

REGENSBURGER ELTERNZEITUNG

Nummer 244 ∞ März/April 2024



regensburger
eltern e.v.

SCHLAFCOACHING FÜR KINDER

Ein Interview

„MINT-FRÜHLING“ FÜR JUNGE FORSCHERINNEN UND FORSCHER

Eine Ankündigung

KOSTENLOS

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

OPERA
mon amour.

KONDITOREI OPERA
PRÜFENINGER STR. 44A / 93049 REGENSBURG

Liebe Leserinnen und Leser,

wir hoffen, Sie sind gut und gesund in den Frühling gestartet! Auch in dieser Ausgabe gibt es viel Lesenswertes für Familien: wir berichten über MINT-Veranstaltungen für Kinder in der Stadtbücherei, die Möglichkeiten finanzieller Förderungen für Familien und Projekte durch zwei Regensburger Stiftungen und das Modellprojekt Aussiger Straße des Vereins familienwerkstatt e.V. Darüber hinaus gibt es ein Interview zum Thema Schlafcoaching und passende Bastel- und Spieltipps in unserer Kleinen Zeitung. Aus unserem Verein kommt ein Bericht von

der Vernissage unserer Kunstprojekte und der Buchtipp 1-2-3 Pinguin. Und natürlich kann man sich auch wieder an unseren Rubriken erfreuen: Zack! Fundkiste!, Eltern fragen – Experten antworten, Ausflugstipps in Regensburg, Omas beste Klimarezepte, Mutter & Sohn, Buchtipps und nützliche Adressen am Ende der Ausgabe.

Wir wünschen viel Spass beim Lesen!

Die Redaktion

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

Inhalt



9

Schlafcoaching für Kinder

Ein Interview



18

„MINT-Frühling“ für junge Forscherinnen und Forscher

Eine Ankündigung

- 5** Neues von den Regensburger Eltern
- 6** Bericht: Stiftungen Regensburg
- 11** Bericht: städtische Notwohnanlage Aussiger Straße
- 14** Ankündigung: Generationentreff
- 17** Aus unseren Einrichtungen
- 22** Kolumne: Mutter & Sohn
- 23** Kleine Zeitung
- 29** Ausflugstipps Regensburg
- 30** Expertenrunde
- 34** Buchtipp: 1-2-3-Pinguin
- 36** Familienfenster
- 38** Zack! Fundkiste!
- 40** Kolumne: Omas beste Klima Rezepte
- 43** Buchtipps
- 44** Nützliche Adressen

DIE REGENSBURGER ELTERN STELLEN SICH VOR

ÜBER UNS



Der Verein der Regensburger Eltern wurde vor über 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 AKTIVITÄTEN

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

UNSERE EINRICHTUNGEN



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

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

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

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

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

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

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

**regensburger
eltern e.v.**

www.regensburger-eltern.de



© FOTOGRAFIE SEITZ (2)

Frühjahrsputz – Gemeinschaftsaktionstag auf dem Bauspielplatz

Der Bauspielplatz erwacht aus dem Winterschlaf und braucht einen Frühjahrsputz. Am Samstag 2. März von 10 bis 14 Uhr laden wir alle, die gerne und tatkräftig unterstützen möchten, zu einer schönen Gemeinschaftsaktion ein. Wir werden neben einer gemütlichen Brotzeit die Hütten prüfen, zwei bis drei baufällige Hütten abbauen, ein paar Büsche schneiden und das Werkzeug warten. Wer Lust hat den Bauspielplatz mitzugestalten ist herzlich eingeladen vorbeizukommen.

Die Saison startet dann am Samstag, den 16. März von 13 bis 17 Uhr mit einem Familientag für Groß und Klein und ohne Altersbeschränkung.

Wir freuen uns auf Euch –
Euer Bauspielplatz-Team





DAMIT SCHULE SPASS MACHT!

Für jeden – unabhängig vom Geldbeutel der Eltern

EIN BERICHT VON MELANIE BRUNNER

Ausbildung und Bildung ist ein wichtiger Grundstock, den wir unseren Kindern auf ihrem Weg zum Erwachsenwerden mitgeben können. Bildung entscheidet später über die Möglichkeiten der Berufsauswahl und was noch viel wichtiger ist: sie entscheidet auch darüber, ob unsere Kinder den Beruf wählen können, der ihnen Spaß macht und sie erfüllt. Viele Faktoren spielen hierbei eine Rolle. Nicht zuletzt die elterliche Fürsorge, immer wieder an Hausaufgaben und das Lernen zu erinnern und zu motivieren. Aber ein Punkt ist ebenso essenziell für die Möglichkeiten, die Kindern und Jugendlichen zur Verfügung stehen: der Geldbeutel der Eltern.

So platt sich das anhört, so viel Realität steckt darin. Viele von uns wissen, wie kostspielig alleine ein neues Schuljahr ist: die Liste der Lernmaterialien, die die Schule am Anfang eines neuen Schuljahres verteilt, ist lang, und wir staunen immer wieder, wie schnell 100 Euro ausgegeben sind. Aber was tut man, wenn diese finanziellen Mittel nicht vorhanden sind? Wenn Eltern sich die Bildung ihrer Kinder nicht leisten können?

Eine Möglichkeit ist, dass dann die Stiftungen der Stadt Regensburg einspringen. Vor allem zwei Stiftungen haben die Kinder- und Jugendhilfe, die Studentenhilfe sowie die Bildung und Ausbildung in ihren Fokus gestellt.

Die **Brigitta und Oskar Braumandl Stiftung** hat es sich zur Aufgabe gemacht, dass eine gute Ausbildung nicht von den finanziellen Mitteln der Eltern abhängig sein darf. Den Eheleuten ist es eine Herzensangelegenheit, dass jedes Kind und jeder Jugendliche frei von finanziellen Sorgen eine gute und sichere Schulbildung und Berufsausbildung erhält. So kann die Stiftung beispielsweise unterstützen, wenn Nachhilfeunterricht benötigt wird, eine Klassenfahrt ansteht oder für den Unterricht ein Schul-Tablet oder PC benötigt wird. Aber auch während der weiterführenden Berufsausbildung im Lehrbetrieb können z.B. die benötigten Scheren eines Friseurs oder der Messerblock für den Koch bezuschusst werden.

Und auch während eines Studiums unterstützt die Stiftung bedürftige Studierende, damit sie sich voll und ganz auf das Lernen konzentrieren können und nicht mehrere Nebenjobs zur Sicherung des Lebensunterhalts nötig sind.

Die **Waisenhausstiftung Stadtamhof**, eine unserer langjährigsten Stiftungen, fördert darüber hinaus die gesamte Familie. Sie bezuschusst beispielsweise den Kauf eines behindertengerechten Fahrzeuges, hilft bei medizinischen Belangen oder sorgt dafür, dass jedes Kind sein eigenes Bett und seinen eigenen Schreibtisch hat.

Darüber hinaus fördert die Stiftung Projekte und Aktionen der Kinder- und Jugendhilfe. Seit 2022 auch den Bauspielplatz der Regensburger Eltern, sowie die Draußenklasse der Pestalozzi Mittelschule, die den Bauspielplatz gerne für ihren Unterricht besucht. Aber auch die Kinder- und Jugendfarm oder der Inklusive Garten sowie die Jugendwerkstatt sind langjährige Zuwendungsempfänger der **Waisenhausstiftung Stadtamhof**.

NUR GEMEINSAM KÖNNEN WIR ETWAS ERREICHEN

Die Stiftungen versuchen viel Netzwerkpflege zu betreiben, sind in gutem Kontakt zu den städtischen Ämtern, den freien Trägern der Wohlfahrtspflege und Vereinen. Wir versuchen im Rahmen unserer Möglichkeiten, für unsere Stiftungen zu werben. Jedoch ist uns bewusst, dass wir nicht alle Menschen erreichen können. Deshalb sind wir auf viele Multiplikatoren angewiesen, die über uns berichten. Kein Kind und kein Jugendlicher soll aufgrund von fehlenden finanziellen Mitteln ausgegrenzt werden. Soziale Teilhabe ist wichtig für ein gesundes Erwachsenwerden, zur Bildung von Freundschaften und zur Stärkung der eigenen Persönlichkeit. Deshalb ist es unser Ziel, dass Schule für jede und jeden Spaß machen KANN. Das Team der Stiftungsverwaltung hat immer ein offenes Ohr.

KONTAKT UND MEHR INFOS

UNTERSTÜTZUNG UND BERATUNG VON EINZELPERSONEN

Karin Sperrer
sperrer.karin@regensburg.de
Telefon: 0941/507-2544

Daniela Schinabeck
schinabeck.daniela@regensburg.de
Telefon: 0941/507-1258

PROJEKTFÖRDERUNGEN

Melanie Brunner
brunner.melanie@regensburg.de
Telefon: 0941/507-4544

www.regensburg.de/stiftungen.

zahnträumerei



**Ein strahlendes
Kinderlächeln
lohnt sich
zu erhalten.**

**Von Anfang an,
ein Leben lang!**



Jetzt online Termine vereinbaren: [zahnträumerei.de](https://www.zahntraeumerei.de)

Dr.-Gessler-Straße 29. Regensburg 0941 28 07 77 44 Mo. bis Fr. 8–18 Uhr

SCHLAFCOACHING FÜR KINDER

EIN INTERVIEW MIT KATRIN BACHMANN GEFÜHRT VON MELANIE HEINZ

Wie bist du dazu gekommen, dich als Schlafcoach ausbilden zu lassen?

Es ist schon einige Jahre her, da hatte ich selbst ein Baby, das nicht easy peasy schlafen wollte. Da war jeder Schlaf ein gefühlter Kampf. Das Thema ließ mich nicht los, selbst als bei uns das Schlimmste bereits vorbei war. Ich war weiter am Grübeln, was ich anders hätte machen können. Die Ausbildung brachte die Erleuchtung. Und nun liebe ich es, anderen Eltern einen Weg zu zeigen, wie sie es sich leichter machen können. Und das stets bindungs- und bedürfnisorientiert. Kein Schreien lassen! Keine Trennung! Darauf lege ich ganz großen Wert.

Wie sieht die konkrete Begleitung der Eltern aus?

Abhängig vom Thema begleite ich in unterschiedlicher Intensität. Manchmal reicht eine kurze Impulsberatung. Meist ist allerdings eine umfassendere Beratung sinnvoll. Da wird zunächst eine ausführliche Analyse erstellt, bevor wir kleine Schritte zur Veränderung machen. Schlaf ist ein sensibles Thema, da darf man nichts überstürzen. Wer den zweiten Schritt vor dem ersten macht, fällt leicht auf die Nase. Wichtig ist mir in jedem Fall, dass die Zusammenarbeit auf Augenhöhe und ohne erhobenen Zeigefinger stattfindet. Die Eltern bleiben stets die Experten für ihr Kind. Ich spiele dabei ein bisschen Detektiv: Ich lasse mir viel erzählen, frage gezielt nach, und finde so die Puzzleteile, die zusammengesetzt eine verbesserte Schlafsituation ergeben.



Welche Kosten entstehen dabei?

Je nach Beratungsaufwand sind das zwischen 79 Euro (für eine einzelne Sprechstunde) und 480 Euro (für eine mehrstündige Komplettbetreuung).

Kostenlose Tipps teile ich übrigens regelmäßig auf meinem Instagram Profil @schlafkaba

Was sind so die häufigsten Themen, die du in deiner Praxis erlebst?

Oft ist es eine bestimmte Einschlafhilfe, die mit der Zeit anstrengend geworden ist oder die in kurzen Abständen erneut angeboten werden muss. Überdurchschnittlich häufiges Erwachen nachts ist auch ein nicht seltenes Problem. Oder eine überaus lange Einschlafbegleitung am Abend. All das ist für Eltern auf Dauer extrem kräftezehrend. Der eigene Schlaf kommt meist viel zu kurz und es fehlt die nötige Energie, um durch den Tag zu kommen.

Vielleicht kannst du ein bis zwei Ratschläge an die Eltern weitergeben, mit denen man schwierige Einschlafsituationen erleichtern kann.

Schwierige Einschlafsituationen resultieren meiner Erfahrung nach meist aus einem ungünstigen Tagesverlauf. Bevor ich also am Abend Änderungen vornehme, empfiehlt es sich am Tag nach der Ursache zu suchen und dort sinnvoll Einfluss zu nehmen. Ein paar hilfreiche Fragen zum Reflektieren:

- Sind die Wachzeiten altersgemäß? Ist das Kind müde genug oder vielleicht bereits übermüdet? Übermüdung führt zu Stress und der verhindert ein entspanntes Einschlafen.

INTERVIEW

- Ist der Alltag ausgeglichen oder ist zu viel los? Kinder brauchen auch am Tag Entspannungsmomente.
- Erwartet das Kind abends noch etwas von den Eltern, was tagsüber zu kurz kommt? Was uns am Abend wie nervige Rauszögerungsspielchen vorkommt, ist der Versuch des Kindes, sich noch ein Bedürfnis zu erfüllen. Welches könnte das sein?

Immer hilfreich ist auch: Geduld! Ganz oft sind wir Eltern schnell gestresst, wenn das Einschlafen nicht gleich klappt. Das schwappt dann aufs Kind über. Das Kind wird unruhig. Wir wollen Ruhe reinbringen und wechseln die Strategie. Dadurch entsteht

noch mehr Unruhe und das Kind verpasst am Ende die Chance, sich selbst zu regulieren. Ein Teufelskreis! Also: Gebt euren Kindern etwas Zeit, entspannt in den Schlaf zu finden.

Welcher Fall aus der Praxis ist dir besonders in Erinnerung geblieben?

Das sind so viele! Jeder Fall und jede Familie ist einzigartig. Besonderen Nachklang haben die komplexeren Fälle, wenn etwa mehrere Kinder zu berücksichtigen sind oder wenn die Familiensituation erschwert ist. Wenn wir dann eine gute Lösung finden und alle besser schlafen, macht mich das unglaublich glücklich.



FÜR KÄUFER

- Einlass für Schwangere mit Begleitperson ab 13:30 Uhr (bitte Mutterpass mitbringen)
- Große Kuchenauswahl (auch zum Mitnehmen)
- Bitte nur die ausgeschilderten Parkplätze ggü. des Schlossgartens nutzen (4 Minuten Gehweg)

Frühlingsbasar

des Montessori Kinderhauses
Orangerie

in der Turnhalle der Montessori-Schule
Prüfeninger Schloßstraße 73 e
93051 Regensburg

21. APRIL 2024

14 - 16 Uhr

FÜR VERKÄUFER

Anmeldung und Listenvergabe erfolgt ab **Sonntag, den 10.03.24.**

Bitte eine E-Mail mit Name und Telefonnummer an elternbeirat.orangerie@gmail.com senden.

Vergabe erfolgt nach Reihenfolge der Anmeldungen.

20 % des Erlöses kommen dem Elternbeirat der Orangerie zugute.

Die Annahme von gut erhaltener Frühlings- und Sommerkleidung sowie Spielsachen, Büchern, Babyausstattung, Fahrradsitzen, Laufrädern, Umstandsmode, Dreirädern und Rollern inkl. der ausgefüllten Listen erfolgt am **Samstag, den 20.04.24 von 15 - 17 Uhr.**

Direkte Anfahrt zur Warenabgabe und -abholung möglich.

Wir freuen uns auf Euch!



WOHNUNGEN GESUCHT

Begleitung und Befähigung von Familien der städtischen Notwohnanlage Aussiger Straße in die eigene Wohnung

EIN BERICHT VON EVA HÄUSSER

Vier veraltete Gebäude, davor vertrockneter Rasen, ein trauriger Sandkasten. Flaschen, Zigaretten, leere Behälter liegen vor den Eingangstüren. Die Notwohnanlage in der Aussiger Straße zeigt schon von Außen ein tristes Bild. Auch innen wird es nicht besser: ein dunkles, schmutziges Treppenhaus, Duschen im Keller, beengte Wohnverhältnisse – etwa eine siebenköpfige Familie, die sich zwei Räume teilt. Für die Bewohner*innen ist es schon zur Normalität geworden. Insgesamt leben hier 35 Familien, meist mit zwei oder mehr minderjährigen Kindern, verteilt auf acht Gebäudeteile. Unter ihnen sind vie-

le, die ihre Heimatländer verlassen haben, die auf der Flucht waren. Die Anpassung an das Leben hier fällt oft schwer, die Regeln müssen erst noch gelernt werden.

Schon seit langem ist der Abriss der Einrichtung und damit einhergehend die dezentrale Unterbringung von Wohnungslosen in Regensburg geplant. Hier setzt das Modellprojekt „Begleitung und Befähigung von Familien der städtischen Notwohnanlage Aussiger Straße in Regensburg in die eigene Wohnung“ an. Im Auftrag der Stadt Regensburg und Sozialbürgermeisterin Dr. Freudenstein hat die Familienwerkstatt e.V. die Aufgabe

BERICHT

übernommen den Familien bei der Wohnungssuche, dem Umzug und der Nachsorge zur Seite zu stehen. Insgesamt sind es circa 160 Menschen die von einem Team, unter Federführung der Sozialpädagogin Ina Norgauer, im neu eröffneten Quartiersbüro vor Ort betreut werden. Die Fachkräfte des Vereins, der sich der Kinder- und Jugendhilfe verschrieben hat, werden von der Stadtbau und dem Sozialamt tatkräftig unterstützt. Auch das Stadtteilprojekt Nord und weitere wichtige Netzwerkpartner helfen wo sie können. Anträge werden ausgefüllt, Wohnungen gesucht, Umzüge geplant und viele weitere Notwendigkeiten organisiert. Nebenbei darf ein wenig Spaß nicht fehlen. So wurde im Oktober die Eröffnung des neu sanierten Quartiersbüros mit einem kleinen Empfang gefeiert und damit auch ein Grundstein für die gute Zusammenarbeit aller Beteiligten gelegt. Im Dezember kam der Nikolaus samt Engeln in den Garten des Büros. Es gab Leckereien für die Kinder, gespendet von den „Rengschburger Herzen“



und Spielsachen und Kleidung, die dank des Erlöses aus einem Flohmarkt verschenkt werden konnten. Eine Fachkraft der Kinder- und Jugendfarm umrahmte das Fest musikalisch. Im Quartiersbüro sind auch weitere kleine Feiern und Zusammenkünfte geplant, vorrangig aber kümmert man sich darum, die betroffenen Familien in eigene Wohnungen zu vermitteln.

In Regensburg eine passende Wohnung zu finden ist aufgrund des angespannten Wohnungsmarktes schon an sich kein leichtes

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



Unterfangen. Wenn dann aber auch noch Sprachbarrieren und mangelnde finanzielle Mittel dazukommen wird es wirklich schwierig.

Umso mehr appellieren die Fachkräfte des Quartierbüros an Vermieter*innen aus Regensburg und Umgebung: Falls Sie Wohnungen oder Häuser zur Verfügung haben – überlegen Sie sich bitte, ob Sie nicht einer der vielen Familien der Aussiger Straße helfen möchten. Frau Norgauer würde sich sehr über Ihre Unterstützung freuen. Rufen Sie gerne an oder schreiben Sie einfach eine E-Mail, wenn Sie Fragen haben.



KONTAKT UND MEHR INFOS

Ina Norgauer

Telefon: 0151/47 78 70 94

E-Mail: [projekt-aussiger-strasse@](mailto:projekt-aussiger-strasse@familienwerkstatt-regensburg.de)

[familienwerkstatt-regensburg.de](mailto:projekt-aussiger-strasse@familienwerkstatt-regensburg.de)



CROSSING GENERATION – JUNG TRIFFT ALT

In der Pommernstraße treffen sich Seniorinnen und Senioren zu unterhaltsamen und lehrreichen Nachmittagen

Der Malteser Hilfsdienst e.V. ist mit seinen Angeboten für SeniorInnen seit Mitte letztem Jahres regelmäßig vor Ort in der Pommernstraße 7 zu finden. Jeden 3. Mittwoch im Monat treffen wir uns um 14:00 Uhr zum Spielenachmittag und jeden 1. Donnerstag im Monat um 16:30 Uhr, um Ihre Fragen zu Smartphone, Tablet und Co. zu klären. Diese Angebote sind kostenlos und werden von ehrenamtlichen Helfern und Helferinnen unterstützt.

Wenn Sie, liebe Leser und Leserinnen, sich nun wundern, warum wir hier Werbung machen, möchten wir Sie bitten dies an Ihre Eltern und Großeltern weiterzugeben. Wir freuen uns auf weitere TeilnehmerInnen und auch HelferInnen. Anmeldung ist erwünscht.

Unsere Angebote haben wir seit November 23 erweitert und möchten Jung und Alt zusammenbringen. Unter dem Namen, „Crossing Generation – Jung trifft Alt“, sind für

dieses Jahr vier Veranstaltungen im Stadt-
norden geplant. Wir laden Sie ein, am 27.3
um 9:30 Uhr in die Pommernstraße 7 vorbei
zu schauen. Wir starten mit einem gesunden
Frühstück in den Tag, einem kleinen Bewe-
gungsangebot und wollen uns dann beim
Basteln in frühlingshafte Osterstimmung
bringen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch
mit Kindern und Enkelkindern und Bekann-
ten aus der Nachbarschaft.
Ihre Malteser. Weil Nähe zählt.



ANMELDUNG UND KONTAKT

Malteser Hilfsdienst e. V.
Telefon: 0941/585 15-58
E-Mail: Kathleen.Busse@malteser.org



3 Begleitmuster für 1000 Songs



Die neue Gitarrenschule mit Songklassikern in Print + auf Lehrvideos

Jetzt bestellen bei info@thehouseontherock.de !

Gitarre und Ukulele für Kinder im Grundschulalter **Einstieg jederzeit möglich !**
10er-Block-Gutschein - auch zu zweit pro Kind für 121 € möglich - 10 x ½ Stunde 242 €



info@thehouseontherock.de 0179 90 68 099 **www.thehouseontherock.de**
TheHouseOnTheRock **Musikunterricht** Nürnbergerstraße 176 93059 Regensburg



Wir suchen ab sofort



EINE GRUPPENLEITUNG M/W/D FÜR UNSERE KRABELSTUBE FIDELGASSE

35 Wochenstunden

**für unsere zweigruppige Krabbelstube Fidelgasse in der Innenstadt
Öffnungszeiten 7.30 – 14.30 Uhr**

*Die Zufriedenheit unserer Mitarbeiter:innen liegt uns am Herzen,
wir legen Wert auf:*

- einen sehr guten Betreuungsschlüssel durch Drittkräfte-
modell und Einsatz von Assistenzkräften (in der Regel sind
immer drei Personen in einer Gruppe)
- gute Bezahlung angelehnt an den Tarif u. Zusatzleistungen
sowie Förderung von Weiterbildung und Qualifikation
- Unterstützung von Teammaßnahmen, Supervision und
persönlichem Coaching
- gutes Betriebsklima im Team, Vernetzung der verschiede-
nen Einrichtungen, kurze Entscheidungswege zwischen
Träger und Mitarbeiter:innen
- große Eigenständigkeit im pädagogischen Arbeiten

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung, Sie haben

- eine abgeschlossene Ausbildung als Erzieher:in,
Berufserfahrung von Vorteil
- die Möglichkeit zwischen 7:30 und 14:30 Uhr zu arbeiten
- Teamfähigkeit, Kreativität
und Freude am selbstständigen Arbeiten

**Alle Infos unter:
REGENSBURGER-ELTERN.DE**
oder Tel. 0941/574 47

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!
Bitte richten Sie diese, vorzugsweise
per Mail, an Ulrike Hecht:
hecht@regensburger-eltern.de.



eltern e.V.



DIE MITARBEITER:INNEN DER EINRICHTUNG FÜR GEFLÜCHTETE UND DES KUNSTPROJEKTES ARBEITEN ZUM WOHL DER KINDER WUNDERBAR ZUSAMMEN!

KULTUR MACHT STARK

EIN BERICHT VON MICHAEL STRAUBE

Eine sehr schöne Ausstellung unserer Kunstprojekte für und mit Kindern aus den Einrichtungen für Geflüchtete ermöglichte uns die Regierung der Oberpfalz in ihren Räumlichkeiten am Emmeramsplatz im Februar. Regierungsvizepräsidentin Christiane Zürn begrüßte die Gäste und die jungen Künstler:innen sehr herzlich und würdigte die künstlerischen Arbeiten vor dem Hintergrund der schwierigen und ganz individuellen Erlebnisse der Kinder und Jugendlichen von Krieg, Flucht und auch dem hoffnungsvollen Ankommen in Regensburg. Wir, die Regensburger Eltern e.V., schätzen die sehr konstruktive, unkomplizierte und stets am Wohl der jungen Menschen orientierte Zusammenarbeit mit der Regierung sehr und möchten uns für die Möglichkeit der Ausstellung und Vernissage bedanken! Die Projekte werden aktuell aus Geldern zur Umsetzung der UN-Kinderrechtskonvention, sowie von den Stiftungen der Stadt Regensburg gefördert. Für die Umsetzung der

Projektidee wurde 2020 eine Kooperation zwischen den Regensburger Eltern e.V. als Träger der Kunstprojekte, der Regierung der Oberpfalz als Träger der Einrichtungen und Campus Asyl e.V. geschaffen. Selbstverständlich freuen wir uns über Spenden zur Unterstützung unserer Kunstprojekte für die Kinder und Jugendlichen.



SPENDEN

Spendenkonto Regensburger Eltern e.V.
IBAN: DE 03 7505 0000 0000 1864 78



„MINT-FRÜHLING“ FÜR JUNGE FORSCHERINNEN UND FORSCHER

Spannende Veranstaltungen mit Stadtbücherei und Volkshochschule von März bis Mai 2024

EINE ANKÜNDIGUNG VON IRINA RAKOS UND KATHRINA CZECH

Die Neugierde von Kindern ist grenzenlos – genauso wie ihre Lust, die Welt um sie herum zu erforschen und zu verstehen. Dabei stoßen sie meist zwangsläufig auch auf naturwissenschaftliche Phänomene, die in ihrem Alltag immer wieder auftauchen und nach einer Antwort verlangen. Warum fliegt ein Flugzeug? Wie macht man aus Wasser Strom? Und wie kommen die Streifen in die Zahnpasta? Schnell stellen sie fest: Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik – kurz MINT – sind wirklich überall!

Dürfen Kinder ihre Umwelt spielerisch und selbstständig entdecken und erforschen, werden ganz nebenbei auch Fähigkeiten wie Kreativität, erfinderisches und kritisches Denken gefördert. Die so erlernten MINT-Kompetenzen können Kindern künftig dabei helfen, lösungsorientiert zu denken sowie nachhaltig und verantwortungsvoll zu handeln. Damit kann frühe MINT-Bildung einen wichtigen Beitrag für die Entwicklung von Zukunftskompetenzen leisten.

Von März bis Mai 2024 bieten die Stadtbücherei Regensburg und die Volkshochschule der Stadt Regensburg zusammen eine große Veranstaltungsreihe für Kinder von 4 bis 12 Jahren zum Thema MINT an. Durch ein abwechslungsreiches Programm – für Kinder in den Stadtbüchereien sowie rund um die Osterferien für Kinder und ihre (Groß-) Eltern – möchten Stadtbücherei und vhs das Interesse für naturwissenschaftliche und technische Themen bei Jung und Alt wecken. Spaß, Spannung und Ausprobieren stehen bei allen Aktionen klar im Vordergrund: „Selber machen“ statt „nachmachen“ ist das Motto!

„MINT-MACHEN“ FÜR KINDER MIT DER STADTBÜCHEREI

Bereits ab März leitet die Stadtbücherei den MINT-Frühling in den einzelnen Zweigstellen mit verschiedenen kostenfreien Veranstaltungen ein: In der Stadtteilbücherei Süd können Kinder zum Beispiel an einer Rallye durch die Bücherei mit kindgerechten Robotern, den „Beebots“, teilnehmen und dabei verschiedene wissenschaftliche Rätsel zu Vulkanen, Robotik und Co. lösen. Weiteren Technik-Spaß bringen außerdem Workshops aus der „Robotik Area“ am Haidplatz und in der Stadtteilbücherei Burgweinting: Von Programmieren lernen mit Lego bis hin zu spaßigen Erlebnissen mit dem Calliope mini ist für jeden Roboter-Fan etwas dabei. In Burgweinting wird außerdem der Autor Bernd Flessner für eine Kinder-Lesung aus der Reihe „Der kleine Major Tom“ zu Gast sein.

Auch die monatlich stattfindenden kreativen Bilderbuchkinos stehen zwischen März und Mai ganz unter naturwissenschaftlichen Themen. Für besonders neugierige und wissenshungrige Kinder bietet die Stadtteilbücherei Ost in einem kleinen „Forschungslabor“ spannende Experimente zum Mitmachen an. Die Stadtteilbücherei Nord lädt Kinder ab

7 Jahren zu einem Löt-Workshop ein und in der Stadtteilbücherei Candis kommt der 3D-Drucker zum Einsatz.

Seinen großen Abschluss findet der MINT-Frühling schließlich mit der 4-wöchigen Sonderausstellung „MINT-gemacht!“ in der Stadtbücherei am Haidplatz: Wöchentlich wechselnde Mitmach-Stationen in der Kinderbücherei laden kleine (und große) Forscher dazu ein, den eigenen Entdeckerdrang voll auszuleben und so verschiedene Bereiche aus der MINT-Themenwelt alltagsnah selbst zu erleben.

Passend zur jeweiligen Mitmach-Station tauchen die Kinder jeden Freitag im Mai bei der Aktion „MINT-gelesen!“ mit einem spannenden Buch in die Welt der Naturwissenschaften ein. Anschließend wird gemeinsam ein einfaches Experiment durchgeführt.



INFOS UND ANMELDUNG

Stadtbücherei Regensburg

Telefon: 0941/507-2470

E-Mail: veranstaltungen.stadtbuecherei@regensburg.de oder am jeweiligen Veranstaltungsort

www.regensburg.de/stadtbuecherei



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
 @ selmair.spielzeug

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

„MINT-MACHEN“ FÜR KINDER UND (GROSS-)ELTERN MIT DER VOLKSHOCHSCHULE IN DEN OSTERFERIEN

Wie lässt man einen Roboter fahren? Was „kann“ ein Ei? Wie entstehen Farben und Bilder im Auge? Wie bekommt man ein Muster ins Holz und wie analysiert man Inhaltsstoffe? Diesen und vielen Fragen mehr können Kinder zusammen mit ihren (Groß-)Eltern im Osterferien-Angebot der Volkshochschule auf den Grund gehen.

Ob 3D-Druck mit Tinkercad, Programmieren eines Calliope mini, Physik- und Chemie-Experimente, CNC-Fräsen, Löten, manueller Siebdruck oder Programmieren einer Schaltung – bei den zahlreichen Kursen mit freundlicher Unterstützung durch MINT-Labs Regensburg e.V. und der OTH Regensburg können sie gemeinsam eine tolle Zeit beim Tüfteln, Ausprobieren und Werkeln verbringen und aus der Welt der Naturwissenschaft und Technik viel Neues erfahren und verstehen. So werden die Ferien garantiert nicht langweilig!

Vorkenntnisse muss man nicht mitbringen, lediglich eine Menge Neugier und Spaß am Lernen, Entdecken und Forschen.



© STEFAN EFFEHAUSER

INFOS UND ANMELDUNG

Volkshochschule der Stadt Regensburg
 Telefon: 0941/507-2433
 E-Mail: service.vhs@regensburg.de
www.vhs-regensburg.de

 <p>ZAHNÄRZTE AM ARNULFPLATZ DR. OBERMEIER DR. HOCHSCHAU</p> <p>Biologische Zahnmedizin</p> <p>Wir bieten Ihnen das gesamte Spektrum der Zahnmedizin und auf Wunsch auch in Ergänzung mit Naturheilkunde und ganzheitlichen Konzepten.</p> <p>Wir suchen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Zahnmedizinische Fachangestellte (m/w/d) ■ Auszubildende (m/w/d) ■ Formlos bewerben unter: jobs@zahnarzte-arnulfplatz.de 	<p>ZA Hans Georg Herrmann, Dr. Alexandra Obermeier, Dr. Thomas Hochschau</p>  <p>93047 Regensburg Ludwigstraße 8 Telefon 09 41 - 59 58 20 Mail: praxis@zahnarzte-arnulfplatz.de www.zahnarzte-arnulfplatz.de Öffnungszeiten: Mo: 8-17 Uhr, Di,Do: 8-18 Uhr, Mi, Fr. 8-13 Uhr</p> 	<p>Moderne Zahnheilkunde</p> <ul style="list-style-type: none"> - abdruckfreies Arbeiten durch Intraoralscanner - Cerec CAD/CAM Technologie: Inlays, Kronen, Brücken aus Vollkeramik in einer Sitzung möglich - Digitales Röntgen für geringere Strahlenbelastung - Ästhetik: Bleaching, Aligner und Veneers - Laser und Ozontherapie - hochwertiger Zahnersatz und Implantatversorgung <p>Ganzheitliche Zahnmedizin</p> <ul style="list-style-type: none"> - Störfeldsanierung - Niko/FDOK - Amalgamsanierung und Ausleitung - Austesten von Unverträglichkeiten - BIO-PZR mit rein natürlichen Präparaten - Metallfreier Zahnersatz - Bioverträgliche Füllungsmaterialien - unterstützende Anwendung von Naturheilkundliche Verfahren
--	--	--

Mutter & Sohn



KLEINE ZEITUNG

BUNTES KERZENLICHT



EIN TIPP AUS DER KRABELSTUBE FIDELGASSE

WAS WIRD GEBRAUCHT?

- Glas mit Schraubdeckel
- Klebestift
- Pinsel
- Glitzerfarbe
- elektrisches Teelicht

SO WIRD'S GEMACHT:

Das Glas auf der Innenseite mit Kleber einpinseln. Glitzerfarbe auf die klebrigen Flächen verteilen und trocknen lassen. Teelicht in den Deckel stellen und das bunte Glas zuschrauben.



KLEINE PUPPEN GEGEN GROSSE SORGEN

EIN TIPP AUS DER KRABELSTUBE FIDELGASSE

WAS SIND SORGENPÜPPCHEN?

Erzählungen zufolge muss man den kleinen Püppchen nur abends vor dem Schlafengehen seine Sorgen erzählen, danach legt man sie unter das Kopfkissen und am nächsten Morgen sind die Sorgen viel kleiner oder sogar ganz verschwunden. Wie die Sorgenpüppchen das machen, bleibt ihr Geheimnis. Je nach Alter und Fähigkeiten des Kindes können eigene Sorgenpüppchen gestaltet werden. Die Fotos dienen als Anregung.



DER LÖWE



EINE FANTASIEREISE

Pssst, ganz leise, seid ganz still,
weil der Löwe schlafen will.

**DEN FINGER AUF DIE LIPPEN LEGEN
UND „PSSST!“ MACHEN**

Ein zweiter Löwe schlummert auch,
liegt auf seinem Löwenbauch.

**BEIDE HÄNDE ZU EINEM MAUL FORMEN UND
AUF DEN TISCH ODER DIE OBERSCHENKEL LEGEN**

Da, ein Lärm, die Löwen gähnen,
schütteln ihre Löwenmähnen.

DIE BEIDEN HÄNDE ÖFFNEN UND SCHÜTTELN

Brüllen laut „Roarrrr!“ und „Zisch!“,
fauchen laut und fürchterlich.

DIE HÄNDE HOCH HALTEN, NACH WUNSCH DAZU FAUCHEN

Liebe Löwen, haltet Ruh,
macht nur schnell die Augen zu.

**DIE HÄNDE WIEDER ABLEGEN
UND ZUM MAUL SCHLIESSEN,
SCHNARCHGERÄUSCHE MACHEN**



NORA TESTET MIT FLORA

MOSQUITO

ZU IHREM LETZTEN GEBURTSTAG BEKAM NORA VON IHRER FREUNDIN FLORA „MOSQUITO“ GESCHENKT UND DA WAREN WIR GLEICH ALLE IN HELLER AUFGREGUNG: IM GEGENSATZ ZUM (VERMUTLICH) GROSSTEIL ALLER ANDEREN HAUSHALTE FINDEN WIR STECHMÜCKEN TOTAL SPANNEND (MAMA UND PAPA SIND ENTOMOLOGEN, DAS SIND DIE BIOLOGEN, DIE SICH MIT INSEKTEN BESCHÄFTIGEN) UND FREUEN UNS IMMER SEHR, WENN UNS EIN BISLANG UNBEKANNTES EXEMPLAR IN DIE HÄNDE FÄLLT. WIR WOLLTEN SELBSTVERSTÄNDLICH SOFORT WISSEN, WIE DAS SPIEL FUNKTIONIERT. FLORA WAR SO NETT UND ZEIGTE ES UNS – SIE HAT ES NÄMLICH AUCH (DREIMAL DÜRFTE IHR RATEN, WAS IHR PAPA VON BERUF IST).

» WORUM GEHT ES?

Im Karton fanden wir eine Mücke, vier sehr niedliche Bienen, einen Apfel und eine Blume. Außerdem Spielkarten mit Mücken, Bienen oder Äpfeln drauf und Marienkäferchips. Die Spielkarten werden in gleichmäßigen Stapeln an die Mitspieler:innen verteilt, außerdem kriegt jede:r eine Biene und einen Chip. Mücke, Blume und Apfel werden in die Mitte gelegt. Und dann geht es los: alle drehen gleichzeitig eine Karte vom eigenen Stapel um. Werden mindestens zwei gleiche Symbole aufgedeckt, dann hat das folgende Konsequenzen: erscheinen zwei Äpfel, müssen alle so schnell wie möglich den Apfel schnappen. Zeigen sich Bienen, muss die eigene ruckzuck auf die Blume gesetzt werden und das Beste passiert natürlich, wenn die Mücke zweimal aufgedeckt wird: in dem Fall darf sie mit der Hand geklatscht werden (die Spielfigur ist sehr robust und hält das gut aus). Wer die Handlung am schnellsten und



korrekt ausgeführt hat, bekommt einen Marienkäferchip; bei einem Patzer muss leider ein Chip abgegeben werden. Das Spiel endet sobald die Kartenstapel verbraucht sind und gewonnen hat natürlich, wer die meisten Marienkäferchips besitzt.

» Und Nora und Floras Fazit?

„Am liebsten hauen wir auf die Mücke ... und die Biene ist sooooo süß.“



MOSQUITO

MOSQUITO VON DJECO IST GEEIGNET FÜR 2-4 SPIELER AB 5 JAHREN. EINE SPIELRUNDE DAUERT CA. 10 MINUTEN UND SCHULT BEOBSACHTUNG UND SCHNELLIGKEIT. NEU KOSTET MOSQUITO ETWA 25 €, GEBRAUCHT ZWISCHEN 8 € UND 10 €.



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**

ELTERN-KIND- TURNEN MIT PARKOUR

Neu in Regensburg

Entdecke mit deinem Kind die Welt neu!



Kids von
2 bis 7 Jahre



Funsport-Halle Regensburg
Lilienthalstraße 4, 93049 Regensburg



Infos & Termine

www.adventure-movements.de/eltern-kind-turnen

WIR ♥ REGENSBURG

VON ULRIKE OSTENRIED

Wir sehen Fotos vom Dom und der Porta Praetoria und wissen sofort: das ist Regensburg. Es gibt jedoch ein paar Ecken in der Stadt, die erkennen wir nicht sofort.

WIE IM MÄRCHENWALD

Auf der Nordseite des RT-Bads führt ein schmaler, geschwungener Weg durch prächtige Bäume. Die mächtigen Pappelstämme haben eine verwegene Musterung in der Rinde und bestechen durch ihren geheimnisvollen Charme. Das Licht fällt je nach Jahreszeit betörend anders aus.

Zugang vom Spielplatz Inseelpark auf dem Oberen Wöhrd Richtung Schwimmbad den Weg am Wasser entlang nehmen oder vom Pfaffensteiner Steg Richtung Westen am Ufer entlang.

WIE IN GRIECHENLAND

Hier kommt sofort Urlaubsstimmung auf – romanisch runde Bögen, hübsch gepflasterter Boden, rustikale Steinmauer. Eine wirkungsvolle Alternative für ein Foto aus Regensburg. Zugang vom Parkplatz Obermünsterplatz an der östlichen Seite über die Zufahrt, das Prachtstück befindet sich an der rechten Seite.

WIE AM DEICH

Dass Leo von Klenze jemals an der Nordsee war, kann hier nicht bestätigt werden, aber die Brücke, die seinen Namen trägt, bietet nun eine ungewöhnliche Perspektive. Im Dörnberg-Viertel nehmen wir den Fußweg direkt hinter der Lärmschutzwand Richtung Klenzebrücke. Wer es schafft, an den Spielplätzen vorbeizukommen, stoppt direkt vor dem Brückenwall und schickt die Fototruppe nach oben auf den „Deich“ – bitte mit einer erwachsene Person.



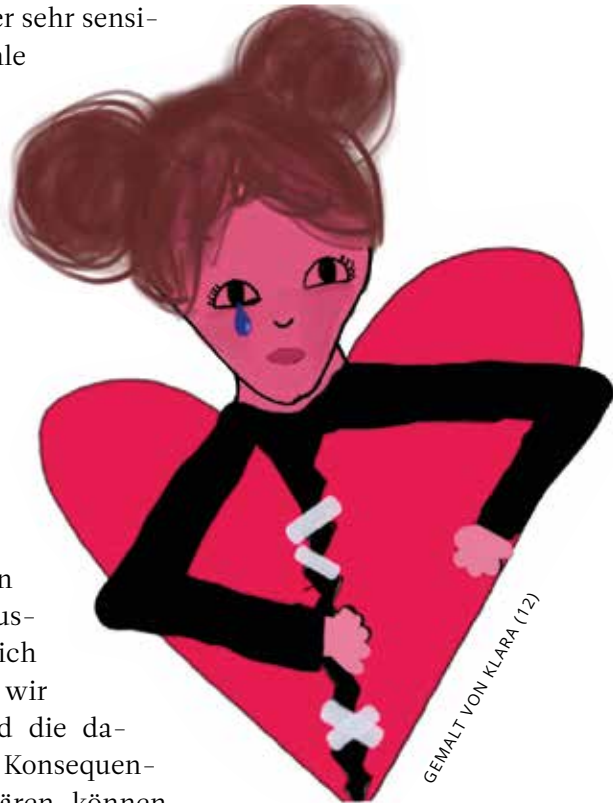
GEHT DAS NUR UNS SO?

Eltern fragen - Experten antworten

TRENNUNG: WIE SAG' ICH ES MEINEM KIND UND WAS TUT IHM JETZT GUT?

Nach einer sehr schwierigen Phase haben mein Partner und ich entschieden, dass wir uns trennen werden. Wir wollen und können nicht mehr miteinander leben. Wir haben einen 4,5 Jahre alten Sohn, der sehr sensibel ist. Zu seinem Wohle haben wir uns vorgenommen, trotz der vielen Konflikte und Streits in letzter Zeit in Sachen Erziehung fair und konstruktiv miteinander umzugehen. Durch die Trennung wird sich in nächster Zeit natürlich viel für unseren Sohn ändern. Sobald er eine Wohnung gefunden hat, wird sein Vater ausziehen. Jetzt mache ich mir Gedanken, wie wir ihm die Trennung und die daraus entstehenden Konsequenzen altersgerecht erklären können.

Was ist für meinen Sohn in dieser sensiblen Zeit besonders wichtig und wie kann ich ihm den Übergang leichter machen?



GEMALT VON KLARA (12)



NICOLA BOCK
Dipl.-Psychologin, Psychologische Beratungsstelle Diakonie Regensburg

Es ist gut und wichtig, dass Sie Ihren Sohn im Blick behalten. Sagen Sie ihm, dass er keine Schuld hat. Auch für ihn ist eine Trennung ein schlimmes Ereignis, und es ist völlig normal, dass er darauf z.B. mit Wut und Trauer reagieren wird.

Wenn die Trennung von den Eltern beschlossen ist, sollten sie es dem Kind möglichst früh sagen, da die Kinder die Spannungen spüren und sie auf sich beziehen. Erklären Sie, was sich konkret in der Lebenssituation verändert. Das Kind braucht keine Gründe für die Trennung, weil es sonst in einen Loyalitätskonflikt gerät, d. h. das Gefühl bekommt, für einen Elternteil Partei ergreifen zu müssen.

Mit 4,5 Jahren muss das Kind wissen, dass es Mamazeit und Papazeit gibt und es beide Eltern weiter liebhaben darf. Um Verlust- und Trennungssängsten vorzubeugen, braucht das Kind altersrelevante Informationen, zum Beispiel wann es den anderen Elternteil wieder sieht oder ob es das Kuschtier zum anderen Elternteil mitnehmen darf.

Gerade in dieser schwierigen Zeit brauchen Kinder Rituale und klare Grenzen, um Sicherheit und Orientierung zu haben.



HEIDI ZORZI
Diplom-Psychologin und Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin

Die beste Rahmenbedingung für Kinder, deren Eltern sich trennen, ist schon mal Ihrer beider Vorsatz, in Sachen Erziehung fair und konstruktiv miteinander umzugehen. Selbst wenn die Umsetzung im Alltag immer mal wieder auf die eine oder andere Probe gestellt werden wird, haben Sie sich beide vorgenommen, Partner- und Elternebene auseinanderzuhalten. In regelmäßigen Elterngesprächen unter vier Augen können sie drüber sprechen, zu welchen Gelegenheiten Ihnen das schon gut gelingt und wo noch Luft nach oben ist. Nicht als Vorwurf formuliert („Du...“), sondern als Ich-Botschaft. Dass Sie Ihren Sohn als sehr sensibel beschreiben, zeigt mir, dass sie seine Gefühle, welche auch immer, ernst nehmen und respektieren. Und so sollen sie es auch in der Trennungssituation wei-

terhalten. Kein Kind freut sich, wenn ihm die Elternteile sagen, dass eine/r der beiden in eine andere Wohnung ziehen wird. Er wird – zurecht – emotional reagieren und Sie werden seine Gefühlsäußerungen benennen, zu verstehen versuchen, beruhigen und trösten. Und vor allem versichern, dass beide Elternteile weiter für ihn da sind, auch wenn sie beschließen, besser nicht mehr zusammen zu wohnen. Sie erzählen Ihrem Sohn, dass er auch in der neuen Wohnung des Vaters einen gemütlichen Platz haben wird und immer, wenn er möchte, den anderen Elternteil anrufen oder besuchen darf, wenn das gerade möglich ist. Kindergartenkinder haben vielleicht schon mitbekommen, dass auch andere Kinder in der Gruppe getrennte Eltern haben. Das erleichtert das Hineinwachsen in den neuen Familienmodus meist beträchtlich. Hilfreich ist auch, wenn die bisherige Alltagsnormalität (gleicher Kindergarten, Kontakt zu den Großeltern etc.) so umfassend wie möglich erhalten bleiben kann.

Die Trennung der Eltern stellt, wenn sie trotz schwerelnder oder auch ausgeprägter Partnerkonflikte (Kinder spüren solche

Schwingungen schon sehr früh, ohne Worte dafür zu haben) auf der Elternebene feinfühlig begleitet wird, kein Trauma für die Kinder dar, nur eine Herausforderung, an der sie bestenfalls auch wachsen können.

Traumafolgestörungen entwickeln betroffene Kinder nur dann, wenn sich Mutter und Vater im Beisein des Kindes negativ über den/ die jeweils andere/n äußern, wenn sie aus erlittenen Kränkungen und alten Wunden heraus nicht ertragen können, dass sich ihr Kind beim jeweils anderen wohl fühlt, ihn/sie liebt, vermisst, sich auf sie/ihn freut.

Hier heißt es, die eigenen „unterirdischen“ Gefühle (wie Eifersucht, Verlustangst, Wut etc.) selbst oder

im Gespräch mit vertrauten Dritten zu verstoffwechseln, sie nicht in Handlungen umzusetzen (z.B. aus Rache Besuchszeiten kürzen, verletzende Mails schreiben etc.) und die Loyalität des Kindes zum anderen Elternteil immer zu würdigen und zu begrüßen. Das ist freilich nicht immer leicht, aber so wichtig, dass es sich lohnt, als Erwachsene daran zu arbeiten. In meiner Praxis habe ich leider oft die psychischen Folgen für die betroffenen Kinder aus hochstrittigen Trennungsverläufen der Eltern erlebt. Selbst als Therapeutin bewegt man sich, wie das Kind selbst, in den Elterngesprächen auf sehr dünnem Eis. Kinder wie Helfer geraten sehr schnell in Loyalitätskonflikte, wenn

sich zwischen den Eltern im Laufe der Trennungszeit ein Minenfeld gebildet hat. Eltern, die ihren Kindern das ersparen können und es vielleicht sogar schaffen, zu wichtigen Festen wie Geburtstagen, Kommunion oder Konfirmation und später Hochzeiten und Taufen zwar getrennt, aber den Kindern zuliebe zeitgleich erscheinen können, haben den Kindern die Herausforderung der Trennungszeit wesentlich erleichtert.

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

**ZEITUNG@REGENSBURGER-
ELTERN.DE**

Theater für Kinder & Familien

PROGRAMM MÄRZ & APRIL

RICO, OSKAR UND DIE TIEFERSCHATTEN (8+)

Figurentheater

nach Andreas Steinhöfel

Junges Theater

17., 20.*, 24.*, 27.*, 30.3.* | 1., 3., 7.4.2024*

* Autogrammstunde im Anschluss

8€ | erm. 5€

HELLO STRANGER (12+)

Tanztheater von Wagner Moreira

Junges Theater

20.4.2024 | 8€ | erm. 5€

DIE RÜCKKEHR VON PETER PAN (10+)

Familien-Musical von

Stephen Keeling & Shaun McKenna

9.4.2024

schriftlich vorbestellen für: 4., 9.6.2024

8-41€ | erm. 10€

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

T Theater **R**
Regensburg

23
Identitäten
24





1-2-3-PINGUIN

Ein Kinderbuch über Eltern, die so und so sein können

EIN BUCHTIPP VON EVI EIBERGER

Eine befreundete Autorin hat kürzlich ein Kinderbuch veröffentlicht, das mich sehr beeindruckt. Die Illustrationen von Petra Weißbecher sind wunderschön und detailverliebt gestaltet. Besonders bemerkenswert ist, wie kreativ und spielerisch ein vermeintlich ernstes Thema erzählt wird.

DARUM GEHT ES

1-2-3-Pinguin erzählt die Geschichte von Nele, deren Eltern getrennt leben. Das war schon immer so, sie kennt es nicht anders. Im Kindergarten wird Nele durch ihre Freunde Ben und Pauli mit anderen Familienkonstellationen konfrontiert. Und sie stellt fest, dass jede Mama und jeder Papa so seine Besonderheiten hat: Der eine bringt sein Kind Huckepack, die andere kommt mit dem Rad und ist oft zu spät. Als Nele ihre Mama fragt,

warum das so ist, sagt diese, dass Eltern eben so und so sein können.

Humorvoll und spielerisch greift die Autorin Agnes Gerstenberg damit das Thema Scheidung/Trennung auf, das in Kinderbüchern oft problematisiert wird, und verzichtet darauf, bestimmte Familienkonstellationen, etwa gleichgeschlechtliche Eltern, auszustellen. Denn im Zentrum der Geschichte steht ein Spiel, das Nele von Papa hat, den sie nur am Wochenende sieht. Durch 1-2-3-Pinguin verwandeln sich im Kindergarten alle in ihr Lieblingstier – zur großen Überraschung der Eltern, die ihre Kinder abholen kommen.

Auf die Frage, warum ihr Papa nicht immer da ist, antwortet Neles Mama mit einem Vergleich: Bei den Königspinguingen brüten die Eltern ihre Babys gemeinsam aus und küm-

mern sich auch gleichberechtigt um Futter, wenn die Jungen in den Pinguin-Kinder- garten gehen. Neles Papa ist nur etwas öfter auf Futtersuche. Aber er hat sie genauso lieb wie Mama sie hat. Die Illustrationen von Petra Weißbecher mit liebevollen Details laden zum Entdecken ein und das Spiel 1-2-3-Pinguin fordert Groß und Klein zum Ausprobieren auf: Welches Tier wärst du gern und warum? Als ich Agnes fragte, was sie dazu bewegt hat, das Buch zu schreiben und zu veröffent- lichen, erklärte sie mir Folgendes:

„Ich wurde mal von einer Mama um Rat ge- beten, die getrennt vom Vater ihres Sohnes lebt, ob ich nicht ein Buch kennen würde, dass das Thema sensibel aufgreift. Sie würde die Situation so gern ihrem Kind erklären, das mit vier Jahren anfängt, Fragen zu stel- len. Alles, was sie dazu fände, wären solche Bücher, die die Situation problematisieren, weil in der jeweiligen Geschichte das Kind die Trennung der Eltern durchlebt. Bei ihr sei es aber so, dass ihr Sohn es gar nicht an- ders kenne. Ich war überzeugt davon, dass sie nicht richtig recherchiert haben musste.

Mag ja sein, dass auch ich nicht gründlich genug recherchiert hatte, aber ich fand auch nichts. Das schockierte mich ehrlich gesagt. Ich fing an, zu schreiben und bat eine be- freundete Illustratorin, meine Geschichte zu lesen. Und als Petra Weißbecher die ersten Bilder von Nele, ihrem Papa und den Pingui- nen zu Papier brachte, war mir sofort klar, dass das Buch erscheinen muss.“

1-2-3-PINGUIN

ein Kinderbuch über Eltern, die so und so sein können von Agnes Gerstenberg (Text) & Petra Weißbecher (Illustration) für Kinder zwischen Kindergarten und Schule (4-6 Jahre)
Booklet, 32 Farb-Seiten
ISBN-13: 9783758307249
Verlag: Books on Demand 2023
9,99 €
Autorenfreundlich kaufen über den Shop der Autorenwelt.de



BIO
DONAUMARKT
REGENSBURG

Freitag ist Markttag

Obst | Gemüse

Käse | Brot

Wurst | Fleisch

Feinkost

Streetfood

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

WIE LÄUFT DAS BEI EUCH? FAMILIEN BERICHTEN ...

Wie feiert Ihr Ostern und was sind Eure besten Verstecke für die Osternester?



MATHILDA, ANNALENA UND PHILIPP

Unsere Ostertradition mit Mathilda wird sich erst noch entwickeln, wird aber sicher wie in den Jahren zuvor, als wir noch keine Eltern waren, immer im Kreis der Familie gefeiert werden. Gemeinsam mit Mathildas Cousine, die anderthalb Jahre älter ist, haben wir im vergangenen Jahr das Ostereier-Anmalen und -Verstecken erfolgreich geprobt und rechnen fest damit, dass dieses Jahr auch unsere Mathilda bei der Suche gehörig mitmischen wird. Ansonsten soll sich Ostern rund um das Thema Essen drehen, zum Beispiel ein groß angelegtes Frühstück am Ostersonntag und ein noch größeres Abendessen als krönendes Highlight.

Aber wir freuen uns darauf, in unserer neuen, kleinen Familie Ostern neu zu entdecken und sind gespannt, welche Traditionen sich in zehn oder zwanzig Jahren etabliert haben werden.



DANIEL REGER, ERZIEHER KRABELSTUBE ALTMANNSTRASSE

Seit unserem Umzug nach Riegling sind wir in der schönen Situation, einen großen Garten zu haben. Da hat der Osterhase viel Platz und Möglichkeiten die Nester zu verstecken. Wir legen immer eine gelbe Rübe vor die Haustüre und wenn diese angeknabbert ist, wissen unsere Mädels, dass der Osterhase im Garten war. Dann ist die große Nestsuche eröffnet.

Aus pädagogischer Sicht empfiehlt es sich, die Nester nicht an zu schwer zu findenden Stellen zu verstecken. Die Osterfreude schlägt sehr schnell ins Gegenteil um, wenn sie länger nicht zu finden sind. Ähnlich verhält es sich, wenn ein Geschwister das Nest deutlich vor dem Anderen findet. Dann müssen alle mithelfen. Gute Versteckmöglichkeiten gibt es bei „Pumuckel“.



**MAJA AUS DER
KRABELSTUBE FIDELGASSE**

Ostern feiere ich mit der ganzen Familie bei uns im Garten. Letztes Jahr habe ich mein Osternest nach langem Suchen im Sandkasten gefunden. Hinter einem Busch blitzte ein kleiner Schokoladenhase hervor. Mit meinen Cousinen schmückte ich die Sträucher mit kleinen bunten Ostereiern.



Einfach MI(N)T machen!



**STADT
REGENSBURG**

Mit der Stadtbücherei

Workshops, Experimente, Programmieren
für Kinder und Jugendliche

❖ www.regensburg.de/stadtbuecherei

Mit der Volkshochschule

Workshops für (Groß-)Eltern und (Enkel-)Kinder
in den Osterferien

❖ www.vhs-regensburg.de

MINT-Frühling 2024










Fehlgeburten? Klar, die kommen vor. Aber doch eher in den Statistiken und nicht im eigenen Leben. Das denken zumindest viele Frauen, denn Fehlgeburten, Unfruchtbarkeit und andere Schicksalsschläge rund ums Kinderkriegen sind immer noch Tabuthemen. Dabei betreffen sie tatsächlich: „*Jede 3. Frau*“. In ihrem Buch lässt *Natascha Sagorski* 24 Frauen und einen Mann zu Wort kommen, die keine Bilderbuchschwangerschaften hinter sich haben und dennoch nicht aufgegeben haben. Ihre Geschichten zeigen, dass niemand mit seinem Schicksal allein sein muss. Eine Podcast-Folge von „*Zack! Familie!*“ zum Thema kommt bald.

Noch bis zum 17.3.24 finden in Regensburg und Kelheim im Rahmen von „*Regensburg liest ein Buch*“ Lesungen, Workshops, Wohnzimmergespräche und Filmvorführungen rund um das Buch „*Titos Brille*“ der Autorin, Schauspielerin und Regisseurin Adriana Altaras statt. Unter anderem eine Wörterwerkstatt zum Thema „*Flucht*“ für Kinder ab 4 Jahren sowie Führungen durch die Jüdische Synagoge und eine Ausstellung zum Foto-Wettbewerb „*Generationen*“ in der Stadtteilbücherei am Haidplatz.



© STADTBÜCHEREI REGENSBURG



Die *Zahlenbausteine SumBlox* aus der Montessori-Pädagogik stellen in Ziffernform immer genau ihren Zahlenwert in Größe dar. Somit erkennt man durch Stapeln ganz schnell, dass $2 + 2 = 4$ ist, weil die Steine 2 und 2 aufeinander genauso hoch wie der Stein 4 sind. Toll!

Erst wartet man darauf und malt sich aus, wie toll das wird, wenn das Kind sich selbst vorlesen kann und somit unendlich viele Geschichten und Welten erkunden wird. Und dann, irgendwann, kommt der Moment – und dann ist nichts mehr sicher ...





Im *Kunstforum Ostdeutsche Galerie* im Stadtpark kommen Kinder bis 12 Jahren kostenfrei mit ins Museum. Besonders toll: Eltern mit Kleinkindern, die den Besuch spontan abbrechen müssen, melden sich an der Kasse: Ihr Ticket ist dann an einem anderen Tag wieder gültig! Wenn ich das mal gewusst hätte, als ich mit Baby daheim nach ästhetischen Erfahrungen außerhalb der eigenen vier Wände lechzte – dann hätte ich bestimmt damals schon vor *August Brömses* „Selbstporträt mit Ehering“ gestaunt. Es gibt übrigens auch Mitmachführungen für Familien, Workshops für Kinder und vieles mehr. So wünschen wir uns Museum!

© KUNSTFORUM OSTDEUTSCHE GALERIE

Wir gehen auf die Straße und zeigen, dass wir für Demokratie, für Menschenrechte, Vielfalt, Gleichheit und Freiheit und gegen rechts sind; unsere Kinder sind dabei. Und spätestens da sind sie dann, die Fragen:

Warum gehen wir da hin? Was heißt „Demokratie“? Warum ist das wichtig? Warum sehen das andere anders?

Die *Buchreihe* „Was ist was“ kannte ich bisher vor allem zu Themen wie Dinosaurier, Weltall, Tiere oder Züge und Fahrzeuge. Von dieser *Broschüre* „Demokratie“ bin ich echt überzeugt. Sie hilft beim Beantworten der (Kinder-)Fragen, beim Argumentieren überhaupt und zeigt, warum wir unbedingt weiterhin auf die Straße gehen sollten. Ein Satz trifft mich besonders: Demokratie ist das, was wir draus machen.



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

OMAS BESTE KLIMA REZEPTE

*Old School: Was Du heute kannst besorgen,
das verschiebe nicht auf morgen.*

VON CORNELIA WABRA

Neulich sollte ich abends auf meine jüngste Enkeltochter aufpassen, die Eltern wollten Essen gehen.

Es war Samstagabend im Dezember, kalt, neblig, etwas rutschig. Wir hatten an diesem Tag einen Infostand der Omas for Future in der Innenstadt, ich war nach fünf Stunden draußen gut durchgefroren. Darum dachte ich mir, nimmst Du mal das Auto, nachher ist es dunkel und der Bus fährt so spätabends dort nimmer.

Weit bin ich nicht gekommen. Ab der Einmündung in die Wöhrdstraße bin ich gestanden – eine Auto- und Busschlange ohne Ende. Irgendwann gab's eine Lücke, dann bin ich über den Dachauplatz, die D. Martin Luther Straße, vorbei am Bahnhof und an den Arcaden – nur gestanden, in der Schlange der Autos, die versuchten, in den Parkhäusern am Dachauplatz, am Petersweg, in den Arkaden einen Platz zu ergattern. Eine Stunde später bin ich im inneren Westen gerade noch rechtzeitig zum Kindersitten angekommen. Ich hatte nicht bedacht: alle wollten zu den diversen Christkindlmärkten. Jeder in seinem Auto, allein, zu zweien, ab und zu habe ich volle Autos beobachtet. An den folgenden Wochenenden freitags, samstags, sonntags war es genauso.

Ja, ich habe aus Bequemlichkeit an dem Tag auch das Auto genommen. Ja, ich freue mich über Leben in der Altstadt. Ja, den Geschäften



und Händlern soll es gut gehen, ich bin konsequente Altstadt-einkäuferin. Aber warum den Verkehr hier rein ziehen? Ich kaufe gerne ohne Autos um mich rum ein und kenne viele Städte in Deutschland, die das konsequenter umsetzen als Regensburg.

Park an Ride Angebote gibt es, in den Landkreis verkehren Bus und Bahn (ich weiß auch, das ist ausbaufähig) – warum wird das nicht günstig angeboten und bekannt gemacht? Warum nutzen die Leute es nicht? Ich freue mich ehrlich gesagt auf die Zeit, wenn die Stadtbahn fährt. Sie ist wirklich attraktiv, leicht zu nutzen, schnell unterwegs, bequem und umweltfreundlich. Und hoffe, dass ich als jetzt 70-jährige das noch ein bisschen erleben darf. 10 Buslinien fahren aktuell wochentags im fünf-Minuten-Takt durch die Wöhrdstraße, dazu der Individualverkehr zur Altstadt, damit wäre dann Schluss. Anlieger, Radfahrer*innen, Stadtbahn teilen sich eine begrünte Straße.

Es ist wichtig, jetzt anzufangen. „Morgen, morgen nur nicht heute, sagen alle faulen Leute“. Auch Old School. Ich hab den Spruch als Kind gehasst. Aber in Zeiten des Klimawandels ist sofortiges Handeln absolut notwendig und sinnvoll.

Fakt ist: Wir sind mit der Umsetzung der Klimaziele massiv im Verzug, überall und auch in Regensburg. Der Zwischenbericht 2022 der hiesigen Energieagentur (siehe MZ vom

25.01.2024) zeigt dies deutlich. Was tun: wir müssen realistisch sein und abspecken, so sagen einige in der Rathauskoalition.

Und selbst wenn alle Leute mit E-Autos fahren, der Strom dafür muss erst mal mit erneuerbaren Quellen erzeugt werden und der Reifenabrieb beeinträchtigt massiv unsere Gesundheit (siehe Eckart von Hirschhausen, SZ vom 30.12.2023).

„Aufgeschoben ist aufgehoben“ – so weit darf es nicht kommen. Wir können und müssen jetzt und heute anfangen und der Verkehr, unsere Mobilität ist ein wichtiger Baustein. Also keine neuen Straßen und Brücken für Autoverkehr in der Stadt, autofreie Zonen ausdehnen und Lieferservice mit Lastenrad für Einkäufe einrichten, Versiegelungen zurückbauen, mehr Grün und Wasser in die Stadt, ÖPNV und Radfahren stärken – sofort, Parkhäuser an den Stadtrand, die Planung zu Stadtbahn forcieren. Hört sich so an, dass es Spaß macht, in solch einer Stadt zu leben. Und gesünder für uns ist es auch sofort. Na dann los, nichts hält uns ab.



**Wir suchen
KINDERPFLEGER (m/w/d),
ERZIEHER (m/w/d),
HEILERZIEHUNGS-
PFLEGER (m/w/d)
mit pädagogischer Ausbildung
in Teil- und Vollzeit, ab sofort
oder später.**

Nähere Informationen unter:

www.waldorfkindergarten-regensburg.de
info@waldorfkindergarten-regensburg.de
Heuweg 15, 93055 Regensburg-Burgweinting

1. MÄRZ 2024

Globaler Klimastreiktag
auch in Regensburg mit einer
Radldemo am Nachmittag

KONTAKT

Wir Omas und Opas for Future
Regensburg treffen uns jeden
1. Dienstag im Monat um 17:00 Uhr
im M26 – einfach vorbei kommen
und uns kennenlernen.

Opas und Omas for Future
Regensburg –
Cornelia Wabra, 0176/62 39 83 16
regensburg@omasforfuture.de –
[www.omasforfuture.de/
regionalgruppen/regensburg](http://www.omasforfuture.de/regionalgruppen/regensburg)

ZACK!

FAMILIE!

Die Podcasterinnen im Gespräch



ELTERNZEITUNG



Was Eltern umtreibt und Menschen, die Kinder mögen

Mädchenrealschule Niedermünster *mehr als nur eine Schule*



TAG DER OFFENEN TÜR

8. März 2024

- 14:30 - 16:45 Uhr im Schulhaus, Alter Kornmarkt 5
- 17:00 Uhr Infoveranstaltung, Sporthalle am
Donaumarkt, Gichtlgasse 1

Voranmeldungen sind möglich ab 08.01.2024

www.niedermuenster.de





SONJA UND DIE ENT-SCHEIDUNGSMÜTZE

Måns Gahrton
 Carlsen Verlag GmbH
 (4-8 Jahre)

Sonjas Eltern sind seit Kurzem getrennt. Nun hat sie ein Zuhause bei Mama und eines bei Papa. Eines Tages gibt ihr Papa eine Mütze, die Mama mal für ihn gestrickt hat. Sonja liebt diese Mütze, trägt sie gern, doch Mama kauft ihr lieber eine Neue. Aber bald gefallen ihr beide Mützen nicht mehr und sie wird traurig, weiß nicht, welches die richtige Entscheidung wäre.

Die Trennung der Eltern ist für jedes Kind ein einschneidender Lebensabschnitt. In dieser Geschichte wird erzählt, wie es sich für Sonja in der neuen Familienkonstellation anfühlt, wie sie mit den Elternteilen und diese mit ihr darüber sprechen können.

Ein berührendes Bilderbuch zur schwierigen Lebenssituation während einer Trennung der Eltern und darüber, wie Sonja ihren Platz darin findet.



DIE SEHNSUCHT DES KLEINEN ORANGE + DAS KLEINE KUNTERBUNT

Judith Zacharias-Hellwig
 Papierfresserchens MTM-VE
 (ab 3 Jahren)

Das kleine Orange ist ein fröhliches Kind, es fühlt sich geborgen bei Mama und Papa. Doch alles ändert sich, als ihm seine Mutter eines Abends erklärt, dass Papa bald alleine in eine andere Wohnung ziehen wird. Die Eltern wollen sich trennen! Als Papa Gelb ausgezogen ist, ist das kleine Orange so traurig, dass es seine gelbe Farbe verliert und sich rot verfärbt. Papa fehlt ihm einfach. Gemeinsam überlegen sie, was dem Kind helfen könnte, und so freut sich das kleine Orange auf sein erstes Besuchswochenende bei Papa. Doch dort fehlt ihm Mama, und wieder wird ihm ganz weh ums Herz. Kann Papa ihm jetzt helfen?

Das kleine Kunterbunt hat nach der Trennung seiner Eltern zwei Zuhause. Zu Beginn der Geschichte ist es rot wie seine Mutter, gelb wie der Vater und orange, weil Orange die Mischfarbe aus Rot und Gelb ist. Als der Vater des kleinen Kunterbunt Freundin Blau kennen lernt ist es erst etwas komisch für das kleine kunterbunt. Doch dann geschehen wundersame Dinge ...

Empfohlen von



ADRESSEN FAMILIE

ÄMTER/BEHÖRDEN

Amt für Jugend und Familie

- Sozialpädag. Fachdienst, Richard-Wagner-Str. 17, T 507-2512
- Qualifizierte Tagespflege, Domplatz 3, T 507-4514
- Adoptionsvermittlung, Michlstift, Am Singrün 2a, T 507-4515
- Pflegestellenvermittlung, Michlstift, Am Singrün 2a, T 507-4510, 507-1764
- Jugendschutzstelle, Michlstift, Am Singrün 2a, T 507-4760

Amt für Tagesbetreuung von Kindern, Stadt R,
Kastenmaierstrasse 1,
T 507-1522

Kreisjugendamt, Landkreis Regensburg

- Altgemeiner Sozialdienst, T 4009-227
- Qualifizierte Tagespflege, T 4009-491
- Adoptionsvermittlung, T 4009-610
- Pflegestellenvermittlung, T 4009-610

Büro für Chancengleichheit Stadt Regensburg

Von-der-Tann-Str. 1,
T 507-1142

Gleichstellungsstelle

Landratsamt, Altmühlstr. 3,
T 4009-790

LRA Gesundheitsamt

Altmühlstr. 3, T 4009-0

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

BERATUNG STADTEILPROJEKTE

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

Stadtteilprojekt Nord
Ostpreußenstraße 3,
T 4 64 59 43

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

Stadtteilprojekt Ost
Erbprinz-Franz-Joseph-Str. 21,
T 28 09 59 67
Guerickestr. 79 d,
T 507-95155

Spielbus Stadt Regensburg
Guerickestraße 79 d,
T 507-7555

Stadtteilprojekt West

Am Singrün 2a
T 507-7740
Stadtteilprojekt Hohes Kreuz-
Ostenviertel
Vilshofener Str. 14
T 507-7750

GETRENNTERZIEHENDE

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

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

Treffpunkte Alleinerziehende:

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

Selbsthilfegruppe Verwitwet mit Kind T 49292, 26092990

SCHWANGERSCHAFT/ GEBURT

Hebammen Regensburg und Umgebung

- www.hebammensuche.de
- www.hebammensuche.bayern
- www.ammely.de

Stillvereinigung La Leche Liga Deutschland e.V.

Online-Beratung:
lalecheliga.de

Ehrenamtliche Stillberatung:
Peggy Drechsel, Beratshausen, T 09493 9 59 97 94

Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen (AFS)

Ehrenamtliche Stillberatung:
Karin Kronseder,
T 0160 4 73 12 04

pro familia Regensburg

An der Schergengbreite 1
0941 704455
Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen, Beratung für

Erwachsene und jugendliche zu Elternschaft von kleinen Kindern (0-3 Jahre), Sexualität, Sexualität und Behinderung, Partnerschaft, Familienplanung und unerfülltem Kinderwunsch

FRÜHE KINDHEIT

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

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

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

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

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

KINDHEIT

Erziehungsberatungsstellen:

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

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

KRABELSTUBEN

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

Krabbelstuben der Regensburger Eltern e.V.:

- Altmannstr. 2, 93053 Rgbg., T 7057430

- Fidelgasse 9, 93047 Rgbg., T 54301
- Pommernstr. 7, 93057 Rgbg., T 63045797

Integrative Waldorf-Kinderkrippe Heuweg 15, T 791641

Montessori:

- Prüfeninger Schlossstr. 71, T 600924-60
- Prinzenanlagen, Albertstr. 1, T 600924-70

Kindertagespflegestellen:

- Schabernack Fidelgasse 12, T 0941/38 22 70 12
- Schmetterling Welfenweg 16, T 0176/21 75 59 11

Qualifizierte Tagespflege-Vermittlung:

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

KINDERGÄRTEN

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

Stadtparkkindergarten der Regensburger Eltern e.V.

Prüfeninger Str. 16, T 27399

Integrativer Waldorfkindergarten Heuweg 15, T 791641

Waldorfkindergarten der Freien Waldorfschule Regensburg e.V.

Unterlingler Weg 32
93053 Regensburg
T 0941/462964-0
info@waldorfschule-regensburg.de

Montessori-Kinderhaus

Landshuter Str. 17a,
T 600924-50

Montessori-Kinderhaus

Orangerie Prüfeninger
Schlossstr. 71, T 600924-60

Montessori-Kinderhaus

Prinzenanlagen Albertstr. 1,
T 600924-70

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

Kinderhorte regensburg.de

Au-pair-Beratung/ Vermittlung, IN VIA Regensburg e.V.,

Bahnhofstr. 20, T 58612594

BABYSITTERDIENSTE

• babysitterdienst.land-kreis-regensburg.de

**ENTWICKLUNG/
KRANKHEIT**

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

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

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

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

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

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

Epilepsie-Beratung der KJF Wieshuberstr. 4, T 4092685, info@epilepsie-beratung.de

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

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

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

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

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

Hochbegabung Deutsche Gesellschaft für das hochbegabte Kind Regionalverein Bayern Elterngruppe Regensburg regensburg@dghk-bayern.de

SELBSTHILFEGRUPPEN

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

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

Arbeitskreis Eltern diabetischer Kinder T 09404/641457

Arbeitsgemeinschaft Spinabifida-Hydrocephalus-Kinder T 83698

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

SHG für Eltern herzkranker Kinder T 09409/861063

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

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

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

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

**FAMILIENBILDUNG/
ELTERN-KIND-GRUPPEN**

Koordinierungsstelle Familienstützpunkte:

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

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

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

Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis keb-regensburg-land.de

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

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

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

Johanniter-Familienzentrum Königswiesen Dr.-Gessler-Str. 22, T 948713, familienzentrum-koenigswiesen.regensburg@johanniter.de

Johanniter-Familientreff Nord T 6001266, familientreff-nord-regensburg@johanniter.de

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

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

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

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

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

Familienzimmer Pestalozzi Landshuterstraße 63 T 507-5953, 0175/7 33 65 67 familienzimmer.pestalozzi@regensburg.de regensburg.de/leben/familien/kinderbetreuung/kita-einstieg-regensburg-ost

PARTNERSCHAFT

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

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

FRAUEN

Frauengesundheitszentrum Grasgasse 10, T 81644

Frauenhäuser:

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

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

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

Beauftragte der Polizei für Kriminalitätsofper Beauftragte der Polizei für Frauen u. Kinder, Bajuwarenstr. 2c, T 506-1333

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

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

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

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

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

PSYCHISCHE UNTERSTÜTZUNG/KRISEN

„Nummer gegen Kummer“, Kinder- u. Jugendtelefon Mo-Sa 14-20 Uhr T 11 61 11 Elterntelefon Mo-Fr 9-17, Di, Do 9-19 Uhr T 0800 1 11 05 50

ADRESSEN FAMILIE

Kindertrauerbegleitung e.V.
T 20052761, 0176-61863462

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

Sozialpsychiatrischer Dienst der Bayr. Gesellschaft f. psych. Gesundheit, Rote-Hahnen-G. 8, T 599359-10

Krisendienst Oberpfalz
24 Stunden täglich erreichbar, T 0800 6 55 30 00

Beratungsstelle HORIZONT – Hilfe bei Suizidgefahr (Caritas und Diakonisches Werk), Hemauer Str. 8, T 58181

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

SUCHTBERATUNG

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

Fachambulanz für Suchtprobleme Hemauer Str. 10 c,
T 630827-0

JUGEND

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

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

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

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

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

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

waagnis – Beratungsstelle zu Essstörungen Grasgasse 10,
T 5998606

BILDUNG

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

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

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

HASA-Kurs zum Nachholen des erfolgreichen Hauptschulabschlusses Hans-Sachs-Str. 4,
T 2961 171

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

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

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

KULTUR

Musische Früherziehung der Stadt Am Schulberg 1, 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,
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@frauflfleischmann.de

Titel
Pexels/Allan Mas, Jonas (7)

Druck
Schmid & Rotaplan Druck
GmbH, Regensburg

Auflage
3000 Stück, erscheint alle zwei Monate (kostenlos)

Redaktionsschluss
10.04.2024 – für Heft 245,
Mai/Juni 2024



OSTER MARKT

Samstag **16.3.2024**

11-15 Uhr

Naturwarenbasar
Handgefertigte
Dekoration

Café Waldorf
mit Kuchen und
Herzhaftem

Bastelaktionen

Spielwaren
aus Natur-
materialien

Puppenspiel

Wichtelwerkstatt

Büchertisch

Mit Informationen zu
Waldorfschule
und Kindergarten

Ort: Freie Waldorfschule Regensburg
Adresse: Unterislinger Weg 32, 93053 Regensburg
Email: feste-kreis@waldorfschule-regensburg.de
Parken: Bitte nutzen Sie den Parkplatz P2 am Jahnstadion

Veranstalter: Förderverein der Freien Waldorfschule Regensburg e.V.
Alle Einnahmen haben Spendencharakter.

Freie
Waldorfschule
Regensburg





Amt für Tagesbetreuung von Kindern

Telefon: 0941/507 7525
0941/507 7527

E-Mail: kindertagespflege@Regensburg.de