

## Erweitertes Regelangebot der Mütter-Beratung

Der Verein Kinder-, Jugend- und Elternarbeit auf'm Dulsberg ist Anfang der 90er Jahre gegründet worden. Als ergänzender Partner zu Angeboten des Bezirksamtes Hamburg-Nord für den Bereich der offenen Kinder-, Jugend- und Familienhilfe ist der Verein Träger verschiedener Stadtteilprojekte.

Unter dem Motto „Gesundheitsförderung für Familien“ erweitert der KJED das Angebot für Eltern und ihre Kinder in der Mütter-Beratung im Alten Teichweg. Es werden beispielsweise zusätzlich thematische Gruppenangebote offeriert.

In Elternkursen können Familien in ihren erzieherischen Aufgaben Unterstützung bekommen. Systemischen Einzel- oder Familienberatungen mit Krisenintervention vermögen Erziehungs-, Familien- und Paarfragen zu klären.

Ein anderer Eckpfeiler ist die Vernetzung im Stadtteil, die vom KJED mit getragen wird. Seit einem halben Jahr wird beispielsweise regelmäßig ein offener Samstagstreffpunkt für Eltern mit ihren Kindern angeboten. Dort können sich Familien treffen und beim Kaffee oder Tee austauschen. Mit den Kindern wird gemeinsam gebastelt oder gespielt. Die neuen Termine im Januar sind:

Samstags zwischen 14.30 und 17.40 Uhr in den geraden Kalenderwochen (15.01., 29.01., 12.02.11 und folgende). Im Januar und Februar sind darüber hinaus noch Ausflüge mit den Familien geplant, die direkt in der Mütterberatung erfragt werden können.

Des Weiteren liegt ein Arbeitsschwerpunkt der KJED Mütter-Beratung rund um das Thema „gesunde Ernährung“. Seit dem Jahr 2007 nehmen wir erfolgreich an dem Kochprojekt in Kooperation mit der Hamburger Tafel und dem Großmarkt Hamburg teil. Unter dem Motto „einfach, günstig und lecker kochen“ werden 3 bis 4 Mal im Jahr Kochstaffeln über 5 Kochtage durchgeführt. Mitmachen können Eltern mit ihren Kindern aber auch Einzelpersonen, die über ein knappes Budget verfügen. Jede Woche wird



in der Schulküche Alter Teichweg ein Drei-Gänge-Menü zubereitet. Den Eltern und Erwachsenen macht es immer sehr viel Spaß gemeinsam zu kochen und sie lernen viel. Die Kinder werden während des Kochens in der Mütter-Beratung betreut und im Anschluss essen alle gemeinsam zu Abend. Die Familien bekommen am Ende eines jeden Kochnachmittags Obst und Gemüse mit nach Hause, um das Erlernete für ihre Familien nach zu kochen.

Nächster Start für die 16. Staffel:

Mittwochs, 2. Februar bis 2. März, von 16.00 – 19.00 Uhr, mit Kinderbetreuung. Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich, 5 € für alle 5 Termine.



Aus dem Kochkurs erwuchs auf Initiative teilnehmender Mütter des Kochkurses die Lebensmittelausgabestelle für Dulsberger Familien in Kooperation mit der Hamburger Tafel. Jeden Freitag erhalten Familien, die eine Grundsicherungsleistung bekommen, Lebensmittel. Beim ersten Mal müssen die Familien ihren Leistungsbescheid und einen Ausweis mitbringen. Nach Abgabe von 1 € erhalten sie dann die Lebensmittel, die vorher von der Hamburger Tafel geliefert werden. Alle Einzelpersonen und Paare ohne Kinder können zur gleichen Zeit in die Lebensmittelausgabestelle der Frohbotschaftskirche am Straßburger Platz 2 kommen und dort unter den gleichen Voraussetzungen ihre Lebensmittel bekommen.

Termin für die Dulsberger Familien:

Freitags zwischen 14.00 und 15.00 Uhr (manchmal kann es auch etwas später werden), Dietrich-Bonhoeffer-Kirche, Dulsberg Süd 26.

In allen unterschiedlichen Angeboten sind Eltern mit ihren Kindern herzlich willkommen. Wir überlegen gemeinsam, was für die betreffende Familie in der Mütterberatung, in anderen Eltern-Kind-Einrichtungen oder Projekten im Stadtteil infrage kommt und vermitteln Sie dahin. Schauen Sie einfach vorbei.

Für Fragen steht Ihnen Mechthild Miller als Ansprechpartnerin zur Verfügung: Alter Teichweg 200, 22049 Hamburg unter der Telefonnummer: 428 977 284

Fotos & Text: Mechthild Miller