

# EDITORIAL



## Neues Jahr - neuer Luftballon

Liebe Eltern,

haben Sie sich schon gute Vorsätze für das Neue Jahr vorgenommen? Wir müssen jetzt mal ein bisschen angeben, denn wir haben unsere Vorsätze schon umgesetzt!

Wenn Sie diese Ausgabe des Luftballon in den Händen halten, werden Sie bald einige Veränderungen feststellen, denn das Jahr 2018 ist für uns ein ganz besonderes. Mit der Juni -Ausgabe 2018 feiern wir unser 20 jähriges Jubiläum als Elternzeitung und damit begehen wir ein wirklich rundes Jubiläumsjahr!

Es ist jetzt schon über 20 Jahre her, seit die Herausgeberfamilien Münz und Rees im Winter 1998 am Küchentisch im Stuttgarter Osten zusammen saßen und überlegten, wie man die Idee einer eigenen regionalen Zeitung nur für Familien umsetzen könnte. Eine aufregende Zeit, in der wir, - selber noch junge Eltern mit kleinen Kindern bzw. hochschwanger - uns aufmachten, um dem Informationsdefizit im Bereich „Familie“ etwas Positives entgegen zu setzen.

Neben der Umgestaltung des Layouts (mehr dazu lesen Sie auf Seite 10) gibt es in diesem Jahr daher noch mehr Spannendes rund um den Verlag. Jeden Monat werden wir Ihnen einen Auschnitt unserer Arbeit zeigen und ein bisschen transparent machen, wie der Luftballon entsteht, wie wir unsere Themen finden, wo wir überall ausliegen, die Zeitung gedruckt wird und wer im Luftballon alles mitarbeitet....

Die Juni-Ausgabe wird gebührend mit Sonderseiten zum Jubiläum gewürdigt, dann erfahren Sie auch noch mehr über unsere „Historie“ und die Menschen, die dahinter stehen.

Und auch Sie sollen zu Wort kommen! Wir freuen uns über Ihre „Luftballon-Geschichten“, die wir im Juni abdrucken möchten (lesen Sie dazu auch unseren Aufruf in unserer neuen Rubrik „Dies & Das“). Schreiben Sie uns! Wäre doch schon einmal ein guter Vorsatz für das kommende Jahr :-)

Viel Spaß beim Entdecken dieser neuen Ausgabe wünscht Ihnen

Sabine Rees

Ab Herbst 2018  
in Stuttgart!



Alle Infos und Tickets unter:  
[www.annie-das-musical.de](http://www.annie-das-musical.de)  
oder 0711 8825 7662

MUSIC  
ACADEMY  
STUTTGART

1<sup>ST</sup> CLASS ROCK  
& JAZZ SCHOOL

UNTERRIECHT FÜR  
ALLE INSTRUMENTE  
UND GESANG

TOP DOZENTEN  
DER LIVE- UND  
STUDIOSZENE

KEINE WARTEZEIT

KOSTENLOSE  
PROBESTUNDE

MUSIKALISCHE  
FRÜHFÖRDERUNG  
AB 2 JAHREN

MUSIC ACADEMY STUTTGART • ROCK & JAZZ SCHOOL • KUPFERSTRASSE 36 • D-70565 STUTTGART  
T +49 (0) 711 - 78 25 19 31 • STUTTGART@MUSIC-ACADEMY.COM • MUSIC-ACADEMY.COM



Training  
for life

by training  
on stage!

Fähigkeiten fürs  
Leben erwerben durch  
Gesang, Tanz, Schauspiel  
und Performance



Durch Fertigkeiten für die Bühne, mehr Kreativität, Konzentration, Selbstbewusstsein und viel Spaß ins Leben zu bringen! Kontaktieren Sie uns für mehr Informationen oder vereinbaren Sie einen Probetermin an einer Schule in Ihrer Nähe!

STAGE ACADEMY<sup>[JAS]</sup>

0711-8825 7664

Kupferstraße 36, 70565 Stuttgart

[www.jas-stage.academy](http://www.jas-stage.academy)



**14****Baby und Kleinkind****Titelthema: Was denken Babys?**

Nach über 70 Jahren Forschung über die Gehirnentwicklung Neugeborener ist sich die Wissenschaft sicher, dass Babys viel mehr mit auf die Welt bringen, als wir glauben.

**24****Kinostart: Die kleine Hexe****25****Auszeit: Freizeittipps für Eltern****Aktuell**

- 20 Jahre Olgäle-Stiftung 5
- Aus dem Kinderbüro: Kinderfreundliches Rathaus 6
- Infotag für Eltern an Kitas 6
- Die „Jahresuhr des Sports“ bietet Einblick in viele Sportarten 7
- Vorstellung des Bürgerzentrums im Landtag 8
- In eigener Sache: Der „neue“ Luftballon 9
- „Willis wilde Wege“ live in Fellbach 10

**Dies & Das**

- Buch- und CD-Tipp, Backrezept, tolle Veranstaltungen und mehr 11

**Baby und Kleinkind**

- Titelthema:** Was denken Babys? 14
- Schnuller-Schule 16
- Buch- und Videotipps 17
- Die besten Wickelräume in der Stuttgarter City 18
- Was tun, wenn der Po wund wird? 20

**Kultur**

- „Wiedersehen mit Herrn Bello“ in der WLB Esslingen 21
- Moskauer Eiszirkus zu Gast in der Region 21
- Ein Stück übers Verliebtsein im JES 22
- Figurentheaterfestival IMAGINALE im FITZ! 22

**Kultursplitter**

- Theater, Konzert, Musical und Ballett 23

**Filmtipps**

- „Die kleine Hexe“ 24
- „Die Helden des Dschungels“ 24

**Auszeit**

- Tipps nur für Eltern: Loriot, Cabaret und Saunanacht 25

**Gesund durch den Winter**

- Titelthema:** Raus in die Kälte 26
- Sanfte Medizin für Kinder 28
- Wärmende Rezepte für morgens, mittags, abends 29

**Ausflug des Monats**

- Burg Stettenfels und Erlebnispfad Untergruppenbach 30

**Bücher & Medien**

- Von Kometen und Planeten - Geschichten aus dem Weltall 31

**Luftikus**

- Die kunterbunte Kinderzeitung 32

**Kommunion & Konfirmation**

- Ein großes Fest 34

**Veranstaltungskalender**

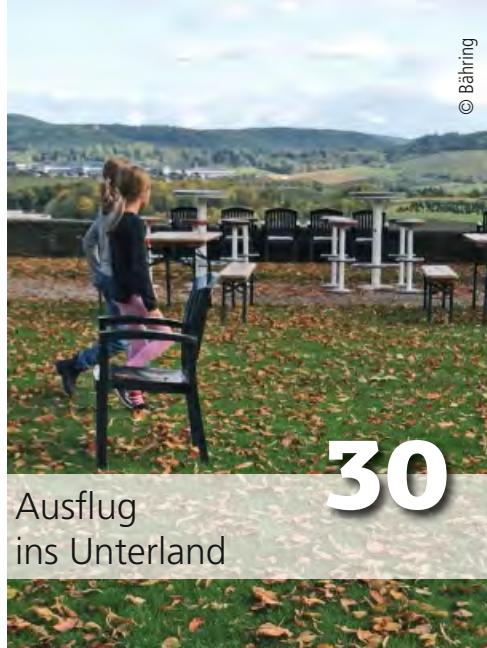
- Ausstellungen 35
- Tageskalender Januar 35
- Impressum 48

**Kurse, Beratung, Treffpunkte**

- Branchenverzeichnis 63

**Suche & Finde**

- Kleinanzeigen 64

**30****Ausflug ins Unterland****26****Gesund durch den Winter****Titelthema: Raus in die Kälte**

Warum man sich trotz eisigem Wind und frostigen Temperaturen nach draußen wagen sollte.

**35****Veranstaltungskalender Januar**

# Hilfe an allen Ecken

20 Jahre Olgäle-Stiftung



Anlässlich des Jubiläumskonzertes erhielt Stiftungspräsidentin Dr. Stefanie Schuster von den Chorleitern Weiherer (Mädchenkantorei) und Homburg (Hymnuschor) einen Scheck über 6.615,40 Euro.

von Cristina Rieck

Die im November 1997 unter der Schirmherrschaft von SKH Carl Herzog von Württemberg gegründete Olgäle-Stiftung für das kranke Kind e.V. feierte im vergangenen Jahr ihr 20-jähriges Bestehen. Sie hat sich zum Ziel gesetzt, kranken Kindern und ihren Eltern zu helfen. Die Hilfe gilt vor allem den Patienten im Kinderkrankenhaus Olgahospital, dem „Olgäle“ in Stuttgart.

Seit der Gründung vor 20 Jahren konnten über 1.000 Mitglieder gewonnen und Spenden von rund 20 Millionen Euro gesammelt werden. Darüber freut sich besonders Dr. med. Stefanie Schuster, die von Anfang an mit dabei war. „Wir danken unseren Spendern sehr herzlich“, betont darum die Präsidentin der Olgäle-Stiftung.

Auch der „Luftballon“ spendet in diesem Jahr einen Teil des Erlöses aus seinen Kleinanzeigen an die Olgäle-Stiftung. Von jeder gebuchten Kleinanzeige im Luftballon gehen 25 Cent an Kinder im Olgäle.

Die Spenden der Stiftung kommen neben der Forschung, Fortbildung von Ärzten und Pflegekräften und Beratung von Patienten und Eltern, direkt den Kindern im Olgahospital zugute:

## Gestaltung des Neubaus

Um den Kindern die Angst vor einem Aufenthalt in der Kinderklinik zu nehmen, hatte die Stiftung für den Neubau auf dem Gelände des Katharinenhospitals einen Gestaltungswettbewerb ausgelobt. Heute sorgen die große „Arche der Hoffnung“ in der Eingangshalle ebenso wie fröhliche Tierbemalungen als kindgerechtes Leitsystem und bunt gestaltete Wartebereiche für eine Atmosphäre, in der sich die jungen Patienten wohl fühlen. Auch die Bibliothek mit Internetraum und ein Abschiedsraum wurden von der Olgäle-Stiftung eingerichtet.

„Ein großes Anliegen der Olgäle-Stiftung ist es, dass medizinisch innovative Geräte gekauft werden

können“, betont Präsidentin Schuster. So wurde ein weiterer Kernspintomograph angeschafft, um Wartezeiten in der Radiologie zu verkürzen. In der Kardiologie gibt es dank der Stiftungsgelder einen Herzkatheterplatz für Kinder mit angeboreinem Herzfehler, der deutlich weniger Strahlen hervorruft als vergleichbare Geräte. Und in der Orthopädie konnte ein Ganglabor für schwerst gehbehinderte Kinder eingerichtet werden.

## Spezielle Therapien

Gerade Kindern helfen häufig außergewöhnliche Therapien jenseits der Schulmedizin und erleichtern ihnen den Umgang mit ihrer Krankheit. Doch von den Krankenkassen werden solche Kosten nicht übernommen. Und so finanziert die Olgäle-Stiftung unter anderem Reittherapien für psychisch kranke Kinder und Musiktherapie für Frühchen.

## Unterstützung von Angehörigen

Dank der Spenden an die Olgäle-Stiftung sorgen in der Kinderklinik mehrere Clowns dafür, dass kranke Kinder und deren Eltern für kurze Zeit von ihren Sorgen und Ängsten abgelenkt werden. Des Weiteren finanziert die Stiftung eine Erzieherin, die an Krebs erkrankten Kindern hilft, die Zeit während ihrer Chemotherapie gut zu überstehen. Darüber hinaus werden von der Stiftung auch ein Arzt und Schwestern zur Nachsorge krebskranker und schwerst chronisch kranker Kinder im häuslichen Umfeld finanziert.

Unterstützung kommt auch von den etwa 70 Ehrenamtlichen, die dem Vorstand bei Aufgaben wie der Betreuung von kranken Kindern oder der Mitarbeit in der Kinder-Bibliothek behilflich sind.

Weitere Infos zur Stiftung unter [www.olgaele-stiftung.de](http://www.olgaele-stiftung.de)

Spendenkonto: BW-Bank Stuttgart  
IBAN DE22 6005 0101 00022665 50

**MEDIATION FÜR FAMILIEN**

Kostenfreie Erstberatung (30 min)  
Termin nach Vereinbarung  
Marktplatz 5/1 • 71624 Ludwigsburg  
Tel: 07141/6887999  
[www.likom.info](http://www.likom.info)

Wir bedanken uns für die Auszeichnungen und werden uns auch in Zukunft mit großem Engagement für unsere Patientinnen und Patienten einsetzen.

Ihr Klinikum Esslingen



**Klinikum Esslingen**

Das Qualitätskrankenhaus

[www.klinikum-esslingen.de](http://www.klinikum-esslingen.de)



## Kinderfreundliches Rathaus

Die Kinderbeauftragte der Landeshauptstadt Stuttgart,  
Maria Haller-Kindler,  
bezieht Stellung im Luftballon



Liebe Eltern,  
liebe Leserinnen und Leser,

Unser Rathaus in Stuttgart steht  
allen Stuttgarterinnen und  
Stuttgartern offen, selbstver-  
ständlich auch Familien und  
Kindern! Ich lade Sie herzlich  
ein, mit Ihrer Familie einen  
Besuch im Rathaus zu machen.

Wenn Sie Kleinkinder im Kinderwagen,  
einen Rolli oder Rollator dabeihaben, können  
Sie den barrierefreien Zugang über die Eichstraße be-  
nutzen und kommen mit dem Fahrstuhl ins Foyer. Im Foyer ha-  
ben wir eine große Murmelbahn aufgestellt. Murmeln dafür gibt  
es bei der Infothek.

Es lohnt sich, in den 4. Stock zu gehen und einen Blick vom  
sogenannten Panorama-Fenster auf den Marktplatz zu werfen,  
ganz besonders dann, wenn Markttag ist. Kinder, und nicht nur  
die, finden es sehr spannend, mit dem Paternoster zu fahren. Die-  
ser nostalgische Aufzug ist eine der heimlichen Attraktionen des  
Rathauses.

Im Erdgeschoss finden Sie auch eine öffentliche Toilette und  
ein gut ausgestattetes Still- und Wickelzimmer, für das Sie den  
Schlüssel ebenfalls an der Infothek erhalten. Außerdem gibt es  
gleich am Haupteingang einen Trinkbrunnen für Durstige.

Auf Anfrage machen wir für Gruppen auch Kinderführungen  
im Rathaus, bei denen Kinder viel über ihre Stadt und ihr Rathaus  
erfahren können.

Und ganz selbstverständlich können Sie oder Ihre Kinder, am  
besten nach Vereinbarung, auch mich im Rathaus besuchen, wenn  
Sie ein Anliegen haben.

Ich wünsche Ihnen ein frohes und gutes neues Jahr!

Ihre Maria Haller-Kindler  
Kinderbeauftragte der Landeshauptstadt Stuttgart

Wer Kontakt zum Kinderbüro aufnehmen möchte,  
kann dies unter Telefon 0711-216-59700 oder per mail unter  
poststelle.kinderbuero@stuttgart.de tun.

STUTTGART |

# Macht auf die Tür!

Infotag für Eltern an Kitas

Stuttgart (am) - Rechtzeitig zum Start der  
Kita-Anmeldungen für 2018/2019 öffnen  
viele Betreuungseinrichtungen ihre Tore zur  
Besichtigung.

Einen Betreuungsplatz für das eigene Kind aus-  
zusuchen, fällt Eltern oft alles andere als leicht. Schließlich will man sicher sein, dass der Nach-  
wuchs dort gut aufgehoben ist. Soll es in eine  
Eltern-Kind-Gruppe (EKG), in der Eltern als Trä-  
ger mitverantwortlich sind oder in eine „nor-  
male“ Kita? Bei der Entscheidung hilft, sich vorher  
ausführlich zu informieren und sich im Idealfall  
vor Ort selbst ein Bild zu machen. Dazu haben  
Mama und Papa zum Beispiel beim Langen Tag  
der Eltern-Kind-Gruppen die Chance. Dieser fin-  
det unter dem Motto „Kitas mit Engagement“ am  
3. Februar statt.

„An diesem Tag haben die Einrichtungen  
unterschiedliche Angebote, neben den Führungen  
durch die Einrichtungen und der Vorstellung der  
pädagogischen Konzeptionen gibt es immer auch  
etwas zu essen und zu trinken sowie häufig An-  
gebote und Aktionen für die Kinder“, erklärt Petra  
Rommel vom Stuttgarter Eltern-Kind-Gruppen e.V..  
In der Regel seien pädagogische Fachkräfte, Vor-  
stände und Eltern anwesend, um sich den Eltern



Eltern und Kinder der EKG Sillenbuch

anzunehmen. In Stuttgarts städtischen Kitas fand  
im Oktober 2017 ein Infonachmittag statt. Bis zum  
Stichtag am 15. Februar soll es 2018 noch individuelle  
Elterninformationstage in Kitas geben. Mehr  
Infos dazu finden Interessierte seit Mitte Dezember  
im Internet.

Mehr Infos auf [www.stuttgarter-ekg.de](http://www.stuttgarter-ekg.de),  
[www.stuttgart.de/staedtische-kitas](http://www.stuttgart.de/staedtische-kitas)

## Da fliegen Athleten durch die Luft

Turngala - eine Show zum Staunen

Ludwigsburg/Stuttgart (akr) - Menschen  
schweben über die Bühne, drehen Saltos,  
verbiegen ihre Körper und versetzen in  
Staunen. Bei der Turngala präsentieren  
Gymnasten, Turnerinnen, Tänzerinnen und  
Akrobaten Höchstleistungen.

Wenn vorne im Rampenlicht die Matten ausge-  
rollt werden, ist eines klar: Gleich jagt eine Sensa-  
tion die nächste. Die Zuschauer halten den Atem an, denn bei der Turngala wirbeln die Athleten  
nur so durch die Luft. Die Show bietet eine Mi-  
schung aus Turnen, Gymnastik, Zirkuskunst,  
Tanz und Sport. Die Darsteller kommen aus aller  
Welt, bringen ihr Trampolin mit, die Rollschuhe  
oder leuchtende Reifen.

Die diesjährige Show steht unter dem Motto  
„Kaleidoskop“ und präsentiert sich als eine bunte  
und bewegte Veranstaltung, die Höchstleistungen  
präsentiert und die ganze Familie in ihren Bann zieht. Spätestens wenn der Sportakrob Danilo  
Marder auf einer hohen Säule im Handstand Fi-  
guren zaubert, fragt man sich, wie das geht. Und  
dann katapultieren sich die Catwall Acrobats auf  
ihrem Butterfly-Trampolin hin und her, während TJ-  
Wheels auf Rollschuhen zeigt, wie Jonglieren funk-  
tioniert oder die Gruppe „Cirque la Compagnie“ mit  
dem Schleuderbrett an die vertikale Stange fliegt.



Eleganz der Spitzengymnastin Yuliya Raskina

Turngala des Schwäbischen Turnerbundes,

- Ludwigsburg: 2. Januar, 18.30 Uhr,  
MHP-Arena, Schwieberdinger Str. 30
- Stuttgart: 14. Januar, 14 und 18.30 Uhr, Porsche  
Arena, Mercedesstr. 69, S-Cannstatt, Erwachsene  
ab 13 Euro, Kinder ab 6,50 Euro,  
[www.turngala.de](http://www.turngala.de)

# Schon mal Rugby gespielt?

Die „Jahresuhr des Sports“ bietet Einblick in viele Sportarten

Stuttgart (akr) - Die „Jahresuhr des Sports“ bringt Grundschulkinder in Bewegung. Bei dem Projekt können Kinder im Alter von sechs bis zehn Jahren ein ganzes Jahr Sportarten ausprobieren und einen Einblick in die Vielfalt der Stuttgarter Sportangebote bekommen.

Wer weiß schon, was Sportstacking ist oder hat schon mal Synchronschwimmen ausprobiert? Bei dem Projekt „Jahresuhr des Sports“ das 2018 zum sechsten Mal

in Kooperation mit der Sportkreisjugend Stuttgart und zwölf Stuttgarter Sportvereinen stattfindet, sind das nur zwei Beispiele für Sportarten, die zum „Hineinschnuppern“ einladen. Jeden Monat wird an einem Samstag eine neue Sportart vorgestellt, von Rugby über Kanu, Tischtennis, Eiskunstlauf, Tanzen, Bowling bis hin zu Wasserball.

„Ziel ist es, die Freude an der Bewegung so früh wie möglich zu wecken und den Entschluss für eine Sportart zu erleichtern“, erklärt Julika Paulus,



Beim Sportstacking geht es darum, möglichst schnell eine Pyramide zu errichten.



Auch Bowling gehört zum Programm der „Jahresuhr“.

Bildungsreferentin bei der Sportkreisjugend.

Wer dabei sein möchte, kann sich unter [info@skj-stuttgart.de](mailto:info@skj-stuttgart.de) anmelden. Das Angebot ist auf Grundschulkinder im Alter von sechs bis zehn Jahren zugeschnitten. Welche Sportart wann und wo stattfinden wird, ist dem aktuellen Flyer zu entnehmen. Dieser ist über [www.skj-stuttgart.de](http://www.skj-stuttgart.de) einzusehen und liegt in Grundschulen,

Bezirksämtern und Büchereien aus.

Das Angebot ist kostenlos. Für die Eltern besteht bei allen Angeboten die Möglichkeit, sich über das ganzjährige Sportangebot des jeweiligen Vereins zu informieren.

Jahresuhr des Sports, Sportkreisjugend Stuttgart, [www.skj-stuttgart.de](http://www.skj-stuttgart.de), Anmeldung unter [info@skj-stuttgart.de](mailto:info@skj-stuttgart.de).

Messe Stuttgart  
Mitten im Markt



**FAMILIEN  
URLAUB  
GIBT'S AUF DER CMT!**  
13.-21. JAN. 2018 | MESSE STUTTGART  
TÄGLICH 10 - 18 UHR | [CMT-MESSE.DE](http://CMT-MESSE.DE)



Ob Badeurlaub, Ferien auf dem Bauernhof, das Ferienhaus am Nordseestrand, Abenteuertour mit Zelt und Caravan oder einfach nur ein Tagestrip – auf der CMT 2018 gibt's Familienurlaub für jeden Geschmack. In Halle 4, 6 und 8 warten Aussteller mit speziellen Familienreisen und unterhaltsamen Mitmachaktionen auf große und kleine Gäste.

**Mehr Infos unter [cmt-messe.de](http://cmt-messe.de)**

**Familientageskarte**

max. 2 Erwachsene und zur Familie gehörende Kinder bis 15 Jahren  
(Kinder unter 6 Jahren freier Eintritt)

Online: 28,00 € (inkl. VVS) [cmt-messe.de/messeticketservice](http://cmt-messe.de/messeticketservice) Tageskasse: 32,00 € (inkl. VVS)

# Politik ganz bürgernah

Im Bürgerzentrum des Landtags

© Landtag Baden-Württemberg



In der Agora des Landtags gibt es im Sommer Konzerte.

**S-Mitte (cs) - Unsere Volksvertreter im Landtag von Baden-Württemberg haben keine Berührungsängste. Im Bürger- und Medienzentrum sind Besucher keine Gäste, sondern immer willkommen in „ihrem“ Landtag.**

Nicht zu übersehen ist die sogenannte Agora an der Nordseite des Landtagsgebäudes entlang der Konrad-Adenauer-Straße. Der Versammlungsplatz, der auch als Konzertmuschel dient, wurde im Sommer 2017 zusammen mit dem Bürger- und Medienzentrum mit einem großen Fest für alle Bürger feierlich eröffnet.

„Fühlen Sie sich nicht als Gast. Es ist auch Ihr Landtag“, sagte die Landtagspräsidentin Muhterem Aras damals beim Bürgerfest.

Tatsächlich strömen die Besucher inzwischen in Scharen und zeigen sich begeistert. „Die Multimedia-Ausstellung im Foyer ist echt interessant und zeigt anschaulich, wie Politik im Landtag gemacht wird“, schwärmt ein Lehrer aus Böblingen, der mit seiner Gemeinschaftskundeklasse zu Besuch ist.

Früher war es immer schwierig, einen Termin für eine Schulklasse zu bekommen, jetzt kann er vorbeischauen, so oft er möchte.

Für den Besuch einer Plenarsitzung muss man sich zwar weiterhin rechtzeitig anmelden, aber jeden Montag zwischen 17 und 20 Uhr ist das neue Gebäude für interessierte Menschen geöffnet. Der Durchgang zum Haus des Landtags ist dann zwar geschlossen, aber man kann ohne Anmeldung das Parlament virtuell erkunden, sich informieren, wie der Landtag funktioniert und welche Abgeordneten hier arbeiten. Durch Tastmodelle und Texte in leichter Sprache sind die Ausstellungsexponate auch für Menschen mit Einschränkungen konzipiert.

Landtag von  
Baden-Württemberg, Konrad-  
Adenauer-Straße 3, S-Mitte,  
Bürger- und Medienzentrum,  
geöffnet montags 17-20 Uhr,  
ohne Anmeldung, Besucher-  
dienst für Reservierung einer  
Führung oder Plenarsitzung  
unter Tel. 0711-2063228,  
[www.landtag-bw.de](http://www.landtag-bw.de)

# Elfte Sindelfinger Wissenstage

Vom 18. Januar bis zum 7. April

**Sindelfingen (af) - In über 60 Veranstaltungen macht die Stadt Lust auf Forschung und Wissenschaft und möchte Groß und Klein für die Welt der Technik begeistern. Auch der Inno-Truck vom Bundesministerium für Bildung und Forschung ist wieder mit dabei und öffnet seine Türen für alle Neugierigen.**

In Betrieben, Behörden und Bildungsinstitutionen können Interessierte Wissenschaft hautnah erleben. „Auch wenn der Fokus vor allem auf den MINT-Bereichen (Mathematik, Informatik, Naturwissenschaft und Technik) liegt, decken wir ein weitaus größeres Spektrum ab“, sagt Marisa Di Dio vom Hauptamt in Sindelfingen über die Wissenstage. Unter den 64 Angeboten ist sicherlich für jeden etwas dabei.

Viele Veranstaltungen sind auch für Schulklassen geeignet, wie die neue Führung im Steinbruch der Schäfer Naturstein GmbH & Co. KG mit

dem Titel „Steinbruch – Grundlage jeder Baustelle und Wanderbiotop“. Sie ist geeignet für Erst- bis Zwölftklässler. Ebenfalls neu dabei sind das Abfallwirtschaftsamt für den Landkreis Böblingen, Optiker Mezger und Martin Rütter DOGS, der übers Thema ‚Winsel, jaul, heul – versteht ihr, was ein Hund euch sagt?‘, aufklärt. Im Februar zeigt der Inno-Truck „Technik und Ideen von morgen“ und im März gibt es beim Info Truck der Metall- und Elektroindustrie alles Wissenswerte über die metallverarbeitende Industrie. Selber Hand anlegen darf man beispielsweise beim ‚Basteln mit Holz‘ des Jugendforschungszentrums Energie und Umwelt und beim ‚gesunden und leckeren Fingerfood‘ des Haus der Familie Sindelfingen-Böblingen e.V.

**Sindelfinger Wissenstage für Kinder, Jugendliche und Schulklassen, vom 18. Januar bis 7. April, Stadt Sindelfingen, (Rathausplatz 1, Sindelfingen), Tel. 07031-94645, [www.sindelfingen.de/Lde/start/Bildung+Leben/wissenstage.html](http://www.sindelfingen.de/Lde/start/Bildung+Leben/wissenstage.html)**

# Schlösser und Gärten für alle

Der Landesfamilienpass macht es möglich



© Staatliche Schlösser und Gärten Baden-Württemberg

Auch das Schloss Ludwigsburg kann mit dem Landesfamilienpass besucht werden.

**Baden-Württemberg (bz) - Mit einem Landesfamilienpass und der dazu gehörigen Gutscheinkarte können Familien mit einem ständigen Wohnsitz in Baden-Württemberg und mindestens drei kindergeldberechtigten Kindern und Alleinerziehende, 20 Mal im Jahr unentgeltlich oder zu einem ermäßigten Tarif die staatlichen Schlösser, Gärten und Museen in Baden-Württemberg besuchen.**

Mehr als 140 Ausflugsziele stehen Familien zur Auswahl. Zum Beispiel das Schloss Heidelberg, die Staatsgalerie Stuttgart, das Technoseum in Mannheim oder das Zentrum für Kunst und Medientechnologie in Karlsruhe aber auch viele nicht-staatliche Einrichtungen.

Der Landesfamilienpass ist einkommensunabhängig und richtet sich an Familien mit mindestens drei kindergeldberechtigten Kindern, die

gemeinsam in einem Haushalt leben, aber auch an Familien mit nur einem Elternteil, die mit mindestens einem kindergeldberechtigten Kind in häuslicher Gemeinschaft leben. Außerdem können ihn auch Familien schwer behinderter Kinder und Familien, die Hartz IV- oder kinderzuschlagsberechtigt sind, beantragen. Auch Familien mit mindestens einem Kind, die Leistungen aus dem Asylbewerberleistungsgesetz erhalten, können einen Landesfamilienpass beantragen.

Der Pass kann innerhalb Stuttgarts beim Bürgerbüro beantragt werden, außerhalb - beim Bürgermeisteramt, dort gibt es auch Auskünfte über eventuelle kommunale Familienpässe. Ein online-Antrag ist möglich.

**Liste aller staatlichen Einrichtungen und online-Antrag: [www.sozialministerium-bw.de/landesfamilienpass](http://www.sozialministerium-bw.de/landesfamilienpass)**

# Auf die Plätze, Ferien, los...

Fünfte Feriencamp Messe am 3. Februar

Stuttgart (LRM) – Wenn die fünfte Feriencamp- und Urlaubsmesse am 3. Februar ihre Pforten öffnet, können sich kleine und große Besucher und Besucherinnen an vielen Ständen und bei diversen Aktionen in den Ferienmodus beamen.

Zur Zeit sind im Treppunkt Rotebühlplatz noch diverse Umbauten im Gange, aber demnächst wird das Foyer mit freundlicherem Ambiente, neuen Sitzelementen und einer Bar im Erdgeschoss fertiggestellt, so dass die Feriencamp Messe als eine der ersten Veranstaltungen von dieser Verschönerung profitieren wird.

Deshalb freuen wir uns, dass wir wieder eine breite Palette an Veranstaltern für eine Teilnahme gewinnen konnten, die für jeden Geschmack und Geldbeutel Angebote dabeihaben. Da gibt es renommierte Ferienspezialisten aus Stuttgart genauso wie überregionale Anbieter, die zum Teil das fünfte Mal dabei sind.

Der Besuch der Messe ist kostenlos, eine Messebroschüre mit Informationen zu allen Ausstellern und mit Standplan gibt es am Luftballon-Stand. Mit etwas Glück kann man sogar einen attraktiven Preis gewinnen, entweder beim Drehen am Glücksrad, bei der Besucherbefragung des Luftballon oder bei einzelnen Ausstellern. Einzelne Darbietungen sorgen im Treppunkt Kinder für Abwechslung. Und



Viel Andrang beim Glücksrad am Luftballonstand

das Café Rudolfs wird an der neuen Bar Essen und Trinken offerieren.

Fünfte Feriencamp Messe, Sa 3. Februar, 11 bis 16 Uhr, Treppunkt Rotebühlplatz, Rotebühlplatz 28, S-Mitte, Eintritt frei, [www.feriencampmesse.de](http://www.feriencampmesse.de)

## Familien jetzt entlasten!

SPD fordert: Keine Kindertagengebühr mehr in Stuttgart

Stuttgart (tm) - Nachdem sich die Einnahmen der Stadt erneut deutlich erhöhen, bekräftigen die Sozialdemokraten im Stuttgarter Rathaus ihre Forderung, Familien mit kleinen Kindern jetzt finanziell zu entlasten.

Angesichts immer stärker steigender Mieten könnten aus Sicht der SPD vor allem Familien mit kleinen Kindern eine finanzielle Entlastung durch die Stadt sehr gut gebrauchen. Deshalb hat die SPD-Fraktion bei den laufenden Haushaltsberatungen beantragt, den Besuch von Kindergärten Schritt für Schritt gebührenfrei zu machen, wie es zum Beispiel in Heilbronn schon seit vielen Jahren gilt. Eine Familie mit Kindern im Kindergartenalter könnte so um rund 2.000 Euro pro Jahr entlastet werden.

SPD-Fraktionsvorsitzender Martin Körner meint dazu „Es ist gerecht und sinnvoll, wenn normal verdienende Familien für den Kindergarten keine Gebühren mehr zahlen müssen. Da geht es schnell um 2.000 Euro pro Jahr, und zwar netto. Das Geld dafür ist da. Bei erneuten jährlichen Mehreinnahmen von über 30 Mio. Euro kann der städtische Haushalt Einnahmeausfälle von 2,7 Millionen Euro pro Jahr gut verkraften.“

Die Sozialdemokraten werben nach eigenen Angaben nach wie vor bei den anderen Fraktionen dafür, Familien mit Familiencard finanziell



Kostenfreie Kitabetreuung?

zu entlasten. Familien mit Familiencard verfügen über eigenes Erwerbseinkommen von bis zu 60.000 Euro im Jahr. Es handelt sich dabei um sogenannte Schwellenhaushalte beziehungsweise Normalverdiener, die aus Sicht der SPD besonders dringend eine finanzielle Unterstützung bräuchten. Im Zuge der Haushaltsberatungen ist jetzt bekannt geworden, dass für die vollständige Beitragsbefreiung dieser Gruppe 2,7 Mio. Euro aufzuwenden sind. Das hatte das Referat Jugend und Bildung auf Anfrage der SPD-Fraktion mitgeteilt.“

**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](http://www.littlegiants.de)

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](http://www.hochbegabung-stuttgart.de)

Sophienstraße 40  
70178 Stuttgart  
Tel.: 0711.563 989

Praxis für Familien- und Kinderzahnheilkunde mit Kieferorthopädie

Gesunde Zähne für die gesamte Familie.





## Alles neu - oder?

Der „neue“ Luftballon

von Michael Rees

**Spätestens hier sollte es Ihnen aufgefallen sein, der Luftballon sieht anders aus! Aus Anlass unseres 20-jährigen Jubiläums im Juni diesen Jahres, war es wieder einmal an der Zeit, am Aussehen und Inhalt unserer Zeitung zu feilen. Ganz unbescheiden finde ich, das Ergebnis kann sich sehen lassen. Und das ganze Team des Luftballon hofft, dass auch Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, der neue Luftballon gefällt.**

Ein Jahr lang haben wir uns Gedanken gemacht, analysiert, diskutiert und

ausprobiert. Probeausdrucke gemacht und Ideen wieder verworfen. Besonders unsere Mediengestalterin Melanie Schwarz hatte viel zu tun, wenn es darum ging, vage Ideen umzusetzen, eigene Alternativen zu finden und aus diesem Sammelsurium schließlich ein Konzept aus einem Guss hinzubekommen. Manchmal ist es nicht leicht gefallen, sich von Liebgewonnenem zu verabschieden, aber einige alte Zöpfe mussten nach 20 Jahren auch mal abgeschnitten werden.

Nun viel Spaß beim Weiterlesen. Über Lob und Kritik zum neuen Luftballon freuen wir uns auf unserer Facebookseite [www.facebook.com/LuftballonStuttgart](http://www.facebook.com/LuftballonStuttgart) oder per Mail an [mail@elternzeitung-luftballon.de](mailto:mail@elternzeitung-luftballon.de)

## Mehr Luftballon

Seit 1998 erschienen jedes Jahr zehn Ausgaben des Luftballon pro Jahr. Zu den Weihnachts- und den Sommerferien, gab es zwei Doppelnummern. Doch auch

in den Ferien ist das Informationsbedürfnis unserer Leserinnen und Leser immer mehr gestiegen und wir konnten manchen

Termin im zweiten Monat einer Doppelausgabe nicht mehr aufnehmen, weil wir zu kurzfristig informiert wurden. In unseren Diskussionen zum „neuen Luftballon“ kamen wir auch zu dem Ergebnis, noch aktueller zu erscheinen. So können Sie den Luftballon ab sofort jeden Monat mit nach Hause nehmen, zwölf mal im Jahr.

## Neues Layout

Was auf dem Titel noch sehr zaghaft erkennbar ist, wird beim Aufschlagen der Zeitung umso deutlicher: Editorial und Inhaltsverzeichnis sehen völlig anders aus.

Das Inhaltsverzeichnis ist nicht nur mehr bebildert, sondern auch die Systematik hat sich verändert. Um die verschiedenen Rubriken deutlich zu unterscheiden, hat jede nun eine eigene Farbe, die sich im Heft in der jeweiligen Fußzeile und am Anfang einer Rubrik in einem Dreieck wiederfindet. Auch wenn man das Heft von der Seite anschaut, erkennt man diese Farbe.

Unser Konzept für die redaktionellen Seiten sieht vor, dass wir weniger kurze Artikel haben und auch nur noch eine Schriftgröße für die Überschriften verwenden. Für alles wichtige „Kurze“ haben wir ein neues Konzept, doch dazu unten mehr.

Besonders augenfällig ist, dass wir nun andere Schriften verwenden. Bei den Überschriften haben wir uns einfach die Schrift ausgesucht, die uns am besten gefallen hat. Bei der Schrift für den Text, haben wir uns für eine entschieden, mit der wir auch einen Stuttgarter Grafiker würdigen können.

Die Schrift „Weidemann ITC“ wurde von dem 2011 verstorbenen Grafiker Kurt Weidemann entwickelt und zeichnet sich durch sehr gute Lesbarkeit aus. Und dies, obwohl sie es schafft, auf engem Raum viel Text unterzubringen - eine Eigenschaft, die besonders für die Terminkalenderseiten wichtig ist.

Grafisch ganz anders gestaltet sind unsere neuen Rubriken.

## Neue Rubriken

Für alles, was bisher als kurzer Artikel im Heft zu finden war, haben wir nun eigene Rubriken. In „Dies & Das“ finden Sie kurze und prägnante Veranstaltungstipps, Buch- und CD-Vorstellungen, einen Produktvorschlag, Einkaufstipps oder auch mal ein Kochrezept. Unsere beiden Kulturticker, die bisher auf unseren Kulturseiten standen, haben wir weiterentwickelt zum „Kultursplitter“, nicht nur mit kurzen Texten, sondern bebildert und grafisch abwechslungsreich gestaltet.

Ganz neu ist auch unsere Rubrik „Auszeit: Nur für Eltern“, in der wir Ihnen Tipps für die Freizeit ohne Kinder geben: eine Ausstellung, ein Theaterstück oder ein nettes Lokal kann da genauso auftauchen wie ein spannender Krimi. Schließlich haben wir die Region und die Stadt zusammengefasst. In den Rubriken „Aktuell“ und „Kultur“ finden Sie jetzt alles Interessante aus der gesamten Region. Um schneller zu erkennen, um welche Städte es sich handelt, stehen diese Orte jedem Artikel vorangestellt, für Stuttgart die jeweiligen Stadtteile.

Unsere übrigen Rubriken bleiben redaktionell unverändert. Weiterhin haben wir in jedem Heft zwei Schwerpunktthemen und je nach Jahreszeit einzelne Seiten, die sich dieser widmen. Der Veranstaltungskalender bietet weiter jeden Monat rund 1.000 Termine für Familien und die Kleinanzeigen finden Sie am Ende des Heftes - allerdings nicht mehr in der „Fundgrube“ sondern unter „Suche und Finde“. Beide Rubriken natürlich auch im übersichtlicheren Layout!

# Willi zum Anfassen

Live-Vortrag „Unterwegs auf wilden Wegen“ in Fellbach



© Welterforscherfilm und so weiter GmbH

Willi Weitzel ist auf wilden Wegen in der Welt unterwegs.

von Alexandra Mayer

Fellbach - Durch die Kindersendung „Willi wills wissen“ bekannt geht Willi Weitzel jetzt andere Wege – oder genauer: wilde. Denn „Willis wilde Wege“ ist der Titel eines Abenteuer-Vortrags, mit dem er in der Schwabenhalle am 14. Januar auftritt.

Auf den Philippinen, in den Anden oder Afrika den Alltag von Kindern kennenlernen, in Alaska Bären und Elchen folgen - das sind nur einige von zahlreichen Geschichten, mit denen „Willis wilde Wege“ begeistern. Hinter diesem Namen steckt ein Live-Multivisionsvortrag, mit dem der bekannte Reporter und Moderator Willi Weitzel zurzeit auf Tour und auch in der Schwabenhalle zu sehen ist. Der Vortrag ist ein spannendes Abenteuer für die ganze Familie, „Willi geht unbedarf an seine Geschichten ran und spricht Kinder damit an. Das ist sein Geheimnis und es kann keiner besser als er“, so Mario Goldstein vom Organisator der Wilden Wege, der Freiräumer GmbH. Der Vortrag sei kurz gesagt „Willi zum Anfassen, er bringt seine Abenteuer auf die große Leinwand“. Und anschließend können die Fans ihren Star noch in einer Autogrammstunde hautnah erleben.

Der Luftballon hat Willi Weitzel einige Fragen über seine Abenteuer gestellt:

**Luftballon:** Vom TV mit „Willi wills wissen“ auf die Live-Bühne mit „Willis wilde Wege“ – war das eine große Umstellung für Dich?

**Willi Weitzel:** Aus dem Fernseher zu steigen und endlich den Menschen, die immer zuschauen, gegenüberzutreten, ist ein bisschen wie nach Hause kommen. Die persönliche Begegnung zwischen mir und den Kindern und Eltern ist

ein spannender Anreiz, der meist alle glücklich macht.

**Luftballon:** Was ist für dich der Reiz daran, deinem Publikum (vor allem den Kindern) jetzt so nah zu sein?

**Willi Weitzel:** Ich bin leidenschaftlicher Reporter, der am liebsten über komplizierte Dinge einfach berichtet. In meiner Multivisions-Show nehme ich die Zuschauer mit auf meine wilden Wege und lasse sie bildreich teilhaben an Themen und an mir.

**Luftballon:** Immer auf Achse – ist das nicht ziemlich anstrengend? Und wie läuft es dann mit dem Familienleben?

**Willi Weitzel:** Es gibt für mich keinen beruflichen Erfolg, der das Familienglück aufwiegen könnte.

**Luftballon:** Was ist in deinem neuen Vortrag dein Lieblings-Wilder Weg und warum?

**Willi Weitzel:** Das ist schwer zu beantworten.... Muss ich mich festlegen? Hm, die größte Freiheit hatte ich, als mich mein Bruder mitten in Deutschland ausgesetzt hat und ich ohne Geld, Handy, Essen und Wechselklamotten durch die Republik gewandert bin.

**Luftballon:** Warum sollten Familien den Abenteuer-Vortrag besuchen?

**Willi Weitzel:** Das Wort Abenteuer erfordert Mut. Denn beim Abenteuer ist nicht klar, was einem alles begegnet und wie es ausgeht. Aber wer den Mut hat, mit mir einen wilden Grizzly zu fotografieren, Kinder im heißen Afrika zu besuchen und einen Strand in Thailand vom Müll zu befreien, der ist bei mir richtig.

Willis wilde Wege, ab 5 Jahren, So 14. Januar, 15 Uhr, Schwabenhalle, Tainer Str. 7, Fellbach, Karten ab 18,50 Euro online über [www.willi-live.de](http://www.willi-live.de)



DACHVERBAND

STUTTGARTER

ELTERN-KIND-GRUPPEN e.V.

Samstag  
03 | 02 | 2018

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

Am 3. Februar 2018 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](http://www.stuttgarter-ekg.de)

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



## SCHWIMMVEREIN CANNSTATT 1898 e.V.

### Geschenkideen zu Weihnachten

Mitgliedschaft  
im Schwimmverein  
Gutscheine für  
Meerjungfrauen-  
schwimmen

- Kostenloses Schnuppenschwimmen
- Mehrere Schwimmschulen
- Angebote zum Schwimm- und Wasserballsport für Kinder ab 6 Jahren und Kinderturnen
- Großes Vereinsgelände mit Kinderschwimmbecken außen und Spielplatz

**Öffnungszeiten:** Mo bis Fr 6.00 - 21.00 Uhr  
Sa + So 7.00 - 21.00 Uhr

Krefelder Straße 24, 70376 Stuttgart, Tel. 54 50 05  
[infoline@sv-cannstatt.de](mailto:infoline@sv-cannstatt.de), [www.sv-cannstatt.de](http://www.sv-cannstatt.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](http://www.Musikschule-Eberhard.de)  
Telefon 8 87 64 10

[www.SprichSprachen.de](http://www.SprichSprachen.de)

Stuttgart-West Ostfildern-Nellingen

Englisch, Russisch, Chinesisch, Spanisch  
für Kinder ab 3 Jahren

Russische und englische Spielgruppen  
für Kinder ab 9 Monaten

Einzelunterricht und Ferien-Intensivkurse

Alle Angebote auch für Erwachsene

Infos und  
Probestunde:  
0711/6498880



Leserbriefe

Mit der Juni-Ausgabe 2018 feiert der Luftballon sein 20jähriges Jubiläum. In dieser Ausgabe möchten wir daher auch unsere Leserinnen und Leser zu Wort kommen lassen! Welche schönen, kuriosen, besonderen Erlebnisse hatten Sie mit unserer Zeitung? Gab es einen Artikel, einen Termin aus unserem Terminkalender oder eine (Klein)-Anzeige, die besonders wichtig für Sie war? Wie nutzen Sie unsere Zeitung aktuell oder sind Sie sogar Leserin oder Leser der ersten Stunde? Wir freuen uns sehr über Zuschriften unter: mail@elternzeitung-luftballon.de oder per Post unter: Elternzeitung Luftballon, Nadlerstraße 12, 70173 Stuttgart

## Drei-Königs-kuchen

(lf) Laut einer Tradition wird derjenige am Drei-Königstag (6. Januar) für einen Tag König, der die Mandel in seinem Stück des Kuchens findet. Wenn sich alle um die Kaffetafel versammeln, wird es spannend.

Hier das Rezept zum Nachbacken:



500 g Mehl / 1,5 TL Salz / 3 EL Zucker / 1 Päckchen Trockenhefe vermischen. 60 g flüssige Butter / Schale einer unbehandelten Bio-Zitrone / 4 EL Rosinen / 300 ml lauwarme Milch dazu geben, alle Zutaten zu einem glatten Teig verkneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur 2 Std. gehen lassen. 8 Portionen á 80 g zu Kugeln formen, in eine davon eine Mandel stecken und auf das Backblech legen. Mit Eigelb bestreichen, mit körnigem Zucker und Mandelblättchen bestreuen. Bei 180 Grad Ober-/Unterhitze 30 Minuten auf unterster Stufe backen.

## Dies & Das

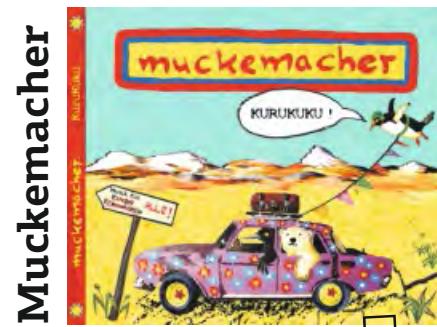
# Apassionata

## - Gefährten des Lichts

(cr) Alana wird als junges Mädchen ausgewählt, Menschen mit leuchtenden Herzen zu finden, um die Erde vor der ewigen Dunkelheit zu bewahren. Die schönsten Pferderassen Europas begleiten die inspirierende Geschichte des Regisseurs Klaus Hillebrecht. Durch emotionale musikalische Arrangements, neue Bühnentechniken und Lichtkonzepte eine ganz neue Inszenierung der reiterlichen Highlights.



Termine: Fr, 9.3.2018, 20 Uhr  
Sa, 10.3.2018, 15 Uhr und 20 Uhr  
So, 11.3.2018, 14 Uhr und 18.30 Uhr  
Hanns-Martin-Schleyer-Halle, Stuttgart  
Karten unter [www.apassionata.com/de/tickets/stuttgart](http://www.apassionata.com/de/tickets/stuttgart)



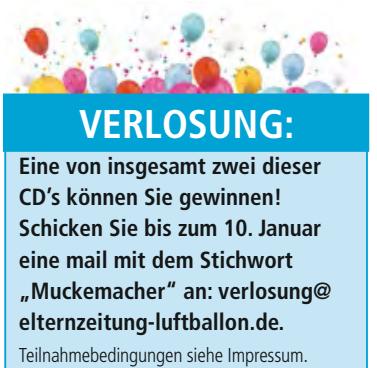
„Kurukuku“

### Eine tolle Familien-CD.

Vereint liebevoll Balkanbeats, Rocksteady, Hip-Hop, Beatbox, Cumbia und Gypsy Swing. Schöne Musik zum gemeinsamen Hören, Tanzen und Sich Freuen. Muckemacher "Kurukuku", ab 3 Jahre, EAN 0040232925436, 15 Euro, im Handel, als Stream, [www.muckemacher.de](http://www.muckemacher.de).

### VERLOSUNG:

Eine von insgesamt zwei dieser CD's können Sie gewinnen! Schicken Sie bis zum 10. Januar eine mail mit dem Stichwort „Muckemacher“ an: [verlosung@elternzeitung-luftballon.de](mailto:verlosung@elternzeitung-luftballon.de). Teilnahmebedingungen siehe Impressum.



# Allerhand kreative Ideen zum Basteln mit Kindern



Djennat Derradj;  
Kinderkram -  
Werken, Basteln,  
Selbermachen  
für die ganze Familie;  
2017, AT Verlag, Aarau und München,  
Gebundene Ausgabe, 176 Seiten, 25,00 Euro;  
ISBN 978-3-03800-990-0

# Night of Freestyle

Am 24. Februar wird die Stuttgarter Schleyer-Halle erstmals in eine Extremsport-Arena verwandelt. Ab 17 Uhr wird beinahe alles in die Luft katapultiert und über die Rampen gejagt, was Räder hat. Die internationalen Ikonen und Newcomer der Szene bringen die Besucher auf ihren Motocross-Maschinen, Mountainbikes, Schneemobilen, BMX-Bikes und Buggys zum Ausrasten. Garniert wird das unglaubliche Showprogramm mit Pyrotechnik und Lasereffekten, so dass kaum Zeit zum Luftholen bleibt. Tickets und Infos unter [www.night-of-freestyle.de](http://www.night-of-freestyle.de)



© Anna Mohn

## VERLOSUNG:

Unter allen Einsendungen, die uns bis einschließlich 10. Januar mit dem Stichwort „Night of Freestyle“ unter [verlosung@elternzeitung-luftballon.de](mailto:verlosung@elternzeitung-luftballon.de) oder per Postkarte an den Verlag erreichen, verlosen wir zweimal zwei Tickets.

Teilnahmebedingungen siehe Impressum.

# Größte CMT aller Zeiten

Die Urlaubsmesse feiert vom 13. bis 21. Januar 2018 ihren 50. Geburtstag. Als erste Veranstaltung der Messe Stuttgart nimmt sie die neue Paul Horn Halle (Halle 10) in Betrieb und wächst mit 120.000 Quadratmetern Ausstellungsfläche zur größten CMT aller Zeiten.

Hier können alle ihren Traumurlaub und alles, was dazu gehört, finden. Badeurlaub, Ferien auf dem Bauernhof, das Ferienhaus am Nordseestrand, eine Abenteuertour mit Zelt und Caravan oder einfach nur ein Tagstrip - Ideen für Familienreisen gibt es auf der CMT in Hülle und Fülle. Zusätzlich machen über 1.000 Caravans und Reisemobile sowie Zelte Lust darauf, mit den Kleinen auf „Entdeckungsreise“ zu gehen. Zahlreiche Shows, ein Urlaubskino, Multivisionen, internationale Folklore und kulinarische Köstlichkeiten aus der ganzen Welt entführen kleine und große Besucher in die schönsten Urlaubsziele der Welt.

[www.cmt-messe.de](http://www.cmt-messe.de)



© Messe Stuttgart

## VERLOSUNG:

Unter allen Einsendungen, die uns bis einschließlich 4. Januar mit dem Stichwort „CMT“ unter [verlosung@elternzeitung-luftballon.de](mailto:verlosung@elternzeitung-luftballon.de) oder per Postkarte an den Verlag erreichen, verlosen wir zehnmal zwei Tickets.

Teilnahmebedingungen siehe Impressum.

# Königlich



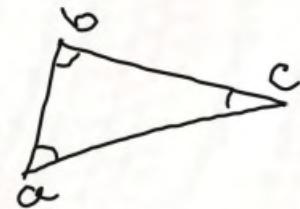
Beim Dreikönigstag am 6. Januar geht es im Museum der Alltagskultur von 11 bis 18 Uhr königlich-festlich zu mit Kamelreiten, Geschichten und Legenden über die Heiligen Drei Könige, Kreativwerkstatt, Museumskasperle und den Waldenbucher Sternsingern.

**Museum der Alltagskultur, Schloss Waldenbuch**, Kirchgasse 3, Waldenbuch, Eintritt Erwachsene 3 Euro, ermäßigt 2 Euro, Kinder bis 12 frei.  
[www.museum-der-alltagskultur.de](http://www.museum-der-alltagskultur.de)

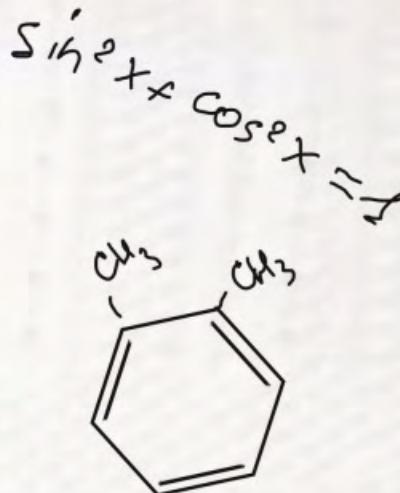
$$\sin(\pi - \alpha) = \sin \alpha$$

# Baby und Kleinkind

$$1=0$$



$$b^2 = c^2$$



$$t = 3,$$

$$c = \sqrt{a^2 + b^2}$$



## Geheimakte Baby

Was denken sie?

Von Christina Stefanou

**Alle Eltern fragen sich, was in Babys Kopf vor sich geht. Schade, dass sie uns das nicht erzählen können. Nach über 70 Jahren Forschung über die Gehirnentwicklung Neugeborener ist sich die Wissenschaft aber sicher, dass Babys viel mehr mit auf die Welt bringen, als wir glauben.**

Die Welt des siebenjährigen Tims gerät völlig aus den Fugen, als eines Tages ein Baby ins Haus kommt. Es wird ihm als sein kleiner Bruder vorgestellt, aber Tim bemerkt, dass das Baby spricht wie ein Erwachsener und nennt es Boss Baby. Dieses ungewöhnliche Baby im gleichnamigen Film ist in geheimer Mission unterwegs, läuft mit einem Aktenkoffer umher und

redet schlaues Zeug, sobald seine Eltern außer Sicht sind. Interessante Vorstellung und man fragt sich als Kinobesucher, ob das eigene Baby vielleicht auch...?

Wohl nicht ganz so, wie im Film, aber Babys kommen nicht als unbeschriebenes Blatt auf die Welt, wie das der Pionier in der Entwicklungspsychologie, der Schweizer Psychologe Jean Piaget, Mitte des 20. Jahrhunderts noch vermutete. Was Babys denken, entspringt nach Meinung der renommierten Psychologin Sabina Pauen einem Wechselspiel von mitgebrachten Fähigkeiten, körperlichen Reifungsprozessen und ständig wachsenden Erfahrungen. „Ein Baby will das Verhalten der Dinge, denen es in der Welt begegnet, sicher vorhersagen können und Gesetzmäßigkeiten erkennen“, erklärt sie in ihrem Buch „Was Babys denken“. Um diese Fähigkeit entwickeln zu

können, braucht es genügend Anregungen über alle Sinneskanäle. „Die Wahrnehmung ist also die notwendige Voraussetzung für Babys Denkprozesse“, erläutert die Heidelberger Professorin. Die ersten beiden Jahre sind die wichtigsten, denn in diesen 24 Monaten lernen wir Meilensteine fürs weitere Leben. Das Baby lernt sozusagen unermüdlich. Wenn es in Mamas oder Papas Armen liegt, später beim Spielen und natürlich vor allem im Schlaf. In den ersten drei Monaten braucht es ungefähr 16 Stunden Schlaf. Erholung ist dabei nur ein Effekt. Untersuchungen von Hirnaktivitäten haben gezeigt, dass Babys doppelt so viel träumen wie Erwachsene. Während dieser Zeit läuft das Gehirn also auf Hochtouren, denn es muss alle Sinnesindrücke verarbeiten und jedes Mal verändert sich die Struktur des Gehirns.

### Das Gehirn entwickelt sich rasant

Denken ist ein hochkomplexer geistiger Vorgang. Wer denkt, bildet sich eine Meinung, hat Erinnerungen, Vorstellungen oder Vermutungen und kann Schlussfolgerungen ziehen. Das kommt nicht etwa plötzlich aus dem Nichts. Bei der Geburt verfügt das Gehirn schon über mehr als 100 Milliarden Nervenzellen. Tausende von neuen Synapsen werden jeden Tag gebildet. Das Gehirn entwickelt sich in rasantem Tempo. Vieles spricht mittlerweile sogar dafür, dass Babys schon ein gewisses grundsätzliches Verständnis für physikalische Gesetze mitbringen – eine Grundvoraussetzung für Denkleistungen, meint die Expertin. Es weiß zum Beispiel schon, dass Objekte feste Außengrenzen besitzen. Was trivial klingt, ist es keineswegs,

denn wüsste Baby dies nicht, wäre es ihm unmöglich, Gegenstände zu erkennen und voneinander zu unterscheiden. Und das Baby weiß auch, dass sich Gegenstände nicht einfach auflösen, wenn sie aus dem Gesichtsfeld verschwinden. Es kann gewisse Vorhersagen machen, wohin sich ein Gegenstand hin bewegt.

Babys können auch schon abstrahieren, das heißt von einem Sachverhalt auf einen anderen schließen. Die Heidelberger Forscherin ist der Meinung, dass Kinder schon im Alter von drei bis vier Monaten erste einfache Kategorien bilden, wie zum Beispiel: dieses Objekt gehört zur Kategorie Vogel. Mit sieben Monaten könnten Kinder dann über Ursache und Wirkung nachdenken. Also zum Beispiel, die Breischale fällt nach unten, wenn ich sie vom Tisch schiebe, das macht einen großen Lärm und dann wird Mama laut – das gefällt mir, also mache ich das öfter.

### Lebewesen funktionieren anders als Objekte

Spannend ist auch, dass Säuglinge anscheinend Erfahrungen mit Lebewesen anders verarbeiten als Erfahrungen mit unbelebten Gegenständen. Mama, Papa, Oma oder Opa scheinen sich in Babys Welt nach anderen Regeln zu verhalten, als der Ball oder das Mobile. Schon die Kleinen wissen, dass das Verhalten von Lebewesen wohl auch mit deren Gefühlen und Interessen zu tun hat. Da kommen dann die viel zitierten Spiegelneuronen ins Gespräch. Sie sitzen in den Tiefen des Hirnareals im Limbischen System und dienen dem Grundbedürfnis des Menschen, stabile Beziehungen aufzubauen. Lächelt das Baby, wenn es satt und zufrieden ist, lächeln die Eltern automatisch zurück. Dieses Lächeln ist angeboren, auch Babys, die blind geboren werden und noch nie ein Lächeln gesehen haben, beherrschen es. Durch diese Art der Kommunikation, so sagen Neurowissenschaftler, entwickeln sich irgendwann Mitgefühl und Anteilnahme. Damit das gelingt, braucht das Baby genügend Zuwendung und Aufmerksamkeit, also Eltern, die sich mit ihm unterhalten, die zurücklächeln, Grimassen schneiden und lustige Laute von sich geben.

### Babys können Geräusche fühlen

Britische Wissenschaftsjournalisten haben in einer spannenden Dokumentation zusammengefasst, wie Babys die Welt wahrnehmen. Schon direkt nach der Geburt versucht das Baby, seine Umgebung zu begreifen. Wissenschaftler glauben, ein Baby sieht nur auf eine Entfernung bis 20 Zentimeter scharf. Was weiter entfernt ist, sieht es unscharf, weil das Gehirn die beiden Bilder, die durch die Augen aufgenommen werden, noch nicht zu einem vollständigen Bild zusammensetzen kann. Zufall? Das ist genau die Entfernung zwischen ihm und seiner Mutter beim Stillen. Dafür ist sein Gehör schon gut ausgebildet. Direkt nachdem es zur Welt gekommen ist, erkennt es die Stimme seiner Mutter und Geräusche, die es

während der Schwangerschaft gehört hat, wieder. „Babys besitzen Fähigkeiten, die wir als Erwachsene wieder verlieren“, sagt der Regisseur Barny Revill. Erstaunlich ist zum Beispiel, dass Babys anscheinend mehrere Empfindungen gleichzeitig zu haben scheinen. So können sie ein lautes Geräusch hören und dies gleichzeitig in den Fingerspitzen fühlen. Ein helles Licht sehen sie nicht nur, sie haben auch das Gefühl, es riechen zu können. Die Forscher erklären das damit, dass Billionen von Gehirnzellen noch nicht so miteinander verschaltet sind, wie bei uns Erwachsenen.

Zwar kann es uns noch nicht sagen, was es möchte, aber das Baby kommuniziert schon mit seiner Umwelt und die kann es verstehen, wenn sie aufmerksam ist. Sein Schreien unterscheidet sich offensichtlich je

nachdem, was es ausdrücken möchte. Entscheidend ist, wie der Schrei beginnt, haben die Wissenschaftler festgestellt. Ein müdes Baby beginnt mit einem „au“-Laut, der sich aus dem Gähnen entwickelt. Bei einem hungrigen Baby streicht die Zunge über den Gaumen, so entsteht ein „na“-Laut. Wer genau zuhört, erkennt also, was sein Baby sagen will. Das tatsächliche Sprechen beginnt eben schon weit vor der Geburt.

### Alles ändert sich

Studien zeigen, dass es mit sechs Monaten alle 150 Klänge erkennen kann, aus denen alle Sprachen dieser Welt bestehen. Wie genau die Laute gebildet werden, lernt es anhand der Mundbewegungen, die es von den Erwachsenen abschaut und nachahmt. Das heißt, in diesem Moment ist ein Baby fähig, alle Sprachen der Welt zu erlernen.

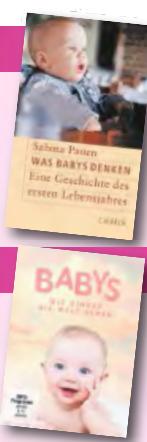
Mit 18 Monaten passiert dann plötzlich etwas Besonderes: Das Baby erkennt sich im Spiegel. Und damit entwickelt es ein ganz neues Bewusstsein, das für sich selber. Gleichzeitig mit dieser Entdeckung kommt es zu den ersten Wutanfällen. Was hier genau im Gehirn geschieht, darüber rätselt die Wissenschaft noch. Nach dem zweiten Geburtstag sprechen die meisten Babys schon Zwei-Wort-Sätze. Damit verändert sich das Leben eines Babys für immer, denn jetzt ist endlich die Zeit gekommen, in der es uns direkt sagen kann, was es denkt und fühlt.

#### BUCHTIPP:

**Sabina Pauen: „Was Babys denken“.** Eine Geschichte des ersten Lebensjahres. Verlag C. H. Beck, München 2006. 232, ISBN 9783406548826, 17,90 Euro

#### DVD-TIPP:

**Die geheime Welt der Babys,** Wissenschafts-Dokumentation Großbritannien 2017, EAN 4006448767327, 9,99 Euro



## Städtisches Elternseminar

### Wir machen Erziehung zum Thema!

Im Stadtteil, kostenfrei, auch muttersprachlich in Elternkursen und offenen Treffpunkten. Sie haben Bedarf an einem bestimmten Thema? Teilen Sie uns Ihre Wünsche und Anregungen mit:

Telefon: 0711 / 216-80 344 (Sekretariat)



## „Babys besitzen Fähigkeiten, die wir als Erwachsene wieder verlieren.“

Barny Revill, Regisseur

- Wir betreuen Ihre Kinder und führen den Haushalt weiter
- Finanzierung bei ärztlicher Verordnung über die Krankenkasse

### MAMA IST KRANK?

### WIR KOMMEN!

familien  
pflege  
esslingen



Familienpflege Esslingen  
tel. 0711 3655621 ■ www.familienpflege-es.de ■ mail@familienpflege-es.de



# „Minalabad“



Wir verstehen Kinder.

Das Bad  
im Bad, nur  
für Kinder.

# KINDERLAND LEUZE

Öffnungszeiten: täglich von 8:00–21:00 Uhr

Am Leuzebad 2–6, 70190 Stuttgart  
Telefon 0711 216-99700

stuttgart.de/baeder/leuze



Pforzheimer Strasse 338 TEL. 0711-88 93 567 www.logopaedie-  
70499 Stuttgart-Weilimdorf FAX 0711-88 93 568 wortschatz.com

**Kurse & mehr...**

- Infoabende
- Geburtsvorbereitungskurse
- Akupunktur für Schwangere
- Säuglingspflegekurse
- Pilates
- Rückbildungsgymnastik
- PEKiP-Gruppen
- Still- und Müttercafé
- Babymassage-Kurse
- Erste Hilfe bei Kindern

**ELTERNSCHEULE**  
der St. Anna-Klinik  
Obere Waiblinger Straße 109  
70374 Stuttgart-Bad Cannstatt

Geburtsklinik zertifiziert von  
BABY FREUNDLICH  
BUNDESVERBUND  
FÜR  
MÄDCHEN  
UND  
JUNGEN

(0711) 52 02 - 259  
www.st-anna-klinik.de  
elternschule@st-anna-klinik.de

**Von Bauch ...  
... bis Baby**

Hebammenpraxis  
und Geburtshaus  
Stuttgart-Mitte  
Gaisburgstr. 12c  
www.geburtstun.de  
Tel. 0711-60 57 51

**SABINE KÖNIG**  
Diplom Sozialpädagogin

Praxis für Beziehungs- und Erziehungsfragen

Praxis für Säuglings- und Kleinkindfragen

(Familien-)Supervision & Fortbildung

Hausbesuche, Anfragen und Termine unter  
Tel. 0711 / 993 10 75, Fax 993 10 74,  
www.koenig-s-kinder.de

**Kieferorthopädie für Kinder**

Kieferorthopädische Frühbehandlung

Ganzheitliche Kieferorthopädie

Schonende Behandlung ohne Zähne ziehen

Bild: © Fotolia

**SONNENBERG**  
Kieferorthopädie

[www.kfo-stuttgart.com](http://www.kfo-stuttgart.com)

Bolzstraße 3  
70173 Stuttgart  
(07 11) 99 79 79 80  
[info@kfo-stuttgart.com](mailto:info@kfo-stuttgart.com)

# Schnuller-Schule

Einige Regeln für das Nuckeln



Schnuller als Überlebenshilfe

© pixelio.de/joachim Berga

von Borjana Zamani

Manche Eltern geben ihrem Baby keinen Schnuller. Sie fürchten große Abhängigkeit davon, spätere Zahnfehlstellungen oder dass das richtige Saugen an der Brust verlernt wird. In den ersten Lebenswochen des Babys raten Hebammen deswegen tatsächlich von einem Schnuller ab.

Babys werden mit einem Saugreflex geboren, der ihnen hilft, sich zu beruhigen. Klaudia Oberle ist Mitarbeiterin in der Babysprechzeit am Olgahospital, Diplompsychologin und Psychotherapeutin für Eltern und Säuglingskleinkinder. „Die Flasche oder die Brust statt Schnuller zu geben ist eine Mogelpackung. Das macht das Kind abhängig von der Mutter. Der Vater ist eine ganz wichtige Resource, es wäre schade, wenn er nicht helfen könnte“, sagt sie. Der Schnuller sei gerade im ersten Lebensjahr eine wichtige Beruhigungshilfe. „Für uns als Psychologen ist es egal, ob das Baby seinen Daumen oder den Schnuller nimmt. Das ist seine Überlebenshilfe“, erklärt Oberle.

## Richtig dosieren

Dabei sei es jedoch wichtig zu beachten, den kleinen Helfer nicht pausenlos zu geben, sondern nur wenn das Baby nicht von allein runterkommt oder einschläft. Deswegen empfiehlt sie ab einem Jahr, wenn die Kinder das Zimmer erkunden oder spielen, keinen Schnuller im Mund zu haben. Selbst wenn sie noch keine richtigen Worte sprechen, besteht die Gefahr, dass sie das Sprechen falsch lernen. Auch an den Schnuller müssen sich manche Kinder gewöhnen, deswegen sollten Eltern ihn mehrmals anbieten. Wenn Babys ihn nicht wollen, sei es doch wichtig, meint Oberle, dass sie irgend etwas haben, womit sie ihren Saugreflex stillen können.

Der Daumen ist jedoch nicht optimal. „Das Daumenlutschen ruft viel mehr als der Schnuller die Bildung des offenen Bisses und Wachstums-hemmungen des Kiefers hervor. Offene Bisse sind nicht selten Ursache für Sprachstörungen“, sagt Irina Wohlwender, Oberärztin und Fachärztin für Mund-Kiefer-Gesichtschirurgie im Katharinenhospital Stuttgart. „Aus kieferorthopädischer Sicht gilt ein Schnuller als günstiger als ein Daumen, da die Abgewöhnung leichter fällt“, erklärt Boris Sonnenberg, Kieferorthopäde aus Stuttgart.

Aber auch, wenn der Schnuller zu lange benutzt wird, sei abhängig vom Wachstumsmuster des Kindes mit Kieferfehlentwicklungen und Zahnfehlstellungen zu rechnen, die nicht selten in einer Kieferorthopädischen Behandlung, durch Logopädie unterstützt, enden. Deswegen rät Sonnenberg den Schnuller bis zum dritten Lebensjahr abzugewöhnen.

## Beim Kauf beachten

Wenn Familien einen Schnuller kaufen wollen, sollten sie ein paar wichtige Merkmale beachten. Wohlwender fasst sie zusammen: Man solle auf die kiefergerechte Form achten und lieber eine kleine Größe kaufen, nicht Größe drei. Außerdem sei es wichtig zu beachten, dass der Schnuller ein möglichst flaches, kleines, querovales Lutschteil hat, er solle möglichst flexibel und beweglich sein und möglichst geringes Gewicht haben. Eine Schnullerkette zum Beispiel erhöhe das Gewicht zusätzlich. Ob aus Silikon oder Latex ist Babys Geschmacksache. Beide Materialien seien geprüft, sagt Wohlwender. Dennoch könne das Risiko von Schadstoffen minimiert werden, indem der Schnuller vor der ersten Benutzung und dann regelmäßig ausgekocht wird.

Beim Gesundheitsamt Stuttgart kann man sich einmal im Monat (nächstes Mal am 18.1., siehe Terminkalender) beim Angebot „1x1 für Kinderzähne“ kostenlos zum Thema beraten lassen.

# Babys in Bewegung

Video-Tipps für Zuhause



(akr) - **Bewegung ist ein wichtiger Baustein einer gesunden Entwicklung. Kinder sollten daher so früh wie möglich mit Bewegungsangeboten in Berührung kommen und in ihrem natürlichen Bewegungsdrang unterstützt werden. Der Ratgeber der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg, „Babys in Bewegung“, hilft Eltern, ihre Kinder schon von Klein auf motorisch zu fördern.**

Schauplatz Wohnzimmer: Ein Bügelbrett liegt zusammengeklappt schräg auf dem Sofa und wird zum Sportgerät. Rauf krabbeln und runter rutschen, den Babys macht das Spaß. Der Ratgeber „Babys in Bewegung“ gibt frischgebackenen Eltern in 20 Folgen ganz einfache Tipps, wie man zu Hause mit einfachen Mitteln seine Kinder in ihrer Motorik gezielt fördern kann. In den Video-clips werden auch Fragen aufgegriffen: „Welche Bedeutung hat das Gleichgewicht für die kindliche Entwicklung?“ oder „Wie funktioniert die Augen-Hand-Koordination?“. Die Bewegungsexpertin

Renate Zimmer, Direktorin des Niedersächsischen Instituts für Frühkindliche Bildung und Entwicklung, gibt Ratschläge und wichtige Informationen. Auf der Homepage der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg können sowohl die 20 Folgen angesehen, als auch die Bewegungsanregungen sortiert nach dem jeweiligen Alter nachgelesen werden. Um auch Eltern mit Migrationshintergrund zu erreichen, wurde der Ratgeber auch in Englisch, Italienisch und Türkisch synchronisiert.

Übrigens: Unter gleichem Titel, „Babys in Bewegung - mit allen Sinnen“ und mit derselben Intention gibt es auch Sportangebote in Vereinen, die Eltern die Möglichkeit geben, sich untereinander auszutauschen. Gleichzeitig ermöglichen sie einen frühen Zugang zum Vereinssport.

„Babys in Bewegung“, 20 Folgen unter [www.kinderturnstiftung-bw.de](http://www.kinderturnstiftung-bw.de), Die kostenlose Broschüre mit DVD kann unter [daubenfeld@kinderturnstiftung-bw.de](mailto:daubenfeld@kinderturnstiftung-bw.de) angefordert werden.

## Was hat mein Kind?

Buchtipp: Kindergesundheit

In seinem Nachschlagewerk „Kindergesundheit“ legt der Kinder- und Jugendarzt Dr. med. Romanus Röhnel, großen Wert auf die vielen kleinen Auffälligkeiten des Alltags.

Unklare Symptome bei einem Kind wie Bauchschmerzen oder Fieber können Eltern leicht unsichern. Wann ist es tatsächlich krank? Was können Eltern selbst behandeln? Wann sollten sie auf jeden Fall zum Arzt gehen?

Diese und viele weitere Fragen beantwortet Röhnel, selbst Vater von vier Kindern, täglich in seiner Praxis und nun im Ratgeber

„Kindergesundheit“. Aus Erfahrung weiß er, dass die Intuition der Eltern mit den Kindern wächst: „Eltern sind das ‚Frühwarnsystem‘ ihrer Kinder: keiner kennt das Kind so gut wie sie.“

Spätestens zu den insgesamt 14 regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen, den sogenannten „Us“, schauen Eltern mit ihren Kindern beim Kinderarzt vorbei. „Es geht um Beratung und das frühe Erkennen von Krankheiten oder Störungen der altersgerechten Entwicklung“, erläutert Röhnel. Worauf genau er dabei achtet und welche Fragen er stellt, erklärt er in seinem Ratgeber ausführlich. Darüber hinaus gibt er einen umfassenden Überblick über die häufigsten Erkrankungen in der Baby- und Kinderzeit und beschreibt, woran Eltern diese erkennen und was sie selbst tun können.

### VERLOSUNG:

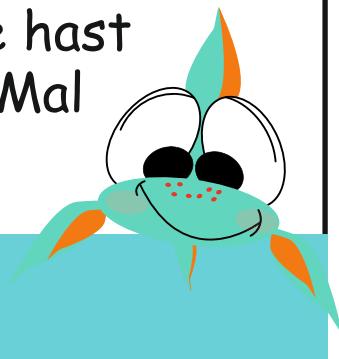
Wir verlosen jeweils fünf Freiexemplare des Buches. Wer gewinnen möchte, schickt bitte unter dem Stichwort „Kindergesundheit“ eine Mail an: [verlosung@elternzeitung-luftballon.de](mailto:verlosung@elternzeitung-luftballon.de) oder eine Postkarte an Elternzeitung Luftballon, Nadlerstr. 12, 70173 Stuttgart, Einsendeschluss ist der 10. Januar 2018. (Adresse nicht vergessen) Teilnahmebedingungen siehe Impressum.

Romanus Röhnel,  
Kindergesundheit, Wie Sie  
Krankheiten erkennen.  
Was Sie selbst tun  
können,  
Trias Verlag  
Stuttgart 2017,  
29,99 Euro



Milchzähne hast  
Du nur ein Mal  
im Leben.

der  
**milchzahn.**  
com



## Handweberei



**Wir weben für Sie  
Textilien aus Naturfasern**

Wollteppiche, Taschen  
Babytragetücher Schals  
Tischdecken Postkarten  
Kuscheldecken ...und vieles mehr

**Karl-Schubert  
Gemeinschaft e.V.**

Kurze Str. 31, 70794 Filderstadt  
Telefon: 0711- 77091- 35  
E-Mail: [weberei@ksg-ev.eu](mailto:weberei@ksg-ev.eu)  
[www.ksg-ev.eu](http://www.ksg-ev.eu)

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



## TV-Ratgeber „Babys in Bewegung“

20 Folgen geben Infos zur motorischen Entwicklung der Babys und zeigen Bewegungsanregungen für Zuhause auf.

Folge 20 beschreibt das Kursprogramm „Babys in Bewegung – mit allen Sinnen“.



**In Deutsch, Englisch,  
Italienisch und  
Türkisch!**

[www.kinderturnstiftung-bw.de](http://www.kinderturnstiftung-bw.de)

<p>Kinderwagen · Sportwagen · Buggies · Puppenwagen · Stubenwagen · Kinderzimmer</p>	<p>Matratzen · Autositze · Fahrradsitze · Laufgitter · Schnuller</p>	<p>●</p>
<p><b>Hier sind 100% Familie drin!</b></p> 	<p>Wir als Familienbetrieb wissen, was junge Familien am Anfang tatsächlich benötigen und geben Ihnen das bei unserer <b>kostenlosen und unverbindlichen Erstausstattungs-Beratung für junge Eltern</b> gerne weiter.</p> <p>Informieren Sie sich auch auf unserer Internetseite über viele interessante Top-Angebote.</p> <p><i>Mehr für Ihr Geld – und für Ihr Baby das Beste!</i></p> <p><b>princess</b></p> <p>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 · <a href="http://www.princess-kinderwagen.de">www.princess-kinderwagen.de</a></p> <p><b>P</b> Kostenlose Parkplätze direkt am Haus</p> <p>Mo – Do 10 – 18 Uhr · Fr 10 – 19.30 Uhr · Sa 10 – 17 Uhr</p>	<p>Krabbedecken · Truhnenbanken · Lauflerngeräte · Ruckentragen · Tragetüten · Lernspielezeug</p> <p>●</p>

# Windeln wechseln, gewusst wo!

## Die besten Wickelräume in der Stuttgarter City



*Das Wickelzimmer im Rathaus bietet auch Platz zum Spielen.*

eine Wandmalerei am Wickeltisch und ein Bild ist der Raum eher nüchtern, aber zweckmäßig.

önigstraße 6

P & C

Der Wickelraum ist im 1. Stock bei der Kinderabteilung. Den Schlüssel muss man sich von den Angestellten geben lassen. Der Raum ist sehr geschmackvoll eingerichtet, Es gibt eine Garderobe, einen bequemen Sessel mit Hocker, natürlich einen Wickeltisch und ein Waschbecken. Wenn der Papa oder eine Freundin warten möchte, steht draußen vor dem Wickelraum noch ein gemütlicher Sessel.

Königstraße 12

## Königsbau

Man muss erst mal in den vierten Stock hinauf, doch dann findet man einen bunten und gepflegten Wickelraum. Es gibt außerdem einen weiteren Sitz, auf dem das Geschwisterkind (auchangeschnallt) warten kann. Der Wickeltisch ist mit einer Papierunterlage ausgestattet, einer Wärmelampe mit Zeitschaltuhr und auch Windeln stehen meist zur Verfügung. Für die Hygiene sorgt ein Desinfektionsspray.

## Königstraße

Buchhandlung Wittwer

Im Wittwer gibt es im vierten Stock einen Wickelraum, der eher klein und zweckmäßig ausfällt, aber Tageslicht hat. Es gibt eine Wickelauflage, ein Waschbecken und einen Stuhl. Windeln sollte man selber dabei haben.

Königstraße 30

## dm Drogeriemärkte

Die dm Drogeriemärkte bieten fast alle einen Wickeltisch, der sich allerdings im Laden befindet, so dass jeder beim Wickeln zusehen kann. Der Wickeltisch ist aber mit allem ausgestattet, was zum Wickeln benötigt wird: Papierauflage, Windeln, Feuchttücher, Creme, Gummihandschuhe.

Kronprinzstraße 6, Königstraße 2,  
Eberhardstraße 35/37

## Breuninger

Beim Breuninger befindet sich im ersten Stock in der Damenabteilung ein Wickelzimmer. Der Wickeltisch ist mit Papierauflage ausgestattet, es gibt ein Waschbecken, eine Bank zum Stillen, einen Garderobenständer und einen geruchsfreien Windeleimer. Eine schöne Wandmalerei und das Mobiliar machen den Raum behaglich und laden zum kurzen Verweilen ein.

Marktstraße 1-3



© Krah-Rhinow

Der Wickelraum von Jako-o

Korbstuhl. Im zweiten Stock befindet sich ebenfalls eine Wickelmöglichkeit und eine Kindertoilette, so dass auch größere Geschwisterkinder auf Toilette gehen können.

Schulstraße 2

## Jako-o

Im ersten Stock, gleich in der Nähe des „Eltern Cafés“ und der Spielecke, befindet sich der Wickelraum. Davor steht ein Sessel zum Stillen. Innen gibt es einen Wickeltisch mit einer Treppe zum Hochklettern. Der Raum ist ansonsten mit einem geruchsfreien Windeleimer ausgestattet und einem Waschbecken. Auch Babyöl steht zur Verfügung.

Hirschstraße 26

## Globetrotter

Beim Globetrotter gibt es in der zweiten Etage einen Wickelbereich, der sich allerdings auf der Behindertentoilette befindet und eher zweckmäßig ist. Sollte aber das ältere Geschwisterkind auch auf Toilette müssen, gibt es ein kleines Highlight, denn eine separate Kabine ist einer Flugzeugtoilette nachempfunden und sorgt für Begeisterung.

Tübinger Straße 11

## vhs

Der Wickelraum in Treffpunkt Rotebühlplatz liegt im Erdgeschoss neben dem Treffpunkt Kinder und ist gut zugänglich. Davor befinden sich Bänke, auf denen man auch sein Kind stillen kann. Der Wickelraum ist zwar groß, aber eher nützlich eingerichtet und etwas düster. Es gibt einen Wickeltisch, ein Waschbecken und einen Stuhl, außerdem eine Liege, auf der man auch Kleidung ablegen kann.

Fritz-Elsas-Straße 46-48

## Gerber

Klein aber fein ist der Wickelraum im Erdgeschoss vom Einkaufszentrum Gerber. Ein großer Fisch schwimmt über dem Wickeltisch, es gibt einen geruchsfreien Windeleimer, einen Wickeltisch, Windeln in verschiedenen Größen, Feuchttücher, ein Waschbecken und einen Stuhl.

Tübinger Straße



Die Kindertoilette bei Korbmayer

Natürlich Schlafen mit Matratzen, Zudecken, Schlafsäcken und Babysachen in kbA- und kbT-Qualität aus dem Allgäu von

**PROLANA**  
Naturbettwaren



**HOLZ MANUFAKTUR**

NICHT NUR FÜR ERWACHSENE.

Kronenstraße 30 in 70174 Stuttgart

Familienyoga ≈ Kinderyoga ≈ Schwangerenyoga ≈ Yoga nach der Geburt

Neue laufende Kurse für 2018!

**Ausbildung zum Kinderyogalehrer**  
**Weiterbildungen** für Erzieher & Lehrer für Kitas & Schulen

giulaiayoga.de



**Komfort und Sicherheit**

für Sie und Ihr Baby ...

bietet Ihnen die Geburtsklinik des Marienhospitals. Machen Sie sich selbst ein Bild! Unsere kostenlosen **Informationsabende für werdende Eltern** finden zweimal monatlich donnerstags um 19.00 Uhr statt. Termine und Infos unter [www.marienhospital-stuttgart.de/fachbereiche/gynaekologie-und-geburtshilfe](http://www.marienhospital-stuttgart.de/fachbereiche/gynaekologie-und-geburtshilfe)

Marienhospital Stuttgart  
Böheimstraße 37  
70199 Stuttgart  
Tel: (07 11) 64 89-0

VINZENZ VON PAUL KLINIKEN gGmbH  
  
MARIENHOSPITAL STUTTGART



**ZWERGENREICH**  
manuela schmitt  
krankengymnastin . bobath-therapeutin  
lindenbachstraße 40  
70499 stuttgart-weilimdorf

**PHYSIOTHERAPIE**  
FÜR KINDER · JUGENDLICHE · ERWACHSENE

krankengymnastik · entwicklungsberatung  
rückbildung · babymassage · baby- & krabbelgruppen

[www.zwergenreich.net](http://www.zwergenreich.net) · [info@zwergenreich.net](mailto:info@zwergenreich.net)  
tel. 0711-887 44 53 · fax 0711-889 35 08 · termine nach vereinbarung



**DIDYMOS®**  
Tragetücher und mehr

**Das Fachgeschäft, alles rund um Baby und Kleinkind**  
Tragehilfen verschiedener Hersteller, ausführliche Beratung

**DIDYMOS®** Alleenstr. 8  
Ludwigsburg (beim Bahnhof)  
Tel.: 07141/9 75 71-0

Öffnungszeiten und Kurstermine auf [www.didymos-laden.de](http://www.didymos-laden.de)

**Yoga für alle, überall und immer! Nicht trotz, sondern mit Familie und in jeder Lebenslage**



- **Yoga in der Schwangerschaft**  
mittw. 18:45 Uhr Reinsburgstr./  
do. 10:30 Uhr Schloßstraße
- **Mama Yoga mit Baby**  
mo. 10:30 Uhr Reinsburgstr.
- **Kinder Yogakurs ab 23.1.**  
di. 14:30 Uhr Reinsburgstr.  
- für Kinder ab ca. 7 Jahren

- **Yoga meets Family - Family-nYogaTag am 13.1. 10-12:30 Uhr Reinsburgstraße**
  - **10 Wochen Kurse für Anfänger bis Fortgeschritten**
  - **26 offene Yogastunden pro Woche**  
flexibel ohne Voranmeldung
- yoga vidya** Stuttgart
- Reinsburgstraße 66 /  
Schloßstraße 66 · S-West  
[www.yoga-vidya-stuttgart.de](http://www.yoga-vidya-stuttgart.de)



**Notfall im Alltag?  
Wir helfen!**

**Familienpflege + Haushaltshilfe**

**Rufen Sie uns an:**

im **Stadtgebiet Stuttgart**  
**0711 2 86 50 95**  
[www.familienpflege-stuttgart.de](http://www.familienpflege-stuttgart.de)

im **Landkreis Rems-Murr**  
**07151 1 69 31 55**  
[www.familienpflege-remsmurr.de](http://www.familienpflege-remsmurr.de)

Kath. Familienpflege  
Stuttgart e. V.

Kath. Familienpflege  
Rems-Murr

# Babys wunder Po

Rote Stelle unter der Windel und das Fest geht in die Hose



Viel Luft hilft gegen wunde Stellen im Windelbereich.

von Borjana Zamani

Es war das erste Fest mit Baby in unserer damals noch kleinen Familie. Meine erste Tochter weinte untröstlich. Als alle Hilfetipps verbraucht und wir vom „Heile heile Segen-Singen“ heiser waren, ließ ich in meiner Verzweiflung das verheulte Wesen nackt auf dem großen Bett liegen und deckte es nur leicht zu. Noch bevor ich überlegen konnte, was ich eigentlich vorhabe, hatte sie sich beruhigt. Wie sich herausstellte, war der Auslöser eine winzige nässende Wunde am Po.

Wenn die Stelle nässt oder die Kinder öfter dazu neigen, könne man den Po auch mit Schwarze Tee reinigen oder immer wieder damit betupfen. „Der Schwarze Tee hat Gerbstoffe und macht die Haut etwas robuster“, erklärt die Hebammme. Erfahrene Eltern und manche Ärzte schwören auch auf Muttermilch als Heilmittel. „Auch sie hat total viele gute Stoffe“, bestätigt Hofmeister, „hier ist wieder wichtig, säubern, trocknen, Muttermilch drauf trocknen lassen und dann nicht mehr eincremen.“

## Nach einer Woche Experten fragen

Wenn sich die Wunde aber schnell ausbreitet, über eine Woche nicht heilt oder sogar schnell schlimmer wird, müsste ein Arzt oder eine Hebammme draufschauen. Selbst wenn der Zustand sich wiederholt, besteht aber kein Grund zur Sorge. „Solange die Kinder in der Windel sind, kann es immer wieder dazu kommen. Irgendwann sind Eltern geübt, was hilft und was nicht. Es gibt viele Mittel und Hausmittel, die helfen. Sie müssen herausfinden, was für Ihr Kind am besten funktioniert“, rät die Hebammme.

Inzwischen habe ich drei verschiedene wunde Babypose bei sämtlichen Familienfesten begleitet. Ich habe für mich folgende Überlebensformel entwickelt: Ruhe bewahren, Luft an die wunde Stelle lassen und zwar so viel und so oft, wie es nur geht. Das funktioniert gut unter der Wärmelampe, aber auch wenn man zu Hause bleibt und die Windeln weg lässt. Zwischen die Beinchen ein Mulltuch legen und dem Baby einen Baumwollstrampler anziehen. Wenn es nass wird, sofort wechseln. Dann mit Kamillentee oder mit Muttermilch betupfen, auf der Haut trocknen lassen und das Baby kuscheln.... wird bald wieder besser sein.“

# ‘Wiedersehen mit Herrn Bello’

Uraufführung in der WLB

**Esslingen (af)** - Viele Kinder kennen die Bücher des deutschen Autors und lieben besonders den sprechenden Hund Bello, der in der aktuellen Inszenierung der Württembergischen Landesbühne (WLB) wieder zum Menschen werden möchte.

„Ich gehöre nicht mehr zu meinen Hundefreunden“, beklagt sich der zottelige Hund mit den unterschiedlich langen Ohren bei seinem besten Freund Max auf der Bühne. Glücklich ist er mit seinem Zustand zwischen Mensch und Tier nicht und vor allem stört ihn sein grünlich schimmern des Fell. Im ersten Teil des Stücks verwandelte ein blauer Zaubersaft den Hund Bello in Herrn Bello. Mittlerweile hat die Wirkung des Trunks so weit nachgelassen, dass er als sprechender Vierbeiner schwanzwedelnd über die Bühne läuft. Max, der inzwischen ein Teenager ist, lässt sich von Bello im aktuellen Teil überreden, nach Marburg zu fahren, um Herrn Melchior zu besuchen. Nur der ehemalige Assistent von Max‘ Opa kann den Zaubertrunk mixen. Doch Bello wird vom Dompfeuer eines Zirkus gekidnappt und soll als einziger sprechender Hund die Kassen füllen. Dank Paloma, der Direktoren-Tochter, gelingt Bello schließlich die Flucht.

Der Regisseur Jan Müller hat die Bühnenversion des letzten Teils der Trilogie verfasst und



Bello und Max

inszeniert. Im Gegensatz zu den beiden ersten Teilen ist ein riesiges Buch das zentrale Element auf der Bühne, dessen Seiten als Projektionsfläche für die einzelnen Szenen dienen. Abwechslungsreiche Bilder vom Comic bis zum Schattenspiel machen das Schauspiel lebendig, das sich auch musikalischer Elemente bedient. Die ganze Familie fiebert beim temporeichen Stück mit und die 80 Minuten vergehen auch ohne Pause wie im Flug.

*Wiedersehen mit Herrn Bello, ab ca. 5 Jahren, Di 26. Dezember, Sa 13. Januar, So 14. Januar und So 28. Januar, jeweils 16 Uhr, Württembergische Landesbühne, Strohstr. 1, Esslingen, ca. 1 Stunde 20 Minuten ohne Pause, Erwachsene 11,- Euro und Kinder 5,50 Euro, Karten unter Tel. 0711-35123044, [www.wlb-esslingen.de](http://www.wlb-esslingen.de)*

# Akrobatik auf schmalen Kufen

Moskauer Eiszirkus zu Gast in der Region

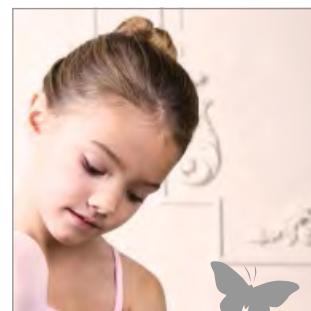
**Fellbach/Esslingen (af)** - Seit vielen Jahren verzaubern die Eisläufer des Moskauer Eiszirkus ihr Publikum mit ihren phantasievollen Geschichten. Im Januar sind sie in Fellbach und Esslingen zu sehen.

Der „Moscow on ice“ kommt mit seinem neuen Programm „Triumph“ auch in die Region. Statt Tiernummern wartet auf die Zuschauer schwungvolle Tanzeinlagen auf dem Eis, farbenprächtige Kostüme, mitreißende Musik und die neueste Show- und Lichttechnik sowie Akrobatik auf höchstem Niveau. Das aktuelle Programm „Triumph“ unter der Leitung von Kirill Kirillov erzählt in der Sprache der Artistik mit Jonglage, Hochseileinlagen, Clownerie und Zauberei eine phantasievolle Geschichte für die ganze Familie.



Vorstellung in den Hintergrund – mühelos und anmutig scheinen die „Eistänzer“ auf den rund drei Millimeter breiten Stahlkufen übers Eis zu schweben und beherrschen das rutschige Element perfekt. Traditionstreu und doch innovativ, mit dem Anspruch auf höchste sportliche Präzision, verschmelzen traditionelle Zirkuseinlagen mit professionellem Eislauf zu einer Einheit – die glitzernde Welt des Zirkus entführt die kleinen und großen Zuschauer für zwei Stunden in einen Wintertraum mit allem, was dazu gehört.

*Moscow on ice“ mit dem Programm „Triumph“, ab ca. 6 Jahre, Fr 19. Januar, 19.30 Uhr, Schwabentorhalle, Tainer Str. 7, Fellbach und Mi 24. Januar, 16 und 19.30 Uhr, Neckar Forum, Ebershaldenstr. 12, Esslingen, ca. 2 Std., ab 34,90 Euro, Karten unter Tel. 0180-6700733, [www.reservix.de](http://www.reservix.de); Tel. 0711-55066077, [www.stuttgart-live.de](http://www.stuttgart-live.de)*



Am liebsten gehe ich ins Ballett.

Kinderballett ab 3 J.

Ballett für Teenager ab 12 J.

Ballett für Erwachsene



[www.ballettstudio-royal.de](http://www.ballettstudio-royal.de)

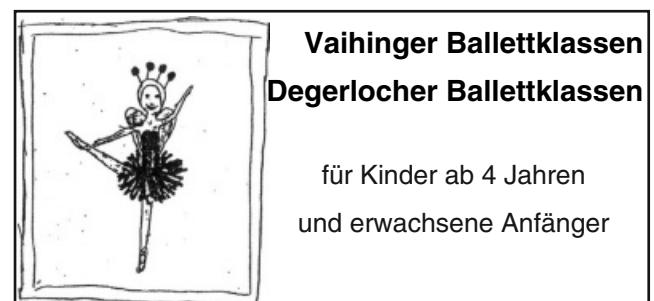


Ballett Jazz Yoga Hip Hop  
Charlottenplatz, Esslinger Straße 40,  
70182 Stuttgart, 0711 232802  
[www.balletschule-seeger.de](http://www.balletschule-seeger.de)



Englisch für Kinder von 3-10 Jahre

853011 [info@bumble-bee.info](mailto:info@bumble-bee.info)



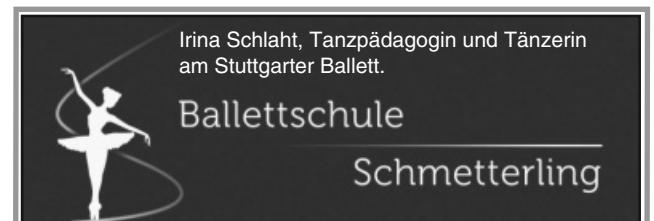
Vaihinger Ballettklassen

Degerlocher Ballettklassen

für Kinder ab 4 Jahren  
und erwachsene Anfänger

**Leitung: Eva Steinbrecher**  
ehemals Solistin des Stuttgarter Balletts,  
Dipl. Pädagogin, St. Petersburg

**Tel.: 74 51 064**



Irina Schlaht, Tanzpädagogin und Tänzerin am Stuttgarter Ballett.

Ballettschule

Schmetterling

**Neu! Kinderballett ab 3. Jahre!!!!**

**Kostenlose Schnupperstunden im Februar!**

**Am 19. und 26. Februar um 16:00 Uhr!**

**Bitte mit Voranmeldung!!!**

70469 Stuttgart-Feuerbach, MKI-Areal Junghansstr. 5

Sie erreichen uns:

Di. Do. Fr. ab 10:00 bis 12:00 Uhr unter 0711 / 93593306

Mo. - Fr. ab 14:00 Uhr unter 0711 / 8065609

[info@ballettschule-schmetterling.de](mailto:info@ballettschule-schmetterling.de)

[www.ballettschule-schmetterling.de](http://www.ballettschule-schmetterling.de)

# „Doch, du küssst mich“

Ein Stück übers Verliebtsein im JES

von Victoria Stefanou

**S-Mitte - Das neue Theaterstück im Jungen Ensemble Stuttgart (JES) „Nina und Paul“ nach dem gleichnamigen Kinderbuch von Thilo Reffert handelt von einem unvergesslichen Nachmittag und vom ersten Mal verliebt sein.**

Am letzten Tag vor den Sommerferien wird Paul klar, dass er Nina, die auf eine andere Schule wechselt, nie wieder sehen wird. Das ist ein großes Problem, denn er ist eigentlich schon lange in sie verliebt. Die beiden haben bisher noch nie wirklich miteinander geredet, doch es geschehen mehrere Zufälle und plötzlich verbringt Paul den Nachmittag bei Nina auf dem elterlichen Bauernhof. Dort kommt es zu einem lustigen Missverständnis nach dem anderen.

Erzählt wird die Geschichte durch



*Was man sagt und hofft, ist nicht immer dasselbe*

einen ständigen Sichtwechsel von Nina und Paul, die gleichzeitig auch noch alle anderen Figuren der Geschichte verkörpern: Ninas Mutter, die Schwester, den Vater, die

Lehrerin. Spielend werden die Zuschauer ins Stück miteinbezogen, so dass der Eindruck entsteht, als ob sie selbst auch Teil des Geschehens seien. Nina und Paul

haben ganz unterschiedliche Wahrnehmungen und Gefühle, so bekommt das Stück eine zwanglose Komik durch Verwechslungen und Dinge, die man manchmal ganz anders meint, als man sie sagt. Ein unterhaltsames Stück voller Farben über die Unbeschwertheit der Sommerferien und über den Kitzel einer aufregenden Freundschaft.

*Nina und Paul, ab 10 Jahre, Jungen Ensemble Stuttgart, Eberhardstr. 61a, S-Mitte, Tel. 0711-21848018  
Di, 16. und Do, 18. Januar, 11 Uhr, Kinder 5,50 Euro, Erwachsene 8 Euro, [www.jes-stuttgart.de](http://www.jes-stuttgart.de).*

*Das Stück kann auch von Schulklassen gebucht werden, Info [amelie.barucha@jes-stuttgart.de](mailto:amelie.barucha@jes-stuttgart.de).*

*Die Autorin ist Mitglied im Club der Schau lustigen des Jungen Ensemble Stuttgart, eine Gruppe theaterbegeisterter junger Menschen, die sich untereinander und mit den Theatermachern über aktuelle Stücke austauschen.*

## Trommelwirbel, die Bühne lebt

Die IMAGINALE, ein Festival fürs Publikum

von Tina Bähring

**Die IMAGINALE, das internationale Figurentheaterfestival Baden-Württemberg, zeigt vom 18. bis 28. Januar wieder die höchste Kunst des Figuren- und Puppentheaters. Fünf ganz wunderbare Kinderstücke werden in Stuttgart gespielt. Darüber haben wir mit dem Pressesprecher des FITZ!, Christian Bollow, gesprochen. Das FITZ! Zentrum für Figurentheater, ist für Programmauswahl und Durchführung der IMAGINALE hauptverantwortlich.**

**Plein de (petits) rien  
(Voller kleiner Nichtse)**



Die Kleinigkeiten, die kleinen Nichtse, stehen im Mittelpunkt. Eine Inszenierung ohne roten Faden, dafür mit zehntausend Garnspulen. „Gespielt von Francesca Sorgato, die seit 20 Jahren Theater für 2-jährige erforscht. In dem Stück wendet man sich Kleinem zu, das plötzlich ganz groß wird“, beschreibt Bollow.

*Ab 2 Jahren. Lautmalerisch, ohne Worte, Treffpunkt Rotebühlplatz, 22. Januar, 10-15 Uhr.*

**Rabenschwarz und Naseweiß**



Eine schwarze Tafel und ein Eimer weißer Farbe. „Mehr Platz,“ sagt das Weiß. „Nur zu,“ freut sich das Schwarz, „dann kann ich darauf malen.“ Es wird gemalt, dass sich die Bühne biegt und Welten entstehen. „Oh,“ lacht Bollow, „für die Thalias Kompagnons empfinde ich einen tiefe Zuneigung. Es ist eine große Kunst, mit Schwarz und Weiß so zu spielen, wie es hier passiert.“

*Ab 4 Jahren, Theater Tri-bühne, 27. Januar, 15 Uhr*

**Geschichten gegen die Angst**

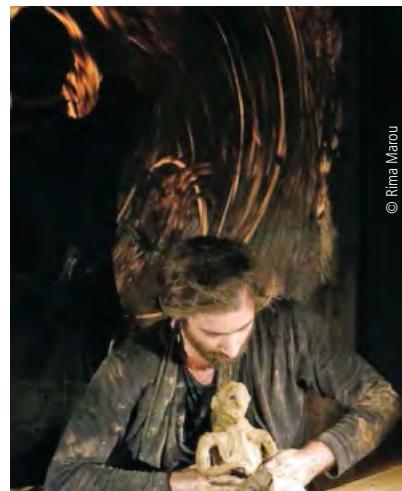


Basierend auf dem Buch „Geschichten für

die Kinderseele“ von Linde von Keyserlingk hat jeder Angst vor irgendwas oder vor irgendwem, ob er will oder nicht. Lutz Großmann packt in seinen „Geschichten gegen die Angst“ seine Angstkommode aus und öffnet drei geheimnisvolle Schubladen, in denen er ganz unterschiedliche Ängste verborgen hält. „Ein Stück, das sehr nah am Kinderalltag spielt“, so Bollow.

*Ab 5 Jahren, Fitz!, 20. Januar, 16 Uhr, 23./24. Januar, 10 Uhr*

**Géologie d'une fable  
(Vom Ursprung einer Geschichte)**



„Spannend, eine Erstaufführung. Es geht um die Frage, wann eigentlich eine Geschichte geboren wird“, erzählt Bollow. Das libanesisch-französische Kahraba Collectif verbindet in seiner Inszenierung Figurentheater, Bewegung, Bildhauerei, Malerei und Musik. Das zentrale,

bespielte Element ist Lehm.  
*Ab 5 Jahren. Ohne Worte, Fitz!, 28. Januar 15 Uhr*

**Überall & Nirgends**



„Die Crème der Puppentheaterspieler. Kein anderes Theater beherrscht die hohe Kunst, Menschen und Puppen gemeinsam auf der Bühne spielen zu lassen, so, wie das Puppentheater Halle“, beschreibt Bollow. Im Stück „Überall und Nirgends“ geht es um den Tod. Die unterschiedlichsten Toten begegnen den Zuschauern. Behutsam wird Abschied genommen. Humor und Trost aber führen immer wieder zurück ins Leben.

*Ab 7 Jahren, Fitz!, 24. Januar, 18 Uhr und 25. Januar 10 Uhr*

**IMAGINALE, das Internationale Figurentheaterfestival, 18. bis 28. Januar. Erwachsene 8 Euro, Kinder 6 Euro, Institutionen 4 Euro, verschiedene Spielorte. Karten und Informationen: FITZ! Zentrum für Figurentheater, Eberhardstr. 61, S-Mitte, (Rabatte bis 31. Dezember) Tel. 0711-241541, [www.fitz-stuttgart.de](http://www.fitz-stuttgart.de). Termine auch im Luftballon-Kalender.**

# Kultur Splitter

von Annette Gotthardt

14. Januar um 15 Uhr

„Kannst du dieses Rätsel lösen?“ fragt der König die helllichtige Bauerntochter und verspricht ihr sogar als Lohn die Heirat mit ihm. Diese muss nun komplizierte Fragen beantworten, um vor allem ihren Vater aus der Gefangenschaft im königlichen Verließ befreien zu können. Aber nach der richtigen Antwort folgen noch viele weitere unerwartete Prüfungen für „**Die kluge Bauerntochter**“. Das märchenhafte Erzähltheater-Solo des Landestheaters Tübingen wird im K - Kultur- und Kongresszentrum zu sehen sein.

[www.das-k.info](http://www.das-k.info)

ab 6 Jahre

Theater / Kornwestheim



© Russisches Nationalballett

2. Januar um 19:30 Uhr

„**Der Nussknacker**“ – ein klassisches russisches Ballett und Tanzerlebnis aus Moskau mit der traumhaften Musik von P.I. Tschaikowski findet gleich zum Jahresauftakt in der Kongresshalle Böblingen statt. Am Weihnachtsabend werden plötzlich Puppen und Spielsachen lebendig. Dabei fordert der Nussknacker den Mäusekönig wagemutig heraus. Und die Frage steht im Raum, ob die Prinzessin ihren Prinzen im Zuckerreich heiraten wird?

Kongresshalle Böblingen  
[www.eventrakete.de](http://www.eventrakete.de)

ab 8 Jahre

Ballett / Böblingen

ab 5 Jahre

Theater / S-Nord

Im Theaterhaus Stuttgart verbindet die Stuttgarter Magie-Künstlerin Roxanne, Zauberkunst und Kindertheater im Theaterprojekt „**Miras Sternenreise**“. Mira ist anders - sie isst Lichtstrahlen und schläft am liebsten im Wind auf ihrem Heimatplaneten Aldo. Nachdem ihr kleiner Bruder spurlos verschwunden ist, macht sie sich auf die Suche ins All. Auf der Erde gelandet, fürchtet Mira die sonderbaren Erdlinge. Sind die auch friedlich und werden ihr helfen?

[www.theaterhaus.de](http://www.theaterhaus.de)



© Alex Klein

7. Januar 11:00 und 14 Uhr



© Warner Bros

5. Januar um 19.00 Uhr und  
7. Januar um 15:00 Uhr

„**Harry Potter und die Kammer des Schreckens - In Concert**“ heißt das Konzerterlebnis für Fans von Harry, Ron und Hermine, die all ihre magischen Fähigkeiten einsetzen müssen, um Hogwarts zu retten. Hinter dem sich ein mächtiger Zauberer verborgen soll. Vor einer Großbildleinwand spielt das Radiosymphonieorchester Pilsen live zum zweiten Teil der Romanverfilmung.

Liederhalle, Beethovensaal  
[www.stuttgartkonzert.de](http://www.stuttgartkonzert.de)

ab 10 Jahre

Konzert / S-Mitte



5. Januar um 16 Uhr

Bei „**Bibi & Tina - Die Große Show 2018**“ in der Hanns-Martin-Schleyer-Halle werden alle Hits aus der erfolgreichen Kinofilmreihe zu hören und als temporeiche Tanz-Choreografie zu sehen sein. Die Hörspielhexe Bibi hat sich zu einer singenden Musicalhexe entwickelt, die ihrem Motto: „Einer für alle, alle für einen“ aber treu bleibt.

Hanns-Martin-Schleyer-Halle  
[www.musiccircus.de](http://www.musiccircus.de)

ab 8 Jahre

Musical / S-Bad Cannstatt

# Die kleine Hexe

Der Kinderbuchklassiker ab 1. Februar im Kino



Beschwingt und frech kommt Karoline Herfurth als die kleine Hexe daher.

von Carina Rogaschewski

**Vor 60 Jahren erschien das berühmte Kinderbuch von Ottfried Preußler und begeistert seither Generationen von Kindern. Jetzt ist der Kinderbuchklassiker erstmals auf der großen Leinwand zu sehen.**

Eine kleine Hexe mit einem großen Problem. Im Film übernimmt Karoline Herfurth diese Rolle, will als die kleine Hexe

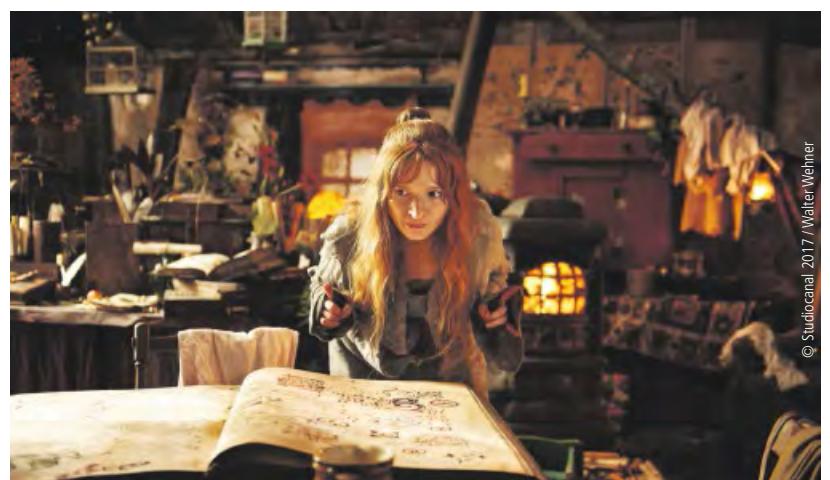
allen beweisen, dass sie eine gute Hexe ist. 7892 Zaubersprüche muss sie dafür in einem Jahr auswendig lernen, weil sie sich in der Walpurgisnacht auf den Blocksberg unter die großen Hexen gemischt hat. Mit ihren 127 Jahren ist sie dafür nämlich noch viel zu jung, das fühlt sich nämlich eher an wie elf Jahre oder irgendwas dazwischen eben. Die Wetterhexe Rumpumpel ist dabei keine große Hilfe, im Gegenteil, sie lauert geradezu auf Fehler. Zum Glück hat die kleine Hexe stets

den treuen Rabe Abraxas an ihrer Seite.

Neben bis zu dreieinhalb Stunden Maske für Suzanne von Borsodys Verwandlung in die Wetterhexe bietet der Dreh der kleinen Hexe auch noch ganz andere Herausforderungen. Schließlich will ein Rabe sprechen und ein Besen fliegen können. All das benötigt neben moderner Technik jedoch auch viel Fantasie der Beteiligten, damit die Geschichte der frechen beschwingten Hexe am Ende das

Publikum verzaubert. Mit am Set ist auch Preußlers Tochter, die das Werk betreut und darauf achtet, „dass nur da Preußler draufsteht, wo Preußler drin ist“. Der Film wurde von der Deutschen Film- und Medienbewertung auch mit dem Prädikat „besonders wertvoll“ ausgezeichnet.

*Die kleine Hexe, Familienunterhaltung, Deutschland 2017, Verleih StudioCanal, Kinostart: 01. Februar 2018, Prädikat besonders wertvoll*



Binnen eines Jahres muss die kleine Hexe alle 7892 Zaubersprüche auswendig lernen.

# Die Helden des Dschungels

Das große Kinoabenteuer ab 4. Januar

von Carina Rogaschewski

**Ein Koala sinnt auf Rache und ein mutiger Pinguin stellt sich ihm mit seinen Freunden in den Weg, um den Dschungel zu retten. Im Januar starten die Dschungelhelden in den deutschen Kinos durch.**

Maurice hält sich für einen waschechten Tiger. Er ist mutig und furchtlos. Und eigentlich ein Pinguin. Aufgewachsen bei der Tigerin Natacha kennt er sein Leben im Dschungel jedoch nicht anders und will seiner Adoptivmutter, die einst eine große Helden im Dschungel war und für Frieden und Sicherheit sorgte, unbedingt

nacheifern. Gemeinsam mit Gorilla Harry, Fledermaus Flederike, Koboldäffchen Grummel und Tigerfisch Junior gründet er die Dschungelhelden, mit denen er ebenso wie seine Mutter früher für Ordnung und Gerechtigkeit im Dschungel sorgen will.

Dann jedoch flieht Koala Igor von

seiner einsamen Insel und taucht mit einer Bande von Pavianen wieder im Dschungel auf, um ihn zu vernichten. Die fünf Freunde stehen damit jetzt dem größten Feind von Maurice' Mutter gegenüber. Und Igor will nur eins: Rache. Gemeinsam mit der Krabbe Surimi heckt er einen fiesen Plan aus. Als er dann auch noch Junior und die „Asse“, Natachas frühere Bande, entführt, machen sich Maurice und seine Freunde sofort auf den Weg, um sie zu retten.

Die gleichnamige Serie „Die Dschungelhelden“ basiert auf dem ersten Film der Productionsfirma TAT Productions, die sich auf Animationsfilme und Serien spezialisiert hat. Die Gründer der Firma führen nun auch beim großen Kinoabenteuer Regie und entführen das Publikum in den Dschungel.



*Die Dschungelhelden – Das große Kinoabenteuer, Animationsfilm, Frankreich 2017, Verleih splendid film, FSK 0, 97 Minuten, Kinostart: 04. Januar 2018*

# Auszeit

Nur  
für Eltern

Die Partnerschaft pflegen „trotz“ oder gerade „wegen“ der Kinder! Das ist der Ansatz unserer neuen Rubrik mit Tipps zum Ausgehen, Entspannen, miteinander Spaß haben.

## „CABARET“ IM ALten SCHAUSPIELHAUS

Noch bis 27. Januar kann man sich beim Musical „Cabaret“ im Alten Schauspielhaus ins Berlin der Dreißiger Jahre des 20. Jahrhunderts zurückversetzen. Spätestens seit der Verfilmung von 1972 mit Liza Minelli als Sally Bowles erlangte das Stück Weltberühmtheit. In Stuttgart wird Vasiliki Roussi die Rolle der Sally singen und spielen, die zuletzt als Piaf das Publikum begeisterte.

[www.schauspielbuehnen.de](http://www.schauspielbuehnen.de)



© Schauspielbühnen Stuttgart

## DER GROSSE LORIOT-ABEND

Victor von Bülow, besser bekannt unter seinem Künstlernamen Loriot, genauer Beobachter des Alltags, hat Humorgeschichte geschrieben und viele unverwüstliche, witzige Kostbarkeiten hinterlassen. Einige der lustigsten musikalischen und szenischen Sketche präsentierte die renommierte Kammeroper Köln mit Ensemble und Musiker an diesem pointenreichen Loriot-Abend am 21. Januar in der Liederhalle in Stuttgart.

[www.highlight-concerts.com](http://www.highlight-concerts.com)

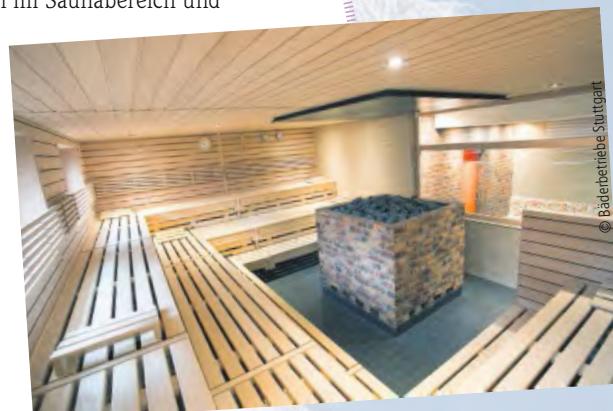


© highlight concerts

## LANGE SAUNA-NÄCHTE IM HALLENBAD HESLACH

Schwitzbadfreunde dürfen sich auch in dieser Wintersaison auf lange Sauna-Nächte im Hallenbad Heslach freuen. Während der kalten Jahreszeit verlängert das Hallenbad einmal pro Monat samstags von 21:30 bis 1:00 Uhr seine Öffnungszeiten im Saunabereich und in der Schwimmhalle.

Samstag, 30. Dezember 2017,  
Samstag, 27. Januar 2018.  
An diesen Tagen ist der gesamte Badebereich ab 19 Uhr textilfrei nutzbar. Der Preis aufschlag beträgt 2,50 €.  
Mörikestr. 62, S-Süd  
[www.stuttgart.de/baeder](http://www.stuttgart.de/baeder)



© Bäderbetriebe Stuttgart

**IMAGINALE<sup>®</sup>**  
INTERNATIONALES  
**FIGUREN**  
THEATERFESTIVAL  
STUTTGART MANNHEIM HEILBRONN  
EPPINGEN SCHORNDORF LUDWIGSBURG  
**18. BIS 28. JANUAR 2018**  
FRÜHBUCHERPREISE BIS 31. DEZEMBER 17  
KARTEN@FITZ-STUTTGART.DE : 0711.24 15 41

**Merlin**  
**JANUAR**  
[www.merlinstuttgart.de](http://www.merlinstuttgart.de)

**RIKE DRUST LIEST 'MUTTERGEFÜHLE 2'**

**28 SO** **FAMILIEN SONNTAG** im **Merlin** Das Café hat ab 10 Uhr geöffnet, um 11.30 Uhr wird hier die Sendung mit der Maus gezeigt. Mit leckerem Frühstück von **ORGANUM** und eine Spiel- und Lese-Ecke für Kinder. Die Lesung findet im Saal statt.

**RIKE DRUST: MUTTERGEFÜHLE 2** neues Kind. neues Glück  
11:30 UHR · VVK 6€ · AK 8€

**DIE SENDUNG MIT DER MAUS**  
public viewing  
11:30 Uhr · Eintritt frei

**24 MI** **KINDER HABEN GRENZEN - KINDER BRAUCHEN GRENZEN** Vortrag von Sabine König mit Kinderbetreuung  
16:30 UHR · Eintritt frei



# Gesund durch den Winter

## Echt cool, die Kälte

Nichts wie raus!

von Tina Bähring

**Der Winter ist da und es ist kalt. Bitterkalt, eisig-, frostig-, wirklich lausigkalt! Bei dem Wetter jagt man nicht mal einen Hund vor die Tür. Geschweige denn, dass man selbst das wohlig warme, gemütliche Zuhause verlässt. Oder etwa doch?**

Es ist Winter und es ist nass, kalt und grau. Und ehe man es sich versieht, ist es draußen sowieso schon wieder dunkel, denn die Tage sind sehr kurz. Das sind doch gute Gründe, sich unter der warmen Decke zu vergraben, heiße Schokolade zu trinken und den lieben Gott einen guten Mann sein zu lassen. Oder kann es wirklich Argumente geben, sich bei eisigem Wind und frostigen Temperaturen nach draußen zu wagen?

### Frische Luft tut gut

Schon vor über 100 Jahren hat Sebastian Kneipp herausgefunden, dass wechselnde Reize von Wärme und Kälte die Gesundheit fördern. Sein Konzept war eigentlich sehr einfach. Er fand es außerordentlich wichtig, Kopf, Hals, Gesicht und Hände regelmäßig der frischen Luft und dem Reiz der Kälte auszusetzen. Und diese Methode macht immer noch Sinn.

„Auch im Winter und trotz Kälte tut frische Luft richtig gut. Es ist sehr gesund, nach draußen zu gehen. Umweltreize wie Licht und Temperatur kurbeln unserem Immunsystem an und tragen auch zur Entwicklung der Regulationsfähigkeit der Körpertemperatur bei“, sagt die Stuttgarter Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin Denise Scheuermann. Außerdem kann es im Winter, wenn die Sonne schon sehr früh unter geht, schnell zu einem Vitamin

D-Mangel kommen. Denn Vitamin D kann unser Körper nur unter dem Einfluss von Sonnenlicht selbst bilden. Schon eine halbe Stunde täglich reicht aus, selbst an einem wolkenverhangenen Tag, um einem Vitamin D-Mangel vorzubeugen und um der winterlichen Dauermüdigkeit entgegenzuwirken. Denn viel Licht weckt die Lebensgeister.

Aber was ist, wenn der Körper schon angeschlagen ist und man etwa eine Erkältung hat? „Selbst wenn ein Kind bereits eine Erkältung hat, kann man nach draußen gehen. Die kühlere Luft lässt beispielsweise geschwollene Schleimhäute abschwellen und dadurch wird das Durchatmen erleichtert. Auch mit leicht erhöhten Körpertemperaturen kann man mit Kindern raus an die frische Luft, dann eben ohne körperliche Belastung. Ein richtig krankes Kind gehört aber auf jeden Fall ins Bett.“ erklärt Scheuermann.

### Hallo Jacke-Mütze-Schal-Wetter!

Auf was sollte man achten, wenn man mit Kindern im Winter rausgeht? „Bei starker Kälte oder je jünger ein Kind ist (Säuglingshaut ist viel empfindlicher), sollte man die Haut mit einer Fettcreme oder Kälteschutzcreme schützen und sich nicht zu lange draußen aufhalten“, beschreibt Scheuermann, „und man sollte auf jeden Fall die Kleidung der Kälte entsprechend anpassen.“

Genau! Die Kleidung ist das A und O. Denn wie heißt es so schön? Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung. Und diese Lebensweisheit stimmt tatsächlich! Am besten folgt man der Zwiebel-Technik und trägt mehrere Kleidungsschichten übereinander. Also Unterwäsche, dann eine Isolationsschicht aus Fleece, Wolle oder Wolle-Seide und darüber eine Schutzschicht, also eine wind- und

regenfeste Jacke aus Funktionsstoff. Dazu Mütze, Schal und Handschuhe, dazu dicke und möglichst wasserabweisende Socken mit winterfesten Schuhen für warme Füße. „Mit den richtigen Klamotten kann man der Kälte ganz gut trotzen“, bestätigt auch Anika Bürkle, Elternbeirätin und Mutter erster Stunde eines Naturkindergartens nahe Ludwigsburg.

„Die Kinder erleben gerne alle Jahreszeiten direkt in der Natur. Sie kommen sehr zufrieden nach Hause und sind selten krank. Und sie wissen auch schon, dass, wenn man sich bei Kälte bewegt, es einem wärmer wird.“ Selbst winterlicher Dauerregen kann sie nicht erschrecken. „Die Kinder finden den Regen meist gut, weil sie dann Kanäle und Seen bauen und im Matsch spielen können“, schmunzelt Bürkle, „aber auch hier ist die richtige Kleidung natürlich sehr wichtig.“

Um sich draußen ein bisschen aufwärmen zu können, ist es hilfreich, wenn man eine Thermoskanne mit heißem Tee dabei hat. Und der Tee hilft nicht nur beim Aufwärmen. Auch für einen ausgeglichenen Flüssigkeitshaushalt. Denn genug zu trinken ist nicht nur im Sommer wichtig. Zwar fühlt man sich im Winter nicht so durstig, aber unser Flüssigkeitsbedarf ist im Winter trotzdem hoch. Und ein Flüssigkeitsverlust macht oft müde und kann außerdem für Kopfschmerzen sorgen. Der Körper wird auch krankheitsanfälliger, denn die ausgetrockneten Schleimhäute bieten einen geringeren Schutz vor Krankheitserregern.

#### Großer Spaß für „Unverfrorene“

Und falls die Kinder partout nicht raus wollen, helfen vielleicht ein paar spaßige Ideen, welche winterlichen Ausflüge man gemeinsam unternehmen kann. Ein Klassiker bei Schnee ist sicher ein Schneespaziergang mit Schlitten. Oder ein Ausflug zum Skifahren auf die Schwäbische Alb oder in den Schwarzwald. Auch der Baumwipfelpfad auf dem Sommerberg in Bad Wildbad ist im Winter geöffnet. Ohne Schnee kann man gut durch Wälder wandern und dabei allerlei Stöcke sammeln, um vielleicht ein gemeinsames Winterfeuer anzuzünden. Auch ein Ausflug zu Freizeitgärten mit Wildtieren ist immer spannend. Gleich in Stuttgart gibt es das zwölf Hektar große Rotwildgehege und das drei Hektar große Schwarzwildgehege im Waldgebiet des Rot- und Schwarzwildparks. Kutschfahrten kann man beim Gestüt Marbach buchen und Reiten beim Reitstall Haghof in Alfdorf. Ein

Spaziergang durch die winterliche Wilhelma macht Spaß, Burgruinen können erobert werden und die Jugendfarmen, Aktivspielplätze und Stadtteilbauernhöfe haben selbstverständlich auch im Winter geöffnet. Der Blick vom Killesberg- oder Fernsehturm ist auch immer ein Erlebnis.

#### Tolle Spielideen für draußen

Und wenn die Kinder alleine raus sollen? Gibt es ein paar super Winterspielideen! Richtig lustig wird es beim Winterwettrennen. Dazu braucht man zwei paar viel zu große Winterstiefel, 2 riesige Winterjacken, 2 dicke Schals, große Handschuhe und große Mützen.

Immer zwei Kinder laufen gegeneinander eine festgelegte Strecke um die Wette. Nach dem Startschuss müssen erst die ganzen Klamotten über die normale Kleidung gezogen werden, dann geht's los. Da kommt keiner so schnell ins Frieren! Lustig ist es auch, einen Eisturm zu

bauen. Dazu am Abend vorher Wasser in Plastiktrinkbecher oder Joghurtbecher füllen, wer möchte kann noch Lebensmittelfarbe zum Einfärben dazu geben und über Nacht einfrieren lassen. Am nächsten Tag kann mit den Eisklötzchen super gebaut werden. Am besten hält es, wenn man die Eisklötzchen ein bisschen nass macht.

Immer lustig ist das Luftballonraketenpiel. Ein Luftballon wird aufgeblasen und an der Öffnung mit beiden Fingern gut zugehalten. Bei „Auf die Plätze, fertig, los“ wird der Luftballon losgelassen und saust davon wie eine Rakete. Wer ihn fängt, hat gewonnen! Auch schön ist es, Naturmaterialien wie Steine, Zweige, Stöcke, Tannenzapfen und Blätter zu sammeln und daraus ein Naturkunstwerk auf dem Erdboden zu gestalten. Wenn es Schnee hat, kann man eine Murmelbahn bauen, Bowling mit Schneebällen oder Schneeball-Zielwerfen spielen. Dazu braucht man eine Zielscheibe. Zuerst malt man auf eine große Pappe ein Gesicht mit riesigem, runden Mund. Den Mund ausschneiden, denn in den muss rein getroffen werden. Das Gesicht an einen Ast hängen, Schneebälle formen und versuchen, durch den Mund zu werfen. Eine Gaudi! Bei Regen ist das Regen-Fangspiel witzig! Einfach einen leeren Becher schnappen und damit soviel Regen wie möglich einfangen. Das Kind mit dem vollsten Becher hat gewonnen.

Und was gibt es Schöneres als nach der Eiseskälte und so richtig durchgefroren zurück ins warme Zuhause zu kommen. Wenn es dann noch die Lieblingsuppe gibt, glühen Hände und Wangen vor Glück.

#### TIPPS & WISSENWERTES IN KÜRZE:

**Und weil es immer sehr schwer ist, richtig gute Winterklamotten zu finden, hier Tipps von den Profis aus dem Naturkindergarten:**

##### JACKEN:

Kinder brauchen wasser-, wind- und schneidichte Jacken. Als wasserdicht gilt Kleidung ab einer Wassersäule von 5.000 mm, besser sind 10.000 – 15.000 mmWS. Als besonders geeignet haben sich die

Doppeljacken erwiesen, „2 in 1-Jacken“ mit herausnehmbarem Futter, die den jeweiligen Temperaturen angepasst werden können.

##### HANDSCHUHE:

Wasserdichte Modelle, die auch Extrembedingungen standhalten und eine große Stulpe haben, damit die Handschuhe nicht von den Jackenärmeln rutschen.

##### SOCKEN:

Wollsocken oder Socken aus Funktionsmaterial sorgen für warme Füße, die nicht schwitzen.



**La La Logo**  
Logopädische Praxis F. Schad

*Ihr Kind  
hat Schwierigkeiten  
mit der Aussprache  
und/oder der Wortschatz  
scheint kleiner zu sein  
als bei gleichaltrigen Kindern?  
Kommen Sie zu mir in die Logopädie.*

*Ich freue mich auf Sie!*







**La La Logo – Logopädische Praxis F. Schad**  
Ohmstraße 15 · 70736 Fellbach · Tel. 0711-50073630  
www.la-la-logo-schad.de · Öffnungszeiten: Mo-Fr 8-18 Uhr  
Termine nach Vereinbarung



**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](http://www.speak-stuttgart.de)  
Fon: 0711 888 01 73 • E-Mail: [info@speak-stuttgart.de](mailto:info@speak-stuttgart.de)

## Ponyreiten für Kinder



jeden Samstag und Sonntag  
14.00 – 16.00 Uhr  
zzgl. in den Ferien Mo. – Fr.  
14.00 – 15.00 Uhr  
**Ohne Anmeldung**  
**Fahrradhelm / feste Schuhe mitbringen**  
**Reitkurse in den Ferien**

Reitstall Haghof, 73553 Alfdorf, Tel. 07182/70 93  
[www.reitstall-haghof.de](http://www.reitstall-haghof.de)



<< NEUE HORIZONTE >>



**DRAUSSEN – MEHR  
ERLEBEN**

<< TÜBINGER STRASSE 11 • 70178 STUTTGART  
SHOP ONLINE: [GLOBETROTTER.DE](http://GLOBETROTTER.DE) >>

## Klare Krankheitsbilder – konkrete Empfehlungen



Romanus Röhnel  
Kindergesundheit  
€ 29,99 [D] / € 30,90 [A]  
ISBN 978-3-432-10141-5  
Titel auch als E-Book

**Wissen, was hilft**  
Dieses Nachschlagewerk  
gibt Sicherheit und begleitet  
Eltern von der Geburt bis  
zum Beginn der Pubertät.

Bequem bestellen über  
[www.trias-verlag.de](http://www.trias-verlag.de)  
versandkostenfrei  
innerhalb Deutschlands

**TRIAS**



Und wenn es doch einmal notwendig ist, unterstützt Sie unser Familienpflege-Team auch 2018 wieder liebevoll und kompetent bei der Haushalts- und Kinderversorgung.

 Tel 63 46 99 · [www.ev-familienpflege.de](http://www.ev-familienpflege.de)

# Sanfte Medizin für Kinder

Mit einfachen Hausmittelchen Erkältungssymptome lindern



*Nicht jeder Schnupfen muss mit Medikamenten behandelt werden.*

von Laura Fröhlich

In der kalten Winterzeit reiht sich bei Kindern oft eine Erkältung an die nächste. Wenn die Nasen verstopft und die Ohren zu sind, gibt es viele wohltuende Hausmittelchen. Sie funktionieren ganz ohne chemische Zusätze und schaffen Linderung auf natürliche Weise.

Bei gewöhnlichen Infekten im Hals-, Nasen- und Ohrenbereich ist es unnötig, sofort zu Medikamenten zu greifen, empfiehlt auch Kinderärztin Dr. Andrea Thulfaut: „Der Körper besitzt hervorragende Selbstheilungskräfte. Dazu braucht er allerdings ausreichend Schlaf, Ruhe, genug Flüssigkeit und Zeit. Bei Kindern ist das nicht anders als bei den Erwachsenen. Bewährte Hausmittel können währenddessen die Symptome lindern und die Immunabwehr unterstützen.“

### Mit Volldampf gegen den Husten

Gegen den Husten hilft Inhalieren. Wer kein Gerät zuhause hat, erhitzt einen Topf mit einem Liter Wasser und gibt einen Eßlöffel Kochsalz, getrockneten Thymian oder Kamille dazu. Den Kopf über die dampfende Flüssigkeit halten und mit einem Handtuch oder Regenschirm abdecken. Achtung! Die Erwachsenen müssen immer dabei bleiben und gut darauf achten, dass der Topf mit der heißen Flüssigkeit nicht umkippt.

Bei trockenem Husten tut eine kleine Tasse warmer Milch mit einem Teelöffel Honig gut. Vorsicht! Kinder unter einem Jahr dürfen noch keinen Honig zu sich nehmen, da sie durch möglicherweise enthaltene Keime eine Vergiftung erleiden könnten, die zu Muskellähmungen führen können. Trinken ist jetzt sowieso äußerst wichtig. Am besten helfen Hustentees wie Efeu, Spitzwegerich oder Eibisch in Bioqualität. Eineinhalb Teelöffel der getrockneten Kräuter in einer Tasse mit 200 ml kochendem Wasser überbrühen, abdecken und zehn Minuten ziehen lassen.

### Schnupfnasen feucht halten

Bei Schnupfen ist es wichtig, die Nasenschleimhäute feucht zu halten. Eine Nasendusche mit Kochsalzlösung tut gut, ist aber bei Kindern eher unbeliebt. Einfacher ist es, im Raum nasse Tücher aufzuhängen und immer wieder gut zu lüften.

Außerdem hilft der Nase eine selbstgemachte Kochsalzlösung: Einfach einen halben TL Salz in einem Becher lauwarmem Wasser auflösen und in eine Pipettenflasche geben. Die Lösung sollte täglich frisch hergestellt werden.

### Bei Halsschmerzen: Gute Nachricht für Naschkatzen

Wer unter Halsschmerzen leidet, darf Wassereis essen, denn die Kälte schafft Abhilfe von innen. Von außen hilft Wärme. Das klappt am besten mit einem Schal oder einem heißen Kartoffel-Wickel: dafür ein paar ungeschälte Kartoffeln kochen, in ein Tuch legen, die Kartoffel zerdrücken und ein wenig abkühlen lassen. Den Wickel so warm wie möglich eine halbe Stunde um den Hals legen. Mit warmem Kräutertee oder Salzwasser gurgeln und Lutschbonbons mit Eukalyptus, Menthol oder Salbei lutschen ist ebenfalls hilfreich gegen das Stechen im Hals.

### Bei Schmerzen gibt's was auf die Ohren

Wem die Ohren schmerzen, tut ein Zwiebelsäckchen gut. Dafür die Zwiebel klein hacken und in einem Söckchen zerdrücken. Dieses zubinden, im Backofen leicht erwärmen und auf das schmerzenden Ohr legen.

Mit ein paar geeigneten Hausmittelchen können Eltern Kinder bei Erkältungssymptomen zuhause eigenverantwortlich begleiten und behandeln, empfiehlt Andrea Thulfaut. Anders verhalte es sich, wenn die Symptome nach zwei bis drei Tagen nicht abklingen oder hohes Fieber auftrete. Dann sollte auf jeden Fall ein Arzt aufgesucht werden, rät die Kinderärztin aus Weil der Stadt. Auch müssten Eltern wachsam sein, wenn das Kind plötzlich verändert ist und unvertraute Symptome zeigt.

# Hmm, das tut gut!

Wärmendes für den Winter

von Andrea  
Krahl-Rhinow

Wenn es im Winter kalt und ungemütlich ist, hilft ein warmer Ofen oder ein wärmendes Essen. Bereits aus der traditionellen chinesischen Medizin sind wärmende Lebensmittel bekannt. Hier ein paar Tipps für den kalten Wintertag:

## Morgens

Warmer Haferbrei mit Zimt, Banane und Kardamom ist nicht nur lecker, sondern sorgt an kalten Tagen für den richtigen Start in den Tag. Die Haferflocken werden mit Milch und etwas Zimt und Kardamom aufgekocht. Anschließend wird eine halbe Banane dazugeschnitten. Wer mag, kann auch etwas geriebenen Ingwer darüber geben.

Ingwer ist ein altes Heilmittel. Er beugt Erkältungskrankheiten vor und hat eine entgiftende und immunstimulierende Wirkung. Auch ein Ingwertee passt zum Brei gut dazu. Für den Tee wird geschälte Ingwerwurzel in kleine Stücke geschnitten und in ein Teesieb gegeben, mit heißem Wasser über-



© shutterstock.com/Peter O'Toole

Zimt, Kardamom, Anis oder Vanille verfeinert wird. Zur Zubereitung benötigt man für vier Personen vier Äpfel, 100 g Butter, 80 g Zucker, 100 g Mehl, eine Prise Salz. Die Zutaten werden im Mixer verknobelt. Die kleingeschnittenen Äpfel kommen in eine Auflaufform und die Teigmasse wird einfach darüber gebrümt. Dann noch etwas brauner Zucker oben drauf und mit Gewürzen abschmecken. Die Auflaufform kommt 20-30 Minuten bei 180 Grad in den Backofen.

## Abends

Hühnersuppe schmeckt am besten selbstgemacht und nicht mit Instantpulver. Dazu ein Suppenhuhn oder Hühnerbeine in einen großen Topf ge-



© pixabay.com/Müllerchen

gossen und mindestens zehn Minuten ziehen lassen. Dann kann der Tee mit Honig gesüßt und mit frischer Zitrone und Orange verfeinert werden.

## Mittags

Fliederbeersuppe mit Grießklößchen ist eine typisch norddeutsche Spezialität und auch in Dänemark bekannt. Die Suppe wird aus dem Saft der Holunderbeeren gewonnen und müsste eigentlich Holunderbeersuppe heißen. Die schwarzen Holunderbeeren werden ausgekocht, etwas gesüßt und der Saft anschließend gesiebt. Alternativ kann man fertigen Holunderbeersaft erhitzen. Fliederbeeren haben eine schleimlösende und schweißtreibende Wirkung. Sie enthalten viele Mineralien, Vitamin C und zahlreiche Aminosäuren. Nach Belieben können Apfelstückchen, Zimt und Gewürznelke in die Fliederbeersuppe gegeben werden. Außerdem kommen Grießklößchen dazu. Selbstgemacht mit Hartweizengries, Milch, Butter, Ei, Salz und Pfeffer oder fertig gekauft.

## Nachmittags

Apple Crumble gehört im Herbst und Winter heiß aus dem Ofen auf den Tisch. Es schmeckt besonders gut, wenn es mit Rosinen, Mandeln,

ben und mit Wasser, Pfeffer und Salz ausgiebig auskochen. Zwiebeln, Lauch, Möhren, Sellerie und Petersilie verfeinern die Suppe, sind ein guter Vitamin C Lieferant und versorgen die Mahlzeit mit einer Extrapolition Zink. Beim Kochen der Suppe einfach dazu geben.

Nach einer amerikanischen Studie soll Hühnerbrühe entzündungshemmende Wirkungen haben, eindeutig bewiesen ist das jedoch nicht. Dennoch sorgt Hühnerbrühe gerade im Winter durch den Dampf für ein Abschwellen der Schleimhäute in der Nase und befeuchtet diese gleichzeitig. Ähnliche Wirkung entsteht im Hals durch die kräftige und fetthaltige Brühe. Das führt auch dazu, dass es Keime schwerer haben. Unumstritten ist auch, dass die Nährstoffe in der Suppe die Immunabwehr stärken.

Mit etwas Chili gewürzt, macht die heiße Suppe noch wärmer. Doch bei kleinen Kindern Vorsicht, dann lieber die Suppe mit Fenchel ergänzen, denn auch Fenchel hat stark wärmende Wirkung.

**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 9.00-20.30 Uhr · Sa 9.30-18.00 Uhr · Zertifizierter Betrieb  
Di, Do 9.00-19.00 Uhr · www.fellbacher-salzwelten.de

## Bio-Lieferservice

**direkt ins Haus**

- ✓ Biogemüse, -obst, Naturkost knackig frisch
- ✓ Sie stellen sich Ihre Kiste selber zusammen



**Info unter**  
**www.gruenflink.de**  
**Tel. 0711-500 499 5**  
**Fax 0711-500 499 6**

**24 Stunden  
Online-Shopping**

**der milchzahn.** com



**STUTTGART**

Hirschstraße 26 / 0711 - 22 939 940

**GERLINGEN**

Hauptstraße 17 / 07156 - 17 73 678

**FILDERSTADT**

Sielminger Hauptstraße 36 / 07158 - 95 60 990



**Kinderzahnheilkunde**



## Ein Eispark unter freiem Himmel!

Auf 1.000 m<sup>2</sup> zaubern wir in den Wintermonaten einen Eispark unter freiem Himmel. Hier können Sie in winterlicher Atmosphäre Schlittschuhlaufen, Eishockey spielen oder Eisstock schießen. Wechselnde Veranstaltungen sorgen dafür, dass es Ihnen nicht langweilig wird.

Ein Hinweis: Schlittschuhe können vor Ort ausgeliehen werden.



## Sie haben es lieber warm?

Genießen Sie wärme und erholsame Momente in einer unserer vielen Saunen, in denen wir Sie das ganze Jahr herzlich begrüßen.

## Im Sommer wird's nass

Da ist für jeden was dabei!



Freibad



Hallenbad



Rutschen

Albertviller Straße 56  
71364 Winnenden  
Tel.: (071 95) 6 20 94  
wunnebad@winnenden.de

**WUNNEBAD**  
WINNENDEN

## Spielzeug verschluckt?

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](http://www.perfectio.de)



## Ausflug des Monats

# Auf zum Waldthron, Majestät!

Burg Stettenfels und Erlebnispfad Untergruppenbach



Malerischer Blick auf die Burg



Einmal messen, bitte!

von Tina Bähring

**Pieppieppiep. Pieppieppiep. Oh nein, der Wecker... Aber obwohl Sonntag ist, fällt das Aufstehen heute leicht. Wir machen nämlich einen Ausflug zur Burg Stettenfels und wollen den Erlebnispfad Untergruppenbach ausprobieren. Also rein ins Auto und los. Knappe 40 Minuten düsen wir über die A 81 Richtung Heilbronn.**

Trotz Kälte und Nieselregen, dafür aber mit den richtigen Klamotten und glücklicherweise auch mit bester Laune, gibt es auf dem Parkplatz der Burg Stettenfels erst mal ein großes Hallo. Insgesamt wandern wir heute mit acht Erwachsenen, fünf Kindern und zwei Hunden den Erlebnispfad entlang.

Zuerst schauen wir uns bei der Burg um. Imposant, wie sie da liegt. Irgendwie wirkt hier alles so, als würden gleich die Ritter hoch zu Ross um die nächste Ecke galoppieren. Die ganze Burgenanlage sieht toll aus und der Ausblick von hier oben ist tatsächlich hochherrschaftlich.

### Der Erlebnispfad

Wir machen uns auf die Suche nach den Weg-



Esskastanien sehen aus wie Igelbabys.

weiser-Schildern mit einem großen roten E, die kennzeichnen nämlich den Erlebnispfad. Direkt an der Burgmauer gibt es einen Ausstieg auf den Feldweg an den Weinbergen und los geht der 6 km lange Rundweg. Erste Station: die Waldliegen. Herrlich, so im nach Regen duftenden Wald

ganz leise zu sein und auf jedes kleine Geräusch zu hören. Wir haben Glück und der Specht klopft, hämmert und trommelt für uns ein kleines Waldkonzert. „Da, ganz viele Igelbabys!“ kreischt eins der Mädels ganz entzückt. „Nein,“ lacht ein anderes Mädchen, „das sind doch Esskastanien“. Wir sammeln, was in die Tüten passt!

### Und im Wald, da steht ein Thron

Auf den schönen Wegen und schmalen Pfaden gibt es überall etwas zu entdecken. „Spielen, Erleben, Lernen“, so lautet ja schließlich auch das Motto des Erlebnispfads. Wir streiten um den Platz auf dem Holzthron für den einzigen wahren Waldkönig, wir knifflern mit Pythagoras, wir balancieren wagemutig am Seil, wir gründen die HipHop-Klangholz-Gang und wir zeigen Größe am Messbrett. Im Wigwam an der Waldrast vespern und genießen wir unser mitgebrachtes Picknick, am Koppenbrünnele mit seinen romantischen Waldteichen versuchen wir Fische zu fangen und am herrlichen Waldspielplatz können wir die Kinder nur mit dem Versprechen auf ein Eis wieder weglöcken. Ziemlich feucht und matschig, aber mit bester Laune, kehren wir noch auf der Burg Stettenfels in die Schirmbar zu Tee, Kaffee und Kuchen ein, bevor wir uns wieder auf den Nachhauseweg machen.

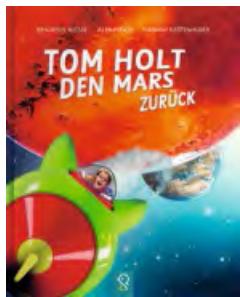
### TIPPS & WISSENSWERTES IN KÜRZE:

Den Erlebnispfad Untergruppenbach (6 km, Kennzeichen rotes „E“) haben wir an der Burg Stettenfels gestartet. Faltblätter zum Erlebnispfad sind im Rathaus und auf Burg Stettenfels erhältlich oder online unter [www.untergruppenbach.de](http://www.untergruppenbach.de). Wer mit dem Kinderwagen unterwegs ist, kann die neben den Waldwegen des Erlebnispfades liegenden, ohne Steigungen leicht befahrbaren Zwischen- und Zugangswege benutzen. Die Schirmbar der Burg Stettenfels ([www.burg-stettenfels.de](http://www.burg-stettenfels.de)) hat über den Winter geschlossen, aber wer nach der Wanderung noch einkehren möchte, findet auch in Untergruppenbach Cafés und Restaurants.

# Von Kometen und Planeten

Cristina Rieck stellt Geschichten aus dem Weltall vor

**Das Universum erkunden Kinder gerne durch Sachbücher, die ihnen erklären, was es mit den Planeten so auf sich hat. Aber der Weltraum steckt auch voller Geschichten, mit denen sich weltraumbegeisterte Kids auf eine spannende Reise durch die unendlichen Weiten des Alls begeben können.**



► Ab 4

„Eigentlich ist schon längst Schlafenszeit“, da entdeckt Tom, dass der Mars aus seinem Planeten-Mobile verschwunden ist. An Schlaf ist nun nicht mehr zu denken und Tom begibt sich sofort auf die Suche, denn „Tom holt den Mars zurück“. Hannah Kastenhuber hat aus dieser Ausgangssituation eine Geschichte geschrieben, die mit etwas Phantasie genauso passieren könnte. Das vermitteln auch die realistischen Abbildungen, die von Alex Pusch im Studio fotografiert und von Benjamin Wiesse am Computer erschaffen wurden.

Die Abbildungen vom Mars und alle anderen Weltraumbilder haben die NASA und ESA zur Verfügung gestellt. Ein außergewöhnliches Foto-Bilderbuch zu einer spannenden Abenteuergeschichte aus dem Weltall. Wer mehr über die Planeten unseres Sonnensystems erfahren möchte, kann diese Informationen als „Extra“ auf der Internetseite des Verlages finden.

Hannah Kastenhuber, Benjamin Wiesse/ Alex Pusch (Fotografie): *Tom holt den Mars zurück*, klein & groß Verlag 2017, 32 Seiten, EUR 14,95, ISBN 978-3-946360-04-9.

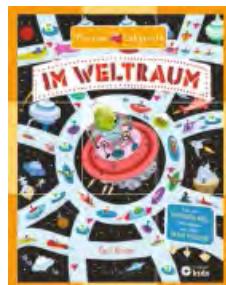


► Ab 5

Die in Stuttgart lebende Autorin Susanne Glanzner hat mit „Kalle Komet“ einen Helden erschaffen, der voraussichtlich noch eine ganze Reihe von Abenteuern im Weltraum erleben wird. Unterwegs ist er in seiner roten Rakete zusammen mit dem fünfjährigen Paul, der nicht einschlafen kann und seiner Freundin Krissie Kristall. Im ersten Band hilft das Trio dem Regenbogen, seine Farbe „Orange“ wiederzufinden und im Folgeband geht es „auf ins Drachenland!“.

Die Geschichten sind voller Sprachwitz und gleichzeitig warmherzig geschrieben. Schnell identifizieren sich die jungen Leser oder Zuhörer mit den Protagonisten, die Abenteuer erleben, von den sie selbst insgeheim träumen. In den kunterbunten Illustrationen von Anja Grote lassen sich viele witzige Details entdecken, die beim Vorlesen jede Menge Spaß bereiten. Mein Tipp: Mit dem ersten Band beginnen, dann den zweiten verschlingen und sich freuen auf den dritten Band, der im Frühjahr erscheint.

*Susanne Glanzner/ Anja Grote (Illustrationen): Kalle Komet, Ellermann 2017, 126 Seiten, EUR 12,99, ISBN 978-3-7707-0013-4  
Band 2: Kalle Komet - Auf ins Drachenland! ISBN 978-3-7707-0014-1  
Neu: Kalle Komet - Die Fußball-ALL-Meisterschaft. ISBN 978-3-7707-0085-1, erscheint im März 2018*



► Ab 6

In der Reihe „Mission Labyrinth“ ist zuletzt der Band „Im Weltraum“ erschienen. Zu Beginn appelliert der Autor und Illustrator Paul Boston an die jungen Leser: „Die Zappels brauchen deine Hilfe“. Ihre Rakete ist nämlich abgestürzt und sie warten auf Rettung. Um zur Absturzstelle zu gelangen, kann das Buch wie ein echter Stadtplan genutzt werden. Das bedeutet, dass Koordinaten gelesen werden sollen und ein paar Rätsel und Rechenaufgaben auf den Betrachter warten. Es gilt also, eine echte Mission zu erfüllen, die an der Spaghetti-Kreuzung vorbei zum Marshmallow-Felsen und weiter in die Alien-Stadt führt. Die witzigen Illustrationen laden ein zum spielerischen Umgang mit diesem Buch, das eine originelle Idee verwirklicht.

*Paul Boston (Illustrator): Mission Labyrinth: Im Weltall, Compact Verlag 2017, 32 Seiten, EUR 12,99, ISBN 978-3-8174-1737-7.*

## VERLOSUNG:

Wir verlosen jeweils zwei Freiexemplare der vorgestellten Bücher. Wer eines der Bücher gewinnen möchte, schickt unter Angabe des Alters eine Mail an: [verlosung@elternzeitung-luftballon.de](mailto:verlosung@elternzeitung-luftballon.de) oder eine Postkarte an Elternzeitung Luftballon, Nadlerstr. 12, 70173 Stuttgart, **Stichwort: Buchtipp Januar.** Einsendeschluss ist der 10.1.2018. (Adresse nicht vergessen!) Teilnahmebedingungen siehe Impressum.



aventerra  
Reisen & Lernen



SKI- UND SNOWBOARD  
**FREIZEIT**

Skigebiet Mellau - Damüls | Für Jugendliche von 12 - 17 Jahre  
24.03. - 31.03.2018

[www.aventerra.de](http://www.aventerra.de) | 0711 470 42 15  
facebook.com/aventerra | info@aventerra.de



## Wir entwickeln Persönlichkeit



Info-Abend  
Do 18.01.2018, 19:30 Uhr  
Tag der Offenen Tür  
Sa 03.03.2018, 10:30 – 12:30 Uhr

## Einschulung 2018/19

Raiffeisen-Grundschule im GOSPEL FORUM  
70469 Stuttgart – Dieselstraße 36  
[www.raiffeisen-schule.de](http://www.raiffeisen-schule.de)

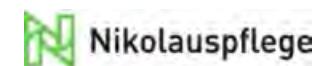


## Private Grund-, Förder-, Werkreal- und Realschule

Blinde, sehbehinderte und sehende Kinder lernen miteinander und voneinander

- Haupt-, Werkreal- und Realschulabschluss
- Für Schulanfänger und Quereinsteiger
- Mittagessen und Hausaufgabenbetreuung
- Hort für Kinder und Jugendliche von 6 bis 14 Jahren

Inklusive Betty-Hirsch-Schule  
Am Kräherwald 271, 70193 Stuttgart, Tel. (0711) 65 64-360  
[www.betty-hirsch-schule.de](http://www.betty-hirsch-schule.de)



**FRIEDRICHBAU**  
VARIETÉ  
STUTTGART

**ZIMT & ZAUBER**  
SO... IST DAS LEBEN!  
19.11.2017 - 11.02.2018

Siemensstraße 15 • Am Pragsattel • 70469 Stuttgart • 0711/225 70-70 • [www.friedrichbau.de](http://www.friedrichbau.de)

**In Zukunft bessere Noten!**

**Über 20 x in Stuttgart und Umgebung!**

- Individuelles Eingehen auf die Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen
- Motivierte und erfahrene Nachhilfelehrer/-innen
- Ferienkurse und Coaching
- Vorbereitung auf alle gängigen Abschlussprüfungen

Prüfungs vorbereitung: [www.pruefungen-stuttgart.de](http://www.pruefungen-stuttgart.de)  
Beratung vor Ort: • Mo.-Fr. • 15.00-17.30 Uhr

**Schülerhilfe**  
Das Original. Seit 1974.

GRATIS INFO-HOTLINE, 8-20 Uhr  
**0800-19 4 18 08**  
[www.schuelerhilfe.de](http://www.schuelerhilfe.de)

**WELTWEITE GRUPPENREISEN FÜR FAMILIEN** [djoserfamily.de](http://djoserfamily.de)

Die interessantesten Orte, die schönsten Routen: unvergessliche Erlebnisse für Jung und Alt!

**ASIEN**  
China, Japan, Indien & Nepal, Rajasthan, Myanmar, Thailand, Vietnam & Kambodscha, Sri Lanka & Malediven, Malaysia, Indonesien

**AFRIKA**  
Tansania & Sansibar, Namibia, Botswana & Sambia, Südafrika mit Swasiland & Krüger NP

**MITTEL- UND SÜDAMERIKA**  
Kuba, Costa Rica, Ecuador, Peru

**ORIENT**  
Marokko, Jordanien

**NORD-AMERIKA**  
USA – der Westen

Djoser Reisen GmbH | Kaiser-Wilhelm-Ring 20 | 50672 Köln



# Ein großes Fest

Kommunion und Konfirmation

von Tina Bähring

Jedes Jahr zwischen Ostern und Pfingsten wird in der katholischen Kirche die Kommunion und in der evangelischen Kirche die Konfirmation gefeiert. Bei der Kommunion bekommen die etwa acht- oder neunjährigen Kinder in der Heiligen Messe erstmals das Abendmahl. Und die schon jugendlichen Konfirmanden haben sich mit rund achtzig Stunden Konfirmandenunterricht auf das Sprechen des Glaubensbekenntnisses vorbereitet.

Sowohl die Kommunion als auch die Konfirmation sind zwei große Festlichkeiten, die im Leben der Kinder oder Jugendlichen nur einmal gefeiert werden. Um den Tag genießen zu können, ist es hilfreich, einen gewissen Fahrplan einzuhalten. Wir haben, für das gute Gelingen der Festlichkeiten, eine To-do-Liste erstellt, um die zeitliche Planung ein bisschen leichter zu machen. Was muss wann erledigt werden? An was muss alles gedacht werden? Und wie vermeide ich Stress in der letzten Minute?

## Einige Monate vor dem Fest

Am besten erstellt man so früh wie möglich die Gästelisten. Soll nur Familie eingeladen werden oder auch gute Freunde und liebe Nachbarn? Sobald fest steht, wer alles eingeladen wird und wieviele Personen insgesamt kommen, kann überlegt werden, wo gefeiert werden soll. Zuhause oder in einem Restaurant? Hat man eine Entscheidung getroffen, sollte gleich im Restaurant oder bei der Cateringfirma reserviert werden. Ist die Reservierung der Feierlokalität bestätigt, können die Einladungen geschrieben werden. Entweder man bastelt und gestaltet sie selbst oder lässt sie von einem Profi machen. Kommen Gäste von weit her und brauchen eine Übernachtungsmöglichkeit? Auch mit der Suche nach einem Kleid oder Anzug für die Kommunikanten und Konfirmanden kann jetzt schon gestartet werden. Denn je früher man sich umschaut, umso größer ist die Auswahl. Allerdings müssen natürlich etwaige Wachstumsschübe mit einkalkuliert werden.

## Die letzten Wochen vor dem Fest

Ist die Festkleidung komplett? Hat man passende Schuhe und Jacke? Und eine schicke Krawatte zum Anzug, eine Strumpfhose in der richtigen Farbe? Was ist mit einem Frisörtermin?

Jetzt sollte man auch anfangen, sich über die Tischdekoration Gedanken zu machen. Sollen Tischkärtchen gestaltet werden? Als Accessoires eignen sich auch gut Kerzen, Blumen, Steine, Blätter oder Muscheln. Und möchte man jedem Gast eine Kleinigkeit mitgeben, vielleicht ein Foto oder einen gebastelten Glückskäfer? Schön ist beispielsweise



Gespannte Erwartung

auch ein Poesiealbum, in dem sich die Gäste eintragen können.

Vermutlich möchte man auch den befreundeten Kommunion- und Konfirmationskindern Glückwunschkarten schreiben, dann sollte man diese jetzt schon gestalten oder besorgen.

Ist eine Kaffeetafel zu Hause geplant? Falls ja, wie viele Kuchen müssen gebacken werden und welcher Lieblingskuchen darf nicht fehlen? Wird selbst gebacken, Torten und Kuchen bestellt oder bringen die Gäste Kuchen mit?

Müssen die Plätze in der Kirche reserviert werden? Ferner sollte geklärt werden, ob in der Kirche fotografiert werden darf oder ob ein Profi diese Aufgabe übernimmt.

## Die letzte Woche

Die Outfits nochmal kontrollieren. Eventuell Getränke besorgen. Glückwunschkarten für die anderen Kommunions- und Konfirmationskinder abschicken. Soll Musik auf der Feier gehört werden? Soll gemeinsam gesungen werden? Oder soll ein gemeinsames Tischgebet gesprochen werden?

## Am Tag vorher

Die To-do-Liste und den geplanten Ablauf der Feier gemeinsam durchgehen. Eventuell die (Kaffee-)tafel decken, Kuchen backen, Getränke kalt stellen. Aufbauen und Dekorieren. Tischkärtchen verteilen. Hat das Kommunionskind oder der Konfirmand einen guten Platz? Wo sitzen die Paten und wo die Eltern? Wer sitzt neben wem? Ist ein Kindertisch sinnvoll?

Zum Schluss noch alles für den nächsten Morgen bereit legen und den Fotoapparat nicht vergessen.