

# 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

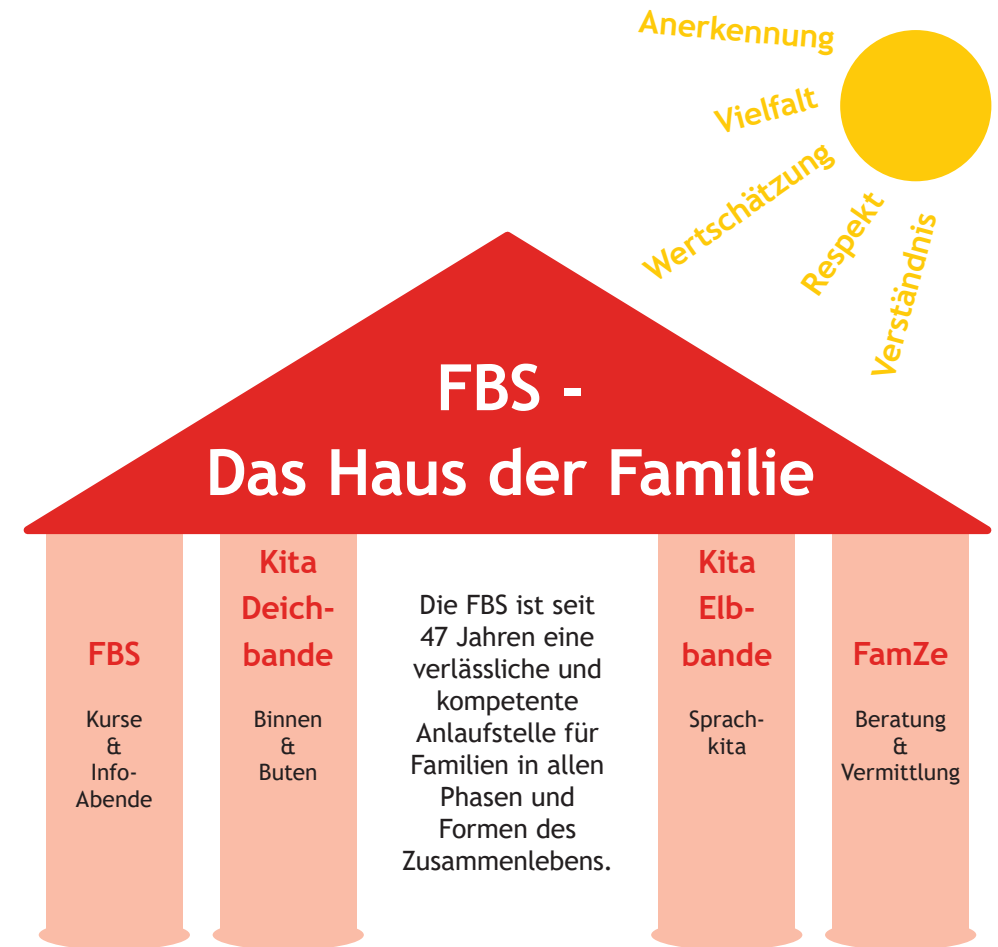
## Vorstand: Beate Stange, Andrea Schmidt, Gabriele Behnke



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



**FBS Glückstadt e.V.**  
Am Burggraben 1  
25348 Glückstadt  
Tel.: 04124/1455  
www.fbs-glueckstadt.de  
info@fbs-glueckstadt.de



**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

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

FBS Glückstadt e.V.  
Am Burggraben 1  
25348 Glückstadt

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

www.fbs-glueckstadt.de

# RUNTER VOM SOFA - Rauf aufs Pferd



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

85 €

FBS Glückstadt e.V.  
Am Burggraben 1  
25348 Glückstadt

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

www.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 x 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,- €

## 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

## 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,- €



### 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](mailto:info@fbs-glueckstadt.de)



# Siemonsen

Inh. Axel Clausen

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  
Marccain  
Frank & Frei  
und vieles mehr

#### Schmuck und Uhren:

Bering	Casio Edifice
Engelsrufer	Festina
Tommy Hilfiger	Citizen
Karibischer Bernstein	

... sowie exklusive Glückstadt Souvenirs

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

📘 Siemonsen Uhren, Schmuck und Optik  
📷 siemonsenglueckstadt



# ERGOTHERAPIE GLÜCKSTADT

Sensorische  
Integrationstherapie

IntraActPlus-Konzept

Verhaltenstraining

Elterntraining/-beratung

Neurologie

Handtherapie

Hausbesuche

**ERGOTHERAPIE GEMEINSCHAFTSPRAXIS**

Marc Pfeiffenberger & Julian Richter

Tel: 0 41 24 - 60 95 50

An der Chaussee 28 a · 25348 Glückstadt

Fax: 0 41 24 - 60 95 51

[www.ergo-glueckstadt.de](http://www.ergo-glueckstadt.de)

## 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 herzhaft zu. Eine Kinderbowle, Gemüse knackig und gesund, Pizzaschnecken, Mini Amerikaner, Brötchenwurm und einiges mehr. Lasst Euch überraschen.

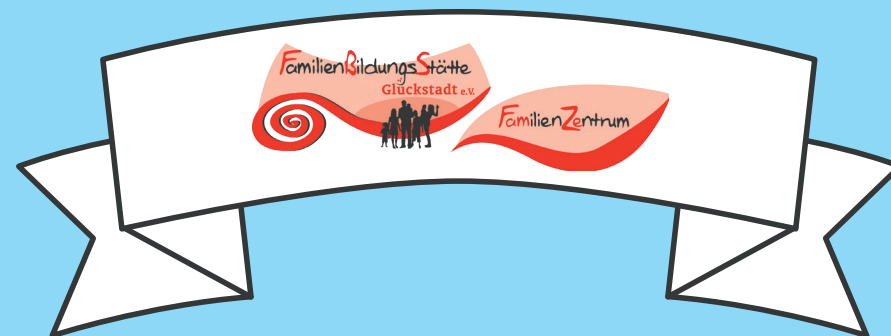
Anna Strauch, Samstag, 14.02.2026, 11.00 - 13.00 Uhr, Gebühr: 15,- € inkl. Material

### 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.



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](mailto:info@fbs-glueckstadt.de)

[www.fbs-gueckstadt.de](http://www.fbs-gueckstadt.de)

Seit über 80 Jahren für Sie da

Abgasanlage Energieberatung Wasserleitung  
Klimaanlage Handtuchheizkörper



Heizungs- und Sanitärtechnik  
**Klante**  
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

Rohrbruch  
Ölheizung  
Heizkörper  
Wasserleitung  
Wartung  
Duschkabine  
Elektroarbeiten  
Badsanierung  
Gasleitung  
Fußbodenheizung  
Wärmepumpe  
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 041 28/385

[www.dieck-bau.de](http://www.dieck-bau.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](http://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

Bezeiten 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,- €

## 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](http://www.der-kleine-heinrich.de)

## 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



## 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 Perleberg

**egw:wirtschaftsförderung**  
Entwicklungsgesellschaft Westholstein



Kofinanziert von der Europäischen Union



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.

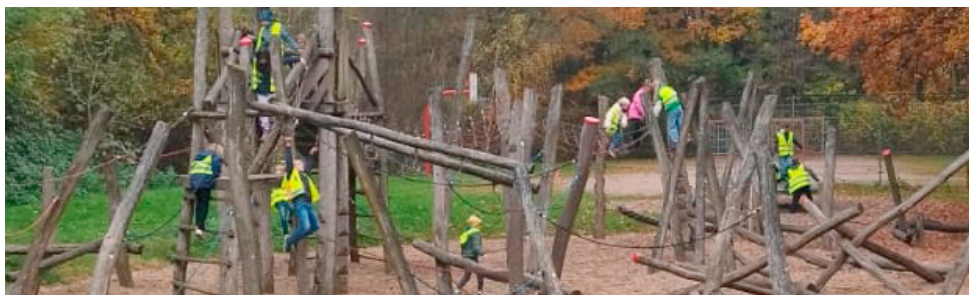


Wir bieten Informationsabende, Kurse, Freizeitangebote im Sport und im kreativen Bereich an. Unser Ziel: Den Glückstädter Bürgerinnen und Bürgern immer wieder neue Angebote zu bieten, die Spaß machen und den persönlichen Horizont erweitern. Im Fokus steht dabei immer das "Wir-Gefühl" und das Erleben 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 Grundschul Kinder 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	
<input type="checkbox"/> Einzelbetrag pro Person jährlich:	31,- €	Als Mitglied erhalten Sie pro Kurs
<input type="checkbox"/> Familienbeitrag jährlich:	51,- €	2,50 € Ermäßigung.
<input type="checkbox"/> Juristische Personen:	ab 102,- €	
<b>Sie können jederzeit formlos kündigen.</b>		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 Kremper 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

### 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 (schmerzfrier 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.

### 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 alterssprechenden 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**



**Gemeinsam stark**  
für Glückstadt und unsere Region!

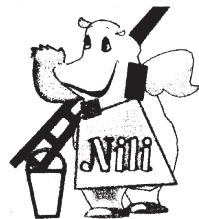
Schröder Bauzentrum GmbH, Glückstadt & Co. KG  
Hinterm Hofe 1, 25348 Glückstadt  
Telefon: 04124 91899-900  
www.schroeder-bauzentrum.de  
Mo.-Fr. 8-19 Uhr, Sa. 8-16 Uhr



## 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 Kuschkissen 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 Hafenerundfahrt 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](http://www.friseur-schargus.de)  
*Auch Hausbesuche*

**OPTIK HIPPEL**

**VISUELLE KULTUR**  
GLÜCKSTADT/ELBE  
**DAS ORIGINAL**



Anmeldung  
ab Januar 2026



# 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](http://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

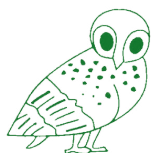
Kai-Uwe Mausolf, dienstags, Termin bei Anmeldung, 3 x, 18.30 - 21.00 Uhr, Gebühr: 60,- €

### 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 welche 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, Dienstag, 23.06.2026, 19.00 Uhr, Gebühr: 10,- €



**Bücherstube**  
am Fleth

Renate Meyer  
Am Fleth 30  
25348 Glückstadt

*Der Laden mit den vielen guten Seiten*

#### Bestellung

Nehmen wir per Telefon & sms 04124 937546, [Bücherstube-am-Fleth.com](http://Buecherstube-am-Fleth.com), per Mail [hallo@buecherstube-am-fleth.com](mailto: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](mailto: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](mailto:d.ruge@fbs-glueckstadt.de)) und Hannah Mühlenbruch ([h.muehlenbruch@fbs-glueckstadt.de](mailto:h.muehlenbruch@fbs-glueckstadt.de)).

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  
Anzeigenkunden

### 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 Hilfeleistungen 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](http://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](http://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



### 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

# 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



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

**Öffnungszeiten**  
Mo-Fr 9-12 und 14-18 Uhr  
**weitere Standorte**

Horst - 04126/9629619  
Wedel - 04103/9238104  
Barmstedt - 04123/9367044  
**Hausbesuchservice**

Direkt anmelden und  
kostenfreies Hörergebnis  
in 15 Minuten erhalten:



Telefonisch  
**04124/932793**  
Oder über den QR-Code  
oder unsere Webseite

[www.elbe-akustik.de](http://www.elbe-akustik.de)

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](http://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 mitzugestalten und mitzubestimmen, sich aktiv einzubringen und Verantwortung für sich und andere zu übernehmen.

#### Erziehungs-Partnerschaft

Uns ist es wichtig, mit den Eltern eine vertrauensvolle, 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

## Ihr Familienzahnarzt jetzt im "Doppelpack"

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



Dr. Med. dent. Hans Georg Helm ZA Jan-Hendrik Helm

- + 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](http://www.meinlandzahnarzt.de)

# „Nachbarschafts-Helfer.“

Was immer Sie vorhaben:  
Wir sind an Ihrer Seite.



**Hauke Buttman e.K**  
Große Deichstraße 4, 25348 Glückstadt  
Tel. 04124/7095  
[glueckstadt@provinzial.de](mailto:glueckstadt@provinzial.de)

**PROVINZIAL** 

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

## Waschen mit Nanotechnologie.

- Unglaublicher Glanz
- Perfekte Pflege
- Beste Sicht

Mittwoch Washtag:  
Wäsche ab 5,99 Euro.

Aral Tankstelle  
Selami Kocpinar  
Stadtstraße 31  
25348 Glückstadt



Alles super.

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

**Unser Partner:**  
Henning Plotz, Inhaber  
Plotz Spezialitäten  
Glückstadt



**Watt  
mehr**

**Gut angelegt in Westholstein.**

**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**