



#FiS

#FiS - Familien in Seelze  
Familienmagazin der Stadt Seelze  
Ausgabe 1 | Dezember 2020

# Kinder und Corona

Gegen Langeweile im Lockdown

Mit Kindern durch die Krise  
**Tipps vom Psychotherapeuten**

Seite 4

Mit Kindern durch Seelze  
**Spannende Familienralley**

Seite 20

Mit Kindern über Tische und Bänke  
**Auf zur Wohnzimmersafari**

Seite 15

# Inhalt

## #FiS informativ

Interview mit Kinderpsychotherapeut Carsten Thiele 4

## #FiS vernetzt

Willkommensbesuche der Stadt Seelze 9  
 Stillcafé Seelze 10  
 Stadtbibliothek Seelze 11  
 Heilpädagogische Praxis Kathrin Block 12  
 Videokanal des Team Jugend 12

## #FiS @home

Schreibwettbewerb: Gewürfelte Geschichten 13  
 Weihnachtslied Memory 13  
 Backideen aus dem Stillcafé 14  
 Wohnzimmer-Safari 15  
 Malen, Matschen, Lippen Pflegen 19

## #FiS outdoor

Seelze City Rallye 20  
 Junge Fotografie 24  
 Geocaching 24

## #FiS 4Kids

Kindewünsche für Seelze 25  
 Suchbild 27

## #FiS persönlich

Nachgefragt: Familienberaterinnen 28  
 Corona Infos und Hilfen 32

## IMPRESSUM

### #FiS - Familien in Seelze

Ausgabe 1 | Dezember 2020  
 Familienmagazin der Stadt Seelze  
 in Kooperation mit dem  
 Seelzer Netzwerk für Familien

### Herausgeber

Stadt Seelze  
 Abteilung Soziale Betreuung  
 Rathausplatz 1  
 30926 Seelze  
 Telefon: 05137 / 828-330  
 soziale-betreuung@stadt-seelze.de

[www.seelze.de](http://www.seelze.de)

### Redaktion

Edda Apitz  
 Stefan Oltsch (verantwortlich)

### Grafik und Bildredaktion

Stefan Oltsch, Sandra Tomaski

### Layout

Sandra Tomaski

### Kontakt

Stadt Seelze  
 Familienservicebüro  
 Telefon: 05137 / 828-328  
 edda.apitz@stadt-seelze.de

### Druck

FLYERALARM GmbH  
 Alfred-Nobel-Str. 18  
 97080 Würzburg  
[www.flyeralarm.de](http://www.flyeralarm.de)

### Bildnachweise:

[www.istock.de](http://www.istock.de)  
[www.pixabay.de](http://www.pixabay.de)  
[www.freepik.com](http://www.freepik.com)  
[stock.adobe.com](http://stock.adobe.com)  
 Stadt Seelze  
 Susann Glemnitz



## Liebe Seelzerinnen und Seelzer, liebe Familien, liebe Kinder, Jugendliche und Eltern,

Ein turbulentes und ungewöhnliches Jahr geht zu Ende und ein unvorhersehbares, kaum planbares beginnt. Wer hätte Anfang 2020 gedacht, dass es für uns nach wenigen Monaten selbstverständlich sein wird, eine Maske zum Einkaufen zu tragen? Und wer kann sich heute vorstellen, wieder völlig unbefangenen Menschen die Hand zu geben oder mit vielen Menschen auf engem Raum zu feiern?

### Gestresste Langeweile?

Vor allem für viele Familien war dieses Jahr mit großen Herausforderungen verbunden. Alle eingespielten Strukturen rund um Jobs, Schule, Kinderbetreuung und Freizeitangeboten standen permanent auf der Kippe – oder waren plötzlich ganz verschwunden.

Und während die einen darunter leiden, dass ihnen sämtliche Beschäftigungsmöglichkeiten und Freizeitangebote weggebrochen sind und sie abgeschottet von sozialen Kontakten mit ihren Sorgen und Ängsten alleine sind, versinken andere im Stress, da sie neben dem Home-Office nun auch noch die Kinder betreuen und zusätzlich die Sorgen um Gesundheit und die berufliche und private Zukunft schultern müssen.

Seelze verfügt über ein umfangreiches Angebot für Kinder, Jugendliche und Familien. Doch auch oder gerade Freizeit-, Kinderbetreuungs-, Beratungs- und Unterstützungsangebote waren genauso von der Pandemie getroffen und mussten zum Teil kreative Wege einschlagen, um weiter für Sie da sein zu können.

Wir haben daher schon im ersten Lockdown alle Kinder der Stadt angeschrieben, um ihnen und ihren Familien mitzuteilen, dass wir in der Stadtverwaltung und all den anderen Organisationen, die sich im Seelzer Netzwerk für Familien zusammengeschlossen haben, weiter für sie da sind! Das hat sich nicht geändert. Und deswegen gibt es jetzt #FiS.

#FiS – Familien in Seelze – ist unser neues Familienmagazin in Seelze! Und unsere Antwort auf Kontaktbeschränkungen während der Pandemie.

### In Zeiten der Pandemie einen neuen Ton anschlagen: #FiS!

#FiS bietet Ihnen von nun an regelmäßig wichtige Informationen zu spannenden Themen und stellt das bunte und vielfältige Angebot vor, das Seelze für Familien bereithält.

In dieser Ausgabe erläutert der Kinder- und Jugendpsychotherapeut Carsten Thiele, was die Pandemie mit unseren Kindern macht – und wie wir ihnen und uns helfen können.

### Es gibt viel zu entdecken.

Wem die Decke auf den Kopf fällt, der findet viele Ideen, was man trotz Kontaktbeschränkungen und Social Distancing in Seelze unternehmen kann: Lernen Sie ihre Stadt z.B. bei einer spannenden Rallye oder sich und Ihre Wohnung bei einer Wohnzimmersafari neu kennen. Lernen Sie viele unserer Angebote kennen, wie das Stillcafé oder die Familien- und Erziehungsberatungstelle. Für größere Kinder und Jugendliche gibt es Schreib- und Fotowettbewerbe und mit Geocaching eine nie endende Schatzsuche.

Und an die Kinder haben wir noch eine besondere Bitte: Lasst uns wissen, wie Ihr Euch Seelze wünscht und Eure Zukunft vorstellt. Wir werden Eure Wünsche ernst nehmen und stellen sie in den Fenstern des neuen Familienservicebüros auf dem Rathausplatz aus. Lassen Sie sich überraschen.

*Kommen Sie gut in das neue Jahr!*

*Edda Apitz*

**Edda Apitz**  
Leitung Familienservicebüro  
der Stadt Seelze

*Stefan Oltsch*

**Stefan Oltsch**  
Leitung Abt. Soziale Betreuung  
der Stadt Seelze



Foto: kupicoo - istockphoto.com

# Sorge Dich nicht, *rede!*

## Kinderpsychotherapeut Carsten Thiele rät zu offenen Gesprächen und Gelassenheit

*Die Corona-Pandemie beschränkt uns in vielen Bereichen unseres alltäglichen Lebens und stellt uns vor viele neue Herausforderungen. Plötzlich sind alle zu Hause. Die Kinder müssen beschäftigt oder unterrichtet werden. Man selbst muss seinen Job ins Home-Office verlegen. Das Einkommen bricht vielleicht weg. Sorgen um Familienmitglieder und Freunde kommen dazu. Und ein Ausgleich in der Freizeit ist nicht möglich.*

*Was macht das alles mit unseren Kindern? Mit unserer Familie? Und mit uns? Das fragte #FiS den Kinder- und Jugendpsychotherapeuten Carsten Thiele von der Kinder- und Jugendhilfeorganisation ChiPa in Garbsen.*

**V**iele Eltern machen sich darüber Gedanken, welche Auswirkungen die Corona-Maßnahmen auf unsere Kinder und die Familie haben könnte. Müssen wir uns Sorgen machen?

Nun, Sorgen sollten wir uns nicht machen. Sorgen machen uns ängstlich und können dazu führen, dass wir nicht mehr rational und angemessen handeln. Dass diese Corona-Maßnahmen mit uns allen etwas machen, ist klar. Aber jeder Mensch – auch jedes Kind – reagiert anders darauf. Also, statt sich zu sorgen, sollten wir uns viel lieber Zeit für unsere Kinder nehmen, mit ihnen sprechen, Nähe und Austausch suchen, und fragen, wie es ihnen geht und was wir für sie tun können. In Krisenzeiten rückt man zusammen, sucht einander. Man will verstehen, wie es dem Anderen geht und wie man sich gegenseitig unterstützen kann. Wenn wir das tun, werden wir alle gut durch diese Krise kommen.

**Wie schnell gewöhnen sich Kinder an die veränderten Hygiene- und Abstands-Regeln? Könnte es zu dazu kommen, dass Kinder den Umgang mit Nähe verlernen?**

Generell sind Kinder deutlich flexibler und anpassungsfähiger als Erwachsene, weil sie in vielen Handlungsfeldern noch nicht so festgelegt sind wie wir. Dennoch gibt es natürlich Unterschiede von Kind zu Kind. Die Erfahrungen aus Schulen und Tageseinrichtungen für Kinder zeigen, dass sich Kinder schnell an diese neuen Verhaltensregeln gewöhnt haben, diese akzeptieren und tolerieren – wenn man ihnen den Sinn und den Grund dafür erklärt. Gleiches gilt für die Nähe. Verlernen werden wir dieses „Bedürfnis und Gefühl“ niemals. Wir alle sind soziale Wesen und damit auf Nähe zu unseren Mitmenschen angewiesen. Dass dies im Moment sehr eingeschränkt ist, lässt bei allen einen Mangel entstehen. Umso wichtiger ist es, Nähe zu suchen, und soweit es die Mög-



lichkeiten zulassen, auch zu geben. Und damit meine ich Nähe in jeglicher Form – also wo möglich Körperkontakt, sonst Telefon, Skypen, eine nette Sprachnachricht, oder so.

**Die Kinder zu Hause zu unterrichten ist häufig ein anstrengender Prozess. Die Eltern müssen motivieren, sich neben dem eigenen Job inhaltlich einbringen und Wissen vermitteln können. Wie kann sich Unterricht zu Hause auf die Eltern-Kind-Beziehung auswirken? Wie können Eltern Ihre Kinder am besten fördern? Was sollte man vermeiden?**

Die Erfahrungen aus dem ersten Lockdown und der langen schulfreien Zeit haben gezeigt, dass häufig neben den angespannten, zum Teil überforderten und gestressten Eltern, auch noch frustrierte Kinder und Jugendliche zu Hause waren, die auch nicht mehr so leben konnten, wie sie leben wollten. Es fehlte Schule, Freunde treffen, unbeschwerte Nachmittage mit vielen Kontakten und so weiter. Dass sich das auf die Eltern-Kind-Beziehungen ausgewirkt hat, ist unumstritten. Das zu Hause sein – das permanente in-Kontakt-sein – kann zu deutlich mehr Stress und auch mal zu mehr Streit führen. Doch das, was in einigen Familien teilweise als „zu viel Nähe und Einge-

engtsein“ empfunden wird, kann auch zu positiven Entwicklungen führen, zu mehr gemeinsamen, echten Erlebnissen, mehr Kommunikation und Begegnung.

**Wie kann ich mein Kind fördern?**

Es kommt auf das Kind an. Grundsätzlich kann ich mein Kind fördern, wenn ich eine tragfähige Beziehung zu meinem Kind habe. Wenn unsere Beziehung verlässlich ist, gegenseitiger Respekt und Wertschätzung da ist, wenn ich wissen will, wie es meinem Kind geht und ich mit ihm gemeinsame Antworten und Wege finde, dann kann genau das die richtige Förderung sein.

Eltern sollten „nicht wertschätzendes Verhalten“ vermeiden: Ich schreie mein Kind nicht an, ich unterstelle ihm keine

Faulheit, ich übe keinen Druck aus – denn Druck erzeugt in der Regel Gegendruck. Und ich laufe nicht beleidigt weg, wenn mir etwas nicht passt. Menschen, und damit natürlich auch Kinder, öffnen sich, wenn ich den ersten Schritt mache. Wenn ich zeige, ich will auch Dich verstehen, ich will, dass unser Verständnis füreinander (noch) besser wird und wir zu gemeinsamen Lösungen kommen, die keinen Gewinner und keinen Verlierer am Ende zurücklässt.

**Kinder bekommen im Alltag mit, dass durch Corona Menschen sterben. Wie kann ich Ängsten und Unsicherheiten meiner Kinder begegnen, bei Sorgen um die eigenen Eltern, Oma und Opa oder Freunde?**

**Bleiben Sie in Kontakt zu ihren Kindern.**

Mit offenen Gesprächen gelassen durch die Krise

Foto: golero - istockphoto.com



Kinder brauchen offene Informationen, um Dinge und Situationen verstehen zu können. Das Thema „Sterben“ ist ständig präsent, wenn täglich aktuelle Zahlen von infizierten und verstorbenen Menschen in den Medien genannt werden. Wahrscheinlich kennen wir alle mittlerweile Menschen, die leicht oder schwerer an diesem Virus erkrankt sind. Dennoch sollten wir uns nicht so sehr von Ängsten und Sorgen leiten lassen. Auch hier gilt: Informationen geben, erklären, das Gespräch suchen. Das Thema offen und kindgerecht anzusprechen ist allemal besser, als zu schweigen, und Sorgen und Ängste zu ignorieren.

#### **Aber wie kann ich ein solches Thema kindgerecht ansprechen?**

Bei Kleinkindern und Kindern im Allgemeinen bieten sich eine Reihe von Kinderbüchern an, die sich mit dem Thema „Sterben von Familienangehörigen“ beschäftigen. Mittlerweile gibt es auch eine ganze Reihe von hervorragenden Büchern zu unterschiedlichen Krankheiten, unter denen Eltern oder Angehörige leiden und die Kindern einen guten Zugang zu diesen Themen ermöglichen. Vielleicht können Sie aber auch mit ihren Kindern altersgerechte Filme oder Informationssendungen zusammen anschauen und danach über das Gesehene sprechen.

#### **Ab welchem Alter sollte ich denn mit Kindern über Corona sprechen? Wie mache ich das am besten?**

Kinder können neue Situationen verstehen, wenn ich sie ernst nehme und ihnen erkläre, warum sich nun unser Alltag zu Hause, in der Schule und in der Gesellschaft verändert hat. Je größer meine Offenheit ist, je mehr ich Probleme ernsthaft und altersgemäß erkläre und je authentischer ich bin, desto mehr wird mein Kind mir zuhören und auch mich verstehen wollen. Deshalb, seien Sie offen, gehen sie das Thema eher aktiv an, als nur zu reagieren oder es ganz zu vermeiden.

#### **Was kann ich tun, wenn ich bemerke, dass mein Kind die Unbeschwertheit und Fröhlichkeit verliert und unter der Pandemie leidet?**

Wenn ich deutliche Veränderungen an meinem Kind wahrnehme – es kann sich nicht konzentrieren, ist immer traurig oder hat zu nichts Lust – dann habe ich die Pflicht zu handeln. Wenn ich feststelle, dass mein Kind seine bisherige Fröhlichkeit verloren hat, dann rede ich mit ihm. Wenn wir die Veränderungen und die Gründe dafür kennen, dann können wir darauf reagieren. Falls mein Kind nicht ausdrücken kann, was es belastet oder wenn Veränderungen andauern oder sich verschlimmern, dann scheuen Sie sich nicht, zu einem Kinderarzt oder einem Kinder- und Jugendpsychotherapeuten zu gehen. Aber bleiben Sie bitte ruhig und besonnen, und bleiben sie in engem Kontakt mit ihrem Kind.

#### **Der Gesichtsausdruck spielt in Gesprächen eine große Rolle – wie nehmen gerade kleinere Kinder im Alltag die Menschen mit Maske wahr?**

Unsere nonverbale Kommunikation – also Blicke, Gesichtsausdruck, Körperhaltung und auch Betonung machen etwa 80 Prozent unserer Kommunikation aus. Insofern wirkt die Maske in jedem Gesicht wie ein Filter. Daher glaube ich, dass kleine Kinder diese Maske ebenso störend erleben wie wir. Aber sie lernen, im Laufe der Zeit auch damit umzugehen. Wir tragen sie ja nicht den ganzen Tag – dass hätte vermutlich in der Tat gravierendere Folgen.



Foto: izusek - istockphoto.com



INFO

### chipa | child & parents gGmbH

Die **child & parents gGmbH** ist ein anerkannter Träger der Jugendhilfe für die Region Hannover und für die Landeshauptstadt Hannover. Zu ihren Tätigkeitsschwerpunkten gehören Hilfen zur Erziehung sowie viele pädagogische und psychologische Dienstleistungen von Fachberatung über Weiterbildungsangeboten bis hin zu Therapieangeboten für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene und deren Eltern. Besondere Schwerpunkte sind spezifische Trainingsformen für Schulklassen und individuelle Einzeltraining von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen sowie die Arbeit mit sogenannten Systemsprengern, also Kindern und Jugendlichen, bei denen die regulären Maßnahmen der Kinder- Jugend- und Familienhilfe nicht funktionieren.



### ***Und wie beeinflusst das Tragen einer Maske die Interaktion zwischen Lehrern und Kindern?***

Es versteht sich von selbst, dass unser Mund-Nase-Schutz unsere Ausdrucksfähigkeit, verändert. Aus diesen Gründen sind viele Schüler und Lehrer verunsichert, wie man unter diesen neuen Umständen erfolgreich gemeinsam unterrichten kann. Es bedarf deshalb von allen Rücksichtnahme und neue Formen des Umganges miteinander.

### ***Haben Sie Tipps, wie Kommunikation trotz Maske gut gelingen kann?***

Lehrer gehen bewusst bei Meldungen auf die einzelnen Schüler zu, um unmittelbarer zu Hören und zu Sehen. Generell ist es wichtig, deutlicher und langsam zu sprechen, weil die Maske nicht nur Mimik und Gestik, sondern auch Betonung und Lautstärke verringert. Grundsätzlich gilt, einander nähertreten, in die Augen schauen und mehr nachfragen, wenn man sich unsicher ist, wie etwas gemeint sein könnte. Das wäre ohnehin auch ohne Maske oft sehr sinnvoll...

### ***Es ist so einfach, Kindern einfach ein Smartphone in die Hand zu drücken oder sie vor dem Fernseher zu parken – und Corona ist eine wunderbare Ausrede. Ist es schlimm, wenn mein Kind auch mal länger vor dem Fernseher sitzt oder am Handy spielt?***

Ich bin kein Aufseher für richtiges Verhalten ich will das keinesfalls verurteilen. Als ein Fachmann für Kinder- und Jugendpsychotherapie bin ich neben vielen

Fachleuten jedoch der Auffassung, dass unser Medienkonsum viel zu hoch ist. Alle Studien und Befunde, die ich mir diesbezüglich näher angesehen habe, verdeutlichen eher negative Auswirkungen auf kindliche Entwicklung als positive.

Deshalb: Motivieren Sie Ihre Kinder und Jugendlichen lieber zu mehr Sport und Bewegung, mehr draußen-sein, mehr Lesen, mehr Kontakt und Gespräche sofern sie möglich sind. Hier können die Handys sogar helfen. All das ist aus meiner Sicht wirksamer, gewinnbringender, zielführender und vielfältig entwicklungs-fördernd. Schaffen Sie sich als Familie bewusst medienfreie Zeiten in denen Sie etwas zusammen unternehmen.

### ***Viele Eltern fühlen sich ausgelaugt und überlastet: Was kann ich tun, wenn ich als Mutter oder Vater mal eine Auszeit brauche?***

Eine ganz wichtige Frage! Nur, wenn es mir gut geht, kann es auch meinen Kindern gut gehen. Wir alle haben Grenzen, Sie und ich, und deshalb ist es wichtig

zu erkennen, wann ich diese Grenze der Belastung erreicht habe. Je früher ich das feststelle, umso gelassener und überlegter kann ich noch nach Alternativen und Spannungsmomenten suchen. Haben wir die Grenzen bereits überschritten, handeln wir häufig nicht mehr angemessen. Deshalb achten Sie auf sich, suchen sie Auszeiten, suchen sie Aktivitäten oder einfach nur „Momente des Glücks“.

### ***Aber wie schafft man in Überlastungssituationen, in denen man sich schwer aus dem Weg gehen kann, ruhig zu bleiben?***

Grundsätzlich gilt, dass ich als Mensch lerne, meine Grenzen wahrzunehmen und zu erkennen, und das frühzeitig. Bevor ich in die Gefahr komme, mich emotional nicht mehr im Griff zu haben, ist es immer besser, den „Rückzug“ anzutreten. Dann gehe ich in ein anderes Zimmer, oder in mein Zimmer und versuche mich erst einmal zu sammeln. Mit etwas Abstand sieht man die Dinge oft nüchterner und klarer.

**Nur, wenn es mir gut geht, kann es auch meinen Kindern gut gehen.**

Grenzen erkennen - Auszeiten gönnen!



Foto: fizkes - istockphoto.com

### **Wie kann ich meine Belastungsgrenzen selbst frühzeitig erkennen?**

Belastungsgrenzen bzw. Anzeichen davon können sein, ich grüble stundenlang über Dinge nach, komme nicht mehr in den Schlaf, habe Einschlaf- oder Durchschlafprobleme, fühle mich matt und geistig nicht mehr frisch, bin sehr schnell gereizt, habe Aufmerksamkeitsdefizite, Kopfschmerzen, bin häufig krank, niedergeschlagen und depressiv... all das können Belastungskennzeichen sein, einzeln für sich oder in Kombination. Wenn ich selbst oder mein Umfeld, dass mich gut kennt, gravierende Veränderungen in meiner Haltung, meinem Verhalten aber auch meiner körperlichen Fitness wahrnehmen, kann das ein Indikator für eine Zunahme an Belastungen in meinem Leben sein. Dann ist Handeln und Hinschauen angesagt und keine Mentalität „Augen zu und durch“.

Wenn unsere Ressourcen erschöpft sind, können wir nicht mehr adäquat reagieren und steuern; und deshalb ist es umso wichtiger persönlich darauf zu achten, eigene Grenzen zu erkennen und einer Überlastung vorzubeugen. Wir sind in allem, was wir tun, direkte oder indirekte Vorbilder für unsere Kinder.

*Das Interview führten Edda Apitz und Stefan Oltsch von der Stadt Seelze.*



ZUR PERSON

## Carsten Thiele

- Kinder- und Jugendpsychotherapeut
- zertifizierter Coach (IACC)
- Studium Pädagogik und Psychologie
- Betriebswirt
- Theologe
- Lehrbeauftragter BWL (Hochschule Hannover)

Carsten Thiele stammt aus dem Ostalbkreis in Baden-Württemberg; nach dem Abitur, dem Grundwehrdienst und einem freiwilligen sozialen Jahr hat er in der Folge diverse Studiengänge absolviert. Er ist geschieden und Vater von drei Kindern. 2010 hat er die child & parents gGmbH gegründet, 2017 die Personal- und Organisationsberatung CoachMaster mit dem Schwerpunkt Führungskräfte-Coaching. Er ist begeisterter Leser, Hobbysportler, viel in der Natur und interessiert an Wissenschaft, Politik und Lehre.



# Hallo Baby!

## Willkommensbesuche für Neugeborene

Seelze heißt neue Erdenbürger gern willkommen. Bisher ist dafür Marita Lilienthal vom Familienservicebüro der Stadt nach Terminabsprache bei frischgebackenen Eltern zu einem Willkommensbesuch vorbeigekommen. Besuche sind derzeit aber leider nicht mehr möglich. Dennoch lassen wir es uns in Zeiten von Corona nicht nehmen, frisch gebackene Eltern mit ihrem Baby zu begrüßen.

Alle Eltern bekommen in den ersten Lebensmonaten ihres Kindes nun ein Willkommenspäckchen mit der Post. Darin finden sie ein Glückwunschsreiben des Bürgermeisters und viele wichtigen Informationen rund um die erste Zeit mit dem Kind und rund um all die Angebote, die Seelze für junge Familien zu bieten hat. Für das Kind gibt es zudem noch ein selbstgestrickte Mützchen oder Schühchen.

Da wir Eltern gerade nicht treffen können, bieten wir jungen Familien mittwochs von 10 - 12 Uhr und donnerstags von 14 - 16 Uhr zudem eine spezielle Sprechstunde an. Gern steht Marita Lilienthal Ihnen telefonisch oder per Videokonferenz zur Verfügung, um ihre speziellen Bedürfnisse und Wünsche zu erfahren und Sie zu Angeboten und Möglichkeiten mit Säuglingen in Seelze zu beraten. Wir nehmen uns Zeit für Sie und Ihr Neugeborenes und haben ein offenes Ohr für Ihre Wünsche. Bei Bedarf unterstützen wir Sie gern auch weitergehend.

Manches geht nur persönlich? Wenn Sie uns gern persönlich treffen wollen, bieten wir auch einen gemeinsamen Spaziergang mit Ihnen und Ihrem Baby an. Ein persönliches Gespräch kann auch irgendwo im Freien, im Garten oder auf einem Spielplatz stattfinden. Mit den geltenden Hygiene- und Abstandsregeln schützen wir so Sie und Ihr Baby – und Sie bekommen die Informationen für einen optimalen Start Ihres Kindes in Seelze.



### ZUR PERSON

**Marita Lilienthal** ist Sozialpädagogin und Systemische Therapeutin arbeitet neben der Familienberatung auch in der betrieblichem Mitarbeiterberatung u.a. zu Stress und Burn-Out und leitet einen Tierschutzverein zur Hunderrettung und -vermittlung.

Telefon 0176 / 18280374  
marita.lilienthal@stadt-seelze.de

### INFO

## Gut bemützt!

### Der Verein Nachbarschaft-aktiv-Letter strickt für Seelzer Babys

Seit acht Jahren gibt es (mit kurzen Unterbrechungen) die Willkommensbesuche für Neugeborene in Seelze. Dabei will die Stadt nicht nur auf Angebote für junge Eltern hinweisen und ins Gespräch mit Familien kommen – es gibt stets auch ein kleines Willkommensgeschenk für das Kind: Eine Seelzer Babymütze.

Und die ist seit 2020 ein echtes Unikat. Denn seit diesem Jahr strickt der Verein Nachbarschaft-aktiv-Letter e.V. Mützen und auch Baby-Söckchen für das Familienservicebüro – und damit für die Seelzer Babys.

„Wir freuen uns, die Mützchen nun in Seelze erwerben zu können und danken Nachbarschaft-aktiv-Letter für die gute Kooperation“, so Edda Apitz vom Familienservicebüro. Der Erlös, den der Verein durch das ehrenamtliche Engagement ‚zusammenstrickt‘, geht an soziale Projekte in Seelze – eine Win-Win-Win-Situation!

Nicht nur die Babys sind begeistert. Das Familienservicebüro hat schon viele positive Rückmeldungen für die schönen Mützen und Söckchen bekommen.



# Baby's erste Jahre

## Seelzes virtuelles Stillcafé

*Das Stillcafé der Stadt Seelze unterstützt Mütter dabei, ihren eigenen Weg mit ihrem Baby zu finden, wie immer der auch aussehen mag.*

Susann Glemnitz ist Mitarbeiterin im Familienservice der Stadt Seelze – und unterstützt junge Eltern in allen Fragen rund ums Baby – von der Still- und Beikostberatung über Tragehilfen, Babymassage, bis zu Schlafcoaching und vielem mehr. Seit 2017 leitet Sie das Seelzer Stillcafé.

Um am Stillcafé teilzunehmen, ist es nicht wichtig, ob man stillt. Jede Mutter ist mit ihrem Kind willkommen und findet hier einen geschützten Raum um sich auszutauschen und Kontakte zu anderen Müttern zu finden.

Eigentlich treffen sich Mütter zum Stillcafé immer montags, 9:00 Uhr-11:00 Uhr, und donnerstags, 10:15 Uhr -12:15 Uhr im alten Krug zu einen offenen Austausch. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wir wissen aus eigener Erfahrung: Mit Babys lässt sich nicht immer alles planen.

Wegen der Corona- Pandemie ist der gewohnte persönliche Austausch leider derzeit nicht mehr möglich – deshalb treffen die Mütter und Kinder sich nun online. Offen für alle Fragen und Anliegen und mit kreativen Ideen für den Alltag und wichtigen Tipps rund um Baby und Kleinkind begleitet Susann Glemnitz Euch auch weiterhin.

### TERMINE

#### montags, 10 Uhr

Ganz entspannt von Zuhause aus für Babys bis 6 Monate. Es gibt Wissenswertes über das Handling mit einem Säugling und Informationen zur Entwicklung.

#### mittwochs 10 Uhr + 20 Uhr

hier ist jede Mutter eingeladen um mit anderen in Kontakt zu kommen. Im Wechsel wird um 10 Uhr oder um 20 Uhr ein Thema vorgeschlagen wie zB. Beikost, sichere Schlafumgebung, Tragehilfen ABC, Kommunikation mit dem Kleinkind... Wünsche können jederzeit geäußert werden!

Wenn auch Du gerne dabei sein möchtest, schreib einfach eine E-Mail: [susann.glemnitz@stadt-seelze.de](mailto:susann.glemnitz@stadt-seelze.de).



### ZUR PERSON

Susann Glemnitz ist Medizinische Fachangestellte, zertifizierte Still- und Trageberaterin, Mutter von zwei Kindern und in Seelze mit Mann, Hund und Katz daheim. Für den Familienservice der Stadt Seelze organisiert sie Veranstaltungen für junge Familien und berät zu Beikost, Babymassage, Schlafcoaching, Stoffwindeln, Kindergebärden und vielem mehr.

# Lesen im Lockdown

## Die Stadtbibliothek per Telefon und online nutzen

Während des Lockdowns ist die Bibliothek leider geschlossen. Bücher bekommt man trotzdem!

Wer schon einen Bibliotheksausweis hat, kann sich telefonisch oder per E-Mail Medien bestellen und kontaktlos abholen.



<https://www.bibkataloge.de/seelze/webopac/start.aspx>

Wer noch keinen Bibliotheksausweis hat, kann sich während der Schließzeit nur für die Onleihe – der Seelzer Online-Bibliothek – einen kostenlosen Bibliotheksausweis erstellen lassen. Auf [www.onleihe-niedersachsen.de](http://www.onleihe-niedersachsen.de) gibt es auch viele tolle Bücher und Hörbücher für Erwachsene und Kinder!



[https://www.onleihe.de/nbib24/frontend/welcome\\_51-0-0-100-0-0-1-0-0-0.html](https://www.onleihe.de/nbib24/frontend/welcome_51-0-0-100-0-0-1-0-0-0.html)

**Wusstet ihr schon, dass...**

... für Kinder ab 6 Jahren die Ausleihe kostenfrei ist?

... wir nahezu alle Tonies für eure Toniebox haben?

... ihr bei uns auch ganz viele Tiptoi-Bücher und Spiele ausleihen könnt?

### KONTAKT

**Stadtbibliothek Seelze**  
Goethestr. 1 | 30926 Seelze  
stadtbibliothek.seelze@htp-tel.de  
05137/94559  
Instagram: @stadtbibliothek.seelze

## Tolle Bücher

### Empfehlungen Eurer Stadtbibliothek



**Nastja Holtfreter:**

**Hilf schnell mit, mach Giraffe wieder fit!**

Ein Mitmachbuch für kleine Arzthelfer: Die Giraffe ist krank und braucht die Hilfe der Kinder um wieder gesund zu werden! Zusammen mit Dr. Ele wird die Giraffe untersucht und geheilt. Magellan, 2020 | Pappbilderbuch | 8 S. | ab 2 Jahre

**Julia Boehme:**

**Das kleine Muffelmonster: Viel Wirbel im Klassenzimmer**

Moritz kommt in die Schule. Das kleine Muffelmonster will mit und versteckt sich in Moritz' Ranzen. Im Klassenzimmer macht das Muffelmonster dann lauter Unfug.

Arena, 2020. | 35 S. | für Erstleser



**Julia Dürr:**

**Wo kommt unser Essen her?**

Dieses Sachbilderbuch zeigt die verschiedenen Wege der Lebensmittel, die auf unserem Tisch landen. Wie entsteht das Brot in der Backstube? Wie und wo wachsen Obst und Gemüse? Und was hat das alles mit dem Klima zu tun?

Beltz & Gelberg, 2020. | 35 S. | Ab 6 Jahre

**Dawn Isaac:**

**Das Indoor-Kreativbuch: 101 Ideen und Projekte für drinnen**

Nie mehr Langeweile zu Hause! Wie wär's mit einem Hindernis-Parcour, einem Zimmercamp oder einem explodierenden Vulkan? Oder aber einem Projekt, das keine Unordnung hinterlässt? In diesem Buch findest du 101 spannende Ideen für drinnen, die jeden Regentag in ein spaßiges Erlebnis verwandeln.

Coppenrath, 2016. | 222 S. | (Im Buchhandel nicht mehr erhältlich, aber ausleihbar in der Bibliothek.)



**Nicole Weiß:**

**Familie Hyggelig: Ordnung und Gemütlichkeit im Familienalltag**

Ein gemütliches Zuhause und ein entspanntes Familienleben sind gerade jetzt besonders wichtig. Das Buch gibt Ideen für neue Routinen im Familienalltag und tolle Tipps für mehr Ordnung in den eigenen vier Wänden.

Humboldt, 2019. | 232 S.



**KONTAKT**

Heilpädagogische Praxis Kathrin Block  
 Blumenauerstr. 22 | 31515 Wunstorf  
 Telefon: 05031 9779 839  
 Mobil: 0177 78 26 596  
 E-Mail: Block-Kathrin@gmx.de  
 HeilpaedagogischePraxis.Block@gmx.de

# Im Dialog beraten.

## Heilpädagogische Praxis Kathrin Block

*Die Heilpädagogische Praxis von Kathrin Block in der Region Hannover und Umland ist eine Antwort auf die veränderten Lebens- und Arbeitsbedingungen von Familien, ErzieherInnen, KindertagesstättenleiterInnen, LehrerInnen und BetreuerInnen.*

Unsere Gesellschaft strebt nach Inklusion und der Integration von Kindern mit und ohne Behinderung. Um den Weg dahin zu gewährleisten, bedarf es einer ganzheitlichen Pädagogik, deren Aufgabe es ist, interdisziplinär - also berufsübergreifend - zu agieren.

Unser Konzept ist es, Eltern, Angehörige, ErzieherInnen und BetreuerInnen im Dialog zu beraten und dann mit ihren Kindern heilpädagogische Wege einzuschlagen und sie durch gezielte Förderung in ihrer gesamten Entwicklung zu begleiten.

Die Schwerpunkte der liegen in der Fachberatung, Frühförderung, Heilpädagogischen Diagnostik, Heilpädagogischen Spieltherapie sowie der Heilpädagogischen Familienhilfe. Denn so ist eine bestmögliche prozessorientierte Beratung, Begleitung und Förderung möglich.



## Jugendpflege goes YouTube

### Blaues Haus startet mit Bastel-Tutorials

*Das Jugendbildungshaus in Letter ist wegen Corona leider geschlossen und im Jugendzentrum Seelze ist das Angebot stark eingeschränkt. Doch das Team Jugend lässt die Kinder und Jugendlichen nicht allein!*

Mit Kamera, Stativ, und vielen kreativen Ideen wurde ein Video Kanal eingerichtet, damit bei den JugendpflegerInnen und den Kindern keine Langeweile aufkommt und der Kontakt nicht abreißt.

Ab sofort präsentiert das Team kleine Videos aus dem „Blauen Haus“, gefüllt mit Vorschlägen und Tipps für Basteleien, Fitness, Kochen, Backen, Musik machen, und vieles mehr...

„Wir lassen unsere Köpfe für Euch rauchen, denn es geht um die Frage, was für Euch interessant, abwechslungsreich und eben Anti-Corona-Blues-Medizin ist ... schaut vorbei und lasst euch überraschen!“, so das Team.

Der Kanal wird ständig aktualisiert mit neuen Videos und Infos rund um die Jugendarbeit in Seelze.

**LINK**

Die Videos sind hier zu finden:



<https://seelze.de/lebenswert/freizeit-sport/team-jugend/videokanal>

Von dort kann man den YouTube-Kanal Blaues Haus auch abonnieren.

# Gegen

# Langeweile im Lockdown

## Gewürfelte Geschichten Ein Schreibwettbewerb

Motive auf neun Würfeln bilden den Ausgangspunkt für den Schreibwettbewerb für Jugendliche in Seelze. Jeder kann Geschichten erzählen. Manchmal braucht man nur die richtige Inspiration. Dafür sorgt das Team Jugend der Stadt Seelze mit seinen Geschichtenwürfeln.

Jetzt seid Ihr dran: Erzählt uns eine Geschichte zu den Bildern auf den Würfeln. Du bist zwischen 10 und 16, aus Seelze und hast Fantasie? Dann schreib mit! Beginnt mit dem Bild, das euch als Erstes ins Auge springt. Fangt an mit: „Als alles anfing...“ und erzähle (D)eine Geschichte.

Nimm drei Bilder für den Beginn, drei für den Mittelteil und drei für das Ende. Wichtig ist, dass alle Bilder der Würfel in der Geschichte vorkommen. Deine Kurzgeschichte darf drei Seiten (ungefähr 1500 Wörter) lang sein. Die fertige Geschichte schickst Du bis Sonntag, 24.01.2021, per E-Mail an [sven.schuermann@stadt-seelze.de](mailto:sven.schuermann@stadt-seelze.de) oder per Brief an Sven Schürmann, Schreibwettbewerb, Rathausplatz 1, 30926 Seelze. Bitte gib Deinen Namen, Dein Alter und Deine Adresse oder Telefonnummer an. (Die Daten werden nur für die Information der Gewinner genutzt und nach Ende des Schreibwettbewerbs gelöscht.)

Eine Jury der städtischen Jugendpflege und der Stadtbibliothek wird die besten Geschichten belohnen. Bewertet werden die Geschichten in den Altersgruppen 10-12 und 13-16 Jahre. Die drei gelungensten Geschichten pro Altersgruppe gewinnen einem Büchergutschein.



## Weihnachtslied Memory

Wählen Sie mit Ihren Kindern zu Hause aus einer Weihnachts-CD oder auch bei youtube ein Weihnachtslied aus. Hören Sie es sich gemeinsam ein paarmal an und singen Sie mit.

Nach mehrmaligem Anhören, lassen Sie das Lied noch einmal beginnen, schalten dann aber den Ton aus und singen allein weiter. Schalten Sie den Ton nach eine Weile wieder an.

Sind sie mit dem eigenen Singen an der gleiche Stelle, wie die CD? Schaffen Sie ganze Strophen fehlerfrei und gleichmäßig zu singen? Das macht nicht nur Spaß sondern schult auch das Gehör, das Vorstellungsvermögen und die Konzentration!

Eine Idee der Integrativen Kunst- und Musikschule Deister, [www.ikm-online.net/](http://www.ikm-online.net/)

Foto: lmgorthand - istockphoto.com



# Backideen

## aus dem Seelzer Stillcafé



### Banänenbrot backen

Wisst ihr, was das gute an richtig reifen Bananen ist? Man kann prima Brot draus backen! Unser Bananenbrot schmeckt hier groß und klein, es ist schnell gemacht und die Zutaten sind überschaubar.

Ich matsche mit einer Gabel **500g wirklich sehr Reife Bananen** platt, vermische sie mit **125g Mehl (Vollkorn, Dinkel.... das was gerade da ist)**, **100ml Sonnenblumenöl**, **75 Gramm Haferflocken**, **1 Prise Salz**, **50 Gramm Nüsse** (je nach Alter der Kinder gehackt oder gemahlen) und **100 Gramm klein geschnittene Datteln** (alternativ Rosinen, getrocknete Aprikosen...).

Das alles kommt in eine Kastenform und wandert für 30-40 Minuten bei 180 Grad in den Backofen. Beim Rausholen ist es noch sehr weich, es wird aber fester wenn es kalt ist und dann kann man es gut schneiden.



### Müslisticks backen

Ihr braucht eigentlich nur Haferflocken und einen Pflanzendrink oder Orangensaft.

Ihr nehmt **3 EL Haferflocken** und **3EL Drink/Soft** und vermischt es gut, bis es etwas zäh wird. Optional kann man noch ein paar **Chiasamen** und für die süße **eine Dattel** klein schneiden und untermischen.

Dann alles auf ein Backpapier glatt streichen und bei 160 Grad für 10 Minuten in den Ofen schieben.

Dann die Masse einmal wenden und nochmal 10 Minuten backen. Solange es noch etwas warm ist, in Sticks schneiden und schon seid ihr fertig!

Für größere Kinder kann man auch gut Backkakao oder Schokotropfen untermischen, der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Haltbarkeit bei uns übrigens: 30 Sekunden



### Frühstückskekse backen

Zutaten:

- 100g Haferflocken
- 80g geröstete Haselnüsse
- 20g Chia- oder Leinsamen
- 2EL Backkakao
- 1TL Backpulver
- 1 Prise Salz
- 100g weiche Datteln (entsteint)
- 2 reife Bananen
- 60g Mandelmus
- 150ml heißes Wasser

Alles zerkleinern, mischen und mit einem Löffel den Teig aufs Backblech tun. Bei 180°C ca. 10-15 Min. backen.

LINK

Mehr Spiel- und Bastelideen aus dem Seelzer Stillcafé gibt es unter



<https://www.seelze.de/wissenswert/auch-das-noch/corona/gegen-langeweile/susann-glemnitz>



# Wohnzimmer Safari



**Zielgruppe:**  
Kinder bis 5 Jahre  
und Erwachsene



**Zeit:**  
15 - 25 Minuten



**Benötigte Materialien:**  
Decke, Putzlappen oder  
Tuch, Tisch und Stühle

## Eine Spiel- und Bewegungs-idee für Kinder, Eltern und Großeltern

Kinder spielen und bewegen sich gerne. Das macht gemeinsam mit Eltern, Geschwistern oder anderen Bezugspersonen besonders viel Spaß! Tägliche Bewegung drinnen oder draußen macht außerdem stark, gesund und klug! Je mehr ein Kind sich bewegt, desto besser verläuft seine gesamte Entwicklung. Schon die Kleinsten entdecken neugierig ihre Umgebung und ihre körperlichen Fähigkeiten. Sie finden es spannend, auf das Sofa zu klettern und sind stolz, wenn sie es schaffen.

Dieses Plakat bietet verschiedene Ideen für tägliche Bewegung im Wohnzimmer. Bei schlechtem Wetter hilft es zu Hause auch gegen Langeweile. Hierfür reichen eine Decke, ein Tuch, ein Tisch und ein paar Stühle. Schon kann die Reise durch den Dschungel beginnen.

Viel Spaß auf der Safari im Wohnzimmer!  
Das Team von 3F – Fit for Family



# 2

## BOOT PUTZEN

Nach der langen Fahrt müssen wir das Boot putzen! Nehmt euch dazu einen Putzlappen oder ein Tuch. Putzt das Boot mit den Händen oder Füßen.



# 1

## BOOTSFAHRT IN DEN DSCHUNGEL

Heute gehen wir auf Safari in Afrika! Zuerst fahren wir mit dem Boot in den gefährlichen Dschungel hinein! Setzt euch auf eine Decke und haltet euch gut fest. Jetzt kann der Kapitän losfahren!



# 8

## MIT DEN AFFEN SPIELEN

Ein paar Affen wollen mit uns spielen. Sie ziehen an der Hängematte, haltet sie gut fest! Wie stark seid ihr?



# Safari

Wohnzimmer

# 9

## PURZELBAUM

Lasst uns wie die Affen eine Rolle vorwärts machen! Legt euch auf ein Sofa. Setzt Hände und Kopf auf den Boden. Zieht euer Kinn zur Brust, macht euch ganz klein und rund. Dann lasst euch vorsichtig auf den Boden rollen. Das macht Spaß!



# 7



## HÄNGEMATTE

Wir machen eine Pause! Hängt dazu eine Hängematte zwischen 2 Bäume. Legt euch in die Hängematte und lasst euch sanft schwingen. Das tut gut!

# 10

## WILDE PFERDE REITEN

Am Ende des Dschungels treffen wir auf wilde Pferde. Reitet mit ihnen durch die weite Graslandschaft und haltet die Zügel gut fest!



# 11

## BERGBESTEIGUNG

Auf einmal stehen wir vor dem höchsten Berg Afrikas! Haltet euch gut an den Händen des Bergführers fest und klettert den Berg hinauf.







# 3

## AUF SCHMALEN WEGEN

Im Dschungel entdecken wir viele schmale Wege! Geht auf den Wegen vorwärts, rückwärts oder seitwärts. Los geht das Abenteuer!



# 4

## ÜBER DEN BREITEN FLUSS

Plötzlich stehen wir vor einem breiten Fluss! Geht, krabbelt oder hüpf von Stein zu Stein. So bleiben eure Füße trocken!



# 5

## ZUM UFER SCHWIMMEN



Auf einmal enden die Steine! Schwimmt nun das letzte Stück bis zum anderen Ufer. Das schafft ihr!



# 13

## ELEFANTEN KOMMEN ZU BESUCH



eine Decke  
hängematte hinein  
ut gut!

# 6

## VORSICHT SCHLANGEN!

Wir gehen zu Fuß weiter. Seid vorsichtig und tretet auf keine Schlange! Springt auf einem oder beiden Beinen über die Schlangen hinweg.

Am See sehen wir plötzlich Elefanten! Reitet auf ihrem Rücken. Ihr könnt auch unter ihnen hindurch kriechen. Das ist toll!

# 12

## SPRUNG INS KÜHLE NASS

Vor uns liegt nun ein großer See! Springt einfach in den See hinein. Das ist eine schöne Erfrischung!

# 14

## HEIMFLUG

Es wird dunkel und unser Safari-Abenteuer ist zu Ende! Nehmt für die Heimreise das Flugzeug. Kommt gut nach Hause und bis zum nächsten Mal!





## 3F – Fit for Family

Das Gemeinschaftsprojekt der Niedersächsischen Kinderturnstiftung und der Kaufmännischen Krankenkasse KKH unterstützt mithilfe von Bewegungsmaterialien Familien bei einer gesunden und bewegungsreichen Lebensweise. Unser Ziel ist es, die Bewegungsfreude von Familien zu stärken, sodass Kinder gesund und fit aufwachsen können.

**Macht mit und bleibt fit!**

[www.3f-fitforfamily.de](http://www.3f-fitforfamily.de)

Tel.: (0511) 980 97-55

# Wir gestalten bewegte Kinderwelten!

### Findet die Geheimzahl!

Schaut euch die Rückseite von diesem Plakat genau an. Unser 3F-Hund Funny hat sich dort versteckt. Zählt nur die Hunde mit einem blauen Hut. Die Zahl ist der geheime Zugang zur Schatztruhe! Unter [3f-fitforfamily.de/schatz](http://3f-fitforfamily.de/schatz) könnt ihr die Schatztruhe öffnen. Viel Spaß dabei!



### Nutz die Online-Angebote!

Die Wohnzimmer-Safari könnt ihr auch in zwei Varianten online erleben.

**Online-Version:**

[safari.3f-fitforfamily.de](http://safari.3f-fitforfamily.de)

**Mitmach-Videos:**

[3f-fitforfamily.de/mitmach-videos](http://3f-fitforfamily.de/mitmach-videos)

3F – Fit for Family ist ein Gemeinschaftsprojekt von

NIEDERSÄCHSISCHE  
KINDERTURN  
STIFTUNG 



**KKH** Kaufmännische  
Krankenkasse

Das Konzept der Wohnzimmer-Safari wurde entwickelt von der Dr. Becker Klinikgruppe und Heiko Schwerin.

# Spiel- und Bastelideen aus dem Seelzer Stillcafé



## Fingerfarbe herstellen

Fingerfarbe, ganz simpel und ungiftig!

Wir haben **50 Gramm Mehl mit 150 ml Wasser** gemischt und leicht aufgekocht. Wenn die gewünschte Konsistenz erreicht ist vom Herd nehmen und in 3 Portionen aufteilen.

Etwas abkühlen lassen und **Lebensmittelfarbe** einrühren. Schon ist sie fertig, unsere Fingerfarbe.

Damit können selbst die kleinen schon malen und es macht nichts wenn der bunte Finger mal im Mund landet.

## Knetseife herstellen

Händewaschen ist immer wieder Thema – aber man kann es den Kindern etwas schmackhafter machen: Wir haben Knetseife hergestellt und das ist denkbar einfach.

Man benötigt eigentlich nur 3 Zutaten:  
**Öl (Kokosöl, Mandelöl oder was immer gerade da ist),  
Duschgel oder Handseife und Stärke.**

Ihr mischt zuerst 1 EL Öl mit 2EL Duschgel zu einer homogenen Masse. Dann kommt nach und nach die Stärke dazu bis ihr die gewünschte Konsistenz von Knete habt, bei uns waren es 4 EL. Und fertig ist die Knetseife.

Optional könnt ihr die Seife noch etwas mit Lebensmittelfarbe oder essbarem Glitzer aufpeppen!

Wir lagern die Knete in einer kleinen Schale und die Kinder nehmen sich bei Bedarf einfach ein Stück raus.



## Lippenpflegestift herstellen

Lippenpflegestifte sind wirklich einfach selbst zu machen und man weiß genau was drin ist.

Das Grundrezept besteht nur aus 3 Zutaten: **10 Gramm Sheabutter, 20 Gramm Mandelöl und 8 Gramm Bienenwachs.**

Das alles kommt zusammen in ein Becherglas oder eine kleine Schale und wird langsam im Wasserbad eingeschmolzen.

Wenn man mag, kann man jetzt noch alles etwas pimpen, z.B. mit etwas Farbe. Da der Lippenbalsam aus einer reinen Fettphase besteht, kann ein **rotes Pigment** gewählt werden. Flüssige Lebensmittelfarbe geht leider nicht, die Phasen trennen sich! Oder ein bisschen **essbares Glitzer** für den Schimmer (gibt es in der Backabteilung).

Wenn alles etwas abgekühlt aber noch flüssig ist, kommt der Duft, z.B. Erdbeere. Es duftet herrlich nach Sommer und Sonne.

Anschließend in leere Hülsen füllen und aushärten lassen. Wenn man keine Duft und kein Pigment zur Hand hat, kann man auch ein wenig Backkakao verwenden. Das gibt ne leckere Schokoschnute. Das Grundrezept ist völlig ungiftig, trotzdem nicht zum Essen geeignet und nicht für kleine Kinder.



# DISCOVER Seelze City Rallye

*Langeweile, nein Danke. In Seelze gibt es so viel Spannendes zu entdecken. Die Auszubildenden im Rathaus, Nigar Günes und Patrick Sauer haben eine spannende Rallye quer durch Seelze und Seelze Süd entwickelt. Für Dich allein – oder für die ganze Familie.*

Die Rallye folgt einer Rundtour. Ihr könnt einsteigen, wo Ihr wollt – und die Rallye auch in mehreren Etappen absolvieren.

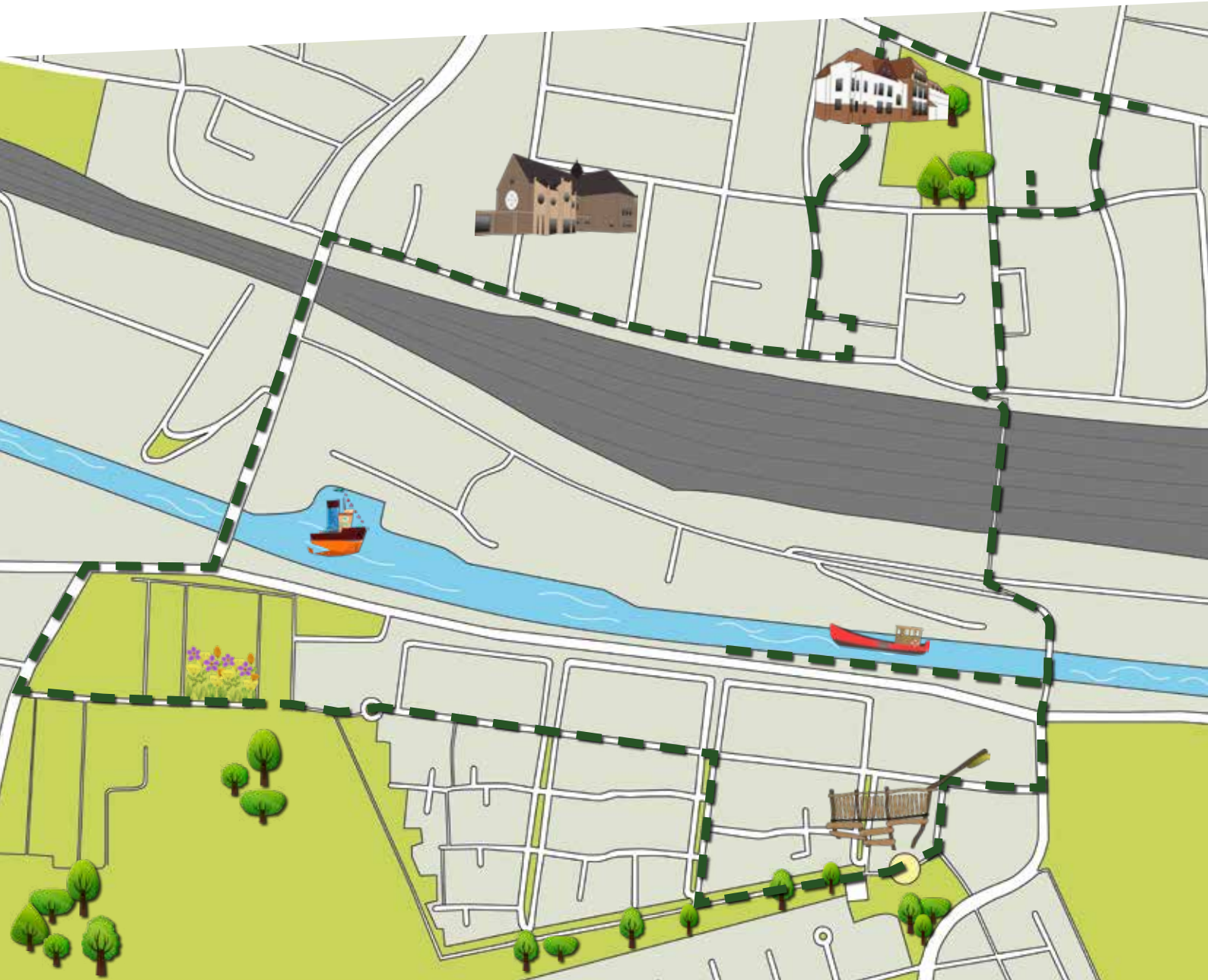
Könnt Ihr alle Fragen beantworten? Schickt uns gern eine Rückmeldung ins Rathaus oder an [edda.apitz@stadt-seelze.de](mailto:edda.apitz@stadt-seelze.de), wie es Euch gefallen hat. Dort

bekommt Ihr auch alle Lösungen, wenn Ihr mögt.

Noch eine Bitte: Passt unterwegs bitte auf Euch auf und haltet Euch an alle Verkehrsregeln und beachtet andere Verkehrsteilnehmerinnen und -teilnehmer.

Und achtet natürlich zusätzlich auf die Abstands- und Hygieneregeln.

Wir wünschen Euch viel Spaß!





Du kannst diese Rallye irgendwo auf dem Rundgang beginnen. Suche Dir einfach die nächste Frage in Deiner Nähe und starte von dort.

Wir beginnen auf dem Rathausplatz: Schau Dir das Rathaus genau an. Auf dem Rathausfoto hier haben wir 5 Dinge verändert.

Markiere die 5 „Fehler“ auf dem Foto.

Auf dem Rathausplatz findest Du drei Personen, die sich unterhalten. Wenn Du Dich da genau umsiehst, findest Du raus, was sie machen.

Die drei führen...

- ... eine Diskussion
- ... einen Dialog
- ... einen Streit

Gehe nun die Hannoversche Straße mit dem Rathaus im Rücken nach rechts. Nach dem Friedhof kommst Du an zwei Geschäften vorbei, die beide eine Uhr im Logo haben.

Wie spät ist es auf diesen Uhren?

\_\_\_\_\_ : \_\_\_\_\_ Uhr

Jetzt kommst Du zu diesen Häusern.



Aber etwas stimmt nicht.

Welche Farbe haben die pinken Flächen tatsächlich?

Weiter auf der Hannoverschen Straße kommst Du an einem der neuesten Mehrfamilienhäuser Seelzes vorbei.

Welcher Organisation (mit drei Buchstaben) gehört dieses Haus?

\_\_\_\_\_ -Hannover

Vor dem Haus steht ein Denkmal.

Für wen wurde dieses Denkmal errichtet?

- Michel von Lönneberga
- Hans Michael Elias von Obentraut
- Michael Jackson

Der Mensch, für den das Denkmal errichtet wurde, ist – der Legende nach – so überstürzt in die Schlacht geritten, dass er wichtige Teile seiner Rüstung vergessen hat. Welche?

- Hemd und Hose
- Brustpanzer und Schwert
- Helm und Stiefel

Vom Denkmal geht ein Stück zurück und dann die Bethovenstr. in Richtung Bahnhof. Die Haustür des Hauses mit der Nummer 4 ist überdacht.

Welche Farbe haben die Stangen dieser Überdachung?

\_\_\_\_\_

Wenn Du das Haus mit den schönen blauen Balkonen erreichst, biegst Du rechts ab. Dort erreichst Du dann einen Spielplatz.

Wie viele Mülleimer findest Du auf diesem Spielplatz?

\_\_\_\_\_ Mülleimer

Gehe zu diesem Klettergerüst. Hänge Dich an die blauen Stangen und lasse die Zeit stoppen. Wir haben 20 Sekunden ausgehalten. Schaffst Du es länger?

Wie lange kannst Du an den blauen Stangen hängen?

\_\_\_\_\_ Sekunden

In der Döteberger Str. stehen an beiden Seiten Bäume. Zähle die Bäume auf der rechten Seite zwischen der Heimstättenstraße und der Kantstraße.

Wie viele Bäume sind es?

\_\_\_\_\_ Bäume

Vor einem Haus stehen zwei Eulen (zumindest standen Sie da, als wir da waren...).

Bei welcher Hausnummer stehen die zwei Eulen?

Nr. \_\_\_\_\_

Am Ende der Straße findest Du eine Brücke. Gehe die Treppe hoch und zähle die Stufen.

Wie viele Stufen sind es?

\_\_\_\_\_ Stufen

Unter der Brücke gibt es ganz schön viele Gleise.

Wieviele Gleise davon führen zu den Personenbahnsteigen am Seelzer Bahnhof?

\_\_\_\_\_ Gleise

Und wo wir gerade beim Zählen sind: Wir haben ungefähr 400 Schritte gebraucht, um die Brücke von Anfang bis Ende zu überqueren.

Wie viele Schritte brauchst Du von Anfang bis Ende der Brücke?

\_\_\_\_\_ Schritte

Am Ende der Brücke steht eine rote Säule, mit der man einen Notruf absetzen kann.

Wer würde sich melden, wenn man im Notfall den Notruf-Knopf drückt? (Bitte nicht ausprobieren!)

\_\_\_\_\_

Wenn Du Dich hinter der Fußgängerbrücke links hältst, kommst Du über eine weitere Brücke.

**Wie hoch dürfen Fahrzeuge maximal sein, die diese Brücke benutzen wollen?**

\_\_\_\_\_ m

Am Ende der Kanalbrücke geht links eine Treppe runter.

**Wie viele Stufen hat diese Treppe?**

\_\_\_\_\_ Stufen

Wenn Du magst, kannst Du unter der Brücke hindurch und ein Stückchen den Kanal entlanggehen. Aber wir kommen direkt hierher zurück. Wenn Du die Treppe nicht runtergehen kannst oder nicht so weit laufen willst, kannst Du vier Fragen auslassen.

Unten kannst Du ein Nummernschild entdecken.

**Welche Nummer hat die Brücke?**

Kanalbrücke Nr. \_\_\_\_\_

Wenn Du den Kanal entlang gehst, entdeckst Du vielleicht einen kleinen Leuchtturm.

**Wie viele rote Streifen hat dieser Leuchtturm?**

\_\_\_\_\_ rote Streifen

Wenn Du ein Stück weiter gehst, wirst du auf einer Bank eine Figur entdecken.

**Was ist es für eine Figur?**

- Ein Kind
- Eine Frau
- Ein Mann

**Was macht die Figur?**

- Lachen
- Sitzen
- Angeln

Wenn Du den Leuchtturm und die Figur gefunden hast – oder spätestens an der der Stelle, an der der Weg am Kanal direkt an die Straße bzw. die Leitplanke trifft – kannst Du wieder umkehren.

Gehe die Treppe wieder hoch und überquere beide Fußgängerampeln. Vor Dir steht ein Schild. Links geht es über die Landstraße 441 nach Hannover. Geradeaus geht es nach Döteberg.

**Wohin geht es, wenn man nach rechts fahren würde?**

Du gehst geradeaus den Kirchbuschweg Richtung Seelze Süd. An der ersten Ecke nach rechts wird gebaut.

**Was baut die Stadt Seelze hier?**

Gehe „An den Grachten“ entlang“ bis zu diesen Steinen.



Laufe im Slalom zwischen den Steinen hindurch. Wir haben 18 Sekunden gebraucht.

**Wie lange brauchst du?**

\_\_\_\_\_ Sekunden

Gehe weiter auf den Spielplatz.

**Wer darf den Bolzplatz benutzen?**

Kinder und Jugendliche bis \_\_\_\_\_ Jahren.

Von dem Wall aus hast Du einen schönen Überblick über den Spielplatz.

**Wie sind die Bäume auf dem Spielplatz angeordnet?**

- Im Kreis
- Im Rechteck
- Im Dreieck

**Wie viele Bäume sind es?**

\_\_\_\_\_ Bäume

Jetzt schau Dich noch ein bisschen genauer um auf dem Spielplatz. Auf diesem Spielplatz sind drei Tiere zu sehen.

**Welche Tiere sind es?**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

Das Klettergerüst bildet ein altes Schiffswrack.

**Wie hieß das Schiff?**

Wenn Du genug gespielt hast, gehe weiter zur Motorikoase.

**Zähle die Fußstapfen. Wie viele sind es?**

\_\_\_\_\_ Fußstapfen

Dann probiere ruhig alles aus.

Jetzt suchen wir diese Bank.



Sie sieht aus, als sei sie speziell für Corona gemacht – um Abstand zu halten. Doch die Lücke ist ursprünglich für etwas anderes gedacht.

**Wofür hat die Bank eine Lücke?**

Für \_\_\_\_\_

Wenn Du Dich in der Gegend ein wenig umsiehst, findest Du sicher diese Steine:



Hier stehen einige Steine wie kleine Säulen – einige groß, andere klein.

**Wie viele Steine sind es?**

\_\_\_\_\_ Steine

Wenn du geradeaus weiter gehst, findest Du am Ende der Gracht noch mehr solche Steine.

**Wie viele Steine stehen an diesem Ende der Gracht?**

\_\_\_\_\_ Steine

Du befindest Dich übrigens gerade in einer Spielstraße. Schau Dich mal um:

**Kannst Du herausfinden, wie schnell man hier mit dem Auto fahren dürfte?**

\_\_\_\_\_ km/h

Könnt Ihr noch laufen? Wo fährt eigentlich der nächste Bus ab?

**Welche Bus-Linie fährt durch Seelze Süd? Kannst Du das herausfinden?**

Linie \_\_\_\_\_

Und weiter geht es. In welche Richtung? So, dass Du hier vorbeikommst:



In welcher Gracht wurde dieses Bild aufgenommen?

\_\_\_\_\_

Und weiter geht es zum Wendekreisel. Dort findest Du einen Wertstoffsammelplatz.

Was darfst Du hier einwerfen:

- Pappe
- Plastik
- Glas
- Batterien

Weiter geht es über die Grünanlagen.

Was darf man dort NICHT?

- Zelten
- Spazieren gehen
- Die Natur genießen
- Eine Rallye machen
- Fußball spielen

Wenn Ihr Richtung der Almhörster Straße geht, kommt Ihr an vielen Wegen vorbei, die nach Blumen benannt sind.

Nach welchen der abgebildeten Blumen wurden Wege benannt?



Kurz vor der Almhörster Straße liegen Steine am Wegesrand – die bemalt wurden.

Welche Farben haben diese Steine?

\_\_\_\_\_

Und wie viele Steine sind es?

\_\_\_\_\_ Steine

Wenn Ihr die Almhörster Str. erreicht, müsst Ihr bitte ganz vorsichtig sein, wenn Ihr an der Straße geht oder die Straße überquert. Bitte geht vorsichtig nach rechts Richtung Kanal und dann zur Kanalbrücke. Unterwegs seht Ihr ein Schild, welches Euch die folgende Frage beantwortet:

Wie weit ist es von hier nach Wunstorf?

\_\_\_\_\_ km

Von der Kanalbrücke geht es weiter zur Bahnbrücke. Aber immer die Augen offenhalten.

Wie heißen eigentlich die Partnerstädte von Seelze?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

Bevor Ihr die Bahnbrücke betretet, schaut mal vorsichtig runter.

Wie viele Gleise gehen unter der Brücke durch?

\_\_\_\_\_ Gleise

Die Bahnbrücke selbst hat einen hohen Zaun. Ein gelber Aufkleber erklärt, welche Gefahr hinter dem Zaun lauert.

Welches Symbol ist auf der Warnung abgebildet?

- Blitz
- Totenkopf
- Dampflock

Am Ende der Brücke geht eine Treppe runter. Nehmt diese Treppe unter die Brücke. (Wenn Ihr die Treppe nicht gehen könnt, folgt der Straße und dann dem Fußweg rechts zurück unter die Brücke.)

Wann wurde diese Brücke gebaut?

\_\_\_\_\_

Weiter geht es Richtung Bahnhof. Neben Euch seht Ihr eine blaue Wand. Irgendwo in dieser Wand ist eine Tür. Aber wo?

Was steht auf dieser Tür?

\_\_\_\_\_

Wenn Ihr weitergeht, kommt Ihr wieder an einem Wertstoffsammelplatz vorbei.

Bis wann darf man montags bis samstags hier Glas einwerfen?

Bis \_\_\_\_\_ : \_\_\_\_\_ Uhr

Weiter geht's. Schaut Euch mal um, was hier so wächst. Bäume. Brennnesseln. Brombeeren. Palmen.

Palmen? Wo wächst hier eine Palme? Vor welcher Hausnummer findet Ihr eine?

Nr. \_\_\_\_\_

Ganz in der Nähe seht Ihr dieses Haus.



Was befindet sich in dem Haus?

\_\_\_\_\_

Und weiter geht es zum Bahnhof.

Wann fährt der nächste Zug nach Hannover?

Um \_\_\_\_\_ : \_\_\_\_\_ Uhr

Am Bahnhof ist immer viel los. Züge, Autos, Menschen, Fahrräder, Busse,... und Taxen.

Wie viele Taxen dürfen auf dem Taxen-Platz am Bahnhof halten?

\_\_\_\_\_ Taxen

Vor dem Bahnhof liegt ein großes rotes Teil, auf einer extra gepflasterten Fläche. Findest Du es?

Was ist das?

- Eine Hantel zum Gewichtheben
- Eine Kupplung zweier Bahn-Waggons
- Achse einer Eisenbahn mit Rädern

Gehe nun durch die Schillerstraße. An der Kreuzung Schillerstr. Heimstättenstr. führt ein Fußweg zum Rathaus. Links steht noch ein anderes Bürogebäude.

Von welchem Gebäude ist die Rede?

- Feuerwehr
- Jobcenter
- Finanzamt

Wenn Du das Rathausgelände nun von hinten betrittst, siehst Du große Steine für jeden Ortsteil Seelzes.

Wie viele Ortsteile hat Seelze?

\_\_\_\_\_ Ortsteile

Welcher Ortsteil hat eine Biene im Wappen?

\_\_\_\_\_

Herzlichen Glückwunsch. Wenn Du diese Rallye am Rathaus begonnen hast, dann hast Du es geschafft! Hat es Dir gefallen? Wir würden uns über eine Rückmeldung an edda.apitz@stadt-seelze.de freuen. Wenn Du die Rallye irgendwo anders begonnen hast, geht es jetzt mit den Fragen auf Seite 21 weiter!

# Junge Fotografie in *Aktion*



*In den schwierigen Zeiten der Corona-Pandemie will das Team Jugend der Stadt Seelze fotobegeisterten Jugendlichen die Möglichkeit geben, kreativ, aktiv und in Kontakt zu anderen zu sein. Dazu wurde die Facebook-Gruppe „Junge Fotografie Seelze“ ins Leben gerufen.*

Du bist zwischen 13 und 18 Jahren alt und fotografierst gern? Egal ob du mit einer Kompaktkamera, Spiegelreflex oder dem Smartphone unterwegs bist: Mach mit bei unseren Fotowettbewerben. Du kannst jeden Tag ein Foto zu einem vorgegebenen Thema auf der Facebook-Seite posten: [kurzlinks.de/Seejufo](https://www.kurzlinks.de/Seejufo). Die Foto-Themen wechseln jeden Samstag. Es gibt täglich einen Tagessieg, am Ende der Woche, immer freitags, wird eine Wochensiegerin oder ein Wochensieger bestimmt.

Die Gruppe ist im November mit einer fotografischen Schnitzeljagd durch Seelze gestartet – und das war erst der Anfang: „Wir möchten euch einen Raum für eure Fotos geben, euch mit anderen fotobegeisterten Jugendlichen vernetzen und mithilfe von Bildbesprechungen und Online-Workshops helfen, noch besser zu werden und mehr über die Fotografie zu erfahren“, erläutert Jugendpflegerin Renate Wötzel. Themen sind die Grundlagen der Fotografie, die Fotobearbeitung und die Bildgestaltung. „Und wenn es Corona wieder erlaubt, wollen wir uns auch mal mit den Jugendlichen treffen und gemeinsam auf Foto-Tour gehen“, verspricht Renate Wötzel.

## Mit *Geocaching* große und kleine Schätze finden

*In Seelze sind viele kleine Schätze versteckt. Und nicht nur da - auf der ganzen Welt. Um sie zu finden, braucht man nur ein Smartphone und etwas Gespür. Auch das Team Jugend der Stadt Seelze versteckt Geocaches, die gefunden werden wollen.*

Geocaching ist die vermutlich größte Schatzsuche der Welt. Mitspieler verstecken sogenannte Geocaches – meist kleine wasserdichte Behälter – und veröffentlichen die Koordinaten im Internet. Mit einem Smartphone oder einem GPS-Empfänger können die Caches dann gesucht werden.

Mitmachen ist ganz einfach: Geht auf [www.geocaching.com](http://www.geocaching.com) und registriert Euch, ladet euch die Geocaching-App aufs Handy und legt los.

Auch in Seelze sind viele Geocaches versteckt. Fangt am besten mit einem *Tradian*, dem häufigsten Geocache-Typ. Sucht Euch einen in der Nähe aus, lasst Euch zum Ziel navigieren, und sucht dort nach dem versteckten Geocache-Behälter. Es ist nicht immer einfach, das Versteck zu finden, aber das wäre ja auch langweilig. In der App gibt es manchmal noch Tipps, falls es mal kniffliger werden sollte.

Im Geocache-Behälter ist oft eine kleine Dose oder eine kleine Box. Darin liegen meist ein kleines Log-Buch und ein Stift.

Herzlichen Glückwunsch – wenn Ihr es gefunden habt, könnt Ihr Euch darin eintragen! Auch in der App könnt Ihr Euren Fund speichern und dokumentieren. Oft befinden sich in der Box noch kleine Schätze: Du kannst dir einen aussuchen und etwas anderes in die Box hineinlegen. Da man nie weiß, wie groß der Geocache ist, solltet ihr ruhig ein paar Sachen in unterschiedlicher Größe mitnehmen, damit ihr tauschen könnt. Dann müsst ihr natürlich alles wieder so verstecken, wie Ihr es gefunden habt – damit auch andere den Cache noch finden können. Wichtig ist, dass alles möglichst unauffällig abläuft, damit Unbeteiligte nicht bemerken, was Ihr da macht. Es ist immerhin eine Schatzsuche!

Auch das Team Jugend der Stadt versteckt regelmäßig Caches im Stadtgebiet – mit kleinen Überraschungen für Euch. Diese können natürlich schnell weg sein, werden aber immer mal wieder ergänzt. Die Caches findet ihr unter der Bezeichnung BiberReisen in der App.





# Kinderwünsche für Seelze

Weihnachten und der Jahreswechsel ist eine Zeit der Wünsche – und der guten Vorsätze. Da wollen wir gern mitmachen!

Liebe Kinder, was wünscht Ihr Euch für Eure Zukunft in Seelze? Wie wollen wir leben? Was brauchen wir dafür? Und was wollen wir dafür tun?

Das würden wir gern von Euch wissen. Macht Ihr mit?

## SO GEHT'S

1

Habt Ihr schon einmal Schneeflocken gefangen? Fangt Euch eine oder beide Schneeflocken auf dieser Seite und schneidet sie aus.

2

Wusstet Ihr, dass jede Schneeflocke einmalig ist – keine ist wie die andere?

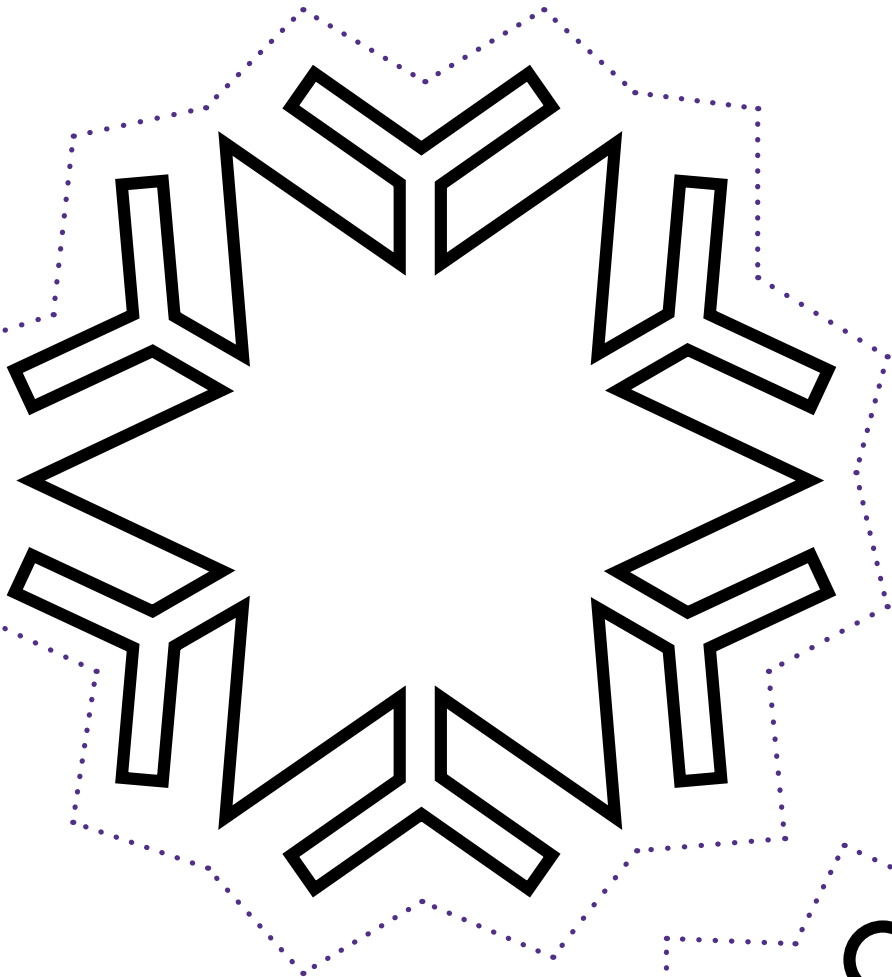
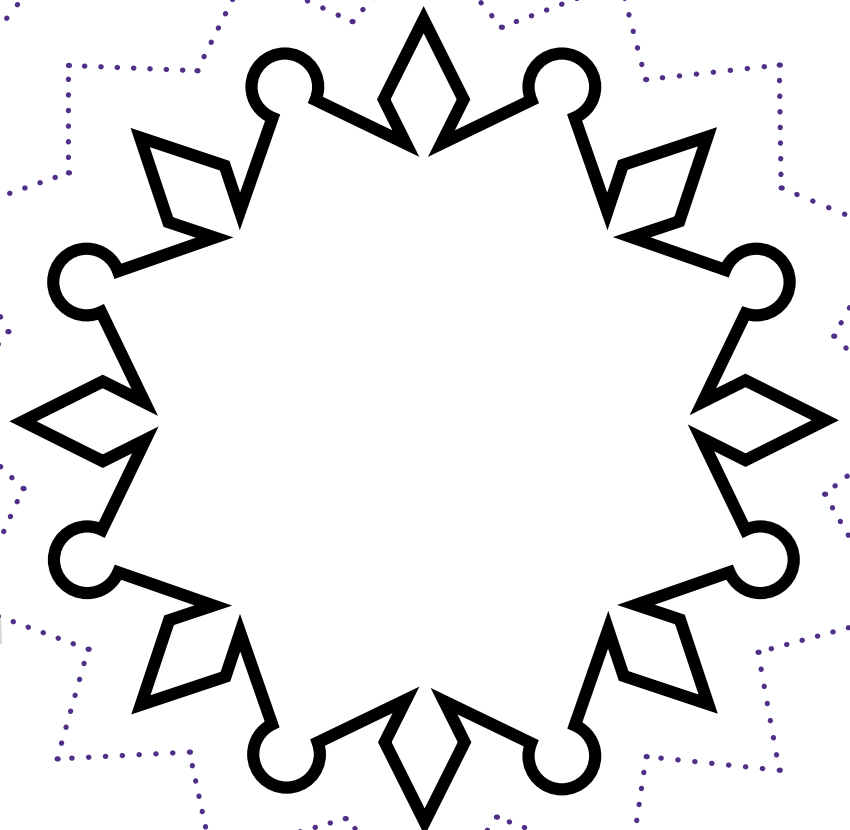
Unsere Schneeflocken wollen auch einmalig sein. Also bemalt sie bitte so, wie Ihr sie am schönsten findet.

3

Schneeflocken sind kleine Geschenke des Himmels...

Schreibt uns einen Zukunftswunsch auf die Schneeflocken: Was wünscht Ihr Euch für Seelze? Was wünscht Ihr Euch für Eure Familie, Eure Freunde und die anderen Menschen die hier leben?

Wenn Ihr eine Idee habt, schreibt gern auch einen guten Vorsatz: Was müssen wir dafür tun oder was sollten wir uns vornehmen, damit unsere Wünsche in Erfüllung gehen?



4

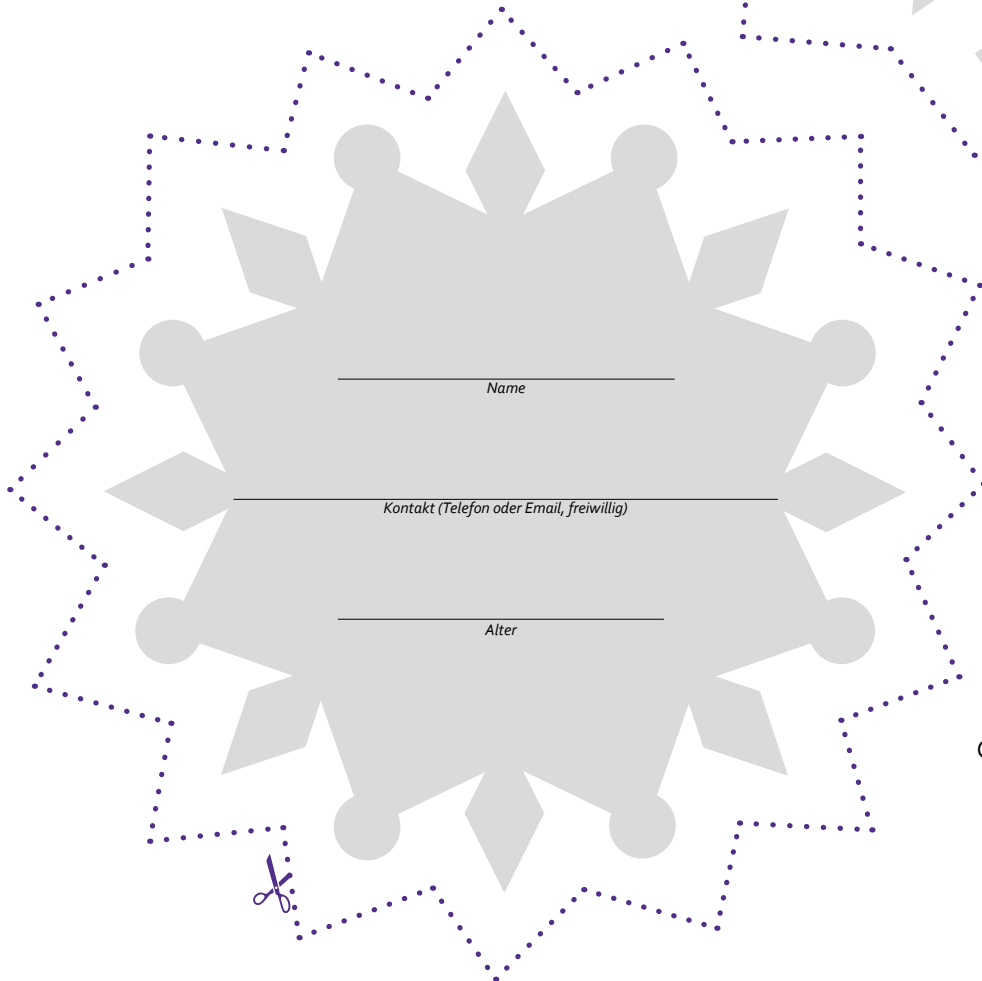
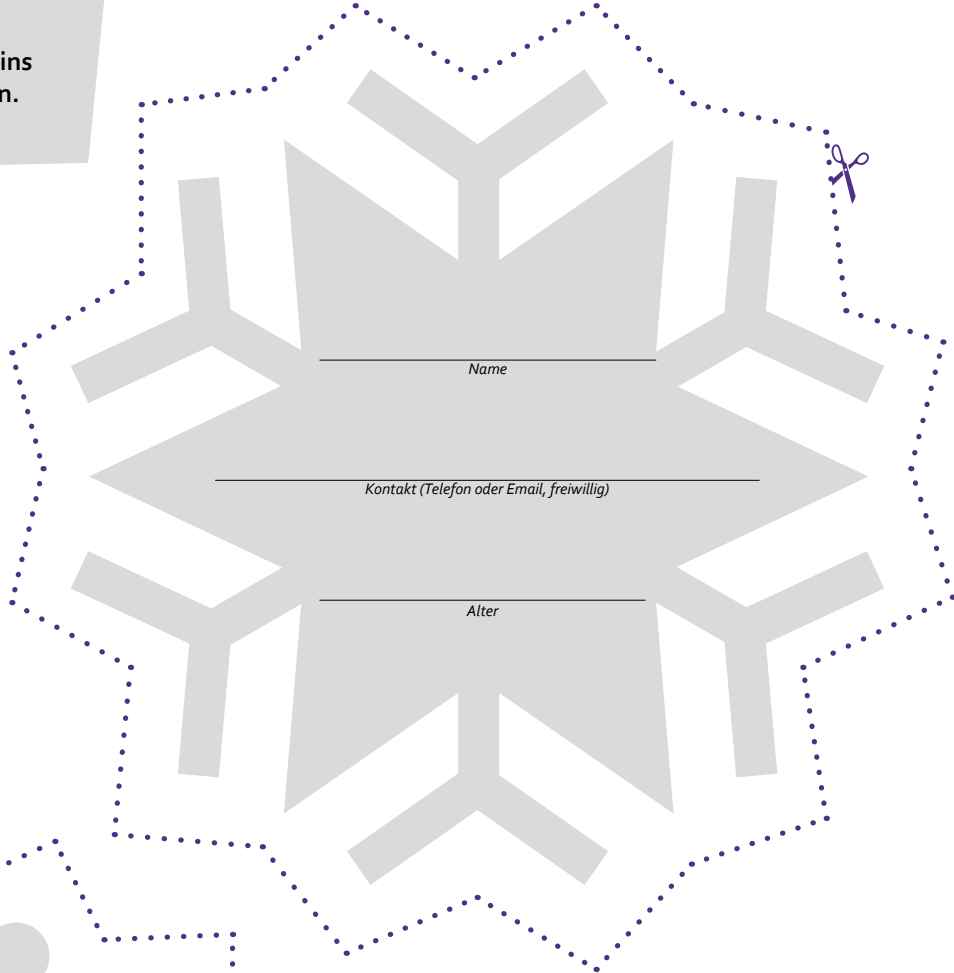
Leise rieselt der Schnee:

**Bitte schickt uns Eure Wunschflocken ins Rathaus. Dort wollen wir sie ausstellen.**

5

Lass uns einen Schneemann bauen...

**Lasst uns etwas aus Euren Schneeflocken machen! In der nächsten #FiS-Ausgabe stellen wir Euch ein paar der besten Ideen vor. Und Ihr könnt etwas gewinnen!**



Unter allen Einsendungen werden **drei Buchgutscheine** verlost.

Bitte sende Deine Wunschflocken an  
Stadt Seelze | Familienservice |  
Rathausplatz 1 | 30926 Seelze  
oder als Foto oder Scan per Mail an  
familienservice@stadt-seelze.de

Damit wir Dich erreichen können, schreibe bitte Deinen Vornamen, Dein Alter und eine Emailadresse oder eine Telefonnummer auf die Rückseite der Schneeflocke.

Die Kontaktdaten werden nur genutzt, um die Gewinner zu benachrichtigen oder bei Euch noch einmal wegen des Wunsches nachzufragen. Sie werden nach Ende der Aktion vernichtet. Die Daten werden nicht elektronisch gespeichert.

# Suchbild

## Original + Fälschung



### 10 FEHLER GESUCHT

Im Malwettbewerb der Stadt Seelze hat Anna-Maria (9) im April ein tolles Bild gemalt!

Auf dem unteren Bild sind uns leider 10 Fehler in das Bild geraten. Findest Du sie?

Weitere Bilder des Malwettbewerbs findest Du unter [www.seelze.de/wissenswert/auch-das-noch/corona/bilder-malwettbewerb](http://www.seelze.de/wissenswert/auch-das-noch/corona/bilder-malwettbewerb)



Auto unten? 2: zusätzl. Baum, 10: fehlende Tür oben  
Tisch? 1: zusätzl. blaues Auto oben, 8: zusätzl. rotes  
leude Bank beim Spielplatz? 2: gelbes Auto, 6: zusätzl.  
Fackelplatz? 3: fehlendes Spielgerät auf Spielplatz, 4: feh-  
t gelbes Haus unten links, 5: fehlender Streifen auf  
Lösung:

# Nachgefragt!

## Was macht eigentlich....

### ...eine Familien- und Erziehungsberaterin



## Bettina Vorbeck

**Berufsbezeichnung:** Dipl. Sozialpädagogin/-arbeiterin

**Organisation:** Familien- und Erziehungsberatungsstelle Neustadt a. Rgb. mit den Außenstellen Seelze und Wunstorf

**Seit wann sind Sie in oder für Seelze aktiv?**  
Seit März 2020

## STECKBRIEF

**Zielgruppe:** Kinder, Jugendliche, Eltern und deren Bezugspersonen

**Persönliches Ziel / Lebensmotto:** Mit Fachwissen, Menschlichkeit, Freude und Humor das Leben zu gestalten und zu genießen. Niemals die Hoffnung aufzugeben. Mit Neugier und Offenheit die Welt betrachten. Nutze den Tag!

**Lieblingsmusik:** Punk/ Rock/ Alternative

**Lieblingbuch:** „Wann wird es endlich wieder so, wie es nie war“ von Joachim Meyerhoff hat mir großen Spaß gemacht. Es gibt viele Bücher, die ich mag...

**Lieblingsbeschäftigung:** Zeit mit meiner Familie und meinen Freunden verbringen, Lesen, Reisen, Nähen, Musik hören und Tanzen, Motorradfahren, Kochen.

### Und was machen Sie so?

Ich begleite Lebensabschnitte von Menschen bei persönlichen Lebenskrisen und/ oder Erziehungsschwierigkeiten oder Partnerschaftskonflikten, beantworte pädagogische Fragestellungen und beleuchte und erarbeite mit ihnen individuelle Lösungsmöglichkeiten, wobei ich den Blick auf ihre eigenen Ressourcen und auf die Gefühlswelt ihrer Kinder richte.

### Warum tun Sie das?

Die Beratung und Unterstützung von Menschen ist eine lohnende Aufgabe. Nach einem gelungenen Beratungsprozess sind es häufig die positiven Ergeb-

nisse oder Rückmeldungen, die mich motivieren, mich immer wieder neuen Aufgaben offen zuzuwenden. Es ist schön ein Stück Weg gemeinsam zu beschreiten, unterschiedlichste Lebenswelten kennenzulernen und dann die Menschen wieder mit Mut, Energie und neuen Blickwinkeln zu entlassen und damit Teil eines gelingenden Prozesses zu sein. Ein gut geführtes und interdisziplinäres Team mit freundlichen Kolleg\*innen rundet die Freude am Arbeiten ab, nicht zu vergessen, die freundliche Aufnahme in das „Seelzer Netzwerk für Familien“.

### Ihr Background?

Bereits als Jugendliche war ich ehrenamtlich in der Jugendpflege tätig, habe Gruppen im Jugendzentrum geleitet und Freizeiten begleitet. Nach meinem Studium an der Evangelischen Fachhochschule für Sozialpädagogik habe ich mein Anerkennungsjahr im Kinder- und Jugendheim Waldhof in Barsinghausen gemacht und dort im Anschluss weitergearbeitet. 2001 erfolgte dann mein Wechsel zum Jugendamt. Dort war ich im Allgemeinen Sozialdienst der Jugendhilfestation in Barsinghausen tätig, später mit dem Schwerpunkt Jugendhilfe im Strafverfahren.

Im Jahr 2011 begann ich berufsbegleitend eine zweijährige Zusatzausbildung zur Mediatorin und übernahm im Jahr 2013 den Bereich des Täter- Opfer- Ausgleichs für den südlichen Teil der Region Hannover, auch in Seelze. Im März 2020 wechselte ich dann zur Familien- und Erziehungsberatungsstelle in Neustadt am Rübenberge.

### Morgens, halb zehn...

Mein Aufgabenbereich ist sehr vielseitig, so dass es selten einen typischen Tagesablauf gibt. Schwerpunkt ist die persönliche Beratung sowohl in den eigenen Räumen in der Bremerstr. 8, als auch vor Ort, z.B. in der Kita. Zudem gilt es aber auch zu dokumentieren, zu terminieren, sich fortzubilden, sich kollegiale Beratung zu holen und zu geben, an fachbezogenen Arbeitsgruppen, auch mit Netzwerkpartnern teilzunehmen, um Qualität und Entwicklung zu garantieren und zu sichern und ggf. Gruppen- und Präventionsangebote vorzubereiten. Auch die Öffentlichkeitsarbeit zählt zu einem Teil meiner Tätigkeit, weshalb ich heute um 9:30 Uhr nach meinem ersten Beratungstermin diesen Fragebogen ausfülle...

### Kinder oder Erwachsene?

Hier kann ich mich gar nicht richtig festlegen. Ich mag sowohl die Arbeit mit Erwachsenen, als auch die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Gerade die Vielfältigkeit und Altersdurchmischung finde ich schön und abwechslungsreich.

### Warum Seelze?

Ich arbeite gern in und für Seelze und bin hier sehr freundlich aufgenommen worden. Das besondere an Seelze ist die schöne „Insellage“ mit Schifffahrt und Yachthafen. Die stadtnahe Lage mit gleichzeitig dörflichen Strukturen bietet den Bürger\*innen aus meiner Sicht die Möglichkeit zu „weltoffener Orientierung“ und Nutzung der u. a. kulturellen Angebote der Stadt, als auch den ruhigen Rückzug in die dörfliche oder kleinstädtische Gemeinschaft. Besonders gefällt mir das tolerante multikulturelle Miteinander...

### Teamplayerin oder Einzelgängerin?

Ich arbeite gern eigenständig, weil somit meine Termine und Tagesstruktur persönlich besser planbar ist. Dennoch möchte ich auf meine Kolleg\*innen und Netzwerkpartner nicht verzichten, da Austausch und Kooperation in meinem Beruf unverzichtbar sind.

### Ich mag...

Schöne Momente mit meiner Familie, Musik und Humor!

### Ich mag überhaupt nicht...

Respektloses Verhalten... Das schließt einen Mangel an Selbstachtung und die Achtung anderer Menschen ein.

### Frühaufsteherin oder Langschläferin?

Zeit meines Lebens würde ich mich eher als Langschläferin bezeichnen. Da ich häufig Nachmittags- und Abendtermine habe, lässt sich das gut vereinbaren. Die Morgentermine nehme ich mit eiserner Disziplin wahr...

### Erfolg ist...

Wenn das Weggehen der Ratsuchenden mit einem kleinen bisschen Mehr an Leichtigkeit und/oder Klarheit verbunden ist. Manchmal, wenn die Menschen wiederkommen oder auch gerade, wenn sie nicht wiederkommen....

### Wenn ich noch einmal 16 wäre...

...würde ich nicht noch einmal mit dem Rauchen beginnen, im Übrigen würde ich hoffentlich vieles genauso machen...

### Arbeiten und Corona..?

Ich finde es erstaunlich, wie schnell ich mich daran gewöhnt habe, das Beratungszimmer zu desinfizieren. Im Übrigen freue ich mich über persönliche Beratungsmöglichkeiten mit gebührendem Abstand. Im Herbst und Winter ist es jetzt manchmal ungewöhnlich kühl durch das Lüften. Mit gemeinsamer Rücksichtnahme und Achtsamkeit hoffe ich, dass meine Kolleg\*innen, die Ratsuchenden und ich gesund bleiben und bei mir sicher aufgehoben sind.

### Leben und Corona..?

Sehr viel ruhiger und mit deutlich häufigeren Telefon und Videokontakten. Bis auf das Ausgehen an Wochenenden und Abenden, an denen ich spontan Freunde und Bekannte treffen konnte, hat sich nicht viel verändert. Tatsächlich hatte ich das Glück, dass ich zweimal verreist war. Ich vermisse die Kultur und den Ausgleich zur Arbeit...

### Tipp gegen Langeweile?

Langeweile bringt häufig die kreativsten Gedanken hervor. Gemeinsam etwas Kochen, Malen, Gestalten, verstaubte Gesellschaftsspiele wiederbeleben, alte Familienfilme oder Fotos gemeinsam anschauen und Erinnerungen auffrischen oder die Natur zu Fuß oder mit dem Fahrrad erkunden, können gute Alternativen darstellen.

### Familienweisheiten?

Unter jedem Dach ein „Ach“...! In den seltensten Fällen läuft Familienleben problem- und konfliktfrei. Ratsuchende sind häufig nicht allein mit ihren Sorgen und haben die Lösungsmöglichkeiten meistens schon mit dabei. Manchmal müssen wir gemeinsam danach suchen...



## Anne Engelbrecht

**Berufsbezeichnung:** Dipl. Sozialpädagogin/-arbeiterin

**Organisation:** Familien- und Erziehungsberatungsstelle Neustadt a. Rbg. mit den Außenstellen Seelze und Wunstorf

**Seit wann sind Sie in oder für Seelze aktiv?**  
Seit Anfang 2019

## STECKBRIEF

**Zielgruppe:** Kinder, Jugendliche, Eltern und deren Bezugspersonen

**Persönliches Ziel / Lebensmotto:** Ein glückliches, erfülltes Leben führen, in einigen Bereichen ein bisschen was bewirken und das eigene Glück mit anderen teilen.

**Lieblingsmusik:** Punk und vieles mehr

**Lieblingsbuch:** Eigentlich alle Krimis, je spannender desto besser.

**Lieblingsbeschäftigung:** Am liebsten bin ich an der frischen Luft, ich fahre gerne Rad, gehe mit Freunden spazieren, reise, tanze und segle gerne.

### Und was machen Sie so?

Mit den Ratsuchenden erarbeiten, was in ihrem Leben gut funktioniert und was es zurzeit schwierig macht und gemeinsam nach Lösungen suchen.

### Warum tun Sie das?

Mich motiviert die Freude über kleine Erfolge und intensive Begegnungen mit vielen interessanten Menschen.

### Ihr Background?

Schon während der Schulzeit habe ich mich ehrenamtlich im Bereich der Jugendarbeit engagiert. Nach dem Studium der Sozialen Arbeit war ich sieben Jahre lang bei der Kinderladen-Initiative Hannover e.V. als Fachberaterin für Elterninitiativen tätig. Parallel begann ich die Ausbildung zur Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin. Seit 2017 bin ich in der Familien- und Erziehungsberatungsstelle tätig.

### Morgens, halb zehn...

Morgens lese ich meine Mails, führe Telefonate und bereite meine Termine vor. An einigen Tagen finden Netzwerktreffen, Arbeitsgruppen, Teambesprechungen oder andere Termine statt. An den Nachmittagen sind dann die Beratungstermine mit den Familien.

### Kinder oder Erwachsene?

Ich arbeite sehr gerne mit Kindern, insbesondere aufgrund ihrer Fähigkeit auch für schwierige Situationen kreative Lösungswege zu finden.

### Warum Seelze?

Ich arbeite gerne in Seelze, mir gefällt die Lage und dass ich morgens mit dem Rad am Kanal lang zur Arbeit fahren kann. Ich mag die Nähe zur Stadt und die dörflichen Ecken. Mir gefällt die bunte Vielfalt an Menschen und Themen, denen man hier begegnen kann. Ich mag die gute Zusammenarbeit mit den Kindergärten, Schulen, Beratungsstellen und vielen anderen Netzwerkpartnern die es hier gibt. Gemeinsam lässt sich hier viel bewirken.



## Teampayerin oder Einzelgängerin?

Ich arbeite gerne im Team, verbunden mit der Möglichkeit, meine Arbeit selbstverantwortlich zu gestalten. An der Arbeit im Team gefällt mir, gemeinsam zu reflektieren, auf neue Ideen zu kommen und mit netten Menschen gemeinsam Spaß an der Arbeit zu haben.

## Ich mag...

Ich liebe es, am Meer zu sitzen und den Wellen zuzuschauen, das könnte ich stundenlang tun.

## Ich mag überhaupt nicht...

Bei der Arbeit könnte ich auf manches an Büroarbeit, Statistiken oder Berichten verzichten, aber das gehört nun mal dazu. Ansonsten auf jede Art von Engstirnigkeit und Rassismus.

## Frühaufsteherin oder Langschläferin?

Eher früh, es gibt immer genug zu tun, da fängt man lieber schon gleich morgens an...

## Erfolg ist...

Wenn es den Kindern und ihren Familien ein bisschen besser geht oder sie Strategien entwickelt haben, mit schwierigen Zeiten umzugehen.

## Wenn ich noch einmal 16 wäre...

Würde ich alles genau so machen, manches Chaos muss durchlebt werden....

## Arbeiten und Corona..?

Ich bin froh, dass wir die Beratungen mit Hilfe eines guten Hygienekonzeptes weiterhin im direkten persönlichen Kontakt durchführen können. Andere Inhalte der Arbeit finden zur Zeit telefonisch oder per Video statt, irgendein Weg findet sich immer...

## Leben und Corona..?

Mein Alltag ist ruhiger geworden, ich koche gerne und verbringe Zeit mit meiner Familie. Sport läuft zurzeit im Wohnzimmer und per YouTube, die Treffen mit Freunden reduzieren sich auf Spaziergänge zu zweit. Alles lässt sich irgendwie umgestalten, aber ich freue mich auch schon darauf, wenn der gewohnte Alltag wieder stattfinden kann.

## Tipp gegen Langeweile?

Spielen, Papierflieger basteln, kochen, die Wohnung renovieren, Radtouren machen, Höhlen bauen, zusammen Fifa spielen, ein Picknick im Park, Freunde per Video anrufen, Hörspiele hören, eine große Legolandschaft aufbauen, die Fenster bunt bemalen und alles andere was Spaß macht und wozu sonst die Zeit fehlt.

## Familienweisheiten?

Jedes Familienleben kennt ruhige und turbulente Phasen, manchmal sind sie anstrengend und alles viel zu viel. Diese Zeiten können uns aber auch stärken und uns einander näherbringen. Oft lohnt es sich, dran zu bleiben, füreinander da zu sein, Unterschiedlichkeiten und Gemeinsamkeiten zu entdecken und immer wieder schöne Momente miteinander zu erleben.

## INFO

### Familien- und Erziehungsberatung

- Sie sorgen sich um Ihr Kind?
- Ihr Kind befindet sich in einer schwierigen Phase?
- Sie sind sich nicht sicher, was jetzt für die Entwicklung das Beste wäre?
- Sie fühlen sich von der momentanen Familiensituation überfordert?
- Sie finden keinen Zugang zu Ihrem Kind?
- Sie brauchen einen Rat die Erziehung Ihrer Kinder betreffend?
- Sie wären froh, Sie könnten sich darüber mit jemandem austauschen?

Die Familien- und Erziehungsberatungsstellen der Region Hannover bieten Ihnen fachlichen Rat und helfen Ihnen dabei, Konflikte zu lösen und Krisen zu bewältigen.

Sie haben einen rechtlichen Anspruch auf Erziehungsberatung (Sozialgesetzbuch VIII, §28). Die Gespräche sind vertraulich und kostenlos.

#### Außenstelle Seelze

Bremer Straße 8

30926 Seelze

E-Mail: feb.neustadt@region-hannover.de

Telefon: 0511 616-26300

Beratungstermine nach Vereinbarung

Telefonische Terminvereinbarung

Montag bis Donnerstag 08:30-17:00 Uhr

Freitag 08:30-12:30 Uhr



# Wir sind für Sie da!

## Unterstützung und Beratung während der Corona-Pandemie

### ...für Familien

Beratung und Angebote für Familien  
Familienservicebüro: (05137) 828-328  
familienservice@stadt-seelze.de

### ...für Kinder und Jugendliche

Tipps gegen Langeweile und stets ein offenes Ohr  
Team Jugend: (05137) 828-348  
team@jugendpflege-seelze.de

### ...für Menschen in Not

Hilfen für Menschen in problembelasteten Lebenslagen  
Sozialdienst: (05137) 828-343  
soziale-betreuung@stadt-seelze.de

### ...für Frauen

Beratung für Frauen in Krisensituationen,  
oder in Fällen von häuslicher Gewalt (AWO)  
Frauenberatung Seelze: 01520 9895 671  
frauenberatung.seelzegarbsen@awo-hannover.de

### ...für Seniorinnen und Senioren

Verständnisvolle Gespräche für ältere,  
alleinstehende Menschen ohne soziale Kontakte  
Partnerbesuchsdienst des Seniorenbeirats Seelze: (05137) 5816

### ...für Risikogruppen

Einkaufshilfe und Unterstützung für Seniorinnen, Senioren,  
Risikogruppen und Menschen in Quarantäne  
wird in allen Seelzer Stadtteilen von den Ortsräten organisiert.  
Kontakt über Sozialdienst: (05137) 828-337  
soziale-betreuung@stadt-seelze.de

**NummergegenKummer**

**Kinder- und Jugendtelefon**  
116111  
NummergegenKummer

**Elterntelefon**  
0800 1110550  
NummergegenKummer

116111 ist ein kostenloser Service, der von der Deutschen Telekom bereitgestellt wird. 0800 ist ein kostenloser Service, der von der Deutschen Telekom bereitgestellt wird.

