

REGENSBURGER ELTERNZEITUNG

Nummer 237 ∞ Januar/Februar 2023



GEBT DEN KINDERN FLÜGEL - ZWISCHEN WUT UND MUT

Eine Veranstaltungsreihe

ZACK! PODCAST!

Eine Ankündigung



KOSTENLOS

EINLADUNG INFOTAG

Freie Waldorfschule Regensburg



SA. 28. JANUAR 2023 10:00 - 14:00 UHR

Programm

10:00 Uhr Begrüßung im Festsaal mit Überblick zur Waldorfpädagogik und zu unserer Schule

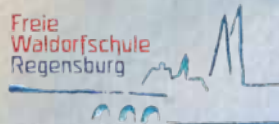
- Schulführungen
- Pädagogischer Einblick in den Waldorfunterricht (nur für Erwachsene*)
- Informationen für Quereinsteigende
- Waldorf-Cafe
- Infostände und Ausstellungen zum Schulgeschehen u.v.m.

*Wir bieten für den gesamten Infotag eine Kinderbetreuung an.

SCHULZEIT IST LEBENSZEIT -

WIR FREUEN UNS AUF SIE!

Ort: Freie Waldorfschule Regensburg
 Adresse: Unterislinger Weg 32, 93053 Regensburg
 eMail: info@waldorfschule-regensburg.de



Liebe Leser:innen,

wir hoffen, Ihr seid gut und gesund in das neue Jahr gestartet! Auch 2023 wird es in unserer Zeitung wieder viele Lesenswertes für Familien geben: in dieser Ausgabe stellen wir Erika Eichenseer vor, die auch am Schönwerth-Märchenpfad in Sinzing Märchenerzählerin ist, wir berichten über ein Forschungsprojekt an der Uni Regensburg, bei dem auch Eltern und Kinder mitgewirkt haben und informieren über die (neuen) Angebote im Regensburger Mehrgenerationenhaus. Darüber hinaus berichten wir über verschiedene Vereinsaktivitäten: die Veranstaltungen unserer Lesereihe, die wir in diesem Jahr zusammen mit unseren Kooperationspartnern schon zum 14. Mal organisieren, die Auszeichnung

unserer Kunstprojekte im Rahmen des Förderprogramms „Kultur macht stark“ sowie die neuen Formate „Zack! Podcast!“ und „Zack! Fundkiste!“ von Regensburger Eltern für Regensburger Eltern. Auch im neuen Jahr könnt Ihr wie gewohnt in unserer Elternzeitung folgende Rubriken lesen: Eltern fragen – Experten antworten, Oma’s beste Klimarezepte, Mutter & Sohn, Buchtipps, die Kleine Zeitung in der Mitte sowie nützliche Adressen am Ende der Ausgabe.

Wir wünschen viel Spass beim Lesen!

Die Redaktion

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

Inhalt



5 Gebt den Kindern Flügel – Zwischen Wut und Mut
 Eine Veranstaltungsreihe



12 Zack! Podcast!
 Eine Ankündigung

- 10** Bericht: Eltern und Kinder machen Forschung
- 14** Expertenrunde: Wieviel Husten und Schnupfen ist normal?
- 17** Aus unseren Einrichtungen: „Wenn’s am schönsten ist ... kommt der Kindergarten!“
- 20** Kolumne: Mutter & Sohn
- 21** Kleine Zeitung
- 26** Bericht: Das Mehrgenerationenhaus Regensburg
- 30** Zack! Fundkiste!
- 32** Bericht: „Kultur macht stark“
- 34** Kolumne: Omas beste Klima Rezepte
- 36** Interview: Erika Eichenseer
- 39** Buchtipps
- 40** 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 Altmannstraße (93053)
Altmannstraße 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 Engelberggasse / Kinderhort)
Tel. 0941/57 447 · info@regensburger-eltern.de



www.regensburger-eltern.de

ANKÜNDIGUNG



© SHUTTERSTOCK/A. BAWIEMANN

GEBT DEN KINDERN FLÜGEL - ZWISCHEN WUT UND MUT

Sicherheit vermitteln in unsicheren Zeiten

Klimawandel, Krieg in der Ukraine, Corona, schulische Anforderungen: Wie bereiten wir unsere Kinder sinnvoll auf ihre Zukunft vor? Was gibt ihnen Halt und Orientierung, aber auch den nötigen Raum, um Herausforderungen selbstbewusst und kreativ anzunehmen und ihren Ängsten zu begegnen? Was können Eltern, Erzieher*innen, Lehrer*innen oder Pädagog*innen tun, um Kinder stark fürs Leben zu machen?

Um hier Orientierung und Selbstvertrauen zu geben, setzt die Kooperationsgemeinschaft aus Buchhandlung Dombrowsky, Regensburger Eltern e.V., Beratungsstelle für Kinder,

Jugendliche und Eltern der Katholischen Jugendfürsorge und Volkshochschule der Stadt Regensburg ihre erfolgreiche Veranstaltungsreihe fort. 2023 geht es wieder um die Schulkinder.

Überregionale Fachautor*innen sowie Expert*innen und Familientherapeut*innen aus der regionalen Praxis berichten von ihren Erkenntnissen und ihrem Wissen und laden Sie zur Diskussion ein.

Wir freuen uns auf Sie und erkenntnisreiche Abende!

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



**DR. BASTIAN
WILLENBORG**

**FACHARZT FÜR
PSYCHOSOMATISCHE
MEDIZIN, PSYCHIATRIE
UND PSYCHOTHERAPIE
IN BERLIN UND BONN,
VATER VON ZWEI KIN-
DERN**

VORTRAG

DIENSTAG, 14. FEBRUAR 2023, 20.00 UHR

**KIND, DU MACHST MICH WAHSINNICHTIG
- TRIGGERSITUATIONEN ERKENNEN,
VERSTEHEN, AUFLÖSEN**

Viele Eltern kommen irgendwann an den Punkt, an dem sie mit der Erziehung der Kinder überfordert sind, sich geradezu ohnmächtig fühlen. Dauernd kommt es zu Streit, oftmals aus nichtigen Anlässen. An guten Ratschlägen, etwa gelassener zu werden oder mal Fünfe gerade sein zu lassen,

fehlt es dann nicht. Hilfreich ist das jedoch keineswegs, schon gar nicht angesichts der eigenen Schuldgefühle.

Bastian Willenborg weiß: Vielen gestressten Eltern fehlt die Reife und Sicherheit, die für den Umgang mit Kindern so wichtig ist. Denn Erwachsene scheitern oftmals an ihren eigenen unerfüllten kindlichen Grundbedürfnissen. Diese werden ihnen erst gewahrt, wenn sie selber Kinder haben und es zu Erziehungsproblemen kommt.

Hier setzt Willenborg an: Ausgehend von seiner langjährigen Erfahrung mit Eltern in der Krise, zeigt er in konkreten Schritten, wie Mütter und Väter ihre emotionalen Bedürfnisse besser kennenlernen können. Wie sie durch eine gezielte Auseinandersetzung mit ihnen zu einem erwachseneren Ich finden. Und zu größerer Erziehungscompetenz. Damit sie als Eltern rausfinden, aus der Wut- und Ohnmachtsfalle, damit sie ihren Kinder ein zufriedenes, glückliches Aufwachsen ermöglichen. Und sie mit Gefühlen der Zuneigung begleiten können.



**DR. HERMANN
SCHEUERER-ENGLISCH**

**DIPL. PSYCHOLOGE,
LEITER DER BERA-
TUNGSSTELLE FÜR KIN-
DER, JUGENDLICHE UND
ELTERN DER KATHOLI-
SCHEN JUGENDFÜRSOR-
GE REGENSBURG**



DANIELA DOMBROWSKY

**DIPL. SOZIALPÄDAGO-
GIN, BUCHHÄNDLERIN**

GESPRÄCHSABEND

DONNERSTAG, 02. MÄRZ 2023, 20.00 UHR

**MIT DER KRAFT DER BINDUNG
IN DIE SCHULE - MIT DER LIEBE
DER ELTERN LERNEN**

Die Schule stellt Kindern Entwicklungsaufgaben, die sie selber meistern müssen: Das Lernen lernen, mit den anderen Kindern Beziehungen (er-)leben, Widrigkeiten aushalten, Verantwortung übernehmen. Die Eltern müssen zu Hause bleiben. Aber trotzdem sind sie immer mit dabei. Ihre Erwartungen und Haltungen können dem Kind das Lernen und die Schule erleichtern oder erschweren. Und

Kinder brauchen ihre Eltern als Halt und als Ansporn, die Herausforderungen selber zu bewältigen. So schreibt das Schulleben Familiengeschichten. Geschichten aus Büchern und gemeinsames Lesen können helfen, sich über Gefühle, Erlebnisse und Entwicklungsthemen im Grundschulalter mit den Eltern spielerisch auszutauschen.

Dr. Hermann Scheuerer-Englisch wird als Familientherapeut in kurzen Impulsen Informationen zu Entwicklungspsychologie und Bindungen im Spannungsfeld Schule und Familie geben, die Sozialpädagogin und Buchhändlerin Daniela Dombrowsky wird dazwischen Bücher für Kinder und Eltern in dieser Altersstufe vorstellen.



PODIUMSDISKUSSION

DONNERSTAG, 09. MÄRZ 2023, 20.00 UHR

**KINDER ZWISCHEN ANGST, WUT
UND MUT: SICHERHEIT UND
ZUVERSICHT VERMITTELN IN
UNSICHEREN ZEITEN - AUFGABE
VON ELTERN UND GESELLSCHAFT**

Kinder und Jugendlichen von heute leben in einer Zeit mit tiefgreifenden Umbrüchen und Krisen. Die Folgen der Coronavirus-Pandemie zeigen sich deutlich, der Klimawandel ist omnipräsent und der Krieg in der Ukraine führt zu zusätzlichen Ängsten. Es ist die Aufgabe von Eltern, Lehrer*innen und Politik, dieser Verunsicherung zu begegnen.

Wie können Strukturen geschaffen werden, in denen sich Kinder und Jugendliche altersgerecht entfalten können? Welche Fähigkeiten brauchen sie, um den großen Herausforderungen unserer Zeit zu begegnen? Und wie können wir unseren Kindern auch unter schwierigen Bedingungen Sicherheit vermitteln? Diese und andere Fragen werden von unseren Expert*innen diskutiert.

EXPERT*INNEN:

KARIN ALKOFR

Rektorin Pestalozzi-Mittelschule

DR. HERMANN SCHEUERER-ENGLISCH

Dipl. Psychologe, Leiter der Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der Katholischen Jugendfürsorge Regensburg

MICHAEL STRAUBE

Vorstand Regensburger Eltern e.V., Elternbeirat Gerhardinger Grundschule

HEIDI ZORZI

Dipl. Psychologin, Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin und Dozentin

MODERATION:

ULRIKE HECHT

Regensburger Eltern e.V.



VERENA HASEL

PSYCHOLOGIN, DREHBUCHAUTORIN, JOURNALISTIN. SIE WAR FÜR DEN THEODOR-WOLFF-PREIS NOMINIERT UND ERHIELT 2018 DEN DEUTSCHEN REPORTERPREIS. HASEL WAR CO-INITIATORIN DES #WIRFÜRSCHULE-HACKATHON 2021.

VORTRAG

DIENSTAG, 21. MÄRZ 2023, 20.00 UHR

DER TANZENDE DIREKTOR

Was ist das Wichtigste, das man in der Schule lernen kann? Fehler machen. Denn dann wächst das Gehirn. Erstklässler*innen, die ihren ersten wissenschaftlichen Versuch mit Schokolade machen. Abiturient*innen, die 48 Stunden im Wald verbringen, um zu lernen, wie man Einsamkeit aushält. Siebtklässler*innen, die überall im Land das gleiche Buch lesen, um auf Twitter darüber zu diskutieren. Und ein/e Schuldirektor*in, der/die jedes Kind morgens wie ein/e Gastgeber*in persönlich begrüßt. So geht Schule in Neuseeland, einem Land, das in Bildungsrankings ganz vorn abschneidet. Dieses Buch erzählt die Geschichte hinter den messbaren Zahlen. Es ist der Bericht einer Mutter, die mit Mann und drei Töchtern in Neuseeland gelebt hat. Sie erzählt von Schulen, wo Lehrer*innen zu zweit unterrichten, um voneinander zu lernen, wo Radierer verboten sind, weil man sich für Fehler nicht schämen muss, und wo der/die Direktor*in manchmal mit den Schüler*innen im Lehrer*innenzimmer tanzt. Sie erzählt von einem Bildungssystem, wo Wissenschaftler*innen den Lehrer*innen helfen, den Unterricht zu verbessern, und Bildungsentscheidungen niemals nur einer Mode folgen.

TERMINE

VORTRAG DR. BASTIAN WILLENBORG
DIENSTAG, 14. FEBRUAR 2023, 20.00 UHR
 Buchhandlung Dombrowsky,
 St. Kassians-Platz 6
 Kosten: 10 €

GESPRÄCHSABEND
DONNERSTAG, 02. MÄRZ 2023, 20.00 UHR
 Stadtbücherei am Haidplatz 8,
 Lesesaal und/oder im Livestream
 Kosten: 5 €

PODIUMSDISKUSSION
DONNERSTAG, 09. MÄRZ 2023, 20.00 UHR
 Stadtbücherei am Haidplatz 8,
 Lesesaal und/oder im Livestream
 Kosten: 5 €

VORTRAG VERENA HASEL
DIENSTAG, 21. MÄRZ 2023, 20.00 UHR
 Buchhandlung Dombrowsky,
 St. Kassians-Platz 6
 Kosten: 10 €



MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG VON „BAYERN LIEST E. V.“ UND ULRIKE HUHLE IN DER REDAKTION

ANMELDUNG /KARTENVERKAUF

Buchhandlung Dombrowsky
 St.-Kassians-Platz 6
 Tel.: 0941/56 04 22
 Mail: ulrich.dombrowsky@t-online.de

Die Anmeldung erfolgt über die Homepage der Volkshochschule der Stadt Regensburg:
www.vhs-regensburg.de
 Tel.: 0941/507 2433
 Mail: service.vhs@regensburg.de

Wenn Sie die Podiumsdiskussion oder den Gesprächsabend „Mit Kraft der Bindung ...“ von zu Hause aus verfolgen möchten, bekommen Sie den Zugangslink nach der Anmeldung bei der Volkshochschule per Mail zugeschickt.

Hier lernt Ihr Kind fürs Leben
Mädchenrealschule Niedermünster - mehr als nur Schule

Voranmeldungen sind ab 09. Jan. 2023 möglich

Tag der offenen Tür am 17. März 2023

14:30 - 16:45 Uhr
 im Schulhaus Alter Kornmarkt 5
 - Vielfältige Angebote zum Kennenlernen der Schule

17:00 Uhr Infoveranstaltung
 In der Sporthalle am Donaumarkt, Gichtgasse 1
 - Vorstellung des Schulprofils mit den Wahlpflichtfächergruppen

II Wirtschaft
 IIIa Französisch
 IIIb Ernährung und Gesundheit

MÄDCHENREALSCHULE NIEDERMÜNSTER
 93047 Regensburg
 Alter Kornmarkt 5
 0941 563201
www.niedermaerkter.de

ELTERN UND KINDER MACHEN FORSCHUNG

Gesundheitskompetenz und frühkindliche Allergieprävention

Ein Bericht von Dr. Julia von Somogy (Universität Regensburg, Medizinische Soziologie Institut für Epidemiologie und Präventivmedizin)

„Kann ich bitte noch mehr rote Punkte haben? Ich finde da noch drei andere Themen sehr wichtig.“ (T., 42 Jahre) „Wir sollten unbedingt eine Website machen, damit andere Kinder das auch verstehen.“ (Y., 10 Jahre) „Ich finde es sollte nicht ‚Börse vor acht‘ geben, sondern ‚Gesundheit vor acht‘.“ (A., 54 Jahre). Wer am Samstag, den 29. Oktober 22 zufällig durch das evangelische Bildungszentrum in Regensburg gelaufen ist, konnte ein munteres Durcheinander an Stimmen wahrnehmen, die eifrig miteinander diskutierten.



Die Forschungsgruppe „HELICAP“ (www.helicap.org), ein Zusammenschluss von Wissenschaftler*innen aus Regensburg, Magdeburg, Freiburg und Hannover im Bereich Gesundheitskompetenz und frühkindliche Allergieprävention hatte Eltern und Kinder eingeladen, gemeinsam Forschung zu machen. Doch was soll das eigentlich heißen: Forschung machen? Forschung ist allen ein bekannter Begriff – doch so wirklich damit beschäftigen? Das machen die wenigsten von uns, allenfalls nimmt man an einer Umfrage

teil. Aber wie kann man sich sonst beteiligen und warum sollte man das tun?

Ziel der HELICAP-Wissenschaftler*innen ist es, gemeinsam mit Eltern und Kindern herauszufinden, was die wirklich wichtigen Forschungsthemen sind – weg von der Wissenschaft „im Elfenbeinturm“ und hin zu den Fragen, die Eltern und Kinder wirklich beschäftigen und von der Wissenschaft beantwortet werden sollten. „Uns ist es wichtig, die Betroffenen zu hören und sie mit in unsere Forschung einzubeziehen. Auch wenn es anfangs vielleicht ungewohnt ist von Wissenschaftler*innen gefragt zu werden, was sie erforschen sollen, so können uns Betroffene oft sehr gute Einblicke in ihre Lebenswelt und ihre Bedürfnisse geben.“, sagt Prof. Christian Apfelbacher aus Magdeburg. Er hat international schon viel mit Patienten- und Betroffenengruppen gearbeitet und möchte dies nun auch in Deutschland verstärkt einbringen.

„Eltern machen Forschung zu Gesundheitskompetenz: Kindergesundheit stärken? Forschungserkenntnisse nutzen? Nach verlässlichen Informationen suchen?“ – so lautete die Beschreibung auf dem Flyer. „Ich habe den Aufruf auf WhatsApp gesehen und ich dachte mir sofort: das klingt aber spannend. Als ich meinen Kindern davon erzählt habe, wollten die auch gleich teilnehmen.“, erzählt eine Workshop Teilnehmerin bei einer Tasse Kaffee in einer kurzen Pause. Schon ertönt die Klangschale und es geht weiter.



Drei Thementische und ein Tisch extra für Kinder und Jugendliche standen zur Auswahl und wurden der Reihe nach besucht. Moderiert von Wissenschaftler*innen beschäftigten sich die Teilnehmer*innen mit den Themen „Informationen finden“, „Überprüfen von Gesundheitskompetenz“ und „Informationen verstehen“. Es wurde an Computern recherchiert und diskutiert, was hier bei der Recherche hilfreich ist und was nicht. Fragebögen zur Messung von Gesundheitskompetenz wurden unter die Lupe genommen und dann auch überlegt, ob so eine Abfrage beim Arzt überhaupt gewünscht ist. „Ich mag beim Arzt nicht geprüft werden, wie in der Schule. Der soll einfach mit mir reden“, meinte der 11-jährige S. Mehrheitlich einig waren sich die Teilnehmer, dass die sogenannte Teach-Back Methode, bei der man nochmal aufgefordert wird, das Erklärte in eigenen Worten zusammenzufassen, sehr

sinnvoll ist – gerade wenn es um wichtige Gesundheitsinformationen geht. Doch wie integriert man das am besten in den eh schon stressigen Berufsalltag von Ärzten? Diese und andere Fragen wurden gesammelt und abschließend an Pinnwänden mit der Vergabe von Punkten priorisiert. Hierbei konnten die Eltern und Kinder entscheiden, welche Forschungsfragen oder -projekte aus ihrer Sicht die wichtigsten sind und in Zukunft angegangen werden sollten.

„Und weißt du nun, was Curriculum heißt, Samuel?“, demonstrierte Prof. Apfelbacher bei der Zusammenfassung der Ergebnisse gleich, wie man Teach-Back anwendet. „Na klar, wurde doch gerade erklärt. Das ist wie der Lehrplan in der Schule. Halt das, was man wissen sollte.“, fasste der 10-jährige das soeben Gehörte zusammen. Noch einmal wurde eifrig diskutiert, was denn nun aktuell am wichtigsten wäre und Punkte aufgeklebt. Die Forschungsgruppe und die Teilnehmenden waren sich einig: das war nicht nur sehr ergiebig, sondern hat auch richtig Spaß gemacht. „Wenn so etwas nochmal gemacht wird, sind wir wieder dabei. Das ist klar.“ sagte U. mit ihren zwei Töchtern.

Und wie geht es jetzt weiter? Die Forschungsgruppe fasst nun alle Ergebnisse zusammen. Anschließend wird geprüft, zu welchen Fragen es vielleicht schon Studien gibt. In einem letzten Schritt dürfen die forschenden Eltern und Kinder nochmal aktiv werden und in einer Online Befragung abstimmen, welche Themen von der Forschungsgruppe konkret in Angriff genommen werden sollen. Schon bald könnten dann die ersten Ideen im Rahmen von Studien umgesetzt und erforscht werden. Eins ist sicher: die Regensburger Familien haben erfolgreich Forschung gemacht und es ist gut möglich, dass sich die Forschungsgruppe bald wieder Unterstützung holt.



GEMALT VON KARLA (5)

ZACK! PODCAST!

Die Regensburger Eltern haben wieder ein neues Podcast-Format: „Zack! Familie! – Was Eltern umtreibt und Menschen, die Kinder mögen“. Hier stellen die Macherinnen ihre Pläne vor

VON ANDREA PLATZER-SEIDENSTÜCKER, ANNA-MARIA RUCK, JESSICA SUTTNER UND VERENA GOLD



VON LINKS IM UHRZEIGERSINN: ANDREA PLATZER-SEIDENSTÜCKER, ANNA-MARIA RUCK, JESSICA SUTTNER, VERENA GOLD

Ganz egal, wie gut man sich auf eine Geburt vorbereitet hat, in dem Moment, in dem das erste Kind geboren ist, steht kein Stein mehr auf dem anderen. Auf einmal ist man mit neuen Fragen konfrontiert, muss Haltung zu verschiedenen Themen beziehen, Entscheidungen treffen und findet sich in Situationen wieder, die man sich nie vorstellen konnte. Zack! Plötzlich ist man Familie!

EIN PODCAST ÜBER FAMILIE HEUTE

Wir wollen mit unserem Podcast einfachen, was Eltern umtreibt und Menschen, die Kinder mögen. Dafür sprechen wir nicht nur mit Kindern, Familien in verschiedensten Lebenswirklichkeiten und Expert*innen, sondern auch mit lokalen Entscheidungsträger*innen.

Es geht uns darum, Herausforderungen im Leben und Arbeiten mit Kindern sichtbar zu machen, (gute) Erfahrungen zu teilen, Wünsche und Bedürfnisse zu hören und unterstützende sowie hinderliche Strukturen aufzuzeigen. Wir fragen: Was brauchen die verschiedenen Familien heute? Woran scheitern sie? Was treibt sie an? Woran arbeiten sie sich ab?

Im Austausch mit unseren Gesprächspartner*innen wollen wir einen Podcast gestalten, wie wir ihn selbst gerne hören: authentisch, irritierend und inspirierend.

ERSTE FOLGEN: AB HINTER DIE KULISSEN!

In der ersten Folge stellen wir uns kurz vor

und sprechen über Dinge, die uns selbst direkt angehen und beschäftigen. Darüber, was uns überrascht und was uns unvorbereitet getroffen hat am Leben mit Kindern, wie sich die Paarbeziehungen verändert haben, wie wir uns die Bindung zu unseren Kindern eigentlich wünschen. Wir reden über das große Glück und die große Anstrengung eines Lebens als Familie, über Zeitnot und neue Zeitwahrnehmung, Einsamkeit und ständige Umarmungen, vorhandene Strukturen und eigene Möglichkeiten. In der zweiten Folge treffen sich dann unsere Partner und stellen sich den gleichen Fragen. Es wird also sicherlich spannend – für uns und hoffentlich auch für euch!

WO FINDET IHR UNS?

Der Podcast „Zack! Familie! – Was Eltern umtreibt und Menschen, die Kinder mögen“ ist ab Februar auf der Webseite der Regensburger Elternzeitung zu finden und überall dort, wo es Podcasts gibt.

<https://elternzeitung.de/podcasts>



Freitag ist Markttag

BIO DONAUMARKT
REGENSBURG

Obst | Gemüse

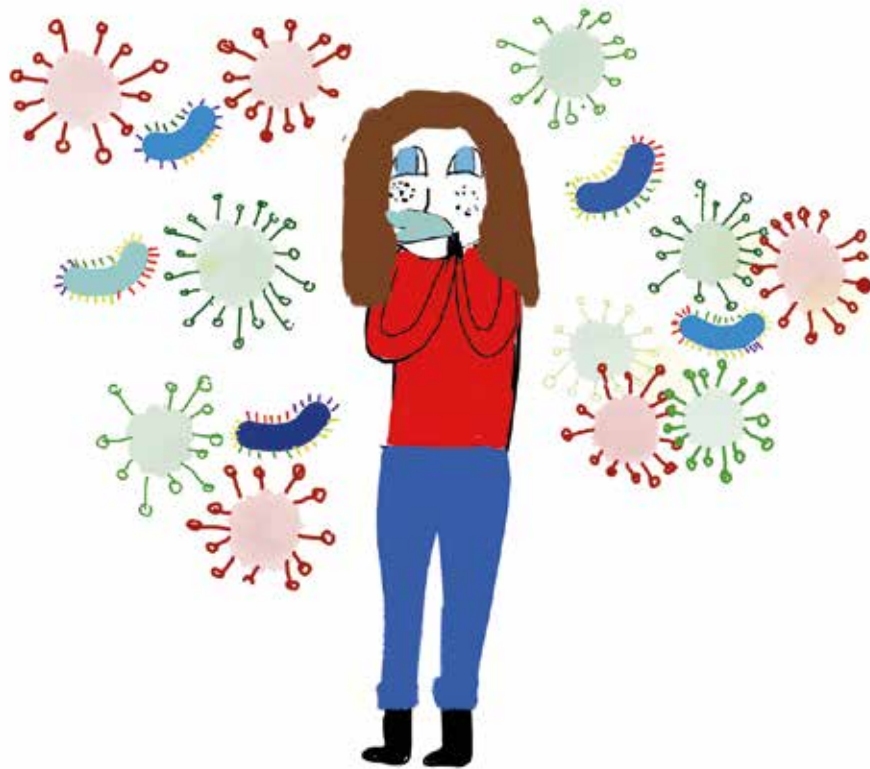
Käse | Brot

Wurst | Fleisch

Feinkost

Streetfood

Vor dem Haus der Bayerischen Geschichte, Marc-Aurel-Ufer // 14.00 - 19.30 Uhr



GEMALT VON KLARA (11)

GEHT DAS NUR UNS SO?

Eltern fragen – Experten antworten

WIEVIEL HUSTEN UND SCHNUPFEN IST NORMAL?

Mein 5-Jähriger ist in den letzten Monaten immer wieder krank. Es sind meist leichte Erkältungen, ein paar Tage Husten und Schnupfen, überwiegend ohne Fieber. Oft höre ich, das sei nach zwei Jahren Corona normal, weil sich das Immunsystem erst wieder an

die Belastungen gewöhnen muss. Ist das so? Und wenn ja, wie viele Erkältungen im Jahr sind normal? Und was können wir tun um das Immunsystem der Kinder (und auch unser eigenes) zu stärken?



DR. FLORIAN SEGERER
Facharzt für Kinder und Jugendmedizin, Kinder-Pneumologe

Kinder kommen mit einem fast voll funktionsfähigen Immunsystem zur Welt, allerdings ist das immunologische Gedächtnis noch ein unbeschriebenes Blatt. Das Kind muss eine Vielzahl an Erregern oder Erregermerkmalen kennen lernen. Dabei reagiert sein Immunsystem sehr schnell und zum Teil baut sich eine gewisse Kreuzresistenz der Immunität auf, so dass Infektionen meist nur leicht verlaufen. Trotzdem waren auch „vor Corona“ 8–12 leicht verlaufende Infektionen pro Jahr im Kindergartenalter normal. Jeweils 1–2 Wochen Husten

und Schnupfen und das vor allem im Winterhalbjahr gibt das Gefühl: „ständig krank“. Nach den Kontaktbeschränkungen in der Pandemie hat der Aufbau des immunologischen Gedächtnisses nun ein Defizit von ca. 1,5 Jahren, so dass aktuell auch ältere Kinder zu dem Infektionsgeschehen und gegenseitigen Ansteckungsrisiko beitragen. Was hilft: ein gesunder Lebensstil mit viel Bewegung im Freien und empfohlene Impfungen zeitgerecht durchführen zu lassen. Bei einer vollwertigen Ernährung ist die zusätzliche Gabe von Vitaminen, Spurenelementen, anderer Nahrungsergänzungsmittel oder auch als „immunstärkend“ beworbene Arzneimittel gemäß aktueller Studienlage nicht effektiv.



VERENA GOLD
Mama von 2 Kindern, liebt ihre Familie und ihren Beruf

Ich kann Ihre Nachfrage sehr gut verstehen – auch wir sind mit unseren Kindern im Hinblick auf die durchlebten Krankheiten durch einen intensiven Winter gegangen. „Seit Eingewöhnung in der Kita war mein Kind jetzt genauso oft dort wie krank daheim! In der Arbeit und zu Hause bleibt so viel liegen, wir laufen überall nur hinterher!“, diese Sätze habe ich auch von Freunden sehr häufig gehört. Auch ich habe mich schon öfter gefragt: Wie viel Erkältung ist denn eigentlich „normal“, ganz abgesehen von Folgen der Kontaktbeschränkungen in Pandemiezeiten?

Mir hat vor Kurzem die neueste Errungenschaft meines Fünfjährigen, Mariona Tolosa Sisterés Kinderbuch „Das geheime Leben der Popel“ (Ü: Ebi Naumann), die Augen geöffnet: Ein Kalender darin zeigt, wie oft ein Kind im Durchschnitt eine laufende Nase hat. Ergebnis: 10 bis 12 Infektionen im Jahr sind beim Kita-Kind Standard, das bedeutet 200 Tage im Jahr (!) Rotznase.

Ich habe eine Vermutung, warum mich dieser Wert so überrascht hat: Was bei mir Stress erzeugt, wenn meine Kinder ‚normal‘ krank, etwa erkältet sind, das sind natürlich auch die Sorgen und Bemühungen um die kranken Kinder. Häufig ist es aber noch mehr die Schwierigkeit, den zeitlichen Ausfall

der Erwerbsarbeit aufzuteilen und zu organisieren und allen Notwendigkeiten und Ansprüchen gerecht zu werden. Unser Familien- und Berufsleben funktioniert im Alltag einwandfrei, hat aber wenig Raum für Ausfälle irgendeiner Art oder Person – es ist knapp auf Kante genäht. Warum? Für ein erfolgreiches Arbeitsleben ist Familienzeit in der Regel immer noch als Privatvergnügen für Abende und Wochenenden vorgesehen und eingeplant, nicht als ernsthafter Faktor, der als „Zeitfresser“ auch Bereiche der Berufstätigkeit betrifft. Man muss sich schon fragen: Wie soll das Kind mit seinen bis zu 12 Infektionen im Jahr mit dieser Vorstellung des erfolgreichen Arbeitens vereinbar sein?

Was kann man also tun, um die eigene Gesundheit und die der Kinder zu schützen? Gesund leben, regelmäßig an die frische Luft gehen – und sich vor allem für realistische Familienbilder und die Berücksichtigung der Bedürfnisse von Familien, vor allem für Familienzeit, einsetzen, damit kranke Kinder – egal wie dicht auch immer gerade der Krankheitsbefall ist – für Gesellschaft und Familien vor allem eines sind: Eine Selbstverständlichkeit und keine Katastrophe.

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

ZEITUNG@REGENSBURGER-ELTERN.DE

„WENN'S AM SCHÖNSTEN IST ... KOMMT DER KINDERGART!“

EIN KLEINER ERLEBNISBERICHT VON MAMI ELISABETH UND KLEIN-LENNY ÜBER DIE ZEIT IN DER KRABELSTUBE

Es war einmal ein kleiner Krabbelkäfer namens Lenny. Er war noch ganz klein und doch wollte er schon die Welt erkunden. So schnallte er eines Tages seinen kleinen, gelben Löwenrucksack auf den Rücken und machte sich frohgemut auf den Weg. Er wollte nämlich alle Abenteuer entdecken, die so ein Käferleben zu bieten hat. Da seine Reise in ein neues, fremdes Land führte, nahm ihn seine Käfermami für die ersten Schritte an die Hand und begleitete ihn noch ein Stück des Weges. Als der kleine Mann so vor sich her tapste, erblickte er plötzlich am Wegesrand ein kleines Häuschen: wunderhübsch bemalt, bunt und lebendig, drinnen wie draußen. „Das muss wohl die Krabbelstube sein!“ grinste seine Mami freudig, denn sie hatte schon so viel Gutes gehört! Da streckte der kleine Zwerg neugierig seine Fühler aus und drückte seine kleine Stupsnase gegen die Fensterscheibe. Plötzlich strahlte er über all seine Pausbäckchen und seine Kuller Augen wurden noch kullriger als sie ohnehin schon sind: soooo viel zum Basteln und Malen und da gab es ja sogar Baggerbücher und Roll-



autos! Wären seine Ohren nicht, hätte er im Kreis gelacht und schwubs: stürzte sich das kleine Käferchen gleich ins Vergnügen. Ein lächelndes „Hallo Lenny!“ begrüßt ihn ab diesem Tage täglich an der Türe. Die fürsorgliche Krabbelstubenmami Tanja und ihr Krabbelteam arbeitete von da an mit allen Tricks, um dem kleinen Käfer die erste Zeit in der Krabbelstube so angenehm und vertrauensvoll wie möglich zu gestalten. Da wird auch schon mal der Pürrierstab gezückt, um sowas Schnurgeliges wie Karotten schmackhaft zu

La fabrique-to-go unter www.lafabrique.de/ Angebot

LA FABRIQUE

Jedazzeit auch als Daheim-Paket, fuer Sie oder als Geschenk! fuer gross und klein !!!

Buslinie 1 oder 4 Lessingstr.

www.lafabrique.de

Keramik Mal Werkstatt

Lessingstr. 20
Ecke Prüfeninger Str.
gegenüber OTH
93049 Regensburg
lafabrique@gmx.de
0941 46 11 47 66

step **STEP Systematisches Training für Eltern und Pädagogen**

Ein flexibles Erziehungskonzept das mitwächst.

Erziehungskurse und Coaching **auch Online**

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

AUS UNSEREN EINRICHTUNGEN

machen (Danke Tanja!). Zur Freude aller finden die Krabbelkinder nämlich jeden Tag Gemüse und Obsthäppchen auf ihren kleinen Tellerchen, so dass klein-Lenny Gurken und andere komischen Fremdlinge mittlerweile nicht nur anschnuppert, sondern auch zuhause genüsslich wegschnabbuliert.

Da anfangs trotzdem noch alles sehr neu war, durfte die Käfermami solange an der Seite ihres kleinen Käfers bleiben, bis der sich pudelwohl fühlte und sich nach einiger Zeit nur noch mit einem grinsenden „Tschüss-Mami-Nasentups“ verabschiedete. Wenn man die Mädels in der Krabbelstube kennenlernt, weiß man auch warum: sie geben ihr ganzes Herzblut in die Eingewöhnung und Betreuung der Krabbelkinder! Vor allem die Käfermami war jedes Mal voll doll erleichtert, dass ihr Kind so happy in die Stube zu seiner Neva hüpfte. Ja es tat dem Mamihertz einfach gut, sein Käferchen in so liebevollen und warmherzigen Händen zu wissen! Wohin Lenny auch mit seinen Wimpern klimperte: überall prima Mädels, die mit viel Geduld Krokodilstränen trocknen können oder für lustigen Schabernack zu haben sind! Sie waren es auch, die dafür sorgten, dass der kleine Käferjunge so frohgemut neue Geschichten, Lieder und Gedichte aus dem Morgenkreis mit nach Hause schlepte. Dort schwirren sie bis heute als Ohrwürmer herum (schönen Dank auch aus dem Gehörgang von Mami und Papi).

Auch die Käferomi und der Käferopi wurden mit Händen und Füßen höchst detailgetreut informiert über alles, was die Krabbelstube so zu bieten hat: Dort gibt es nämlich jedes Jahr eine selbstgebastelte Geburtstagskrone mit kleinem Geschenk, einen Besuch bei der Kinder- und Jugendfarm oder Schneeflockengestöber, das die Käferkinder voller Stolz ans Fenster pinseln dürfen! Ja die Krabbelstuben-Mädels haben's einfach drauf und immer was Neues auf Lager! Sie zaubern eine kreative Idee

nach der anderen aus dem Ärmel, was nicht nur die Kinder glücklich macht: so viele schöne, kleine Kunstwerke zieren schon das Käferzimmer von klein-Lenny und bis heute trällert er seiner Mami und seinem Papi die Ohren voll mit Liedern wie dem Krabbelstubensong oder brabbelt Gedichte aus dem Morgenkreis vor sich her.

Doch auch die schönste Zeit findet mal ein Ende und so kam es, dass der letzte Tag in der Krabbelstube und die Zeit für den Kindergarten immer näher rückte. Zum Abschied wurde noch heimlich gewergelt und gebastelt, so dass vor allem Shila's Kopf rauchte und ihr Herzerl weinte. So rührend, wieviel Zeit und Fantasie in ein Erinnerungsbuch gesteckt wurde, das zauberhafter nicht sein könnte! (Kleiner Tip am Rande: vielleicht könnt ihr auf der ersten Seite noch ein Taschentuch mit einbauen für die Kullertränen von Mami: man spürt in jeder Seite die Hingabe, die darin steckt und das alleine rührt schon zu Tränen ...)

Das alles haben wir euch, dem Team der Krabbelstube, zu verdanken! Dort weht noch ein herzlicher Wind voller Geborgenheit, Zuwendung, Lachen und Freude: ein richtig kleines Nest zum Wohlfühlen, für das die Leiterin Tanja und all die anderen „Krabbelstubenmädels“ von Anfang an sorgen!

Wir hätten uns für unseren kleinen „Käfer“ keinen besseren Start ins Leben vorstellen können! Ihr alle habt Lenny mit so viel Wärme und Vertrauen in eine für ihn fremde Welt hineinbegleitet! Ihr habt ihm damit ein Stück weit sichere Wurzeln mitgegeben, die Lenny jetzt in sich trägt und die wir euch nie vergessen werden! Jetzt darf Lenny weiterfliegen, doch ihr bleibt als liebevolle Erinnerung in unserm Herzerl!

DANKE FÜR ALLES!
Die Lennys***

(Elisabeth, Armin und klein-Lenny)



Bilder aus der Schedelschen Weltchronik 1493

Zeitlos:
das Buch

**BÜCHER
PUSTET.de**

GESANDTENSTRASSE · DONAU-EINKAUFSZENTRUM · UNIVERSITÄT · DOMBUCHHANDLUNG

**ES GIBT SIE NOCH ...
DIE SCHÖNEN DINGE
FÜR DIE KINDHEIT**

Selmair
RICHTIG GUTES SPIELZEUG

www.selmair.de
f Selmair Spielzeug
i selmair.spielzeug

Untere Bachgasse 2
93047 Regensburg
Telefon: 0941 51225
spielzeug@selmair.de

Mutter & Sohn



© Kathrin Fleischmann 2023

KLEINE ZEITUNG

RINGGIRLANDE

VON BETTINA SCHUMANN



WAS WIRD GEBRAUCHT?

- buntes Papier
- Schere
- Kleber

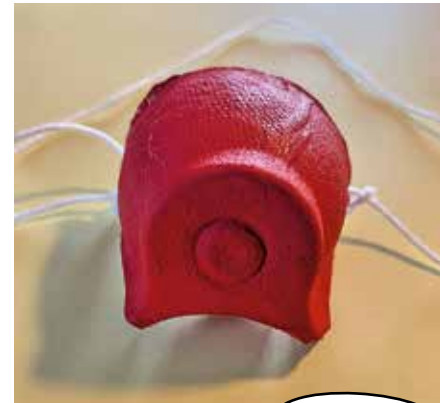
SO WIRD'S GEMACHT:

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



CLOWN-NASE

VON BETTINA SCHUMANN



WAS WIRD GEBRAUCHT?

- Eierkarton
- Finger- oder Wasserfarben
- Gummiband

SO WIRD'S GEMACHT:

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



NORA TESTET

MAUSEFALLE



VOR EIN PAAR WOCHEN DURFTE NORA DEN DACHBODEN VON OMA UND OPA DURCHFORS- TEN, DAS WAR VIELLEICHT EIN SPASS. ZU MEINER GROSSEN ÜBERRASCHUNG HABEN MEINE ELTERN VIELE SPIELSACHEN AUS MEINER KIND- HEIT AUFGEHOBen UND ES DAUERTE NICHT LANGE, DA STIEG AUCH ICH MIT LEUCHTENDEN AUGEN UND EINEM STAPEL BRETTSPIELEN UNTER DEM ARM DIE WACKLIGE HOLZTREP- PE HINUNTER. SCHLIESSLICH WIRD ES BALD RICHTIG KALT UND DA BRAUCHEN WIR NEUEN STOFF FÜR DIE DRINNEN-UNTERHALTUNG!

» Worum geht es?

„Mausefalle“ (mit der Maus) hatte es uns sofort angetan. Die Spielregeln sind schnell erklärt: jede/r Mitspieler/in sucht sich eine der sechs farbigen Mausfiguren aus und setzt sie auf den Startpfeil. Das jüngste Kind darf zuerst würfeln und seine oder ihre Mausfigur entsprechend der Augen- zahl nach vorne rücken. Während eines Spielzugs können verschiedene Dinge



passieren: landet die Mausfigur auf einem Feld, auf dem schon eine Maus steht, dann darf man sie rauswerfen. Plumpst man in ein Mausloch, dann ist man erstmal weg. Die Höhlen unter den Mauselöchern haben verschiedene Themen, die wir gern laut- stark unterlegen: wenn die Maus in die Speisekammer fällt, machen wir mamp- fende Geräusche, beim Hausputz imitie- ren wir den Staubsauger, in der Küche denken wir uns neue Rezepte aus und in der Dusche wird gesungen. Besonders gern legt sich Noras Mausfigur ins Bett und schnarcht.

Wie und ob man aus dem Mausloch wie- der herauskommt, entscheidet der Würfel. Wenn die Maus Glück hat, darf sie eine Ab- kürzung nehmen. Wenn sie Pech hat, muss sie eine Runde aussetzen oder einen Um- weg nehmen. Gewonnen hat die Maus, die als Erste wurfgenau beim Käse ankommt.



» UND NORAS UND MAJAS FAZIT?

„Ich finde Mausefalle gut! Ich leg meine Maus jetzt wieder ins Bett und Du gehst bitte staubsaugen!“



MAUSEFALLE

DIE GUTE NACHRICHT: MAN MUSS JETZT NICHT UNBEDINGT DEN DACHBODEN DER GROSSELTERN AUF DEN KOPF STELLEN, UM AN „MAUSEFALLE“ ZU KOMMEN. DAS SPIEL GIBT ES AUCH HEUTE NOCH ZU KAUFEN UND BIS AUF DEN KARTON HAT SICH NICHTS VERÄNDERT. DAS SPIEL- BRETT IST BUNT UND FRÖHLICH, WIE MAN ES VON DER MAUS KENNT. „MAUSEFALLE“ WIRD EMPFOHLEN AB 4 JAHREN UND IST FÜR MAXIMAL 6 SPIELER GEEIGNET. ES FÖRDERT DIE KONZENTRATION UND GESCHICKLICHKEIT UND KOSTET NEU UM DIE 20€.

FÜNF SCHNEEFLOCKEN

Fünf Schneeflocken fallen auf die Erde nieder.

Das erste Schneeflockchen macht sich den Spaß und setzt sich mitten auf die Nas'.

(mit dem Daumen die Nasenspitze kitzeln)

Das zweite Schneeflockchen setzt sich auf das Ohr und kommt sich dort ganz listig vor.

(mit dem Zeigefinger das Ohr kitzeln)

Das dritte Schneeflockchen klettert hoch hinauf und setzt sich auf das Köpfchen drauf.

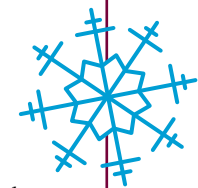
(mit dem Mittelfinger auf den Kopf tippen)

Das vierte Schneeflockchen setzt sich auf die Wange und bleibt dort auch nicht lange.

(mit dem Ringfinger über die Wange streichen)

Das fünfte Schneeflockchen setzt sich auf deinen Mund und glaubt der Schnee, der ist gesund!

(mit dem kleinen Finger den Mund antippen)



SPIELEND DURCH DEN ALLTAG

IDEEN AUS DER KRABELSTUBE FIDELGASSE

ES IST NICHT IMMER EINFACH. EINERSEITS GIBT ES TAGTÄGLICH JEDE MENGE ZU ERLEDIGEN, ANDERERSEITS WÜRDEN MAN GERNE MÖGLICHSST VIEL ZEIT MIT DEM NACHWUCHS VERBRINGEN, BESONDERS WENN DIE KINDER NOCH KLEIN SIND. SIE WOLLEN MIT UNS SPIELEN UND WIR VERTRÖSTEN SIE VIEL ZU OFT AUF SPÄTER, WEIL WIR BESCHÄFTIGT SIND. DAS ERGEBNIS SIND ENTÄUSCHTE ODER NÖRDELIGE KINDER UND ERWACHSENE MIT EINEM SCHLECHTEN GEWISSEN UND SCHLECHTER LAUNE.

DAS ANGENEHME MIT DEM NÜTZLICHEN VERBINDEN

JA, ES GEHT EINFACHER UND SCHNELLER, WENN MAN DIE HAUSARBEIT ALLEINE ERLEDIGT. MAN KANN AUCH VERSUCHEN, DIE KINDER MITMACHEN ZU LASSEN. DANN VERBRINGT MAN MEHR ZEIT ZUSAMMEN UND DIE LISTE DER ANFALLENDEN ARBEITEN VERKÜRZT SICH TROTZDEM STÜCK FÜR STÜCK. NATÜRLICH SIND NICHT ALLE TÄTIGKEITEN FÜR KINDER GEEIGNET, ABER AUS MANCHEN LANGWEILIGEN ALLTAGSARBEITEN LÄSST SICH SCHNELL EIN SPIEL MACHEN AUS DEM DIE KINDER AUCH NOCH SO EINIGES LERNEN KÖNNEN. HIER ZWEI BEISPIELE MIT ANREGUNGEN:

WÄSCHEKLAMMERN-FARB-MEMORY

Die Wäsche muss aufgehängt werden. Viele Kleidungsstücke werden üblicherweise mit zwei Wäscheklammern am Ständer befestigt. Das, und die Tatsache, dass es die Klammern in verschiedenen Farben gibt, kann man spielerisch nutzen. Entweder man greift sich eine der Klammern und lässt das Kind eine gleichfarbige raussuchen und zeigt ihm, wohin die gesteckt werden soll oder man sagt eine Farbe und das Kind muss die richtigen raussuchen. So lernen sie die Farben und trainieren ihre Motorik beim Befestigen der Wäscheklammern. Ist die Wäsche trocken, können die Kinder die Klammern abmachen und der Erwachsene nimmt die Wäsche und legt sie in den Korb.

SOCKENWERFEN

Im Wäschekorb sammeln sich unter anderem jede Menge Socken, die paarweise zusammengeführt werden müssen. Auch daraus lässt sich ein Spiel machen. Einfach für jedes Haushaltsmitglied einen Behälter (z. B. einen Korb oder einen Karton) aufstellen, hinter den sich das Kind stellt. Der Erwachsene sucht sich zwei gleiche Socken, faltet daraus ein Sockenknäuel und wirft sie dem Kind zu. Wird das Sockenknäuel gefangen, sagt der Erwachsene, in welchen Behälter sie gehören. Fällt das Stoffwurfgeschoss auf den Boden, muss es noch mal zurück geworfen werden. Durch dieses Spiel wird das Werfen und Fangen trainiert.



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**



DAS MEHRGENERATIONENHAUS REGENSBURG

Ein offener Treffpunkt für alle Generationen mit großem Kinder-Angebot

EIN BERICHT VON MELISSA KARRER

Im Mehrgenerationenhaus in der Ostengasse ist immer etwas los: Im Café Klara, dem Herzstück des Hauses, kümmern sich Ehrenamtliche um die Bedürfnisse der Gäste, darunter viele Stammgäste und junge Familien. Es riecht nach frischgebackenen Kuchen, Gemüse-Quiche oder vegetarischen Currys. Kinder spielen im Spielflur und toben in der Turnhalle. Melissa Karrer, Leitung des Hauses, erklärt: „Das Mehrgenerationenhaus Regensburg versteht sich als Begegnungsort, an dem das Miteinander der Generationen aktiv gelebt wird. Das Haus steht allen Menschen offen – unabhängig von Alter oder Herkunft.“

GEMEINSAM VONEINANDER LERNEN

Verschiedenste generationenübergreifende Angebote, wie Qi-Gong, Töpfern, Spiel- und Schachtreff sowie das Digital-Café, haben einen festen Platz im Programm des Mehrgenerationenhauses. Auch externe Gruppen und Vereine, wie der vegane Mitbringbrunch oder die Tschechische Schule, nutzen die Räumlichkeiten. „Alle Generationen lernen miteinander, voneinander und übereinander“, so Andreas Albrecht, zuständiger Mitarbeiter des Mehrgenerationenhauses.

Donnerstagnachmittag sind Kinder ab 5 Jahren bis zu Seniorinnen und Senioren herzlich eingeladen, eine Stunde voller Spaß beim

generationenübergreifenden Spielzimmer zu verbringen. Dafür stehen viele interessante Brettspiele und sogar eine Wii bereit.

Am Donnerstagabend treten bei „Kultur im Café Klara“ Bands und Musiker*innen auf Spendenbasis auf und beim „Film & Talk“ werden ungewöhnliche und spannende Filme gezeigt. Am Wochenende findet regelmäßig das Familienfrühstück für Familien, Seniorinnen und Senioren, Singles und Kinder statt mit einem Frühstücksbuffet zu einem kostengünstigen Preis.

Zusätzlich bietet der Treffpunkt Seniorenbüro (TPS) vom Seniorenamt Regensburg vielfältige Angebote für Seniorinnen und Senioren an. Das Angebot reicht von Bewegungsangeboten, wie z. B. Tanzen 60 Plus bis zu Bildungsmöglichkeiten wie Fremdsprachencafés.



DAS SPIELHAUS: TREFFPUNKT FÜR SPIEL & SPASS, KULTUR & BILDUNG

Für Kinder und Jugendliche von 6 bis 14 Jahren bietet das Spielhaus im Mehrgenerationenhaus ein buntes Programm. „Kinder haben ein natürliches Bedürfnis nach Spaß, Action und Bewegung. Sie möchten ihre Zeit mit Gleichaltrigen verbringen und neue Kontakte knüpfen, sie wollen Wertschätzung erfahren und im Sinne der Partizipation mitentscheiden dürfen. All das bieten wir ihnen mit unseren Spielhausangeboten“, erklärt Silke Spomer, welche zusammen mit Luisa



Birnstiel für diesen Bereich zuständig ist.

Der offene Treff, das Kindercafé, ist dabei das Herzstück. Freitagnachmittags kommen Kinder zwischen 6 und 12 Jahren zusammen und verbringen gemeinsam eine schöne Zeit. Hier erleben sie weder Erwartungs- noch Leistungsdruck, sie können Angebote wie Turnhalle, Kicker, Leseecke, Brettspiele und Kreativbereich frei nutzen.

Beim Angebot „Auszeit“ finden spannende, lustige, rätselhafte oder gruselige Abenteuerspiele für Kinder von 6 bis 12 Jahren statt, die sie als Team lösen.

Auch ein Tanzangebot hat im Spielhaus seinen Platz: Tanzbegeisterte zwischen 8 und 12 Jahren können bei „Let's Dance“ auch ohne Vorerfahrung einfache Hip-Hop und Jazz-Tanzschritte erlernen und gemeinsam coole Choreographien kreieren.

Und wer gleich über Nacht bleiben möchte meldet sich zum Kinderhotel an. Zu einem coolen Motto wird 6- bis 10-Jährigen durch ein passendes Rahmenprogramm ein spannender Aufenthalt ermöglicht.

Eines gilt bei allen Angeboten: Langeweile hat hier Hausverbot!

Theater für Kinder & Familien

VORSTELLUNGEN AN WOCHENENDEN & FERIENTAGEN
JANUAR | FEBRUAR

PINGUINE KÖNNEN KEINEN KÄSEKUCHEN BACKEN (5+)

Schauspiel von Ulrich Hub
6., 7., 8.1. 2023 | Junges Theater

DER SATANARCHÄOLÜGENIAL KOHÖLLISCHE WUNSCHPUNSCH (6+)

Zaubermärchen nach Michael Ende
6., 8.1.2023 | Antoniushaus

PINOCCHIOS ABENTEUER (10+)

Familienoper von Jonathan Dove
FAMILIENVORSTELLUNGEN 8., 15.1. | 12.2.2023 zum letzten Mal
Bismarckplatz
Alle bis zum 18. Geburtstag zahlen nur 10€ in Begleitung
einer erwachsenen Person

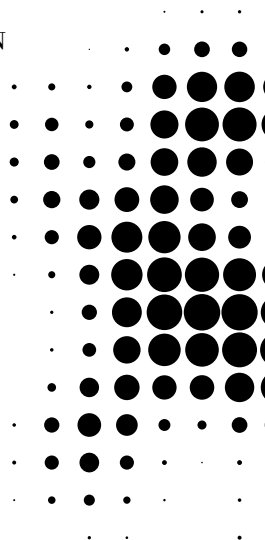
BABEL (5+)

Musiktheater zum Mitmachen von Paula Fünfeck
29.1. PREMIERE | 5., 11.2.2023 | Junges Theater

MONSTA (4+)

Figurentheater nach Dita Zipfel
3., 4.1. | 18.2.2023 | Junges Theater

KARTEN +49 (941) 507 24 24
karten@theaterregensburg.de
www.theaterregensburg.de



MIT SPIEL & SPASS DIE WELT DER MEDIEN VERSTEHEN UND MITGESTALTEN

Bei den medienpädagogischen Angeboten im Mehrgenerationenhaus setzen sich Kinder und Jugendliche einerseits spielerisch mit der digitalen Welt auseinander und können kreativ sein. Andererseits werden durch Gemeinschaftsprojekte soziale Fähigkeiten wie Teamfähigkeit und Selbstausdruck gestärkt. In Ferienaktionen werden beispielsweise mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern Filme, Radiosendungen oder Hörspiele produziert. Donnerstags findet regelmäßig die Medienwerkstatt statt, bei der Kinder an Medienangeboten, wie zum Beispiel StopMotion, Foto-Storys oder digitalen Schnitzeljagden, mitwirken können. Kinder von 8 bis 12 Jahren können außerdem einen Medienführerschein in Form eines Zertifikats erwerben.

Michael Jungbauer erklärt als Medienpädagoge des Hauses: „Dieses Angebot findet in fünf Blöcken samstagnachmittags statt und kombiniert Wissen und Sicherheit mit Spaß und Kreativität.“. Bei den Themen Fotografie und Video lernen die Kinder die Basics im Bedienen von Kameras kennen. Beim Thema Internet spielt Medienschutz, das sichere Surfen und das Reflektieren des eigenen Verhaltens im Internet eine Rolle. Ergänzt wird der Kurs durch die Schwerpunkte Audio und Games. Freitags gibt es zudem das Podcast-Studio für alle zwischen 10 und 14 Jahren. Ein Podcast besteht aus Audiobeiträgen, die zusammen gestaltet und aufgenommen werden – mit Themen, die Kinder interessieren: Reportagen, Interviews, Umfragen, Spaß-Rubriken, Tipps und Tricks, Musik etc.



Gefördert vom:



MEHR INFOS

Das aktuelle Programm und Hinweise zu Anmeldung und Kosten finden Sie auf der auf der Webseite des Mehrgenerationenhauses www.regensburg.de/mgh oder auf der Facebook-Seite Mehrgenerationenhaus Ostengasse.



22
Wahrheiten
23

**HAUTFARBEN-
BUNTSTIFTE**

Da war es: beiläufig sagte mein damals 4-jähriges Kind beim Malen: „Wo ist denn die Hautfarbe?“ und suchte ... hellrosa. Ich freue mich immer wieder, dass ich „Buntstifte für alle“ gefunden habe und sie seitdem an sämtliche Kinder verschenken kann. Gute Gespräche garantiert!
<https://www.hautfarben-buntstifte.de/>



OKTOPULLI

Mitwachsender Pulli für Kinder und Erwachsene – nachhaltig und gender-neutral. Bringt selbst in graue Wintertage Farbe – und hält bei den Kindern bis zu vier Größen lang!
<https://www.oktopulli.de/>



ALLE ZWEI MONATE STELLT DAS TEAM DES PODCASTS „ZACK! FAMILIE!“ HIER PERSÖNLICHE FUNDSTÜCKE UND SUBJEKTIVE LIEBLINGE VOR: SCHÖNES, NÜTZLICHES, ALBERNES. ÜBER TIPPS UND EMPFEHLUNGEN FREUEN SICH ANDREA, ANNA, JESSICA UND VERENA UNTER DER ADRESSE: PODCAST@REGENSBURGER-ELTERN.DE



EIN GUTER PLAN

Der Kalender für mehr Achtsamkeit im (Familien-)Alltag ist nicht nur sehr unterstützend beim Koordinieren aller Termine. Vor allem begleitet er durch ein Jahr Selbstreflexion, Stressregulation und Selbstfürsorge.
<https://einguterplan.de/>



EIN GUTES GEFÜHL

Es gibt sicherlich viele Bücher, um Kindern den Weg zur Achtsamkeit zugänglich zu machen, aber dieses finden wir besonders gut: Die bunten pflüffigen Monster zeigen die 20 wichtigsten Gefühle im Alltag von Kindern. Die Frage „Welches Monster habe ich heute gefühlt?“ wird zur täglichen Routine und führt zur Kernaussage: Alle Gefühle sind gute Gefühle!
<https://einguterplan.de/eingutesgefuehl/>



TRUDES TIER

Man weiß nicht so genau, wer Tier ist und woher es kommt, aber bei Trude, da ist es zuhause. Jede der 7-minütigen Folgen ist rührend und einfach nur schön! Im Familientrübels mit gefühlsstarken Kindern wäre ich oft gerne noch viel mehr wie Trude ... Mein Tipp, wenn die Kinder gerne „was Kleines anschauen wollen“ – und zum immer wieder Angucken!
<https://www.arbmediathek.de/sendung/trudes-tier/>
Y3JpZDovL3dkci5kZS90cnVkZXMgdGllcg?isChildContent



PINGUINE KÖNNEN KEINE KÄSEKUCHEN BACKEN

Da steht ein verlockend leckerer Käsekuchen einfach so alleine rum. Es wird doch keiner merken, wenn man nur ein Krümelchen probiert? Schwupp, ist es passiert und schon nehmen die Ereignisse ihren Lauf: sich rausreden, Zeit gewinnen, Lösungen suchen, Verantwortung übernehmen, Freunde gewinnen. Ein wunderbares, lustiges Stück für Kinder ab 4 und Eltern, Großeltern... Nach dem Kinderbuch "PINGUINE KÖNNEN KEINE KÄSEKUCHEN BACKEN" von Ulrich Hub. Bis Anfang Februar im Jungen Theater Regensburg.



SCHNEEGEDICHTE

Was lesen, wenn man kaum Zeit hat, weil bestimmt gleich wieder irgendjemand irgend-etwas von einem braucht? Glasklar: Gedichte! Passend zur Jahreszeit kommen in dieser beeindruckenden Anthologie von Ron Winkler kleine Texte kristall schön und schneedeckenschwer daher. Und wenn man es des Nachts mit einem schreienden Baby auf dem Arm durchblättert, tun sich gleich völlig neue Bezüge auf, etwa bei Jakob von Hoddis:

„Schneeflocken fallen. Meine Nächte sind / Sehr laut geworden, und zu starr ihr Leuchten. / Alle Gefahren, die mir ruhmvoll deuchten, / Sind nun so widrig wie der Winterwind.“



„KULTUR MACHT STARK“

Besondere Auszeichnung der Kunstprojekte der Regensburger Eltern e.V.

EIN BERICHT VON MICHAEL STRAUBE

Die Vielfalt der Projekte, die durch das Förderprogramm „Kultur-macht-stark“ des Bundesministeriums für Bildung und Forschung finanziell bisher unterstützt wurden, ist groß: über 45.000 Kinder und Jugendliche in Bayern haben in den letzten Jahren von den innovativen Konzepten, kreativen Workshops und besonderen Momenten profitiert. Zum Abschluss der zweiten Förderphase von „Kultur macht stark. Bündnisse für Bildung“ und als Ausblick auf die dritte Runde 2023 - 2027 wurde mit der Online-Publikation Schaufenster: Kultur macht stark in Bayern eine Plattform geschaffen, um zahlreiche kreative Projekte der bayrischen Bündnisse und die Entwicklung des Programms im Land vorzustellen. Der Ser-

vicestelle Bayern als Herausgeber ist es dabei ein Anliegen, die vielfältigen Möglichkeiten bei der Umsetzung von außerschulischen Projekten der kulturellen Bildung zu präsentieren und auf diese Weise Inspiration und Hilfestellung für neue Projekte und Bündnisse zu geben. Wir freuen uns sehr, dass das Kunstprojekt „Aller Herren Länder“ der Regensburger Eltern e.V. mit der Künstlerin Maria Kurzok Teil dieser Online-Publikation ist und damit als ein Vorzeigeprojekt für das großangelegte Förderprogramm gilt. Das Kunstprojekt mit und für Kinder und Jugendliche in Geflüchteten-einrichtungen in Regensburg wurde am 01. Dezember 2022 im Museumspädagogisches Zentrum in München gemeinsam

mit fünf weiteren „Kultur macht stark“ Projekten aus Bayern vorgestellt. Es ist für uns eine ganz besondere Auszeichnung aus insgesamt 1.402 unterschiedlichen Einzelprojekten ausgewählt worden zu sein. Ganz besonders wurde gewürdigt, dass neben dem sehr engagierten campus asyl e.V. auch die Regierung der Oberpfalz unser Kooperationspartner ist!



MEHR INFOS

Link zum Schaufenster:
https://www.kulturmachtstark-bayern.de/upload/Schaufenster/Buendnisse_2018-2022.pdf

Kontakt für weitere Fragen:
 Servicestelle Bayern
www.kulturmachtstark-bayern.de
kulturelle.bildung@mpz-bayern.de
 Tel.: 089 9541152 -14



🎸 Gitarre und Ukulele Kurse im HouseOnTheRock 🎸



Das ideale Geschenk zu Weihnachten !



- Gitarre Wiedereinsteiger** **11.01. 2023 - 22.03. 2023**
jeweils mittwochs von 18.30 - 19.30 **10 Stunden** für nur **120 €**
- Ukulele Anfänger** **10.01. 2023 - 21.03. 2023**
jeweils dienstags von 19.00 - 20.00 **10 Stunden** für nur **95 €**
- Ukulele Fortgeschrittene** **11.01. 2023 - 22.03. 2023**
jeweils mittwochs von 18.45 - 19.45 **10 Stunden** für nur **95 €**
- 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

OMAS BESTE KLIMA REZEPTE

Soziales Jahr am Ende der Schulzeit?

VON BARBARA EBERHARDT

Das Echo auf den Vorschlag von einem verpflichtenden Sozialen Jahr am Ende der Schulzeit, den u.a. auch der Bundespräsident machte, ist geteilt: die Einen sehen darin eine unzulässige Freiheitsbeschränkung junger Menschen, die ja schon in den letzten drei Corona-Jahren auf viel

verzichteten mussten, und jetzt aufgrund der Energiesparmaßnahmen vielleicht auch wieder zu der Gruppe zählen, die Opfer bringen soll (es ist ja schon wieder die Rede von kalten Hörsälen, Klassenzimmern etc). Soll also genau wieder diese Generation die Leidtragende sein und ein Pflichtjahr aufgebremst bekommen? Einerseits hat sie keine Möglichkeit zur Mitbestimmung (kein Wahlrecht) über ihre Zukunft, die sie wohl zu Recht pessimistisch sieht (Fridays For Future und Letzte Generation artikulieren diese Zukunftsängste immer verzweifelter). Andererseits geht gerade an sie nun der Appell, etwas für die Gemeinschaft zu tun, mit einem „geopferten“ Gemeinwohljahr Solidarität zu zeigen, mit der älteren Generation, die ihrerseits von Pflegenotstand und Altersarmut bedroht ist.

Mit einer solchen Argumentation kann man erfolgreich Generationen gegeneinander ausspielen, aber das Ziel einer solidarischen Gesellschaft, in der alle an einem Strang ziehen und keiner zurückgelassen wird, erreicht man so sicher nicht. Es gibt nun einmal der-

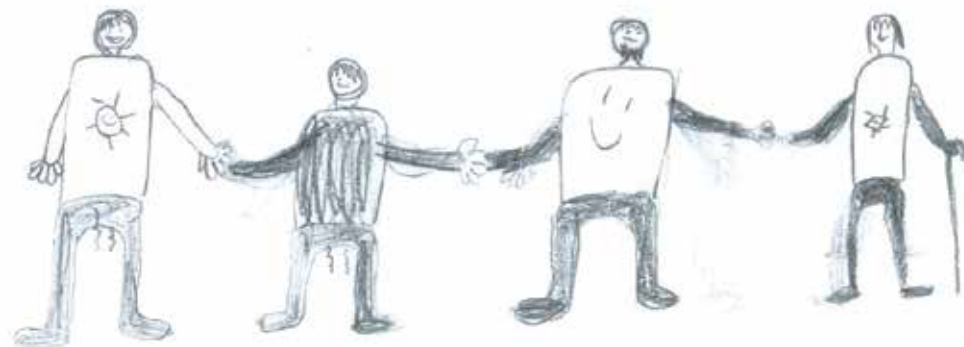


zeit viele Aufgaben in unserer Gesellschaft, die auch unser hochentwickelter Wohlfahrtsstaat nicht allein bewältigen kann, personell und finanziell. Wo wir alle wieder, gemeinsam, anpacken müssen: Es fängt bei den Tafeln an, die händeringend Mitarbeiter suchen, ebenso wie die Pflegeheime, Krankenhäuser, Sanitätsdienste, bis hin zu den Schulen, die aufgrund des Lehrermangels und übervoller Klassen keine wirkliche Förderung der Schwachen mehr leisten können und eher Mangelverwaltung betreiben müssen.

Das alles ist nun natürlich eine Aufgabe des Staates, aber in Krisenzeiten muss man eben dessen (finanzielle) Grenzen erkennen und überlegen, wie man hier, aus einer Grundsolidarität heraus, aus einem Wir-Gefühl heraus, Lösungen finden kann. Präsident Kennedy forderte vor Jahrzehnten dazu auf, nicht zu fragen, was der Staat für dich tun kann, sondern umgekehrt: Was kannst du für den Staat tun?

Wie aber kann so ein Gemeinschaftsgefühl entstehen? Es gibt Gesellschaften, Japan z. B., wo das von Kindesbeinen an offensichtlich antrainiert wird. In unserer, eher individualistisch orientierten Gesellschaft, klappt das anscheinend nicht und es muss erlernt werden. Rücksicht auf andere nehmen, das lernt man automatisch, wenn man „in die Schuhe des Anderen schlüpft“, wie es die Indianer

GEMALT VON FRIEDRICH (8)

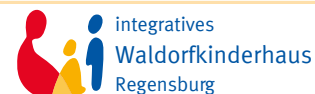


formulierten. Dann versteht man dessen Probleme und handelt entsprechend.

Und genau hier läge der Vorteil so eines „Gemeinwohljahres“: nach der Schulzeit, nach viel theoretischem Input, käme ein junger Mensch ins praktische Leben hinein, je nach Eignung und Interesse könnte er dort einerseits selbst wichtige Erfahrungen sammeln, die ihm vielleicht auch bei der beruflichen Orientierung helfen, aber andererseits auch der Gesellschaft, den Pflegebedürftigen, den Flüchtlingskindern, evtl. auch den Mitarbeitern der Stadt (Straßenreinigung, Gartenamt)

einen Dienst erweisen. Und wenn man etwas Sinnvolles tun kann, in welchem Bereich auch immer, ist das doch immer ein positives Erlebnis. Und für die spätere Rente sollte das Jahr natürlich auch angerechnet werden, das müsste die Politik regeln.

Und wer sagt denn, dass junge Leute nicht Lust dazu haben? Nach der Schule höre ich viele von Pause, vom „Lückenjahr“, reden, davon, dass sie mal ganz was Anderes machen wollen. Vielleicht sollte man hier mal die Meinung der jungen Leute abfragen. Auf jeden Fall sollte man den Vorschlag diskutieren.



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

WWW.OMASFORFUTURE.DE

Die Regensburger Regionalgruppe trifft sich einmal im Monat

Kontakt: Cornelia Wabra
0176 623 983 16
regensburg@omasforfuture.de

ÜBER ERZÄHLKUNST UND DIE LEBENDIGE KRAFT DER MÄRCHEN VON FRANZ XAVER VON SCHÖNWERTH

CHRISTIANE JOIKO IM GESPRÄCH MIT ERIKA EICHENSEER



Liebe Erika, du bist eine begnadete Märchenerzählerin. Dir gelingt es meisterhaft deine ZuhörerInnen mit auf die Reise ins Märchenland zu nehmen. Dabei erzählst du Märchen des Oberpfälzer Märchensamm-

lers Franz Xaver von Schönwerth. Woher kommt deine große Leidenschaft für diese Märchen?

Sie sind so natürlich und kostbar, wie rohe Edelsteine und sie bedienen nicht die üblichen Stereotypen. Buben können zu verletzlichen jungen Männern und Mädchen zu tapferen Heldinnen werden, die sich ihren Aufgaben verantwortungsvoll stellen. Diese Märchen sind das Ergebnis von Schönwerths aufwendigen Forschungs- und Sammelreisen durch die Oberpfalz. Er hat sie bewusst in der einfachen Sprache der Landleute aufgeschrieben, so wie er sie gehört hat. Der Inhalt wurde weder beschönigt noch bereinigt. Und genau das schätze ich so an ihnen. Sie sind außergewöhnlich und in ihrer Wildheit ursprünglich und authentisch. Das gibt ihnen soviel Frische und Lebendigkeit.

Schönwerth war ein Zeitgenosse der Gebrüder Grimm. Jacob Grimm hat sogar über ihn gesagt: „Nirgendwo in ganz Deutschland ist umsichtiger, voller und mit so leisem Gehör gesammelt worden“. Darin steckt so viel Wertschätzung. Dennoch sind die Märchen des Volkskundlers Schönwerth fast in Vergessenheit geraten. Warum?

Dieser Ausspruch Grimms ist für mich ein Ritterschlag für die immense Arbeit und Intensität, mit der Schönwerth seine Sammlung und Forschung betrieben hat. Trotzdem war die Lobby für die Gebrüder Grimm stärker: Sie waren Universitätsprofessoren und hatten gute Rezensenten. Schönwerths Wesensart war eher leise, versonnen, versponnen, er hatte keine Ahnung von PR. Dafür trieben ihn seine verstörenden Beobachtungen in laute Warnungen hinein, die normalerweise nicht so gern gehört werden. Schon vor 160 Jahren hat er die Zerstörung der Natur durch den Menschen beobachtet und vor den Folgen eindringlich gewarnt.

Was ist der große Unterschied zwischen Erzählen und Vorlesen?

Schönwerths Märchen stammen aus mündlicher Überlieferung. Die Erzählkunst vermittelt die immer noch gegenwärtige Kraft der Märchen am nachhaltigsten. Sie ist die älteste Form der Gedankenvermittlung und schafft Gemeinschaft. Es entsteht zwischenmenschliche Beziehung mit echter Nähe, welche tatsächlich erlebbar ist. Sie geht über aufmerksame Augen und Ohren, über Blickkontakte. Aus einem Buch vorzulesen würde diese Beziehung durchschneiden. Der Reiz ginge verloren, die Aufmerksamkeit würde schwinden.

Für welche Altersgruppen sind Märchen besonders wichtig?

Die Schönwerth-Sammlung bietet viele Schwierigkeitsstufen für unterschiedliche

Entwicklungsphasen. Sehr viele sind Bot-schaften an die heranreifenden jungen Menschen in der Pubertät, wenn sich Körper und Geist und Seele verändern, verändern müssen. Märchen bieten eine Hilfestellung, wenn aus Kindern Erwachsene werden: Am Ende führen alle Herausforderungen dazu, dass der junge Mensch Erfahrungen sammelt, die ihn oder sie erwachsen machen. Aber es gibt auch einfachere Märchen, die für kleine Kinder geeignet sind. Die müssen allerdings etwas gesucht werden.

Auch der Wald spielt bei den Schönwerth-Märchen eine herausragende Rolle. Was hat es damit auf sich?

Viele seiner Märchen spielen im Wald, wobei dieser Wald kein gefährlicher Ort ist, in dem menschenfressende Wölfe und Hexen ihr Unwesen treiben. Hier ist der Wald eher beschützend, bewohnt von zauberhaften Geschöpfen wie den hilfreichen Holzfräulein, dem goldenen Hirschlein oder den Zwergen, die bei Friedensstörungen auch mal garstig werden können.

Doch der Wald ist in Schönwerths Augen auch in Gefahr, durch die vom Menschen geschaffenen Umweltveränderungen. Da gibt es ein schönes Waldmärchen aus Neuenhammer:

„In einem alten Buchenwalde standen zwei riesige Buchen nebeneinander. Es war Abend, und traurig hing die eine die Zweige, weshalb die Nachbarin fragte, was sie habe, dass sie das Haupt so senke. Jene aber erzählte, dass gestern der Förster hier gewesen sei und sie morgen zum Fällen bestimmt habe: sie werde nun bald das Leben lassen. „Wehe mir, erwiderte die Nachbarin, da wirst du auch mich im Falle verletzen! Die erste schwieg, noch mehr betrübt durch diesen Ausbruch der Selbstsucht. Am andern Tage aber kam der Förster mit dem Herrn des Waldes, und beide fingen darüber zu streiten an, welche von den

zwei schönen Buchen gefällt werden solle. Da beugten sich die Bäume seufzend hin und her. „Wer hat geseufzt?“ rief der Herr. Es war aber niemand da, der Antwort gab. Furcht trieb die Förster von dannen, und die herrlichen Bäume blieben verschont.“

Wo können die LeserInnen vor Ort Schönwerth-Märchen erleben?

Zum Erleben der Schönwerth-Märchen ist kein Ort besser geeignet als die Natur höchstpersönlich. 2014 wurde in Sinzing der erste Schönwerth-Märchenpfad eröffnet. Er befindet sich in unmittelbarer Nachbarschaft zum Walderlebniszentrum. Acht wunder-volle Wald- und Naturmärchen werden entlang des Pfades vorgestellt. Zu jedem gibt es ein von regionalen KünstlerInnen geschaffenes Kunstwerk zu entdecken. Zusätzlich können die Märchen auf Tafeln nachgelesen werden. Oder man lässt sie sich mit Hilfe des Handys und eines QR-Codes vorlesen. Darüber hinaus finden vor Ort immer wieder Veranstaltungen mit professionellen Märchen-erzählerInnen statt, die ein ganz besonderes Wald- und Märchenerlebnis bieten.



MEHR INFOS

Weitere Informationen über Franz Xaver von Schönwerth, die Oberpfälzer Märchenwege und Erika Eichenseer unter: www.schoenwerth.de

zahnträumerei

Praxis für Kinder- & Jugendzahnheilkunde



www.zahntraumerei.de

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



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



HÄSCHEN TRÖSTET

Cori Doerfeld
Zuckersüß-Verlag 2019
(ab 4 Jahren)

„Häschen tröstet“ ist eine wunderschöne und sensible Geschichte darüber, wie man am besten mit kleinen Niederlagen und großem Kummer im Kinder-Alltag umgeht. Der Bilderbuch-Welterfolg wurde bereits in 23 Sprachen übersetzt und mit über einem Dutzend Preisen ausgezeichnet. Charlie baut einen Turm aus Bauklötzen, doch plötzlich stürzt er ein! Erst war Charlie stolz, jetzt ist das Kind traurig. Ein Freund nach dem anderen probiert Charlie mit guten Ratschlägen aufzumuntern. Doch nichts hilft. Bis ein kleiner Hase auftaucht und sich still zu dem Kind setzt – und Charlie all die Gedanken und Gefühle ordnen kann. Eine rührende und feinfühligere Freundschaftsgeschichte, die Kindern Trost spendet und emotionale Kompetenzen fördert.



SO IST DAS LEBEN

Arne Dyckman, Cori Doerfeld
Zuckersüß-Verlag 2020
(ab 3 Jahren)

Diese Geschichte ist an sich eine Liebeserklärung an das „Leben“: Schräg, schön, wunderbar. Stell dir vor, dein Leben steht vor deiner Tür – was würdet ihr beide zusammen unternehmen? In diesem reizenden Bilderbuch klopft das Leben als wuscheliges süßes Monster an die Tür eines Kindes. Die zwei machen sich auf den Weg und erleben alles, was das Leben so mit sich bringt: Glück und Freude, Herausforderungen und Rückschläge – immer verpackt in witzige-liebevolle Illustrationen und locker-leichte Sprüche. Dadurch werden dem Kind auf eine humorvolle und spielerische Art viele Lebensweisheiten vermittelt. Tiefgründig, lebensfroh und einzigartig. Es erinnert uns alle, egal ob groß oder klein, dass das Leben wundervoll ist und wir jede Minute davon genießen sollten. „So ist das Leben“ ist eine lustige Geschichte für Kinder, die zeigt, wie man dem Leben mit all seinen kleinen und großen Misserfolgen mit Selbstbewusstsein und Heiterkeit begegnet. Denn Leben ist das, was du draus machst!

ADRESSEN FAMILIE

Stadtjugendring Jugendzen-
trum 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 Beratungs-
stelle der KJF, Ostengasse 31,
T. 79982-0, Mi 15:30 - 17:00
auch ohne Termin

www.kopfhoch.de Online-Ber-
atung für Jugendliche aus
Stadt und Lkrs. R des Deut-
schen Kinderschutzbundes

waagnis - Beratungsstelle zu
Essstörungen Grasgasse 10,
T 5998606

BILDUNG

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

Legasthenie, Lese-, Recht-
schreib-, Rechenschwäche
Beratung, individ. Lerntherapie,
psycholog. Beratung, Kon-
taktstelle Elternhaus-Schu-
le, Alte Manggasse 1,
T 5997672

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

HASA-Kurs zum Nachholen des
erfolgreichen Hauptschulab-
schlusses 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 17,
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,
migamed-regensburg.de

Beratungsstelle für zugewan-
derte 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 haupt-
sächlich 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,
Verena Gold,
Ulla Gordon,
Ulrike Hecht,
Ulrike Ostenried,
Verena Riehl,
Jessica Suttner, 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@fraufleischmann.de

Titel
Unsplash/Kostiantyn Li,
Jonas (5)

Druck
Schmidl & Rotaplan Druck
GmbH, Regensburg

Auflage
3000 Stück, erscheint alle
zwei Monate (kostenlos)

Redaktionsschluss
10. 2. 2023 - für Heft 238,
März/April 2023

Vorträge

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

Zertifikatslehrgänge

Workshops

Seminare

Montessori Diplomlehrgänge

Wir freuen uns, wenn wir auch Sie begeistern können!

*Regensburger Montessori Institut

Krippe Kinderhaus Schule Kinderhort FOS Fortbildung Verein

montessori
regensburg

Lernen ist Begeisterung



KONDITIONEIRE OPERA



Amt für Tagesbetreuung von Kindern

Telefon: 0941/507 7525
0941/507 7527

E-Mail: kindertagespflege@Regensburg.de