



## 16. Durlacher Familien-Newsletter in 2021

aus den Startpunkte Durlach, Aue und Grötzingen und dem KiFaZ Explorateurs

---

Die Themen dieses Newsletters:

- **Startpunkt-Elterncafés in Durlach, Aue und Grötzingen**
  - **Die neue KiFaZ-Homepage: aktuelle Informationen zu jeder Zeit**
  - **Sprechzeiten machen Sommerpause**
  - **Besuch vom Kinderarzt im Startpunkt in Grötzingen**
  - **Beratungsstelle Frühe Hilfen im Startpunkt Durlach**
  - **Durlacher Elterntreffpunkt in der Kita erst am 16. Sep. von 17 Uhr – 18:30 Uhr**
  - **„Offene Themen zwischen Vätern und Müttern“ im Durlacher Online-Elterntreff**
  - **Handout zum Thema „Trocken und Sauber werden“**
  - **Angebote für Paare in der Ehe-, Familien- und Partnerschaftsberatungsstelle**
  - **„Walk and Talk“ – Lauftreff für Menschen mit Depressionen**
  - **Auszeit gefällig? – Freizeiten für Familien**
  - **Flohmarkt in Durlach am 19. und 25. September und weitere Kinderflohmärkte**
  - **Malerdorflauf und Kindertheater am 11. September**
  - **Startpunkt – Kleiderkreisel**
- 



Ihr möchtet den Newsletter nicht mehr erhalten?  
Schreibt eine ganz kurze Mail an uns und wir löschen euch sofort!

---



### Startpunkt-Elterncafés in Durlach, Aue und Grötzingen

**Unsere Startpunkt-Elterncafés bleiben den ganzen Sommer über für euch geöffnet.**

#### Montags 10 - 12 Uhr in Grötzingen

Martin-Luther-Haus und gleichzeitig (!) unterer Kita-Spielplatz  
(beides Fröbelstr. 5/Eingang Heinrich-Kurz-Str.)

#### Dienstags 10 - 12 Uhr Durlach Aue

Feuerwehrspielplatz Ostmarkstraße / Kärntnerstraße  
Bei schlechtem Wetter:  
Luther-Melanchthon-Gemeindezentrum (Bilfingerstr. 5)

#### Donnerstags 10:00 – 12:00 Uhr

Spielplatz Am Alten Friedhof / Wiese (Gärtnerstr.)  
Bei schlechtem Wetter direkt nebenan:  
Kinder- und Jugendhaus Durlach, großer Saal EG, Weiherstraße 1





**Neu:**

**Ab Mitte September (15. 09.!!!)** können wir euch endlich wieder ein weiteres Startpunkt-Treffen in Durlach anbieten. Es wird ein **Nachmittastreff** sein! Er wird voraussichtlich **mittwochs von 15 – 17 Uhr in Durlach auf dem Spielplatz Am Alten Friedhof** stattfinden. Auch ein Spaziertreff an der Pfinz ist denkbar. Wir freuen uns über eure Anregungen, Wünsche und Rückmeldungen hierzu! Genaue Infos erhaltet ihr auch hier über die Signal-Gruppe!

**Signal-Gruppe für die aktuellen Infos über die Startpunkte Durlach und Grötzingen und den Durlacher Elterntreff:**

Wenn ihr tagesaktuelle Infos haben möchtet, ladet euch gerne die folgende kostenfreie App aufs Handy und schreibt dann eine Nachricht mit dem Text „Bitte aufnehmen“ an **Janne Lingad: 0151/72922264**



<https://play.google.com/store/apps/details?id=org.thoughtcrime.securesms&hl=de>  
<https://apps.apple.com/de/app/signal-sicherer-messenger/id874139669>

**Die neue KiFaZ-Homepage: aktuelle Informationen zu jeder Zeit!**



Auf unserer neuen AWO-Homepage der Kinder- und Familienzentren findet ihr auf der Unterseite des KiFaZ Explorateurs nicht nur alle **Angebote des KiFaZ Explorateurs**, sondern auch einen **umfangreichen Veranstaltungskalender** mit offenen, niedrigschwelligen

Angeboten für Eltern und Familien mit Kindern von 0 bis 6 Jahren in und um Durlach.  
<https://kifaz.awo-karlsruhe.de/kifaz-explorateurs/>

**Sprechzeiten und Einzelberatung im KiFaZ machen Sommerpause**

In den nächsten beiden Wochen findet keine offene Familien-Sprechzeit für Eltern in der Kita statt. Auch Einzeltermine sind nicht möglich, können aber für den Zeitraum danach angefragt werden. Das KiFaZ ist ab dem 13. September wieder erreichbar!

**Offene Familien-Sprechzeiten im Kinder- und Familienzentrum Explorateurs (0 - 6 Jahre)**

Dienstag 14 - 16 Uhr  
Freitag 8:30 – 10 Uh

**Achtung: Sommerferien!!!**

**Telefonische Beratung und Einzeltermine drinnen oder draußen (0 - 6 Jahre)**

Vereinbarung telefonisch: 0151/46780410  
oder per Mail: [kifaz-explorateurs@awo-karlsruhe.de](mailto:kifaz-explorateurs@awo-karlsruhe.de)

## Startpunkt-Elterncafé mit Kinderarzt Dominik Henk am 13. September in Grötzingen

Am Montag, den 13. September erhalten wir im Startpunkt in Grötzingen von 10 – 12 Uhr Besuch von unserem Kinderarzt Herrn Henk vom Gesundheitsamt. Er steht euch gerne für alle eure Fragen rund um das Thema Kindergesundheit und -entwicklung, Kinderkrankheiten, Pflege, Impfen etc. zur Verfügung. Sollte euer Kind akut krank sein, ist dieser Anlass jedoch nicht die richtige Anlaufstelle. Vereinbart in diesem Fall bitte einen Termin mit eurem Kinderarzt/eurer Kinderärztin.



## Beratungsstelle Frühe Hilfen im Startpunkt Durlach am 16. September



Am **Donnerstag, den 16. September** kommt Tanja Burkhard von der **Beratungsstelle Frühe Hilfen** von 10 – 12 Uhr zu uns nach Durlach (Kinder- und Jugendhaus Durlach oder Wiese nebenan). Es wird die Möglichkeit geben, ihr im geschützten Rahmen eure aktuellen Fragen zu stellen.

## Schreiende Babys – durchwachte Nächte – gestresste Eltern – Sorgen am Beginn der Familienzeit

Die Beratungsstelle Frühe Hilfen ist **DIE** Anlaufstelle in Karlsruhe, wenn es in den ersten beiden Lebensjahren anstrengend wird, z.B. weil...

- dass Baby **ohne erkennbaren Grund schreit** und sich nur sehr schlecht oder gar nicht beruhigen lässt.
- dass sich das **Einschlafen** über Stunden hinzieht oder nur unter größten Anstrengungen überhaupt klappt.
- das Baby nur zufrieden ist, wenn es **herumgetragen** wird oder **ständig beschäftigt werden** will.
- das **Stillen** nicht so klappt wie geplant oder das **Füttern schwierig** wird.
- der **nächtliche Schlaf** auch nach der Neugeborenenzeit nicht ruhiger wird und die Kinder ständig aufwachen.

Ihr könnt mit Tanja Burkhard (oder ihren Kolleginnen) auch einen eigenen Termin (z.B. auch über Telefon) vereinbaren! Das Angebot ist kostenfrei und vertraulich und für alle Bürgerinnen und Bürger in der Stadt Karlsruhe offen.

0721 133-5060

<https://www.karlsruhe.de/b3/soziales/einrichtungen/fruehehilfen>

## **Durlacher Elterntreffpunkt am 16. September von 17:00 – 18:30 Uhr**

Herzliche Einladung zu unserem vierten Durlacher Elterntreff im Kita-Außengelände der Kita les explorateurs in der Raumfabrik 8 in diesem Jahr am **Donnerstag, den 16. September ab 17:00 Uhr.**

Eltern aus Durlach und Umgebung mit Kindern von 0 bis 6 Jahren sind herzlich willkommen um sich zu treffen, die Kinder gemeinsam spielen zu lassen, andere Eltern kennenzulernen, sich auszutauschen und aktuelle Fragen loszuwerden.



Die nächsten Elterntreffs im Kita-Hof finden statt am:

- **Donnerstag, 14. Oktober**
- **Donnerstag, 11. November**

Aktuelle Informationen zum Durlacher Elterntreff in der Kita bzw. Online findet ihr auch immer auf unserer Homepage unter den Veranstaltungen:

<https://kifaz.awo-karlsruhe.de/kifaz-explorateurs/>

---

## **„Offene Themen zwischen Müttern und Vätern“ (Arbeitstitel dank Sommerferien) am 23. September im Durlacher Elterntreff Online mit Siegwart Johansen**



Am 23. September findet von 19:30 Uhr bis 21 Uhr wieder der Durlach Online-Elterntreff statt. Diesmal haben wir Besuch von Siegwart Johansen, dem Leiter des Karlsruher und Durlacher Vätertreffs. Wir wollen uns an diesem Tag gemeinsam Zeit nehmen für die Fragen, die ihr als Eltern und Partner an das jeweils andere Elternteil habt. Was bewegt Mütter und Väter im Alltag mit ihrem

Partner? Welche Fragen und Themen drängen sich immer wieder auf, werden aber selten offen angesprochen und noch seltener gut geklärt? Wir wollen zunächst gemeinsam eure Fragen und Anliegen sammeln und uns dann als Mütter und Väter in getrennten Untergruppen über diese Fragen austauschen, nach möglichen Antworten und Ideen für sie suchen. Diese werden Siegwart und ich dann im gemeinsamen Abschlussteil euch allen gegenseitig vorstellen. Dieser Rahmen ist für uns alle ein ganz neues Format und wir sind sehr neugierig, ob euch die Idee dazu genauso gut gefällt wie uns - und welche Themen euch beschäftigen! Wir freuen uns riesig über jeden und jede, der oder die Lust hat, mit uns einen ungewöhnlichen, hoffentlich bereichernden, vermutlich auch witzigen und entlastenden Abend online zu verbringen. Natürlich freuen wir uns gerade für diesen Termin über eure Rückmeldungen vorab! Auch eure Themen und Fragen dürft ihr uns sehr gerne schon vorher per Mail oder auch persönlich in einem der Treffs mitteilen!

## Durlacher Elterntreffpunkt (jeder 4. Donnerstag im Monat)

23. September 19:30 Uhr bis 21 Uhr

Zugang (Strg. + Klicken):

<https://zoom.us/j/99097056061?pwd=eTQyd3VZNnNmZnVia3EzUGl4YkVsZz09>

Meeting-ID: 990 9705 6061

Kenncode: 773411

## Nächster Durlacher Elterntreff Online:

- **Donnerstag, 28. Oktober:** Emotionsstarke Kinder

## Handout aus dem Durlacher Elterntreff zum Thema „Sauber und Trocken werden“



Das Handout aus unserem gestrigen Elterntreff zum Thema „Trocken und Sauber werden“ findet ihr auf unserer Homepage im Bereich Tipps für Familien:

<https://kifaz.awo-karlsruhe.de/tipps-fuer-familien/>

## Angebote für Paare in der Ehe-, Familien- und Partnerschaftsberatungsstelle



21.09. - 23.11.2021 [Gelingende Kommunikation lernen](#)

Möchten Sie als Paar besser miteinander auskommen? [Mehr](#)



Sa 09.10.2021 / 11-16 Uhr [Familienaufstellung](#)

In der Familien- und Systemaufstellung werden Verstrickungen sichtbar. Gebundene und erstarrte Gefühle wie z.B. nicht gelebter Schmerz oder Trauer können ihren Ausdruck finden und sich lösen. [Mehr](#)



So 10.10.2021 / 10-17 Uhr [Sinnenfreude und Begegnung](#)

Ein Wohlfühltag für Paare [Mehr](#)

### Bevor der Trott uns scheidet

Wege aus Langeweile und Routine in langjährigen Beziehungen



Di. 12.10.2021 / 19:30 [Bevor der Trott uns scheidet](#)

Wege aus Langeweile und Routine in langjährigen Beziehungen [Mehr](#)



Mo, 25.10.2021 // 18:00 [Zurück auf Los!?](#)

Herausforderung Patchworkfamilie

Das Zusammenleben in Partnerschaft und Familie kennt inzwischen vielfältige Formen. [Mehr](#)

---

## „Walk and Talk“ – Lauftreff für Menschen mit Depressionen



„Bewegung in der Natur wirkt sich positiv auf den Körper und das seelische Wohlbefinden aus. Durch die Bewegung werden Glückshormone ausgeschüttet und der Stress baut sich ab. Auch wenn zu Beginn die Überwindung des "inneren Schweinehundes" Kraft kosten mag - am Ende locken Gefühle von

Selbstbestimmtheit und positiver Kontrolle. Gemeinsam mit anderen kann es leichter sein, dran zu bleiben. Deshalb bieten wir einen regelmäßigen Treff an. Es gibt die Möglichkeit in der Gruppe jede Woche eine Stunde in der Weststadt / Günter-Klotz-Anlage unterwegs zu sein. Bereichert wird das gemeinsame Gehen mit verschiedenen Achtsamkeitsübungen.“

Leitung und Begleitung: Susanne Abt, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin

Zeit: **jeweils donnerstags von 16 - 17 Uhr**

Start: 16.09.2021 (späterer Einstieg möglich) / Letztes Treffen: 28.10.2021

### Anmeldung:

Sekretariat Tel: 0721 842288 oder per Mail: [info@eheberatung-karlsruhe.de](mailto:info@eheberatung-karlsruhe.de)

---

## Auszeit gefällig? FamilyDays:

### Zelten in Tiefenbach und weiter Freizeiten für Familien



Es gibt noch freie Plätze für Familien mit Schulkindern auf einer Zeltfreizeit in Tiefenbach. Auf dem Programm stehen Angebote für Eltern mit Themen rund um Erziehung,

Familie, Achtsamkeit und Entspannung. Parallel dazu gibt es Spiel und Spaß für die Kinder mit Kinderbetreuung. Außerdem gibt es freiwillige Aktivitäten für alle. An den Abenden gibt es Lagerfeuer mit Stockbrot.

Der Eigenanteil pro Familie beträgt 50 € inkl. Übernachtung und Verpflegung. Die An- und Abreise findet in Selbstorganisation statt. Mitzubringen sind ein eigenes Zelt (Leihzelt möglich), Schlafsäcke und Zeltutensilien.

Veranstalter kommunikativ – Monika Meingassner

Anmeldung Tel. (06221) 3288549

<https://www.landkreis-karlsruhe.de/Service-Verwaltung/Themen-Projekte/Familie-Jugend/Landesprogramm-ST%C3%84RKE/>

Einige **weitere Freizeiten für Kurzentschlossene** oder in den nächsten Monaten zu sehr günstigen, weil vom Land bezuschusst, Preisen findet ihr hier, z.B.

- Sommerspaß für Familien vom 28.08.-03.09.
- Freizeit für Familien mit kranken oder behinderten Kindern vom 16.-19.09.
- „Mut tut Gut“ – Freizeit für Alleinerziehende in den Herbstferien
- Bunter Herbst – Freizeiten für Paarfamilien und Alleinerziehende in den Herbstferien

Infos und Anmeldung:

<https://www.fruehehilfen-reutlingen.de/de/Landesprogramm-STaeRKE/Informationen-fuer-Eltern/STaeRKE-Angebote-im-Landkreis/Familienbildungsfreizeiten>

---

## Flohmarkt in Durlach am 19. und 25. September und weitere Kinderflohmärkte

Die Kita St. Peter und Paul veranstaltet einen Flohmarkt draußen bei schönem Wetter

Wann: **25. September von 10 Uhr bis 12:30 Uhr**. Schwangere ab 9:30 Uhr

Wo: **Christkönighaus, Kanzlerstraße 5**, gegenüber der Festhalle

Große Auswahl an Baby- und Kinderbekleidung, Büchern, Spielwaren u.v.m.

Stand 8 € / mit Platz für Kleiderstände 11 €

Anmeldung per E-mail: [flohmarkt.pup.durlach@gmail.com](mailto:flohmarkt.pup.durlach@gmail.com)



### Weitere Kindersachen-Flohmärkte:

**11.09.** 10:00 – 14 Uhr Parkplatz des VfB **Grötzingen**

(Bruchwaldstraße 70)

<https://flohmarkt-groetzingen.de/>



**25.09.** von 14:00 bis 16:00 Uhr in der Rheinhalle Leopoldshafen

Bei Fragen Tel. 0721/788723

**16.10.21** von 10 bis 12 Uhr, Paul-Gerhardt-KiGa, ev. Gemeindehaus Neureut-Nord

Anmeldung ab 15.09.21 unter: [pgkiga@gmx.de](mailto:pgkiga@gmx.de)

**23.10.2021** von 10 bis 13 Uhr in den Räumlichkeiten der Freien evangelischen Gemeinde Karlsruhe, Am Wald 2, Anmeldung: [flohmarkt@feg-karlsruhe.de](mailto:flohmarkt@feg-karlsruhe.de)

---

## 2. Grötzingen Malerdorflauf und Kindertheater beim Kultursommer Grötzingen



Gerne machen wir in diesem Jahr endlich wieder Werbung von den 2. Malerdorflauf statt, der von einer Grötzingen Startpunkt-Familie im Rahmen des **Sportmodus e.V.** organisiert wird. Er findet (wie auch der oben beschriebene Flohmarkt) am Samstag, den 11.09.2021 von 12:12 bis 15:15 Uhr im Sportzentrum Grötzingen statt und geht über die 400 m Stadionrunde. Er ist ein Spendenlauf zugunsten regionaler kinderbezogener Projekte für **Kind & Kegel e.V.**

**Eine Anmeldung vorab ist nicht notwendig, ihr könnt euch einfach vor Ort registrieren!**

Mehr Infos auf: [www.malerdorflauf.de](http://www.malerdorflauf.de)

Davor habt ihr **von 11 Uhr bis 12 Uhr** die Gelegenheit, das **Grötzingen Kindertheater: "So war das - glaube ich!"** in der Kultur-Arena am VfB Grötzingen, Bruchwaldstr. 70 zu besuchen, mehr Infos findet ihr (wahrscheinlich bald) unter: [www.kultursommer-groetzingen.de](http://www.kultursommer-groetzingen.de)

---

## Startpunkt – Kleider- und Kindersachenkreisel über Signal



Alle neu Dazugekommenen finden hier den Link zu dem von Startpunkt-Eltern gegründeten Startpunkt-Kleiderkreisel. Hier könnt ihr Baby- und Kindersachen, die ihr abgeben wollt, anbieten und nach den Dingen fragen und suchen, die ihr gerade braucht. Und das alles ganz in der Nähe, nämlich in Durlach, Aue, Grötzingen und Umgebung. Um der Gruppe beizutreten, müsst ihr **euch zuerst die kostenlose Signal-App aufs Handy laden** (siehe oben bei den Startpunkten!) und **dann den folgenden Link anklicken** und „über Signal öffnen“ wählen.

Zugang zur Gruppe:

[https://signal.group/#CjQKIFqNcRpmcDFFX4\\_ZBJ6j2WblU9\\_nimqIHq5vZofaOLhXEhDdud35g5Uz9Qy-FgLpGVAa](https://signal.group/#CjQKIFqNcRpmcDFFX4_ZBJ6j2WblU9_nimqIHq5vZofaOLhXEhDdud35g5Uz9Qy-FgLpGVAa)

Bildnachweis: Alle Bilder stammen von den jeweiligen Anbietern oder von unsplash.com

Viele Grüße von

*Karin Roth*

[k.roth@awo-karlsruhe.de](mailto:k.roth@awo-karlsruhe.de)  
0151/46780410

*und*

*Janne Lingad*

[j.lingad@awo-karlsruhe.de](mailto:j.lingad@awo-karlsruhe.de)  
0151/72922264