

REGENSBURGER ELTERNZEITUNG

Nummer 230 ∞ November/Dezember 2021



WIE LANGE SOLL ICH MEIN KIND STILLEN?

Eltern fragen – Experten antworten

SCHWIMMEN LERNEN IN REGENSBURG BEI FEHLENDEN KAPAZITÄTEN

Ein Bericht

KOSTENLOS

Schulzeit ist Lebenszeit

Vortrag für interessierte Eltern



Einblick in die Waldorfpädagogik der Klassenlehrerzeit. Voranmeldung über:
info@waldorfschule-regensburg.de

Freitag, 12.11.2021, 20:00 Uhr

Tag der offenen Tür



Alle Eltern haben die Möglichkeit das Schulgelände zu erkunden und Waldorfpädagogik zu erleben. Herzlich willkommen!

Samstag, 13.11.2021, 11:00 - 15:00 Uhr

Liebe Leserinnen und Leser,

auch in dieser Ausgabe gibt es wieder viel Lesenswertes für Familien in Regensburg, diesmal mit dem Schwerpunkt Bewegung und Sport: wir stellen den Verein Naturfreunde Regensburg e.V. vor, berichten über das Kinder- und Jugendlichentraining beim Rugby Club Regensburg 2000 und Hans Brandl beleuchtet in seinem Artikel die prekäre Lage der Regensburger Schwimmbad-Landschaft. Um den Verein der Regensburger Eltern geht es in dem Interview mit unseren Aufsichtsräten, ums Abstillen bei der Elternfrage und weihnachtlich wird es beim Bericht über den Elf aus der Krabbelstube Fidelgasse und den

Basteltipps in der Kleinen Zeiten. Wer nachhaltig schenken will, kann dazu etwas in der Kolumne Omas beste Klimarezepte lesen oder bei Happy 2 Help Kids fündig werden, eine gemeinnützige Organisation, die auf einem Online-Marktplatz Sachspenden vermittelt. Und last but not least gibt es wieder die Kolumne Hecht mit Hauer und unsere Buchtipps und Adressen für Familien am Ende der Zeitung!

Wir wünschen viel Spass beim Lesen!
Die Redaktion

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

Inhalt



16

Wie lange soll
ich mein Kind stillen?

Eltern fragen – Experten antworten



28

Schwimmen lernen in Regensburg
bei fehlenden Kapazitäten

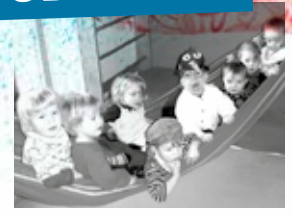
Ein Bericht

- 5** Interview: Die Aufsichtsräte der Regensburger Eltern e.V. stellen sich vor
- 9** Bericht: Naturfreunde Regensburg e.V.
- 12** Bericht: Happy 2 Help Kids
- 14** Bericht: Rugby in Regensburg
- 19** Aus unseren Einrichtungen: Weihnachtself Konrad kommt
- 21** Kleine Zeitung
- 25** Bericht: Draußen Klasse der Pestalozzi Mittelschule
- 26** Kolumne: Hecht mit Hauer
- 31** Ausflugstipp: Wild- und Freizeitpark Höllohe
- 33** Kolumne: Oma's beste Klima Rezepte
- 37** Nachruf für Colin
- 39** Buchtipps
- 40** 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 AKTIVITÄTEN

- Träger von drei Krabbelstuben, dem Stadtparkkindergarten, dem Bauspielplatz und der OGTS St. Wolfgang
- Herausgabe der Elternzeitung
- Organisation von Festen und Informationsveranstaltungen für Familien
- Lobby für Eltern, die in Regensburg etwas bewegen möchte

UNSERE EINRICHTUNGEN



Stadtparkkindergarten (93047)
im Ausweichquartier
Am Nonnenplatz 8, Tel. 0941/273 99
stadtparkkindergarten@regensburger-eltern.de

Krabbelstube Fidelgasse (93047)
Fidelgasse 9, Tel. 0941/54 3 01
krabbel-fidel@regensburger-eltern.de

Krabbelstube Altmanstraße (93053)
Altmanstraße 2, Tel. 0941/705 74 30
krabbel-altmann@regensburger-eltern.de

Krabbelstube Pommernstraße (93057)
Pommernstraße 7, Tel. 0941/630 45 797
krabbel-pommern@regensburger-eltern.de

Offene Ganztagschule St. Wolfgang (93051)
Brentanostraße 13, Tel. 0941/507 30 97
ogts-st.wolfgang@regensburger-eltern.de

Bauspielplatz (93053)
Fort-Skelly Straße
Bitte informiert Euch unter www.regensburger-eltern.de/bauspielplatz.html über die aktuellen Öffnungszeiten

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



www.regensburger-eltern.de



DIE AUFSICHTSRÄTE DER REGENSBURGER ELTERN E.V. STELLEN SICH VOR

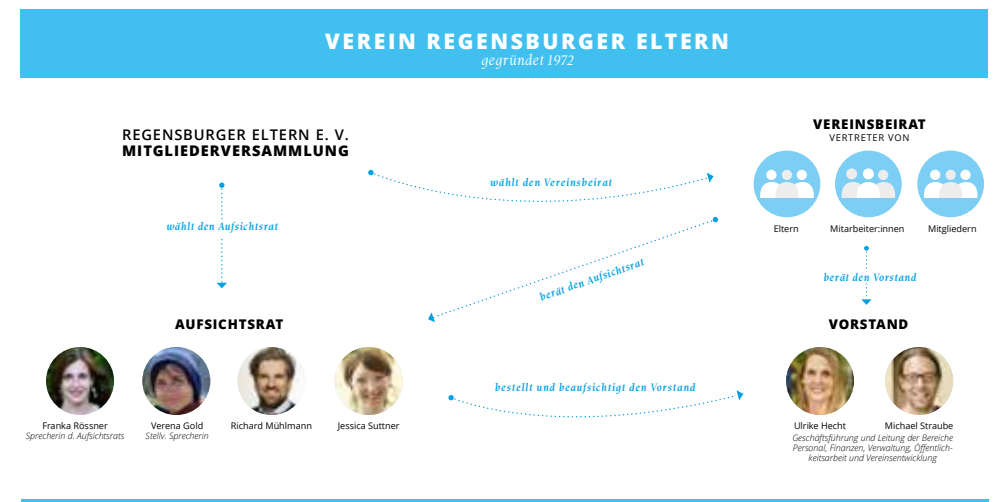
ZUSAMMENGESTELLT VON ULRIKE HECHT

DIE VEREINSSTRUKTUR

Der Verein der Regensburger Eltern e.V. wurde 1972 gegründet und wächst seitdem stetig. Heute hat er über 200 Mitglieder, beschäftigt in seinen Einrichtungen etwa 50 Mitarbeiter:innen und verwaltet ein jährliches Budget von über einer Millionen Euro. Um seiner wachsenden Größe Rechnung zu tragen, gab es 2019 eine umfassende Umstrukturierung, bei der der bisher ehrenamtliche Vorstand durch einen hauptamtlichen Vorstand abgelöst wurde. Bestellt, beraten und kon-

trolliert werden die Vorstände durch einen vierköpfigen Aufsichtsrat. Die Aufsichtsräte wiederum werden von der Mitgliederversammlung jeweils für zwei Jahre gewählt und üben ihr Amt ehrenamtlich aus. Wir haben sie zu ihren Ideen und Visionen für den Verein der Regensburger Eltern befragt!

Die kompletten Antworten gibt es unter elternzeitung.de





FRANKA RÖSSNER
HISTORIKERIN/AUF-
SICHTSRÄTIN SEIT 2021

Was zeichnet für dich den Verein der Regensburger Eltern e.V. aus?

Der soziale Bereich, insbesondere auch die Unterstützung von Familien scheint mir in Regensburg

stark von der katholischen Kirche besetzt. Ich habe das bei der Suche nach einem Krippenplatz für unsere Tochter bemerkt. Der überkonfessionelle Grundsatz der Regensburger Eltern hat mich stark angesprochen. Mir gefällt außerdem, dass sich im Verein ganz vielfältige Interessen und Persönlichkeiten zusammenfinden.

Warum engagierst du dich ehrenamtlich?

Ich kenne es gar nicht anders. Von der DLRG oder Studierendenfachschaft bis hin zur haupt- und ehrenamtlichen Arbeit im Gedenkstättenbereich: bestimmte Themen wollte und will ich gerne mit voranbringen. Dabei immer wieder unterschiedlichen Menschen zu begegnen, sie einzubinden, etwas gemeinsam zu schaffen, sich darüber auch zu streiten und zu reiben, das ist für mich Teil eines erfüllten Lebens.

Welche Fähigkeiten und Ideen möchtest du als Aufsichtsrätin einbringen?

Als Neu-Regensburgerin betrachte und erlebe ich die Stadt unverstellt. Vieles fällt mir auf, im Guten wie im Schlechten, an das sich die „Eingeborenen“ schon gewöhnt haben. Besonders am Herzen liegt mir das Thema Barrierefreiheit oder zumindest das Reduzieren von Barrieren. Damit meine ich nicht (nur) das Anbringen von Rampen oder die Absenkung von Bordsteinen. Wichtig ist es

für mich, dass auch Menschen/Kinder mit kognitiven Einschränkungen oder sprachlichen Hemmnissen am Alltag in Regensburg teilhaben können.



VERENA GOLD
LITERATURWISSEN-
SCHAFTLERIN/AUF-
SICHTSRÄTIN SEIT 2021

Was zeichnet für dich den Verein der Regensburger Eltern e.V. aus?

Die Betonung von Gleichbehandlung und Chancengleichheit hat mich ange-

sprochen, entscheidend für mein positives Urteil war aber die konkrete Besichtigung einer Krabbelstube der Regensburger Eltern e.V. und das Kennenlernen der Menschen, die hinter diesem Konzept stehen. Eine warme und herzliche Atmosphäre prägt aber meiner Meinung nach nicht nur die Institutionen der Regensburger Eltern e.V., die meine Kinder besuchen dürfen, sondern auch das Miteinander im Verein. Da schauen Realisten aus ganz unterschiedlichen Blickwinkeln auf eine nicht ganz einfache Welt und gehen trotzdem mit Idealismus in sie hinein, um mitzugestalten und Veränderungen anzuregen. Das macht Mut!

Warum engagierst du dich ehrenamtlich?

Man könnte sagen: Ich bin da so reingerutscht. Das ist aber nur die halbe Wahrheit. Ich bin schon der Auffassung, dass jemand, der so unbeschwert und privilegiert aufwachsen durfte wie ich, auch in der Pflicht ist, etwas an die Gemeinschaft zurückzugeben – und sei es „nur“ Energie und Zeit, wie sie in einer ehrenamtlichen Tätigkeit stecken. Die Bedürfnisse von Familien können ja ganz unterschiedlich sein: Hier treffen ganz un-

terschiedliche Modelle, Vorstellungen und Wünsche aufeinander, die oft auch sehr intim sind und alle eine bestimmte Berechtigung haben: Sie sollten auch gehört werden! Der Verein der Regensburger Eltern e.V., versucht, diese Belange sichtbar zu machen und auch durchsetzen – das möchte ich mit meinem Engagement unterstützen.

Welche Fähigkeiten und Ideen möchtest du als Aufsichtsrätin einbringen?

Als Aufsichtsrätin schaue ich nicht nur dem Vorstand auf die Finger, sondern möchte auch an der kontinuierlichen Umsetzung der Grundideen der Regensburger Eltern e.V. aktiv mitwirken. Wenn ich in den nächsten Jahren daran mitarbeiten kann, das Leben der Familien in Regensburg ein Stück weit entspannter und sorgloser zu machen, sei es durch qualitativ hochwertige Betreuungsangebote, sei es durch familienfreundliche Projekte, dann soll die Zeit gut investiert gewesen sein.



JESSICA SUTTNER
LEHRLOGOPÄDIN/
AUFSICHTSRÄTIN
SEIT 2019/DAVOR
EHRENAMTLICHE VOR-
STÄNDIN SEIT 2014

Was zeichnet für dich den Verein der Regensburger Eltern e.V. aus?

Ganz grundsätzlich zeichnet den Verein

sein Engagement für Familien und Offenheit für neue Projekte und Ideen aus. Alle Betreuungseinrichtungen des Vereins haben vor allem ein pädagogisches Konzept gemein, in dem das Kind mit seinen Bedürfnissen und in seiner persönlichen Situation im Vordergrund steht. Außerdem schätze ich das Miteinander von Kindern, Eltern, Pädagogen und

Vereinsvertretern sehr. Es ist offen, herzlich, wertschätzend und unmittelbar.

Warum engagierst du dich ehrenamtlich?

Weil eine solidarische Gesellschaft nur durch Partizipation und Verantwortung der Einzelnen gelingt. Dazu möchte ich (m)einen Part beitragen, im Allgemeinen und bezogen auf die Regensburger Eltern im Speziellen. Den positiven Geist, in dem wir uns als junge Familie sehr geborgen und ernst genommen gefühlt haben, möchte ich gerne mit gestalten und weiter entwickeln.

Welche Fähigkeiten und Ideen möchtest du als Aufsichtsrätin einbringen?

Ich kenne den Verein und die verschiedenen Einrichtungen mittlerweile nicht nur intensiv aus Elternsicht mit unseren drei Söhnen, sondern auch seit sieben Jahren als zunächst ehrenamtliche Vorständin und nun Aufsichtsrätin. Aus beidem ziehe ich Erfahrungen und Kenntnisse, die ich einbringen kann. Mir ist es besonders wichtig, verschiedene Stimmen und Einschätzungen zu hören und zu berücksichtigen, um bestmögliche Lösungen und neue Wege zu finden. Hier trägt mich sicherlich auch mein beruflicher Hintergrund Supervisorin für angehende Therapeutinnen. Meine Ideen? Ein bisschen mehr Regensburger Eltern e.V. für alle – durch Aktivitäten und Einrichtungen in verschiedenen Stadtgebieten vom Inneren Westen bis in den Norden und für Kinder und Jugendliche verschiedenen Alters ... wer weiß, vielleicht sogar für Senioren?



RICHARD MÜHLMANN
STADTPLANER/AUF-
SICHTSRAT SEIT 2019/
DAVOR EHRENAMT-
LICHER VORSTAND
SEIT 2017

Was zeichnet für dich den Verein der Regensburger Eltern e.V. aus?

Die Regensburger Eltern sind ein Verein mit Tradition. Bereits 1972 wurden sie gegründet, mit für die damalige Zeit sehr innovativen Ideen zum Thema Erziehung und Kinderbetreuung. Heute gehört der Verein zu den etablierten Akteuren in Regensburg und auch wenn die 1972 formulierten Ideen und Vorstellungen inzwischen gesellschaftlich anerkannt sind, ist der Verein selbst nicht stehen geblieben. Die Regensburger Eltern verstehen sich als offene Anlaufstelle in Regensburg rund um das Thema Pädagogik.

Warum engagierst du dich ehrenamtlich?

Auslöser war, dass unser erster Sohn in eine Krabbelstube der Regensburger Eltern kam. Er, und auch wir als Eltern, fühlten uns dort wunderbar aufgehoben. Als mir die Frage

gestellt wurde, ob ich mir vorstellen könnte, mich im Verein zu engagieren, musste ich nicht lang überlegen. Ich hatte wenige Vorstellungen davon, was das genau bedeuten würde, aber ich war neugierig, wie der Verein „hinter den Kulissen“ funktioniert. Mittlerweile arbeite ich seit gut vier Jahren im Verein mit und weiterhin mit genauso viel Herzblut dabei wie am Anfang. Ich habe hier mit großartigen Menschen zu tun und es gibt immer ein offenes Ohr für neue Ideen und Vorschläge.

Welche Fähigkeiten und Ideen möchtest du als Aufsichtsrat einbringen?

Im Aufsichtsrat kommen Menschen aus völlig unterschiedlichen Bereichen zusammen, jede und jeder ganz unterschiedlichen Erfahrungen und Kenntnissen. Beruflich kümmere ich mich als Stadtplaner vor allem um Themen wie Altstadtsanierung und um Fördermittel. Auf dem ersten Blick scheint es wenig zu geben, was inhaltlich weiter entfernt von der Betreuung ist von kleinen Kindern. Beim zweiten Blick offenbaren sich erstaunliche Schnittmengen. Das oberste Ziel ist dabei klar: Regensburg soll noch lebenswerter für Kinder und Familien werden.



FAMILIEN-RALLYE DER NATURFREUNDE REGENSBURG E.V.

Natur-Geh-Fühl mit Spiel und Spaß in der Natur!

EIN BERICHT VON RENATE WIENBREYER UND KARIN HÄUPL

DIE SITUATION


Erlebnishungrige Kinder, die sich nach all den Einschränkungen nach einem Miteinander in ihrem Bewegungsdrang sehnen? Eltern, die mit ihren Kindern und befreundeten Familien gerne wieder bewegte Zeit im freien Raum der Natur verbringen wollen?

DAS ANGEBOT

Für diese Bedürfnisse haben die Naturfreunde Regensburg e.V. mit ihrer Familien-Rallye am 19. September 2021 rund um die Räuberhöhle erfolgreich ein Pilotprojekt gestartet. Nach den Corona-Beschränkungen planten sie ein spannendes Angebot für Familien mit wandererproben Kindern ab der 3. bis

zur 7. Klasse, das jährlich als Wiederholung vorgesehen ist. Neben naturpädagogischen Kurz- und Langzeitaufgaben, galt es etliche Rätsel zu lösen und Wissenswertes über den Wald zu erfahren. Nach dem gemeinsamen Picknick entstanden die unterschiedlichsten kreativen Landart-Kunstwerke.

Den Initiatorinnen Renate Wienbreyer und Karin Häufl ist es auch bei zukünftigen Aktionen wichtig, dass Natur nicht passiv konsumiert, sondern als aktiver Erfahrungsraum genutzt wird. So gaben sie in ihrem Rallyeheft auch zusätzlich Tipps für Eltern, wie sie Zeit mit ihren Kindern in der Natur gestalten können. Die ehrenamtlichen, nicht kommerziell angelegten Konzeptionen für Spiel und




STEP Systematisches Training für Eltern und Pädagogen

Ein flexibles Erziehungskonzept das mitwächst.

Erziehungskurse und Coaching **auch Online**

Mehr Infos unter <https://erziehung-training.de>



BERICHT

Spaß mit und in der Natur sollen zeigen, wie Kinder Natur erwandern, erfahren und spielend begreifen können.

„Wir haben Lust auf mehr!“ so die Devise bei den teilnehmenden Eltern und Kinder und so wird schon eifrig an neuen Ideen für „Micro-abenteuer“ in und rund um Regensburg gebastelt. Als nächstes wird es wohl eine Aktion rund um das Naturfreundehaus in Schönhofen geben.

WIE KOMMEN WIR ZUSAMMEN?

Hinterlassen Sie gerne ihre Email auf der Seite der Naturfreunde (www.naturfreunde-regensburg.de) unter dem Stichwort: Familiengruppe „Bin interessiert!“, so dass wir Sie und ihre Kinder persönlich, unabhängig von der Presse, über neue Aktionen informieren und einladen können!

ZIELE

Das Ziel der Familiengruppe ist es, mit den Kindern den Spaß an der Natur zu entdecken. Wir wollen aktiv und kreativ sein mit den Möglichkeiten, welche die Natur zur jeweiligen Jahreszeit bietet. Unsere Freizeitaktivitäten sind so abgestimmt, dass sie das Miteinander fördern und mit Bewegung, Spiel und Spaß entwicklungsfördernde Anreize für Kinder bieten. Unser NaturFreunde-Haus in Schönhofen im Labertal bietet sich für einen Teil unserer Aktivitäten an.

Informieren Sie sich auf unserer Website, hinterlassen Sie bei grundsätzlichem Interesse Ihre Email und nehmen Sie unverbindlich an unseren Aktivitäten teil.

Wir freuen uns auf Euch!



© WIENBREYER (2)



MEHR INFOS

Naturfreunde Regensburg e.V.
www.naturfreunde-regensburg.de

HIER FINDET IHR KIND GEHÖR!



FORUM HNO
Gemeinschaftspraxis
für HNO+Phoniatrie

FORUM HNO
IM GESUNDHEITSFORUM
BEI DEN ARCARDEN

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**

HAPPY 2 HELP KIDS - EINE NETTE SACHE

Regensburger gemeinnützige Organisation setzt sich für Kinder ein

EIN BERICHT VON BOGDAN TRIPONESCU

Kindern etwas Gutes tun: Dafür setzt sich die Regensburger gemeinnützige Organisation Happy 2 Help Kids ein. Sie verwirklicht Träume und Ambitionen von Kindern, deren Familien das allein nicht schaffen. Auf dem eigens eingerichteten Online-Marktplatz können brauchbare und noch gut erhaltene Gegenstände angeboten werden. Der Erlös geht direkt an die Kinder.

Diese großartige Idee ist simpel und genial: Sachspenden werden in Geld umgewandelt und damit soziale und bildende Einrichtungen in der Region unterstützt. Das Portal bringt spendenwillige Menschen und förderbedürftige Kinder zusammen. Im Vergleich zu anderen Hilfsorganisationen werden hier nicht Geld-, sondern Sachspenden gesammelt. Das



BOGDAN TRIPONESCU

Besondere dabei ist, dass die Kinder nicht direkt mit Geld unterstützt, sondern mit den Einnahmen die Kosten für deren Förderung in unterschiedlichen Bereichen übernommen wird, z.B. Sport, Musik, Kunst, Weiterbildung. Es ist enorm wichtig, dass Kinder rechtzeitig und richtig gefördert werden, um ihre Talente

entfalten zu können. Daher werden bedürftige Kinder aus schwierigem sozialem Umfeld, als auch Kinder mit eingeschränkter körperlicher Entwicklung unterstützt, damit diese weiterhin Spaß am Leben haben und als Erwachsene ein selbstbestimmtes Leben führen können.

Mitmachen kann jeder. Ganz einfach: Sachspende auf dem Online-Marktplatz anbieten, Preis selbst bestimmen, sobald ein poten-

zieller Käufer den Preis an die Organisation überwiesen hat, kann die Sachspende den Besitzer wechseln. Alle Arten von Sachspenden sind willkommen, sowohl neue als auch gebrauchte Gegenstände: Das Kinderfahrrad oder die Spielsachen, die schon lange im Keller stehen, Omas alter Vintage-Plattenspieler, das vorletzte Handymodell, oder die ausgedienten Elektronikartikel – jede Sachspende mit einem angebotenen Preis von mindestens zehn Euro kann angeboten werden. Den Gründern ist es wichtig, den Sachen ein zweites Leben einzuhauchen und damit nachhaltig und umweltfreundlich zu handeln, denn zu viele neue und noch brauchbare Gegenstände werden heutzutage entsorgt oder liegen unbenutzt in Wohnung, Keller, Dachboden oder Garage herum. Namhafte Firmen der Region unterstützen Happy 2 Help Kids bereits, wie der SSV Jahn Regensburg, Tabaluga, 1. FC Nürnberg, die Regensburger Zeitung u. a. und glauben an

diese großartige Idee. Und Sie können das auch. Weihnachten steht vor der Tür. Wie wäre es mit einer guten Tat, indem von dem Marktplatz ein Geschenk erworben wird? Dadurch kann Happy 2 Help Kids vor allem an Weihnachten Kinderaugen erstrahlen lassen. Oder Sie wünschen sich zum Geburtstag oder Jubiläum eine (Sach-) Spende für Happy 2 Help Kids oder überraschen andere mit einem Geschenk aus dem Marktplatz.



MEHR INFOS

Happy 2 Help Kids
www.happy2helpkids.com oder
www.nettespende.de

SPENDENKONTO

Sparkasse Regensburg
 IBAN: DE40 7505 0000 0027 3914 99
 PayPal: spende@happy2helpkids.com



🎸 **Gitarre und Ukulele Kurse im HouseOnTheRock** 🎸



Das ideale Geschenk zu Weihnachten !

Gitarre	Wiedereinsteiger	12.01. 2022 - 23.03. 2022	jeweils mittwochs von 18.30 - 19.30	10 Stunden	für nur 120 €
Ukulele	Anfänger	12.01. 2022 - 23.03. 2022	jeweils mittwochs von 18.30 - 19.30	10 Stunden	für nur 80 €
Ukulele	Fortgeschrittene I	11.01. 2022 - 22.03. 2022	jeweils dienstags von 18.15 - 19.15	10 Stunden	für nur 80 €
Ukulele	Fortgeschrittene II	12.01. 2022 - 23.03. 2022	jeweils mittwochs von 19.30 - 20.30	10 Stunden	für nur 80 €



info@thehouseontherock.de 0179 90 68 099 0941 / 98 301
 TheHouseOnTheRock **Musikunterricht** Nürnbergerstraße 176 93059 Regensburg



RUGBY IN REGENSBURG – NOCH NIE GEHÖRT?

Leidenschaft, Teamgeist, Herausforderungen, Wagnis und Spaß prägen Training und Spiele des Rugby Club Regensburg 2000

EIN BERICHT VON TINA MIKULLA

Der im Jahr 2000 gegründete Verein hat Rugby in Regensburg etabliert und konnte sogar schon dreimal die Bayerische Meisterschaft in die Domstadt holen. Im Jahr 2015 gelang den Rugby-Herren mit dem Aufstieg in die 2. Bundesliga ihr bisher größter Erfolg. Seit 2014 hat der RCR wieder eine Damemannschaft, so gehören dem Verein auch zahlreiche Frauen und Mädchen an. Und ein Kinder- und Jugend Training gibt es auch.

DAS SPIEL KURZ ERKLÄRT

Rugby wird mit der Hand und dem Fuß gespielt. Dabei darf der Ball mit der Hand nur nach hinten oder zur Seite gepasst werden, nach vorne kann der Ball mit dem Fuß gekickt werden. Das Spiel dauert 80 Minuten und ist

in zwei Halbzeiten zu je 40 Minuten unterteilt. Beim Rugby stehen sich zwei Mannschaften mit jeweils 15 Spielern gegenüber. Punkte können entweder durch das kontrollierte Ablegen des Balles im gegnerischen „Malfeld“ (die jeweils hinterste Zone im Spielfeld) oder durch das Kicken des Balles durch die beiden Torstangen erzielt werden. Rugby ist eine Kontaktsportart, d.h. der ballführende Gegenspieler darf durch das sogenannte Tiefhalten (kontrolliertes zu Boden bringen) aufgehalten werden. Liegt ein Spieler am Boden, muss dieser den Ball sofort freigeben.

RUGBY KINDER- UND JUGENDTRAINING

Auch der Nachwuchs (ab 6 Jahren) wird beim

Rugby Club Regensburg mit einem eigenen Kinder- und Jugendtraining gut gefördert und gefordert. Das wöchentliche Training findet im Sommer draußen (Sportanlage am Weinweg) in der kalten Jahreszeit in der Halle statt.

Unabhängig von Geschlecht, Körpergewicht, Fitnesszustand oder Erfahrung bietet Rugby zahlreiche Möglichkeiten, sich zu verwirklichen. Ob als flinker Flügelspieler, knallharter Stürmer oder als scharfsinniger Verbinder – im Rugby findet jeder seine sportliche Bestimmung.

Wer Interesse hat kann das Training oder eines der Heimspiele des RCRs besuchen – Regensburgs Rugbyspieler teilen gerne die Begeisterung für Ihren Sport!



MEHR INFOS UND TERMINE

unter facebook.com/rugbyclubregensburg/



made by
SENDLDORFER
Freiberuflicher Grafiker



**Ich kann mit einer Maus
einen Elefanten machen!**

Ihr Mediengestalter / Grafiker
mit Schwerpunkt Editorial Design –
Abwicklung, Gestaltung und Druck

made by Sendldorfer | Helmut Sendldorfer
✉ info@sendldorfer.com ☎ (01 76) 21 64 01 12
www.sendldorfer.com



Jugend-Sponsor der
Regensburg Baskets




GEHT DAS NUR UNS SO?

Eltern fragen – Experten antworten

WIE LANGE SOLL ICH MEIN KIND STILLLEN?

Ich bin vor fünf Monaten Mutter geworden und wir sind sehr glücklich mit unserer Tochter Sarah. Auch mit dem Stillen klappt es – nach anfänglichen Schwierigkeiten – gut und ich genieße die Innigkeit, die wir dabei erleben. Damit auch mein Mann die Kleine über einen längeren Zeitraum allein betreuen kann, wollten wir jetzt

mit Beikost beginnen und Sarah langsam abstillen. Als ich das einer Mutter aus meiner Babygruppe erzählt habe, war diese ganz empört und meinte, dass dann Allergien vorprogrammiert seien, sie Bindungsstörungen bekommen könne und Kinder selber bestimmen sollen, wann sie nicht mehr an der Brust trinken wollen. Sie selber habe ihren Großen länger als drei Jahre gestillt und er sei kerngesund. Jetzt bin ich verunsichert. Soll meine Tochter mitbestimmen, wann ich abstelle und gibt es dafür den richtigen Zeitpunkt?



GEMALT VON KLARA (10)



PROF. DR.
FABIENNE
BECKER-STOLL
Bindungs-
forscherin und
Direktorin

des Staatsinstitut für Früh-
pädagogik

Wie schön, dass Sie und Ihr Mann mit Ihrer kleinen Tochter glücklich sind und dass es Ihnen miteinander gut geht! Das ist für die Entwicklung Ihrer Tochter das Wichtigste. Wenn die Eltern miteinander und mit dem Kind glücklich sind, dann begleiten sie ihr Kind feinfühlig und freudig. Ob und wie lange ein Kind gestillt wird, hat nichts mit der Feinfühligkeit der Eltern oder der Entwicklung von sicheren Bindungsbeziehungen zu tun. Sonst würden Kleinkinder ja auch keine sichere Bindungsbeziehung zu ihren Vätern oder auch anderen nahen Bezugspersonen aufbauen können.

Schön, dass das mit dem Stillen mit Ihrer Tochter gut klappt und dass Sie diese innige Situation genießen können. Wie lange Sie Ihre Tochter stillen möchten, ist alleine Ihre Entscheidung. Es gibt nur wenige Studien, die einen Zusammenhang zwischen Stillen und geringere Entstehung von Allergien beim Kind nachweisen. Aber auch hier zeigt sich, dass diese positive Wirkung



REBECCA
BIENEFFELD
angehende
Stillberaterin
und Familien-
begleitung

des Stillens nur für die ersten vier Monate bzw. evtl. sechs Monate nachgewiesen werden kann. Danach bringt das Stillen keine zusätzlichen Vorteile in Bezug auf Allergieprävention mehr. Insgesamt gilt die Studienlage in Bezug auf die schützende Funktion des Stillens als sehr vage.

Im Gegensatz dazu ist die Studienlage zur Entstehung von sicheren Bindungsbeziehungen zwischen Mutter und Kind eindeutig: Liebevolle, feinfühligke Zuwendung der Mutter zum Kind führt zu einer sicheren Bindungsbeziehung zwischen Kind und Mutter. Eine sichere Bindungsbeziehung ist die beste Voraussetzung für eine gute Entwicklung des Kindes. Und es gibt keinen Zusammenhang zwischen Stillen, Feinfühligkeit und sicherer Bindung!

Lassen Sie sich also nicht durch Kommentare von anderen Müttern verunsichern, sondern genießen Sie weiterhin Ihr gemeinsames Glück mit Ihrer Tochter. Wenn Sie abstillen möchten, ist das ganz alleine Ihre Entscheidung!

Die Stillbeziehung von zwei Menschen ist etwas sehr Persönliches. Tatsächlich ist es meiner Meinung nach nicht möglich von der eigenen Stillbeziehung auf die eines anderen Stillpaares zu schließen. Ich persönlich denke, es gibt nicht nur schwarz oder weiß, sondern alle Farben des Regenbogens. Im Idealfall dürfen die Kinder mitbestimmen, aber es sollte in einem Rahmen passieren, in dem die eigene (mentale) Gesundheit nicht gefährdet ist. Auch kann man eine intakte Stillbeziehung führen, in der es großen Platz für den oder die Partner*in gibt. Das kann gelingen, indem der/die Partner*in dem Baby die vorher abgepumpte Milch füttert oder er/sie seine Exklusivzeit mit dem Kind anfänglich losgelöst von der Nahrungsaufnahme gestaltet. Bei allem, was wir als Eltern empfohlen bekommen und in der Fachliteratur nachzulesen ist, finden wir viel Allgemeingültiges, aber wenig Persönliches. Zu einer gutfunktionierenden Stillbeziehung gehören immer zwei und wenn eine*r nicht mehr möchte oder kann, dann

kann das durch die Stillberatung beratend begleitet werden.



ANNA SCHINDLER
Kinderkrankenschwester,
Still- und Laktationsberaterin IBCLC

Zunächst die offiziellen Empfehlungen: nach WHO sollen Kinder sechs Monate ausschließlich gestillt werden und bis zum 2. Lebensjahr oder darüber hinaus weiterhin häufig nach Bedarf mit Bei- und Familienkost. Laut Nationaler Stillkommission sind sechs Monate ausschließliches Stillen für die meisten Säuglinge eine ausreichende Ernährung. Mit ergänzender Beikost sollte

nicht vor dem fünften Lebensmonat und nicht später als zu Beginn des 7. Lebensmonats begonnen werden. Aus meiner Sicht ist längeres Stillen ein enormer Gewinn für die Gesundheit von Mutter und Kind! Mit ca. sechs Monaten ist der kindliche Darm meistens reif für Beikost, wobei sich der Beginn der Beikost nach den sogenannten „Reifezeichen“ des Kindes richtet. Reifezeichen sind, wenn das Baby zeigt, daß es essen möchte. Das Kind greift nach der Nahrung der Eltern, es macht Kaubewegungen mit und beobachtet genau, wenn gegessen wird. Auch der Zungenstreckreflex, durch den das Essen automatisch wieder aus dem Mund geschoben wird, hat

sich deutlich abgeschwächt. Idealerweise darf das Kind so viel und so lange an der Brust trinken, wie es dies braucht, wenn auch die Mama damit zufrieden und glücklich ist. Durch das Stillen werden elementare Bedürfnisse befriedigt: artgerechte Ernährung, viel Haut- und Körperkontakt. Wenn sich Mütter mehr Freiraum wünschen, können sie Muttermilch abpumpen und dem Papa mit Tasse oder mit der Flasche füttern lassen.

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

DER WEIHNACHTSELF KONRAD KOMMT IN DIE KRABELSTUBE FIDELGASSE

VON MELANIE HEINZ

Wie bereits im letzten Jahr wird der Weihnachtself Konrad (aus dem Kinderbuch „Elf on the shelf“) wieder in der Krabbelstube Fidelgasse einziehen. Der kleine Elf kommt zu Beginn der Weihnachtszeit zu uns und lässt

sich so manche Streiche einfallen. Jeden Tag versteckt sich Konrad irgendwo und treibt seinen Blödsinn. Letztes Jahr hat er sich einen Filzstift geschnappt, und unsere Mandarinen mit Gesichtern bemalt. An einem anderen Tag nimmt er ein Handy und bestellt Pizza ... oder stellt den Kindern kleine Ausmal-Aufgaben. Wichtig zu beachten ist dabei: man darf Konrad nicht berühren, sonst verliert er seine Zauberkraft. Leider kann er auch nicht sprechen, aber dafür sehr gut zuhören. Wir sind schon ganz gespannt, welche Überraschungen der kleine Elf sich heuer für uns überlegt und uns damit die Vorweihnachtszeit erheitert.



Herzlich Willkommen

in unserer kieferorthopädischen Fachpraxis im REZ.

Wir vereinen eine individuelle, sanfte und ganzheitliche Behandlung mit einem modernen Behandlungsspektrum, welches herausnehmbare und festsitzende Zahnspangen sowie nahezu unsichtbare Alternativen umfasst.

Wir freuen uns, Sie auf diesem Weg begleiten zu dürfen!

Ihr Praxisteam



DR. UWE SEIDL
KIEFERORTHOPÄDE AM RENNPLATZ



Franz-von-Taxis Ring 53
93049 Regensburg
+ 49 (0) 941 8703000
info@kieferorthopaede-am-rennplatz.de
www.kieferorthopaede-am-rennplatz.de



Kind sein dürfen
im Waldorfkinderhaus
Spielen und Lernen
mit allen Sinnen –
in Kindergarten und Krippe

Informationen/Voranmeldung unter:
www.waldorfkindergarten-regensburg.de
oder per Telefon 0941/79 16 41
Heuweg 15, 93055 Regensburg-Burgweinting



Aktuell suchen wir

FÜR UNSERE KRABELSTUBE POMMERNSTRASSE eine:n

ERZIEHER:IN KINDERPFLEGER:IN

mit abgeschlossener Ausbildung und Berufserfahrung

Mögliche Arbeitszeit zwischen 7:30 Uhr und 15:00 Uhr

Teamfähigkeit, Kreativität und Lust, selbstständig zu arbeiten

Was wir bieten

- Situationsgebundene Pädagogik
- Guten Personalschlüssel durch Drittkräftemodell
- Tarifliche Bezahlung, Zusatzleistungen u. v. m.

Der Verein der Regensburger Eltern e.V. besteht seit über 45 Jahren und ist Träger vom Stadtparkkindergarten, drei Krabbelstuben, einem Bauspielplatz und einer offenen Ganztagsbetreuung.

Unsere über 40 Mitarbeiter*innen können bei der Arbeit ihr Fachwissen und ihre Persönlichkeit einbringen. Als Arbeitgeber legen wir besonders Wert auf einen hohen Personalschlüssel in den Einrichtungen, stetige Weiterbildung der Mitarbeiter*innen sowie einen kollegialen Führungsstil.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung! Bitte richten Sie diese, vorzugsweise per Mail, an Ulrike Hecht unter:
hecht@regensburger-eltern.de.
 Weitere Infos: 0941/574 47 und **REGENSBURGER-ELTERN.DE**



KLEINE ZEITUNG



EULEN AUS WEIHNACHTSKUGELN

VON SUSI RUMMAGE
AUS DEM STADTPARKKINDERGARTEN



WAS WIRD GEBRAUCHT?

- Weihnachtskugeln: nicht aus Glas wegen der Bruch- bzw. Verletzungsgefahr!
- Moosgummiplatten oder Tonkarton
- Flüssigkleber
- Schere
- Stift
- Pappe

SO WIRD'S GEMACHT:

- Schablonen für Augen, Flügel, Schnabel und Füße auf dem Pappkarton aufmalen und ausschneiden
- Die Körperteile auf das Moosgummi/den Tonkarton übertragen und ausschneiden
- Nun die einzelnen Teile an der Weihnachtskugel festkleben
- Pupille auf die Augen aufmalen
- Fertig ist eure Eule!

TIPP:

Eulen sind normalerweise Einzelgänger. Unsere Eulen jedoch leben gerne im Rudel, also fleißig basteln!

BUNTE CHRISTBAUMKUGEL AUS EINEM PAPPTELLER

VON SHILA BIRNER

AUS DER KRABELSTUBE POMMERNSTRASSE



WAS WIRD GEBRAUCHT?

- Pappteller
- Kleber
- ein kleines Band
- buntes Papier zum reißen
- ein kleines schwarzes Papier für den Anhänger
- optional Glitzer

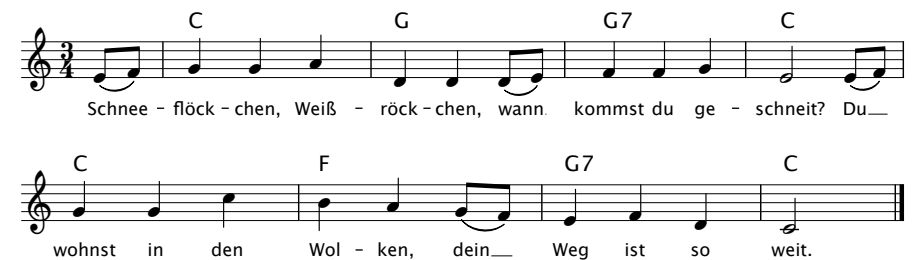
SO WIRD`S GEMACHT:

- buntes Papier in Schnipsel reißen
- Pappteller mit Klebestift bestreichen
- Schnipsel und evt. Glitzer auf den Pappteller aufkleben
- das kleine schwarze Papier mit dem Band von hinten auf den Teller kleben
- fertig ist die Christbaumkugel!



Schneeflöckchen, Weißröckchen

Text: Hedwig Haber Kern | Melodie: Traditionell



2. Komm setz dich ans Fenster / du lieblicher Stern, malst Blumen und Blätter / wir haben dich gern.
3. Schneeflöckchen, du deckst uns / die Blümelein zu, dann schlafen sie sicher / in himmlischer Ruh'.
4. Schneeflöckchen, Weißröckchen / komm zu uns ins Tal. Dann bau'n wir den Schneemann / und werfen den Ball.

SCHNEEFLOCKEN BASTELN *

VON PETRA BAUER

AUS DEM STADTPARKKINDERGARTEN

WAS WIRD GEBRAUCHT?

- Zwei weiße Kreise aus Tonkarton
- Kleber
- Wolle (weiß)
- Federn
- Dekomaterial wie Glitzerkleber, Glitzersteine u. ä.

SO WIRD`S GEMACHT:

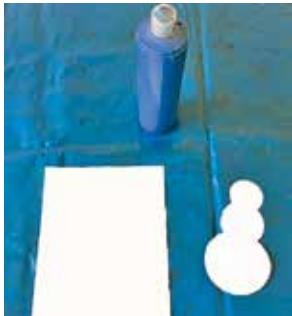
- Die runden Kreise mit Glitzermaterial verzieren
- Auf die unverzierten Innenseiten der Kreise Bastelkleber auftragen und die Federn rundum platzieren
- Beide Kreise aneinanderkleben
- Die Schneeflocke nun mit Wolle umwickeln; dabei einen Faden zum Aufhängen übriglassen
- Fertig ist die Schneeflocke!



* aus:
Freitag, Bärbel
Wintertage. Mit Kindern durchs Jahr.
Herder 2021

SCHNEEMANN

VON ISABELLE PEISL
AUS DER KRAABELSTUBE
ALTMANNSTRASSE



WAS WIRD GEBRAUCHT?

- Weißes Tonpapier
- Schneemannvorlage
- Blaue Fingerfarbe
- Schere
- Tesa
- Evtl. Schwarzer und oranger Filzstift



SO WIRD'S GEMACHT:

- Schneemannvorlage ausschneiden und mit wenig Tesa aufs weiße Tonpapier kleben (Vorsicht: die Vorlage muss später wieder runter, also nicht zu fest kleben!)
- Mit blauer Fingerfarbe ganz viele Schneeflocken um den Schneemann herum auf's Papier tupfen
- Trocknen lassen und danach die Schneemannvorlage wieder abnehmen
- Wer mag, kann dem Schneemann noch ein Gesicht und Knöpfe oder einen Hut dazumalen
- Die Technik funktioniert natürlich auch mit anderen Wintermotiven, z. B. einem Weihnachtsbaum



© MARIA HEIDINGER

SPENDE FÜR DIE DRAUSSEN KLASSE DER PESTALOZZI MITTELSCHULE

EIN BERICHT VON MICHAEL STRAUBE

Die erste Draußen Klasse Bayerns ist an der Pestalozzi Schule ins erste Schuljahr gestartet. Mit diesem neuen Jahrgang wird an einer Regensburger „Regel-Schule“ eine Klasse von der 5. Klasse bis zum Schulabschluss zweimal wöchentlich an sogenannten außerschulischen Lernorten unterrichtet. Und einer dieser Lernorte ist der Bauspielplatz.

Jeden Donnerstag kommen die Schüler:innen auf den Bauspielplatz und erleben ihre Unterrichtsthemen – ganz unauffällig – in der Praxis. Eine Einführung in die Werkzeugkunde, der Umgang mit Meterstab, das Berechnen einer Höhe und der Abstände zwischen den Holzbauten zur Konstruktion einer kleinen Brücke, ermöglichen die Vermittlung der im Lehrplan vorgeschriebenen Inhalte ganz ungezwungen und fast nebenbei. Weitere außerschulische Lernorte sind das Walderlebniszentrum bei Riegling, das JUZ Fantasy in der Taunusstraße oder die Candis-Bücherei. Die Finanzierung des Projekts muss die Pestalozzi Schule – gemeinsam mit den Regens-

burger Eltern e.V. und den Kooperationspartnern – selber stemmen. Daher sind wir auf Spenden angewiesen.

Wir bedanken uns ganz herzlich – auch im Namen der Schüler:innen, der Pestalozzi Schule und dem Bauspielplatz – bei Ferdinand Schmack, der als einer der ersten Spender die Versorgung der Draußen Klasse mit Baumaterial für das ganze Schuljahr sicher gestellt hat.

Ferdinand Schmack übergab das gespendete Bauholz an den Vereinsvorstand Michael Straube, die Rektorin der Pestalozzi Mittelschule Karin Alkofer und ihre Schülerinnen und Schüler.

SPENDENKONTO DRAUSSEN SCHULE

Wir freuen uns über jede weitere Spenden auf das Spendenkonto:

Regensburger Eltern e. V. – Draußen Schule
DE08 7505 0000 0027 4504 69



Familie heute

15



STARRING
LINE UND BERTRAM

VON GERD HECHT UND FLORIAN HAUER

OOPS, DAS IST JA WIRKLICH GANZ ANDERS!

Wenn ein zweites Kind geboren wird, sind Eltern und Umgebung regelmäßig überrascht. Das zweite Kind ist ja wirklich ganz anders. Die Eltern sind genau gleich, die Umgebung, die Gene, alles – wie kann das sein?

Auch wenn diese Frage wohl nie ganz zu beantworten sein wird, hat man nun die Aufgabe, eine vollkommen neue Bedienungsanleitung zu entwickeln, die zu dem neuen und zweiten Kind passt. Und natürlich gilt das auch für alle weiteren Kinder die geboren werden.

Zunächst einmal ist der Unterschied süß und säuglingshaft entzückend, aber mit zunehmendem Alter werden zwei Tendenzen sichtbar. Zum einen macht das zweite Kind dem ersten alles nach, auch wenn es einen anderen Charakter hat. Und zum anderen macht es alles anders und entwickelt seine Eigenheit. Gleich-Sein und Sich-Unterscheiden scheinen miteinander zu ringen.

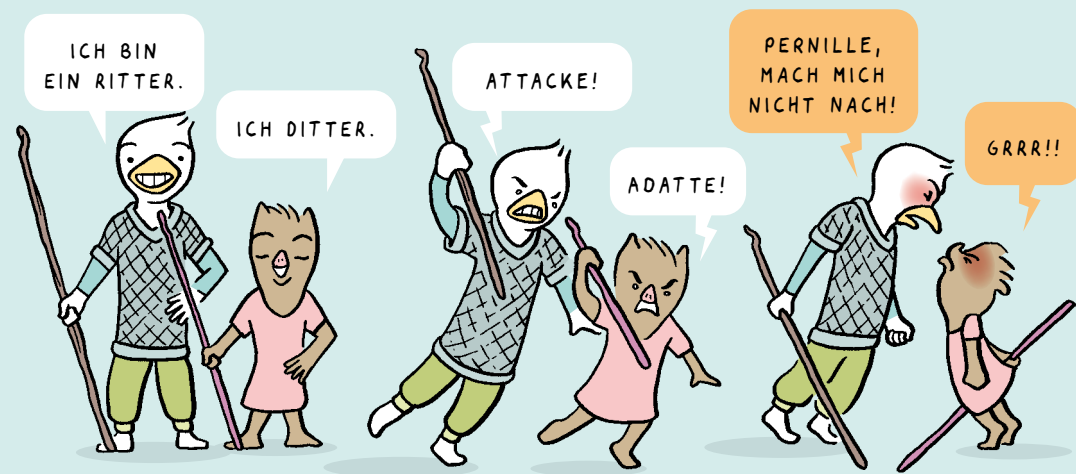
Und üblicherweise findet es seine eigene Art, sich die Aufmerksamkeit der Eltern zu holen. Wenn man Glück hat, was nicht immer der Fall ist, tut es das auf angenehme Art und Weise.

Heutzutage bemühen sich *woke* Eltern um eine genderneutrale Erziehung, die dem Kind möglichst wenige, besser keine geschlechtsspezifischen Stereotype aufnötigt. Dabei stellen sie oft bestürzt fest, dass sich diese Stereotype dennoch von Innen ihren Weg bahnen oder aus der außererlichen Umgebung aufgenommen werden.

Mädchen schwelgen in pinken Prinzessinnenwelten und Jungs funktionieren alles denkbare in Schwerter um. Manchmal wechseln diese Rollen auch, nur: sie sind immer da, ob man will oder nicht. Wenn die Eltern daraus kein Problem machen, haben die Kinder damit üblicherweise auch keines. Am besten spielen Eltern genauso wie ihre Kinder mit diesen Rollen und nehmen der ganzen Gendersache durch den spielerischen Umgang ihren Stachel. Ist doch Wurst was man ist!

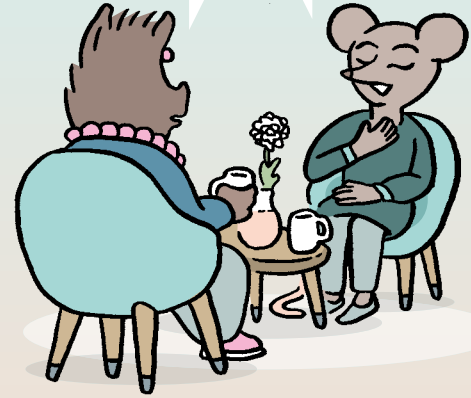


DUTT MAL, MEINE DIENUNGSLEITUNG DANZ ANDERS!



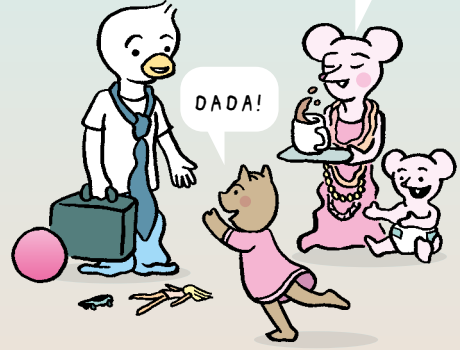
WIR ERZIEHEN UNSERE BEIDEN AUF JEDEN FALL GENDERNEUTRAL.

WIR SELBSTVERSTÄNDLICH AUCH!



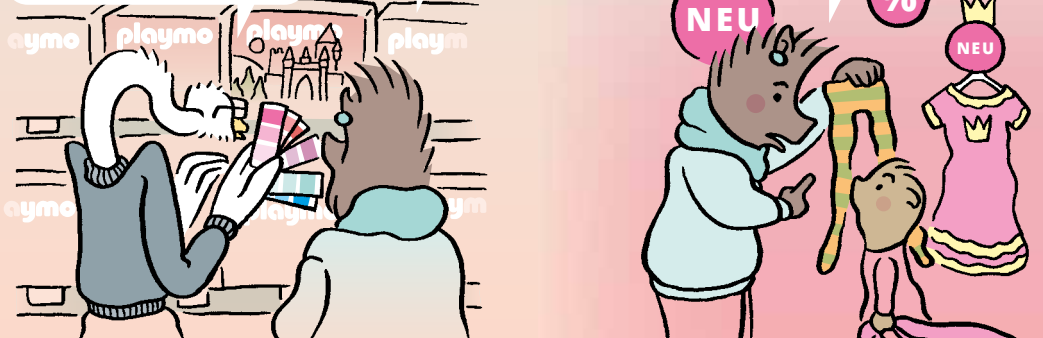
DERWEIL IM KINDERZIMMER:

DER PAPA IST WIEDER DA! WIE WAR DIE ARBEIT, SCHATZ?



GOTT SEI DANK, DAS PRINZESSINNENSCHLOSS IST NICHT ROSA SONDERN MALVE. PUH, DANN GEHT ES.

GUCK MAL, DIESE PIPPI-LANGSTRUMPFSTRUMPFHOSEN PASSEN SUPER ZU DEM PRINZESSINNEN-KLEID, NILLI!





© STADTWERKE REGENSBURG (2)

SCHWIMMEN LERNEN IN REGENSBURG BEI FEHLENDEN KAPAZITÄTEN

VON JOHANN BRANDL

Schwimmen lernen ist nicht schwer, aber dafür müssen Schwimmbäder her! So könnte ein kleiner Zweizeiler lauten, der für Regensburg volle Gültigkeit hat. In Regensburg leben ca. 4.000 drei bis unter sechsjährige, 5.000 sechs bis unter zehnjährige und rund 7.000 zehn bis unter sechszehnjährige Kinder und Jugendliche. Und die sollen natürlich alle schwimmen können. In einer Stadt mit drei Flüssen und einigen Weihern und Seen in der Umgebung ist das sowohl eine Notwendigkeit, als auch eine tolle sportliche Möglichkeit, sich in den wärmeren Monaten des Jahres zu bewegen.

DER STAND DER DINGE

Die Stadt Regensburg besitzt mit dem Westbad und dem kleinen Hallenbad zwei Ganzjahresbäder und mit dem Wöhrdbad ein Sommerbad. Einige kleinere privatwirtschaftlich betriebene Schwimmbecken kommen zu

diesem eher dürrtigen Angebot noch hinzu. Aber was ist das schon für eine wachsende Großstadt mit knapp 170.000 Einwohnern? Verschärft wird die Situation dadurch, dass das Wöhrdbad 2021 ganz geschlossen war. Eigentlich war für dieses Bad sogar die Aufrüstung für eine Winternutzung angedacht, nun kann man nur hoffen, dass es im Sommer 2022 wieder geöffnet wird. Gründe für diese Misere sind Planungsfehler, Streit mit dem ausführenden Architekturbüro und steigende Preise. Dazu kommt noch – last not least – dass das Hallenbad in der Gabelsbergerstrasse – in dem Generationen von Kindern seit 1954 schwimmen lernten – eigentlich längst für eine Sanierung geschlossen werden müsste und es auch unklar ist, ob es nach Inbetriebnahme des Sportpark Ost jemals wieder geöffnet wird.

Schon seit Jahren gibt es von vielen Seiten die Forderung nach mehr ganzjährigen

Schwimmöglichkeiten in Regensburg. Für Vereine, für alle anderen Schwimmbegeisterten und natürlich auch für Kinder, um ihnen das Schwimmen beibringen zu können.

SCHWIMMEN LERNEN IM REGENSBURGER SCHULBETRIEB

Normalerweise – also abgesehen von Coronazeiten – bieten die meisten Regensburger Grundschulen in der 3. Klasse für eine Woche einen Intensivschwimmunterricht an. In der Realität sind die Kinder pro Tag aber maximal 45 Minuten wirklich im Wasser. Die übrige Zeit wird durch An- und Abfahrt und Umkleiden verbraucht. An vielen Schulen wird in der 4. Klasse nochmals für einige Wochen Schwimmunterricht angeboten. Erfreulicherweise gibt es seit Kurzem auch an Mittelschulen ein Schwimmangebot, denn ca. 1/3 der Schüler:innen hat dann noch keinerlei Schwimmerfahrung. Das Angebot gibt es für eine Woche mit täglichem Schwimmunterricht. Danach können sich die meisten Schüler:innen zumindest über Wasser halten.

SCHWIMMEN LERNEN IN DEN VEREINEN UND IN DER FAMILIE

Weiterhin sind die Eltern beim Schwimmen lernen stark gefordert. Theoretisch gibt es dazu auch ein ganz ordentliches Angebot von diversen Schwimmschulen oder Vereinen. Schaut man sich allerdings die offenen Plätze z. B. beim SC-Regensburg an, dann stellt man fest, dass die Kurse bis Anfang 2023 (!) bereits ausgebucht sind. Dazu kommt, dass Schwimmkurse natürlich Geld kosten, z. T. happige Beträge. Und Geld ist gerade bei Familien mit Kindern bekanntlich hin und wieder Mangelware. Die zu geringen Angebote resultieren vor allem von den fehlenden freien Kapazitäten im Wasser. In kleineren Gemeinden rund um Regensburg sieht das Angebot ein wenig besser aus, wem das Fahren nicht zu viel ist und wer keine Bedenken

wegen der Umwelt hat, kann also vielleicht im Landkreis fündig werden. Nicht zu unterschätzen beim Thema Schwimmen lernen ist überdies der familiäre Hintergrund der Kinder, die Schwimmen lernen sollen. Gerade Familien mit Migrationshintergrund der ersten Generation kommen häufig aus Ländern, in denen Schwimmen keine Tradition hat und Mädchen generell vom Badebetrieb ausgeschlossen sind.



© BOTHNER

HOFFNUNG FÜR DIE ZUKUNFT: DER SPORTPARK OST

Für einen Sportpark Ost gab es seit 2017 Vorplanungen und seit 2019 konkrete Beschlüsse des Stadtrats. 2020 war das Vorhaben zwar wegen Finanzierungsschwierigkeiten kurzfristig gefährdet, aber nun soll es doch umgesetzt werden.

Der sogenannte Sportpark Ost soll an der Zeißstraße entstehen, geplant ist eine Leichtathletikhalle (für Leistungssport und eher nicht für den Breitensport) und ein, für die Gesamtstadt dringend benötigtes, Schwimmbad. Der aus geschriebene Wettbewerb brachte hervorragende Vorschläge und Anfang 2020 sah alles noch sehr gut aus. Der Entwurf des Architekturbüros Behnisch sollte rasch umgesetzt werden, allerdings stellte sich noch schneller heraus, dass die ursprünglich angesetzten

Kosten von knapp 20 Mio € für beide Objekte auf 47 Mio € explodierten. Dann kam Corona und der Einbruch bei den Steuereinnahmen für die Kommune. Also wurde das Projekt kurzerhand aus dem städtischen Investitionsplan geworfen. Glücklicherweise setzte sich die Vernunft bei den Koalitionspartnern, allen voran der Sportbürgermeisterin, durch und so wurde im Oktober 2021 vom Stadtrat beschlossen, den Sportpark doch zu realisieren. Die Kosten wurden „optimiert“ und auf vorläufige rund 42 Mio reduziert. Der jetzt avisierte Fertigstellungstermin ist 2025 – und es werden bereits jetzt 6% Kostensteigerung pro Jahr erwartet. Warum man in dieser Situation keine kostengünstigere Variante gewählt hat und beim teuersten Entwurf blieb ist unklar. Unverständlich aus Sicht vieler Beobachter sind aber auch die Abstriche in der technischen Ausstattung des Bades. So wird z. B. die Wassertiefe nur 1,75m betragen, was bedeutet, dass z. B. ein Sprungbetrieb, Wasserball oder ähnliche Wassersportarten auch bei später einmal besserer Kassenlage nicht nachgerüstet

werden können. Damit wird eine Verschlechterung gegenüber dem kleinen Hallenbad aus dem Jahr 1954 hingenommen. Kostenmässig völlig ungeklärt ist auch der Beschluss des Stadtrats, der auf Drängen der Grünen Fraktion einen klaren klimaneutralen Betrieb des Projekts verlangt, was man nur unterstützen kann. Da die Realisierung des gesamten Prinz Leopold Areal ebenfalls noch auf sich warten lässt, kann dies die Kosten nochmals enorm erhöhen und die Fertigstellung hinauszögern. Fasst man die Erfahrungen mit öffentlichem Bauen in Regensburg zusammen, ist davon auszugehen, dass das Projekt Schwimmbad Ost sehr viel teurer und später als projektiert realisiert werden wird. Ob und wann das alte Hallenbad wieder für den Schwimmbetrieb zur Verfügung steht ist ein weiteres großes Fragezeichen.

So lange heißt es für Regensburger Eltern frühzeitig Schwimmkurse zu buchen, im Sommer mit den Kindern die Freibäder, Flüsse und Seen zu nutzen und dort selbst den Kindern schwimmen beizubringen.



Hallelujah!
Weihnachten ohne Hektik:
Geschenke in aller Ruhe
und Freude gestalten!

KeramikMalWerkstatt
Marianne Mion

Tel. 0941 46 11 47 66
www.lafabrique.de

Lessingstr. 20
Ecke
Prüfener Str.
Regensburg

Buslinien
1 oder 4



WILD- UND FREIZEITPARK HÖLLOHE

EIN TIPP VON ULRIKE OSTENRIED

Bereits der Beginn unseres Ausfluges gestaltet sich sehr angenehm: der Anfahrtsweg ist kurz (ca. 20 Minuten), die Parkplätze sind kostenlos und der Eintritt ist frei. Nach dem Einchecken in der Luca-App sind gleich die beiden ersten Bewohner, die Esel Jakob und Jonas, zu sehen. Sie haben reichlich Weidefläche und einen schicken Stall im Blockhüttenstil. Anschließend finden wir den Futterautomaten, hier kann Trockenfutter abgefüllt werden –

pro Becher 1 € – also vorher ein paar Münzen einstecken. Es ist für die Kleinen ein (aufregender) Riesenspaß die Ziegen, das Damwild oder die Kaninchen zu füttern. Zum Sammeln der leeren Becher befinden sich Metallbehälter an den Gehegen. So wandern wir langsam los, suchen die Kanarienvögel, die Störche, die Wildschweine und die Schafe. Nach einem idyllischen Spaziergang um den Höllheweiher treffen wir auf die Mufflons

AUSFLUGSTIPP



und das Rotwild und endlich auf den großen Waldspielplatz. Das ganze Areal ist großzügig gestaltet, teils schattig, teils sonnig, barrierefrei und kinderwagentauglich. Wer keine Brotzeit dabei hat, findet am Kiosk sicher etwas Passendes. Den Waldlehrpfad heben wir uns für das nächste Mal auf und bestücken auf dem Weg zum Parkplatz noch die Spendenbox (vis-à-vis Futterautomat) für diesen gelungenen Nachmittag.

MEHR INFOS

Wild- und Freizeitpark
Hölllohe 1 / 93158 Teublitz

BITTE BEACHTEN

Der Wildtierpark ist täglich bis zum Einbruch der Dunkelheit geöffnet. Am Kiosk und in den Innenräumen (Toiletten) ist eine Maske zu tragen. Hunde sind an der Leine zu führen.



OMA'S BESTE KLIMA REZEPTE

*Weniger ist mehr – oder nachhaltig schenken
(Gedanken zur Vorweihnachtszeit)*

VON BARBARA EBERHARDT

Ja, tatsächlich, in ein paar Wochen ist es wieder soweit, und ob wir es bedauern oder nicht (weil der Ursprung des Festes ja ursprünglich ein anderer war), es naht die Zeit des Schenkens und Beschenkens. Großeltern sein, bedeutet ja immer auch, großzügig sein, man muss die Enkelkinder nicht erziehen, man darf verwöhnen. Aber tun wir da nicht manchmal des Guten zuviel? Die Kinderzimmer quellen über, es muss öfter mal „entrümpelt“ werden und trotzdem haben die Kinder, verlockt durch geschickte Werbung und attraktive Kataloge, jedes



Jahr wieder viel Wünsche, und manchmal auch welche, deren Halbwertszeit sehr kurz ist, d. h. sie landen bald als Plastikmüll im gelben Sack.

Wie also sinnvoll schenken, und trotzdem nicht enttäuschen?

Wer die Kinder kennt, vielleicht auch nur aus Gesprächen mit den

Eltern, weiß meistens, womit sie wirklich viel spielen und was – einmal aufgebaut – im Regal steht. Vielleicht kann man auch etwas „erben“ – falls noch etwas aus Papas Kindheit wie z. B. die Eisenbahn aufgehoben wurde. Vielleicht macht auch Spaß zu sehen, wo-



Eltern- und Familienberatung
Bindungs- und beziehungsorientiert

Jessica Loy
Familienberatung & Kurse

Familienleben darf leicht sein!
Die Bedürfnisse aller
Familienmitglieder sind gleichwertig
und müssen gesehen werden
- Ihre und die Ihrer Kinder.

Jessica Loy
Sozialpädagogin M.A.
Bindungs- und beziehungsorientierte
Eltern- und Familienberaterin

MAIL
info@familienberatung-loy.de

ADRESSE
Glockengasse 16, 93047 Regensburg

WEBSITE
www.familienberatung-loy.de



mit Opa und Oma früher gespielt haben, und wenn sich die Großeltern Zeit nehmen und mitspielen, dann kann das schon spannend werden, auch wenn z. B. beim Puppentheater der Kasperl oder der Seppel den Kindern erstmal fremd vorkommt und man die „action“ schon etwas modernisieren muss. So mussten wir den „Bösewicht“ (das Krokodil) schon nachkaufen, weil es so strapaziert wurde. Fündig wird man auch in Second-Hand Shops, Balu in der Bachgasse, Spielzeughilfe in der Wöhrdstrasse, Oxfam in der Maxstrasse oder auch im Pop-up-Store im Degginger (von Ende November bis Heiligabend). Da kann man die Kinder ja auch mitnehmen und sich was aussuchen lassen, denn Zeit nehmen sollte man sich wirklich für das Schen-



integratives
Waldorfkinderhaus
Regensburg

Jetzt voranmelden!
Für September 2022
gibt es freie Plätze für
Kindergarten (Regel- & Integrativ)
und Krippe!

Informationen/Voranmeldung unter:
www.waldorfkindergarten-regensburg.de
oder per Telefon 0941/79 16 41
Heuweg 15, 93055 Regensburg-Burgweinting

ken. Zeit mit den Enkel verbringen ist ja auch immer ein Geschenk an die Eltern: wenn wir mit den Enkeln basteln, kochen, Plätzchen backen, stricken, lesen, Spiele ausprobieren oder auch nur plaudern, dann haben die Eltern „frei“. Und wenn Oma und Opa nicht gleich alles verstehen, dann lernt man voneinander. Mal erklärt das Kind dem Opa, wie's geht, und dann wieder umgekehrt. Die Oma zeigt, wie man Pudding kocht, und die Enkelin erklärt ihr die Muffins. Meine erste Enkelin hat sich schon früh ein Kochbuch von mir gewünscht und auch bekommen. Und das wird jedes Jahr ergänzt. Und dies Jahr haben wir vor, die alte Schreibmaschine vom Dachboden zu holen und dem Schulanfänger zur Verfügung zu stellen – mal sehen.

Sicher hat jeder noch viel eigene Ideen, wie man „anders“ schenken kann, da spielen auch Familientraditionen eine Rolle. Lieber ein teures und langlebiges Spielzeug (z. B. eine klassische Spielekiste) kaufen oder auch Langfristiges für ältere Kinder: Gutscheine für Ausflüge oder Schwimmbadbesuche oder einen Einkaufsbummel in der Stadt. Das ist bestimmt erlebnisreicher als eine Online-Bestellung, die – nebenbei bemerkt – viel Verpackungsmaterial verbraucht, viele Transportfahrten erzeugt und unsere Innenstädte veröden lässt.

All das kann wegführen vom „immer mehr, immer billiger“ (dem Credo unserer Wachstumswirtschaft) und hinführen zu „weniger ist mehr“. Aber das alles bitte nicht verbissen-ideologisch, Freude und Spaß am Schenken ist genauso wichtig!

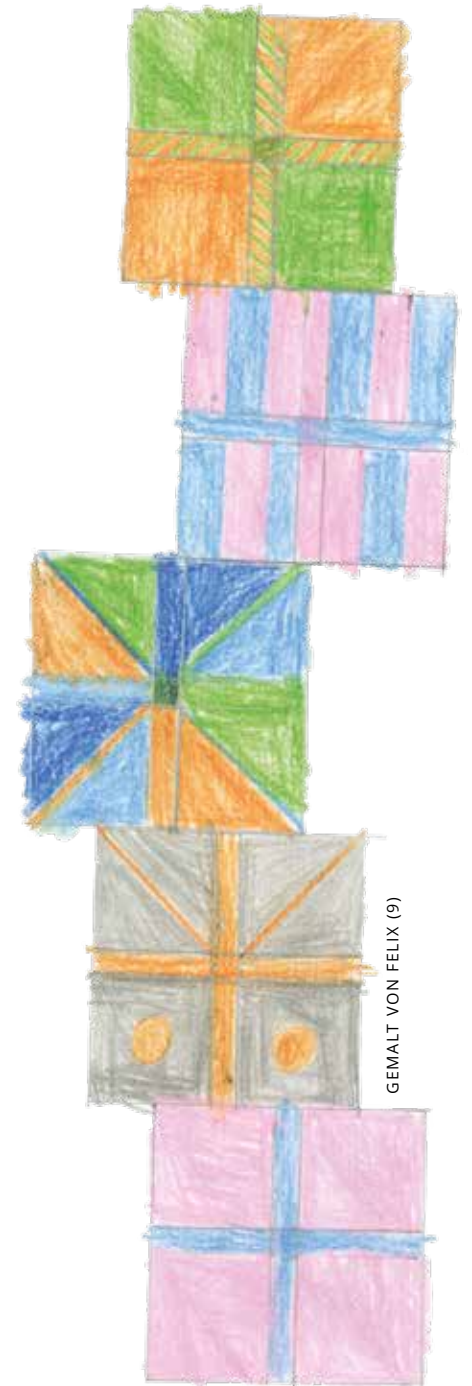
WWW.OMASFORFUTURE.DE

Die Regensburger Regionalgruppe trifft sich einmal im Monat

Kontakt: Cornelia Wabra

0176 62398316

regensburg@omasforfuture.de



GEMALT VON FELIX (9)



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

Selmair
richtig gutes Spielzeug

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



NACHRUF FÜR COLIN

TEXT UND BILDER SIND VON SEINER FAMILIE

Kurz nach dem Erscheinen der letzten Elternzeitung, die den Bericht „Leben mit einer seltenen Krankheit“ enthielt, ist Colin überraschend und friedlich zuhause eingeschlafen. Seine Familie war bei ihm.




Bilder aus der Schedelschen Weltchronik 1493

Zeitlos:
das Buch

**BÜCHER
PUSTET.de**

GESANDTENSTRASSE • DONAU-EINKAUFSZENTRUM • UNIVERSITÄT • DOMBUCHHANDLUNG



www.zahntraeumerei.de

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



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



DER SCHNEEFLOCKEN-SAMMLER

Robert Schneider
mit Bildern von Linda Wolfsgruber
Verlag Junfermann Wien 2020
(ab 5 Jahre)

Robert Schneider zeichnet Episoden aus der Kindheit und Jugend von Wilson Bentley nach. Wir lesen von einem Jungen, der sich jeder Verwertungslogik entziehend lieber für kleinste Details der Natur interessiert, als im Stall und auf dem Feld mitzuhelfen. Formen von Blättern, Muster auf Steinen und vor allem die Einzigartigkeit von Schneeflocken fesseln Wilson derart, dass er sich von seinen Eltern oft den Vorwurf anhören muss, sein Leben zu verträumen. Heute ist der Amerikaner Wilson Alwyn Bentley (1865–1931) bekannt als einer der ersten Menschen, denen es gelang Schneekristalle unter dem Mikroskop zu fotografieren. Das von Linda Wolfsgruber nahezu monochrom und sehr künstlerisch bebilderte Buch ist ein Lob der Geduld, des Forscherdrangs und der Liebe zum Detail, in dessen Geschichte schließlich auch Wilsons Vater den Wert dieser tugendhaften Eigenschaften erkennt.

Tipp von Rolli Bohnes



DER TAG, AN DEM PAPA EIN HEIKLES GESPRÄCH FÜHREN WOLLTE

Marc-Uwe Kling (Text)
Astrid Henn (Illustrationen)
Carlsen Verlag 2021 (ab ca. 6 Jahre)

Ja, wie führt man so ein heikles Gespräch – über Sexualität, über Eizellen, Spermien und Verhütung, ohne dass es peinlich und unnatürlich wird? Am besten man sucht sich dazu ein gutes Buch, das humorvoll an das Thema herangeht. Marc-Uwe Kling ist es gelungen, so ein Buch zu schreiben. Unheimlich vergnügt hört man also Papa zu, wie er mit der 17-jährigen Luisa und ihrem Freund um den heißen Brei herum redet, weil er eben nicht genau weiß, wie man so ein Gespräch eigentlich führt. In Astrid Henns witzigen Zeichnungen sieht man wie auch Mama, die kleine Schwester Tiffany, der 12-jährige Bruder sowie Oma, Opa und der Nachbar dazu kommen und ihre eigenen Meinungen darüber kundtun. Tränen lachend und gespannt liest man weiter und will nun auch endlich wissen, was Papa eigentlich zu sagen hat. Ein wunderbares Buch, um miteinander ins Gespräch zu kommen.

Tipp von Jessica Suttner

ÄMTER/BEHÖRDEN

Amt für Jugend und Familie
 • Sozialpädagog. 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

LRA Gesundheitsamt
 Altmühlstr. 3, 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

Koordinierungsstelle Hebammenversorgung Stadt und Landkreis Regensburg
 Altmühlstr. 3, 93059 Regensburg, T 4009-155/-174
 hebammen@lra-regensburg.de

Beratungsstellen für Schwangerschaftsfragen:
 • LRA Gesundheitsamt, Altmühlstr. 3, 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,

Stillvereinigung La Leche Liga Deutschland e.V., Stillberatung und Stillcafé:
 • Peggy Drechsel, T 2802852
 • Daniela Schels, Tegernheim, Tel.: 0179-4692269,
 • Online-Beratung: lalcheleliga.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.:
 • Altmannstr. 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

Kindertagespflegenester:
 • 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, Hölkerling 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 Wendenberg, Maad 6, Regenstauf, T 09402/7899434

VKKK Ostbayern e.V. Förderung krebstranker 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 5860938

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
 Weinweg 31 (im Erdgeschoss der Bischof-Manfred-Müller-Schule im Regensburger Westen), T 3078756-4, rekiz-regensburg.de

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

Familienzentrum der EISA
 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
Frauengesundheitszentrum
 Grasgasse 10, T 81644

Frauenhäuser:
 • Autonomes Frauenhaus, Frauen helfen Frauen e.V. T 24000, frauenhaus-regensburg.de
 • Kinder- und Jugendschutzhaus 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 0800/1110111, telefonseelsorge-regensburg.de

SUCHTBERATUNG

LRA Gesundheitsamt
 Altmühlstr. 3, T 4009-724, T 4009-758

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

ADRESSEN FAMILIE

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

Haus Hemma 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

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 2961 171

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 Schulbergl 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

Grafik Kathrin Fleischmann, post@fraufliechmann.de

Titel Pexels/Jan Kopřiva, Jonas (5)

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

Druck Schmidl & Rotaplan Druck GmbH, Regensburg

Auflage 3000 Stück, erscheint alle zwei Monate (kostenlos)

Redaktionsschluss 10.12.2021 - für Heft 231, Januar/Februar 2022

OPERA



Vorträge

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

montessori regensburg

Lernen ist Begeisterung



Zertifikatslehrgänge

Workshops

Seminare

Montessori Diplomlehrgänge



Wir freuen uns, wenn wir auch Sie begeistern können!



*Regensburger Montessori Institut

Krippe Kinderhaus Schule Kinderhort FOS Fortbildung Verein

PRÜFENINGER STR. 44A | 93049 REGENSBURG



Amt für Tagesbetreuung von Kindern

Telefon: 0941/507 7525
0941/507 7527

E-Mail: kindertagespflege@Regensburg.de