

REGENSBURGER ELTERNZEITUNG

Nummer 232 ∞ März/April 2022



EIN PARKHAUS FÜR DEN OSTEPARK

*Ein Vorzeigeprojekt
bürgerschaftlicher Selbsthilfe*

PEACEHÄNDCHEN

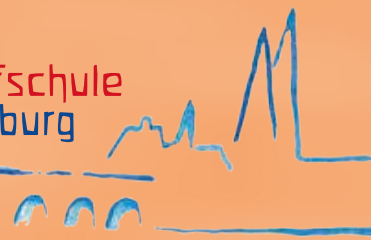
*Neuer Secondhand-Laden
für Kinderkleidung*



KOSTENLOS

Wir sind
in der
Waldorfschule.
Kommst du
auch?

Freie
Waldorfschule
Regensburg



Jetzt
anmelden!

Wir nehmen Kinder für die
Jahrgangsstufen 1 bis 8 sowie
für den Kindergarten auf.

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

Liebe Leser:innen,

wir hoffen, Sie sind gut und gesund in den Frühling gestartet! Auch in dieser Ausgabe gibt es viel Lesenswertes für Familien: wir berichten über den Verein Parkhaus e.V., der den Ostpark familienfreundlicher machen möchte, über die Initiative *Engagement ist BUNT!*, die Menschen mit und ohne Behinderung beim Bau von Legorampen zusammenbringt und den Secondhand-Laden *peacehändchen*, in dem es nicht nur Kinderkleidung zu kaufen gibt. Unsere Expert:innen diskutieren die Frage, wieviel Medien unseren Kindern gut tun und dazu gibt es 10 Tipps zur Mediennutzung,

empfohlen von Frau Dr. Becker-Stoll. Unser Familien-Ausflugstipp führt diesmal in den Münchner Olympiapark und bei der Rubrik Sport für Kinder stellen wir Baseball in der #LegionäreFamily in Regensburg vor. „Kleine Schritte sind besser als keine Schritte“ ist das Motto unserer Kolumne Oma's beste Klimarezepte und natürlich gibt es wieder unsere Kleine Zeitung mit vielen Anregungen zum Basteln und am Ende der Zeitung Buchtipps und nützliche Adressen für Familien.

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

Inhalt



6 Ein Parkhaus für den Ostpark
Ein Vorzeigeprojekt
bürgerschaftlicher Selbsthilfe



10 *peacehändchen*
Neuer Secondhand-Laden
für Kinderkleidung

- 5** Neues von den Regensburger Eltern
- 12** Kolumne: Oma's beste Klima Rezepte
- 14** Expertenrunde: Wieviel Medienzeit ist gut?
- 17** Tipps: Mediennutzung im Kleinkindalter
- 19** Kleine Zeitung
- 24** Bericht: Baseball in der #LegionäreFamily
- 28** Bericht: *Engagement ist BUNT!*
- 32** Ausflugstipp: Olympia-Park München
- 35** Buchtipps
- 36** Nützliche Adressen

DIE REGENSBURGER ELTERN STELLEN SICH VOR



ÜBER UNS

Der Verein der Regensburger Eltern wurde vor 50 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 (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

NEUES VON DEN REGENSBURGER ELTERN



50 Jahre Regensburger Eltern e.V. – Zeitzeugen gesucht!

Dieses Jahr ist es soweit – der Verein der Regensburger Eltern e.V. wird 50 Jahre alt! Für die Jubiläumsausgabe der Elternzeitung suchen wir noch Zeitzeugen. Waren Sie aktiv bei den Regensburger Eltern e.V. dabei? Dann schreiben Sie uns! Wir freuen uns auf Fotos (auch gerne aus den alten Zeiten), Vereins-Anekdoten oder ihre ganz persönliche Erfahrung mit den Regensburger Eltern e.V.
Kontakt: Ulrike Hecht

hecht@regensburger-eltern.de



Dank an alle Mitarbeiter:innen und Eltern

Vor genau zwei Jahren ist Corona in unser aller Leben getreten. Seitdem begleiten Begriffe wie Hygieneplan, Notbetreuung, Quarantäne und seit neuestem intensiviertes Testregime und Absonderungspflicht den Kita-Alltag von Mitarbeiter:innen und Familien. Wir möchten uns an dieser Stelle bedanken. Danke an alle Familien aus unseren Einrichtungen, die sehr spontan und immer konstruktiv auf die sich ständig ändernden Vorschriften und Einschränkungen reagiert haben. Und ein großer Dank geht an unsere Mitarbeiter:innen, die auch nach zwei Jahren unter wirklich besonderen Umständen immer das Wohl der Kinder im Blick haben und versuchen, ihnen einen möglichst unbeschwerten Kita-Alltag zu ermöglichen. Wir sind sehr froh, mit Euch allen zusammenarbeiten zu dürfen.



Veranstaltungsreihe „Den Kindern ein Nest“

Die diesjährige Veranstaltungsreihe wurde mit einer Podiumsdiskussion zum Thema „Digital von Geburt an“ eröffnet. Ulrike Hecht (Vorstand der Regensburger Eltern e.V.) moderierte das Gespräch der Expert:innen Julia Schambeck, Dr. Scheuerer-Englisch, Dr. Becker-Stoll und Guido Judex. Die Reihe der Kooperationspartner Regensburger Eltern e.V., Buchhandlung Dombrowsky, montessori regensburg e.V., Katholische Jugendfürsorge und VHS Regensburg wird mit einem Vortrag der artgerecht Autorin Nicola Schmidt fortgesetzt und am 09. März mit einem Gesprächsabend zum Thema „Auch Babys lesen“ mit Daniela Dombrowsky und Dr. Scheuerer-Englisch abgeschlossen. Anmeldung zu den online-Veranstaltungen über www.vhs-regensburg.de



Der Bauspielplatz öffnet wieder
Der Bauspielplatz öffnet für die nächste Saison. Los geht es am Samstag, 5. März von 13-17 Uhr und dann immer donnerstags und freitags von 14-17 Uhr und jeden ersten und dritten Samstag im Monat von 13-17 Uhr. Wir freuen uns auf Euren Besuch!



EIN PARKHAUS FÜR DEN OSTPARK

Vorzeigeprojekt bürgerschaftlicher Selbsthilfe

Ein Bericht von JOHANN BRANDL

Sage ich, ich gehe ins Parkcafé, versteht jeder, ich will in ein Café in einem Park gehen. Sage ich aber, ich gehe ins Parkhaus, glaubt jeder, ich will in ein Gebäude, das für das Parkieren von PKWs geeignet ist.

Hier soll es um ein Haus im Park gehen, das allen Bürger*innen rund um den Regensburger Ostpark das Leben schöner, lebendiger und interessanter machen wird – mit einer kulinarischen und kulturellen Parkversorgung.

Der Ostpark – ein ca. 25.000 qm großer einfacher Park an der Landshuter Straße – ist ein verborgenes kleines Juwel hinter den Gebäuden der ehemaligen Infanteriekaserne. Von den 1890er Jahren bis zum Ende des 2. Weltkriegs diente die Fläche als Exerzierplatz, bis sie Ende der 1950er Jahre von der Stadt Regensburg vom bayerischen Staat gepachtet und zum Ost-Park umgestaltet wurde, wie wir ihn heute kennen.

Seit vielen Jahren fehlt es dort an einfachster Infrastruktur – sprich WCs, Wasser, Strom oder einer Bühne für kleinere Veranstaltungen. Die wichtige Funktion des Parks für das Stadtviertel und das Fehlen eines betreuten

Treffpunkts, sowie von öffentlichen Toiletten, wird seit vielen Jahren bemängelt und eine Umsetzung zuletzt auch im ISEK (Integriertes städtebauliches Entwicklungskonzept für den Inneren Südosten) 2019 als geförderte Maßnahme empfohlen. Leider wurden diese Forderungen und Empfehlungen viele Jahre kontinuierlich ignoriert. Im Gegenteil: 2021 wurde der erst vor 10 Jahren neu asphaltierte querende Parkweg zurückgebaut – angeblich als Ergebnis umfangreicher Bürgerbeteiligungen. Ortskundige bedauern dies und sind sich sicher, dass hier ein Trampelpfad entstehen wird, um die natürliche Verbindung im Park wieder herzustellen. Einer Aufwertung des Parks dient der Rückbau jedenfalls nicht.



© JAKOB FRIEDL (3)

ERFREULICHERWEISE GIBT ES ABER AUCH NOCH ANDERE VERÄNDERUNGEN IM OSTPARK.

Der Regensburger Stadtrat und Künstler Jakob Friedl (42), ein gelernter Holzbildhauer und freier Künstler mit Diplomabschluss für „Kunst und öffentlicher Raum“ der Kunstakademie Nürnberg, ist direkt neben dem Ostpark aufgewachsen. Sein Schulweg führte ihn jeden Morgen quer über die Parkwiese in die Pestalozzi Grundschule. Auch daher kennt er den Ostpark, seine Qualitäten, Eigenheiten und Kontinuitäten bestens. Wer Friedl kennt, weiß, dass er nicht nur dicke Bretter bohren kann, sondern auch ganze Bäume bearbeitet. Getan hat er dies beispielsweise 2004 direkt im Park vor dem Hauptbahnhof oder 2015, als er in Burgweinting einen „Junibaum“ aufstellte. Gegenstand, Werkzeuge und Mittel seiner Kunst haben sich über die Jahre stets verändert: Heute bearbeitet er erfolgreich Gesellschaft, Verwaltung und Stadtpolitik.

Auf Antrag der Koalitionsparteien erstattete die Verwaltung Anfang 2021 Bericht zu den vorhandenen und geplanten öffentlichen Toilettenanlagen im Stadtgebiet. Dabei wurde vom Gartenamt die ehemalige Gartenamtsunterkunft im Ostpark als potenzieller Ort erwähnt. Wenig später wurde diese Idee wieder auf unbestimmte Zeit verschoben. Friedls Interesse war geweckt und er begann, Mitstreiter für seine Idee eines „Gemeinschaftshauses Ostpark mit angegliederter öffentlicher Toilette“ zu suchen. Sein sog. Parkhaus-Kollektiv – bestehend aus Menschen von der Ribisl-Partie und Architekturstudent*innen – begann im Mai 2021 sich um eine Öffnung des Gebäudes zu bemühen. Das Kollektiv schrieb an Projektpartner und die Stadtverwaltung und war den gesamten Theatersommer – der erstmals im Ostpark stattfand – u. a. mit einem beleuchteten Infostand präsent, um auf den besonderen Charme und das Potential des Parks aufmerksam zu ma-



chen. Bis zur ersten Besichtigung der Innenräume dauerte es aber noch eine ganze Weile. Das Parkhaus-Kollektiv begann – unterstützt vom Bürgerverein Süd-Ost und Prof. Markus Emde – mit intensiven Recherchen zum historischen Hintergrund des Parks und seiner Gebäude. Dabei stellte sich heraus, dass die seit Jahren unbenutzte und zum Abriss freigegebene Gartenamtsunterkunft, die ursprünglich als Stützpunkt für Personal und Geräte diente und in früheren Zeiten mit öffentlichen Toiletten ausgestattet war, die Restsubstanz eines ehemaligen mehrgeschossigen Latrinenhauses ist. Fünf solcher den Kasernengebäuden zugeordneten Latrinengebäude standen früher im Park, bis sie auf Wunsch der Stadt Ende der 50er Jahre abgerissen wurden. Im Inneren der ehemaligen Gartenamtsunterkunft sind bereits die Voraussetzungen für eine bürgerfreundliche Umnutzung vorhanden – Toilette, Wasser, Strom, Aufenthaltsraum, Stauraum – alles natürlich renovierungsbedürftig, aber nicht marode – und möglicherweise sogar wieder mehrgeschossig zu bauen.

Das Parkhaus-Kollektiv erarbeitete eine Vorplanung, die – in einer umfangreichen und hochwertigen Broschüre verpackt – das Projekt in Wort und Bild greifbar macht und mit den städtebaulichen Zielen des ISEK

verschränkt. Das experimentelle Architekturprojekt ist auch ein soziales, denn das entwicklungsfähige Parkhaus soll im Rahmen einer partizipativen Kulturbaustelle errichtet werden, die den sozialen Zusammenhalt für eine daraus resultierende Parkversorgung schafft.

Die konventionelle Kostenschätzung von ca. 180.000 € soll durch ehrenamtliche Arbeit deutlich reduziert werden. Die Stadt kann eine Kostenerstattung von bis zu 60% erwarten, da das Projekt viele städtebauliche Ziele für das Entwicklungsgebiet Innerer Südosten aufgreift und realisiert. Das Parkhaus-Kollektiv schätzt, dass das „Parkhaus“ die Stadt letztendlich lediglich 50.000 € kosten wird. Im Dezember 2021 fand das Projekt im Stadtrat endlich Unterstützung. Einstimmig! Der Weg für eine zeitnahe Umsetzung ist damit geebnet.

WAS SOLL NUN ALLES ENTSTEHEN UND WARUM IST DIESES PROJEKT SO BESONDERS?

In das bestehende kleine Gebäude soll ein Kiosk gebaut werden, eine Personaltoilette

und eine Gemeinschaftsküche, darüber eine Dachterrasse und auf dem Vorplatz ein öffentliches WC. Dazu in einem vorgelagerten Außenregal Stauraum für Tische, Stühle, Bänke und eine Bühne für kleine Kulturveranstaltungen. Die große Überschrift dieser „Parkversorgung“ lautet: Menschen sollen vor Ort zusammen kommen und ihr eigenes „Ding“ machen.

Noch im Dezember 2021 konnte der Parkhaus Verein gegründet werden. Anlaufstelle ist der „Kaufladen für Erwachsene“ in der Guerickestraße 71a. Hier hat der Förderverein für unter- und überirdische Urbanismus-Forschung/Fvfu-uüiUF. e.V. einen Projekt-raum angemietet, um dort einen offenen Nachbarschaftstreff für Beteiligung und Kunst im Viertel zu schaffen. Schon bald sollen erste Kulturveranstaltungen im Ostpark stattfinden. Der Fvfu-uüiUF. e.V. bietet ein umfangreiches und abwechslungsreiches Rahmenprogramm im Stadtviertel, über das die Bewohner*innen monatlich per Postwurf informiert werden: „Kaufladen“, „Guericke-Galerie“ in der Pionierkasernenmauer, „Ost-



© JAKOB FRIEDL (2)

parksessions“ sowie das sog. „Vorgartenamt“ im Straßenbegleitgrün.

Mitglieder des wachsenden Vereins Parkhaus e.V. sind sowohl Einzelpersonen als auch Vereine, wie z. B. Kontakt e.V., der Architekturkreis oder der Bürgerverein Süd-Ost. Darüber hinaus sollen auch möglichst viele Freiwillige für den Betrieb der Kulturbaustelle und der Parkversorgung und natürlich noch viele weitere Vereinsmitglieder gewonnen werden. Ausgesprochener Wunsch ist es, auch Bürger*innen mit Migrationshintergrund, die in hoher Zahl rund um den Ostpark herum leben, miteinzubeziehen.

Zugegeben, das hört sich alles ziemlich phantastisch an, aber alle Skeptiker möge dieser Hinweis zum Nachdenken anregen: Die REGENBURGER ELTERN, die heuer ihren 50. Geburtstag feiern dürfen, starteten ihr damals utopisches Projekt. Sie wollten einen in Eigeninitiative organisierten Kindergarten im Regensburger Stadtpark betreiben und das in der leerstehenden Aussegnungshalle für den längst aufgelassenen Friedhof. Bis zu der für dieses Jahr geplanten Sanierung fand der Kindergartenbetrieb über 49 Jahre in diesem Gebäude statt. Der Stadtparkkindergarten wurde zur Institution.



ABRISS DER BEIDEN OBEREN GESCHOSSE

Bleibt also die Hoffnung, dass Jakob Friedl und der Parkhaus e.V. zum Wohle des Viertels genügend Unterstützung aus Verwaltung und Politik bekommen! Und es sind natürlich alle Bürger*innen herzlich eingeladen sich zu beteiligen.



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

Eltern- und Familienberatung
Bindungs- und beziehungsorientiert



Jessica Loy
Familienberatung & Kurse

Ab Sommer gibt es die
Kinder Besser Verstehen
Kurse von Katia Saalfrank
auch in Regensburg.
Jetzt anmelden!

MAIL
info@familienberatung-loy.de

ADRESSE
Glockengasse 16, 93047 Regensburg

WEBSITE
www.familienberatung-loy.de

PEACEHÄNDCHEN – HERE WE GROW!

Neuer Secondhand-Laden für Kinderkleidung in Regensburg

EIN BERICHT VON CLAUDIA RAUSCHER

Kinder wachsen wie verrückt. Neue Kleidung kann gar nicht schnell genug angeschafft werden. Und dann sammelt sich alles im eh schon vollen Keller. Aber wohin damit? Und wo bekomme ich Neues her? Bestellen? Da zahlt man Versandkosten und dann ist's vielleicht nicht so, wie beschrieben. In den großen Ketten

einkaufen? Macht keinen Spaß und ganz ehrlich? Irgendwie hat das doch alles einen faden Beigeschmack. Gebrauchte Kleidung im Internet verkaufen? Klappt selten reibungslos. In einen Container werfen? Eine Option, die einem ein gutes Gefühl suggeriert – aber keine echte Alternative ist. Was soll man also tun, als Familie mit Kindern, die gerne nachhaltig leben möchte? Richtig! Man geht ins peacehändchen.

Gemütlich schlendert die kleine Familie durch die Schwibbögen, wo sich der Eingang befindet. (Es ist etwas verwirrend, da die Adresse „Hackengässchen 6“ lautet). Die Mama hält die Türe auf und der Papa kann ganz einfach den 2-jährigen im Buggy reinfahren, die 4-jährige Krabbe hüpfen fröhlich hinterher. Erstmals schnell auf die Toilette, wo sich auch ein Wickeltisch befindet. Der kleine Knirps braucht eine frische Windel. In der Zwischenzeit ordert die Mama schonmal leckeren Kaffee und eine Apfelschorle. Die Krabbe stützt zum Baumhaus, wo schon 2 andere Kinder spielen. Währenddessen stöbert Mama bei der Umstandsmode und streichelt sich glücklich über den Bauch, den noch keiner zu erkennen vermag. Bald sind sie zu fünft. Auch die Minikleidung befindet sich im oberen Bereich. Ab Größe 50. So klein, so süß.



LYDIA LABAHN (L.) UND CLAUDIA RAUSCHER (R.)

Sie sieht sich im Sessel sitzen und den Zwerg stillen, während die anderen beiden ungestört spielen oder stöbern können. Die große Tochter sucht sich gerne schon selbst ihre Outfits aus und ist immer ganz stolz. Hinter ihnen kommen junge Mädels in den Laden, die scheinbar zum ersten Mal alleine shoppen gehen. Bis Größe 158 gibt es hier wirklich eine tolle und

bunte Auswahl an gut erhaltener Kleidung. Klingt schön entspannt, ist es jedoch leider oft nicht. Wer Kinder hat, weiß, wie stressig ein Shoppingtag sein kann. Umso besser, wenn es einen Ort gibt, der einem wieder etwas Leichtigkeit zurückgibt. An dem sich Eltern fallen lassen können, Kinder einfach Kind sein dürfen und noch dazu gute Kleidung einen zweiten Lebensweg einschlagen darf. Oder dritten, oder vierten. Peacehändchen gibt Kinderkleidung eine zweite Chance. Hier wird Gebrauchtes zu Neuem, Abgelegtes zu Getragenen, Zukleingeratenes wieder groß genug. Für Lydia Labahn und Claudia Rauscher ist Nachhaltigkeit ein Geben und Nehmen, ein stetiger Kreislauf. Mit peacehändchen schaffen sie deshalb einen Ort an dem sich Regensburger Eltern wohl und abgeholt fühlen. Und definieren mit einem einzigartigen Konzept Secondhand völlig neu.

PEACEHÄNDCHEN

Eingang unter den Schwibbögen (Innenstadt)
Öffnungszeiten: Freitag u. Samstag 10–16 Uhr
ab April erweiterte Öffnungszeiten
Kontakt: 0176 576 720 15

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**



GEMALT VON FELIX (9)

OMA'S BESTE KLIMA REZEPTE

Kleine Schritte sind besser als keine Schritte!

EINE WAHRE GESCHICHTE VON BARBARA EBERHARDT,
OMAS FOR FUTURE, REGIONALGRUPPE REGENSBURG

Eines Sonntags, als wir (Großeltern, Eltern, Enkelkinder) auf dem Weg zur Kirche waren. Wir hatten es etwas eilig, denn wir wollten möglichst zusammen die Kirche betreten, als ein Haushalt, so dass wir dann zusammen sitzen konnten. Kurz vor dem Kirchenportal saß, wie es ja oft der Fall ist, ein Bettler, der uns einen guten Morgen wünschte und dabei die Hand aufhielt. Ganz auf die (Corona-) Einlasskontrolle und den anstehenden Gottesdienstbesuch fokussiert, gingen die älteren Enkelkinder (9 J., 13 J.), ihre Eltern und der Opa zügig vorbei, nur die Jüngste (6 J.) und ich blieben stehen. „Oma, der Mann hat Hunger, geben wir ihm doch...“ bat die Enkelin, doch ich verwies auf später, nach dem Gottesdienst. Widerstrebend folgte sie mir und wir erreichten rechtzeitig gemeinsame Plätze.



Die Enkelin neben mir flüsterte: „Oma, gibst du mir Geld, dann geh' ich schnell raus...“, des Vaters strenger Blick ließ sie schnell verstummen und sie versuchte, dem (für sie wahrscheinlich unverständlichen) Text der Liturgie zu folgen. Nach kurzer Zeit ein neuer Versuch: „Dem Mann ist auch sicher kalt, sollen wir nicht...“ Ich versprach ihr leise, nach dem Gottesdienst würden wir uns um den Mann kümmern. Wir beide konnten nun aber tatsächlich der Liturgie kaum mehr folgen und so verließen wir dann nach Ende des Gottesdienstes schnellstens die Kirche. Aber wo war jetzt der Obdachlose? An einem anderen Ausgang vielleicht? Der große Bruder versuchte, damit zu trösten, dass es ja viele Bettler gäbe und überhaupt könne man nicht jedem helfen. Die große

Schwester erklärte, es gebe ja Sozialhilfe, spezielle Unterkünfte und „Profis“, die in unserem Wohlfahrtsstaat solchen Menschen helfen würden. Unbefriedigende Antworten für Lotta, die bedrückt weiterschlich und im „Goldenen Kreuz“, wo es zum Aufwärmen heiße Schokolade gab, blieb sie still und interessierte sich nicht für die Geschichten von Karl V., von Dollinger und Drako. Sie wollte wissen, wo der Mann jetzt wohl sei, warum er arm sei, ob es ein Flüchtling sei (im Kindergarten spielte sie nämlich oft mit Fatime, einem Flüchtlingsmädchen und versuchte ihr deutsch zu lernen, erfuhr ich später von den Eltern), warum es denn Kriege gäbe, warum arme und reiche Länder ... warum, warum, warum ... Und auch wenn ich natürlich auf all diese Fragen sicher keine befriedigenden Antworten geben konnte, so glaube ich doch, durch geduldiges Zuhören, das Ernstnehmen dieser Fragen eine wichtige Großelternaufgabe erfüllt zu haben: mit den Enkelkindern zusammen versuchen, unsere komplizierte und ungerechte Welt zu verstehen, wobei man sich da zwar einerseits selbst oft als rat- und hilflos outen muss, andererseits aber doch den Kindern Mut machen kann, denn es gibt viele Hilfsangebote und engagierte Menschen, die sich für eine bessere Welt einsetzen.

Und so freute ich mich, als überraschend ein Anruf von Lotta kam: die große Schwester hatte für die „Sternsinger“ gesammelt, einer Organisation, die sich weltweit für die Verbesserung der Lage von Kindern einsetzt, und sie hatte den Fünfer gespendet, den sie zum Abschied vom Opa bekommen hatte. Und diese Hoffnung möchte ich, als Oma, meinen Enkelkindern mitgeben: man kann immer etwas tun.



WWW.OMASFORFUTURE.DE

Die Regensburger Regionalgruppe trifft sich einmal im Monat

Kontakt: Cornelia Wabra

0176 623 983 16

regensburg@omasforfuture.de



**STEP Systematisches Training
für Eltern und Pädagogen**

Ein flexibles Erziehungskonzept das mitwächst.

Erziehungskurse und Coaching **auch Online**

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



GEHT DAS NUR UNS SO?

Eltern fragen – Experten antworten



ICH WILL DIE APP SPIELEN ODER WAS ANSCHAUEN – WIEVIEL MEDIENZEIT IST GUT FÜR UNSERE KINDER?

Wir haben zwei Kinder, Luise (5,5 Jahre) und Malte (2,5 Jahre). Uns ist wichtig, dass sie draußen sind, auch mal alleine spielen, malen, Bücher anschauen oder lesen und sich auch mal langweilen. Während der Corona-Pandemie haben die Medien immer mehr Einzug in unseren Alltag gewonnen. Da mein Mann und ich uns im Homeoffice mit Zeitfenstern zum Arbeiten abwechseln und dazu noch Haushalt neben der Rund-um-die-Uhr-Kinderbetreuung

organisieren mussten, haben wir den Kindern nahezu täglich das Tablet mit Kinderfernsehen angemacht. So ein bisschen kann ja nicht schaden, dachten wir. Außerdem hatte die Fünfjährige viel Spaß mit einer Spiele- und Lern-App. Nun merken wir, dass es schwierig ist, die Kinder wieder von dem täglichen „Anschauen“ – wie unser Kleiner sagt – zu entwöhnen. Außerdem sind wir auch froh, wenn wir mal Ruhephasen haben, um Nudeln zu kochen oder Wäsche aufzuhängen. Wieviel Medienzeit ist gut für unsere Kinder? Und wie bekommen wir sie dazu, sich auch mit anderen Dingen zu beschäftigen?



GUIDO JUDEX
Facharzt
für Kinder-
und Jugend-
medizin, Vater
von 4 Kindern

Zunächst möchte ich mein vollstes Verständnis für Ihre Lage ausdrücken! In den Zeiten des Lockdowns waren Eltern mit kleinen Kindern wirklich extrem eingeschränkt, und auch den kreativsten sind irgendwann die Ideen ausgegangen.

Nun muss man aber wieder zurück zum Vernünftigen. Die offiziellen Empfehlungen lauten ja bis 3 Jahre gar kein Medienkonsum, bis 6 Jahre dann 30 Minuten pro Tag. Lebensnäher ist es sicher, wenn Sie als Eltern sich überlegen wieviel und vor allem welche Art von Medien Sie zulassen und auch konstruktiv nutzen möchten und dann die Regeln dafür aufstellen. Denn mit dem Zeitgefühl ist das bei Kindern so eine Sache. Zum Beispiel können Sie festlegen „solange ich in der Küche/am Schreibtisch bin dürft ihr xy schauen“.

Informieren Sie sich auf Seiten wie schau-hin.info oder flimmo.de über angemessene Filme und Apps für Ihre Kinder und überprüfen Sie diese auch selber. Und denken Sie daran. Kinder lieben Wiederholungen! Somit können Sie gefahrlos zum x.ten mal

die Lieblingsserie Ihrer Kinder laufen lassen. Und bieten Sie Ihnen Alternativen und hinterfragen auch den eigenen Medienkonsum. Also gehen Sie spazieren, auf den Spielplatz, usw. und kündigen ruhig auch an das eigene Handy in der Tasche oder gar ganz daheim zu lassen.

Wichtig ist hierbei, wie so oft in der Erziehung, dass Sie Regeln aufstellen und auch umsetzen. Natürlich können Sie diese bis zu einem gewissen Grad erklären. Aber es kommt auch der Punkt wo Eltern sagen dürfen und müssen, wo die Grenzen sind.



ULRIKE HECHT
Vorstand
Regensburger
Eltern e.V.,
Mutter von
zwei jugendlichen
Söhnen

Anfang Februar habe ich eine Podiumsdiskussion zum Thema „Digital von Geburt an“ moderiert. Dabei wurde schnell klar, dass es beim Thema Medienkonsum keine pauschalen Lösungen gibt, weil alle Kinder unterschiedlich sind: manche fürchten sich schon beim Sandmann, andere können auch nach einer spannenden Serie sofort einschlafen. Medien üben eine große Anziehungskraft auf Kinder aus und je jünger sie sind, desto mehr sind sie

darauf angewiesen, von uns Eltern Alternativen angeboten zu bekommen. Das kann aber auch das gemeinsame Wäscheaufhängen oder Nudelkochen sein! Haben Ihre Kinder einen Medienhelden, den sie besonders gerne mögen? Dann könnten sie mit ihnen vereinbaren, dass sie ein Folge anschauen „dürfen“ und danach ein Bild von ihrem Helden malen oder sich wie die Heldin verkleiden oder die Geschichte zusammen nachspielen „müssen“. Interessieren Sie sich dafür, was Ihre Kinder gerne anschauen. Daraus können tolle Gespräche entstehen, ich erlebe das bis heute, wenn ich mir die verschiedenen Fortnite-Charaktere erklären lasse.



PROF. DR. FABIENNE BECKER-STOLL
Entwicklungs-
psychologin,
Leiterin des

Staatsinstituts für
Frühpädagogik (IFP) in München,
Privatdozentin, Fach-
autorin

Ihre Frage nach Medienzeit und dem richtigen Umgang mit Tablet, Smartphone und Internet beschäftigt sehr viele Eltern – und seit der Pandemie noch mehr. Toll, dass Sie sich trotz der Doppel- und Dreifachbelas-

tungen durch Homeoffice, Kinderbetreuung, Haushalt und Alltagsbewältigung so viele Gedanken um den Medienkonsum Ihrer Kinder machen und selber bemerkt haben, dass Luise und Malte sich doch sehr an die Tablet Nutzung gewöhnt haben.

Wie immer bei Erziehungsfragen gibt es keine ganz einfachen Lösungen, aber doch inzwischen gute Tipps für Eltern, die Orientierung beim Thema Medienkonsum bieten können.

Einfach nur eine Zeit festzulegen, in der Ihre Tochter mit der App spielen kann, wird nicht reichen. Bei Kindern von 3 bis 6 Jahren wird empfohlen nicht mehr als höchstens 30 Minuten Zeit mit Bildschirmmedien und

diese zusammen mit den Eltern. Für Kinder unter drei Jahren am besten gar nicht. Als Mutter weiß ich, dass diese Empfehlungen wenig realistisch sind. Außerdem ist das Interesse der Kinder an diesen Medien ja grundsätzlich nichts schlechtes und gut ausgewählte Spiele-Apps, die zunächst gemeinsam mit den Eltern erkundet werden und auf kindersicheren Geräten genutzt werden, schaden auch Vorschulkindern nicht. Und das gemeinsame Kinderfernsehen von Malte mit seiner Schwester auf dem Tablett stellt auch keine Gefahr dar, wenn einige Regeln von den Eltern befolgt werden. Außerdem gibt es Situationen, in denen Eltern sich ganz auf eine

Aufgabe konzentrieren können müssen, wie z.B. bei einem Telefonat oder auch beim Autofahren. Hier kann der Einsatz von kindgerechten Medien („Kinderfernsehen“) eine echte Hilfe sein. Es kommt also auf die Einbettung der Mediennutzung in das Familienleben und die Interaktion zwischen Eltern und Kindern an.

Wenn Sie auch Fragen an unsere Experten haben, schreiben Sie uns unter

ZEITUNG@REGENSBURGER-ELTERN.DE



© SHUTTERSTOCK / A. BAWIEMANN



„DIE 10 TIPPS FÜR ELTERN VON KLEINKINDERN VON DER PLATTFORM FINDE ICH HILFREICH, WEIL SIE NICHT NUR ZEITLICHE VORGABEN MACHEN, SONDERN DIE ELTERN IN IHRER VERANTWORTUNG BZW. DIE KINDER IN IHRER ENTWICKLUNG BETRACHTEN“.

DR. FABIENNE BECKER-STOLL

10 TIPPS ZUR MEDIENNUTZUNG VON KLEINKINDERN

EMPFOHLEN VON PROF. DR. FABIENNE BECKER-STOLL

zu finden auf der Plattform **SAFERINTERNET.AT** www.saferinternet.at/news-detail/10-tipps-fuer-eltern-von-kleinkindern/

1. GENIEßEN SIE DIE GEMEINSAME ZEIT

Legen Sie Ihr Handy beim Spielen mit Ihrem Kind zur Seite und schenken Sie ihm Ihre volle Aufmerksamkeit. Sie werden diese exklusiven Momente früh genug missen.

2. SEIEN SIE EIN GUTES VORBILD

Ihr Kind lernt von Ihnen und ahmt nach, was Sie tun. Zeigen Sie Ihrem Kind von Anfang an, wie man auch ohne Handy und andere digitale Geräte mit Langeweile umgehen kann.

3. MACHEN SIE DIE GERÄTE KINDERSICHER

Wählen Sie wenige, gute Angebote für Ihr

Kind aus. Sperren Sie In-App-Käufe und Content-Dienste, um ungeplante Kosten zu verhindern.

4. WÄHLEN SIE GEEIGNETE APPS

Diese sollen Ihr Kind in seiner Entwicklung unterstützen, anregen und sicher sein. Dabei sind kostenpflichtige Apps für Ihr Kind oft besser, da Datenmissbrauch und Werbung weniger wahrscheinlich sind.

5. STELLEN SIE KLARE REGELN AUF

Diese können z. B. den zeitlichen Umfang, den Zeitpunkt und die genutzten Inhalte betreffen. Achten Sie auf die Einhaltung der Regeln. Wichtig ist, dass Ihr Kind diese nachvollziehen und befolgen kann. Um die Akzeptanz zu erhöhen, hilft es, auch für Eltern Regeln aufzustellen.



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

TIPPS

6. NUTZEN SIE DIGITALE MEDIEN NICHT ALS BABYSITTER

Zögern Sie bei den Allerjüngsten die Nutzung digitaler Medien möglichst hinaus. Setzen Sie diese dann auch nur in Ausnahmen zur Berufung und bei Langeweile ein.

7. AUSGEWÄHLTE FOTOS NUR AN BESTIMMTE KONTAKTE SCHICKEN

Überlegen Sie gut, bevor Sie Fotos Ihres Kindes über WhatsApp, Instagram und andere soziale Netzwerke verbreiten. Akzeptieren Sie ein „Nein“ Ihres Kindes, wenn dieses nicht fotografiert werden möchte und fragen Sie es, bevor Sie ein Foto über WhatsApp oder andere Plattformen teilen.

8. ACHTEN SIE AUF ZEICHEN

Wann ist Ihrem Kind das Spielen/Video schauen zu viel? Wenn Sie merken, dass Ihr Kind unruhig wird oder von der Mediennutzung überfordert ist, schreiten Sie ein. Bieten Sie konkrete Alternativen an und unterstützen Sie so Ihr Kind.

9. BLEIBEN SIE RUHIG

Streiten will gelernt sein, nicht aus allem muss ein Drama werden. Erklären Sie Ihrem Kind Ihre Bedenken – es ist wichtig, dass Ihr Kind versteht, warum es gewisse Dinge nicht tun darf.

10. HABEN SIE SPASS

Vergessen Sie nicht, dass die Mediennutzung vor allem eines für Sie und Ihr Kind bedeuten sollte: Spaß. Erforschen Sie das Angebot gemeinsam mit Ihrem Kind. So haben Sie automatisch auch ein besseres Bild von dem, was Ihr Kind in der Online-Welt macht.

WEITERE INFORMATIONEN UND TIPPS

für Eltern zum Thema Kinder, Medien und Umgang mit Tablet, Smartphone und Internet

www.familienhandbuch.de/
www.flimmo.de/
www.schau-hin.info/

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



KLEINE ZEITUNG



HUHN-OSTERNEST

VON HEIDI GLAS

AUS DER KRABELSTUBE ALTMANNSTRASSE

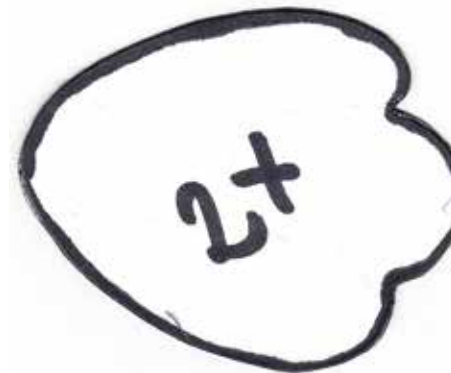


WAS WIRD GEBRAUCHT?

- 1 Luftballon
- Weißes Kopierpapier
- Kleister
- Tonpapier orange oder gelb
- Federn
- Wackelaugen
- Schere
- Kleber
- Bleistift

SO WIRD'S GEMACHT:

- Luftballon in der gewünschten Größe aufpusten und zum Fixieren auf einen Behälter setzen
- Weißes Kopierpapier in Schnipseln reißen
- Die Hälfte des Luftballons mit Kleister einreiben
- Papierschnipseln auf die eingekleisterte Hälfte in mehreren Schichten mit dem Kleister anbringen
- Über Nacht trocknen lassen und danach den Luftballon mit einer Nadel durchstechen
- Die Füße und den Schnabel mit Bleistift auf das Tonpapier aufzeichnen und ausschneiden
- Mit den Füßen, Schnabel, Federn und Wackelaugen das Huhn fertig gestalten



HENNE AUS EIERKARTON

VON SUSI RUMMAGE
AUS DEM STADTPARKKINDERGARTEN

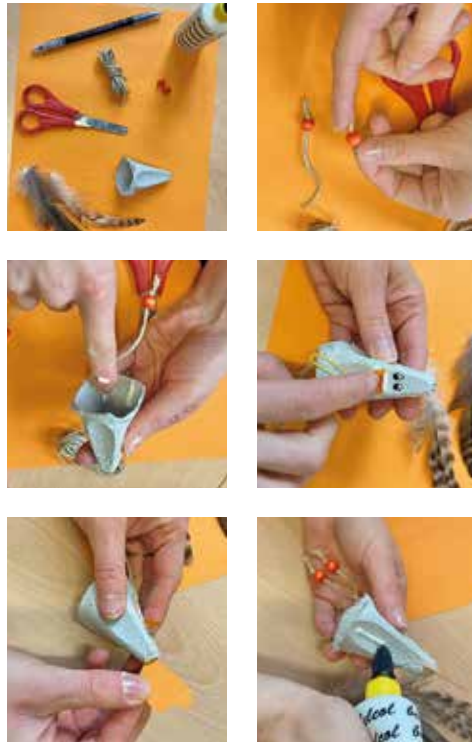


WAS WIRD GEBRAUCHT?

- Eierkarton
- Tonpapier oder Tonkarton orange
- Schnur
- zwei Perlen
- Federn
- Schere, Stift und Kleber

SO WIRD'S GEMACHT:

- Eine der Spitzen aus dem Eierkarton trennen; diese dient als Körper
- Zwei ca. 5 cm lange Schnüre abschneiden und jeweils eine der Perlen auffädeln, an einem Ende mit einem Knoten fixieren
- Die Schnüre als Beine von innen an den Eierkarton kleben
- Dann zwei Augen aufmalen
- Aus dem Tonpapier/-karton einen Schnabel sowie einen Kamm ausschneiden, ebenfalls am Körper festkleben
- Schließlich die Feder an der Rückseite festkleben
- Fertig ist unsere Henne



Hier sind drei ganz besondere Exemplare entstanden: Feder, Latte und Pünktchen. Vielleicht kennst du sie ja schon. Ansonsten lies doch mal in unserem Buchtipps nach: Helme Heine, *Das schönste Ei der Welt*

FRÜHLINGSBLUMEN MIT MUFFINFÖRMCHEN

VON JESSICA SLIWA AUS DEM STADTPARKKINDERGARTEN

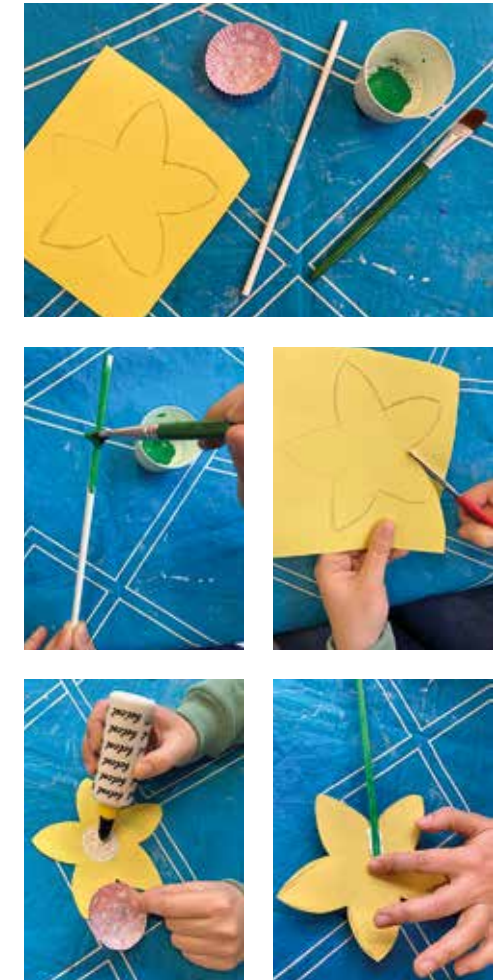


WAS WIRD GEBRAUCHT?

- Muffinförmchen
- Strohalm aus Papier!
- Grüne Fingerfarbe
- (gelber) Tonkarton
- Schere und Kleber

SO WIRD'S GEMACHT:

- Papierstrohhalm mit grüner Farbe anmalen und trocknen lassen
- Auf dem Tonpapier eine Blüte aufmalen und anschließend ausschneiden
- Das Muffinförmchen als Blumenstempel in die Mitte der Blüten kleben
- Schließlich den Strohalm als Stengel ankleben



NEU!

NORA TESTET

OBSTGARTEN von Haba

Erkältungszeit, Ferien und schlechtes Wetter, Quarantäne – manchmal stecken wir in unseren vier Wänden fest und brauchen ein ausgeklügeltes und abwechslungsreiches Unterhaltungsprogramm für die Kleinen (und größeren Kinder). Uns hat es um die Weihnachtszeit getroffen, wir mussten sehr viel Zeit drinnen verbringen und haben mit unserer Tochter Nora (3) eine ganz Reihe von Spielen ausprobiert. Nora ist beim Testen erfrischend direkt und kompromisslos – ein Spiel ist entweder hopp oder topp, dazwischen gibt es nichts. Die Idee für die neue Spiel-tipp-Rubrik war schnell geboren und nun freuen wir uns darauf, in den nächsten Ausgaben Noras Gewinner vorzustellen.



» Worum geht es?

Ziel des Spieles ist es, Obstbäume abzuernten bevor der diebische Rabe Theo zuschlagen kann. Insgesamt sind es vier Bäume mit buntem Holzobst, grüne Äpfel, gelbe Birnen, blaue Pflaumen und rote Kirschen. Auf dem großen Holzwürfel gibt es für jedes Obst die entsprechende Farbe, außerdem noch den Obstkorb und den Raben. Im Spiel inbegriffen sind auch vier süße kleine Holzkörbe für die Obsternte, allerdings zieht Nora es vor, dass alle Mitspieler ihr Obst gemeinsam in einem Topf aus ihrer Spielküche sammeln.

So, und nun heißt es schneller sein als der Rabe: wird eine der Farben gewürfelt, darf jeweils ein Stück der entsprechenden Obstsorte geerntet werden; beim Obstkorb sind es sogar zwei nach freier Wahl (Juhuu!). Wird der Rabe gewürfelt, muss eines von neun Puzzleteilen in die Vorlage gelegt werden. Meistens schaffen wir die Ernte, bevor das Rabenpuzzle fertig ist.



Ist das Spiel vorbei, geht der Spaß aber weiter – dann geht es ab in die Spielküche, wo Nora entweder Smoothies aus den Wunschobstsorten der Mitspieler zaubert oder eine große Schüssel Obstsalat kreiert. Zum Glück ist dabei bislang noch kein einziges Obststück verloren gegangen!



» UND NORAS FAZIT?

Obstgarten ist sehr gut! Wenn Mama keine Zeit hat, dann spielen Fauli und Kitty mit.



OBSTGARTEN

IST FÜR 1-8 SPIELER IM ALTER VON 3-6 JAHREN (MAMA UND PAPA SPIELEN ABER AUCH IMMER NOCH GERNE MIT).

DAS SPIEL FÖRDERT DAS ERKENNEN UND ZUORDNEN VON FARBEN UND DAS WIR-GEFÜHL, WEIL GEMEINSAM GEGEN DEN RABEN GESPIELT WIRD.

NEU KOSTET OBSTGARTEN UM DIE 25€, ES IST ABER AUCH NICHT SCHWER GEBRAUCHTE VERSIONEN IN GUTEM ZUSTAND ZU FINDEN.



BASEBALL IN DER #LEGIONÄREFAMILY

EIN BERICHT VON HOLGER SCHELLKOPF

Einer wirft, einer schlägt, ein paar versuchen zu fangen, wieder andere sausen über ein paar weiße Kissen von einer Ecke in die andere und versuchen, dort anzukommen, wo der Ball gerade weggeschlagen wurde. Was ist hier denn los? Ja, für Neulinge wirkt Baseball wahrscheinlich recht verwirrend. Wer sich aber nur ein klein wenig damit beschäftigt, ist schnell fasziniert von dieser besonderen Sportart.

Rund 210 Millionen Menschen spielen weltweit aktiv Baseball. In vielen südamerikanischen Ländern oder in Japan gehört das Spiel zu den ganz bedeutenden Sportarten. Im US-Sport bildet Baseball zusammen mit Basketball, Eishockey und American Football die Big 4, dementsprechend ist die amerikanische Liga auch hier das Nonplusultra des Sports. Wer es in die Major League Baseball

(MLB) schafft, der gehört zu den ganz Großen. Einer, der es in die MLB geschafft hat, ist Max Kepler (mit ganzem Namen Maximilian Kepler-Rozycki). Mehr noch: der 29-Jährige ist ein Star, gilt als bester europäischer Spieler. Er ist eine Art Dirk Nowitzki des Baseball. Während Basketball-Superstar Nowitzki aus Würzburg kommt, führt die Spur des gebürtigen Berliners Max Kepler direkt nach Regensburg. Hier besuchte Kepler ab 2008 das Baseball-Internat der Legionäre, wurde 2011 noch mit den Legionären Deutscher Meister – obwohl er zu diesem Zeitpunkt eigentlich schon zwei Jahre in den USA spielte.

Es ist aber kein Zufall, dass der Weg von Max Kepler ausgerechnet aus Regensburg zu den Minnesota Twins in die USA führte (insgesamt gab es 16 Angebote von MLB-Klubs). Die Legionäre sind mehrfacher Deutscher Meister.

Regensburg ist mit dem Internat, dem modernen Stadion und nicht zuletzt durch den Europa-Standort der MLB so etwas wie die mehr oder weniger heimliche deutsche Baseball-Hauptstadt.

Die inzwischen als Guggenberger Legionäre firmierenden Baseballer sind, SSV Jahn hin, Eisbären her, schlichtweg der erfolgreichste Verein der Stadt. Das liegt nicht nur an der Bundesliga-Mannschaft, sondern auch an den zahlreichen deutschen und bayerischen Meister-Titeln im Nachwuchsbereich.

Im Gegensatz zu vielen anderen Vereinen ist bei den Legionären auch kein Mangel an Nachwuchs zu erkennen. Im Gegenteil, gerade bei den Kindern boomt Baseball. „Bei den Guggenberger Legionären spielen Mädchen und Jungs, Damen und Herren von 3 bis 99+ Jahren in über 25 Mannschaften Baseball und Softball“, heißt es auf der Website. Daran ist zu erkennen, dass auch der Breitensport nicht zu kurz kommen soll.

Für die Kinder geht es mit drei Jahren bei den Bambini los. Auf dem ganz kleinen Feld direkt neben dem Restaurant im Stadion geht es in erster Linie um Spaß und um die ersten Erfahrungen mit (weichem) Ball und (gepolstertem) Schläger.

Einen Schritt weiter sind die Teeballer, die jüngste Wettkampfmannschaft. Teeball ist eine für die Kinder vereinfachte Form des Baseball. Der Ball wird dabei nicht aus der Luft geschlagen, sondern vom Batting Tee. Zusammen mit ein paar Regel-Modifikationen sorgt dies dafür, dass auch im Wettbewerb der Spaß und die Erfolgserlebnisse nicht außen vor bleiben. Spätestens mit acht Jahren geht es dann zur nächsten Stufe, dem Coach Pitch. Hier wirft nicht wie im großen Baseball der Gegner den Ball, sondern der eigene Trainer. Das macht die Sache natürlich ein klein wenig einfacher für die jungen Spielerinnen und Spieler. Ansonsten ist das Ganze schon sehr



nah am Spiel der Erwachsenen. Mit dem Live Pitch, regulär ab einem Alter von zehn Jahren, ist dann auch beim Nachwuchs echtes Baseball angesagt.

Rainer Zimmermann ist Headcoach der Legionäre für die Teeballer und im Bereich Coach Pitch. Zusammen mit einigen anderen Trainern, unter anderem aus dem Legionärenachwuchsbereich, betreut er aktuell drei Mannschaften. Gerade beim Teeball wuselt es da des öfteren so richtig auf dem Platz. Bis zu 25 Kinder haben dann unübersehbar und unüberhörbar viel Spaß auf dem Platz.

Dieser Spaß soll nach Überzeugung Zimmermanns auch im Vordergrund stehen. Gleichzeitig entwickeln die Kinder aber Fertigkeiten, von denen sie profitieren, selbst wenn sie irgendwann mal keine Lust mehr auf Baseball haben. Werfen, Fangen, Schlagen, Laufen – der Sport bietet viele unterschiedliche Anforderungen und damit auch die Möglichkeit für die Kinder, ihre jeweiligen Stärken einzubringen und eventuelle Schwächen zu verkleinern. Wer nur eine der Aufgaben sehr gut

erledigen kann, wird es beim Baseball nicht wirklich weit bringen.

Die Mischung ist es wohl auch, die für die Faszination gerade bei den jungen Sportlerinnen und Sportlern sorgt. Jakob ist sechs Jahre alt, steht vor seiner dritten Saison als Baseballer, hat es inzwischen schon in die Bayern-Auswahl im Coach Pitch geschafft. Was beim Baseball am meisten Spaß macht? „Man kann richtig draufhauen, sich hinwerfen und Bälle aus der Luft fangen, sliden und sich richtig dreckig machen. Und man kann nur als Team gewinnen.“

Etwas wissenschaftlicher betrachtet ist Baseball ein ganz ausgezeichnetes Training für alle motorischen Fähigkeiten, insbesondere die Visuomotorik, also die Augen-Hand-Koordination. Aber nicht nur das. Denn neben den physischen Aspekten spielt im Baseball die mentale Komponente eine ganz entscheidende Rolle. Es gibt wohl kaum eine Sportart, die besser geeignet ist, um Frustrationstoleranz zu trainieren. Selbst die stärksten Profis hauen öfter daneben als zu treffen. Auch die Stars der MLB müssen damit leben, dass sehr gute Schläge abgefangen werden und sie „ausgemacht“ werden. Beim Baseball gehört das eben dazu. Gerade für Kinder oft nicht einfach zu akzeptieren.

Coach Rainer Zimmermann legt auf diesen Teil der Ausbildung ebenso viel Wert wie auf den rein sportlichen Teil. Dazu gehört auch der respektvolle Umgang mit Teamkollegen, Gegnern und Schiedsrichtern. Meckern ist im Ballpark nicht gern gesehen. Insbesondere die größten Talente, die besten Spieler, sollen hier Vorbild sein. Teil des Geheimnisses ist dabei, dass beim Baseball einzelne Spieler eine Partie nicht alleine entscheiden können. Es braucht immer das ganze Team.

Dieses gemeinsame Verständnis ist auch Grundlage für das, was im Verein die #LegionäreFamily genannt wird.



Was das bedeutet, ist ganz gut an den Feriencamps der Baseballschule zu erkennen. Dort stehen die Kinder mit den Stars der Bundesligamannschaft auf dem Feld. Internationale Profis wie Devon Ramirez oder Kaleb Bowman oder die Nationalmannschaftsspieler Alexander Schmidt und Pascal Amon trainieren da beispielsweise mit den Kindern und Jugendlichen. Eine Atmosphäre der Gemeinsamkeit, die irgendwie allgegenwärtig ist. Deshalb ist es dann auch für alle irgendwie ganz selbstverständlich, dass Jakob und seine Teamkollegen am Rande eines Bundesliga-Spiels mit der Regensburger Baseball-Legende Matt Vance oder Nationalspieler Lukas Jahn plaudern.

Dann geht es weiter im großen Stadion. Einer wirft, einer schlägt, ein paar Spieler laufen, andere versuchen zu fangen. Und auf den Rängen jubelt das Publikum.

WIE FUNKTIONIERT BASEBALL?

Die wichtigsten Regeln

- Baseball wird von zwei Mannschaften mit jeweils neun Spielern gespielt
- Ziel des Spieles: einmal das Feld (die sog. „Bases“) umrunden
- Für jede Umrundung erhält die laufende Mannschaft einen Punkt („Run“)
- Die gegnerische Mannschaft versucht die Läufer am Umrunden des Feldes zu hindern
- Die Mannschaft mit mehr Punkten gewinnt das Spiel
- Ein Unentschieden gibt es im Baseball nicht
- Das Team ohne Ball greift an. Der Pitcher (Werfer der verteidigenden Mannschaft) wirft den Ball dem Catcher (Fänger) zu. Der gehört zu seinem Team und soll den Ball fangen. Zwischen den beiden steht der gegnerische Batter (Schläger). Er will den Ball ins Feld schlagen und so punkten. Dafür muss er, einfach gesagt, vor dem Ball an den Bases ankommen.




MEHR INFOS

<https://legionaere.de> oder bei Marta Bonessi
Telefon +49 941 46 37 46-68
baseballschule@legionaere.de

😊 **Gitarre und Ukulele Kurse im HouseOnTheRock** 😊

- Gitarre Wiedereinsteiger** 30.03. 2022 - 29.06. 2022
jeweils mittwochs von 18.30 - 19.30 **10 Stunden** für nur **120 €**
- Ukulele Anfänger I** 29.03. 2022 - 28.06. 2022
jeweils dienstags von 19.30 - 20.30 **10 Stunden** für nur **80 €**
- Ukulele Anfänger II** 30.03. 2022 - 29.06. 2022
jeweils mittwochs von 19.45 - 20.45 **10 Stunden** für nur **80 €**
- Ukulele Fortgeschrittene** 30.03. 2022 - 29.06. 2022
jeweils mittwochs von 18.45 - 19.45 **10 Stunden** für nur **80 €**

Gitarre und Ukulele für Kinder im Grundschulalter Einstieg jederzeit möglich !

10er-Block-Gutschein - auch zu zweit möglich - **10 x ½ Stunde** für nur **220 €**

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



ENGAGEMENT IST BUNT!

Die FreiwilligenAgentur Regensburg stellt ihr neues inklusives Projekt vor

EIN BERICHT VON BARBARA KIESSLING

Seit Oktober 2021 arbeitet die FreiwilligenAgentur an einem neuen Projekt mit dem Titel *Engagement ist BUNT!*. Dabei handelt es sich um ein Projekt, bei dem Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam bunte Legorampen bauen. Die FreiwilligenAgentur will damit zeigen, dass Engagement und Ehrenamt inklusiv sein kann und Menschen zusammenbringt. Sie ist einer von elf Standorten des bayernweiten Projekts „Inklusion durch Engagement – Menschen mit Behinderung für ein Engagement gewinnen“ der lagfa bayern. Gefördert wird das Projekt durch das Bayerische Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales.

Legorampen findet man bereits in vielen deutschen Städten wie Würzburg, Hanau

oder Köln. Dabei handelt es sich um Rampen, die aus vielen kleinen Legosteinen hergestellt werden. Die Bausteine werden mit Hilfe einer Bauanleitung aufeinander gesteckt und mit einem speziellen Kleber fixiert. Für Menschen im Rollstuhl oder mit Rollator ist eine Legorampe eine Hilfestellung, um beispielsweise kleine Stufen am Eingang von Geschäften zu bewältigen. Nun sollen auch in Regensburg im Projekt *Engagement ist BUNT!* Legorampen gebaut werden.

Inklusiv, Nachhaltig und Gemeinwohlorientiert. Das sind drei Schlagworte, die *Engagement ist BUNT!* beschreiben. Inklusiv ist das Projekt in vielerlei Hinsicht: Menschen mit Behinderung werden selbst als Freiwilligen angesprochen. Sie werden hier nicht nur als

Zielgruppe von freiwilligem Engagement gesehen. Menschen mit und ohne Behinderung treffen sich im Projekt, lernen sich kennen, engagieren sich und bauen gemeinsam die bunten Rampen. Kleine bauliche Barrieren können so an zehn Orten in Regensburg leichter überwunden werden. Maria Simon, Leiterin der FreiwilligenAgentur, betont, die Legorampen sind keine dauerhafte Lösung für das Überwinden von Stufen: „Wir wollen mit den bunten Rampen vielmehr sichtbar machen, wo es überall noch Hindernisse gibt. Ziel sollte sein, dass bei neuen Bauvorhaben Rampen und Barrierefreiheit immer mitgedacht werden.“ Auch Barbara Kießling, pädagogische Mitarbeiterin bei *Engagement ist BUNT!*, findet den symbolischen Charakter der Aktion wichtig. „Die bunten Rampen fallen auf, wenn wir durch die Innenstadt laufen. Uns wird vor Augen geführt, dass selbst kleine Stufen zu einem schwer überwindbaren Hindernis werden können.“

Ein weiterer Punkt ist die Nachhaltigkeit. Die FreiwilligenAgentur geht davon aus, dass bei vielen Familien noch einige alte Legosteine verstaut sind – Legosteine, die nicht mehr gebraucht werden, weil die eigenen Kinder älter geworden sind. Die FreiwilligenAgentur möchte diesen Legosteinen ein zweites Leben geben. Es sollen möglichst keine Legosteine extra für das Projekt neu gekauft werden. Aus diesem Grund stellt die FreiwilligenAgentur an verschiedenen Orten Behälter zum Sammeln der Steine auf. Regensburgerinnen und Regensburger können dort nicht mehr gebrauchte Legosteine abgeben. Eine Auflistung aller eingerichteten Sammelstellen ist auf der Website der FreiwilligenAgentur zu finden. Die Steine können auch direkt bei der FreiwilligenAgentur im Haus der Parität abgegeben werden.

Engagement ist BUNT! ist außerdem ein Stadtteilprojekt und damit gemeinwohlorientiert.

Vorsicht: Stufe!

Die FreiwilligenAgentur lädt zu einer gemeinsamen Tour durch die Regensburger Innenstadt ein:

Wir möchten Barrieren aufspüren!

Wann? Samstag, 05.03.22 von 14 Uhr bis ca. 15:30 Uhr
Wo? Treffpunkt am Neupfarrplatz (Brunnen/Bodenrelief)
Was? Ausgestattet mit Kamera und Zollstock dokumentieren wir Barrieren und Stufen. Am Ende gibt es als kleines Dankeschön ein Heißgetränk.
Wofür? Im Projekt Engagement ist BUNT! werden Legorampen gebaut. Die Rampen werden in der Innenstadt aufgestellt.

Wir bitten um **Anmeldung** an Barbara.Kiessling@paritaet-bayern.de
 Weitere Informationen: [FreiwilligenAgentur Regensburg](http://FreiwilligenAgenturRegensburg.de) / Landshuter Straße 19, 93047 Regensburg / 0941 599 388 620 / www.freiwilligenagentur-regensburg.de

Zum Projekt **Engagement ist BUNT!**

Bauaktionen sollen mit Bewohnerinnen und Bewohnern des Nibelungenquartiers realisiert werden. Das Nibelungenquartier ist ein neuer Stadtteil, der auf dem Areal der ehemaligen Nibelungenkaserne entstanden ist. Dort sind neben Wohneinheiten auch zahlreiche Unternehmen, Einrichtungen und Institutionen angesiedelt. Die FreiwilligenAgentur möchte verschiedene Unternehmen, die FOS/BOS, ein Jugendzentrum, die Regensburger Eltern und weitere soziale Einrichtungen, Initiativen und Vereine aus dem Stadtteil im Projekt einbinden. Eine intensive Zusammenarbeit soll mit der Lebenshilfe, mit dem Verein Zweites Leben und mit dem W.I.R.-Projekt stattfinden. Alle drei Organisationen haben im Nibelungenquartier Wohnprojekte für Menschen mit Behinderung. „Das Besondere an dem Projekt ist, dass Akteur*innen bereits bei der Projektplanung mit einge-



Langeweile? Schlechte Laune? Auf zu Selmair!

Selmair

richtig gutes Spielzeug

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

bunden werden. Wir freuen uns, wenn Ideen eingebracht werden und wir bei jedem Projektschritt Freiwillige einbeziehen können“, so Maria Simon. Im Oktober fand bereits ein erstes Vernetzungs- und Planungstreffen in den Räumlichkeiten des W.I.R.-Projekts statt. Seitdem wird fleißig geplant und vorbereitet.

AM SAMSTAG, 05. MÄRZ findet eine Tour durch die Regensburger Innenstadt zum Aufspüren von Barrieren statt. Wir treffen uns um 14 Uhr am Neupfarrplatz (Brunnen/Bodenrelief). Ausgestattet mit Kamera und Zollstock dokumentieren wir Barrieren und Stufen, die wir auf unserer Tour entdecken. Wir machen uns in Kleingruppen auf die Suche. **ANLÄSSLICH DES 05. MAIS**, des europäischen Protesttags zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung, soll eine erste große Rampenbau-Aktion stattfinden. Interessierte, die Lust haben, sich zu engagieren und gemeinsam zu basteln, sind herzlich eingeladen, am Projekt als Freiwillige mitzuwirken. Aktuelle Informationen werden auf der Website der FreiwilligenAgentur bekanntgegeben.



MEHR INFOS

Tel.: 0941 599 388 620

Mail:

info@freiwilligenagentur-regensburg.de
www.freiwilligenagentur-regensburg.de

Bilder aus der Schedelschen Weltchronik 1493

Zeitlos:
das Buch

BÜCHER
PUSTET.de

GESANDTENSTRASSE • DONAU-EINKAUFSZENTRUM • UNIVERSITÄT • DOMBUCHHANDLUNG



Keramik**Ma**Werkstatt

Marianne Mion

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

Lessingstr. 20
 Ecke
 Prüfeninger Str.
 Regensburg

Buslinien
 1 oder 4



OLYMPIA-PARK MÜNCHEN

VON ULRIKE OSTENRIED

Im Olympia-Park München findet sich ein interessant gestaltetes Gelände mit Olympiaberg, Olympiastadion, Olympiahalle und dem Olympiasee sowie zahlreiche Möglichkeiten für einen vergnüglichen Tag. Sehr schön ist es, den Olympiaberg zu erklimmen, einen Kletterbaum zu suchen, auf der Wiese zu spielen, die Wege zu erkunden und am See zu spazieren. Am Ufer haben bereits über 100 berühmte Persönlichkeiten aus Sport, Musik und Unterhaltung ihre Handabdrücke und Botschaften hinterlassen, der Munich Olympic Walk of Stars. Wer mehr Spannung sucht geht zum Eislaufen, ins Sealife oder auf das Dach des Stadions.

Empfohlen sei hier ein wahres Highlight: das Restaurant 181 bietet samstags und sonntags von 12-14:30 Uhr eine kleine, nicht ganz günstige, aber gute Mittagskarte, bzw. ab 14:30 Uhr Kaffee und Kuchen an. Es befindet sich oben im Olympiaturm unter der Aussichtsplattform und bietet bei jedem Wetter ein unvergessliches 360-Grad-Panorama während des Essens.

Zeiten für die Eislaufhalle, die Zeltdach-Tour, das Sealife und das Restaurant 181 sind nur über Voranmeldung oder Onlinebuchung möglich. Die Karten für den Olympiaturm gibt es direkt an der Kasse. Bitte immer die aktuellen Hygienevorschriften beachten (im Moment 2G+).

Die Parkeisenbahn fährt ab dem 02. April wieder ihre Runden, Haltestellen am Olympiaturm und der benachbarten BMW-Welt; ab Mai öffnet der Bootsverleih.

Für Musikfans lohnt sich auch ein Blick auf den Veranstaltungskalender des Theatron unter www.theatron.de.

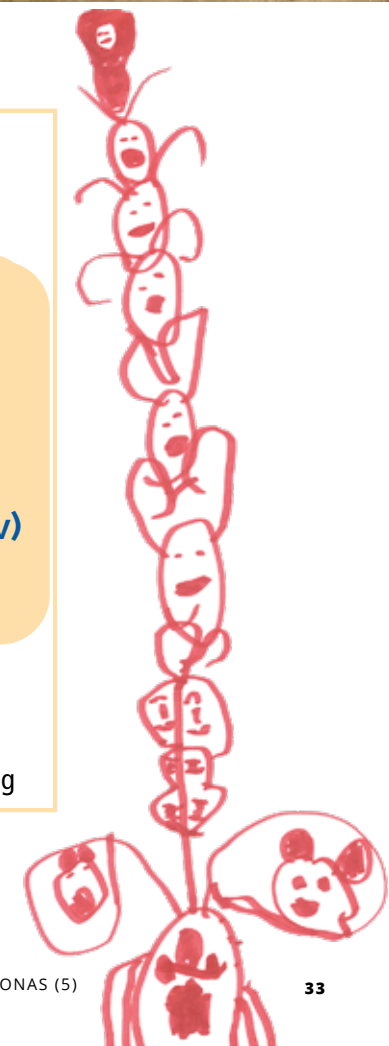
MEHR INFOS

www.olympiapark.de/
www.touren-olympiapark.de/
www.olympiapark.de/de/touren-und-sightseeing/sightseeing



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



zahnträumerei

Praxis für Kinder- & Jugendzahnheilkunde



www.zahnträumerei.de

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



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



DER LESEWOLF

Bénédicte Carboneill
MIDAS 2019
(4-8 Jahre)

Leseratten – ja, die kennt man, aber den Lesewolf? Im Wald ist der vorlesende Wolf jedenfalls schon bald bekannt.

In dieser sympathisch erzählten und liebevoll illustrierten Geschichte geht es um Mut und Vertrauen, um Vorurteile und nicht zuletzt auch um die Macht des Wortes und der Bücher. Schon zu Beginn wird das Vorlesen als eine schöne Beschäftigung zwischen Vater und Tochter dargestellt. Der heimlich zuhörende Wolf möchte unbedingt wissen, wie die Geschichte weitergeht. Aber der Wolf kann nicht lesen, er ist auf andere angewiesen. Leider traut dem bösen Wolf keiner. Zum Glück hat der Hase ein Einsehen. Er liest dem Wolf das Buch zu Ende vor. Der Wolf bekommt nicht genug und möchte sich immer wieder vorlesen lassen. Aber auch das reicht ihm nicht. Er möchte hinter das Geheimnis der Schriftzeichen kommen und selbst lesen lernen. Auch hier erfüllt der Hase dem Wolf seinen Wunsch und so wird aus dem Wolf der Lesewolf.

Tipps von Gunda Köstler



DAS WUNDER BIST DU

Katharina Rosenthal
Media Lighthouse 2021
(4-16 Jahre)

Mit diesem zauberhaften Kinderbuch wird auch Dein Kind feststellen: Ich bin ich, etwas ganz Besonderes und ich kann alles schaffen! Unsicherheiten und Ängste gehören zum Größerwerden dazu. Acht zauberhafte, pädagogisch wertvolle Mut-Mach-Geschichten zeigen Deinem Kind, dass es mit diesen Gefühlen nicht allein ist. Mutig sein bedeutet, sich diesen Ängsten zu stellen. Geschichten können Deinem Kind helfen, neue Sichtweisen einzunehmen, mit Gefühlen umzugehen und vor allem an sich selbst zu glauben.

In leicht verständlicher Sprache verfasst greifen die Geschichten Situationen aus dem Kindesalltag auf. Dazu gibt es Fragen, sowie kleine Übungen, die Deinem Kind helfen, das Gelesene auf sein Leben zu übertragen. Liebevoll gestaltete Ausmalbilder der Märchenhelden, durch welche die Geschichten noch besser verinnerlicht werden, fördern beim Ausmalen Konzentration und Feinmotorik.

ADRESSEN FAMILIE

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 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

Grafik Kathrin Fleischmann, post@frauflfischmann.de

Titel Parzuchowski, Jonas (5)

Druck Schmidl & Rotaplan Druck GmbH, Regensburg

Auflage 3000 Stück, erscheint alle zwei Monate (kostenlos)

Redaktionsschluss 10. 04. 2022 - für Heft 233, Mai/juni 2022

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

We love to make cake
for the city
who loves to eat it.

OPERA
mon amour



KONDITOREI OPERA // PRÜFENINGER STR. 44 A // REGENSBURG



Amt für Tagesbetreuung von Kindern

Telefon: 0941/507 7525
0941/507 7527

E-Mail: kindertagespflege@Regensburg.de