

EDITORIAL



Mitmenschlichkeit gegen Barbarei

Liebe Leserinnen und Leser,

kurz nachdem unsere letzte Ausgabe März 2022 verteilt war, kam die Nachricht, dass Russland die Ukraine angegriffen hat. Wie die allermeisten Menschen in unserem Land sind auch wir schockiert und wütend wegen dieses barbarischen Krieges, mit dem Putin und seine Gefolgsleute die Ukrainer in die Knie zwingen und sich dieses Landes bemächtigen wollen.

Ob ihnen dies gelingen wird, ist sehr fraglich. Was ihnen tatsächlich gelungen ist – sie haben unermessliches Leid und Elend über die Ukraine gebracht, Millionen Menschen aus ihrer Heimat vertrieben, sie haben Tausende Menschenleben zerstört in der Ukraine, aber auch unter den eigenen Soldaten, sie haben unabsehbare und dramatische Folgen für die Welt- und Energiewirtschaft herbeigeführt und auch dem eigenen Volk eine schwere Hypothek für die Zukunft auferlegt.

Was sie aber auch durch ihren barbarischen Akt erreicht haben, dass sich die Ukrainer jetzt zu einer Gemeinschaft zusammengeschlossen haben, die ihresgleichen sucht. Unter der Führung ihres Präsidenten Wolodymyr Selenskyj und vieler anderer führender Staatsmänner, die sich nicht ins Ausland abgesetzt haben, sondern vor Ort die Stellung halten, haben sie alle Kräfte mobilisiert, um ihre Freiheit und ihr Land zu verteidigen. Dabei haben sie schmerzvoll gelernt, dass sie nicht von einer Schutzmacht wie die der NATO geschützt werden, sondern im Ernstfall auf sich gestellt sind. Das wiederum kann jetzt ein Lichtblick für weitere Verhandlungen mit Russland sein, weil ein neutraler Status der Ukraine jetzt möglich scheint, der hoffentlich bald das Blutvergießen beendet.

Was Putin und seine Gefolgsleute auch geschafft haben – sie haben zur Entstehung einer so gewaltigen Solidarität und Mitmenschlichkeit in vielen Ländern Europas, vor allem aber Osteuropas geführt, die Hunderttausenden der Flüchtlinge aus der Ukraine jetzt zugutekommt und ihre Not lindert. Und auch hier in Deutschland steht bei ganz vielen Familien, Organisationen, Initiativen und staatlichen Ämtern nicht die Frage im Vordergrund, ob man hilft, sondern wie. Deshalb haben wir uns in der Region Stuttgart informiert, wie und wo man jetzt hier vor Ort helfen kann. Den Artikel dazu findet man auf Seite 9. Und auch wir wollen einen finanziellen Beitrag leisten und spenden ab sofort die Hälfte der Einnahmen an die regionalen Organisationen STELP und ARThelps, die durch die Schaltung der Kleinanzeigen in unserer Rubrik „Fundgrube“ an uns fließen.

Eine weitere Folge dieser dramatischen Entwicklung ist die, dass wir mit unseren Kindern das Thema „Krieg“ behandeln müssen. Denn sie spüren unsere Ängste und Sorgen und brauchen uns jetzt ganz besonders, um die Bilder und Informationen dazu einordnen zu können. Was man dabei beachten sollte, hat unsere Redakteurin Borjana Zamani auf Seite 5 erklärt. Und wenn viele von uns spenden, helfen oder auch gegen den Krieg demonstrieren, dann ist dies ein Beitrag gegen das Gefühl der Hilflosigkeit und vermittelt Hoffnung, die wir alle gerade gut gebrauchen können.

Einen schönen Frühling wünschen Ihnen

und das Luftballon-Team

Komm
zu uns!

Praxisintegrierte Ausbildung
(PiA) zum/zur Erzieher*in
(m/w/d)!

Die Landeshauptstadt Stuttgart ist einer der größten Arbeitgeber der Region Stuttgart. Das Jugendamt der Landeshauptstadt Stuttgart bietet zum September 2022 in Kooperation mit den Fachschulen für Sozialpädagogik zukunftssichere Ausbildungsplätze für die Praxisintegrierte Ausbildung an.

Ausbildungsvoraussetzungen:

Mindestens der mittlere Bildungsabschluss UND

- Abschluss des Berufskollegs für Sozialpädagogik
- ODER 3 Jahre im Familienhaushalt + ein 6 Wochen Praktikum
- ODER eine bereits absolvierte dreijährige anerkannte Ausbildung + ein 6 Wochen Praktikum

Weitere Informationen zu den Ausbildungsvoraussetzungen findest du unter: <https://paedagogen.stuttgart.de/karriere/ausbildung/praxisintegrierte-ausbildung-als-erzieher.php>

Was wir dir bieten:

- attraktive Ausbildungsvergütung gemäß dem TVöD
- unbefristete Übernahme nach der Ausbildung bei entsprechender Praxisbewertung und eine zukunftssichere Beschäftigung
- übertarifliche Bezahlung nach der Ausbildung und ein Einstieg in der Stufe 2
- günstige Personalzimmer im Stadtgebiet Stuttgart
- eigenes Azubi-Seminarprogramm
- kostenfreies Azubi-Jobticket

So bewirbst du dich:

Für die Praxisstelle in einer unserer Einrichtungen schicke uns deine Bewerbung unter Angabe der Kennzahl 51-A/0003/2022 über unser Onlineportal www.stuttgart.de/ausbildung.

Für weitere Informationen zum Träger Jugendamt Stuttgart: <https://paedagogen.stuttgart.de>

STUTTGART



Landeshauptstadt Stuttgart
Jugendamt

9

Krieg in der Ukraine:
Mit Geldspenden helfen

Stopp
Ukraine
Krieg
jetzt



12

Outdoorsport

Titelthema: In luftiger Höhe

Es geht wieder los in den Kletterwäldern, Hochseilparks und Waldseilgärten. Also Helme aufgesetzt und Klettergurt festgeschnallt. Wir stellen einige atemberaubende Parcours vor.



17

Ausflug des Monats:
Bad Überkingen

Aktuell

- Mit Kindern über den Krieg sprechen 5
- Aus dem Kinderbüro: Kinder-Webseite geplant 6
- 50 Jahre Didymos - Rückblick auf eine Pionierin der bindungsorientierten Entwicklung 6
- Grunderbe für alle: Mehr Chancengleichheit 8
- Krieg in der Ukraine: Mit Geldspenden gezielt helfen 9

Dies & Das

Ostern

- Leckeres für den Osterbrunch 11

Outdoorsport

- Titelthema:** Klettern im Hochseilgarten 12
- Rudern und Kanu als Vereinssport für Kids 14
- Moutainbiken: Kurse und Trails in Albstadt 15
- Tipps für Bewegung unter freiem Himmel 16

Ausflug des Monats

- Wald, Wasser und Wiesen: Rund um Bad Überkingen 17

Feriencampmesse

- Alle Aussteller 2022



Familienreisen

- Schöne Tage am Fuß der Zugspitze 20

Kultur

- Neue Stücke der Jungen WLB Esslingen 22
- Fit wie ein Schuh: „Oma Monika“ im JES 22

Kultursplitter

Luftikus

- Die kunterbunte Kinderzeitung 24



Nachhaltigkeit

- Titelthema:** Klimadebatten in Familien: Wer lebt nachhaltiger? 26
- Nachhaltige Initiativen und Aktionen in der Region Stuttgart 28
- Veggie oder fleischarm? Tücken vegetarischer Ernährung 30

Buchtipps

- Bücher voller Experimente 32

Veranstungskalender

- Ausstellungen 33
- Tageskalender April 33
- Impressum 36

Kurse, Beratung, Treffpunkte

- Branchenverzeichnis 51

Suche & Finde

- Kleinanzeigen 52



22

Kultur:
Oma Monika im JES



26

Nachhaltigkeit

Titelthema: Wer lebt nachhaltiger?

Nachhaltig ist gut, aber nicht jeder hat die gleichen Maßstäbe. Schon in der Familie entstehen oft Diskussionen über das Thema Umwelt- und Klimaschutz. Was muss getan werden, was reicht aus und was ist machbar?



33

Veranstungskalender
April

Krieg in der Ukraine

Mit Kindern über Krieg sprechen



Bilder wie diese sind für Kinder schwer zu verarbeiten.

von Borjana Zamani

Nun sind auch die Kinder in Deutschland mit dem Thema Krieg konfrontiert. Im Vergleich zu jenen, die ihn am eigenen Leib spüren, sind ihre Sorgen ein Leichtes. Dennoch bekommen sie Nachrichten mit, die sie nicht einordnen können oder die auf sie erschreckend wirken.

Neulich versteckte sich meine fünfjährige Tochter mit einem Joghurt in der Hand unter dem Schreibtisch und wollte für nichts auf der Welt ihren Joghurt woanders essen. Das führte zu einer Diskussion, bis uns schließlich die Notwendigkeit dieses Verstecks erklärt wurde. „Ich spiele gerade Krieg. Da muss man sich im Keller verstecken, weil die Häuser kaputt gehen und man muss ja im Keller etwas zu essen haben, wenn man dort so lange bleibt.“ Das ist vielleicht nur eine harmlose Reaktion auf die Nachrichten, die unsere Kinder zur Zeit bewusst oder unbewusst verarbeiten.

Intensive Bilder aus Kriegsgebieten könnten verunsichern, erklären Psychologen, Kinder sorgen sich vielleicht: kann uns das auch treffen, warum machen die Menschen das? Auch Eltern sind fasziniert und Kinder spüren das.

Kinder nicht von den Nachrichten fernhalten

Experten raten dazu, Kinder nicht von den Nachrichten fernzuhalten, sondern sie zu begleiten und mit ihnen darüber zu sprechen. Sogar selbst zuzugeben, wenn wir Angst haben. Es sei zunächst

TIPPS IN KÜRZE

1. Die Sorgen und Gefühle der Kinder ernst nehmen und darauf eingehen.
2. Kindern nicht alles sagen. Das Gesagte sollte aber wahr sein.
3. Altersentsprechend mit dem Kind über die eigenen Ängste und Sorgen sprechen, ohne es dabei zu überfordern.
4. Alltagsroutinen beibehalten, Zuversicht und Ruhe vermitteln.
5. Unnötige Konfrontation der Kinder mit dramatischen Kriegsbildern vermeiden.

wichtig, zu erfahren, wo und was sie bereits mitbekommen haben und nicht pauschal über Krieg zu sprechen. Mit manchen könnte man altersgerechte Erklärungen anschauen, andere wollen nichts vom Konflikt wissen.

Ein Team des Instituts für Ehe, Familie und Gesellschaft der Universität Eichstätt-Ingolstadt hat einen Leitfaden entwickelt, der Eltern hilft, mit ihren Kindern über Krieg zu sprechen. Kinder brauchen nicht die ganze „unschöne“ Wahrheit, um etwas zu begreifen, sagen die Wissenschaftler. Eher sollte man das Notwendigste knapp und neutral darstellen. Wenn Kinder unklare Vorstellungen haben, helfen sie sich mit Phantasievorstellungen, die wenig mit der Realität zu tun haben. Es muss nicht alles gesagt werden, aber das Gesagte muss wahr sein. So könnten Kinder auch mit belastenden Themen umgehen. Verschweigen wir sie, wiegen die Themen schwerer. Wichtig sei es zu signalisieren: „Ich nehme dich und deine Gefühle ernst“. So öffnen sich die Kinder und lassen sich unterstützen. Dabei ist es wichtig, nicht zu vertuschen, über alles zu informieren, authentisch zu bleiben. Manchmal auch eine Frage unbeantwortet lassen. Ältere Kinder können damit umgehen, wenn eine Antwort nachgeliefert wird.

Meine Tochter mit dem Joghurt unter dem Tisch müsste ich also fragen: Was hast du über den Krieg gehört? Wenn ich dann herausbekomme, dass sie Kindernachrichten mit ihrer älteren Schwester geschaut und dadurch erfahren hat, dass es den Kindern in den Kriegsgebieten schlecht geht und sie sich Sorgen um ihre beste Freundin macht, die einen russischen Pass hat, könnte ich versuchen zu erklären und trösten: Da streiten sich zwei Seiten ganz heftig und können sich gar nicht einigen. Das macht mir auch Sorgen. Aber wichtige Leute aus der ganzen Welt geben sich große Mühe, uns und deine Freundin und alle Kinder zu schützen und den bösen Streit zu beenden.

Weitere Infos:

- www.kika.de/kummerkasten/angst-vor-dem-krieg-ukraine-100.html
- www.ku.de/fileadmin/190803/Eva_Vierring/Mit_Kindern_ueber_den_Krieg_sprechen_ZFG_1.pdf
- www.kindersache.de,
- www.nummergegenkummer.de

SCAN

Ofen des Monats
€ 300,-
sparen*

Mittelstraße 2 · 70180 Stuttgart · info@kaminstudiomueller.de
Tel. 0711 6407728 · www.kaminstudiomueller.de

www.scan-stoves.de

Trennung mit Kindern? – bitte fair!
www.likom.info 07141 / 6887999

Den Menschen sehen.

„SCHULE
neu
gedacht

Mit allen Sinnen lernen und die Inklusion im Blick im Sonderpädagogischen Bildungs- und Beratungszentrum Sehen mit Internat. Das heißt gemeinsamer Unterricht für Kinder mit und ohne Sehbeeinträchtigung, in kleinen Klassen, individueller Förderung und Betreuung von der Grund- bis zur Sekundarstufe 1, für Schulanfänger und Quereinsteiger.

Betty-Hirsch-Schulzentrum
Telefon 0711-6564-235
betty-hirsch-schule-2.de

Nikolauspfl ege

Nofall im Alltag?
Wir helfen!

Familienpflege
+ Haushaltshilfe

Rufen Sie uns an:

im Stadtgebiet Stuttgart
0711 286 50 95
www.familienpflege-stuttgart.de
Kath. Familienpflege
Stuttgart e.V.

im Landkreis Rems-Murr
07151 16931 55
www.familienpflege-remms-murr.de
Kath. Familienpflege
Rems-Murr



© pixabay / Muscat Coach

Städtische Kinder-Webseite

Die Kinderbeauftragte der Landeshauptstadt Stuttgart, Maria Haller-Kindler, bezieht Stellung im Luftballon

Liebe Eltern, liebe Leserinnen und Leser,

die Digitalisierung und die damit verbundene Nutzung von Medien hat in den vergangenen Jahren in vielen Lebensbereichen, und damit auch für Kinder und Jugendliche, zunehmend an Bedeutung gewonnen. Laut der KIM-Studie 2020, die den Medienumgang der Sechs bis 13-Jährigen untersucht hat, benutzen Kinder und Jugendliche digitale Medien sehr häufig zur Kommunikation und Suche nach Informationen. Für 56 Prozent der Kinder ist nach der KIM-Studie das Internet eine Quelle für Informationen. 40 Prozent der befragten Kinder nutzen mindestens einmal pro Woche Kinder-Seiten im Internet.

Da die Vermittlung von Informationen und die Kommunikation mit den Kindern in der lokalen Umsetzung der UN-Kinderrechtskonvention zwei Hauptanliegen darstellen, wurde im Rahmen des Aktionsplans „Kinderfreundliche Kommune 2020-2022“ die Entwicklung einer städtischen Kinder-Webseite als Maßnahme festgelegt. Diese Webseite wird aktuell entwickelt und soll im Laufe dieses Jahres veröffentlicht werden.



© Aderkas

Mit der Kinder-Webseite wird das Ziel verfolgt, möglichst viele Stuttgarter Kinder im Alter von acht bis 13 Jahren zu erreichen. Hier sollen Kinder erfahren, wer für ihre Anliegen in der Stadtverwaltung zuständig ist, welche Themen dort für sie interessant sind und wie sie sich an diesen beteiligen können. Um die Inhalte für Kinder erlebbar zu machen, soll ein Fohlen in spielerischer Form durch die verschiedenen Rubriken der Webseite führen.

An der Konzeption der Kinder-Webseite waren neben städtischen Mitarbeiter*innen auch Kinder im Alter von acht bis 13 Jahren beteiligt. In einem Workshop im Kinder- und Jugendhaus Ostend konnten die Kinder ihre Ideen und Wünsche äußern und Rückmeldungen zu den ersten Entwürfen der Kinder-Webseite geben. Den Kindern war besonders wichtig, dass über verschiedene Freizeit-Angebote in Stuttgart informiert wird und die gemalten Bilder und Aussagen der Kinder bei der Gestaltung der Webseite einbezogen werden. Auch zu einem ersten Austesten der Webseite vor der Veröffentlichung sind Kinder herzlich eingeladen und können sich bei Interesse gerne an das Kinderbüro wenden.

Herzliche Grüße

Maria Haller-Kindler

Wer Kontakt zum Kinderbüro aufnehmen möchte, kann dies unter Telefon 0711-216-59700 oder per mail unter poststelle.kinderbuero@stuttgart.de tun.

STUTTGART

„Die Babyversteherin“

50 Jahre Didymos - Rückblick auf eine Pionierin der bindungsorientierten Entwicklung

von Sabine Rees

Ludwigsburg - Ein in der ganzen Welt bekanntes Tragetuch kommt aus dem Ländle! In diesem Jahr feiert der Tragetuchhersteller „Didymos“ sein 50jähriges Bestehen.

Der Firmensitz ist in Ludwigsburg. 1972 gründete Erika Hoffmann die Firma, die heute von der Tochter Tina Hoffmann geführt wird. Tina Hoffmanns Schwester Anna verantwortet den angeschlossenen Didymos-Laden und ist Trageberaterin.

Wir haben uns mit Tina Hoffmann unter anderem über die Entwicklung und Philosophie des Familienunternehmens und deren Anfänge in den 70er Jahren unterhalten, als das Tragen von Kindern in einem Tuch in Deutschland noch sehr ungewöhnlich war. Dass ihre Mutter damit auch eine Vorreiterin der bindungsorientierten Elternschaft war, wusste sie damals noch nicht.

Frau Hoffmann, 50 Jahre Didymos - was bedeutet diese Zahl für Sie?

Für mich persönlich ist jedes Jubiläum von Didymos natürlich etwas ganz Besonderes, denn ich bin ja immer ein Jahr älter als die Firma (lacht). Meine Mutter hat 1971, als ich und meine Zwillingsschwester geboren wurden, nach einer Möglichkeit gesucht, uns und unseren beiden älteren Geschwistern nahe zu sein und zugleich den Alltag mit den vier Kindern zu meistern. Inspiriert durch den Bildband von Hanns Reich „Die Mutter und ihr Kind“, in dem Mütter aus allen Teilen der Welt gezeigt wurden, die ihre Babys mit Tüchern am Körper trugen und das Geschenk eines Tragetuchs aus Mexiko, probierte sie diese Möglichkeit aus.

So kam es, dass meine Schwester und ich quasi im Tragetuch aufwuchsen und im Laufe des Jahres 72, nach einem Bericht in der Zeitschrift STERN, das Unternehmen Didymos gegründet wurde.

In den 70er Jahren war in Deutschland das Tragen von Kindern im Tuch noch sehr ungewöhnlich, fast revolutionär?

In allen Kulturen wurden Kinder getragen, auch in Deutschland war es, abgesehen von Adel und gehobenem Bürgertum, bis in die 20er Jahre des 20. Jahrhunderts normal, einen engen Kontakt zum Kind zu haben. Interessant ist aber, dass in allen Ländern, in denen der Lebensstandard stieg, die körperferne Betreuung begann, der Kinderwagen zum Statussymbol wurde und das Trageverhalten abnahm.

In Deutschland kam hinzu, dass mit Beginn des Nationalsozialismus die Lehren der Lungenärztin Johanna Haarer großen Anklang fanden. Deren Buch „Die deutsche Mutter und ihr Kind“ wurde zur Standardvorlage, wie man mit Kindern umzugehen habe. So sollte man Kinder unter anderem nicht verwöhnen und nachts schreien lassen, damit sich ihre Lungen gut entwickelten. Dieser Zeitgeist war mit dem Ende des Nationalsozialismus noch lange nicht zu Ende und beeinflusste auch noch



© Rees

Tina (links) und Anna Hoffmann mit Tragemodellen im Didymosladen

sehr stark die folgenden Elterngenerationen. (Das Buch von Haarer wurde tatsächlich noch bis in die 80er Jahre verlegt!)

Aus Sicht vieler Betrachter, war es daher ein Affront, wenn meine Mutter mit ihren Kindern im Tragetuch durch den Ort marschierte und sich ihren Kindern darüber intensiv widmete. Sie hat über viele Jahre bitterböse Briefe erhalten und wurde für ihre Ideen und Überzeugungen sehr oft angefeindet.

Was ist das Besondere am Tragen?

Es gibt Untersuchungen, dass Kinder, die viel getragen werden, sich motorisch sehr viel früher entwickeln, da sie im Tuch einfach einen permanenten Bewegungsreiz bekommen. Man stärkt das Selbstvertrauen der Kinder, weil ja immer jemand da ist. Unruhige Kinder können durch die Begrenzung, die das Tragetuch bietet und die sie an die Begrenzungen im Mutterleib „erinnert“, ruhiger werden. Und, abseits dieser ganzen Erkenntnisse finde ich es auch einfach eine ganz wichtige Erfahrung für die Eltern, die sich durch das Tragen mit dem Kind verbunden fühlen. Das stärkt die Bindung zum Kind und kann auch nach schwierigen Geburtssituationen, in denen eine Trennung vom Kind notwendig war, eine große Hilfe sein, den engen Kontakt nachzuholen und so eine gute Bindung aufzubauen. Eltern und ich denke hier vor allem auch an die Väter, haben dann mit dem Tragen, die Möglichkeit, eine gute Kompetenz zum Kind aufzubauen.

Inzwischen sind die Didymos-Tücher auch in vielen Geburtskliniken Standard und insbesondere bei der Behandlung von Frühgebo-

renen hat man in den letzten Jahrzehnten erkannt, wie wichtig die Tragetücher für den engen Haut-zu-Haut-Kontakt von Eltern und Kind sind.

Ja, das stimmt! In den ersten 30 Jahren der Firmengeschichte war viel Entwicklungsarbeit notwendig. Da meine Mutter aber so überzeugt von der positiven Wirkung des Tragens war, wurde sie nicht müde, Ärztinnen, Hebammen, Kinderkrankenschwestern, Verhaltensbiologen und viele weitere Experten zu informieren und zu beraten.

Aber erst seit 2002 können wir tatsächlich feststellen, dass die Frage „ob getragen werden soll“ als beantwortet gilt. Hervorheben muss man für diese Entwicklung sicherlich die Arbeiten von Frau Dr. Waltraud Stening, die damals an der Uniklinik in Köln in den 80er Jahren zum Thema Umgang mit Frühgeborenen geforscht hat. Sie kannte nämlich Studien aus Kolumbien, wo man Frühgeborene in Ermangelung an Inkubatoren den Eltern auf den Leib gebunden hatte und feststellen musste, dass sich diese viel besser entwickelten, als Kinder, die im Inkubator lagen.

Haben Sie etwas gegen Kinderwagen?

Nein, gar nicht. Das war auch ein großes Missverständnis der Kinderwagenindustrie, die unsere Arbeit lange torpediert hat. Wenn man sich unser Naturkonzept anschaut, sind wir sicherlich nicht dafür gemacht, abgelegt zu werden und eine Distanz zum Kind wäre im Dschungel viel zu gefährlich gewesen. Meine Mutter hat Tuch und Kinderwagen aber nie in Konkurrenz, sondern eher in Ergänzung gesehen.

Mir geht es auch so und ich hatte auch einen Wagen, als meine beiden Kinder noch klein waren. Dann wurde je nach Bedürfnis der Kinder abgewechselt, ohne ein Dogma daraus zu machen. Was



© Didymos

Erika Hoffmann und ihre Tochter 1972

ich allerdings schwierig finde, ist, wenn man Kinder mit dem Gesicht von sich weg im Wagen schiebt, da sie dann keinen Blickkontakt zu den Eltern aufnehmen und ihre Emotionen nicht spiegeln können. Zudem finde ich es auch ein bisschen gruselig, wenn man dadurch sein Kind permanent der Öffentlichkeit präsentiert. Auf der anderen Seite gibt es auch Kinder, die nicht so gerne getragen werden und dann ist das auch in Ordnung! Man muss da als Eltern einfach auf sein eigenes Gefühl vertrauen und nicht denken, ich muss jetzt immer mein Kind tragen, weil das jetzt so angesagt ist.

DIDYMOS Erika Hoffmann GmbH, Alleenstraße 8, Ludwigsburg, www.didymos.de

DIE FIRMENGESCHICHTE IN KÜRZE:

1971 kommen die Zwillinge Lisa und Tina zur Welt. Erika Hoffmann nutzt für die beiden ein Tragetuch aus Mexiko und experimentiert mit verschiedenen Trageweisen.

Sommer 1972: Der Stern berichtet über sie und ihre Wiederentdeckung des Tragens. Eltern in ganz Deutschland sind begeistert und melden sich; sie wollen auch ein Tragetuch! Eine Geschäftsidee entsteht am Küchentisch im kleinen Ort Massenbachhausen bei Heilbronn. Der Name Didymos – altgriechisch für Zwillinge entsteht.

Mitte der 1970er: Erika Hoffmann ist vom Tragen so überzeugt, dass sie sich weiter für das Tragetuch in Deutschland engagiert. Sie gewinnt Hebammen, Kinderärzte, Sportwissenschaftler, Verhaltensbiologen und viele weitere Experten für die Idee des Tragens.

1976: Umzug nach Ludwigsburg

1983: Die ersten Unikliniken setzen DIDYMOS-Babytragetücher in der Pflege Frühgeborener und kranker Säuglinge und Babys ein.

1996: DIDYMOS registriert die Domain www.didymos.de und erschließt sich mit der ersten Website das Internet. Das neue Kommunikationsmedium bereitet wenige Jahre später den Weg für den internationalen Erfolg.

1997: Tina Hoffmann tritt nach Anna Hoffmann als drittes Familienmitglied in das Unternehmen ein.

1998: Nach dem Umzug in ein historisches Geschäftshaus in der Ludwigsburger Innenstadt eröffnet Anna Hoffmann das DIDYMOS Ladengeschäft im Erdgeschoss. Neben allen DIDYMOS Tragetüchern gibt es hier auch Kinderkleidung, ausgewähltes Spielzeug, Stillbedarf und vor allem: intensive Beratung sowie ein umfassendes Kursangebot.

2005: Die zweite Generation übernimmt Verantwortung: Tina Hoffmann teilt sich die Leitung von DIDYMOS von nun an mit ihrer Mutter. Erika Hoffmann bleibt bis zu ihrem Tod 2015 aktiv für das Unternehmen, gestaltet Muster und berät Kunden und ist ihren Töchtern immer erste Ansprechpartnerin bei Fragen rund um das Familienunternehmen.

2007: Eva Vogelgesang für das Olgahospital Stuttgart, und Tina Hoffmann für DIDYMOS entwickeln gemeinsam Tücher und Korsagen für Frühgeborene und ihre Eltern für den wichtigen Haut-an-Haut-Kontakt und Bonding in der Klinik.

2016: Erika Hoffmann wird posthum für ihre Lebensleistung für den Einsatz für das Tragen von Babys und Kleinkindern und den Körperkontakt zwischen Eltern und ihren Kindern auf der WEAR-Konferenz geehrt.

2022: 50jähriges Jubiläum der Tragetuchmarke.

Fellbacher **Salzwellen** Stuttgart Str. 30 (Centrum 30 neben REWE) 70736 Fellbach Tel.: 0711/91 46 25 35 www.fellbacher-salzwellen.de

Salzini Familienbereich mit Höhlencharakter.

In unserem Salzini können sich Familien mit Kindern rundum wohlfühlen.

Der Raum ist als Salzhöhle kind- und familiengerecht gestaltet.

Ein telefonische Anmeldung ist erforderlich.

Öffnungszeiten: Mo, Mi, 10-20.30 Uhr | Di, Do, Fr: 10-19.00 Uhr | Sa: 9.30-16.30 Uhr

UND WER FÄNGT MICH AUF?

63 46 99 Ihre Hilfsadresse

WIR! Unsere Familienpflegerinnen stehen im Krankheitsfall an Ihrer Seite, damit Ihre Kinder in gewohnter Umgebung gut versorgt sind. Alle Informationen, z.B. die Beantragung bei Ihrer Krankenkasse, unter: www.ev-familienpflege.de

Ev. Familienpflege Stuttgart e.V. Bismarckstraße 57 · 70197 Stuttgart

LITTLE GIANTS Bilinguale Kindertagesstätten

Bilingualer Kindergarten & Kinderkrippe im Stuttgarter Zentrum

Mehr Informationen und Anmeldung unter (0711) 932 77 912 oder www.littlegiants.de

Verbrüht?

Erste Hilfe am Kind
2x im Monat

perfectio.de

Johannesstr. 102, Stuttgart-West
Infos unter Tel. 0711/253 999 77
und im Internet www.perfectio.de

HAUS DER Familie STUTTGART

FERIEN-BETREUUNG 2022

In den Sommerferien
• Themen-Freizeiten
für Kinder von 3–11 Jahren

In den Oster- und Herbstferien
• Sportwoche
für Kinder von 5–11 Jahren

www.hdf-stuttgart.de

FAMILIENBAN.DE

GEWINNSPIELE + NEWS

jeden Monat
neu auf
www.familienban.de

Kurse & mehr...

Infoabende
Geburtsvorbereitungskurse
Akupunktur für Schwangere
Säuglingspflegekurse
Pilates
Rückbildungsgymnastik
PEKIP-Gruppen
Still- und Müttercafé
Babymassage-Kurse
Erste Hilfe bei Kindern

ELTERNSCHULE
der St. Anna-Klinik
Obere Waiblinger Straße 109
70374 Stuttgart-Bad Cannstatt

Geburtsklinik
zertifiziert von

BABY FREUNDLICH
Das Institute von IBC und IBCF

(0711) 52 02 - 259
www.st-anna-klinik.de
elternschule@st-anna-klinik.de

Grunderbe für alle

Mehr Chancengleichheit für unsere Gesellschaft

von Borjana Zamani

Private Vermögen sind in Deutschland im internationalen Vergleich äußerst ungleich verteilt. Das beeinflusst die Chancengleichheit junger Menschen, sagen Forscher.

Die Hans Böckler Stiftung des Deutschen Gewerkschaftsbundes zeigt anhand eines Verteilungsmonitors, wie ungleich das Vermögen in Deutschland verteilt ist. Demnach besitzen die reichsten 10 Prozent circa zwei Drittel des Gesamtvermögens und davon die obersten 1 Prozent besitzen ein Drittel des Gesamtvermögens. Im Vergleich dazu besitzt die untere Hälfte der Gesellschaft lediglich 2,5 Prozent des Gesamtvermögens. Es lässt sich auch erkennen, dass vor allem das Betriebsvermögen und (nicht-selbstgenutzte) Immobilien in der Hand der Super-Reichen liegen. Fahrzeuge und selbstgenutzte Immobilien dagegen machen den Großteil des Vermögens der ärmeren Hälfte der Bevölkerung aus.

Ist Wohlstand für alle möglich?

Forscher des Deutschen Instituts für Wirtschaftsforschung (DIW) schlagen in einer Studie im Auftrag des Forums New Economy einen Weg vor, diese Ungleichheit mit einem Grunderbe vom Staat für alle 18-jährigen zu minimieren. „Wenn wir wirklich in absehbarer Zeit Wohlstand für alle schaffen wollen, dann sollten wir die hohe Vermögensungleichheit in Deutschland durch Umverteilung reduzieren“, sagt Stefan Bach, Autor der Studie des DIW. Sie



Alle sollten am Reichtum der Gesellschaft teilhaben können.

könne in Höhe von bis zu 20.000 Euro liegen und ließe sich durch eine Erbschafts- oder Vermögenssteuer finanzieren. So könne die besitzlose Hälfte ein Grunderbe zum Vermögensaufbau erhalten, das über Steuern auf hohe Vermögen finanziert wird, erklärt Bach. Die Höhe der Summe ist nicht zufällig. „Mehr wäre durchaus wünschenswert“, so Bach. Diese Summe sei realistisch angesichts des zu erwartenden politischen Widerstands bei Steuererhöhungen für Vermögende und würde sich nicht negativ auf Investitionen und Beschäftigung auswirken. Die Summe würde jede/r Volljährige/r erhalten, aber nicht einfach auf die Hand bekommen, sondern zweckgebunden, um tatsächlich dem Vermögensaufbau zu dienen - für die Ausbildung, den Kauf einer Wohnung oder die Gründung eines eigenen Unternehmens. Damit verspricht sich der Autor der Studie, dass das Geld wirklich in den Ausgleich der Chancen investiert wird. Das könne auch zu mehr Akzeptanz der Steuererhöhungen unter den Vermögenden

führen. Diese Form eines Grunderbes würde den Staat 15 Milliarden Euro kosten, laut Berechnungen der Studie.

Langjährige Diskussionen

Der Vorschlag über ein Grunderbe wird schon seit Jahrzehnten international diskutiert. In Deutschland war er als Zielvorgabe im Bundestagswahlprogramm der SPD, wurde aber nicht verwirklicht. Kritiker finden, man solle das gleiche Geld in frühkindliche Bildung, Schule und Kindertagesstätten investieren, um durch Ausbildung die Chancengleichheit zu verbessern. Andere sehen diese Vermögenssteuer als einen reinen Raub des Staates an den Bürgern, da dieses Geld schon mal versteuert wurde. Und Dritte behaupten, das Grunderbe würde eine Völkerwanderung auslösen. „Die große Ungleichheit bei Vermögen und Erbschaften wird uns wohl noch länger begleiten“, sagt der Autor der Studie.

www.diw.de

Besonders normal

„Unser Alltag mit Mattis“

Neu! Ab April monatlich auf Instagram: Verena und Lena berichten vom Leben mit Mattis

Als sich Verena und ihre Frau Lena für eine künstliche Befruchtung entschieden, war beiden klar, dass das Baby, sollte bei einer Untersuchung eine Chromosomenstörung festgestellt werden, auf die Welt kommen soll, sofern das Kind überlebensfähig wäre.

In der zwölften Schwangerschaftswoche ließ das Paar den Harmony-Test durchführen. „Wir wollten uns durch den Test vorbereiten, auf das, was möglicherweise auf uns zukommen könnte“, erzählt Verena. Was nach dem Test geschah, war für das junge Paar ein Schock. Die Frauenärztin riet nach der Diagnose Trisomie 21 zur Abtreibung. Wir haben darüber in der März-Ausgabe berichtet. (Den Artikel kann man wie alle unseren Artikel in unserem online-Archiv unter www.elternzeitung-luftballon.de nachlesen)

Uns hat diese Geschichte sehr berührt



Eine glückliche Familie: Verena, Mattis und Lena

und wir haben auch einige Zuschriften von Eltern erhalten, denen es ähnlich ergangen ist. Wir wollten wissen, wie es der jungen Familie nach der Geburt des kleinen Mattis im Dezember ergangen ist und haben nochmal Kontakt aufgenommen. Wie war die Geburt?

Wie hat sich Mattis bisher entwickelt? Gibt es Sorgen und Schwierigkeiten, die sich von denen anderer Eltern unterscheiden? Muss Mattis zur „Therapie“?...

Während des Kontakts ist die Idee gewachsen, dass wir auch andere Eltern an den Erfahrungen, die Lena und Verena gemacht haben und noch machen werden, teilhaben lassen möchten. Und so wird es ab April monatlich eine Kolumne auf unserer Instagram Seite **luftballon_Stuttgart** geben, auf denen Verena oder Lena in einem Video von ihren Erfahrungen berichten, Tipps geben, aber auch Experten zu Wort kommen lassen! Klickt euch rein und nehmt Anteil an unserem spannenden neuen Format auf dieser Seite. Gerne können auch Fragen gestellt werden, auf die Verena und Lena eingehen werden und diese versuchen zu beantworten.

[Instagram luftballon_stuttgart](https://www.instagram.com/luftballon_stuttgart)



Hilfen für die Ukraine

Mit Geldspenden gezielt helfen

von Christina Stefanou

Die Hilfsbereitschaft für Menschen in der Ukraine ist groß. Als erste Notfallhilfe gab es viele Aktionen mit Sachspenden. Inzwischen bitten die Hilfsorganisationen dringend um Geldspenden, um gezielt für den Bedarf einkaufen zu können, der von Organisationen in der Ukraine gemeldet wird.

„Wir waren überwältigt von der Hilfsbereitschaft der Zivilbevölkerung“, sagt Sivany Kanagalingam von der Stuttgarter Hilfsorganisation STELP. „Nach den ersten spontanen Aktionen geht es jetzt darum, eine auf Dauer angelegte Hilfsleistung zu koordinieren. Das ist am besten mit Geldspenden möglich“, so Kanagalingam. Spendenbedarfe können sich sehr schnell verändern, betonen viele Hilfsorganisationen. Und: Das Sortieren von Sachspenden und Kleidung ist sehr aufwändig, daher sollte keinesfalls unaufgefordert gespendet werden. Es wird auch explizit davon abgeraten, private Aktionen zu starten, ohne Kontakte vor Ort zu haben oder die Bedarfe zu kennen. Das kann im Zweifel leider kontraproduktiv sein und den Helfenden vor Ort wichtige Kapazitäten rauben. Wer trotzdem etwas tun möchte, kann neben den großen Hilfsorganisationen folgende Organisationen unterstützen. Beispielhaft für viele weitere:

STELP – Stuttgart helps

Die Stuttgarter Organisation „STELP - Stuttgart helps e.V.“ konzentriert ihre Hilfen mittlerweile darauf, eine Versorgungsbrücke zwischen Stuttgart und Lemberg aufzubauen und Hilfsgüter von dort aus in die Gebiete zu verteilen, wo die Hilfe am dringendsten benötigt wird. Das sind beispielsweise Medikamente, medizinische Artikel und Hygieneartikel. Der Krieg in der Ukraine hat bestehende Lieferketten und Versorgungsstrukturen zusammenbrechen lassen. Kranke und verletzte Menschen sind davon besonders schwer betroffen, denn Krankenhäuser warten vergebens auf dringend benötigte Medikamente. Dank eines Medikamenten-Großhändlers konnte STELP ukrainische Krankenhäuser mit Medikamenten, Verbandsmaterial und Hygieneartikeln erreichen. „Jede Spende kommt bei unseren Projekten und den Menschen vor Ort an. Unsere Strukturkosten decken wir durch unser Partnerprogramm“, erklärt Kanagalingam.

Informationen zum Partnerprogramm:
<https://stelp.eu/aktiv-werden/partner>
Spendenkonto: STELP e.V.,
IBAN: DE32 4306 0967 7001 8011 00,
BIC: GENODEM1GLS, www.stelp.eu

Arthelps

Ursprünglicher Zweck der Initiative von Kreativen und Künstlern „Arthelps gGmbH“ ist es, benachteiligten Menschen mit kreativen Angeboten zu helfen. Bereits seit 2016 führt Arthelps in der kriegszerrütteten Ostukraine Kunstprojekte mit Kindern durch. Die Verantwortlichen vor Ort sind gut vernetzt, kennen die Strukturen und haben



enge Kontakte zu Organisationen vor Ort. „Wir möchten die humanitären Korridore nutzen, um Hilfstransporte in die Ukraine zu bringen“, erklärt Geschäftsführerin Yasemin Lupo, „von dort übernehmen Evakuierungsfahrzeuge die Hilfsgüter und verteilen sie an entsprechende Organisationen.“ Weil die Organisationen ihren Bedarf genau kennen, können Hilfsgüter gezielt eingekauft werden.

Spendenkonto: Arthelps gGmbH,
IBAN: DE81 6005 4010 1000 2822 365,
BIC: SOLADEST600,
Spendenzweck: Ukraine,
www.arthelps.de

Die Stadt Stuttgart

Um die Hilfsangebote für Menschen aus der Ukraine effizient zu bündeln, hat die Landeshauptstadt Stuttgart ein Informationsangebot eingerichtet. Es richtet sich in erster Linie an alle, die Hilfe suchen oder anbieten. Diese Seite ist ein Angebot des Netzwerks „ukraine-engagiert“, ein Hilfeverbund aus Verwaltung und Zivilgesellschaft. Die Informationen auf dieser Seite werden regelmäßig aktualisiert.

Es gibt eine Hotline von Engagierten der ukrainischen Community, Hauptamtlichen der Bürgerstiftung Stuttgart und der Stadtverwaltung. Sie ist von Montag bis Freitag in der Zeit von 9 bis 17 Uhr erreichbar unter Telefon 0711 - 722351121 und per E-Mail unter poststelle.ukraine-engagiert@stuttgart.de. Das Team spricht ukrainisch und deutsch.

www.stuttgart.de/ukraine-hilfe

Wolja

Maria Azzarone, Julia Melnyk und Vita Kochurova haben die Gruppe „Wolja“ spontan ins Leben gerufen, als sich in der ukrainischen Heimat von Julia die Situation drastisch verschlechterte und viele Menschen nach Westen flüchteten. Am Stuttgarter Hauptbahnhof hängen an allen Bahnsteigen Plakate. Wer den darauf gedruckten QR-Code scannt, landet auf Infoseiten von „Wolja“. Die ehrenamtliche Organisation braucht für die Unterstützung bei Behördengängen dringend ukrainisch sprechende Helfer, Ärzte und Anwälte sowie Spenden für ein Transportfahrzeug.

Kontakt bitte nur über: mail@wolja.org
Spendenkonto: Wolja e.V. in GR,
IBAN: DE60 6669 0000 0004 2901 80
BIC: VBPFDE66XXX



KIEFERORTHOPÄDISCHE PRAXIS
Dr. Ingeborg Kretschmer-Schneider &
Dr. Frank Schneider

- Behandlung von Kindern und Jugendlichen
- Sport-Mundschutz
- Erwachsenenbehandlung / Invisalign

WOLLGRASWEG 23 | D-70599 STUTTGART
TELEFON 0711 - 451 65 55 | FAX 0711 - 451 65 56
INFO@KFO-SCHNEIDER.DE | WWW.KFO-SCHNEIDER.DE

www.lessing-schulen.de

Grundschule - Realschule - Berufskolleg - Gymnasium



IB Berufliche
Schulen
Stuttgart-Mitte

ib-stuttgart-mitte.de

Abitur,
Fachhochschulreife,
Mittlere Reife oder
eine Ausbildung.

Mit uns findest Du
Deinen Weg!





Osterprogramm im Porsche Museum

© Porsche Museum

Die Porsche Maskottchen Tom Targa und Tina Turbo gehen an den Osterfeiertagen vom 15. bis 18. April mit den jungen Besuchern auf Ostereiersuche. Mädchen und Jungen zwischen fünf und 13 Jahren können schätzen, wie viele Porsche-Eier Tom und Tina in der **Ausstellung „50 Jahre Porsche Design“** versteckt haben. Bei den Porsche-4Kids-Touren um 10 und 14 Uhr können die jungen Besucher gemeinsam mit einem Guide auf Entdeckungsreise durch die Historie von Porsche gehen. Dabei lernen sie Renn- und Serienfahrzeuge kennen. In der Porsche 4Kids Area gibt es Oster-Ausmalbilder und Zauberstifte. Eine Voranmeldung ist nicht erforderlich.

Porsche Museum Stuttgart, Porsche Platz 1, S-Feuerbach, Über die Osterfeiertage hat das Museum an allen Tagen geöffnet. Kinder bis 14 Jahren haben freien Eintritt ins Museum. Eine Voranmeldung ist nur für die Führungen an den Kassen erforderlich. www.porsche.de/Museum.



Abwechslungsreiche Freizeitangebote

Abwechslungsreiche Freizeitangebote in den Sommerferien bietet die Ferienwelt im Bund der Deutschen Katholischen Jugend (BDKJ) der Diözese Rottenburg-Stuttgart. Junge Menschen mit Interesse an einem aktiven Ferienprogramm können aus einem umfangreichen Angebot mit Reisezielen in Europa wählen. Ob Gruselnacht am Bodensee, Kanuexpedition auf der Lahn oder Strandurlaub am Mittelmeer – im neuen Angebot der BDKJ Ferienwelt ist für jeden Freizeittyp etwas dabei. Zahlreiche Ziele in Deutschland und Europa warten darauf, von jungen Leuten entdeckt zu werden.

Info unter www.bdkj-ferienwelt.de oder direkt bei der BDKJ Ferienwelt, Antoniusstr. 3, 73249 Wernau, Fon: 07153 3001-122, ferienwelt@bdkj.info

Riechen, Hören, Tasten

Idyllisch gelgen, mitten im Schwäbischen Wald, gibt es einen ganz besonderen Ort – das **„Erfahrungsfeld der Sinne Eins + Alles“**. Seit dem 19. März kann man sich dort an unzähligen Stationen im Innen- und Außenbereich wieder verzaubern lassen. Endlich wieder riechen, hören, tasten, balancieren, experimentieren und staunen! Das Erfahrungsfeld der Sinne, ein Inklusionsprojekt der Christopherus Lebens- und Arbeitsgemeinschaft Laufenmühle e.V., hat wieder geöffnet. Die Gäste können auf dem weitläufigen Gelände an den verschiedenen Stationen tolle Sinnes-Erfahrungen machen. Zum Beispiel auf dem „Wunderweg“ mit Balancierpfad, der Tonspur und dem Waldwohnzimmer. Auch die Stationen im Aktionshaus „Die Rote Achse“, der Dunkelgang und die Tieroase sind wieder geöffnet. An den Sonn- und Feiertagen gibt es ein buntes Aktionsprogramm, das ohne zusätzlichen Beitrag besucht werden kann. Das Erfahrungsfeld darf auf eigene Faust erkundet werden oder mit einem vorab gebuchten Programm zusammen mit einem Erlebnispädagogen.

-EINS+ALLES Erfahrungsfeld der Sinne, Laufenmühle 8, 73642 Welzheim, Tel. 07182/8007-77, www.eins-und-alles.de



© Eins und Alles

Puzzle-spaß

für Remstal-Fans



Ravensburger Puzzles sind bei Klein und Groß beliebt, denn vielen ist es eine Herzensangelegenheit, wenn sich eins ins andere fügt. Seit kurzem gibt es eine Sonder-Edition **„Remstal“** mit 1.000 Teilen. Wenn diese zusammengesetzt sind, zeigt sich der wunderschöne Blick vom Kleinheppacher Kopf ins Remstal.

Herausgebracht wurde das Puzzle vom E + E Spielwarenfachmarkt in Remshalden zusammen mit dem Remstal Tourismus e.V. Bei beiden Einrichtungen kann man das Remstalpuzzle auch käuflich erwerben.

www.ee-spielwaren.de
www.remstal.de/shop



& Dies & Das

Ostern neu erleben Ostergarten Stuttgart ab 2. April

Ostern ist mehr als Eiersuchen. Was sich vor 2.000 Jahren zugetragen hat, was Christen heute noch feiern – das erzählt der **Stuttgarter Ostergarten** in Bad Cannstatt. Die Besucherinnen und Besucher schreiten hier durch das Jerusalemer Stadttor und werden auf dem Marktplatz begrüßt von lebendigem Treiben. Hier treffen sie auf Jesus. Sie begleiten ihn und sind beim letzten Abendmahl, beim Verhör und vielen weiteren Stationen hautnah dabei. Der Rundgang führt durch historische Kulissen und ist gespickt mit kreativem Medieneinsatz: Szenen von großen Flachbildschirmen, Schauspiel und Tanz sowie Musik- und Lichteffekte. So wird die Ostergeschichte für Klein und Groß zu einem bewegenden Erlebnis.

Ostergarten Stuttgart, ab 6 Jahre, 2. bis 18. April, Masurenstr. 31, S-Bad Cannstatt, Tickets sind online erhältlich (Erwachsene: 6,80 Euro, ermäßigt 4,20 Euro. Es gibt auch Familien- und Gruppenangebote). www.ostergarten-stuttgart.de

Gemüse, Käse, Blätterteig

Leckeres für den Osterbrunch

Wenn am Ostersonntag alle Ostereier eingesammelt sind, die der Osterhase versteckt hat, versammeln sich Familien und Freunde beim Osterbrunch. Nach der Fastenzeit darf das Angebot ruhig ein bisschen üp-

piger ausfallen und wie es sich für einen Brunch gehört, gibt es einen Mix aus Kaltem und Warmen. Hier ein paar leckere Ideen. Weitere findet man auf unserer homepage im Bereich „Selbermachen“.

Lauwarmer Gemüsesalat im Glas

(af) - Diese leckere Salat schmeckt auch im Herbst und Winter. Dann nimmt man Feldsalat, Lauch und Fenchel.

Zutaten für 8 Gläschen: 1 Zucchini, 1 Gurke, 8 bis 10 Cherry Tomaten, eine Handvoll Rucola Salat, nach Belieben Ziegenkäse, Schafskäse oder veganen Feta, 1 Zehe Knoblauch und eine Zwiebel, 4 Eßl. Olivenöl, Pinienkerne und frische Kräuter zum Garnieren, etwas Balsamico, Salz und Pfeffer, Pinien-, Sonnenblumen- oder Kürbiskerne nach Bedarf.

So geht's: Die gewaschenen und geschälten Zucchini und Gurke in Würfel schneiden. Die gewaschenen und nach Bedarf abgezogenen Tomaten würfeln. Rucola ebenfalls waschen. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und sehr fein schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die



Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin glasig dünsten. Zucchiniwürfel hinzufügen. Das Gemüse kurz rösten. Dann die Tomaten- und Gurken hinzufügen. Je einen Esslöffel Rucola in ein Glas geben. Die Gläser mit dem gerösteten Gemüse auffüllen, mit zerkleinerten Käsestückchen bestreuen und den Pinienkernen und Kräutern garnieren. Servieren, solange das Gemüse noch warm ist.

Käse-Küken

(akr) - Die kleinen Frischkäseküken sehen niedlich aus und sind lecker.

Zutaten: 300 g Frischkäse, 100 g geriebenen Cheddar-Käse, 5 Walnüsse, Kräuter, Pfeffer und 1/2 Birne.

Für die Dekoration benötigt man 4 dunkle Oliven, 1 Karotte und 12 Kracker.

So geht's: Der Doppelrahmfrischkäse wird mit 50 g Cheddar-Käse, klein gehackten Walnüssen, Pfeffer, Kräutern und kleinen Birnenstückchen vermischt und zu runden Kugeln geformt. Die Kugeln werden anschließend in den restlichen 50 g Käse-Raspeln gewendet. Als Dekoration erhält die Käsekugel zwei Augen aus Oliven-Stückchen und einen Schnabel und Füße aus Karotten geschnitzt.

Nach Belieben lassen sich die Käse-Küken auch



in unterschiedlichen Geschmacksrichtungen zubereiten. Zum Beispiel scharf mit Peperoni und Paprika oder fruchtig orientalisch mit Feigen- oder Rosinenstücken und Curry.

Fingerfood vom Balkan: Banica

(bz) - Dieses salzige Gebäck aus der Balkanregion ist eine der vielen Arten des Bureks, schmeckt warm und kalt und ist perfekt als Fingerfood bei Partys, Festen oder als Proviant für unterwegs.

Zutaten: 300 g Frischer Strudelteig, Filo- oder Yufkateig

Für die Füllung: 200 g Körniger Frischkäse, 70 g, Fetakäse, 3 Eier, 4 EL Joghurt (Natur), 2 Prisen Salz, 1 halber Teelöffel Backpulver, 10 EL Sonnenblumenöl, 50 g. Butter

So geht's: Den Backofen auf 230 Grad vorheizen. Alle Zutaten für die Füllung in einer Schüssel gut mischen. Ein Backblech mit Öl einfetten. Zwei Lagen Teig darauf legen, dann von der Mischung darauf verteilen. Den Vorgang wiederholen. Die restliche Mischung auf dem letzten Blatt verteilen.



Ein paar Stückchen Butter darauf legen. Dann das Ganze in großen Stücke schneiden. Etwa 15 Minuten backen und danach mit Backpapier abdecken. Weitere 15 Minuten backen, bis das Gebäck golden glänzt. Herausnehmen und mit etwas Wasser bepinseln. Kurz mit einem Baumwolltuch abdecken und ruhen lassen. Wenn es ein bisschen abgekühlt ist, noch ein Mal in Stücke schneiden.



Kinderbibel
damals – heute – morgen
10. April – 6. November 2022

bibliorama –
das bibelmuseum stuttgart

www.bibelmuseum-stuttgart.de

Buch & Spiel

Bücher, Spielzeug und Spiele
Mo - Sa 10 - 18 Uhr, Rotenwaldstr. 98, 70197 Stuttgart
Telefon 0711 365 1165, mail@tertium.de

ee-spielwaren.de

E+E
SPIELWAREN
FACHMARKT
★★★★★

Einkaufen
echt erleben!

Mit 1.000 qm der
größte Spielwaren-
Laden der Region!



Große Auswahl, Top Service –
natürlich mit persönlicher Beratung

Spielwaren • Modelleisenbahnen • Modellsport

E+E Spielwaren – direkt an der B29 www.ee-spielwaren.de
Wilhelm-Enßle-Str. 40, 73630 Remshalden-Geradstetten, Tel. 07151/71691



Outdoor Sport



In luftiger Höhe

Klettern im Hochseilgarten

von Andrea Krahl-Rhinow

Ab März, April geht es in den Kletterwäldern, Hochseilparks und Waldseilgärten wieder los. Die Helme werden aufgesetzt, der Klettergurt festgeschnallt und die Karabiner eingerastet und dann warten auf die Besucher atemberaubende Parcours.

Selbst diejenigen, die von sich behaupten, schwindelfrei zu sein und keine Höhenangst zu haben, müssen manchmal schlucken und tief durchatmen, wenn sie in schwindelerregender Höhe von 12 Metern und mehr zwischen zwei Bäumen hängen, gehalten nur von einem Karabinerhaken und einem Seil. Für viele Hochseilgarten-Kletterer ist aber genau das der Reiz, das Überwinden der Ängste und der damit verbundene Endorphinrausch. Ist man erst einmal erfolgreich durch den Parcours und die Baumkronen hindurchgekommen, fühlt man sich am Boden - wieder fest auf beiden Füßen - stolz und glücklich.

Doch es ist nicht allein die Höhe, die die Besucher in die Kletterparks lockt, es sind auch die verschiedenen Herausforderungen der einzelnen Parcourelemente.

„Wir klettern viel am Felsen, doch mein Sohn und ich gehen immer wieder auch gerne in den Hochseilgarten, denn dort gibt es noch ganz andere Herausforderungen mit wackeligem Untergrund, Seilbahnen oder Vertikalnetzen“, erklärt Silke, Mutter eines vierzehnjährigen Sohnes. Genau das macht das Klettern zu einem spannenden Spaß, bei dem sich die eigenen psychischen und physischen Grenzen ausloten und erweitern lassen.

Das stärkt nicht nur die Konzentration und das Selbstbewusstsein, sondern auch die Muskulatur. Schnell spürt man den Trainingseffekt, denn bei manch einer Hangelpartie zittern die Arme oder auf dem Wackelsteg die Beine. Und das alles an der frischen Luft, mitten in der Natur.

Gleichzeitig ist es ein Erlebnis für die ganze Familie, denn klettern kann im Hochseilpark jeder, vorausgesetzt, die erforderliche Körpergröße – die von Anlage

zu Anlage variiert - ist erreicht. Denn um sich mit dem Karabiner ins Seil einzuklinken, braucht es eine gewisse Erreichbarkeit. Wie die Abläufe genau funktionieren, wird vom Fachpersonal zu Beginn in einer Einweisung erklärt. Danach kann jeder und jede starten. Die Parcours haben unterschiedliche Schweregrade und verschiedene Höhendistanzen.

Für Kletterfreaks werden oft auch Jahreskarten im Kletterpark angeboten.

Grundsätzlich liegen die Preise für eine Kletterpartie von drei bis vier Stunden bei ca. 15-20 Euro pro Person (Erwachsene bis 30 Euro). Teilweise gibt es Familienrabatte.

Hier eine Auswahl an Klettergärten in und um Stuttgart:

Waldklettergarten Schmellbachtal

Der Waldklettergarten Schmellbachtal in Leinfelden-Echterdingen an der Grenze zu Stuttgart bietet zahlreiche Herausforderungen zwischen eineinhalb und zwölf Metern Höhe, die überwunden werden wollen. Auf zehn Parcours mit fast 100 abwechslungsreichen Elementen und

vier niedrigen Einweisungsparcours ist für jeden großen und kleinen Abenteuerer ein Weg dabei. Nervenkitzel und Abenteuer locken, aber auch das Walderlebnis.

„Der Wald und seine Bäume sind die Grundlage für die Existenz unseres Klettergartens“, erklärt René Bossert, Betreiber des Waldklettergartens. Die Parcours fügen sich in das natürliche Bild des Waldes ein, ohne diesen zu dominieren. Alle Elemente und Plattformen werden in baum- und waldschonender Art und Weise gebaut. Um den Boden zu schonen und den Wald natürlich wachsen zu lassen, wurden Wege für die Besucher angelegt.

Waldklettergarten Schmellbachtal, Waldheim Schmellbachtal 1, Leinfelden-Echterdingen, www.waldklettergarten-stuttgart.de. Saisonstart: 5. Februar

Waldklettergarten Zuffenhausen

Im Waldklettergarten Zuffenhausen sind die Parcours nach Besonderheiten der Landeshauptstadt benannt: Es gibt zum Beispiel den Bopser, die Hasenbergsteige

und den Pragsattel. Insgesamt acht Parcours in Höhen von eineinhalb bis elf Metern warten mit 80 Elementen auf kletterhungrige Besucher. Die Schwierigkeitsgrade werden in „Eichhörnchen“ angegeben. Bei vier „Eichhörnchen“ wird dem Kletterer schon so einiges abverlangt.

Waldseilgarten Zuffenhausen, Hirschsprungallee 5, S-Zuffenhausen, www.waldklettergarten-stuttgart.de, Saisonstart: 5. Februar

Kletterwald Illingen

Zwischen Vaihingen/Enz und Maulbronn, am Rande des Naturparks Stromberg-Heuchelberg, liegt der Kletterwald Illingen mit zehn Parcours und 120 Übungen. Dabei sind 500 Meter Seilrutschen integriert, spektakulär auch über den Illinger Klostersee. Das wird besonders attraktiv beim Mondscheinklettern, das zu verschiedenen Terminen angeboten wird.

Der Starterparcour beginnt bei dreieinhalb Metern Höhe. Beim Masterparcour geht es dann bereits auf zwölf Meter hinauf und auch ein Basejump, welcher Sprünge aus zwölf Metern Höhe ermöglicht, sorgt für Nervenkitzel. Wer es niedriger mag, kann auf dem einen Meter hohen Kidsparcours die ersten Erfahrungen sammeln.

Kletterwald Illingen, Büchelbäumle 1, Illingen, www.kletterwald-illingen.de, Saisonstart: Anfang April

Kletterwald Plochingen

Zwei der absoluten Highlights im Kletterwald Plochingen sind die neue 185 Meter lange Seilbahn in luftiger Höhe quer durch den Wald und die Möglichkeit zum Sprung aus 17 Meter Höhe. Bei insgesamt 13 Parcours mit 154 Kletterelementen geht es in beachtliche bis zu 22 Meter Höhe. Das sorgt für reichlich Adrenalin und Abwechslung.

„Unsere Priorität liegt aber auch im Erhalt der Natur“, erklärt Helmut Wackenhut, Betreiber des Kletterwaldes. Baumschonende Befestigungstechniken gehören genauso dazu, wie die richtige Bewässerung der Bäume und die Verdichtung des Waldbodens.

Erste Klettererfahrungen können die kleinsten Besucher ab drei Jahren unter Aufsicht der Eltern sammeln. Für sie geht es in zwei Kinderparcours noch in beschaulicher Höhe über den Erdboden. Sie können sich aber auch auf einer langen Seilbahn austoben.

Kletterwald Plochingen, Stumpfenhof 104, Plochingen, www.kletterwald-plochingen.de, Saisonstart: 26. März

Waldseilgarten Herrenberg

Der Waldseilgarten Herrenberg schlängelt sich durch den Wald von Baum zu Baum und bietet eine Parcoursführung in Höhen von vier bis 13 Metern an. Da ist an alle Herausforderungen mit großem und kleinen Nervenkitzel gedacht. Besonderes Highlight im Waldseilgarten ist der Flying Fox, ein Parcours mit acht Seilrutschen, indem man auf bis

zu zehn Meter Höhe quer durch den Wald „fliegen“ kann. Als weitere Attraktion können sich ganz Mutige auf den Power Fan freuen und sich aus 13 Meter Höhe in die Tiefe fallen lassen.

Durch das Sicherungssystem mit zwei kommunizierenden Karabinern ist größtmögliche Sicherheit garantiert, ein Aushängen im Parcours ist unmöglich.

Auch für die Kleinsten bietet der Waldseilgarten Herrenberg sicheren Kletterspaß: Kinder ab drei Jahren können im eigens dafür geschaffenen „Kinderparcours“ ihre Runden drehen. Ausgestattet mit Helm und Gurt klettern die Kinder durch abwechslungsreiche Stationen, immer in Reichweite der erwachsenen Begleiter am Boden.

AF Waldseilgarten Herrenberg, Am alten Rain, Herrenberg, www.waldseilgarten-herrenberg.de, Saisonstart: 2. April

Abenteurpark Schloss Lichtenstein

Auf elf Parcours warten 230 Stationen, die überwunden werden wollen. Auf unterschiedlichen Höhen und mit steigenden Schwierigkeitsgraden können sich sowohl Anfänger als auch ambitionierte Kletterfans austoben.

Vom einfachsten Parcours, der „Schloss-Schenke“, für Anfänger und Kinder ab sechs Jahren, die von den Eltern begleitet werden, bis hin zum Parcours „Folterkammer“. Wie der Name schon sagt, geht es da hoch her und gute Nerven sind gefragt: Die Aufgabe ist, mit einem Acht-Meter-Sprung die nächste Plattform zu erreichen.

Dazwischen gibt es aber noch acht weitere Parcours für verschiedene Könnensstufen und auch das regelmäßig angebotene Nachtklettern fordert besonderes Geschick.

Abenteurpark Schloss Lichtenstein, direkt am Schloss Lichtenstein, Lichtenstein, www.abenteurpark-Schlosslichtenstein.de, Saisonstart: März

Kletterpark Erpfingen

Die zwei Parcours des Kletterparks befinden sich direkt neben der Sommerodelbahn und sind zwischen hohen freistehenden Holzpfählen aufgespannt. Dadurch haben die Betreiber alle Kletternden im Blick und können jederzeit mit Tipps weiterhelfen. Auch, wenn es mal knifflig wird und jemand mit dem Hubsteiger erreicht werden muss. Das gibt gerade Anfängern mehr Sicherheit.

Starten dürfen alle, die mit ausgestreckten Arm 170 Zentimeter erreichen. Kleinere Kinder können den Parcours allerdings auch in Begleitung durchklettern.

Gefragt ist bei beiden Touren in luftiger Höhe Mut, Geschick und Selbstvertrauen. Zum Üben gibt es noch eine kleine Trainingsstation.

Kletterpark Erpfingen, Stettener Str. 44, Sonnenbühl-Erpfingen, www.sommerbob.de, Saisonstart: im März, je nach Wetterlage

2022 Ferienwelt

Freizeiten für junge Leute

BDKJ Ferienwelt

Das umfassende und vielseitige Freizeitprogramm für junge Leute direkt und ohne Umwege anfordern bei BDKJ Ferienwelt: Antoniusstr. 3 · 73249 Wernau/Neckar · E-Mail: ferienwelt@bdkj.info Telefon 071 53/3001-122 · Fax 071 53/3001-622 www.bdkj-ferienwelt.de

In Bewegung im April!

Neues aus unserer Social-Media-Redaktion

Den Luftballon gibt es nicht nur in der Print-Version, sondern wir sind für Euch auch auf unseren Social-Media-Kanälen, Instagram und Facebook, aktiv!

Im April findet Ihr dort, passend zu unserem Schwerpunktthema „Outdoorsport“ viele tolle Angebote rund um das Thema „Bewegungsdrienen und draußen“.

Der Bewegungs-Button zeigt euch den Weg zu den Angeboten, die wir aus ganz unterschiedlichen Bereichen für Euch gefunden haben. Reinklicken lohnt sich!

Wir freuen uns auf Euch!



Instagram luftballon_stuttgart



Facebook Luftballon Stuttgart

SWLB
Eure Stadtwerke für
lebenswerte Freizeit

ERÖFFNUNG &
FREIER EINTRITT
AM 13. APRIL

Cooler Kufen –
auch im Sommer

Die Kunsteisbahn Ludwigsburg startet erstmalig in eine Sommer-Saison. Die Eisbahn weicht einer Glice-Fläche: Infos und Tickets unter www.swlb.de/kunsteisbahn

#IMMERANEURERSEITE

Auf das Wasser, fertig, rudern! Oder paddeln?

Rudern und Kanu als Vereinssport für Kids



Gemeinsames Training im Kajak

von Alexandra Mayer

In einem Boot übers Wasser fahren, macht jede Menge Spaß, ist toll für die Gesundheit und hält fit! Und das nicht nur Erwachsene, sondern auch den Nachwuchs. Darum bieten viele Vereine Kurse für Kinder an.

Rudern oder Kanu? Für Laien mag das auf den ersten Blick das Gleiche sein, es gibt aber einige Unterschiede – und zwar nicht nur den, dass die Boote anders aussehen: „Beim Rudern bewegen die Sportler und Sportlerinnen das Boot rückwärts, beim Kanu vorwärts durch das Wasser“, erklärt Christian Koch, Trainer beim Kanu-Verband Baden-Württemberg. e.V.

Außerdem gibt es beim Rudern pro Fahrer zwei Skulls (das sind Ruder), die am Boot befestigt sind und gleichzeitig ins Wasser eintauchen. Beim Kanu ist es ein Paddel – entweder ein Doppelpaddel (also ein Paddel mit zwei Enden), das blitzschnell abwechselnd links und rechts eintaucht oder ein Stechpaddel, das einfach gesagt auf einer Seite bleibt. Übrigens: Auch im Kanusport gibt es Unterschiede: Im Kajak sitzen die Fahrer, im Kanadier knien sie.

Reingeschnuppert

Aber ob Kanu- oder Rudersport, beides „sind spielerisch zu lernende Sportarten, welche die Freude an der Bewegung in der Natur vermitteln“, erklärt Koch. Außerdem gehören sie „zu den Kraftausdauersportarten, bei denen die Koordination und Flexion der Arm-, Rumpf- und Beinmuskulatur sportartspezifisch beansprucht wird.“

Also mehr als ein Grund für Kids, eine der Sportarten zu lernen. In den meisten Vereinen gibt es Angebote für Kinder ab zehn Jahren. Dann sind sie alt genug, um die wichtigen Bewegungsabläufe sicher und allein auszuführen. Viele Vereine bieten

Schnupperstunden an, um den Sport zuerst auszuprobieren und sich dann für eine Mitgliedschaft zu entscheiden. Die Kurse selbst finden je nach Verein wöchentlich oder geblockt in den Schulferien statt.

Gut ausgerüstet

Es kann aber nicht jeder gleich in einem Boot durchstarten: „Kids müssen schwimmen können, bevor sie aufs Wasser dürfen!“, sagt Koch. „Auch aus diesem Grund schauen wir besorgt auf den aktuell negativen Trend bei der Schwimmbefähigung in unserer Gesellschaft, die sich durch die Corona-Pandemie zusätzlich verschlechtert hat.“

Ebenso ein Muss ist die richtige Ausrüstung. Zu der gehören ein Kälteschutz aus Neopren und eine Schwimmweste. Alles Weitere hängt vom Verein ab, wie wassertaugliche Schuhe und Helme. Ein Vorteil beim Vereinssport: Oft wird die Ausrüstung oder ein Teil derselben gestellt. Und „es macht großen Spaß, mit Gleichgesinnten auf dem Wasser unterwegs zu sein!“ Klingt nach dem perfekten Sport für alle Wasserratten und solche, die es werden wollen.

Einige Vereine in der Region:

- Ruderverein Esslingen e.V., www.rudervereinesslingen.de
- Marbacher Ruderverein von 1920 e.V., www.marbacher-ruderverein.de
- Stuttgarter Rudergesellschaft von 1899 e.V., www.strg1899.de
- Stuttgart-Cannstatter Ruderclub von 1910 e.V., www.stcrc.net
- Kanu Gesellschaft Stuttgart e.V., www.kg-stuttgart.de
- Kanuclub CJD Kaltenstein Vaihingen/Enz e.V., www.kanuclub-vaihingen.de
- SV 1845 Esslingen e.V., www.sv-1845.de
- Schwarzwaldverein Sindelfingen e.V., www.svw-sindelfingen.de
- Rudergesellschaft Ghibellinia Waiblingen 1920 e.V., www.rggw.de

Campo-
Grossbottwar.de

ABENTEUER FUSSBALLGOLF
MINIGOLF TRAMPOLIN
BUNGEETRAMPOLIN
UND VIELES MEHR

In den Frauengärten 12 | 71723 Großbottwar
P Wunnensteinhalle | T: 07148 9290723 www.campo-grossbottwar.de

SIFU KIDS

WINGCHUN
Kampfkunst, Selbstverteidigung
und mentale Stärke.
Spielerisch und pädagogisch
fundiert vermittelt!

TAG DER OFFENEN TÜR:
10. APRIL / 12-15 UHR

3 – 4 JAHRE 5 – 6 JAHRE 7 – 9 JAHRE 10 – 12 JAHRE

AKADEMIE FÜR WINGCHUN
Adlerstr. 31 (n. Marienplatz)
70199 Stuttgart
Tel: 0151 253 773 71

Jetzt kostenlos
Probetraining vereinbaren:
WWW.SIFUKIDS.DE



Fest im Fahrradsattel

Mountainbiken für Familien

von Annette Frühauf

Das Mountainbike-Revier auf der Schwäbischen Alb in Albstadt bietet neben ausgewiesenen Mountainbike-Strecken auch die Möglichkeit für Fahrtechnik-Kurse – für Jung und Alt oder gleich als Familienevent.

„Beim Mountainbiken kommt die Technik oft zu kurz“, weiß Philipp Wichmann von AlbBike – einer Gruppe begeisterter Mountainbiker. Inzwischen bieten sie verschiedene Kurse an und zeigen, wie Fahrradfahren auch geht. Philipp, unter Bikern duzt man sich, hat sich sein Bike geschnappt - zum 1:1 Coaching. Um die richtigen Trainingsinhalte zu vermitteln, wird zunächst abgeklärt, welches Können die Fahrerinnen und Fahrer haben. Dann geht's los.

„In den Kursen, die man auch als Familie machen kann, geht es um die Sitzposition, die Kurventechnik und das sichere Bremsen“, sagt Philipp. Mit ersterem geht das Coaching los: „Normalerweise starte ich mit einer Übung, die aktuell mit den Corona-Beschränkungen nicht geht“, fährt der Mountainbiker fort. Denn dabei hält er die Teilnehmer jeweils am Lenker fest und lässt



Im Fahrtechnik-Kurs lernt man: Tief sitzen und Arme nach außen.

sie ihre Position auf dem Rad spüren. Heute schwingt er sich gleich auf sein Rad, fährt ein paar Meter den Übungshang vor dem Onstmettinger Raichbergturm hinauf und demonstriert verschiedene Positionen: „Früher hieß es, leicht hinter den Sattel sitzen“, sagt er und macht es auch gleich vor. „Allerdings bekomme ich so keine Traktion aufs Vorderrad.“ Das rutscht ihm bei einer scharfen Bremsung tatsächlich leicht weg.

Er lässt sich tiefer in den Sattel gleiten, stellt die Ellenbogen nach außen und belastet jetzt Vorder- und Hinterrad gleichmäßig. Sein Körperschwerpunkt liegt nun über dem Tretlager. „Das Ziel ist ein lastfreier Lenker.“ Er nimmt beide Hände vom Lenker

und fährt dennoch sicher bergab. Sieht gar nicht so schwer aus, aber beim Nachmachen merkt man gleich, dass es etwas Übung erfordert.

Ausgewiesene Routen nutzen

Nach der Technik und für die Praxis gibt es rund um Albstadt momentan drei ausgewiesene Routen. Die Tour „Sportrunde“, die rund 12 Kilometer lang ist, führt über idyllische Sommerwiesen und vorbei an sprudelnden Quellen. Eine Rast an den Eisdielen in der Innenstadt ist Phillips Empfehlung für die Familientour. „Die beliebteste der drei Strecken ist der „Alb-Gold Wadenbeißer“, macht Philipp Lust

auf mehr. Die knapp 18 Kilometer lange Strecke mit den 520 Höhenmetern besteht zu rund einem Drittel aus Single Trails - schmalen Pfaden - und hat alles, was ein Mountainbiker-Herz begehrt.

Knackige Anstiege, steile Abfahrten und anspruchsvolles Terrain bietet auch der „Gonso Trail“, der etwas über 45 Kilometer lang ist und knapp 1.000 Höhenmeter hat. Eine ideale Trainingstour für den nächsten Albstadt Bike Marathon, der hier seit 1995 jährlich stattfindet und nur Corona-bedingt inzwischen auch schon einmal ausfallen musste.

Die Marathon-Strecke mit Start und Ziel in Albstadt führt über 83 Kilometer und 2.000 Höhenmeter über die Schwäbische Alb und verbindet alle neun Stadtteile. Auf der anspruchsvollen Marathonstrecke ist die Fahrsicherheit besonders wichtig. Einen schönen Ausblick hat man von der Terrasse des Nägelehauses, wo es selbstgemachte Maultaschen für hungrige Radler gibt, www.naegelehaus.de.

Mountainbike-Strecken rund um Albstadt unter www.bikezone-albstadt.de/MTB-Strecken und zum Mountainbike Kurs unter www.bikezone-albstadt.de.



www.eins-und-alles.de



Entdecken Sie den Zauber des Wahrnehmens



Eins+Alles



@Eins+Alles @laufenmuehle

EINS+ALLES Erfahrungsfeld der Sinne

– eine WfBM der Christopherus Lebens- und Arbeitsgemeinschaft Laufenmühle e. V. Laufenmühle 8 :: 73642 Welzheim

Fon 0 71 82. 80 07. 77 :: erfahrungsfeld@laufenmuehle.de



FREESTYLE ACADEMY STUTTGART

DEUTSCHLANDS ERSTE FREESTYLE INDOOR BASE

Die Freestyle Academy bietet für alle Kids und Jugendlichen, egal ob blutiger Anfänger oder Profi, Freestyle für alle. Egal ob auf den Trampolinen, an der Boulderwand, im Skatebereich, beim Sprung ins Luftkissen, auf der Slackline oder mit den Ski und dem Snowboard, da kommt keine Langeweile auf.

Freestyle Academy Stuttgart, Drescherstraße 54, 71277 Rutesheim
Telefon: 07152 3195890, info@freestyleacademy-stuttgart.de
www.freestyleacademy-stuttgart.com



ELEMENTE DER ERDE
4 JUNI-19 AUGUST 2022

Englischsprachiges, pädagogisches Sommercamp für Kinder von 4-13 Jahren. 235€ pro Woche/pro Kind inklusive lokaler Ausflüge, Sprachunterricht, Ausstattung für die Aktivitäten, und ein T-Shirt! Die Camper werden auf einer einwöchigen Basis eingeschrieben.

Woche 1 Reise zum Mittelpunkt der Erde
Woche 2 Das Farbenspiel des Winds
Woche 3 Feuer los!
Woche 4 Die wilde Welt des Wassers
Woche 5 Mächte der Natur
Woche 6 Durch Raum und Zeit
Woche 7 Hüter der Erde

Weitere Informationen/Online-Registrierung über www.issev.de/summeriss/

International School Stuttgart  

Nix wie raus!

Bewegung unter freiem Himmel

von Andrea Krahl-Rhinow

Bewegung ist super und an der frischen Luft erst recht. Aber welchen Outdoorsport können Kinder außer Joggen oder Fahrradfahren betreiben? Hier ein paar Anregungen.

Sport an der frischen Luft hat eine besonders positive Wirkung auf Geist und Körper, denn es regt die Psyche an, fördert den Blutkreislauf und baut das Immunsystem auf. In Studien ist längst nachgewiesen, dass ein Aufenthalt in der Natur das persönliche Wohlbefinden steigert. Das gilt auch für Kinder und Jugendliche. Aber für diese Altersklasse sind noch ganz andere Anreize entscheidend.

Sport soll Spaß machen. Draußen in der Natur gibt es andere Möglichkeiten, sich auszutoben oder auszuleben. Der Horizont wird durch neue und vielfältige Eindrücke von ganz alleine erweitert. Das sorgt für Abwechslung, neue Anregungen und eine bessere Wahrnehmung. Egal, ob im Wald, auf der Wiese oder sonst wo unter freiem Himmel.

Und dann hat der Outdoorsport natürlich noch einen weiteren Effekt. Er lockt die Kids nach draußen, weit weg von den Spielkonsolen und Bildschirmen und schafft eine gesunde Beziehung zur Umwelt.

Parcourtraining und Bogenschießen

Im Verein kann man draußen den typischen Outdoorsportarten Leichtathletik, Fußball und Tennis, aber auch exotischere Mannschaftssportvarianten wie beispielsweise Feldhockey und Baseball nachgehen. Doch es gibt auch noch andere Sportarten für draußen, wie das Parcourtraining, das zum Beispiel von der Sportkultur Stuttgart und vom Parcour Stuttgart e.V. angeboten wird.

Auch Bogenschießen gehört zum Outdoorsport. Neben dem Schießen auf die Scheibe gibt es auch Parcours, die durch den Wald führen und dreidimensionale Ziele haben. Bogenschießen bietet beispielsweise der Bogensportclub Stuttgart an, Flow intuitives Bogenschießen, Ox-Bow in der Region Hohenlohe und im Freizeitpark Rutesheim, der außerdem eine große Kletternetzanlage bereithält, in dem sich schon die Kleinen ab zwei Jahren sportlich vergnügen können.

Fitness im Wald

Ein abwechslungsreiches Waldtraining kann der Ausflug auf dem Trimm-Dich-Pfad sein. In und um Stuttgart gibt es zahlreiche Angebote, so zum Beispiel im Kräherwald, auf der Waldebene Ost, in Degerloch beim Kickers Stadion oder am



Beim Parcour nutzt man die Stadt als Sportgerät.

Kappelberg. Aber auch Outdoor-Workout-Anlagen machen Spaß: so gibt es dort oft mehrere Geräte auf einen Fleck, fast wie ein Fitness-Studio unter freiem Himmel. So zum Beispiel auf dem Festgelände in Filderstadt-Bernhausen, in Ostfildern beim Jugendtreff L-Quadrat oder der Bewegungsgarten Marabu in Mühlhausen.

Infos zu Trimm-Dich-Pfaden und Workout-Anlagen gibt es unter www.trimm-dich-pfad.com.

Öffentliche Sportstätten

Für weitere Bewegungsangebote sorgen auch Skateranlagen, Tischtennisplatten, Basketballfelder oder Mehrzwecksportplätze, die öffentlich zugänglich sind. Man muss nur seine Freundinnen und Freunde und das Sportgerät, wie Ball, Board oder Schläger mitbringen.

Die Stadt Stuttgart bietet außerdem ab Juni wieder auf verschiedenen Grünflächen „Sport im Park“ an, bei dem es auch verschiedene Angebote für Kinder und Familien gibt.

Flow- Intuitives Bogenschießen, www.flow-intuitives-bogenschieBen.de

Bogensportclub Stuttgart, BSC, www.bogensportclub-stuttgart.de

Ox-Bow, www.ox-bow.de

Freizeitpark Rutesheim, www.freizeitparkrutesheim.de

Parcour Stuttgart e.V., www.parcour-stuttgart.de
Sportkultur Stuttgart, www.sportkultur-stuttgart.de

NINJA - OUTDOORSPIEL-EMPFEHLUNG:

Dieses Spiel ist ideal für draußen, egal ob auf der Wiese, im Wald oder auf dem Platz. Gespielt wird mit vier bis 15 Mitspielern.

Die Mitspieler stehen im Kreis. Eine beginnt und ruft laut „Nin-ja“. Alle stimmen mit ein und machen in dem Moment, in dem das Wort durch die Luft hallt, einen „Move“, das heißt, eine

Bewegung, einen Sprung, eine Veränderung ihrer Position und bleiben dann still stehen. Diejenige, die angefangen hat, muss versuchen, in dieser kurzen Bewegung einen anderen Mitspieler zu berühren. Jeder sollte bei seinem „Move“ also gut aufpassen, dass er nicht getroffen wird, denn dann scheidet er oder sie aus. Nacheinander ist jeder an der Reihe, so lange, bis nur noch einer übrig ist.



Wald, Wasser und Wiesen

Wanderungen rund um Bad Überkingen

von Annette Frühauf

Auf Wald- und Wiesenwegen wandern, Wasser hören und spüren, Pflanzen bewundern und Ausblicke genießen – das geht alles bei dieser Wanderung rund um Bad Überkingen auf der Ostalb, kneipen inklusive.

Wald- und Wasserweg

Heute wollen wir auf die Schwäbische Alb. Bad Überkingen liegt rund 60 Kilometer von Stuttgart entfernt. Parkplätze gibt es bei der Autorialhalle am Ortsrand. Dort beginnt der Wald- und Wasserweg, eine rund sieben Kilometer lange Wan-



derung. Über Feldwege geht es Richtung Wald und bis zur Waldkapelle.

Hier muss man sich entscheiden, ob man noch einen Abstecher zur Brunnensteighöhle und den Autorial-Wasserfällen machen möchte, was sich auf jeden Fall lohnt. Ein Blick auf die Karte mit der Route des Wald- und Wasser-Wegs (www.bad-ueberkingen.de/de/tourismus-freizeit/sportlich-aktiv/wandern) zeigt, dass es noch ein Stück bis zu den Autorial-Wasserfällen ist. Spätestens im März sprießen hier auch

unzählige Märzenbecher. Die zarten, weißen Köpfchen müssen sich hier nicht selten durch den Schnee kämpfen. Einige verspätete Exemplare findet man mit etwas Glück auch noch im April.

Der Weg ist gesäumt von Tufffelsen, an denen das Wasser hinabfließt. Über moosbewachsene Kaskaden führt der steile, teils mit Stufen und Geländern gesicherte Steig zum Wasserfall empor. Gutes Schuhwerk und Trittsicherheit sind hier Voraussetzung! Dieser Teil ist nicht kinderwagentauglich. Oben angekommen sehen wir, wie das Wasser in kleinen Bächen von den Felsen herabplätschert. Auf dem gutausgeschilderten Weg (braun-grünes Zeichen) geht es wieder vorbei an Kalktuff-Terrassen und -quellen, aus denen es stetig herauströpfelt. Immer wieder kommen wir an Infotafeln am Wegesrand vorbei, die über die Geologie, den Wald und seine Bewohner informieren. Mäuse haben lange



Gänge in die Waldböschungen gegraben und lassen sich mit etwas Geduld sogar beobachten.

Einen schönen Rastplatz mit Aussicht auf Bad Überkingen gibt es beim Kneipp-Becken, wo die Schuhe und Socken gleich ausgezogen werden. Nach ein paar Runden im kalten Wasser prickeln unsere Füße. Also Socken und Schuhe anziehen und weiter geht's.

Dann biegt der Wald- und Wasserweg ab und steigt wieder hinab nach Bad Überkingen. Wir passieren die Thementafel „Natur pur - Landschafts-Vielfalt im Oberen Filstal“. Ein paar Schafe grasen friedlich auf der Wiese. Die Lämmchen schlafen friedlich in ihrer Mitte. Wem die sieben Kilometer zu lang werden, der hat



mehrere Möglichkeiten zum Abkürzen, die ebenfalls beschildert sind.

Felsenrunde

Eine tolle Wanderung entlang des Albraufs - mit spektakulären Ausblicken aufs Filstal - bietet die zum zweitbesten Wanderweg Deutschlands gewählte Felsenrunde (Wandermagazin 2018), eine der Löwenrunden, die ebenfalls in Bad Überkingen startet und rund 13 Kilometer lang ist. Hier geht es erst einmal ganz schön nach oben und weiter von Ausblick zu Ausblick. Bei klarem Wetter lassen sich am Horizont sogar die Alpen blicken.

ALLES AUF EINEN BLICK



Das machen wir: Eine Wanderung auf der Ostalb, den „Wald- und Wasserweg“ oder alternativ die „Felsenrunde“. Mehr dazu unter www.bad-ueberkingen.de/de/tourismus-freizeit/sportlich-aktiv/wandern und www.loewenpfade.de/start/loewenpfade/felsenrunde.html.



Da gehen wir hin: nach Bad Überkingen



So kommen wir hin: Mit dem Auto von Stuttgart-Mitte (ca. 55 Min.) über die A 8 bis nach Mühlhausen und weiter auf der



B 466 bis Bad Überkingen. **Dauer:** Die Wanderung auf dem Wald- und Wasserweg ist 7 Kilometer lang, die Felsenrunde fast 14 Kilometer.



Alter: Der Abstecher zu den Wasserfällen ist nicht kinderwagentauglich und die Felsenrunde eignet sich ebenfalls nicht für Kinderwagen. Geeignet ab circa 6 Jahren



Einkehr: Unterwegs gibt es viele Möglichkeiten für eine Rast, zum Teil mit Grillstelle. Nach der Tour kann man im Autorial einkehren, www.im-atural.de.



Kindersandalen Kauf ohne Risiko

Wenn Sie sich jetzt zum Kauf von Kindersandalen entschließen, gehen Sie kein Risiko ein.

Bis zum **8. Mai 2022** tauschen wir nicht passende Sandalen gerne in die passende Größe um.

Einzige Voraussetzung: Die ungetragenen Sandalen müssen aus unserer aktuellen Kollektion sein.

* UVP = unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers. Alle Angebote gelten ab 23.03.2022 solange Vorrat reicht. Bei Nichtlieferung behalten wir uns Ersatzangebote vor. Farbabweichungen möglich.



schuhfreunde.com



SCHUH BÜRKLE

GmbH & Co.KG Tel.: 0711 512121 www.schuhbuerkle.de
Schmidlen beim Rathaus
70736 Fellbach Fellbacher Str. 5-7

Vormittags
9.00 - 13.00

Nachmittags
14.30 - 18.30

Samstag
9.00 - 14.00

Die Aussteller der Feriencamp Messe und ihre Angebote



Kindermuseum Junges Schloss Stuttgart

Mitten in Stuttgart – im Alten Schloss – gibt es einen besonderen Ort speziell für Kinder ab vier Jahren und ihre Familien: das Kindermuseum Junges Schloss. Hier ist Entdecken, Anfassern und Ausprobieren angesagt! Wechselnde Mitmachausstellungen lassen Alltagsthemen, Fantasiewelten, aber auch die regionale Kulturgeschichte auf einzigartige Weise erleben: mit interaktiven Stationen, Abenteuerbereichen und originalen Objekten aus vergangenen Zeiten. Und ganz wichtig: mit viel Spaß! Begleitend zu jeder Ausstellung gibt es passende Veranstaltungen und Programme.

Am 9. April wird es auf der Feriencampmesse am Stand des Jungen Schlosses bunt und kreativ. Das Team des Kindermuseums freut sich auf Euch!

Forscherfreunde

Spannende Feriencamps (ohne Übernachtung, 6-14 J.) und Forscherreisen (mit Übernachtung, ab 10 J.) bieten den optimalen Mix aus Outdoor-Aktivitäten, Technik und IT. Auch am Messestand gibt es viel zu entdecken – es wird experimentiert, getüftelt und programmiert! Die Kids können hier spannende Experimente durchführen und LEGO-Modelle durch Programmierung zum Leben erwecken.



Freestyle Academy Stuttgart

Mit Freunden eine unvergessliche Woche erleben, neue Leute kennen lernen, nach Lust und Laune die Trampolin-, Big Air- und Skateanlage für eine gemeinsame Session nutzen. Klingt das verlockend? Dann sind unsere Camps während der Ferienzeit genau das Richtige! Bei Anmeldung zu einem Feriencamp 2022 erhaltet ihr 10 Prozent Messe-Rabatt auf den Camp-Preis und habt die Chance, bei unserer Verlosung zu gewinnen!



Schwäbische Alvereinsjugend

Gemeinsam unterwegs sein bedeutet für Kinder und Jugendliche auch, Neues zu entdecken. Das Tolle: Ihr bestimmt selbst, an was, in welchem Umfang und in welcher Stärke ihr teilnehmt. Dabei kann jeder seine Persönlichkeit entfalten. Ihr lernt, Verantwortung für euer Tun zu übernehmen und Erfolge aus eigener Kraft zu erzielen.

Entdeckerwelt Bad Urach

Eine interaktive Ausstellung mit drei Außentouren durch Stadt und Wald bietet Kindern die Möglichkeit, Teil einer spannenden Geschichte zu werden. Ausgestattet mit Tablet und Entdeckertasche geht es los, auf eine Reise in verschiedene Zeitalter. Im Museum können Kinder spielend etwas lernen. Am Messestand warten spannende Quizfragen und Bausteine auf Euch!



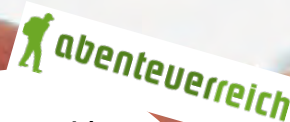
Städtische Museen Esslingen

Im J. F. Schreiber-Museum und im Stadtmuseum gibt es für Kinder und Familien - neben den Ausstellungen - vielfältige Mitmachangebote. Im Sommer lockt eine Mitmachausstellung ins Schwörhaus. Alle Infos gibt es am Messestand. Ein besonderes Highlight ist der große Basteltisch. Ein Besuch lohnt sich.



Abenteuerreich

Hier sind Abenteuer garantiert. Ein ganz besonderes Erlebnis bietet die Übernachtung im Baumhängezelt im schönen Rems-Murr-Kreis ganz in der Nähe von Stuttgart. Abgerundet wird das Erlebnis mit leckerem Essen, gemütlichem Lagerfeuer, Sternenhimmel und Natur pur.



Lebenshilfe Stuttgart

Das Ferienbüro der Lebenshilfe Stuttgart bietet eine bunte Mischung an Ferienangeboten für Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung. Ob in der „Löwentorstraße“, im „Spielhaus“, bei der „Sportwoche mit KISS“, mit der „AWO im Waldheim“ oder bei Ausflügen, für alle Altersgruppen ist das Richtige dabei. Mit kompetenter Beratung und Unterstützung finden Sie gemeinsam das passende Angebot.



Naturfreundejugend Württemberg

Die Naturfreundejugend Württemberg (NFJW) ist ein Verband für Kinder, Jugendliche und junggebliebene Erwachsene. Hier könnt ihr an vielen spannenden Ferienfreizeiten, Jugendreisen, Seminaren, Festivals und Weiterbildungen teilnehmen. Am Messestand gibt es frisches Popcorn und coole Preise zu gewinnen.



BDKJ Ferienwelt

Die BDJK Ferienwelt ist eine Einrichtung der Diözese Rottenburg-Stuttgart. Hier kannst du den Alltag hinter dir lassen und in den Sommer eintauchen, ausspannen, die Seele baumeln lassen oder auch gemeinsam mit Gleichaltrigen Abenteuer erleben.





Sportkreisjugend Stuttgart

Die Sportkreisjugend Stuttgart ist die Jugendorganisation im Sportkreis Stuttgart e.V., dem Dachverband der rund 300 Stuttgarter Sportvereine mit insgesamt über 250.000 Mitgliedern. Als größter Jugendverband in der Landeshauptstadt verstehen sie sich als Ansprechpartner und Dienstleister für die Bevölkerung, für Vereine und Verbände zu Fragen rund um die Themenfelder „Sport“ und „Jugend“ und die damit verbundenen Freizeit- und Bildungsaktivitäten. Auf der Messe erwarten euch sportliche Angebote wie Soccer-Darts, Tischkicker und Tischtennis.



Stadtjugendring Stuttgart

Die Stuttgarter Jugendverbände haben viel zu bieten. Damit alle Kinder und Jugendlichen auch etwas davon mitbekommen, präsentiert euch der Stadtjugendring zahlreiche Angebote. Kommt vorbei und findet die Ferienhighlights, die für euch interessant sind. Sportliche Aktivitäten, Bastelgruppen, Spiel, Gesang und Tanz ... Für alle ist etwas dabei – Spaß und Gute Laune sind garantiert.



Stuttgarter Jugendhaus Gesellschaft

Hier kannst du chillen und ausspannen, experimentieren und Neues wagen, Leute treffen und Freunde finden. Die Stuttgarter Jugendhaus Gesellschaft entwickelt für dich tolle Ferienangebote mitten in der Stadt. Mehr als 40 Einrichtungen, Kinder- und Jugendhäuser, Abenteuerspielplätze und Jugendfarmen stellen in den Ferien einmalige Angebote auf die Beine. Es wird bunt, kreativ, sportlich, abenteuerlich, lecker, musikalisch und actionreich. Und auf keinen Fall langweilig! Schau auf der Messe vorbei und finde dein nächstes Ferienhighlight!



Staatliches Museum für Naturkunde Stuttgart

Das Museum für Naturkunde Stuttgart ist eines der beliebtesten Museen des Landes. Mit seinen Ausstellungen im Museum am Löwentor (Paläontologie: Leben der Vorzeit) und Schloss Rosenstein (Biologie) und zahlreichen Veranstaltungen sind kurzweilige Stunden und interessante Einblicke in die Entwicklung und Vielfalt des Lebens garantiert.



familien-ferien in Baden-Württemberg

Warum in die Ferne schweifen, wenn das Urlaubsland Baden-Württemberg direkt vor Ihrer Tür liegt? Baden-Württemberg steckt voller Erlebnisse für den Urlaub mit der Familie. Und weil die gemeinsame Urlaubszeit so wichtig ist, bieten die zertifizierten familien-ferien Orte, Ausflugsziele, Unterkünfte und Restaurants viele Annehmlichkeiten und besondere Services für Familien.



elan sportreisen

elan ist das Original, wenn es um Familiencamps geht. Fast 20 Camps in Europa bietet elan sportreisen an. Aktiv- und Rahmenprogramm, Kinder- und Jugendprogramm, Verpflegung sind bereits im Reisepreis inbegriffen. Der Luxus dieser Reisen ist das ungezwungene Leben in der Natur. Egal, ob Aktivferien am Meer oder in den Bergen, Spaß und Erholung sind garantiert, ob beim Segeln, Wandern oder Skilaufen.



Youngstar Travel

Die Spezialisten für Klassenfahrten sowie Kinder- und Jugendreisen bieten jede Menge Action. Im Winter geht's zum Ski- und Snowboardfahren nach Österreich, im Sommer mit dem Kanu quer durch Norwegen oder auf Erlebnisreise zur schönen Insel Sylt. Außerdem stehen im Sommer Raften, Mountainbiken und Klettern in Österreich sowie Wellenreiten an der französischen Atlantikküste auf dem Programm.



Oskar lernt Englisch

Freut euch auf actionreiche Ferien, z. B. mit Reiten, Surfen, Sport, Film und Theater. Alles läuft auf Englisch ab - so lernt ihr, Englisch intuitiv einzusetzen und bald ohne Hemmungen zu sprechen. Alle Camps gibt es mit und ohne Übernachtung, sie dauern eine Woche und sind geeignet für Kinder und Jugendliche von 6 bis 15 Jahren.

Die Aussteller Youngstar Travel, elan Sportreisen, element-i Ferienwerkstätten und Oskar lernt Englisch werden nicht persönlich, aber mit Infomaterial auf der Feriencamp Messe vertreten sein.



element-i Ferienwerkstätten im Kinderhaus Junges Gemüse in Stuttgart-Vaihingen

In den Sommerferien warten attraktive Ferienprogramme mit Workshops und Exkursionen rund um die Themen Technik, Natur und Werken sowie Sport, Kunst, Musik und Theater auf Kinder zwischen 6 und 12 Jahren und deren jüngere Geschwister (ab 4 Jahren).



„Spitzenväter sind ein Segen für Familie und Gesellschaft.“

Prof. Dr. Ulrike Detmers, Initiatorin Mestemacher Preis Spitzenvater des Jahres

Spitzenväter gesucht

Die Großbäckerei Mestemacher schreibt zum 17. Mal für 2023 den

Mestemacher Preis Spitzenvater des Jahres

aus. Das Preisgeld beträgt zweimal 5.000 Euro.

Die Teilnahmebedingungen können von der Website geladen werden

www.mestemacher.de/gleichstellungsaktivitaeten/mestemacherpreis-spitzenvater-des-jahres/

oder angefordert werden bei



Einsendeschluss ist der 31.12.2022

Mestemacher GmbH · Prof. Dr. Ulrike Detmers · Postfach 2451 · 33254 Gütersloh · Telefon 05241 87 09 - 68

ulrike.detmers@mestemacher.de

plus 5.000 Euro Sonderpreis Mütter-Organisation



Schöne Tage in den Bergen

Familienhotel „Tirolerhof“ am Fuß der Zugspitze

von Jessica Lichner

Wenn man schon beim Ankommen spürt, dass man diesen Ort wieder besuchen wird - dann ist es ein echter Wohlfühlort. So erging es uns beim ersten Besuch im Tirolerhof in der Zugspitzarena. Die Atmosphäre ist urgemütlich und unverwechselbar herzlich.

Ob Aktivurlaub im Sommer, Skifahren im Winter oder doch ein bisschen Wellness für die Seele. Hier ist alles vereint.

Die Lage

Die Lage des Hotels ist fantastisch. Nur zehn Minuten von der deutschen Grenze entfernt und mit Blick auf die Zugspitze ist der Standort für Outdooraktivitäten aller Art optimal. Aus der Region Stuttgart ist das Hotel in nur zweieinhalb Stunden Autofahrt zu erreichen.

Riesenröhrenrutsche. Aber auch die Sea World Softplayanlage, die Teenie Lounge, der Kinderspielraum und die 12 Meter Kletterwand in der Spielealm sind Abenteuer und Erlebnis.



Im Bällebad gibt es kein schlechtes Wetter.

Wildblumen und Almen

Die Umgebung des Hotels hat für alle etwas zu bieten. Von Action auf dem Berg bis Waldbaden. Besonders gut hat uns die kinderwagentaugliche Almseerunde gefallen: Nur zwei Kilometer vom Hotel entfernt geht's mit der Gondel der Ehrwalder Bergbahnen hoch hinauf. Nicht nur die Fahrt ist ein Highlight für die ganze Familie. Auf dem Weg gibt es interaktive Stationen, Spielplätze und ein Ziehfloß. Die Belohnung ist der glasklare Almsee mit atemberaubender Bergkulisse. Und für die Kids die Alm mit Kartparcour.



Auf der nahen Almseerunde kann man zusammen einiges überwinden.



Der Kinderbereich mit Riesenrutsche ist schon von außen erkennbar.

All Inclusive – Angebot mit Kinderbetreuung

Wir hatten eine lichtdurchflutete Familien-Suite im Obergeschoss mit Balkon und wohltuendem Zirbenholz. Das herrliche Bergpanorama mit Blick über die Dächer von Ehrwald ist einmalig.

Zum Rundum-Paket gehört nicht nur die kulinarische Küche mit regionalen Produkten. Sondern auch ein aufmerksamer Service und das Baby- und Kinderbuffet. Die Verpflegung vom Frühstück bis zum Abendessen ist köstlich. Es ist wie eine kleine Entdeckungsreise. Die vegetarischen Gerichte am Abend können wir sehr empfehlen.

Und so viel mehr wartet darauf, genutzt zu werden: Spieleparadies, Fitnessraum, SPA, Hallenbad und Panorama-Freischwimmbad.

Im Kids Club mit ganztägiger Kinderbetreuung und Babybetreuung gibt es zudem täglich abwechslungsreiches Programm.

Regentage sind Spieltage

Langeweile?! Gibt es im Tirolerhof nicht. Ganz gleich, ob kleine oder große Kinder. Richtig angesagt ist der neue Alpen Ninja Parcours und der Zugspitzflitzer – die acht Meter lange

Dorfleben erkunden

Vom Hotel aus kann man aber auch einfach losspazieren und das Dorf erkunden. Wenn die Kinder ihre Füße in den Brunnen und bei Sonnenschein ein Eis auf die Hand bekommen, dann ist die Erinnerung an den Sommerurlaub perfekt. Genauso lieben wir das.

Was wir am Tirolerhof besonders schätzen? Die überschaubare Größe des Hotels und die damit verbundene Persönlichkeit, aber eben auch die Nähe zu den Bergen. Besonders gerne saßen wir übrigens im Garten. Während sich die Kinder auf dem neu gestalteten Spielplatz austoben, haben wir uns hier besonders gut erholt.

****Hotel Familotel Tirolerhof, Reinhard-Spielmann-Straße 16, A-6632 Ehrwald, Tirol, Tel. 0043 5673 2308, info@hotel-tirolerhof.at, www.hotel-tirolerhof.at

THOMAS ZECHMEISTER

STEUERBERATER

STETTENER HAUPTSTRASSE 66
70771 LEINFELDEN-ECHTERDINGEN

Telefon 07 11 / 24 83 80 - 330

Fax 07 11 / 24 83 80 - 333

E-Mail info@stb-zechmeister.de



bilinguale KINDERKRIPPEN
PRESCHOOL & KINDERGARTEN

die Kindervilla

www.die-kindervilla.de | info@die-kindervilla.de

☎ 67400574

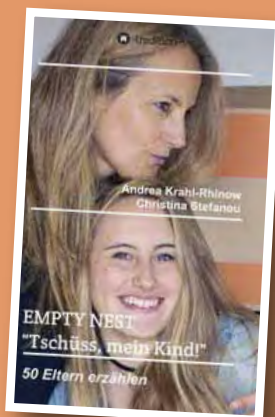
Ein Buch, das alle Eltern berührt!

Irgendwann ziehen die Kinder aus. Und dann?

Was ändert sich, wie sieht der Alltag plötzlich aus und wie gehe ich als Mutter oder Vater damit um?

50 Eltern berichten in diesem Buch

13,99 Euro
ISBN 978-3-347-35699-3
emptynest_tschuess



„Fit wie ein Schuh“

„Oma Monika“ im JES



Baltasar und seine Oma beim Kreuzworträtsel

von Sabine Rees

Stuttgart - Wie geht es einem, wenn die eigene Oma immer vergesslicher wird? Wie soll man damit umgehen, wenn sie einen nicht mehr erkennt und immer wieder dasselbe erzählt? Die turbulente Inszenierung, die aber auch Raum für leise Töne lässt, wird im April und Mai wieder im JES gezeigt.

Oma Monika (gespielt von JES-Intendantin Brigitte Dethier) passt jeden Nachmittag auf ihren Enkel Baltasar auf (Sebastian Kempf) oder ist es eher umgekehrt? Der Enkel merkt schon seit längerem, dass etwas nicht mit seiner Oma stimmt, denn nicht nur beim gemeinsamen Kreuzworträtsel vergisst sie oft, woran sie gerade gedacht hat. „Was war“, ist daher ein häufig genutzter Satz und auch beim Kuchenbacken kommt so manches durcheinander.

Wer selbst schon einmal mit demenzkranken Menschen zu tun hatte, kann viel

Reales in dieser Inszenierung von Milan Gather wiedererkennen. Die Müdigkeit, die Oma Monika immer mal wieder überkommt, die Verzweiflung, die sie zum Ausdruck bringt, wenn ihr etwas Wichtiges partout nicht einfallen will, aber auch die Angstzustände, wenn sie nicht mehr erkennt, wer ihr Gegenüber ist. Und dann, ganz plötzlich ist Oma Monika wieder fast wie früher, „Fit wie ein Schuh“, sagt sie dann zu ihrem Enkel und voller Tatendrang begibt sie sich mit ihm auf die Spuren ihrer bewegten Vergangenheit, in der Oma weit mehr war, als man am Anfang zu glauben meint!

Mit viel Musik, verrückten Ideen, ein bisschen Klamauk, aber auch vielen berührenden Momenten wird die Küche von Oma Monika zur Bühne für ein bewegtes Leben - Sehenswert!

Oma Monika, ab 8 Jahren, Junges Ensemble Stuttgart, JES, Eberhardstr. 61 A, S-Mitte, Aufführungen am: 23. April, 3. und 4. Mai. Tickets: 0711-2184800, www.jes-stuttgart.de

Lieblingshelden

Neue Stücke der Jungen WLB Esslingen

von Cristina Rieck

Esslingen - Gleich zwei Premieren feiert die Junge WLB im April: Zu sehen ist der Klassiker „Der Meister Eder und sein Pumuckl“ und das „Neinhorn“, das auf einem der neuesten Bücher des Kabarettisten Marc-Uwe Kling basiert.

Meister Eder und sein Pumuckl

Bereits Anfang der 1960er Jahre schuf die Münchner Hörspielautorin Ellis Kaut die Figur des Kobolds Pumuckl, der zunächst unsichtbar, dann nur für den Schreinermeister Eder sichtbar, die vielfältigsten Abenteuer erlebt. Seither wurden die beliebten Geschichten durch Bücher, Hörspiele, Fernsehserien und Kinofilme berühmt. Nun sind „der Meister Eder und sein Pumuckl“ in einer



© Junge WLB

Bühnenvariante der Geschichten mit Puppenspiel im Esslinger Studio am Blarerplatz zu sehen.

Unter der Regie von Jan Müller, künstlerischer Leiter der Jungen WLB, erlebt das junge Publikum, wie der rot haarige Wuschelkopf und der alte Schreiner zu Freunden werden und so manches miteinander erleben.

Das Neinhorn

Das schnickeldischnuckelige Einhorn benimmt sich so gar nicht lilalieb und einhornmäßig. Es kennt nämlich keine



© Junge WLB

andere Antwort als „Nein“, wenn man ihm irgendwelche Vorschläge macht, was ihm den Namen „Neinhorn“ einbringt. Schon kleine Zuschauer ab vier Jahren werden viel Spaß haben, wenn das Neinhorn aus seiner Traumwelt ausbricht und auf der Bühne der Jungen WLB auf Gleichgesinnte trifft. Denn in dem Waschbär, der immer „Was?“ fragt, dem Hund, der immer „Na und?“ antwortet und der Königstochter, die immer „Doch!“ sagt, findet es Freunde, die zu ihm passen.

Der beliebte Stuttgarter Liedermacher und Kabarettist Marc-Uwe Kling, der vielen Eltern durch seine „Känguru-Chroniken“ bekannt sein dürfte, verzaubert Groß und Klein in dem diesem Stück zugrunde liegenden Kinderbuch mit humorvollen Sprachspielereien.

Das Neinhorn, ab 4 Jahren, 2., 10. und 30. April, jeweils 16 Uhr, Podium 2 im Schauspielhaus, Strohhofstraße 1, Esslingen, Der Meister Eder und sein Pumuckl, ab 6 Jahren, 3. und 9. April, jeweils 16 Uhr, Studio am Blarerplatz, Spritzengasse 8, Esslingen,

Württembergische Landesbühne Esslingen, Junge WLB, Tel. 0711-968804110, weitere Infos unter www.wlb-esslingen.de



www.jas-music.academy

Schlagzeug

jetzt kostenlos schnuppern

Tel. 78251931

Gitarre

Gesang

E-Bass

Klavier

Geige

Musikalische Früherziehung

"Junge Akademie Stuttgart", Kupferstraße 36, 70565 Stuttgart-Vaihingen



© Bernd Gurit

Kultur Splitter

von Christiane Götz



© Eliszis

Am 4. April um 15 Uhr

In dem zauberhaften Lichtspiel-Tanztheater „Das kleine Licht bin ich“ machen sich Licht und Schatten auf, um im großen Universum eine Welt aus Hell und Dunkel zu erschaffen. Es entstehen faszinierende Bilder, die so schnell wie sie erscheinen, auch wieder verschwinden. Tänzer, Musiker und Lichtkünstler des T-Werk Potsdam holen im Zusammenspiel für einen Moment die Sterne vom Himmel. In der Filharmonie in Filderstadt wird es märchenhaft und fantasieanregend, Hell und Dunkel wechseln sich ab, Klänge, Stillstand und Bewegung tauchen ein in Zauber und schönen Schein.
www.filharmonie-filderstadt.de

4 bis 6 Jahre
Theater / Filderstadt



© TheaterFusion

Am 30. April um 15 Uhr

Ach! Einmal das Meer sehen! Das weite, das wunderbare, das mächtige Meer! Koffer gepackt, Blumen gegossen, Wohnungsschlüssel in der Hand, die Reise kann beginnen...aber was ist, wenn man bei der Abreise über die Türschwelle stolpert, es plötzlich regnet, man die Treppe herunterfällt? Es ist viel zu gefährlich, die Reise ans Meer anzutreten. So geht das Jahr für Jahr, Tag für Tag, große Träume platzen in einem kleinen Zimmer. Bis es eines Tages an der Tür klingelt und dieses seltsame Paket da liegt, das sich auch noch bewegt und aus dem zwei Ohren und zwei Augen rauskommen. Ab diesem Tag wird alles anders. Im Fitz in Stuttgart können mutige und ängstliche Kinder das wunderbare Puppentheater und Schauspiel „Die Muschellauscherin“ mit dem Figurentheater Paradox und dem TheaterFusion erleben.
www.fitz-stuttgart.de

ab 4 Jahren
Clowntheater / S-Nord

20. bis 24. April um 16 Uhr

Wer das nostalgische Jahrmarktstheater von Eliszis im Stuttgarter Höhenpark Killesberg liebt, darf sich auf ein buntes Programm freuen. Am Fuße des Aussichtsturms im runden Zirkus- und Theaterzelt, dessen Dach bei schönem Wetter geöffnet werden kann, begeistern die beiden Clowns Nino und Eliszi ihre kleinen Besucher in „Zwei Clowns beim Festmahl“ mit einer Mischung aus Komik, Slapstick, Akrobatik und jeder Menge charmantem Humor. Neben einem Pferdekarrussell und einer Schiffschaukel machen die Waffelbäckerei und verschiedene Buden den Besuch bei Eliszis zu einem perfekten Ausflug für die ganze Familie.
[www. www.eliszis.de](http://www.eliszis.de)



© Andre Paulsen

Am 10. April um 15 Uhr

Toni Komisch ist ein Kinderliedermacher der besonderen Art. Erfrischend anders, mit verrücktem Auftreten und endlos langen Haaren. Bei ihm lernen Rasenmäher fliegen und Stehtische liegen. Er sieht die Welt mit Kinderaugen und findet es sehr kreativ, wenn ein Kind eine Katze mit Erdbeermilch übergießt, weil diese rosa sein soll. „Toni Komisch – Endlich gute Kinderlieder“, aufgeführt im Glasperlenspiel in Asperg, ist ein mitreißendes Erlebnis für die ganze Familie mit phantasievollen Mitmachliedern, lustigen Texten und liebenswert chaotisch.
www.glasperlenspiel.de

ab 4 Jahren
Musik / Asperg

ab 6 Jahre
Puppenspiel / S-Mitte



© Staatsgalerie

Am 1. und 8. April von 15 bis 16 Uhr

In der Kinderführung „Große Kunst für kleine Entdecker“ können große und kleine Entdecker die Sammlungen und Sonderausstellungen der Stuttgarter Staatsgalerie entdecken. Hinter jedem Bild steckt eine Geschichte, auch wenn es nur eine rote Farbe zeigt. Jede Woche wird die Staatsgalerie mit viel Spaß, Ideen und Fantasie zu unterschiedlichen Themen und Werken erkundet.
www.staatsgalerie.de

6 bis 10 Jahre
Museum /S-Mitte

Nachhaltigkeit



©shutterstock_Summy_studio

Wer lebt nachhaltiger?

Klimadebatten in Familien

von Andrea Krahl-Rhinow

Nachhaltig ist gut, aber nicht jeder hat die gleichen Maßstäbe. Schon in der Familie entstehen oft Diskussionen über das Thema Umwelt- und Klimaschutz. Was muss getan werden, was reicht aus und was ist machbar?

Britta steht in der Küche und räumt die Essensreste vom Abendessen weg. Ihre studierende Tochter ist zu Besuch und es gab ihr Lieblingsessen, Rouladen. Während Britta routiniert den Tisch abräumt und in der Küche ein kleines Stück Frischhaltefolie abzieht, um es über den Rest Sauce mit Knödeln zu stülpen, schreit ihre Tochter entsetzt auf: „Spinnst Du? Da braucht man doch keine Folie.“ Erschrocken hält Britta inne, kommt sich vor wie eine Schwerverbrecherin. Es folgen mehrere Belehrungen. Ihre Tochter nimmt ihr das Schälchen aus der Hand, fischt einen kleinen Teller aus der Schublade, legt ihn darüber und stellt ihn kopfschüttelnd in den Kühlschrank.

Streit um Plastikfolie und Energiesparen

Szenen wie diese gibt es nicht nur bei Britta in der Familie. Ob es die Folie ist, das

verpackte Essen oder der Fleischverzehr. Das Umweltbewusstsein ist stark gewachsen, vor allem bei der jüngeren Generation. Greta Thunberg hat sicher einen großen Teil dazu beigetragen. Doch während Brittas Tochter sich über das kleine Stück Plastikfolie aufregt, hat sie doch zuvor mit Vergnügen ein riesiges Stück Fleisch verzehrt. Dabei ist klar, dass der Ressourcenverbrauch bei der Herstellung von Fleisch immens ist und viele daher eine Reduzierung des Fleischkonsums fordern.

Nur regionales Obst und Gemüse

Auch Kerstin führt regelmäßig mit ihren Kindern Diskussionen über das Umwelverhalten. Ihre Töchter sind beide sehr klimabewusst, verzichten auf Fleisch, kaufen ihre Kleidung Second Hand oder nähen auch selber mal etwas aus alten Stoffresten. Inzwischen haben sie ihre Mutter überzeugt, das regionale Obst und Gemüse nur noch auf dem Wochenmarkt zu kaufen und Reis und Nudeln im Unverpacktladen.

Doch wenn es darum geht, Energie zu sparen, rückt der Klimaschutz schon mal in weite Ferne. Das Licht wird beim Verlassen des Hauses nicht ausgeschaltet, der Computer läuft Tag und Nacht und die Heizung bullert auf Stufe fünf, damit man im Zimmer

mit bauchfreiem Top herumlaufen kann.

Das zeigt deutlich, wie weit die Kluft zwischen Umweltbewusstsein und Umwelverhalten auseinandergehen kann. Andererseits ist es aber auch ganz natürlich, dass man, so umweltfreundlich man auch eingestellt ist, nicht gleich alle Maßnahmen gleichzeitig ergreifen und umsetzen kann.

Weniger Fleisch, bessere CO²-Bilanz

Mädchen sind oft bessere Umweltschützer und agieren klimabewusster, ergab die Studie „Jugend-Naturbewusstsein“ des Umweltministeriums und des Bundesamtes für Naturschutz aus dem Jahr 2020. Mädchen haben demnach einen stärkeren Bezug zur Natur als Jungen. Sie ernähren sich auch häufiger vegan oder vegetarisch. Das wirkt sich positiv auf die CO²-Belastung aus, wenn man bedenkt, dass bei kompletten Fleischverzicht ein Mensch bis zu 450 Kilogramm CO²-Emissionen einsparen kann.

Aber auch schon der Griff zu Biofleisch statt zum Steak oder der Wurst aus Massentierhaltung kann den CO²-Fußabdruck verringern. Jedes Umdenken hilft.

Die Welt braucht Ökolimits

„Oft denkt man, was bringt das schon, wenn ich verzichte und alle anderen

machen weiter“, sagt Umweltwissenschaftler und Buchautor Michael Kopatz. Er ergänzt aber auch: „Das Richtige zu tun, muss sich gut anfühlen“.

So lautet auch der Untertitel seines Buches „Ökoutine“, in dem der engagierte Umweltschützer darüber berichtet, dass die Gewohnheiten dringend verändert werden müssen. „Die breite Masse muss dazu bewegt werden, etwas zu verändern.“ Und dafür braucht es seiner Ansicht nach verpflichtende Vorgaben oder sogenannte Standards. Wenn die Straßen weiterhin ausgebaut werden, wie soll da der Autoverkehr reduziert werden? Als weiteres Beispiel im Bezug auf die Ökolimits nennt Kopatz das Fliegen. Werden weiterhin immer mehr Starterlaubnisse durchgesetzt, werden auch immer mehr Menschen ins Flugzeug steigen. Gibt es allerdings mehr Fahrradwege und die Willkommensstrukturen für Radfahrer werden erweitert, verzichten vielleicht mehr Menschen auf das Auto. Ein guter Ansatz wären auch reduzierte Fahrpreise bei Bahn und öffentlichen Verkehrsmitteln.

Mit dem Fahrrad in den Urlaub

Zurück zur Familie. Auch hier sorgt das Thema Verkehr immer wieder für großen Diskussionsbedarf. Familienurlaub mit

dem Fahrrad? Das klingt für einige nicht nur absurd, sondern auch mühsam. Aber es geht. Familie Jäger praktiziert das seit vielen Jahren. Zuerst war der Nachwuchs im Anhänger dabei, später auf dem eigenen Rad. Die Etappen waren für Groß und Klein gut zu bewältigen. Das Gepäck, inklusive Zelt, wird in großen Satteltaschen untergebracht.

Der Urlaub mit dem Fahrrad gehört auf jeden Fall zu den klimaneutralsten Varianten. Doch es geht auch anders. Schon allein der Verzicht auf die Flugreise wirkt sich klimaschonend aus. Mit der Bahn nach Portugal dauert zwar etwas länger, ist dafür aber erlebnisreich. Der Weg ist hier das Ziel.

Widerstand ist nötig

Aber ist der Klimawandel überhaupt noch zu stoppen? Klimakatastrophen wie die Überschwemmungen im letzten Sommer machen die Klimakrise deutlich und sie rückt dicht an uns heran.

„Wir können die drohende Klimakatastrophe verhindern, wenn wir auf allen Ebenen gemeinsam handeln. In der Familie, im Alltag und in der Politik können alle ihren Teil dazu beitragen“, schreibt der WWF Junior-Club auf seiner Homepage. Das bedeutet: Gemeinsam den nachhaltigen Weg gehen, dann haben wir eine Chance.

Dazu ist oft Widerstand nötig, so wie der Widerstand der Generation vieler heutiger Eltern, die früher gegen Atomkraft demonstriert oder mit dem Spruch „Jute statt Plastik“ auf das Umdenken bei den Einkaufstaschen hingewiesen haben. Der Erfolg dauert zwar manchmal etwas länger, aber heute verabschieden wir uns von der Atomenergie und Plastiktüten gibt es auch kaum mehr.

Widerstand führt zum Umdenken. Widerstand üben auch die Klimaaktivisten und Demonstranten von Fridays for Future. Druck von der Straße ist wichtig, es ist der Widerstand gegen die, die sagen: „auf mich kommt es nicht an“.

Denkanstöße ohne Verurteilung

Beim Klimaschutz kommt es auf uns alle an. Doch jeder hat einen anderen Ansatz, auch in der Familie. Während Britta sich manchmal über die Belehrungen ihrer Tochter ärgert, ist es vor allem der Ton und die unterschwellige Verurteilung, die sie stören. Eigentlich sind ihr Denkanstöße recht, schließlich ist sie doch keine Umweltsünderin.

Die Menschen müssen miteinander reden, sich

austauschen und immer wieder über Waldrodungen, Polyschmelze und Mikroplastikteilchen diskutieren. So lassen sich neue Perspektiven kennenlernen und auch die unterschiedlichen Ansätze der Generationen verstehen.

Umweltfreundliche Routinen entstehen nur, wenn wir immer wieder mit den Möglichkeiten unseres Handelns konfrontiert werden. Dazu trägt auch die Aufklärung bei. Es ist gut zu wissen, dass Plastik-

tüten 600 Jahre benötigen, bis sie vollständig abgebaut sind. Oder wer macht sich schon bewusst, dass jeder Mensch im Leben etwa 450 Zahnbürsten verbraucht. Auch das ergibt bereits einen großen Haufen Plastik und einen guten Grund, auf umweltfreundliche Produkte umzuschwenken.

Je länger etwas lebt, umso besser

Grundsätzlich gilt natürlich bei allen gekauften Produkten: Je länger sie halten, desto besser für die Umwelt. Gerade die Ausstattung für Babys kann sehr umweltfreundlich gestaltet werden, indem man Dinge für den Nachwuchs Second Hand kauft und diese auch wieder verkauft. Babys sind so schnell aus Dingen herausgewachsen, sei es der Schneeanzug oder die Babytrage.

Und ist im Haushalt mal etwas kaputt, lässt sich vieles reparieren, auch wenn die Neuanschaffung manchmal einfacher und sogar günstiger scheint. Jeder Rohstoffabbau schadet Umwelt und Mensch.

„Wir kaufen oft Dinge, die wir gar nicht brauchen“, sagt auch Kopatz. Und diese lassen immer mehr Menschen dann auch noch per Paketboten ins Haus kommen. Ein Desaster für das Klima.

Bei jeder neuen Anschaffung sollte man überlegen, ob es wirklich nötig ist. Auch das ist in der Familie oft ein Streitpunkt. Bei den Kindern und Jugendlichen sind oft zwei Lager zu erkennen: Die einen, die besonders auf Umwelt und Natur achten und die anderen, denen es völlig egal ist, unreflektiert konsumieren und den Ansatz „Ressourcen sparen“ noch nicht verstanden haben.

Aber es werden immer mehr, die sich mit dem Gedanken „Aus alt macht neu“ auseinandersetzen. Brittas Vater ist in der Nachkriegsgeneration aufgewachsen und freut sich, wenn seine Enkeltochter in seinen alten Sachen stöbert, um zum Beispiel alte Möbel oder Haushaltsgegenstände von ihm zu übernehmen und aufzubereiten. Sie geht auch gerne mal auf Sperrmülltour oder zu Wohnungsauffösungen.

„Das Richtige zu tun, muss sich gut anfühlen.“

Michael Kopatz, Buchautor und Umweltwissenschaftler

BUCHTIPPS:



„If I could save the world“, Jennifer Sieglar, Planet! Verlag, 2021, 11 Euro.

Das Buch von TV-Moderatorin Jennifer, bekannt aus der Fernsehsendung Logo, gibt Tipps, wie man im Alltag zur Klimaretung beitragen kann.

Die Lektüre hält jedoch nicht nur Informationen und Anregungen bereit, sondern bietet auch Platz für eigene Eintragungen, zum Beispiel zum saisonalen Essen, Zahnpasta selber machen oder

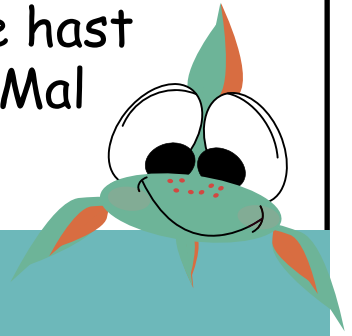
umweltbewusstem Online-Shopping. Die Autorin möchte ihre Leser zu einer kreativen Auseinandersetzung mit dem Thema anregen. Für Kinder ab 12 Jahren



„Ökoroutine: Damit wir tun, was wir für richtig halten“, Michael Kopatz, Oekom-Verlag, 2021, 20 Euro.

Dieses Buch macht Schluss mit umwilmoralischen Appellen und zeigt, wie man „Öko“ einfach zur Routine werden lassen kann.

Milchzähne hast Du nur ein Mal im Leben.



der milchzahn.com



EINE GIFFTFREIE LANDWIRTSCHAFT BRAUCHT DEINEN KONTOWECHSEL

Als erste Bank Deutschlands setzen wir uns für eine Abgabe auf Spritz- und Düngemittel ein. Zeige auch du Haltung mit dem GLS Girokonto: damit dein Geld ausschließlich sozial und ökologisch wirkt – konsequent nachhaltig und transparent. [glsbank.de](https://www.glsbank.de)

GLS Bank
das macht Sinn



© mophoto / photocase.de

FAMILIENPFLEGE UND HAUSHALTSHILFE

IM STADTGEBIET STUTT GART

RUFEN SIE UNS AN: 0711 2865095



KATHOLISCHE FAMILIENPFLEGE STUTT GART e.V.

Katharinenstraße 2b | 70182 Stuttgart
www.familienpflege-stuttgart.de



Werkstattladen in der Weberei
Webwaren und mehr...

**Karl-Schubert-
Werkstätten**

Kurze Str. 31 | 70794 Filderstadt | www.ksg-ev.eu

plattsalat
selbstverwaltet · fair · günstig
bio im eigenen laden

**ost
west
kernen**
www.plattsalat.de

gegen vorlage dieser anzeige
können sie einmal bei plattsalat
zum mitgliederpreis einkaufen
ohne mitglied zu sein

Einfach Englisch lernen! **Englischkurse für:**

- Erfahrung seit 2003
- in Stuttgart-West und Stuttgart-Degerloch
- Kleinkinder-Spielgruppe
- Kinder, Jugendliche und Erwachsene
- Business-Englisch
- Senioren

**ab sofort bieten wir
Online Kurse an!**

Speak!
EINFACH ENGLISCH LERNEN

Polly Mai-Jennings • Fon: 0711 888 01 73 • www.speak-stuttgart.de

FAIRKAUF
Günstige Gebrauchtwaren auf 2.000 m²

**FAIR
KAUF**

Nachhaltig einkaufen!

- Möbel, Küche, Elektro, Haushaltswaren, Accessoires Bücher, Bilder, u.v.m.
- Alles für die Kleinen im **Kinderland**
- **Abholung von Möbeln:** Telefon 0711 65706-90 fairkauf.logistik@caritas-stuttgart.de
- Mit der Bonuscard günstiger einkaufen!

Steiermärker Str. 53 · Stuttgart-Feuerbach
Telefon 0711 657060
Aktuelle Öffnungszeiten (Spendenanlieferung)
sehen Sie bitte auf www.caritas-fairkauf.de

caritas
STUTT GART

Regional nachhaltig

Nachhaltige Aktionen und Initiativen in der Region Stuttgart

von Annette Frühauf

Nachhaltigkeit hat viele Facetten und fängt bei der umweltschonenden Fortbewegung an - das geht in Stuttgart sogar mit viel Ballast und zwar mit leihbaren Lastenrädern. Beim Einkaufen, Kochen und Essen gehen gibt es ebenfalls nachhaltige Möglichkeiten und Gerichte, die super schmecken. Auch bei der Freizeitgestaltung gibt es tolle, nachhaltige Aktionen, wie beispielsweise Stadtführungen und auch beim Urlaub zahlt sich eine umweltschonende Reise in der Klimabilanz aus.

Lastenrad e. V.



©Andreas Lörcher/RVD

Bei Lastenrad Stuttgart e.V. gibt es Lastenräder für den einfachen Transport: Hier kann jeder ein Lastenrad ausleihen und zwar kostenlos. Eine Spende für die Wartung der Räder ist willkommen. Zum Ausleihen muss man sich registrieren. Eine Beschränkung der Buchungen pro Nutzer gibt es nicht. Allerdings sollte man den Service nicht überstrapazieren und pro Monat nur ein bis zweimal buchen. Bei der Abholung des online gebuchten Rads bekommt man mit dem Übergabeformular ein Hinweisblatt über das Rad und seine Funktionen. Bevor es los geht, sollte jeder Fahrer noch ein bisschen üben, ohne Ballast und auf ruhigen Straßen. Denn vor allem das Lenken ist bei Lastenrädern gewöhnungsbedürftig. Die Abgabe ist je nach Vereinbarung persönlich oder kontaktlos, dann wird der Schlüssel einfach in den Briefkasten eingeworfen.

Freies Lastenrad Stuttgart, Gutenbergstraße 77a, Stuttgart, www.lastenrad-stuttgart.de

Raupe Immersatt



©Raupe Immersatt

Die Raupe Immersatt am Hölderlinplatz ist ein Café gegen Verschwendung und wird nach dem Foodsharing Konzept betrieben: Hier gibt es zwar nicht immer das, was man sich gerade wünscht, aber dafür werden keine übriggebliebenen Lebensmittel weggeworfen.

Die Betreiber wollen auf den Überfluss an Lebensmitteln in unserer Gesellschaft aufmerksam machen. Jährlich werden tonnenweise Obst, Gemüse, Brot, Fleisch und auch Fertigprodukte weggeworfen, obwohl sie nicht verdorben sind. An den Tischen im hellen Gastraum sitzen ganz unterschiedliche Menschen, zwei junge Frauen trinken Kaffee und haben sich ihr Essen selber mitgebracht - hier kein Problem. Ein Gast holt sich ein Croissant aus einem der „Fairteiler“ Schränke. Darin gibt es Brot, Brötchen und süße Stückchen zum direkten Verzehr. Daneben befindet sich ein Kühlschrank mit Oliven, Marmeladen und anderen Aufstrichen. Es gibt heute auch Salat, Birnen und Mangold. Ein Schild weist darauf hin, dass man diese Lebensmittel mitnehmen kann.

Die Waren in den „Fairteiler“ Schränken kommen meist von der Initiative foodsharing.de, einem Verein, der Lebensmittelverschwendung stoppen möchte. Jeder Gast kann, bis auf ein paar Ausnahmen, seine überflüssigen Lebensmittel mitbringen. Durch den Verkauf der Getränke soll der benötigte Gewinn zur Finanzierung der Einrichtung erzielt werden.

Raupe Immersatt, Johannesstr. 97, Stuttgart, www.raupeimmersatt.de

Future Fashion Tour



©Raupe Immersatt

Nachhaltige Stadtführungen durch Stuttgart: Bei der „Future Fashion Tour“ werden nachhaltige Angebote in Sachen Mode gezeigt. Ziel des Rundgangs ist es, verständlich zu machen, was Nachhaltigkeit in der Modebranche in einer Stadt wie Stuttgart eigentlich bedeutet.

Klar soll dabei werden, was jeder Teilnehmer beim Einkaufen für eine lebenswerte Zukunft beitragen könnte. Dabei gibt es Einblicke in Second Hand

Läden, Shops mit veganer Mode und fair gehandelte und produzierte Textilien. Ein Geschäft bietet eigene Kollektionen aus Reststoffen der Textilindustrie. Der Blick ist auf alltägliche und dennoch ungewöhnliche Orte der Großstadt gerichtet. Die Stadtrundgänge sind ein kostenfreies Angebot zur Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE). Die Jugendinitiative der Nachhaltigkeitsstrategie Baden-Württemberg wird finanziert vom Ministerium für Umwelt, Klima und Energiewirtschaft.

Mehr zu den Touren, die es auf Anfrage gibt, unter www.futurefashion.de/angebotelfuture-fashion-on-tour

Aventerra



Nachhaltige und umweltfreundliche Reisen bietet Aventerra e.V. aus Stuttgart mit seinen Reiseerlebnissen: Die Zertifizierung des Unternehmens als Tourcert Tourismusunternehmen setzt die zukunftsfähige Wirtschaftsweise voraus. Das Tourcert-Siegel dient Reiselustigen als Orientierungshilfe, um verantwortungsbewusste Reiseveranstalter zu finden. Die Kinder- und Jugendreisen von Aventerra sind häufig Gemeinschaftsanreisen mit der Bahn und dem ÖPNV. Seit vielen Jahren bietet Aventerra in den Oster-, Pfingst- und Sommerferien Freizeiten für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene aus Stuttgart, Baden-Württemberg und ganz Deutschland an.

Aventerra e.V., Libanonstraße 3, Stuttgart, www.aventerra.de

Körle und Adam

Vegan Essen gehen: Unter dem Motto „Lebe nur einen Tag vegan und du machst die Tiere glücklicher“ betreiben Alexander Körle und Thomas Adam ihr Restaurant seit 2013 rein vegan. Von asiatischen Currys über mediterrane Klassiker und Deftiges aus Deutschland gibt es immer wieder etwas Neues auf der Speisekarte zu entdecken.

Körle und Adam, Feuerbacher-Tal-Str. 31, Stuttgart, www.koerleundadam.de

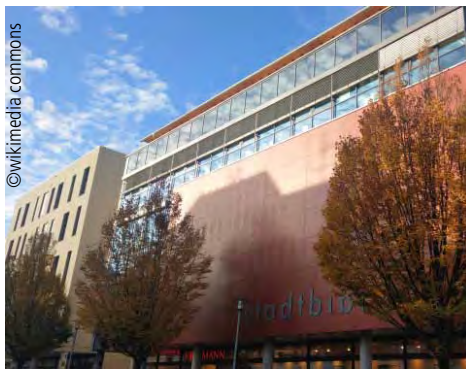
Unverpackt-Laden



Unverpackt einkaufen geht jetzt auch in Renningen: Im Unverpackt-Laden von Christine Berg kann jeder beim Einkaufen Verpackungsmüll reduzieren. Hier werden die angebotenen Waren nicht einzeln in Plastik verpackt, sondern in großen Behältern angeboten. Im neu eröffneten Geschäft herrscht neben der „Zero-Waste-Philosophie“ auch eine angenehme Atmosphäre.

Unverpackt-Läden in der Region:
 - Renningen: www.facebook.com/Unverpackt-Renningen-106761581789801
 - Herrenberg: www.ganz-ohne.de
 - Ludwigsburg: www.ohneplapl.de
 - Bietigheim: www.schuettedirein.de
 - Besigheim: www.anna-unverpackt.de
 - Stuttgart: www.schuettgut-stuttgart.de, www.handel-wandel.de

Stadtbücherei Filderstadt



„Sharing economy“ bei Büchern: Büchereien sind durch die geteilte Nutzung der Bücher an sich nachhaltig. Die Stadtbücherei Filderstadt folgt auch noch dem Gedanken der „Green Library“ und setzt auf kurze Wege bei den eigenen Anschaffungen, foliert kaum mehr Bücher und reduziert Strom durch die neue LED-Beleuchtung.

Stadtbibliothek Filderstadt, Volmarstraße 16, Filderstadt, www.filderstadt.de/Lde/start/bildung/Stadtbibliothek.html

Nachhaltige Vesperboxen und mehr



Nachhaltige Boxen aus erdölplastikfreiem Material von ajaa! aus Filderstadt: Die ajaa! Brotboxen bestehen aus Zuckerrohr und Mineralien und sind frei von Schadstoffen. Sie sind spülmaschinentauglich und eignen sich für die Arbeit, die Schule, den Kindergarten und können auch zum Einfrieren genutzt werden. Durch den Trenneinsatz können unterschiedliche Lebensmittel eingepackt werden. Darüberhinaus bietet ajaa viele weitere nachhaltige Produkte. Alle sind 100 Prozent „Made in Germany“, haben einen positiven CO₂ Fußabdruck und können zu 100 Prozent recycelt werden.

Bestellbar über ajaa.de

Hegnacher Mühle

seit 1874

Wir bieten die ganze Vielfalt der Getreideprodukte – von den verschiedenen Mehlen über Müsli und Teigwaren – bis hin zu Speisesaaten und Backzutaten.

Unser Hauptprodukt – das Mehl – stellen wir zu 100% aus regionalem Getreide her und nutzen dafür die Wasserkraft der Rems.

Öffnungszeiten:
 Mo. – Fr. 8 – 12 Uhr und 13.30 – 17 Uhr
 Sa. 8 – 12.30 Uhr

Besuchen Sie uns im Mühlenladen!



Hegnacher Mühle · Ulrich Stietz
 71334 Waiblingen-Hegnach · Telefon 07151-53580
www.hegnachermuehle.de

FAMILIENBAN.DE
 GEWINNSPIELE + NEWS
 jeden Monat neu auf www.familienban.de

Zecke?
 Erste Hilfe am Kind
 2x im Monat

perfectio.de
 Johannesstr. 102, Stuttgart-West
 Infos unter Tel. 0711/253 999 77
 und im Internet www.perfectio.de

Mitten in Stuttgart im Welthaus

Weltladen
 AN DER PLANIE

SCHÖNES LECKERES NÜTZLICHES SELTENES

FAIRER HANDEL. GARANTIERT.

Mo. - Sa.: 10 - 19 Uhr
 Charlottenplatz 17
 Telefon: 0711 - 76 10 32 31

E-Mail: info@weltladen-planie-stuttgart.de

weltladen-planie-stuttgart.de

[facebook.com/StuttgarterWeltladenanderPlanie](https://www.facebook.com/StuttgarterWeltladenanderPlanie)



Milch, Eier, Fleischersatz

Die Tücken der vegetarischen Ernährung

von Christina Stefanou

Rund acht Millionen Deutsche ernähren sich vegetarisch, das ist ungefähr jeder Zehnte. Diese Ernährung ist umweltfreundlicher, das haben mittlerweile mehrere Forschungen bestätigt. Trotzdem birgt auch fleischfreie Ernährung ihre Tücken in Sachen Ethik, Gesundheit und Geldbeutel. Ganz gut, wenn man sich ein paar Hintergründe klar macht. Wie bei allen Ernährungsformen gilt auch hier, auf Regionalität, Saisonalität und möglichst wenig verarbeitete Lebensmittel zu achten.

Sorry, Jungs!

Wer Milch trinkt und Eier isst, weiß, dass man dafür nur weibliche Tiere braucht. Männliche Tiere sind teuer in der Aufzucht, sie geben keine Milch, setzen weniger Fleisch an. Was tun mit den Bullenkälbern und Hahnenküken? „Eine Lösung sind die Initiativen, die die sogenannten Brudertiere schützen“, sagt die Brudertier Initiative Deutschland (BID). Kühe geben nur Milch, wenn sie Nachwuchs bekommen. Damit der Milchfluss nicht abreißt, werden sie zwei bis drei Monate nach der Geburt wieder besamt, so dass jedes Jahr ein Kälbchen kommt. Das Ziel jedes Hofes ist, möglichst viel Milch zu verkaufen, also werden die Kälber schon früh von den Müttern getrennt aufgezogen. In Biobetrieben bekommen sie 90 Tage lang Vollmilch, in konventionellen Betrieben gibt es meist nur ein Milchaustauschprodukt.

Und bei den Kühen ist es zudem wie bei den Menschen, es kommen ungefähr gleich viele männliche Bullenkälber wie weibliche Kuhkälber zur Welt. In der Milchwirtschaft kann man mit den männlichen Kälbern aber wenig anfangen. Sie geben schließlich keine Milch. Dazu kommt, dass die Kühe immer mehr auf Milchleistung gezüchtet wurden und deshalb auch die Kälber immer weniger Fleisch ansetzen. Aber auch von den weiblichen Kälbern braucht ein Hof in der Regel nicht alle. Die meisten Landwirte, auch Biolandwirte, verkaufen ihre überschüssigen Bullen und Kuhkälber an konventionelle Mastbetriebe. Leider entsprechen dort bei weitem nicht alle Abläufe dem Tierwohl. „Es gibt Initiativen, die aus diesem tierleidvollen Kreislauf aussteigen möchten. Manche Bauern ziehen die Kälber selber auf“, erklärt die BID, „kuhgebundene Aufzucht heißt, entweder dürfen die Kälber bei ihren Müttern saufen oder bei einer Amme.“

Betriebe, in denen möglichst alle Kälber auch dort oder auf einem anderen ökologischen Betrieb aufgezogen werden,



Weniger Fleisch - aber dafür glücklich: Bruderhähne

findet man zum Beispiel hier: www.brudertier.bio

Legehennenbrüder

Früher war es auf den Bauernhöfen so, dass die Hennen für die Eier und die männlichen Tiere für das Hähnchenfleisch gehalten wurden. Doch seit Mitte des letzten Jahrhunderts gibt es die Rassen der Hochleistungs-Legehennen und die Rassen der Masthühner. Jedes Jahr wurden in Deutschland rund 40 Millionen männliche Küken von Legehennen getötet. Das ist seit 1. Januar verboten. Klingt leider nur auf den ersten Blick gut. Die männlichen Küken der Legehühner legen natürlich keine Eier und ihre Mast lohnt sich wirtschaftlich gesehen nicht. Denn im Vergleich zu den Masthühnern setzen diese Tiere nur sehr langsam Fleisch an. Um das finanziell zu kompensieren, müssen die Eier mit einem preislichen Aufschlag verkauft werden. Durchschnittlich sind das 4 Cent pro Ei. Die Folge ist, dass vor allem in der industriellen Verarbeitung, in der viele Eier benötigt werden, nun billigere Eier aus dem Ausland kommen, denn dort ist das Kükentöten weiterhin erlaubt. Für uns Verbraucher gibt es zum Glück Alternativen und das nicht nur im Biomarktsegment sondern auch im Discounterbereich. Zum Beispiel „hähnlein“ in vielen Rewe- oder Edeka-Filialen, „Henne&Hahn“ von Aldi, „Herzbube“ von Penny. Ein anderer Ansatz ist die Haltung von so genannten Zweinutzungsrassen. Das sind Rassen, die weder im

Fleischansatz noch im Eierlegen Höchstleistungen erzielen, doch dafür dürfen beide Geschlechter leben. Die männlichen Hühner werden gemästet und die Hennen legen Eier.

Viele Initiativen, die die Brüder der Legehennen aufziehen, gibt es zum Beispiel hier: www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/lebensmittelproduktion/toetung-von-eintagskueken-vorbei-zumindest-fuer-eier-aus-deutschland-11924

Betriebe mit Zweinutzungshühnern findet man hier: www.zweinutzungshuhn.de

Das ist ja gar nicht ohne

Wer nichts essen möchte, wofür ein Tier sterben musste, sollte bei manchen Produkten genau hinschauen. Einige Lebensmittel sind streng genommen nicht so vegetarisch, wie sie scheinen. Manche Käsesorten werden auch heute noch mit tierischem Lab hergestellt. Das ist ein Enzymgemisch aus den Mägen von Tieren, das oft als Beiprodukt gewonnen wird, wenn ohnehin geschlachtet wird. Die Stoffe dienen dazu, dass die Milch verdaulich wird. Für manche Käsesorten, beispielsweise Parmesan, wird noch immer tierisches Lab genutzt. Das kann zum Beispiel auch in Pesto enthalten sein. Ersatzprodukte, die mit Ersatzstoffen wie mikrobiellem oder pflanzlichem Lab hergestellt werden, dürfen nicht Parmesan heißen.

Gelatine stammt bekanntlich aus Haut, Knochen und Bindegewebe vom Schwein und kann in Süßigkeiten, Joghurts und Cremenspeisen enthalten sein. Sogar

manche Cerealien werden damit behandelt, damit der Zucker besser hält. Manche Fruchtsäfte, Essig oder Weine werden damit geklärt. Auch dafür gibt es pflanzliche Alternativen, aber weil sie teurer sind, werden sie oft nicht eingesetzt, vermutet die Verbraucherzentrale Hamburg.

Brot und Backwaren von industriell arbeitenden Großbäckereien enthalten oft die Aminosäure L-Cystein, die aus Schweineborsten oder Vogelfedern gewonnen wird. Sie kommt als Mehlbehandlungsmittel zum Einsatz, das verhindert, dass der Teig verklebt. Verbraucherschützer raten, beim Kauf unbedingt auf die Zutatenliste der Nahrungsmittel und auf etablierte Siegel, wie beispielsweise das V-Label zu achten. Ist das auf einem Produkt, darf auch beim Herstellungsprozess nichts Tierisches verwendet werden.

Fleischersatz ist nicht automatisch gesund

Veggieburger, -würstchen oder Fleischersatz sollen möglichst aussehen und schmecken wie das Original. Mit dem zunehmenden Trend nach fleischloser Ernährung hat die Nahrungsmittelindustrie einen neuen boomenden Markt und neue Gewinnchancen entdeckt und eine Menge hochverarbeiteter Produkte ins Supermarktregal platziert. Was vielen Verbrauchern nicht klar ist, in die industriell hergestellten Produkte kommt oft zu viel Zucker, Fett, Salz und Zusatzstoffe. Auch vegetarische Brotaufstriche enthalten oft große Mengen billiger Fette oder auch Hefeextrakte. Die Verbraucherzentralen haben in Fleisch- und Fischalternativen häufig bedenkliche Stoffe wie Säureregulatoren, Aromen und Phosphate entdeckt. Methylcellulose ist so ein Stoff, der zwar zugelassen ist, von dem man aber noch nicht weiß, wie er langfristig bei Menschen wirkt. Man vermutet zum Beispiel, dass er die Darmschleimhaut schädigen kann. Ernährungsmediziner raten vom übermäßigen Verzehr solcher Produkte ab.

Milchersatzprodukte sind im Trend. Doch Allergiker sollten sich vor dem Griff ins Regal informieren, empfehlen Nahrungswissenschaftler. Haferdrinks können Gluten enthalten und das Protein von Sojadrinks ist identisch mit dem von Birkenpollen. Viele pflanzliche Drinks haben von Natur aus einen hohen Zuckergehalt, manchen wird zusätzlich Zucker oder andere Süßungsmittel zugeführt. Außerdem sind auch hier oftmals Stabilisatoren, Emulgatoren und Aromen sowie Kalzium und Vitamine zugesetzt.

Infos gibt es zum Beispiel bei der Verbraucherzentrale www.vzh.de/themen/lebensmittel-ernaehrung/ernaehrungstrends

Nachhaltig unterstützt

Crowdfunding für ökologische und soziale Projekte



Sich gegenseitig unterstützen - das Prinzip der „Crowd“

von Andrea Krahl-Rhinow

Die Crowdfunding-Plattform der Stadtwerke Stuttgart hilft bei der Finanzierung nachhaltiger Stuttgarter Projekte, von E-Lastenrädern zum Ausleihen, Insektenhotels auf Schulhöfen, bis hin zu CO² freien Klassenfahrten. Und ganz neu: Jetzt werden auch soziale Projekte aufgenommen.

Vereine, Schulklassen, Bürgerinitiativen oder Privatpersonen können auf der Crowdfunding-Plattform der Stadtwerke Stuttgart ihre Projekte vorstellen, um Spenden von engagierten Mitbürgerinnen und Bürgern zu sammeln. Die Bedingung: sie müssen nachhaltig und in oder aus Stuttgart sein. Ob das Aufstellen von Solarladestationen, Baumpflanzaktionen oder Kleidertauschbörsen, alles ist möglich.

Seit dem Start im Oktober 2020 hat die Stuttgart-Crowd über 100.000 Euro für 17 ökologisch nachhaltige Projekte gesammelt. „Die Spendenbereitschaft für Nachhaltigkeit in der Landeshauptstadt ist groß“, erklärt

Karoline von Graevenitz, Sprecherin der Stadtwerke Stuttgart. So gab es bereits Zuschüsse für das Material von Insektenhotels auf Schulhöfen oder finanzielle Unterstützung für das Urban Gardening.

Anlässlich des zehnten Jubiläums öffnen die Stadtwerke Stuttgart ihre Crowdfunding-Plattform nun auch für soziale, integrative oder inklusive Herzensprojekte.

Außerdem läuft seit Ende März auf der Stuttgart-Crowd die Jubiläumsaktion #wirfeierndie10 mit vielen Vorteilen für Projektstartende. So erhalten die ersten zehn Projekte eine Startfinanzierung in Höhe von 250 Euro. Der Jubiläumsfördertopf der Stadtwerke ist zudem mit 10.000 Euro gefüllt und es gibt für jede Spende von zehn Euro nochmal 20 Euro on top.

Schnell sein lohnt sich also: Wer jetzt sein ökologisch oder sozial nachhaltiges Projekt anlegt, kann sich die Jubiläumsvorteile sichern.

Alle weiteren Infos für Projektinitiatoren und Spendenwillige zur großen Jubiläumsaktion unter www.stadtwerke-stuttgart-crowd.de/aktion

HOLT EUCH NEUE LIEBLINGSSTÜCKE

Ab 1 Euro!

Jeden Tag gibt's was Neues, Anderes und immer Tolles zu entdecken!

Shabby Schnäppi

Maybachstraße 10
71634 Ludwigsburg (Tammerfeld)
www.warenwandel.de

WARENWANDEL
GEBÄUCHTWAREN-KAUFHÄUS DER AVL

vermeiden
verwerten
entsorgen

Jetzt neu:
Waschmittel
verpackungsfrei
zum Nachfüllen!

Fabrikverkauf

Wäsche und Bekleidung aus Naturfasern

Laufend Sonderangebote

- Nachtwäsche
- BHs, Still-BHs

- Strumpfwaren
- Babyfelle
- Baby-/Kinderwäsche
- Sportwäsche/-bekleidung

- Fleece- und Walkbekleidung
- Wäsche und Bekleidung für Erwachsene

Öffnungszeiten

Mo-Mi: 9.00 bis 15.00 Uhr, Do-Fr: 9.00 bis 18.00 Uhr

Online-Schnäppchenshop: www.engel-natur.de


Engel GmbH

Wäsche und Bekleidung aus Naturfasern

Wörthstraße 155, 72793 Pfullingen

Tel. (0 71 21) 3 87 87-88, www.engel-natur.de





seit über 25 Jahren **belcanto** für Kinder & Jugendliche

Raus aus der Pandemie - ich mach was aus meiner Freizeit!

Schnupperstunden immer mittwochs
z.B. Kinder ab 5 Jahren 16:00 Uhr
und weitere altersgerechte Stufen

Karl-Schubert-Schule, Obere Weinsteige 40, Degerloch
www.belcanto-stuttgart.de info@belcanto-stuttgart.de

Anmeldung erheben

(0711) 887 64 10

Musikschule Eberhard

Gemeinsam Faszination
Musik erleben.

Gruppenunterricht
für Kinder von
3 Monaten bis 4 Jahre.
Kursbeginn: März

www.musikschule-eberhard.de



LieblingsBuch

**Barbaras Literatur-Laden
zum Lesen, Schreiben und Verstehen**

- * Buchhandlung
- * Literaturpädagogische/bibliotherapeutische Beratung für Einzelpersonen und Teams

(Termine nach Vereinbarung: barbara.knieling@litpaed.de)
Pfarrstraße 8, 74321 Bietigheim-Bissingen
www.litpaed.de * www.lieblingsbuch-laden.de



PETERCHENS MONDFAHRT
ODER WIE ANNA UND IHR BRUDER DAS UNIVERSUM RETTEN

AB 31. MÄRZ IM KINO!
WWW.PETERCHENS-MONDFAHRT-FILM.COM

Malaktion für den guten Zweck



Head of ideas.

Unter dem Motto „Entdecke die Natur – in der Luft“ ruft STAEDTLER Kinder von 3 bis 12 Jahren zum Malen auf! Für jedes Bild, das gemalt und eingeschickt wird, unterstützt STAEDTLER die Kinderhilfsorganisation Plan International Deutschland mit einem Euro.

Aktionszeitraum ist vom 1.4. bis 30.6.2022. Die kreativsten Bilder gewinnen große Kreativpakete! Die Bilder können per Post oder online eingereicht werden unter:
www.staedtler.de/kindermalwettbewerb



Buchtipps

Tüftler aufgepasst!

Cristina Rieck stellt Bücher voller Experimente vor

in vielen Kindern stecken leidenschaftliche Wissenschaftler. Sie tüfteln und experimentieren für ihr Leben gern. Doch damit die Experimente auch gelingen und niemand einen Schaden dabei nimmt, ist gute Planung wichtig. In den heute vorgestellten Büchern sind kinderleichte Versuche aus unterschiedlichen Naturwissenschaften zu finden.

Ab 5



Hermann Krekeler hat in seinem Buch „Neue Experimente für neugierige Kinder“ verblüffende Versuche gesammelt, die tatsächlich schon Kinder im Vorschul- und Grundschulalter alleine durchführen können. In kindgerechten Kapiteln wie „Luft und Wasser“, „Flieger und Gleiter“ und vieles mehr finden junge Leser schnell die Experimente, die sie am meisten interessieren. Schritt für Schritt wird ihnen erklärt, was zu tun ist. Zu Beginn jedes Versuches ist aufgelistet, was sie dazu brauchen und am Ende wird in einfachen Worten erklärt, was bei dem Experiment genau passiert.

Mit Fotos des Autors und vielerlei Illustrationen ermöglicht das Buch einen guten Einstieg in einfache chemische, physikalische und biologische Vorgänge.

Hermann Krekeler: *Neue Experimente für neugierige Kinder*, Ravensburger 2022, 94 Seiten, EUR 12,99, ISBN 978-3-473-48030-2

Ab 6 (mit Eltern)



Der Titel des Buches „Gemeinsam tüfteln statt einsam glotzen“ ist dem Autorenteam Julia

Kleeberger und Franziska Schmid ein besonderes Anliegen. Schließlich veranstalten sie gemeinsam mit 25 Kolleginnen und Kollegen, ihrer „Tüftelfamilie“, jedes Jahr zahlreiche Workshops und Fortbildungen für Kinder und interessierte Erwachsene. Auch die Experimente, die in dem Buch zu finden sind, sollten von Eltern betreut werden. Darum wird auch viel Hintergrundwissen für erwachsene Leser mitgeliefert. Und die Kids dürfen dann basteln, kleben und experimentieren. Dabei werden auch die digitalen Medien mit einbezogen. Eltern bekommen Tipps, wie viel sie diese bei ihren Kindern einsetzen dürfen und sollen und für die Kids gibt es Experimente mit „Screen on“, wie Programmieren oder kleine Filmchen produzieren.

Carlotta Kiese gibt dem Buch mit ihren Illustrationen eine wissenschaftlichen Touch, gleichzeitig sind diese für Kinder verständlich und ansprechend.

Julia Kleeberger/ Franziska Schmid: *Gemeinsam tüfteln statt einsam glotzen*, Dudenverlag 2021, 320 Seiten, EUR 19,00, ISBN 978-3-411-77087-8

Ab 8



Ein italienisches Autorenquartett hat „das große Experimente-Buch“ mit zahlreichen wissenschaftlichen Versuchen herausgegeben. Durch das Buch führt Professor Albert, der zusammen mit seinen jungen Lesern und den Protagonisten Emma, Monica, Bob und Leo durch die Wissenschaften reist. Das Buch verspricht vier Bücher in einem, und enthält tatsächlich Kapitel zu den vier wichtigsten Naturwissenschaften: „Chemie der ekeligen Dinge“, „Licht und Schatten“, „Optische Täuschungen“ und „Elektrizität und Magnetismus“. Zu jedem Versuch gibt es neben den Angaben, was man dafür braucht, auch einen Schwierigkeitsgrad, einen nicht zu unterschätzenden Dreckfaktor und einen Hinweis, ob Eltern behilflich sein sollten. Wissenschaftlich korrekt und dennoch für junge Tüftler verständlich werden die Ergebnisse der einzelnen Versuche jeweils am Ende zusammengefasst.

Die Illustrationen von Rossella Trionfetti veranschaulichen und erlauben auch immer wieder die humorvolle Begegnung mit Professor Albert und seinen Schülern.

Valeria Barattini u.a./ Rossella Trionfetti (Illustrationen): *Das große Experimente-Buch*, Impian Verlag 2021, EUR, ISBN 978-3-96269-117-2