

## KONTAKT:

### Outlaw gGmbH Familienzentrum Uppenberg

#### Kita Uppenberg

Friesenring 15  
48147 Münster  
Telefon 0251 32201410  
Kita.Uppenberg@outlaw-ggmbh.de

#### Ansprechpartnerin:

Laura Schroeder

#### Kita Wienburgstraße

Wienburgstraße 122  
48147 Münster  
Telefon 0251 28968257  
Kita.Wienburgstr@outlaw-ggmbh.de

#### Ansprechpartnerin:

Katrin Lenschow

[www.outlaw-ggmbh.de](http://www.outlaw-ggmbh.de)

MAI

#### Ernährungsberatung für Familien

Ein Angebot in Zusammenarbeit mit Irmgard Maikowski, Ernährungsberaterin. Für individuelle Fragen rund um das Thema Ernährung.

**Freitag, 05.05.2023**

**Zeit: 07.30–09.30 Uhr**

Ort: Kita Wienburgstraße, Eingangsbereich

Leitung des Angebotes: Irmgard Maikowski, Ernährungsberaterin

#### Kulturtreff für Eltern und Kinder

Bei uns treffen sich Eltern mit ihren Kindern und tauschen sich im Kultur-Treff aus. Wir bereiten gemeinsam Snacks aus verschiedenen Kulturen zu und organisieren Ausflüge. Die Kinder sind noch nicht in der Schule und können so miteinander spielen, singen, reden und einfach Spaß haben. Wir freuen uns, wenn Menschen aus verschiedenen Ländern kommen.

**Freitag, 12.05.2023**

**Zeit: 15.00–17.00 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg

Kursleitung: Zenab Mahmoud

Ansprechpartnerin: Laura Schroeder

#### Kursangebot indische Baby-Massage mit Spielangeboten des Prager Eltern-Kind-Programm (PEKIP)

Unter fachlicher Anleitung wird die indische die Baby-Massage erlernt. Zusätzlich erhalten die Eltern Ideen für das gemeinsame Spiel mit dem Baby, erlernen Finger-Spiele und Lieder und haben die Möglichkeit zum Austausch mit anderen Eltern. Das Alter der Babys sollte bei Kursbeginn zwischen sechs und zwölf Wochen liegen.

**montags, 22.05.2023 + 05.06.2023 + 12.06.2023 + 19.06.2023**

**Zeit: 11.00–12.00 Uhr**

Kostenfrei

Ort: Kita Uppenberg, Turnhalle

Kursleitung: Diemut Sträter, Sozialpädagogin,

PEKIP-Kursleiterin, Kita Uppenberg

Ansprechpartnerin und Anmeldung:

Laura Schroeder, 0251 32201410

#### Elternabend „Sprich mit mir“

##### (Mit Kinderbetreuung/Kinder Kita Uppenberg)

Von Geburt an im Dialog mit dem Kind! Wir besprechen, wie und wodurch sich in den ersten Lebensjahren die Sprache eines Kindes entwickelt und wie wir als Eltern diesen Prozess ganzheitlich und beziehungsvoll begleiten können.

**Wann: 23.05.2023 von 15.00–16.30 Uhr**

**Ort: Kita Uppenberg**

Ansprechpartnerin: Diemut Sträter, Fachkraft für Sprache im Rahmen des Bundesprogramms "Sprach-Kitas: Weil Sprache der Schlüssel zur Welt ist".

Anmeldung bei Laura Schroeder

Tel: 0251 32201410

#### Familien-Aktion rund ums Kochen und Backen

Ein Angebot in Zusammenarbeit mit Irmgard Maikowski, Ernährungsberaterin. Thema: Frische Sommerküche

**Mittwoch, 24.05.2023**

**Zeit: 14.30–16.30 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg

Leitung des Angebotes: Irmgard Maikowski, Ernährungsberaterin

Anmeldung bei Laura Schroeder/Katrin Lenschow

Tel: 0251 32201410/0251 28968257

#### Sprechstunde für Eltern rund um das Leben mit Kindern von 0–6 Jahren

In Kooperation mit der Beratungsstelle Südviertel e. V.

**Dienstag, 31.05.2022**

**Zeit: 15.00–16.00 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg

Ansprechpartnerin: Miriam Schulz, Stadtteilkoordination

Frühe Hilfen Mitte, Beratungsstelle Südviertel e. V.,

0251 77466 oder 0176 56932159



JUNI

#### Ernährungsberatung für Familien

Ein Angebot in Zusammenarbeit mit Irmgard Maikowski, Ernährungsberaterin. Für individuelle Fragen rund um das Thema Ernährung.

**Freitag, 02.06.2023**

**Zeit: 07.30–09.30 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg, Eingangsbereich

Leitung des Angebotes: Irmgard Maikowski, Ernährungsberaterin

#### Kulturtreff für Eltern und Kinder

Bei uns treffen sich Eltern mit ihren Kindern und tauschen sich aus. Wir bereiten gemeinsam Snacks aus verschiedenen Kulturen zu und organisieren Ausflüge. Die Kinder sind noch nicht in der Schule und können so miteinander spielen, singen, reden und einfach Spaß haben. Wir freuen uns, wenn Menschen aus verschiedenen Ländern kommen.

**Freitag, 02.06.2023**

**Zeit: 15.00–17.00 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg

Kursleitung: Zenab Mahmoud

Ansprechpartner: Laura Schroeder

#### Sprechstunde für Eltern rund um das Leben mit Kindern von 0–6 Jahren

In Kooperation mit der Beratungsstelle Südviertel e. V.

**Donnerstag, 09.02.2023**

**Zeit: 15.30–16.30 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg

Ansprechpartner: Christian Feldhaus, Stadtteilkoordination

Frühe Hilfen Mitte, Beratungsstelle Südviertel e. V.,

0251 77466 oder 0176 56932159

#### Was entscheiden Eltern, was entscheiden Kinder? (Elternabend, mit Kinderbetreuung für Kinder aus der Kita Uppenberg)

Im Familienalltag mit kleineren Kindern kommt das oft vor: Eltern machen Vorgaben, Kinder wollen aber etwas ganz anderes. Die Reaktionen der Erwachsenen sind unterschiedlich und reichen von Zurechtweisungen, Grenzsetzungen bis hin zur Resignation. Aber was ist richtig? Es lohnt sich, diese Situation etwas genauer anzuschauen: Wer entscheidet eigentlich was? Wer hat welche Bedürfnisse und Gefühle? Wie könnte ich meinem Kind gegenüber anders reagieren? Was ist förderlich? Kurzweilig und mit Filmbeispielen soll über diese und weitere Fragen referiert und diskutiert werden.

**Mittwoch, 07.06.2023**

**Zeit: 16.00–17.30 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg

Anmeldung bei: Laura Schroeder 0251 32201410

Leitung: Christian Feldhaus, Stadtteilkoordination

Frühe Hilfen Mitte, Beratungsstelle Südviertel e. V.,

0251 77466 oder 0176 56932159

JULI

#### Vortrag zum Thema Eingewöhnung

Ein neuer Abschnitt beginnt und mit der Eingewöhnung entstehen einige Fragen die vorher meist ungeklärt sind. Wie lange dauert eine Eingewöhnung? Nach welchem Model wird eingewöhnt? Welche Rolle übernehmen die Eltern? Wir geben einen Einblick zum Thema und beantworten diese Fragen. Für offene Fragen wird es natürlich auch Zeit geben.

**Dienstag, 04.07.2023**

**Zeit: 15.00–16.00 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg

Anmeldung: Laura Schroeder, 0251 32201410

Leitung: Diemut Sträter, Sozialpädagogin,

Niklas Middendorf, päd. Fachkraft

## KITA-SOZIALARBEIT

#### Kita-Sozialarbeit mit Diemut Sträter

Diemut Sträter berät digital oder vor Ort in der Kita bei Anliegen verschiedenster Art:

- wenn Sie Rat, Hilfe oder einfach ein offenes Ohr benötigen
- bei familiären Alltagsfragen
- wenn Sie Hilfe und ggf. Begleitung bei Behördenangelegenheiten benötigen
- bei der Vermittlung weiterer Hilfen, z. B. durch Erziehungsberatungsstellen

Termine erfolgen nach Vereinbarung.  
Eine Kontaktaufnahme ist über das Leitungsbüro der Kita Uppenberg möglich.

## Familienzentrum Uppenberg

Kita Wienburgstraße & Kita Uppenberg

## Programm

Februar bis Juli 2023

Alle Angebote richten sich an Familien aus Münster und Umgebung.

## Regelmäßige wöchentliche Angebote

### Deutsch lernen für Frauen (mit Kinderbetreuung)

Ein kostenloses Angebot in Kooperation mit der ev. Familienbildungsstätte e. V.

**immer mittwochs, ab 05.01.–21.06.2023 (außer in den Ferien)**

**Zeit: 10.00–12.00 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg, Teamraum  
Kursleitung: Zenab Mahmoud

### Sprachcafé

Wir kommen gemeinsam ins Gespräch rund um das Thema Sprache.

**jeden ersten Donnerstag im Monat (außer in den Ferien)**

**Zeit: 09.00–10.00 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg, Elterncafé (Eingangsbereich)  
Ansprechpartner:innen : Diemut Sträter und Linda Trompetter, Fachkräfte für Sprache im Rahmen des Bundesprogrammes „Sprach- Kitas: Weil Sprache der Schlüssel zur Welt ist“

### Familiencafé Uppenberg

In Kooperation mit der Beratungsstelle Südviertel e. V. und der Stadtteilkoordination Frühe Hilfen Mitte

Gespräche und Infos in netter Gesellschaft für die Großen; Spiel und Bewegung für die Kleinen

**immer dienstags (außer in den Ferien)**

**Zeit: 15:30–17:30 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg, Außengelände der Kita Uppenberg/Gruppenraum der Clownfische (Erdgeschoss)  
Ansprechpartner:innen: Sophie Minne, Beratungsstelle Südviertel e. V., Tel. 0176 56932159, Laura Schroeder, Kita Uppenberg

### Offenes Turnen im Alter von 1–3 Jahren

Ein wöchentlich stattfindendes Angebot für Kinder und eine Begleitperson in der Turnhalle der Kita Uppenberg.

**jeden Freitag (außer in den Ferien)**

**Zeit: 15.30–16.15 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg, Turnhalle  
Ansprechpartner:innen: Jana Moldenhauer, Trainerin  
Anmeldung bei Laura Schroeder, Kita Uppenberg

## FEBRUAR

### Sprechstunde für Eltern rund um das Leben mit Kindern von 0–6 Jahren

In Kooperation mit der Beratungsstelle Südviertel e. V.

**Donnerstag, 09.02.2023**

**Zeit: 15.30–16.30 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg

Ansprechpartner: Christian Feldhaus, Stadtteilkoordination Frühe Hilfen Mitte, Beratungsstelle Südviertel e. V., 0251 77466 oder 0176 56932159

### Ernährungsberatung für Familien

Ein Angebot in Zusammenarbeit mit Irmgard Maikowski, Ernährungsberaterin. Für individuelle Fragen rund um das Thema Ernährung.

**Freitag, 03.02.2023**

**Zeit: 07.30–09.30 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg, Eingangsbereich

Leitung des Angebotes: Irmgard Maikowski, Ernährungsberaterin

### Kamishibai Vorstellung: Der Grüffelo

Das Kamishibai Erzähltheater wird liebevoll „Kino ohne Strom“ genannt. In einem kastenförmigen Holzrahmen mit Türen werden Bildkarten eingesteckt. Wenn die Türen sich geheimnisvoll öffnen und dann – wie bei einem Szenenwechsel – eine Bildkarte nach der anderen erscheint, entfaltet sich die Geschichte vor den staunenden Augen der Kinder. In diesem kleinen Rahmen werden Erzählungen lebendig ... Applaus!

Seinen Ursprung hat diese Erzähl-Methode in Japan.

**Dienstag, 28.02.2023**

**Zeit: 15.00–16.00 Uhr**

Ort: Kita Wienburgstraße

Leitung des Angebotes: Diemut Sträter, Sozialpädagogin, PEKIP-Kursleiterin  
Ansprechpartnerin: Katrin Lenschow

## MÄRZ

### Sprechstunde für Eltern rund um das Leben mit Kindern von 0–6 Jahren

In Kooperation mit der Beratungsstelle Südviertel e. V.

**Donnerstag, 09.03.2023**

**Zeit: 15.30–16.30 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg

Ansprechpartner: Christian Feldhaus, Stadtteilkoordination Frühe Hilfen Mitte, Beratungsstelle Südviertel e. V., 0251 77466 oder 0176 56932159

### Ernährungsberatung für Familien

Ein Angebot in Zusammenarbeit mit Irmgard Maikowski, Ernährungsberaterin. Für individuelle Fragen rund um das Thema Ernährung.

**Freitag, 03.03.2023**

**Zeit: 07.30–09.30 Uhr**

Ort: Kita Wienburgstraße, Eingangsbereich

Leitung des Angebotes: Irmgard Maikowski, Ernährungsberaterin

### Café für Alleinerziehende (ohne Kinder)

Wenn Sie ein allein erziehender Vater oder eine alleinerziehende Mutter sind, können Sie im Café für Alleinerziehende in der Kita Uppenberg

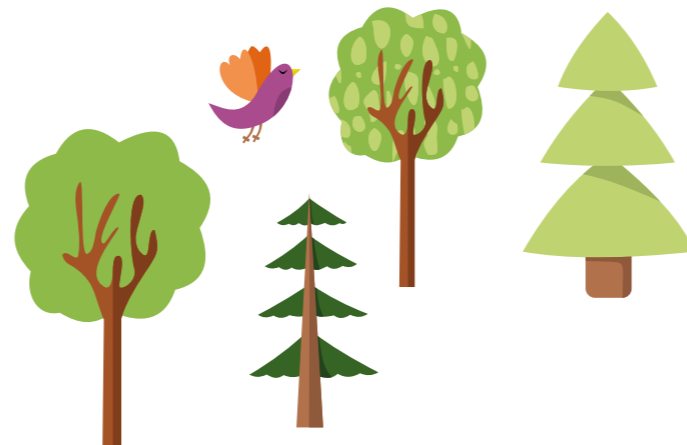
- andere alleinerziehende Elternteile im Stadtteil treffen und Gemeinschaft erleben
- sich in geschützter vertrauensvoller Umgebung austauschen
- über Erziehungsfragen und den Alltag reden

**Dienstag, 07.03.2023**

**Zeit: 08.00–10.00 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg, Eingangsbereich

Leitung des Angebotes: Diemut Sträter, Sozialpädagogin, PEKIP-Kursleiterin.  
Ansprechpartnerin: Laura Schroeder



## APRIL

### Migrationsberatung für Eltern

Migration heißt: Vertrautes aufgeben, Neues wagen, sich vielfältigen Herausforderungen stellen. Fremde Sprache, andere Kultur, Schule, Ausbildung, Arbeit finden, den Alltag organisieren und die Zukunft planen. Wir unterstützen Neuzugewanderte und in konkreten Krisensituationen auch Migranten, die bereits länger in Deutschland leben. Dabei richten wir uns nach der individuellen Lebenssituation des Einzelnen und unterstützen Menschen auf dem Weg in ein selbstbestimmtes Leben. Wir begleiten u. a. bei Behördengängen.

**Mittwoch, 15.03.2023**

**Zeit: 15.30–16.30 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg

Leitung der Beratung: Frau Krüger  
Ansprechpartner:innen: Laura Schroeder, Kita Uppenberg, Katrin Lenschow, Kita Wienburgstraße

### Handling des Babys und Tragetuch binden lernen

Die Teilnehmenden lernen und üben wie Babys auf Bauch und Hüfte getragen werden. Bitte gerne ein Tuch mitbringen. Babys sind auch willkommen. (Kann aber auch vor der Geburt stattfinden)

**Dienstag, 16.03.2023**

**Zeit: 10.00–11.00 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg

Leitung des Angebotes: Diemut Sträter, Sozialpädagogin, PEKIP-Kursleiterin  
Ansprechpartnerin: Laura Schroeder

### Familien-Aktion rund ums Kochen und Backen

Ein Angebot in Zusammenarbeit mit Irmgard Maikowski, Ernährungsberaterin. Thema: Leckere Frühlingsküche mit Frischen Kräutern

**Mittwoch, 29.03.2023**

**Zeit: 14.30–16.30 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg

Leitung des Angebotes: Irmgard Maikowski, Ernährungsberaterin  
Anmeldung bei Laura Schroeder/Katrin Lenschow  
Tel: 0251 32201410/0251 28968257

### Ernährungsberatung für Familien

Ein Angebot in Zusammenarbeit mit Irmgard Maikowski, Ernährungsberaterin. Für individuelle Fragen rund um das Thema Ernährung.

**Freitag, 31.03.2023**

**Zeit: 07.30–09.30 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg, Eingangsbereich

Leitung des Angebotes: Irmgard Maikowski, Ernährungsberaterin

### Der Alltag ist die schwerste Arbeit: Wie wir als Eltern dabei stark bleiben (Elternabend, mit Kinderbetreuung für Kinder aus der Kita Uppenberg)

Ein Kind zu haben ist wunderbar – gleichzeitig ist es manchmal richtig anstrengend, Eltern zu sein: Der Kleine kriegt gerade Zähne und wacht nachts ständig auf, die Mittlere steckt gerade in einer Trotzphase und mit dem Großen gab es heute einen Riesenkrach als herauskam, dass er eine schlechte Note verschwiegen hat. Dazu kommt der täglich Alltag mit Job, Haushalt, Erledigungen und Terminen. Zum Elternabend können wir keine Sorgen wegzaubern. Aber Sie sollen kleine Rettungsringe bekommen, die Ihnen in stürmischer See helfen, obenauf zu bleiben. Manchmal sind es nur kleine Tipps, die schon einen Unterschied machen.

**Mittwoch, 05.04.2023**

**Zeit: 16.00–17.30 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg

Anmeldung bei: Laura Schroeder 0251 32201410

Leitung: Christian Feldhaus, Stadtteilkoordination

Frühe Hilfen Mitte, Beratungsstelle Südviertel e. V.

### Sprechstunde für Eltern rund um das Leben mit Kindern von 0–6 Jahren

In Kooperation mit der Beratungsstelle Südviertel e. V.

**Donnerstag, 09.02.2023**

**Zeit: 15.30–16.30 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg

Ansprechpartner: Christian Feldhaus, Stadtteilkoordination Frühe Hilfen Mitte, Beratungsstelle Südviertel e. V., 0251 77466 oder 0176 56932159

### Kulturtreff für Eltern und Kinder

Bei uns treffen sich Eltern mit ihren Kindern und tauschen sich aus. Wir bereiten gemeinsam Snacks aus verschiedenen Kulturen zu und organisieren Ausflüge. Die Kinder sind noch nicht in der Schule und können so miteinander spielen, singen, reden und einfach Spaß haben. Wir freuen uns, wenn Menschen aus verschiedenen Ländern kommen.

**Freitag, 21.04.2023**

**Zeit: 15.00–17.00 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg

Kursleitung: Zenab Mahmoud  
Ansprechpartnerin: Laura Schroeder

### Kamishibai Vorstellung: Der Grüffelo

Das Kamishibai Erzähltheater wird liebevoll „Kino ohne Strom“ genannt. In einem kastenförmigen Holzrahmen mit Türen werden Bildkarten eingesteckt. Wenn die Türen sich geheimnisvoll öffnen und dann – wie bei einem Szenenwechsel – eine Bildkarte nach der anderen erscheint, entfaltet sich die Geschichte vor den staunenden Augen der Kinder. In diesem kleinen Rahmen werden Erzählungen lebendig ... Applaus!

Seinen Ursprung hat diese Erzähl-Methode in Japan.

**Dienstag, 25.04.2023**

**Zeit: 15.00–16.00 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg

Leitung des Angebotes: Diemut Sträter Sozialpädagogin, PEKIP-Kursleiterin.

Ansprechpartnerin: Laura Schroeder

### Ernährungsberatung für Familien

Ein Angebot in Zusammenarbeit mit Irmgard Maikowski, Ernährungsberaterin. Für individuelle Fragen rund um das Thema Ernährung.

**Freitag, 29.04.2023**

**Zeit: 07.30–09.30 Uhr**

Ort: Kita Uppenberg, Eingangsbereich

Leitung des Angebotes: Irmgard Maikowski, Ernährungsberaterin

### Kursangebot indische Baby-Massage

In diesem Angebot wird unter fachlicher Anleitung die indischen Baby-Massage nach Leboyer erlernt. Die Babys empfinden die Berührung der Massage als Wohltat und entspannen. Eltern und Babys lernen sich intensiv kennen und verstehen.

Das Alter der Babys bei Kursbeginn sollte zwischen vier und zwölf Wochen liegen.

**montags, 17.04.2023 + 24.04.2023 + 08.05.2023 + 15.05.2023**

**Zeit: 11.00–12.00 Uhr**

Kostenfrei

Ort: Kita Uppenberg, Turnhalle

Kursleitung: Diemut Sträter, Sozialpädagogin, PEKIP-Kursleiterin, Kita Uppenberg

Ansprechpartnerin und Anmeldung bei: Laura Schroeder, 0251 32201410

