Lübecker

Das Familienmagazin für Lübeck

Ausgabe 5 - September/Oktober 2018

kostenlos

Großer Veranstaltungskalender für Kinder & Familien

FAMILIENBAN.DE

Ernährung
Geben Sie Ihrem Kind noch Fleisch?

Digitale Medien
Vater, Mutter, Handy, Kind

Gesundheit
Von Läusen und Milben

Auflösung des letzten Gewinnspiels

Das Foto des letzten Gewinnspiels zeigte einen Ausschnitt eines in der Glitzerbar auf dem Hansekulturfestival entstandenen Glitzertatoos auf Seite 11.

Gewinnspiel

Auf welcher Seite ist das?

Wir wollen von Dir wissen, auf welcher Seite dieser Bildausschnitt zu finden ist?
Wenn Du es weißt, schicke eine Email an: gewinnspiel@luettbecker.de oder schreibe uns einen Brief oder eine Karte an: Familienmagazin Lüttbecker, Beckergrube 43-47, 23552 Lübeck. Vergiss bitte nicht Deinen Namen, Adresse, Dein Alter und Deine Telefonnummer.

Schreibe bitte auch dazu, was Du gerne gewinnen würdest. Viel Glück!

Der Einsendeschluss ist der 1. Oktober 2018.

Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir:

- 1 x Schnupper-Fotoshooting
- 2 x Familientickets für „Jim Knopf & Lukas der Lokomotivführer“
- 3 x Reiseführer „Linas Reise - Ein Ausflug in die Hansezeit“
- 3 x 2 Eintrittskarten für „Das Dschungelbuch“
- 2 x Family-Timer vom Häfft-Verlag (Seite 10)
- 2 x Wandkalender „FamilienPlaner 18/19“ vom Häfft-Verlag (Seite 10)
- 3 x 2 Eintrittskarten zum „Family Circle“ (Seite 6)

Die Gewinner:

Ganz viele Teilnehmer wollten gerne die Biokiste gewinnen. Leider gab es diesen Gewinn nur einmal und das Los hat Familie R. gezogen. Wir wünschen viel Spaß beim Kochen mit den gelieferten Lebensmitteln.

Die CD „Conni kommt in die Schule“ können sich nun Felizitas S. (5), Luise D. (5) und Eray (6) anhören. Das Würfelspiel „Olle Scholle“ haben Sophia U. (20 M.), Hanna S. (5) und Yan (4) gewonnen. Über das Buch „Peggy Deggledey“ können sich Mika B. (4), Pablo S. (7) und Mia P. (3) freuen. Das Buch „So wächst unser Essen“ & Samentüte „Glantz Bienenglück“ erhalten Simon M. (5), Antonio (6) und Carolina L. (4) und Simon (3,5).

1x Schnupper-Fotoshooting

Ein Familien-Fotoshooting ist eine wunderbare Gelegenheit, gemeinsame Momente für die Ewigkeit festzuhalten. Die dabei entstehenden Fotos machen sich nicht nur im eigenen Album hervorragend, sondern auch Oma und Opa überglücklich. Wir verlosen einen Gutschein für ein Familien-Schnupper-Fotoshooting mit den Fotowerkern der Ganzer & Berg GbR in der Moislinger Allee 21. Der Gutschein beinhaltet ein kleines Shooting von etwa 45 Minuten inkl. 3 Bildern als Datei und Druck (13x18 cm).

3x Linas Reise – Ein Ausflug in die Hansezeit

Was war eigentlich die Hanse? Wie lebten Kinder im Mittelalter und wo sind die Unterschiede zu heute? Antworten auf diese Fragen gibt‘s im Kinderkatalog „Linas Reise – Ein Ausflug in die Hansezeit“. Der spannende und wissensvermittelnde Reiseführer, der vom Europäischen Hansemuseum herausgebracht wurde, entführt Kinder in die mittelalterliche Hansezeit. In sechs Kapiteln mit zahlreichen farbigen Abbildungen erlebt die junge Heldin Lina gemeinsam mit ihrem neuen Freund, dem Kaufmannssohn Johann, die Welt des Mittelalters und lernt so die Geschichte aus einer ganz persönlichen Perspektive kennen.

2x Jim Knopf & Lukas der Lokomotivführer

Gewinne eines von zwei Familientickets für zwei Erwachsene und zwei Kinder für das Musical „Jim Knopf“ am 14. Dezember 2018 um 16 Uhr im Kolosseum in Lübeck. Das Theater Lichtermeer hat aus dem beliebten Klassiker von Michael Ende ein neues, lustiges aber auch tiefgründiges Musicalabenteuer gemacht. Das sechsköpfige Ensemble schlüpft in die diversen Figuren der Geschichte: Neben Jim Knopf und Lukas dem Lokomotivführer sind da noch König Alfons der Viertel-vor-Zwölfte von Lummerland und seine Untertanen Frau Waas und Herr Ärmel. Als Lukas beschließt, woanders sein Glück zu versuchen, da der Zugbetrieb auf Lummerland eingestellt werden soll, schließt sich ihm Jim Knopf an und für beide beginnt ein großes Abenteuer. Auf ihrer Reise treffen sie u.a. die Prinzessin Li Si, Tochter des Kaisers von China, den Scheinriesen Herrn Tur Tur und den Halbdrachen Nepomuk. Immer mit dabei ist natürlich Emma, die Lokomotive. Für große und kleine Abenteurer ab 4 Jahren. Mehr Infos unter www. theater-lichtermeer.de

3x Das Dschungelbuch

Willst Du mit Mogli und seinen tierischen Freunden auf abenteuerliche Reise gehen? Dann spiel mit und gewinne zwei Eintrittskarten für das Musical „Dschungelbuch“ am 11. November um 11 Uhr in der Musik- und Kongresshalle Lübeck. Das Theater Liberi, bekannt für seine fantasievollen Familienshows, inszenierte nach dem Bestseller von Rudyard Kipling eine moderne und kreative Fassung für Kinder und Kindgebliebene. Mit einem farbenfrohen Bühnenbild und eindrucksvollen Kostümen entsteht eine prachtvolle Dschungelwelt – die bunte Reise durch den geheimnisvollen Urwald kann beginnen.

Inhalt

Der Die Das...

Wissenswertes kurz berichtet 4

Thema

Vater, Mutter, Handy, Kind 14
Was geschieht in der Pubertät 16
Foto-Shootings 24

Ernährung

Geben Sie ihrem Kind noch Fleisch oder (doch) lieber nicht? 26

Gesundheit

Ungebetener Besuch von Läusen & Milben 19

Bücher & Basteln

Bücherseite 13
Laternenbasteln 28
Pfützensegler 29

Zu Gast beim

Förster 22

Kinderseite

Rätselspaß für die Kleinen 20

Veranstaltungskalender

Aktuelle Termine 34
Regelmäßige Termine 31
Kindertheater Termine 33

Regelmäßig

Kleinanzeigen 30
Gewinnspiel 2
Impressum 39

www.facebook.de/luettbecker

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser,

was für ein Sommer! Endlich mal wieder Sonne pur. Auch wenn es manchmal schon ein bisschen zu heiß war. Aber seien Sie sicher, der nächste Regen und der Winter kommen bestimmt.

Für viele ist jetzt wieder der Alltag eingekehrt. Die Schule hat begonnen und die ABC-Schützen haben ihre ersten Erfahrungen mit ihrem neuen Lebensabschnitt gemacht. Die Kindergartenneulinge haben sich hoffentlich auch schon in der für sie ungewohnten Umgebung eingelebt und Freunde gefunden. Vielleicht klingelt oder vibriert Ihr Smartphone jetzt noch öfter, da nun noch mehr WhatsApp-Gruppen hinzugekommen sind. Sicher sind die digitalen Medien aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Man hat fast den Eindruck, ohne sie geht gar nichts mehr. Mal Hand aufs Herz: Wie oft schauen Sie pro Tag auf Ihr Handy? Wie schnell reagieren Sie auf eine Meldung, die Sie via WhatsApp, Facebook, Instagram und Co. erreicht? Und mal ehrlich, was würde passieren, wenn Sie nicht alles gleich lesen oder sofort darauf reagieren? Die Welt würde sich definitiv weiter drehen und mehr Zeit hätten Sie wahrscheinlich auch. Mit einem Anruf oder persönlichen Gespräch lassen sich Dinge oft schneller klären, als in einer WhatsApp-Kommunikation. Nicht, dass meine Beobachtung, die ich kürzlich in einem Café machte, bald zum Alltag gehört: Am Nebentisch saß ein älteres Ehepaar. Beide waren mit ihren Smartphones beschäftigt. Plötzlich sagte die Frau: „Hast Du meine Nachricht eben nicht erhalten? Warum antwortest Du mir nicht?“. Der Mann antwortete: „Kommt gleich“... Oder eine Bekannte erzählte mir neulich, dass sie ihrer Tochter eine Nachricht schickt, wenn das Essen fertig ist. Welche Folgen übermäßiger Medienkonsum haben kann, können Sie in dieser Ausgabe lesen.

Als ich kürzlich einer Freundin eine Geburtstagskarte schreiben wollte, ist mir aufgefallen, dass ich das Schreiben mit der Hand schon fast verlernt habe. Meine einst schöne Handschrift war krakelig und was noch schlimmer war, der Text war voller Fehler - und es gab keine Korrektur- oder Löschtaste. Bei einer privaten Email oder WhatsApp-Nachricht hat man sich ja schon an Fehler gewöhnt, aber hier wollte ich mir die Blöße nicht geben. Also nochmal von vorne...

Wir geben uns immer sehr viel Mühe, den „Lüttbecker“ ohne Fehler fertigzustellen. Ich hoffe, es ist uns geglückt.

Viel Spaß beim Lesen der neuen Ausgabe wünschen Ihnen

A. Volkrodt

Angelika Volkrodt
und das „Lüttbecker“-Team

Der Die Das...

Gesunde Mediennutzung in Familien

Mit Präventionsarbeit die Medienkompetenz von Eltern und Kindern stärken

Kinder brauchen ungeteilte Aufmerksamkeit „Die Familie war immer mein großer Rückhalt. Die Sicherheit, mit der ich aufgewachsen bin, will ich an andere weitergeben. So wie die Produkte der Avira (Virenschutzsoftware) die Menschen in der virtuellen Welt schützen, schützt die Auerbach Stiftung mit ihrer Arbeit Menschen in der realen Welt“, so Stiftungsgründer Tjark Auerbach. Bereits seit dem Gründungsjahr 2005 setzt die Auerbach Stiftung genau an dieser Stelle an.

Besonders kleine Kinder brauchen für eine gesunde Entwicklung die tägliche Zuwendung und immer wieder den Blickkontakt der Eltern. In diesem Alter sollten sie nicht um die Aufmerksamkeit der Eltern buhlen müssen. Doch da wir circa 150-mal täglich zum Smartphone greifen, geraten unsere Kinder immer mehr aus dem Sichtfeld. Keine Frage, Smartphones helfen im Alltag, manches schneller zu erledigen, doch sollte diese gewonnene Zeit den wirklich wichtigen Dingen des Leben zugute kommen: beispielsweise der Familie.

Prävention muss schon im Kleinkindalter beginnen

Bereits Kleinkinder wachsen zu Hause ganz selbstverständlich mit Smartphone, Tablet, Fernseher und Sprachassistenz auf. Es nicht darum, den technischen Fortschritt zu verteufeln, wenn auch der ein oder andere Elternteil bestimmt schon manches Mal diesen Gedanken hatte. Vielmehr möchte die Stiftung Eltern für das Thema sensibilisieren. Sie sollten aufmerksam bleiben für die Gefahren der Mediennutzung und sich ihrer besonderen Vorbildrolle bewusst werden. Kinder lernen zuhause, wie viel Medienkonsum gesund ist!

Gesunde Mediennutzung kann man lernen

Prävention hat für die Auerbach Stiftung einen hohen Stellenwert. Gemeinsam mit dem Carlsen Verlag hat sie ein Pixi-Buch entwickelt und möchte Eltern damit unterstützen. Es bringt Kindern und ihren Eltern einen gesunden Umgang mit dem Smartphone nahe. In dem Büchlein entwickelt Leon mit seiner Mama einen genialen Plan, indem es ihnen gelingt, dass Papa sein Handy öfter ausschaltet. Die Botschaft des Buches stimmt mit den Zielen der Auerbach Stiftung überein. Digitaler Fortschritt muss den Menschen dienen.

Auch ein Handy braucht mal Pause

Smartphones nehmen zu viel Platz in unserem Leben ein! Als nützliche Alleskönner „getarnt“, weiß man längst, dass wir mit unseren „Handys“ viel mehr Zeit verbringen, als es gut für uns ist. Was aus der Forschung bestätigt wird, lässt sich aus dem eigenen Alltag nachvollziehen. Häufig verlieren wir uns durch einen Blick über ein lautes ‘Ping‘ aufs Handy, scrollt weiter auf Facebook, Instagram und nach weiteren Neuigkeiten. Ehe man sich versieht, war man über eine Stunde im Netz unterwegs.

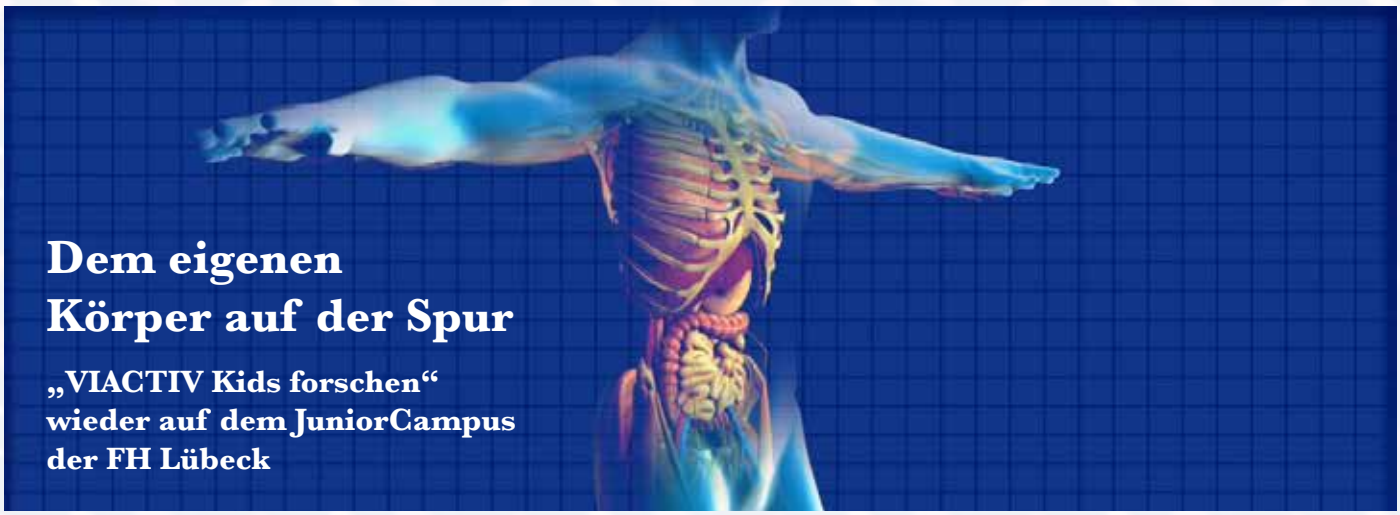
Durch die Entwicklung eigener Produkte möchte die Auerbach Stiftung Kindern ohne erhobenen Zeigefinger eine gute Mediennutzung beibringen. Zum Beispiel mit dem präventiven Handybett: einfach zusammengesteckt, mit witzigen Stickern beklebt, lässt es die Kleinen aktiv am Thema Medienzeit mitwirken.

Smartphone-Regeln vorleben

Nur wenn wir Eltern das richtige Nutzungsverhalten vorleben, können wir unsere Kinder vor übermäßigem Medienkonsum schützen. „Dabei helfen ganz einfache Regeln“ weiß Steffen Heil, Vorstand der Auerbach Stiftung. „Schalten Sie das Handy vor dem gemeinsamen Abendessen aus. Setzen Sie sich nicht mit Tablet oder Handy vor den Fernseher. Schaffen Sie handyfreie Zonen. Der gesunden Nachtruhe zuliebe sollte das Schlafzimmer auf jeden Fall handyfrei bleiben. Falls Sie keinen Wecker haben: Kaufen Sie sich einen, es lohnt sich. Im Straßenverkehr gilt selbstverständlich: Kein Blick aufs Handy – auch nicht an der roten Ampel. Wenn Eltern diese Regeln beherzigen, machen sie es ihren Kindern leicht, mit den neuen Medien maßvoll und sicherer umzugehen“.

Die Auerbach Stiftung, die den verantwortungsvollen und gesunden Umgang mit digitalen Medien fördert, verteilt in den kommenden beiden Jahren 20.000 Handybetten, über 100.000 Mini-Bücher „Paula & Max“ und 10.000 AusZeit Kalender kostenfrei an gemeinnützige Einrichtungen wie Kitas und Kindergärten. Nur gemeinsam kann ein gesunder Medienkonsum erreicht werden. Weitere Informationen unter: www.auerbach-stiftung.de

Bleiben Sie gegenüber Ihrem Medienkonsum selbstkritisch, denn übermäßige Nutzung wirkt sich schlecht auf die Gesundheit aus wie Sie in dem Artikel „Vater, Mutter, Handy, Kind“ (Seite 14) in unserem Heft weiterlesen können.



Dem eigenen Körper auf der Spur

„VIACTIV Kids forschen“ wieder auf dem JuniorCampus der FH Lübeck

Früh übt sich, wer ein Forscher und Entdecker werden will – und wer gesund durchs Leben gehen möchte. Als Deutschlands sportliche Krankenkasse kümmert sich die VIACTIV auch um die Nachwuchsarbeit und sorgt dafür, dass junge Talente gefördert werden. Zum Beispiel durch die Kooperation mit dem JuniorCampus der FH Lübeck: Einmal im Jahr organisieren sie gemeinsam die Veranstaltung „VIACTIV Kids forschen“, bei der Kinder im Alter von 5 bis 7 Jahren zusammen mit dem Team der VIACTIV und des JuniorCampus auf Entdeckungstour gehen.

Unter dem Motto „Mein Körper – Reise in eine fremde Welt“ erfahren die NachwuchsforscherInnen z. B. wie ihr Herz tickt, wofür unsere Haut gut ist und wie die fünf Sinne funktionieren. Spielen, fragen und experimentieren erwünscht! Einen ganzen Vormittag können die Kinder nach Herzenslust in die Welt der Wissenschaft abtauchen und spannendes über den eigenen Körper erfahren.

„VIACTIV Kids forschen 2018“

Die nächste spannende Entdeckungstour von „VIACTIV Kids forschen“ findet am Samstag, den 27. Oktober 2018 von 9:30 bis 12:00 Uhr in der Fachhochschule Lübeck, Gebäude 10, Räume 10-0.03 und 10-0.04, Mönkhofer Weg 239, 23562 Lübeck statt. Das Thema in diesem Jahr lautet: Unser Körper: Tag für Tag Höchstleistung - woher kommt die Energie? Teilnehmen können Kinder zwischen fünf und sieben Jahren, die bei der VIACTIV versichert sind. Der Forschungstrip ist kostenlos, die Plätze sind allerdings begrenzt. Also nicht zögern, sondern schnell anmelden und die Forscherlust in Ihrem Kind wecken!

Infos und Anmeldung bei Simone Gutsche, VIACTIV Krankenkassen, Telefon: 0451 87187-207 oder per E-Mail simone.gutsche@viactiv.de

Kinder - Notfall - Telefon
Für Sorgen und Nöte der Kinder und Eltern
Essenspakete für bedürftige Kinder
E-Mail info@kinderaktionshilfe.de
Telefon 0800 - 7020140

The Family Circle –

Das neue Pop-up Event für Familien

Das neue Familien Pop-up-Konzept zeigt die weltweit schönsten Marken und Trends aus den Bereichen Food, Interior und Design, versammelt spannende Experte und entführt Besucher an einen wunderschönen Ort. Am 20. und 21. Oktober, jeweils von 10-18 Uhr findet das kunterbunte Event in der Kuppel Hamburg, Luruper Chaussee 30, statt. Danach geht „The Family Circle“ dann auf internationale Tournee nach Berlin, Amsterdam und Lissabon.

Gründerin Nadine Jung ist selbst zweifache Mama und hat das Event mit viel Liebe zum Detail kuratiert: „The Family Circle ist alles andere als eine Messe: Bei uns stehen nachhaltige Produkte und modernes Design im Zentrum.“ An zwei Tagen bietet das Event ein Forum in dem sich Eltern austauschen und beraten können und lädt Klein und Groß zum Stöbern, Shoppen und Genießen ein. Außerdem halten ausgewählte Experten spannende Vorträge und Workshops rund um die Themen Hybnobirthing, Yoga und Meditation für Eltern oder Geburtsvorbereitung. Die Kindern können sich derweilen an vielen „Mitmach-Werkstätten“ ausprobieren und begeistern. Egal, ob selbst kreativ werden oder sich inspirieren lassen: The Family Circle lädt zum Verweilen, Ausprobieren, Austauschen und Spaßhaben ein. Weitere Informationen unter www.thefamilycircle.de.

Tipp

Bei unserem Gewinnspiel auf Seite 2 könnt Ihr 3 x 2 Eintrittskarten gewinnen.

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

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

Wahl zur Kreis- und Stadtelternvertretung

Die KEV/SEV ist ein von den ElternvertreterInnen der Lübecker Kitas gewähltes Gremium, das sich für die Belange der Eltern und Kinder in den Kitas der Hansestadt einsetzt und mit Kommunalpolitikern, Verwaltung und Trägern über Themen wie Betreuungsqualität, Kita-Ausbau und flexible Öffnungszeiten diskutiert. Die KEV/SEC stellt z.B. zwei beratende Mitglieder im Jugendhilfeausschuss oder lädt die Verantwortlichen zu sich ein.

Alle ElternvertreterInnen der Lübecker Kitas in städtischer, freier und kirchlicher Trägerschaft wählen die KEV/SEV einmal im Jahr. Gewählt werden können alle Eltern (auch Nicht-Elternvertreter), die ein Kind in einer Lübecker Kita haben. Es wäre schön, wenn aus jeder Kita ein Elternvertreter zur Wahl käme, die am 26. September 2018 um 20 Uhr in der Kita „Der kleine Mukk“ (Kanalstrasse 42-50, 23552 Lübeck) stattfindet.

Regiobranding

Starke Bäume für Menschen in der Region

Das Forschungsprojekt Regiobranding in der Fokusregion Lübeck und Nordwestmecklenburg geht in die letzte Phase. Mittlerweile wurden schon einige der entwickelten Modellprojekte in die Tat umgesetzt und nun soll zum Projektende ein dauerhaftes und nachhaltiges „Denkmal“ gesetzt werden. Für diesen Zweck wurde die Baumpflanz-Aktion „Starke Bäume für Menschen in der Region“ entwickelt, an der viele aktiv teilhaben können.

Gesucht werden interessierte Bürger, Organisationen oder Vereine, die ein geeignetes Grundstück zur Verfügung stellen können. Der Baum wird von einer Fachfirma gepflanzt, die Teilnehmer und/oder Grundstückseigentümer verpflichten sich, den Baum zu erhalten und zu pflegen.

Den Teilnehmerbogen finden Sie auf unserer Website im Bereich „Download“ oder Sie wenden sich an den Bereich Umwelt-, Natur- und Verbraucherschutz (UNV), Abt. Natur, Klima, Imissionen, Kronsforder Allee 2-8, Tel.: 0122-3923 oder an unv@luebeck.de.

Folgende Bäume stehen für die Anpflanzung zur Verfügung:

Berg-Ahorn, Schwarz-Erle, Sand-Birke, Rot-Buche, Esche, Trauben-Eiche, Stiel-Eiche, Silber-Weide, Winter-Linde, Feld-Ahorn, Hainbuche, Zitter-Pappel, Vogel-Kirsche, Holz-Birne, Eberesche, Holz-Apfel, Trauben- Kirsche.

Apfelsorten: Jakob Lebel, Ruhm von Kirchwerder, Prinzenapfel, Seestermühler Zitronenapfel, Martens Sämling, Holsteiner Cox, Finkenwerder Herbstprinz, Altländer Pfannkuchen, Wohlschmecker aus Vierlanden, Prinz Albrecht von Preußen, Weißer Winterglockenapfel, Alkmene, Filippa, Martini, Weißer Klarapfel.

Birnensorten: Köstliche von Charneu, Lübecker Sommerbergamotte, Doppelte Phillipsbirne, Gute Graue, Conference.

Mit Trüffelpilzen geimpfte **Haselnusspflanzenbäume**.

Erziehung ist Herzenssache

Veranstaltungsreihe für Fachkräfte und Eltern

Bei der heutigen Erziehung geht oft die Intuition verloren und gerade Eltern sind angesichts der Fülle an Ratgebern verunsichert. Mit einer groß angelegten Veranstaltungsreihe möchte das Ev.-Luth. Kindertagesstättenwerk (Kitawerk) Lübeck Fachkräften und Eltern ein wenig „Erziehungslast“ von den Schultern nehmen mit dem Ziel einer Erziehungspartnerschaft zwischen pädagogischen Fachkräften, Eltern und ihren Kindern.

Im ersten Kita-Jahr 2018/19 möchte man sich auf die Fachkompetenz in den 37 Ev.-Luth. Kindertagesstätten konzentrieren und die Mitarbeiter stärken. In einer Jahresarbeitstagung werden im Rahmen von Workshops pädagogische Hilfestellungen angeboten. Themen werden u.a. der Umgang mit psychisch belasteten Kindern, Gewaltprävention oder schwierige Gespräche in der Kita sein. In der „zweiten Herzhälfte“, im Kita-Jahr 2019/20 geht es verstärkt um die Eltern. Unter Einbindung der drei Familienzentren werden u.a. Themenelternabende in den Einrichtungen des Kitawerks angeboten. Geplant sind auch Fachvorträge und spezielle Beratungsangebote.

„Das Herz steht für das Einfühlen in die Kinder. Wir wollen Erziehung auf dem Verstehen kindlichen Verhaltens gründen, empathisch sein und fragen: Wo ist die Not des Kindes?“, so Fachberaterin Dorothea Wolf, zuständig für Frühförderung, Integration und Kinderschutz. Weitere Infos: www.kitawerk.de

Neues aus Lübeck

StoffReich – Upcycling als Geschäftskonzept

Wer den neuen DRK-Laden in der Moislinger Allee 218 betritt, den erwartet nicht nur ein Secondhandshop, sondern gleichzeitig eine Änderungsschneiderei und Modewerkstatt. Denn hier soll das Thema Upcycling gebrauchten Dingen einen neuen Sinn geben und diese zu Unikaten werden lassen. Dafür ist der erfahrene Schneider Taher Hamad Amen zuständig, der vor drei Jahren als Flüchtling nach Deutschland kam und seinen neuen Job als Glücksgriff sieht. Aus verschiedenen Materialien kreiert er Röcke, Hosen, Kleider, Taschen und Rucksäcke, die dann als neuwertige Produkte wieder glänzen können. Upcycling nennt man dieses Verfahren.

Mit der Erweiterung des klassischen Kleiderladens wird durch die Wiederverwertung nicht nur die Verwendung von Rohstoffen geschont. Er soll auch als soziales Angebot eine zentrale Rolle im Miteinander dieses Stadtteils spielen. Denn hier finden auch Nähkurse statt, die Menschen, unabhängig von Herkunft, Alter und Geschlecht, die Möglichkeit bieten, zusammen zu kommen und sich auszutauschen.

Unterstützung findet der Betrieb in zahlreichen Ehrenamtlichen, ohne deren Verlässlichkeit und Engagement Kleiderläden in dieser Form nicht denkbar wären. Möchten Sie diesen Kleiderladen vielleicht auch ehrenamtlich unterstützen oder Stoffreste, nicht mehr benötigte Kleidung spenden? Auch funktionstüchtige Nähmaschinen, die nicht mehr gebraucht werden, können einfach im Geschäft abgegeben werden. Diese werden für die geplanten Nähkurse eingesetzt.

Fruchtalarm – ein Projekt für die Kinderkrebsstation

Fruchties - so werden die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter liebevoll genannt, wenn sie wöchentlich die kinderonkologischen Stationen von Kliniken besuchen, um mit den Kindern bunte und erfrischende Fruchtcocktails zu mixen. Sie sind die Botschafter und das Herz von „Fruchtalarm“ und ermöglichen den Kindern und Jugendlichen eine regelmäßige Auszeit vom tristen Klinikalltag. Dabei unterstützen sie auch die mentale Genesung der jungen Patienten.

Als 2010 der achtjährige Sohn eines Bielefelder Ehepaares an einer unheilbaren Krebserkrankung verstarb, entstand das Projekt. „Fruchtalarm“. „Es ist für alle Kinder, die sich durch die Therapien und gegen diese schreckliche Krankheit kämpfen“, so Marcel Lossie, ehrenamtlicher Projektvorstand und Initiator des Projektes „Fruchtalarm”.

Aktuell gibt es 22 Standorte, vier weitere stehen in den Startlöchern. So auch in Lübeck, wo es ab Herbst dann auch am UKSH Lübeck eine mobile Cocktailbar geben soll. Noch werden „Fruchtis“ ab 18 Jahren gesucht, egal ob Student oder Rentner, die das soziale Projekt aktiv unterstützen. Vorausgesetzt wird allerdings, dass man in den nächsten zwei Jahren regelmäßig dienstags zwischen 13:30 und 17:30 Zeit hat, um an dem Projekt teilnehmen zu können. Die Fruchtis werden für die ehrenamtliche Tätigkeit bei der Laer Stiftung, bei der „Fruchtalarm“ angesiedelt ist, angestellt und erhalten eine Aufwandsentschädigung. Wer Interesse und Zeit hat, den „Fruchtalarm“ in Lübeck aktiv mit zu gestalten, wendet sich bitte an Frau Eike Rehse: e.rehse@fruchtalarm.info oder Tel.: 0521 32990030. www.fruchtalarm.info

Du musst kein Obst sein, um zu helfen!

ElternSTIMME e.V.

Die Lübecker Elterninitiative für Vereinbarkeit von Familie und Beruf wird zum Verein. Das Gründungsdatum am 28. Juni erinnert an Friedrich Fröbel, der an diesem Tag, vor 178 Jahren den ersten Kindergarten stiftete. Was im Mai 2017 durch Jenny Scharfe (Vorstand) als Facebook-Gruppe ins Leben gerufen wurde, hat jetzt einen neuen Namen: ElternSTIMME e.V.

Viele aktive MitstreiterInnen haben gemeinsam durch die Sammlung von Unterschriften und Gesprächen mit aufgeschlossenen Politikerinnen einen Bürgerschaftsbeschluss erzielt, der eine Vereinheitlichung und Reduzierung der Schließtage von 30 auf 20 pro Jahr vorsieht. Inzwischen weist die Facebook-Gruppe der Elterninitiative über 800 Mitglieder auf.

Mit der Gründung von ElternSTIMME e.V. wollen sie gemeinsam mit den Vereinsmitgliedern Eltern eine Stimme geben und ihren Teil dazu beitragen, dass Lübeck die familienfreundlichste Stadt im Norden wird. Wer Kontakt zum Verein aufnehmen will, kann eine Email an post@elternstimme.org schicken.

Yoga der besonderen Art

Insa Peters von Lotus-Kids bietet Kinder-Erlebnis-Yoga und Familienyoga an. Ihre Kollegen: Gaston die Fledermaus, Robert der Frosch und Sören der Igel! Diese possierlichen Gefährten leisten wirklich ganze Arbeit! Die Handpuppen reisen um die ganze Welt, erzählen von ihren Erlebnissen und nehmen dabei die Kids zu ihren Abenteuern mit. Dadurch werden die Kinder mit Fantasie und Kreativität aktiv in die Yogaübungen eingebunden. Für die älteren Kinder werden die Yogastunden individuell gestaltet, mit Inhalten, die unter anderem auf Spaß, Entspannung, Selbstbewusstsein, Körperhaltung und Körpergefühl sowie Techniken zur Konzentration und Stressbewältigung für zuhause abzielen.

Beim Familienyoga steht die Familie im Fokus: Lachen, Spielen und Entspannen als Familienteam lautet die Devise. Das Familienyoga-Angebot von Insa Peters bietet eine tolle Möglichkeit Sport, Fantasie und Zeit miteinander, ohne äußere Ablenkungen, zu verbringen. „Spezielle“ Situationen wie z.B. die Pubertät der Kinder können zu Konflikten führen. In den Kursen erfahren die Teilnehmer, wie sie in diesen stürmischen Zeiten wieder zu einer gemeinsamen Basis finden können. Geschwister mit einer angespannten Beziehung finden hier Raum und Zeit zur spielerischen Annäherung und Festigung der Geschwisterbindung. Mehr Infos unter www.lotus-kids.de, facebook.com/insa.peters.1

Brücken bauen in frühe Bildung

Lübeck hat sich erfolgreich für die Teilnahme am Bundesprogramm „Kita-Einstieg: Brücken bauen in frühe Bildung“ beworben. Das Bundesfamilienministerium unterstützt jeden Standort mit € 150.000 im Jahr, um den Zugang zur Kindertagesbetreuung vorzubereiten und unterstützend zu begleiten.

Nicht alle Familien verfügen über Informationen zu den Angeboten der Kindertagesbetreuung und den entsprechenden Anmeldeverfahren. Diese Lücke soll das neue Bundesprogramm schließen. Die Hansestadt Lübeck beauftragte die BQL mit der Umsetzung. Die Aktivitäten des Programms zielen insbesondere darauf ab, Familien mit kleinen Kindern Einblicke in das System der Kindertagesbetreuung (Kindertagesstätten und Kindertagespflege) zu vermitteln und den Zugang zu erleichtern.

Eigens dafür wurde eine neue Außenstelle der BQL, in der Karlstraße 7 (Nähe Lohmühle), gegründet. Hier bietet das Team donnerstags von 9:30 bis 11 Uhr ein Vorleseangebot an. Jeden Mittwoch von 10 bis 12 Uhr und nach Vereinbarung können sich Eltern informieren – gerne auch mit Kindern, für die während des Gesprächs eine Betreuung angeboten wird.

Bald werden die Mitarbeiterinnen auch mit einem Lasten-E-Bike, befüllt mit Spiel- und Beratungsmaterial, vor Ort in den Stadtteilen unterwegs sein. Informationen und Termine gibt es unter Tel.: 0451-30 500 222 oder per E-Mail: kita-einstieg@bq-luebeck.de.

„Und was machen wir in den Lübecker Schwimmbädern nach den großen Ferien?“

„Wir genießen die letzten Sonnenstrahlen im Freibad Schlutup oder Moisling nach der Schule bzw. zum Feierabend!“

Mit dem beliebten Hundebaden endet Mitte September die Saison. Das ist traditionell der krönende Abschluss für Frauchen/Hund/Herrchen. Aber nicht nur Vierbeiner und Besitzer haben daran einen Riesenspaß, sondern auch die anderen Badegäste werfen Bällchen ins Wasser oder lassen sich belustigen, wenn die Hunde ausgelassen, aber friedlich toben. Übrigens sind die Hundebadetage hygienisch unbedenklich – sowohl für Vier- als auch für Zweibeiner. Für 0,50 € pro Fuß und Pfote können Sie an dem Spaß teilhaben. Die Termine für beide Freibäder werden rechtzeitig bekannt gegeben.

In den Lübecker Schwimmbädern Zentralbad, Sportbad St. Lorenz und Schwimmbad Kücknitz wird SCHWIMMEN ganzjährig groß geschrieben. Wöchentlich werden dort Schwimmkurse für Große und Kleine angeboten, so dass Kinder & Erwachsene gut auf die nächsten Ferien am Meer vorbereitet sind. Anmeldungen bitte im jeweiligen Bad: Zentralbad, Schmiedestr.: 04 51 / 31 77 22-10, Sportbad St. Lorenz, Ziegelstr.: 04 51 / 31 77 22-20, Schwimmbad Kücknitz, Flenderstr.: 04 51 / 31 77 22-30 oder einfach persönlich vorbeikommen.

„Und dann, im Herbst, ab ins Warme!“ Die Saunen im Sportbad St. Lorenz machen den Oktober viel gemütlicher. Saunagäste wählen Di. bis Sa. zwischen dem Dampfbad und den 85°/90°-Saunen mit abwechslungsreichen Aufgüssen. Anschließend warten zwei Tauchbecken und ein ansprechender Außenbereich mit Ruheliegen. An jedem zweiten Samstag im Monat steht das Saunieren mit FKK-Schwimmen und speziellen Aufgusszeremonien auf dem abwechslungsreichen Programm. Wann also sehen wir uns in den Betriebsteilen der Lübecker Schwimmbäder?

www.luebecker-schwimmbaeder.de
www.facebook.com/luebeckerschwimmbaeder

FRAGEN, FORSCHEN UND BEGREIFEN!
Forschendes Lernen – mehr als reine Wissensanhäufung.

TECHNISCHE HOCHSCHULE LÜBECK

JUNIORCAMPUS
MINT – Nachwuchsförderung und mehr ...

- Experimentierangebote und Schülerlabore für Kindertagesstätten und Schulen
- Workshops für Pädagogische Fachkräfte
- Veranstaltungen für Großeltern mit Enkelkindern, u.v.m.

www.juniorcampus-luebeck.de

Privatsekretär für Familien

Im Sommer 1990 hatten die Schüler Andy & Stefan in München die zündende Idee für ein neues Hausaufgabenheft, das mit lustigen Sprüchen, Zeichnungen und interessanten Infos den tristen Schulalltag etwas bunter machen sollte und das Spaß macht. Schnell war das neue Heft bei den Schülern beliebt und schon 1993 erschien das „Münchner Hausaufgabenheft“ in der ganzen bayrischen Hauptstadt. Drei Jahre später war es bereits über die Landesgrenzen von Bayern bekannt und wurde als Hausaufgaben-Häfft“ vermarktet. Als sich der Häfft-Verlag 1999 in München etablierte, kamen Jahr für Jahr neue Produkte für Schule und Freizeit hinzu. So tummeln sich mittlerweile Hausaufgabenhefte in vielen Versionen und Formaten, Vokabelhefte für 13 Sprachen, Musikhefte, Grundschul-Hausaufgabenhefte, Terminplaner, „Chäff-Timer“ für Studenten und Berufstätige u. v. m.

Tipp: Wer möchte, kann sich über die Vorzüge des „Family-Timer“ oder des FamilienPlaners aus dem Hause „häfft“ überzeugen. Einfach bei unserem Gewinnspiel auf Seite 2 mitmachen und einen Kalender gewinnen.

Der Terminkalender Family-Timer ist ein praktischer Privatsekretär für Mütter (und Väter): Das übersichtliche Kalendarium mit Wochenplaner für bis zu vier Familienmitglieder, To-do-Listen und Alltagshilfen unterstützen den Anwender des Familienkalenders vielseitig – damit „das bisschen Haushalt“, die Kinder und der Partner nicht im Chaos versinken. Jeden Monat erwarten den Anwender interessante Infos und viel Wissenswertes rund um das Familienleben. Außerdem gibt es ausreichend Platz zum Eintragen von Notizen, Terminen und Erinnerungen.

Der neue FamilienPlaner ist eine ideale Ergänzung zum Family Timer. Den Wandkalender gibt es mit fünf oder sieben Spalten. Die Wochen sind farblich getrennt, Feiertage- und Schulferienübersichten, Freizeit-/Planungstipps, Mondphasen, Sonnenauf- und -untergangszeiten sowie Sprüche und Zitate lockern den Kalender auf.

Das Besondere an den beiden Familienkalendern: Sie gibt es sowohl als normalen Jahreskalender von Januar bis Dezember oder als 18-Monats-Variante von Juli bis zum Dezember des Folgejahres. Weitere Infos auf www.haefft-verlag.de

Praxis für Logopädie
Miriam Longwitz

Erste maritime Praxis mit **tiergestützter Therapie** in der Innenstadt.

Longwitz Logopädie Lübeck

Holstenstraße 8-10
23552 Lübeck

0451 98 98 69 59
0157 52 56 12 71

longwitz-logopädie.de

Diagnostik & Therapie
- Säuglinge
- Kinder
- Jugendliche
- Erwachsene

Alles gut markiert!

Namensaufkleber, **Bügeletiketten** und **Textilaufkleber** in unterschiedlichen **Größen** und **Farben**. **Wasserfeste** Namensetiketten für **Schule**, **Kindergarten** und **unterwegs**. Spül- bzw. waschmaschinenfest. **Nichts** mehr **verlieren** oder **vertauschen**!

Michael Schäfer
030-12345678
www.gutmarkiert.de

ZAHNARZTPRAXIS CARIUS

Die Praxis für die ganze Familie

Zahnärztin Dipl.- Stom.
Sigrid Carius-Wiederänders,
Fachzahnärztin für Kinderstomatologie

Zahnarzt Dr. Alexander Carius (angest.)

0451 – 3 44 52

Mönkhofer Weg 78 – 80, 23562 Lübeck
www.zahnarztpraxis-carius.de

Prophylaxe
Allgemeine Zahnheilkunde
Kinderzahnheilkunde
Ästhetische Zahnheilkunde
Zertifizierte Parodontologie

Aquarium im Klassenzimmer

Das SEA LIFE Timmendorfer Strand hat sich für den Herbst was ganz besonderes ausgedacht. Unter dem Motto „Aquarium im Klassenzimmer“ kann eine Klasse eine zweiwöchige Betreuung eines Aquariums mit Krebsen gewinnen. Mit Unterstützung von erfahrenen Experten von SEA LIFE sollen die Kinder Verantwortung für die Tiere übernehmen. Neben dem regelmäßigen Füttern muss auch das Wasser mit speziellen Tests auf seine Zusammensetzung getestet und auch ausgetauscht werden. Die Kinder sollen so für das Thema Unterwasserwelt und den Schutz ihrer Bewohner sensibilisiert werden.

Bewerben können sich Klassen aus den Kreisen Ostholstein und Lübeck. Bis zum 1. Oktober können sie mit etwas „Selbstgemachtem“ das Team vom SEA LIFE überzeugen. Egal ob gebastelt, gemalt oder modelliert, ob per Foto oder kurzem Video – Hauptsache es handelt sich um das Thema KREBSE.

Die Bewerbung unter dem Stichwort „Schulwettbewerb“ an SEA LIFE Timmendorfer Strand, Kurpromenade 5, 23669 Timmendorfer Strand oder per Mail an: timmendorf@sealife.de. schicken. Viel Glück!

Großeltern forschen mit Enkelkindern

Am 22. September können Oma und/oder Opa mit ihren Enkelkindern zwischen 5 und 9 Jahren gemeinsam am JuniorCampus forschen. Unter dem Motto „Einen Tag lang wieder Kind sein dürfen“ geht es gemeinsam auf Entdeckungsreise. Kinder stellen oft Fragen, die Erwachsene sprachlos machen: Warum müssen wir atmen?, Wieso wird uns bei Fieber heiß? Was knurrt im Bauch, wenn wir Hunger haben? Was macht unser Herz, wenn wir schlafen?

In der diesjährigen Veranstaltungsreihe wird unter dem Thema „Mein Körper – Weißt du das?“ experimentiert und geforscht. Da die Teilnehmeranzahl begrenzt ist, schnell bis zum 15. September unter janina.mahncke@fh-luebeck.de oder nicole.storjohann@fh-luebeck.de anmelden. Die Plätze werden nach dem zeitlichen Eingang vergeben.

Wasser marsch ... und ab geht‘s in die Pfützen

Sobald es anfängt zu regnen, erfreuen sich Kinder schnell an den dicken Tropfen und wollen die Regenpfützen am liebsten sofort erkunden. Mit der perfekten Kinder-Regenkleidung steht dem nichts mehr im Wege! Die Basis-Ausstattung für Kids an regnerischen Tagen besteht aus Gummistiefeln und einer Kinder-Regenjacke. Bei sehr starken Regenergüssen sollte auch eine Kinder-Regenhose nicht fehlen.

Passende Kinder-Regenbekleidung sollte möglichst atmungsaktiv sein, aber weder Wind noch Wasser von außen durchlassen. Wassersäulen ab 5000mm bieten einen guten Schutz vor der Nässe. So können Kinder ausgiebig im Freien spielen und Ihr als Eltern müsst Euch keine Gedanken darüber machen, dass sich Eure Kinder eine Erkältung zuziehen könnten. Die Bewegungsfreiheit von Kindern spielt eine entscheidende Rolle beim Kauf der Regenkleidung. Gummizüge und -bündchen sorgen in der Regel für den richtigen Halt und verhindern zugleich, dass Wasser von außen durch die Kleidung dringen kann. An kalten Tagen ist es besonders ratsam, Kindern gefütterte Kleidung anzuziehen, um sie zusätzlich vor den kühlen Temperaturen zu schützen. Ein Kinder-Regenhut oder eine Kapuze, die an der Regenjacke befestigt ist, halten zudem Kopf und Haare trocken. Mit der passenden Regenbekleidung sind Babys und Kinder gut ausgerüstet für regnerische Tage und können ausgelassen die Welt erkunden. Schmutz und Flecken bleiben aber auch beim Spielen im nassen Sand nicht aus. Hier sind Latzhosen mit Fußteil, Regen-Überzieher für die Schuhe und Softshellanzüge mit verstärkten Knie- und Po-Partien eine hilfreiche Unterstützung für aktive Kinder!

Kinder-Regenbekleidung gibt es in vielen Designs und Farben. Sich bei Kontakt mit Wasser verändernde Materialien sorgen für zusätzlichen Spaß. So steht unbeschwertem Springen in die Pfützen nichts mehr im Weg!

Eine große Auswahl an Regenschutzbekleidung für Eure Kleinen findet Ihr bei:

Schöner Schwanger – Mutter & Kind
Königstr. 51, 23552 Lübeck
www.schoenerschwanger.de
Mo-Sa 10:00-18:30 Uhr
Tel. 0451/ 317 95 75

AHOI!
DIE ZAHNARZTPRAXIS FÜR KIDS & TEENS

Bei der Lohmühle 64 23554 Lübeck
0451 - 477 864 77 KING-RING!
Carolin Küster
info@ahoi-praxis.de
Dr. Wiebke Klingbeil K.Sa.

KURS AUF EINEN ENTSPANNTEN ZAHNARZTBESUCH
Leinen los für eine gute Reise
rund um Eure Zahngesundheit,
von der Wurzel bis zur Zahnspitze.

BERATUNG, BEHANDLUNG, HEILUNG
Wir umschiffen zahnmedizinisch
jedes Kap,
vom ersten Milchzahn an.

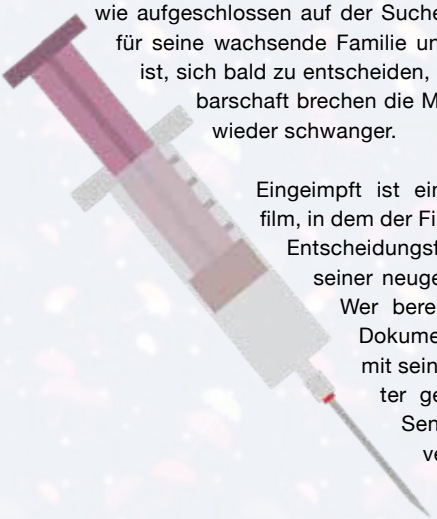
STECHT MIT UNS IN SEE!
Wir freuen uns auf Euch!
Dr. Wiebke Klingbeil (Zahnärztin)
und Team

Eingeimpft – Familie mit Nebenwirkungen

Nach VERGISS MEIN NICHT der neue Film von David Sieveking

Wenn ein Kind zur Welt kommt, begrüßen die Eltern es mit liebvoller Zuwendung und staunen über die prächtige Entwicklung. Die familiäre Idylle wird schon nach einigen Wochen gestört, wenn das vollkommen gesunde kleine Mädchen geimpft werden soll und zwar gleich gegen acht verschiedene Krankheiten. Wenn die Partnerin aufgrund einer schlechten Erfahrung mit dem Impfen dagegen ist, wird der Lebensgefährte gefordert, seine Sichtweise, das Impfen für selbstverständlich zu halten, zu hinterfragen.

Den Beziehungskonflikt nimmt David zum Anlass für eine Recherche, die ihn um die halbe Welt führt: an das Robert Koch-Institut in Berlin, zur Weltgesundheitsorganisation WHO in Genf und zu innovativen Forschern in Westafrika. David stellt bald fest, dass die Frage „Impfen ja oder nein? Wann und was?“ ein Dauerbrenner für Eltern auf Spielplätzen, Partys und in den Kitas ist. Aber auch unter renommierten Wissenschaftlern gibt es eine kontroverse Debatte. Auf seiner Reise ist er ebenso hartnäckig wie gewissenhaft, ebenso sensibel wie aufgeschlossen auf der Suche nach der besten Lösung für seine wachsende Familie und erkennt, wie wichtig es ist, sich bald zu entscheiden, denn in der Berliner Nachbarschaft brechen die Masern aus, und Jessica ist wieder schwanger.



Eingeimpft ist ein deutscher Dokumentarfilm, in dem der Filmemacher die langwierige Entscheidungsfindung über die Impfung seiner neugeborenen Tochter aufzeigt. Wer bereits seinen preisgekrönten Dokumentarfilm über das Leben mit seiner demenzerkrankten Mutter gesehen hat, weiß um die Sensibilität, die David Sieveking aufwendet - in gewohnt autobiografischer Weise. Sein neuer Film liefert Anstöße für einen konstruktiven Umgang mit dem komplexen Thema und ist gleichzeitig eine Beziehungskomödie, die uns in den turbulenten Alltag einer jungen Familie mitnimmt – inklusive aller Höhen und Tiefen. Parallel zum Kinostart wird im Herder-Verlag ein gleichnamiges Buch erscheinen, dass die Hintergründe der Filmhandlung beleuchtet.

Kinostart: 13. September 2018 im Verleih von **farbfilm verleih GmbH**

myToys
Einfach alles für Ihr Kind

myToys Ball

Im Wert von 10€ einkaufen und einen myToys Ball gratis dazu bekommen

GESCHENKT

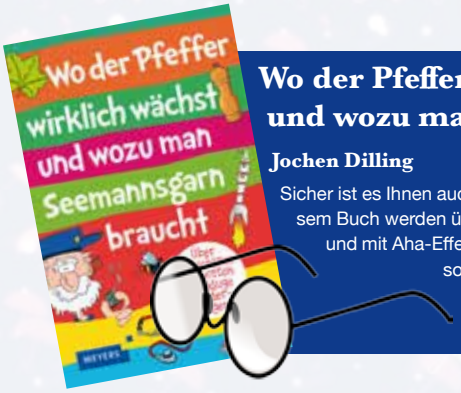
Beim Kauf von Produkten im Wert von mind. 10 € erhalten Sie einen Ball von myToys im Wert von 1,00 € gratis dazu. Den Gratisartikel erhalten Sie an der Kasse. Nur so lange der Vorrat reicht. Nur ein Gratisartikel pro Einkauf. Keine Barauszahlung, nachträgliche Anrechnung und/oder Kombination mit anderen Aktionen. Die Aktion läuft vom 01.09. bis 30.11.2018 in unserer Filiale Lübeck. Änderungen und Druckfehler vorbehalten. Nicht auf Bücher anrechenbar.

HAERDER CENTER LÜBECK
myToys
Sandstraße 1–5
23552 Lübeck
Mo–Sa: 10.00–19.00

Als die Tiere den Wald verließen

Colin Dann

Bereits 1979 erschien das Kinderbuch „Als die Tiere den Wald verließen“ und hat bis heute nichts an seiner Aktualität verloren. Nachdem ihre Heimat von Menschen zerstört wurde, beschließen die Tiere des Waldes, dass sie den Wald so schnell wie möglich verlassen müssen. Sie hören von dem Naturreservat Weißhirschpark, wo sie abseits der Menschen sicher leben könnten und beschließen, die Reise zusammen zu unternehmen. Sie schwören, einander zu schützen, bis sie ihren Bestimmungsort erreicht haben. Der Erfolgsklassiker wurde in 16 Sprachen übersetzt und auch als Zeichentrickserie verfilmt.
Gulliver von Beltz & Gelberg, ISBN 978-3-407-74395-4, € 9,95 als Taschenbuch, ab 10 Jahren.



Wo der Pfeffer wirklich wächst und wozu man Seemannsgarn braucht

Jochen Dilling

Sicher ist es Ihnen auch schon passiert, dass Ihnen Ihre Kinder Fragen stellten und Sie nicht wirklich eine Antwort darauf wussten. In diesem Buch werden über 100 Kinderfragen aus den Bereichen Tiere, Pflanzen, Technik, Kultur, Erde und Mensch beantwortet. Kurzweilig und mit Aha-Effekt vertreibt dieses Buch großen und kleinen Besserwissern die Langeweile. Man muss es nicht von vorne beginnen, sondern kann irgendeine der 144 Seiten aufschlagen – und dann wissen Sie vielleicht warum die Waschmaschinen Fenster haben. Zum Schluss gibt es noch Rätselseiten, bei denen man sein Wissen testen kann.
FISCHER Meyers Kinderbuch, ISBN-13: 978-3737371889, € 9,99, ab 8 Jahren.

Hammer, Säge, Schraubenschlüssel

Fast wie ein richtiger Werkzeugkasten ist dieses Buch für kleine Handwerker ab 3 Jahren. Maßband herausziehen, Schrauben auf- und zudrehen, Nägel einschlagen und Bretter sägen. Die Werkzeuge sind groß, stabil und zum Herausnehmen. Direkt im Buch kann geschraubt, gesägt und gehämmert werden. Ein großer Spaß für die kleinsten Handwerker, die so schon früh spielerisch die Werkzeuge kennenlernen und was man mit ihnen machen kann.
Verlag FISCHER-Sauerländer, ISBN 978-3-7373-5567-4, € 15,00.

Aufgeräumt

Emily Gravett

In diesem sehr schön illustrierten Bilderbuch wird in Reimen auf den Naturschutz aufmerksam gemacht. Der Dachs, ein Ordnungsfanatiker, räumt den Wald auf und macht ihn sauber. Das geht so weit, dass er im Herbst auch die Bäume ausreißt und das Gras entfernt. Doch als nach dem Regen nur noch Matsch da ist, gefällt es dem Dachs noch weniger und er beschließt, den Boden zu betonieren. Doch dann merkt er selbst, dass er einen großen Fehler gemacht hat. Der Eingang zum Dachsbau ist verschlossen und zu Essen findet er auch nichts mehr. Am nächsten Tag macht er sich an die Arbeit und baut den Wald wieder auf. Zum Glück helfen ihm die anderen Tiere.
Verlag Sauerländer, ISBN: 978-3-7373-55223, € 14,99, ab 4 Jahren.

Großes Enid Blyton-Revival

Enid Blyton (1897-1968) schrieb in ihrem Leben zahlreiche Kurzgeschichten und mehr als 700 Bücher, die über 600 Millionen Mal verkauft und in über 100 Sprachen übersetzt wurden. Zu den beliebtesten Kinderbuch-Reihen zählen „Fünf Freunde“, „Hanni und Nanni“, „Die schwarze Sieben“ und „Lilly“. Im August hat der Knesebeck Verlag drei Bücher mit einer zeitgemäßen Neuübersetzung auf den Markt gebracht, im Frühjahr 2019 werden weitere Bände folgen.

Die Schwarze Sieben und die verschwundene Perlenkette

In ihrem zweiten Fall erfahren die Detektive vom Raub einer teuren Perlenkette. Hat der Mann was damit zutun, den Colin zufällig um eine Villa in der Nachbarschaft schleichen sah? Die Schwarze Sieben macht sich auf die Suche nach dem Dieb.... ISBN 978-3-95728-102-9, € 12,00, ab 8 Jahre

Die schwarze Sieben legt los

Schwarze Sieben, so nennen die Geschwister Janet und Peter den Geheimbund, den sie mit ihren Freunden Jack, Colin, George, Pam und Barbara gegründet haben – immer bereit, Freunden in Not zu helfen und knifflige Rätsel zu lösen. Gemeinsam erleben sie spannende und aufregende Abenteuer direkt vor der Haustür. Als Jack beobachtet, wie finstere Gestalten offenbar einen Gefangenen verschleppen, stecken die sieben Freunde mitten in ihrem ersten Fall.... ISBN 978-3-95728-101-2, € 12,00, ab 8 Jahre

Lilly mischt die Schule auf

Die verwöhnte und eigenwillige Elizabeth Allen, genannt Lilly, wird gegen ihren Willen auf ein Internat, die Whyteleafe School, geschickt. Sie beschließt, sich so garstig zu benehmen, dass man sie schnellstmöglich wieder hinauswerfen muss. Doch Whyteleafe ist keine gewöhnliche Schule und auch die Lehrer sind ganz anders als von Lilly erwartet. Als sie dann Joan und Michael besser kennenlernt, stellt sie fest, dass es gar nicht so einfach ist, immer nur gemein zu sein… ISBN 978-3-95728-103-6, € 13,00, ab 8 Jahre

Vater, Mutter, Handy, Kind

Familienmitglied Smartphone – die moderne Familie

© Wavebreak Media Ltd/123rf

Leg endlich das Handy weg!“ „Ja, gleich, nur noch zehn Minuten…“ Das ständige Daddeln an dem Ding wird zum Dauerbrenner in allen Familien. Bei den Kleineren wird täglich um die gleichen Fragen „Wann“ und „Wie lange darf ich Fifa oder Minecraft spielen?“ diskutiert. Bei den größeren Kindern verdirbt das ständige Pling oder Vibrieren von WhatsApp-Nachrichten, Facebook, Instagram und Co. die Stimmung in der Familie.

Zum Leidensdruck gibt es inzwischen genug Zahlen:

Jugendliche ab 14 Jahren verbringen täglich über 9 Stunden mit digitalen Medien. Der Fernseher spielt dabei mit ca. 200 Minuten eine immer geringere Rolle dank YouTube, Netflix, Maxdome, Amazon Prime und Spotify. 5 Prozent aller 12- bis 17-Jährigen gelten bereits als internetsüchtig. All diese Daten liefern uns die Suchtbeauftragte der Deutschen Bundesregierung, der Branchenverband Bitkom und die jährliche JIM-Studie (Jugend, Information, Multi-Media) und die Blikk-Studie zur Mediennutzung. Blikk ist eine vom Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte deutschlandweit durchgeführte Umfrage und steht für Bewältigung, Lernverhalten, Intelligenz, Kompetenz und Kommunikation. Darin warnen Kinderärzte und Krankenkassen vor den gesundheitlichen Folgen. Besonders besorgniserregend ist aus ärztlicher Sicht die Belastung durch die elektromagnetische Strahlung der WLAN-Frequenz. WLAN-Netzwerke sind in 95 Prozent aller Haushalte die Regel.

54 Prozent der 8- bis 17-Jährigen geben zu, dass ihre schulischen Leistungen wegen ihres Handykonsums leiden. Gehirnforscher belegen, dass bei Kindern und Jugendlichen, die täglich mehr als eine Stunde digitale Medien nutzen, die Lern- und Gedächtnisleistung und Konzentrationsfähigkeit drastisch vermindert wird. Informationen überlagern sich völlig ungefiltert und wichtiger Schulstoff wird nicht in das Langzeitgedächtnis überführt. Stundenlanger Medienkonsum hemmt die Ausbildung der Exekutivfunktion, die Fähigkeit, Ziele konsequent zu verfolgen und Regeln zu verstehen, erklärt der Neurowissenschaftler Dieter F. Braus.

Sie zeigen zunehmend motorische Hyperaktivität, Ängste und Gewaltbereitschaft, Bewegungsmangel und Übergewicht, da sie mehr süße Getränke und Süßigkeiten konsumieren, sowie Haltungsschäden und Kopfschmerzen. Die Gefahr der Isolation wächst, denn auch soziale Fertigkeiten und das richtige soziale Handeln wollen gelernt sein. Aber je mehr Medien genutzt werden, desto geringer ist die Teilnahme an Gemeinschaftsaktivitäten in Vereinen und Gruppen oder freiwilligen Aktivitäten der Schule. Und ich werde nicht müde zu betonen: Bewegung ist das Tor zum Lernen. Eine der häufigsten Folgen sind Schlafstörungen und Schlafmangel, besonders durch die Nutzung am Abend. Jetzt kann man erahnen, warum diese Kinder morgens müde sind und den Erklärungen ihrer Lehrer, die länger dauern als ein TV-Werbespot, nicht mehr folgen können.

Vor allem Jüngere, die intensiv digitale Medien nutzen, haben häufiger Störungen bei der Sprachentwicklung. Sprachlaute, die man als Kind nicht wahrgenommen hat, können später nicht unter-

schieden werden, dies wies eine neuseeländische Langzeitstudie nach. Wenn ein Elternteil täglich vorliest, ergibt sich hingegen ein positiver Effekt auf die Sprachentwicklung und somit auf die spätere Rechtschreibung. Das Deutsche Jugendinstitut bestätigt, dass 70 Prozent der Kinder im Kindergarten-Alter das Smartphone ihrer Eltern täglich nutzen, bei den 2-Jährigen sind es 26 Prozent, bei den 1-Jährigen 11 Prozent.

Aber das Traurige an dieser Entwicklung ist, dass nicht die Kinder daran schuld sind, sondern wir Erwachsene. Wir setzen die Kinder vor die Bildschirme und stellen sie damit ruhig. 70 Prozent der 2- bis 5-Jährigen können sich weniger als zwei Stunden ohne die Nutzung von digitalen Medien selbständig beschäftigen. Die Schlussfolgerung der Forscher: Erlernen Kinder nicht frühzeitig Medienkompetenz, haben sie ein höheres Risiko, ihren Umgang mit digitalen Medien später nicht kontrollieren zu können.

Warum sind digitale Fürsorge und konsequente Vereinbarungen so wichtig?

Natürlich heißt es immer: „Der richtige Umgang mit den digitalen Medien, die einen hohen Stellenwert in Beruf und Gesellschaft eingenommen haben, sollte frühzeitig geübt werden.“ Oder: „Ich will es meinen Kindern nicht verbieten, sie sollen lernen damit eigenverantwortlich umzugehen.“ Doch als Lerntherapeutin kann ich Ihnen eines sagen: „Um gegen Silicon Valley zu widerstehen, brauchen Ihre Kinder übermenschliche Kräfte. Meine beiden Jungs haben die bisher nicht aufbringen können. Sie wollen überall dabei sein und nichts verpassen. Ich frag mich immer, wen interessiert bloß, was meine Söhne essen und ständig ist der Handy-Speicher voll. Doch da kommen schon wieder die Likes und Followers. Programmentwickler und Softwaredesigner sind nicht umsonst hochbezahlte Berufe. Sozialpsychologen nennen dieses Phänomen der neuen Gesellschaft FOMO, Fear Of Missing Out, die Furcht etwas zu verpassen.

Aber natürlich gibt es auch tolle Lernprogramme, Vokabelsoftware, didaktisch gut aufbereitete Spiele, bei denen Kinder die Konzentration und Intelligenz schulen können. Aber die fördern nicht den Dopamin-Ausstoß wie Spiele und Bilder. Tief im Gehirn sitzt eine Ansammlung von Nervenzellen, die für Glücksgefühle zuständig sind. Diese Zellen werden aktiviert, wenn etwas unerwartetes Positives geschieht. Alle süchtig machenden Stoffe: Kokain, Heroin, Alkohol, Nikotin und Süßigkeiten sprechen dieses Zentrum an. Sucht entsteht im Gehirn als ein fehlgesteuertes Belohnungssystem. Seit 16 Jahren wissen wir, dass dieses Zentrum auch durch digitale Medien angesprochen wird.

Es geht nicht um ein generelles Verbot, sondern um eine geregelte Medienkompetenz und Konsumbeschränkung. Auch hier gilt: Die Dosis macht das Gift. Entdecken Sie gemeinsam mit Ihren Kindern die digitalen Geräte und Welten, um den bewussten Umgang damit zu erlernen und die Informationsflut einordnen zu können. Treffen sie Vereinbarungen, klare Regeln, am besten schriftlich, wann und wie lange gedaddelt werden darf: eine halbe Stunde Medien für eine Stunde Bewegung oder das Lesen eines Buches, keine zwei Medien gleichzeitig, kein Handy beim Essen, kein Handy vor dem Einschlafen. Nutzen Sie die Möglichkeiten der technischen Medieneinschränkung an allen Geräten: Setzen Sie mit einer Kindersicherung Zeitlimits und sperren Sie unerwünschte Seiten oder Programme. Eine Mannheimer Studie diagnostiziert „Kontrollverlust, Machtlosigkeit und Überforderung“ auf Seiten der Eltern. Beweisen Sie das Gegenteil.

Was können Eltern daraus lernen?

Sicherlich wäre einiges auch leichter, wenn wir Erwachsenen bessere Vorbilder wären. Auch wir verbringen einen Großteil unserer Arbeitszeit vor einem Bildschirm, shoppen online und benutzen WhatsApp. 1/3 der Kinder leben in einem Haushalt, in dem die Eltern den Fernseher die meiste Zeit des Tages laufen lassen, egal, ob jemand fernsieht. Hinterfragen Sie einmal kritisch Ihr eigenes Mediennutzungsverhalten, wie häufig Sie selbst aufs Handy schauen und wann Sie es bewusst beiseitelegen. Überlegen Sie, das Smartphone in Momenten, die Sie mit Ihrem Kind verbringen, auch mal wegzulassen. Was gibt es Schöneres als den eigenen Kindern beim Spielen zuzuschauen, erste Worte wahrzunehmen oder erste Schritte mitzubekommen? Berühren Sie Ihr Smartphone häufiger als Ihr Kind, dann fühlen sich Kinder vernachlässigt und bringen es in Therapiesitzungen so zum Ausdruck: „Hätte meine Mutter mich nur einmal so lieb wie ihr Handy“.

Gerade am Anfang läuft Kommunikation über Blickkontakt und geteilte Aufmerksamkeit. Wenn Eltern aber ständig mit ihrem Smartphone beschäftigt sind, verpassen sie wichtige Gelegenheiten, das mitzuerleben, was ihr Kind gerade beobachtet und lernt. Genießen Sie den kurzen Moment ohne ihn gleich zu posten. Nutzt die Mutter, während sie ihren Säugling betreut, parallel digitale Medien, hat das Kind eher Fütter- und Einschlafstörungen. Eine neuseeländische Studie zeigte, dass mit jeder Stunde Medien-Nutzung die Elternbindung um 13 Prozent sinkt. Gönnen Sie sich und Ihrer Familie Offline-Zeiten. Schenken Sie sich gemeinsame Unternehmungen oder Spieleabende, einfach Zeit und Aufmerksamkeit, die als Erinnerung in Ihren Köpfen und Herzen bleiben.

Autorin
Claudia Boeden
Lerntherapeutin, Lehrerin,
Mutter von zwei Söhnen
TalentEntwicklung
Institut für Lernerfolge
23669 Timmendorfer Strand
info@talententwicklung.org
www.talententwicklung.org

Liebe Patientinnen und Patienten, liebe Patienteneltern,

wir, Sarah und Cornelius Lenz, haben im Jahr 2016 die „Gemeinschaftspraxis für Kieferorthopädie Dr. Lenz & Dr. Lenz“ eröffnet und ab dem ersten Tag unsere Liebe zum Beruf in das neue Praxiskonzept eingebracht. Wir freuen uns, dass wir sowohl von den Patienten als auch von den Zahnärzten viel positive Resonanz erhalten und versprechen weiterhin unser Bestes für optimale Behandlungsergebnisse zu geben.

Wir würden uns sehr freuen, wenn wir Sie demnächst in unserer Praxis begrüßen dürfen, damit Sie sich selbst ein Bild von unserer Arbeitsweise machen können.

Einen Termin können Sie gerne unter der Rufnummer 0451/70 55 33 vereinbaren.

Herzliche Grüße,
Ihre Dres. Sarah & Cornelius Lenz

Dr. Lenz & Dr. Lenz
Kieferorthopädie in Lübeck

Mühlenstraße 71 ▪ 23552 Lübeck ▪ Tel. 0451-70 55 33 ▪ Fax 0451-70 50 13 ▪ info@lenz-kieferorthopaedie.de

Dr.Lenz.und.Dr.Lenz
www.lenz-kieferorthopaedie.de

Was geschieht in der Pubertät mit Eltern und Kindern wirklich?

Dies ist der 5. Teil der 6-teiligen Serie über die wahren Hintergründe unserer Probleme in unseren Familien und in der Gesellschaft. In dieser Ausgabe geht es um die Pubertät.

Das Wort „Pubertät“ löst bei manchen Eltern bereits pure Angst aus, besonders bei denen, die ihre eigene Jugend mit den Eltern als sehr stressig empfunden haben. Sie dient auch gerne als Ausrede oder Vorwand für Kinder und Eltern, damit sie eine Erklärung für Konflikte und Probleme haben.

Wenn man aber mal die Pubertät als Ausrede nicht gelten lässt, sondern sich auf die Suche nach den wichtigen Prozessen für Eltern und Kinder macht, findet man eine Vielzahl von Missverständnissen.

In meinen Vorträgen sage ich oft, dass für mich eigentlich die Eltern in der Pubertät sind und frage die Gäste, was sie glauben, wer bedürftiger ist, die Eltern oder die Kinder. Die Antwort war immer die gleiche: „Wir glauben, die Eltern.“ Das fand ich immer sehr spannend, denn offenbar reflektieren sie sich doch viel mehr, als ich dachte.

Der Abnabelungsprozess

Kinder studieren bis sie 14 Jahre alt sind die Eltern - Mutter und Vater. Danach möchten sie sich selbst als Individuum erfahren und brauchen den Abstand. Sie brauchen das Gefühl, dass sie einen eigenen Raum bekommen, in dem sie eigene Erfahrungen machen können. Die Kunst liegt darin, Kindern diesen Raum zur Verfügung zu stellen und trotzdem einen gewissen Halt zu geben, wenn sie gebraucht werden, damit das Band nicht abreißt. Die Kinder einfach kommen lassen, wenn sie Bedarf haben und sich dann Zeit nehmen und die eigenen Ängste und Erfahrungen dann nicht auf das Kind übertragen, sondern objektiv zuhören und wohlwollend und klar dem Kind begegnen.

> „Grundsätzlich wollen Kinder ihre Eltern nicht enttäuschen und spielen ihnen daher oft etwas vor, was sie nicht sind.“

Die Eltern müssen in dieser Zeit lernen, ihre eigene Bedürftigkeit nach Halt, Anerkennung und Liebe zurückzustellen, da die Kinder das nicht mehr möchten. Sie erkennen auch, je älter sie werden, die Bedürftigkeit der Eltern und bedienen diese „Spiele“ nicht mehr. Dann fühlen sich Mutter und Vater oft sehr verletzt, da die Kinder sich plötzlich nicht mehr Knuddeln lassen und auch in Gesprächen kontern und Spiegel für die Angst der Eltern sind. In dem Moment übernehmen dann die Kinder die Rolle der Erwachsenen und die Eltern die der beleidigten Kinder.

Kinder lieben ihre Eltern bedingungslos und wollen, dass sie ihnen ehrlich und klar begegnen und ihnen nichts schön reden oder vormachen, um sie zu schützen. Solange die Eltern nicht in der Angst oder in der Wut über ihre Probleme sprechen, empfinden die Kinder das sogar als Stärke der Eltern, weil sie fühlen, dass sie eigenverantwortlich mit Herausforderungen umgehen.

Wenn die Eltern auch über ihre eigenen Erfahrungen in dieser Zeit sprechen, z.B. über eigene Probleme mit ihren Eltern oder in der Schule oder den ersten festen Freunden, dann haben die Kinder nicht das Gefühl, sie müssen perfekt und lieb sein, sondern bekommen ein Gefühl von Vertrauen zu den Eltern, weil sie auch nicht perfekt waren.

Wir sollten nicht versuchen, aus unseren Kindern das zu machen, was unsere Eltern sich von uns gewünscht hätten, denn das hat nichts mit Liebe zu tun, sondern viel mit Kontrolle und Ängsten.

Besonders in der Kindheit will der Geist nicht eingesperrt werden, sondern wir wollen Erfahrungen machen und uns entfalten. Wir wollen die Kinder immer vor Schmerz beschützen, aber nehmen ihnen damit auch oft die Freude an der Lebendigkeit und dem Vertrauen ins Leben. Wir lernen am meisten aus eigenen Erfahrungen und nicht von Verboten. Je mehr Eltern verbieten, desto mehr Ablehnung empfinden die Kinder ihnen gegenüber.

Vielmehr ist es wichtig den Kindern beizubringen, auf ihr Bauchgefühl zu hören und bei sich zu bleiben und Ruhe und Vertrauen in sich selbst zu entwickeln. Das passiert automatisch, indem wir es vorleben. Sind die Eltern im Vertrauen und leben authentisch und klar, dann werden die Kinder in diesem Umfeld groß und können es nachmachen. Bei Herausforderungen ruhig und positiv bleiben und danach streben, dem Leben einen individuellen Sinn zu geben, der einen erfüllt, das ist eine wichtige Basis, die vielen jungen Leuten in dieser Zeit fehlt.

Wenn wir als Eltern beunruhigt sind, dass ein Kind die falschen Freunde hat oder zu viele Rauschmittel zu sich nimmt, dann sollten sie ihrem Kind klar begegnen und die eigenen Bedenken ruhig mitteilen und fragen, ob es etwas im Leben vermisst oder braucht. Wenn Kinder „abdriften“ von normalen in extreme Probleme und Persönlichkeitsveränderungen, ist es oft ein Zeichen, dass sie etwas brauchen. Die Eltern müssten dann aber auch bereit sein, in den Spiegel zu gucken und den Fehler auch bei sich selbst erkennen und sich den eigenen Themen stellen. Dazu bieten meine Kollegin Ilka Schneider und ich z.B. die „Offenen Lerngruppen“ oder auch Einzelgespräche für Eltern und Kinder in den Bunten Räumen Lübeck an. Hier haben alle die Möglichkeit, individuell an ihren Themen eigenverantwortlich zu arbeiten. Dadurch lernen Eltern, ihren Kindern mehr Kraft und Klarheit entgegenzubringen und Kinder in die Eigenverantwortung zu gehen.

Der dritte Artikel in dieser Serie über die Auswirkungen des Schulsystems auf die Kinder hat beschrieben, was mit den Kindern in der Schulzeit passiert. Die Eltern haben die wichtige Aufgabe, den Kindern statt Druck wieder Freude und Ausgleich zu geben, da sie ansonsten seelisch und oft auch körperlich krank werden.

Raum für Sexualität schaffen

Die meisten erinnern sich vielleicht noch, wie sie selbst während der ersten sexuellen Erfahrungen von der Angst begleitet waren, dass Eltern reinkommen oder die Geschwister nerven. Eltern wollen oft nicht daran denken, dass ihre Kinder auch eine eigene Sexualität entwickeln wollen und diese Bedürfnisse ganz natürlich sind. Sie empfinden es als unangenehm und wollen nicht, dass ihre Kinder „so etwas“ machen. Sie wollen, dass sie klein und unschuldig bleiben. Das spüren Kinder und entwickeln unbewusst eine Scham, weil sie die Eltern nicht enttäuschen möchten.

> „Kinder wollen auch von den Eltern lernen, dass sie nicht immer lieb und nett sein müssen, sondern dass man auch rebellisch und lustig sein darf.“

Geben wir unseren Kindern mit Achtsamkeit und Selbstverständlichkeit Raum, um die eigene Sexualität kennenzulernen und als etwas schönes und wertvolles zu erfahren, dann können auch viele Krankheiten, die im Bereich Fortpflanzungsorgan liegen, verhindert werden.

Eltern selbst haben durch die Kinder noch einmal die Möglichkeit, jung zu bleiben

Kinder wollen Spaß haben, sich ausprobieren und mal abhängen und unwichtige Dinge tun. Wenn Eltern genau davon zu wenig in ihrem Leben haben und nur gestresst und überfordert sind, dann kann es dazu führen, dass sie neidisch auf das Leben ihrer Kinder werden und ihnen vorhalten, zu faul zu sein, das Leben nicht ernst genug zu nehmen, etc….

Vielleicht können wir aber auch von unseren Kindern lernen, einfach mal das Leben nicht zu ernst zu nehmen, sondern mal die Kontrolle loszulassen und sich eine Auszeit zu gönnen, sich einen Job zu suchen, der einen erfüllt und einfach auch mal nein zu sagen, wenn man keinen „Bock“ hat.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine schöne Zeit und wenn Sie Interesse haben, lade ich Sie herzlich ein zu unserem nächsten Vortrag „Ein Blick hinter die Kulissen der Pubertät“ am 1. Oktober, von 19 bis 20:30 Uhr, in den Bunten Räumen Lübeck (Anmeldung und Infos unter: www.pamelabessel.de).

Pamela Bessel

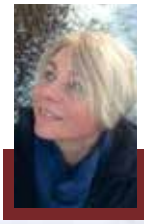
Pamela Bessel
Autorin, Coaching und Ausbildung
Workshops, Einzeltermine,
Gruppenarbeit
Für Erwachsene und Kinder

DIE PHOENIX 3-Schritt-Methode

Tel.: 04537 / 707 5896
pamelabessel@e.mail.de
www.pamelabessel.de

Bunte Räume Lübeck Zentrum für Gesundheit und Entwicklung

Bunte Räume
Schwertfegerstr. 9
23556 Lübeck



Ilka Schneider
Heilpraktikerin und cranio-sacral Therapeutin
Energetische Neuausrichtung
NaturSchallwandler
Kurse & Einzelsitzungen für
Erwachsene und Kinder

Impulse für Selbstheilung

Mobil: 0176 46 67 87 13
impulse-schneider@gmx.de
www.impulse-schneider.de

ENTDECK, WAS IN DIR STECKT!

VIACTIV Kids forschen am 27. Oktober 2018 auf dem JuniorCampus der FH Lübeck

Woher nehmen unsere Beine die Kraft zum Rennen und wer füttert unser Gehirn? Diesen und weiteren Fragen können kleine Entdecker am Aktionstag „VIACTIV Kids forschen" auf den Grund gehen.

Auch 2018 lädt die VIACTIV Grund- und Vorschulkinder aus Lübeck und Umgebung auf den JuniorCampus der FH Lübeck ein, um auf eine abenteuerliche Reise durch den Körper zu gehen. Thema diesmal: „Unser Körper: Tag für Tag Höchstleistung – woher kommt die Energie?" Der JuniorCampus ist der ideale Ort zum Entdecken, Experimentieren und Einfach-Mal-Neugierig-Sein. Mit der VIACTIV können Nachwuchsforscher hier einen ganzen Vormittag nach Herzenslust in die Welt der Wissenschaft eintauchen und spannendes über den eigenen Körper erfahren.

JETZT ANMELDEN UND EXPEDITIONSPLATZ SICHERN!

VIACTIV Kids forschen 2018
Samstag, 27. Oktober 2018, 9.30 - 12.00 Uhr
(inklusive Trink- und Esspausen)

Fachhochschule Lübeck, Gebäude 10
Räume 10-0.03 und 10-0.04
Mönkhofer Weg 239, 23562 Lübeck

Das Angebot richtet sich an 5- bis 7-jährige Kinder, die bei der VIACTIV versichert sind. Die Teilnahme ist kostenfrei. Die Plätze sind begrenzt. Bitte melden Sie Ihr Kind bis zum 19. Oktober 2018 an. Kontakt: Simone Gutsche, Fon: 0451 87187-207, E-Mail: simone.gutsche@viactiv.de

BEWEGTES LERNEN MIT DER VIACTIV UND LIFE KINETIK®

Life Kinetik ist ein innovatives Bewegungstraining für Körper und Geist. Die spielerische Kombination kognitiver Aufgaben mit ungewohnten Bewegungsabläufen regt die Gehirnzellen an, sich neu zu verknüpfen. Das schärft die Wahrnehmung und verbessert die Konzentration. Viele Profisportler nutzen das Trainingskonzept, um ihre Leistungen zu verbessern. Die VIACTIV bringt Life Kinetik auch in Büros und Klassenzimmer, um Stress zu reduzieren und Klein und Groß fit für die täglichen Herausforderungen zu machen.

Kostenloses Schnuppertraining
Im Rahmen von „VIACTIV Kids forschen" laden wir Sie und Ihren Nachwuchs zu einem kostenlosen Life Kinetik- Schnuppertraining ein. Genaueres hierzu erfahren Sie am Veranstaltungstag vor Ort.

VIACTIV Krankenkasse
Moislinger Allee 1-3
23558 Lübeck
Mo-Do 7.30 – 18 Uhr
Fr 7.30 – 15 Uhr

Kostenlose Servicenummer 24/7
0800 222 12 11
VIACTIV Krankenkasse • viactiv.de

Ungebetener Besuch: von Läusen und Milben

Es ist ein häufiges Thema in der Kinderarztpraxis: Hat mein Kind unerwünschte Gäste an den Haaren oder der Haut? Läuse oder Krätze? Bei beiden Situationen handelt es sich um einen Befall mit Parasiten, also lebenden Organismen, die sich den Menschen als „Wirt“ aussuchen und von ihm leben. Im Falle der Kopfläuse (medizinisch Pediculosis capitis) handelt es sich um sehr kleine, mit bloßem Auge aber meist gut erkennbare flügellose Insekten. Die Erreger der Krätze (medizinisch Scabies) sind Milben aus der Familie der Spinnentiere (also 8 Beinen statt 6 bei den Insekten). Diese sind mit bloßem Auge fast nicht erkennbar.

Im Gegensatz zu weit verbreiteten Vorurteilen besteht bei beiden Erkrankungen unter den Bedingungen in Deutschland keine wesentliche Abhängigkeit der Erkrankungshäufigkeit vom sozialen Status („kommt in den besten Familien vor“). Nachdem beide Erreger nur mit dem Menschen zusammen lebensfähig sind, muss von einer gewissen ständigen Grundverbreitung ausgegangen werden. Insbesondere in Gemeinschaftseinrichtungen und natürlich auch in Familien mit engem Kontakt untereinander ist dann eine Weiterverbreitung möglich - überwiegend direkt von Mensch zu Mensch.

Beide Erkrankungen sind insgesamt sehr gut behandelbar und im Normalfall ganz ungefährlich, wenn auch sehr lästig und unangenehm. Zu größerer Sorge besteht also insgesamt kein Anlaß.

Die Kopfläuse treten überwiegend bei Kindergarten- und Schulkindern auf. Die Übertragung erfolgt am ehesten durch direkten Kontakt („Köpfe zusammenstecken“), fraglich ist auch eine Übertragung durch Wäsche oder gemeinsam benutze Kopfbedeckungen möglich. Die Laus springt sicher nicht von Mensch zu Mensch, sondern muss direkt hinüberkrabbeln.

© Sonia Berdullas Gonzalez/123rf

Typischerweise fangen die Kinder dann im Verlauf an, sich immer wieder am Kopf zu kratzen. Bei ausführlicher Suche können dann meist auch die Läuse selbst auf dem Kopf gefunden werden, dies kann aber ziemlich zeitintensiv sein (Stunden). Die Kinderärzte haben sich daher darauf geeinigt, die Diagnose indirekt zu stellen und auch die Behandlung nach indirekten Kriterien zu beurteilen, was in Verbindung mit der medikamentösen Behandlung eine Ansteckungsgefahr dann ausschließt: Wir schauen nur nach den sogenannten „Nissen“. Dies sind die „Nester“ für die Eier der Laus, die an den Haaren angelegt werden, typischerweise vor allem im Nackenbereich. Die Behandlung ist mit verschiedenen Medikamenten möglich, die verordnet werden können. Die Behandlung sollte in jedem Fall nach ca. 8 Tagen wiederholt werden. Ein Schulbesuch/KiTa-Besuch ist aber normalerweise bereits am nächsten Tag wieder möglich, nachdem die Nissen komplett entfernt sind (mit Läusekamm): Diese Prozedur ist leider sehr mühsam und zeitaufwendig, je nach Befall ist hierfür auch eine Kürzung der Haare erforderlich. Der Kinderarzt bescheinigt dann kurzfristig die Nissenfreiheit, was in der Verbindung mit der medikamentösen Therapie dann für die Wiederzulassung in Gemeinschaftseinrichtungen ausreicht.

Die Krätze ist im Vergleich zu Läusen schwerer übertragbar: Wir gehen von der Notwendigkeit eines ziemlich engen Kontaktes aus, z.B. Benutzung des selben Bettes. Schon der Name der Krankheit weist auf das Hauptsymptom hin, nämlich ausgeprägten Juckreiz. Dieser tritt vor allem Nachts in der Bettwärme auf. Befallen werden gerne Hautfalten der verschiedenen Körperregionen, hier zeigen sich dann auch die relativ typischen Hauterscheinungen: Die Milben bohren flache oberflächliche Gänge in der Haut, ihre Ausscheidungen führen gerne auch zu lokalen Entzündungsreaktionen. Therapeutisch stehen auch hier verschiedene Wirkstoffe zur Verfügung, die als Salben aufgebracht werden und bei konsequenter Anwendung durch Abtötung der Milben zu einer raschen Verbesserung führen. Eine Mitbehandlung von Kontaktpersonen ist zu überlegen.

Sowohl bei Laus- als auch Krätzebefall ist eine Umgebungssanierung wichtig. Textilien/Stofftiere usw. mit möglichem Befall sollten für einige Tage in Plastiksäcken verschlossen gelagert werden, dies überleben die Erreger nicht. Eine gründliche ergänzende Wäsche ist natürlich auch zu empfehlen.

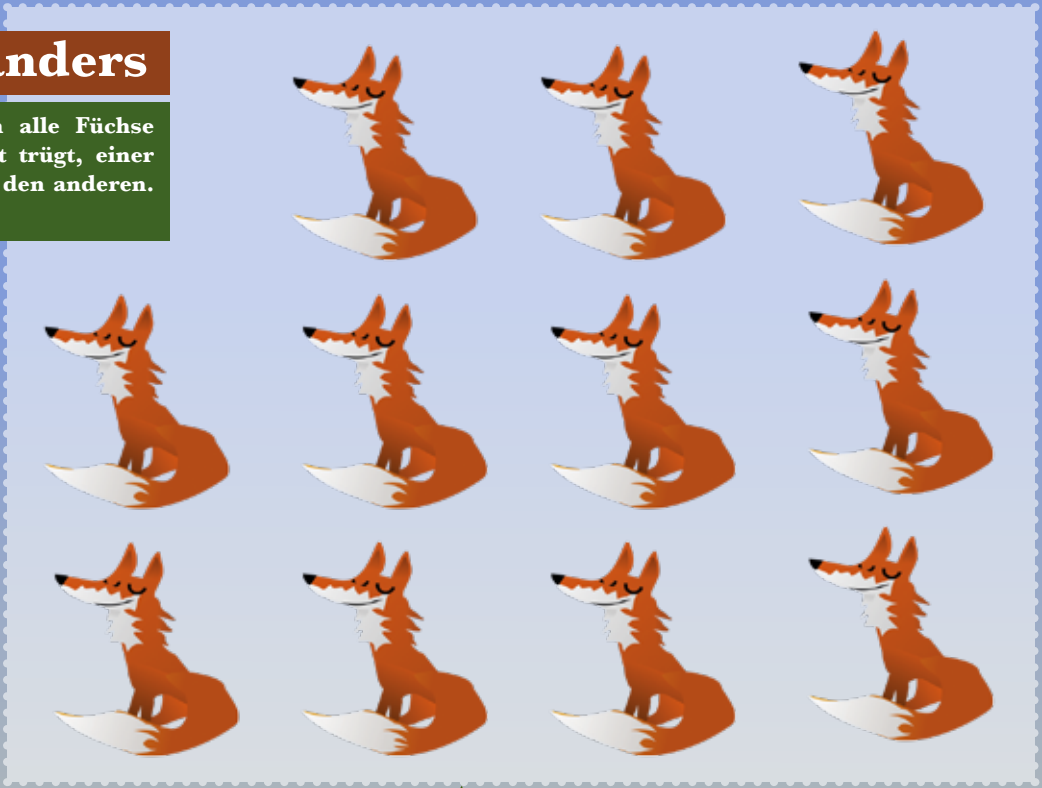
Zu beiden Erkrankungen gibt es sehr gute Artikel mit vielen weiteren Details bei der Wikipedia (Internet-Enzyklopädie).

Autor
Dr. med. Martin Bethge
Kinderarzt/Kinderkardiologe,
Gemeinschaftspraxis im Paracelsus
Gesundheitszentrum, Oberbüssauer
Weg 6, 23560 Lübeck
Vater von zwei Kindern

Kinderseite

Gleich aber anders

Auf den ersten Blick sehen alle Füchse gleich aus. Doch der Scheint trügt, einer unterscheidet sich etwas von den anderen. Kannst du ihn entdecken?



Wo geht‘s lang?

Damit der Igel den Winter übersteht, muss er sich genügend Winterspeck anfuttern. Hilf ihm dabei und zeige ihm den Weg zu den leckeren Pilzen. Wenn du magst, kannst du auch noch den Buntstift schwingen und das Bilderrätsel ausmalen. Viel Spaß!

© Olga Parshina/123rf

Gut versteckt

Diese Tiere leben in den heimischen Wäldern. Kennst du sie? Wenn du genau hinschaust, kannst du ihre Silhouetten auf dieser Seite entdecken.

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

Pilz-Geflecht

In diesem Buchstabengitter haben sich fünf Pilze versteckt. Die Wörter können waagerecht oder senkrecht im Gitter angeordnet sein. Wenn du einen Pilz gefunden hast, kreise ihn mit einem Stift ein.

Feinschmecker

Diese Suppe lässt der Dachs links liegen, denn er ernährt sich lieber von Regenwürmern, Käfern, Larven und anderen Kerbtieren. Gut schmeckt ihm auch pflanzliche Nahrung wie Fallobst, Beeren oder Feldfrüchte. Welche Leckerei er besonders gerne mag, musst du selbst herausfinden. Bringe dazu die Buchstaben in die richtige Reihenfolge. Beginne mit dem „M“.

Auflösung der Kinderseite auf Seite 39

Zu Gast beim Förster

Wusstet Ihr, dass der Wald in Lübeck eine Fläche von 3.950 Hektar einnimmt? Das entspricht ungefähr 5.532 Fußballfeldern! Größter Einzelforst im Lübecker Stadtgebiet ist das „Lauerholz“ mit einer Fläche von 960 Hektar. Die Stadt verwaltet allerdings noch weitere 640 Hektar, die sich im Besitz von Stiftungen befinden. Das macht zusammen 4.600 Hektar Wald. Das besondere am Lübecker Stadtwald ist, dass er bereits seit 1994 nach dem Konzept der „Naturnahen Waldnutzung“ bewirtschaftet wird. „Nutze in Maßen, was die Natur dir bietet“ ist der Leitspruch dieses Konzeptes.

Daraus ergibt sich, dass die Mitarbeiter des Stadtwaldes nur das Nötigste unternehmen, um qualitativ gute Bäume der Naturwaldgesellschaft zu fördern. Es wird nicht gesät und gepflanzt, denn man hat festgestellt, dass allein gekeimte Bäume besser wachsen, als angesäte oder angepflanzte. Der Wald besteht aus 70% Laubbäumen und 30% Nadelbäumen, wobei Buchen und Eichen am häufigsten vorkommen. „Geerntet“ werden nur einzelne, dicke Bäume oder kleine Gruppen. Ziel ist es, dass man die Teile des Waldes, in denen Bäume gefällt wurden, nicht von den Bereichen unterscheiden kann, in denen keine Bäume „geerntet“ werden. Stirbt ein Baum von alleine, bleibt dieser als Totholz im Wald liegen. Sogenannte Biotopbäume, die für andere Waldbewohner einen besonderen Nutzen haben, werden gar nicht gefällt. Selbstverständlich kommen in der Waldwirtschaft keine Gifte zum Einsatz.

Im Stadtwald gibt es auch Gebiete, die überhaupt nicht mehr forstwirtschaftlich genutzt werden. Diese sogenannten „Referenzflächen“ bleiben völlig sich selbst überlassen.

Das Konzept versucht, die Wünsche, die wir Menschen an den Wald haben, mit den Bedürfnissen der Lebewesen abzustimmen, die den Wald ausmachen. Der Lübecker Stadtwald hat 200 Kilometer Wander- und 50 Kilometer Reitwege. Es gibt drei Hütten und 50 Sitzbänke. Außerdem befindet sich dort der schöne Waldspielplatz an der Katharinenwiese.

Im letzten Jahr wurde auch der erste von drei geplanten Naturerlebnispfaden eröffnet. Der „Rittbrookpfad“ wurde im letzten Jahr („Lüttbecker“ 04/17) bereits von Kindern der Schulkindbetreuung „Spiel der Farben“ für uns getestet. Jetzt hat sich eine weitere Gruppe aufgemacht und hat den Revierförster Kai Neumann von Lauerholz und Waldhusen für uns besucht.

Jetzt geht es wieder los!

Trocken und windgeschützt durch den Herbst!

Unser Besuch im Lauerholz beim Förster Kai Neumann

Die meisten von euch wissen wahrscheinlich, das es für jeden Wald einen Förster gibt.
Aber wisst ihr auch welche Aufgaben er hat?
Also: Er hat z.B. die Aufgabe die Bäume zu markieren, um zu bestimmen was mit ihnen gemacht wird, z.B. werden die Bäume gefällt und verkauft.
Der Förster ist aber auch dafür da, dass im Wald alle Regeln eingehalten werden.

Es gibt in diesem Wald viele verschiedene Baumarten: Z.B. die Ulme, die Eiche, die Birke oder auch die Kirsche. Aber nicht nur diese Bäume gibt es, es gibt ganz viele verschiedene.
Oft laufen natürlich auch Tiere durch den Wald, sie leben ja hier. Es gibt Rehe, Füchse und Hasen. Was man auf keinen Fall tun sollte, ist den Wald in eine Müllhalde zu verwandeln. Das schädigt die Bäume und die Tiere.
Ebenso wenig solltet ihr, wenn ihr einen Tierbau / Höhle seht, sie kaputt machen. Auch wenn die Höhle leer ist. Jederzeit könnte da nämlich ein neues Tier einziehen.
Der Förster könnte sich vorstellen, dass vor kurzem auch ein Wolf durch den Wald gestreift ist. Er erkennt es daran, das seit dieser Zeit keine Rehe mehr im Wald wohnen.
Wenn ihr Tiere im Wald antrefft – auf keinen Fall anfassen. Egal ob groß oder klein.

Der Wald hat verschiedene Funktionen. Er dient der Holzernte, dem Klimaschutz und der Erholung.
Dieses ist besonders schön, denn der Wald gehört ja den Lübecker Bürgern.

Liebe Grüße
Lara und Laura
„Spielderfarben"

Über die Medebek entwässern die anliegenden Siedlungen ihr Regenwasser. Das Lauerholz steht unter EU-Schutz, die Bedingungen dürfen nicht verändert und schon gar nicht verschlechtert werden. Dieses kann selbst Bebauungspläne im Umfeld beeinflussen.

Das Holz wird nur auf Bestellung geschlagen. Sieht man solche Stämme im Lauerholz liegen, sind diese auf jeden Fall schon verkauft. Bäume mit Baumhöhlen stehen unter Schutz und werden nicht gefällt.

Der Wald wird natürlich bewirtschaftet. Außerhalb der Wege bleibt auch das Totholz bestehen. Das Wandern außerhalb der Wege ist zwar erlaubt, könnte aber auch gefährlich werden.

Bitte lächeln!

Schöne Fotos von der ganzen Familie entstehen nicht durch Zauberhand. Das Erfolgsrezept für eine gelungene Erinnerung lautet: Man engagiert einen Profi, der sein Handwerk beherrscht, vermischt das Talent des Fotografen mit den eigenen Vorstellungen und verfeinert das Ganze mit einer Prise Vertrauen in seine Arbeit.

Familien zu fotografieren, ist auch für Fotografen immer wieder etwas Besonderes. Denn sowohl die einzelnen Charaktere, als auch die Familie als Paket sollten lebensnah und authentisch fotografiert werden. Wie dieses Zusammenspiel am besten gelingt, sagt uns einer, der es wissen muss: der Fotograf André Ganzer von den Fotowerkern.

Vor dem ersten Termin, bzw. dem Anruf beim Fotografen stellt sich die Frage: Möchte ich mit der ganzen Sippe ins Studio reisen oder soll das Shooting bei uns zu Hause im Garten, am Strand oder vielleicht sogar auf dem Wasser stattfinden? Die Möglichkeiten sind schier unbegrenzt, da viele Fotografen auch mobile Shootings anbieten.

Vorab ein paar Worte zur klassischen Fotografie in einem Studio. Quadratisch, praktisch, gut, weiße Wände und vielfarbige Rollos im Hintergrund: himmelblau, lila, Batikmuster – „Das war einmal“, sagt André und lacht. Er führt mich durch das Studio. Schon etwas peinlich berührt, stehe ich bei den Fotowerkern mitten im „Schlafzimmer“. Dann geht’s weiter ins Wohnzimmer, wo der alte Lesesessel am Globus eine sehr heimeilige Gelassenheit ausstrahlt. Und auch am Esstisch sitzt es sich sehr bequem und gemütlich. „Sehr vielfältig dieses Studio“, sage ich und fühle mich dabei fast wie zu Hause. Genau das ist es auch, was es braucht, um ein Familienportrait der besonderen Art für die Ewigkeit entstehen zu lassen: eine entspannte Atmosphäre, Natürlichkeit und die „Fotogenialität“ des Auslösers hinter der Kamera.

Es ist wichtig, dass man sich beim Stöbern auf den Homepages der Anbieter auch mal die Fotos anschaut und überlegt: was passt zu uns? Auch der Fotograf sollte „gefallen“. Sympathie füreinander ist für das Shooting ein wichtiger Bestandteil. Denn so eine Fotosession ist etwas sehr Intimes, Persönliches. Man teilt nahe Momente nicht nur mit der Familie, sondern auch mit dem Außenstehenden, der diese für’s Leben festhält.

„Nehmen Sie sich Zeit für den Tag oder die Stunden“, betont André. „Ein guter Fotograf tut dies auch. Ein Shooting, das nicht länger als zwei Stunden dauern soll, müsste skeptisch machen. In puncto Budget sind etwa 80 Euro für zwei Stunden angemessen. Wer mag, kann natürlich auch preislich vorteilhafte Tagesarrangements buchen.“

„Habt ihr eigene Vorstellungen oder wollen wir lieber tüddeln?“

Im ersten Gespräch sollte man darüber reden, welche Vorstellungen man hat. Eigene Ideen und Wünsche sollten klar kommuniziert werden. Dazu gehört unter anderem auch, über die Bekleidung und Wechselsachen zu sprechen. Mitunter kann es sein, dass ein Shooting nach draußen verlegt wird, da es besser zu den Gegebenheiten passt.

Am Tag X des Fototermins ist es wichtig, nicht im Zeitstress anzukommen. „Gehen Sie es entspannt an, bleiben Sie mit ihren Kinder im Bewusstsein, etwas Tolles zu erleben,“ empfiehlt André. Bauen Sie keinen Druck auf! Sätze wie: „Du musst da auf den Fotografen hören!“, „Mach keinen Blödsinn!“, „Wenn du jetzt lieb bist, gibt es nachher ein Eis.“ verbessern nicht unbedingt die Stimmung. Ein guter Fotograf plant Aufwärmphasen für Kinder oder für das eine oder andere schüchterne Familienmitglied mit ein. Denn auch eine vermeintlich „unfotogene“ Mama sieht bezaubernd aus, wenn sie in ihrer Gelassenheit und Natürlichkeit erstrahlt.

Lassen Sie den Kopf zu Hause und bringen Sie die Liebe für Ihre Familie mit! „Knipps – da ist das Bild!“

Bitte verabschieden Sie sich von dem Gedanken, dass Sie ein beispielhaftes Fotomotiv mitbringen und verlangen, dass auch Ihr Bild genau so aussehen soll. Es kann Ähnlichkeiten besitzen, aber so individuell wie Sie und Ihre Familie sind, so individuell wird auch Ihr Portrait.

Ist das Shooting beendet, trifft der Fotograf eine Vorauswahl und stellt diese dann in die Onlinegalerie, die selbstverständlich nur von Ihrem Sofa für Sie zugänglich ist. Auch hier hat der Datenschutz keinen Halt gemacht und Sie müssen im Vorfeld dafür unterschreiben, dass Sie mit der Handhabung einverstanden sind, bzw. diese genehmigen. Bei Kindern unter 14 Jahren unterschreiben die Eltern. „Fotos werden auch nur noch für ein Jahr auf dem internen Speicher des jeweiligen Studios gespeichert“, sagt André.

Sobald Sie sich für eine Anzahl von Bildern entschieden haben, teilen Sie ihre Favoriten dem Fotografen mit. Ihre schönsten Erinnerungen werden dann für die Ewigkeit auf Papier oder Leinwand gedruckt .

Zuhause ist, wo Erinnerungen geboren werden...

„On loaction“-Fotografien unter freiem Himmel von sich und seinen Liebsten, beispielsweise auf einer Wiese oder am Strand, leben oft von schönen Lichtstimmungen und der Natürlichkeit. Das findet auch Sophie Kleile von „Lichtwerk“. Die Fotografin ist der Meinung, dass besonders reizvolle Bilder entstehen, wenn alle Spaß haben und Kinder einfach nur Kinder sein dürfen, ohne zwingend in die Kamera zu lachen. Dieser Gedanke lässt sich gut bei einem Familienausflug umsetzen. „Werden Kinder fotografiert, während sie das machen, was ihnen Freude bereitet, entstehen ganz persönliche, unheimlich nahe und echte Bilder voller Leben, die an tatsächliche Momente erinnern.“

Klingt plausibel! Aber was macht man, wenn das Wetter plötzlich schlecht ist? „Angst vor schlechtem Wetter muss man nicht haben“, besänftigt mich Sophie. „Ein bedeckter Himmel gibt wundervoll weich ausgeleuchtete Bilder. Gummistiefel und Pfützen sind mit Kindern immer ein Garant für Spaß und tolle Bilder. Im Falle von Dauerregen ist es jedoch gut, schon bei der Planung an einen Ausweichtermin zu denken.

Wichtiger bei der Umsetzung des Projektes „Outdoor-Familien-Shooting“ ist aber, an die Jahreszeit zu denken. Aufgrund der frühen Dunkelheit lassen sich im Winter deutlich weniger Fototermine verabreden. Gerade für Bilder als Weihnachtsgeschenk, sollte lieber schon der bunte Herbst genutzt werden. Oder man lässt den Fotografen direkt zu sich nach Hause kommen. Kuscheln, Spielen, Kochen, Baden, Wutanfall, Kaputtlachen ... die kleinen und großen Dinge, die den Alltag mit Kindern ausmachen, lassen sich auch wunderbar in den eigenen vier Wänden festhalten.

Realistisch bleiben!

Fotos im dekadenten Loft, am Strand von Thailand oder am Gipfelkreuz in den Alpen sind nicht zwangsläufig reizvoller als Fotos, die vor der Haustür, im Garten oder am Rodelberg am Gemeinschaftshaus „geschossen“ wurden. Vertrauen Sie auf Ihre Möglichkeiten. Der Fotograf ist kein Zauberer und auch Photoshop gehört nicht zwingend zur Umsetzung eines bewegenden Familienportraits. *Juliane Seiler, Anne Fidelak*

Geben Sie Ihrem Kind noch Fleisch oder (doch) lieber nicht?!

Oft sind Eltern verunsichert. Viele Skandale um altes und verdorbenes Fleisch sorgen für diese verständlichen Zweifel. Außerdem haben sich die Essgewohnheiten in den Familien verändert. Einen Sonntagsbraten gibt es sicherlich bei Ihnen auch nicht mehr. Doch Fleisch hat nach wie vor einen festen Platz im Familien-Speiseplan verdient!

Für das kindliche Körperwachstum ist Eiweiß sehr wichtig. Fleisch und Fleischwaren enthalten viel wertvolles tierisches Eiweiß, welches vom Körper gut aufgenommen werden kann. Es ist dem körpereigenen Eiweiß sehr ähnlich und unser Organismus kann deshalb Eiweiß aus Fleisch zu fast 90 Prozent in Körpereiweiß umbauen. Außerdem ist Fleisch ein erstklassiger Lieferant für gut nutzbares Eisen, Zink und verschiedene B-Vitamine; insbesondere B12, welches nur in tierischen Produkten vorkommt. Eisen braucht der Körper für die Blutbildung. Die B-Vitamine für die Bildung der roten Blutkörperchen sowie für das Nervensystem und Zink für die Abwehrkräfte.

Küchen-Praxis

Fleisch ist also ein erstklassiger Lieferant für unseren Körper. Aber in welchen Mengen sollten Sie es Ihrem Kind anbieten? Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt, zwei bis vier Fleischmahlzeiten und zwei bis drei Portionen Wurstaufschnitt pro Woche. Mehr nicht, da Fleisch oftmals auch viel ungesundes Fett enthält. Bieten Sie Fleisch als Beilage und nicht als Hauptbestandteil einer Mahlzeit an. Wenn Ihre Kinder von klein auf am Familientisch daran gewöhnt werden, dass die Fleischportionen nicht das Wichtigste auf dem Teller sind, behalten sie es meistens auch in späteren Jahren bei.

Achten Sie darauf, die Fleischsorten abzuwechseln. Helles Geflügelfleisch ist mager und leicht verdaulich und bei Kindern meistens sehr beliebt. Schweinefleisch und Rindfleisch liefern besonders viele B-Vitamine, Eisen und Zink, aber Schweinefleisch enthält leider auch viel ungünstiges Fett. Gerichte aus Wild- und Lammfleisch entsprechen in der Regel nicht dem Geschmack der Kinder. Probieren Sie es aus.

Vorsicht vor Pökelware zum Beispiel Kassler! Beim Pökeln wird Nitrat zugesetzt, das im menschlichen Organismus in Nitrit umgewandelt wird und besonders für Kleinkinder eine toxische Wirkung hat. Grund: Die Magensalzsäure ist noch nicht voll entwickelt und dadurch gelangen große Mengen Nitrit ins Blut. Nitrit sorgt dann dafür, dass der Sauerstofftransport im Blut beeinträchtig wird. Von dem Verzehr von Leber und anderen Innereien rate ich völlig ab, weil Innereien zu viele Schadstoffe enthalten.

Alle Kinder lieben Würstchen, Ihre sicherlich auch. Doch bitte beachten Sie den Fettgehalt.

Kleinkinder mögen am liebsten weiche und mild schmeckende Fleischgerichte wie zum Beispiel Hackfleisch oder Frikassee. Größere Fleischstücke sind für sie recht schwierig zu essen. Schneiden Sie das Fleisch am Anfang noch sehr klein. Grobe Fasern lehnen viele Kinder ab. Auch trockenes Fleisch ist meist unbeliebt. Reichen Sie, wenn möglich, eine Soße zu den Fleischgerichten. Bitte braten Sie das Fleisch

Meine Kuh will auch nur Spaß haben

Astrid Lindgren

Massentierhaltung, Tierschutz, das sind Themen die uns immer wieder beschäftigen. Auch Astrid Lindgren hat bereits in den 1980er Jahren die katastrophalen Zustände in der Massentierhaltung angeklagt und zwischen 1985 und 1989 in der Tageszeitung „Expressen“ Artikel zu diesem Thema veröffentlicht. Gebt den Tieren ihr Recht auf eine natürliche Lebensweise zurück! forderte sie von der schwedischen Regierung. Tatsächlich wurde daraufhin Ende der 1980er Jahren das schwedische Tierschutzgesetz geändert. Bereits 1991 erschien die erste Ausgabe des Buches, das jetzt im März neu aufgelegt wurde. Das Buch ist sehr kurzweilig zu lesen, da sie sehr abwechslungsreich auf die Zustände aufmerksam macht. Sei es als Reiseleiterin für den Herrgott oder im Zwiegespräch mit leidenden Tieren. Auch die Artikeln aus dem Expressen und der Schriftverkehr mit einigen Politikern sind zu lesen. Das Nachwort stammt von der Tierärztin Kristina Forslund, die damals Astrid Lindgren bei der Kampagne unterstützte. Sie beschreibt was sich seitdem verändert hat und schaut, ob die Hühner, Schweine und Kühe nun ein himmlisches Leben führen.

Und leider ist es auch nach 30 Jahren immer noch aktuell. Es gibt zwar Verbesserungen, doch ein „soll“ anstelle von „muss“, lässt viel Freiraum, sodass wir von artgerechter Tierhaltung oft noch weit entfernt sind. Wir Verbraucher können dabei aber vielleicht doch helfen, indem wir nicht das Billigfleisch aus dem Discounter kaufen, sondern wir uns dafür interessieren, wo und wie die Tiere aufgewachsen sind. Dabei muss es nicht immer „bio“ sein, denn es gibt Gott sei Dank doch einige Höfe, auf denen den Tieren ein anständiges Leben ermöglicht wird. Das Buch von Astrid Lindgren regt zum Nachdenken an – es ist ein Thema das uns alle angeht.
Verlag Oetinger, ISBN 978-3-7891-0902-7,
€ 14,00, ab 12 Jahren

nicht scharf an, denn Röststoffe in größeren Mengen sind krebserregend. Ebenso ist gegrilltes Fleisch für Kleinkinder eher ungeeignet. Mag Ihre Familie gekochtes Fleisch? Vielleicht verpackt in einer Rindfleischsuppe mit Gemüse? Oder Aufläufe mit reduzierter Fleischeinlage? Auf jeden Fall sind das gesunde Alternativen zu gebratenem Steak oder Schnitzel. Verlangen Ihre Kinder doch mal nach einem Schnitzel, lassen Sie die vor Fett triefende Panade weg, um Fett einzusparen. Oder legen Sie es vor dem Verzehr zumindest auf ein Papier-Küchentuch, um überschüssiges Fett aufzusaugen.

Tipp: Fleisch lässt sich nicht nur braten und grillen, sondern Sie können es auch kochen, dämpfen oder schmoren. Seien Sie kreativ!

Isst Ihr Kind auch gerne Wurst auf Brot? In dünne Scheiben geschnitten dürfen Sie es Ihrem Kind gerne als Belag anbieten. Bedenken Sie dabei aber, dass Wurstaufschnitt viele verschiedene Gewürze und Zusätze und reichlich Salz enthält. Auch Wurstwaren mit einem hohen Anteil an versteckten – nicht sichtbaren – Fetten, zum Beispiel Teewurst, sollten nur selten auf dem Speiseplan stehen. Ungeeignet für kleine Kinder sind rohe Wurst- und Fleischzubereitungen, also Tatar oder Mett. Kaufen Sie lieber magere Geflügelwurst für Ihre Familie. Und seien Sie ein gutes Vorbild. Kinder orientieren sich zunächst am Ernährungsverhalten ihrer Eltern. Kontrollieren Sie Ihre Essgewohnheiten!

Nutzen Sie die Vielfalt der Fleischerzeugnisse und bringen Sie Abwechslung auf den Tisch. Jede Tierart liefert uns Nährstoffe in einer anderen Zusammensetzung und schmeckt unterschiedlich. Verwenden Sie magere Sorten in mäßigen Mengen.

Einkaufshilfe

In den Supermärkten ist die Auswahl an Fleisch und Wurstwaren riesig und preiswert dazu. Doch was sollen wir kaufen? Stehen Sie auch oft ratlos vor den Kühlregalen. Zunächst die Frage, sollen wir überhaupt im Supermarkt kaufen? Muss es Bio-Ware sein?

Gehen Sie als Eltern bei der Qualität keine Kompromisse ein. Wichtig: Frisches Fleisch sieht appetitlich aus, ist nahezu geruchslos, hat eine feste Konsistenz und liegt nicht im eigenen Saft. Ich empfehle Ihnen, das Fleisch im Fleischereifachgeschäft oder an der Fleischtheke im Supermarkt zu besorgen. Am besten lassen Sie sich Ihre benötigten Scheiben frisch vom Stück abschneiden. Müssen Sie doch einmal auf abgepacktes Fleisch zurückgreifen, schauen Sie genauer hin. Mittlerweile gibt es immer mehr Kennzeichnungen, an denen man die Qualität des Fleisches erkennen kann. Meiden Sie anonyme Billigware! Achten Sie auf jeden Fall unbedingt auf das Mindesthaltbarkeitsdatum.

Mit Fleisch in Bio-Qualität, sind Sie meist auf der sicheren Seite. Der Unterschied zu konventionell produziertem Fleisch und ebenso produzierter Wurst liegen vor allem in der Tierhaltung und in der Verarbeitung des Fleisches. Zur Erzeugung von Bio-Fleisch werden die Tiere artgerecht und umweltschonend gehalten. Außerdem enthält Bio-Fleisch weniger Rückstände und Schadstoffe. Viele Bio-Lebensmittel sind gar nicht so teuer. Vergleichen Sie die Preise.

Ein Kompromiss könnte sein, Fleisch aus der Region zu kaufen. Sprechen Sie mit Ihrem Schlachter, woher er seine Ware bezieht. Er kennt seine Zulieferer oft noch persönlich und kann deshalb qualifiziert Auskunft über die Aufzucht und Pflege der Tiere geben. Auch wenn ein Hersteller kein Bio-Siegel vorweisen kann, muss es noch lange nicht heißen, dass die Produkte belastet sind.

Fazit:

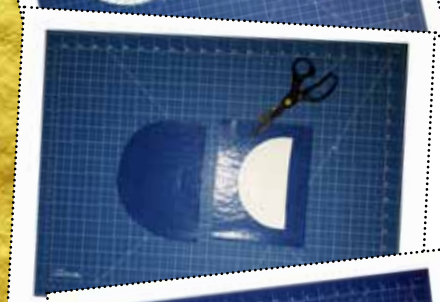
Überdenken Sie den Fleischkonsum Ihrer Familie und setzen Sie sich mit dem Thema auseinander. Weitere interessante Fakten und ausführliche Informationen finden Sie im „Fleischatlas“ zum Downloaden unter www.bunt.net.

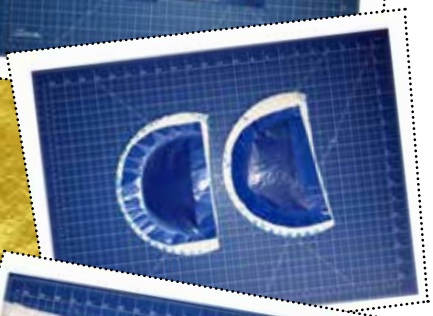
Einen verantwortungsvollen Umgang mit Fleisch in Ihrer Familie wünscht sich Sabine Timmermann.

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

Wir basteln uns eine Laterne

Nun wo die Tage wieder dunkler werden, gehören Laternenumzüge zum Pflichtprogramm für viele Kinder. Dabei geht es nicht nur darum, gemeinsam mit anderen Kids die Straße zu erhellen, sondern auch ums Sehen und Gesehen werden – zumindest was die Laterne betrifft. Wer will schon eine Papierröhre aus dem Drogerie-Markt, wenn er auch Einhörner, Fledermäuse oder Ufos haben kann. Ganz genau – niemand! Gut, dass man mit einfachen Dingen, die meist jeder im Haushalt hat und mit wenig Zeitaufwand, zauberhafte Laternen basteln kann. Im Internet und in zahlreichen Büchern gibt es unzählige Anleitungen dazu. Auch wir haben uns inspirieren lassen und uns an die Arbeit gemacht. Das Resultat: Eine zauberhafte Laublaterne und eine wundervolle Quallenlaterne, die unserer Kollegin Anne sogar auf einem Festival im Sommer gemopst wurde. Sie kann die Begierde des Diebes verstehen und hofft, dass er mit dieser Anleitung selbst in den Genuss kommt, die Quallenlaterne sein Eigen nennen zu dürfen.





So wird die Quallenlaterne gemacht:

1 Als Erstes schneidest Du das untere Drittel von zwei Papptellern ab und schneidest jeweils einen Halbkreis aus.

2 Bemale die Teller mit blauer Acrylfarbe, streue etwas Glitzerpulver drüber und lass alles gut trocknen.

3 Zwei weitere Halbkreise aus Transparentpapier zurechtschneiden. Diese sollten, wie in der Abbildung dargestellt, etwas größer als die freien Flächen im Pappteller sein. Den Rand dieser Flächen auf den Tellerinnenseiten mit Klebe bestreichen und das zugeschnittene Transparentpapier aufkleben. Achte darauf, dass es schön straff liegt und keine Wellen wirft. Je nach Wunsch können auch noch Sternchen oder Pailletten aufgeklebt werden.

4 Schneide das Krepppapier in etwa fünf Zentimeter breite Streifen und tackere oder klebe sie nach Farben sortiert an die unteren Ränder der beiden Tellerinnenseiten.

5 Danach kannst Du beide Tellerhälften am Halbrund zusammenkleben.

6 Mit einer spitzen Schere oben in die Laternenmitte eine kleine Aussparung für die Beleuchtung und die Aufhängung/Schnur hineinschneiden. Man kann auch einfach ein paar Knicklichter mit Tesafilm in der Qualle befestigen.

Du brauchst:

- 2 weiße Pappteller
- Acrylfarbe in Blau
- Pinsel
- etwas Glitzerpulver
- Bastelkleber
- 1 Bogen Transparentpapier (20x30cm)
- Krepppapier in verschiedenen Farben
- Bürohefter
- Schere

gefunden in:

Meine erste Laterne

Pia Deges

Langweilige Laternen waren gestern. Kinder, die dieses Buch im Regal haben, müssen sich um den nächsten Umzug keine Sorgen machen. Die im Buch vorgestellten Objekte zum Nachbasteln ziehen garantiert alle Blicke auf sich. Wer hätte gedacht, dass man aus alten PET-Flaschen, leeren Milchkartons oder banalen Waschmittelflaschen grandiose Laternen basteln kann?! Einfache und leicht verständliche Bastelanleitungen sorgen bei den Älteren auch ohne Muttis Hilfe für strahlende Ergebnisse.
Verlag FRECH, ISBN: 9783772477706, € 9,99, 3 bis 6 Jahre.

Du brauchst:

- 10 kleine Blätter oder Gräser, gepresst
- Luftballon
- 3 Seidenpapierbögen in Gelborange oder Türkis, 50 cm x 70 cm
- 2 Lochverstärker
- Blumendraht, 30 cm lang
- Laternenstab, 30 cm lang
- Kleister
- Wasser
- große Tasse
- Schere
- Seitenschneider

So wird die Laublaterne gemacht:

1 Blätter sammeln und sie eine Woche lang pressen.

2 Den Luftballon aufpusten und auf eine Tasse legen. Mit etwas Malerkrepp am Rand fixieren.

3 Das Seidenpapier in kleine Stückchen reißen. Mit Tapetenkleister die ersten Stücke Seidenpapier auf den Ballon kleben, bis er fast ganz bedeckt ist.

4 Die Blätter auf dem feuchten Seidenpapier platzieren und zwei weitere Schichten aus dem Seidenpapier arbeiten.

5 Alles gut trocknen lassen – das kann bis zu zwei Tage dauern.

6 Den Luftballon zum Zerplatzen bringen und die Reste entfernen. Das obere Viertel mit der Schere gerade abschneiden und gegenüberliegend zwei Löcher in den Rand stechen. Von innen die Lochverstärker dagegen kleben.

7 Den Draht hindurchfädeln und die Enden miteinander verdrehen. Überstehende Spitzen mit dem Seitenschneider abschneiden.

gefunden in:

Natürlich basteln im Herbst

Viele kennen das Gefühl, etwas schaffen zu wollen und im Herbst macht kreativ sein besonders viel Spaß. Oft stellt sich dabei aber die Frage: Was wollen wir basteln? Dieses große Bastelbuch für die ganze Familie hält abwechslungsreiche Ideen für Groß und Klein, für Einsteiger und Fortgeschrittene bereit, die ein herbstliches Bastelvergnügen mit Naturmaterialen garantieren.
Verlag FRECH, ISBN: 3772477429, € 9,99, für die ganze Familie.

Es gibt kein schlechtes Wetter!

Wenn es draußen regnet, ist das noch lange kein Grund, dem Sofa den Tag zu überlassen. Spaß in der Natur kann man bei jedem Wetter haben. Diese kleinen Pfützensegler aus Korken und Kordel sind ruck, zuck gebastelt und sie schwimmen in der Badewanne und im See genauso gut wie in jeder Pfütze. Verziere die Schiffchen noch mit einem farbigen Segel, dann können sie um die Wette segeln.

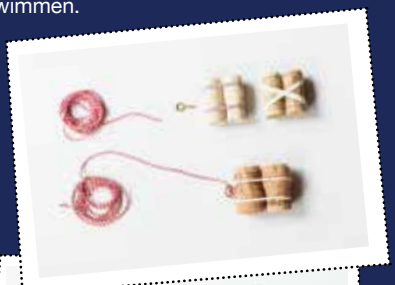
So werden die Pfützensegler gemacht gemacht:

1 Zuerst malst du mit den Wachsmalstiften Muster für deine Segel auf das Butterbrotpapier. Du kannst aber auch einfach Washi Tape in Streifen aufkleben.

2 Dann schneidest du mit der Schere Segel aus. Die Segel können dreieckig oder rechteckig sein. Nun lässt du dir helfen: Brich oder schneide einen Holzspieß in der Mitte durch. Um das stumpfe oder gebrochene Ende klebt ihr dein Segel. Um den unteren Teil schiebst du ein Stück Strohhalm.

3 Dann legst du zwei ähnlich große Korken nebeneinander und wickelst darum ein Gummiband, wie in der Abbildung gezeigt. Anschließend schraubst du eine Schraub-Öse in eine Seite deines Seglers und knotest das Kordelband an ihr fest. Das Segel steckst du auf der gegenüberliegenden Seite in den Korken.

Fertig? Dann zieh ganz schnell deine Regenjacke an und lass deine Segler zusammen mit deinen Freunden in einer großen Pfütze schwimmen.



Du brauchst:

- Butterbrotpapier
- Wachsmalstifte oder Washi Tape
- 1 Holzspieß
- 1 Strohhalm
- 2 Sekt- oder Weinkorken
- 1 Gummiband
- 1 kleine Schraub-Öse
- Kordelband, etwa 1 m lang
- Schere
- Messer
- Kleber

gefunden in:

Das Regentage-Kreativbuch

Kalinka Meesenburg

Spiel und Spaß trotz Wolkenbruch: Das Regentage-Kreativbuch sorgt mit spannenden Ideen dafür, die Natur bei jedem Wetter zu genießen. Ob lustige Badebomben, hübsche Regenbilder, leckere Grummelmonster-Kekse oder ein praktisches Regenmessgerät: Die vielseitigen Projekte aus den Bereichen Regenwetter-Werkstatt, Kinderküche, Raus in den Regen und Schietwetterspiele regen spielerisch die kindliche Kreativität und Entdeckungsfreude an.
Edition Michael Fischer Verlag, ISBN: 978-3-86355-811-6, € 19,99, ab 3 Jahren.

Kleinanzeigen:
Hier können Sie sich unter verschiedenen Rubriken vorstellen oder über Kurse und Veranstaltungen informieren.

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

Anzeigen:
Millimeterpreis (Spaltenbreite: 44 mm): € 1,30, Mindestgröße: 30 mm
Schicken Sie eine Email an anzeigen@luettbecker.de oder rufen Sie uns an Tel.: 0451-6933530.

Anzeigenschluss für die November/Dezember-Ausgabe 2018 ist der 10. Oktober 2018.

Schulkindbetreuung

Flohmarkt

Freie Plätze

Die Kindertagespflege am Stadtpark
Ich betreue gern in der Adolfstr.19, 23568 Lübeck. Kinder im Alter von 1-3 Jahren in der Zeit von 7-15 Uhr.
Tel.: 017672611737
Email: birgitkummrow@gmx.de

Kindertagespflege nähe Kaufhof
Liebevolle Kinderbetreuung und individuelle Förderung für Kinder im Alter von 0-7 Jahren in der Schopenhauerstraße, 23566 Lübeck.
Ab August sind noch zwei Plätze frei. Infos gern per Tel.: 016092500791 oder per email: s.pikarski@gmx.net

Kindertagespflege Affenbande
Gebt Kindern Raum.....
betreut im Alter von 1 bis einschließlich Grundschulalter. Zeiten nach Absprache. Marlistr. 65, 23566 Lübeck,
Tel. 0176-50482864

Dreas *_* Minikinderkrippe
betreut im Langelandring 3, 23560 Lübeck gern Ihre Kinder im Alter von 1-3 Jahren in der Zeit von 7.00 - 15.00 Uhr
Tel.0451 – 595516
www.minikinderkrippe.de

Die Roonies
Die Kindertagespflege mit Liebe, Humor und Lebensfreude in der Roonstraße 7-9 in Lübeck, haben ab August Plätze frei. Tel.: 0451-38936505

Jeden Samstag

Kinderatelier Spiel der Farben

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

Jeden Montag

Marientreff „Raupen 1“
Familienzentrum St. Marien, Dr.-Julius-Leber-Str. 75
8:45-9:45 Uhr
Für Eltern und ihre Babys im 1. Lebensjahr. Die Gruppe wird von Patricia Born, PEKiP-Gruppenleiterin und syst. Beraterin für Familien mit Säuglingen und Kleinkindern geleitet. Anmeldung erforderlich: Tel.: 0451-765 65.

Marientreff „Raupen 2“
Familienzentrum St. Marien, Dr.-Julius-Leber-Str. 75
9:45-10:45 Uhr
Für Eltern und ihre Babys im 1. Lebensjahr. Die Gruppe wird von Patricia Born, PEKiP-Gruppenleiterin und syst. Beraterin für Familien mit Säuglingen und Kleinkindern geleitet. Anmeldung erforderlich: Tel.: 0451-765 65.

Marien-Treff „Mäuse“
Familienzentrum St. Marien, Dr.-Julius-Leber-Str. 75
10:45-12:15 Uhr
Offene Eltern-Kind-Treffen für Kinder im 2. Lebensjahr und ihre Eltern. Anmeldung erforderlich: Tel.: 0451-765 65.

Still- und Elterncafé Bad Schwartau
Familienzentrum, Eutiner Straße 10 (Krippeneingang an der Seite!)
15 bis 16:30 Uhr
Mit integrierter Hebammensprechstunde 14-tägig in ungeraden Wochen, in der eine Familienhebamme Fragen beantwortet.

Kinder stark machen mit Musik und Bewegung
Kibbel Kabbel e.V., Düvekenstr.6,
15:30-16:15 Uhr
Kleingruppe zur Entwicklungsförderung, für Kinder von 5 bis 7 Jahren. Infos unter Tel.: 01573/9543173

Jeden Dienstag

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

Interkulturelle Frauengruppe
9:30-11:30 Uhr
Haus der Begegnung, Parade 4
Angebot für Frauen unterschiedlicher Kulturen und Nationalitäten. Kinderbetreuung ist vorhanden. Bei allen Gruppentreffen und sonstigen Unternehmungen steht die Integration im Vordergrund.

MÄDCHENcafé
Mixed-pickles e.V., Schwartauer Allee 7
15-16
Für Schülerinnen von 7-12 Jahren, mit Computerangebot.

MÄDCHEN-Gruppe
Mixed-pickles e.V., Schwartauer Allee 7
16-18 Uhr
Für Schülerinnen von 7-12 Jahren.

Handarbeiten
Familienzentrum St. Marien, Dr.-Julius-Leber-Str. 75
15-16:30 Uhr
Mützen, Socken, Pullover..... für Anfänger und Fortgeschrittene. Mit freundlicher und kompetenter Anleitung durch eine Handarbeitslehrerin. Anmeldung erforderlich: Tel. : 0451-765 65

Jeden Mittwoch

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

Elterncafé Ratekau
Rosenstr. 3, 23626 Ratekau
09:30-11 Uhr

Rhythmik im Hochschulstadtteil
Familienzentrum der AWO, Maria-Goeppert-Str. 8
16:10 Uhr
Rhythmisch-musikalische Früherziehung für Kinder von 4-6 Jahren.
Anmeldung: Tel.: 01573-9543173

Jeden Donnerstag

Vorlesestunde
Bücherei Timmendorfer Strand, Timmendorfer Platz 10
16 Uhr
Spannende und lustige Geschichten für Kinder von 3-6 Jahren.

Marientreff „Röhre“
Jugend-Kultur-Haus-„Röhre“, Mengstr. 35
10-12 Uhr
Gemeinsames Frühstück und anschließendes Eltern-Kind-Turnen in der Sporthalle der „Röhre“ für Eltern und Kinder ab 1 Jahr. Die Anmeldung erfolgt über eine Warteliste. 0451/76565

Jeden Freitag

Elterncafé Stockelsdorf
Gemeindehaus der ev.-luth. Kirchengemeinde, Lohstr. 146, Stockelsdorf
9:30-11 Uhr

Bistro & Co.
Mixed-pickles e.V., Schwartauer Allee 7
13-15:30 Uhr
Für Schülerinnen ab 8 Jahren.

Jeden 1. Dienstag

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

Offene Tür für Kids
Thomas-Mann-Str. 20, Freie ev. Gemeinde
15:30-17:30 Uhr
Verschiedene Bastelangebote und Spiele für Kinder zwischen 5 und 11 Jahren. Im Anschluss findet ein Plenum mit kurzem Theaterstück, Musik und einer biblischen Geschichte statt. Am Ende gibt es noch ein Abendessen.

Infoabend Kinderwunsch
Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe/Kinderwunschzentrum, Dr. med. Peter Kunstmann/Dr. Claas Mehnert, Lübecker Str. 68,
23611 Bad Schwartau
19 Uhr
Interessierte Paare mit Kinderwunsch können sich hier unverbindlich informieren. Anmeldung unter 0451-4989 5522 oder info@ivf-badschartau.de

Jeden 1. Mittwoch

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

Jeden 1. Donnerstag

Offene Sprechstunde für Alleinerziehende
Caritas-Eck, Mühlenstraße 52.
14-16 Uhr

Jeden 1. Sonntag

Kinderstadtführung
Treffpunkt: Am Markt, Mölln.
11-12 Uhr
Eine spannende Stadtführung durch das historische Mölln für Kinder (und deren Eltern, Großeltern, Tanten, Onkel…). Anmeldung unter Tel.: 04542-7090. Kosten: € 2,50

Jeden 2. Sonntag

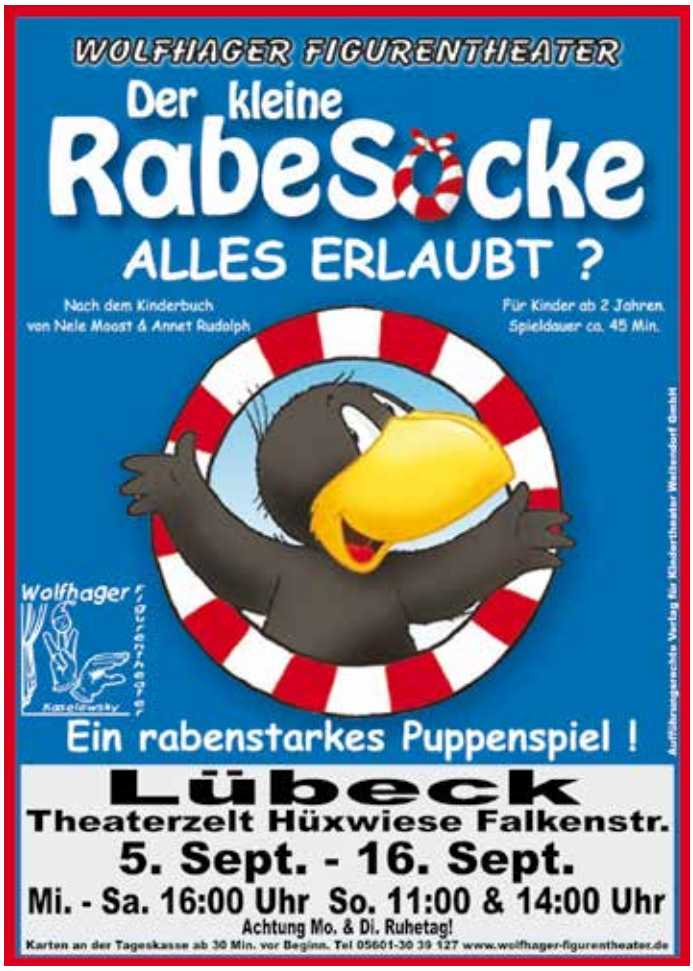
Familienführung im Hansemuseum
An der Untertrave 1
14 Uhr
„Das Mittelalter beleuchten“. Eltern und Kinder beleuchten das Mittelalter im wahrsten Sinne des Wortes mit der Taschenlampe. Preis: Eintritt + € 3,50 (Kinder von 6 bis 16 Jahre zahlen nur den Eintritt). Voranmeldung unter info@hansemuseum.eu oder 0451-8090990.

Treffen für Kindertagespflegepersonen und Eltern
Hüxstraße 83-85
11 Uhr
Verbund Kindertagespflegepersonen Lübeck e.V. Mehr Infos unter Tel.: 0176-5048286 oder per email: kindertagespflegeverein@gmx.de

Jeden 2. Montag

Kugelcafé
Caritas-Haus, Fegefeuer 2.
15-16:30 Uhr
Für junge Schwangere und junge Mütter.

Seniorengesprächsrunde
Wahlverwandtschaften Jung & Alt e.V., Depenau
10:30-12 Uhr
Treffen für interessierte Senioren zum Thema „Wahlverwandschaften“.



Jeden 2. und 4. Dienstag

Stoffwechseloptimierung
Bunte Räume Lübeck, Schwertfeger Str. 9
19 Uhr kostenloser Vortrag

Jeden 2. Mittwoch im Monat

Die kleinen Bücherbutscher
Stadtteilbibliothek Moisling, Moislinger Berg 2
16 Uhr
Spielerisch werden die Kinder an Bücher herangeführt sowie durch Lieder, Reime und kleine Bewegungsspiele aktiv gefordert. Im Vordergrund stehen dabei der Spaß und die Entdeckungslust der Kinder. Für die Eltern gibt es dazu Tipps zu geeigneten Liedern, Fingerspielen und Büchern. Anmeldung erforderlich unter Tel. 0451/122-4115.

Jeden 2. Freitag im Monat

Vorlesestunde
Stadtteilbibliothek Moisling, Moislinger Berg 2
16 Uhr
Es werden liebevoll ausgewählte, mal lustige oder spannende Geschichten für Kinder zwischen 3 und 8 Jahren vorgelesen. Der Eintritt ist frei.

Jeden ungeraden Mittwoch

Alleinerziehenden-Spieltreff
Familienzentrum Bad Schwartau, Eutiner Str. 10, Bad Schwartau (Krippeneingang an der Seite!)
15:30-17 Uhr (während der Schulferien auf Anfrage 0451/2929328)
Austausch unter fachlicher Begleitung für alleinerziehende Mütter/Väter mit Kindern bis 4 Jahre. Ein Angebot der Frühen Hilfen.

Jeden 3. Montag

Offene Sprechstunde
Caritas-Eck, Mühlenstraße 52 (Ecke Fegefeuer).
14-16 Uhr
Für junge Schwangere unter 21 Jahren. Geburtsvorbereitungskurs kompakt am Wochenende für junge Schwangere und ihre Partner, Ansprechpartnerin Frau Eissing Tel.: 0451-799 46 01.

Jeden 3. Dienstag

Treffen für Berufsrückkehrerinnen
Evangelisches Frauenwerk, Steinrader Weg 11
10-12 Uhr
Eine Veranstaltung der Beratungsstelle Frau & Beruf.

Jeden letzten Montag

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

Jeden letzten Mittwoch

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

Ergonomische Babytragen
Schöner Schwanger, Königstr. 51
16:30 Uhr
Infoveranstaltung, Anmeldung unter info@schoenerschwanger.de

Jeden letzten Freitag

Eltern-Café
Integrative Kindertagesstätte Haus Barbara - Familienzentrum, Triftstr. 139-143
14-16 Uhr
Mit Kinderbetreuung für Kinder ab 3 Jahren. Anmeldungen unter Tel.: 4002 50269.

Café Hahn
Bauspielplatz Roter Hahn e.V., Pommernring 58, 15-18 Uhr
Café für Anwohner und Interessierte, die den Platz kennenlernen wollen.

Kurstermine 2018

Starke Eltern – Starke Kinder®“ (SESK)
Das Kinderhaus und Familienzentrum Blauer Elefant, Pellwormstr. 23, bietet ab September wieder Elternkurse an. Inhalt: Thematische Impulse und Austausch in Erziehungsfragen. Die Erziehungskompetenzen sollen durch die Vermittlung verschiedener Techniken gestärkt werden. Die Fähigkeit zum Zuhören, Verhandeln und Grenzen setzen stehen im Vordergrund.
Die Kursgebühr beträgt € 5,00. Anmeldung unter 0451-317002-21 (AB)
An neun Donnerstagen findet der Kurs unter Leitung von Britta Raddatz und Melanie Kruck im Familienzentrum Blauer Elefant statt. Die Termine sind: 06.09./13.09./20.09./27.09./25.10./01.11./08.11./15.11./22.11. + 23. Mai 2019.

Thema Pubertät
Dieser spezielle Kurs besteht aus einem Basis- und einem Aufbaukurs unter der Leitung von Nicola Leuschner und Britta Raddatz. Veranstaltungsort ist die Baltic-Schule, Karavellenstr. 2-4.
Der Basiskurs findet an fünf Tagen jeweils montags von 17:30 – 20:30 Uhr statt und startet am 22.10.
Der Aufbaukurs (der Basiskurs ist Voraussetzung für die Teilnahme) besteht aus vier Kurstagen, die ebenfalls montags von 17:30 – 20:30 Uhr stattfinden und am 26.11. starten.

Ferienaktion: Lübeck in a Box – Kinder erzählen ihr Lübeck

In den Herbstferien veranstaltet das Europäische Hansemuseum jeweils von mittwochs bis freitags Workshops zur Stadtgeschichte. Ziel ist es, eine kleine Ausstellung im Museum zu gestalten.
Wer mit offenen Augen durch die Stadt geht, dem wird schnell klar: Lübeck steckt voller Geschichten, die erzählt werden wollen. Die Teilnehmenden erforschen die Ausstellung „875 Jahre – Lübeck erzählt uns was“ und bringen ihre eigenen Erfahrungen und Erzählungen ein. Dazu bringt jedes Kind seinen ganz persönlichen Gegenstand mit, der einen besonderen Bezug zur Stadt Lübeck hat. Nun gilt es die Geschichte hinter dem Gegenstand zu erzählen und in Szene zu setzen. Am Ende des Ferienprogramms entsteht eine Ausstellung im Kreuzgang des Burgklosters, der Lübecker Geschichte(n) aus der Sicht der Kinder erzählt.
Die Workshops finden von Mi. 10.10.- Fr. 12.10. und vom Mi. 17.10 - Fr. 19.10.., jeweils von 10 bis 14 Uhr für Kinder von 8 bis 14 Jahren statt.
Ort: St. Annen Museum und Europäisches Hansemuseum. Kosten: € 15,00 pro Teilnahme, inkl. Führung und Eintritt.
Anmeldung erforderlich unter gruppen@hansemuseum.eu

Figurentheater Lübeck

Tipp

Ab dem 22. September finden im Lübecker Figurentheater endlich wieder Aufführungen statt. Bis zum 6. Januar 2019 wird noch einmal in den bekannten Räumlichkeiten am Kolk 20-22 gespielt. Das Programm für Kinder finden Sie auf unserer Theaterseite. Von Anfang Februar bis Mitte April 2019 wird dann im Jungen Studio des Theaters Lübeck in der Beckergrube gespielt. Wir sind schon alle gespannt, wo dann ab Sommer das Figurentheater Lübeck den Vorhang fallen lässt.
Bis Januar ist das Figurentheater sowie der TheaterFigurenShop und das Café im Foyer von montags bis samstags von 11-17 Uhr und sonntags von 12-17 Uhr geöffnet.

Kindertheater

Theater Lübeck

Beckergrube 16

Spielclub 4: „Wunderbrut“
Für Kinder ab 8 Jahren.
Mi. 31.10. um 16 Uhr
Prima, Secunda und Tertius fühlen sich sehr wohl in ihrem warmen, sicheren Nest und bei ihrem Lehrer Adebar. Doch sie können nicht ewig an diesem behüteten Ort bleiben – ihnen steht der Sprung ins Leben auf die Erde bevor, die Adebar so fleißig durch sein Fernglas beobachtet. Selbst hindurch schauen ist natürlich strengstens verboten. Doch eines Tages gelingt es der vorwitzigen Prima, einen Blick zu erhaschen. Was sie da sieht, gefällt ihr überhaupt nicht, und Adebar hat alle Hände voll zu tun, die drei zu überzeugen, mutig die Reise ins Leben anzutreten.

Lübecker Theaternacht am 22.09.
Ab 17 Uhr Kinderprogramm. Eintritt € 11,00, ermäßigt € 8,00. Kinder bis 14 Jahre in Begleitung Erw. freier Eintritt.

Figurentheater Lübeck

Am Kolk 20-22
Eintritt: € 7,00

„Die Nachtigall“
Nach dem Märchen von H. Ch. Andersen. Für Kinder von 5-12 Jahren. Theater Miamou aus Berlin
Eine Geschichte über das Draußen und Drinnen und die Freiheit dazwischen. Der Kaiser hat alles. Was aber ist mit der Nachtigall, die alle Welt kennt, nur niemand bei Hofe...außer dem kleinen Küchemädchen. Sie hört sie jeden Abend auf dem Weg nach Hause in den Wäldern. Der Kaiser lässt die Nachtigall in das Schloss bringen. Alle am Hof sind erstaunt über den kleinen grauen Vogel, der so wunderschön singen kann. Als der Kaiser jedoch einen Kunstvogel geschenkt bekommt, der herrlich glänzt und glitzert, ist die Nachtigall vergessen. Nur das kleine Küchenmädchen hält noch am Fenster nach ihr Ausschau - erst Recht als der Kaiser krank wird und niemand da ist, der ihm helfen kann...
Fr. 28.09., Sa. 29.09., So. 30.09., Mo. 01.10. um 15 Uhr

Trollalarm im Eichenwald
Ab 3-8 Jahren. Tischfiguren-Inszenierung. KOBALT Figurentheater aus Lübeck.
Emil Elch und sein bester Freund Troll Hugo wohnen zusammen in ihrem Wald. Während der gutmütige Emil restlos zufrieden ist, wünscht sich der lebhafte Hugo ein Haus – ein richtiges Zuhause! Troll Hugo kann es kaum fassen, als er das perfekte Haus findet. Ein eigenes Haus mit Gardine! Er ist stolz und überglücklich und macht seine Freude darüber laut und wild tobend deutlich. Ein richtiger Trollalarm! findet Emil. Doch plötzlich taucht Paulina auf – das Trollmädchen bringt die Waldbewohner ganz schön durcheinander ...
Mi. 03.10., Do. 04.10., Fr. 05.10., Sa. 06.10., So. 07.10, Mo. 29.10., Di. 30.10., Mi. 31.10. um 15 Uhr

Der König mit den Ringelsocken
Tischfiguren-Inszenierung. Ab 4-12 Jahren. puppen.ect aus Berlin.
König Valentin bricht auf, um sich eine Frau zu suchen.
Mit Brambilla Zwiebelkuchen essen, mit Agathe Traumschlösser entwerfen oder mit Angelina in der Hängematte träumen? Nein, „Wenn mir eine Prinzessin gefallen soll, muss sie klug und schön sein! Und dann ist noch ein Punkt, auf den ich besonderes Gewicht lege: Sie muss durchaus Pfeffernüsse backen können!“ Keine genügt diesen hohen Ansprüchen. Aber dann muss er auch noch feststellen, dass auch Prinzessinnen Bedingungen stellen, die er nicht erfüllen kann.
Mo. 08.10., Di. 09.10., Mi. 10.10., Do. 11.10. um 15 Uhr

Hans im Glück
Tischfiguren-Inszenierung nach Grimm. Ab 4-12 Jahren. puppen.ect aus Berlin.
Hans hat gut gearbeitet und bekommt einen Klumpen Gold als Lohn. Auf seiner Reise hat er immer Glück, gerade kommt das daher, was er mehr begehrt als das, was er gerade hat. Er tauscht Gold gegen Pferd, Pferd gegen Kuh, Kuh gegen Schwein… wer kennt das Märchen nicht? Aber liegt nun das Glück in den Dingen? Oder in seiner Einstellung zum Leben und Moment?
Fr. 12.10., Sa. 13.10., So. 14.10. um 15 Uhr

Pirat Eberhard auf Kaperfahrt
Tischfiguren-Inszenierung. Ab 4-12 Jahren. KOBALT Figurentheater aus Lübeck.
Pirat Eberhard sticht mit Schatzkarte, Schiffsjunge Kai und Matrose Johnny in See. Wo mag die Insel San Cristobal sein? Und wo ist überhaupt die schöne Kapitänin Elena? Die Rettung eines eigenartigen Schiffbrüchigen und ein aufregender Kampf bringt sie schon fast ans Ziel: Jedoch ein richtiger Schatz lässt sich nicht so einfach finden! Wie kann man ein Schiff darstellen, das richtig segelt, übers Meer kreuzt, Flaute hat …? Und das auch noch Bühne für drei Piraten sein muss!
Mo. 15.10., Di. 16.10., Mi. 17.10., Do. 18.10. um 15 Uhr

Katze Minki findet Freunde
Ab 4-12 Jahren. Ein Puppenspiel mit Tischfiguren. KOBALT Figurentheater aus Berlin.
Bei der Suche nach Freundschaft geht es in diesem Stück um kindliche Grundbedürfnisse: spielen, essen, kuscheln, schlafen. Auch wenn Minki zunächst enttäuscht ist, bietet doch jedes Tier dem Kätzchen mit seinem Temperament und Geschick ein Stück Erfüllung. Wie gut, dass es vier Freunde gibt, die zusammenhalten und der Katze Minki helfen!
Fr. 19.10., Sa. 20.10., So. 21.10. um 15 Uhr

Die Kitzelspinne
oder Die Nacht der Rosabellen
Ein Handpuppenabenteuer rund um die Kunst miteinander auszukommen. Ab 3-6 Jahren. KOBALT Figurentheater aus Lübeck.
Mo. 22.10., Di. 23.10., Mi. 24.10., Do. 25.10. um 15 Uhr

Emil Elch sucht einen Freund
Ab 3-8 Jahren. KOBALT Figurentheater aus Lübeck.
Der kleine Elch Emil ist überhaupt nicht gern allein. Einen Freund zu haben, wäre toll! Denn gemeinsam macht das Leben doch viel mehr Spaß! Aber jemanden zu finden, der zu einem passt, ist gar nicht so einfach.
Fr. 26.10., Sa. 27.10., So. 28.10. um 15 Uhr

Lübecker Theaternacht am 22.09.
Von 17 bis 23 Uhr stündlich Aufführungen.

Kinder- und Jugendkulturhaus Röhre

Mengstr. 35
Eintritt € 2,50, Anmeldung notwendig unter Tel.: 0451-122 5741 (Warteliste)

„Pit Pinguin“
Figurentheater für Kinder ab 3,5 Jahren. Figurentheater Marotte aus Karlsruhe
Eines Tages liegt ein Ei im Nest. Mama und Papa freuen sich riesig. Aus dem Ei schlüpft eine winziger grauer Wuschel. Aus dem grauen Wuschel wird ein hungriger kleiner Pinguin. Pit lernt laufen und wie man im ewigen Eis überlebt. Eines Tages ist Pit groß und das Nest wird ihm zu klein. Mama und Papa sind ein wenig traurig. Aber das Leben ist voller Überraschungen.
27.09. um 10 Uhr

Theater am Tremser Teich

Warhestr. 1a
Eintritt Kategorie A: Vorverkauf (+ Gebühr): € 7,00, Tageskasse € 7,50
Eintritt Kategorie B: Vorverkauf (+ Gebühr): € 8,50, Tageskasse € 9,00

Die kleine Meerjungfrau
Zaubermärchen zu Wasser, zu Lande und in der Luft frei nach H.C. Andersen ab 5 Jahren.
So. 09.09., Sa. 15.09., So. 16.09., So. 30.09. um 16 Uhr
Am 22.09. ab 17 Uhr Sonderprogramm mit der „Die kleine Meerjungfrau“

Des Kaisers neue Kleider
Lustiges Kunstmärchen frei nach H.C. Andersen ab 3 Jahren.
Sa. 06.10., So. 07.10., Sa. 13.10., So. 14.10., Sa. 20.10., So. 21.10., Sa. 27.10., So. 28.10. um 16 Uhr

Figurentheater Simsalabim

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

Mascha und der Bär
Mi. 12.09. um 16 Uhr

Rumpelstilzchen
Mi. 10.10. um 16 Uhr

Theater Zaunkönig

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

Die weiße Fledermaus
So. 30.09. um 16 Uhr

Lübecker Wasser Marionetten Theater

Kanalstr. 108
Eintritt: Kinder € 10,00, Erw. € 12,00

H2 Upps
Für Jung und Alt ab mind. vier Jahren.
Sa. 09.09., Sa. 15.09. um 14 Uhr
Sa. 22.09. um 15 Uhr

KINDERGEBURTSTAG
Kids Party
z.B. Kindergeburtstag:
Startzeit: Mo.-Sa. 14-17 Uhr
Alles inklusive (siehe unten): 2 Std. Bowling, Getränke, Essen & jede Menge Spaß!
55,00
EUR für 5 Personen*
2 Stunden Bowlingspaß inklusive Leihschuhen und für das leibliche Wohl 5 x ein 0,3 l Softdrink, sowie unsere große leckere Kinder Party-Platte (mit Hackbällchen, Chicken Nuggets, gegrillter Putenbratwurst, Pommes, Ketchup + Mayo). Weitere Softdrinks vergünstigt!
*Kids-Party: min. 2 Kids/Bahn
oder Kids-Party XXL:
2 Std. Bowling inkl. Leihschuhen
+ Schwarzlicht Minigolf im Piraten Abenteuerland
+ Softdrink 0,3l + Kids-Menü
EUR 16,00 p.P.

ERLEBNISWELT HÜLSHORST
An der Hülshorst 11 • Lübeck
Reservierung: Tel. 0451-32111
www.Erlebniswelt-Huelshorst.de

„Spitzenväter sind ein Segen für Familie und Gesellschaft."
Prof. Dr. Ulrike Detmers,
Initiatorin Mestemacher Preis Spitzenvater des Jahres
Spitzenväter gesucht
Die Großbäckerei Mestemacher schreibt zum 14. Mal für 2019 den
Mestemacher Preis Spitzenvater des Jahres
aus. Das Preisgeld beträgt zweimal 5.000 Euro.
Die Teilnahmebedingungen können von der Website geladen werden
www.mestemacher.de/soziale-projekte/mestemacher-preis-spitzenvater-des-jahres/info/
oder angefordert werden bei
Mestemacher
the lifestyle-bakery
Einsendeschluss ist der 31.12.2018

Mestemacher GmbH · Prof. Dr. Ulrike Detmers · Postfach 2451 · 33254 Gütersloh · Telefon 05241 87 09 - 68
ulrike.detmers@mestemacher.de

01.09. Samstag

Altstadtfest und Kinderflohmarkt
Mölln
In der gesamten Innenstadt erwarten den Besucher die unterschiedlichsten Angebote. Mit Mitmach-Programm für Kinder und einem Kinderflohmarkt in der Hauptstraße am ZOB.

09 Uhr 16. Drachenboot Festival
Kanalstr.
Das traditionelle Drachenboot-Rennen steht dieses Jahr unter dem Motto: „Die 80ziger Jahre".

10-13 Uhr Herbst- und Winterbekleidungs-Flohmarkt
Kita Janusz Korczak, Max-Wartemann-Str. 5
Auf dem Außengelände der Kita (bei Regen fällt der Flohmarkt aus und es wird ein Ersatztermin bekannt gegeben.)

10:30-13 Uhr Naturdetektive auf Spurensuche
Museum für Natur und Umwelt, Musterbahn 8
Workshop für Kinder von 8 und 12 Jahren. Der Kurs findet an vier Terminen statt: 22.09., 27.10. und 24.11. Kosten des gesamten Kurses: € 40,00. Anmeldung unter 0451-122-2296.

13:30-16 Uhr Flohmarkt „Rund ums Kind"
Kita St. Michael, Bei den Tannen 28
Schwangere und Eltern mit Babys in Tragen dürfen bereits um 13 Uhr in Ruhe durchschauen.

14-16:30 Uhr Aufs Gemüse, fertig, los!
Günter Grass Haus, Glockengießerstr. 21
Workshop für Kinder ab 7 Jahren. Gemüse wird als Stempel benutzt und Stoffbeutel bedruckt. Voranmeldung unter Tel.: 1224230. Kosten: € 9,00.

15-18 Uhr Vater-Kind-Action- und Tobespiele
Familienzentrum Drachennest III, Maria-Goeppert-Str. 8
Für Kinder von 4-8 Jahren und ihre Väter. Anmeldung unter Tel. 58249422

02.09. Sonntag

08 Uhr Flohmarkt
Bad Schwartau
Auf dem Marktplatz und in der Lübecker Straße.

08 Uhr Flohmarkt
Mölln
In der gesamten Innenstadt im Rahmen des Altstadtfestes.

08:30-16 Uhr Flohmarkt
SKY Lübeck, Ziegelstr. 232
Anmeldung: info@hochberg-flohmarkt.de

10-17 Uhr Walderlebnistag
Katharineumswiese, Israelsdorf
Bereits zum 16. Mal findet der Walderlebnistag im Lübecker Stadtwald statt.

10-18 Uhr Tag des Seeluft-Schweines mit Kunsthandwerkermarkt
Lödings Bauernhof am See, Auf dem Ortskampe 1, Buchholz
Mit einem buntem Rahmenprogramm, Livemusik und Aktionen für Kinder.

11-13 Uhr Kleider- und Spielzeugmarkt
Kita im „Martin-Luther-Haus", Schulweg 1a, Stockelsdorf
Für Winterkleidung und Spielzeug.

13-16 Uhr Familienrallye für kleine und große Zwei- und Vierbeiner
Tierheim Lübeck, Resebergweg 20
Rund um das Tierheim mit mehreren Stationen wo lustige, kniffelige oder auch sportliche Aufgaben zu lösen sind.

03.09. Montag

14 Uhr Jubiläumswoche
Integrative Kindertagesstätte Haus Barbara - Familienzentrum, Triftstr. 139-143
25 Jahre Integrative Kindertagesstätte "Haus Barbara" und fünf Jahre Familienzentrum - das will gefeiert werden. **Vom 3. bis 7. September 2018** warten täglich ab 14 Uhr bunte Aktionen auf Familien mit Kindern.

Rabe Socke
Wolfhager Figurentheater, Hüxwiese
bis zum 16.09. Siehe Tippkasten S. 36.

04.09. Dienstag

16:30-18 Uhr Grenzen setzen und dabei Grenzen erleben - eine Herausforderung für Eltern
Kinderhaus Blauer Elefant - Familienzentrum, Pellwormstr. 23
Veranstaltung mit Frau Schmölcke.

15. Bücherpiraten-Festival
Kinderliteraturhaus, Fleischhauerstr. 71
Vom 4.-8. September für Kinder zwi-

Gesunde und starke Knochen

Für ein gesundes Knochenwachstum benötigen Babys und Kleinkinder Calcium und Vitamin D. Da die Knochen bis zum Alter von drei Jahren am schnellsten wachsen, benötigen sie sogar 7x mehr Vitamin D als Erwachsene. In der dunklen Jahreszeit reicht die Sonneneinstrahlung für die Bildung von Vitamin D in der Haut aber oft nicht aus – viele Kinder haben daher einen Mangel an diesem wichtigen Vitamin. Die HiPP COMBIOTIK Kindermilch enthält extra viel Vitamin D und Calcium und stärkt so das Knochenwachstum von 1 bis 3 Jahren. Bereits ein Glas Kindermilch am Tag, zum Frühstück im Müsli oder als Smoothie mit Obst unterstützt eine gesunde Entwicklung von Knochen und Zähnen. hipp.de

Tipp

Zwergenkram in der MuK

Am 8. September findet der beliebte Zwergenkram-Markt das zweite Mal in der Rotunde der MuK in Lübeck statt. Von 11 bis 13:30 Uhr werden Schnäppchenjäger und Handmade-Fans bei diesem Angebot bestimmt fündig. Angeboten werden Kleidung für Jungs und Mädchen in den Größen 50 bis 152, Spielzeug, Kinderwagen Babybedarf... Vor Ort wird auch eine zertifizierte Trageberaterin sein, bei der man auch für die Dauer des Marktes Tragen ausleihen kann.
Der Eintritt kostet € 2,00 und Schwangere inkl. einer Begleitperson sowie Eltern mit Minis in Tragen, können schon ab 10 Uhr stöbern.
Mehr Infos unter www.zwergenkram.com

schen 4 und 11 Jahren. Eine Woche werden Bücher, Geschichten und die Fantasie gefeiert. Die diesjährige Künstlerin des Festivals ist die niederländische Illustratorin Marije Tolman. Das komplette Programm findet ihr unter www.buecherpiraten.de.

06.09. Donnerstag

Travemünder Seebadfestival
Travemünde
In der historischen Altstadt rund um die St. Lorenzkirche. **Bis zum 09.09.**

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

19 Uhr Eltern werden - Liebespaar bleiben
Volkshochschule, Falkenplatz 10
Vortrag von Oinone Buschendorff-Schaar. Eintritt frei.

Laternenumzug in Karlshof
Treffpunkt: Gemeinschaftshaus Karlshof, mit der Brassband Lübeck.

08.09. Samstag

09-17 Uhr Pilzlehrwanderung
Naturparkzentrum Uhlenkolk, Waldhallenweg 11, Mölln
Mit einem Pilzsachverständigen des DGfM, der alle gefundenen Pilze fachkundig erklärt. Essbare Pilze dürfen mitgenommen werden. Kosten: Erw. € 10,00, Kinder € 5,00. Anmeldung erforderlich.

10 Uhr Meer erleben – an Düne und Ostseestrand
Naturwerkstatt Priwall
Exkursion zwischen Land und Meer. Treffpunkt: Gedenkstein auf dem Priwall an der Landesgrenze zwischen Schleswig-Holstein und Mecklenburg-Vorpommern. Kosten: Erw. € 5,00, Kinder bis 14 Jahre € 3,00, Familienkarte € 10,00. Anmeldung unter Tel: 04502-9996465 **Auch am 15.09., 22.09. und letztmalig am 29.09**.

11-13:30 Uhr Zwergenkram-Markt
Musik und Kongresshalle, Willy-Brandt-Allee
Siehe Tippkasten oben.

14-16 Uhr Kleider- und Spielzeugmarkt
Gemeindehaus Rondeshagen, Am Brink 1, Rondeshagen
Nummernflohmarkt im Brinkhuus.

09.09. Sonntag

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

10:30-16 Uhr Man muss das Eisen schmieden, solange es heiß ist.
Geschichtswerkstatt Herrenwyk, Kokerstr. 1-3
Zuschauen und selbst ausprobieren. Kleine Stücke wie Schnecken, Haken, Messer oder Schraubenzieher herstellen. Kosten: Erw. € 7,00/5,00, Kinder € 2,00.

11-14 Uhr Exkursionsfahrt zur Seeschwalbeninsel
Naturwerkstatt Priwall
Mit dem Arbeitsboot "Hyla" zur Insel der seltenen Flussseeschwalben. Spende erbeten. Anmeldung unter Tel: 04502-9996465 oder Mail: nwp@dummersdorfer-ufer.de. **Auch am 16.09.**

11-17 Uhr Naturerlebnistag
Naturparkzentrum Uhlenkolk, Waldhallenweg 11, Mölln
Rund 70 verschiedene Aussteller laden zu zahlreichen Mitmachaktionen für Jung und Alt ein. Eintritt frei.

Willkommen in der Fledermaus-Erlebnisausstellung mit lebenden Tieren am Kalkberg in Bad Segeberg

Tipp

Der kleine Rabe Socke

Das Wolfhager Figurentheater kommt auch in diesem Jahr wieder auf die Hüxwiese und hat den kleinen Raben Socke im Gepäck. In dem Stück „Alles erlaubt“ ist der kleine schwarze Rabe mit der rot-weiß geringelten Socke über dem linken Fuß zum Essen eingeladen. Doch er kann sich überhaupt nicht benehmen und wird von Mama Dachs nach Hause geschickt. Zu seinem nächsten Geburtstag soll er nur dann Geschenke bekommen, wenn er brav ist. Mit dem Hasen stellt der Rabe eine Liste auf, was man machen darf und was nicht. Mutter Dachs hört, dass sich Socke so viel Mühe gibt und erlaubt ihm, sich etwas zu wünschen. Der kleine Rabe wünscht sich ein „Nix-ist-verboten-Fest“, an dem alle machen dürfen, was sie wollen. Klar, dass dieses Fest nicht nur dem kleinen Raben gefällt.
Das rabenstarke Puppenspiel kann vom 5. bis zum 16. September im Theaterzelt auf der Hüxwiese (Falkenstraße) besucht werden. Vorstellungen sind mittwochs bis samstags um 16 Uhr, am Sonntag um 11 und 14 Uhr. Karten nur an der Tageskasse. Kinder € 9,00, Erw. € 10,00.

14 Uhr Kinder und Sommerfest
Komitee Lübecker Karneval
Auf dem Gelände der St. Philippus Kirche, Schlutuper Str. 52. Unter dem Motto „Karnevalisten helfen Kids”. Mit Kinderspielen, Hüpfburg und großer Tombola. Für das leibliche Wohl ist zu familienfreundlichen Preisen gesorgt.

15-16 Uhr Noldes Zauberfarben
Museum Behnhaus Drägerhaus, Königstr. 9-11
Familienführung. Eine zauberhafte Entdeckungsreise ins Innere von Noldes Bildern.

12.09. Mittwoch

15 Uhr Abschnullern im Drägerpark

16-16:45 Uhr Die kleinen Bücherbutscher
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
Geschichten, Lieder, Reime, Spiele für Kinder von 24-36 Monaten und ihre Eltern. Teilnahme kostenlos. Anmeldung unter Tel.: 122-4115 erforderlich.

14.09. Freitag

15-22 Uhr Spektakelum Mulne
Mölln, Kurpark
Für Kinder wird ein abwechslungsreiches, mittelalterliches Programm angeboten. **Bis zum 16.09.**

18-21 Uhr Nummernflohmarkt
Kita „Am Papenmoor”, Am Kirchhof 10, Bad Schwartau
Kinderbekleidung und Spielzeug.

15.09. Samstag

09-12 Uhr Flohmarkt „Rund ums Kind”
Kita Drachennest I, Paul-Ehrlich-Str. 6
Auf dem Außengelände. Für das leibliche Wohl ist gesorgt und die Kinder können den Spielplatz erobern.

09-12:30 Uhr Flohmarkt „Rund ums Kind und mehr”
Kinderhaus Alsheide
Auf dem Spielplatz in der Innenstadt-zwischen Glockengießer Straße 60/62, Hundestraße 95/97 und Nöltingsgang.

09-13 Uhr 69. Kleider- und Spielzeugmarkt
Kindergarten „Sonnenhaus”, Lübecker Str. 12, Lübeck-Krummesse
Alles rund ums Kind. Im Sonnenhaus und im Dörpshuus.

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

10-13 Uhr 9. Kinderflohmarkt
Kita Bugenhagen II
Im Gemeindehaus der Bugenhagenkirche, Karavellenstr. 8.

10-13 Uhr Kinderflohmarkt
Schule Schönböcken, Schönböckener Hauptstr. 18
Für Kinderkleidung und Spielzeug.

11-14 Uhr Eltern-Kind-Kochen
Integrative Kindertagesstätte Haus Barbara - Familienzentrum, Triftstr. 139-143
Für Eltern und Kinder ab 3 Jahren. Einfach, lecker, gesund und passend zur Jahreszeit kochen. Anmeldungen unter Tel.: 4002 50269.

14-17 Uhr Kinderflohmarkt
Kita Rudolf-Groth-Park, Am Waldsaum 1
Alles rund ums Kind.

14-18 Uhr 15. Drachenfest
Stadt Ratzeburg, im Kurpark
Spiel-Spaß-Kreativität-Unterhaltung für Klein und Groß.

14:30-16 Uhr Trommel-Erlebnis
Integrative Kindertagesstätte Haus Barbara - Familienzentrum, Triftstr. 139-143
Kinder ab 6 Jahren trommeln gemeinsam mit Eltern und anderen Erwachsenen.

14:30-16:30 Uhr 16. Ratzeburger Apfeltag
Streuobstwiese (SOW), 23909 Stüvkamp bei Ratzeburg.
Viele Sorten, viele Kenner, viel Genuss. Einzelne Sorten werden vorgestellt. Eintritt frei. Anmeldung erforderlich unter Tel. 04542-870 00.

15:30-17:30 Uhr Kick it like Beckham
KOKI - Kommunales Kino Lübeck, Mengstr. 35
Familienkino vom Kinder- und Jugendkulturhaus Röhre. Ab 6 Jahren. Mehr Infos: kjhroehre-luebeck.de.

16 Uhr Waldtheater
Erlebniswald Trappenkamp, Daldorf
Auf der großen Bühne gehen die Kinder auf eine fantastische Reise durch den Wald. Mit Anmeldung. Kosten: Erw. € 10,00, Kinder € 6,00 zuzüglich Eintritt.

Humboldtwiesenfest
Humboldtwiese, Dornbreite (Höhe Nr. 130)
Aktionen für Jung und Alt. Der Eintritt ist frei.

16.09. Sonntag

08:30-16 Uhr Flohmarkt
Famila Lübeck, Wesloer Landstr. 50
Anmeldung: info@hochberg-flohmarkt.de

11 Uhr Kartoffelfest
Kaiserhof Salem, Seestr. 58, Salem
Viele verschiedene Leckereien rund um die Kartoffel - Spiel & Spaß für Groß & Klein.

11-15 Uhr Herbst-Flohmarkt
Altstadtbad Krähenteich, An der Mauer 51/2
Infos: altstadtbad-kraehenteich.de

18.09. Dienstag

19 Uhr Vom Umgang mit Babys und Kindern
Kita Bugenhagen I - Familienzentrum, Rademacherstr. 19
Info-Eltern-Veranstaltung. Anmeldung unter Tel.: 0451-89 17 44.

20.09. Donnerstag

16-16:40 Uhr Bilderbuch-Kino
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
Für Kinder von 4-7 Jahren. Es werden 3 Geschichten vorgelesen und die Bilder dazu auf einer großen Leinwand gezeigt. Der Eintritt ist frei.

21.09. Freitag

Travemünder Lichterzauber
Godewindpark Travemünde
Seefeuerwerk, Livemusik und poetische Kleinkunst für kleine und große Besucher. **Bis zum 23.09**.

19-20:30 Uhr Abendflohmarkt
Kunterbunte Kinderkiste, Moislinger Allee 58 a
Verkauf von Kinderkleidung und Spielzeug. Für Schwangere sowie Eltern mit Tragen ist bereits ab 18:30 Uhr Einlass.

22.09. Samstag

10 Uhr 111-Jahr-Feier des TSV
TSV Schlutup, Palinger Weg 56a.
Der TSV feiert mit buntem Programm.

10-16 Uhr Weltkindertag
Neustadt/Holstein, Marktplatz
Kinderfest des DKSB Ortsverband Ostholstein. Der Gewerbeverein organisiert eine Innenstadt-Ralley, bei der drei Jahreskarten für den Hansa-Park gewonnen werden können.

11:15 Uhr MiniMasterLübeck: Ab ins Wasser!
Zentralbad Schmiedestraße
Für Kinder von 8-12 Jahren. Dr. Imke Weyers, Fachärztin für Pathologie, Institut

Hörspiel-Tester gesucht!

Das Hörspiellabel EUROPA sucht jetzt deutschlandweit weitere 100 Hörspieltester für die neue Hörspielserie „TKKG Junior“. Der Inhalt und die Aufmachung der bekannten Hörspiel- und Buchreihe wurde extra an eine jüngere Hörer- und Leserzielgruppe im Vor- und Grundschulalter angepasst.

„TKKG“, das sind Tim, Karl, Klößchen und Gaby. Sie haben einen Detektivclub gegründet und lösen ihre „Fälle“ mit viel Fantasie, Humor und Spürsinn. Sie setzen sich immer ein, wenn sie Unrecht und Verbrechen wittern und sind dabei oft schneller als die Polizei!

Neugierig geworden? Dann gleich bewerben und mit Ihrem Kind oder gemeinsam mit der Kindergartengruppe Hörspieltester für die brandneuen Folgen Nr. 1 und Nr. 2 der „TKKG Junior“ werden. Eine Auswahl der Bewertungen wird in der November-Ausgabe veröffentlicht. Zusätzlich verlosen wir unter allen Testern fünf große EUROPA-Hörspiel-Pakete entsprechend dem Alter und der Teilnehmerzahl der Kinder. **So könnt ihr mitmachen:**

1. **Bis zum 14.9.2018** online bewerben unter www.europa-kinderwelt.de/tester.
2. Sofern die Bewerbung erfolgreich war, schicken wir einen Bewertungsbogen sowie die Hörspiele umgehend per Post zu. Das Testen kann beginnen!

(Ausführliche Teilnahmebedingungen unter www.europa-kinderwelt.de/tester)

EUROPA

für Anatomie der Universität zu Lübeck, möchte dem Phänomen „Gesundheit" auf den Grund gehen. Anmeldung erforderlich: minimaster-luebeck.de

13-16 Uhr Flohmarkt für Kind & Co
Förderverein Gymnasium am Mühlenberg, Bad Schwartau
In der Willi-Bull-Halle, Mittelstraße, 23611 Bad Schwartau.

13-17 Uhr DK Superforscher
Thalia Buchhandlung, Dänischburger Landstr. 81
Forschen und experimentieren mit einfachen Mitteln.

13:30-15:30 Uhr Kleider- und Spielzeugflohmarkt
Kita St. Andreas, Bögengang 12
Nummernflohmarkt. Für Schwangere mit einem gültigen Mutterpass Einlass schon ab 13.00 Uhr!

17-23 Uhr Bibliotheksfest
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
Buntes Programm für Jung und Alt. Mit Musical-Kostprobe aus „Marzipanpiraten", Zauberkünstler John Merlin, Glücksrad, Buttons gestalten und Stofftaschen bemalen. Der Eintritt ist frei.

23.09. Sonntag

08:30-16 Uhr Flohmarkt
LUV Shopping, Dänischburger Landstr. 81
Anmeldung: info@hochberg-flohmarkt.de

10-18 Uhr R.SH Kindertag
Holstenhallen, Justus-von-Liebig-Straße 2-4, 24537 Neumünster.
Mit spannenden Shows und vielen Mitmachaktionen. Mehr Infos: kindertag.rsh.de

11-16 Uhr 4. Landwege Erlebnistag
Landwege e.V., Vorrader Str. 81
Siehe Tippkasten oben rechts

14-16 Uhr Apfelfest für die ganze Familie
„Garten für Kinder" (BUND), Ecke Kronsforder Allee/Berliner Allee
Apfelsaft selbst pressen. Es werden gemeinsam nicht nur Äpfel geerntet und verarbeitet, sondern auch Kartoffeln und Möhren. Mit Kürbissen und Lauch wird direkt am Feuer eine Suppe gekocht. Eintritt frei.

14-17 Uhr Familienwanderung Herbst
Erlebniswald Trappenkamp, Tannenhof 1, Daldorf
Warum werden die Blätter bunt? Warum fallen die Nadeln der Fichte nicht ab? Die Antworten dazu und viele interessante Einblicke in den Wald gibt es bei dieser Familienwanderung.

15-16:30 Uhr Farbrausch
Museum Behnhaus Drägerhaus, Königstr. 9-11
Seidenmalerei-Workshop für Familien mit Kindern ab 6 Jahren. Eintritt: 1 Erw. mit Kindern € 13,00, 2 Erw. mit Kindern € 20,00. Anmeldung Tel.: 122 4131.

15-17 Uhr Lichterzauber zum Herbstanfang
Lübecker Schulgarten, An der Falkenwiese 73
Mitmachaktion für Kinder. Farbenfrohe Lampions gestalten. Kostenfrei.

26.09. Mittwoch

15-17 Uhr Obstbiotop im Jahreswandel
Museum für Natur und Umwelt
Naturbeobachtungen für Kinder und Erwachsene mit Heinz Egleder auf den Travewiesen. Treffpunkt: Am Moislinger Baum, Eingangstor vor Travebrück.

16-16:45 Uhr Die kleinen Bücherbutscher
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
Siehe 12.09.2018

19:30 Uhr Unseren Kindern fehlt das Risiko
Kita Bugenhagen I - Familienzentrum, Rademacherstr. 19
Info-Eltern-Veranstaltung. Anmeldung unter Tel.: 0451-89 17 44.

27.09. Donnerstag

19:30 Uhr ERSTE HILFE bei Kindernotfällen
Kita St. Marien - Familienzentrum, Dr.-Julius-Leber-Str. 75
Elternabend mit Herr Arne Raupers, Lehrrettungsassistent und Notfalltrainer. Anmeldungen unter Tel.: 0451-76565.

28.09. Freitag

Herbstdrachenfest
Strandpromenade Travemünde
Bis 30.09.

15-17 Uhr Media-Club
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
Für Kinder ab 10 Jahren. Thema: Ratespiele mit Apps & Co. Kostenlos. Anmeldung unter Tel. 122-4115.

19 Uhr Laternenumzug in Schlutup
Die Siedlergemeinschaft und der TSV Schlutup laden zum Laternenumzug. Treffpunkt ist die Feuerwache, Wesloer Str. 1.

29.09. Samstag

11-17 Uhr Kartoffelfest
Hofladen Domäne Fredeburg GbR, Domänenweg 1, Fredeburg
Ein buntes Fest rund um die Kartoffel und einem vielseitigen Kinderprogramm.

12-18 Uhr Kulturwochenende
Bauspielplatz Roter Hahn e.V., Pommernring 58
Ein Wochenende im Mittelalter. Der Eintritt ist frei! Alle Aktionen finden draußen statt. Um 15 Uhr kostenlose Führung.

15:30-17:30 Uhr Kick it like Beckham
KOKI- Kommunales Kino Lübeck, Mengstr. 35
siehe 15.09. Auch am 30.09.

30.09. Sonntag

08:30-16 Uhr Flohmarkt
Campus Center, Alexander-Fleming Str. 1
Anmeldung: info@hochberg-flohmarkt.de

4. Landwege-Erlebnistag

Tipp

Für Sonntag den 23.09.2018 von 11–16 Uhr haben der Jugend-Naturschutz-Hof von Landwege e.V. sowie die beiden Kindergärten des Landwege e.V. wieder ein kreatives, buntes und fröhliches Programm für die ganze Familie auf die Beine gestellt. Auf dem JNH-Ringstedtenhof in der Vorrader Str. 81 gibt es viele Mitmachangebote für die Kinder. Für jeden Geschmack ist etwas dabei: Erlebnis-Rallye, Ponyreiten, Leitersprung, Puppentheater, Kinderkleiderflohmarkt.
Gegen den Hunger gibt es an verschiedenen Ständen Leckerbissen aus ökologischer Landwirtschaft. Zum Verweilen lädt der Kräuter-und Gemüsegarten und die große Spielwiese mit den Weidentippis ein.

11-14 Uhr Wahlverwandtschafts-Flohmarkt
Wahlverwandtschaften Alt & Jung Lübeck e.V., Depenau 43
Mit Kaffee & Kuchen sowie Live-Musik.

11-17 Uhr Familien-Waldspiele
Erlebniswald Trappenkamp, Daldorf
Mit einer unterhaltsamen Rallye für die ganze Familie.

11:30 Uhr Herbstlicher Farbenrausch
Lübecker Schulgarten, An der Falkenwiese 73
Geführter Rundgang. Kostenfrei, Spenden willkommen.

12-18 Uhr Kulturwochenende
Bauspielplatz Roter Hahn e.V., Pommernring 58
Siehe 29.09.

14 Uhr Tiere und Pflanzen im Bach
BUND e.V. in Co-op mit Museum für Natur und Umwelt
Eine Gewässerexkursion für Kinder und ihre Eltern. Treffpunkt: Ecke Ratzeburger Landstr./Falkenhusener Weg.

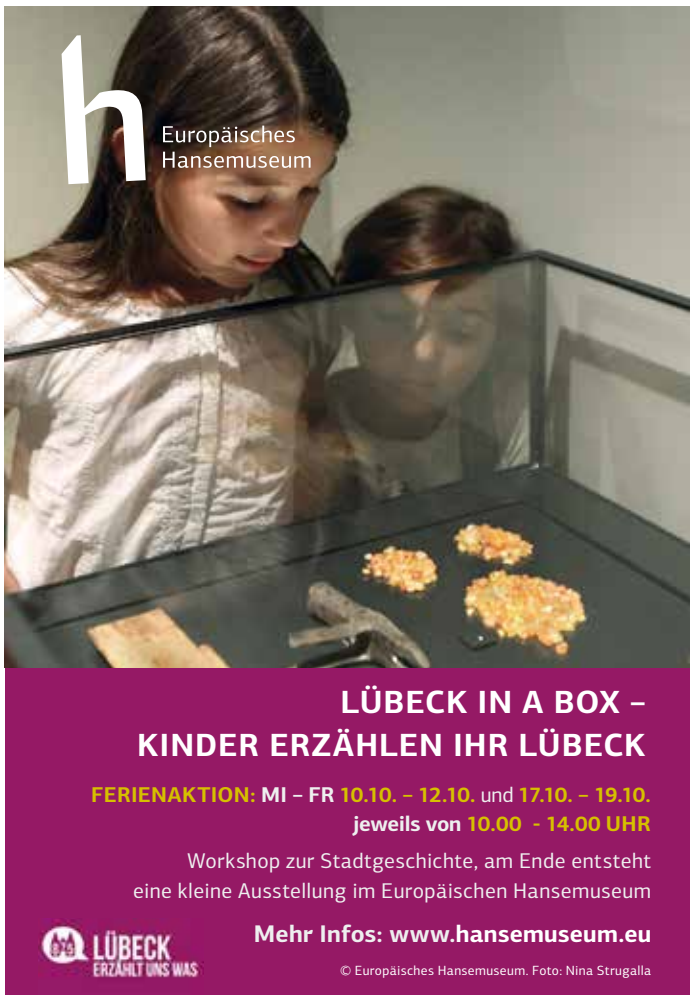
02.10. Dienstag

13 Uhr Die etwas andere Taschenlampe
Geschichtswerkstatt Herrenwyk, Kokerstr. 1-3
Wachsdosenkerzen gießen und verzieren. Für Kinder ab 8 Jahren. Anmeldung über ferienpass-luebeck.de.

03.10. Mittwoch

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

09-17 Uhr Pilzlehrwanderung
Naturparkzentrum Uhlenkolk, Waldhallenweg 11, Mölln, Siehe 08.09.



05.10. Freitag

11 Uhr Lübecker Kartoffeltage
Rathausmarkt
Jede Menge kulinarische Highlights, ein abwechslungsreiches Musik- und Unterhaltungsprogramm, Mitmachaktionen für Kinder und Informationen rund um die Knolle. **Bis zum 07.10.**

06.10. Samstag

10-13 Uhr Nummernflohmarkt - Alles fürs Kind
Aula der Realschule Selmsdorf, Neue Reihe 23 in Selmsdorf.
Einlass für Schwangere Mamas mit einer Begleitung ab 9:30 Uhr

15:30 Uhr Rasten und Überwintern
Naturwerkstatt Priwall, Fliegerweg 5-7, Travemünde
Exkursion - Vogelwelt im Herbst. Kosten: Erw. € 5,00, Kinder bis 14 Jahre € 3,00, Familienkarte € 10,00. Anmeldung Tel.: 04502/9996465. **Auch am 13.10.**

07.10. Sonntag

08 Uhr Flohmarkt
Bad Schwartau, siehe 02.09.

11-16 Uhr Apfeltag
Museum für Natur und Umwelt
Ein bunter Markt rund uns Obst. Mit Apfelverkostung und Sortenausstellung sowie Saftpressen per Handpresse im Innenhof des Doms zu Lübeck.

13-18 Uhr Verkaufsoffener Sonntag
Motto: eine Stadt feiert Erntedank
In der Lübecker Innenstadt
Citti-Park Lübeck
LUV Shopping

18 Uhr Abendpirsch
Erlebniswald Trappenkamp, Daldorf
In der Dämmerung werden Rot- und Damwildrudel beobachtet. Warme Kleidung, Sitzunterlage und Fernglas mitbringen. Anmeldung erforderlich.

09.10. Dienstag

10 Uhr Lübeck entsteht aus Lego
Museumsquartier St. Annen, St. Annen-Str. 15
Wie könnte Lübeck in der Zukunft aussehen? Ausstellungsbesuch im Museumsquartier und Lego-Workshop für Kinder ab 10 Jahren im Jugendhaus Röhre. Kosten: € 8,00. Anmeldung unter ferienpass@kjhroehre-luebeck.de.

10.10. Mittwoch

10-12 Uhr Comic-Superhelden-Party
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
Für Kinder ab 8 Jahren. Wir feiern eine Superhelden-Party mit Spielen, Quizfragen und vielem mehr. Unkostenbeitrag € 1,00. Anmeldung (ab Mitte September) unter Tel. 122-4115.

14-16 Uhr Süßes – einfach und billig – fast wie vor hundert Jahren
Geschichtswerkstatt Herrenwyk, Kokerstr. 1-3
Kinder ab 8 Jahren können nach alten Rezepten Süßigkeiten herstellen. Anmeldung über ferienpass-luebeck.de.

15 Uhr Abschnullern im Drägerpark
Letzte Möglichkeit für Kinder in diesem Jahr, ihre Schnuller mit einem Hubsteiger in den Baum in der Nähe des Spielplatzes zu hängen.

11.10. Donnerstag

10-14 Uhr Hirsch & Co.
Erlebniswald Trappenkamp, Daldorf
Kostenloses Ferienprogramm für Kinder. Anmeldung erforderlich.

13.10. Samstag

15:30-17:15 Uhr Die kleine Hexe
KOKI- Kommunales Kino Lübeck, Mengstr. 35
Familienkino vom Kinder- und Jugendkulturhaus Röhre. Mehr Infos: kjhroehre-luebeck.de. **Auch am 14.10.**

14.10. Sonntag

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

17.10. Mittwoch

10-14 Uhr Marzipan und Co.
Museum Holstentor, Holstentorplatz
Nach dem Besuch des Marzipanmuseums geht es ins Jugendhaus Röhre, um selbst Marzipan herzustellen! Anmeldung bis 26.09. unter ferienpass@kjhroehre-luebeck.de. Kosten € 10,00.

14-18 Uhr Äpfel verarbeiten wie zu Omas Zeiten
Geschichtswerkstatt Herrenwyk, Kokerstr. 1-3
Herstellen von Apfelmus und Apfelkompott für Kinder ab 8 Jahren. Anmeldung: ferienpass-luebeck.de. Kosten € 5,00

18.10. Donnerstag

16-16:40:00 Uhr Bilderbuch-Kino
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17. Siehe 20.09.

19.10. Freitag

10-14 Uhr Wildschwein & Co.
Erlebniswald Trappenkamp, Daldorf
Kostenloses Ferienprogramm für Kinder. Anmeldung erforderlich.

18-19 Uhr Laternenumzug
Famila Lübeck, Wesloer Landstr. 50

20.10. Samstag

10-18 Uhr Family Circle
Kuppel Hamburg, Luruper Chaussee 30, 22761 Hamburg. Siehe Seite 6

21.10. Sonntag

08:30-16 Uhr Flohmarkt
LUV Shopping, Dänischburger Landstr. 81
Anmeldung: info@hochberg-flohmarkt.de

14-17 Uhr Kastanien-Tauschaktion
Erlebniswald Trappenkamp, Daldorf
Wir tauschen gesammelte Eicheln und Kastanien gegen Gutscheine für den Waldladen und Eintrittskarten!

22.10. Montag

19-20:30 Uhr Zeit für mich
Kita Bugenhagen I - Familienzentrum, Rademacherstr. 19
Entspannungskurs für Erwachsene. Insgesamt 6 Termine bis einschl. 26.11. Anmeldung unter Tel.: 0451-89 17 44.

23.10. Dienstag

19 Uhr Großer Laternenumzug durch Buntekuh
Anwohner-Verein Buntekuh e.V.
Treffpunkt PLAZA, Ziegelstraße, Haupteingang

20 Uhr Eltern-Thementreffen
Familienzentrum Drachennest III, Maria-Goeppert-Str. 8
„Mit dem zweiten Kind wird alles anders. Von Eifersucht, Streit und schwarzen Schafen". Anmeldung: Tel. 58249422

24.10. Mittwoch

16-16:45 Uhr Die kleinen Bücherbutscher
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17. Siehe 12.09.

26.10. Freitag

Herbstjahrmarkt
Stadt Ratzeburg
Bis zum 28.10. auf der Ratzeburger Insel.

15 Uhr Lichtermeer in Timmendorf
Timmendorfer Strand
Der kunstvoll illuminierte Strandpark bietet zum Einbruch der Dunkelheit ein einzigartiges Ambiente mit spektakulären Feuershows, Stelzenläufern mit beleuchteten Kostümen und Feuerkünstlern. **Bis zum 28.10.**

16-16:45 Uhr Ein Koffer voll Geschichten
Kinder- und Jugendbibliothek, Hundestr. 5-17
Märchen frei und lebendig erzählt von Birte Bernstein. Eine märchenhafte Reise, dazu Musik und Klänge zum mitmachen. Für Kinder ab 5 Jahren.

18 Uhr 9. Sternmarsch - Laternenumzug
Förderverein „Kücknitzer Jugend" e.V.
Startpunkte: GS Rangenberg, Wenderhammer Schneidemühlstraße, Kita Schatzinsel Kupferstraße, Parkplatz SKY Markt. Mit dem Stadtorchester Lübeck, der Deutschen Jugend-Brassband Lübeck, der The Red Blacks Powerbrass und der Lübecker Freibeutermukke. Ziel: Kirchplatz. Um 19:30 Feuerwerk, danach Laternenandacht mit Gute-Nacht-Geschichte in der St. Johannes Kirche.

EUROPA

Spiel & Spaß mit „TKKG Junior" gibt es auch auf
www.tkkg-junior.de

Hörspiel-Tester Fazit

EUROPA bedankt sich für die rege Beteiligung!
Das sagen unsere Hörspiel-Tester:

„Cool! Das sind ja richtige Detektive, die der Polizei helfen. Ich will am liebsten wie Tim sein."

„Die Geschichten sind so spannend und ein bisschen gruselig"

„Ich kann mir schon merken wie die Figuren heißen-Tim, Karl, Klößchen und Gabi. Am besten ist der Hund. [...]"

Kita Am Zauberberg in Oerlinghausen

Neue Hörspielserie von EUROPA!

TKKG JUNIOR

Vorankündigung

Jim Knopf & Lukas der Lokomotivführer

Das Theater Lichtermeer hat erstmals aus einer deutschen Romanvorlage ein Musical kreiert. Nach dem Bestseller von Michael Ende „Jim Knopf und Lukas der Lokomotovführer wurde ein neues, lustiges aber auch tiefgründiges Musical inszeniert, das am 14. Dezember um 16 Uhr im Kolosseum zu sehen ist. Große und kleine Abenteurer ab 4 Jahren erleben die Abenteuer von Jim Knopf & Lukas dem Lokomotivführer. Auf Lummerland soll der Zugbetrieb eingestellt werden. Deshalb beschließt Lukas sein Glück woanders zu suchen. Jim Knopf schließt sich ihm an. Sie verlassen Lummerland und damit König Alfons den Viertel-vor Zwölften, Frau Waas und Herrn Ärmel. Auf ihrer Reise mit Emma, der Lokomotive, erleben sie so manche Abenteuer und lernen viele neue Freunde kennen. Zum Schluss erfährt Jim sogar etwas über seine Herkunft.
Eintrittskarten an allen bekannten Vorverkaufsstellen zu € 21,00, € 23,00 und € 25,00. Kinder bis einschließlich 14 Jahren erhalten € 3,00 Rabatt. Kinder bis einschließlich drei Jahren haben freien Eintritt, ohne Sitzplatzanspruch.
TIPP: In unserem Gewinnspiel könnt Ihr Eintrittskarten gewinnen.

18 Uhr Laterne, Laterne
Lübecker Schulgarten, An der Falkenwiese 73
Fröhliches Laternelieder-Singen für Kinder.

27.10. Samstag

10-13 Uhr Herbst- und Winterflohmarkt
Griechenzentrum, Plönniesstr. 36
Nummernflohmarkt mit buntem Kinderprogramm. Einlass für werdende Mütter ab 09:30 Uhr.

10-17 Uhr Großes Zughunderennen
Erlebniswald Trappenkamp, Daldorf
Über 70 Gespanne und 200 Hunde bieten ein spannendes Rennen. **Auch am 28.10.**

11:15 Uhr MiniMasterLübeck: Kokeln? Aber richtig!
Feuerwehr Lübeck, Bornhövedstr. 10
Für Kinder von 8-12 Jahren. Experimentalvorlesung mit Bernd Neumann, Leiter der Feuerwehr. Er erklärt die Zusammenhänge zwischen brennbaren Stoffen und Sauerstoff und gibt die Antwort auf die Frage, ob man richtig Kokeln kann. Nach dieser Vorlesung gibt es für alle MML-„Studenten" auch die Urkunden. Anmeldung: minimaster-luebeck.de

12 Uhr Kulturwochenende
Bauspielplatz Roter Hahn e.V., Pommernring 58
Ein Wochenende im Mittelalter. Der Eintritt ist frei! Alle Aktionen finden draußen statt. Um 15 Uhr kostenlose Führung.

14-16:30 Uhr Den Butt im Griff
Günter Grass Haus, Glockengießerstr. 21
Skulpturenworkshop für Kinder ab 7 Jahren. Voranmeldung unter Tel. 0451-1224230. Kosten: € 9,00.

15:30-17:15 Uhr Die kleine Hexe
KOKI - Kommunales Kino Lübeck, Mengstr. 35
siehe 13.10. **Auch am 28.10.**

17:30 Uhr Geschichten am Lagerfeuer
Erlebniswald Trappenkamp, Daldorf
Am Feuer in der Köhlerhütte erzählt Sonja Truhn Märchen und Sagen für Kinder von 4 bis 10 Jahren. Anmeldung erforderlich. Kosten: Erw. € 10,00, Kinder € 6,00 inkl. Eintritt.

28.10. Sonntag

08:30-16 Uhr Flohmarkt
Campus Center, Alexander-Fleming Str. 1
Anmeldung: info@hochberg-flohmarkt.de

10-17 Uhr Schlutuper Herbstmarkt
Willy-Brandt-Sporthalle, Krümmling 21
Herbstliches, Weihnachtliches, Kinderkleidung, handgefertigte Waren u.v.m. Mit Kinderschminken.

11-13:30 Uhr Experimente
Museum für Natur und Umwelt, Musterbahn 8
„Entdeckungsreise in die Welt der Chemie und Physik". Workshop für Kinder von 8-12 Jahren und erwachsene Begleiter. Experimentieren mit Materialien aus dem Supermarkt und Baumarkt. Eintritt: Erw. € 6,00, Ermäßigt € 3,00 Euro, Kinder bis 18 Jahren: € 2,00.

12 Uhr Kulturwochenende
Bauspielplatz Roter Hahn e.V., Pommernring 58
siehe 27.10.

13-18 Uhr Verkaufsoffener Sonntag
Stadt Ratzeburg

30.10. Dienstag

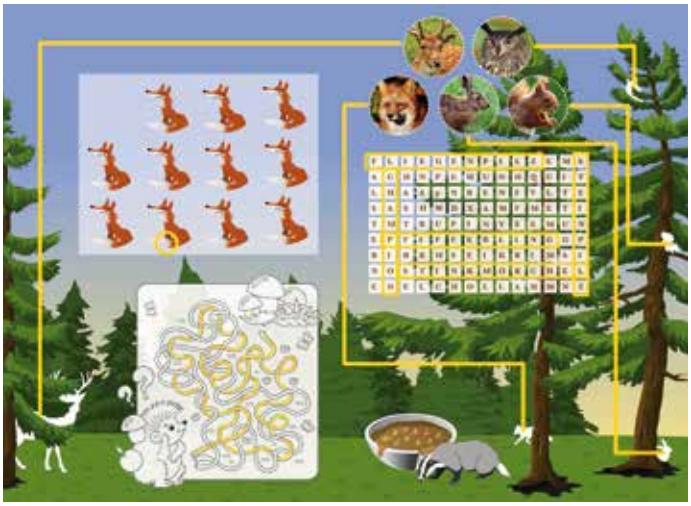
60. Nordischen Filmtage
Bis zum 04.11. Programm unter filmtage.luebeck.de

31.10. Donnerstag

15-17 Uhr Obstbiotop im Jahreswandel
siehe 26.09.

15:30-18 Uhr Großes Lutherfest
Freie evangelische Gemeinde Lübeck, Thomas-Mann-Str. 20
Kinder von 5-12 Jahren erleben ein tolles Programm mit Musik, Theater und zahlreichen Bastelangeboten. Für Essen ist ebenfalls gesorgt. Kosten: € 4,00.

Auflösung der Kinderseite



„Feinschmecker"-Lösungswort: Maiskolben

Ihr Termin fehlt?

Möchten Sie Ihre Termine in unserem Veranstaltungskalender veröffentlichen?
Dann senden Sie uns eine Email an info@luettbecker.de.
Nennen Sie uns die Veranstaltung, den Ort, die Uhrzeit, eine kurze Info zur Veranstaltung und die Kosten.

Es besteht kein Anspruch auf Veröffentlichung.

Der letzte Abgabetermin für die **November/Dezember-Ausgabe 2018 ist der 10. Oktober 2018.**

Impressum

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

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

www.luettbecker.de
info@luettbecker.de

Redaktion
Angelika Volkrodt (AVO) (ViSdP)
Joanna Koglin

Layout & Grafik
Anne Fidelak

Anzeigen
Juliane Seiler
email: juliane@luettbecker.de

Druck
Schipplick + Winkler Printmedien GmbH, Lübeck

Auflage
10.500 Exemplare

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

Anzeigen
Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 4
gültig ab 1. Januar 2018
Anzeigenschluss
jeweils der 10. des Vormonats

Vertrieb
kostenlose Auslage über Vertriebsstellen

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

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

Titelbild
© Evgeny Atamanenko/123rf

Open-Air City-Tour!

Entdecken Sie die Lübecker Altstadt und weitere Sehenswürdigkeiten während einer 50-minütigen Stadtrundfahrt.

- Abfahrten ab Haltestelle Untertrave/Holstentorbrücke: 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.30, 15.30 und 16.30 Uhr
- 30. März – 30. April: an Wochenenden und gesetzlichen Feiertagen
  1. Mai – 31. Oktober: täglich (nicht am 24. Juni)
- Durch ein GPS-gesteuertes Audiosystem bieten wir unsere Stadtrundfahrt über Kopfhörer* in 7 Sprachen an – Deutsch, Englisch, Französisch, Spanisch, Italienisch, Dänisch und Schwedisch

*Im Fahrpreis enthalten.

ERFAHREN SIE LÜBECK.

Weitere Infos unter **www.sv-lübeck.de**

Lübeck-Travemünder Verkehrsgesellschaft

STADTVERKEHR LÜBECK