonntag

Eisvergnügen
Stadt Ratzeburg
Schlittschuhlaufen auf dem Marktplatz bis **26.02.2017** auf einer 450 m² großen Eisbahn.

07.01. Samstag

16 Uhr Das Dschungelbuch
Kolosseum zu Lübeck, Kronsforder Allee 25
Das Theater Lichtermeer erzählt die abenteuerliche Geschichte des kleinen Mogli, der als Menschenkind von den Wölfen im indischen Dschungel großgezogen wurde. Ein fantastisches Musical für die ganze Familie mit einem abenteuerlich humorvollen Mix aus Tanz, Gesang und Schauspiel, verfeinert mit fantasievollen Schattenspielen und Handpuppen.

09.01. Montag

13-15 Uhr Bunte Sandgläser
Café Mehlbeere, Alte Sundstr. 9, Großenbrode
Sand, Meersand und noch mehr Sand: Mach Dir Dein eigenes buntes Sandglas zum Mitnehmen. Veranstaltungsort: Bastelschuppen. Kosten: € 2,50.

12.01. Donnerstag

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

13.01. Freitag

10-20 Uhr Eiszauber
Bis zum 1**9.02.2017** verwandelt die 700 m² große Eisbahn den Rathausmarkt in ein Openair-Eisstadion.

18:45-19:45 Uhr Meer bei Nacht - Nachtwanderung am Naturstrand
Café Mehlbeere, Alte Sundstr. 9, Großenbrode
Treffpunkt der Veranstaltung: Parkplatz Weststrand. Für Kinder ab 6 Jahren in Begleitung. Kosten: 1 Erw. + 1 Kind zus. € 5,00, jede weitere Person € 5,00.

19-20:30 Uhr Der Schatz der Piratin
TheaterFigurenMuseum, Kolk 14
Taschenlampen-Piratenführung durch die dunkle Ausstellung. Eintritt: Erw. € 12,00/ Erm. € 8,00/ Kinder € 6,00.

14.01. Samstag

Kindersprint-Event
Luv Shopping, Dänischburger Landstr. 81
Die Aktionsfläche in der Centermall am mittleren Centereingang verwandelt sich in einen computergestützen Laufparcour.

14 Uhr Pflegefamilien-Treff
Kinder- und Jugendkulturhaus Röhre, Mengstr. 35
Unverbindliches Treffen von Pflegeeltern, Pflegekinder und Geschwister. Nähere Infos unter info@ergotherapie-schwartau.de oder Tel.: 0451-504 44 78.

16 Uhr Rafiki - beste Freundinnen
KOKI - Kommunales Kino Lübeck, Mengstr. 35
Familienkino vom Kinder- und Jugendkulturhaus Röhre. Ab 8 Jahren. Mehr Infos: kjhroehre-luebeck.de.

15.01. Sonntag

16:15- Uhr Familientag
Zaubertheater Lübeck, Mengstr. 17
Chaos ist keine Option - für Groß und Klein.

16.01. Montag

13-15 Uhr Muschelketten
Café Mehlbeere, Alte Sundstr. 9, Großenbrode
Neben der Bastelei gibt es auch einiges Wissenswertes über diese Tiere und ihre Lebensweise zu erfahren. Kosten: € 2,50.

19.01. Donnerstag

10-10:45 Uhr Die kleinen Bücherbutscher
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
Geschichten, Lieder, Reime, Spiele für Kinder von 24-36 Monaten und ihre Eltern. Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung unter Tel.: 122-4115 erforderlich.

20.01. Freitag

14 Uhr Kita macht Kunst (KiMaKu)
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
Eröffnung der Ausstellung mit Werken des Projekts KiMaKu. **Bis zum 17.02.**

21.01. Samstag

10-15 Uhr Schulranzenfete
Hein. Hünicke GmbH & Co. KG
Veranstaltungsort: Volkswagen Zentrum Lübeck, Berliner Straße 4-6, 23560 Lübeck

11-14 Uhr Einfach, Lecker und gesund – Kochen
Integrative Kindertagesstätte Haus Barbara - Familienzentrum, Triftstr. 139-143
Für Eltern und Kinder ab 3 Jahren. Anmeldungen unter Tel.: 4002 50269.

22.01. Sonntag

14:30 Uhr Kinderkarneval
Die Lübeck-Rangenberger KG lädt in die Gaststätte „Zum Kreuzweg“, Schwartauer Straße 1, 23611 Sereetz.

23.01. Montag

10:30-11:45 Uhr Homöopathische Mittel für Kinder
Café Mehlbeere, Alte Sundstr. 9, Großenbrode
Info-Vormittag. Heilpraktikerin Katharina Hocke stellt die wichtigsten homöopathischen Kindermittel und ihre Anwendungsgebiete vor. Kosten: € 5,00.

25.01. Mittwoch

15:30-17 Uhr Gesprächskreis für Eltern, die ihr Kind allein erziehen
Integrative Kindertagesstätte Haus Barbara - Familienzentrum, Triftstr. 139-143
Mit Betreuung für Kinder ab 3 Jahren. Anmeldungen unter Tel.: 4002 50269.

19:30-21 Uhr Lausebub und Pfiffiline -Bewegungsweg zum schlauen Hirn
Vortrag im Forum Gesundheit, Wahmstr. 43, Kosten: € 5,00, Anmeldung unter maike.pannes@sinnean.net oder 01577-5300751.

26.01. Donnerstag

19-20 Uhr Wunschbaby – Hilfe bei unerfülltem Kinderwunsch
Gesundheitsforum des Universitätsklinikum Schleswig-Holstein
Veranstaltungsort: CITTI-PARK Lübeck, 2. OG., über dem CB Modemarkt.

27.01. Freitag

Ranzenfete
LUV Shopping, Dänischburger Landstr. 79-81
Siehe Tippkasten Seite 34.

15 Uhr Winterliches Kochen für Kinder
Avalun e.V., Hauptstraße 32, Palingen
Kosten: € 5,00 p. Kind.
Mehr Infos: Avalun-ev.de

16-16:45 Uhr Ein Koffer voll Geschichten
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
Für Kinder ab 5 Jahren. Märchen frei und lebendig erzählt von Birte Bernstein. Der Eintritt ist frei.

28.01. Samstag

Ranzenfete
LUV Shopping, Dänischburger Landstr. 79-81
Siehe Tippkasten Seite 34.

10:30 Uhr Oma, Opa und das Alter
Jacob-Linau-Schule, Schulstr. 2, Neustadt/Holstein
Wie es sich anfühlt, „alt“ zu sein. Eine Veranstaltung der Kinderuni Neustadt für Kinder ab 6 Jahren.

16 Uhr Das magische Haus
KOKI - Kommunales Kino Lübeck, Mengstr. 35
Familienkino vom Kinder- und Jugendkulturhaus Röhre. Ab 6 Jahren. Mehr Infos: kjhroehre-luebeck.de.

16-17:30 Uhr Kinderfasching
Tanzschule Huber-Beuss, Mönkhofer Weg 2
Tanzparty. Eintritt: € 3,00.

29.01. Sonntag

08:30-16 Uhr Flohmarkt
Citti-Park Lübeck, Herrenholz 14
Anmeldung: info@hochberg-flohmarkt.de

30.01. Montag

13-15 Uhr Muschelketten
Café Mehlbeere, Alte Sundstr. 9, Großenbrode
Siehe 16.01.

31.01. Dienstag

20-22 Uhr Die sexuelle Entwicklung von Kindern
Familienzentrum Drachennest III, Maria-Goeppert-Str. 8
Kostenfreier Themenabend für Eltern. Anmeldung erforderlich unter Tel. 58249422

01.02. Mittwoch

VäXa
Bewegungsweg zum schlauen Hirn
Start NeuroMotorik ab 1.2.2017
(Kinder 3-7 Jahre)
HL-Zentrum und Buntekuh
Mi. 15 Uhr bzw. Sa. 11 Uhr
Info und Anmeldung unter
Vaexa.vorstand@dritteAntwort.net
Mobil 01577-5300751

02.02. Donnerstag

11. Lübecker Jugendbuchtage
Kinderliteraturhaus, Fleischhauerstr. 71
Bis zum 07.02.

10-10:45 Uhr Die kleinen Bücherbutscher
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
Geschichten, Lieder, Reime, Spiele für Kinder von 24-36 Monaten und ihre Eltern. Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung unter Tel.: 122-4115 erforderlich.

19:30-21 Uhr Typgerecht atmen für mehr Ruhe und Kraft
Vortrag des Vereins Växa e.V. aus der Reihe „Kind im Fokus“ von Katrin Rabe (Heilpraktikerin) im Forum Gesundheit, Wahmstr. 43, Kosten € 7.00. Anmeldung an vaexa.vorstand@dritteAntwort.net oder Mobil 0176-54859178

04.02. Samstag

15:30 Uhr Wintermärchen im Schneeflockenwald
ErlebnisWald Trappenkamp, Tannenhof 1, Daldorf
Sonja Truhn erzählt Märchen in der Köhlerhütte mit Lagerfeuer (siehe Tippkasten Seite 37)

18 Uhr Faschingsfest
Marli GmbH
In der Mehrzweckhalle in der Arnim-Str. 95. Eintritt kostenfrei

05.02. Sonntag

10 Uhr Familiengottesdienst
St. Aegidien , Aegidienstr. 75
„Jesus vertreibt die Finsternis“. Mit Pastorin Nicola Nehmzow.

Tipp

Lust auf Verkleiden?

Dann besucht doch einen der Kinder-Faschingsnachmittage im Februar. Sowohl die Lübecker Karnevalsgesellschaften als auch Vereine organisieren Faschingsfeste, bei denen ihr viel Spaß haben werdet. Und nicht vergessen: Am Rosen-Samstag, den 25.02.2017 startet um 12 Uhr wieder der Faschingszug durch die Lübecker Innenstadt.

14:30 Uhr Kinderkarneval
Die 1. Falkenfelder KG lädt ins Andreas Wilms Haus, Hüxtertorallee 1.

14:30 Uhr Kinderkarneval
Die Lübecker KG „Die Nordlichter“ lädt ins Jugendfreizeitheim Moisling.

06.02. Montag

Ferienspaß für Kids & Teens
Alpincenter Wittenburg, Zur Winterwelt 1, Wittenburg
Feriencamp für Anfänger oder Fortgeschrittene. Kurs über drei Tagen, an dem mit ausgebildeten Trainern die Grundzüge des Ski- und Snowboardfahrens erlernt werden können.
Mehr Infos: www.alpincenter.com

13-15 Uhr Bunte Sandgläser
Café Mehlbeere, Alte Sundstr. 9, Großenbrode
Sand, Meersand und noch mehr Sand: Mach Dir Dein eigenes buntes Sandglas. Kosten: € 2,50.

07.02. Dienstag

19 Uhr Sprachreisen nach England
Sparkasse zu Lübeck, Breite Straße 18-28
Info-Abend über die beliebten Sprachreisen für Jugendliche von 14-17 Jahren. Thorsten Geppert von albion language tours informiert über die Reise, die Unterbringung und den Sprachunterricht. Die Teilnahme am Info-Abend ist kostenlos. Anmeldung erforderlich bis 31.01. unter anja.suhrbier@sparkasse-luebeck.de oder 0451 147 165

09.02. Donnerstag

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

10.02. Freitag

19-20:30 Uhr Der Schatz der Piratin
TheaterFigurenMuseum, Kolk 14
Taschenlampen-Piratenführung durch die dunkle Ausstellung. Eintritt: Erw. € 12,00/ Erm. € 8,00/ Kinder € 6,00.

19:30 Uhr Handballspiel
VFL Bad Schwartau e.V., Ludwig-Jahn-Str. 5, Bad Schwartau
Heimspiel gegen LEU SG Leutershausen.

11.02. Samstag

16 Uhr Fackelfest
Timmendorfer Strand - Niendorf
Feuer-Spektakel direkt am Niendorfer Freistrand. Kostenfrei und Open Air.

16 Uhr Mister Twister - Mäuse, Läuse und Theater
KOKI - Kommunales Kino Lübeck, Mengstr. 35
Familienkino vom Kinder- und Jugendkulturhaus Röhre. Ab 6 Jahren. Mehr Infos: kjhroehre-luebeck.de.

12.02. Sonntag

08:30-16 Uhr Flohmarkt
Hagebau, Bei der Lohmühle 11 a
Anmeldung: info@hochberg-flohmarkt.de

14 Uhr Familienwanderung durch den Wald
ErlebnisWald Trappenkamp, Tannenhof 1, Daldorf
Mit fachlicher Begleitung (siehe S. 37).

14:30 Uhr Kinderkarneval
Die Lübeck-Rangenberger KG lädt in die Gaststätte „TSV Schlutup“, Lübeck, Palinger Weg 56a.

13.02. Montag

13-15 Uhr Holunderperlen
Café Mehlbeere, Alte Sundstr. 9, Großenbrode
Das Holz des Schwarzen Holunders eignet sich bestens, um daraus dekorative Perlen herzustellen. Kosten: € 2,50.

18-19 Uhr Blitz aus heiterem Himmel – Epilepsie im Kindesalter
Gesundheitsforum der Universitätsklinikum Schleswig-Holstein
Veranstaltungsort: CITTI-PARK Lübeck, 2. OG., über dem CB Modemarkt.

20-22 Uhr Eltern werden - Liebespaar bleiben
Familienzentrum Drachennest III, Maria-Goeppert-Str. 8
Anregungen für eine gelingende Partnerschaft trotz stressigem Familienalltag. Kostenfreier Themenabend für Eltern. Anmeldung erforderlich unter Tel. 58249422

14.02. Dienstag

LEGO-Wochen
Luv Shopping, Dänishburger Landstr. 81
Bis zum 11.03. wird im Luv Shopping die einzigartige LEGO-Ausstellung mit spektakulären LEGO-Großexponaten und detailverliebten LEGO-Landschaften zu sehen sein. Während der gesamten Zeit werden von den Besuchern, unter Anleitung, 4 x 4 große Lego-Mosaike gebaut. Für die Kleinen gibt es eine Spielecke mit DUPLU-Steinen.

15-16:45 Uhr Stadtentscheid im bundesweiten Vorlesewettbewerb der 6. Klassen
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
Jeder Teilnehmer wird einige Minuten aus einem selbstgewählten Buch lesen, bevor eine Jury entscheidet, welcher Schüler der beste Vorleser von Lübeck wird. Der Eintritt ist frei.

19:30-21 Uhr RIM- ReflexIntegrierende Motorik- für wen eigentlich?
Vortrag der Reihe „Kind im Fokus“ von Växa e.V. von Dr. Andreas Klinkmüller, Familienzentrum Buntekuh, Korvettenstr. 64a, Kosten: € 7,00, Anmeldung unter vaexa.vorstand@dritteAntwort.net oder 01577-5300751.

16.02. Donnerstag

10-10:45 Uhr Die kleinen Bücherbutscher
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
Geschichten, Lieder, Reime, Spiele für Kinder von 24-36 Monaten und ihre Eltern. Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung unter Tel.: 122-4115.

17.02. Freitag

15-16:30 Uhr Schnitzkurs
Naturerlebnis Kalis, Hauptstraße 32, Palingen
Für Kinder ab 5 Jahren im Dreiseithof Palingen. Anmeldung erforderlich. Mehr Infos: Naturerlebnis-Kalis.de

19-20:30 Uhr Tausendundeine Nacht
TheaterFigurenMuseum, Kolk 14
Taschenlampenführung. Eintritt: Erw. € 12,00/ Erm. € 8,00/ Kinder € 6,00.

19:30 Uhr Handballspiel
VFL Bad Schwartau e.V., Ludwig-Jahn-Str. 5, Bad Schwartau
Heimspiel gegen Dessou Roßlauer HV 06.

18.02. Samstag

Flohmarkt von und für Frauen
Gemeinschaftshaus Gärtnergasse-Weberkoppel e.V., Nachtigallensteg 25
Klamotten + Klönen + Kaufen.

10:30 Uhr Motzen, Schimpfen, Fluchen
Jacob-Linau-Schule, Schulstr. 2, Neustadt/Holstein
Wer hat mit dem Mist überhaupt angefangen? Eine Veranstaltung der Kinderuni Neustadt für Kinder ab 6 Jahren.

11-14 Uhr Einfach, Lecker und gesund – Kochen
Integrative Kindertagesstätte Haus Barbara - Familienzentrum, Triftstr. 139-143
Für Eltern und Kinder ab 3 Jahren. Anmeldungen unter Tel.: 4002 50269.

11-14 Uhr Familienwaldtag
Integrative Kindertagesstätte Haus Barbara - Familienzentrum, Triftstr. 139-143
Kinder ab 3 Jahren erleben gemeinsam mit ihren (Groß)-Eltern aktiv den Wald. Treffpunkt: Wesloer Forst. Anmeldungen unter Tel.: 4002 50269.

19.02. Sonntag

12-17 Uhr Holzfällerlager
ErlebnisWald Trappenkamp, Tannenhof 1, Daldorf
Siehe Tippkasten S. 37).

14:30 Uhr Kinderkarneval
Rathausmarkt, Kohlmarkt
Die Lübeck-Rangenberger KG lädt in die Gaststätte „Hansahof“, 23562 Lübeck, Helmholtzstr. 12.

14:30 Uhr Kinderkarneval
Die Lübecker KG „Die Nordlichter“ lädt ins Dörphuus in Krummesse.

20.02. Montag

13-15 Uhr Maritime Windlichter
Café Mehlbeere, Alte Sundstr. 9, Großenbrode

Tipp

Highlights im ErlebnisWald Trappenkamp

Auch wenn es im ErlebnisWald Trappenkamp erst im März so wieder so richtig los geht, gibt es auch im Februar gleich drei tolle Veranstaltungen: Am Samstag den **04.02.2017** um 15:30 kommt die bekannte Märchenerzählerin Sonja Truhn in die Köhlerhütte mit Lagerfeuer. Sie entführt die Zuhörer in die Welt der Märchen und Sagen unter dem Thema „Wintermärchen im Schneeflockenwald“. Am Sonntag den **12.02.2017** beginnt um 14 Uhr eine Familienwanderung durch den Wald, der sich dann hoffentlich im winterlichen weiß präsentiert. Urgemütlich geht es am Sonntag den **19.02.2017** zu, wenn zwischen 12 und 17 Uhr ein Holzfällerlager besucht werden kann. Zu sehen gibt es Forstmaschinen, Pferde im Einsatz und natürlich Motorsägen und der rustikale Grill ist eingeheizt. Mehr Informationen unter: www.forst-sh.de

Noch ein Tipp: Kinder bis 8 Jahren können bei schlechtem Wetter in der neuen Indoor-Spielanlage „Fantastiewelt Wald“ spielen, deren Besuch im Eintrittspreis enthalten ist.

Windlichter basteln aus den Materialien der Natur - ganz besonders von der Ostsee. Kosten: € 2,50.

22.02. Mittwoch

15:30-17 Uhr Gesprächskreis für Eltern, die ihr Kind allein erziehen
Integrative Kindertagesstätte Haus Barbara - Familienzentrum, Triftstr. 139-143
Mit Betreuung für Kinder ab 3 Jahren. Anmeldungen unter Tel.: 4002 50269.

19:30 Uhr „Segregation - Integration“
Die Gemeinnützige - Gesellschaftshaus, Königstr. 5
Vortrag von Prof. Dr. Isabell Diehm, Erziehungswissenschaftlerin an der Goethe-Universität Frankfurt (Schwerpunkt: Erziehung, Politik und Gesellschaft, Erziehung und Migration).

24.02. Freitag

10-18 Uhr Indoor-LebensArt
Kulturwerft Gollan, Einsiedelstr. 6
Verkaufsausstellung mit vielseitigem Produktangebot. Bis zum 26.2.

16 Uhr Dschungelbuch - das Musical
Festhalle, Olivet Allee 4-6, 23843 Bad Oldesloe.
Eine märchenhafte, moderne Musical-Fassung für die ganze Familie vom Theater Liberi aus Bochum.

25.02. Samstag

11:11 Uhr Sturm des Rathauses
12 Uhr RosenSamstagsumzug
Komitee Lübecker Karneval.

14 Uhr Die Eekholter Wolfsnächte
Wildpark Eekholt, Eekholt 1, Großenaspe
Spannende Aktionen rund um die Wölfe. Infos über das Wolfsinfozentrum Schleswig-Holstein. Auch am 26.2. ab 10:00 Uhr.

15-16:30 Uhr Familien-Theaterführung
Theater Lübeck , Beckergrube 16
Für Eltern mit Kindern ab 8 Jahren. Treffpunkt vor dem Theater. Kosten: Kinder € 2,00, Erwachsene € 5,00. Beschränktes Kartenkontingent.

19 Uhr Handballspiel
VFL Bad Schwartau e.V., Ludwig-Jahn-Str. 5, Bad Schwartau
Heimspiel gegen SG BBM Bietigheim.

26.02. Sonntag

08:30-16 Uhr Flohmarkt
Citti-Park Lübeck, Herrenholz 14
Anmeldung: info@hochberg-flohmarkt.de

11-14 Uhr Kinderkleidermarkt
Adventgemeinde Lübeck, Kronsforder Allee 127
Kinderbekleidung für Frühling/Sommer, sowie Schuhe, Spielzeug, Bücher, Kinderwagen und vieles mehr.

14:11:00- Uhr Kinderkarneval
Rathausmarkt, Kohlmarkt
Die Lübeck-Rangenberger KG lädt in das Gemeinschaftshaus Rangenberg, Im Brunskroog 61. Einlass ab 13:00 Uhr.

01.03. Mittwoch

19:30-21 Uhr Neuromotorische Schulreife erlangen
Themenabend im Forum für Gesundheit, Warmstr. 43. Kosten: € 5,00. Anmeldung unter maike.pannes@sinnean.net oder 0157-75300751.

03.03. Freitag

LEGO Live Showbau Event
Luv Shopping, Dänischburger Landstr. 81
Im Rahmen der LEGO Wochen werden an diesem Wochenende zwei professionelle LEGO-Modellbauer ein Lübecker Wahrzeichen nachbauen.

08-15 Uhr 10. Lübecker Schachturnier der Schulmannschaften
Lübecker Musik- und Kongreßhallen GmbH, Willy-Brand-Allee 10
Rund 80 Mannschaften mit etwa 400 Schachspielern aus den Klassen 1 bis 10 werden an diesem Schachturnier teilnehmen. Die Siegerehrung wird um ca. 14:15 Uhr stattfinden.

19-22 Uhr Late-Night-Kinderkleider- und Spielzeugmarkt
Kita St. Bonifatius - Familienzentrum, Friedenstr. 103 a
Nummernflohmarkt. Für das leibliche Wohl werden kleine Snacks und Getränke angeboten. Mehr Infos: foerderverein-kita-st-bonifatius.de

04.03. Samstag

10-12 Uhr Kinderkleider- und Spielzeugmarkt
Familien-Bildungs-Stätte der GEMEINNÜTZIGEN LÜBECK, Jürgen-Wullenwever-Str. 1
Nichts Neues - aber viel Schönes.

13:30-15:30 Uhr Kleider- und Spielzeugflohmarkt
Kita St. Andreas, Bögengang 12
Nummernflohmarkt. Schwangere mit einem gültigen Mutterpass (beim Einlass vorzeigen) können schon ab 13 Uhr stöbern!

14:30 Uhr Feuerwehrmann SAM
Kolosseum zu Lübeck, Kronsforder Allee 25
Das normalerweise eher ruhige Dorf Pontypandy feiert ein großes Musikfestival. Doch es gibt noch einige Schwierigkeiten. Wird Feuerwehrmann Sam das Festival noch retten können? Flammende Bühnenshow! Kommt verkleidet als Feuerwehrmann/-frau.

05.03. Sonntag

Verkaufsoffener Sonntag
Lübecker Innenstadt
Citti-Park
Luv Shopping

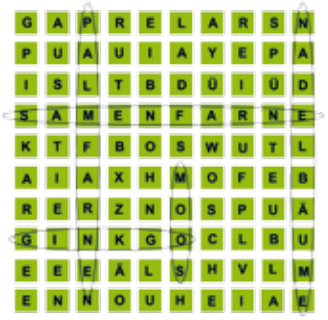
10 Uhr Familiengottesdienst
St. Aegidien , Aegidienstr. 75
Weltgebetstag der Kinder mit Pastorin Nicola Nehmzow und dem Kindergarten St. Aegidien.

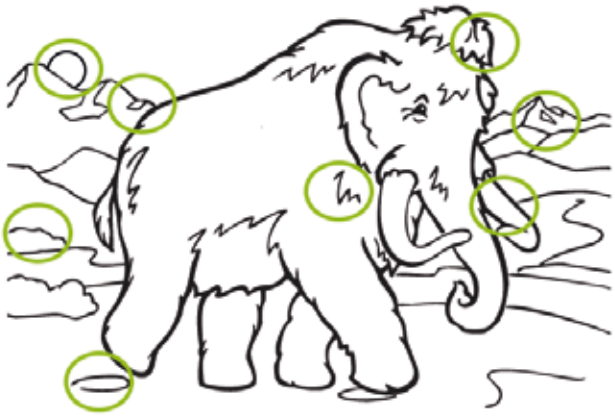
Zu guter Letzt:

Da staunten die Kinder der Sportkita nicht schecht, als sie Post aus England erhielten. Im April 2016 hatten die Kinder den 90. Geburtstag von Königin Elizabeth in der Kita mit eine „Tea-Party“ gefeiert. Vorher wurden Flaggen gebastelt, Plätzchen gebacken und natürlich Tee gekocht. Der Queen schrieben sie einen Brief mit den besten Glückwünschen und schickten ein Foto von der Feier mit. Die Idee dazu hatte ein Vater, der aus England kommt und die Geburtstagsparty für die Königin organisierte. Neun Monate später kam nun „Post vom Palast“, in der sich die Königin recht herzlich bei den Gratulanten bedankte.

Habt Ihr auch so ein tolles Erlebnis gehabt? Dann schreibt uns doch Eure Geschichte. Vielleicht wird sie dann auch im „Lüttbecker“ veröffentlicht.

Auflösung der Kinderseite (s. 20/21)





Aus der Reihe getanzt: E
Wer ist wer?: C,D,B,A

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 Veröffentlichung.

Der letzte Abgabetermin für die **März/April-Ausgabe 2017 ist der 10. Februar 2017.**

Impressum

Herausgeber/Verlag
German Europe Link GmbH
Beckergrube 43-47
23552 Lübeck

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

www.luettbecker.de
info@luettbecker.de

Redaktion
Christiane Herrmann (CH) (ViSdP)
Angelika Volkrodt (AVO)

Lektorat
Franziska Hasselbach

Layout & Grafik
Anne Fidelak

Anzeigen
Juliane Seiler
email: juliane@luettbecker.de

Druck
Schipplick + Winkler Printmedien GmbH, Lübeck

Auflage
10.500 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. 3
gültig ab 1. Januar 2017
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 besten 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
© DeBo-Fotografie

Beilagenhinweis:
Erlebniswald Trappenkamp

Auflösung des letzten Gewinnspiels

Das Foto des letzten Gewinnspiels zeigte das Blinden-Stadtmodell der Lübecker Stadtinsel. Es steht auf dem Lübecker Rathausmarkt, ist 1,80 x 1,20 m groß, in Hüfthöhe auf einem Natursteinsockel gestellt, damit auch Kinder oder Rollstuhlfahrer die Bronzeskulptur anfassen und bestaunen können. Kleine Punkte in Blindenschrift geben Erläuterungen zu den Altstadthäusern, Kirchen, Straßen und Plätzen. Ein Geschenk an die Stadt vom Rotary-Club Lübeck-Holstentor.

Gewinnspiel

Auf welcher Seite ist das?

In diesem Heft gibt es auf einem Foto ein Glücksschwein-Kuscheltier zu sehen. Wir wollen von Dir wissen, auf welcher Seite es zu finden ist? Wenn Du es weißt, schicke eine Email an: gewinnspiel@luettbecker.de oder schreibe uns einen Brief oder eine Karte an: Lüttbecker Familienmagazin, Beckergrube 43-47, 23552 Lübeck. Vergiss bitte nicht Deinen Namen, Adresse, Dein Alter und Deine Telefonnummer. Schreibe bitte auch dazu, was Du gerne gewinnen würdest. Viel Glück!

Der Einsendeschluss ist der 31. Januar 2017.

Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir:

- 1 x 1 „Discovery Playhouse“ von Yookidoo
- 1 x 1 „tiptoi®-Starter-Set Buchstabenburg“ von Ravensburger
- 2 x 1 Familientageskarte für die Ostseetherme
- 3 x 1 CD „Kinderplatte“ (siehe S. 13)

Die Gewinner:

Lizzy

Wo das Bronzemodell steht haben diese Mal ganz viele gewusst. Danke für die Einsendungen. Gewonnen haben: Liz Martha U. (4), die sich über das tolle LEGO Kreativ Bauset freut. Charlotte W. (4), Mirjam F. und Katinka S. (3) können in Zukunft viele Spielstunden mit der Spielesammlung „Kinderspiele Klassiker“ von Schmidt Spiele verbringen. Familie P. (mit Aurelia (3), Tadeo (6) und Even (13)), Hendrik S. (11) und Merlin (7) dürfen ein ganzes Jahr mit der gesamten Familie das „SEA LIFE“ besuchen und Ellen G. (2,5) und Emma S. (5) freuen sich über die CD „Bei uns in der Kita“. Außerdem haben Lilly L. (5), Laura T. (1) und Lukas E. (6) je eine CD „Nicht von schlechten Eltern“ gewonnen. Jeweils zwei Eintrittskarten haben Paulina F. und Mia-Sophie für das Dschungelbuch am 7. Januar im Kolosseum gewonnen. Wir freuen uns mit den Gewinnern und wünschen viel Spaß mit den tollen Preisen!

Spielen, Träumen, Verstecken

1x

Ein richtiges kleines Spiele-Paradies ist das „Discovery Playhouse“ von Yookidoo. Hier kann man sich nicht nur prima verstecken – das Häuschen verfügt auch über so viele Spielmöglichkeiten, dass garantiert keine Langeweile aufkommt. Verschiedene fantasievolle Ball- und Steckspiele, das Erkennen und Sortieren unterschiedlicher Formen und ein Kuckuck-Spiel bieten reichlich Abwechslung und fördern außerdem die körperliche und kognitive Entwicklung der Kleinen. Ein rotierendes Fenster mit bunten Glasperlen und zwei Propellern lädt zum Gucken und Staunen ein. Das Haus bietet ausreichend Platz für mehrere Kinder, so dass kleine Spielkameraden jederzeit willkommen sind. Das Spielhaus besteht aus robusten Klapprahmen und bunt bedruckten Seitenteilen und ist in Sekundenschnelle auf- und abgebaut. Zum Verstauen lässt es sich platzsparend zusammenklappen. Für Stabilität sorgen vier große Stand-Posten. Zum Lieferumfang gehören bunte Bälle und ein Bund mit fünf verschieden geformten Kunststoffschlüsseln. Mehr Infos unter: www.babymarken.de

tiptoi® Starter-Set mit Stift + Spiel

1x

Schatzsuche in der Buchstabenburg hat den Kinderpreis der GIGA-Maus 2016 gewonnen: A wie Ameise, G wie Giraffe: 30 Tiere wohnen in der Burg und jedes steht für einen Buchstaben. Um den Schatz des Drachens zu ergattern, befragen die Spieler die Burgbewohner und sammeln Hinweise. tiptoi spielt die Anlaute der Tiere, doch welche passen zu welchen Buchstaben? Zum Glück hilft Quassel, der freundliche Burggeist. Die Kinder können sich in vier Spielvarianten schrittweise mit dem ABC vertraut machen. Dazu belebt tiptoi® die Schatzsuche mit Geräuschen, Wissenswertem zu den Tieren und lustigen Liedern wie Quassels Buchstaben-Rap. So bereiten sich die Kinder spielerisch aufs Lesenlernen vor. tiptoi Starter-Set mit dem original tiptoi®Stift und dem Lernspiel „Schatzsuche in der Buchstabenburg“, von Kai Haferkamp, für ein bis vier Kinder von vier bis sieben Jahren, Warenwert ca. € 53,00.
Mehr Infos unter: www.tiptoi.de

Familien-Tageskarte für die Ostseetherme

2x

Viel mehr? Am Meer?
Geht nicht! Spaß & Entspannung das ganze Jahr in der Ostsee-Therme Scharbeutz auf 14.000m². Entdecken Sie die unendlichen Möglichkeiten eines wunderbaren Thermentages.Erleben Sie eine Auszeit für die ganze Familie mit mehr Spaß & Action in unserer Wassererlebniswelt mit Wildwasserkreisel, Fontänen, Wasserkanone, Whirlpools, rasanten Rutschen und neuer maritimer Kindererlebniswelt. Eine Auszeit zum Entspannen verbringen Sie in der weitläufigen Saunalandschaft auf 3 Etagen mit Panorama-Dachterrasse, Whirlpools, Saunabar, Saunagarten mit direktem Strandzugang und vielfältigen Saunen, Dampfbad und Ruheoasen.Die Öffnungszeiten sind täglich von 9–23 Uhr.
www.ostsee-therme.de

BabyOne – von Anfang an!

Gültig bis
zum 28.02.2017!

10 € Gutschein*

*Gültig nur gegen Vorlage dieses Gutscheins bei BabyOne in Lübeck ab einem Einkaufswert von 50 €. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. Gilt nicht für Geschenkgutscheine und nicht für bestehende oder neue Aufträge. Keine Barauszahlung. Pro Kunde und Einkauf nur ein Gutschein.

Neu bei uns!

Abholen & Reservieren

Zeit sparen beim Einkauf!

Bequem und rund um die Uhr Wunschartikel auf www.babyone.de reservieren und im Fachmarkt abholen!

BabyOne Markt für Baby- und Kinderaustattung Lübeck GmbH

23569 Lübeck
Dänischburger Landstr. 81
Tel.: 04 51/70 73 73-0

Öffnungszeiten:
Mo. – Sa.: 10.00 – 20.00

Direkt im: LUV SHOPPING

87 x in Deutschland www.babyone.de

BABY1ONE®
Die großen Babyfachmärkte

... von Anfang an!