

FamilienBildungsStätte

Glückstadt e.V.

Vielfalt ist
Programm!



Kursplan 2026 Frühling / Sommer



Ihre Ansprechpartnerinnen



Daniela Ruge
Geschäftsleitung
Tel.: 04124 - 890 87 13



Hannah Mühlenbruch
Verwaltung
Tel.: 04124 - 890 87 13



Martina Lischack
FamilienZentrum
Tel.: 0151 - 74 10 75 19



Sabine Schade
stellv. Geschäftsleitung
Tel.: 04124 - 14 55



Babette Ledtje
Verwaltung
Tel.: 04124 - 14 55



Janina Ruiz Salado
Projekte, Programm
Tel.: 04124 - 14 55



Linda Haß
FamilienZentrum
Tel.: 0160 - 98 44 38 81



Belinda Rath
KiTa-Leitung Elbbande
Tel.: 04124 - 602 61 47



Jessica Hellmann
KiTa-Leitung Deichbande
Tel.: 04124 - 60 53 54



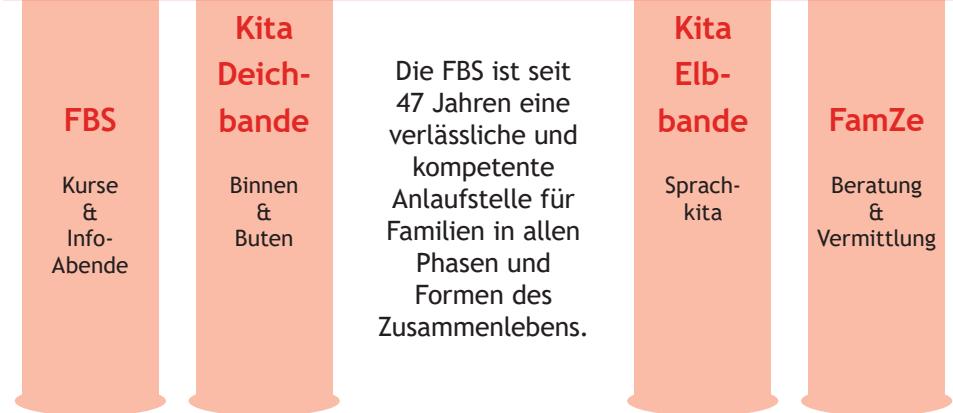
FBS Glückstadt e.V.

Am Burggraben 1
25348 Glückstadt
Tel.: 04124/1455

www.fbs-glueckstadt.de
info@fbs-glueckstadt.de

Anerkennung
Vielfalt
Wertschätzung
Respekt
Verständnis

FBS - Das Haus der Familie



Vorstand: Beate Stange, Andrea Schmidt, Gabriele Behnke



Redaktion & Gestaltung: FBS Glückstadt e.V.
Fotos: FBS Glückstadt e.V., unsplash.com
Druck: Verlag J.J. Augustin GmbH

Wir wünschen Euch einen guten Start ins neue Jahr 2026.

Das Team der FBS

Bürozeiten:

Dienstag 9.00 - 12.00 Uhr
Donnerstag 9.00 - 13.00 Uhr
und Termine nach Absprache

Telefonisch sind wir von Montag bis Donnerstag zu erreichen.

Bankverbindung:

Sparkasse Westholstein
DE 40 222 500 20 00 90 220 518
BIC: NOLADE 21 WHO

Programmübersicht - Termine

Januar	19.01. 42	Beweglicher werden mit der Feldenkraisschule	S. 24
	27.01. 29	Erben und vererben	S. 16
Februar	07.02. 19	Ich werde Babysitter	S. 10
	28.02. 16	Schnupper-DELFI für Papas	S. 9
März	07.03. 52	Nähen für Frauen	S. 27
	14.03. 25	Oster-Bastelspaß	S. 14
April	14.03. 50	Kuchen- und Tortenworkshop	S. 27
	24.03. 31	Elterngeld & Elternzeit	S. 17
Mai	25.03. 2	Buggy-Treff	S. 7
	28.03. 51	Wildkräuter-Entdeckungsreise	S. 27
Juni	14.04. 24	Mit Ponys Spaß haben	S. 14
	17.04. 56	Kleidermarkt & kleine Schätze	S. 29
Oktober	18.04. 28	Kinderflohmarkt	S. 15
	23.04. 53	Frauen unterwegs	S. 28
	25.04. 35	Yoga im Park	S. 22
Okt.	09.05. 27	Backen zum Muttertag	S. 14
	04.06. 3	Babyspielzeug basteln	S. 7
	23.06. 58	Sonne, Strand und Strandkorb - Lesespaß im Sommer	S. 30
27.10. 30 Vollmachten S. 16			

Programmübersicht

Angebote für Kinder & Jugendliche

1	Wattwürmer - Krabbelgruppe	S. 7
4 - 15	DELFI	S. 8
17	Tragetreff	S. 10
18	Musikgarten	S. 10
20 - 22	Ferienspaß 2026	S. 12
23	Selbstbehauptungstraining (Basiskurs)	S. 14

Bewegung & Gesundheit

32 - 34	Yoga für Frauen	S. 22
36 - 37	Nimm Dir Zeit für Dich	S. 22
38	Yoga-Wochenende	S. 23
39 - 41	Yoga für Frauen 60 plus	S. 23
43 - 45	Nordic-Walking macht fit	S. 24
46	Gymnastik am Vormittag	S. 24
47	Seniorengymnastik	S. 24

Unter Frauen

54 - 55	Frauen-Treff	S. 28
---------	------------------------	-------

Bildung & Kultur

57	PC für alle	S. 30
----	-----------------------	-------

MUSIKGARTEN



FÜR KINDER VON 1½ - 3 JAHREN

5 x montags,
an 02. Februar 2026
15.00 - 16.00 Uhr

30 €

www.fbs-glueckstadt.de



Gutscheine der FBS - immer ein schönes Geschenk

Schenke gemeinsame Zeit
in einem unserer Kurse,
wie z.B. Nordic Walking,
Krav Maga Female Crashkurs
oder Nimm Dir Zeit für Dich



www.fbs-glueckstadt.de

RUNTER VOM SOFA - Rauf aufs Pferd



5 x montags,
ab 04. Mai 2026
18.00 - 19.30 Uhr

85 €

www.fbs-glueckstadt.de

FBS Glückstadt e.V.
Am Burggraben 1
25348 Glückstadt

Telefon: 04124/1455
E-Mail: info@fbs-glueckstadt.de

Angebote für Kinder & Jugendliche



1 Wattwürmer - Krabbelgruppe für Kinder von ½ - 2 Jahren

Kinder lernen bekanntlich am Besten von anderen Kindern. Die Krabbelgruppe "Wattwürmer" bietet Deinem Kind und Dir daher eine wunderbare Möglichkeit, um spielerisch und zwanglos mit anderen Kindern in Kontakt zu kommen, neue Eindrücke und Erfahrungen zu sammeln, sowie sich als Mama oder Papa mit Gleichgesinnten auszutauschen.

Lisa Voss, montags ab 05.01.2026, 5 × 9.30 - 10.30 Uhr, Gebühr: 30,- €

2 Buggy-Treff

Du möchtest Kontakte zu anderen Eltern mit Baby knüpfen. Du bist vielleicht erst vor kurzem nach Glückstadt gezogen und kennst deine neue Heimat noch nicht so gut und du bist gerne aktiv und draußen mit deinem Baby unterwegs? Dann bist du beim Buggytreff genau richtig. Wir wollen gemeinsam mit unseren Babys und Buggys spazieren gehen. Dabei kannst du neue Kontakte knüpfen, dich mit anderen Eltern über Themen austauschen, die dich als Mama oder Papa beschäftigen. Währenddessen zeige ich dir ein wenig Glückstadt und die Orte, die für dich mit Kind interessant sein können. Ich freu mich auf dich und einen schönen Spaziergang.

Merle Pacewicz, Mittwoch, 25.03.2026, 10.00 - 11.00 Uhr, Gebühr: 6,- €

3 Babyspielzeug basteln

Spielzeug, das dein Baby sensorisch und feinmotorisch fördert und anspricht, muss nicht immer teuer neu gekauft werden. In diesem Kurs möchte ich mit dir kreativ werden und Spielzeug für dein Baby gestalten. Dabei werden wir vor allem auf bunte Farben setzen und auch den einen oder anderen Alltagsgegenstand wiederverwenden. Ich freu mich auf dich und einen kreativen Abend.

Merle Pacewicz, Donnerstag, 04.06.2026, 19.00 - 21.00 Uhr, Gebühr: 12,- €

Angebote für Kinder & Jugendliche



4 - 15 DELFI®

DELFI® steht für Denken-Entwickeln-Lieben- Fühlen-Individuell und ist eine Entwicklungsbegleitung im 1. Lebensjahr (Mindestalter 8 Wochen). DELFI®-Gruppenstunden sollen die positive Beziehung zwischen Eltern und Babys durch gemeinsame Spiel- und Bewegungsanregungen unterstützen. Im Mittelpunkt der Gruppenarbeit werden individuelle Kompetenzen und Bedürfnisse je nach Entwicklungsstand der Babys spielerisch und mit Freude vermittelt. Gleichzeitig werden Entwicklungs- und Erziehungsfragen aufgegriffen und Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch gegeben.

4 Für August, September, Oktober 2025 Babys

Lisa Voss, freitags ab 09.01.2026, 10 x 9.00 - 10.30 Uhr, Gebühr: 100,- €

5 Für Februar, März und April 2025 Babys

Lisa Voss, freitags ab 09.01.2026, 10 x 10.45 - 12.15 Uhr, Gebühr: 100,- €

6 Für Juni, Juli und August 2025 Babys

Linda Haß, donnerstags ab 29.01.2026, 10 x 8.45 - 10.15 Uhr, Gebühr: 100,- €

7 Für Oktober, November und Dezember 2025 Babys

Linda Haß, donnerstags ab 05.02.2026, 10 x 10.30 - 12.00 Uhr, Gebühr: 100,- €

8 Für August, September, Oktober 2025 Babys

Lisa Voss, freitags ab 10.04.2026, 10 x 9.00 - 10.30 Uhr, Gebühr: 100,- €

9 Für Dezember 2025, Januar und Februar 2026 Babys

Lisa Voss, freitags ab 10.04.2026, 10 x 10.45 - 12.15 Uhr, Gebühr: 100,- €

10 Für Juni, Juli und August 2025 Babys

Linda Haß, donnerstags ab 21.05.2026, 10 x 8.45 - 10.15 Uhr, Gebühr: 100,- €

11 Für Oktober, November und Dezember 2025 Babys

Linda Haß, donnerstags ab 28.05.2026, 10 x 10.30 - 12.00 Uhr, Gebühr: 100,- €

Angebote für Kinder & Jugendliche

12 Für August, September, Oktober 2025 Babys
Lisa Voss, freitags ab 24.07.2026, 10 x 9.00 - 10.30 Uhr, Gebühr: 100,- €

13 Für Dezember 2025, Januar und Februar 2026 Babys
Lisa Voss, freitags ab 24.07.2026, 10 x 10.45 - 12.15 Uhr, Gebühr: 100,- €

14 Für Mai, Juni und Juli 2026 Babys
Linda Haß, donnerstags ab 24.09.2026, 10 x 8.45 - 10.15 Uhr, Gebühr: 100,- €

15 Für Oktober, November und Dezember 2025 Babys
Linda Haß, donnerstags ab 01.10.2026, 10 x 10.30 - 12.00 Uhr, Gebühr: 100,- €

16 Schnupper-DELFI® für Papas mit 5 - 10 Monate alten Babys

Der Schnupperkurs bietet Vätern die Möglichkeit, DELFI® kennenzulernen und eine besondere Zeit mit ihren Kindern zu verbringen. Das Alter der Kinder ist gemischt.

Lisa Voss, Samstag, 28.02.2025, 9.30 - 11.00 Uhr, Gebühr: 15,- €



Euer Babyfachgeschäft in Elmshorn

Kinderwagen

Experten für Kindersitze

Spielzeug - Babymode

Geschenkideen



Wir
für Euch!

Steindamm 76, 25337 Elmshorn, Tel. 04121 -780 8553
www.nord-knipse.de

Angebote für Kinder & Jugendliche



17 Tragetreff: Informieren - Check-up - Austausch

Für alle Altersgruppen offen, bringt Eure Tragen, Tücher und Fragen mit. Hier habt ihr die Möglichkeit unter professioneller Anleitung zu testen und Eure Trage anpassen zu lassen.

Susanne Schauer, Termin bei Anmeldung, Gebühr: 16,- €

18 Musikgarten für Kinder von 1½ - 3 Jahren

Musik begleitet uns nicht nur alle im Alltag und macht Spaß...Musik machen, sie hören, singen und tanzen fördern sowohl die kognitive und sprachliche Entwicklung deines Kindes, als auch seine motorische und emotionale Entwicklung. Musik ist vielfältig und kann in den verschiedensten Formen zum Ausdruck gebracht werden. Im Musikgarten möchte ich mit dir und deinem Kind spielerisch Klänge, Töne, Lieder und Bewegung zur Musik kennenlernen und erleben.

Merle Pacewicz, montags, ab 02.02.2026, 5 x 15.00 - 16.00 Uhr, Gebühr: 30,- €

19 Ich werde Babysitter für Jungen und Mädchen ab 12 Jahren

In diesem Kurs lernt ihr, wie mit Kindern gespielt, getröstet, gewickelt Essen zubereitet, gefüttert und das Kind ins Bett gebracht wird. Ihr lernt altersgerechte Spiele, Lieder, Mal- und Bastelarbeiten kennen, um eine tolle Zeit mit "euren" Kindern zu verbringen. Ebenso erfahrt ihr, wie ihr euch in Notsituationen verhalten könnt.

Anna Tercero, Samstag, 07.02.2026
10.00 - 16.00 Uhr, Gebühr: 30,- €



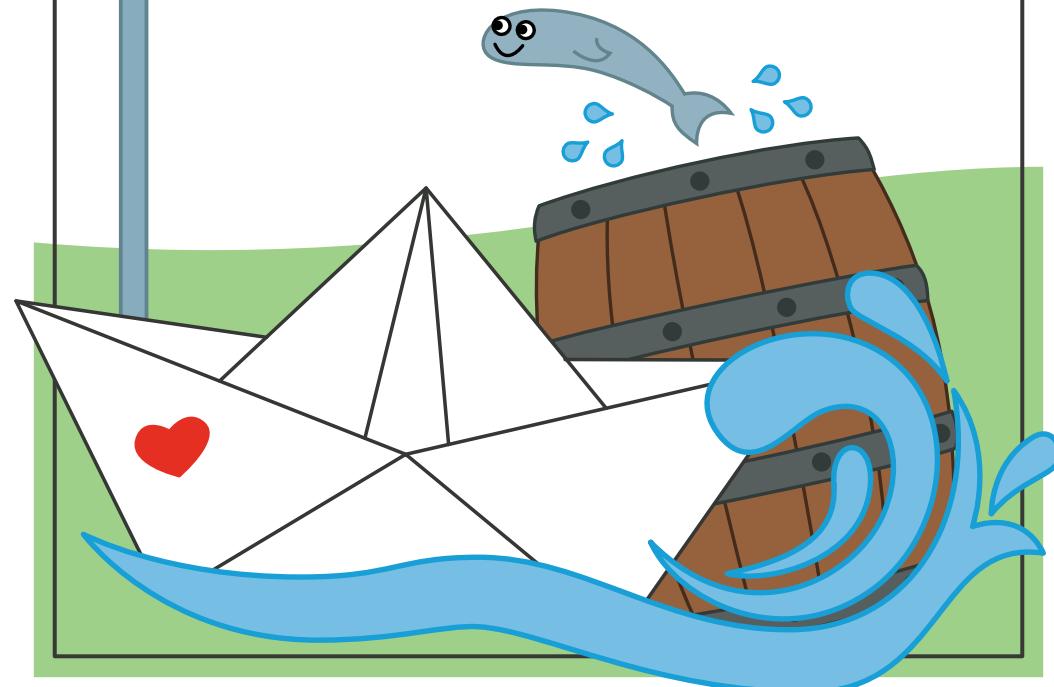
SPIEL & SPASS

AM HAFEN

Matjeswochen 2026
in Glückstadt

Wir sind dabei!

Samstag und Sonntag
13./14. Juni 2026
10 bis 18 Uhr





Angebote für Kinder & Jugendliche

20 - 22 Ferienspaß 2026

20 Osterferien 2026 26.03. - 02.04.2026 Anm. bis 12.03.2026

21 Sommerferien 2026 06.07. - 24.07.2026 Anm. bis 22.06.2026

22 Herbstferien 2026 12.10. - 16.10.2026 Anm. bis 28.09.2026

Ferien allein zu Hause - wie langweilig! Gut, dass es das Ferienprogramm in der FBS gibt.

Für wen: Grundschulkinder berufstätiger Eltern

Wann: von 7.45 bis 15.45 Uhr

Ziel: Die Eltern werden bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf unterstützt. Die Kinder können tageweise oder wochenweise angemeldet werden. Mit viel Spaß und Aktionen erleben die Kinder tolle Ferienwochen.

Dank der Stadt Glückstadt ist es möglich, den Kindern bei geringer finanzieller Elternbeteiligung diesen Ferienspaß zu bieten. Gebühr: 10,00 € pro Tag/8 Std. pro Tag Betreuung.

Verbindliche Anmeldung bei der FBS Glückstadt e.V. unter der Telefon-Nr. 04124/1455 oder gerne auch per E-Mail: info@fbs-glueckstadt.de



Finden Sie bei uns Ihr neues Lieblingsstück und profitieren Sie von unserer vielfältigen Markenauswahl

Brillen:

Bruno Banani
Tamaris
Bench
Carrera
Gerry Weber
Escada
Why Not

Rodenstock
Porsche Design
Ray Ban
Marc Cain
Frank & Frei
und vieles mehr

... sowie exklusive Glückstadt Souvenirs

Stadtstraße 1
25348 Glückstadt
☎ 0 41 24 - 93 27 27

[f](#) Siemonsen Uhren, Schmuck und Optik
[i](#) siemonsenglueckstadt

Schmuck und Uhren:

Bering
Engelsrufer
Tommy Hilfiger
Karibischer Bernstein

Casio Edifice
Festina
Citizen



**ERGOTHERAPIE
GLÜCKSTADT**

**Sensorische
Integrationstherapie
IntraActPlus-Konzept
Verhaltenstraining
Elterntraining/-beratung
Neurologie
Handtherapie
Hausbesuche**

ERGOTHERAPIE GEMEINSCHAFTSPRAXIS

Marc Pfeifferberger & Julian Richter
An der Chaussee 28 a · 25348 Glückstadt

Tel: 0 41 24 - 60 95 50
Fax: 0 41 24 - 60 95 51

Angebote für Kinder & Jugendliche

23 Selbstbehauptungstraining (Basiskurs) für Kinder von 6 - 10 Jahren

Bist du stark, mutig und voller Selbstvertrauen, hat Mobbing bei dir keine Chance! In einer kleinen, überschaubaren Gruppe lernen wir über einen Zeitraum von drei Wochen Werkzeuge kennen, die du täglich in Schule und Freizeit nutzen kannst.

Anna Tercero, samstags, Termin bei Anmeldung, 2x, 10.00 - 10.45 Uhr, Gebühr: 18,- €

24 Mit Ponys Spaß haben für Kinder von 6 - 10 Jahren

Auf dem Hof von Birte Schneider lernen die Kinder den Umgang mit Ponys. Striegeln, Hufe auskratzen, Ausmisten, aber vor allem natürlich ganz viel Reiten und Spaß auf dem Ponyrücken.

Birte Schneider, dienstags, ab 14.04.2026, 4 x 15.00 - 17.00 Uhr, Gebühr: 65,- €

25 Oster-Bastelspaß für Kinder von 6 - 9 Jahren

Hasen, Eier und Frühlingszauber - beim Basteln wird's bunt und fröhlich.

Ann Kristin Hoffmann und Anna Moser, Samstag, 14.03.2026, 14.00 - 17.00 Uhr, Gebühr: 21,- € inkl. Material

26 Rezepte für die Faschings-/Geburtstagsparty für Kinder von 6 - 10 Jahren

Wir bereiten leckere Speisen süß und herhaft zu. Eine Kinderbowle, Gemüse knackig und gesund, Pizzaschnecken, Mini Amerikaner, Brötchenwurm und einiges mehr. Lasst Euch überraschen.

Anna Strauch, Samstag, 14.02.2026, 11.00 - 13.00 Uhr, Gebühr: 15,- € inkl. Material

27 Backen zum Muttertag für Kinder von 6 - 10 Jahren

Ein Hoch auf die Mütter! Zum Muttertag backen wir etwas Schönes und Leckeres. Mama freut sich dann am Sonntag über die tolle Überraschung, die Du für sie gebacken hast.

Anna Strauch, Samstag, 09.05.2026, 11.00 - 13.00 Uhr, Gebühr: 15,- € inkl. Material

Mit Ihrer Spende unterstützen Sie unsere Kurse für Kinder und Jugendliche.



FamilienBildungsStätte
Glückstadt e.V.
FamilienZentrum

28

KINDER-FLOHMARKT

Alles rund ums Kind:
Kleidung, Spielzeug, Babysachen

Samstag,
18.04.2026
10.00 - 12.00 Uhr

Sporthalle der Bürgerschule

Standgebühr: 10,- € pro 3 m

Tische, Stühle und Kleiderstangen sind selbst mitzubringen

Anmeldungen an info@fbs-glueckstadt.de

www.fbs-gueckstadt.de

Seit über 80 Jahren für Sie da

Abgasanlage

Energieberatung

Wasserleitung

Klimaanlage

Handtuchheizkörper

Amarturen

Störungsdienst

Rohrbruch

Wartung

Ölheizung

Duschkabine

Heizkörper

Abwasserleitung

Elektroarbeiten

Badsanierung

Außenwasserleitung

Wärmepumpe

Gasleitung

Fußbodenheizung

PV - Anlage

hydraulischer Abgleich
Gasheizung

WERNER DIECK

Baugesellschaft mbH

Meisterbetrieb seit 1971

Ausführung von

Erd-, Beton-, Fliesen- und Maurerarbeiten

Neubau, Altbau, Denkmalschutz

25377 Kollmar

Telefon 0 41 28/385

www.dieck-bau.de



Ihr Meisterbetrieb mit Tradition
seit 1945

www.KlanteGmbH.de

Badezimmer · Heizungstechnik · Wärmepumpe · Klima · PV-Anlagen

Tel.: 04124.58 99 13 · ☎: 0152.214 50 956

info@KlanteGmbH.de

Der Treffpunkt
am Glückstädter Hafen -
„Zur Alten Mühle“

Restaurant
zur Alten Mühle



Durch seine Lage direkt am Glückstädter Hafen genießt das Restaurant „Zur Alten Mühle“ eine echte Sonderstellung.

Sowohl von den fensterplätzen als auch direkt von der schönen Terrasse aus haben Sie freie Sicht direkt auf die hier anlegenden Segelschiffe. Eine Aussicht, die zum Träumen einlädt...



Inh. Dieter Lassmann
Am Hafen 54 • Glückstadt

Tel. 0 41 24 / 18 07
Fax 0 41 24 / 5262

ÖFFNUNGSZEITEN:

April - Oktober

11.30 - 21.00 Uhr

November - März

Montag bis Donnerstag

11.30 - 15.00 Uhr und 17.30 - 21.00 Uhr

Freitag bis Sonntag

11.30 - 21.00 Uhr durchgehend

Dienstag Ruhetag

Seit 1984 heißen Dieter Lassmann und seine „Mannschaft“ ihre Gäste willkommen. Bekannt ist das Team für das ausgewogene und gekonnt zubereitete Speisenangebot. Durch die Lage am Hafen liegt ein Schwerpunkt des Angebots auf frischen Fischgerichten. Stets wird die Speisekarte durch aktuelle Angebote der saison ergänzt. Und von Montag bis Freitag gibt es ein überaus günstiges wechselndes Stammessen.

Der Partyservice des Hauses versorgt Sie und Ihre Gäste mit vielen leckeren Überraschungen. Wenn Sie die Räumlichkeiten und die herrliche Aussicht für Ihre nächste Feier nutzen möchten, sollten Sie rechtzeitig einen Termin abstimmen.

www.Restaurant-zur-Alten-Muehle.de

Info-Abende

29 Erben und vererben

Vom richtigen Erben und Vererben. Muss ich etwas regeln?
Der Glückstädter Rechtsanwalt und Notar Christian Ebsen informiert über folgende Themen:
Gesetzliche Erbfolge, Testament, Erbvertrag, Pflichtteilsrecht, Erbschaftssteuer u.a.

Christian Ebsen, Dienstag, 27.01.2026, 1 Abend, 19.00 - ca. 21.00 Uhr, Gebühr: 10,- €

30 Vollmachten

Beizeiten vorsorgen - mit Vollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung. Wer trifft Entscheidungen, wenn ich dazu selbst nicht mehr in der Lage bin?
Informationen hierzu von Rechtsanwalt und Notar Christian Ebsen.

Christian Ebsen, Dienstag, 27.10.2026, 1 Abend, 19.00 - ca. 21.00 Uhr, Gebühr: 10,- €

Info-Abende

31 Elterngeld & Elternzeit

Wie plane ich meine Elternzeit? Kann mein/e Partner*in auch Elterngeld beantragen? Kann ich auch arbeiten, während ich Elterngeld beziehe? Was passt besser zu mir/uns?
Basiselterngeld oder Elterngeld Plus? Wie hoch ist mein Elterngeld? Wo beantrage ich das Elterngeld?

FamilienZentrum
Dienstag, 24.03.2026, 19.00 - 21.00 Uhr
Gebühr: kostenlos



GASTHAUS Der Kleine Heinrich

In dem kleinen Haus am Markt
ist fast noch alles wie vor 350 Jahren,
schräger Fußboden und niedrige Decken.

Seit 1988 erfreuen sich die Gäste
an Speisen der Holsteiner Küche,
nach überlieferten Rezepten gekocht.



Wir freuen uns darauf, Sie in unseren Gasträumen und auf der Terrasse zu bewirten.

Am Markt 2 • 25348 Glückstadt • Tel. (04124) 36 36 • www.der-kleine-heinrich.de

Berufliche Beratung in Dithmarschen & Steinburg

- Wiedereinstieg und Vereinbarkeit
- Neu-/Umorientierung
- Bewerbungsstrategien und Selbständigkeit
- Ausbildung in Teilzeit
- Weiterbildung und Fördermöglichkeiten
- kostenlos und vertraulich



... mit Rückenwind in die Zukunft!

FRAU &
BERUF
frauundberuf@eg-westholstein.de
25746 Heide, Große Westerstraße 8
Tel. 0481 - 68 37 69 - 23

25524 Itzehoe, Viktoriastraße 17
Tel. 04821 - 40 30 28 - 54



WEP
Wir bringen Wirtschaft in den Kreis Pinneberg

egw:wirtschaftsförderung
Entwicklungsgesellschaft Westholstein

Kofinanziert von der
Europäischen Union

SH  Schleswig-Holstein
Landesregierung

FamilienBildungsStätte - wir sind für Sie da!

Das sind wir

Die FBS
Familienbildungsstätte
ist seit 47 Jahren
eine verlässliche
und kompetente
Anlaufstelle für
Familien in allen
Phasen und Formen
des Zusammenlebens.



Wir bieten Informationsabende, Kurse, Freizeitangebote im Sport und im kreativen Bereich an. Unser Ziel: Den Glückstädter Bürgerinnen und Bürgern immer wieder neue Angebote zu bieten, die Spaß machen und den persönlichen Horizont erweitern. Im Fokus steht dabei immer das "Wir-Gefühl" und das Erleben in der Gemeinschaft. Wir sind für alle da und freuen uns, Ihnen mit spannenden und vielfältigen Angeboten neue Erfahrungen zu ermöglichen.

Weiterhin sind wir bei Aktionen der Stadt oder des Vereins "Aktiv für Glückstadt" dabei, wie z.B. den Matjeswochen, Weihnachtsaktionen, Pflanzaktionen oder der Interkulturellen Woche.

Als Träger zweier KiTas fühlen wir uns auch den Familien mit Kleinkindern verpflichtet und unterstützen Sie tatkräftig dabei, Ihre Kinder zu starken, fröhlichen und selbstbewussten Persönlichkeiten zu erziehen. Unsere Kindertagesstätten sind die Deichbande und die Elbbande, die jeweils Kinder im Alter von 0 bis 6 Jahren vormittags, nachmittags oder ganztags bis 17.00 Uhr betreuen.

Weitere feste Bestandteile der FBS sind das FamilienZentrum (FamZe), die Qualifikation zur Kindertagespflegeperson sowie die Ferienbetreuung für Grundschulkinder berufstätiger Eltern (siehe Angebot Nr. 20 bis 22 auf Seite 12).



Der Ferienspaß ist fester Bestandteil des FBS-Programms

BEITRITTSERKLÄRUNG

Werden Sie Mitglied und unterstützen damit die Arbeit der FBS

Familienname	Vorname	Geburtsdatum
Straße und Hausnummer	Postleitzahl	Wohnort
Telefonnummer	E-Mail-Adresse	

Einzelbetrag pro Person jährlich: 31,- € Als Mitglied erhalten Sie pro Kurs
 Familienbeitrag jährlich: 51,- € 2,50 € Ermäßigung.
 Juristische Personen: ab 102,- €

Sie können jederzeit formlos kündigen.

Datum, Unterschrift

SEPA-EINZUGSERMÄCHTIGUNG

Die Gebühr von € _____ soll von meinem Konto bei _____
IBAN _____
jährlich im Voraus abgebucht werden.
Datum, Unterschrift

Teilnahmebedingungen:

Zu allen Kursen und Veranstaltungen ist eine **Anmeldung erforderlich**. Sie können sich schriftlich, per E-Mail oder telefonisch anmelden. Für die Kursanmeldung benötigen wir Ihren Namen, Ihre Anschrift, Ihre Telefonnummer und Ihre E-Mail-Adresse.

Die Kursgebühr zahlen Sie spätestens 1 Woche nach Anmeldung durch Überweisung auf unser Konto bei der Sparkasse Westholstein DE40 2225 0020 0090 2205 18, BIC NOLADE 21 WHO oder in bar im Büro der FBS.

Muss ein Kurs abgesagt werden, erhalten Sie 1 Woche vor Kursbeginn Bescheid.

Geht Ihre Abmeldung bis 1 Woche vor Kursbeginn bei uns ein, wird die Gebühr erstattet. Bei späteren Absagen berechnen wir die volle Kursgebühr, falls wir den Platz nicht neu besetzen können.

Die Rückerstattung der Kursgebühr für einzelne, nicht besuchte Kurstage ist nicht möglich.

Die FBS haftet nicht für Diebstähle, Unfälle oder sonstige Schäden. Ihre Teilnahme an den Kursen erfolgt auf eigene Verantwortung.

Bewegung & Gesundheit

32 - 34 Yoga für Frauen

Den Körper wieder in Balance bringen, die Gedanken abschalten und Entspannung genießen - all das mit HathaYoga in einer kleinen, zwanglosen Runde erleben.

Dieser Kurs richtet sich an alle Frauen, die sich etwas Gutes tun möchten, egal welches Fitness-Level, egal welches Alter. Anfänger und Geübte sind willkommen! Alle Übungen werden angeleitet und an die Teilnehmerinnen angepasst.

Bequeme Kleidung, eine leichte Decke und Socken sollten mitgebracht werden, Matten sind vorhanden.

(Fortlaufender Kurs, Einstieg jederzeit möglich. Läuft auch in den Schulferien weiter.)



Andrea Schmidt

32 montags, ab 05.01.2026, 10 x, 17.00 - 18.10 Uhr, 80,- €
33 mittwochs, ab 07.01.2026, 10 x, 16.00 - 17.10 Uhr, 80,- €
34 mittwochs, ab 07.01.2026, 10 x, 17.30 - 18.40 Uhr, 80,- €

35 Yoga im Park

Der Stadtpark - ein ruhender Pol - und dort fühlen wir uns auch mit Yogaübungen wohl. Es wird keine Yoga-Matte benötigt.

Sabine Schade

Samstag, 25.04.2026, 11.00 - ca. 12.00 Uhr, Gebühr: 7,- €
Treffpunkt: Bahnübergang Janssenweg, ehemals EAW

36 - 37 Nimm Dir Zeit für Dich - für Frauen

Ein gemütlicher Winternachmittag mit netten Gesprächen, ein wenig Bewegung, Entspannung, Wellness und zwischendurch ein kleiner Snack. Gemeinsam wollen wir ein paar entspannte Wohlfühlstunden mit Euch verbringen. Als eine tolle Geschenkidee stellen wir gerne einen Gutschein für Deine Freundin, Mutter, Schwester usw. aus.

Daniela Ruge und Sabine Schade

36 Freitag, 06.02.2026, 17.00 - ca. 19.30 Uhr, Gebühr: 19,- €
37 Freitag, 13.02.2026, 17.00 - ca. 19.30 Uhr, Gebühr: 19,- €

Bewegung & Gesundheit

38 Yoga-Wochenende - für Frauen - auf der Nordseeinsel mit Charme „Sylt“

Mit Bewegung im gesunden Reizklima sich fit und attraktiv halten ... Hatha-Yoga am Strand und im Yogaraum. Mit jeder bewussten Bewegung Energie freisetzen, genießen, entspannen, den Kopf frei machen. „Tu deinem Körper etwas Gutes, damit deine Seele Lust hat, darin zu wohnen“.

Im Preis enthalten: 10 Unterrichtseinheiten Hatha-Yoga, Hin- und Rückfahrt, Gästekarte, 2/3 Übernachtungen mit Frühstück, zwischen den Yogaeinheiten Zeit für sich, Gruppengröße 8-10 Teilnehmerinnen.

Sabine Schade, Termin und Gebühr bei Anmeldung



39 - 41 Yoga für Frauen 60 plus

Sanfter Einstieg/Wiedereinstieg in die Yoga Praxis. Den eigenen Körperrhythmus durch sanfte Bewegung und Atemlenkung kennen lernen. Yoga entspannt und macht Spaß.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Decke, dicke Socken.

Sabine Schade

39 dienstags, ab 03.02.2026, 10 x, 9.30 - 10.30 Uhr, Gebühr: 70,- €
40 dienstags, ab 03.02.2026, 10 x, 11.00 - 12.00 Uhr, Gebühr: 70,- €
41 mittwochs, ab 04.02.2026, 10 x, 11.00 - 12.00 Uhr, Gebühr: 70,- €

Das Lädchen



Inh. Kerstin Wendler
Große Krempener Straße 16 | 25348 Glückstadt
Mo. geschlossen
Di. 9.00-12.00 Uhr | 14.30-18.00 Uhr
Mi. geschlossen
Do.-Fr. 9.00-12.00 Uhr | 14.30-18.00 Uhr
Sa. 9.30-12.00 Uhr
Telefon: 04124/932938
laedchenamfleth@hotmail.de

Bewegung & Gesundheit

42 Beweglicher werden mit der Feldenkraisschule

Feldenkrais® ist ein Training für aufmerksame Körperwahrnehmung. Sie führt zum Erlernen von bewusstem Bewegen und bietet dadurch die Basis für Erleichterung, Veränderung und Verbesserung von Bewegungen, Haltung und Handlungsabläufen. Im Zentrum der Methodik steht die Selbstbeobachtung. Darauf aufbauend ergibt sich der Anstoß zur eigenständigen Veränderung. Hin zu besserer (schmerzfreier und schmerzreduzierter) Haltung! Tragen Sie dazu bitte bequeme Kleidung und bringen Sie eine Decke mit. Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Bernd Rump, montags, ab 19.01.2026, 4 x, 19.00 - 20.00 Uhr, Gebühr 28,- €

43 - 45 Nordic-Walking macht fit

Nordic-Walking ist eine gesunde Sportart. Beim Laufen mit Stockeinsatz werden fast alle Muskeln des Körpers angesprochen. Dieser Sport eignet sich auch sehr gut für Untrainierte und beinhaltet Aufwärmübungen sowie Dehnübungen. Eine begrenzte Anzahl Walking Stöcke stehen für Einsteiger zum Ausleihen bereit. Bitte tragen Sie feste Schuhe und bringen Sie sich ein Getränk mit. Wir walken bei jedem Wetter! Dieser Kurs wendet sich sowohl an Anfänger als auch an Fortgeschrittene. Treffpunkt ist der Parkplatz am Baggersee Butendiek Besantwiete.

Anke Bohm
43 mittwochs, 07.01. - 18.02.2026, 7 x, 15.00 Uhr, Gebühr: 49,- €
44 mittwochs, 25.02. - 15.04.2026, 8 x, 15.00 Uhr, Gebühr: 56,- €
45 mittwochs, 13.05. - 29.07.2026, 10 x, 17.00 Uhr, Gebühr: 70,- €

46 Gymnastik am Vormittag

Die Freude an Bewegung und Musik steht bei dieser Gymnastik im Mittelpunkt. Durch Beweglichkeits-, Kräftigungs- und Dehnübungen werden die aufrechte Haltung und das allgemeine Wohlbefinden verbessert. Bitte bequeme Kleidung und ein Handtuch mitbringen.

Judith Johannes, mittwochs, ab 25.02.2026, 8 x, 8.20 - 9.20 Uhr, Gebühr: 56,- €

47 Seniorengymnastik

Mit sanften Bewegungen beweglich bleiben. In ruhiger Atmosphäre die Mischung von Dehn-, Kräftigungs- und Schwungübungen, Entspannungsphasen und Körperspürarbeit erleben.

Judith Johannes, mittwochs ab 11.02.2026, 8 x, 9.30 - 10.30 Uhr, Gebühr: 56,- €

Ein Einstieg in unsere fortlaufenden Kurse ist bei freien Plätzen jederzeit möglich.
Nehmen Sie Kontakt zu uns auf.

Bewegung & Gesundheit

48 Krav Maga Female Crashkurs

Der Selbstverteidigungskurs nur für Frauen und Mädchen ab 14 Jahren

Hier lernen Sie die Grundlagen von Krav Maga, dem hocheffektiven israelischen Selbstverteidigungssystem. Einfach, praxisgerecht, als Krav Maga Female speziell auf Frauen abgestimmt. Erleben Sie, mit wie viel Spaß Sie ihre eigene Stärke kennen lernen können. Lernen Sie, dass Sie nicht unterlegen sind! In dem Kurs holen wir Sie dort ab, wo Sie sind. Egal wie alt oder jung, klein oder groß, dick oder dünn. Sportlichkeit ist keine Voraussetzung. Wir arbeiten am Abbau von Schlaghemmung und lösen hinderliche Glaubenssätze auf. Hier geht es nicht um sportliche Höchstleistungen, sondern nur ums Ziel: "Sicher nach Hause kommen." Entdecke was in dir steckt. Entdecke Krav Maga.

Jens Timm, samstags, Termin bei Anmeldung, 2 x 10.00 - 13.00 Uhr, Gebühr: 42,- €

49 Runter vom Sofa - Rauf aufs Pferd

Reiten als Gesundheitssport mit dem Pferd wird ausschließlich auf erfahrenen, zuverlässigen Pferden und im Schritt durchgeführt. Die Pferde werden geführt, sodass man sich voll und ganz auf die Bewegung einlassen, diese spüren und mitschwingen kann.

Es bedarf keinerlei Vorkenntnisse.

Zielgruppe: alle Altersgruppen mit schwacher Muskulatur des Stütz- und Bewegungsapparates (insbesondere Rücken- und Bauchmuskulatur) sowie mit Bewegungseinschränkungen, Teilnehmer mit altersentsprechenden Beschwerden und/oder Fehlbelastungen des Bewegungsapparates, Teilnehmer mit erhöhter Stressanfälligkeit und Teilnehmer mit einem inaktiven Lebensstil.

Birte Schneider, montags, 5 x, ab 04.05.2026, 18.00 - 19.30 Uhr, Gebühr: 85,- €

**Fenster · Türen
Innenausbau**

RICHTER
TISCHLEREI

Tischlerei Richter GmbH
Der Keil 4 · 25348 Glückstadt
Telefon (04124) 2089 · Telefax (04124) 2250
kontakt@tischlerei-richter.de
www.tischlerei-richter.de

WIR SIND WEITERHIN FÜR SIE DA

GBS BÜRO SERVICE & FACHMARKT
Fax 04124.9372-44
Tel 04124.9372-50
info@gbs-bueroｆachmarkt.de



Jeden Donnerstag Stadtgang Glückstadt und FREI HAUS
Lieferung (auch für Kleinigkeiten)

ONLINE SHOP : GBS-Bueroｆachmarkt.de

hagebaumarkt
Glückstadt

Gemeinsam stark
für Glückstadt und unsere Region!

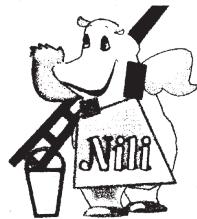
Schröder Bauzentrum GmbH, Glückstadt & Co. KG
Hinterm Hofe 1, 25348 Glückstadt
Telefon: 04124 91899-900
www.schroeder-bauzentrum.de
Mo.-Fr. 8-19 Uhr, Sa. 8-16 Uhr

hagebaumarkt | **Schröder**
BAUZENTRUM

glasreinigung Nils Priebe

Glasreinigung Innen/Außen · Rahmen-Reinigung
Reinigung von Reklameschildern,
Vordächern und Wintergärten
Grundreinigung von Fenster und Türen

Nils Priebe · Dorfstraße 36 · 25599 Wewelsfleth
Tel. 0 48 29 / 92 84 · Fax 0 48 29 / 90 15 66
Mobil 0 172 / 597 35 41



Kreativität

50 Kuchen- und Tortenworkshop

Wir backen gemeinsam einen leckeren Kuchen und einen Biskuittortenboden. Daraus stellen wir eine leckere Torte her.

Andrea Töllner,
Samstag, 14.03.2026, 11.00 - 13.30 Uhr
Gebühr: 17,50 € zzgl. 6,- € Material



51 Wildkräuter-Entdeckungsreise

Aufgepasst! Hast Du schonmal ein Gänseblümchen probiert? Es ist nicht nur essbar, sondern auch gesund. Möchtest Du mehr über Wildkräuter erfahren? Dann komm mit mir auf Wildkräuter-Entdeckungsreise im Schrebergarten "Am Schwarzwasser" bei der "Wilden Möhre".

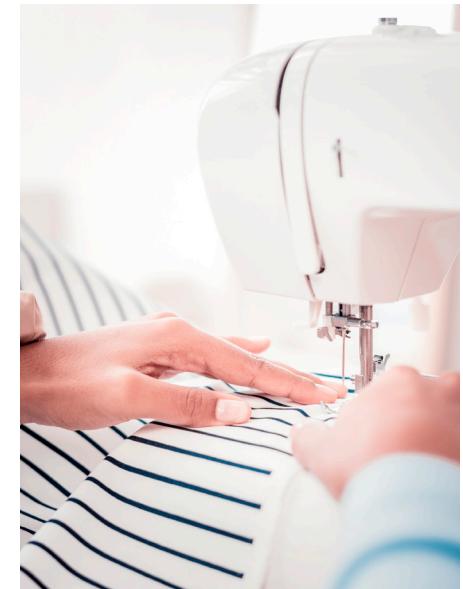
Anja Köhnemann
Samstag, 28.03.2026, 11.00 - 13.30 Uhr
Gebühr: 17,50 €



52 Nähen für Frauen - mit und ohne Vorkenntnisse

Wer Spaß am Nähen hat oder es mal ausprobieren möchte, ist in diesem Kurs richtig. Einen lustigen Rucksack oder ein Kuschelkissen für Kinder - einen poppigen Einkaufshopper oder ein besonderes Sofakissen nach eigenen Ideen, mit kleinen Details, individuelle Sachen selber machen. Auch z.B. getragene Jeans-, Tischdecken- oder Blusen-Upcycling. Die Kursleiterin hält auch einige Muster/Anregungen bereit.
Bitte mitbringen: Nähmaschine (falls vorhanden), Stoff (auch Stoffreste), Schere, Maßband, Garn, evtl. Knöpfe - alles, was gerne verarbeitet werden soll. Gerne in der FBS Weiteres erfragen.

Iris Voigt, Samstag, 07.03., Sonntag, 08.03., Samstag, 21.03. und Sonntag, 22.03.2026, jeweils 13.00 - 15.00 Uhr, Gebühr: 56,- €



Unter Frauen

53 Frauen unterwegs

Hamburg ist mit ca. 1,9 Millionen Einwohnern die zweitgrößte Stadt nach Berlin in Deutschland.

Wir haben schon einiges erkundet - das Gewürzmuseum, die Elphi, eine interessante moderierte Stadtrundfahrt gemacht, das Museum der Illusionen erlebt, eine gesellige Kanalfahrt und eine gemütliche Hafenrundfahrt gemacht.

Wir freuen uns auf einen weiteren interessanten und schönen Tag in Hamburg!

Mitarbeiterinnen der FBS, 23.04.2026



54 - 55 Frauen-Treff

Raus kommen aus dem Alltag, in geselliger Runde sich austauschen, Tipps erhalten - weitergeben. Andere Frauen kennen lernen - gemeinsam etwas unternehmen!

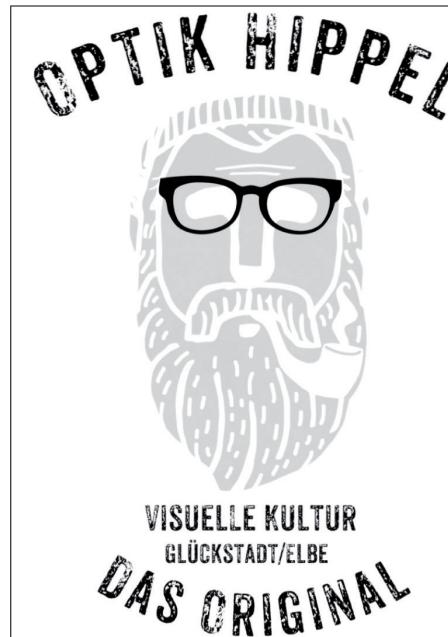
Schauen Sie einfach mal am Nachmittag auf eine Tasse Tee oder Kaffee vorbei. Bitte melden Sie sich vorher an. Die Treffen sind kostenfrei.

Daniela Ruge
54 Treffen jeden ersten Donnerstag im Monat (ab 05.02.2026), 14.00 - ca. 16.00 Uhr

55 Treffen jeden dritten Dienstag im Monat (ab 20.01.2026), 14.00 - ca. 16.00 Uhr



Salon Sabine
DER WELLNESS FRISEUR
25348 Glückstadt
Steinburgstraße 10
04124/3215
www.friseur-schargus.de
Auch Hausbesuche



OPTIK HIPPEL
VISUELLE KULTUR
GLÜCKSTADT/ELBE
DAS ORIGINAL



56 KLEIDERMARKT & KLEINE SCHÄTZE

NUR für Frauen



Wann?
Freitag,
17.04.2026
18.00 -
20.00 Uhr

Wo?
Sporthalle der
Bürgerschule

Standgebühr?
10,- € pro 3 m

Tische, Stühle und Kleiderstangen sind selbst mitzubringen.

www.fbs-glueckstadt.de

Bildung & Kultur für Erwachsene

57 PC für alle

Mein Rechner - das unbekannte Wesen? Für alle, die sich im Umgang mit ihrem PC oder Notebook noch nicht so richtig wohl und sicher fühlen, wird hier eine umfassende Einführung angeboten.

Kursinhalte:

- Was kann mein PC/Notebook
- Word - Excel - Powerpoint (schreiben, surfen, spielen)?
- Internet
- Windows, ein Betriebssystem
- Fluch oder Segen, Virenschutz und Firewall
- Office, das Büroprogramm
- DSL, UMTS, WLAN, DLAN, LAN, WEP, WPA2

Kai-Uwe Mausolf, dienstags, Termin bei Anmeldung, 3 x, 18.30 - 21.00 Uhr, Gebühr: 60,- €

58 Sonne, Strand und Strandkorb - Lesespaß im Sommer

hoffentlich bei bestem Wetter im Garten der Bücherstube

Was bietet uns dieser Lesesommer und sollte in keiner Badetasche fehlen? Welch gutgelaunter Krimi oder welch amüsante Geschichte versüßt mir noch den langen Abend? Und was kann ich auch am Strand verdauen? All dies und was uns noch an sommerlicher Lektüre einfällt, werden an diesem Abend die fröhlichen Mitarbeiterinnen der Bücherstube am Fleth vorstellen.

Renate Meyer und Team, Mittwoch, 23.06.2026, 19.00 Uhr, Gebühr: 10,- €



Der Laden mit den vielen guten Seiten

Bestellung

Nehmen wir per Telefon& sms 04124 937546, Bücherstube-am-Fleth.com, per Mail hallo@buecherstube-am-fleth.com, per Briefkasten, per threema <https://threema.id/N2J9NRWK> und per Signal& WhatsApp 015750785037 oder persönlich entgegen.

Lieferung auch möglich

Per Rad ca. 10km Umkreis. Bitte sprechen Sie uns an
DHL und DPD ab 30€ kostenfrei, sonst 3€

Kindertagespflege - ein neuer Beruf für mich?

Tagesmutter oder Tagesvater werden

Die FBS Glückstadt bietet diese Qualifizierung in enger Zusammenarbeit mit dem e.V. Familienzentrum Itzehoe und dem Jugendamt Itzehoe an.

Gem. dem Bundesverband Berlin für Kindertagespflege e.V. wird der Kurs nach dem Qualitätshandbuch (QHB) durchgeführt und zertifiziert.

- Kinder machen Freude und Arbeit - hier lässt sich beides miteinander verbinden.
- Als selbstständige Kindertagespflegeperson können Sie in familiärer Atmosphäre eine kleine Gruppe von bis zu fünf Kindern betreuen.
- Sie legen selbst Ihre Arbeitszeiten fest und können sie mit den Bedürfnissen Ihrer eigenen Familie und der Betreuung der eigenen Kinder abstimmen.
- Die Tätigkeit kann in Selbstständigkeit oder aber auch im Angestelltenverhältnis ausgeführt werden.



Dieses Jahr bieten wir 3 Kurse an: einen Basiskurs, einen Vertiefungskurs und einen Extrakurs für ErzieherInnen und SPAs

Anmeldungen nimmt das e.V. Familienzentrum Itzehoe unter: 04821 - 8 89 85 47 oder info@fbs-itzehoe.de entgegen.

Eine Infoveranstaltung findet im Jugendamt Itzehoe statt.
Alle weiteren Informationen erhalten Sie bei Frau Korth (Tel.: 04821 - 6 96 13) oder Frau Reimers-Tiedemann (Tel. 04821 - 6 94 92).

Die Planung und Organisation der Module übernimmt die FBS Glückstadt Tel.: 04124 - 8 90 87 13

Ansprechpartnerinnen:

Daniela Ruge (d.ruge@fbs-glueckstadt.de) und
Hannah Mühlenbruch (h.muehlenbruch@fbs-glueckstadt.de).

Danke

Ohne Euch würde es nicht gehen.

In der FBS arbeiten mit:

Bohm, Anke	Laufbetreuerin	Schade, Sabine	Yoga-Lehrerin
Ebsen, Christian	Rechtsanwalt & Notar	Schauer, Susanne	Trageberaterin
Johannes, Judith	gepr. Präventologin	Schmidt, Andrea	Yoga-Lehrerin
Haß, Linda	Sozialpädagogin	Schneider, Birte	Reitlehrerin
Hoffmann, Ann Kristin	MFA	Strauch, Anna	Köchin
Köhnemann, Anja	Erzieherin	Tercero, Anna	Sozialpädagogin
Mausolf, Kai-Uwe	IT-Systemersteller	Timm, Jens	Krav Maga Instructor
Meyer, Renate & Team	Buchhandlung	Töllner, Andrea	MFA
Moser, Anna	Bürokauffrau	Voigt, Iris	GEK
Pacewicz, Merle	Erzieherin	Voss, Lisa	Erzieherin
Rump, Bernd	Feldenkrais-Lehrer		

DANKE

an alle
Sponsoren und
Anzeigekunden

Serviceclubs Glückstadt

Soroptimist International eine weltweite Stimme für Frauen

Soroptimist International (SI) ist ein internationales Netzwerk berufstätiger Frauen. Soroptimistinnen setzen sich für eine Verbesserung der Lebens- und Berufssituation von Frauen und Mädchen ein. In Glückstadt unterstützt SI Projekte, die nachhaltig sind und Strukturen verändern. Wir arbeiten eng mit dem Jugendzentrum zusammen und finanzieren den Einkauf für den täglichen Mittagstisch mit. Die FBS Glückstadt als wichtige soziale Einrichtung gehört zu den regelmäßigen Empfängern unserer Zuwendungen.



Der Lions Club Glückstadt/Elbe

Der Lions Club Glückstadt wurde 1975 gegründet. Der jetzige Präsident ist Kai-Michael Wolters. Nach dem Motto „we serve“ werden viele nationale und internationale Projekte unterstützt. Das Hauptaugenmerk ist, sozialen und kulturellen Organisationen Hilfleistungen und Beistand, sei es durch Spenden oder anderweitige Unterstützung, bereitzustellen.



Hier sind einige Beispiele: Unterstützung der Glückstädter Tafel durch Sammeln von Lebensmitteln und durch die Übergabe von Büchergutscheinen für Kinder unter 15 Jahren; Regelmäßige Hilfstransporte zur Deutschen Minderheit in Bartenstein (Polen). Unterstützung der FBS bei der Tannenbaum-Aktion zur Erfüllung von Wunschzetteln; Unterstützung der Musikschule Glückstadt bei der Beschaffung von Instrumenten; Bereitstellung von finanziellen Mitteln für die evangelische Gemeinde Glückstadt für Notfälle in Familien." Näheres über den Lionsclub Glückstadt / Elbe kann man erfahren unter www.lions-club-glueckstadt.de

Round Table 156 Glückstadt - Wir packen an - persönlich und mit eigenen Händen

Wir organisieren und führen Charity-Events durch, z.B. das bekannte Glückstädter Entenrennen zur Matjeswoche, um Spendengelder zu akquirieren. Wir unterstützen „Hands on“ Hilfstransporte und bringen „Weihnachtsglück“ nach Rumänien. Zur Verkehrssicherheit tragen wir mit der Aktion „Raus dem toten Winkel“ bei. Wir bauen, helfen und packen da an, wo es gebraucht wird.

Hier vor Ort, aber auch als große Gemeinschaft in Deutschland und der Welt.

Mehr Informationen und Kontaktmöglichkeiten unter:

www.rt156.de

<https://www.facebook.com/rt156/>

<https://www.instagram.com/roundtable156glueckstadt/>

Wir sind immer auf der Suche nach neuen dynamischen Tablern, die sich mit unseren Werten und Aktivitäten identifizieren können. Bist Du WIR? ☎✉



Wir bedanken uns bei den Service Clubs für die hilfreiche Unterstützung unserer Projekte
Das FBS-Team

Familienzentrum Glückstadt



Herzlich willkommen im Familienzentrum Glückstadt

Das FamZe ist eine offene Anlaufstelle für alle Familien aus Glückstadt und Umgebung. Unbürokratisch und zeitnah! Wir bieten Beratung, Begleitung und Unterstützung in familiären Konfliktsituationen, entwickeln gemeinsam Lösungen und vermitteln an kompetente Anlaufstellen. Zudem arbeiten wir laufend daran, neue Inhalte und Angebote zu entwickeln, die sich an euren Bedürfnissen orientieren. Wir bieten:

- Beratung, Begleitung und Information in Fragen rund um das Thema Familie
- Informationen über Betreuungs-, Freizeit-, Bildungs- und Beratungsangebote
- Vermittlung an geeignete Ansprechpersonen und Anlaufstellen
- Unterstützung bei Konfliktsituationen oder Herausforderungen im Alltag
- Hilfe bei Antragstellungen
- Einsatz von Sprachmittlern

Die Begleitung und Beratung sowie alle Angebote des FamZe sind kostenfrei.

Am Burggraben 1, 25348 Glückstadt
Tel.: 04124 - 8 90 89 73
www.famze-glueckstadt.de



Martina Lischack
Mobil: 0151 - 74 10 75 19
m.lischack@fbs-glueckstadt.de



Linda Haß
Mobil: 0160 - 98 44 38 81
l.hass@fbs-glueckstadt.de

Familienzentrum Glückstadt

Angebote



ELTERNCAFÉ

Neue Kontakte knüpfen und Tipps und Informationen bei einer Tasse Kaffee in den Räumen der FBS.

montags von 10.45 bis 12.00 Uhr



ELTERN-KIND-TREFF (0 BIS 3 JAHRE)

Gemeinsam singen, basteln, spielen und Erfahrungen austauschen in den Räumen der Kita Elbbande.

dienstags von 15.30 bis 17.00 Uhr



MULTIKULTURELLE MUTTER-KIND-GRUPPE

Gemeinsam Zeit verbringen, Erfahrungen austauschen und voneinander lernen.
mittwochs von 9.30 bis 11.30 Uhr



SPRACHCAFÉ FÜR FRAUEN

Gemeinsam die deutsche Sprache lernen und andere Frauen kennenlernen.
freitags von 10.00 bis 12.00 Uhr



HANDARBEITSTREFF

In netter Atmosphäre kreativ sein und dabei klönen.
Ob AnfängerInnen oder Fortgeschrittene, hier sind alle willkommen!
freitags von 14.00 bis 17.00 Uhr

Familienzentrum Glückstadt



Familienfreizeit für Alleinerziehende

Wochenende im Sommer 2026, Termin folgt

Anmeldung bei Martina Lischack (Tel.: 0151 - 74 10 75 19, E-Mail: m.lischack@fbs-glueckstadt.de) oder Linda Haß (Tel.: 0160 - 9 84 4 38 81, E-Mail: l.hass@fbs-glueckstadt.de)

Weil Familie das Wichtigste ist

"Hörgeräte von Elbe-Akustik fördern die Kommunikation und geistige Aktivität für besseres Verstehen in Ruhe und Gesellschaft"

✓ Hörgeräte von Einstieg- bis Premiumklasse
✓ Herstellerunabhängige und individuelle Beratung
✓ Kostenlose Höranalyse und Probetragen von Hörgeräten möglich

Direkt anmelden und kostenfreies Hörergebnis in 15 Minuten erhalten:

Telefonisch **04124/932793**
Oder über den QR-Code oder unsere Webseite www.elbe-akustik.de

 **ELBE AKUSTIK**
Elbe-Akustik GmbH & Co. KG
Stadtstraße 1, 25348 Glückstadt
bei Optik Siemonsen

Öffnungszeiten
Mo-Fr 9-12 und 14-18 Uhr
weitere Standorte
Horst - 04126/9629619
Wedel - 04103/9238104
Barmstedt - 04123/9367044
Hausbesuchsservice

Aus der Region. Für die Region.

Kindertagesstätten



Die Kindertagesstätten der FBS

Die Familienbildungsstätte Glückstadt ist Träger zweier Kindertagesstätten. Die Deichbande mit Schwerpunkt Binnen & Buten und die Elbbande mit Schwerpunkt "Sprach-Kita" betreuen Kinder im Alter von 0 bis 6 Jahren in Krippengruppen, altersgemischten Gruppen und Kindergartengruppen. Nutzen Sie gern auch die Möglichkeit, sich unsere Kitas anzuschauen und sich über unser Konzept zu informieren. Wir freuen uns auf Ihren Besuch mit vorheriger Terminabsprache.

Die Betreuungszeiten: vormittags, nachmittags oder ganztags in der Zeit von 7.00 bis 17.00 Uhr.
Anmeldung: Anmeldeformulare gibt es in den Kitas und im Rathaus oder Anmeldung über das landesweite Kitaportal unter www.kitaportal-sh.de

Tagesablauf:

Gemeinsame Kreise, tägliches Singen, Vorlesen, Philosophieren und Experimentieren gehören ebenso zum Tagesablauf wie Spielen, Lachen, Toben im Garten und Zwischenmahlzeiten. Wöchentlich finden Ausflüge, Turnen in der Sporthalle und Angebote durch die MitarbeiterInnen statt. Den Kindern bieten sich viele Möglichkeiten, den Alltag mitzugehen und mitzubestimmen, sich aktiv einzubringen und Verantwortung für sich und andere zu übernehmen.

Erziehungs-Partnerschaft

Uns ist es wichtig, mit den Eltern eine vertrauliche, verantwortungsbewusste Zusammenarbeit zu schaffen. Schwerpunkt ist die Transparenz der täglichen Arbeit, d.h. aktuelle pädagogische Themen oder Gruppensituationen, Erlebnisse und Erfahrungen der Kinder.

Hospitationstage sind nach Absprache möglich. Wir unterstützen bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf, laden zu Elterngesprächen, Elternabenden und Angeboten der Familienbildungsstätte ein.

Ansprechpartnerin Elbbande: Belinda Rath, Tel.: 04124 - 6 02 61 47

Ansprechpartnerin Deichbande: Jessica Hellmann, Tel.: 04124 - 60 53 54





Für euch

fördern wir Sport, Kultur und soziale Projekte.

**Eure
Stadtwerke
Glückstadt**



meinlandzahnarzt.de
...denn mein Lächeln zählt

Dr. Helm & Partner
Wiesengrund 12
25599 Wewelsfleth
Telefon 04829 -352

+ barrierearme Praxis
+ schonende und fortschrittliche Zahnmedizin
+ hochwertiger Zahnersatz zum fairen Preis
+ fokussiert auf Vorsorge und Zahnerhaltung
+ schmerzarme Laserbehandlungen
+ digitales Röntgen, modern & präzise

www.meinlandzahnarzt.de



„Nachbarschafts-Helfer.“

Was immer Sie vorhaben:
Wir sind an Ihrer Seite.



Hauke Buttmann e.K
Große Deichstraße 4, 25348 Glückstadt
Tel. 04124/7095
glueckstadt@provinzial.de

PROVINZIAL



www.aral.de

**Waschen mit
Nanotechnologie.**

- Unglaublicher Glanz
- Perfekte Pflege
- Beste Sicht

Mittwoch Waschtag:
Wäsche ab 5,99 Euro.

Aral Tankstelle
Selami Kopinar
Stadtstraße 31
25348 Glückstadt

ARAL
Alles super.

**ECHTER
MEHRWERT.
FÜR SIE
UND UNSERE
REGION.**

Unser Partner:
Henning Plotz, Inhaber
Plotz Spezialitäten
Glückstadt



**Regional shoppen und
Geld zurückbekommen!**

Wie das geht? Zahlen Sie bei jedem Einkauf
bei einem unserer Partner vor Ort mit Ihrer
Sparkassen-Card. Jetzt informieren!

Darf's „Watt mehr“ sein?



**Sparkasse
Westholstein**