



Goldene Zwanziger

Liebe Eltern,

mit dem Jahreswechsel starten wir in eine neues Jahrzehnt - zwanzigzwanzig heißt es nun. Rückblickend werden die Zwanzigerjahre des letzten Jahrhunderts die „Goldenen Zwanziger“ genannt. Dies ist sicher sehr verkürzt gesehen, denn tatsächlich waren diese Jahre nur für ein kleine Minderheit wirklich golden. Tatsache ist allerdings, diese Jahre waren eine Zeit des großen Umbruchs. Nach Jahrhunderten der Monarchie gab es in vielen Ländern Europas nun Demokratien. Kunst und Musik entwickelten sich in ganz neue Richtungen. Europa war im Aufbruch. Aber wie gesagt, nur wenige konnten davon profitieren. Die Hoffnungen der neuen Zeit gingen schnell verloren: Angst vor dem Neuen und Unerfahrenheit mit dem Umgang der gewonnenen Freiheiten, dazu die Weltwirtschaftkrise führten schließlich zu neuen Diktaturen, die letztendlich in den Zweiten Weltkrieg mündeten.

Und auch jetzt wieder leben wir in einer Zeit des großen Umbruchs: die rasante Entwicklung, die die digitale Welt genommen hat, schreitet immer schneller voran. Was uns zum Ende der Zwanziger von Computern und Robotern abgenommen werden wird, ist noch gar nicht absehbar. Welche Auswirkungen der Klimawandel haben wird, dagegen schon eher und die nun angepeilte Energiewende wird auch dazu führen, dass wir die letzte Generation sein werden, die so rücksichtslos Ressourcen verschwenden wird: Ernährung, Mobilität, Konsum werden zum Ende des nun beginnenden Jahrzehnts anders aussehen als heute.

Ich bin jedoch zuversichtlich, dass die Zwanzigzwanziger nicht in einer Katastrophe münden werden, wie die Goldenen Zwanziger. In Europa leben die Menschen heute finanziell wesentlich abgesicherter als noch vor hundert Jahren. Auch Bildung ist heute sehr breiten Bevölkerungsschichten zugänglich, wenn auch hier nicht alles Gold ist, was glänzt. Trotzdem heißt es weiter wachsam sein, denn auch heute führt der Wandel bei vielen Menschen zu Verunsicherung. Schimpfen auf Politik und Staat hat Konjunktur, extreme Parteien profitieren davon und in einigen westlichen Demokratien haben Politiker das Ruder übernommen, die ich mir in Deutschland nicht wünsche.

Also lassen Sie uns gemeinsam und hoffnungsfroh in ein neues Jahrzehnt gehen. Der Luftballon hat vor, Sie hierdurch weiter zu begleiten und wir werden sicher wieder Neues ausprobieren und entwickeln. Aktuell ist dies die Rubrik „12+“, die Sie erstmals auf Seite 17 finden und auch im Veranstaltungskalender werden Sie ab dieser Ausgabe Termine finden, die so gekennzeichnet sind. Damit möchten wir zukünftig mehr Tipps für Ihre „Großen“ im Heft haben und hoffen, Sie haben Spaß daran.

Ihnen und Ihren Familien für das neue Jahr(-zehnt) alles Gute wünscht

und das gesamte Luftballonteam

**Der
Luftballon
sucht Dich!**

**Auszubildende/r
Medienkaufmann/
Medienkauffrau
print und digital**



Wenn Du ...

- ... Abitur**
- ... gute Computerkenntnisse**
- ... und einen
Führerschein hast**
- ... und mindestens
18 Jahre alt bist,**

**dann freuen wir uns
auf Deine Bewerbung.**

Wir sind ein nettes, kleines Team und bieten Dir eine abwechslungsreiche Ausbildung im kaufmännischen Bereich, bei der Druckproduktion unserer Zeitung, weiterer Sonderpublikationen, sowie Mitarbeit im Rahmen unserer Internetpräsenz und bei unseren Messen.

Interesse?

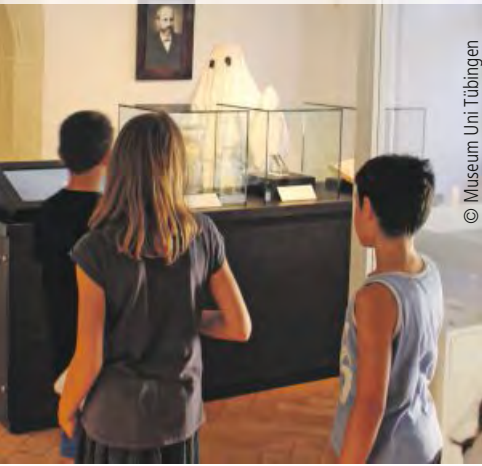
Dann schick Deine Bewerbung,
gerne auch per E-Mail, an:

Elternzeitung
luftballon

Thomas Münz
Nadlerstraße 12 · 70173 Stuttgart
muenz@elternzeitung-luftballon.de

11

Ausflug des Monats Museum der Uni Tübingen



© Museum Uni Tübingen



© Istock.com/Dean Mitchell

12

Familie, Beruf, Finanzen

Titelthema: „Mama managt alles“

Viele Eltern wollen die Arbeiten in Haus und Familie gerecht untereinander aufteilen. Doch die wenigsten tun es tatsächlich. Selbst, wenn die Mütter berufstätig sind, managen sie zuhause das Meiste.



17

Neu: 12+ Tipps für Teenager



© Staatsopfer Stuttgart

Aktuell

- Masern-Impfpflicht für alle Kinder 5
- Experten beantworten Elternfragen: 6
- Kinder zweisprachig erziehen - wie geht das? 6
- Team Sonnenkinder unterstützt Familien 6
- Das Angebot der NaturFreunde Stuttgart 7
- Fernweh stillen auf der CMT 7
- TurnGala des Schwäbischen Turnerbundes in Stuttgart 8
- 10 Jahre Jugendtechnischule Fellbach 9

Dies & Das

Ausflug des Monats

- Geisterjagd im Schloss Hohentübingen 11

Familie, Beruf, Finanzen

- Titelthema: Wie ist eine gerechte Aufteilung der Familienarbeit möglich? 12
- Der Weg ins Berufsleben für An- und Ungelernte 14
- Home-Office ist out: Coworking schafft Netzwerke 14
- Mutterschaftsgeld, Elterngeld & Co. 15
- Zurück in den Beruf: Programme speziell für Frauen 16

NEU: 12+

- Tipps für Teenager: Theaterspiel-Clubs im JES, 17
- Kostenlose Rechtsberatung „NERO U21“ und „NERO“,
- Wiederaufnahme Antigone-Tribunal im JOiN

Kultur

- Figurentheaterfestival IMAGINALE 2020 18
- Naturkundemuseum bietet Einblick in das Leben im Ozean 19
- Premiere von „Snuffi Hartenstein“ in der WLB 20
- Vorschulfernsehserie „PAW Patrol“ kommt in die Schleyerhalle 20

Kultursplitter

Filmtipps

- Stuttgarter Kinderfilmtage - Thema: Zukunft wohin? 22
- 33. Stuttgarter Filmwinter im Tagblattturm 23
- „Die Heinzels - Rückkehr der Heinzelmännchen“ neu im Kino 23

Baby und Kleinkind

- Titelthema: Die Entdeckung des „Ich“ 24
- Natürlich trocken: Clever wickeln mit Stoff 26
- Babywelt voller Plastik - Auswirkungen auf die Gesundheit 28
- Willkommensbesuche bei frischgebackenen Eltern 29
- Erste Hilfe für Eltern mit Schreibabys 30

Luftikus

Die kunterbunte Kinderzeitung



Auszeit

Tipps nur für Eltern: Tanznacht im Melva, „Dieses Kind“ im Studio Theater Stuttgart, Glanz auf dem Vulkan – Die 20er-Jahre-Show im „Das K“

Jahreswechsel

Wie Silvester in anderen Ländern gefeiert wird 35

Veranstungskalender

- Ausstellungen 36
- Tageskalender November 36
- Impressum 52

Kurse, Beratung, Treffpunkte

Branchenverzeichnis 55

Suche & Finde

Kleinanzeigen 56



22

Filmtipps: Kinderfilmtage

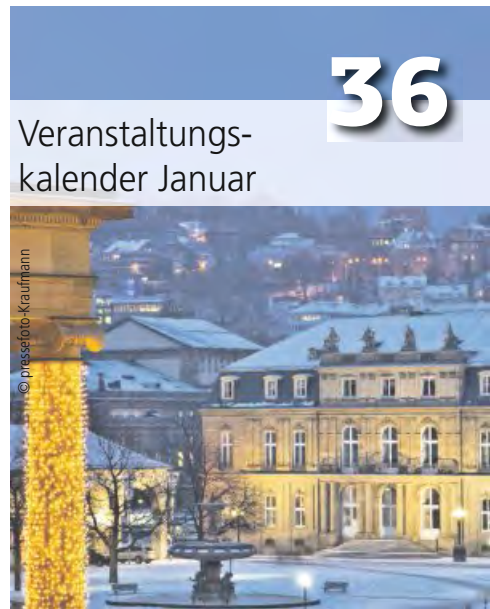


24

Baby und Kleinkind

Titelthema: Die Entdeckung des „Ich“

Irgendwann zwischen zwei und drei Jahren wird sich das Kind bewusst, dass es ein eigenständiges Wesen ist. Bis dahin macht es riesige emotionale Entwicklungsschritte. Doch jedes Kind macht das auf seine eigene Weise.



36

Veranstungs- kalender Januar

© prasefoto-Krauthann

Vor Masern schützen

Masern-Impfpflicht für alle Kinder und deren Betreuer



Ein kleiner Pieks gegen ein hohes Risiko

von Borjana Zamani

Im Juli beschloss das Bundeskabinett das Masernschutzgesetz. Alle Kinder müssen ab März 2020 beim Eintritt in die Schule, in den Kindergarten oder bei der Betreuung durch Tagesmütter die von der Ständigen Impfkommission empfohlenen Masern-Impfungen vorweisen.

Erzieher, Lehrer, Tagepflegepersonen und Personal in Gemeinschafts- oder medizinischen Einrichtungen (soweit nach 1970 geboren) sind ebenfalls dazu verpflichtet. Asylbewerber und Flüchtlinge müssen den Impfschutz vier Wochen nach Aufnahme in eine Gemeinschaftsunterkunft durch Impfausweis nachweisen. Auch Kinder, die bereits eine Einrichtung besuchen, müssen ihn bis zum 31. Juli 2021 vorzeigen. Wurde die Krankheit schon durchlitten, kann sie vom Arzt nachgewiesen werden. Sonst muss man mit Bußgeld rechnen. Dieses kann auch gegen Tagesstätten verhängt werden, die nicht geimpfte Kinder zulassen. Kinder und Personal können vom Besuch (beziehungsweise der Tätigkeit) im Kindergarten ausgeschlossen werden.

Professor Christian von Schnakenburg vom Klinikum für Kinder und Jugendliche Esslingen kommentiert für Luftballon: „Die meisten Impfungen werden von den niedergelassenen Ärzten durchgeführt, sie sind dafür zuständig und stehen für individuelle Impffragen zur Verfügung. Mir als Klinikarzt ist es ein Anliegen, dass man die Frühgeborenen auch rechtzeitig impft, denn das ist besonders wichtig.“ Da die Masernimpfung eine Lebendimpfung ist, sollte man sie nicht durchführen, wenn jemand in der engen Familie eine Abwehrschwäche, sei es durch eine onkologische Erkrankung oder

einen angeborenen Immundefekt hat. Diese Fälle sollten mit dem zuständigen Arzt besprochen werden, so von Schnakenburg. Kinder und Erwachsene, die bisher keine Impfung hatten, können diese unbesorgt nachholen. „Grundsätzlich können alle Impfungen nachgeholt werden. Man muss natürlich den Impfstoff dem Alter anpassen“, erklärt von Schnakenburg.

Ziel 95 Prozent

Das Gesetz versucht, den so genannten Herdenschutz zu erreichen - wenn 95 Prozent der Bevölkerung geimpft sind, werden dadurch auch die restlichen fünf Prozent (die zum Teil aus gesundheitlichen Gründen nicht geimpft werden können) geschützt. Bis jetzt seien es zwischen 90-92 Prozent, so von Schnakenburg. Es bestehe aber Aufklärungsbedarf. Manche würden der Ständigen Impfkommission nicht trauen, es kursieren Gruselgeschichten, Impfgegner argumentieren mit wissenschaftlichen Beweisen. Allerdings: „Die Autoren dieser Studien wurden absolut widerlegt und diese Publikationen wurden zum Teil zurückgezogen“, sagt von Schnakenburg. Auch das Argument der Impfgegner, es sei gut für den Körper, die Krankheit durchzumachen, ist mit Vorsicht zu genießen. „Wenn einer von 1.000 Patienten mit Masern eine schwere und letztlich immer tödliche Hirnkomplikation bekommt, fragt man sich, was das Gute daran sein soll“, erklärt er.

Momentan ist noch unklar, wer die Impfpflicht überwacht. „Das Gesetz hat den Konflikt zwischen der ärztlichen Schweigepflicht und der Impfpflicht nicht gelöst“, meint von Schnakenburg. Es gibt noch keinen Einzelimpfstoff gegen Masern. Patienten, die nur ihrer Masern-Impfpflicht nachkommen, aber keine andere Impfung erhalten möchten, hätten es schwer. Trotz dieser Fragen soll das Gesetz im März in Kraft treten.

Milchzähne hast
Du nur ein Mal
im Leben.



der
milchzahn.
com

Evangelische
Schulstiftung
Stuttgart

Die Evangelischen Schulen in Stuttgart informieren

Johannes-Brenz-Schule –
Evangelische Grundschule mit Hort

Hohe Straße 11, 70174 Stuttgart, Tel. 0711 / 22 26 56
www.jbs-stuttgart.de

Evangelisches Heidehof-Gymnasium

Heidehofstr. 49/50, 70184 Stuttgart, Tel. 0711 / 48 07 65
www.heidehofgymnasium.de

Informationstag: Samstag 1.2.2020, 10:00h - 13:00h

Anmeldung ist fortlaufend bis zum 18.2.2020 möglich.

Evangelisches Mörike

Mörike-Gymnasium – Realschule – Aufbaugymnasium

Arminstr. 30, 70178 Stuttgart, Tel. 0711 / 96 02 30
www.das-moerike.de

Tag der offenen Tür: Samstag 25.1.2020, 8:00h – 12:30h

Anmeldung ist fortlaufend bis zum 17.2.2020 möglich.

Für die Vereinbarung von Gesprächsterminen bitten wir um Kontaktaufnahme mit unseren Sekretariaten.

Betreuung im Tagheim und im Hort für interne wie externe Schülerinnen und Schüler der Kl. 5 - 7.

Die Evangelische Schulstiftung Stuttgart
ist eine Kirchliche Stiftung öffentlichen Rechts
und wird getragen vom Kirchenkreis Stuttgart



Den Menschen sehen.

„SCHULE
neu
gedacht

Mit allen Sinnen lernen und die Inklusion im Blick im Sonderpädagogischen Bildungs- und Beratungszentrum Sehen mit Internat. Das heißt gemeinsamer Unterricht für Kinder mit und ohne Sehbeeinträchtigung, in kleinen Klassen, individueller Förderung und Betreuung von der Grund- bis zur Sekundarstufe 1, für Schulanfänger und Quereinsteiger.

Inklusive Betty-Hirsch
Schule Stuttgart

Telefon 0711-6564-259
betty-hirsch-schule.de

Nikolauspflge

Thema: Kinder zweisprachig erziehen

Elternfrage:

„Mein Mann und ich bekommen in einem halben Jahr unser erstes Kind. Ich komme aus Spanien, mein Mann ist Deutscher. Wir überlegen, ob wir unser Kind zweisprachig erziehen sollen. Wie soll man es am Besten anstellen?“

Antwort:

Sprechen lernen ist zunächst ein unbewusster Prozess! Wie beim Hausbau entstehen ein, zwei oder mehrere Häuser, welche den jeweiligen Sprachen zugeordnet sind. Hierfür braucht das Kind seine Eltern, die erfahrenen „Architekten“. Das Kind orientiert sich beim Sprachenlernen an seinen Eltern, sie sind sein Sprach-Vorbild.

Es gibt drei einfache, hilfreiche Regeln:

a) eine Person – eine Sprache: Die Mutter spricht zum Beispiel Spanisch, der Vater Deutsch mit dem Kind.

b) Familien Sprache – Umgebungssprache: Beide Eltern sprechen zum Beispiel Spanisch. Im Kindergarten lernt es von anderen Kindern und Erzieherinnen dann die Umgebungssprache.

c) Wichtig ist immer eine klare Trennung der Sprachen! Zum Beispiel beim Bäcker spricht die Mutter Deutsch mit der Verkäuferin, mit dem Kind jedoch Spanisch.

Ungünstig ist, wenn Eltern die Sprachen mischen, zum Beispiel im Gespräch oder gar mitten im Satz. Auch das Übersetzen einzelner Worte, die das Kind nicht kennt, ist ungünstig. Hat zum Beispiel die Mutter den Eindruck, das Kind habe sie nicht richtig verstanden, kann sie einfach das Wort umschreiben oder durch Zeigen das Sprachverständnis unterstützen. So kann das Kind den Wortschatz der jeweiligen Sprache erlernen, befindet sich in einer Sprache und kann diese später von der anderen Sprache unterscheiden, ohne die Sprachen zu mischen. Sonst kann es zu Problemen in Satzbau, eingeschränktem Wortschatz und Sprechen mit Akzent führen.

Wenn Eltern zum Beispiel mit Akzent oder falschem Satzbau mit ihrem Kind Deutsch sprechen, kann es Aussprache und Grammatik nicht korrekt oder nur mühsam erlernen. Häufig sprechen Eltern kurz vor Kindergarteneintritt mit dem Kind in der Umgebungssprache, wenn es diese noch nicht kennt. Die Eltern verwirren jedoch ihr Kind mit dem Mischen der Sprachen, was eine Sprachstörung zur Folge haben kann. Manche Kinder benötigen dann eine logopädische Behandlung. Hier werden auch die Eltern beraten, wie sie mit ihrem Kind sprechen und es unterstützen können.

Auch das Vorlesen von Bilderbüchern, Büchern und das Geschichtenerzählen sind zur Unterstützung des Spracherwerbs sehr, sehr wichtig.

Zur Person:

Christine Moritz

ist Logopädin, Klinische Lerntherapeutin und ENWAKO-Trainerin mit eigener Praxis in Fellbach, www.logopaedie-moritz.de

Wer eine „Frage“ hat, die wir an wechselnde „Experten“ stellen können, kann uns gerne mailen unter: experten@elternzeitung-luftballon.de

„Sich sicher fühlen“

Team Sonnenkinder unterstützt Familien



Damit der Start mit dem Baby gut gelingt, helfen erfahrene Frauen aus dem Team „Sonnenkinder“.

von Alexandra Mayer

Stuttgart - Eltern von Anfang an beraten und unterstützen – das ist das Ziel des Teams Sonnenkinder.

Nach neunmonatiger Wartezeit ist das Baby endlich da und die Freude groß. Aber gleichzeitig tauchen oft die ersten Unsicherheiten auf: Mache ich alles richtig, warum schreit mein Baby ... Solche Fragen können das Familienleben ziemlich beeinflussen. Umso besser, dass es Angebote wie das Team Sonnenkinder gibt: Bei diesem stehen Mitarbeiterinnen des Caritasverband Stuttgart e.V., die sehr viel Erfahrungswissen mit Säuglingen mitbringen, den Eltern beratend zur Seite – und das nicht erst Monate nach der Geburt, sondern möglichst von Anfang an.

Sonnenkinder ist Teil der Gruppe „Guter Start“ der Stadt Stuttgart, was heißt: Beratung und Hilfe können im Wochenbett beginnen. Und das seit November 2016 in allen Geburtskliniken Stuttgarts.

Frühe Hilfen

„Unsere Arbeit ist ein präventives, aufsuchendes und freiwilliges Angebot und richtet sich an alle Eltern, unabhängig von Herkunft, Einkommens- und Wohnverhältnissen, ob mit familiärer Unterstützung in naher Umgebung oder ohne“, erklärt Inge Himmel, Teamleitung Sonnenkinder beim Caritasverband für Stuttgart e.V.

Zwar bekommen frischgebackene Mütter in den Geburtskliniken Unterstützung beim ersten Umgang mit dem Baby, aber „durchschnittliche Liegezeiten nach der Geburt belaufen sich auf zwei bis vier Tage. Dies ist häufig nicht ausreichend, damit vor allen Dingen erstgebärende Eltern sich sicher fühlen im Umgang mit ihrem Baby.“ Setzen Hilfen gleich am Anfang an, könne man Unsicherheiten und Ängsten der Eltern frühzeitig begegnen.

Ein Angebot für alle

Die Mitarbeiterinnen des Teams Sonnenkinder kommen direkt auf die Wochenbettstationen des Marienhospitals und der St. Anna-Klinik in Stuttgart. „Die Eltern werden über das familienunterstützende Angebot informiert und können gleich im Wochenbett Fragen stellen oder mitteilen, was sie für einen guten Start benötigen“, so Himmel. „Jede Familie erhält einen Flyer mit Informationen und unseren Kontaktdaten, so dass sie auch nach ein paar Wochen noch auf uns zugehen können.“ Bei Bedarf kommen die Mitarbeiterinnen nach Hause, wie oft, hängt von der Familie ab. Zusätzlich vermitteln die Sonnenkinder ehrenamtliche Patinnen, die die Familien besuchen – und das bis zu einem Jahr lang einmal die Woche für ungefähr drei Stunden. Sie helfen bei der Geschwisterbetreuung, entlasten Alleinerziehende, begleiten zum Kinderarzt ...

„Für Familien frühzeitig bei allen Fragen und Anliegen da zu sein und mit dazu beizutragen, dass der Start mit dem Baby gut gelingen kann, ist das Ziel der beiden unterstützenden Teams Sonnenkinder und eva. Denn auch die evangelische Gesellschaft unterstützt seit drei Jahren Familien mit Neugeborenen zuhause“, fasst Himmel zusammen.

Der Luftballon unterstützt

Der „Luftballon“, der sich jedes Jahr einer anderen karitativen Einrichtung zuwendet, spendet in diesem Jahr einen Teil des Erlöses aus seinen Kleinanzeigen an das Team Sonnenkinder. Von jeder gebuchten Kleinanzeige im neuen Jahr gehen 25 Cent an das Team. Weitere 25 Cent je Kleinanzeige werden an den Förderverein Kinderfreundliches Stuttgart gespendet.

Mehr Infos zu Sonnenkinder unter Tel. 24892957 und auf www.caritas-stuttgart.de

Kinder, raus in die Natur!

Das Angebot der NaturFreunde Stuttgart

von Tina Bähring

Stuttgart - Die NaturFreunde Stuttgart haben in ihrem Jahresprogramm 2020 wieder viele Angebote für Kinder, Jugendliche und Familien auf die Beine gestellt.

Von Fotokursen, Alb-Wanderwochenenden über die Umweltdetektive und Ski-Ausflüge bis zu Basreliefaktionen rund um Naturmaterialien - das Angebot der NaturFreunde für Kinder, Jugendliche und Familien ist vielseitig. So können an jedem Samstagvormittag alle, die einmal die Wand hochgehen wollen, zum Klettern kommen. Und mit Familien mit Kindern ab sieben Jahren radeln die NaturFreunde auf schönen Wegen zu interessanten Zielen. Im Winter bietet die Schneesportgruppe Albskikurse und Familienfreizeiten an. Zu allen Veranstaltungen sind übrigens auch Gäste herzlich willkommen.

Highlights des Jahres 2020

Auf zum Natur-Erlebnis-Wochenende geht es vom 1. bis 3. Mai. Naturbegeisterte Familien und Jugendliche treffen sich zum Klettern und Wandern auf der Reutlinger Alb. Und an Pfingsten heißt es vom 30. Mai bis 1. Juni „Bike to Nature“. Familien und Jugendliche mit Spaß an Natur und Umwelt fahren mit dem Rad durch das Siebenmühlental und das Aichtal zur Schwäbischen Alb



Samstagvormittags: Klettern für alle

und unternehmen dort noch mehr naturfreundliche Outdoor-Aktivitäten wie Wandern, Klettern, Baden, Höhle besichtigen, Biwak bauen, Lagerfeuer machen. Ein Back-to-Nature Angebot mit tollen Mikro-Abenteuern. Je nach Kondition können Kinder ab circa elf Jahren selbst fahren. Ein Gepäck-Shuttle ist auch möglich. Und am 12. Juli heißt es „Bike'n'climb“ – auf zum Kletter-Radeln mit der Rad- und der Klettergruppe der NaturFreunde Stuttgart auf der Schwäbischen Alb.

Weitere Veranstaltungen und Informationen unter: www.naturfreunde-stuttgart.de

Fernweh stillen

Auf der Messe CMT

von Kia Korsten

Stuttgart – Vom 11. bis 19. Januar findet die Urlaubsmesse CMT in der Landesmesse Stuttgart statt. Hier haben Urlauber und Neugierige die Möglichkeit, Anbietern und Herstellern rund um Tourismus, Reise, Urlaub, Camping und mehr Fragen zu stellen und neue Innovationen hautnah zu erleben.

Wenn das Fernweh einen im neuen Jahr so richtig packt und man sich mit Feuereifer in die Urlaubsplanung stürzen möchte, gibt es dafür den perfekten Ort: die CMT. Die beliebte Urlaubsmesse öffnet ihre Tore wieder am 11. Januar in der Messe Stuttgart und bietet etwa 2.100 Aussteller rund um Reise, Urlaub und Tourismus. In dieser Fülle findet sicherlich fast jeder sein persönliches Traumreiseziel, die neueste Innovation in Sachen Camping oder einfach ein nettes Gespräch mit einem der vielen Ansprechpartner rund um den Tourismus.

Denn man muss gar nicht so sehr in die Ferne schweifen, wie etwa mit dem diesjährigen Messepartner Montenegro, denn die anderen Partner liegen einem sehr nahe: Zu den weiteren Partnern der gehören etwa der Heilbäderverband Baden-Württemberg und das „CMT Spezial Wilder Süden“. Eines zeigt die Messe jedes Jahr aufs Neue: Urlaub macht einfach Spaß und für jeden gibt es das ideale Reiseziel.



Auf der Suche nach den besten Angeboten

Urlaubsmesse CMT, Sa, 11. bis So, 19. Januar 2020, Landesmesse Stuttgart, 10 bis 18 Uhr

Verlosung:

Wir verlosen 10 x 2 Tickets.
Postkarte oder Mail mit dem Stichwort „CMT“ an verlosung@elternzeitung-luftballon.de oder an Verlag Luftballon, Nadlerstr.12, 70173 Stuttgart. Einsendeschluss ist der 2. Januar 2020. (Adresse nicht vergessen!)
Teilnahmebedingungen siehe Impressum.

christine  oritz
Praxis für Logopädie

Vortrag: Sprachentwicklung bei Mehrsprachigkeit
- was genau ist zu beachten?

Donnerstag, 16.1.2020, 19 Uhr,
Ort und Anmeldung Familienbildungsstätte Waiblingen

Vortrag von Niels Ewald über das
ENWAKO-Training:


LRS, Rechenprobleme, ADS, Verhaltensprobleme...
- was könnte die Ursache sein und was kann man tun?

Donnerstag, 30.01.2020, 19 Uhr
Ort und telefonische Anmeldung (0711/5404500)
bis 27.1.2020:



ENWAKO® Praxis Moritz

ENWAKO-Training · Logopädie · Klinische Lerntherapie
Hintere Straße 24 · 70734 Fellbach · 0711 / 5404500

MEDIATION FÜR FAMILIEN 
Kostenfreie Erstberatung (30 min)
Termin nach Vereinbarung
Marktplatz 5/1 · 71624 Ludwigsburg
konflikte | besser | lösen
Tel: 07141/6887999
www.likom.info

Dr. medic stom./Univ. Bukarest
Andreea Scholpp-Ionescu
Zahnheilkunde für die ganze Familie 

Sophienstraße 24 B
(Ecke Tübingerstraße)
Telefon 0711/640 21 90
www.dagsi.de
Kinder- und Jugendzahnheilkunde · Prophylaxe und Parodontologie · Homöopathie
Behandlung von Angstpatienten · Behandlung in Vollnarkose · Hypnose

Sophienstraße 40
70178 Stuttgart
Tel.: 0711.563.989
**Praxis für Familien- und Kinderzahnheilkunde
mit Kieferorthopädie**
**Gesunde Zähne für
die gesamte Familie.**

www.kinderzähne-stuttgart.de
Jetzt auch mit Lachgassedierung!
Eine Praxis der überärztlichen Berufsausübungsgemeinschaft
Dr. P. Maier, Th. W. Binder & Partner

Es gibt was zu feiern ...

5 JAHRE SIMIGOLF IN ASPERG!

Wir schenken Ihnen 10% Rabatt* auf den nächsten Eintritt!

simigolf
30 Schwerzlicht-Indoor-MiniGolf

*Anzeige ausschneiden, abgeben & 10 % beim nächsten Eintritt sparen! Gültig bis 31.12.2019.
Simigolf Asperg, Bahnhofstr. 95, 71679 Asperg. Online reservieren unter www.simigolf.de

LITTLE GIANTS **Kleine Riesen**

Bilinguale Kinderkrippen & Kindergärten



1 x in Stuttgart
3 x in Esslingen am Neckar

Mehr Informationen und Anmeldung unter
(0711) 35 116 40 oder www.littlegiants.de

bilinguale KINDERKRIPPEN
PRESCHOOL & KINDERGARTEN



die Kindervilla

www.die-kindervilla.de | info@die-kindervilla.de
☎ 67400574

Freie Aktive Schule Stuttgart mit Kindergarten

www.fas-stuttgart.de

Herzlich willkommen!
Infoabend zum päd. Konzept
Fr, 7.2.2020, 19:30 Uhr
Start des Aufnahmeverfahrens




Reformpädagogische Schule mit Kindergarten
0711 - 673 82 38 • 70597 Stuttgart-Degerloch

Auch die Großen haben klein angefangen

TurnGala - eine Wundertüte des Sports



Die Barrenübung der „KTG Heidelberg“ beeindruckt mit Kraft und Fantasie.

Stuttgart (agr) - Die TurnGala zeigt eine Mischung aus Turnen, Gymnastik und Akrobatik, aus Staunen, Bezaubern lassen und Lachen. Dieses Jahr steht das Programm unter dem Titel „Celebration“. Künstler aus der ganzen Welt feiern auf der Bühne ein buntes Fest mit Darbietungen erstklassiger Turnkunst - auch kleine Sportler sind dabei.

Rhythmische Sportgymnastinnen schweben über die Bühne, kolumbianische Artisten zeigen Zirkusakrobatik, die TV-bekannt Gruppe „Tabea“ präsentiert anspruchsvolle Wettkampfübungen und muskulöse Herren bezaubern am Barren. Das Programm der TurnGala liest sich wie eine große Wundertüte, in der es viele Überraschungen gibt.

Nicht nur echte Turnfans lassen sich von den sportlichen Darbietungen begeistern, sondern

alle, die athletisches Talent schätzen. Traditionell werden auch wieder Kindersportgruppen bei der TurnGala auftreten. „Wir wollen mit dem Kinderbild zeigen, wie auch die inzwischen international erfolgreichen Künstler einmal angefangen haben – nämlich ganz klein“, sagt Claudia Marx, Regisseurin der Show. Gleichzeitig solle der Auftritt der jungen Sportler und Sportlerinnen eine Möglichkeit sein, das Kinderturnen zu präsentieren, so Marx. Und wer weiß, vielleicht entscheidet sich der eine oder andere junge Zuschauer dann dafür, selbst beim Turnen einzusteigen.

TurnGala, 12. Januar, Porsche Arena, S-Cannstatt, 14 und 18.30 Uhr, ab 15 Euro, Kinder ab 11,25 Euro. Außerdem schon am 31.12., Ludwigsburg, MHP-Arnea, 14 Uhr, am 3.1., Tübingen, Paul-Horn-Arena, 18.30 Uhr und am 11.1., Göppingen, EWS Arena, 14 + 18.30 Uhr

Geschenke an Familienrichter

Väteraufbruch für Kinder e.V. mit Weihnachtsprotestaktion

(red) - In keinem Land Europas verlieren Kinder nach einer Trennung so häufig den Kontakt zu einem Elternteil wie in Deutschland – häufig unter Mitwirkung von Familiengerichten und ohne, dass dieser Elternteil sich etwas hat zuschulden kommen lassen, so der Väteraufbruch für Kinder e.V..

Ein leeres Kinderzimmer. Nur Erinnerungen bleiben dem Vater oder der Mutter an ihr Kind. Sie wurden voneinander entfremdet. Viel zu häufiger Alltag in Deutschland.

Darum ruft der Verein Väteraufbruch für Kinder e.V. (VAfK) mit seiner diesjährigen Weihnachtsaktion dazu auf, dass entfremdete Eltern Weihnachtsgeschenke für ihre Kinder an die Familiengerichter schicken, die mit dem Fall befasst waren.

„Wir wollen damit ein Zeichen setzen, genauer hinzuschauen. Kein Kind sollte ohne Not einen liebenden Elternteil verlieren“, erklärt Markus Witt, Mitglied im Bundesvorstand des Vereins, die Beweggründe der Aktion. Dabei geht es nicht

um Schuldzuweisungen. Richter wissen häufig nicht, wie sich die Fälle entwickeln, nachdem sie eine Entscheidung getroffen haben. Die Akte ist geschlossen. In den Familien wirken die Entscheidungen häufig noch viele Jahre oder Jahrzehnte nach. Die Geschenke an die Kinder sollen die Gerichte daran erinnern. Die Geschenke sollen dann durch das Gericht an die Kinder weitergesendet werden, denn häufig werden die Geschenke des entfremdeten Elternteils direkt abgelehnt und erreichen die Kinder nicht.

Der Verein hofft, dass durch die Aktion bei den Richtern ein stärkeres Bewusstsein für die Tragweite der eigenen Entscheidungen wächst. Gerichte, Ämter und Beratungsstellen sollten zukünftig noch mehr darauf achten, dass den Kindern dauerhaft beide Eltern erhalten bleiben. Der Verlust eines Elternteils zieht für Kinder ein häufig lebenslanges Trauma nach sich.

Infos und Vorlagen zum Anschreiben an die Gerichte unter www.vaeteraufbruch.de

Technik zum Anfassen

10 Jahre Jugendtechnischule Fellbach

von Alexandra Mayer

Fellbach - Seit 10 Jahren heißt es für den Nachwuchs in der Jugendtechnischule Fellbach Technik zum Anfassen und Mitmachen.

Stolz hält Nils* sein Luftkissenfahrzeug in der Hand, das er selbst gebaut hat. Dafür hat er Styropor geschnitten, geklebt und Elektroanschlüsse verlegt. Der Einsatz hat sich gelohnt, das kleine Fahrzeug fährt! Und Nils hat den festen Vorsatz, auch mal ein Hybridauto oder vielleicht doch einen Lego-Roboter zu bauen oder einen Papierflieger zu falten oder, oder, oder. Die Auswahl fällt nicht leicht, denn genau solche Kurse gehören zum Angebot der Jugendtechnischule Fellbach, kurz JTS.

„Das Hauptthema ist, Kinder und Jugendliche an technische Aufgabenstellungen und deren Lösung heranzuführen“, erklärt Professor Gerhard Peter, Leiter der JTS. „Zum einen geschieht dies außerschulisch, vergleichbar einer Jugendmusikschule. Ergänzend werden aber auch Kurse und AGs in den Schulen angeboten.“

Ran an die Technik!

Auf dem Programm der JTS stehen zwar auch Vorträge, aber im Wesentlichen wird



Auch der Umgang mit professionellem Werkzeug wird vermittelt.

Mitmachen großgeschrieben. Die Kids werden selbst aktiv und können sich in den verschiedenen Themen ausprobieren: Sie experimentieren mit Wasser, bauen Flugobjekte und Putzroboter ... Die Angebote sind altersgerecht, es gibt Kurse für Grundschüler, Schüler ab zehn, elf und zwölf Jahren sowie teilweise für ältere Kids. Auch Kindergartenkinder kommen nicht zu kurz.

„Die JTS sieht sich als Partner der Schulen und rundet das Angebot im MINT-Bereich ab. Begonnen wird mit der letzten Altersstufe im Kindergarten. Zunehmend wird der Kernbereich Technik ergänzt

durch Angebote mit Informatikbezug. Grund hierfür ist die erhöhte Nachfrage durch Schüler und Schulen“, so Peter. Bei jüngeren Gruppen stehe die Mechanik im Vordergrund, mit zunehmendem Alter Elektronik, Robotik und Informatik. Mal finden die Kurse an einem, mal an mehreren Terminen statt, auch Ferienworkshops gehören zum Angebot und wer will, kann in der JTS Kindergeburtstag feiern. Toll für die Nachwuchstechniker: Was gebaut wird, dürfen sie mit nach Hause nehmen. Und es wird normalerweise solange gewerkelt, bis das gewünschte Objekt funktioniert.

Von 200 auf 1.000

Das Konzept geht auf, die JTS wurde im Dezember 2019 zehn Jahre alt! „Wir haben ein bewährtes und praxisbezogenes Angebot gefunden, das sich als längerfristig erfolgreich zeigt und das wir ständig den aktuellen Bedürfnissen anpassen“, begründet Peter. Fanden anfangs nur einige Kurse statt, so haben Kids heute die Wahl unter verschiedenen Angeboten.

Die anfänglichen Teilnehmerzahlen haben sich von ungefähr 200 auf circa 1.000 erhöht! Also mehr als ein Grund, den runden Geburtstag mit einem Tag der offenen Tür am 25. Januar richtig zu feiern. Technikbegeisterte Kids dürfen sich auf ein buntes Programm freuen, es finden beispielsweise verschiedene Kurse statt, die zur Feier des Tags kostenfrei sind! Was genau, wird für die Besucher eine echte Überraschung sein. Eine Anmeldeliste wird rechtzeitig ins Netz gestellt. Also, nichts wie hin und mitfeiern!

** Name von der Redaktion geändert*

10 Jahre Jugendtechnischule Fellbach
Dr. Karl Eisele e.V. Tag der offenen Tür, 25.
Januar, ab 10 Uhr, Eisenbahnstr. 23,
Fellbach, Tel. 0711-25294583,
www.jts-fellbach.de

Bio-Vielfalt entdecken

In bester Qualität zu günstigen Preisen

- über 6 000 Bio-Produkte
- frisches Bio-Obst, Bio-Gemüse und Bio-Backwaren aus der Region
- eine breite Auswahl an Naturkosmetik
- großes Baby- und Kindersortiment

Wir freuen uns auf Sie!



vom 16.12.2019 bis 18.01.2020
auf das gesamte Bio-Sortiment

So funktioniert's:

Coupon beim Bezahlen an der Kasse abgeben. Mit diesem Originalcoupon erhalten Sie einmalig 10 % Rabatt auf Ihren Einkauf in allen Alnatura Super Natur Märkten in Stuttgart, Esslingen und Ludwigsburg. Gültig vom **16.12.2019 bis 18.01.2020**. Der Coupon ist nach Ablauf des Gültigkeitsdatums nicht mehr einsetzbar.



*Vom Rabatt ausgenommen sind Pfand, Gutscheinkarten, Bücher und Säuglingsnahrung. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen und solange der Vorrat reicht. Irrtümer und Druckfehler vorbehalten.


ALNATURA
Super Natur Markt

Sinnvoll für Mensch und Erde

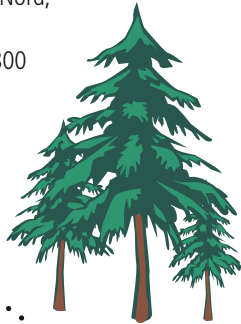
3x in Stuttgart
1x in Esslingen
1x in Ludwigsburg
Alle Märkte unter
alnatura.de/marktsuche



Schnitzkurs: Alles aus dem Weihnachtsbaum

Das wird bestimmt duften! Die Teilnehmenden des Schnitzkurses „Alles aus dem Weihnachtsbaum“ geben dem Weihnachtsbaum eine zweite Bestimmung und schnitzen tolle Sachen wie Fichtenflorett, Fantasietiere, Regenschirm oder Schneebesen. Die Kinderschnitzbuchautorin Astrid Schulte erklärt die sechs wichtigen Schnitzregeln und den kinderleichten Umgang mit dem Taschenmesser. Dann geht's auch schon los: Der Schnitzraum duftet nach Harz und ätherischen Ölen, die Nadeln fallen, der erste Schnitzgegenstand nimmt Gestalt an.

Schnitzkurs, Sa, 11. Januar, 10 – 13 Uhr,
vhs Ökostation, Wilhelm-Blos-Str. 129, S-Nord,
18 Euro, Kursnummer: 192-56820,
Anmeldung unter: Tel. 1873 – 800
oder www.vhs-stuttgart.de



Zum Aufwärmen: Scharf und sauer – Ingwer mit Zitrone

1 Stück Bio-Ingwerknolle – mit Teelöffel
schälen und in Scheiben schneiden.
1/2 Bio-Zitrone (oder auch andere
Zitrusfrüchte), heiß abspülen,
abtrocknen und in
Scheiben schneiden
1 Liter Wasser aufko-
chen und Ingwer und
Zitrone damit über-
brühen. Ca. 5 Minu-
ten ziehen lassen. Bei
Bedarf mit Holunder-
sirup oder Honig süßen.



Naturmagazin für Kinder

Warum hat das Rehkitz eigentlich Tupfen?
Was machen Maulwürfe im Winter?
Und haben Schmetterlinge eine Familie?
Manfred Mistkäfer weiß die Antwort!

Sein gleichnamiges Naturmagazin für Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahren erscheint vier mal im Jahr. Darin begeistert der kleine neugierige Käfer die Kinder mit spannenden Forschergeschichten, Rätseln, Beobachtungstipps, Bastelideen und einer Menge Wissenswertem über Pflanzen und Tiere für die heimische Natur. Jede Ausgabe enthält den Ideenmarkt, das Begleitheft für Erwachsene, mit vielen Anregungen rund um das Thema Kinder und Natur. Ein Abonnement kostet 16 Euro. Das Manfred Mistkäfer Magazin wird von der BUNDjugend Baden-Württemberg herausgegeben.

Bestellungen und nähere Informationen
unter 0711/61970-24 oder auf www.naturtagebuch.de
Bei Angabe des Stichworts „Luftballon“ gibt es zur Manfred Mistkäfer Winterausgabe, die am 1. Dezember erschienen ist, ein Schmetterlingsposter gratis dazu!



& Dies & Das

Ausstellung: Mechanische Tierwelt

Die Ausstellung „Mechanische Tierwelt“ verzaubert noch bis 1. März in Esslingen Kinder, Junggebliebene und Spielzeugliebhaber mit zahlreichen Klassikern aus fast einhundert Jahren.

Sie hüpfen und klappern, sind erst aufgezogen und dann ganz matt: Kleine und größere Blechtiere sind in das Stadtmuseum im Gelben Haus in Esslingen am Neckar eingezogen. In der Ausstellung empfängt die Besucherinnen und Besucher ein farbenprächtiges Spektakel von über 180 Blechtieren, deren natürliche Vorbilder in aller Welt zuhause sind.
Zur Ausstellung gibt es ein museumspädagogisches Angebot für Kindergartengruppen mit Kindern ab fünf Jahren und Schulklassen bis Klasse 5.

Ausstellung „Mechanische Tierwelt“, bis 1. März 2020, Stadtmuseum im Gelben Haus, Hafenmarkt 7, Esslingen, Öffnungszeiten: Di-Sa 14-18 Uhr, So/Feiertage 11-18 Uhr, (24./25. und 31.12. geschlossen), www.museen-esslingen.de



Feriencamp Messe

Stuttgarts Messe für Feriengengebiete

Sie müssen 14 Ferienwochen Ihrer Kinder abdecken? Sie möchten sich über vielfältige Ferienangebote in der Region Stuttgart und darüber hinaus informieren? Sie haben keine Lust auf Gedränge und wollen sich gezielt informieren? Dann kommen Sie zur 7. Feriencamp Messe des Luftballon. Wann? Samstag, 1. Februar 2020, von 10.30 – 16 Uhr. Wo? Im Rathaus Stuttgart. Eintritt frei!

www.feriencamp-messe.de

Save the Date
1. Februar

Freie
Waldorfschule
am Kräherwald

Infotage: an der Freien Waldorfschule am Kräherwald

Die Schule lädt Eltern und Kinder zu einem informativen und kreativen Wochenende ein. Am 24. Januar ab 18.00 Uhr mit Schulführungen und Informationen für Erwachsene. Am 25. Januar ab 08.30 Uhr Kinderbetreuung, ab 9 Uhr offener Unterricht, Gesprächsgruppen und Workshops für Eltern und Kinder. Besucher können sich im Infocafé mit Lehrern, Eltern und anderen Schulvertretern austauschen.
Anmeldung für die Kinderbetreuung Tel. 30530530

www.fkws.de

Geisterjagd in Tübingen

Im Schloss Hohentübingen fängt man das Gespenst mit Rätselraten

von Kia Korsten

In alten Gemäuern hausen nicht selten Gespenster. Ein besonders rätselhaftes Exemplar beherbergt das Museum der Universität Tübingen im Schloss Hohentübingen. Hier hinterlässt der weiße Geist viele Rätsel und lockt so Kinder auf seine Spuren.

Vor dem großen Tor des Museums holen wir noch einmal tief Luft; und das nicht nur, weil der Aufstieg auf den Berg viel Atem gekostet hat. Auch die Aussicht, bald einen echten Geist zu treffen, lässt dem ein oder anderen etwas die Luft wegbleiben. Dann heißt es ab ins Museum, wo wir schon von Tamara Bühler erwartet werden. Sie hat die Gespensterjagd für Kinder entwickelt und führt die Teilnehmer der Schnitzeljagd quer



Gemeinsam werden die Rätsel gelöst.

durchs Museum. Dabei legt sie viel Wert darauf, die jungen Gäste kindgerecht zu unterhalten.

Eine Jagd durch die Zeit

Los geht die Jagd in der Steinzeit. Wir bestaunen die großartigen Wandgemälde, die Tübinger Studenten detailgetreu gemalt und den Höhlenmalereien nachempfunden haben. Auch das Gespenst scheint die Malereien länger betrachtet zu haben. Denn wer sich aufmerksam umschaut, findet hier sicherlich einen ersten Hinweis. Natürlich verraten wir nicht, was man hier so alles lösen muss, nur eines werden wir sagen: Wer die Lösung gefunden hat, weiß, welchen Ort er als nächstes suchen muss.

Am nächsten Halt begutachten wir Geräte aus der Steinzeit, kleine Perlen und kunstvoll gearbeitete Figuren aus Mammutelfenbein. Zu jeder Station erzählt Tamara Bühler interessante Infos, kurze

Geschichten und Fakten, die die Kinder neugierig aufsaugen. So erfahren wir beispielsweise in einem runden, dunklen Raum, dass Mammutelfenbein wirklich schwer zu bearbeiten ist und man nur mit viel Mühe überhaupt einen Kratzer in dem harten Material hinterlassen kann. Wer das gerne selbst ausprobieren möchte, kann sich im Museumsladen kleine Stücke aus der russischen Tundra kaufen.

Wir kommen dem Gespenst näher

So rätseln wir uns nach und nach durch das Museum, die Hinweise führen uns durch die Steinzeit und die Antike bis hin zu den Römern, Griechen und Ägyptern. Hier finden wir uns in einer Gabenkammer wieder, deren Wände mit aufwändigen Zeichnungen und natürlich Hieroglyphen bedeckt sind. Wir spüren es, wir sind dem Gespenst schon dicht auf den Fersen!

In einer lichtdurchfluteten Ahnen-

galerie treffen wir nach rund einer Stunde Schnitzeljagd auf das freundliche Schlossgespenst. Die weißbetuchte große Gestalt hat noch eine kleine süße Belohnung für uns, bevor wir sie wieder in Ruhe weiter spuken lassen. So reisen wir aus der Vergangenheit wieder in unsere vertraute Gegenwart, bedanken uns herzlich bei unserer Führerin Tamara Bühler und verabschieden uns von Schloss Hohentübingen. Wir werden sicherlich wiederkommen!

Führung „Auf der Suche nach dem Schlossgespenst“, ab 5 Jahren, in der Alte Kulturen - Sammlung im Schloss Hohentübingen, Burgsteige 11, Tübingen, Buchungen: Tel. 07071-2977384, Kasse: Tel. 07071-29-77579, www.museumuni-tuebingen.de, Termine nach Vereinbarung, keine Mindestgruppengröße, Dauer rund 1 Stunde, Kosten: etwa 50,- Euro pro Führung



Die Schnitzeljagd führt durch die Antike...



... bis schließlich das Gespenst in der Ahnengalerie gestellt wird.

Familie, Beruf, Finanzen



© Istock.com/Dean Mitchell

Mama managt alles

Die moderne Familie als Großprojekt

von Cristina Rieck

Viele Eltern wollen die Arbeiten in Haus und Familie gerecht untereinander aufteilen. Doch die wenigsten tun es tatsächlich. Selbst, wenn die Mütter berufstätig sind, managen sie zuhause das Meiste. Viele leiden unter der fehlenden Anerkennung, aus der sie die Kraft für die Bewältigung des Alltags schöpfen könnten.

Den Alltag einer Familie zu organisieren, ist wirklich kein Pappenstiel. Schließlich geht es dabei nicht allein um Arbeiten im Haushalt wie Vesperbrotrichten oder Kindergeburtstagsgeschenke besorgen und die Betreuung der Kinder. Dazu gehören noch viele weitere Aspekte, wie beispielsweise das Managen von Unternehmungen in der Freizeit, die Urlaubsplanung und die Koordination notwendiger Anschaffungen. Was Mütter belastet, ist aber nicht der ganz normale Familienalltag, sondern das, was als „Mental Load“ oder „Invisible

Work“ bezeichnet wird: Das ständige Denken und Planen, also die Organisation, die hinter dem Familienalltag steckt. Denn es sind meist die Frauen, deren Gedanken selbst beim Joggen oder Fernsehen noch um die Familie kreisen.

Mentale Belastung

Die Cartoonistin Emma veranschaulicht dies in einem Cartoon, der nach seiner Veröffentlichung um die ganze Welt ging, und der die Diskussion um die „Mental Load“ entfachte: Er zeigt ein Paar, das einträchtig auf der Couch sitzt. Während der Mann voller Begeisterung dem Geschehen im Fernseher folgt, denkt die Frau an Lebensmitteleinkäufe, Kinderarzttermine und die Hosen, aus denen die Kinder rausgewachsen sind. Leider ist die mentale Belastung für betroffene Mütter meist nicht so lustig, wie in dem Cartoon dargestellt. Viele Frauen zerbrechen an dem Gedankenkarussell und laufen Gefahr, psychisch zu erkranken, weil sie die ständige Belastung nicht ertragen.

Gesellschaftlicher Widerspruch

Dass es meist die Mütter sind, die in der Familie die tragende Rolle innehaben, hat psychologische ebenso wie gesellschaftliche Hintergründe: Wenn ein Paar eine Familie gründet, ist dies bei aller Freude auf das Kind in der Regel mit großen Veränderungen verbunden. „Psychologie und Hirnforschung bestätigen uns, dass in Zeiten der Veränderung und in Stresszeiten gerne auf altbewährte Muster zurückgegriffen wird“, erklärt Paar- und Familientherapeutin Susanne Clement.

Die Frauen kümmern sich dann vermehrt um die Kinder, während die Männer sich für ein stabiles Einkommen verantwortlich fühlten. In unserer modernen Zeit wird aber gesellschaftlich von den Frauen erwartet, dass sie genauso zum Familieneinkommen beitragen. Und so entsteht ein gesellschaftlicher Widerspruch, der in jeder Familie individuell ausgetragen werden muss. „Meines Erachtens wirkt es für ein Paar entlastend, sich deutlich zu machen, dass sich gesellschaftliche Widersprüche

in der Organisation des Familienalltags nur schrittweise und bedingt auflösen lassen“, so Clement. Sie rät Paaren darum, sich Kompromisse zuzugestehen, wenn sie ihre Ansprüche in die Wirklichkeit umsetzen möchten.

Kommunikation wichtig

Auf jeden Fall scheint es sinnvoll zu sein, dass Paare schon vor der Geburt ihres Kindes besprechen und planen, wie sie sich die Aufgabenteilung in der Familie vorstellen. So können jene, die den Wunsch haben, den Familienalltag gleichberechtigt zu organisieren, sich die Aufgaben im Haushalt ebenso wie die Aufgaben in der Kindererziehung und anderen Bereichen des Familienlebens gerecht aufteilen.

Oder sie beschließen, dass die Frau tatsächlich die Hauptverantwortung für die Erziehung der Kinder trägt, der Mann dafür aber hauptverantwortlich Bereiche wie beispielsweise Einkaufen oder Urlaubsplanung übernimmt. „Die beste Vorsorge für eine möglichst konfliktfreie Organisation

des Familienalltags ist jedoch eine tragende, wertschätzende, verständnisvolle und humorvolle Kommunikation, die im Alltag wie Balsam wirkt“, betont Clement.

Entlastung schaffen

Immer wieder rät die Paar- und Familientherapeutin Paaren, die an ihrem Familienalltag zu scheitern drohen, „konkret über Entlastung nachzudenken“. In ihrer Praxis sei dies ein sehr wichtiges Thema, betont Clement. Es tue den Paaren meist schon gut, wenn sie sich kleine „Inseln“ schaffen, die alleine der Paarbeziehung dienen. Die Organisation eines Babysitters ist zwar eine weitere Aufgabe, die es zu managen gilt, doch dafür wird das Paar mit einem Candle-Light-Dinner oder Kinobesuch belohnt.

Ebenso wichtig erscheint der Therapeutin, „dass Ansprüche und Erwartungen in einer stressigen Familienzeit heruntergefahren werden können“. Die Wohnung müsse schließlich nicht immer auf Hochglanz poliert sein und nicht jeder Kindergeburtstag ausgiebig gefeiert werden. Auch könnten zusätzliche finanzielle Belastungen durch einen Hausbau oder hochwertiges Spielzeug und Musikunterricht für die Kleinsten den Eltern unnötige Sorgen bereiten.

Wertschätzung geben

Bestimmt leiden Mütter nicht alleine an der Quantität der Arbeit, die sie für ihre Familie verrichten müssen. Es fehlt vor allem an der Wertschätzung dieser Arbeit. Weder der Partner noch die Kinder sagen jeden Tag „Danke“ für all das, was Mütter für sie tun. Doch wer keine Anerkennung bekommt, ist auf Dauer frustriert. Um dies zu ändern, sollten vielleicht „Väter mehr von der wichtigen, aber nicht wertgeschätzten Arbeit übernehmen“, rät Laura Fröhlich in ihrem Blog „Heute ist Musik“.

Nach einer Studie des RWI-Leibnitz-Instituts für Wirtschaftsforschung arbeiten Väter, die zwei Monate Elternzeit nehmen, eine halbe Stunde mehr im Haushalt, als Väter, die weiterarbeiten. Vielleicht würde es also schon einiges bewirken, die Vätermomente beim Elterngeld auszuweiten?

Manche Eltern führen auch eine Strichliste, auf der sie jede Tätigkeit, die sie im Dienste der Familie gemacht haben, „tracken“. Ziel solcher Listen ist, am Ende die Arbeit gerecht, also „50/50“, verteilt zu haben. Wenn das Tracken auch etwas umständlich erscheinen mag, so bekommen Paare auf diese

Weise einen guten Überblick über die Tätigkeiten, die zu tun sind und wer welche Anteile daran erledigt. Sollte ein Ungleichgewicht bestehen, wird das beim Tracken objektiv sichtbar. Und Eltern haben eine Diskussionsgrundlage, wenn einer von ihnen das Gefühl hat, mehr zu tun als der andere.

Selbstbestimmtes Handeln

Grundsätzlich wollen natürlich alle Familienmitglieder in ihrer Individualität gesehen und wertgeschätzt werden. Darum kann eine Familie heute am besten ihr Potenzial entfalten, „wenn sie jedem Familienmitglied Spielraum für Autonomie und Selbstbestimmung lässt“, schließt Eva Kessler aus jahrelanger Praxiserfahrung als Familien- und Erziehungsberaterin. Sie plädiert darum für einen „spielerischen Umgang mit

der Organisation des Familienlebens“. Dabei geht sie davon aus, dass nicht die Tätigkeiten an sich im Familienalltag belastend sind, sondern dass sie eben zu dem Familienmitglied passen müssen und es selbst bestimmen darf, wann und wie sie erledigt werden.

Gleichzeitig solle laut Kessler jedem Familienmitglied ein Zeitraum frei verfügbarer Zeit zugestanden werden, in dem die Person nicht von den anderen Familienmitgliedern beansprucht werden darf. So fühle sich jeder anerkannt und empfinde seine Aufgaben in der Familie nicht als belastend.

Finanzielle Absicherung

Mit der Wertschätzung der mehr geleisteten Arbeit von Müttern in der Familie geht auch eine finanzielle Vorsorge einher. „Die Absicherung der Frau, die in den meisten Fällen finanziell benachteiligt ist, halte ich im Hinblick auf Familienplanung für ein wichtiges Thema“, betont darum auch Clement. „So kann die Lücke in der Altersvorsorge, die durch die geringfügige Arbeit der Mütter entsteht, beispielsweise durch monatliches Einzahlen in einen Sparvertrag ausgeglichen werden“.

Auch wenn der Zeitpunkt unpassend erscheint, Paare müssen bereits bei der Familiengründung individuell regeln, in welcher Form derjenige, der zukünftig weniger arbeiten geht, finanziell abgesichert wird. Denn am Ende sollte für diesen Elternteil, meist die Mutter, die gleiche Rente herauskommen, als wenn er oder sie im selben Umfang weitergearbeitet hätte. Dies ist nicht nur, aber natürlich besonders im Fall einer Scheidung wichtig, da sonst vielen alleinerziehenden Müttern die Altersarmut droht.

„Gesellschaftliche Widersprüche in der Organisation des Familienalltags lassen sich nur schrittweise und bedingt auflösen.“

Susanne Clement, Paar- und Familientherapeutin

Praxis für Hochbegabung und Hochleistungspotenzial



Interessiert an ...

- Berufspotenzial?**
- Intelligenztests?**
- Lernmethoden Coaching?**

Dipl.-Psych. Iris C. Müller · Bebelstr. 36 · 70193 Stuttgart · Tel. 0711/94549876
www.hochbegabung-stuttgart.de

THOMAS ZECHMEISTER

STEUERBERATER

STETTENER HAUPTSTRASSE 66
 70771 LEINFELDEN-ECHTERDINGEN

Telefon 07 11 / 24 83 80 - 330
 Fax 07 11 / 24 83 80 - 333
 E-Mail info@stb-zechmeister.de

URSULA RÖDER

RECHTSANWÄLTIN
 Fachanwältin für Familienrecht
 - **speziell für Frauen - binationale Ehen**
 KATHARINENPLATZ 3, 70182 STUTTGART
 TEL. 0711/23 25 53
 E-MAIL: U.ROEDER@ANWAELTEROEDER.DE
WWW.ANWAELTEROEDER.DE



STUTTGART

Hirschstraße 26 / 0711 - 22 939 940

GERLINGEN

Hauptstraße 17 / 07156 - 17 73 678

FILDERSTADT

Sielminger Hauptstraße 36 / 07158 - 95 60 990

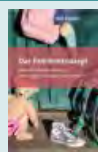
Kinderzahnheilkunde



BUCHTIPPS UND MEHR

Facebook-Gruppe: Familienarbeit halbe/halbe

Friederike von Tiedemann:
Das Geheimnis dauerhaften Glücks,
 Kreuz Verlag 2011, 200 Seiten, als eBook beim Verlag erhältlich oder die Buchausgabe direkt bei der Autorin unter www.vontiedemann.de



Eva Kessler: Das Familienkonzept: Praktisches Handwerkszeug zur Verteilung der Aufgaben in der Familie, Kessler 2016



Stefanie Lohaus und Tobias Schulz: Papa kann auch stillen, Goldmann 2015

Neue Chance am Arbeitsmarkt

Der Weg ins Berufsleben für An- und Ungelernte

von Kia Korsten

Ohne Berufsabschluss hat man kaum Chancen, am Arbeitsmarkt eine gut bezahlte, unbefristete Stelle zu ergattern. Dieses Problem möchte das gemeinnützige Sozialunternehmen Neue Arbeit mit dem Angebot „Stufenweise Qualifizierung“ lösen.

Krankheit, Benachteiligung, persönliche Probleme – die Liste an Gründen, warum man keinen Berufsabschluss erworben hat, ist lang. So erging es auch Michaela Maier, die ihre Ausbildung als Konditorin aufgrund einer schweren Mehlallergie abbrechen musste. Es folgen Jobs im Einzelhandel und ihr Sohn wird geboren. Die Partnerschaft zerbricht jedoch und Michaela lebt zusammen mit ihrem Kind als Alleinerziehende von Hartz IV. Denn ohne beruflichen Abschluss kommen nur wenige Anstellungen in Frage. Diese sind oftmals schlecht bezahlt, liegen zu ungünstigen Zeiten oder sind zeitlich beschränkt. Wer jedoch wie Michaela Kinder zu versorgen hat oder anderweitig gebunden ist, ist auf flexible Arbeitszeiten und ein festes Einkommen angewiesen.



Mangelnde berufliche Perspektiven können sehr belastend sein.

Ausbildung nachholen auch in Teilzeit

Genau in diese Lücke zielt das Angebot des gemeinnützigen Sozialunternehmens Neue Arbeit in Stuttgart, das zur eva-Gruppe gehört. Es bietet allen im Alter ab 25 Jahren, die keine Berufsausbildung gemacht haben, die Möglichkeit, diese im Großraum Stuttgart, Esslingen und Ludwigsburg in ausgewählten Berufsfeldern nachzuholen. Dabei erfolgt die Qualifizierung in mehreren Stufen und jede Stufe wird mit einem zertifizierten Abschluss beendet. Zudem werden bei jedem Teilnehmer die

individuellen Möglichkeiten und auch das Umfeld berücksichtigt, um so die optimalen Ausbildungs- und Rahmenbedingungen zu finden. Alleinerziehende nutzen beispielsweise oft das Angebot von Ausbildungen in Teilzeit, um so genügend Zeit für die Kinderbetreuung zu haben.

Die praktische Ausbildung erfolgt in den internen Betrieben der Neuen Arbeit, die theoretischen Inhalte werden in kleinen Klassen mit rund zehn bis 15 Teilnehmer von Fachkräften unterrichtet. Dabei legt man Wert darauf, dass jeder seinen Fähigkeiten entsprechend lernen kann. „Das ist

eine Chance für alle, die bisher nur negative Erfahrungen mit dem Lernen gemacht haben. Bei uns erfahren sie in Workshops die notwendigen Grundlagen, um beispielsweise ihren Alltag zu organisieren und eben das Lernen zu lernen“, erklärt Kathrin Moschettieri-Grötsch, Mitglied der Geschäftsleitung. Zudem kann auch eine interne Sprachförderung geboten werden, sodass sich auch Interessierte mit einem Sprachniveau von A2 oder B1 informieren können.

Michaela findet mit inzwischen 31 Jahren den Weg ins Ausbildungsprogramm für Alleinerziehende in Teilzeit. Heute steht sie auf der ersten Qualifizierungsstufe zur Maschinen- und Anlagenführerin und strebt den Abschluss zur Industriemechanikerin an. Mit dieser Ausbildung hat Michaela den Grundstein für eine gute berufliche Zukunft gelegt. Es bleibt zu hoffen, dass viele andere Alleinerziehende, die in einer ähnlichen Situation stecken wie Michaela, ebenfalls von dieser Chance profitieren können.

Stufenweise Qualifizierung bei der Neuen Arbeit unter: www.neuearbeit.de
Alle zwei Wochen finden Informationsveranstaltungen rund um das Angebot der Stufenweisen Qualifizierung statt. Termine und Anmeldung unter Tel. 52088111 oder Mail an Frau Lason, slason@neuearbeit.de

Home-Office ist out

Coworking schafft Netzwerke

(cr) - Immer mehr Freiberufler, denen die Decke im Home-Office auf den Kopf fällt, treffen in Coworking-Spaces auf Gleichgesinnte, mit denen sie eine Bürogemeinschaft der besonderen Art führen.

Die ursprünglich aus den USA stammenden Coworking-Spaces erfreuen sich auch in deutschen Großstädten immer größerer Beliebtheit. An den Arbeitsplätzen solcher Bürogemeinschaften, die flexibel gemietet werden können, arbeiten Selbstständige, Freiberufler, Kreative, Wissensarbeiter und Unternehmensgründer in meist größeren, verhältnismäßig offenen Räumen unabhängig voneinander in unterschiedlichen Firmen und Projekten. Sie können neben einem Arbeitsplatz mit Internetzugang beispielsweise auch Geräte wie Scanner, Drucker, Kopierer nutzen und die Adresse als Postadresse angeben.

Darüber hinaus haben sie die Möglichkeit, von anderen Coworkern neue Impulse zu bekommen, Netzwerke zu bilden und sogar gemeinsame Projekte umzusetzen.

Gerade für junge Mütter ist ein solcher Rahmen eine gute Möglichkeit, eine selbstständige Beschäftigung anzufangen, ohne eigene Büroräume anzumieten. Darüber hinaus bekommen sie hier Kontakt



Wirtschaftsmediatorin Susanne Janthur und Irina Deger, junge Mutter und Mitarbeiterin von WORK-IN.SHOP, planen einen Workshop in den Räumen des CoWorking Büros in Esslingens Altstadt.

zu anderen Berufstätigen und können sich in einer Gemeinschaft jenseits der Familie einbringen.

Infos unter: coworkingguide.de/coworking-stuttgart
In Esslingen: www.work-in.shop

Nachhaltige Bank

GLS Bank als Pionier sozialökologischer Banken

(rs) - In Zeiten der Schülerbewegung „Fridays for future“ wird in Familien auch immer mehr diskutiert, was man selbst zum Schutz des Klimas und für eine bessere Welt machen kann. Das Finanzthema steht hier oft hinter anderen zurück. Dabei gibt es auch Banken, die schon lange auf Nachhaltigkeit Wert legen.

Bereits 1974 wurde die GLS Bank als erste sozial-ökologische Bank der Welt gegründet. Ziel der Gründung war es, eine positive Gesellschaftsentwicklung zu fördern, weshalb dies auch ins Leitbild der Bank geschrieben wurde.

Das Nachhaltigkeitsverständnis hat die GLS Bank in ihren Anlage- und Finanzierungsgrundsätzen festgehalten. Diese sind Entscheidungsgrundlage für das gesamte Investitions-, Anlage- und Kreditgeschäft. Der Kriterienkatalog umfasst strenge Ausschlusskriterien ebenso wie Positivkriterien. Die ganzheitliche Betrachtungsweise steht unter dem Motto „Sinn steht vor Gewinn“.

Nachhaltige Geldanlagen

Neben dem Leitbild der GLS Bank gibt es für die Investmentfondsangebote zusätzliche Kriterien, weshalb jede Anlagemöglichkeit vorab einen mehrstufigen

Prüfprozess durchläuft, bevor sie angeboten wird. Wenn ein Unternehmen im Fonds durch seine Aktivitäten gegen die Anlage- und Finanzierungsgrundsätze verstößt, ist die letzte Konsequenz die Entfernung aus dem GLS Anlageuniversum.

Platz 1 beim Fair Finance Guide

Eine nachhaltige Finanzpolitik bestätigt auch der Fair Finance Guide Deutschland. Dieser ist Teil der Initiative Fair Finance Guide International, einer Koalition von Organisationen in mittlerweile zehn Ländern, die eine Bewertungsmethodik für die Kredit- und Anlagepolitik von Banken entwickelt hat. Das Ranking wird jährlich aktualisiert und bereits zum vierten Mal nacheinander führt die GLS Bank dieses an. Laut Fair Finance Guide arbeiten nur vier Banken nicht mit problematischen Unternehmen zusammen: Neben der GLS sind dies die Ethik Bank, die Triodos Bank sowie die KD Bank.

Über die unterschiedlichen Möglichkeiten der nachhaltigen Geldanlage kann man sich entweder auf der Internetseite der Bank oder auch direkt vor Ort bei der Stuttgarter Filiale am Eugensplatz informieren.

Mehr Infos unter www.fairfinanceguide.de, www.gls-fonds.de

Mutterschaftsgeld, Elterngeld & Co.

Tipps für junge Familien



von Tina Bähring

Die Geburt eines Kindes ist immer auch eine finanzielle Herausforderung. Gut zu wissen, dass vor und nach der Geburt verschiedene staatliche Leistungen beantragt werden können. Darüber haben wir uns mit Stephan Groß, Finanzberater aus Stuttgart, unterhalten, der Kurse zum Thema „Elterngeld, Kindergeld & Co“ unter anderem auch im EkiZ Stuttgart-West anbietet.

Herr Groß, welche finanziellen Themen sind für werdende Eltern wichtig? Und worauf muss man achten?

Die wichtigsten zu beachtenden Themen sind Mutterschaftsgeld, Elternzeit und Elterngeld. Diese müssen richtig aufeinander abgestimmt sein, sonst fehlen schon mal circa 20.000 Euro in der Haushaltskasse.

Was kommt als erstes auf die Eltern zu?

Die erste Förderung ist das Mutterschaftsgeld. Es wird von der gesetzlichen Krankenkasse während der Mutterschutzfrist gezahlt. Diese reicht i.d.R. von sechs Wochen vor bis acht Wochen nach Geburt. Voraussetzung hierfür ist, dass zu Beginn des Mutterschutzes ein Arbeitsvertrag mit Arbeitsentgelt besteht. Reine Minijobber gehen leider leer aus. Wichtiger noch ist aber die verpflichtende Lohnfortzahlung des Arbeitgebers während dieser Zeit. Läuft der Arbeitsvertrag vor Beginn des Mutterschutzes aus, so sollte der Arbeitgeber unbedingt um eine Vertragsverlängerung gebeten werden. Sonst fehlt für sechs plus acht Wochen die volle Lohnfortzahlung.

Dann kommt die Elternzeit. Wieviel Elternzeit können Eltern beanspruchen?

Die Elternzeit ist die arbeitsrechtliche Freistellung vom Beschäftigungsverhältnis – ein Elternteil geht nicht arbeiten und erhält dafür auch keinen Lohn mehr. Der Arbeitsvertrag bleibt aber unverändert bestehen. Jedes Elternteil hat Anspruch auf bis zu 3 Jahre Elternzeit.

Die Elternzeit ist Voraussetzung für das Elterngeld?

Genau genommen ist sie das tatsächlich nicht, sondern nur der Wegfall von Arbeitseinkommen. Bei beendeten Arbeitsverhältnissen oder als Selbstständiger kann mangels Arbeitgeber keine Elternzeit mitgeteilt werden. Diese Personen können aber sehr wohl Elterngeld erhalten.

Was genau ist also dann Elterngeld?

Elterngeld ist eine Entgeltersatzleistung, die wegfallendes Arbeitsentgelt zu 65 Prozent ersetzt, bis maximal 1.800 Euro pro Monat erreicht sind. Eine Mutter hat bis zu zwölf Monate und der Partner zwei zusätzliche Monate Anspruch auf Elterngeld. Es gibt drei Arten von Elterngeld. Basiselterngeld wird zwölf Monate lang in voller Höhe ausgezahlt. Elterngeld-Plus wird in halber Höhe bei verdoppeltem Bezugszeitraum ausgezahlt. Es gibt also dieselbe Summe an Elterngeld, die aber über einen längeren Zeitraum ausgezahlt wird. Die Partnerschaftsbonusmonate sind für beide Partner je vier zusätzliche Monate Elterngeld-Plus, während derer aber beide Partner jeweils zwischen 25 und 30 Wochenstunden arbeiten müssen.

Welche Art Elterngeld eignet sich für wen am besten?

Das hängt von vielen Faktoren ab, unter anderem sogar von der Krankenversicherung und ob man ledig oder verheiratet ist. Die falsche Wahl Elterngeld kann viele tausend Euro Unterschied machen. Je nach Lebenssituation kann die Wahl schon recht kompliziert werden und es ist schade um nicht genutzte Förderungen. Der Vortrag, den ich zum Thema Elterngeld im EkiZ in Stuttgart und auch an den Kliniken Ostfildern, Esslingen und Bietigheim anbiete, gibt einen leicht verständlichen Überblick über alles Wichtige an einem Abend.

Der nächste Vortrag von Stephan Groß „Elterngeld, Kindergeld & Co.: Elterngeld und Elterngeld-Plus. Elternzeit und Kindergeld. Mutterschaftsgeld - alles verständlich erklärt.“ findet am 13. Februar um 19 Uhr im EkiZ statt. Eltern-Kind Zentrum, Ludwigstr. 41, S-West. Weitere Infos unter: www.elterngeldinfo.de

Auf der Suche nach einem flexiblen Arbeitsplatz aber keine Lust auf überfüllte Cafés?



RAUM FÜR IDEEN, MITTEN IN ESSLINGEN.

WORK-IN.SHOP
NIMM DIR DEN FREIRAUM.

Küferstraße 8, 73728 Esslingen
www.work-in.shop



Meller+ Praxis Schlauzahn

Herz+ Praxis Schlauzahn

Wir nehmen die Sorgen und Ängste unserer Patienten ernst. Verständnis und Einfühlungsvermögen sind uns hierbei besonders wichtig. Angstpatienten bieten wir deshalb auch eine Behandlung unter Sedierung oder Narkose an.

Fragen Sie uns nach Ihren Vorteilen!

Bahnhofstraße 54
71332 Waiblingen

Tel. 07151 / 98 27 400
info@praxis-schlauzahn.de

www.praxis-schlauzahn.de



**DIE FINANZWENDE
BRAUCHT DEINEN
KONTOWECHSEL**

Als erste Bank Deutschlands setzen wir uns für eine umfassende Finanzreform ein. Zeige auch du Haltung mit dem GLS Girokonto: damit dein Geld ausschließlich sozial und ökologisch wirkt – konsequent nachhaltig und transparent.
glsbank.de

GLS Bank
das macht Sinn



Sie planen einen **Wiedereinstieg**? Sind auf **Stellensuche**? Oder wollen sich beruflich **verändern**?

Individuelle Beratung, Workshops und Projekte für Frauen zu allen beruflichen Fragestellungen.

BeFF
Berufliche Förderung von Frauen e.V.
frau und beruf
Kontaktstelle
Stuttgart - Region Stuttgart

www.beff-frauundberuf.de
info@beff-frauundberuf.de
Tel.: 0711/26 34 57-0



Einfach Englisch lernen!

- 10 Jahre Erfahrung
- in Stuttgart-West und Stuttgart-Degerloch
- Kleinkinder-Spielgruppe

Englischkurse für:

- Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Senioren

Polly Mai-Jennings • www.speak-stuttgart.de
Fon: 0711 8880173 • E-Mail: info@speake-stuttgart.de

Zurück in den Beruf

Programme speziell für Frauen



Austausch und Unterstützung durch Workshops

KANNST DU DIE WELT VERÄNDERN?

Berufseinstieg:

Werde Waldorflehrer*in!

Studienbeginn für Quereinsteiger:

Start 02/2020 Master zur/zum Klassenlehrer*in oder Oberstufenlehrer*in

NEU: Oberstufenmaster in Teilzeit – Start 03/2020

Nächster Studieninformationstag:

Samstag, 18.01.2020, 14–18 Uhr

Studieninfo-Hotline: 0711-210 94-32 (Mo, Mi, Fr: 8–17 Uhr; Di, Do: 8–20 Uhr) www.freie-hochschule-stuttgart.de



Stuttgart (cs) – Für Frauen, die Job und Kind unter einen Hut bringen, einen beruflichen Neuanfang wagen oder sich weiterqualifizieren möchten, gibt es interessante Programme.

Der Verein Berufliche Förderung von Frauen BeFF in Stuttgart bietet gemeinsam mit fünf weiteren Trägern das „Forum Frauen“ an. „Mit diesen Programmen unterstützen wir Frauen, die sich in der Elternzeit weiterqualifizieren möchten oder die kurzfristig eine Ausbildung oder Berufstätigkeit anstreben. Beide Programme sind kostenlos und richten sich an Stuttgarterinnen, die Leistungen vom Jobcenter erhalten“, sagt Carola Leinauer vom BeFF. Das Forum Frauen – Elternzeit und dann? ist für Frauen mit Kindern unter drei Jahren, die die Elternzeit nutzen möchten, um sich eine berufliche Perspektive aufzubauen oder sich beruflich neu zu orientieren. Sie können sich beraten lassen und Workshops zu Gründung und Selbstständigkeit, EDV-Grundlagen, Work-Life-Balance besuchen. Forum Frauen – Sprungbrett ist ein Vorbereitungsprogramm für den beruflichen (Wieder)Einstieg oder eine berufliche Umorientierung. Die Frauen erhalten Unterstützung bei der Bewerbung und Stellensuche und individuelle Begleitung bei allen Fragen rund um den Neuanfang. Das Programm beinhaltet auch ein Praktikum in Teilzeit und Unterstützung bei der Vereinbarkeit von Beruf und Familie.

Träger beider Programme sind das Jobcenter Stuttgart, Zora, Neue Arbeit, Caritas Stuttgart, Berufliche Förderung von Frauen e.V. BeFF, Sozialdienst katholischer Frauen. Ansprechpartner sind die persönlichen BeraterInnen im Jobcenter oder

die Forum Frauen Clearingstelle, Simone Nitsche, Tel. 0711-33508767, clearingstelle-forumfrauen@zora-ggmbh.de

Neustart ab 45

Das Programm Neustart für Frauen ab 45 wird auch vom BeFF angeboten. Das dreimonatige Angebot ist für Frauen mit beruflicher Erfahrung, die sich beruflich verändern wollen oder müssen. In Gruppen- und Einzelcoachings werden Themen wie persönliches Kompetenzprofil, Gesundheitsmanagement, Selbstpräsentation und Selbstmarketing vermittelt und in Round-Table-Gesprächen mit Vertretern und Vertreterinnen aus Unternehmen berufliche Chancen erörtert. Interessentinnen aus Stuttgart und den umliegenden Landkreisen können sich jederzeit bewerben. Das nächste Programm startet im Frühjahr 2020. Teilnehmerinnenbeitrag 420 Euro. Ansprechpartnerin: Berufliche Förderung von Frauen e.V. BeFF, Inge Zimmermann, Tel. 0711-263457-14, i.zimmermann@beff-frauundberuf.de

BeFF - Verein Berufliche Förderung von Frauen, „Forum Frauen“
www.beff-frauundberuf.de

Individuelle Wiedereinstiegsberatung und Schritt-für-Schritt-Beratung bietet auch die Agentur für Arbeit Stuttgart. Für erste Informationen, Tipps, Checklisten und Praxisbeispiele können interessierte Frauen schon mal online stöbern unter www.perspektive-wiedereinstieg.de,

Wiedereinstiegsberatung in der Agentur für Arbeit Stuttgart, Nordbahnhofstr. 30-34, S-Nord, 21. Januar, 9 bis 11.30 Uhr, ohne Anmeldung, www.arbeitsagentur.de/vor-ort/stuttgart/content/1533719806312

ag
12+

Kostenlose Rechtsberatung
- „NERO U21“ und „NERO“



© Nero

S-Mitte - Regelmäßig, zweimal im Monat, bieten ehrenamtliche Anwälte, unter dem Namen NERO (Netzwerk Engagierter Rechtsanwältinnen für Opferschutz) in der Jugendagentur Stuttgart eine kostenlose Beratung an, in der Kinder, Jugendliche und Erwachsene rechtliche Fragen klären können. „NERO U21“ richtet sich an Kinder und Jugendliche bis 21 Jahre, die „NERO“ Sprechstunde an alle anderen ohne Altersbeschränkung. Man kann mit allen Problemen kommen, bei Vertragsproblemen, Schlägereien, wenn man Probleme in der Familie oder Schule hat, wenn man gemobbt oder sexuell bedrängt wird, bei Drogenproblemen oder wenn man einen Gerichtstermin hat. Die Sprechstunde ist streng vertraulich und komplett kostenlos.

Jugendagentur Stuttgart, Esslinger Straße 42, S-Mitte, Tel. (auch WhatsApp) 0151-55567185, www.jugendagentur.net. Termine auch im Luftballon in der Rubrik „Sonstiges“

Theaterspiel-Clubs



© Salome Sommer

S-Mitte - Im Frühjahr gibt es im Jungen Ensemble Stuttgart (JES) neue Spielclubs. Mitmachen können alle ab zehn Jahren, Theatererfahrung ist nicht erforderlich. Gemeinsam wird ein Stück entwickelt, das mehrmals im JES aufgeführt wird. Jeder darf zweimal umsonst schnuppern.

Der Club Follow Me (10-15 Jahre) startet am 9. März, der Club Urban Gamers (16-25 Jahre) am 19. März, der Club Jes_Open 2 (14-99 Jahren) am 16. März. Anmeldungen sind bis eine Woche vor Clubstart bei Leonie Friedel (leonie.friedel@jes-stuttgart.de) möglich.

Wiederaufnahme Antigone-Tribunal im JOiN



© Staatsoper Stuttgart

S-Nord - Könnte das Drama um Antigone auch anders ausgehen, als in der klassischen Version der Tragödie? Die Junge Oper im Nord (JOiN) versucht bei der Wiederaufnahme des Stücks „Die drei Leben der Antigone“ dieser Frage nachzugehen. Dreimal wird in Slavoj Žižeks Theaterstück Die drei Leben der Antigone der

Widerstand Antigones gegen jede staatspolitische Vernunft zu einem jeweils anderen Ende geführt. Der Chor, das Volk oder die Bürger*innen kommentieren dabei nicht nur, sondern werden selbst zu Akteuren. Mit einem eigens in Stuttgart gecasteten Bürgerchor werden vor und hinter der Bühne Fragen nach dem Erhalt, der Veränderung, der Auflösung oder der Neuschaffung politischer Ordnung, die sich angesichts der unsicheren Zukunft Europas immer drängender stellen, angesprochen.

Die drei Leben der Antigone, Europäisches Musiktheater-Projekt für alle ab 16 Jahren. JOiN, Junge Oper im Nord, Löwentorstraße 68, S-Nord, Mo 6. (17 Uhr), 8., 11., 16., 17. (jewe. 19 Uhr) Januar, Tel. 20320, www.staatsoper-stuttgart.de/join/ueber-join

ap
aventerra
Reisen & Lernen

SKI- UND SNOWBOARD FREIZEIT

Skigebiet Mellau - Damüls
04.04. - 11.04.2020

Für Jugendliche
von 12 - 17 Jahre



Jetzt anmelden! > 0711 470 42 15
www.aventerra.de

FAMILIENBAN.DE
VIELE FAMILIEN-ANGEBOTE
Klicken Sie auf
„Partner des Monats“
www.familienban.de

Verbrüht?
Erste Hilfe am Kind
2x im Monat
perfectio.de
Johannesstr. 102, Stuttgart-West
Infos unter Tel. 0711/253 999 77
und im Internet www.perfectio.de

Über Musik spricht man nicht - Musik macht man!



- keine Wartezeiten
- kostenloser Probeunterricht
- alle gängigen Instrumente
- beste Betreuung durch das Music Academy^[JAS] Büro
- Vollblutmusiker als Dozenten

Heute noch informieren.



Music Academy^[JAS] Stuttgart
Kupferstr. 36, 70565 Stuttgart
www.jas-music.academy
0711-78251931

Wenn die Fantasie tanzt

IMAGINALE²⁰

INTERNATIONALES THEATERFESTIVAL

von Tina Bähring

Die IMAGINALE, das Theaterfestival für internationale Figurentheaterproduktionen, präsentiert vom 30. Januar bis 9. Februar eine handverlesene Auswahl bester Figuren- und Puppentheaterstücke. Fünf wunderbare Kinderstücke werden im FITZ! in Stuttgart gespielt.

Alle zwei Jahre darf sich das junge Publikum auf die Sahnestückchen internationaler Figuren- und Puppentheaterstücke freuen. Die IMAGINALE ist in der Stadt! „Jede unserer Imaginale-Inszenierungen ist Herzenssache, das gilt übrigens für das Erwachsenenprogramm genauso wie für die Kinderstücke“, freut sich Katja Spiess, die Theaterleiterin des FITZ!. Auf der Bühne des FITZ! werden folgende Inszenierungen gespielt:

Nocturama, für Kinder ab einem Jahr

Wer kennt sie nicht? Die geheimnisvolle Stimmung, kurz bevor man einschläft? Der Wecker wird langsamer, der Schrank schlummert, das Licht ist müde. Jetzt beginnt die abenteuerliche Traumreise durch die Dämmerung. „Nocturama gelingt ein Wunder“, beschreibt Spiess, „mit Figuren und klassischen Musikinstrumenten öffnen die Spieler einen Vertrauensraum für ganz kleine Kinder und schaffen, wohltuend und lebendig, einen tollen ersten Kontakt mit der Kunstwelt.“

Daheim in der Welt, ab vier Jahren

Herrliches Objekttheater, bei dem all die kleinen Sachen, die der Theaterspieler gefunden und geschenkt bekommen hat, auf der Suche nach einem neuen Zuhause sind. Denn ein Zuhause braucht jeder. Einen Platz, an dem man sichergehen fühlt.



Irgendwo ein Licht



Nocturama



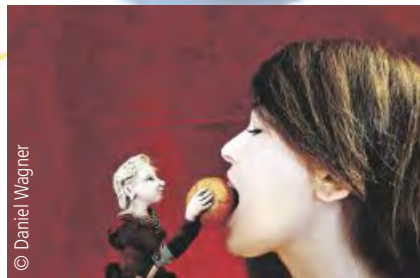
Daheim in der Welt



Stroh zu Gold



Kreise



Einmal Schneewittchen, bitte!

Stroh zu Gold – und andere Spinnereien, für Kinder ab sieben Jahren und Erwachsene

Mit außergewöhnlichen Figuren und mitreißender Live-Musik erzählt das Theater Meschugge das Märchen vom Rumpelstilzchen der Gebrüder Grimm, die Geschichte eines jungen Mädchens, das vom König im Schloss eingesperrt wird, um Stroh in Gold zu verwandeln.

Irgendwo ein Licht, für Kinder ab sechs Jahren und Erwachsene

Großartiges Marionettentheater für Herz, Seele und die Fantasie. Inspiriert von Hans Christian Andersens Märchen „Das Mädchen mit den Schwefelhölzchen“ läuft Oma Friedel durch die verschneiten Straßen ihrer Heimatstadt. „Das ‚magische‘ Bühnenbild dieses Stückes ist eine Kostbarkeit“, verrät Spiess.

Einmal Schneewittchen, bitte! Ab vier Jahren

Komödiantisches, virtuosos Puppentheater, das das Publikum mit einer Prise Magie, einem großen Schuss Freundschaft, einem vergifteten Apfel und anderen Zaubereien das Märchen von Schneewittchen erleben lässt.

Kreise, für Kinder ab zwei Jahren

Zwei Spieler, ein Stein, ein Eimer mit Sand, Puppen und Musik, das sind die Zutaten für ein außergewöhnliches Materialtheaterstück über die großen Fragen der Welt. Über den Kreis des Lebens, den Freundeskreis, den Familienkreis, den Umkreis. Welten entstehen, Geschichten beginnen, alle Sinne staunen.

IMAGINALE, das internationale Figurentheaterfestival, 3. Januar bis 9. Februar. Erwachsene 8 (ermäßigt 7) Euro, Kinder 6 (ermäßigt 5) Euro, Institutionen 4 Euro. Karten und Infos: FITZ! Zentrum für Figurentheater, Tel. 241541, www.fitz-stuttgart.de. Diese und weitere Termine finden Sie in unserem Veranstaltungskalender in der Sonderrubrik „Imaginale“.

Riesig im Meer

Ausstellung im Naturkundemuseum bietet einen Einblick in das Leben im Ozean



von Kia Korsten

Stuttgart – Das Meer ist mit seinen unendlich scheinenden Weiten nicht nur ein Sehnsuchtsort für viele Menschen, sondern vor allem ein vielseitiger Lebensraum für allerlei Tier- und Pflanzenarten. Die Ausstellung „Riesig im Meer“ im Naturkundemuseum Schloss Rosenstein möchte den Besuchern diesen komplexen Lebensraum nahebringen.

Die Erde ist etwa zu zwei Dritteln von Wasser bedeckt – das brachte ihr den Beinamen Blauer Planet ein. Viele verbindet eine tiefe Sehnsucht mit dem Meer, das Lebensraum für viele Tier- und Pflanzenarten ist. Doch Umweltverschmutzung, Überfischung und auch der Tourismus machen den Meeren schwer zu schaffen. Daher ist es wichtig, gerade Kindern so früh wie möglich das Meer als Lebensraum nahe zu bringen. Ganz ohne Luftanhalten oder Taucheroutfit schafft das die Ausstellung „Riesig im Meer“ im Naturkundemuseum im Rosensteinpark inmitten von Stuttgart.



Auch ein U-Boot gibt es in der Ausstellung zu sehen.

Ein Rundgang durch die Ausstellung

Bereits im Eingangsbereich sehen die Besucher das markante blaue Leuchten der Ausstellung, die sich auf mehrere Räume verteilt. Die Fenster, mit Blick auf den Rosensteinpark, sind mit blauer Folie beklebt. So entsteht auf Schritt und Tritt das Gefühl, sich unter Wasser zu bewegen. Los geht die Reise in den lichtdurchfluteten Teilen der Meere. Vorbei an einem U-Boot landet man im einstigen zentralen Meeressaal des Museums, der für die Ausstellung völlig neu gestaltet wurde. Das bekannte 13 Meter lange Modell des Seiwals ist weiterhin das Herzstück des Raums, umringt vom Walhai und dem Weißen Hai. Hier kann man auf Liegestühlen rasten oder sich in den Sitzsäcken lümmeln, die passenderweise aussehen wie Haie. Aus dem Augenwinkel erhascht man eine Bewegung, als ein riesiger Pottwal auf die Wand projiziert wird und langsam vorbei schwimmt. Einen Raum weiter erlebt man dann die Weiten des Kelwals, ein Unterwasserwald aus Algen. Dieser ist unter anderem das Jagdrevier des Meerotters. In diesem Raum kann man auch wunderschöne Korallen besichtigen und lernt vieles über das koordinierte Schwarmverhalten von Fischen.

In den Räumen zum Thema Tiefsee mit seinen lichtscheuen Bewohnern ist es dunkler, der riesige Tintenfisch inmitten des Raumes scheint zu schweben. Beeindruckend ist auch die Japanische Tiefseekrabbe, die hier ausgestellt ist. Zudem findet man viele weitere Exponate: Einzelteile von Kopffüßlern, die einen bemerkenswerten Blick auf die Eigenheiten dieser faszinierenden Lebewesen erlauben.

Kinder haben in der Ausstellung viel Spaß, denn sie vereint viele wissenswerte Infos über den Lebensraum Meer mit Mitmachstationen, wie etwa dem U-Boot mit Virtual-Reality-Brillen oder auch dem großen Skelett eines Wals zum Ausmessen. Besucher haben zudem die Möglichkeit, mit einem Quiz auf Papier durch die Ausstellung geführt zu werden. Die Ausstellung vermittelt ein gutes Bild von dem riesigen Lebensraum Meer in all seinen schillernden Facetten.

Große Sonderausstellung „RIESIG im Meer“ im Schloss Rosenstein, Staatliches Museum für Naturkunde Stuttgart, Rosenstein 1, S-Cannstatt, bis 14. Juni 2020, Di bis Fr, 9 bis 17 Uhr, Sa, So, feiertags, 10 bis 18 Uhr, Mo geschlossen, Erwachsene 8 Euro, Kinder bis 7. Geburtstag freier Eintritt, danach 4 Euro, www.naturkundemuseum-bw.de

Marionettentheater Stromboli
Der Räuber Hotzenplotz und die Mondrakete
LIVE
Marionettentheater Stromboli
„Der Räuber Hotzenplotz und die Mondrakete“
Ab 4 Jahren, Dauer 50 Minuten.
Tickets an der Tageskasse.
Vorstellungen unter
<https://de-de.facebook.com/Marionettentheaterstromboli/>
Tel. 0176-21982097 und 0177-8110527

ballettschule seeger
vormals Ballettschule Pleva
Ballett Jazz Yoga Hip Hop
Charlottenplatz, Esslinger Straße 40,
70182 Stuttgart, 0711 232802
www.ballettschule-seeger.de

Gemeinsam Faszination
Musik erleben.
Für Kleinkinder mit ihren Familien
Gruppenunterricht für Kinder von 3 Monaten bis 4 Jahre.
Kursbeginn: März
www.Musikschule-Eberhard.de
Telefon 8 87 64 10

25 JAHRE
FRIEDRICHSBAU
VARIÉTÉ
STUTTGART
ZIMT & ZAUBER
24.11.2019 - 09.02.2020
Knallpurgas
Reise zum Mond
WIEDER AUF DEM SPIELPLAN!
NACH DEM GROSSEN ERFOLG 2011
Das beliebte Kindervariété!
Siemensstraße 15 • Am Pragsattel • 70469 Stuttgart • 0711/225 70-70 • www.friedrichsbau.de

Fantasievolle Freundschaft

„Snuffi Hartenstein“ in der Württembergischen Landesbühne Esslingen

von Kia Korsten

Auf der Bühne stehen ein Baum und viele leere Bilderrahmen – viel mehr brauchen die beiden Darsteller Sascha Buße und Heidrun Warmuth nicht, um einem gebanntem Publikum die Geschichte rund um zwei unsichtbare Hunde zu erzählen.

Wenn man etwas sehen, hören und anfassen kann, dann muss es das doch wirklich geben, oder? Diese zutiefst philosophische Frage treibt zwei imaginäre Freunde um, den Hund Snuffi Hartenstein und Mops Mucki. Die beiden treffen im trostlosen Nirgendwo aufeinander, nachdem ihre Menschen sie nicht mehr brauchen. Denn die beiden Jungs Niko und Ole sind Freunde geworden und konnten sich so frohen Herzens von ihren unsichtbaren Hunden verabschieden.

Nicht ganz so froh sind dagegen Snuffi und Mucki. Die beiden fühlen sich sauer, pampig und wütend. Als sie



© Björn Klein

Niko und Ole brauchen Snuffi Hartenstein und Mops Mucki nicht mehr.

aufeinandertreffen, erzählen sie sich ihre Geschichte und eines wird ihnen dabei klar: Die Macht der Vorstellung. Diese hilft ihnen, das Nirgendwo mit Blumen, Gras und natürlich Essen zu füllen. Doch gegen eines hilft die Kraft der Fantasie nicht, gegen das Vermissen. So versuchen die beiden Hunde, zurück zu Niko und Ole zu gelangen. Ob und wie es die beiden schaffen, was das mit einem Zwerg zu tun hat und wie kreativ man einen Bilderrahmen verwenden kann, erfährt man ab sofort in der WLB.

„Snuffi Hartenstein“ ist ein Buch des bekannten Autors Paul Maar, der bei der Premiere der Bühnenfassung von Marco Süß für Kinder ab sechs Jahren anwesend war. „Zwei liebenswerte Hunde in einer schlüssigen Inszenierung“, äußerte sich der Autor im Anschluss.

Snuffi Hartenstein, ab 6 Jahren, nächste Vorstellung 29. Dezember, Erwachsene 10 Euro, Kinder 5 Euro, Württembergische Landesbühne, Strohhstr. 1, Esslingen, Tel. 3512 3044, www.wlb-esslingen.de

Vorschulfernsehserie auf der Bühne

„PAW Patrol“ im März in der Schleyerhalle

Stuttgart (rs) - Die Vorschulkinder- serie „PAW Patrol“ kommt unter dem Titel „PAW Patrol Live! - Das große Rennen“ am 21. März als bunte Live- Show nach Stuttgart.

Die Animationsserie wurde für Vorschulkinder entwickelt und wird seit 2016 ausgestrahlt. Angeführt von ihrem Freund und Lehrer Ryder, bewältigen die mutigen Hundewelpen Chase, Marshall, Rocky, Tracker, Skye, Rubble, Zuma und Everest darin als PAW Patrol gemeinsam die verschiedensten Aufgaben zum Wohle der Sicherheit der Bewohner der „Abenteuerbuch“.

Jetzt kommt die TV-Serie erstmalig auch auf die Bühne: In dem actiongeladenen Abenteuer voller Musik und jeder Menge Spaß. Am Tag des großen Rennens, das alljährlich zwischen der Abenteuerbuch und der Nachbarstadt stattfindet, wird ausgerechnet Abenteuerbuchs Bürgermeisterin Guthertz vermisst – ein klarer Fall für die PAW Patrol. Sofort machen sich die niedlichen Rettungshunde auf die Suche, um das Rätsel des Verschwindens der Bürgermeisterin mit Hilfe des Publikums zu lösen.

Mit Elementen des Bunraku-Theaters

Mit Hilfe einer innovativen Kostümtechnik, die an die Tradition des japanischen Bunraku-Puppenspiels anknüpft, werden



© VStar Entertainment Group

Lehrer Ryder mit seiner „Paw Patrol“

die vierbeinigen Helden bei PAW Patrol Live! „Das große Rennen“ samt ihrer Fahrzeuge und Ausrüstung zum Leben erweckt.

„Durch die Verbindung von Elementen des Bunraku-Theaters mit Kostümen, die von Schauspielern getragen werden, werden nicht nur die PAW Patrol-Welpen lebendig, sondern auch eine starke Verbindung zum Publikum aufgebaut. Das PAW Patrol Live!-Ensemble spielt, singt und tanzt und bringt so eine großartige Live-Version der Animationsserie auf die Bühne“,

sagt Jim Waters, Produzent der VStar Entertainment Group.

Die rund einstündige Aufführung, die von einer Pause in zwei Akte unterteilt wird, bietet mitreißende Musik und eine ebenso abwechslungs- wie lehrreiche Geschichte, die Kinder auf gelungene Art und Weise an das Theater heranführt. Ein klassisches Bühnenbild, kombiniert mit einer High-Tech-Videowand, lässt kleine und große Besucher direkt in die PAW Patrol-Welt eintauchen und nimmt sie mit zu den verschiedenen Schauplätzen der TV-Serie.

Ein spezielles Video-System ermöglicht es dem Publikum zudem, interaktiv an dem Geschehen teilzunehmen, gemeinsam mit den Welpen Spuren zu verfolgen, Rätsel zu lösen und vieles mehr.

Paw Patrol - live! Das große Rennen, ab 2 Jahren, Samstag, 21. März, 11:00, 14:00 und 17:00 Uhr, Hanns-Martin-Schleyer- Halle, Mercedesstr. 69, S-Cannstatt, Tickets: Erw. 36 - 53 Euro, Kinder bis 12 J. 33 - 48 Euro, Tickets unter www.pawpatrollive.de



Am 9. Januar um 20 Uhr

Ein Feuerwerk aus Eistanz und atemberaubender Zirkusartistik verspricht die neue Produktion des Russian Circus On Ice. Mit der eindrucksvoll inszenierten neuen Show „**Schneewittchen on Ice**“ in der Stadthalle Leonberg, nimmt er das Publikum mit auf eine zauberhafte Reise in eine magische Märchenwelt. Spektakuläres Lichtdesign und 3D-Projektionen schaffen einen großartigen Rahmen für den Moment, wenn die Tiere und Bäume und auch die sieben Zwerge vor einem aufwändigen Bühnenbild in wunderschönen Kostümen auf glitzernden Kufen tanzen.

www.leonberg.de

ab 6 Jahre
Eistanz / Leonberg

Kultur Splitter

von Christiane Götz



Am 26. Januar um 15 Uhr

Seit 25 Jahren stehen Sie nun gemeinsam auf der Bühne: Christof und Vladi Altmann. Das muss gefeiert werden. Im Theaterhaus Stuttgart treten die Altmanns anlässlich ihres Jubiläums mit dem Liedertheater „**Eine Reise um die Welt**“ auf und werden dort von den Musikern von Berta Epple begleitet. Auf musikalischer Weltreise fliegen sie mit einem geheimnisvollen Reise-schirm von Ort zu Ort, bereisen ferne Länder wie Afrika, Indien, Russland und China und begegnen dort verliebten Löwen, tanzenden Elefanten, dem starken Iwan Niemals-Angst und einer reiselustigen Pinguindame.

www.theaterhaus.com

ab 3 Jahre
Liedertheater / S-Nord



Am 10. Januar um 16.30 Uhr

„**herrH ist da!**“ herrH alias Simon Horn hat mit seiner Musik in vielen Familien einen festen Platz. Er ist „in“, er ist „cool“ und mit seinem modernen Stil ist er am Puls der Zeit. Ob Elektro, Pop, Rock, Funk oder HipHop, gekonnt mischt er im clubCANN alles, was in die Beine geht. Er ist ein Kinderheld aus Berufung oder besser gesagt, ein Familiensoundtrack auf zwei Beinen. Jeder Auftritt von herrnH ist ein einmaliges KinderMitmachKonzert für die ganze Familie, eine Riesenparty mit Kuschtier-Stagedive, Autogrammen, Selfies und einem High 5.

Wir verlosen 3x2 Freikarten.

Wer zwei Karten gewinnen möchte, schickt unter dem Stichwort „herrH“ eine Mail an: verlosung@elternzeitung-luftballon.de oder eine Postkarte an Elternzeitung Luftballon, Nadlerstr. 12, 70173 Stuttgart. Einsendeschluss ist der 2. Januar 2020

www.musiccircus.de

ab 3 Jahre
Konzert / S-Bad Cannstatt



Am 26. Januar um 15 Uhr

Die kleine Eule lebt in einem Wald am Rande der Stadt. Geweckt von einer wunderschönen Melodie macht sie sich auf eine zauberhafte Reise und taucht dank vieler aufschlussreicher Begegnungen in zahlreiche Genre-Welten ein. So lernt Sie den Rock-Maulwurf, die Pop-Fliege, die Punk-Katze, die Hip-Hop-Ratte und noch viele andere kennen. Jedes Tier hat seinen eigenen Beat. In der Inszenierung „**Eule findet den Beat**“ von Cristiana Garba und Christina Raak dürfen die kleinen Zuschauer gerne mittanzen und mitrocken, denn dieses Kinder-Theater-Konzert im Scala in Ludwigsburg bewegt und hält das Publikum nicht auf dem Stuhl.

www.scala-ludwigsburg.de

ab 4 Jahre
Konzert / Ludwigsburg



Am 26. Januar um 10.30 Uhr

Verschiedene Ensembles des SWR Symphonieorchesters verwandeln die Staatsgalerie Stuttgart in ein **klingendes Museum**. Hier finden unterschiedliche Familienkonzerte statt, in welchen Geschichten von Klängen und Farben, Instrumenten und Objekten, Komponisten und Malern entdeckt und erlebt werden können. Im Anschluss an das jeweilige Konzert kann an einer interaktiven Führung durch die Sammlung der Staatsgalerie teilgenommen werden. Im Januar bringt „**Das Experiment**“ den Komponistenrebeln Ludwig van Beethoven mit Malerrebellen aus drei Jahrhunderten zusammen. Konzertkarten können über die Staatsgalerie erworben werden.

www.staatsgalerie.de

ab 5 Jahre
Konzert / S-Mitte



Highlights der Stuttgarter Kinderfilmtage 2020



- > Tricks for Kids 23. und 24.1.2020
- > Familienmediatag 26.1.2020
- > Preisverleihung mit der Kinderjury 26.1.2020
- > Super Filme mit Gästen
- > Aktiv werden – Medien selber machen
- > Lichtspiel-Traumtheater 26.1.2020, 15.00 Uhr

Spielorte

- > vhs stuttgart im TREFFPUNKT Rotebühlplatz
- > Innenstadtkinos, Metropol

www.stuttgarter-kinderfilmtage.de



Tanzen mit Herz. Ballettschule Stuttgart

- Für Kinder ab 6 Jahren, Jugendliche und Erwachsene. Anfänger und Fortgeschrittene.
- Tanzen mit Christian Fallanga, Solist des Stuttgarter Balletts von 1972 bis 1996.
- Wir freuen uns auf Sie!
- www.ballettschule-stuttgart.com

Riekrstr. 24 - 70190 Stuttgart
Tel. 0711-2539189

Du bist gut, so wie du bist!

Pipi Spucke, LAMA!

Eine liebevolle Bilderbuchgeschichte über Vorurteile und eine ganz besondere Freundschaft für kleine Lama-Fans ab 3 Jahren

32 Seiten - € 13,00 - ISBN 978-3-480-23502-5

www.esslinger-verlag.de

Kinderfilme aus aller Welt

Stuttgarter Kinderfilmtage vom 21. bis 26 Januar in Stuttgart

von Borjana Zamani

„Zukunft wohin?“ lautet dieses Jahr das Thema des Film-Festivals. Es zeigt vom 21. bis 26. Januar herausragende Filme aus aller Welt für Kinder und Jugendliche.

Die Leiterin des Festivals, Iris Loos vom vhs Treffpunkt Kinder, hat gemeinsam mit den Kooperationspartnern Evangelisches Medienhaus und Stadtmedienzentrum unzählige Filme gesichtet, um ein hochwertiges Programm für das Festival herauszusuchen. Loos freut sich über das Ergebnis: „Wir zeigen hervorragende geprüfte Produktionen, sie kommen unter anderem aus China, Brasilien, Kanada, Deutschland, Italien, Frankreich, Polen, den Niederlanden, Australien und bringen uns die Welt von Kindern aus diesen Ländern nahe, wir können ihre Lebenswelt besser verstehen, mitfeiern und mitlachen.“

Es gibt einen Wettbewerb mit Stuttgarter Premieren, die sich der ausgewählten Kinderjury stellen. „Zukunft wohin?“ ist ein weiterer thematischer Schwerpunkt des Festivals. Was kann man für eine bessere Welt tun? Welche positiven Beispiele gibt es? Alle Filme stehen auch als Kunstwerke für sich und es lohne sich, sie anzuschauen, sagt Loos.

Rahmenprogramm

Vor jedem Film findet eine kleine Einführung zum Thema, Herkunftsland oder zur Machart des Filmes statt. „Wir haben tolle Referenten und Referentinnen, die nach dem Film mit den Kindern ins Gespräch kommen und ihnen so einen Rahmen für ihre Ideen und Austausch bieten“, erklärt Loos. Sie verrät ihre persönlichen Highlights. Der Eröffnungsfilm – „Meine wunderbar seltsame Woche mit Tess!“. „Diese Produktion wird bestimmt vom Stuttgarter Kinderpublikum begeistert aufgenommen“, schwärmt Loos. Der Film sei eine Komödie und erzähle relevante Themen von Kindern, nimmt diese ernst und sei trotzdem mit Leichtigkeit zu genießen.

Auch der Film „2040 - Wir retten die Welt“ gehört zu Loos' Favoriten. Er greife ökologische Themen auf, aber er biete auch Lösungen, in dem er kleine Projekte in der Welt beschreibe und Visionen zeige, wie das Jahr 2040 dadurch aussehen könnte. Die Hauptfigur in einem anderen Film, „Rocca verändert die Welt“, sei eine moderne Pipi Langstumpf, begeistert sich Loos. Ein pffifiges Mädchen, das mit feinem Blick beobachtet, warum und was in der Schule oder auf der Straße passiert, zum Beispiel Mobbing. Sie denkt mit, sie benennt alles, sie stellt alles auf den Kopf und entwickelt Ideen für eine bessere Welt. Ein für das Festival bisher ungewöhnliches Ereignis wird eine Live-Produktion: „Das kleine Licht bin ich“. Diese verbindet Elemente aus Theater, Tanz und Licht und ist vor der Preisverleihung zu sehen.



Filmszenen aus „Meine wunderbar seltsame Woche mit Tess!“, „2040 - Wir retten die Welt“ und „Rocca verändert die Welt“ (von oben nach unten).

Wie jedes Jahr findet auch der „Medienpädagogische Fachtag“ statt, mit dem Thema „Natürlich nachhaltig! Medien machen's möglich? Er soll Antworten auf die Fragen geben - Wie können sich Medien positiv auf nachhaltiges Handeln auswirken? Wie können wir Verantwortung für unser digitales Handeln übernehmen? In Workshops können best-practice-Beispiele ausprobiert werden.

Stuttgarter Kinderfilmtage, für Kinder von 4 bis 14 Jahren, 21. bis 26. Januar, in der vhs Stuttgart, Rotebühlplatz 28, S-Mitte und im Innenstadtkino „Metropol“, Filme: Eintritt frei, begrenzte Zuschauerzahl, Reservierung unter Tel. 1873881, kinderfilmtage@vhs-stuttgart.de, Infos unter www.stuttgarter-kinderfilmtage.de.

Kino befreit den Kopf!

33. Stuttgarter Filmwinter im Tagblattturm

Stuttgart (cs) - Der Stuttgarter Filmwinter, der vom 16. bis 19. Januar in Stuttgart stattfindet, ist seit über 30 Jahren ein Festival für Film- und Medienkunst und zählt international zu den renommiertesten Ereignissen für Medienkunst.

Filme sind längst mehr als nur bewegte Bilder. „Das Festival bietet ein experimentierfreudiges Programm für Jung und Alt und jedes Jahr ist ein Familienerlebnis garantiert“, erzählt Festivalleiterin Giovanna Thiery. „Wir möchten zeigen, dass die Film- und Medienwelt ein wunderbarer Ort für Kreativität und das Erlebnis von kleinen Utopien ist. Das befreit den Kopf!“

Kurzfilmprogramm und Augmented Reality

„Licht aus, Film ab!“ ist eine dreiviertelstündige Reise durch die Schatzkiste der Kurzfilme. Sobald der Projektor angeschaltet wird, entstehen wie von Zauberhand aus Licht bewegte Bilder. Wie das funktioniert, lernen Kinder ab vier Jahren am Samstag, 18. Januar, 16 Uhr, im FITZ! Cinema.

Die Festivalmacher haben auch dieses Jahr heiße Tipps bekommen, wo die besten Kurzfilme zu finden sind. Das Programm läuft bei „Ernte 2020“ am Sonntag, 19. Januar, 14 Uhr bis 15.15 Uhr im FITZ! Cinema, empfohlen ab 6 Jahren.

Beim „Augmented Reality-Kunst-Workshop“ fliegen die Teilnehmer durch die Dimensionen von Raum und Zeit und lernen Leonardo da Vinci, Pablo Picasso und Alexander Calder kennen. Das Smartphone ist dabei ein neues Werkzeug, der Bleistift des 21. Jahrhunderts. Zuerst wird ein Flugobjekt entworfen, danach aus Draht gebogen. Im zweiten Schritt wird das reale Objekt auf dem Smartphone nachgezeichnet. So entsteht neben einem realen Objekt auch eines im virtuellen Raum. Samstag, 18. Januar, von 14 Uhr bis 18 Uhr, im



© Demian Bern

FITZ! Studio, Treffpunkt Kasse, für Kinder von zehn bis 14 Jahren.

Eine einstündige spezielle Familienführung mit der Kunstexperten Sara Dahme durch die Expanded Media Ausstellung bietet einen Einblick in die Welt der Medienkunst. Sonntag, 20. Januar, Beginn 15.45 Uhr, Treffpunkt: Eingang Kunstbezirk

33. Stuttgarter Filmwinter – Festival for Expanded Media, vom 16. bis 19. Januar, Festivalzentrum: FITZ! Zentrum für Figurentheater und Theatertribühne, Tagblatt-Turm-Areal „Unterm Turm“, Eberhardstraße 61B, S-Mitte, Tickets unter karten@wand5.de oder Tel. 9933980, Kurzfilmprogramme bis 18 Jahre 3 Euro, ab 18 Jahre, 5 Euro, Workshops 10 Euro, Führung Ausstellung Expanded Media, kostenfrei, www.filmwinter.de

Unten ist es „furfzfinster“

„Die Heinzels - Rückkehr der Heinzelmännchen“ ab 30. Januar im Kino

(rs) - Die Heinzelmännchen sind wieder da! Viele Jahre gut versteckt unter der Erde, tauchen die fleißigen Helferlein nun wieder auf, um mit ihrem Einfallsreichtum, handwerklichem Talent, Witz und viel Zipfelmützen-Power die Herzen der kleinen und großen Kinobesucher zu erobern.

Heinzelmädchen Helvi hat es satt! Seit mehr als 250 Jahren verstecken sich die Heinzelmännchen nun schon tief unten in der „furfzfinsternen“ Erde vor der Menschenwelt. Während die anderen Heinzels auf der Jagd nach der größten Zipfelmütze fleißig ihrem Handwerk nahefeiern, stürzt die quirlige Helvi mit ihrem überbordenden Tatendrang von einem Missgeschick ins nächste. Heimlich schleicht sie sich mit den Heinzeljungen Butz und Kipp ans Tageslicht und stößt direkt auf den stinkstiefeligen Bäcker Theo. Der hat tatsächlich wenig zu lachen, ruiniert ihm sein geldgieriger Bruder Bruno fast das Geschäft. Für Helvi ist klar:



© Tobis film

Butz, Helvi und Kipp starten die Pupsrakete

Ihr neuer Freund braucht Hilfe. Und wer wäre dafür besser geeignet als die Heinzelmännchen?

Die Heinzels - Rückkehr der Heinzelmännchen, D 2020, Filmstart, 30. Januar, im Verleih von Tobis, FSK 0, Länge 75 Minuten



Erlebnisurlaub in den Schweizer Bergen

Inmitten unberührter Natur tanken Familien Kraft und lernen Schweizer Gemütlichkeit und Traditionen kennen. Ihre Vorteile mit Reka:

- Erschwingliche Preise
- Zwölf Feriendörfer mit Themenausrichtungen wie Hexenzauber
- Zahlreiche Freizeitangebote
- Kostenlose Kinderbetreuung
- Kinder erleben Abenteuer, Eltern finden Auszeiten für sich
- Erreichbar mit den öffentlichen Verkehrsmitteln



Mit Reka liegt mehr drin.



Wallis Blatten-Belalp ab EUR 764,- pro Woche*

Reka-Feriendorf Blatten-Belalp

Preisbeispiel 2½-Zimmerwohnung mit 4 Betten. Angebot gültig vom 02.05.–20.06.2020. Jetzt buchen auf reka.ch

* Verrechnung nach Tageskurs. Preis inkl. Bearbeitungsgebühr, individuelle Nebenkosten gemäss Internet.

Schweizer Reisekasse (Reka) Genossenschaft
Neuengasse 15 | CH-3001 Bern



FILDORADO



GROSSES AQUA-MOVIE EVENT

IM ERLEBNISBAD!

FILDORADO.DE



Baby und Kleinkind

Die Entdeckung des „Ich“ Jedes Kind ist einmalig

von Christina Stefanou

Babys entwickeln sich in einem atemberaubenden Tempo. Irgendwann zwischen zwei und drei Jahren wird sich das Kind bewusst, dass es ein eigenständiges Wesen ist. Bis dahin macht es riesige emotionale Entwicklungsschritte. Doch jedes Kind macht das auf seine eigene Weise.

Ach, dein Kind lächelt noch nicht? ...plappert noch nicht? ...schlägt andere Kinder? Auch wenn man nach außen hin abwiegelt, sitzt der Stachel doch tief in der Elternbrust. Und ihre Angst, dass etwas mit dem Verhalten ihres Kindes nicht stimmen könnte, überschattet manch unbeschwerter Kindheit. Wie entlastend ist da die Devise von der Unterschiedlichkeit in der kindlichen Entwicklung des Schweizer Kinderarztes Remo Largo. „Die kindliche Entwicklung verläuft zugleich einheitlich und vielfältig“, sagt er. Jedes Kind macht

zwar im Wesentlichen die gleichen Phasen durch. Wann und wie genau, ist jedoch von Kind zu Kind verschieden.

Einheitlich und vielfältig

Viele kleine Schritte führen zur Entdeckung des eigenen Ichs, hat Largo beobachtet. Bevor es aber soweit ist, braucht das Baby eine sichere Basis. Was wir heute wissen ist, dass die sichere Bindung Grundlage für eine gute emotionale Ich-Entwicklung ist. Erst wenn dies verlässlich befriedigt wird, kann das Kind gut selbstständig werden und loslassen. Obwohl es schwer messbar ist, spricht sogar immer mehr dafür, dass schon ein ungeborenes Baby das Bedürfnis nach Bindung verspürt. Wenn es dann auf der Welt ist, braucht Baby eine Bezugsperson, die zuverlässig und feinfühlig auf seine Bedürfnisse eingeht. In den ersten drei Monaten ist das Kleine nämlich damit beschäftigt, sich auf sein neues Leben außerhalb des Mutterbauches einzustellen. Da draußen

fühlt es die unmittelbare Berührung mit der Mutter nicht mehr, es muss plötzlich mit der Schwerkraft zurechtkommen, den Tag- Nacht-Rhythmus erlernen, Atmung und Verdauung umstellen. Das ist unglaublich viel zu lernen.

Sichere Bindung ist Basis für alles

In den allermeisten Fällen ist nach der Geburt die Mama die erste Bezugsperson für das Baby. Mama ist meist einfach diejenige, die als erste zur Stelle ist. Sie tröstet, wenn das Baby in einer fremden Umgebung verunsichert ist, Angst hat, krank oder müde ist. Durch Körperkontakt und Blickkontakt wendet sie sich ihm zu und zeigt ihm, dass sie seine Bedürfnisse wahrnimmt. Sie erkennt auch, wenn es das Köpfchen wegdreht und in Ruhe gelassen werden will. Auch Papa nimmt in dieser Zeit eine wichtige Stellung als Bezugsperson ein. Kaum auf der Welt, kommuniziert Baby also schon. Es kann zwar noch nicht sprechen, beherrscht aber

meisterhaft die Körpersprache. Es ahmt Mimik, Mundbewegungen und Laute von Mama und Papa nach. Die Eltern wiederum ahmen das Baby nach, das geschieht ganz instinktiv. Dem Baby gefällt das und es wird vertraut mit den Bezugspersonen. So entsteht eine sichere Bindung.

Sicher gebundene Kinder, wie es in der psychologischen Fachsprache heißt, sind Kinder, die mit einem Urvertrauen ausgestattet sind. „Sie sind später widerstandsfähiger gegenüber Belastungen, können Probleme besser bewältigen und verhalten sich weniger aggressiv. Sie können sich gut alleine beschäftigen und im Spiel vertiefen. Dazu kommt, dass sie besser lernen und kreativer sind und zeitweilige Trennungen gut verkraften“, erklärt der Kinder- und Jugendpsychiater Thomas Mantel. Kinder, die dieses Urvertrauen nicht aufbauen konnten, erleben regelrechten Stress in solchen Momenten. Ihr Körper und ihre Seele sind so damit beschäftigt, die für sie belastenden Situationen auszuhalten, dass sie sich kaum auf anderes einlassen

können. In den ersten zwei Jahren ist die Bindung an die Eltern am stärksten. Danach beginnt es sich schon langsam abzulösen.

Fremdeln und Entdeckerdrang

Irgendwann nachdem das Kind ein halbes Jahr alt ist, geschieht etwas Neues. Plötzlich gibt es in der Babywelt Menschen, die es kennt und mag, und andere, die ihm Angst machen – es beginnt zu fremdeln. Gleichzeitig erwacht aber auch sein Entdeckerdrang, denn die Umgebung ist so faszinierend. Einerseits treibt die Neugier, andererseits bremst die Trennungsangst. Was nun? Eltern und Bezugspersonen sind jetzt der sichere Ort, von dem aus es die fremde, aber höchst spannende neue Welt entdecken will. Auch um diese Zeit fängt das Baby an, seinen Körper wahrzunehmen. Es tastet sich von den Zehenspitzen bis zum Kopf. Es erkennt auch, dass seine Handlungen etwas auslösen und fühlt sich mächtig: Wenn ich am Wasserhahn drehe, spritzt Wasser heraus, und wenn ich auf den Lichtschalter drücke, wird es dunkel, hell, dunkel, hell...

Um den ersten Geburtstag beginnt es, die Aufmerksamkeit von vertrauten Personen zu teilen. Schaut die Mutter in eine bestimmte Richtung, wendet es sich ebenfalls dorthin. Es ahmt das Verhalten von anderen Personen nach. Wenn Mama telefoniert, hält es sich auch die Hand ans Ohr, wenn Papa isst, will es auch Besteck benutzen. Selbstständig zu werden gibt Selbstvertrauen, deshalb empfehlen Kinderärzte, dass Eltern Kinder darin unterstützen sollen, Dinge selber zu machen, auch wenn es noch langsam und umständlich geht.

Im Spiegel das Selbst erkennen

Zwischen 18 und 24 Monaten erkennt sich ein Kind plötzlich selbst im Spiegel. In vielen Beobachtungen wurde dieser wichtige Schritt der Selbstwahrnehmung schon in den 1970er Jahren genauestens untersucht. Jetzt beginnt es ganz allmählich zu begreifen, dass sich andere Personen von ihm unterscheiden. So richtig verstehen, kann es das aber erst gegen Ende des vierten Lebensjahres. Dann haben Kinder die Fähigkeit der Empathie, also sich in andere hineinzuversetzen. Der Fachbegriff dazu heißt „Theory of mind“.

Wenn ein Dreijähriger auf dem Spielplatz andere Kinder schlägt, ist er also nicht zwangsläufig un-erzogen. Sondern er kennt das Konzept, „so fühlen sich die anderen, wenn ich ihnen weh tue“, eben noch nicht. Wenn es das aber noch nicht nachvollziehen kann, nützt doch auch Schimpfen nichts, mögen sich Eltern fragen. Auch wenn Ermahnungen in diesem Alter noch nicht ihren eigentlichen Sinn erfüllen, nämlich dem Kind zu vermitteln, wie sich der andere fühlt, sollen Eltern das Verhalten nicht einfach gewähren lassen, empfiehlt Largo. Eine Möglichkeit ist dann, das Kind aus der Situation zu nehmen, damit es sich beruhigen kann.

Trotzalter

Nach zwei Jahren, wenn der Ablöseprozess von den Eltern langsam beginnt, wird es für beide

manchmal schwierig. Einerseits braucht das Kind nach wie vor die uneingeschränkte emotionale Sicherheit der Eltern, andererseits will es sich aber nun immer mehr durchsetzen. Das Trotzalter führt unweigerlich zu Konflikten. „Selber“ und „nein“ sind jetzt wichtige Begriffe. Eltern haben jetzt den schwierigen Balanceakt, was sie gewähren lassen und wo sie Grenzen setzen. Ein Eltern-Nein fällt dem Kind umso leichter zu akzeptieren, sagt Largo, wenn die Beziehung zum Kind in diesem Moment stimmig ist, es also spürt, dass die Eltern ihm grundsätzlich Vertrauen schenken und

sein Bedürfnis nach Geborgenheit erfüllt ist. In Konfliktsituationen kann es hilfreich sein, das Kind zwischen zwei Möglichkeiten wählen zu lassen à la „möchtest du mir beim Straße überqueren die linke oder die rechte Hand geben?“.

Durch Nachahmen zum Ich

Zwischen dem dritten und vierten Lebensjahr brauchen Kinder viele Anregungen. „Wir spielen Einkaufen“, Kinder lieben es, Erwachsenen bei ihren Tätigkeiten zuzuschauen und sie nachzuahmen. Durch gemeinsames Spielen mit anderen Kindern, in Spielgruppen und Kita und Erlebnisse mit Erwachsenen, Nachbarn und Verwandten lernt das Kind soziale Regeln, zu kommunizieren und seine Stellung in der Gruppe zu finden. Mit etwa vier Jahren haben Kinder schon eine bemerkenswerte soziale Kompetenz. Sie können im Spiel und in Familiensituationen die Bedürfnisse anderer Personen erkennen. Und die meisten Kinder sind sprachlich dann so kompetent, dass sie ihre Gefühle, Wünsche und Vorstellungen schon ganz gut ausdrücken können.

All diese Schritte sind Meilensteine in der Entwicklung eines Kindes. Wohlgermerkt, jedes Kind durchläuft sie in seiner eigenen Geschwindigkeit und auf seine Weise. „Meine wohl größte Einsicht ist: Jedes Kind ist einzigartig“, sagt der emeritierte Professor für Kinderheilkunde am Zürcher Kinderspital, Remo H. Largo. Sein Standardwerk „Babyjahre“ wurde mehr als vierhunderttausendmal verkauft, in viele Sprachen übersetzt und vor kurzem wurde es in einer vollkommen überarbeiteten Ausgabe herausgegeben. Es ist nahezu in jedem Familienhaushalt unentbehrlich. Das hat einen Grund: Anders als manche Ratgeber, die Eltern gerne bevormunden, was genau sie zu tun haben, damit das Kind keine Trotzanfälle bekommt und freundlich zu seinen Geschwistern ist, hat Largo erkannt, dass eben jedes Kind anders ist. Und diese Erkenntnis ist beruhigend für Eltern.

BUCHTIPP:

Remo H. Largo, Babyjahre
– Entwicklung und Erziehung
in den ersten vier Jahren,
vollständig überarbeitete
Neuausgabe, Piper
Taschenbuch 2019,
ISBN 978-3-492-05826-1, 16 Euro



WWW.KINDERKLETTERBOGEN.DE

Klettern...
Rutschen...
Spielen...
Entspannen...

Schwimmen lernen mit Freude und Liebe!

Intensiv-Schwimmkurse in den Weihnachtsferien: 19. / 21. / 22. / 23.12. in Ditzingen.
27. / 28. / 29.12. in Gerlingen.

Schwimmkurse im Januar 2020: 23. / 26. / 30. / 31.01. in Münchingen.

Laufende Kurse in Ditzingen, Gerlingen, Münchingen und S-West (Freie Waldorfschule am Kräherwald).

www.wasserratten.eu
Andrea Bühler 0172-7432069

Die Kinder werden liebevoll & ohne Angst zum Schwimmen geführt!

ZWERGENREICH
manuela schmitt
bobath- vojta- & castillo morales-
therapeutin
lindenbachstraße 40
70499 stuttgart-weilimdorf

PHYSIOTHERAPIE
FÜR SÄUGLINGE · KINDER · JUGENDLICHE · ERWACHSENE

bobath · vojta · castillo morales · atemtherapie
entwicklungsberatung · rückbildung · babymassage
baby- & krabbelgruppen

www.zwergenreich.net · info@zwergenreich.net
tel. 0711-887 44 53 · fax 0711-889 35 08 · termine nach vereinbarung

Buchen Sie jetzt

AQUAstoll
Neckarsulm

Baby-Sauna & Baby-Schwimmkurse

Informationen & Anmeldung unter www.aquatoll.de

Freizeitbad AQUAstoll
Wilfenseeweg 70 | 74172 Neckarsulm



Das Fachgeschäft.

Tragehilfen aller Art, ausführliche Beratung
Hier finden Sie nützliches von der Schwangerschaft bis zum Kleinkind

DIDYMOS®Alleenstr. 8
Ludwigsburg (beim Bahnhof)
Tel.: 07141/9 75 71-29

Öffnungszeiten und Kurstermine auf
www.didymos-laden.de



Natürlich trocken

Clever wickeln mit Stoff



© istockphoto.com / princessdraf

Sich pudelwohl fühlen mit Stoff

St. ANNA-KLINIK



St. Anna-Klinik | Obere Waiblinger Straße 101 | 70374 Stuttgart
Telefon 0711 5202-259 (Elternschule) | 0711 5202-0 (Klinik)
elternschule@st-anna-klinik.de | www.st-anna-klinik.de



Fieberkrampf?

Erste Hilfe am Kind
2x im Monat

perfectio.de

Johannesstr. 102, Stuttgart-West
Infos unter Tel. 0711/253 999 77
und im Internet www.perfectio.de



Alles für Familien in der Stadt, **EKiZ Café + Garten**, Treffs für Jung & Alt & alle Kulturen, Kindersingen, Babycafé®, Kurse, vegetarischer **Bio-Mittagstisch**, Bio-Eis, fairtrade-Kaffee, Raum für Kreatives, **Kindergeburtstage**, flexible Kinderbetreuung, Raum für Familienfeiern, Urban Gardening u.v.m.

Eltern-Kind-Zentrum Stuttgart-West
Ludwigstraße 41-43, 70176 Stuttgart
Telefon 0711/ 505 368-30
www.eltern-kind-zentrum.de
Montag – Freitag 8.30 – 18 Uhr



ÄRZTEHAUS KORNWESTHEIM
Gemeinschaftspraxis für Urologie

Ihre Familienplanung ist erfolgreich abgeschlossen...



...und Sie wollen sich für den nächsten verantwortungsvollen Schritt entscheiden?

Wir informieren Sie gerne über die minimal invasive Technik der Sterilisation beim Mann mit **Mini-Nadel** und ohne Skalpell.

Sterilisation ohne Skalpell

– mini needle, non scalpel vasectomy –

Dr. med. Marc Armbruster
Urologe, Androloge und Männerarzt CMH
Gemeinschaftspraxis für Urologie im Ärztehaus Kornwestheim
Bahnhofstr. 26 · 70806 Kornwestheim
Telefon 07154 180 100

Mehr Informationen unter www.vasweb.de

HAUS DER

Familie
STUTTGART



15.00 Uhr
FAMILIENWORKSHOP
„Und das lesen wir!“

17.00 Uhr
FAMILIENKONZERT
„Und was liest Du?“

Anmeldung: 0711 220709-0

www.hdf-stuttgart.de

von Cristina Rieck

Moderne Stoffwindeln erobern den Markt und die Kinderzimmer. Tatsächlich gibt es viele Gründe, die für das Verwenden von Stoffwindeln sprechen. Denn wer auf Wegwerfwindeln verzichtet, tut seinem Kind, ebenso wie der Umwelt, viel Gutes. Aus diesem Grund werden immer mehr Eltern, die Stoffwindeln verwenden, von Kommunen belohnt.

Auf die Supermarktüte verzichten Verbraucher mittlerweile, doch welche katastrophalen Folgen Wegwerfwindeln für die Umwelt bedeuten, scheint vielen Eltern noch nicht klar zu sein.

Jedes Baby benötigt drei bis sieben Windeln am Tag. Laut Statistik landen in Deutschland jährlich etwa 10 Millionen Plastikwindeln im Restmüll. Da die Außenhülle dieser Windeln aus schwer abbaubarem Polyethylen besteht, schätzen Experten, dass sie sich erst nach 300 bis 500 Jahren zersetzt. „Eine schreckliche Vorstellung, wie viele Generationen sie überdauert“, betont Kinderkrankenpflegerin Shaline Geske, die sich als Stoffwindelexpertin qualifiziert hat. Sie wünscht sich für ihre Kinder und Enkelkinder, „dass sie die Schönheit unserer Erde noch genauso erleben können, wenn sie groß sind wie wir“, darum müsse es für Eltern selbstverständlich werden, „unsere Erde nicht mit unnötigem Müll zu belasten“, so Geske.

Stoffwindeln werden umweltfreundlich produziert und wiederverwendet. Daher belasten sie die Umwelt kein bisschen.

Gesundheit

Ein weiterer Vorteil von Stoffwindeln ist, dass in der Regel keine Windeldermatitis auftritt. Im Gegensatz zum Plastik kann Stoff atmen und überhitzt sich nicht. Selbst mit Wollüberhöschen bleibt die Temperatur in der Windel angenehm hautwarm. Und das Baby hat keinen Kontakt mit

irgendwelchen Chemikalien: „Die Vorstellung, dass mein Baby den ganzen Tag mit Chemikalien am Genital in Kontakt kommt, ist fürchterlich“, eriefert sich Geske. „Da ist ein Stück reine Baumwolle einfach eine bessere Alternative“. Sie empfiehlt Eltern zur Pflege von Babys auch nur Wasser oder natürliche Alternativen, denn „alles was auf Babys Haut kommt, dringt auch in seinen Körper ein“.

Durch das breitere Wickeln mit Stoffwindeln wird nach Aussage von Fachärzten auch die Ausbildung des Hüftgelenkes unterstützt.

Waschen

Dank unserer moderneren Waschmaschinen ist das Reinigen der Stoffwindeln kein Problem mehr. Sie müssen nicht eingeweicht oder vorbehandelt werden und bei 60 Grad wird alles hygienisch sauber.

Oder man beauftragt einen Windelservice, wie den von Sylvia Fischer: „Windel Wäscha“ verleiht Windeln an Familien im Raum Stuttgart bis Tübingen und holt sie dann zuverlässig zum Waschen wieder ab. Verschleißbare Kisten und Wäschesäcke sind im Angebot inbegriffen.

„Übrigens stinken nur die Wegwerfwindeln“, weiß Geske aus Erfahrung. Stoffwindeln seien dagegen geruchsneutral, und auch der Babystuhlgang stinke darin nicht.

Trocken werden

In der Regel sind die Stoffwickelkinder schneller trocken, denn sie verstehen schneller den Zusammenhang zwischen „Pippi machen“ und nasser Windel.

Anders als eine Wegwerfwindel fühlt sich die Stoffwindel eben nass an, und so lernt das Kind auf natürliche Weise trocken zu werden. Den dünnen Milchstuhl saugen Stoffwindeln dagegen schneller auf als Wegwerfwindeln. „Dadurch muss man weniger Wechselkleidung mitnehmen und hat weniger verschmutzte Bodies und Strumpfhosen“, weiß Geske aus jahrelanger Erfahrung.

Moderne Stoffwindeln

Dass die Stoffwindel immer mehr im Kommen ist, zeigen die vielen unterschiedlichen Anbieter und Systeme von Stoffwindeln, die es mittlerweile gibt. Selbst die großen Drogeriemarktketten haben seit einiger Zeit Stoffwindeln im Angebot, die leicht zu handhaben sind.

Bei wiederverwendbaren Windeln wird besonders auf natürliche Materialien geachtet, darunter Baumwolle, Hanf, Bambus, Wolle und PUL, ein atmungsaktiver, natürlich beschichteter Stoff.

Für Eltern ist die Entscheidung welche Stoffwindel für sie und ihr Baby die richtige ist, zugegebenermaßen nicht ganz einfach. Im Wesentlichen gibt es die folgenden Stoffwickel-Systeme:



„All in one“ (AIO)-Windeln sind wie eine Wegwerfwindel anlegbar. Die Saugeinlage ist an der Windel befestigt und sie hat eine integrierte Überhose. Der Vorteil ist hier, dass man die einzelnen Teile der Windel nach der Wäsche nicht erst wieder zusammensuchen muss.



„All in two“ (AI2)-Windeln bestehen aus einer Stoff-Einlagewindel und einer wasserfesten Überhose, die nicht bei jedem Wickeln in die Wäsche muss.



„All in three“ (AI3)-Windeln dagegen bestehen aus drei Teilen: Es gibt eine Außenwindel und eine Innenwindel, auch „Wanne“ genannt, welche die wasser-dichte Zwischenschicht bildet, aber dennoch atmungsaktiv ist. In diese Wanne kommt dann noch die dritte Komponente, eine oder mehreren Einlagen.



Wer mag, kann natürlich nach wie vor wie zu Oma's Zeiten mit Mullwindeln (Einschlagtüchern) wickeln.

Egel für welches System sich Eltern entscheiden, moderne Stoffwindeln sind nicht nur umweltfreundlich und hautschonend, sie sind auch schick und praktisch.

Geht auch windelfrei?

Eltern, die ihre Kinder windelfrei aufwachsen lassen, verzichten natürlich nicht ganz auf die Windeln. Aber so oft wie möglich wollen sie ihrem Baby die Möglichkeit geben auszuscheiden, ohne dabei in seinen Ausscheidungen liegen zu müssen. Laut Geske, die auch ihre eigenen Kinder „windelfrei“ aufzieht, wird dadurch das Körpergefühl der Babys und Kleinkinder gestärkt und „das Gefühl über die volle Blase und den vollen Darm bleibt aufrecht erhalten“, beobachtet die Windelexpertin.

Angenehme Nebeneffekte sind auch, dass dabei der Windelverbrauch minimiert wird und man auf Feuchttücher und Windelcremes verzichten kann, da die Haut geschont wird.

„Es gibt Phasen im Leben eines Säuglings, in denen das Abhalten mal gut und mal weniger gut gelingt“, erklärt die Expertin. Doch wenn die Kommunikation zwischen Eltern und Kind funktioniert, sei es möglich, sein Kind völlig stressfrei ohne Windel aufzuziehen. Damit Eltern die Signale ihres Säuglings, die sich über die Wochen verändern,

erkennen lernen, bietet Geske einmal im Monat Kurse für Eltern und werdende Eltern an, in denen diese Hintergrundwissen erfahren, das ihnen erlaubt, solche Signale besser zu erkennen und zu deuten.

Kosten

Die Erstschaftungskosten sind bei Stoffwindeln natürlich etwas höher. Ein Einsteigerpaket kostet, je nach Hersteller, um die 100 Euro. Doch die Stoffwindelexpertin Geske betont, dass Eltern bei einem Baby dennoch rund 1000 Euro sparen. „Ab dem 2. Kind spart man natürlich noch viel mehr. Außerdem können die Mullwindeln über Jahrzehnte verwendet werden“, so Geske. Ein schöner Gedanke, wenn Mama oder Papa ihrem Sprössling sogar noch die Mullwindel aus der eigenen Kindheit anziehen können.



Viele europäische Kommunen unterstützen Eltern, die ihre Kinder mit Stoffwindeln wickeln, mit einem Windelgutschein. Auch im Ländle, in Städten wie beispielsweise Tübingen, Freiburg, Ravensburg oder Schwäbisch Hall, ist die Unterstützung für Stoffwindelpakete bereits gang und gäbe.

Da liegt die Frage nahe: Wann wird auch Stuttgart Verwender von Stoffwindeln belohnen?

TIPPS & WISSENSWERTES IN KÜRZE:

- Natürlich entwickeln, Shaline Geske, Stuttgart, Tel. 0711-57010034, etwa einmal im Monat finden Windelfrei-Kurse, in denen auch zu Stoffwindeln beraten wird, für werdende Eltern statt. Unter www.windelfrei-stuttgart.de sind die nächsten Termine zu finden.
- Windel Wäsche, Stoffwindelverleih und -reinigung, Service von Stuttgart bis Tübingen entlang des Neckars, Sylvia Fischer, Tel. 0176-10434445, www.windel-wascha.de
- Stoffwindelvergleich 2019 unter <https://vergleich.computerbild.de/stoffwindeln-test>
- Beratung zu Stoffwindeln im Fachgeschäft Silberfaden, S-West, www.silberfaden-stuttgart.de

rasselfisch böblingen

richtig gutes kinderzeug.



mo, di, do & fr
10:30 - 18:30 uhr
sa 10:00 - 16:00 uhr
mi geschlossen



geschwister-, zwillings- und einzelkinderwägen, autokindersitze, hochstühle, erstaustattungen, schlafsäcke, spielsachen, tragen, bücher, möbel

rasselfisch böblingen | tübinger str. 4 | 71032 böblingen
fon 07031 - 7153562 | info@rasselfisch-boeblingen.de



Zwilling's Glück

Der Spezialist für Ihre Zwilling'sausstattung

10%
Zwilling's-
Rabatt

Größte Zwilling'swagen-
ausstellung in Stuttgart

Zwilling'sGlück Stuttgart Str. 95, 70469 Stuttgart 
s.fuchs@zwilling'sglueck.com, www.zwilling'sglueck.com

SABINE KÖNIG

SYSTEMISCHE PRAXIS

Praxis für Beziehungs- und Erziehungsfragen
(Familien-)Supervision & Fortbildung

praxis@koenig-s-kinder.de | 0711/ 9931075
www.koenig-s-kinder.de

Matratzen · Autositze · Fahrradsitze · Laufgitter · Schnuller

Hier sind 100% Familie drin!

Krabbeldecken · Truhensäcke · Laufleimgeräte · Rückenunterlagen · Tragetaschen · Lernspielzeug

Wir als Familienbetrieb wissen, was junge Familien am Anfang tatsächlich benötigen und geben Ihnen das bei unserer **kostenlos und unverbindlichen Erstaustattungs-Beratung für junge Eltern** gerne weiter.

Informieren Sie sich auch auf unserer Internetseite über viele interessante Top-Angebote.

Mehr für Ihr Geld - und für Ihr Baby das Beste!

princess

Ihr Baby- und Kleinkind-Ausstatter in der Region!
princess-Kinderwagen Straub GmbH · 72555 Metzingen
Richtung Outlet-Center Noyon-Allee · Heerstraße 10
Tel.: (0 71 23) 92 78-0 · www.princess-kinderwagen.de
 **Kostenlose Parkplätze direkt am Haus**

Mo - Do 10 - 18 Uhr · Fr 10 - 19.30 Uhr · Sa 10 - 17 Uhr



Ihre Familie braucht Hilfe?

Wir unterstützen Sie

- Professionell
- Kurzfristig
- Zuhause
- Individuell

Unsere Mitarbeiterinnen

- Sind staatl. anerkannte Fachkräfte
- Führen den Haushalt
- Pflegen & versorgen Säuglinge
- Betreuen & beschäftigen Kinder

FDHW
Evang. Familienpflege- und Dorfhelferinnenwerk in Württemberg e.V.
Postfach 10 13 52
70012 Stuttgart
Telefon 0711 229363-211
www.ev-familienpflege-dorhilfe.de

Unfruchtbar durch Plastik

Kunststoffe möglichst vermeiden



Plastikgeschirr: praktisch aber ungesund

von Christina Stefanou

Plastik beinhaltet gefährliche Substanzen, die wir über die Nahrung und über die Haut aufnehmen. Die langfristigen Gefahren, vor allem für Babys mit ihren noch nicht ausgereifen Organismen, sind riesig. Plastik zu vermeiden, ist wichtiger denn je.

Unkaputtbares Plastikgeschirr, abwaschbares buntes Spielzeug, Kunststoffbeschichtungen in der Verpackung von Babynahrung. Die Babywelt besteht vor allem aus Plastik, Supermärkte und Babygeschäfte sind voll davon. Dabei ist es längst bekannt und bestätigt, dass, von den ökologischen Folgen einmal ganz abgesehen, Plastik gesundheitsschädlichste Inhaltsstoffe beinhaltet.

Bisphenol A (BPA) war einer der ersten Kunststoffe, bei dem nachgewiesen wurde, dass er das natürliche weibliche Sexualhormon Östrogen nachahmen und in das menschliche Hormonsystem eingreifen kann. In der Fachsprache heißt das endokrin wirksam. Übersetzt gesagt, BPA greift in die Fortpflanzungsfähigkeit ein. Beobachtet wurde, dass männliche Fische immer weiblicher und damit unfruchtbar wurden. Es liegt nahe, dass diese hormonelle Störung auch bei Menschen stattfindet. Frühreife, Impotenz, Unfruchtbarkeit, mit hoher Wahrscheinlichkeit auch Adipositas und Diabetes können die Folgen sein.

Verboten und trotzdem noch da

In Deutschland wurde Bisphenol A seit 2011 zwar für die Verwendung von Babytrinkflaschen verboten. Es gibt aber noch eine Unmenge weiterer Alltagsgegenstände, in denen es weiterhin verwendet wird. Innenbeschichtung von Konservendosen, Beschichtung von Kassenzetteln, Plastikgeschirr, Spielzeug, Schnuller, Beschichtungen von Fast Food-Verpackungen und die Plastikbeschichtung in den Deckeln von Babygläsern. Es löst sich in Verbindung mit Fett und beim Erwärmen aus den Kunststoffen und geht so in die Nahrung über.

Die Deutsche Gesellschaft für Endokrinologie fordert, dass diese Stoffe verboten werden: „Einige dieser Substanzen sind schon seit Jahren verboten, finden sich jedoch noch immer in der Umwelt. Substanzen von denen klar ist, dass sie endokrin aktiv wirken, müssen aus dem Verkehr gezogen werden“, sagt deren Präsident, Professor Josef Köhrle von der Berliner Charité. Frankreich ist da schon

einen Schritt weiter, dort ist BPA zumindest in Lebensmittelverpackungen verboten.

Was tun? Solange die Gesetze nicht vor solchen Gefahren schützen und die Industrie nicht freiwillig auf solche Stoffe verzichtet, müssen wir zum eigenen Schutz selber aktiv werden. Verbraucherschützer empfehlen, Lebensmittel am besten in Glas-, Keramik- oder Edeltahlbehältern zu lagern. Lebensmittel aus Konservendosen umfüllen. Lebensmittel grundsätzlich nicht in Plastikbehältern erwärmen. Bei der Zubereitung von Babynahrung auf keinen Fall heißes Wasser in Plastikgefäße füllen. Bei Kunststofftrinkflaschen (auch bei Werbegeschenken) auf den Hinweis „BPA frei“ achten. Vorsicht bei Babynahrung in durchsichtigen, harten Plastikbehältern ohne nähere Angabe des verwendeten Kunststoffes. Darin verbirgt sich oft Polycarbonat (PC), das auch Bisphenol A enthält. Bessere Kunststoffe sind Polyethylen (PE) oder Polypropylen (PP).

BPA ist nur einer von vielen

Die schlechte Nachricht: Rund 1.000 problematische hormonell wirksame Stoffe spielen für den Menschen eine Rolle. Bisphenol A ist nur einer davon. Sehr weit verbreitet vor allem in Spielzeug Sport- und Freizeitartikeln, Möbeln und Lebensmittelverpackungen sind die Weichmacher Phthalate (PVC). Sie stehen im Verdacht, die Organentwicklung zu stören und auf Zähne, Knochen und das Nervensystem einzuwirken. Die Stoffe atmen wir auch ein. In einem Kinderzimmer, in dem viele PVC-Produkte sind, sind Babys und Kinder besonders gefährdet. Die gute Nachricht: Durch die weltweite Bewegung zur Plastikvermeidung, wurden viele Hersteller sehr erfinderisch. Ein Beweis dafür, dass Verbraucher sehr wohl etwas bewegen können. Zu Plastikprodukten gibt es mittlerweile viele kluge Alternativen. Unter dem Begriff „Zero Waste“ oder „Leben ohne Plastik“ gibt es viele Blogs, die zeigen, wie es auch ohne Plastik gehen kann. Vieles ist gar nicht so aufwendig, wie man zunächst denkt. Zum Beispiel gibt es plastikfreies Babygeschirr aus nachwachsenden Rohstoffen, Einwickeltücher aus Bienenwachs, Trinkflaschen aus Edelstahl.

Tipps zum Shoppen: www.avocadostore.de, www.bio-kinder.de

Tipps zum Weiterlesen: Dr. Hans-Ulrich Grimm, *Die Kalorienlüge*, Knauer TB 2015, ISBN: 978-3-426-78698-7, 10,99 Euro.

www.leben-ohne-plastik.de, www.minimalwaste.de

Gesund, frisch und lecker

Schnell gekocht in max. 30 Minuten

Steffi Sinzenich
One-Pot-Gerichte für kleine Kinder
€ 12,99 · ISBN 978-3-432-10778-3



Der geniale Breifahrplan für Ihr Baby

Anne Iburg
Die besten Breie für Ihr Baby
€ 9,99 · ISBN 978-3-432-10770-7
Beide Titel auch als E-Book

Bequem bestellen über www.trias-verlag.de
versandkostenfrei innerhalb Deutschlands

TRIAS

Willkommen, kleines Baby!

Besuche bei frischgebackenen Eltern

von Alexandra Mayer

Um auf Familienangebote und Hilfen am Wohnort hinzuweisen, kommen vielerorts Mitarbeiter verschiedener Einrichtungen nach der Geburt zu den Eltern nach Hause.

Endlich ist es soweit: Der neue Erdenbürger ist da! Und natürlich stehen Familie und Freunde Schlange, um ihn zu begrüßen. Aber nicht nur Bekannte klingeln an der Tür: In vielen Städten gehören Willkommensbesuche zum Programm. Dafür kommen Mitarbeiter einer bestimmten Einrichtung zu den Eltern nach Hause. Deren Ziel ist, soviel Wissen wie möglich über Themen rundum Kinder und Familien zu vermitteln wie Freizeit- und Bildungsangebote, Kinderbetreuung ... Dazu gibt es oft Gutscheine, außerdem wird auf Beratungen und Hilfen hingewiesen und meist haben die Besucher Geschenke dabei. Die Besuche sind freiwillig, Eltern erhalten einen Terminvorschlag und können diesen verschieben oder ablehnen. Dann bekommen sie alles oft alternativ per Post oder holen es persönlich ab.

„Kinder sind willkommen“

Das ist das Motto der Willkommensbesuche in der Landeshauptstadt Stuttgart. Frühestens vier Wochen nach der Geburt kommt ein Mitarbeiter der Beratungszentren für Jugend und Familie vorbei. Dadurch „lernen Eltern eine erste wichtige Kontaktperson der Kinder- und Jugendhilfe in ihrem Stadtteil kennen, die ihnen bei Bedarf für weitere Beratung und Unterstützung zur Verfügung steht“, erklärt Regina Bussemer von der Familieninformation, Jugendamt Landeshauptstadt Stuttgart. Die Eltern dürfen Fragen stellen, Hilfen werden bei Bedarf sofort vermittelt. Im Gepäck: das Elternbegleitbuch der Stadt Stuttgart sowie ein kuscheliges Kapuzenhandtuch mit dem Stuttgarter Rössle.



Fellbacher Strampler

„Hallo Welt, Hallo Fellbach – da bin ich!“

So begrüßt die Stadt Fellbach sechs bis acht Wochen nach der Geburt seine neuen Bewohner. „Das Angebot soll Familien die bestmögliche Unterstützung bieten und enthält wichtige Anhaltspunkte, die Familien benötigen, um sich in der vielfältigen Angebots-, Bildungs-, Beratungs- und Betreuungslandschaft Fellbachs orientieren zu können“, fasst Verena Bermanseder vom Amt für Bildung, Jugend, Familie und Sport der Stadt Fellbach zusammen. Beim Besuch bekommen Eltern unter anderem den sogenannten Familienwegweiser, einen Fellbacher Stadtplan und einen Baby-Strampler mit Aufschrift „I bin a Fellbacherle“.

Willkommen in Waiblingen

In Waiblingen sind die Willkommensbesuche ein Angebot der Stadt Waiblingen, das vom KARO Familienzentrum und der Familien-Bildungsstätte Waiblingen durchgeführt wird. Sie starten im dritten Monat nach der Geburt, auf Wunsch früher. Eine „Familienbesucherin überbringt die Glückwünsche und das Geschenk der Stadt, sowie das Waiblinger Familienbegleitbuch, über dessen Inhalte sie dann informiert. Gerne beantwortet sie individuelle Fragen der jungen Eltern und vermittelt auf Wunsch an andere Stellen“, so Margit Schilling von der Familien-Bildungsstätte Waiblingen. Toll für Eltern sind auch das Waiblinger Babybadetuch mit niedlichem Elefant und die praktische KARO-Tasche für unterwegs.

Zusammengefasst: Egal wo, Willkommensbesuche sind ein tolles Angebot für den Start ins Elternleben.

Weitere Informationen über die obigen Willkommensbesuche:
www.stuttgart.de,
www.fellbach.de,
www.waiblingen.de



Stuttgart bietet Gutscheine, Infos und ein kuscheliges Kapuzenhandtuch



ACHTSAMKEIT | MEDITATION | AUTOGENES TRAINING

SPEZIELL FÜR MÜTTER

Kommen Sie zu innerer Ruhe, um den Alltag gelassener zu gestalten!

Ich freue mich auf Sie – im Meditationsraum Stuttgart-Botnang!

www.christin-schrafft.com



DACHVERBAND
STUTTGARTER
ELTERN-KIND-GRUPPEN e.V.

Samstag
01 | 02 | 2020

Langer Tag der offenen Türen in den Stuttgarter Eltern-Kind-Gruppen

Am 1. Februar 2020 veranstalten die Eltern-Kind-Gruppen einen gemeinsamen Info-Tag. Interessierte können vor Ort Einblicke in Angebot und Konzeption der teilnehmenden Eltern-Kind-Gruppen erhalten. Detailliertere Veranstaltungshinweise unter www.stuttgarter-ekg.de

Stuttgarter Eltern-Kind-Gruppen e.V. · T 0711 761 03 08-0 · mail@stuttgarter-ekg.de



Wir weben für Sie
Textilien aus Naturfasern

Karl-Schubert
Gemeinschaft e.V.

Wollteppiche,
Babytragetücher
Tischdecken
Kuscheldecken

Taschen
Schals
Postkarten
...und vieles mehr

Kurze Str. 31, 70794 Filderstadt
Telefon: 0711- 77091- 35
E-Mail: weberei@ksg-ev.eu
www.ksg-ev.eu

Mo-Do 8:30-12:20 Uhr und 13:30-15:30 Uhr, sowie Fr 8:30-12:00 Uhr



Eltern-Kind-Seminar in der medius-KLINIK Ostfildern-Ruit

Hedelfinger Str. 166, 73760 Ostfildern
Tel: (0711) 4488-18974
E-Mail: info@eltern-kind-seminar.de
Internet: www.eltern-kind-seminar.de

Sie erwarten ein Baby oder es ist bereits auf der Welt?

Wir haben ein großes Kursangebot für Sie:

- Geburtsvorbereitung
- Crash-Kurse zu Geburtsvorbereitung (1-tägig)
- Aquagymnastik für Schwangere
- Yoga für Schwangere + Mütter
- Stillgruppe
- Rückbildungsgymnastik
- Säuglingspflege
- Babyschwimmen bis 15. Monat
- Kleinkinderschwimmen bis 5 Jahre
- Babymassage
- Babys in Bewegung
- Kleinkindturnen
- Erste-Hilfe für Säuglinge und Kleinkinder
- Body-Aktiv-Plus Kurse im Anschluss an die Rückbildung
- Frauenfitness
- Bauch Beine Po
- Beckenbodengymnastik
- Kanga
- Aquafit und Aquawellness
- Junge Eltern Infoabend (Kindergeld, Elterngeld etc.)

Gerne informieren wir Sie über aktuelle Termine! Per Telefon, E-Mail oder über unsere Homepage: www.eltern-kind-seminar.de

babyWELT
Weilimdorf

Alles hat seine Zeit... wir schließen unseren Laden!
Großer Räumungsverkauf
ab Januar 2020

www.babywelt-weilimdorf.de
Glemsgaustraße 24 · 70499 Stuttgart-Weilimdorf

Unsere Familienferiendörfer sind nicht nur Orte der Erholung für einen **unvergesslichen Familienurlaub!** Erleben Sie ein tolles Programm und werden Sie eine **Familienbande** von Entdeckern, Feinschmeckern, Spaßhabern und Abenteurern. Genießen Sie auch als **Gruppe** bewusste und sorgenfreie Tage im wunderschönen **Allgäu**, am sonnigen **Bodensee** oder in der Erlebniswelt des **Schwarzwaldes**.

FEW www.familienerholungswerk.de
Tel. 0711 / 9791-240 | few@blh.drs.de

▲ Schwarzwald ● Bodensee ▲ Allgäu

www.pfiffikus-stuttgart.de

PFIFFIKUS
BEWEGUNG & SPASS
FÜR KINDER · MAMIS UND BABYS

STUTTGART - FEUERBACH

KAUFLADEN

YOGA FÜR SCHWANGERE · SÄUGLINGS-PFLEGEKURS
BABYBAUCH AKTIV · RÜCKBILDUNG · MAMAFIT · BABYMASSAGE
BABY-SPASS · GEBURTSPREPARATION · TRAGETUCHBERATUNG

GeMuKi

Schwangere gesucht!

- ✓ Sie sind **vor** der **12.** Schwangerschaftswoche?
- ✓ Sie interessieren sich für die Themen **Ernährung** und **Bewegung**?
- ✓ Sie möchten von **zusätzlichen, kostenfreien Beratungen** (von Ärzten und Hebammen) in den Vorsorgeuntersuchungen profitieren?

„GeMuKi - Gemeinsam gesund“ ist ein innovatives Projekt für werdende Mütter und junge Familien in Baden-Württemberg zu Ernährung, Bewegung, Lebensweise und Wohlbefinden.

Kontaktieren Sie uns!
www.gemuki.de
Isabel Lück (Projektkoordinatorin)
i.lueck@pebonline.de
+49 174 186 83 84

Ein Projekt der Plattform Ernährung und Bewegung e.V. in wissenschaftlicher Zusammenarbeit mit der Uniklinik Köln und vielen weiteren Partnern.

Unstillbares Schreien

Erste Hilfe für Eltern mit Schreibabys



© AdobeStock / lumenphotos

Was tun, wenn sich das Baby nicht beruhigt?

von Anne Kraushaar

Alle Babys schreien, aber manche mehr als andere. Eltern von sogenannten „Schreibabys“ fühlen sich oft ohnmächtig und zweifeln an ihren Fähigkeiten. Sie nicht zurückzuziehen, sondern Hilfe zu suchen, kann der erste Schritt zur Besserung sein.

Ein helles Eckcafé. Draußen laufen junge Eltern mit bunten Rucksäcken zu Kindergärten und Kitas, die kleineren Kinder im Buggy, die größeren mit Laufrädern vorneweg. Drinnen sitzt Judith*, vor sich eine Tasse Kaffee, neben sich den Kinderwagen mit ihrem schlafenden Kind. Ein ganz normales Bild? Entspannte Mama, die ihre Zeit mit ihrem Baby genießt? Nicht ganz. Im Kaffeetrinken mit Baby ist Judith noch nicht so geübt, wie das nach außen hin den Anschein macht.

Oscar, der jetzt neben ihr im Kinderwagen liegt, ist ihr zweites Kind. Und obwohl nicht mal die laute Espressomaschine am Tresen seinen Schlaf beeindruckt, scheint es, als könne Judith dem Frieden nicht so ganz trauen. Sie wirkt ein bisschen auf dem Sprung, so, als könne die Ruhe gleich ein jähes Ende haben. „Ich kann heute immer noch nicht gut damit umgehen, wenn ich mein Baby schreien höre“, erzählt sie. „Dann geht sofort wieder alles los, Schweißausbrüche, Herzrasen, der ganze Stress.“ Doch mit Oscar, der unter seiner Decke im Kinderwagen schlummert, hat das eigentlich gar nichts zu tun.

Judiths erstes Kind Jacob war ein sogenanntes „Schreibaby“. Die ersten zehn Monate seines Lebens schrie er täglich über mehrere Stunden und das, obwohl er gewickelt, gefüttert und geborgen war und der Kinderarzt keine körperlichen Probleme feststellen konnte. Heute ist Jacob fast fünf Jahre alt und ein „witziges und aufgewecktes Kerlchen“. Doch die Erinnerungen an die erste Zeit mit ihm hallen bei Judith immer noch nach: „Das ist wie eine Wunde, die noch schmerzt“, erzählt sie. „Ich stand mit Jacob immer nur oben am Fenster meiner Wohnung und habe runter auf dieses Café hier

geschaut, neidisch auf die Mütter, die sich hier trafen und austauschen konnten, während mein Baby rund um die Uhr schrie. Ich habe mich so alleine gefühlt und an meinen Fähigkeiten als Mutter gezweifelt. Und manchmal habe ich richtige Aggressionen gegen Jacob entwickelt. Das hat mich erschrocken. Denn eigentlich war ich doch voller Liebe für ihn.“

Drei Stunden am Tag, drei Tage die Woche, drei Wochen am Stück

Alle Babys schreien. Es ist ihre Art zu kommunizieren, ob sie Hunger oder Schmerzen haben, schlafen, kuscheln oder gewickelt werden wollen. Aber manche Babys schreien mehr als andere und das, obwohl ihre Bedürfnisse gestillt sind und es keine organische Ursache dafür gibt. 1954 formulierte der amerikanische Arzt Morris Wessel eine Regel, mit der er das exzessive Schreien im Säuglingsalter diagnostizierte. Die sogenannte Dreier-Regel, später als Wessel Criteria nach ihm benannt, besagt, dass man von einem Schreibaby spricht, wenn es mindestens drei Stunden am Tag, drei Tage die Woche und drei Wochen am Stück schreit.

Die genauen Ursachen für das unstillbare Schreien sind bis heute nicht geklärt. Als veraltet gilt die Vermutung, sogenannte Drei-Monatskoliken könnten dahinter stehen, also Bauchschmerzen und Blähungen, unter denen der Säugling aufgrund seines noch nicht ausgereiften Magen-Darm-Traktes leidet. Der aufgeblähte Bauch, meint man heute, sei eher Folge als Ursache des Schreiens, da der Säugling beim Schreien viel Luft schluckte.

Heute geht man in erster Linie davon aus, dass Schreibabys sensibler auf die Reize ihres Körpers und ihrer Umwelt reagieren und noch nicht gelernt haben, sie auszublenden, sobald sie ihnen zu viel werden. Einmal überreizt, fällt es ihnen schwer, sich selbst zu beruhigen. Stattdessen brauchen diese Babys dazu viel Körperkontakt, auch, um in den Schlaf zu finden und ein Weilchen durchzuschlafen. Regulationsstörungen nennen Fachleute diese Schwierigkeiten, sich seinem Alter entsprechend selbst zu beruhigen. Schätzungen gehen davon aus, dass 20 Prozent aller Säuglinge Schreibabys sind.

Regulationsstörungen

Lena Neuburger sieht diese Zahl kritisch. Sie arbeitet als Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin und Psychoanalytikerin in der Psychotherapeutischen Babyambulanz Stuttgart. Ihrer Meinung nach fehlt der Dreier-Regel ein wichtiges Kriterium: Der individuelle Belastungsgrad der Eltern. „Sie können am Rande des Nervenzusammenbruchs sein, auch wenn das Ausmaß des Schreiens ihres Kindes nicht die Kriterien von Wessel erfüllt. Es gibt Eltern, die ertragen das Schreien gut, und Eltern, die es aus verschiedenen Gründen nicht können.“ Die Ursachen des Schreiens und das Ausmaß der familiären Belastung gemeinsam mit den Eltern zu verstehen, ist das Ziel der Beratung der psychotherapeutischen Babyambulanz.

Schreiambulanz gehen ganz unterschiedlich an das exzessive Schreien heran. Manche arbeiten verhaltenstherapeutisch und bieten etwa Beratungen zur Gestaltung des Tagesablaufes oder Schlaftrainings für Babys an. Die Babyambulanz, in der Lena Neuburger in einem Team von fünf Kolleginnen arbeitet, nähert sich dem Problem psychoanalytisch. „Es ist für viele Eltern sehr entlastend, wenn sie zu uns kommen und erfahren, dass es jemanden gibt, der das Schreien mit ihnen aushält und zu verstehen versucht,“ sagt sie. „Bei uns allen



©pixabay.com/joffi

Völlig verzweifelt

klingseln ja die Alarmglocken, wenn wir einen Säugling schreien hören. Dabei spielt es eine wichtige Rolle, wie man dieses Schreien erlebt: Ist es hilfeschreitend oder vorwurfsvoll? Erlebe ich es möglicherweise als Beweis dafür, dass ich eine schlechte Mutter oder ein schlechter Vater bin? Das, was Eltern aus dem Schreien heraus hören, kann auch untrennbar mit ihrer eigenen Geschichte verbunden sein, damit wie ihr Schreien als Baby gehört wurde.“

Hochsensibel – High Need?

Deshalb findet es Lena Neuburger auch wenig hilfreich, das Schreien mit Kategorien wie „hochsensiblen“ oder besonders fordernden und bedürftigen „High

Need“ Babys erklären zu wollen. „Klar gibt es Säuglinge, die sehr reizoffen und sensibel sind. Doch mit Kategorien wie diesen schreiben wir das Problem dem Baby alleine zu. Am Ende ist aber das Zusammenspiel zwischen Eltern und Kind entscheidend.“

Gibt es da vielleicht eigene, schmerzhafteste Kindheitserfahrungen, die im Kontakt mit dem Baby wieder spürbar werden, fragt Neuburger. Erzeugen Partnerschaftsprobleme Spannungen, die auch dem Kind nicht entgehen? Oder legen sich Belastungen vor, während und nach der Geburt wie ein Schatten über die Beziehung von Mutter und Kind – eine problematische Schwangerschaft, ein Geburtstrauma, eine frühe

Trennung? Sich im Gespräch über solche Probleme bewusst zu werden, kann oft in wenigen Stunden schon viel bewirken, meint Neuburger. Wenn sich die Eltern in der sensiblen Anfangszeit mit ihrem Kind selbst „gehalten und verstanden“ fühlen, könne anstelle eines Schuldgefühls wieder ein Vertrauen in sich wachsen. „Dadurch können sie dann auch ihrem Säugling wieder feinfühlig begegnen und lernen, sein Verhalten richtig zu „lesen.““

Judith bereut es heute, damals nicht schon viel früher Hilfe in Anspruch genommen zu haben. „Ich hatte keinen Funken mehr übrig von dieser vielbeschworenen mütterlichen Intuition. Ich fühlte mich so ohnmächtig und dachte, mein Kind mag mich einfach nicht. Da war es so wohlthuend, plötzlich gesagt zu bekommen: Sie machen nichts falsch, im Gegenteil. Sie sind mit ihren Kräften am Ende und stehen trotzdem noch – das ist toll. Da fühlte ich mich endlich nicht mehr wie eine komplette Versagerin. Und von da an ging alles besser.“

*Namen geändert./der Redaktion bekannt

Anlaufstellen für Eltern von Babys mit exzessivem Schreiverhalten:

Psychotherapeutische Babyambulanz:
0711-64 85 221

Baby-Sprechzeit im Olgahospital:
0711-278 727 60

Pflegerische Elternberatung im Olgahospital: 0711-278 73 100



Fabrikverkauf

Wäsche und Bekleidung aus Naturfasern

Laufend

Sonderangebote

- Wickelsysteme
- Nachtwäsche

• BHs, Still-BHs

• Strumpfwaren

• Babyfelle

• Baby-/Kinderwäsche

• Sportwäsche

• Wollfleece-Bekleidung

• Wäsche für Erwachsene

Öffnungszeiten Mo–Mi: 9.00 bis 15.00 Uhr, Do–Fr: 9.00 bis 18.00 Uhr
Online-Schnäppchenshop: www.engel-natur.de

Engel GmbH – Wäsche und Bekleidung aus Naturfasern

Wörthstr. 155, 72793 Pfullingen, Telefon (0 71 21) 38787-88
Mitglied im Internationalen Verband der Naturtextilwirtschaft (IVN)



18. Januar 2020

10.00 - 16.00 Uhr

Tag der offenen Tür – Kreißaalbesichtigung und buntes Rahmenprogramm:

Schwangerenfotografie · Kinderschminken · Stand der Elternschule · Kreißaalführungen · Medizinische Vorträge · Hebammen-Sprechstunde



Klinik für Frauenheilkunde
und Geburtshilfe
Prof. Dr. med. Thorsten Kühn
Haus 4, Ebene 2

Informationen zum Kursprogramm der Elternschule erhalten Sie unter:
www.es-elternschule.de



Klinikum Esslingen

Das Qualitätskrankenhaus

Hirschlandstr. 97 · 73730 Esslingen · Telefon 0711 - 31 03 0

www.klinikum-esslingen.de

Schönster Kinder-Salzstollen in der Region!

Salzluft atmen und genießen!

Täglich zur vollen Stunde im „Salzini“ die reine Salzluft spielerisch inhalieren. Anmeldung erforderlich.

Fellbacher Salzwelten

Stuttgarter Straße 30 · Centrum 30 (neben REWE) · 70736 Fellbach
 Telefon 0711 / 91 46 25 35 · info@fellbacher-salzwelten.de
 Mo, Mi, Fr 10.00–20.30 Uhr · Sa 9.30–18.00 Uhr · Zertifizierter Betrieb
 Di, Do 10.00–19.00 Uhr www.fellbacher-salzwelten.de

JÖTUL

€ 500,- SPAREN*

www.jotul.de

JÖTUL F 520-SERIE

OFEN DES MONATS

* Angebot gültig bis 31. Dezember 2019. Bei den teilnehmenden Jotul-Händlern.

Kaminstudio Müller · Mittelstraße 2 · 70180 Stuttgart
 Tel. 0711 6407728 · www.kaminstudiomueller.de

DMB MIETER VEREIN STUTT GART

JULE MIT PAUL

(Alleinerziehende, ihr Boiler wurde zügig repariert)

WIR SIND FÜR DICH DA. DEIN MIETERVEREIN.

mieterverein-stuttgart.de

Auszeit

Nur für Eltern

Die Partnerschaft pflegen „trotz“ oder gerade „wegen“ der Kinder!

Unsere Rubrik mit Tipps zum Ausgehen, Entspannen, miteinander Spaß haben.

„MELVA“ TANZT

Die Suche nach einer Tanzlocation mit den guten alten Hits hat ein Ende! Frei nach dem Motto, „es darf getanzt werden“ lädt das Mode Cafe Melva im Stuttgarter Westen zum Schwoof zu Funk, Soul, Rock, Blues, 80er, 90er und verborgenen Groovenummern, also allem, was das Tanzherz damals liebte und heute noch begehrt.

Tanznacht im „Melva“, Freitag, 17.1.2020, 19:30 Uhr, Eintritt: 8 Euro, Reservierungen unter mail@melva-stuttgart.de oder Tel. 50498881

„DIESES KIND“ IM STUDIO THEATER STUTT GART

Das Stück „Dieses Kind“ von Joel Pommerat zeigt große und kleine Familienkonflikte in zehn Momentaufnahmen von Familienwelten. Eine junge Mutter bietet dem netten Paar von Gegenüber an, ihnen ihren Säugling zu schenken, ein junger Vater schwört sich, alles besser zu machen als der eigene Vater. Diese und viele andere Familienkonstellationen kann man in der Premiere am 16. Januar, 20 Uhr, im Studiotheater Stuttgart, erleben.

Weitere Termine vom 17. bis 30 Januar. Hohenheimer Straße 44, Tel. 246093, ab 15 Euro (erm. 12 Euro), www.studiotheater.de

GLANZ AUF DEM VULKAN

Charleston, Shimmy, Swing, Blues und Jazz – Wenn am 25. Januar im Theatersaal des K alles glitzert und glänzt, dann sind die 20er Jahre zurück! Das Berlin-Show-Orchestra The Glanz liefert den wilden und ekstatischen Sound zur exzentrischen Musikrevue Tanz, Gesang, Artistik und mehr. Die Original-Tänzerinnen der Erfolgsserie „Babylon Berlin“ runden das sinnliche Gesamtkunstwerk an diesem Abend ab.

Glanz auf dem Vulkan – Die 20er-Jahre-Show, Sa, 25. Januar, 20 Uhr, Theatersaal, Das K, Kornwestheim, Tickets ab 28 Euro unter www.das-k.reservix.de/events

© Andrey Kezzyn

Luftballon | Januar 2020



Same procedure? Not exactly

Wie Silvester in anderen Ländern gefeiert wird

von Anne Kraushaar

Es passiert nicht oft, dass man in irgendetwas Glitzerigem steckt und dabei den Germanen in sich herauslässt. An Silvester aber ist das prinzipiell möglich. Schließlich haben die ehemaligen Stämme aus Nord- und Mitteleuropa den Brauch begründet, am Jahreswechsel ordentlich auf den Putz zu hauen. Wo sie einst riesige Feuerräder durch die Dunkelheit rollten, greifen wir heute zu Böllern und Raketen. Doch Silvesterbräuche aus anderen Ländern zeigen, dass es nicht überall laut und grell sein muss, wenn ein neues Jahr beginnt. Ein kleiner Überblick.



In **China** räumt man zu Silvester das Haus gründlich auf, um Raum für Neues zu schaffen. Eine Stunde vor Mitternacht werden alle Fenster aufgemacht, damit das Glück von draußen hereinströmen kann. Heiratswilligen Frauen soll es übrigens helfen, an Silvester Mandarinen ins Meer zu werfen. Das soll zukünftige Ehemänner anlocken.



Früher warf man in **Italien** zu Silvester alte Kleider auf die Straße, heute nimmt man dazu lieber Böller. Bis heute gehalten hat sich aber ein anderer Textilien-Brauch: In der Neujahrsnacht trägt man rote Unterwäsche. Die soll fürs neue Jahr Glück, Erfolg, Liebe, Gesundheit und Leidenschaft bringen.



In einigen Teilen der **Schweiz** marschieren am frühen Morgen des 13. Januar Silvesterkläuse durch die Dörfer: Mit Schellengeläut ziehen sie von Haus zu Haus und tragen singend gute Neujahrswünsche vor. Gekleidet sind sie in farbige Trachten oder Kostüme aus Reisig, Zweigen, Moos und Flechten.



In **Russland** schreiben viele kurz vor Mitternacht ihren Wunsch fürs neue Jahr auf ein Stück Papier, zünden es an und kippen die Asche in ein Glas Champagner. Trinken sie es noch vor Mitternacht aus, stehen die Chancen gut, dass die Wünsche in Erfüllung gehen.



So macht Aufräumen Spaß: Um sich vom alten Jahr zu verabschieden, schreddert man in manchen Gegenden **Argentiniens** alte Akten und Unterlagen und wirft die Papierschnipsel aus dem Fenster. Den ganzen Tag über rieselt es weiße Fetzen auf die Straßen, die irgendwann aussehen wie schneebedeckt.



Kurz vor Mitternacht versammeln sich in **Spanien** tausende Menschen auf großen Plätzen. Schlägt um Mitternacht die Kirchturmuhre 12 mal, stecken sie sich zu jedem Glockenschlag eine Weintraube in den Mund und wünschen sich dabei etwas. Wer sich verschluckt oder mit dem Wünschen nicht nach kommt, hat Pech gehabt: Ihm droht im neuen Jahr Unglück.



Mit kleinen Lämmchen in den Armen laufen in **Rumänien** Kinder in der Neujahrsnacht durch die Straßen. Es soll Glück bringen, die kleine „Vasilica“ zu streicheln. Wer das möchte, muss dafür aber eine Kleinigkeit bezahlen.



An Neujahr gibt es in **Japan** traditionell Mochi zum Essen. Das sind Reiskuchen, die so klebrig sind, dass einige Menschen Schwierigkeiten haben, sie zu schlucken. Seit Jahren gibt die Feuerwehr Warnungen für den Notfall aus: Mochis am besten niemals alleine essen und sie vorher in kleine Stücke zerteilen.



Trägt man in **Kolumbien** zum Jahreswechsel gelbe Unterwäsche, sieht es für das neue Jahr schon mal ziemlich gut aus. Läuft man außerdem um Mitternacht mit einem leeren Koffer um den Häuserblock, soll man im neuen Jahr viel in der Welt herumkommen.



Leben die **Brasilianer** in der Nähe vom Meer, gehen sie am Jahreswechsel zum Strand. Dort setzen sie als Opfergaben für die Meeressäuger kleine Schiffchen ins Wasser, die mit Alkohol, Kerzen, Süßigkeiten oder Zigaretten beladen sind. Danach springen sie über sieben kleine Wellen und wünschen sich bei jedem Sprung etwas fürs neue Jahr.