

REGENSBURGER ELTERNZEITUNG

Nummer 226 ∞ Januar/Februar 2021



CHILL MAL!

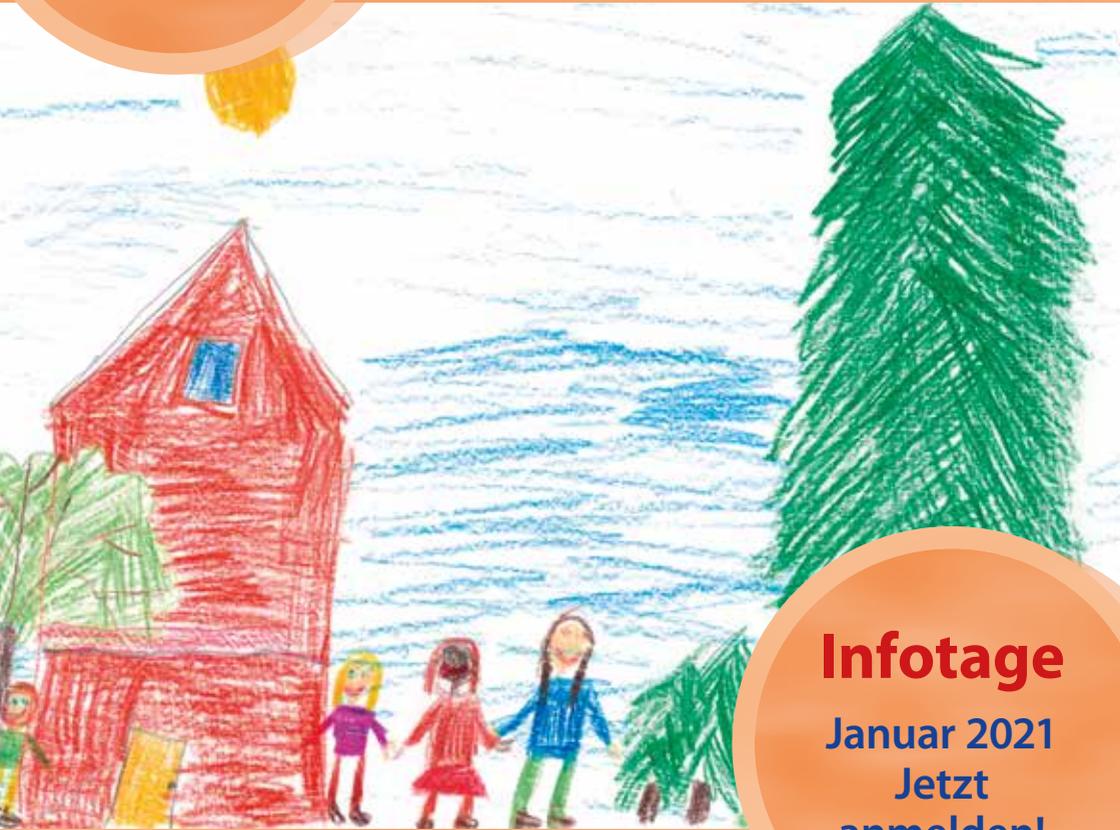
Eine Ankündigung

DER WINTER, DER IST DA

7 Freizeittipps

KOSTENLOS

Wir sind
in der
Waldorfschule.
Kommst du
auch?



Infotage
Januar 2021
Jetzt
anmelden!

**Wir nehmen Kinder für die
Jahrgangsstufen 1 bis 7 sowie
für den Kindergarten auf.**

Unterislinger Weg 32 · 93053 Regensburg
Telefon 0941/46 29 64-0
www.waldorfschule-regensburg.de

Liebe Leserinnen und Leser,

wir hoffen, Sie sind gesund in das neue Jahr gestartet! Auch jenseits von Corona gibt es viel zu tun, um unseren Kindern eine gute Zukunft zu ermöglichen. Um dieses Thema geht es bei unserer neuen Kolumne „Oma’s beste Klimarezepte“ und Hans Brandl’s kritischen Bericht über den Stadtentwicklungsplan REGENSBURG PLAN 2040. Darüber hinaus können Sie ein Interview mit dem Leiter der Regensburger Elterngruppe der Deutschen Gesellschaft für das hochbegabte Kind lesen und im Familienfenster und bei unserer Expertenfrage mehr über die Rolle der Väter

im Familienalltag erfahren. „Am Ende der Geduld ist noch viel Pubertät übrig“ – diese und andere Veranstaltungen sind Teil unserer diesjährigen Veranstaltungsreihe, die erstmalig auch online verfolgt werden kann. Und natürlich gibt es mit unseren Freizeit- und Buchtipps und der Kleinen Zeitung in der Mitte dieser Ausgabe wieder ganz konkrete Anregungen für Familien.

Wir wünschen viel Spass beim Lesen!
Die Redaktion

PS: Elternfragen und Anregungen an redaktion@regensburger-eltern.de

Inhalt



7 Chill mal!

Ich mach das schon –
gemeinsam durch die
Pubertät



28

Der Winter,
der ist da
Regensburg mit Kind(ern)

- 5 Neues von den Regensburger Eltern
- 11 Meinung: Der REGENSBURG PLAN 2040
- 14 Interview: Ist mein Kind hochbegabt?
- 17 Kolumne: Oma’s beste Klima Rezepte
- 19 Kleine Zeitung
- 24 Expertenrunde: Mama in Endloschleife – bin ich als Papa nicht so wichtig?
- 26 Kolumne: Hecht mit Hauer
- 31 Projekt: „Kultur macht stark“
- 32 Familienfenster: Welche Rolle spielt bei Euch der Papa im Familienalltag?
- 35 Buchtipps
- 36 Nützliche Adressen

DIE REGENSBURGER ELTERN STELLEN SICH VOR



ÜBER UNS



Der Verein der Regensburger Eltern wurde vor über 45 Jahren gegründet und setzt sich seitdem für ein kinder-

und familienfreundliches Regensburg ein. Er ist gemeinnützig, konfessionell unabhängig und keiner bestimmten pädagogischen Richtung verpflichtet. Die Regensburger Eltern möchten Eltern in ihrer Erziehungsaufgabe unterstützen und in ihren Einrichtungen die Kinder bestmöglich in ihrer Entwicklung fördern und begleiten.

UNSERE EINRICHTUNGEN



Stadtparkkindergarten
Prüfening Str. 16, Tel. 0941/273 99
stadtparkkindergarten@regensburger-eltern.de

Krabbelstube Fidelgasse 9
Tel. 0941/54 3 01
krabbel-fidel@regensburger-eltern.de

Krabbelstube Altmannstraße 2
Tel. 0941/705 74 30
krabbel-altmann@regensburger-eltern.de

Krabbelstube Pommernstraße 7
Tel. 0941/630 45 797
krabbel-pommern@regensburger-eltern.de

Offene Ganztagschule St. Wolfgang
Tel. 0941/507 30 97
ogts-st.wolfgang@regensburger-eltern.de

Bauspielplatz
Der Bauspielplatz ist in der Winterpause und öffnet wieder im März. Genauer unter www.regensburger-eltern.de/bauspielplatz.html

Geschäftsstelle Am Schulberg 7
(Eingang Engelburgergasse / Kinderhort)
Tel. 0941/57 447 · info@regensburger-eltern.de



www.regensburger-eltern.de

NEUES VON DEN REGENSBURGER ELTERN



Die Zeitung geht online – elternzeitung.de
Bald ist es soweit – die Elternzeitung geht online! Damit die spannenden Themen unserer Zeitung dauerhaft gelesen werden können, gehen wir mit der Zeitung online. Vielen Dank an unsere Mitglieder Florian Toperngpong und Martin Schwenzer für die gelungene grafische und technische Umsetzung. Beide arbeiten in der 2010 gegründeten kreativen Bürogemeinschaft Hotel des Artistes/www.hotel-des-artistes.de



Vereinsarbeit in Zeiten von Corona
Die Aktivitäten des Vereins der Regensburger Eltern e.V. zeichnet sich „durch Solidarität und die enge Zusammenarbeit von Vorstand, Beirat, Mitarbeitern und Mitgliedern aus“ (Präambel der Vereinssatzung der Regensburger Eltern e.V.). Coronabedingt war das Vereinsleben im vergangenen Jahr stark reduziert. Zwar konnten wir unsere Mitgliederversammlung live auf dem Bauspielplatz abhalten, viele andere Veranstaltungen – wie die Leitungs-, Beirats- oder Aufsichtsratsstreffen – fanden nur online statt und manches musste ganz ausfallen: wie z. B. der Vereins-Infoabend, der Betriebsausflug und die Weihnachtsfeier. Wir freuen uns auf das Jahr 2021 mit hoffentlich vielen persönlichen Begegnungen mit unseren Mitarbeiter*innen und Mitgliedern.



Veranstaltungsreihe Pubertät – online
Die diesjährige Veranstaltungsreihe findet erstmalig (auch) online statt. Zusammen mit der Buchhandlung Dombrowsky, montessori regensburg e.V., der Katholischen Jugendfürsorge und der VHS Regensburg haben wir den Fachautor Dr. Reinhard Winter (Jungen & Pubertät), den Kabarettisten Matthias Jung und den Medienpädagogen Dr. Martin Geisler eingeladen. Darüber hinaus gibt es wieder Buchvorstellungen und entwicklungspsychologische Informationen von Daniela Dombrowsky und Dr. Herrmann Scheuerer-Englisch. Anmeldung über www.vhs-regensburg.de



**Langeweile?
Schlechte Laune?
Auf zu Selmair!**

Selmair
richtig gutes Spielzeug

Untere Bachgasse 2 • Regensburg • Donau-Einkaufszentrum • www.selmair.de



Bilder aus der Schedelschen Weltchronik 1493

Zeitlos:
das Buch

**BÜCHER
PUSTET.de**

GESANDTENSTRASSE • DONAU-EINKAUFSZENTRUM • UNIVERSITÄT • DOMBUCHHANDLUNG



**DIESES JAHR
(AUCH)
ONLINE!**

CHILL MAL!

Ich mach das schon – gemeinsam durch die Pubertät

Nicht mehr Kind und noch nicht erwachsen. Die Jugendzeit ist eine intensive, spannende und spannungsgeladene Phase für Kinder, Eltern und Lehrer*innen – ganz besonders während einer Pandemie. Das fleißige Mädchen wird plötzlich zickig, dem sportlichen Jungen sind nur noch die Freunde wichtig. Die Schulnoten sinken in den Keller und ohne Smartphone geht gar nichts mehr. Versucht man zu intervenieren, knallen die Türen. Was können Eltern und Pädagog*innen in dieser heißen Phase tun, um Geduld und Humor nicht zu verlieren und im vertrauensvollen Kontakt mit den Jugendlichen zu bleiben?



Schon im zwölften Jahr setzt unsere Kooperationsgemeinschaft die erfolgreiche Veranstaltungsreihe fort.



DR. REINHARD WINTER

PÄDAGOGE,
GESCHLECHTER-
FORSCHER UND AUTOR,
LEITER DES SOZIAL-
WISSENSCHAFTLICHEN
INSTITUTS TÜBINGEN



MATTHIAS JUNG

MEDIENPÄDAGOGE,
SCIENCE SLAMMER,
KABARETTIST UND
AUTOR



PROF. DR.
MARTIN GEISLER

SPIEL-, THEATER- UND
MEDIENPÄDAGOGE,
PROFESSOR FÜR
KULTUR UND MEDIEN
AN DER ERNST-ABBE-
HOCHSCHULE IN JENA



DR. HERMANN
SCHEUERER-ENGLISCH

DIPL. PSYCHOLOGE,
LEITER DER ERZIE-
HUNGSBERATUNGS-
STELLE DER KJF
REGENSBURG

VORTRAG

**JUNGEN & PUBERTÄT -
IN BEZIEHUNG BLEIBEN,
WENN ALLES ANDERS WIRD**

Wo Mädchen reden, schweigen Jungen. Ein Klischee? Ja, aber oft auch Realität. Daher ist es umso bedeutsamer für Eltern, die wenigen Gelegenheiten des Austauschs mit ihrem Sohn zu nutzen. Streit und Konflikte sind dabei eine wichtige Form der Beziehung. Es hilft, wenn Eltern sich als kompetente Gegenüber erweisen und mehr sagen können als „Räum dein Zimmer auf und häng nicht so viel vor dem Computer“. Der bekannte Jungen-Experte Reinhard Winter gibt Antworten auf alle Pubertätsfragen, die speziell mit Jungen entstehen. Er beschreibt, welche fantastischen Prozesse in Gehirn und Körper vor sich gehen, und arbeitet die zehn wichtigsten Dinge heraus, über die Eltern mit ihren Söhnen reden können, damit die neue Balance zwischen Bindung und Loslassen gelingt: Gemeinsam über Vertrauen und Aggression nachdenken, über Medien und Risikoverhalten, Sucht und Sex – das stärkt Jugendliche (und ihre Eltern) für das Erwachsenwerden.

MITTWOCH, 10. FEBRUAR 2021, 20.00 UHR
Stadtbücherei am Haidplatz (Lesesaal)
und/oder im Livestream
Kosten: 10 €

KABARETT

**CHILL MAL! AM ENDE DER GEDULD
IST NOCH VIEL PUBERTÄT ÜBRIG**

Wer hat Teenager in der Pubertät? Wer war selbst mal Teenager in der Pubertät? Der kennt hitzige Diskussionen über Schule, Zimmer aufräumen, Helfen im Haushalt, der weiß, WhatsApp ist überlebenswichtig – und Hygiene überschätzt. Jedenfalls aus der Sicht der Teenager. Man muss lernen loszulassen! Am liebsten wohl die Kreditkarte ... Chillt mal! Pädagoge und Comedian Matthias Jung kommt zu Hilfe! Eine einzigartige Mischung aus Sachverstand und Humor, faktenreich und äußerst unterhaltsam. Nah an der Pubertät! Nah am Alltag! Nah an den Eltern!

FREITAG, 12. FEBRUAR 2021, 20.00 UHR
Stadtbücherei am Haidplatz (Lesesaal)
und/oder im Livestream
Kosten: 10 €

EXPERTENGESPRÄCH

**HOMESCHOOLING, GAMING,
STREAMING - VERLORENE KINDHEIT?**

Gibt es Zusammenhänge zwischen klassischem und digitalem Spiel? Wieso üben Computerspiele eine so große Faszination und Anziehung aus? Hat sich der Umgang mit Games in der Covid-19-Krise verändert? Der Medienpädagoge Prof. Dr. Geisler zeigt u.a. auf, dass die Begeisterung an Spielen und Medien auch mit dem Bedürfnis nach Wirksamkeitsgefühl, Entwicklung und Entfaltungsoptionen zusammenhängt. Der Familientherapeut und Psychologe Dr. Hermann Scheuerer-Englisch ergänzt den Vortrag mit entwicklungspsychologischen Überlegungen, sowie Erfahrungen aus der Familienberatung. Auch Fragen aus dem Publikum werden beantwortet – wenn möglich live oder über die Chatfunktion.

MITTWOCH, 24. FEBRUAR 2021 20.00 UHR
Stadtbücherei am Haidplatz (Lesesaal)
und/oder im Livestream
Kosten: 5 €

VORVERKAUF

Die Anmeldung erfolgt ausschließlich über die Homepage der Volkshochschule der Stadt Regensburg unter: www.vhs-regensburg.de

**DIESES JAHR
(AUCH)
ONLINE!**

**STEP Systematisches Training
für Eltern und Pädagogen**

Ein flexibles Erziehungskonzept das mitwächst.

Erziehungskurse und Coaching **auch Online**

Mehr Infos unter www.erziehung-training.de



DANIELA DOMBROWSKY
**DIPL. SOZIALPÄDAGO-
 GIN, BUCHHÄNDLERIN**

GESPRÄCHSABEND

ALLES NERVT UND ELTERN SIND VOLL PEINLICH!? PUBERTÄT ALS ZEIT DER VERÄNDERUNG

Mit Beginn der Pubertät wird in der Familie alles anders. Körperliche Veränderungen, Identitätssuche, heftige Gefühle, Orientierung an den Gleichaltrigen und der Reiz der digitalen Welt bestimmen die Jugend. Dr. Hermann Scheuerer-Englisch gibt entwicklungspsychologische Informationen und Perspektiven zum besseren Verständnis und Umgang von Eltern und Jugendlichen. Im Gespräch mit Daniela Dombrowsky wird dazu passend Jugendliteratur vorgestellt.



**DR. HERMANN
 SCHEUERER-ENGLISCH**
**DIPL. PSYCHOLOGE,
 LEITER DER ERZIE-
 HUNGSBERATUNGS-
 STELLE DER KJF
 REGENSBURG**

Gute Bücher bieten Jugendlichen Identifikationsmöglichkeiten und Lösungsansätze zu aktuellen Situationen und heißen Themen ihres Lebens. Für Eltern sind diese Bücher eine hervorragende Möglichkeit, die Themen ihrer Kinder besser zu verstehen und mit ihnen ins Gespräch zu kommen.

MITTWOCH, 03. MÄRZ 2021, 20.00 UHR
 Stadtbücherei am Haidplatz (Lesesaal)
 und/oder im Livestream
 Kosten: 5 €

**DIESES JAHR
 (AUCH)
 ONLINE!**

VORVERKAUF

Die Anmeldung erfolgt ausschließlich über die Homepage der Volkshochschule der Stadt Regensburg unter: www.vhs-regensburg.de

Alle Veranstaltungen werden im Rahmen der im Februar/März 2021 geltenden corona-bedingten Kontakteinschränkungen stattfinden. Nach aktuellem Stand finden die Veranstaltungen in Kombination aus Präsenz (begrenzte Plätze) und Livestream statt. Nach der Anmeldung erhalten Sie von der VHS einen Zugangslink per mail zugeschickt.



DER REGENSBURG PLAN 2040

(k)ein Stadtentwicklungsplan im Sinne der Familien?

EINE KRITISCHE EINFÜHRUNG VON JOHANN BRANDL

Nun gibt es ihn also, den REGENSBURG PLAN 2040. In ihm sollen „innovative Lösungsstrategien und Ideen entwickelt werden, um auch künftig ein lebenswertes Miteinander in der Welterbestadt gestalten zu können“. Und das ganze unter Berücksichtigung zentraler Themen wie Wohnen, Mobilität und Klima. Die Regensburger Bürger*innen sollen dabei beteiligt werden. Als Diskussionsgrundlage gibt es seit einigen Wochen eine vorläufige Fassung von rund 160 Seiten. Zuvor gab es schon einen Regensburg 2000 und einen Regensburg 2005 Plan. Und seit 1983 gibt es einen Flächennutzungsplan für die Gesamtstadt, der letztmals 2010 zum 39. mal geändert wurde. Der Auftakt zur Bürgerbeteiligung des REGENSBURG PLAN 2040 fand im November 2020 als Videokonferenz inkl. eines Vortrags des bekannten Wiener Stadtplaners Thomas Madreiter statt.

WAS STEHT IN DEM PLAN?

Zunächst natürlich eine Bestandsaufnahme. Regensburg als dynamische stark expandierende Stadt mit vielen Arbeitsplätzen im Industrie-, Gewerbe-, Dienstleistungs-, Forschungs- und Medizinsektor. Mehr Arbeitsplätze als Einwohner, zehntausende Pendler täglich, dazu kommen die Universitäten mit deutlich mehr als 30.000 Studierenden.

Diese Dynamik setzt seit vielen Jahren eine gewaltige Nachfrage nach Gewerbe- und Wohnungsbauflächen frei.

Die ständig steigende Zahl der Berufspendler und Studierenden erzeugt einen gigantischen Verkehrsstrom, der zu Stoßzeiten den Verkehr zum Erliegen bringt. Weitere Folgen sind steigende Wohnungs- und Mietpreise, ein in manchen Stadtteilen unzureichendes Angebot an hochwertigen Freizeit-, Grün-

und Sportangeboten sowie fehlende Betreuungseinrichtungen für Kleinkinder und Schüler. Durch seine Kessellage ist Regensburg bei der Luftreinhaltung/Durchlüftung besonders belastet. Die Hitze- und Smog Tage mit erhöhten Feinstaub-, Stickoxid-, Ozonbelastungen sind hier auch aufgrund des Klimawandels ein großes Problem. Die Flächenreserven für eine zukünftige weiter anhaltende dynamische Entwicklung der Stadt sind offensichtlich – auch nach Einschätzung der Verwaltung – begrenzt, bzw. ausgereizt. Dennoch setzt der REGENSBURG PLAN 2040 voll auf eine wirtschaftsfördernde Ausweitung der Flächen. Bis ca. 2035 sind dafür etwa 200 ha Baufläche vorgesehen, der daraus resultierende benötigte Wohnraum wird auf 20.000 bis 26.000 neue Wohneinheiten beziffert. Das bedeutet weitere 200 ha, die bereitgestellt werden müssten. Im Plan wird u. a. der Bau mehrerer Gewerbehöfe angekündigt. Die Flächenprobleme sollen offensichtlich auch mit Eingemeindungen und einer stärkeren Zusammenarbeit mit dem Landkreis gelöst werden – wo dies geschehen soll wird nicht genannt.

Der REGENSBURG PLAN 2040 versucht detailliert aufzulisten, was zur Verbesserung der wirtschaftlichen Entwicklung, aber natürlich auch der Bürger*innen getan werden muss. Dabei werden sehr viele Modewörter wie z. B. klimaneutral, Resilienz, Smart City, Masterplan oder Digitale Stadt verwendet. Utopien werden in Regensburg gerne auf Hochglanzpapier und bei aufwendigen Events mit den Bürgern besprochen. Tatsächlich umgesetzt werden sie von Politik und Verwaltung bisher jedoch eher selten.

„Im Rückblick zeigt sich, dass die im Ansatz guten Pläne für Regensburg wenig Eingang in der Realität fanden.“

Zur Entlastung der Verkehrssituation sind mehrere Maßnahmen geplant: die Stadtbahn, der neue Zentrale Omnibusbahnhof am Ernst-Reuter Platz, die Mobilitätsdrehscheibe am Unteren Wöhrd (Parkhäuser), diverse Straßen- und Brückenbauten sowie zusätzliche Bahngleise und Haltepunkte. Dazu kommt noch der verblüffende Vorschlag einer Seilbahn, die Frage ist nur von wo nach wo? Auch bezüglich der genannten Zeitschienen hat

der Autor seine Zweifel. Der geplante Holzgartensteg ist – Corona bedingt – bildlich gesprochen schon in der Donau versenkt. Auch das Thema Grün – Umwelt wirft Fragen auf. So steht das Pürkelgut beispielsweise beim Thema Ökologie und Freizeit als Parkanlage weit oben, gleichzeitig steht jedoch im Kapitel Wirtschaftsförderung, dass dort Gewerbe und urbanes Wohnen möglich gemacht werden soll und eine Verbindung zum neuen Wohngebiet auf dem Gelände der ehemaligen Prinz-Leopold-Kaserne geschaffen wird. Dabei gehören der Stadt bisher keine Grundstücke in diesem Bereich.

Das Ziel der Schaffung Urbanen Wohnraums ist begrüßenswert. Nach wie vor werden jedoch im Stadtgebiet eher getrennte Gebiete geschaffen. Gewerbliche Baugebiete werden mit wenigen Ausnahmen eingeschossig und mit komplett versiegelten Parkplätzen gebaut. Maximalen Flächenverbrauch garantiert. Auch ist keine realistische Berücksichtigung der vorhandenen Kapazitäten der internen Verwaltung sowie der finanziellen Mittel zur Umsetzung der geplanten Maßnahmen erkennbar.

Im Rückblick zeigt sich, dass die im Ansatz guten Pläne für Regensburg wenig Eingang in der Realität fanden. Finanzkrisen, politi-

sche Eingriffe, langwierige Verwaltungsvorgänge sowie gigantische Kostensteigerungen einzelner Projekte haben vieles verhindert. Großprojekte wie die Stadtbahn mit im Vorfeld kalkulierten 500 Millionen Euro oder die wie ein Zombie immer wieder kehrende „Stadthalle“ im REGENSBURG PLAN 2040 heißt sie jetzt „Kultur und Veranstaltungszentrum mit Konzerthalle“ werden auch in der Zukunft entweder nicht realisiert werden oder den Steuerzahler unglaubliche Summen kosten die an anderer Stelle fehlen.

Zu wünschen ist dem REGENSBURG PLAN 2040 eine rege Bürgerbeteiligung und die Schaffung realistischer Ziele und Vorgaben, die der Wirtschaft nutzen und den Bürgern ein angenehmes Leben in einer seit zwei Jahrtausenden existierenden Stadt ermöglichen. Vor allem aber sollte eine Bewahrung der leider nur noch in Resten vorhandenen Natur in Form von naturnahen Erholungsräumen mit Grün und Wasser sichergestellt werden. Der jetzige Plan kann dies nicht leisten. Er stellt ein Sammelsurium von Unaufschieb-

barem, dringend Notwendigem und „nice to have“ dar. Es besteht die Gefahr, dass zwar wieder alles angesprochen und versprochen wird, am Ende jedoch zu wenig herauskommt und am Bürger vorbei entschieden wird. Wäre es nicht sinnvoller, zusammen mit den Bürger*innen eine Prioritätenliste aufzustellen, die leistbar ist? Das würde einen bewussten Verzicht auf maximales Wachstum und maximalen Wohnungsbau zu Gunsten von mehr Lebensqualität einschließen.

MEHR INFOS

www.regensburg.de/rathaus/regensburg-plant-und-baut/regensburg-plan-2040

www.regensburg-gemeinsam-weiterdenken.de/

ZUM NACHLESEN

www.regensburg.de/rathaus/regensburg-plant-und-baut/regensburg-plan-2005





IST MEIN KIND HOCHBEGABT?

Beratung und Hilfen durch „Die Deutsche Gesellschaft für das hochbegabte Kind e.V.“

EIN INTERVIEW MIT MARKUS BURGMAIR (LEITER DER DGHK-ELTERNGRUPPE REGENSBURG)*

Was versteht man eigentlich unter Hochbegabung?

Unter Hochbegabung wird eine weit über dem Durchschnitt liegende intellektuelle Begabung verstanden. In der Psychologie gilt ein Mensch mit einem Intelligenzquotienten von mehr als 130 als hochbegabt. Der Bevölkerungsdurchschnitt liegt bei 100. Der IQ wird mit Intelligenztests gemessen, die aber nur eine Momentaufnahme darstellen und nicht alle Spielarten von Intelligenz erfassen können.

Wie viele Kinder sind hochbegabt?

Etwa zwei Prozent der Kinder gelten als hochbegabt, derselbe Prozentsatz wie unter Erwachsenen. Allerdings sehen wir bei der

DGhK auch nur wieder einen Bruchteil, wenn Eltern beispielsweise über die DGhK für ihre Kinder Spiel-Kameraden „auf Augenhöhe“ finden möchten oder schlicht nicht mehr weiterwissen und Hilfe suchen.

Woran zeigt sich, dass ein Kind hochbegabt ist?

Hochbegabung kann erst ab ca. 5 Jahren mit Tests gemessen werden. Sie fallen jedoch schon früher auf. Die Kinder zeichnen sich durch sehr früh entwickelte, weit überdurchschnittliche Fähigkeiten und Interessen aus. Es gibt dabei eine Vielzahl von möglichen Hinweisen: Das Kind hat sehr früh ein starkes Interesse an seiner Umgebung. Es fängt früh an

zu sprechen, bildet sehr schnell ganze Sätze. Es löchert Erwachsene mit aufeinander aufbauenden Fragen – auch zu nicht „altersgerechten“ Themen. Es erfasst komplexe Zusammenhänge und abstrahiert. Hat Spaß am Lernen. Zeigt einen starken Gerechtigkeitssinn und befolgt nur Regeln, die es selbst einsieht. Bringt sich selbst Lesen und Rechnen bei. Fällt durch eine starke Fantasie auf und zeigt Initiative und Originalität bei intellektuellen Herausforderungen. Ist ausgesprochen sensibel. Unterhält sich und spielt lieber mit älteren Kindern oder Erwachsenen. Es verblüfft durch eine schnelle Auffassungsgabe und ein gutes Gedächtnis. Es hat ein geringes Schlafbedürfnis.



* DIE „DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR DAS HOCHBEGABTE KIND E.V.“ IST EIN SEIT 1978 BUNDESWEIT TÄTIGER GEMEINNÜTZIGER VEREIN, DER SICH DIE FÖRDERUNG VON HOCHBEGABTEN KINDERN UND JUGENDLICHEN ZUM ZIEL GESATZT HAT. IN REGENSBURG IST ER SEIT 2015 WIEDER VERTRETEN.

die Forschung zeigt, dass nur etwa 50% der Hochbegabung vererbt ist, den Rest macht die Erziehung und das Umfeld aus, in dem die Kinder aufwachsen. Viele Eltern sehen sich auch dem Vorurteil ausgesetzt, dass sie ihr Kind zu einem „Intelligenzbolzen“ erziehen würden.

Mit welchen typischen Themen oder Schwierigkeiten kommen die Familien zu Ihnen?

Ein Großteil der Eltern wendet sich an die DGhK, weil ihr Kind in der Grundschule Probleme hat oder sozial aneckt, und dabei die Vermutung einer Hochbegabung im Raum steht. Andere, weil es trotz nachgewiesener Hochbegabung zum Schulverweigerer und Minderleister geworden ist.

Können Eltern selber unterscheiden, ob ihr Kind hochbegabt oder einfach nur aufgeweckt ist?

Gerade wenn es das erste Kind ist, haben Eltern oft Schwierigkeiten dabei. Es fehlt der Vergleich. Daher ist in der Praxis erst das Auftreten von Auffälligkeiten der Ausgangspunkt für das Erkennen der Hochbegabung. Zum Beispiel, wenn das Kind sich in der Schule unterfordert und missverstanden fühlt und dann zum Clown der Klasse wird, um wahrgenommen zu werden.

Mit welchen Vorurteilen oder falschen Vorstellungen sehen sich hochbegabte Kinder und ihre Eltern häufig konfrontiert?

Eine falsche Vorstellung ist sicherlich die weit verbreitete Meinung, dass Hochbegabung gleich Hochleistung ist. Es wird stillschweigend davon ausgegangen, dass hochbegabte Kinder so intelligent sind, dass ihr Potenzial sich ohne äußeres Zutun entwickelt. Doch

Wieder andere suchen Rat, weil sie erst mal nichts mit dem positiven Intelligenztest ihres Kindes anzufangen wissen.

Wie helfen Sie dann weiter?

In allen Fällen steht zunächst das individuelle Gespräch im Vordergrund: Welcher Rat und welche Hilfe werden gesucht, was ist die spezielle Situation, wie das Umfeld, was wurde schon unternommen? Jeder Fall ist einzigartig. Wir können daher nicht DIE Lösung anbieten, wir können aber Möglichkeiten aufzeigen. Hierbei hilft auch unser regelmäßige Elterntreff, auf dem sie die Eltern austauschen können. Bayernweit bieten wir Seminare zu ausgewählten Themen an. Und die Kinder kommen auch nicht zu kurz. Immer wieder beobachten wir, dass vermeintliche Einzelgänger auf Wochenendfreizeiten oder Spieletreffs sich auf einmal mit anderen Kindern auf gleicher Wellenlänge anfreunden.

Sind hochbegabte Kinder automatisch besser in der Schule?

Hier ein klares und deutliches „Nein“. In unserer Gesellschaft ist die Meinung stark verbreitet, dass hochbegabte Kinder immer auch außergewöhnlich gute Leistungen in der Schule zeigten. Für viele hochbegabte Kinder trifft dies durchaus zu. Eine nicht unerhebliche Anzahl dieser Kinder entspricht aber gar nicht dieser Vorstellung. Diese Kinder verbergen ihre besonderen Begabungen, weil sie aufgrund langer Erfahrungen Angst vor Nachteilen haben. Sie fühlen sich nicht verstanden. Mädchen passen sich an, Jungs begehren auf.

Sind unsere Schulen gut auf hochbegabte Kinder eingestellt?

Seit der Kultusministerkonferenz 2015 hat sich viel getan. Es gibt zahlreiche Initiativen des Bundes und der Länder (wie auch von privaten Institutionen), um die klugen Köpfe von morgen zu entdecken und zu fördern. „Beschleunigung“ und „Anreicherung“ sind die Zauberworte. Schulartübergreifend werden Möglichkeiten wie Überspringen oder Wahlunterricht in der nächsten Jahrgangsstufe angeboten. In Wettbewerben können sich die Schüler beweisen oder Ferienseminare bieten bereichernde Erkenntnisse und Erfahrungen. Gleichwohl gibt es noch viel zu tun. Wir sehen zum Beispiel gerade, wie das Thema Hochbegabung in Kindergärten mehr und mehr thematisiert wird. Es braucht noch viel Aufklärungsarbeit bei Eltern, LehrerInnen, ErzieherInnen und Institutionen, um das Thema Hochbegabung mit all seinen Facetten einer breiten Öffentlichkeit transparent zu machen und ihr das Stigma des Elitären zu nehmen.

Welche Beratungsmöglichkeiten und Angebote für Eltern und Fachkräfte gibt es?

Mittlerweile sind die Beratungsmöglichkeiten vielfältig. Bei der DGhK bieten wir

Beratung und Hilfen für Eltern an, und für LehrerInnen und ErzieherInnen auch Schulungen und Workshops. Eltern können sich in aller Regel aber auch individuelle Unterstützung bei SchulpsychologInnen oder der schulpsychologischen Beratungsstelle holen. Wie überall sonst bietet auch das Internet Informationen in Hülle und Fülle zum Thema Hochbegabung und Fördermöglichkeiten. Auch auf den Seiten der DGhK finden sich Links zu einschlägigen öffentlichen und gemeinnützigen Einrichtungen und Beratungsstellen.

Welche take-home-message möchten Sie Eltern von hochbegabten Kindern noch mitgeben?

Hochbegabung und was damit einhergeht hat – wie vieles im Leben – seine Licht- und Schattenseiten. Wichtig ist letztendlich, dass sich ihr Kind verstanden und wohl in seiner Haut fühlt, es seine natürliche Neugier ausleben kann und die positive Förderung erhält, die es braucht und eigentlich auch will.



MEHR INFOS ZUR DEUTSCHEN GESELLSCHAFT FÜR DAS HOCHBEGABTE KIND E.V.

www.dghk.de
 www.dghk-bayern.de
 (Regionalverein Bayern)
 Kontakt:
 markus.burgmair@dghk-bayern.de



GEMALT VON FELIX (8)

OMA'S BESTE KLIMA REZEPTE

Billig T-Shirts - teuer bezahlt

VON CORNELIA WABRA (OMAS FOR FUTURE, REGIONALGRUPPE REGENSBURG)

Neulich beim Kuchenbacken in der Küche, das Radio läuft, eine Bekleidungskette macht intensiv und offensiv Werbung: Der Frühling kommt, wir sollen jetzt unbedingt neue T-Shirts kaufen, das kostet für Kinder nur 1,99 Euro, für Herren 2,99 Euro. Unvorstellbar billig, Qualität fraglich, Herstellungsland und -methoden unbekannt. Ich sehe vor mir die Berge von T-Shirts in den Kleiderschränken unserer Enkelkinder, viele von einer beliebten Kinderkleiderkette. Sicher auch sehr billig. Und versuche mich zu erinnern, was die T-Shirts für meine Kinder vor 25 bis 30 Jahren gekostet haben und wo sie damals herkamen. Ich habe sicher mehr als zwei bis sechs DM bezahlt, auf das Herkunftsland habe ich damals, ehrlich gesagt, nicht geachtet. Und: Es gab vor allem kleinere Geschäfte extra für Kinderkleidung und Spielzeug, die heute alle verschwunden sind. Die berühmte schwedische Klamottenkette tauchte erst später auf



und unterbietet seitdem preislich alles, was bisher da war. Wir wissen, dass Rohstoffe wie Baumwolle und Wasser knapp und teuer sind. Wie kann man ein T-Shirt für 1,99 verkaufen, was kosten da der Transport und vor allem die Arbeitsstunden derer, die die Shirts nähen? Daran verdient ja dann auch noch ein Konzern und eine Verkäuferin wird (gering) bezahlt. Bis zu 15.000 Liter Wasser – je nach Material und Farbe – braucht es, um so ein T-Shirt herzustellen. In Deutschland kostet ein Liter Wasser 0,2 Cent. Allein das Wasser zur Herstellung des T-Shirts würde bei uns also 30 Euro kosten. Produziert wird meistens in einem der Länder, deren Arbeitsbedingungen bei uns verboten wären und wo Abwässer als ungeklärte Giftbrühe ins Grundwasser oder ins Meer fließen. Ich möchte nicht, dass meine Enkelin Kleider trägt, deren Herstellung letztlich auch ihre Lebensgrundlage zerstört und deren niedriger Preis auf der Ausbeutung anderer Kinder beruht.



Tipp von der Oma: Weniger ist mehr. Meistens hat man eh zwei, drei Lieblings-T-Shirts, die man immer wieder anzieht, alle anderen landen unten im Schrank. Beim Kauf achte ich neben Preis und Qualität vor allem darauf, wo das T-Shirt produziert wurde und ob es einigermaßen nachhaltig hergestellt ist. Und gefallen soll es meiner Enkelin und mir natürlich auch.

MEHR INFOS

Infos zu den verschiedenen Ökosiegeln gibt es z. B. unter www.siegelklarheit.de

WWW.OMASFORFUTURE.DE

Die Regensburger Regionalgruppe trifft sich einmal im Monat

Kontakt: Cornelia Wabra

0176 62398316

regensburg@omasforfuture.de

Neu auch der Podcast "Zukunft Jetzt – Klima-Impulse für den Alltag" mit Cordula Weimann (Gründerin von Omas for Future)

😊 Musikunterricht im HouseOnTheRock 😊

Präsenz-Unterricht und Online-Unterricht

für Gitarre, Ukulele, Klavier, Schlagzeug, Sax, Gesang, Chor 🎸🎹🥁🎷🎤🎧

10erBlock-Gutscheine für Einzelunterricht und 2 Personen 🎁

Unterricht für **Blockflöte** und **Keyboard**. **Musikalische Früherziehung** 🎵👶

Gitarre und Ukulele Kurse Einstieg jederzeit möglich 😊

info@thehouseontherock.de 0179 90 68 099 0941 / 98 301

TheHouseOnTheRock **Musikunterricht** Nürnbergerstraße 176 93059 Regensburg



KLEINE ZEITUNG



KLOPAPIERSCHNEEMANN

VON SARAH STUPAR
AUS DEM STADTPARKKINDERGARTEN

WAS WIRD GEBRAUCHT?

- Klopapierrolle (leer)
- Orangen und schwarzen Stift
- Buntes Papier für die Mütze
- Band oder Pfeifenputzer
- Evt. kleinen Stock
- Kleber



SCHNEEBILD

VON SHILA BIRNER
AUS DER KRABELSTUBE POMMERNSTRASSE

WAS WIRD GEBRAUCHT?

- blaues Papier
- Klebestift
- Watte/Wattepads
- optional: Glitzer



LIED - IM GARTEN STEHT EIN SCHNEEMANN

IM GARTEN STEHT EIN SCHNEEMANN
IM WEISSEN ROCK,
IN DER EINEN HAND HÄLT ER EINEN STOCK.
SCHNEEMANN, SCHNEEMANN SIEH NUR HER,
WIR FREUEN UNS SCHON SO SEHR.
WIR TANZEN VOR VERGNÜGEN IM KREIS HERUM.

DA SCHEINT DIE LIEBE SONNE,
SIE SCHEINT SO WARM.
DEM SCHNEEMANN FÄLLT VOR SCHRECKEN DER
STOCK AUS DEM ARM.
UND AUF EINMAL, OH WIE DUMM,
FÄLLT DER GANZE SCHNEEMANN UM.
WIR TANZEN VOR VERGNÜGEN IM KREIS HERUM.

(MELODIE: EIN MÄNNLEIN STEHT IM WALDE)

PAPPTELLER WINTERBAUM (FÄDELSPIEL)

VON SYBILLE RUBIN UND FELIX 3,5 JAHRE
AUS DER KRABELSTUBE ALTMANNSTRASSE



WAS WIRD GEBRAUCHT?

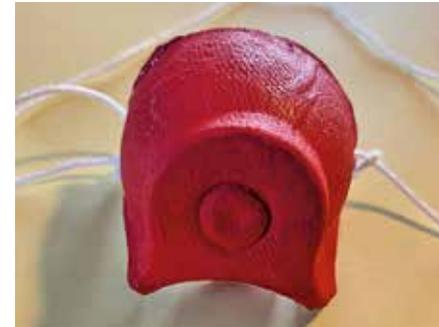
- Pappteller
- Wasserfarben und Pinsel
- Schere und Kleber
- Bleistift oder Kugelschreiber
- Prickelunterlage oder dicken Karton/Styropor
- Wolle und Tesafilm
- Stanzen und weißes Papier
- Deko-Sterne und weitere Verzierung

SO WIRD`S GEMACHT:

- Pappteller mit Wasserfarbe bemalen.
- Mit Bleistift ein großes Dreieck aus Punkten aufzeichnen.
- Punkte mit einem Stift auf der Prickelunterlage durchdrücken
- Ca. 60 cm Wolle abschneiden. Ein Ende mit Tesafilm versteifen. In das andere Ende einen dicken Knoten machen, damit die Wolle nicht durchrutscht.
- Nun von hinten beginnen und die Wolle durch die Löcher fädeln. Dabei jedes Loch mindestens einmal belegen.
- Beide Enden auf der Rückseite verknoten.
- Den Teller mit gestanzten Sternen, Glitzer und anderen Verzierungen dekorieren.
- Den Baum mit einem Stamm aus Papier vervollständigen.

CLOWN NASE

VON BETTINA SCHUMANN



WAS WIRD GEBRAUCHT?

- Eierkarton
- Finger- oder Wasserfarben
- Gummiband

SO WIRD`S GEMACHT:

Aus dem Eierkarton einen Becher heraus-schneiden. So zuschneiden, dass es gut über die Nase passt und nicht drückt. Schön leuchtend rot anmalen, trocknen lassen und das Gummiband daran befestigen. Bevor das zweite Ende fixiert wird prüfen, ob die Länge des Bandes passt.

RINGGIRLANDE

VON BETTINA SCHUMANN



WAS WIRD GEBRAUCHT?

- buntes Papier
- Schere
- Kleber

SO WIRD`S GEMACHT:

Aus dem Papier gleichgroße Streifen in verschiedenen Farben schneiden. Aus einem Streifen einen Ring kleben. Den nächsten durchziehen und zukleben usw. bis eine lange Kette entstanden ist.

MEHR TIPPS VON BETTINA SCHUMANN UNTER
WWW.KLEINKIND-ONLINE/BASTELIDEEN.DE

LIED - ALLE MASKEN SIND SCHON DA

ALLE MASKEN SIND SCHON DA, ALLE MASKEN ALLE.
ROT UND GELB UND GRÜN UND BLAU, EIN GANZE MASKENSCHAU.
ALLE MASKEN SIND SCHON DA, ALLE MASKEN ALLE.

ALLE KINDER SIND SCHON DA, ALLE KINDER ALLE.
GEORGINA, JOSEPH UND DER HANS KOMMEN ALLE HEUT ZUM TANZ.
ALLE KINDER SIND SCHON DA, ALLE KINDER, ALLE.

ALLE GÄSTE SIND SCHON DA, ALLE GÄSTE ALLE!
WOLLN MIT UNS RECHT LUSTIG SEIN UND AN UNSERM FEST SICH FREUN.
ALLE GÄSTE SIND SCHON DA, ALLE GÄSTE ALLE!

(MELODIE: ALLE VÖGLEIN SIND SCHON DA)



THEMA
FASCHING



MASKE



AUS DEM STADTPARK-
KINDERGARTEN

Die Maskenvorlage können die Kinder mit verschiedenen Materialien (wie z. B. Federn, Farben, Perlen, Glitzersteinen ...) gestalten. Nach dem Trocknen müssen die Masken noch mit einem Gummi oder Band versehen werden. Fertig! Und der Maskenball kann losgehen

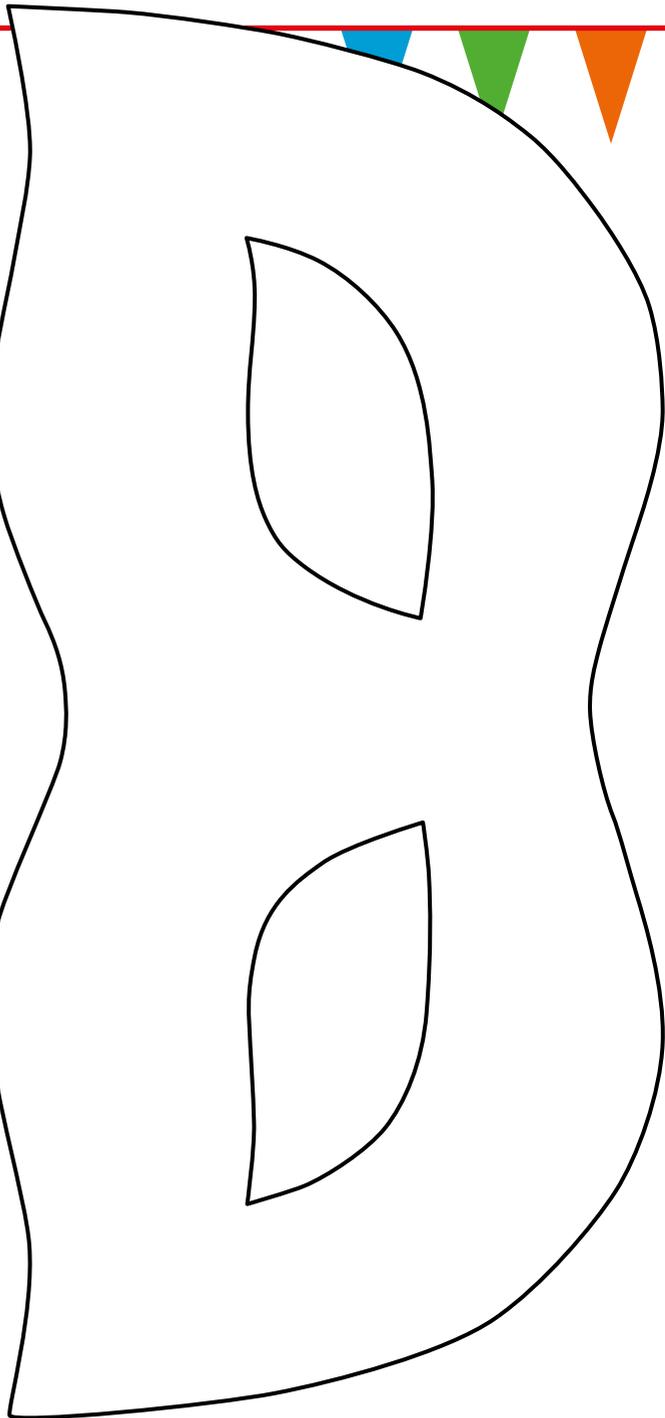
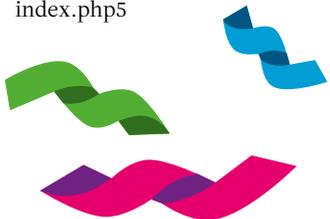


INTERNET- UND FILMTIPP



Wer sich schon immer gefragt hat ... Was ist eigentlich Schnee? Was ist der Unterschied zwischen Schnee und Eis? Und wie macht man den perfekten Schneeball? Findet hier auf der Seite von „Der Maus“ viele Antworten.

www.wdrmaus.de/extras/mausthemen/polarstern/index.php5



HIER FINDET IHR KIND GEHÖR!



FORUM HNO
Gemeinschaftspraxis
für HNO + Phoniatrie

FORUM HNO
IM GESUNDHEITSFORUM
BEI DEN ARCADEN

Dr. med. Sebastian Weikert

Dr. med. Joachim Fuhrmann

Dr. med. Iris Hake

Paracelsusstraße 1
93053 Regensburg

Tel. 0941.29 70 70

Fax 0941.29 70 729

info@forumhno.de



**BESSER
HÖREN
SPRECHEN
SINGEN
SCHLUCKEN
SCHMECKEN
RIECHEN
GLEICHGEWICHT
HALTEN**

GEHT DAS NUR UNS SO?

Eltern fragen – Experten antworten

MAMA IN ENDLOSSCHLEIFE – BIN ICH ALS PAPA NICHT SO WICHTIG?

An der Mama führt in unserer Familie kein Weg vorbei – zumindest, wenn es nach unserer Tochter geht. Bei jedem Aua, jedem Problem im Alltag und auch beim Zugbettbringen hat unsere drei Jahre alte Tochter eine ganz klare Präferenz und die Mama ist fast immer ihre erste Wahl. Das ist für mich prinzipiell nachvollziehbar, weil sich die Bindung des Kinds zur Mutter in der Regel zwangsläufig auch von der Bindung zum Vater unterscheidet. Natürlich haben auch meine Tochter und ich ein gutes Vertrauensverhältnis zueinander, unsere gemeinsamen Rituale und zusammen einen Heiden Spaß. Es ist aber dennoch frustrierend, wenn ich z. B. vom weinenden Kind mit meinen ausgestreckten Armen einfach stehen gelassen werde und sie lieber weiter nach der Mama ruft, die natürlich auch mal ganz gerne ein paar Minuten nur für sich hätte. Meine Frau und ich versuchen seit Beginn der Elternzeit die Herausforderungen in Familie und Haushalt möglichst gerecht zu verteilen und das gelingt uns auch im Großen und Ganzen meistens. Gefühlt gerät diese Ausgewogenheit



GEMALT VON KLARA (9)

durch das dauernde „Mama-Mama“ unserer Tochter etwas in Schiefelage. Gerne möchte ich meiner Frau hier etwas mehr persönlichen Freiraum verschaffen. Wie kann ich die Akzeptanz meiner Tochter verbessern oder muss ich meine zurückgesetzte Rolle in diesem Entwicklungsabschnitt erst einmal hinnehmen?



REINHARD WINTER

Diplompädagoge und Autor von Elternratgebern zu Jungen- und

Familienthemen

Es ist oft so, dass Kinder den einen oder anderen Elternteil für bestimmte Anliegen bevorzugen. Der Papa kann seine Enttäuschung wahrnehmen, aber entspannt bleiben. Ungünstig wäre es, wenn er sich beleidigt zurückzieht. Besser er bleibt dran und ist genau damit wichtig, auch wenn die Tochter sein Angebot noch nicht annimmt. Das kann die Tochter dann vielleicht besser, wenn Papa und Tochter Zeit alleine verbringen, ohne die Mama im Hintergrund. Könnte es sein, dass die Tochter mit ihrem Verhalten Bedürfnisse der Mutter bedient? Dass es Mama gefällt, auch wenn es manchmal lästig ist? Dann könnte sich die Tochter schlecht anders verhalten, um ihre Mutter nicht zu enttäuschen. Gut wäre, wenn die Eltern mal über ihre Bedürfnisse reden, auch über versteckte. Die Vorliebe kann im Übrigen wechseln, z. B. wenn sich die Tochter aus der ganz nahen Kleinkindphase löst – vielleicht wendet sich dann das Blatt, die Tochter will den Papa heiraten und die Mama hat nichts mehr zu melden?



GERHARD HECHT

Dipl. Psychologe und Paartherapeut

Richtige Frage! Wir moder-

ne, engagierte Väter sind hoffnungslos im Rückstand! Wie könnten wir auch nur daran denken, alleine den Vorsprung von neun Monaten Schwangerschaft auszugleichen? Und dann noch das Stillen mit seiner ganzen Intimität! In dieser ganzen Zeit stehen wir genauso bereit wie nutzlos in der Gegend rum und versuchen irgendwie reinzukommen. Ich glaube das ist nutzlos. Unsere Zeit kommt einfach später. Die Mutter ist die X-Achse und der Vater die Y-Achse. Und in der Mitte wächst das Kind erst langsam und dann exponentiell, diagonal hoch. So hat man sich in früheren psychotherapeutischen Ansätzen die Sache vorgestellt. Je mehr Zeit vergeht, desto wichtiger wird der Vater – also später. Wir sollten also cool bleiben oder um mit einem allseits beliebten amerikanischen Präsidenten zu sprechen: „Proud boys stand back and stand by!“



DANIEL REGER

Erzieher bei den Regensburger Eltern e.V.

Die Schilderungen sind mir

wohl bekannt, obwohl ich in Elternzeit derzeit viel mehr Zeit mit meinen Töchtern (3 und 6) verbringe, als meine Frau. Sobald Mama nach Hause kommt, bin ich erstmal abgemeldet. Das nervt meine Frau übrigens genauso wie mich. Mit fehlender Akzeptanz hat das, meiner Meinung nach, nichts zu tun. Mama ist eben Mama. Uns hilft konsequentes Abwechseln. „Heute bringe ich dich ins Bett (baden, anziehen, etc.) und morgen der Papa“. Wobei Mama strikt auf Einhaltung pochen und Proteste ignorieren muss. Apelle wie: „Da ist der Papa aber traurig“ fruchten da bei uns wenig. Einfacher wird die Sache auch, wenn Mama schlicht nicht da ist. Läuft nach anfänglichem Gemotze eigentlich immer gut. Beim Weinen werde ich zwar weiterhin oft mit offenen Armen stehen gelassen, aber manchmal ist es auch schön, emotional nicht immer an vorderster Front stehen zu müssen.

Wenn Sie auch Fragen an unsere Experten haben, schreiben Sie uns unter ZEITUNG@REGENSBURGER-ELTERN.DE zu melden?



ICH BIN DEINE SCHWESTER

Familie heute

11

DA IST DIE KLITORIS - ES WIRD EIN MÄDCHEN!

SO GROSS? DAS KANN NUR EIN PENIS SEIN!

GACK

STARRING
LINE UND BERTRAM

VON GERD HECHT
UND FLORIAN HAUER

DIESMAL NEHM ICH NICHT NOCHMAL 40 KILO ZU.

SO, SO, ...

SCHWANGER 2.0

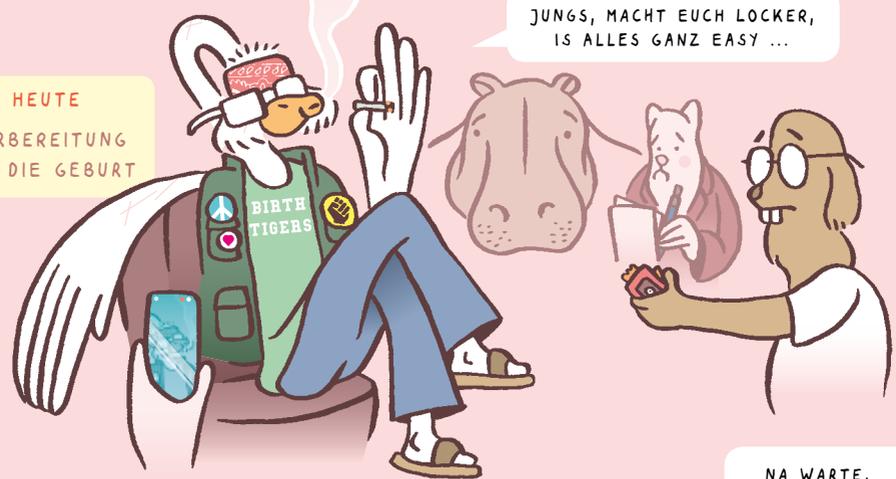
Wer mit drei Bällen jonglieren kann, kann nicht notwendigerweise auch mit vier Bällen jonglieren. Ganz im Gegenteil. Die Möglichkeiten der Verunglückung steigen damit exponentiell und seit Corona weiß jeder was das bedeutet.

Kommt ein zweites Kind zu einem Paar mit Kind hinzu – für manche beginnt erst hier der Begriff Familie – ist es also nicht nur der doppelte Stress, sondern ein Vielfaches davon. Üblicherweise muss der dann von einem Dreierteam aus Vater, Mutter und Kind, einem System das sich gerade mal einigermassen eingespielt hat, zusätzlich aufgefangen werden – ein sportliches Unterfangen.

Falls man also glaubt, durch die erste Geburt schon zum Kinderprofi geworden zu sein, täuscht man sich oft gewaltig. Es gibt nämlich überraschend viele neue Herausforderungen zusätzlich. Gottseidank steigen die Glücksmöglichkeiten ebenfalls ins Exponentielle, also: Her mit dem Glück!



HEUTE
VORBEREITUNG
AUF DIE GEBURT



WO IST DENN NUN UNSERE NEUE ERDENBÜRGERIN?

LIEGT DA HINTEN ...



DER WINTER, DER IST DA

Regensburg mit Kind(ern)

FREIZEITIPPS VON NINA SCHELLKOPF

Wenn es draußen nass, kalt und dunkel ist, müssen Eltern oft besonders kreativ werden, um den Nachwuchs bei Laune zu halten. Gut, dass wir wieder ein paar Tipps gesammelt haben, wie auch der Winter mit Kindern in Regensburg viel Spaß macht.



© PIXABAY/PEZIBEAR

1. OLDIE, BUT GOLDIE:

SCHLITTENFAHREN UND SCHLITTSCHUHLAUFEN

„Es schneit, es schneit. Kommt alle aus dem Haus. Die Welt sieht wie verzaubert aus“, heißt es so schön in einem Klassiker von Rolf Zuckowski. Und es stimmt: Wenn die Flocken vom Himmel tanzen und sich der Schnee wie eine weiße Kuschedecke über die Stadt legt, braucht es eigentlich nicht mehr viel, um Kinder glücklich zu machen – außer einen Schlitten, einen Bob und einen Schneemann. Stundenlang wird dann gerodelt, was das Zeug hält. Leider gibt es Schnee nicht auf Bestellung. Schlittschuhlaufen könnte da eine gute Alternative sein, zum Beispiel in der Donauarena (wenn Corona es wieder zulässt).

2. FILM AB: INS (HEIM)KINO GEHEN

Der Winter ist doch die beste Zeit, um endlich mal wieder ins Kino zu gehen und sich ge-

meinsam bei reichlich Popcorn einen schönen Film anzusehen. Leider ist aktuell noch nicht klar, wann die Regensburger Kinos wieder öffnen dürfen. Wie wäre es also vorerst mit einem klassischen Filmabend zuhause? Erst kann man gemeinsam das Popcorn im Topf ploppen lassen und anschließend wird auf der Couch gekuschelt. Übrigens: Wenn ihr dabei die Kinos vor Ort unterstützen wollt, bieten zum Beispiel die Altstadtkinos „Kino on demand“ an.



© PIXABAY/ANNA PROSEKOVA

3. DAS PERFEKTE DINNER:

GEMEINSAM KOCHEN UND BACKEN

Plätzchen backen gehört zur Weihnachtszeit wie die Kerzen auf den Adventskranz. Aber wer sagt, dass man nicht auch nach dem 24. Dezember nach Lust und Laune gemeinsam backen kann. Plätzchen, Kuchen oder Muffins – die meisten Kids sind mit Feuereifer bei der Sache, wenn es ums Teig rühren geht. Oder wieso nicht einfach mal gemeinsam den Kochlöffel schwingen? Auch für kleinere Kinder gibt es tolle Kochbücher inklusive spezieller Becher, die das Maß nehmen leichter machen. So werden schon die Kleinsten zu kleinen Gourmetköchen.

4. ES WERDE LICHT: KERZEN ZIEHEN

Ein echter Trend in diesem Winter: selber Kerzen einfärben. Dafür braucht es gar nicht viel und es ist so einfach, dass es auch problemlos mit Kindern gemacht werden kann. Im Internet findet ihr dafür zahlreiche Anleitungen. Mit nur wenigen Handgriffen lassen sich dann öde weiße Kerzen in kleine bunte Kunstwerke verwandeln, die noch dazu ein wenig Licht in die dunkle Jahreszeit bringen. Wer es ein bisschen einfacher haben möchte, der kann sich einfach ein paar Bienenwachsplatten besorgen und zusammen mit den Kids Kerzen rollen. Geht noch schneller und duftet ganz besonders lecker!

www.wohnlamotte.de/diy/kerzen

-faerben-gestalte-sommerliche-kerzen/

5. KULTUR FÜR KIDS:

INS (KASPERL)THEATER GEHEN

Dieser Tipp lässt sich leider erst wieder so richtig umsetzen, wenn die Corona-bedingten Einschränkungen irgendwann gelockert werden: Das Theater Regensburg sowie das Akademietheater bieten nämlich eine wirklich große Auswahl an Theaterstücken für Kinder ab 4 Jahren an. Oder wie wäre es mit einem Konzert für den Nachwuchs? Moderiert oder szenisch gestaltet von SchauspielerInnen setzen die Kinderkonzerte auf lustige und spannende Geschichten, die von großen Komponisten und ihren Werken erzählen. Auf spielerische Weise tauchen die Kinder ein in die faszinierende Welt der klassischen Musik. Übrigens ist das schon für Babys möglich: bei Klassik auf der Krabbeldecke kommen Kinder von 0 bis 2 Jahren in den Genuss von wunderbarer Musik. Auch ein heißer Tipp für die etwas kleineren Kids ist der Besuch im Kasperltheater – zum Beispiel im Theater Larifari. Hier tritt der Kasperl mit seinen Freunden normalerweise fast jeden Sonntag im „Haus der Begegnung“, Hinter der Grieb 8, auf. Ein echtes Highlight wäre auch der Besuch im berühmten

Regensburger Figurentheater im Stadtpark. Wenn, ja wenn die Pandemie nicht wäre. Um die Wartezeit zu verkürzen, bis ein bisschen Kultur wieder möglich sein wird, könntet ihr ja einfach euer Wohnzimmer in einen Theatersaal verwandeln. Wer keinen Kasperl zur Hand hat, wird einfach selbst zum Hauptdarsteller ... Bühne frei!



© PIXABAY/BEWEI

6. RAUS AUS DER STADT:

AUSFLUG IN DEN BAYERISCHEN WALD

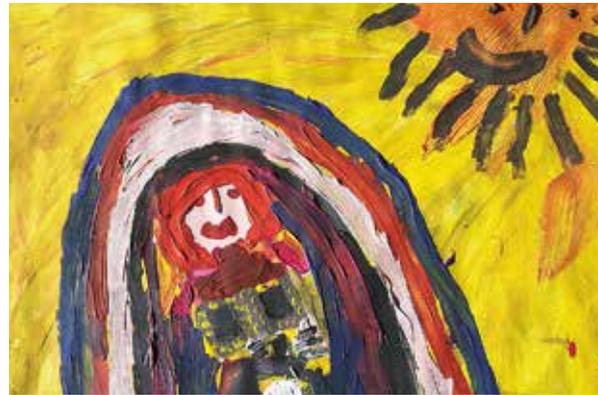
Kein Schnee in Sicht und außerdem fällt euch langsam die Decke auf den Kopf? Dann nichts wie ab in den Bayerischen Wald. Schöne Orte und Ausflugsziele dort sind in der Regel nicht mal eine Fahrstunde von Regensburg entfernt. Das Beste: Dank der höheren Lage kann man dort oftmals schon ins Winterwonderland eintauchen, während hier noch keine Schneeflocke zu sehen ist. Im Bayerwald Tierpark Lohberg könnt ihr heimische Tierarten beobachten – sogar Wölfe gibt es da. Wer hoch hinaus will, kann zum Waldwipfelweg in St. Englmar fahren. In der Gaststätte dort gibt es sogar einen riesigen Indoor-Spielplatz. Bitte beachtet, dass es bei den genannten Ausflugszielen Corona-bedingte Einschränkungen geben kann. Aber was immer möglich ist, ist ein ausgedehnte Wanderung zu den vielen Gipfeln – im besten Fall bei reichlich Schnee. Da braucht es keine Alpen mehr.



© PIXABAY/LIMADESIGN

**7. DIE WÜRFEL SIND GEFALLEN:
EINEN SPIELEABEND MACHEN**

In der kalten Jahreszeit wird es früh dunkel und die Abende sind oft besonders lang. Der perfekte Zeitpunkt, um „Mensch ärgere Dich nicht“ und Co. aus dem Schrank zu holen und mit der ganzen Familie einen ausgedehnten Spielemarathon zu veranstalten. Der /die Verlierer:in bestimmt, was als nächstes gespielt wird. Wenn ihr die heimische Spiele-sammlung schon einmal durchgespielt habt, bieten die Büchereien der Stadt Regensburg übrigens eine große Auswahl an Brettspielen an, die ihr euch dort ausleihen könnt.



DEN FILM DAZU GIBT ES AUF
UNSEREM YOUTUBE KANAL:
REGENSBURGER ELTERN

KULTUR MACHT STARK

Eine kleine Ausstellung – Bilder von Heimat-Flucht-Ankommen

Aus den Kunstprojekten der Regensburger Eltern für Kinder in den Flüchtlingseinrichtungen (ein ausführlicher Bericht befindet sich in unserer Elternzeitung Ausgabe 225)

EINE KOOPERATION MIT DER REGIERUNG DER OBER-PFALZ UND CAMPUS ASYL E.V. GEFÖRDERT VON:



KLASSISCHE HOMÖOPATHIE IN PRAXIS UND LEHRE

Beatrix Szabó Oliver Müller
**Homöopathiezentrum
Regensburg**
Praxis|Schule|Institut



OLIVER MÜLLER UND BEATRIX SZABÓ

„WIR SIND SEIT ÜBER 20 JAHREN REGENSBURGS ERSTE ADRESSE FÜR KLASSISCHE HOMÖOPATHIE. ZERTIFIZIERTE SCHULE UND PRAXIS IN EINEM. EIN KONZEPT, EINZIGARTIG IN OSTBAYERN.“

UNSERE KOMPETENZEN

- Behandlung akuter, chronischer und psychischer Erkrankungen
- Behandlung von Kindern
- Ausbildung zum/zur homöopathischen Therapeuten/in
- Seminare und Fortbildungen
- Einzel- und Gruppensupervisionen

HOMÖOPATHIEZENTRUM REGENSBURG
Untere Bachgasse 15 | 93047 Regensburg
0941/561050 | info@homoeopathie-regensburg.de

HOMOEOPATHIE-REGENSBURG.DE | HOMOEOPATHIESCHULE-REGENSBURG.DE

WIE LÄUFT DAS BEI EUCH? FAMILIEN BERICHTEN...

Welche Rolle spielt bei Euch der Papa im Familienalltag?



**FAMILIE SCHARL (CHRISTIAN UND FELIX)
KRABELSTUBE POMMERNSTRASSE**

Papa und Mama haben bei uns in der Familie eine gleichwertige Stellung. Da wir beide Teilzeit arbeiten, können wir uns viel Zeit für gemeinsame Aktivitäten nehmen. Dazu zählen z. B. Ausflüge zu dritt oder mit der Familie. Es ist uns wichtig, dass jeder auch Zeit allein mit Felix verbringt. So bedeutet Papa / Felix Zeit oft gemeinsam etwas zu bauen, wie z. B. Weihnachtsholzsterne oder auf Ur-Opa seiner Werkbank Haselnüsse zu knacken. Bei den alltäglichen Aufgaben wie kochen, Wäsche waschen oder ins Bett bringen wechseln wir uns ab. In Erziehungsfragen helfen wir uns gegenseitig und jeder sagt, wenn etwas nicht so gut läuft. Nur ein Thema ist bei uns ganz Klischeehaft: wenn etwas kaputt geht muss der Papa es wieder reparieren.



**FAMILIE KANDBINDER (LUCAS UND MARCUS)
KRABELSTUBE ALTMANNSTRASSE**

Seit der Geburt unseres zweiten Sohnes arbeitet Papa nur noch 30 Stunden und deckt damit genau die Kita-Betreuungszeiten unseres Sohnes Lucas ab. So kann Papa ihn abholen und mit ihm den Nachmittag draußen verbringen – am liebsten auf den Baustellen oder Spielplätzen der Umgebung. Zuhause übernimmt Papa das morgendliche Aufstehen mit dem Großen und kann so der Mama nach einer unruhigen Nacht mit dem Neugeborenen noch etwas Schlaf verschaffen. Weiteres wie Essen kochen, Umziehen oder Zu-Bett-bringen teilen wir unter uns Eltern spontan auf. So wie es für die Kinder und uns gerade gut ist.



**FAMILIE GOSEMANN/KOSTIC
(AYLIN, MILO, ERIK, YUMA)
STADTPARKKINDERGARTEN**

Familienalltag ohne Papa, das gibt es bei uns nicht. Papa zu sein heißt bei uns nicht, die Kinder nur beim Abendessen zu sehen und etwas Freizeit am Wochenende mit ihnen zu verbringen. Papa zu sein bedeutet für uns, so viel Zeit wie möglich als Familie zu verbringen und sowohl die schönen Ereignisse des Familienlebens mitzubekommen, als auch die Anstrengungen des Alltags gemeinsam zu meistern. Gerade in schwierigen Phasen lernt man sich selbst und die eigenen Kinder richtig kennen. Unsere Kinder sind nur einmal klein und die Zeit die man jetzt verliert, bekommt man nie wieder. Deswegen haben wir uns entschlossen: Lieber weniger arbeiten und dafür mehr Familienzeit. Das Papa-Sein ist für mich trotz Arbeit ein Vollzeitjob und das soll auch so bleiben!



**FAMILIE SCHELLKOPF
KRABELSTUBE FIDELGASSE**

Lustige Frage irgendwie, gleichzeitig gar nicht so leicht zu beantworten – Stellenbeschreibung habe ich noch keine gesehen. Im Grunde sind es ja auch verschiedene Rollen, einige davon im steten Wechsel mit der Mama. Zum Standard gehören Transportbeauftragter (zu KiGa und Krabbelstube), Sportgerät-Trainer-Spielpartner-Gegner (je nach Bedarf), Klagemauer, Abendvorleser, schlechtes Beispiel (schmutzige Schuhe, Sachen nicht aufräumen), Großeinkäufer. Der wichtigste Job ist aber wahrscheinlich Barkeeper (Mama mischt einfach viel zu wenig Apfelsaft in das Wasser). Am Ende hilft nur die goldene Regel: Ask your Customer, also den Rest der Familie. Die Mutter sagt: Kaffee ist wichtig, Jakob sagt: Baseball spielen, Finn sagt: noch mal (klingt zumindest so). Die beiden großen Schwestern verweigern die Aussage. Es bleibt anspruchsvoll.

zahnträumerei

Praxis für Kinder- & Jugendzahnheilkunde



www.zahntraumerei.de

Weil es nichts Schöneres als ein strahlendes Kinderlächeln gibt...



Dr.-Gessler-Str. 29 • Regensburg • 0941 / 28 07 77 44

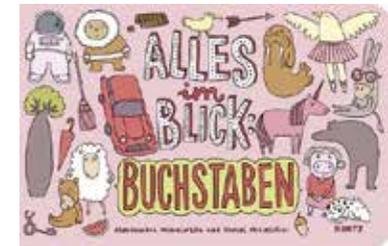


ALLE SEHEN EINE KATZE

Brendan Wenzel
übersetzt von Thomas Bodmer
NordSüd 2018 (ab 4 Jahren)

Brendan Wenzel sieht sein erfolgreiches Debut. Eine Verlagskauffrau sieht ein Prachtexemplar im Portfolio ihres Verlags. Ein Buchhändler sieht einen Verkaufserfolg. Eine Pädagogin sieht eine gelungene Anregung, über verschiedene gleichzeitig richtige und gleichberechtigte Perspektiven auf eine Sache nachzudenken. Die Jury des KIMI-Siegels 2018 sieht ein einer Auszeichnung würdiges Buch. Ein Opa sieht ein sinnvolles Geschenk, an dem man lange Freude hat. Eine Mutter sieht ein schönes und besonderes Bilderbuch, das sie mit Freude und Gewinn vorliest. Ein Kind sieht ein und dieselbe Katze durch 13 verschiedene Augenpaare auf 34 großen und farbenprächtig illustrierten Seiten. Du siehst einen Buchtipp.

Tipp von Rolli Bohnes



ALLES IM BLICK - BUCHSTABEN/ZAHLEN

Aleksandra und Daniel Mizielinski
Moritz Verlag (für Vorschulkinder)

Kinder lieben Wimmelbücher. Voraussetzung: sie erkennen genau, was versteckt bzw. was die Aufgabe ist. Das Ehepaar Mizielinski, bekannt vom Kinderatlas „Alle Welt“ und „Unter der Erde - Tief im Wasser“, haben sich etwas Neues überlegt. In ihren Wimmelbüchern zum Thema „Zahlen“ und „Buchstaben“ herrscht nicht einfach nur Gewusel. Nein. Hier sind Aufgaben versteckt. Welches Instrument spielt der Elch? (Buchstaben) „Wieviele Köpfe hat der Drache“ (Zahlen) Wundervolle Rätsel-, Such- und Finde-Bücher für die Kleinen VorschuldetektivInnen.

Empfohlen von



Buchhandlung
Dombrowsky
Menschen treffen Bücher

ÄMTER/BEHÖRDEN

Amt für Jugend und Familie
 • Sozialpädag. Fachdienst, Richard-Wagner-Str. 17, T 507-2512
 • Qualifizierte Tagespflege, Domplatz 3, T 507-4514
 • Adoptionsvermittlung, Michlstift, Am Singrün 2a, T 507-4515
 • Pflegestellenvermittlung, Michlstift, Am Singrün 2a, T 507-4510, 507-1764
 • Jugendschutzstelle, Michlstift, Am Singrün 2a, T 507-4760
Amt für Tagesbetreuung von Kindern, Stadt R, Domplatz 3, T 507-1522

Kreisjugendamt, Landkreis Regensburg Altmühlstr. 3
 • Allgemeiner Sozialdienst, T 4009-227
 • Qualifizierte Tagespflege, T 4009-491
 • Adoptionsvermittlung, T 4009-610
 • Pflegestellenvermittlung, T 4009-610

Gleichstellungsstelle Stadt R
 Von-der-Tann-Str. 1, T 507-1142

Servicestelle für Familien
 Landratsamt, Altmühlstr. 3, T 4009-358

Gesundheitsamt
 Sedanstr.1, T 4009-0

Zentrum Bayern Familie und Soziales
 Landshuter Str. 55, T 780900, zbf.s.bayern.de

BERATUNG STADTEILPROJEKTE

Stadtteilprojekt Burgweinting
 Friedrich-Viehbacher-Allee 5 (BUZ), T 507-1765

Stadtteilprojekt Nord
 Ostpreußenstraße 3, T 4 64 59 43

Stadtteilprojekt Süd
 Lore-Küllmer-Str. 161, T 28 09 43 80

Stadtteilprojekt Ost
 Erbprinzip-Franz-Josef-Str. 21, T 28 09 59 67
 Vilshofener Straße 14, T 507-7750

Stadtteilprojekt West
 Am Singrün 2a
 T 507-7740

GETRENNTERZIEHENDE

Arbeitsstelle für Alleinerziehende Diözese Regensburg
 Obermünsterplatz 7, T 597-2243

Beratungsstelle für Alleinerziehende Diakonie Regensburg
 Am Ölberg 2, T 5852 323

Treffpunkte Alleinerziehende:
 • Regensburg, Altstadt, T 0171/7591917
 • Regensburg, St. Matthäus, T 0941/598148
 • Regensburg, Vätergruppe, vaeter.regensburg@web.de
 • Regenstauf, T 09402/784623
 • Schierling, T 09451/ 3503

Selbsthilfegruppe Verwitwet mit Kind T 49292, 26092990

SCHWANGERSCHAFT/ GEBURT

Hebammen Regensburg:
 www.hebammenliste-regensburg.de

Beratungsstellen für Schwangerschaftsfragen:

- LRA Gesundheitsamt, Altmühlstr. 1, T 4009-755, 4009-732, 4009-193
- Donum Vitae in Bayern e.V., Maximilianstr. 13, T 5956490
- pro familia Regensburg e.V., An der Schergenbreite 1, T 704455
- Caritas Schwangerenberatung, Adolf-Schmetzer-Str. 2-4, T 79992-0

FRÜHE KINDHEIT

Beratungsstelle für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern „Tausend und keine Nacht“
 Landshuter Str. 19, T 507-2762

KoKi-Netzwerk frühe Kindheit Information, Beratung und frühe Hilfen:

- Stadt R: Richard-Wagner-Str. 20, T 507-2516
- Landkreis: Altmühlstr. 3, T 4009-608,

Stillvereingung La Leche Liga Deutschland e.V., Stillberatung und Stillcafé:

- Peggy Drechsel, T 2802852
- Daniela Schels, Tegernheim, Tel.: 0179-4692269,

- Online-Beratung: lalecheliga.de

wellcome – Praktische Hilfe für Familien nach der Geburt
 EBW, Am Ölberg 2, T 0157 – 52 53 64 18, regensburg@wellcome-online.de

Haus Mutter und Kind der KJF,
 Heiliggeistgasse 7, T 5868534

KINDHEIT

Erziehungsberatungsstellen:

- Jugend- und familien-therapeutische Beratungsstelle der Stadt, Landshuter Str. 19, 93047 Regensburg, T 507-2762
- Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der KJF, Ostengasse 31, T 79982-0
- Psychologische Beratungsstelle der Diakonie, Erziehungs- u. Partnerschaftsberatung, Prüfeninger Str. 53, T 2977111
- Online-Beratung für Kinder, Jugendliche und Eltern, www.bke.de

Deutscher Kinderschutzbund
 Am Singrün 2a, T 5 99 99 66

KRABELSTUBEN
 regensburg.de
 kitaplanner.regensburg.de
 landkreis-regensburg.de

Krabbelstuben der Regensburger Eltern e.V.:

- Altmanstr. 2, 93053 Rgbg., T 7057430
- Fidelgasse 9, 93047 Rgbg., T 54301
- Pommernstr. 7, 93057 Rgbg., T 63045797

Integrative Waldorf-Kinderkrippe
 Heuweg 15, T 791641

Montessori:
 • Prüfeninger Schlossstr. 71, T 600924-60
 • Prinzengarten, Albertstr. 1, T 600924-70

Kindertagespflegestellen:
 • Schabernack Fidelgasse 12, T 89965320

- Schmetterling Welfenweg 16, T 23059964
- Blumenkinder Osterhofener Str. 11, T 7903050

Qualifizierte Tagespflege-Vermittlung:

- Stadt, Domplatz 3, T 507-4514
- Landkreis, Altmühlstr. 3, T 4009-491

KINDERGÄRTEN
 regensburg.de
 kitaplanner.regensburg.de
 Landkreis-regensburg.de

Stadtparkkindergarten der Regensburger Eltern e.V.
 Prüfeninger Str. 16, T 27399

Integrativer Waldorfkindergarten
 Heuweg 15, T 791641

Waldorfkindergarten der Freien Waldorfschule Regensburg e. V.
 Unterislinger Weg 32
 93053 Regensburg
 T 0941/462964-0
 info@waldorfschule-regensburg.de

Montessori-Kinderhaus
 Landshuter Str. 17a, T 600924-50

Montessori-Kinderhaus Orangerie
 Prüfeninger Schlossstr. 71, T 600924-60

Montessori-Kinderhaus Prinzengarten
 Albertstr. 1, T 600924-70

Mittagsbetreuung an Regensburger Grundschulen, Amt für Schulen, Von-der-Tann-Str. 1, T 507-1402

Kinderhorte
 regensburg.de

Au-pair-Beratung/ Vermittlung, IN VIA
 Regensburg e.V., Bahnhofstr. 20, T 58612594

BABYSITTERDIENSTE
 • babysitterdienst.landkreis-regensburg.de

ENTWICKLUNG/ KRANKHEIT

Aktionskomitee Kind im Krankenhaus (AKIK)
 Harzstr. 34 A, T 62767

Ambulanter Kinderhospizdienst Hospiz-Verein
 Regensburg, Hölkering 1, Pentling, T 992522-0, hospiz-verein-regensburg.de

Besuchspatendienst für Kinder im Krankenhaus
 Sozialdienst Kinderklinik St. Hedwig, T 369-1050

Bunte Kreis KUNO
 Familiennachsorge an der KUNO Kinderklinik St. Hedwig, Steinmetzstr. 1-3, T 369 5008

Interdisziplinäre Frühförderstelle der Kath. Jugendfürsorge
 Straubinger Str. 26/
 T 46 29 23 0

Kinderzentrum St. Martin der KJF Sozialpädiatrisches Zentrum, Kinder- u. entwicklungs-neurologische Ambulanz
 Wieshuberstr. 4, T 4650-20, kinderzentrum-regensburg.de

Epilepsie-Beratung der KJF
 Wieshuberstr. 4, T4092685, info@epilepsie-beratung.de

Frühförderung für blinde und sehbehinderte Kinder
 Blindeninstitut An der Brunnstube 31, T 2984-150

ADHS-Beratung
 Ursula Wendeberg, Maad 6, Regenstauf, T 09402/7899434

VKKK Ostbayern e.V. Förderung krebskranker und körperbehinderter Kinder, Krebeki
 Franz-Josef-Strauß-Allee 17, T 299075, vkkk-ostbayern.de
 krebeki.de

Verein für Körper- und Mehrfachbehinderte e.V.
 Metzgerweg 34, T 40592, vkm-regensburg.de

PHÖNIX e.V. – Hilfen für behinderte Menschen
 Rote-Löwen-Str. 10, T 560938

SELBSTHILFEGRUPPEN

KISS Kontakt- u. Infostelle für Selbsthilfegruppen
 Landshuter Str. 19, T 599388-610, kiss-regensburg.de

allergie-treff Eltern-Gruppe
 T 0941/30094317
 (19:30-20:30h)

Arbeitskreis Eltern diabetischer Kinder
 T 09404/641457

Arbeitsgemeinschaft Spina-bifida-Hydrocephalus-Kinder
 T 83698

Elternrunde Down-Syndrom
 T 09404/649661, down-syndrom-regensburg.de

SHG für Eltern herzkranker Kinder
 T 09409/861063

SHG für trauernde Familien
 Tr. Tuschl, T 09404/953378

Beratung für Eltern von Kindern mit ADS
 Fr. Aukofer, T 09481/942158

Beratung bei Neurodermitis, Asthma u. Allergie
 Fr. Klein, T 647891

WAAGNIS-Beratungsstelle und SHG für Essstörungen, Grasgasse 10, T 5998606, waagnis.de

FAMILIENBILDUNG/ ELTERN-KIND-GRUPPEN

Koordinierungsstelle Familienstützpunkte:

- Stadt: Singrün 2a, T 507-3776
- Landkreis: Altmühlstr. 3, T 4009-352,
- familie-bildung.info

Familienbildung im EBW
 Am Ölberg 2, T 59215-16
 ebw-regensburg.de

Familienbildung und M.E.H.R.
 Kath. Erwachsenenbildung Obermünsterpl. 7, T 597-2231, keb-regensburg-stadt.de

Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis
 keb-regensburg-land.de

Familienzentrum der AWO
 Humboldtstr. 34, T 6985754, awo-ov-regensburg.de

Familienzentrum Burgweinting & Herztöne e.V.
 Kirchfeldallee 2, T 999270, herztone-ev.de

Familienzentrum der KJF
 beim Ostentor Heiliggeistgasse 7, T 58685-25

Familienzentrum Königswiesen
 Dr.-Gessler-Str. 22, T 948713, familienzentrum-koenigswiesen.de

Familienzentrum m. Spielstube im REKIZ
 Prüfeninger Schloßstr. 73e, T 3078756-4, rekiz-regensburg.de

Familientreff Nord (SAK e.V.)
 Taunusstr. 5, T 6001266

Familienzentrum der EJSA
 Hemauerstr. 20a, T 58612155
 ejsa-regensburg.de

Familienzentrum Kontrast
 Vilshofener Str. 14, T 28095 983, kontrast-regensburg.de

Mehrgenerationenhaus Stadt R
 Ostengasse 29, Generationenprojekte, T 507-5551
 Spielhaus, T 507-5552
 Café Klara, T 507-5554
 Spielbus, T 507-5553

Familienzentrum Faraja
 St. Veitweg 2
 T 46523934, Familienwerkstatt-regensburg.de

PARTNERSCHAFT

Kath. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- u. Lebensfragen
 Landshuter Str. 16, T 51670, eheberatung-regensburg.de

Psycholog. Beratungsstelle des Diakonischen Werks
 Prüfeninger Str. 53, T 2977111

FRAUEN

Frauensgesundheitszentrum
 Grasgasse 10, T 81644

Frauenhäuser:

- Autonomes Frauenhaus, Frauen helfen Frauen e.V. T 24000, frauenhaus-regensburg.de
- Kinder- und Jugend-schutzhaus des Sozialdienstes Kath. Frauen e.V. T 562400

Beratungsstelle für Frauen zu Trennung und Scheidung für gewaltbetroffene Frauen
 – Frauen helfen Frauen e.V., T 24000

Frauennotruf Regensburg e.V.
 – Beratung für Frauen und Mädchen mit sexualisierten Gewalterfahrungen, Alte Manggasse 1, T 24171

Beratung u. weiblichen Opfern sexueller u.a. Gewalttaten
 Beauftragte der Polizei für Frauen u. Kinder, Bajuwarenstr. 2c, T 506-1333

Wohngruppe St. Rita
 für Frauen in sozialen Schwierigkeiten (Caritas), Bahnhofstr. 15, T 5851000

Frauenzentrum Regensburg e.V.
 T 380924, info@frauenzentrum-regensburg.de

Sozialdienst Kath. Frauen (SkF)
 Prüfeninger Schloßstr. 73e, T 30787568

Frau und Beruf- Regionalzentrum Regensburg, vhs
 Dr.-Gessler-Str. 47, T 507-4435, 507-4430

Frauen-Online-Netzwerk Regensburg
 frauen-online-netzwerk.de

PSYCHISCHE UNTERSTÜTZUNG/KRISEN

„Nummer gegen Kummer“, Kinder- u. Jugendtelefon
 werktags 14-20 Uhr, T 0800/1110333

Kindertrauerbegleitung e.V.
 T 20052761, 0176-61863462

Sozialpsychiatrischer Dienst der Diakonie
 Beratung bei psych. Erkrankungen Prüfeninger Str. 53, T 29771-12

Sozialpsychiatrischer Dienst der Bayr. Gesellschaft f. psych. Gesundheit, Rote-Hahnen-G. 8, T599359-10

Krisendienst HORIZONT Hilfe bei Selbstmordgefahr
 (Caritas und Diakonisches Werk), Hemauer Str. 8, T 58181

Telefonseelsorge Ostbayern,
 T 0800/111011, telefonseelsorge-regensburg.de

SUCHTBERATUNG am Gesundheitsamt
 Sedanstr. 1, T 4009-0

Fachambulanz für Suchtprobleme
 Von-der-Tann-Str. 9, T 5021-119, beratung-caritas.de

JUGEND

Berufsberatung für Jugendliche
 Agentur für Arbeit, Galgenbergstr. 24, T 0800 4 555500 (gebührenfrei)

Beratungsstelle für Jugend und Arbeit
 der Stadt R, Ostengasse 29, T 507-2553

Stadtjugendring Jugendzentrum
 Weingasse 1, T 507-2556, jugend-regensburg.de

Haus Emma Zentrum für Mädchen und junge Frauen
 Oberländerstr. 1, T 9920820

Offene Sprechstunde für Jugendliche
 in der Beratungsstelle der KJF, Ostengasse 31, T. 79982-0, Mi 15:30 - 17:00 auch ohne Termin

www.kopfhoch.de Online-Beratung für Jugendliche
 aus Stadt und Lkrs. R des Deutschen Kinderschutzbundes

waagnis – Beratungsstelle zu Essstörungen
 Grasgasse 10, T 5998606

ADRESSEN FAMILIE

BILDUNG

Staatliche Schulberatung für die Oberpfalz, Weinweg 2, T 22036, schulberatung.bayern.de

Legasthenie, Lese-, Rechtschreib-, Rechenschwäche Beratung, individ. Lerntherapie, psycholog. Beratung, Kontaktstelle Elternhaus-Schule, Alte Manggasse 1, T 5997672

Arbeitskreis Legasthenie Bayern e.V. Roritzer Str. 4, T 54896

HASA-Kurs zum Nachholen des erfolgreichen Hauptschulabschlusses Hans-Sachs-Str. 4, T 2961171

Fachstelle Gewaltprävention an Schulen Amt für Jugend und Familie, Michlstift, Am Singrün 2a, T 507-7510

Linkshänder und umgeschulte Linkshänder Beratungsstelle, Landshuter Str. 14, T 5998040

Unabhängige Beratungsstelle Inklusion, Staatl. Schulämter: Donaustauer Str. 70
• Stadt: Tel. 4009-781
• Landkreis: Tel. 4009-784

KULTUR

Musische Früherziehung der Stadt Am Schulberg! 7, T 507-3462

Städt. Sing und Musikschule Bismarckplatz 1, T 507-1461/62

Farbkreis e.V. T 09403/ 967396

Kinder- und Jugendfarm d. SAK e.V. Taunusstr. 5, T 6001545

MIGRATION/ ASYL

WIR Willkommen in Regensburg Integrationsstelle der Stadt, Silberne-Kranz-Gasse 9, T 507-3250

Integrationsamt im Landkreis Landratsamt, Altmühlstr. 3, T 4009-227

Caritas Migrationsberatung Von-der-Tann-Str. 9, T 5021-156

Caritas Asylsozialberatung Von-der-Tann-Str. 9, T 5021-153, 5021-152

Jugendmigrationsdienst Kath. Jugendfürsorge Migrationsberatung bis 27 J., Heiliggeistg. 7, T 58685-31, -32, -33

InMigra-KiD Jugend- und familien-therapeut. Beratungsstelle Landshuter Str. 19, 93047 Regensburg, T 507-2762

MIMI- mit Migranten für Migranten T 507-2011

AG Migrantenmedizin Von-der-Tann-Str. 7, migramed-regensburg.de

Beratungsstelle für zugewanderte Familien aus Südosteuropa – HAJDE Singrün 2a, T 507-2969

Arbeitskreis für ausländische Arbeitnehmer a.a.a. Erhardingasse 7, T 560718

WEITERE ANGEBOTE

Familienbüro der OTH Regensburg Seybothstr. 2, T 943-9208

Familien-Service der Universität Regensburg Universitätsstr. 31, T 943-2323

FreiwilligenAgentur Regensburg Landshuter Str. 19, T 599388620

FreiwilligenAgentur Landkreis, Landratsamt Altmühlstr. 1a, T 4009-305

Tauschnetz Regensburg e.V. T 4612242
www.tauschnetz-regensburg.de

IMPRESSUM

Die Zeitung der Regensburger Eltern e.V. ist kostenlos, erscheint alle zwei Monate und finanziert sich über die Anzeigen. Sie wird hauptsächlich von Mitgliedern und Eltern des Vereins und ehrenamtlich erstellt. Die Artikel geben die Meinung der jeweiligen Verfasser wieder.

Herausgeber Regensburger Eltern e.V.

Redaktion / Vertrieb Ulrike Hecht, redaktion@regensburger-eltern.de

Redaktionelle Mitarbeit Andrea Bawiedemann, Johann Brandl, Gerhard Hecht, Ulrike Hecht, Miriam Pfad-Eder, Verena Riehl, Nina Schellkopf, u.a. zeitung@regensburger-eltern.de

Anzeigen Ulrike Hecht, hecht@regensburger-eltern.de 0941-57447

Anzeigenpreise/Mediadaten regensburger-eltern.de/zeitung.html

Layout Kathrin Fleischmann, post@fraufliechmann.de

Titel unplash/ Amelia Keller, Jonas (4)

Illustration Seite 26/27 Florian Hauer
www.bogatzki-inc.com

Druck Schmidl & Rotaplan Druck GmbH, Regensburg

Auflage 2000 Stück, erscheint alle zwei Monate (kostenlos)

Redaktionsschluss 10. 02. 2021 - für Heft 227, März/April 2021

Vorträge

In unseren schönen Räumen des **remoni*** haben Eltern, Pädagogen und Interessierte die Möglichkeit, sich weiterzubilden und Neues zu erlernen.

Zertifikatslehrgänge

Workshops

Seminare

Montessori Diplomlehrgänge

Wir freuen uns, wenn wir auch Sie begeistern können!

*Regensburger Montessori Institut

Krippe Kinderhaus Schule Kinderhort FOS Fortbildung Verein

montessori
regensburg

Lernen ist Begeisterung



KONFITOREI OPERA



Amt für Tagesbetreuung von Kindern

Telefon: 0941/507 7525
0941/507 7527

E-Mail: kindertagespflege@Regensburg.de