

Kinderkram

das Familienmagazin



Weihnachten, das Fest der Rituale

Liebenswerte
Angewohnheiten geben
Kindern festen Halt



Spielplätze in Mönchengladbach

Kinderkram hat sich
einige der 250 aus
der Nähe angesehen.

Für die ganze Familie.



Endt
rundum gut
ein kaufen

Verbrauchermärkte Endt-Lojewski

Mönchengladbach Hofstr. 144

Mönchengladbach-Rheydt Mittelstr. 5

Wegberg Am Bahnhof 10

Mönchengladbach-Nordpark Helmut Grashoff Str. 1

Liebe Eltern,

neulich erreichte uns über Facebook ein Foto aus den USA mit drei Grazien im Teenageralter. Alle aufgetakelt mit rot-goldenen Abendkleidern, farbenfroh geschminkt, Engelslocken und Diadem im Haar. „Na, erkennst Du da jemanden?“ fragte mich mein Mann. Nö, solche Mädels kenne ich nicht – dachte ich, bis ich genauer hingesehen habe. Doch, vorne links, das ist doch Karlotta, die Jüngste von unseren Freunden – zur Zeit bei einer Gastfamilie in Texas. „Hoffentlich gefällt der unser einfaches Leben hier noch, wenn sie zurück kommt“, war der trockene Kommentar ihrer Mutter dazu. Loslassen und akzeptieren, wenn es ganz woanders hingeht, als man sich das als Eltern so vorgestellt hat, das ist wohl eine der schwersten Übungen. Und da gibt es wirklich Schlimmeres, als sich aufbrezeln, mal die Haare blau färben oder Hosen tragen, die mehr hängen als sitzen.

In unserer zweiten **Kinderkram**-Ausgabe beschäftigen wir uns ausgiebig mit dem Thema, wie man einen guten Kontakt zu den Sprösslingen halten kann. Da geht es eben zum Beispiel darum, die Kinder bei einem Auslandsaufenthalt über den Tellerrand schauen zu lassen, aber es gibt auch Vorschläge, wie Berufstätige Job und Kinder unter einen Hut kriegen. Auch vermeindliche Kleinigkeiten, wie tolle Spielideen, kindgerechte Urlaube oder einfach nur ein Nachmittag auf einem von Mönchengladbachs Spielplätzen festigen das Verhältnis zwischen Groß und Klein.

Kinderkram will nicht besserwissern oder mit dem pädagogischen Zeigefinger drohen, sondern einfach nur ein paar Denkanstöße geben. Wir schlagen Lesestoff und Apps für Kinder vor, geben Tipps, wie man aus dem Stress-Hamsterrad kommt und haben das Thema Trennungskinder aufgegriffen. Daneben sind aber auch ganz profane Themen, wie Kindermode und Weihnachtsrituale, echter **Kinderkram**.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen.

Ulrike Mooz, **Kinderkram**-Redaktion

Gemeinsam & zusammen 4 - 7
Weihnachtsrituale und Buchtipps für Jugendliche

Schlaues für Kinder 8 - 13
Zwei Sprachen, Apps für Kids und Reisen in die Fremde

Spaß und Dollerei 14 - 17
Spielideen und Fotos fürs Familienalbum

Mode und Trends 18 + 19
Praktisch und cool

Familienplanung 20 + 21
Wege zum Wunschkind

Familie & Job 22 + 23
Ohne Stress geht's auch

Psychologie 24 + 25
Wenn Eltern sich trennen

Schule 26 + 27
Inklusion heißt gemeinsam lernen

Daheim & unterwegs 28 - 31
Urlaub mit der Familie und Mönchengladbachs Spielplätze



Stoffwechselanalyse
bis 22. November 2013



Yvonne Elenbaas
aus 50181 Bedburg
-17,3 kg in nur 8 Wochen

Sichtbarer Erfolg:
- 18 cm Taille
- 13 cm Bauch
- 15 cm je Obersch.

-34,2 kg
hält seit
52 Wochen
das Gewicht



Wir verbürgen uns für die Echtheit unserer Fotos!

nicht bei krankhafter Fettsucht

- Ohne Sportprogramm
- Ohne Hungergefühle

- Ohne lästiges Kalorienzählen
- Ohne Ergänzungsmittel

Dafür mit Freude am Essen und liebevollem Coaching!

Ihr unverbindliches Beratungsgespräch wartet auf Sie.

KONTAKT AUFNEHMEN UND ABNEHMEN!

easylife M' Gladbach, Moses-Stern-Str. 1

021 66 - 9408655

Kostenlose
Stoffwechselanalyse
ab 03.11.13 bis 22.11.13!

Auf einen Blick:

- kostenlose Körperfettanalyse
- kostenlose BMI-Berechnung
- kostenlose Stoffwechselanalyse
- kostenlose Berechnung viszerales Fett

M' Gladbach, Moses-Stern-Str. 1

☎ 0 21 66 - 9 40 86 55

www.easylife-moenchengladbach.de





Foto: djd/Forum Zucker

Mein schönstes Weihnachtsfest

– Rituale in Familie,
Kindergarten und Schule

Räuchermännchen aufstellen, nachmittags in den Kindergottesdienst, gemeinsam Weihnachtslieder singen und, und, und... Jede Familie hat ihr kleines oder großes Weihnachtsritual. Die stets wiederkehrenden Gewohnheiten geben Kindern Halt und sorgen ganz nebenbei für ein harmonisches Familienleben.

Wenn Eltern nostalgisch verklärt an die Weihnachtszeit ihrer Kindheit zurückdenken, erinnern sie sich meistens an die ritualisierten Handlungen, die ein wohliges Gefühl auslösen. Deshalb sollten sie versuchen, diese positiven Traditionen auch in das moderne Weihnachtsfest einfließen zu lassen. Die kleinen Ruhepole helfen Kindern, die aufregenden Festtage besser zu verkraften.

Ein Adventskalender hilft Kindern, die lange Wartezeit bis Weihnachten zu überbrücken. Gefüllt mit Süßigkeiten, Nüssen, Bleistift, Radierer, einem kleinen Buch, Schmuck oder Spielzeugauto oder einem Gutschein für einen Kino-Besuch wird jeder Tag im Advent zu einem kleinen Weihnachtsfest. Eltern können gemeinsam mit dem Kind jeden Adventssonntag Kerzen anzünden und Weihnachtslieder singen. Und auch wenn es

Arbeit kostet: Die Weihnachtsbäckerei gehört dazu. Wenn man nur eine oder zwei Sorten backt, hält sich der Stress auch für berufstätige oder sehr eingespannte Eltern in Gren-

zen. Auch selbstgebastelte weihnachtliche Dekoration ist ein Höhepunkt in der Vorweihnachtszeit. Die Bescherung ist allerdings der aufregendste Teil des Weihnachtsfestes. Die

meisten Familien haben am Heiligen Abend die Tür zum Wohnzimmer geschlossen, damit die Kinder den geschmückten Baum nicht sehen. Ein Glöckchen ruft zur Bescherung.





Foto: djd/tetesept/thx

Auch im Kindergarten werden die Sinne angesprochen, und genau diese sinnlichen Erlebnisse sind es, die die ganz besondere Stimmung hervorrufen. In der Weihnachtszeit sind viele Rituale für die Kinder spannend und geheimnisvoll: das abgedunkelte Zimmer, die Vorbereitung der Geschenke, das Öffnen eines neuen Türchens am Adventskalender, das Warten auf das Christkind. Und was gibt es Stimmungsvolleres, als in einem nur von Kerzen erhellten Raum zu sitzen und den Duft von Feuer, Tannennadeln und Lebkuchen in der Nase zu haben? Solche Rituale sind auch für den Kindergarten keine altmodischen Gepflogenheiten, sondern wichtige Bausteine der ganzheitlichen Pädagogik: Kinder lieben und brauchen Rituale. Rituale im Kindergarten und zu Hause vermitteln Beständigkeit und Geborgenheit, Sicherheit und die nötige Wiederholung für

ein vertiefendes Lernen. So können die Erzieherinnen bei jeder Zusammenkunft der Kinder gemeinsam mit ihnen dasselbe Lied singen oder denselben Vers sprechen. Auch dazu gehört das Basteln von Weihnachtsschmuck, mit dem dann der Kindergartenraum dekoriert wird. Häufig studieren die Kinder eine kleine Weihnachtsvorführung für die Eltern ein, die sie bei der Weihnachtsfeier im Kindergarten präsentieren. Neben den

weihnachtlichen Geschichten und Figuren lernen Kinder dabei auch, sich sozial zu verhalten und gemeinsam mit anderen etwas zu erarbeiten.

Doch auch in der Schule spielen Rituale eine große Rolle. Weil Teenager oft keine Lust auf die Rituale ihrer Kindheit haben, können auch ganz neue Ansätze erarbeitet werden. Oft sind in einem Klassenverband Kinder aus verschiedenen Ländern. Unter

dem Motto „Weihnachten in aller Welt“ können Weihnachtslieder in verschiedenen Sprachen gesungen und die Rituale fremder Kulturen genauer unter die Lupe genommen werden. Oft macht es den Heranwachsenden Freude, die Weihnachtsgeschenke im Unterricht selbst zu erstellen: Kalligrafien, gemalte Bilder, Fotografien oder ein selbst aufgenommenes Weihnachtshörspiel erfreuen die Verwandten unter dem Weihnachtsbaum.

Vera Straub

Gesundheit kommt von Innen! *gesund & aktiv*

Essen Sie sich gesund

- Mit der richtigen Ernährung gegen stressbedingte Erkrankungen wie Bluthochdruck, Migräne, Hauterkrankungen, Allergien, Diabetes, zur Gewichtsreduktion und Nahrungsmittelunverträglichkeit
- Wir analysieren aus Ihrem Blut Ihre persönliche Stoffwechsellage
- Daraus ermitteln wir, welche Nahrungsmittel zu Ihrem Stoffwechsel passen
- Wir erstellen Ihnen Ihren persönlichen Ernährungsplan

Praxis für ganzheitliche Medizin *Ich nehme mir Zeit für Sie.*

Ulrike Müller-Ruchholtz Heilpraktikerin • Am Steg 1A • 41352 Korschenbroich
Telefon 02161/64 25 54 • www.homoeopathie-korschenbroich.de



Literaturtipps für einen spannenden Herbst

Ein junger Spion besucht die Agentenschule, eine Schülerin versucht, ihre Zukunft zu ändern und ein kleiner Riese lernt, mit seiner Größe zu leben - Kinder- und Jugendbücher sind in diesem Jahr vielfäl-

tig. Wir haben Mönchengladbacher Buchhändler gebeten, uns ihre Lieblingstitel herauszusuchen. Eines ist bei diesen Büchern sicher: Der Herbst wird spannend.

Zum Vorlesen und Mitmachen:
für die Kleinsten

Zum Selberlesen
– für Schulkinder

„Ein Haufen Freunde“ von Kerstin Schoene

Der kleine Pinguin ist traurig. Obwohl er ein Vogel ist, kann er nicht fliegen. Dabei würde er doch so gerne die Wolken von oben betrachten. Ob seine Freunde ihm dabei helfen können? „Dieses Bilderbuch ist wunderschön gezeichnet und hat eine tolle Botschaft“, sagt Sylvia Shala vom Buchhandel Bücher und Mehr. „Freunde, die zusammenhalten, können auch das Unmögliche möglich machen.“ Geeignet ist das Buch für Kinder ab vier Jahren. „Eigentlich kann man es Kindern vorlesen, sobald sie verstehen, was das Wort ‚Freund‘ bedeutet“, sagt Shala.

Thienemann Verlag, 12,95 Euro.



„Wecke niemals einen Schrat“ von Wieland Freund

Einen Schrat darf man nicht wecken. Das hätte der Elfenjunge Jannis wohl gewusst, wenn er für die Gefahrenprüfung gelernt hätte. Hat er aber nicht und nun ist das Unglück geschehen. Denn wer einen Schrat weckt, zieht großes Unglück nicht nur auf sich, sondern auch auf sein Umfeld. Deshalb wird Jannis aus einer Heimat, dem Elfenwald, verbannt. „Eine abenteuerliche Geschichte mit phantastischen Bewohnern des Elfenwaldes“, sagt Dominik Schüttler über das Buch für Kinder ab acht Jahren. „Sehr unterhaltsam und gut geschrieben.“

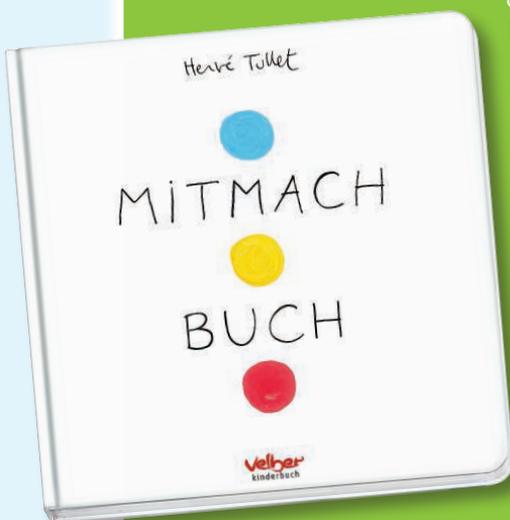
Beltz & Gelberg, 14,95 Euro.



„Das Mitmach-Buch“ von Hervé Tullet

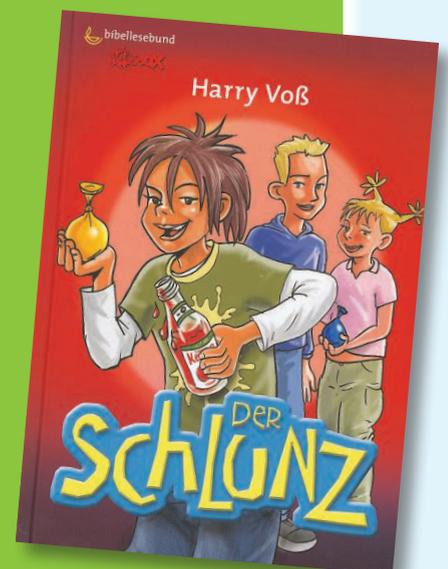
Ein Klassiker, der noch immer für großen Spaß im Kinderzimmer sorgt. Kinder müssen beim „Mitmach-Buch“ aktiv werden. Iris Degenhardt von der gleichnamigen Buchhandlung beschreibt: „Ein Druck mit dem Finger genügt, und beim Umblättern werden aus einem gelben Kreis zwei, drei und später ganz viele. Reibt man über die Punkte, wechseln sie die Farben: Aus gelb wird rot und dann blau. Schüttelt man das Buch, geraten die Kreise durcheinander, kippt man das Buch nach links, rutschen die Kreise natürlich auch nach links.“ Auf diese Weise lernen Kinder ab drei Jahren ganz spielerisch Farben, Richtungen und Zahlen.

Velber Verlag,
11,95 Euro.



„Der Schlunz“, Harry Voß

Die Familie Schmidtsteiner plant nach dem sonntäglichen Gottesdienst ein Picknick im Wald – doch dort wartet eine Überraschung auf sie. Sie finden einen verwahten Jungen, der anscheinend von niemanden vermisst wird. Nach einem Besuch beim Jugendamt nehmen die Schmidtsteiner den liebenswerten Unbekannten erst einmal mit nach Hause. „Und dann wirbelt der Junge die christliche Familie ordentlich durcheinander“, sagt Sylvia Shala. Zum „Schlunz“ gibt es sieben Bände, auch eine TV-Verfilmung ist in Arbeit. Kinder ab neun Jahren versuchen, hinter das Geheimnis vom „Schlunz“ zu kommen. Scm R. Brockhaus, 9,95 Euro



Spannende Stoffe für Jugendliche

„Wunder“ von R. J. Palacio

Ein ernstes Thema behandelt das Buch „Wunder“ für Jugendliche ab 13 Jahren. „Ein Buch, das nicht nur Jugendliche, sondern auch Erwachsene tief bewegt“, sagt Dominik Schüttler. Es geht um einen Jungen, der wegen seines entstellten Gesichts bisher nur zu Hause Unterricht hatte. Nun besucht er zum ersten Mal eine normale Schule. Beschrieben wird das erste Schuljahr aus unterschiedlichen Blickwinkeln: Mitschüler, Eltern und seine Geschwister beschreiben, wie sie dieses Jahr erleben. Schüttler: „Auf diese Weise erfährt der Leser viel über die Beweggründe für unterschiedliche Reaktionen auf das Äußere des Protagonisten“.

Hanser Verlag, 16,90 Euro.

„Die Auslese – Nur die besten überleben“ von Joelle Charbonneau

Jugendliche, die die „Panem“-Bücher verschlungen haben, werden auch „Die Auslese“ interessant finden. „Die Geschichte spielt in einer düsteren Zukunft“, beschreibt Sabine Sill. „Eine Gruppe von Jugendlichen bekommt die Chance auf eine Ausbildung. Doch vorher müssen sie eine wichtige Prüfung bestehen.“ Dass dies eine Prüfung auf Leben und Tod ist, stellt sich erst nach und nach heraus. „Ein spannendes, gut geschriebenes Buch, über das man sich Gedanken machen kann“, findet Sabine Sill. Geeignet ist die Zukunftsvision für Jugendliche ab 13 Jahren.

Penhaligon, 16,99 Euro.



Foto:
Serhiy Kobaykov
- fotolia.com

Du sparst, wir spenden!



**Hol' Dir Deine Dukate
am Weltpartag ab!**

**Am 30. Oktober 2013 ist Weltpartag!
Für jeden gesparten Euro spenden wir 10 Cent
an den AZEH e. V. (Alternative zur Erziehung im Heim).
Beim Malwettbewerb gibt es tolle
Preise zu gewinnen.**

 **Stadtparkasse
Mönchengladbach**



Jeder Sparer bis 14 Jahre erhält eine Spar-Dukate im Wert von 2 € für das Comet Cine Center in Mönchengladbach. Pro Person wird beim Kinobesuch nur eine Dukate eingelöst.



Wir sprechen nicht nur deutsch

Zweisprachig erziehen – das ist für Eltern eine Herausforderung, für Kinder eine Chance. Allerdings kann das Lernen von gleich zwei Sprachen auch harte Arbeit sein. Familien erzählen, wie sie es schaffen, in ihrem Alltag zwei Sprachen und Kulturen zu vereinen.

Familie Kerep sitzt am Küchentisch. Die Töchter Valentina (9 Jahre), Lorena und Diana (beide 7) haben heute keine Hausaufgaben auf, doch gemeinsam mit Mama Danijela müssen sie trotzdem noch ein bisschen in die Bücher schauen. Nur ein paar Buchstaben

und Vokabeln, danach geht es zum Spielen nach draußen. Als Danijela Kerep auf das Bild von einem Fuchs zeigt, überlegen die drei Mädchen ein wenig. „Fox“ sagt die Älteste dann, die in der Schule neben ihren beiden Muttersprachen auch schon etwas Englisch gelernt hat. Lorena kommt schließlich auf das gesuchte Wort. „Lisica“ heißt Fuchs auf Kroatisch.

Die drei Töchter von Danijela Kerep lernen seit ihrer frühesten Kindheit zwei Sprachen. Die Großeltern kamen vor Jahrzehnten aus Kroatien nach Deutschland, Vater und Mutter sind in Deutschland aufgewachsen. Für Mutter Danijela

Kerep war deshalb klar, dass die Kleinen zweisprachig groß werden sollen. „Es ist wichtig, dass sie ihre Wurzeln kennen lernen“, sagt sie. Für Valentina, Lorena und Diana bringt die Zweisprachigkeit große Chancen. Nie wieder ist es so einfach, eine Sprache zu lernen, wie im Kindesalter. Nachteile konnte Danijela Kerep bisher nicht feststellen. Die Mädchen lernten früh sprechen und verstanden auch schnell den Unterschied zwischen ihren beiden Muttersprachen. Ihre Sprachentwicklung verlief genauso schnell und gut wie bei Gleichaltrigen, die nur eine Sprache erlernt haben.

In rund 2,3 Millionen Familien mit Kindern unter 18 Jahren hat mindestens ein Elternteil einen Migrationshintergrund, das sind fast 30 Prozent aller Familien. Mehrsprachigkeit gehört in Deutschland immer mehr zum Alltag. Zahlreiche Studien beschäftigten sich in den vergangenen Jahren mit

dem Thema und kamen zu dem Schluss, dass das Lernen von mehr als einer Sprache in früher Kindheit die kognitive Entwicklung des Kindes unterstützt. „Daher sollte der Erwerb mehrere Sprachen auf jeden Fall unterstützt werden“, rät der Deutsche Bundesverband für Logopädie. Anders ist das, wenn beide Eltern nur Deutsch als Muttersprache haben. Dann sollten sie davon absehen, „künstlich“ eine Zweisprachigkeit in die Familie einzuführen. Ein Kind kann eine Sprache nur dann richtig lernen, wenn sie ihm fehlerfrei vorgesprochen wird – das ist bei den meisten Menschen nur bei der Muttersprache der Fall.

Auch in der Familie des kleinen Lio (4 Jahre) werden zwei Sprachen gesprochen. Lios Mutter ist Japanerin, der Vater deutsch. Lio wächst zweisprachig auf, wobei die Eltern sich selbst genaue Regeln gesetzt haben. Ihnen ist es wichtig, dass Lio, obwohl er in Deutschland aufwächst, beide Sprachen gleichermaßen beherrscht. „Ich spreche immer deutsch mit Lio, meine Frau immer japanisch“, sagt Vater René. „Es ist wichtig, damit möglichst früh anzufangen und dann ganz konsequent zu bleiben, auch in der Öffentlichkeit.“ Vor einigen Monaten noch konnte Lio trotzdem etwas besser Deutsch als Japanisch. Wurde er von seiner Mutter angesprochen, antwortete er häufig deutsch. Nach einem siebenwöchigen Aufenthalt im Heimatland der Mutter hat sich dies gelegt. In Japan besuchte Lio sogar einen Kindergarten, in dem er andere japanische Kinder kennen lernte. Auch zu Hause in Deutschland versuchen die Eltern, das Ungleichgewicht auszugleichen, das entsteht, weil Lio deutsche Freunde hat und einen deutschsprachigen Kindergarten besucht. „Die meisten seiner Spielzeuge und Bücher haben einen Bezug zu Japan“, erklärt der Vater. Wenn die Eltern mit ihrem Sohn singen, wählen sie ebenfalls





Foto: Jennifer Koch

japanische Lieder. „Durch die Texte lernt er hervorragend Wörter und Grammatik“, sagt Vater René. Er selbst muss die Sprache seiner Frau ebenfalls erst lernen. „Mittlerweile ist Lio besser als ich – aber ich verstehe das meiste, wenn die beiden miteinander reden.“ In der Vorweihnachtszeit wird der Großvater aus Japan für ein paar Wochen zu Besuch kommen – dann wird in Lios Familie vermutlich noch etwas mehr japanisch gesprochen.

Danijela Kerep sieht die Zweisprachigkeit ihrer Kinder etwas gelassener. Genaue Regeln, wer welche Sprache mit Valentina, Lorena und Diana spricht, gibt es nicht. Die Mutter spricht beides. Für Danijela Kerep ist das Sprechen zweier Sprachen ganz natürlich, sie ist selbst bilingual aufgewachsen. „Ich fand es als Kind immer schön, dass ich beides konnte“, sagt sie. Bei ihr haben die Eltern fast nur kroatisch gesprochen,

Deutsch – das sie ebenfalls wie eine Muttersprache beherrscht - lernte sie über das weitere Umfeld, Kindergarten und Freunde. „Ich habe meist deutsch geantwortet, während meine Eltern kroatisch geredet haben“, erinnert sie sich. Bei Valentina und den Zwillingen überwiegt im Alltag zu Hause die deutsche Sprache. Dafür besuchen sie wie auch der japanisch-deutsche Lio eine spezielle Sprachschule, in der spielerisch auch die Kultur des Landes vermittelt wird. „Das ist natürlich manchmal

etwas viel, aber der Unterricht macht ihnen auch Spaß“, sagt Danijela Kerep. Vor allem in den Ferien merkt sie, dass sich die Anstrengung lohnt. In Kroatien können sich die Kinder mit ihren gleichaltrigen Verwandten unterhalten, sie haben keine Probleme, neue Freunde zu finden oder etwas mit den Nachbarn zu unternehmen. „So macht der Urlaub einfach mehr Spaß“, sagt ihre Mutter. Und die Mädchen sind auch richtig stolz darauf, nicht nur eine einzige Sprache zu können.

Jennifer Koch

Kinderkram – Expertentipp

1. Das Lernen von mehr als einer Sprache in früher Kindheit unterstützt die kognitive Entwicklung des Kindes.
2. Der Deutsche Bundesverband der Logopädie rät Eltern, den Erwerb mehrere Sprachen zu unterstützen.
3. Von einer „künstlichen“ Zweisprachigkeit (wenn beide Eltern Deutsch als Muttersprache haben) sollte jedoch abgesehen werden – ein Kind kann eine Sprache nur richtig lernen, wenn sie ihm fehlerfrei vorgesprochen wird.

Unser Weihnachtsmarkt – Alle Jahre wieder

Lenders
Gartencenter



Lenders Gartencenter Gereonsstr. 80 41238 Mönchengladbach Telefon 02166/983030

Wir erziehen „smart“ - die besten Apps für Kinder und Eltern

Mit Apps können Eltern mit ihren Kindern spielen, lernen und singen – oder einfach den Alltag organisieren. Und das Beste: Viele der smarten Helfer sind sogar kostenlos. Worauf Eltern in jedem Fall achten sollten: Beim Spiel mit dem Handy sollten Kinder immer beaufsichtigt sein. Denn auch ein zweijähriger Finger kann ein kostenpflichtiges Abo bestätigen. Hier die 20 besten Apps für Kinder und ihre Eltern.



Foto: imati12_istock

Für die Eltern: Organisation ist alles

Baby ESP Vor allem für Eltern von Neugeborenen eine Hilfe. Eingetragen wird alles rund ums Baby: Wann es gefüttert oder gestillt wurde, wann der letzte Windelwechsel war und wie es geschlafen hat. *Eine kostenlose Testversion läuft eine Woche, danach kostet die App im Google Playstore 3,74 Euro, im iTunes App Store 4,49 Euro.*

BabyPlaces Die App findet alles, was Mütter, Väter, Großeltern und Babysitter brauchen könnten. Einen Ort zum Stillen, zum Wickeln oder auch einfach nur ein kinderfreundliches Restaurant. Wer will, kann auch selbst einen Ort empfehlen. *Die App ist für iPhones und Android kostenlos.*

Pampers Der Windelhersteller bietet eine App für Eltern mit vielen Funktionen. Einfach das Alter des Babys eingeben und schon gibt es altersgerechte Spiele und Lieder, Infos zu Entwicklung und Ernährung und alle Notfallrufnummern. *Werbung für Pampers-Produkte gibt es auch, dafür ist diese App für iPhone und Android kostenfrei.*

10 Kinderkram | Oktober 2013

In den ersten Monaten – So hilft das Handy beim Beruhigen

Wiegenlieder Die Auswahl an Apps mit Schlafliedern ist riesig. Gute Soundqualität bietet zum Beispiel die Gratis-App „Wiegenlieder“ für Android. Ideal für Eltern, die unterwegs die Spieluhr vergessen haben. *Für das iPhone ist die „Baby Plüsch“-App wegen ihrer großen Auswahl empfehlenswert. Sie kostet allerdings 0,89 Euro.*

Babyfon Auch für diese Funktion gibt es zahlreiche Apps auf dem Markt. Die App „Babyphone deluxe“ für das iPhone wurde von der Stiftung Wartentest geprüft und für gut gefunden. Das iPhone liegt neben dem Kind und ruft bei einem bestimmten Geräuschpegel eine zweite Nummer an. *Die App kostet 2,69 Euro.*

Sandmännchen Eine täglich wechselnde Gutenachtgeschichte erzählt das Sandmännchen bei dieser kostenfreien App für das iPhone und Android. Außerdem gibt es einfache Spiele und das Schlaflied des Sandmännchens.

Märchen Jeweils eine Sammlung der Märchen von Hans Christian Andersen oder den Gebrüder Grimm gibt es für Besitzer von Android-Handys im Google Playstore für je 0,99 Euro. Vorlesen muss man hier allerdings noch selbst.

Wie spannend – Mamas Handy! So experimentieren die Kleinsten sicher

Toddler Lock Kein Spielzeug ist so spannend wie Mamas Handy. Damit nicht versehentlich Nummern angerufen oder Funktionen gelöscht werden, sind bei der „Toddler Lock“ alle Tasten gesperrt. Dann kann Baby mit dem Touchscreen zeichnen und malen. *Gibt es kostenfrei für Android-Handys.*

Nuk Rassel Auch der Hersteller Nuk bietet eine tolle App für Eltern, deren Babys ständig nach dem Mobiltelefon greifen. Die Rassel ist für das Kind spannend, während alle Tasten gesperrt bleiben. *Die App ist kostenfrei, aber nur für das iPhone erhältlich.*

Die Kuh macht Muh Kinder lieben Tierstimmen – und die lernen sie mit dieser App

kennen. Die gezeichneten Tiere können angeklickt werden. Die Bilder werden dann groß und eine Stimme sagt zum Beispiel „Die Kuh macht ... Muh“. *Die App ist für das iPhone und für Android-Handys kostenfrei.*

Spielen und Lernen – für Vorschulkinder

Lolas ABC Party Für Vorschulkinder gibt es zahlreiche Apps, die auf das Lernen vorbereiten. Bei der „ABC Party“ lernen Kinder spielerisch die ersten Buchstaben kennen. *Die App ist für Android-Handys und iPhones kostenfrei.*

Erstes Zählen, erstes Rechnen Auch der Spielzeughersteller Schleich hat Apps für die ersten Lernschritte entwickelt. Mit der Gratis-App „Erstes Zählen, erstes Rechnen“ lernen Kinder mit dem iPhone die ersten Zahlen.

Tiere-Memory Bei diesem klassischen Memory-Spiel mit lustigen Tierbildern schulen Kinder ihr Gedächtnis. Das kostenfreie Spiel gibt es im Google Play Store in drei verschiedenen Schwierigkeitsstufen.

Jennifer Koch



**TEMPUR® SCHENKT IHNEN
TRAUMHAFTEN SCHLAF...**

**... UND WIR SCHENKEN
IHNEN DAS BETT DAZU!**

GESCHENKT!

Beim Kauf von 2 TEMPUR® Sensation Matratzen
und 2 TEMPUR® Motorrahmen Ihrer Wahl erhalten
Sie das neue TEMPUR® DUET Bett im Wert von min.
1.298 € (UVP) kostenlos dazu!

Aktion bis 31.12.2013

DAS TEMPUR® DUET BETT MODERNE ELEGANZ MIT HOHEM WOHLFÜHLFAKTOR

Das TEMPUR® DUET Bett rundet den Komfort Ihrer hochwertigen TEMPUR® Produkte ab und ergänzt sie zu einem eleganten Bettensystem in zeitlos moderner Optik. Es kann mit allen TEMPUR® Matratzen und Systemrahmen kombiniert werden. Herausragendes Merkmal sind die bequemen, höhenverstellbaren Kissen am hohen Kopfteil, die zum gemütlichen Aufenthalt im Bett einladen, sowie der bodentiefe Bettrahmen.

Der pflegeleichte Stoffbezug des Bettes ist in Perlgrau (mit anthrazitfarbenen Kissen) oder in Anthrazit (mit perlgrauen Kissen) erhältlich.



Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.



110 Jahre **bettenbaues** ausgeschlafen einkaufen



Kostenloses Parkdeck für unsere Kunden!
Einfahrt Lüpertzender Str. 80.

Fliethstraße 69
41061 Mönchengladbach

Fon: 0 21 61 / 17 91 44
www.bettenbaues.de

Öffnungszeiten: Mo - Fr 10⁰⁰ - 19⁰⁰ Uhr
Sa 10⁰⁰ - 16⁰⁰ Uhr

Blick über den Tellerrand

– Auslandsaufenthalte und Sprachferien für Kinder

Wer in jungen Jahren eine Sprache lernt, ist klar im Vorteil. Insbesondere fließende Englischkenntnisse werden oftmals später im Job verlangt und so ist die Nachfrage nach Auslandsaufenthalten und Sprachfe-

Kindersprachreisen liegen im Trend

In vielen Schulen werden Fremdsprachen bereits in den ersten Schuljahren gelehrt: Studien belegen, dass kleine Kinder eine deutlich bessere Aufnahmefähigkeit besitzen als Jugendliche oder Erwachsene, Pädagogen weisen auf bessere Zukunftschancen im späteren Job hin. Doch wenige Stunden Vokabeln pauken in der Schule reichen nicht aus, um fließend Englisch zu sprechen. Wer jedoch in jungen Jahren Zeit im Ausland verbracht und die Sprache im Alltag verwendet hat, kann später im Arbeitsleben oftmals verhandlungssichere Kenntnisse vorweisen.

Urlaub ohne Eltern – Klassische Sprachreiseziele für Kinder

Auf Schülersprachreisen wird nicht nur Grammatik gepaukt, sondern die Sprache auch im

Alltag aktiv eingesetzt. Hier lernen Kinder die sprachlichen Feinheiten, auf die es später ankommt und die beim Schulunterricht häufig zu kurz kommen. Bereits für Kids ab sechs Jahren gibt es Sprachcamps in Deutschland, für Ältere ab neun oder zehn Jahren bieten die Reiseveranstalter Urlaub im Ausland an. Besonders beliebt sind Kurse in England oder Malta: Die iSt Internationale Sprach- und Studienreisen GmbH lehrt an der englischen Südküste, von Brighton oder Hastings gehören auch Ausflüge nach London zum Rahmenprogramm. Auf der zweisprachigen Insel Malta wird vormittags Englisch gelernt, nachmittags locken Aktivitäten wie Sonnenbaden und Schwimmen. Travelworks bietet im einzigen englischsprachigen Land am Mittelmeer die Kombination aus Sprachkurs und Sommerurlaub, auch Lisa Sprachreisen wirbt mit sonnigen Ausflügen auf Malta. Über

rien groß. Besonders beliebt sind Reisen nach England oder Malta, aber auch kombinierte Sprach-Sporturlaube oder Lernreisen mit Eltern fördern die Kenntnisse der Kinder und Jugendlichen.

16-Jährige können mit Zebra-Tours Englisch-Urlaub in den USA oder Südafrika machen – Sightseeing inklusive.

Kombinierte Reisen – Sport und Sprache

Die Veranstalter haben das Angebot an kombinierten Sprachreisen stark erweitert: Zebra-Tours betreibt in Thüringen eine Language Farm mit Reitkurs und kreativen Workshops für Kinder ab zehn Jahren. Reitlehrer und Betreuer sind Muttersprachler aus verschiedensten Ländern und gehen in kleinen Gruppen individuell auf das Sprachniveau der kleinen Reiter ein. Bei Ski-Sprachferien in Tschechien wird vormittags Englisch gepaukt, nachmittags geht es auf die Piste. Für Ballsportbegeisterte bietet Zebra-Tours ein

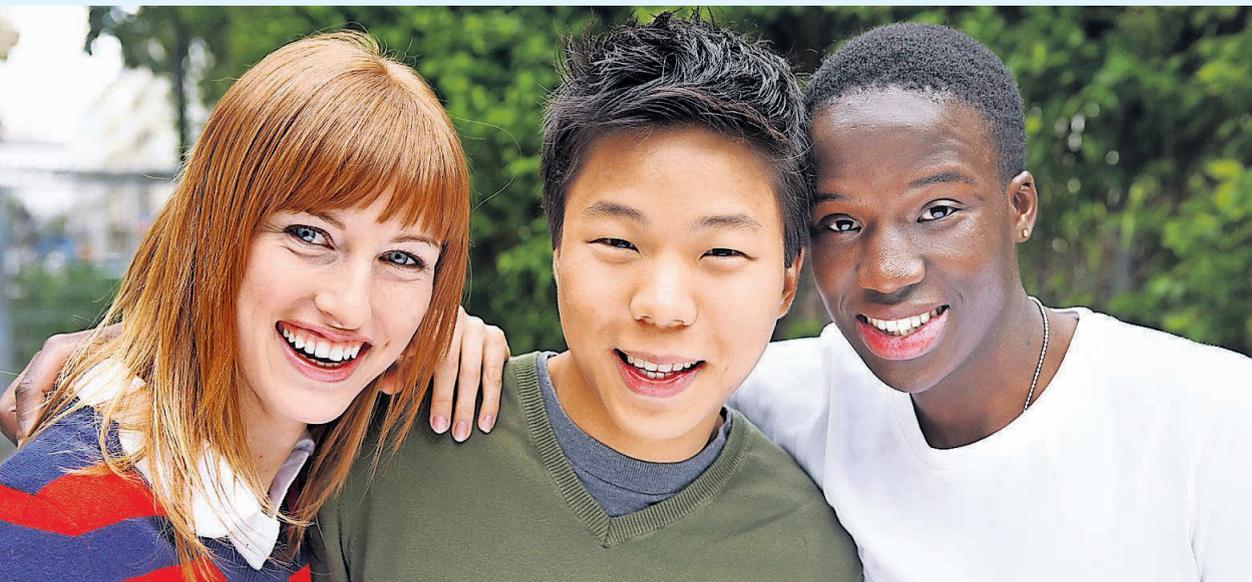
Fußballsprachcamp in Bournemouth mit drei täglichen Englisch-Stunden, an den Nachmittagen zeigen erfahrene Soccer-Coaches Ball-

technik und englische Fußballtaktik. Offaehrte Sprachreisen fährt mit Jugendlichen zum Surf-Französischkurs nach Biarritz oder zum Segel-Spanischkurs nach Barcelona. Besonders ausgefallen: Tanzbegeisterte können in Chichester parallel zum zweiwöchigen Sprachkurs auch ein Cheerleader-Training absolvieren! Möchte das Kind nicht allein verreisen, können Familien gemeinsam auf Sprachreise gehen. Vormittags lernen Erwachsene und Kinder getrennt in Gruppen mit ähnlichen Vorkenntnissen, nachmittags und abends gibt es abwechselnd gemeinsames Programm oder jeweils eigene Aktivitäten für Kids und Eltern.

American Dream – Ein Jahr auf der High School

Wer länger im Ausland leben möchte, kann an einem weltweiten Schüleraustausch teilnehmen. Klassisch ist das High-School-Jahr in den USA, aber auch Australien und England sind beliebte Ziele für das Auslandsschuljahr. Zahlreiche Organisationen beraten Schüler bei der Wahl von Land oder Schule und haben sogar ausgefallene Ziele wie Japan, Brasilien oder Finnland im





Programm. Im Ausland wohnen die Schüler oftmals bei Gastfamilien und tauchen tief in die Landessprache ein – im trubeligen High School-Leben erlangen Jugendliche schnell verhandlungssichere Sprachkenntnisse. Ob das Schuljahr im Ausland zu Hause anerkannt wird, sollte vorab im Gespräch mit der Schulleitung geklärt werden. So müssen oftmals bestimmte Fächer im Ausland weiter belegt werden,

um in der alten Klasse wieder einzusteigen. Ab 18 Jahren ist auch ein Au Pair Aufenthalt möglich: Schulabsolventen leben ein Jahr lang bei einer Familie im Ausland und übernehmen Kinderbetreuung und Haushalt. Viele Veranstalter bereiten die Au Pairs mit Seminaren auf die neue Aufgabe vor, organisieren die Reise und kümmern sich um die notwendigen Formalitäten.

Brigitte Bonder

Kinderkram – Expertentipp

JUBi – Die Jugendbildungsmesse in Mönchengladbach: 17. Mai 2014, 10-16 Uhr

Messe für Schüleraustausch, High School, Sprachreisen, Praktika, Au-Pair, Work & Travel und Freiwilligendienste

Im Gymnasium an der Gartenstraße
Gartenstraße 154
41236 Mönchengladbach

Eintritt frei

Links zu den Veranstaltern:

iSt Heidelberg

Stiftsmühle
69080 Heidelberg
Telefon: 06221 / 89 00 0
E-Mail: ist@sprachreisen.de
Internet: www.sprachreisen.de

Preisbeispiel: 15 Tage Standard-Englischkurs mit Reise und Transfer, Unterkunft und Vollverpflegung in der Gastfamilie und Freizeitprogramm ab 1.690 Euro.

TravelWorks

Münsterstrasse 111
48155 Münster
Tel. 02506 8303-0
E-Mail: info@travelworks.de
Internet: www.travelworks.de

Preisbeispiel: Zwei Wochen Sprachferien Malta in der Gastfamilie bei eigener Anreise ab 965 Euro.

LISA! Reisen GmbH

Tschaikowskistraße 30
04105 Leipzig
Tel.: 0341 7026868
E-Mail: team@lisa-sprachreisen.de
Internet: www.lisa-sprachreisen.de

Preisbeispiel: Zwei Wochen Sprachferien Malta in der Gastfamilie bei eigener Anreise ab 899 Euro.

Zebra-Tours®

Kochstraße 43
04275 Leipzig | Germany
Tel: +49 (0) 341 - 3081 8888
E-Mail: info@zebra-tours.de
Internet: www.zebra-tours.de

Preisbeispiel: 17 Tage Fußball-Englisch-Camp in Bournemouth mit Busanreise, 14 Übernachtungen bei Gastfamilie und Vollpension ab 1.275 Euro.

Offaehrte Sprachreisen

Martinistraße 60
28195 Bremen
Tel. (0421) 79 25 80
Internet: www.offaehrte.de

Preisbeispiel: Zwei Wochen Surf-Sprachreise Französisch in Biarritz mit Bahnreise ab Frankfurt ab 1.327 Euro.

Feiern Sie Ihre Weihnachtsfeier im LaOla-Fussballcenter und nutzen Sie unser einmaliges Angebot!



STERNSTUNDEN-ANGEBOT

- 1,5 Stunden Fussball spielen im LaOla-Center auf bestem Kunstrasen
- Pommes & Nuggets und 3 Liter Softgetränke nach Wahl

inklusive 10 Derbystar-Trainingsbälle mit Ballsack

nur 199,- Euro für 10 Personen

jede weitere Person 14,99€ inkl. Ball



Nach Abschluss des Sternstunden-Angebotes wird zusätzlich aus allen Teilnehmern ein Nike-Trikotsatz verlost!

LaOla Fussballcenter Lürriper Str. 133 41065 Mönchengladbach
Anmeldungen und alle Infos unter www.laolafussballcenter.de oder 0 21 61/54 94 650

Gegen Langeweile: Spielideen für drinnen und draußen



Auch wenn der Fernseher, das iPad und ähnliche Gadgets immer mehr Kinder in ihren Bann ziehen und ihre Aufmerksamkeit fordern, ist doch ein gesundes Spielen mit anderen ein wichtiger – und lustiger – Bestandteil des Kindseins.

Spiele für draußen

„Jäger und Hase“ heißt ein tolles Bewegungsspiel, bei dem mindestens vier Kinder ab drei Jahren sich richtig austoben können. Auf einem abgegrenzten Spielfeld stellen sich die Hasen und ein Jäger auf, der Jäger erhält den Ball. Seine Aufgabe ist es nun, die Hasen mit dem Ball abzuwerfen. Die Hasen dürfen das Spielfeld, das groß genug für alle Kinder sein sollte, nicht verlassen und müssen versuchen, sich so weit weg wie möglich vom Jäger aufzuhalten und seinem Wurf auszuweichen. Wird ein Hase vom Ball getroffen, muss er das Spiel-

feld verlassen. Ist nur noch ein Hase übrig, hat er das Spiel gewonnen und ist im nächsten Spiel der neue Jäger.

„Blätter-Staubsauger“ wird am besten im Herbst gespielt, wenn die Bäume ihre Blätter verlieren. Alle Kinder (mindestens vier) ab drei Jahren bekommen einen Strohhalm ausgehändigt. Der Spielleiter gibt das Startkommando und alle Kinder müssen versuchen, mit Hilfe des Strohhalmes Blätter zu ihrem Platz zu transportieren. Das funktioniert so, dass die Kinder sich ein Blatt auf dem Boden suchen, es ansaugen und so transportieren. Die Hände dürfen lediglich zum Halten des Strohhalmes benutzt werden.

„Natur-Memory“ dient der Auseinandersetzung mit der Natur und eignet sich für zwei bis sechs Kinder ab einem Jahr. Hier werden zu Beginn 24 etwa gleich große Blätter gesammelt, die später die Abdeckungen für das Memory-Spiel werden. Dann werden noch 24 Gegenstände gebraucht, die jeweils paarweise vorhanden sein müssen:

zwei gleiche Steine, zwei Eicheln oder zwei gleiche Blüten. Jetzt läuft das Spiel wie ein normales Memory-Spiel: Ein Kind hebt zwei der Blätter hoch, merkt sich die Gegenstände, die darunter liegen und deckt sie dann wieder zu. Hat ein Kind ein Paar gefunden, wird es aus dem Spiel genommen und das Kind darf weiterraten. Andernfalls ist das nächste Kind dran. Gewonnen hat, wer die meisten Paare aufdeckt.

Spiele für drinnen

„Ding, Dong, Dong“ – Kinder spielen gerne mit Wasser und mögen Musik. Warum also nicht beides kombinieren? Mit Klängen experimentieren können Kinder, wenn sie in der Küche Flaschen, Gläser und Töpfe unterschiedlich hoch mit Wasser füllen und mit einem Metalllöffel anschlagen. Je nach Wasserstand und Gefäßart entsteht dann ein hellerer oder dunklerer Klang. Im Takt geschlagen können Kinder zu der Melodie ihr Lieblingslied singen oder auch versuchen, die Gefäße nach Tonhöhe zu sortieren.

Foto: Dejan Ristovski – istockphoto



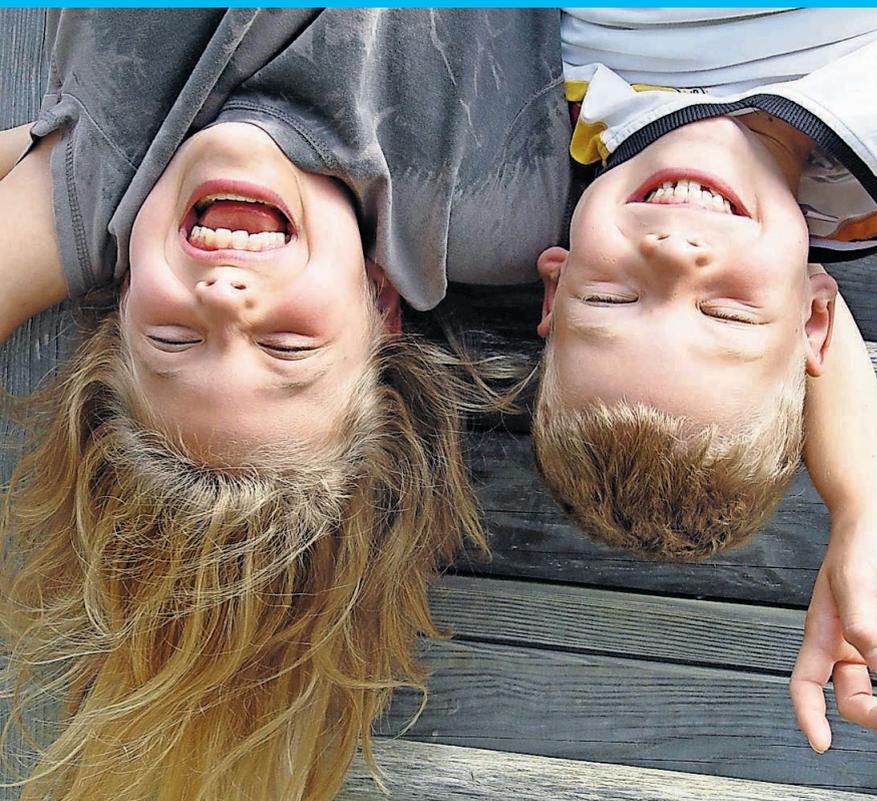


Foto: Heike Berse – pixelio.de

„Trimpfad im Trocknen“ – eine willkommene Abwechslung zum Malen, Basteln oder Puzzeln. Kinder wollen sich bewegen und leben so

ihre Gefühle aus. Deshalb ist ein Bewegungspfad durch das Kinderzimmer eine spannende und kurzweilige Freizeitbeschäftigung, wenn es draußen

kalt und nass ist. Zuvor können auf einem Papier die verschiedenen Stationen aufgezeichnet werden, etwa: im Bett eine Minute in der Luft radeln, danach zehn Kniebeugen, auf einem Hocker 20-mal „Treppen steigen“, 30 Sekunden Seilhüpfen, zehnmal mit dem Ball einen leeren Mülleimer treffen und auf einem Bein durchs Zimmer hüpfen.

„Zusammengewürfeltes Herbstbild“ ist ein Würfelspiel für Schnellzeichner, drei oder vier Kinder ab fünf Jahren können mitmachen. Alle sitzen um einen Tisch, in der Mitte liegen viele Stifte und ein Bogen Papier, auf den eine leere Vase gezeichnet ist. Der Jüngste würfelt zuerst, nur die Würfe von Eins bis Drei zählen. Wirft er eine Eins, zeichnet er eine bunte Blume in die Vase, bei einer Zwei darf er zwei Blüten malen, bei einer Drei noch eine mehr. Dann ist der nächste an der Reihe: Er

würfelt und zeichnet an dem Gemeinschaftsbild weiter. Wer eine Vier, Fünf oder Sechs würfelt, gibt den Würfel weiter. Das Spiel endet, wenn in der Vase ein dicker, bunter Herbststrauß steckt – jetzt kann das Bild aufgehängt werden.

„Teppich umdrehen“ ist ein gruppendynamisches Geschicklichkeitsspiel für Gruppen in „Teppichgröße“. Pro Team wird ein Teppich benötigt, auf dem die Mitglieder stehend gerade gut Platz haben. Die Aufgabe ist leichter erklärt als umgesetzt: Alle Spieler stellen sich auf den Teppich. Anschließend müssen sie ihn umdrehen (Oberseite nach unten), ohne dass dabei einer der Spieler den Boden berührt. Weitere Hilfsmittel sind natürlich ebenfalls verboten, auch das Umsteigen auf andere Gegenstände wie Stühle gilt nicht.

Vera Straub

WMF

5 Funktionen in einem

WMF Prämien schon ab 7.99 €
Mit 30 Treuepunkten sparen Sie bis zu 64%*.

*Im Vergleich zum jeweiligen Preis ohne Treuepunkte.

Treuepunkte sammeln für unsere Alleskönner.

Jetzt neu – die WMF Function 5 Schalen in vier Größen und weitere hochwertige Prämien für Ihre Küche.

REWE
Besser leben.

So kommen die Kleinen ganz groß raus

Ganz egal, ob Sie immer schon gern fotografiert haben oder die Kamera bisher in der Ecke ein trauriges Dasein gefristet hat: Spätestens wenn der Nachwuchs da ist, wird fotografiert, was das Zeug hält.

Und natürlich werden Sie selbst von Ihrem Werk begeistert sein, schließlich zeigt es das tollste Kind der Welt! Doch es gibt auch ein paar einfache Tricks, wie Sie richtig gute Kinderfotos schießen können. Sie werden sehen, die begeistern dann auch die anderen Betrachter!

Nah ran! Kindergesichter sind ein tolles Motiv.

Foto: istockphoto.com/frankiefotografie



1. Die Wahl der richtigen Kamera.

Über dieses Thema lässt sich schier endlos diskutieren. Letztlich muss natürlich jeder selbst entscheiden, womit er sich wohlfühlt. Natürlich macht eine Spiegelreflex-Kamera bessere Fotos als das Pendant im Kompaktformat. Nur: Was nützt die beste Kamera, wenn man sie nicht richtig bedienen kann? Oder aber, man sie ständig zu Hause lässt, da sie zu schwer, zu kostbar oder was auch immer ist... Grundsätzlich beachten sollten Sie allerdings, dass die Kamera möglichst lichtempfindlich ist und Sie so auch bei schlechtem Wetter Ihr Kind in Aktion gut optisch einfangen können.

2. Ganz natürlich.

Am Anfang, wenn Ihr Kind noch sehr klein ist, wird es sich durch das Fotografieren

kaum stören lassen. Das gibt Ihnen nicht nur Zeit, mit den Einstellungen von Blende, Verschlusszeit und Brennweite zu experimentieren, sondern liefert in der Regel auch die besten Fotos. Später gilt es dann, weitaus größere Herausforderungen zu meistern: Manche Kinder setzen sofort ein „Foto-gesicht“ auf, wenn die Kamera auf sie gerichtet wird, andere drehen sich weg. Besser also, Sie fotografieren, wenn das Kind gerade in sein Spiel vertieft ist oder ausgelassen herumtollt. Was das nächste Problem nach sich zieht: Sie müssen schnell sein und eine möglichst kurze Belichtung wählen, damit die Bilder scharf werden. Bei vielen Kameras gibt es dafür eine spezielle Sportautomatik.

3. Ganz nah.

Experimentieren Sie ruhig auch mal mit unterschiedlichen

Brennweiten und Perspektiven. Generell gilt die Faustregel: Der Fotograf sollte mit dem Kind auf Augenhöhe sein. Aber natürlich können auch Fotos aus der Froschperspektive oder eine über das Kind gehaltene Kamera tolle Aufnahmen ergeben. Gerade bei Aufnahmen von Porträts sollte das Weitwinkel-Objektiv im Schrank bleiben, denn es verzerrt die Gesichtszüge. Manchmal sagt ein kleines Detail, etwa ein Kinderfuß oder eine Hand, mehr aus als eine Totale. Arbeiten Sie mit Tiefenunschärfe, für eine harmonische Bildkomposition. Das funktioniert am besten mit Teleobjektiven. Zudem sollte die Blende weit geöffnet sein (kleine Blendenzahl).

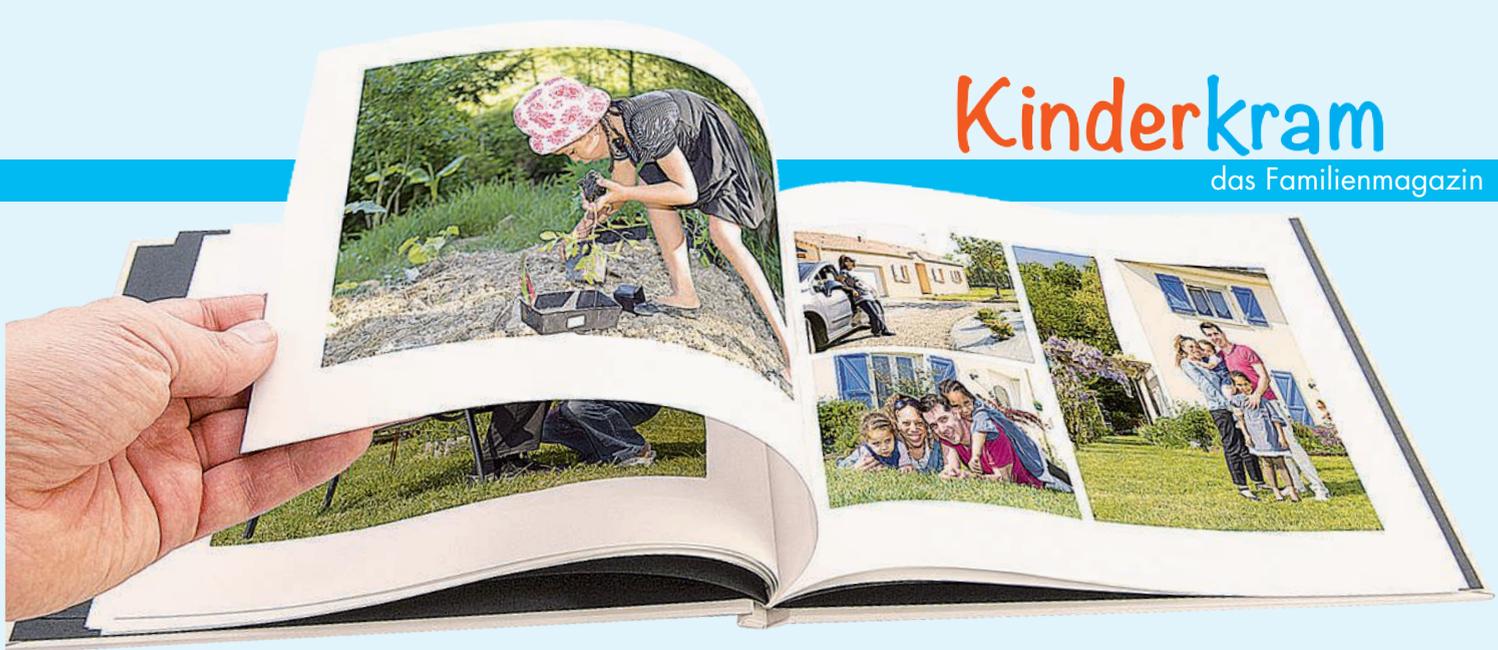
4. Richtig blitzen.

Die meisten integrierten Blitze blitzen viel zu hart – und zudem frontal. Das gibt nicht

nur unschöne Schlagschatten, sondern lässt das Foto weniger plastisch aussehen. Also: besser den Blitz ausschalten. Eine Alternative kann es oftmals sein, den ISO-Wert der Kamera höher einzustellen. Manchmal geht es aber dann doch nicht ohne Blitz. Es lohnt sich, in einen Aufsteckblitz zu investieren, den man so einstellen kann, dass er indirekt blitzt. Etwa, indem man ihn gegen die Decke oder eine Wand richtet und das Licht so auf das Model reflektiert. Und natürlich lassen sich mit gezielter Lichtführung auch richtig tolle Fotos schießen. Das ist dann aber am besten in der kontrollierten Umgebung eines Fotostudios möglich.

5. Die Kleinen bei Laune halten.

Je nach Alter und Vorlieben des Kindes sollten Sie sich eine



Es lohnt sich, aus der Bilderflut am PC regelmäßig ein Fotobuch zu gestalten. Foto: DURIS Guillaume - fotolia.com

individuelle Strategie überlegen wie Sie die besten Ergebnisse erzielen. Babys sind nicht immer gleich wach und gut aufgelegt. Ein spannendes, vorher unbekanntes Spielzeug kann vielleicht den Entdeckerdrang wecken und für einen tollen Gesichtsausdruck sorgen. Bei älteren Kindern hilft es vielleicht eher, wenn sich diese mit einem ihrer Lieblingsgegenstände, etwa einem Fahrzeug oder einer Puppe, beschäftigen können. Teenager sollten Sie in die Planung der Fotos und

möglicher Requisiten einbeziehen. So fühlen sie sich später nicht unwohl mit den von ihnen gemachten Aufnahmen.

6. Dran bleiben.

Am Anfang wird jeder kleine Entwicklungsschritt festgehalten, die Flut an Bildern ist – vor allem im digitalen Zeitalter – gigantisch. Mit der Zeit nimmt sie bei den meisten Eltern allerdings ab. Was schade ist, denn jedes Alter ist spannend. Ein guter Ansatz kann es sein, sich einen festen Termin im

Monat zu setzen, an dem man sein Kind fotografiert. In Alltagssituationen, vielleicht aber auch bei einem Ausflug und in ein paar gestellten Aufnahmen. Und natürlich sollten Sie sich ein System überlegen wie Sie die Aufnahmen sichern und archivieren. Gerade Großeltern und Paten freuen sich zudem ab und an auch mal über ein richtiges Foto zum Anfassen, also auf Papier. Oder Sie gestalten jedes Jahr ein Fotobuch mit den schönsten Erlebnissen Ihres Kindes.

7. Augenblicke erleben.

Gerade bei besonderen Anlässen wie Taufe, erstem Kindergarten, Einschulung oder Theateraufführungen gehören Fotos natürlich dazu. Allerdings sollten Sie sich vorher überlegen, ob Sie Ihre Kamera an diesen Tagen nicht lieber aus der Hand legen, um den Moment zu genießen. Konservieren können diesen dann auch andere Menschen für Sie: Verwandte oder Freunde - oder sogar ein eigens dafür engagierter Profifotograf. Birthe Rosenau



WEITERBILDUNGSADRESSE IN IHRER NÄHE

Lernen in jedem Alter und ein Leben lang – Perspektiven für lernfreudige Menschen

Seminare für Berufsrückkehrer/innen

• Projekt- und Teamassistentz (w/m)

Sie sind qualifizierte Berufsrückkehrerin mit einer abgeschlossenen kaufmännischen Berufsausbildung oder einem abgeschlossenen Studium und/oder mehrjähriger Berufserfahrung? Hier können Sie sich zusätzlich qualifizieren in aktuellen EDV-Programmen von Microsoft Office, Projektorganisation, Kommunikation und Präsentation.

• Büroassistentz (w/m)

Sie sind Berufsrückkehrerin mit einer kaufmännischen Ausbildung (z.B. Bürokauffrau) oder einer Ausbildung zur Arzthelferin und/oder mehrjähriger Berufserfahrung im kaufmännischen Bereich? Hier können Sie sich mit Hilfe der gängigen aktuellen EDV-Werkzeuge der heutigen Büro- und Kommunikationstechniken weiter qualifizieren für allgemeine Bürotätigkeiten in allen kaufmännisch-verwaltenden Bereichen.

Nachholen eines kaufmännischen Berufsabschlusses

Sie haben bereits mehrere Jahre im kaufmännischen Bereich gearbeitet, haben aber keinen IHK-Berufsabschluss? Hier können Sie sich in allen prüfungsrelevanten Lerngebieten vorbereiten für die Externe IHK Prüfung, in Vollzeit- und Teilzeitform. Im Frühjahr und Herbst können Sie sich jederzeit anmelden!

Kfm. Sachbearbeiter (w/m) mit IHK Teilqualifizierung (Buchführung oder Lohn- und Gehalt)

Sie haben eine kaufmännische Ausbildung oder mehrjährige kfm. Berufserfahrung und möchten sich weiterbilden? Hier können Sie sich in Vollzeit- oder Teilzeitform weiter qualifizieren in den gängigen EDV-Programmen. Außerdem können Sie in den Bereichen Buchführung oder Entgeltabrechnung eine IHK anerkannte Teilqualifizierung erwerben. Ein Einstieg ist monatlich möglich.

Auf unserer Internetseite finden Sie viele weitere Informationen zu unserem Seminarangebot.

Für eine mögliche finanzielle Unterstützung können Sie auch Bildungsgutscheine oder den Bildungsscheck des Landes NRW nutzen.

Bei Interesse über Details zögern Sie nicht, uns anzurufen. Wir freuen uns auf Sie!



Technologiezentrum Glehn GmbH

Hauptstraße 74 - 76 · 41352 Korschenbroich

Telefon: 02182 - 8 50 70 · info@tz-glehn.de · www.tz-glehn.de



Mode



Regenjacke Mädchen
Für verregnete Herbsttage:
Diese gefütterte Regenjacke
für Mädchen mit wattiertem
Futter ist warm, wasserabweisend
und dazu noch stylish.
29,95 Euro



Gummistiefel
Machen Spaß: Diese Gummistiefel
mit Fleecestrumpf sind das passende
Schuhwerk an regnerischen Herbst-
tagen – da hat schlechte Laune
keine Chance. **22,95 Euro**

Mützenset
Passt perfekt zusammen:
Dieses süße Set aus
Mütze, Rundschal und
Handschuhen für Mädchen
ist flauschig und schick.
24,95 Euro



Jacke Jungen
Kuschelweich: Der Jungenmantel
überzeugt mit seinem war-
men Teddyfleecefutter,
dem schönen Woll-
mix und schicken
Knebelknöpfen.
Der Dufflecoat ist
mit einer Kapuze,
großen Taschen
und einem prak-
tischen Reißver-
schluss ausgestattet
und in verschiedenen
Farben erhältlich.
49,95 Euro



Alle Produkte
gesehen bei
www.vertbaudet.de

Jungenhose
Einfach unverwundlich: Diese coole Jungenhose
aus sehr solidem Strukturmaterial eignet sich
besonders gut zum Spielen und Toben. Mit
Dreifachnähten und Verstärkungen an Knie und
Beinsaum. Raffiniert: die Bundweite und die
Beinlänge der Jungen Hose sind verstellbar.
24,95 Euro



Mädchenschuhe
Echt Leder: Die Boots glänzen durch fran-
zösischen Chic und tolle Details wie die
Sohle aus echtem Kautschuk, die
schicken Schmetter-
lingsmotive auf der
Sohle und Leder aus
höchster Qualität.
49,95 Euro



Daunenjacke

Federleicht und warm: Mit der Daunenjacke mit versteckbarer Kapuze in gelb von Marc O'Polo sind alle kleinen Outdoorfans bei Wind und Wetter bestens bekleidet. Denn diese Kinderjacke besteht aus einer federleichten Funktionsfaser, die äußerst atmungsaktiv und angenehm zu tragen ist.

139 Euro



Strickjacke

Schicke Maschen: Ein schöner Hingucker ist die Strick-Jacke zum Knöpfen in bunt von Mexx. Durch die großen Knöpfe kann sie schnell und einfach verschlossen, aber auch offen getragen werden.

35,90 Euro

Regenjacke

Für Pfützenwetter: Die Regenjacke Monster Truck von Hatley bringt kleinen Autofans besonders viel Spaß. Das weiche Material ist mit einem tollen Innenfutter aus Frottee ausgelegt, das macht die Jacke extra kuschelig.

50 Euro



Alle Produkte gesehen bei www.tausedkind.de

- Anzeige

„Schulranzen-Saison in Erkelenz eröffnet“ – ein Weg, der lohnt!

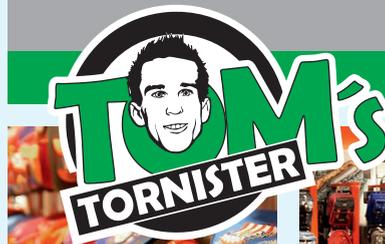
Christopher Viehausen bietet mit „Tom's Tornister“ unter dem Motto „aussuchen, anfassen, anziehen“ eine Riesenauswahl an verschiedenen Markenranzen und tollen Angeboten. Die zukünftigen ABC-Schützen können unter zahlreichen vorrätigen Ranzen bei einem der größten Offline-Händler der Region ihren Favoriten auswählen und sofort ausprobieren.

Gerade beim Ranzenkauf ist es wichtig, das Produkt anzufassen und anzuziehen. Mit einem speziell geschulten Team kümmert man sich bei „Tom's Tornister“ um die individuellen Bedürfnisse der Kinder. „Wir nehmen uns die Zeit und schauen genau hin, welcher Ranzen auch unter gesundheitlichen Aspekten auf welchen Rücken passt und auf Dauer problemlos getragen werden kann.“

Um den Kindern einen noch besseren Blick auf ihren zukünftigen Ranzen zu ermöglichen, gibt es den elektronischen Spiegel, in dem sich die Kinder mit ihrem zukünftigen Ranzen von vorne und auch von hinten sehen können. Als kleines Andenken bekommt jedes Kind beim Ranzenkauf die bekannten Viehausen-Coupons und eine Urkunde mit Erinnerungsfoto: „Mein erster Ranzen und ich“. Nicht nur die Ranzen von „Tom's Tornister“, sondern auch der nachhaltige Viehausen-Service begleitet die zukünftigen i-Dötzchen einige Jahre auf ihrem spannenden Weg durch die Schulzeit. „Wir stehen persönlich und nicht nur auf Mouse-Click zur Verfügung. Die kostenfreie Garantie-Abwicklung und Leihranzen sind für uns selbstverständlich!“, so Christopher Viehausen.

**Viehausen „Tom's Tornister“ Kölner Straße 16a+b
41812 Erkelenz Tel.02431-96690**

SCHULTASCHEN-PROFI-SHOP



...ein Weg der lohnt!



- AUSSUCHEN - ANFASSEN - ANZIEHEN - MITNEHMEN
- Kompetente, individuell auf das Kind abgestimmte Beratung (insbesondere Gesundheit und Sicherheit)
- Reparaturannahme und Leihranzen
- Einfache Garantieabwicklung ohne (Porto-) Kosten
- Unser Service, Leistung und Preis: Unterm Strich einfach günstiger



viehausen
Buch Schule Hobby Büro

Friedrich Viehausen GmbH
Kölner Straße 16 a+b 41812 Erkelenz
Tel. 0 24 31 - 96 690

Alternative Wege zum Wunschkind

„Nie wieder ausschlafen. Fingerfarben auf dem Laptop. Handy versenkt. Gerne – wäre nur ein Kind da.“ Mit diesen Worten – untermalt mit entsprechenden Fotos von Babys – bringt der Verein Wunschkind auf den Punkt, was etwa zwei Millionen Paare in Deutschland fühlen: Sie sind von ungewollter Kinderlosigkeit betroffen. Diese kann ganz unterschiedliche Ursachen haben, stellt aber fast immer die Beziehung auf eine harte Probe.

Doch es gibt auch Hoffnung: durch die moderne Reproduktionsmedizin. Auch Adoption kann eine Alternative sein.

Nach der künstlichen Befruchtung bleibt nur Hoffen und Warten. Nur etwa jeder dritte Behandlungszyklus endet mit einem positiven Schwangerschaftstest.

Foto: istockphoto.com/AlexRathis

Die Situation Spätestens nach der Hochzeit beginnen die Fragen. Zuerst noch ein wenig verklausuliert, später immer deutlicher: „Wie sieht es denn mit Nachwuchs bei euch aus?“ Oft ist den Fragen den gar nicht bewusst, dass sie damit in einer offenen Wunde bohren. Ungewollte Kinderlosigkeit ist nach wie vor ein Tabuthema, über das man nicht gerne spricht. Mediziner sprechen davon, wenn nach einem Jahr gezielten Probierens noch keine Schwangerschaft eingetreten ist. Für viele ist es ein regelrechter Schock, wenn sie beginnen zu ahnen, dass ihr Wunsch nach einem eigenen Kind vielleicht nie in Erfüllung gehen wird. Gut gemeinte Ratschläge wie „Das klappt schon noch“ oder „Ihr müsst da ganz entspannt rangehen“ können die seelischen Qualen noch um ein Vielfaches erhöhen. Laut Psychologen kann die emotionale Belastung durch einen unerfüllt bleibenden Kinderwunsch der tiefen Trauer bei dem Verlust eines nahen Angehörigen gleichen.

Die Ursachen In jeweils 30 bis 40 Prozent der Fälle liegen biologische Störungen bei der Frau oder beim Mann vor. Bei etwa 20 Prozent der Paare sind beide Partner nur bedingt fruchtbar. Bei Frauen führen häufig Fehlbildungen oder Funktionsstörungen der Eierstöcke zu einem unregelmäßigen Zyklus, Störungen der Eizellreifung oder zum Ausbleiben des Eisprungs. Bei Männern ist die häufigste Ursache eine eingeschränkte Bildung normaler, gut beweglicher Spermien. In zehn bis 15 Prozent der Fälle ist kein eindeutiger Grund für den unerfüllten Kinderwunsch erkennbar.

Kinderwunschbehandlung Häufig zögern Paare eine Kinderwunschbehandlung hinaus. Viele unterschätzen dabei allerdings die Abnahme der Fruchtbarkeit von Frauen mit zunehmendem Alter, warnt der Verein Wunschkind. Obwohl die Wahrscheinlichkeit schwanger zu werden schon ab dem 30. Lebensjahr sinkt, glauben demnach 40 Prozent aller Männer und Frauen, dies sei erst ab 40 Jahren der Fall. Seit 2004 übernehmen die Gesetzlichen Krankenkassen nur noch 50 Prozent der Behandlungskosten für die ersten drei Versuche. Die Zuzahlung ist auf verheiratete Paare beschränkt. Das Alter der Frau muss zwischen 25 und 40 Jahren, das Alter des Mannes zwischen 25 und 50 Jahren liegen. Seitdem entscheiden sich laut dem Verein Wunschkind deutlich weniger Paare für eine Kinderwunschbehandlung.

Behandlungsmethoden Die Therapie bei ungewollter Kinderlosigkeit ist natürlich von Fall zu Fall ganz unterschiedlich. Das Kinderwunschzentrum Mönchengladbach bietet folgende Behandlungen an:

Hormonelle Ovarstimulation Diese dient dazu, innerhalb eines Monatszyklus die Eierstöcke (Ovarien) dazu anzuregen, mehrere Eizellen (Follikel) zu bilden, um damit mehrere befruchtungsfähige Eizellen zu erhalten.

Insemination Zum Zeitpunkt des – oft hormonell herbeigeführten – Eisprungs werden durch spezielle Verfahren Spermien des Partners aufbereitet und mittels eines dünnen Schlauches in die Gebärmutterhöhle eingebracht. Die Spermien



Heutzutage gibt es viele unterschiedliche Formen von Kinderwunschbehandlungen.

Foto: istockphoto.com/alex-mit

müssen dann lediglich noch den Weg durch die Eileiter bis zu der Eizelle zurücklegen, was die Wahrscheinlichkeit einer Befruchtung erhöht.

In-Vitro-Fertilisation (IVF)

Dies ist die klassische Form der so genannten künstlichen Befruchtung, also der Befruchtung von Eizellen außerhalb des Körpers. Nach der hormonellen Stimulation der Eierstöcke werden kurz vor dem Eisprung die herangereiften Eizellen entnommen und in einem Kulturgefäß mit den aufbereiteten Spermazellen des Ehemannes zusammengebracht. Nach zwei bis drei Tagen im Brutschrank werden bis zu drei befruchtete, mehrfach geteilte Eizellen, die man bereits als Embryonen bezeichnet, mittels Katheter in die Gebärmutterhöhle übertragen.

Mikro-Injektion (ICSI)

Die intracytoplasmatische Spermatozoinjektion (ICSI) unterscheidet sich von der normalen IVF dadurch, dass die Vereinigung der entnommenen Eizellen mit den Spermazellen des Ehepartners unter einem speziellen Mikroskop durchgeführt wird. Die ICSI wird vor allem dann angewendet, wenn die Anzahl, Beweglichkeit und das äußere Erscheinungsbild der Spermazellen sehr stark eingeschränkt sind.

Weitere Verfahren

Zudem gibt es eine ganze Reihe spezieller Verfahren, die in der Regel erst dann zum Tragen kommen, wenn die Standardverfahren ausgeschöpft sind oder von vorneherein klar ist, dass diese bei der Art der Erkrankung nicht zum Erfolg führen werden. So kann beim „Assisted hatching“ etwa unmittelbar vor dem Embryotransfer eine Öffnung in die den Embryo umgebende Hülle eingebracht werden, damit dieser sich leichter in der Gebärmutter einnisten kann. Sollten im Sperma eines Mannes keinerlei Spermazellen zu finden sein, können diese auch durch Punktion der Nebenhoden gewonnen werden. Immer häufiger ist die Kryokonservierung von bei einer IVF oder ICSI überzähligen Eizellen. Diese werden im Vorkernstadium eingefroren, und können für einen späteren Versuch aufgetaut werden.

Chancen und Risiken Mit Hilfe der modernen Verfahren der assistierten Fortpflanzung kann 60 bis 70 Prozent aller Paare mit unerfülltem Kinderwunsch zu einem eigenen Kind verholfen werden. Die Schwangerschaftsraten betragen bei der Insemination etwa 12 bis 14 Prozent, bei der IVF- bzw. ICSI-Behandlung im Bundesdurchschnitt etwa 28

Prozent. Wie nach einer auf natürlichem Wege zustande gekommene Schwangerschaft sind nach einer künstlichen Befruchtung Eileiterschwangerschaften möglich. Zudem ist das Risiko einer Mehrlingschwangerschaft stark erhöht.

Adoption – Alternativer Weg

Viele Paare kommen im Laufe der Kinderwunschbehandlung irgendwann an den Punkt, an dem die seelischen und körperlichen Belastungen zu stark werden. Adoption kann für sie ein Weg sein, ihr Leben doch noch mit einem Kind teilen zu können. Die „soziale Elternschaft“ für ein fremdes Kind wird mit der Adoption auf Lebenszeit übernommen. Kinder

dürfen von Ehepaaren und Einzelpersonen adoptiert werden. Es gibt keine Höchstbegrenzung des Alters – weder für die Eltern noch für das Kind. Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Landesjugendämter empfiehlt jedoch einen Altersabstand von maximal 40 Jahren zwischen Adoptiveltern und -kind. Zurzeit dauert ein Adoptionsverfahren etwa zwischen zwei und sieben Jahren. In Deutschland gibt es zudem die Möglichkeit, Kinder für einen befristeten oder unbefristeten Zeitraum zur Pflege in die eigene Familie aufzunehmen. Der Unterschied zwischen Adoption und Pflege besteht darin, dass das Pflegekind juristisch gesehen das Kind seiner leiblichen Eltern bleibt.

Birthe Rosenau

Kinderkram – Expertentipp

Kinderwunschzentrum Mönchengladbach

Etwa 900 Paare kommen pro Jahr in die Klinik, um sich beraten zu lassen. Daraus entstehen 650 bis 700 Behandlungszyklen, erläutert Dr. Thomas Schalk, medizinischer Leiter. Im Schnitt ist die Behandlung nach etwa einem Jahr abgeschlossen. „In dieser Zeit können wir etwa 60 bis 70 Prozent der Paare zu einem Kind verhelfen, von denen aber 18 bis 20 Prozent bei Nachweis einer klinischen Schwangerschaft leider doch noch eine Fehlgeburt erleben“, sagt Schalk. Die Erfolgsaussichten sind abhängig vom Alter der Frau sowie der Qualität der Spermien. Im Durchschnitt liegen diese bei der Insemination zwischen 10 und 14 Prozent, bei der IVF bei 30 Prozent und bei der ICSI bei 33,5 Prozent. Die Klinik hat neben dem Standort in Mönchengladbach einen weiteren in Krefeld, ein eigenes andrologisches Labor, ein eigenes Hormonlabor, zwei Ärzte (die Praxisinhaber Dr. Georg Döhmen und Dr. Thomas Schalk), eine angestellte Ärztin sowie zwei Ärztinnen für Komplementärmedizin (Akupunktur). Es besteht eine andrologische Kooperation mit Prof. Sperling und Dres. Horn & Funkel (Zenturo) für die operativen Eingriffe beim Mann sowie eine externe psychologische Begleitung von zwei Psychologinnen aus Mönchengladbach.

nau

Mehr Informationen unter www.pro-kindwunsch.de oder Telefon 02161 49686-0.



H. Schnitzler e.K.

Meerweg 21 · Gewerbegebiet Senefelderstraße
41066 Mönchengladbach/Neuwerk · Tel.: 0 21 61 - 66 28 19

Öffnungszeiten: Mo-Do: 8.00 - 12.30 + 13.15 - 18.00,
Fr: 8.00 - 12.30 + 13.15 - 16.30, Sa*: 9.00 - 12.30 *nur Verkauf
info@schnitzler-fahrzeugbau.de · www.schnitzler-fahrzeugbau.de

Anhänger
Verkauf &
Vermietung

Exklusiv bei Ihrem
Fachhändler in Neuwerk.



Stress vermeiden, Familienzeit gewinnen

Berufstätige Eltern würden lügen, wenn sie behaupteten, der Alltag zwischen Schreibtisch, Kindergarten und Kochtopf ließe sich an jedem Tag problemlos und vor allem stressfrei wuppen. Selbst bei vermeintlich perfekter Organisation lassen sich hin und wieder kleine Wirbelstürme oder Stolpersteine nicht vermeiden.

Der Grund: Der Mensch an sich und im Besonderen kleine Kinder sind keine Maschinen. Termin- und Leistungsdruck setzen den Erwachsenen zu und der Nachwuchs nimmt gemeinhin nun mal kein Blatt vor den Mund, wenn er keine Lust auf KiTa hat. Hinzu kommen fiebrige Erkältungen, aufgeschlagene Knie oder Ellbogen, die so manche gute Planung einfach über den Haufen werfen. Auch pädagogische Tage, Lehrerausflüge oder Elternsprechtage, die mehrfach im Schuljahr für Unterrichtsausfälle

sorgen, stellen die Familien in ihrer Alltagsroutine immer wieder vor Herausforderungen. Und trotz sich verändernder Rollenbilder sind es in den meisten Familien immer noch die Mütter, die den Löwenanteil an Hausarbeit und Organisation erledigen – auch wenn sie selbst berufstätig sind.

Offenheit siegt: Wer sich bewusst macht und auch selbstbewusst vertritt, dass Eltern nie die Freiräume haben können, wie kinderlose Kollegen, hat einen ersten Schritt getan, um der Stressfalle Alltag zu entgehen. Die KiTa hat eben in aller Regel eingeschränkte Öffnungszeiten, darauf kann man den Arbeitgeber aufmerksam machen. Soll heißen: Mal spontan eine Überstunde einlegen, ist für berufstätige Eltern und vor allem für Alleinerziehende kaum möglich. Deshalb diesen Fall lieber im Vorfeld mit dem Chef besprechen: Nach dem Motto: „Ich bin gerne bereit, bei Bedarf Mehrarbeit zu leisten.

Nur muss ich mich so frühzeitig darauf einstellen können, damit ich die Kinderbetreuung in dieser Zeit regeln kann.“

Zeitfenster einplanen:

Wer es morgens schafft, eine Viertelstunde früher aufzustehen und dafür den Tag in Ruhe mit dem Kind oder den Kindern zu beginnen, hat schon gewonnen. Hinweise auf die jeweilige Tagesstruktur kommen beim Schulkind viel besser

an, wenn es Zeit genug hat zuzuhören. Ein zwischen Tür und Angel hastig hingeworfenes: „Heute-gehst-du-bitte-nach-der-Schule-direkt-zu-Oma“, läuft Gefahr, überhört zu werden. Auch am Nachmittag läuft das Abholen aus der KiTa stressfreier ab, wenn man noch ein paar Minuten sich das neueste Bastelwerk anschauen oder den neuen Kindergartenkumpel des Nachwuchses kennen lernen kann. Auch das Thema „Einkauf“ kann man besser



Foto: istockphoto.com/Yuri Arcurs

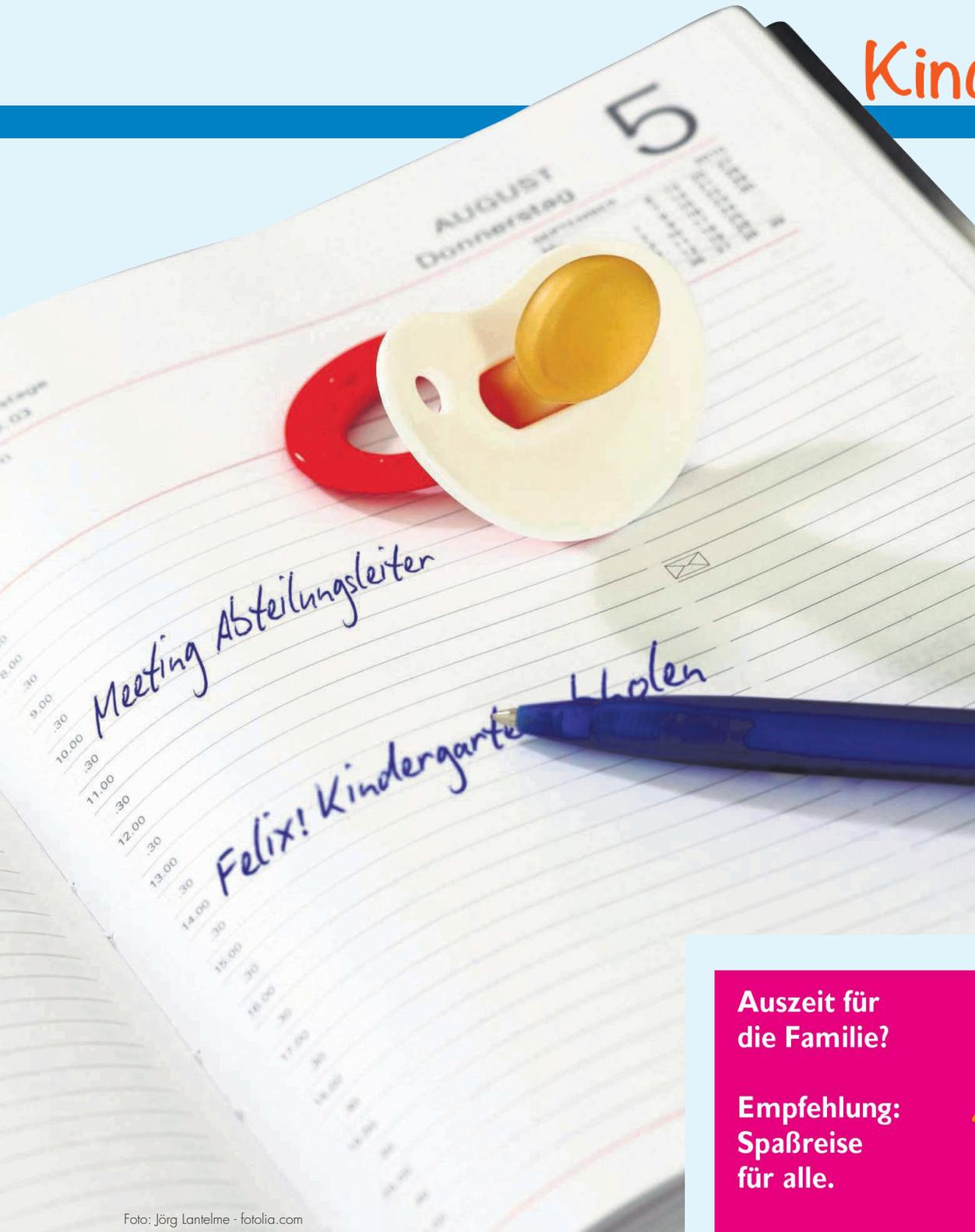


Foto: Jörg Lantelme - fotolia.com

und – viel schlimmer noch – den Erwartungen der Umgebung genügen, wird man als berufstätige Eltern zwangsläufig unter die Räder kommen. Daher ist Gelassenheit wichtig. Das Staubsaugen kann man auch mal auf den nächsten Tag schieben, ohne dass man gleich Gefahr läuft, im Chaos unterzugehen.

Zum Schluss: Die Gesellschaft will und braucht Kinder und die Arbeitgeber können auf gut ausgebildete Mitarbeitende – Mütter wie Väter – nicht verzichten. Das sollten Familien verinnerlichen und auch so vertreten. Wer ein größeres Unternehmen als Arbeitgeber hat, kann vielleicht mal die Gründung einer Betriebskita anregen oder aber auf flexiblere Arbeitszeitmodelle hinweisen. Dabei ruhig mutig sein. Viel häufiger als man denkt, wird man hier auf offene Ohren stoßen.

Stefanie Bona

planvoll erledigen, als an jedem Tag hektisch nach der Arbeit noch in den Supermarkt zu stürmen, weil wieder mal irgendetwas fehlt.

Ordnung halten: Selbst kleinen Kindern kann man schon vermitteln, beim Nachhausekommen die Schuhe und Jacken auszuziehen und an den richtigen Platz zu bringen. Genauso lässt sich vermitteln, dass jeder seinen Teller nach dem Essen wegräumt und beim Zähneputzen die Zahncremetube zuschraubt. An dieser Stelle lassen sich zahlreiche Beispiele finden, an denen die Familienmitglieder in die Hausarbeit einbezogen werden können. Denn nichts ist nerviger, als

nach einem anstrengenden Arbeitstag das Haus und die Wohnung zu betreten und über herumfliegende Schuhe zu fallen und in eine unaufgeräumte Küche zu treten. Das signalisiert nämlich sofort: Zu Hause geht die Arbeit ohne Unterbrechung weiter.

Ansprüche verändern: Wer Kinder hat und dazu noch berufstätig ist, muss sich von Perfektion verabschieden. Haus und Garten werden wahrscheinlich nie so aussehen können, wie die des kinderlosen Ehepaares nebenan oder der Freundin, die der Familie wegen gerade eine Auszeit vom Beruf nimmt. Will man stets den eigenen

Auszeit für die Familie?

Empfehlung: Spaßreise für alle.



meinreisespezialist
Sehr persönlich rtk;-)



So kommt im Urlaub jeder auf seine Kosten. Und so sparen Sie effektiv. Mit einer Pauschalreise, die Ihre Wünsche erfüllt und gleichzeitig auf's Budget achtet. Unsere Experten für „Günstigut-Urlaub-machen“ beraten Sie gern.

Preisbeispiel:
14 Tage Mallorca
1,2 Fly Fun Club Valentin Park
15.05.-29.05.2014
ab Düsseldorf
2 Erwachsene & 2 Kinder
all inklusive

€ 2368,-

weitere Angebote bei uns im Reisebüro!



37° Service im

Lürriper - Reisebüro
HAUPTS

Neusser Str. / Ecke Myllendonkerstr.
41065 Mönchengladbach
Telefon: 02161/82098 0
www.haupts-reisen.de





Foto: istockphoto.com/sean

Wenn Eltern sich scheiden lassen...

Mit der Trennung der Eltern ist plötzlich alles anders. Da mischen sich Gefühle wie Wut, Enttäuschung und Trauer mit Sehnsucht – aber auch Erleichterung. Denn eine streitgeladene Atmosphäre tut niemandem gut.

„Lasst ihr euch jetzt scheiden?“ fragt Lisa abends beim Schlafengehen ihre Mutter. Am Nachmittag hatten sich die Eltern gestritten, Mama hat geweint und Papa die Tür zugeknallt. Und beim Abendessen hatte keiner ein Wort

geredet, noch nicht einmal angesehen haben die Eltern sich. Lisa kennt aus dem Kindergarten einige Kinder, deren Eltern sich getrennt haben. Und dass das etwas mit Streit zu tun hat, weiß sie auch.

Gut ist es, wenn Eltern ihr Kind in solch einer Situation beruhigen können, denn dass der Haussegen schief hängt, kommt schließlich überall einmal vor. Nicht immer reinigt jedoch ein heftiges Gewitter die Luft. Manchmal folgt Streit auf Streit, wird zur Gewohnheit und Eltern kommen zu dem Schluss, dass sie nicht mehr zusammen bleiben wollen. Auch wenn ein Kind schon lange spürt, dass etwas

nicht stimmt, empfindet es die Nachricht, dass seine Eltern sich trennen wollen, wie einen Keulenschlag. Gerade für Kinder bis zum Schulalter ist die stabile Bindung zu beiden Elternteilen ein zentraler Punkt für ihre Entwicklung. Dennoch ist ihnen mit Verschweigen nicht geholfen, denn schwelende Konflikte sind für die Kinder meist viel bedrohlicher als ein offen ausgesprochenes Problem.

In Deutschland wird nahezu jede dritte Ehe geschieden, in Großstädten sogar oft jede zweite. Für die betroffenen Kinder ist das – paradoxerweise – nicht immer eine negative Nachricht: Da die Trennung ihrer Eltern kaum mehr einem gesellschaftlichen Makel unterliegt, fallen sie kaum noch auf und werden deswegen nicht mehr stigmatisiert. Dennoch: Wenn Eltern ihrem Kind sagen müssen, dass sie sich trennen, sollten sie das möglichst behutsam und gemeinsam tun, sofern nicht die Gefahr besteht, dass sofort wieder ein Streit entbrennt. Am besten ist es vor allem für kleinere Kinder, in einfachen, klaren Worten zu sprechen und den Nachwuchs nicht mit zu vielen Details zu belasten, die es doch nur überfordern würden. Bei kleinen Kindern ist das „magische Denken“ noch ausgeprägt, was die Schuldgefühle, die es hat,

verstärken kann. So wie das kleine Kind glaubt, es gäbe den Osterhasen entgegen der Vernunft wirklich, so glaubt es auch, dass die Eltern sich trennen, weil es einmal im Auto herumgeschrien hat und der Vater darauf sagte: „Ich halte es mit diesem Kind nicht mehr aus.“ Wichtig ist es, dem Kind diese Schuldgefühle zu nehmen. Ältere Kinder ab etwa neun Jahren können Eltern fragen, was sie von Scheidungen wissen und ob sie jemanden kennen, dessen Eltern nicht mehr zusammen sind. Auch wenn das Kind diese „Scheidungskinder“ als lebensfroh und positiv erlebt, ist es wichtig, ihm zu sagen, dass die Eltern weiterhin zuverlässig für es da sein werden.

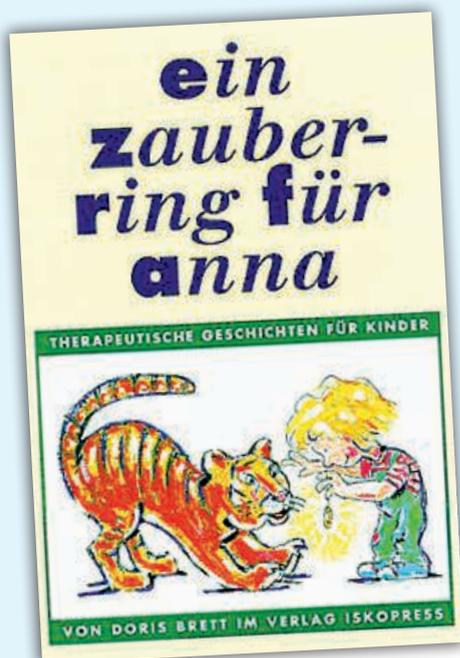
Um dem Kind den Abschied von dem ausziehenden Elternteil so leicht wie möglich zu machen, sollten Eltern ihm genau erklären, wie und wo Papa oder Mama wohnen, schlafen und essen werden. Kinder machen sich Sorgen um ihre Eltern. Wenn das Kind weiß, dass es Mama oder Papa in der neuen Wohnung gut geht, ist das beruhigend. Es soll aber auch wissen, wann und zu welchen Gelegenheiten es das ausgezogene Elternteil wiedersehen wird. Zunächst stellt die Trennung für Kinder eine Tragödie dar. Wenn Mutter oder – wie in den meisten Fällen – der

Vater auszieht, geht für das Kind unwiederbringlich eine Epoche zu Ende und das Leben wird nie wieder so sein wie vorher. Wenn die Eltern es trotz ihrer eigenen Trauer und Enttäuschung nach der Trennung schaffen, gemeinsam zum Wohle des Kindes zu entscheiden, müssen die Kleinen langfristig nicht unter dem Verlust eines Elternteils leiden. Denn unter einer Trennung (ohne langen, hässlichen Rosenkrieg) leiden alle Beteiligten in der Regel weniger als unter einer trostlosen, lieblosen und von Streit geprägten Familiensituation.

Vera Straub



Foto: Dan Race - fotolia.com



Kinderkram – Expertentipp

Buchtip:

Für Kinder gibt es ein schönes therapeutisches Geschichtenbuch: Annas geliebte Eltern lassen sich scheiden. Die kleinen Leser identifizieren sich mit Anna und erleben gemeinsam, wie alles gut wird. Und Eltern finden leichter die passenden Worte, wenn sie eine therapeutische Geschichte vorlesen und anschließend darüber sprechen.

Brett, Doris (2008): Ein Zauberring für Anna. Therapeutische Geschichten für Kinder von 3 bis 8 Jahren. Iskopress, Salzhäusen (21,50 Euro)

MUSIKSCHULE ARZOUNI
KINDERGEBURTSTAGE FEIERN!
 Wir, das Team der Musikschule Arzouni, lassen jeden Geburtstag zu einem unvergesslichen Erlebnis werden. Während man sonst die Stars nur im Fernsehen sieht, wird hier jedes Kind zum Star für einen Tag.
 Jetzt anmelden: Duvenstraße 25 · 41199 Mönchengladbach
 Telefon 02166-2633229 · www.musikschule-arzouni.de

Familienfreundlich!!
 Bei Vorlage dieser Anzeige und Verzehr im Restaurant erhalten Sie bei Bestellung von **4 Pizzen** die günstigste Pizza **gratis**.
 Gültig bis 30.11.2013
 Nido
 Stephanstr. 10 · M'gladbach
 Tel. 0 21 61/20 63 67
 www.restaurant-nido.de • tägl. 11.30–22.30 Uhr

Impressum

Sonderbeilage

Verlag:
 Report Anzeigenblatt GmbH
 Blumenberger Str. 143-145
 41061 Mönchengladbach
 Telefon: 02161/81 98-0
 Telefax: 02161/81 98-40
 (Verlagsanschrift ist gleichzeitig Anschrift für nachstehend aufgeführte Personen)

Verlagsleitung:
 Dietmar Scheimann
Verantwortlich für Anzeigen:
 Lutz Mallwitz



Redaktion: Ulrike Mooz,
 Rheinland Presse Service GmbH

Grafik & Satz: Boris Pach,
 info@teufelswerkstatt.com

Titelbild:
 micromonkey - fotolia.com

Druck:
 Rheinisch-Bergische
 Druckerei GmbH & Co. KG,
 Zülpicher Straße 10,
 40549 Düsseldorf

Gemeinsam Lernen – doch wer zahlt?

In Nordrhein-Westfalen ist die Inklusion zum Politikum geworden. Schülerinnen und Schüler mit und ohne Behinderung sollen zukünftig verstärkt vom Gemeinsamen Lernen profitieren, doch die Umset-

zung des Abkommens der Vereinten Nationen wurde erneut verschoben. Hauptstreitpunkt ist die Finanzierung der nötigen Erweiterung der baulichen und personellen Ausstattung der Schulen.

Die nordrhein-westfälische Landesregierung will das gemeinsame Lernen von Kindern und Jugendlichen mit und ohne Behinderung in den Schulen ausbauen. So soll die Förderung von Schülern mit unterschiedlichen Behinderungen in allgemeinen Schulen mittelfristig zum Regelfall werden, teilt das Schulministerium in NRW mit. Dieses so genannte „inklusive“ Schul-

system wird auch von den Vereinten Nationen gefordert, das entsprechende Abkommen trat für Deutschland bereits 2009 in Kraft. Alle Vertragsstaaten verpflichteten sich damit, ein inklusives Bildungssystem auf allen Ebenen umzusetzen. Die Umsetzung des Abkommens in Deutschland ist Ländersache.

Schon seit den 1980er Jahren ist in den Schulen in NRW das gemeinsame Lernen möglich. Eltern müssen einen Antrag für ihr Kind mit sonderpädagogischem Förderbedarf stellen, damit es am gemeinsamen Unterricht teilnehmen darf. Die Schulaufsicht soll bisher dem Wunsch der Eltern soweit als möglich nachkommen, einen Rechtsanspruch gibt es bisher noch nicht. Der Anteil des gemeinsamen Lernens stieg in den letzten Jahren stetig an: In der Grundschule lernten im Schuljahr 2012/2013 bereits 33,6 Prozent der förderungsbedürftigen Schülerinnen und Schüler, in der Sekundarstufe I waren es 18,4 Prozent. Für das Jahr 2023 rechnet das Ministerium mit einer Quote von 65 Prozent.

Im März 2013 brachte die Landesregierung in Nordrhein-Westfalen einen Gesetzesentwurf zur Umsetzung der Behindertenrechtskonvention in Schulen in den Landtag ein. Doch die Frage nach der Finanzierung ist ungeklärt. Ein Gutachten der Kommunalen Spitzenverbände zeigt, dass durch die Inklusion Kosten in



Foto: shootingankauf - fotolia.com

Inklusion!

Millionenhöhe auf Städten und Gemeinden zukommen. Denn um gemeinsames Lernen zu ermöglichen, muss eine Schule personell und sächlich entsprechend ausgestattet sein. Die Kommunalverbände fordern die Kostenübernahme durch das Land, das Land sieht die Zuständigkeit für die Schulträgerkosten bei den

Kommunen und will die Zahlen des Gutachtens prüfen. Nicht nur Eltern fordern jetzt die schnelle Verabschiedung des 9. Schulrechtsänderungsgesetzes. Bereits im letzten Jahr wurde das Gesetz verschoben, da keine finanzielle Einigung erzielt werden konnte. Auch in diesem Jahr wurde die Entscheidung über das

neue Inklusionsgesetz erneut um einen Monat auf Oktober verschoben. Doch die Änderung des Schulrechts soll trotz der weiteren Verzögerung zum Schuljahr 2014/2015 erfolgen. Ab dann soll der

Rechtsanspruch auf gemeinsamen Unterricht etabliert werden. Die Regierungsparteien wollen jetzt im Oktober über ein neues Inklusionsgesetz entscheiden.

Brigitte Bonder



Neufahrzeuge mit Kurzzulassung!!



ab 16.390,- €

z. B. CITROËN Berlingo HDi 90 Selection
...ist einer von zahlreichen Berlingo Modellen mit Kurzzulassung aus unserem aktuellen Angebot. Informieren Sie sich bei unseren Verkaufsberatern oder unter www.ahk-citroen.de; Gebrauchtwagen.

CITROËN empfiehlt TOTAL

Abbildungen zeigen evtl. Sonderausstattung.

CREATIVE TECHNOLOGIE



Privatkundenangebot gültig bis 31.12.2013

Kraftstoffverbrauch innerorts 5,3 l/100 km, außerorts 4,4 l/100 km, kombiniert 4,7 l/100 km, CO₂-Emissionen kombiniert 123 g/km. Nach vorgeschriebenem Messverfahren in der gegenwärtig geltenden Fassung.



Autohaus Krefelder Straße GmbH & Co. KG (H) • Krefelder Straße 30 • 41063 Mönchengladbach • Telefon 02161 / 659080 • Fax 02161 / 651955 • kontakt@ahk-citroen.de

(H)=Vertragshändler, (A)=Vertragswerkstatt mit Neuwagenagentur, (V)=Verkaufsstelle

Die schönsten Urlaubsorte für Familien

Abenteuer-Wanderungen, Rafting, Eselreiten oder Skizirkus – viele Destinationen haben ihre Angebote für Familien stark erweitert. Die Berge locken mit Outdoor-Aktivitäten speziell für

Outdoor-Aktion mit Kinderwagen – Abenteuerwandern in Tirol

Die Tiroler Alpenregion Serfaus-Fiss-Ladis punktet im Herbst mit Wander- und Outdoorsport-Möglichkeiten für die ganze Familie. Die drei Gemeinden liegen auf einem Hochplateau und bieten 500 Kilometer Wanderwege, die bis auf 3.000 Meter hinauf führen und teilweise sogar mit Kinderwagen begehbar sind. Kids können sich vor Ort einen „Abenteuer-Rucksack“ mit Kompass und Fernglas ausleihen und als kleine Detektive auf „Abenteuer-Wanderwegen“ Rätsel lösen. Auf zwei Rädern geht es über 200 Kilometer Radwege, davon 85 Kilometer ausgeschilderte E-Bike-Strecken, die einzelnen Touren dauern 30 Minuten bis zwei Stunden und führen zu urigen Almwirtschaften. Speziell für Kinder und Jugendliche werden auch Mountainbike-Trainings und -Ausflüge angeboten. Ein besonderes Erlebnis sind Trekking-Touren mit

geländegängigen Segways. Auf den Stehrollern können bereits Kinder ab zwölf Jahren nach einer kurzen Einführung auf Waldwegen hinauf zu den Berghütten fahren.

Wo es noch warm ist – Kroatiens letzte Sonnentage

Fels- und Kieselstrände auf den Inseln der Kvarner Bucht, die mondäne Riviera von Opatija und das hügelige Hinterland – bei herbstlich milden Temperaturen atmet die kroatische Region Kvarner nach dem großen Touristenansturm im Sommer wieder tief durch. Fast einsam sind die Strände auf Krk, in den Wellness-Hotels rund um Opatija sind wieder Zimmer frei, das Angebot an günstigen Ferienwohnungen ist groß. Oft ist das kristallklare Wasser an den Kies- oder Felsstränden noch warm genug für einen Sprung ins Meer, im Hinterland beginnt für Abenteuerlustige auch wieder die Rafting-Saison. Bei Familien ist besonders Camping in

Jugendliche; an der Adria oder auf Gran Canaria verlängern viele Familien den Sommer. Und wer jetzt schon die Winterreise bucht, schont die Urlaubskasse.



Esel- und Pony-Reiten.

Foto: www.foto-mueller.com

Kroatien beliebt. Der Vorteil im Herbst: Es gibt kaum Staus bei der Anreise, die Preise für Stellplätze sinken. Wer keinen eigenen Wohnwagen hat, mietet sich die fast überall verfügbaren Mobilhäuser für die ganze Familie – oft direkt am Meer.

Spaß mit dem Zauberteppich – Hüttenurlaub auf der Reiteralm

In der eigenen Hütte können sich Familien selbst versorgen: Die Bergchalets der Almwelt Austria liegen direkt an der Weltcupabfahrt der Reiteralm. Im ersten Stock bieten zwei Zirbenholz-Zimmer mit jeweils eigenem Bad und Balkon Platz für Eltern und Kinder, im Erdgeschoss ist eine Wohnküche mit Kachelofen eingerichtet. Wenn die Kids schlafen gehen, ist Zeit für den hütteneigenen Wellnessbereich mit Sauna und Whirlpool.

Morgens werden die Skier direkt vor der Hütte angeschliffen. Erfahrene Skifahrer pendeln über die 4-Berge-Skischaukel nach Schladming, Kinder und Anfänger gehen in die Skischule. Und für die ganz Kleinen gibt es direkt an der Almwelt Austria einen Skikindergarten ab 2 Jahren mit Schneerutschen, Schlittenfahrten und dem beliebten Zauberteppich: das schwarze Liftband bringt die Skizwerges sicher wieder bergauf.

Den Sommer verlängern – Esel-Abenteuer auf Gran Canaria

Die Kanaren sind ein beliebtes Familienreiseziel und im Herbst ermöglichen günstige All-Inclusive Angebote eine sonnige Verlängerung des Sommers bei mildem Klima am Strand. Der Tipp für Familien mit Kindern: Abseits des Strandtrubels schlängelt

Kinderkram – Expertentipp

Informationen über Orte, Unterkünfte und mehr:

www.serfaus-fiss-ladis.at

www.tourismodecanarias.com

www.kroatientravel.com

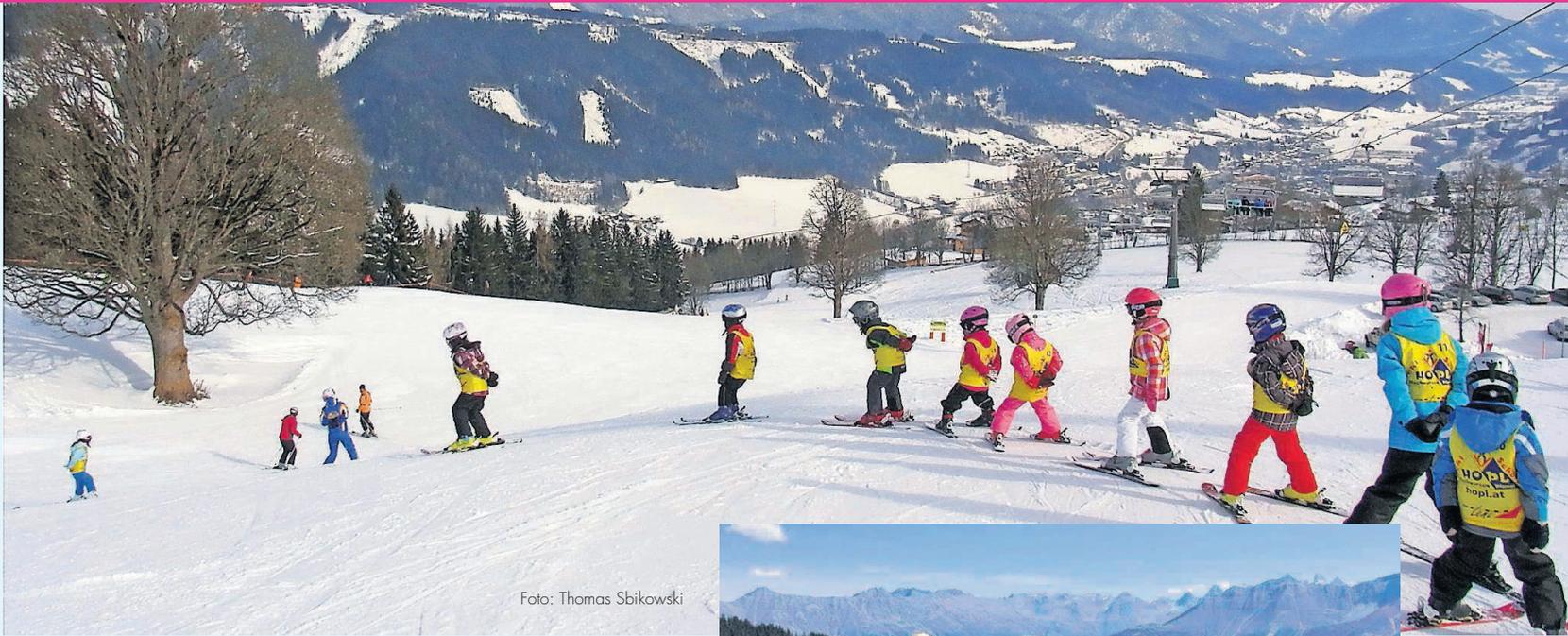


Foto: Thomas Sbkowski

sich eine schmale Straße von Maspalomas in die Berge zur Esel Finca Burrosafari in Taidía. Die Betreiber haben sich die Erhaltung der Rasse der Kanarischen Esel auf die Fahnen geschrieben, über 40 Tiere leben auf ihrer Finca. Auch Zwergziegen, Hasen, Pfauen und Strauße gibt es

hier. Während die Kinder auf den beige bis schwarzen Eseln über Pfade in die Berge reiten oder im Streichelzoo mit Schweinen oder Kaninchen spielen, genießen die Eltern selbstgemachten Käse aus Milch der Hausziegen, Oliven aus eigener Ernte.

Brigitte Bonder



Panoramawandern in Serfaus Fiss Ladis. Foto: www.foto-mueller.com

- Anzeige -

Gesund durch die Grippe-Zeit

Auf den goldenen Herbst folgt der kalte Winter – und mit ihm zugleich triefende Nasen und trockener Husten. Gerade Kinder sind in dieser Zeit einem hohen Infektionsrisiko ausgesetzt und schneller anfällig als Erwachsene. Um gar nicht erst krank zu werden, stellt Dr. Wolfgang Müller, Chefarzt der Kinderklinik im Eltern-Kind-Zentrum Mönchengladbach, die zahlreichen Möglichkeiten zu Schutz und Behandlung von Kinderinfektionskrankhei-

ten vor. Im Rahmen des Gesundheitsforums Mönchengladbach erklärt der Experte allen Eltern und Interessierten, wie Prävention im Alltag, Medikamente und Impfungen ihre Kinder schützen können, und beantwortet alle Fragen, die noch offen geblieben sind. **Die Veranstaltung findet statt am Donnerstag, 28. November, im Krankenhaus Neuwerk an der Dünner Str. 214-216.**

RUNDUM BETREUT – EINE GANZE KINDHEIT LANG

ELTERN-KIND-ZENTRUM MÖNCHENGLADBACH



- Kinderheilkunde
- Geburtshilfe
- Orthopädie
- Unfallchirurgie
- Innere Medizin
- Radiologie
- Chirurgie
- Psychosomatik

**Im Notfall rund um die Uhr für Sie geöffnet:
T (02161) 668-0**

KINDERKLINIK

Donnerstag, 28.11.2013 – Themenabend: „Das infektaanfällige Kind“

Weitere Veranstaltungen:

- Säuglingspflegekurs
- Elternsprechstunde
- Geschwisterschule

GEBURTSHILFE

- Info-Abend für werdende Eltern
- Geburtsplanung

Weitere Angebote

- Sprechstunde für Risikoschwangerschaften
- Großelternabend

Infos, Anmeldungen und Termine für alle Angebote: T (02161) 668-2451

Auf die Plätze, fertig, Spielplatz!

Über 250 Spielplätze unterhält die Stadt Mönchengladbach. Es gibt fünf Abenteuerspielplätze, Wasserspielanlagen, Kombinationen aus Spiel- und Bolzplatz sowie klassische Spielplätze für jedes Kindesalter. Wir haben aus diesem reichhaltigen Angebot sechs Spielplätze besucht und sagen Ihnen, welche Anlagen besonders lohnend sind.

Schloss Rheydt

Ein wenig versteckt auf einer Lichtung in der Nähe der Niers liegt ein neu gestalteter Spielplatz, an dem wohl vor allem die etwas größeren Kinder Gefallen finden. Er besteht bis auf eine allein-stehende Rutsche aus einem einzigen Spielgerät. Doch das große Klettergerüst aus Holz mit seinen unterschiedlich schwierigen Auf- und Abstiegen bietet genug Möglichkeiten sich auszutoben. Wer sich gerne viel bewegt und nicht allzu ängstlich ist, wird an der Kletterei seinen Spaß haben. Zudem befinden sich in der Nähe noch einige Trimm-Dich-Geräte, und auch im Unterholz lässt sich bekanntlich prima spielen. Die Eltern können derweil auf großen Steinen oder Baumstämmen eine Pause einlegen. Andere Sitzgelegenheiten gibt es auf der gepflegten Anlage nicht, was sicher nicht für jeden wirklich bequem ist.

Beller Mühle

Ein kleines Spielparadies mit Geräten für jedes Kindesalter bietet der Spielplatz Beller Mühle. Abseits der Straße am Grüngürtel gelegen ist er in drei Bereiche aufgeteilt. Während die Kleinkinder sehr viel Freifläche haben, um im Sand zu spielen, steht nebenan eine großflächige Kletterlandschaft



Spielplatz am Schloss Rheydt.

Fotos (4): Hans-Peter Reichartz



Spielplatz Volksgarten.

aus Holz, die viele andere Spielgeräte integriert hat. Hier lässt sich ohne Probleme ein Nachmittag verbringen. Zumal der Spielplatz noch über eine besondere Attraktion verfügt: Im dritten Spielbereich steht ein großes Spinnennetz mit insgesamt vier Klettertürmen. Und wer damit noch nicht ausgelastet ist, kann Tischtennis, Basketball oder Fußball spielen. In allen Bereichen des nicht mehr ganz neuen, aber gut erhaltenen Spielplatzes stehen den Eltern genügend

Bänke zur Verfügung, um das Treiben des Nachwuchses zu verfolgen.

Konrad-Röpges-Straße

Auf diesem noch recht neuen Spielplatz mitten in einem Giesenkirchener Wohngebiet werden sich vor allem Vorschulkinder wohlfühlen. Es gibt zwei große Sandflächen, auf denen die Spielgeräte gut verteilt sind und damit noch genügend Freiraum bieten. Während für die große Rutsche schon ein wenig Kletter-

fertigkeit vorhanden sein muss, kommen ansonsten auch die Kleinsten auf ihre Kosten. Es gibt ein Floß, einen Seehund und eine kleine Schildkröte, auf der die Kinder wippen können. Die Eltern können sich auf den Bänken oder auf dem Wiesenstreifen niederlassen, der am Rand und zwischen den beiden Sandflächen liegt. Sorgen um ihren Nachwuchs müssen sie sich hier nicht machen: Der Spielplatz ist von den angrenzenden Spielstraßen gut abgetrennt.



Spielplatz Stadtwald.

Stadtwald

Nicht nur im Sommer, wenn der Wasserbereich zum Plantschen einlädt, ist der große Spielplatz im Stadtwald ein lohnendes Ausflugsziel. Er bietet viele der klassischen und beliebtesten Spielgeräte. So gibt es verschiedene Schaukeln, ein Klettergerüst mit Rutsche und auf einer Anhöhe auch eine lange Seilbahn. Zu den schon etwas älteren Spielgeräten ist nun mit einer kleinen Kletterlandschaft noch eine Attraktion hinzugekommen, auf der sich auch kleinere Kinder schon hinaufwagen können. Zudem grenzen großflächige Wiesen an den Spielplatz an, auf denen es sich prima toben lässt. An Bänken zum Ausruhen mangelt es ebenfalls nicht. Und wer ein paar Gehminuten nicht scheut, kann auch gleich noch den zweiten Spielplatz im Stadtwald besuchen, der ebenfalls mit einem neuen Klettergerät lockt.

Volksgarten

Ein Spinnennetz, Schaukeln, jede Menge Sand, verschiedene Sitzkarussells, eine Kletterlandschaft und Federwipptiere: Auf dem Spielplatz im Volksgarten ist alles vertreten.

Kinderkram | Oktober 2013 31

Manchen Spielgeräten sieht man ihr Alter zwar schon an, ihr Zustand ist aber absolut in Ordnung. Und in der jüngsten Vergangenheit sind auch neue Elemente aus Holz hinzugekommen. Alle Spielmöglichkeiten befinden sich auf einer dafür eher kleinen Fläche, so dass es bei gutem Besuch schon einmal eng werden kann. Doch von den Bänken ringsherum ist für die Eltern alles bestens einsehbar. Zudem liegen direkt nebenan große Wiesen, auf denen Fußball gespielt und herumgetollt werden kann. Und am nahen Volksgartenweiher lassen sich zur Abwechslung wunderbar Enten und Schwäne beobachten.

Abenteuerspielplatz Konzenstraße

Das Angebot dieser offenen pädagogischen Einrichtung in Eicken richtet sich an Kinder und Jugendliche im Alter zwischen sechs und 16 Jahren. Auf der Grundfläche von 3600 Quadratmetern hat das Mitarbeiterteam die größtmögliche Anzahl an Spielmöglichkeiten geschaffen. Fast alle liegen im Freien, einige sind allerdings überdacht. An Abwechslung soll es den Kin-

dern jedenfalls nicht mangeln. Es gibt einen Naturbereich mit Garten und Tierhaltung, Freispielbereiche, in denen Sport betrieben werden kann (Catchbude, Tischtennishütte oder Kettcarausleihe), und den Baubereich. Hier können

die Jugendlichen mit bereitgestelltem Werkzeug selbst eine Bude zusammensetzen. Der Abenteuerspielplatz ist an Werktagen von 14 bis 18 Uhr und in den Schulferien von 11 bis 18 Uhr geöffnet.

Thomas Grulke



Spielplatz Beller Mühle.

Knallhart kalkuliert.



Fassungsvermögen 1.250ml

87.-

W **KULT PRO FOODLIQUIDIZER**
Mf **Entsafter**

Maximale Leistung: 700 Watt, Funktionsstufen: 2,
Fassungsvermögen Saftbehälter: 1.250 ml,
Fruchtfleisch-Behälter: 2 Liter, Art.Nr.: 1523321



3.000 Watt

4.5 bar

96.-

SIEMENS TS 16200 3000W
Dampfbügelstation

3.000 Watt, Titanium-Glissée Bügelsohle, Sensorintelligenz,
Dauerdampf 90g/min, 1 Liter Wasserbehälter, 1.8m Kabel,
Vertikaldampf, Art.Nr.: 1504208



Cappuccino-Düse

288.-

DeLonghi **DeLonghi ECAM 22.110**
Espresso-/Cappuccinomaschine

15 bar Pumpendrucksystem, 1.8 Ltr. abnehmbarer Wassertank, Wasserfilter,
höhenverstellbarer Kaffeeauslauf, 1.450 Watt Schnelldampfsystem, herausnehmbare
Brühgruppe, 2 Tassen Funktion, Pulverkaffeefach, Aroma-Safe Bohnentank.
Art.Nr.: 1325931

Passend dazu



8.90

Segafredo Intermezzo 1kg
Kaffeebohnen
Art.Nr.: 6810251

Media Markt TV-HiFi-Elektro GmbH Mönchengladbach
Breitenbachstraße 50 • 41065 Mönchengladbach • Tel.: 02161/4950-0

am
vitusbad

Öffnungszeiten:
Mo-Sa 10-20 Uhr

1 Stunde kostenlos.
Alles Abholpreise.
Keine Mitnahmegarantie.

Media Markt®

www.mediamarkt.de

Ich bin doch nicht blöd.