

Januar bis Juli 2023

INSEL *Perle*

PROGRAMM

KINDER

JUGEND

FAMILIE

Kinder-, Jugend-
und Familienzentrum
Finkenwerder


Hamburg

KONTAKT

INSELPERLE FINKENWERDER

Das Kinder-, Jugend- und
Familienzentrum Finkenwerder

Bezirksamt Hamburg-Mitte

Dezernat Soziales, Jugend und Gesundheit
Fachamt Sozialraummanagement
Norderschulweg 7
21129 Hamburg

Tel.: 040 / 743 47-57 Elternschule, Kursanmeldung
Tel.: 040 / 743 47-55 Haus der Jugend, Kids-&Teenietreff, CIJU
Fax: 040 / 317 92 015
E-Mail: kjz-finkenwerder@hamburg-mitte.hamburg.de

Social Media

www.inselperlefinkenwerder.de
Instagram: [inselperlefinkenwerder](#)
Twitter: [Inselperle Finkenwerder](#)
Facebook: [Kinder-, Jugend- und Familienzentrum Finkenwerder](#)

**Leitung: Katja Baaske (Haus der Jugend)
und Lena Hihlal (Elternschule)**

Öffnungszeiten (unter Vorbehalt):

Mo ■ 10.00 – 21.00 Uhr
Di ■ 10.00 – 21.00 Uhr
Mi ■ 10.00 – 18.00 Uhr
Do ■ 10.00 – 21.00 Uhr
Fr ■ 09.00 – 19.00 Uhr



INHALT

4

GRUSSWORT

6

DAS FAMILIENPROGRAMM

ANGEBOTE
BERATUNG & UNTERSTÜTZUNG
VERANSTALTUNGEN, WORKSHOPS
UND AUSFLÜGE

16

DAS KINDER- & JUGENDPROGRAMM

ANGEBOTE
BERATUNG & UNTERSTÜTZUNG
VERANSTALTUNGEN UND FERIEEN

25

DAS ERWACHSENEN- & SENIORENPROGRAMM

ANGEBOTE

27

KOOPERATIONSPARTNER*INNEN

30

GUT ZU WISSEN

ANMELDUNG
KURSgebÜHREN
BESCHWERDESYSTEM
DATENSCHUTZ
SO FINDEN SIE UNS

VOLLES PROGRAMM FÜR DIE KINDER, TEENAGER, JUGENDLICHEN UND FAMILIEN FINKENWERDERS

Liebe Besucher*innen der InselPerle,

mit voller Fahrt steuern wir ins neue Jahr und präsentieren Ihnen und Euch das Programm für die erste Jahreshälfte 2023! Die aufmerksamen Leser*innen werden feststellen: Vieles ist altbewährt, manches ist neu oder zumindest anders als sonst. Das liegt in erster Linie daran, dass das Leitungsteam der InselPerle nun seit August vollständig ist und wir uns voller Tatkraft dem Programm widmen können.

Katja Baaske verantwortet die Offene Kinder- und Jugendarbeit:

Als Haus der Jugend bietet die InselPerle einen offenen Bereich mit niedrigschwelligen Angeboten, in dem sich die Kinder und Jugendlichen selbst erproben und austesten, und bei Bedarf auch vielfältige Beratungs- und Unterstützungsangebote in Anspruch nehmen können. Als Team begleiten wir Kinder und Jugendliche in ihren individuellen Entwicklungsprozessen, berücksichtigen dabei die Prinzipien der Freiwillig- und Ganzheitlichkeit, und schaffen dafür einen wertschätzenden und vertrauensvollen Rahmen.

Lena Hihlal obliegen alle Angelegenheiten der Elternschule:

Um junge Familien, Erziehungsberechtigte und werdende Eltern in allen Lebenslagen zu begleiten und zu unterstützen stellt die Elternschule eine vertrauensvolle Anlaufstelle dar. In Eltern-Kind-Gruppen, Informations-Veranstaltungen sowie Freizeitaktivitäten wird Eltern die Möglichkeit gegeben, sich über Erziehungsthemen zu informieren, auszutauschen oder beraten zu lassen.

Gemeinsam möchten wir mit unseren vielen haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen, unseren Kooperationspartner*innen UND IHNEN ein vielfältiges Programm für Finkenwerder und Umgebung anbieten und Sie und Euch herzlich dazu einladen, uns und die Angebote der Inselperle kennenzulernen.

**Wir freuen uns auf Sie,
das Team der Inselperle**

Wichtige Information:

Über weitere Angebote oder Kurse, Änderungen und kurzfristige Absagen können Sie sich auf unserer Internetseite **www.inselperlefinkenwerder.de** informieren, wie auch über die aktuell geltenden Hygiene-Bestimmungen, solange diese notwendig sind.

DAS FAMILIENPROGRAMM / ELTERNSCHULE

Alle Angebote der Elternschule starten
ab dem 16.01.2023

**Bitte beachten: In allen Hamburger Schulferien
finden keine Angebote in der Elternschule statt!**

FÜR DIE GANZE FAMILIE

Frühstückstreff

MIT ANMELDUNG

Hier können Sie bei einer Tasse Kaffee und einer Kleinigkeit zum Frühstück mit anderen Eltern klönen und vom Alltag abschalten.

In regelmäßigen Abständen gibt es zudem die Gelegenheit sich während des Frühstücks mit einem/r Expert/in über ein Thema rund um Erziehung und Familie auszutauschen.

» **Mo. ■ 10.00 – 11.30 Uhr**

**Kostenlos, eine freiwillige Spende
wird erbeten**

Mit dem Team des Hauses

Zeitlos – Familiencafé (mit Kindern von 0-6 Jahren)

MIT ANMELDUNG

Im Familiencafé Zeitlos können Eltern bei Kaffee und Kuchen einen geselligen Nachmittag verbringen und mit ihren Kindern spielen.

» **Mi. ■ 16.00 – 18.00 Uhr**

**Kostenlos, eine freiwillige Spende
wird erbeten**

Mit Bianca Kavlak und Yvonne Pöhler /
Kooperationsprojekt mit der Vereinigung
Pestalozzi gGmbH

DAS FAMILIENPROGRAMM

Müttertreff am Nachmittag mit Familienberatung

(Mit Kinderbetreuung für Kinder bis 6 Jahre)

MIT ANMELDUNG

Ein unterhaltsamer und informativer Montagnachmittag für Frauen. Im Müttertreff lachen, reden und diskutieren wir während die Kinder spielen können. Für persönliche Themen kann eine anonyme und kostenlose Beratung in Anspruch genommen werden.

» Mo. ■ 16.00 – 18.00 Uhr

Kostenlos, eine freiwillige Spende wird erbeten

Mit Nezahat Aydin und Ilknur Döner /
Kooperationsprojekt mit Vereinigung
Pestalozzi gGmbH

FÜR ELTERN UND KINDER

Babymassage (Für Säuglinge ab 6 Wochen bis 6 Monaten)

MIT ANMELDUNG

bitte direkt über

Britt Tomhave Tel.: 0151 / 70335472

Die Babymassage unterstützt das körperliche und seelische Wohlbefinden und fördert die Entwicklung des Säuglings. Es ist eine tolle Möglichkeit ihrem Kind auf einfache Art Geborgenheit, Entspannung und Liebe zu geben und den intuitiven Umgang mit dem Baby zu stärken. Bitte ein großes Handtuch und Massageöl mitbringen.

» Mo. ■ 09.01. – 06.02.23 ■ 09.45 – 10.45 Uhr

» Mo. ■ 05.06. – 03.07.23 ■ 09.45 - 10.45 Uhr

Der Kurs ist kostenlos.

Mit Britt Tomhave, Familienhebamme /
Kooperation mit Kinderhaus am Pinnasberg e.V.

DAS FAMILIENPROGRAMM

Kleine Entdecker

(für Säuglinge zwischen 6 – 10 Monaten)

MIT ANMELDUNG

Sobald die Kleinen beginnen zu Robben und zu Krabbeln ist nichts mehr vor ihnen sicher. In diesem Kurs dürfen Säuglinge zwischen 5 – 10 Monaten nach Herzenslust in warmer und sicherer Umgebung klettern und erkunden. Mit unterschiedlichen Materialien wird eine Art Krabbel-Parcours aufgebaut, der ihre Sinne anregt und die Motorik fördert.

» **Mi. ■ 10.00 – 11.30 Uhr ■ 18.01. – 22.02. ■ 22.03. – 26.04. ■ 24.05. – 28.06.**

Kursgebühr: 9,50 Euro

Mit Jenny Gersten

Finkenwerder Spielkreis (für Kinder ab 10 Monate – 3 Jahre)

MIT ANMELDUNG

Der Spielkreis bietet Eltern und ihren Kindern ab 10 Monaten einen Vormittag in geselliger Runde. Hier können die Kinder erste Freundschaften knüpfen und sich im Freispiel oder bei gemeinsamen Spielen ausprobieren. In diesem Kurs werden immer mal wieder Plätze frei, sodass Sie nach vorheriger Anmeldung gerne jederzeit dazukommen können.

» **Do. ■ 10 – 11.30 Uhr**

Kursgebühr: 9,50 Euro

Mit Birgit Bamesberger / Sozialpädagogin

Gedichte für Wichte – Singen, Spielen, Lesen

(für Kinder ab 10 Monate – 3 Jahre)

MIT ANMELDUNG

„Gedichte für Wichte“ ist ein von der Hansestadt Hamburg gefördertes Programm um die Sprachkompetenz von Kindern frühzeitig zu fördern.

Spielspaß mit Fingerspielen, Reimen und ersten Bilderbüchern. Die jeweils letzten Termine vor den Ferien finden in der Bücherhalle statt.

» **Di. ■ 10.00 – 11.30**

Der Kurs ist kostenlos.

Mit Jenny Gersten / Zertifizierte Gruppenleiterin
Gedichte für Wichte / Kooperation mit der
Bücherhalle Finkenwerder

DAS FAMILIENPROGRAMM

Tanz- und Bewegungsspiele

(für Kinder zwischen 3 – 6 Jahren)

MIT ANMELDUNG

Bewegung tut gut und macht Spaß. Dieses Angebot ist ein bunter Mix aus Tanz- und Bewegungsspielen für Kinder, die bereits ohne ihre Eltern teilnehmen mögen.

» Di. ■ 15.30 – 16.30 Uhr

Die Kursgebühr beträgt 9,50 Euro.

Mit Hatice Beyaz Aydin

Musikalische Früherziehung

(für Kinder zwischen 4 – 6 Jahren)

MIT ANMELDUNG

Bitte direkt über die MusikInsel Finkenwerder:
Tel.: 0178 / 6634956

In der musikalischen Früherziehung werden Kinder spielerisch und altersgerecht an das große Abenteuer Musik herangeführt. Durch Singen, Spielen einfacher Instrumente, Tanz und Bewegung lernen die Kinder die Strukturen von Musik kennen und erleben die Freude am gemeinsamen Musizieren.

» Do. ■ 15.00 – 16.00 Uhr

Mit Raphaela Merz / Kooperation mit der MusikInsel Finkenwerder

RUND UM SCHWANGERSCHAFT UND GEBURT

Mütterfitness

MIT ANMELDUNG

bitte direkt über Britt Tomhave,
Tel.: 0151 / 70335472

Mütterfitness ist ein Gesundheitsförderangebot nach einem Rückbildungskurs. Der Kurs richtet sich an alle Mütter mit Kindern im ersten Lebensjahr, die weiter etwas für die Kräftigung ihres Beckenbodens, ihre Fitness und Entspannung tun möchten.

» Mo. ■ 20.02. – 03.04.23 ■ 09.45 – 10.45 Uhr

Der Kurs ist kostenlos.

Britt Tomhave / Familienhebamme / Kooperation mit Kinderhaus am Pinnasberg e.V.

DAS FAMILIENPROGRAMM

Mawiba – Tanzen für Schwangere und Mamas mit Baby

ANMELDUNG UND KOSTENABWICKLUNG

bitte direkt über Janine Evers:

Tel.: 0176 / 483 07 357

Mawiba ist ein Tanzkonzept mit sanftem Beckenbodentraining. Es erwarten Sie abwechslungsreiche, professionell Choreografien, die viel Spaß machen, den Beckenboden trainieren und das Fitnesslevel steigern können. Ein Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich!

» Di. ■ 10.00 – 11.00 Uhr

Mit Janine Evers / liz. Mawiba –
Trainerin Raum Süderelbe

KREATIVES FÜR ELTERN

Schneiderkurs für Mütter & Väter

MIT ANMELDUNG

Sie möchten für Ihre Kinder und auch sich selbst nicht nur Klamotten von der Stange? Sie möchten selber etwas anfertigen? Dann können Sie in unserem Kurs unter Anleitung Ihre Träume gestalten. Wenn möglich bitte eine eigene Nähmaschine und Zubehör mitbringen.

» Mo. ■ 06.02. – 08.05.23 ■ 19.00 – 20.30 Uhr

Kursgebühr: 25,00 Euro

Mit Haike Schröder / Herrenmaßschneiderin

Schneiderkurs für Schwangere

MIT ANMELDUNG

Gemeinsam nähen wir für Ihre Kleinen individuelle Kleidung, Wickeltaschen und anderes Zubehör. Selbstverständlich kann auch Kleidung für den eigenen Gebrauch gestaltet werden. Wenn möglich bitte eine eigene Nähmaschine und Zubehör mitbringen.

» Do. ■ 09.02. – 04.05.23 ■ 18.30 – 20.00 Uhr
(Nicht am 23.03.)

Kursgebühr: 25,00 Euro

Mit Haike Schröder / Herrenmaßschneiderin

DAS FAMILIENPROGRAMM

Familienküche – Wie koche ich für meine Familie?

MIT ANMELDUNG

Es ist nicht leicht, alle satt zu bekommen, und das auch noch lecker, regional und (möglichst) gesund. Hier bekommen Sie viele Anregungen und können in geselliger Atmosphäre den Kochlöffel schwingen. Am Ende wird das Gekochte natürlich auch auf die Familientauglichkeit geprüft und verspeist.

Südafrikanische Küche – Schmeckt auch Kindern!

» Mi. ■ 22.03. + 29.03.23 ■ 19.00 – 22.00 Uhr
2,50 Euro pro Termin plus Umlage

Nudelglück – Für Groß und Klein!

» Mi. ■ 19.04. + 26.04.23 ■ 19.00 – 22.00 Uhr
2,50 Euro pro Termin plus Umlage

Rezepte der Saison – Für Jedermann!

» Mi. ■ 24.5. + 31.05.23 ■ 19.00 – 22.00 Uhr
2,50 Euro pro Termin plus Umlage

Gut und günstig Kochen – Für die ganze Familie!

» Mi. ■ 21.06. + 28.06.23 ■ 19.00 – 22.00 Uhr
2,50 Euro pro Termin plus Umlage

Die Angebote finden in der Küche der
 Stadtteilschule Finkenwerder,
 Norderschulweg 14 statt.

Mit Simone Mollenhauer / Liebhaberin der Küche

BERATUNG & UNTERSTÜTZUNG

Hebammensprechstunde

In der Sprechstunde findet eine Beratung rund um die Schwangerschaft, die Geburt, die Pflege, Ernährung und Entwicklung Ihres Kindes im ersten Lebensjahr statt. Das Angebot **kann ohne Anmeldung** besucht werden und ist kostenfrei.

Alle Eltern und Kinder sind herzlich willkommen.

» Mo. ■ 11.00 – 12.30 Uhr

» Mi. ■ 10.00 – 12.30 Uhr

Mit Britt Tomhave / Familienhebamme / Kooperationsprojekt mit Kinderhaus am Pinnaasberg e.V.

DAS FAMILIENPROGRAMM

Offene Sozialberatung (mit der Möglichkeit zur Systemischen Beratung)

Das Leben ist bunt und vielfältig, doch manche Situationen bringen uns an unsere Grenzen. Wir begleiten Sie in diesen Situationen und schauen mit Ihnen gemeinsam nach neuen Perspektiven, Wegen und Lösungen und wollen Sie darin unterstützen ihre Potenziale zu entfalten und Ressourcen zu entdecken. Ganz konkret erhalten Sie:

- Eine eigene individuelle Beratung und Unterstützung
- Hilfe bei Behördenangelegenheiten
- Information zu sozialen Leistungen
- Hilfestellung beim Ausfüllen von Anträgen
- Vermittlung zu weiteren Angeboten

Die offene Sozialberatung in der InselPerle ist für die Ratsuchenden kostenlos und auf Wunsch auch anonym.

» **Jeden 1. Mo. im Monat ■ 11.00 – 13.00 Uhr**

Mit einer Dipl.-Sozialpädagogin & Systemischen Beraterin / VitaCurare GmbH

Tragehilfencheck

MIT ANMELDUNG

über Janine Evers: Tel.: 0176 / 483 07 357 oder trageberatungsuederle@gmail.com

Sie haben eine Tragehilfe zu Hause, sind sich aber unsicher wie sie eingestellt sein muss? Sie haben Fragen wie Sie Ihre Tragehilfe korrekt binden? Sie möchten ein paar Tipps und Tricks zu Ihrer Tragehilfe wissen?

Dann kommen Sie zu einem Tragehilfencheck in die InselPerle. Janine Evers steht Ihnen als ausgebildete Trageberaterin zur Verfügung, damit die Tragehilfe für Sie passt. Sie können mit Begleitung mit einer Tragepuppe und Ihrem Kind die Tragehilfe binden und gewinnen so an Sicherheit.

Es ist nicht möglich, in dieser Zeit alles auszuprobieren und zu erlernen. Zur Vertiefung empfiehlt sich eine individuelle Trageberatung.

» **Di. ■ 11.30 – 13:30 Uhr**

Mit Janine Evers / Trageberaterin

DAS FAMILIENPROGRAMM

Erziehungsberatung

Je nach Alter des Kindes oder Jugendlichen können zum Beispiel Verhaltensauffälligkeiten, Entwicklungsverzögerungen, Ess- oder Schlafstörungen, Aggressionen oder Ängste Gründe für Eltern sein sich an uns zu wenden.

In dieser offenen Sprechstunde können sich Eltern und Erziehungsberechtigte, die in einer schwierigen Situation stecken oder in der Familie Sorgen oder Konflikte haben an mich wenden.

Die Beratung findet vertraulich und auf Wunsch anonym statt.

» Di. ■ 17.00 – 18.30 Uhr

OFFENE SPRECHSTUNDE OHNE ANMELDUNG

Mit Judith Schmidt und Anni Baron /
Sozialpädagoginnen & Familientherapeutinnen /
Diakonie Hamburg

Dr. med. Klaus Haroske – Kinder- und Jugendarztsprechstunde

Dr. med. Haroske behandelt und berät Sie in Fragen zur Gesundheit und Entwicklung Ihres Kindes. In den eigens hergerichteten Räumlichkeiten im Haus finden zu den angegebenen Sprechzeiten Behandlungen für Kinder und Jugendliche, Vorsorgeuntersuchungen sowie Impfungen statt.

» Mo. ■ 14.30 – 17.30 Uhr

» Mi. ■ 14.30 – 17.30 Uhr

» Fr. ■ 09.00 – 12.00 Uhr

Bitte beachten Sie die geänderten Sprechzeiten in den Hamburger Schulferien unter www.kinderarzt-finkenwerder.de.

Tel. 040 / 31 76 84 35 oder
in der Praxis Neugraben Tel. 040 / 701 66 44

DAS FAMILIENPROGRAMM

VERANSTALTUNGEN, WORKSHOPS UND AUSFLÜGE

Flohmarkt und Frühlingsfest

MIT ANMELDUNG

Die gute Nachricht für alle, die sehnsüchtig darauf gewartet haben: Ja, es wird endlich wieder einen Flohmarkt in der Inselperle geben. Aber nicht nur das, wir möchten die Gelegenheit und das (hoffentlich) gute Wetter auch dafür nutzen, um gemütlich beisammen zu sein. Während vorne auf dem Flohmarkt verhandelt wird, laden wir hinten im Garten der Elternschule zum Kaffee und Kuchen ein, es wird ein Mitmachkonzert für die Kinder und noch manch andere Aktion geben, und zwar am:

» Sa. ■ 06.05.2023 ■ 10.00 – 14.00Uhr

ANMELDUNGEN werden ab dem 09.01.2023 entgegengenommen. Anmeldegebühr:
Ein selbstgebackener Kuchen oder 5 Euro.

Team des Hauses

Erste Hilfe am Kind (ohne Kinder)

MIT ANMELDUNG

Wer kennt es als Mutter oder Vater nicht? Plötzlich fiebert das Kind stark oder es verletzt sich beim Toben am Kopf und man ist sich als Elternteil unsicher ob ein Arzt aufgesucht werden sollte. Dieser Kurs vermittelt die Grundlagen von Erster Hilfe bei Kindern und Säuglingen und dem Verhalten bei Unfällen und Krankheit.

Es wird eine Teilnahmebescheinigung ausgestellt.

» Sa. ■ 03.06.2023 ■ 11.00 – 16.00 Uhr

Die Kursgebühr beträgt 9,50 Euro

Kooperation mit „Sicher im Notfall –
Notfallmedizinische Fortbildungen GmbH“

DAS FAMILIENPROGRAMM

Starke Eltern Starke Kinder (ohne Kinder)

MIT ANMELDUNG

bitte direkt über Judith Schmidt, Erziehungsberatung Finkenwerder: 040 / 30620 245

Elternsein ist mit vielfältigen Anforderungen und Unsicherheiten verbunden. Unser Elternkurs vermittelt Ihnen Sicherheit im Umgang mit ihren Kindern und trägt so zu mehr Freude und Gelassenheit in der Familie bei. Die Bedürfnisse von Kindern kennen und die eigenen Bedürfnisse achten: Das ist wesentlich für eine gelingende Erziehung. Wir unterstützen Sie dabei!

» 27.04. – 06.07.23 ■ 11.00 – 13.00Uhr

Der Kurs ist kostenlos.

Mit Ayse Çan

Kooperation mit der Erziehungsberatung Finkenwerder und dem Kinderschutzbund

Ausflug mit Picknick in den Inseelpark Wilhelmsburg (mit Kindern bis 10 Jahre)

MIT ANMELDUNG

Nach dem Motto „Pack die Picknicktasche ein...“ möchten wir mit einem Ausflug in den Wilhelmsburger Inseelpark die Sommerferien einläuten. Auf dem großen Abenteuerspielplatz können sich die Kinder austoben oder an der Wasserfontäne am Wasserspielplatz eine Abkühlung gönnen, und mit etwas Glück kommt sogar der Eismann vorbei. Alle Familien, die in der ersten Ferienwoche noch nicht im Urlaubsfieber sind, sind herzlich eingeladen den Tag dort gemeinsam zu verbringen. Die Anfahrt erfolgt mit dem Bus, die Kosten werden von der Elternschule übernommen.

» Mi. ■ 19.07.2023 ■ 10.00 – 16.00 Uhr

Kostenlos

Lena Hihlal und Team des Hauses

DAS KINDER- & JUGENDPROGRAMM

Das Kinder- und Jugendprogramm der InselPerle ist für alle Kinder von ca. 6 bis 21 Jahre.

Unser Jugendprogramm nach 19 Uhr ist für alle ab 14 Jahren geöffnet. Es gibt Angebote und Kurse zu denen sich die Kinder und Jugendliche verbindlich anmelden und Angebote, die ohne Anmeldung besucht werden können. Die Angebote sind in der Regel kostenfrei, außer wenn Kursgebühren extra angegeben werden. Die Angebote starten alle ab dem 09.01.2023

Wir freuen uns auf euch. Kommt einfach vorbei!

Kids- und Teenietreff

Unser Kids- und Teenietreff ist für alle Kids und Teens ab 6 bis 13 Jahre. Bei uns kannst du deine Freunde treffen. Hier könnt ihr einfach nur klönen, Tischtennis oder Billard spielen, kickern und mit uns eure freie Zeit verbringen. Im Sommer sind wir zusammen draußen.

» Mo.+ Di. + Do. ■ 13.30 – 19.00 Uhr

» Mi. ■ 13.30 – 18.00 Uhr

» Fr. ■ 13.30 – 19.00 Uhr

#CIJu – Das Café der InselPerle für Jugendliche

Das CIJu ist offen für Jugendliche ab 14 Jahre. Hier wird gemeinsam Musik gehört und gekillt, Billard und Tischtennis gespielt, gekocht und gegessen. Es gibt einen Tanz- und Bewegungsraum, einen großen Clubraum und einen Ruheraum zum Entspannen.

» Mo., Di., Do. ■ 19.00 – 21.00 Uhr

MondayKitchen

Montag ist Kochtag! Mit Manu lernt ihr die Besonderheiten des Kochens kennen. Gemeinsam entscheidet ihr, was zubereitet wird und nach getaner Arbeit wird das Festmahl gemeinsam verspeist.

» Mo. Ab 16.30 Uhr

Mit Manu Vandrei – Kochen mit Liebe zum Detail

DAS KINDER- & JUGENDPROGRAMM

BEAT – Tanzen ab 12 Jahre

Du hörst gerne Musik und hast Spaß am Tanzen?
Tanzen gehört zum Leben dazu!

Vielleicht hast du sogar Bock, eine Hip-Hop
Choreographie zu erlernen oder verschiedene
Tanzstile auszuprobieren?

Hier lernst du coole Moves, Grooves und Choreo-
graphien mit Lucia, die bereits mehrere Tanzgruppen
geleitet hat.

Kommt gerne vorbei, auch wenn ihr schüchtern seid :).

» Mo. ■ 16.30 – 17.30 Uhr

Der Kurs ist ohne Anmeldung.

Mit Lucia Fusari, Tänzerin / Choreografin /
Pädagogin B.A.

GirlsTime

Für alle Mädchen! Egal ob leise oder laut... schüch-
tern oder mutig :)

Die Mädchengruppe ist ein offenes Angebot/ohne
Anmeldung und somit für alle Mädels der weiter-
führenden Schulen!

Hier könnt ihr gemeinsam mit Lucia....

- quatschen und Quatsch machen
- kreativ sein, Ideen entwickeln
- kochen & backen
- Tee trinken und chillen
- Mädchenthemen besprechen :)
- oder Spiele spielen
- oder Sport machen
- ... u.v.m.!

» Mo. ■ 17.30 – 19.00 Uhr

Mit Lucia Fusari, Tänzerin / Choreografin /
Pädagogin B.A.

DAS KINDER- & JUGENDPROGRAMM

„Klaus Störtebeker“ – Der Finkenwerder Pfadfinderstamm

Während der Gruppenstunden der Pfadfinder Finkenwerder lernen wir uns besser kennen und tauschen uns über Naturschutz, Umwelt und Werte wie Toleranz und Solidarität aus. Wir planen gemeinsame Gruppenfahrten und Ausflüge und fahren an einigen Wochenenden zusammen auf Lager, um dort andere Pfadfindergruppen zu treffen. Wenn du Interesse hast bei einer Gruppe mitzumachen oder einfach mal rein zu schnuppern kannst du spontan zu den angegebenen Zeiten in die InselPerle kommen. Wir freuen uns auf dich. In den Hamburger Schulferien findet keine Gruppenstunde statt.

» **Mo. ■ 16.30 – 17.30 Uhr ■ Die Wölflinge sind zwischen 6 und 9 Jahre**

» **Mi. ■ 16.30 – 18.00 Uhr ■ Die Jungpfadfinder sind zwischen 10 bis 13 Jahre**

Information bei Jakob / Stammesleitung unter info@vcp-finkenwerder.de

Ein Kooperationsprojekt mit dem VCP Hamburg e.V.

Studio: Komposition & Instrumental

Mit Milan könnt ihr euch im Umgang mit dem Sound-Studio und dessen Equipment ausprobieren, musikalisches KnowHow erlernen und eigene Beats konstruieren. Er ist erfahrener Musiker verschiedener Stile, spielt mehrere Instrumente und gibt auch selbst Unterricht. Sein Wissen gibt er gerne weiter.

» **Di. ■ 18.00 – 21.00 Uhr**

Mit Milan Winkler / Musiker

Studio: Vokal-Aufnahme

Mit Marlon könnt ihr eure Songtexte, egal ob Rap, Hip-Hop oder was auch immer, in unserem gut ausgestatteten Musik-Studio aufnehmen und gemeinsam abmischen. Marlon unterstützt euch sowohl bei der Verfeinerung des Textes sowie beim Verbessern von Takt & Flow. Sein Wissen gibt er gerne weiter.

» **Do. ■ 18.00 – 21.00 Uhr**

Mit Marlon Reschke / Rapper

DAS KINDER- & JUGENDPROGRAMM

Töpfern – für Kids ab 6 Jahre mit erwachsener Begleitung

MIT ANMELDUNG

Dieses Angebot ist für Kids ab 6 Jahre mit erwachsener Begleitung. Ob Tiere, Schalen oder beides auf einmal: Hier gibt es Unterstützung! Hier können eigene Tassen mit Mustern, Teelicht-Lämpchen, der Familienhund oder Oma im Lehnstuhl getöpft und glasiert werden. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt! Beispiele sind in der Vitrine im Treppenhaus ausgestellt.

» Mi. ■ 18.01. – 01.03.2023 (7x) ■
16.30 – 18.00 Uhr

Materialumlage, je nach Verbrauch

Mit Heike Prange / Künstlerin

Freie Töpferwerkstatt für Kids und Teenager

MIT ANMELDUNG

Dieses Angebot ist für Kids und Teenager ab 8 Jahren. Selbst gestalten und eigene Ideen verwirklichen! Die eigene Lieblingsschale, ein Geschenk, das Lieblingstier oder das kleine Traumhaus töpfeln. Der Ton wird geformt, gefärbt, gebrannt und zum Ende glasiert und noch einmal gebrannt! Beispiele sind in der Vitrine im Treppenhaus in der InselPerle ausgestellt.

» Mi. ■ 29.03.- 10.05.2023 (7x) ■
16.30 – 18.00 Uhr

Materialumlage 2,50 Euro

Mit Heike Prange / Künstlerin

Girls Club

Du bist ein Mädchen zwischen 8 und 13 Jahre, dann sei dabei! In unserem GirlsClub ist jede willkommen. Wir klönen, kochen, spielen und basteln – gemeinsam planen wir unsere Aktionen für die Folgewoche. Komm einfach ohne Anmeldung vorbei!

» Mi. ■ 16.15 – 17.45 Uhr

Mit Heves Döner

DAS KINDER- & JUGENDPROGRAMM

Kreativwerkstatt

Einmal die Woche könnt ihr mit Ali in der Kreativwerkstatt eure kreative Seite zeigen. Ali ist eine Künstlerin die mit euch Deko gestaltet, zeichnet oder malt.

» Do. ■ 16.00 – 19.00 Uhr

Mit Alessandra Vandreï

Unsere NähPerle – für Kinder ab 11 Jahren

MIT ANMELDUNG

Der Einstieg ist jederzeit möglich

Hier könnt ihr upcyclen, nähen, sticken u.v.m. Ihr könnt eigene Ideen mit Heves besprechen und aus eurem "uncoolen Zeug" noch tolle Einzelstücke fertigen.

» Do. ■ 16.30 – 18.00 Uhr

Materialumlage 2,50 Euro

Mit Heves Döner / Damenschneiderin

Basketball

Mit Hannes erlernt ihr (wenn das Wetter es zulässt) auf unserem Asphaltplatz vor dem Haus die Grundlagen des Basketballspiels bzw. könnt eure Technik verfeinern.

» Do. ■ 16.00 – 18.00 Uhr

Mit Hannes Ratzmer / Erzieher der InselPerle

Capoeira mit der Capoeiraschule Arte Jogando Hamburg

MIT ANMELDUNG

Diese Kurse, die von Contra-Mestre Cobra Sinan Abushawashi und Team betreut werden, bereitet die Teilnehmer*innen der Altersgruppen 4 bis 8 Jahre und 9 bis 13 Jahre grundlegend auf das Ablegen der Gürtelprüfungen der Capoeiraschule Hamburg vor. Ziel ist es, den Körper in einem ausgeglichenen Verhältnis von Kraft - Ausdauer - Beweglichkeit grundlegend auf Capoeira-Bewegungen vorzubereiten sowie das Körpergefühl und Körperverständnis zu verbessern. So gelingt es im Kursverlauf, Schritt für Schritt in zunehmend komplexere Bewegungsabläufe über zu leiten.

DAS KINDER- & JUGENDPROGRAMM

Für Teilnehmer*innen mit bereits einem Jahr und mehr Erfahrung empfehlen wir zudem das weiterführende Lern- und Kursprogramm der Capoeira-schule Arte Jogando Hamburg mit Hauptsitz in der Dosenfabrik Altona.

Infos zu Kursgebühren und Anmeldung

unter <http://www.capoeira.hamburg>
oder <http://jogando.de>.

» Fr. ■ 14.30 – 16.00 Uhr ■ für Kids und Juniors
von 4 bis 13 Jahren

Mit Sinan Abushawashi/ Contra-Mestre Cobra

How To Skate

Mit Hannes erlernt ihr (wenn das Wetter es zulässt) auf unserem Asphaltplatz vor dem Haus die Grundlagen des Skatens bzw. könnt eure Technik verfeinern.

» Fr. ■ 16.00 – 18.00 Uhr

Mit Hannes Ratzmer / Erzieher der InselPerle

Boxen

Der **Starttermin** stand bei der Drucklegung des Programms noch nicht fest, er wird über die social media-Kanäle bekannt gegeben.

Mit Milad erlernt ihr (wenn es eine Einverständniserklärung der Eltern gibt) die Grundlagen des Boxens bzw. könnt eure Technik verfeinern – es findet bei uns allerdings kein Sparring statt.

» Fr. ■ 17.00 – 18.30 Uhr

Mit Milad Hossein / Boxtrainer

Karten-Tausch-Börse

Für Sammelkarten aller Art – tauscht eure Lieblings-Sammelkarten, egal ob Yu-Gi-OH, Magic, Pokemon, Panini uvm.

» **Jeden letzten Mittwoch im Monat ■ 16.00 – 18.00 Uhr**

Mit Hannes Ratzmer / Erzieher der InselPerle

DAS KINDER- & JUGENDPROGRAMM

Instrumentenunterricht

Möchtest du ein Instrument erlernen?

Auch dann kannst du uns gerne ansprechen.

Wir arbeiten mit der Musikinsel Finkenwerder e.V. zusammen. Dort hast du die Möglichkeit Instrumente zu erlernen.

Klamotten - Designfactory in der hauseigenen Siebdruckwerkstatt

Willst du euer Bandlogo auf T-Shirts drucken?

Oder für deine Freunde coole Klamotten designen?

Kreiere in unserer Designfactory dein eigenes Klamottendesign. Vom Entwurf deines Motives bis hin zum Druck auf die Klamotte. Gedruckt wird in der Siebdruckwerkstatt. Bitte bringe Ideen, Zeichnungen und Klamotten mit.

Melde dich jetzt bei Interesse an diesem Angebot, dann können wir für die Ferien einen Siebdruck – Workshop planen.

Termine werden über die social media Kanäle bekannt gegeben.

Mit Rita Kohel / Illustratorin

DAS KINDER- & JUGENDPROGRAMM

BERATUNG & UNTERSTÜTZUNG

Kinder- und Teenagerberatung

Manchmal steht ALLES Kopf. Das kennen wir alle. In unserer Beratung kannst du mit Norbert rein vertraulich deine Sorgen in der Schule, mit Freunden oder zu Hause sortieren oder einfach nur quatschen. Bei netter Atmosphäre wird gemeinsam besprochen wo der Haken ist und wie dieser wieder gelöst werden kann.

» Mo. ■ 13.30 – 15.30 Uhr
auch telefonisch unter 040 / 743 47 55

Mit Norbert Christmann / Erzieher der InselPerle

Lesen, schreiben, rechnen lernen – Beratung und integrative Lerntherapie für Kinder und Jugendliche

Wer nicht lesen und schreiben oder nicht rechnen kann, muss sich nicht schämen. Aber es ist schwer, damit durchs Leben zu kommen. Die Therapie sollte deshalb früh beginnen. Jeder Mensch hat Stärken. Integrative Lerntherapie spricht sie an – individuell. So wächst Selbstsicherheit: Das Kind gewinnt Freude am Lernen. Wir freuen uns auf Sie und ihr Kind. Bei Interesse an diesem Angebot bitte unter Tel.: 040/ 319 22 34 melden.

» Di. ■ 10.00 – 19.00 Uhr

Mit Annelore Uliczny / Diplompädagogin,
Lerntherapeutin, Systemische Beratung

DAS KINDER- & JUGENDPROGRAMM

VERANSTALTUNGEN UND FERIEN

Unsere Veranstaltungen und Sessions können wir nicht fest einplanen. Wir veröffentlichen aktuelle Veranstaltungen auf unserer Internetseite www.inselperlefinkenwerder.de

FERIEN

In den Hamburger Ferien findet regelmäßig ein Ferienprogramm mit Aktionen und Ausflügen für die Kinder, Teens und Jugendlichen statt.

Bitte informiert euch über das Programm in der InselPerle oder auf unserer Internetseite, es wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Frühjahrsferien 06.03.2023 – 17.03.2023

Informationen dafür bekommt ihr in der InselPerle oder auf unserer Internetseite.

Maiferien 15.05.2023 – 19.05.2023

Informationen dafür bekommt ihr in der InselPerle oder auf unserer Internetseite.

DAS ERWACHSENEN- & SENIORENPROGRAMM

Das Programm der InselPerle für Erwachsene und Senior*innen. Für Anmeldung und Kostenabwicklung müssen Sie sich teilweise direkt an die Kursleitungen wenden.

Klönfrühstück für Senior*innen

MIT ANMELDUNG

Bei unserem monatlichen Seniorenfrühstück kann geschlemmt und geklönt werden.

- » **Jeden ersten Dienstag im Monat**
17.01., 07.02., 07.03., 04.04., 02.05.,
06.06., und 04.07.2023 ■
10.00 – 11.00 Uhr

Es gibt eine Kostenumlage

Mit Inge Schneider

Dem Alltag entfliehen – Unser Frauentreff

MIT ANMELDUNG

In unserem 14-tägig stattfindenden Frauentreff finden Frauen Unterstützung und Beratung für viele Lebenslagen. Zudem verbringen die Frauen in zwangloser Atmosphäre gemeinsame Freizeit mit vielen interessanten, verschiedenen Aktivitäten und Ausflügen.

- » **Di. ■ ab 10.01.23 ■ 14-tägig ■**
18.30 – 20.30 Uhr

Mit Inge Schneider

Progressive Muskelentspannung für Senior*innen

MIT ANMELDUNG

Progressive Muskelentspannung ist ein Tiefenmuskelentspannungsverfahren.

Durch Anspannen und Lockerlassen der Muskeln entsteht eine Lockerung des Körpers. In den Hamburger Schulferien findet kein Kurs statt.

- » **Do. ■ 19.01.–30.03.23 ■ 9.30–10.30Uhr**
 » **Do. ■ 19.01.–30.03.23 ■ 11.00–12.00 Uhr**
 » **Do. ■ 20.04.–06.06.23 ■ 9.30–10.30 Uhr**
 » **Do. ■ 20.04.–06.06.23 ■ 11.00–12.00 Uhr**

Die Kursgebühr beträgt 20 Euro

Mit Annelie Klein / liz. Feldenkraislehrerin

DAS ERWACHSENEN- & SENIORENPROGRAMM

Workshop Feldenkrais – „It's your move!“

» **Diese Veranstaltung findet an einem Samstag statt von 10.00 – 15.30 Uhr**

In der Feldenkraisstunde lernen Sie überflüssige Spannungen, z. B. in der Schulter, im Rücken oder im Kiefer, loszulassen und entwickeln größere Beweglichkeit. Mit Hilfe kleinerer Bewegungen erkunden Sie die Zusammenhänge zwischen den einzelnen Körperteilen und können so Einschränkungen in Ihrem Alltag wieder auflösen.

Anmeldungen und Infos bitte direkt bei Frau Klein erfragen Tel: 040 / 742 140 68
Mit Annelie Klein / liz. Feldenkraislehrerin, Tanzpädagogin

Gesundheitssport für Erwachsene

Hier geht es schwerpunktmäßig um ein ganzheitliches Ganzkörpertraining bei dem Atmung und Bewegungen in Einklang gebracht werden.

» **Mo. ■ 08.30 – 09.30 Uhr**

Anmeldungen und Infos bitte unter dieser Telefonnummer erfragen: 0176 687545881
Mit Juliana Jehle

Athletiktraining für Erwachsene

Athletiktraining ist ein funktionelles Kraft/Ausdauertraining. Es ist eine Mischung aus Kraftsport, kombiniert mit Stabilitätsübungen und sorgt für eine Verbesserung von Ausdauer und Kondition.

» **Fr. ■ 17.30 – 18.30 Uhr**

Anmeldungen und Infos bitte unter dieser Telefonnummer erfragen: 0176 687545881
Mit Juliana Jehle

KOOPERATIONSPARTNER*INNEN

Aueschule Finkenwerder

Ostfrieslandstr. 91
21129 Hamburg
Tel.: 040 / 428 76 – 150

Apfelhof Stehr

Familie Stehr
Finkenwerder Landscheide 243
21129 Hamburg

Berufsberatung Jugend Aktiv Plus IN VIA Hamburg e. V.

Yvonne Pawlak / InVia Hamburg e. V.
Tel: 0176 / 151 44 603
pawlak@invia-hamburg.de
www.invia-hamburg.de

Capoeiraschule Arte Jogando Hamburg

www.capoeira.hamburg oder <http://jogando.de>.

Dr. Klaus Haroske / Kinder- und Jugendarzt

Mo + Mi 14.30 – 17.30 Uhr
Fr 09.00 – 12.00 Uhr
Tel: 040 / 317 68 435
www.kinderarzt-finkenwerder.de

Erziehungsberatung/Diakonie Hamburg

Judith Schmidt
Tel.: 040 / 306 20 347
ebfinkenwerder@diakonie-hamburg.de
www.evangelische-beratung.info/
beratungszentrum-hamburg.de

Familienhelden e. V.

Tel: 040 / 75 66 85 86
finkenhelden@familienhelden.de

Familienhebamme / KaP Finkenwerder

Kinderhaus am Pinnaßberg e. V.
Britt Tomhave
Tel: 0151 / 70 33 54 72
kapfinkenwerder@kinderhausampinnaßberg.de

KOOPERATIONSPARTNER*INNEN**Feldenkrais – Annelie Klein**

Liz. Feldenkraislehrerin und Tanzpädagogin

Tel: 040 / 742 140 68

Feldenkrais@annelie-klein.de

Finkenwerder Geschichtswerkstatt

Kapelle Finkenwerder

Alter Friedhof:

Finkenwerder Landscheideweg /

Norderkirchenweg

hfgeschichtswerkstatt@t-online.de

Gymnasium Finkenwerder

Norderschulweg 18

21129 Hamburg

Tel.: 040 / 428 85 903

Hamburger Angehörigenschule gGmbH

Gabriele Schröder

Tel.: 040 / 416 24 651

schroeder@hamburgerangehoerigenschule.de

**Hamburger Öffentliche Bücherhallen /
Bücherhalle Finkenwerder**

Ostfrieslandstr. 5

21129 Hamburg

Tel.: 040 / 742 68 91

finkenwerder@buecherhallen.de

Integrative Lernförderung GRIPS

Diplom Pädagogin Annelore Uliczny

Tel.: 040 / 319 22 34

**Jugendamt Hamburg-Mitte/ ASD Finkenwerder
(Allgemeiner Sozialer Dienst)**

Tel.: 040 / 428 54 – 20 25 (Geschäftsstelle)

JugendBerufsAgentur (JBA)

Susanne Wolf

Tel.: 040 / 42812 1311 oder 0176 / 4285 1905

Susanne.wolf@hamburg-mitte.hamburg.de

Kulturschiff MS Altenwerder

Eckard Schmidt

KOOPERATIONSPARTNER*INNEN**Mawiba – Mother with Baby**

Janine Evers

Tel.: 0176 / 483 07 357

jevers@mawiba.net

Musikinsel Finkenwerder e. V.

Tel: 040 / 743 44 84 oder 0178 / 66 349 56

info@musikinsel-finkenwerder.de

Mütterberatung

Bezirksamt HH-Mitte / Fachamt Gesundheit

Tel: 040 / 42854-4666

Pfadfinderstamm „Klaus Störtebecker“ VCP

Jakob Giese / Stammesleitung

info@vcp-finkenwerder.de

Stadtteilschule Finkenwerder

Norderschulweg 14

21129 Hamburg

Tel.: 040 / 428 85 - 901

Vereinigung Pestalozzi gGmbH

Ostfrieslandstr. 27 und 30

21129 Hamburg

Tel: 040 / 48 40 18 99 0

süderelbe@vereinigung-pestalozzi.de

VitaCurare GmbH

Tel.: 040/ 333 98 830

info@vitacurare.de

Westerschule Finkenwerder

Finkenwerder Landscheideweg 180

21129 Hamburg

Tel.: 040 / 428 88 - 370

GUT ZU WISSEN

Anmeldungen

Sie können sich per E-Mail, telefonisch oder persönlich bei uns anmelden. Falls Sie eine Anmeldung auf dem Anrufbeantworter hinterlassen, werden wir uns zeitnah zurück melden. Wenn ein Kurs nicht die erforderliche Teilnehmer*innenzahl erreicht, behalten wir uns vor den Kurs abzusagen. Die angemeldeten Teilnehmer*innen werden rechtzeitig informiert. Wir bitten um Nachricht, falls Sie an den Angebotsterminen verhindert sind.

Kursgebühren

Für einige Kurse und Veranstaltungen werden Gebühren berechnet. Sie gelten im Allgemeinen für eine Person und für den gesamten Kurs. Eine Ausnahme bilden die Eltern-Kind-Kurse. Diese Gebühr gilt für die ganze Familie. Material- oder Lebensmittelkosten werden von den Teilnehmer*innen anteilig getragen und am ersten Kurstag erhoben. Eine Rückzahlung bei Verhinderung des Teilnehmers kann nicht erfolgen. Sie können eine Entgeltermäßigung beantragen. Möchten sie diese in Anspruch nehmen, reichen sie bitte bei ihrer Anmeldung die entsprechenden Belege ein (z.B. Bewilligungsbescheid des Jobcenters, Leistungsbescheid des Grundsicherungsamtes, Sozialkarte, Wohngeld- oder Rentenbescheid).

Beschwerdesystem

Jede Person hat das Recht auf Beschwerde. In der InselPerle Finkenwerder gibt es ein Beschwerdesystem. Es liegen Feedback- und Beschwerdekarten aus. Diese können in den dafür vorgesehenen Zwitscherkasten eingeworfen werden. Er befindet sich im Eingangsbereich im Erdgeschoß. Sie können uns eine anonyme Anregung oder auch eine personalisierte Beschwerde zukommen lassen. Wir werden uns umgehend darum kümmern.

Datenschutz

Unsere Datenschutzerklärung sowie die allgemeinen Informationen nach den Art. 12-14 der Datenschutzgrundverordnung finden Sie unter:
<http://www.hamburg.de/mitte/datenschutzerklaerungen>

So finden Sie uns

Am Finkenwerder Norderdeich neben der HASPA-Filiale in den Norderschulweg einbiegen.
Der Straße bis zur Rechtskurve folgen.
Zur Linken ist der Parkplatz des Gebäudes.

INSELPERLE FINKENWERDER

Das Kinder-, Jugend- und Familienzentrum Finkenwerder
Norderschulweg 7
21129 Hamburg

ANGEBOTE DER ELTERNSCHULE

Montag

Babymassage

» 9.45 – 10.45 Uhr

Mütterfitness

» 9.45 – 10.45 Uhr

Frühstückstreff

» 10.00 – 11.30 Uhr

Hebammensprechstunde

» 11.00 – 12.30 Uhr

Systemische Beratung

(jd. 1. Montag im Monat)

» 11.00 – 13.00 Uhr

**Familientreff mit
Beratung**

» 16.00 – 18.00 Uhr

**Schneidern für Mütter &
Väter**

» 19.00 – 20.30 Uhr

Dienstag

Mawiba

» 10.00 – 11.00 Uhr

Gedichte für Wichte

» 10.00 – 11.30 Uhr

**Tanz- und
Bewegungsspiele**

» 15.30 – 16.30 Uhr

Erziehungsberatung

» 17.00 – 18.30 Uhr

Mittwoch

Hebammensprechstunde

» 10.00 – 12.30 Uhr

Kleine Entdecker

» 10.00 – 11.30 Uhr

Familiencafé

» 16.00 – 18.00 Uhr

Familienküche

» 19.00 – 22.00 Uhr

Donnerstag

Starke Eltern Starke Kinder

» 11.00 – 13.00 Uhr

Spielkreis

» 10.00 – 11.30 Uhr

Schneidern für Schwangere

» 18.30 – 20.00 Uhr