

FamilienBildungsStätte

Glückstadt e.V.

Vielfalt ist
Programm!



Kursplan 2026/27 Herbst / Winter



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

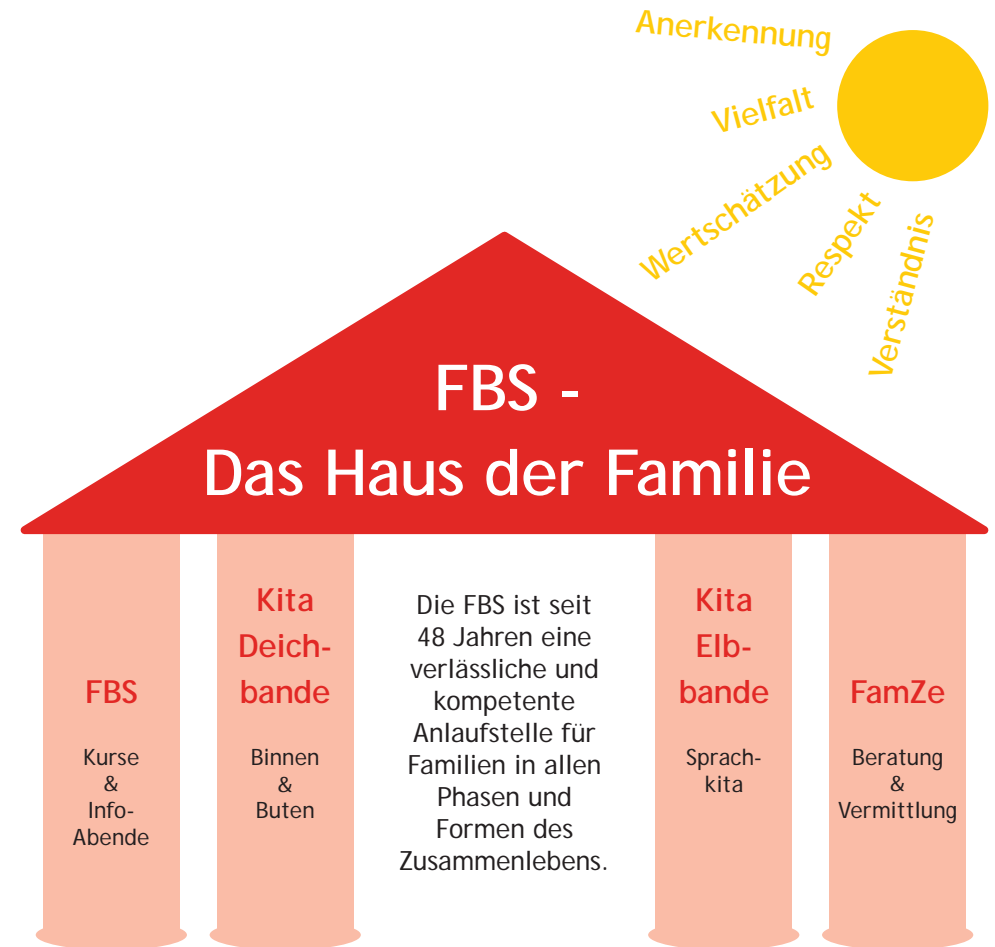
Vorstand: Andrea Schmidt und Gabriele Behnke



Redaktion & Gestaltung: FBS Glückstadt e.V.
Fotos: FBS Glückstadt e.V.
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 viel Spaß beim Stöbern in unserem Programm.
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

Aug.	22.08.	30	Yoga am Strand	S. 20
Sep.	05.09.	31	Yoga im Park	S. 20
	07.09.	46	Runter vom Sofa - Rauf aufs Pferd	S. 24
	08.09.	17	Mit Ponys Spaß haben	S. 10
	12.09.	11	Schnupper-DELFI für Papas	S. 8
	12.09.	49	Wildkräuterkurs "Altweibersommer"	S. 25
	19.09.	45	Krav Maga Female Crashkurs	S. 24
	19.09.	18	Herbstbasteln	S. 10
	22.09.	26	Elterngeld & Elternzeit	S. 17
	23.09.	60	Ein literarischer Streifzug durch die Stadt	S. 31
	25.09.	53	Kleidermarkt & kleine Schätze	S. 27
26.09.	23	Kinderflohmarkt	S. 13	
Okt.	24.10.	21	Halloween	S. 12
	27.10.	25	Vollmachten	S. 16
Nov.	03.11.	58	Literatur für den Feierabend	S. 30
	07.11.	19	Weihnachtlicher Bastelnachmittag	S. 10
	19.11.	48	Kleine Leckereien für einen gemütlichen Winterabend	S. 25
	23.11.	40	Beweglicher werden mit der Feldenkraisschule	S. 23
Dez.	01.12.	20	Vier Tage im Advent	S. 10
	03.12.	57	Weihnachtliche Kaffeerunde	S. 28
	05.12.	22	Weihnachtsbäckerei	S. 12
	09.12.	61	Wintergang	S. 31
	17.12.	37	Tiefenentspannung und Blockadenlösung	S. 22
Jan.	16.01.	38	Gewichtsreduktion	S. 22
	16.01.	39	Rauchentwöhnung	S. 22
	19.01.	24	Erben und vererben	S. 16
	30.01.	47	Kuchen- und Tortenworkshop	S. 25
Feb.	02.02.	59	Lustige Lesung mit Susanne Gripp	S. 30
	12.02.	32	Nimm Dir Zeit für Dich	S. 20

Programmübersicht

Angebote für Kinder & Jugendliche

1	Wattwürmer - Krabbelgruppe	S. 7
2	Musikgarten	S. 7
3	Ich werde Babysitter	S. 7
4 - 10	DELFI	S. 8
12 - 15	Ferienspaß 2026/27	S. 9
16	Selbstbehauptungstraining (Basiskurs)	S. 10

Bewegung & Gesundheit

27 - 29	Yoga für Frauen	S. 20
33	Yoga-Wochenende	S. 21
34 - 36	Yoga für Frauen 60 plus	S. 21
41 - 42	Nordic-Walking macht fit	S. 23
43	Gymnastik am Vormittag	S. 23
44	Seniorengymnastik	S. 23

Unter Frauen

50	Frauen unterwegs	S. 26
51 - 52	Frauen-Treff	S. 26

Bildung & Kultur

54	PC für alle	S. 28
55 - 56	Erste Hilfe am Kind	S. 28

Weihnachtliche Kaffeerunde

**WIR FREUEN UNS AUF EUCH.
BITTE MELDET EUCH VORHER AN.**

**Donnerstag,
03. Dezember 2026
14.00 - 16.00 Uhr**

FBS Glückstadt e.V.
Am Burggraben 1
25348 Glückstadt

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

www.fbs-glueckstadt.de

Wintergang

**Mittwoch,
09. Dezember 2026
19.00 Uhr**

FBS Glückstadt e.V.
Am Burggraben 1
25348 Glückstadt

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

10 €

www.fbs-glueckstadt.de

Gutscheine der FBS - ein schönes Geschenk zu Weihnachten

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

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.

Hardy-Lou Wendt, montags ab 17.08.2026, 5 x 9.30 - 10.30 Uhr, Gebühr: 30,- €

2 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 17.08.2026, 5 x 15.00 - 16.00 Uhr, Gebühr: 30,- €

3 Ich werde Babysitter für Jungen und Mädchen ab 12 Jahren

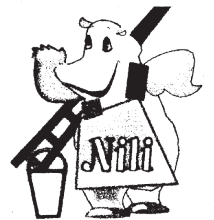
In diesem Kurs lernst du, wie mit Kindern gespielt, getröstet, gewickelt Essen zubereitet, gefüttert und das Kind ins Bett gebracht wird. Du lernst altersgerechte Spiele, Lieder, Mal- und Bastelarbeiten kennen, um eine tolle Zeit mit "euren" Kindern zu verbringen. Ebenso erfährst du, wie ihr euch in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

Merle Pacewicz, Samstag, Termin bei Anmeldung, 10.00 - 16.00 Uhr, Gebühr: 30,- €

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



Angebote für Kinder & Jugendliche

4 - 10 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.



Für August, September, Oktober 2025 Babys mit Lisa Voss
4 Block C, freitags ab 14.08.2026, 10 x 9.00 - 10.30 Uhr, Gebühr: 100,- €

Für Dezember 2025, Januar und Februar 2026 Babys mit Lisa Voss
5 Block B, freitags ab 14.08.2026, 10 x 10.45 - 12.15 Uhr, Gebühr: 100,- €
6 Block C, freitags ab 13.11.2026, 10 x 10.45 - 12.15 Uhr, Gebühr: 100,- €

Für März und April 2026 Babys mit Linda Haß
7 Block B, donnerstags ab 12.11.2026, 10 x 10.15 - 11.45 Uhr, Gebühr: 100,- €

Für Mai, Juni und (Juli) 2026 Babys mit Linda Haß
8 Block A, donnerstags ab 27.08.2026, 10 x 8.30 - 10.00 Uhr, Gebühr: 100,- €
9 Block B, donnerstags ab 10.12.2026, 10 x 8.30 - 10.00 Uhr, Gebühr: 100,- €

Für Juli, August und September 2026 Babys mit Lisa Voss
10 Block A, freitags ab 13.11.2026, 10 x 9.00 - 10.30 Uhr, Gebühr: 100,- €

11 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, 12.09.2026, 9.30 - 11.00 Uhr, Gebühr: 15,- €

Angebote für Kinder & Jugendliche

12 - 15 Ferienspaß 2026/27

12 Herbst 2026	12.10. - 16.10.2026	Anm. bis 28.09.2026
13 Winter 2026/27	21.12. - 23.12.2026 &	
	04.01. - 06.01.2027	Anm. bis 07.12.2026
	bewegliche Ferien	01.02. - 02.02.2027 Anm. bis 18.01.2027
14 Ostern 2027	30.03. - 09.04.2027	Anm. bis 16.03.2027
15 Sommer 2027	05.07. - 30.07.2027	Anm. bis 21.06.2027

Ferien allein zu Hause - wie langweilig! Gut, dass es das Ferienprogramm in der FBS in Kooperation mit dem Schulverband Glückstadt gibt.

Für wen: Grundschulkinder der Bürgerschule Glückstadt berufstätiger Eltern der 2. - 4. Klassenstufe und Erstklässler

Wann: von 7.30 bis 15.30 Uhr

Ziel: Die Eltern werden bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf unterstützt. Die Kinder können wochenweise angemeldet werden. Sollte eine Woche verkürzt sein durch z.B. Feiertage, wird eine reduzierte Gebühr erhoben. 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: 85,00 € pro Woche/8 Std. pro Tag Betreuung.

Verbindliche Anmeldung bei Heike Lingnau von der Stadt Glückstadt per E-Mail: H.Lingnau@glueckstadt.de



FORTUNA

Verleih von Zapfanlagen und Gestühl.
Ständig im Angebot: Über 100 Sorten Bier,
Mineralwasser, Fassbier, Wein und
Partyartikel, Haus- u. Büro-
Lieferung! Rufen
Sie uns an.

Getränke Fachmarkt

GEWERBEGEBIET SÜD DER KEIL 6 ☎ 04124-2441

Glückstadt

ÖFFNUNGSZEITEN:
MO - MI 8 - 18.00 UHR
DO + FR 8 - 19.00 UHR
SA 8 - 13.00 UHR



Angebote für Kinder & Jugendliche

16 Selbstbehauptungstraining (Basiskurs) für Kinder von 6 - 12 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.

Mitarbeiterin der FBS, samstags, Termin bei Anmeldung, 2x, 10.00 - 10.45 Uhr, Gebühr: 18,- €

17 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 08.09.2026, 4 x 15.00 - 17.00 Uhr, Gebühr: 65,- €

18 Herbstbasteln für Kinder von 6 - 10 Jahren

Kreativ in den Herbst starten! Gemeinsam gestalten wir tolle herbstliche Kunstwerke, entdecken neue Bastelideen und verbringen eine kreative Zeit voller Spaß und Fantasie.

Ann Kristin Hoffmann und Anna Moser, Samstag, 19.09.2026, 14.00 - 16.00 Uhr, Gebühr: 15,- € inkl. Material

19 Weihnachtlicher Bastelnachmittag für Kinder von 6 - 10 Jahren

Die Adventszeit steht vor der Tür - Zeit für gemütliches Basteln! In unserem weihnachtlichen Bastelnachmittag gestalten wir mit den Kindern im Alter von 6 bis 9 Jahren kleine, kreative Wunderwerke. Wir freuen uns auf einen kreativen Nachmittag mit euch!

Ann Kristin Hoffmann und Anna Moser, Samstag, den 07.11.2026 von 14.00 bis 16.00 Uhr, Gebühr: 15,- € inkl. Material

20 Vier Tage im Advent für Kinder von 3 - 6 Jahren

Advent, Advent ein Lichtlein brennt. Wir möchten an vier Nachmittagen im Advent mit deinem Kind die Weihnachtszeit einläuten und uns gemeinsam auf Weihnachten freuen. Wir, das sind Hardy und Merle, Erzieherinnen und Mütter in Elternzeit. Es warten kreative Angebote, Weihnachtsgeschichten, Lieder und Fingerspiele auf dein Kind. Das Angebot findet ohne Eltern statt. Sei dir bei der Anmeldung nach Möglichkeit also bitte sicher, dass dein Kind die zwei Stunden auch ohne dich bei uns bleiben möchte. Du kannst in der Zeit natürlich im Flur warten. Wir freuen uns auf eine besinnliche und kreative Zeit.

Merle Pacewicz und Hardy-Lou Wendt, dienstags, ab 01.12.2026, 4 x 15.00 - 17.00 Uhr



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



Angebote für Kinder & Jugendliche

21 Halloween für Kinder von 5 - 10 Jahren

Gruselig lecker wird es bei unserem Halloween Kurs. Wir machen schaurig- schöne Leckereien, wie z.B. Augenbowle, Mumienfinger und weitere spooky Knabbereien.

Anna Strauch, Samstag, 24.10.2026, 11.00 - 13.00 Uhr, Gebühr: 15,- € inkl. Material

22 Weihnachtsbäckerei für Kinder von 5 - 10 Jahren

Kling Glöckchen kling. Um uns die Vorweihnachtszeit zu versüßen, backen wir leckere Plätzchen. Naschen erlaubt!

Anna Strauch, Samstag, 05.12.2026, 11.00 - 13.00 Uhr, Gebühr: 15,- € inkl. Material

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



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

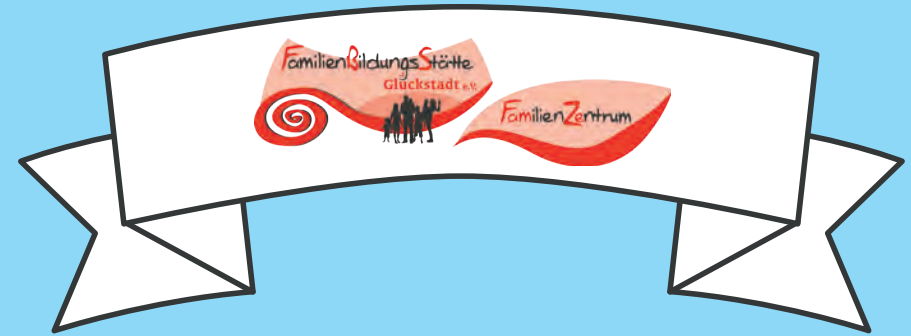
Schmuck und Uhren:

Bering
Engelsrufer
Tommy Hilfiger
Karibischer Bernstein
Casio Edifice
Festina
Citizen

... sowie exklusive Glückstadt Souvenirs

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

📘 Siemonsen Uhren, Schmuck und Optik
📷 siemonsenglueckstadt



23

KINDER- FLOHMARKT

Alles rund ums Kind:
Kleidung, Spielzeug, Babysachen

Samstag,
26.09.2026
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



Heizungs- und Sanitärtechnik
Klante
Ihr Meisterbetrieb mit Tradition
seit 1945
www.KlanteGmbH.de

Badezimmer · Heizungstechnik · Wärmepumpe · Klima · PV-Anlagen

Tel.: 04124.589913 · 0152.21450956

info@KlanteGmbH.de

Rohrbruch
Ölheizung
Heizkörper
Wasserleitung
Duschkabine
Wartung
Elektroarbeiten
Badsanierung
Gasleitung
Wärmepumpe
PV - Anlage
Fußbodenheizung
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

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

24 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, 19.01.2027, 1 Abend, 19.00 - ca. 21.00 Uhr, Gebühr: 10,- €

25 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,- €

26 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, 22.09.2026, 19.00 - 21.00 Uhr Gebühr: kostenlos

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

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

Frau & Beruf

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

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



Projektträger
egw: **wirtschaftsförderung**
Entwicklungsgesellschaft Westholstein

WEP

Kofinanziert von der Europäischen Union

SH Schleswig-Holstein Landesregierung

Familienbildungsstätte - wir sind für Sie da!

Das sind wir

Die FBS Familienbildungsstätte ist seit 48 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. 12 bis 15 auf Seite 9).



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,- €	
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

27 - 29 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

27 montags, ab 17.08.2026, 10 x, 17.00 - 18.10 Uhr, 80,- €

28 mittwochs, ab 19.08.2026, 10 x, 16.00 - 17.10 Uhr, 80,- €

29 mittwochs, ab 19.08.2026, 10 x, 17.30 - 18.40 Uhr, 80,- €

30 Yoga am Strand

Eine kurze Auszeit vom Alltag an einem unserer schönen Strände – Yoga mit Urlaubsfeeling!

Jede und Jeder kann mitmachen, von Klein bis Groß! Wir machen leichte, entspannende Übungen am Strand mit Sicht auf die Elbe und die Schiffe.

Bitte ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen! Bequeme Kleidung dem Wetter angepasst.

Andrea Schmidt, Samstag, 22.08.2026, 10.00 - 11.00 Uhr, Gebühr: 7,- €

Treffpunkt: Strandzugang Bielenberg beim Strandfloh

31 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, 05.09.2026, 11.00 - ca. 12.00 Uhr, Gebühr: 7,- €

Treffpunkt: Bahnübergang Janssenweg, ehemals EAW

32 Nimm Dir Zeit für Dich - für Frauen

Ein gemütlicher Winternachmittag mit netten Gesprächen, ein wenig Bewegung, Entspannung 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

Freitag, 12.02.2027, 17.00 - ca. 19.30 Uhr, Gebühr: 19,- €

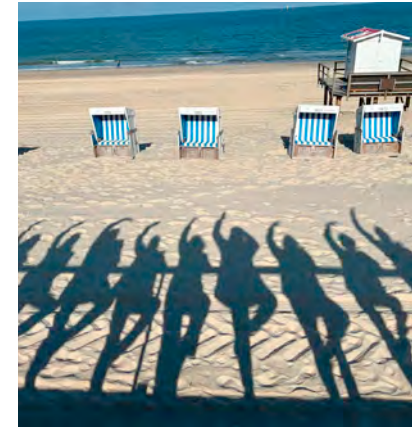
Bewegung & Gesundheit

33 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



34 - 36 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

34 dienstags, ab 04.08.2026, 10 x, 9.30 - 10.30 Uhr, Gebühr: 70,- €

35 dienstags, ab 04.08.2026, 10 x, 11.00 - 12.00 Uhr, Gebühr: 70,- €

36 mittwochs, ab 05.08.2026, 10 x, 11.00 - 12.00 Uhr, Gebühr: 70,- €

Das Lädchen



Inh. Kerstin Wendler
Große Krempfer 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

37 Tiefenentspannung und Blockadenlösung

Hypnose mit Tiefenentspannung und Blockadenlösung ist eine sanfte Methode, um Körper und Geist in einen Zustand tiefer Ruhe zu führen. In dieser entspannten Trance wird das Unterbewusstsein besonders zugänglich, sodass festgefahrene Denkmuster, emotionale Blockaden oder innere Konflikte leichter erkannt und gelöst werden können. Durch gezielte Suggestionen und innere Bilder unterstützt die Hypnose dabei, neue Perspektiven zu entwickeln, Ressourcen zu aktivieren und nachhaltige Veränderungen im Denken und Fühlen zu ermöglichen. Unter bestimmten Voraussetzungen kann und darf keine Hypnose statt finden, diese sind bei Schwangerschaft, schweren Depressionen und Herz-Kreislauf Problemen. Mitzubringen ist: Decke, Kissen, etwas zu trinken.

Sascha Krüger, Donnerstag, 17.12.2026, 17.30 - 18.30 Uhr, Gebühr: 37,50 €

38 Gewichtsreduktion

Hypnose zur Gewichtsreduktion ist eine unterstützende Methode, die dabei helfen kann, Essgewohnheiten bewusster wahrzunehmen und nachhaltig zu verändern. In einem Zustand tiefer Entspannung wird das Unterbewusstsein angesprochen, um ungünstige Muster - wie emotionales Essen oder fehlende Impulskontrolle - positiv zu beeinflussen und neue, gesündere Denk- und Verhaltensweisen zu verankern. Die Hypnose ist eine Unterstützung und Vereinfachung auf dem Weg zum Wunschgewicht. Der eigene Antrieb, die Bereitschaft zur Veränderung und ein aktives Mitwirken im Alltag spielen eine entscheidende Rolle. In Kombination kann Hypnose so helfen, den Prozess leichter, motivierter und langfristig erfolgreicher zu gestalten. Unter bestimmten Voraussetzungen kann und darf keine Hypnose statt finden, diese sind bei Schwangerschaft, schweren Depressionen und Herz-Kreislauf Problemen. Mitzubringen ist: Decke, Kissen, etwas zu trinken.

Sascha Krüger, samstags, ab 16.01.2027, 2 x, 9.00 - 10.30 Uhr, Gebühr: 70,- €

39 Rauchentwöhnung

Hypnose zur Raucherentwöhnung ist eine unterstützende Methode, die dabei helfen kann, sich vom Rauchen zu lösen und neue, gesündere Gewohnheiten zu entwickeln. In einem Zustand tiefer Entspannung wird das Unterbewusstsein angesprochen, sodass eingefahrene Muster und Auslöser bewusster werden und positiv verändert werden können. Wichtig ist: Hypnose dient als Unterstützung und Vereinfachung des Prozesses, ersetzt jedoch nicht den eigenen Willen. Der persönliche Antrieb, die klare Entscheidung aufzuhören und die aktive Umsetzung im Alltag sind entscheidend für den langfristigen Erfolg. Unter bestimmten Voraussetzungen kann und darf keine Hypnose statt finden, diese sind bei Schwangerschaft, schweren Depressionen und Herz-Kreislauf Problemen. Mitzubringen ist: Decke, Kissen, etwas zu trinken.

Sascha Krüger, samstags, ab 16.01.2027, 2 x, 11.00 - 12.30 Uhr, Gebühr: 70,- €

40 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 23.11.2026, 4 x, 19.00 - 20.00 Uhr, Gebühr: 28,- €

41 - 42 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

41 mittwochs, 16.09. - 21.10.2026, 5 x, 17.00 Uhr, Gebühr: 35,- €

42 mittwochs, 28.10. - 16.12.2026, 8 x, 15.00 Uhr, Gebühr: 56,- €

43 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 19.08.2026, 8 x, 8.20 - 9.20 Uhr, Gebühr: 56,- €

44 Seniorengymnastik

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

Judith Johannes, mittwochs ab 30.09.2026, 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

45 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, ab 19.09.2026, 2 x 10.00 - 13.00 Uhr, Gebühr: 42,- €

46 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 07.09.2026, 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

Kreativität

47 Kuchen- und Tortenworkshop

Wir backen gemeinsam einen leckeren Kuchen und stellen eine leckere Torte her. Lasst Euch überraschen.

Andrea Töllner, Samstag, 30.01.2027,
11.00 - 13.30 Uhr, Gebühr: 17,50 € zzgl. 6,- € Material



48 Kleine Leckereien für einen gemütlichen Winterabend

An diesem Abend wollen wir mit Euch in fröhlicher Runde kleine Köstlichkeiten einfach zubereiten. Lasst Euch überraschen.

Mitarbeiterinnen der FBS, Donnerstag, 19.11.2026,
17.00 - 19.00 Uhr, Gebühr: 14,- € zzgl. 10,- € Material



49 Wildkräuterkurs "Altweibersommer"

Der Altweibersommer schenkt uns eine besondere Fülle an Wildkräutern, Wildfrüchten und essbaren Samen. Bei einem gemeinsamen Spaziergang lernen wir saisonale Wildkräuter kennen, sammeln und verkosten essbare Samen und stellen ein wohltuendes Oxydel für die Herbst- und Winterzeit her. Freue Dich auf einen inspirierenden Vormittag voller Naturwissen, praktischer Tipps und spätsommerlicher Atmosphäre.

Anja Köhnemann, Samstag, 12.09.2026, 11.00 - 13.30 Uhr, Gebühr: 17,50 €

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

Unter Frauen

50 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, Mai 2027



51 - 52 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

51 Treffen jeden ersten Donnerstag im Monat
14.00 - ca. 16.00 Uhr

52 Treffen jeden dritten Dienstag im Monat
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



53 KLEIDERMARKT

KLEINE & SCHÄTZE

NUR für Frauen

Wann?
Freitag,
25.09.2026
18.00 -
20.00 Uhr

Wo?
Sporthalle der
Bürgerschule

Tische, Stühle und Kleiderstangen sind selbst mitzubringen.

www.fbs-glueckstadt.de



Bildung & Kultur für Erwachsene

54 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 10-11, ein Betriebssystem
- Fluch oder Segen, Virenschutz und Firewall
- Microsoft-, Open-, Libre-Office
- DSL, UMTS, WLAN, DLAN, LAN, WEP, WPA2

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

55 - 56 Erste Hilfe am Kind

Wie lange ist Ihr letzter Erste-Hilfe-Kurs her? Es gibt viele Neuerungen und Informationen! In diesem Kurs werden Eltern und Großeltern die Erste-Hilfe mit Reanimation/Kinderreanimation in den neuesten Richtlinien von einem erfahrenen Rettungsassistenten vermittelt. Es wird u.a. über die Themen Kindernotfälle, AED, Seitenlage, Verbände, Helmabnahme usw. informiert. Für jeden Teilnehmer gibt es eine Erste-Hilfe -Bescheinigung.

Martin Hinsch

55 **Mittwoch, 23.09. und Donnerstag, 01.10.2026, 18.00 - 21.00 Uhr, Gebühr: 50,- €**

56 **Dienstag, 06.10. und Mittwoch, 07.10.2026, 18.00 - 21.00 Uhr, Gebühr: 50,- €**



57 Weihnachtliche Kaffeerunde

Wir laden alle Kursleiter und Teilnehmer/innen zu unserem gemütlichen Beisammensein bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit Gebäck ein. Eine verbindliche Anmeldung ist erforderlich.

Mitarbeiterinnen der FBS, Donnerstag, 03.12.2026, 14.00 - 16.00 Uhr

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.



Die Qualifizierungskurse starten in der Regel direkt im Januar und umfassen 300 Unterrichtseinheiten und je 40 Praktikumsstunden in einer Kita und bei einer tätigen Tagesmutter/Tagesvater.

Bei Interesse und für mehr Infos melden Sie sich bitte beim Jugendamt in Itzehoe:
 Frau Marilena Korth Tel.: 04821/69859 oder per E-Mail: korth@steinburg.de.
 Herr Klaus Westhäuser-Rüttinger Tel.: 04821/69859 oder per E-Mail: westhaeuser-ruettinger@steinburg.de

Die Anmeldungen für die Kurse nimmt das ev. Familienzentrum in Itzehoe an:
 Frau Susann Krause Tel.: 04821/889 8547 oder per E-Mail: info@fbs-itzehoe.de

Die Planung und Organisation der Kurse übernimmt die FBS Glückstadt
 Frau Hannah Mühlenbruch Tel.: 04124/8908713 E-Mail: h.muehlenbruch@fbs-glueckstadt.de
 Frau Daniela Ruge Tel.: 04124/8908713 E-Mail: d.ruge@fbs-glueckstadt.de

58 Literatur für den Feierabend

Interessieren Sie sich für das Thema Kunst und Künstler*innen? Wenn ja, lade ich Sie ein, ausgehend von dem Roman "Konzert ohne Dichter" von Klaus Modick, die Welt der Worpsweder Künstlerkolonie zu Beginn des 20. Jahrhunderts durch anregende Gespräche zu erkunden.

Ursula Schacht, dienstags, ab 03.11.2026, 6 x 17.30 - 19.00 Uhr, Gebühr: 12,- €

59 Lustige Lesung mit Susanne Gripp

Spaß mit Texten aus: "Kurzgeschichten mit Gefühl", "Hilfe, mein Mann geht in Rente", "Opa Hansen wird 70" und "Das Auto hat Schuld".

Susanne Gripp, Dienstag, 02.02.2027, 14.30 - 16.00 Uhr, Gebühr: 10,- €



60 Ein literarischer Streifzug durch die Stadt

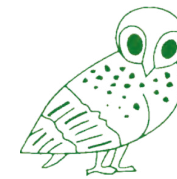
An diesem Abend erwandern wir uns mit den Bücherstube-Damen den Ort und halten an der einen oder anderen Stelle inne. Wir tauschen kleinen Häppchen aus der literarischen Küche, ob Gedicht oder kleine Geschichte. Lassen Sie sich überraschen.

Renate Meyer und Team, Mittwoch, 23.09.2026, 19.00 Uhr, Gebühr: 10,- €, Treffen vor der FBS

61 Wintergang

Ein Abend zur Einstimmung auf den Winter, Weihnachten und die stille Zeit. Ein Spaziergang mit Gedichten, Geschichten, mit was Warmen, mit was Leckerem, mit was Hellem. Auf dass wir gut gestärkt und beseelt durch den Winter kommen.

Renate Meyer und Team, Mittwoch, 09.12.2026, 19.00 Uhr, Gebühr: 10,- €, Treffen vor der FBS



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](https://Buecherstube-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€

Ohne Euch würde es nicht gehen.

In der FBS arbeiten mit:

Bohm, Anke	Laufbetreuerin	Pacewicz, Merle	Erzieherin
Ebsen, Christian	Rechtsanwalt & Notar	Rump, Bernd	Feldenkrais-Lehrer
Gripp, Susanne	Autorin	Schacht, Ursula	Lehrerin
Haß, Linda	Sozialpädagogin	Schade, Sabine	Yoga-Lehrerin
Hinsch, Martin	Rettungssanitäter	Schmidt, Andrea	Yoga-Lehrerin
Hoffmann, Ann Kristin	MFA	Schneider, Birte	Reitlehrerin
Johannes, Judith	gepr. Präventologin	Strauch, Anna	Köchin
Köhnemann, Anja	Erzieherin	Timm, Jens	Krav Maga Instructor
Krüger, Sascha	Hypnotiseur	Töllner, Andrea	MFA
Mausolf, Kai-Uwe	IT-Systemersteller	Voss, Lisa	Erzieherin
Meyer, Renate & Team	Buchhandlung	Wendt, Hardy-Lou	Erzieherin
Moser, Anna	Bürokauffrau		

DANKE

an alle
Sponsoren und
Anzeigenkunden

Soroptimist International eine weltweite Stimme für Frauen

Soroptimist International (SI) ist ein internationales Netzwerk berufstätiger Frauen. Wir setzen uns für eine Verbesserung der Lebens- und Berufssituation von Frauen und Mädchen ein. In Glückstadt unterstützt SI Projekte, die nachhaltig sind und Strukturen verändern. Die FBS Glückstadt gehört als wichtige soziale Einrichtung zu den regelmäßigen Empfängern unserer Zuwendungen. Mit dem jährlichen Bücherfest „Lesezeichen“ fördern wir die Freude an Büchern sowie die Lesekompetenz von Kindern.

Unser Schwerpunktthema 2025/26 ist die Gewalt gegen Frauen, wir kooperieren mit dem Frauenhaus sowie mit ProFamilia. Der Leitsatz unserer amtierenden Präsidentin Jennifer Lömker lautet: „Zusammenwachsen - zusammen wachsen“.



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 lokale, 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



Round Table 156 Glückstadt - Wir packen an. Gemeinsam. Für Glückstadt.

Wir sind eine Gemeinschaft engagierter junger Männer, die etwas bewegen wollen. Mit Charity-Events wie dem bekannten Glückstädter Entenrennen zur Matjeswoche sammeln wir Spendengelder für den guten Zweck. Gleichzeitig bringen wir uns auch ganz praktisch ein: „Hands on“ unterstützen wir 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.

Was uns verbindet? Freundschaft, Verantwortung und der Wille, aktiv etwas zu verändern. Du willst dich engagieren, neue Leute kennenlernen und gemeinsam etwas bewegen und erleben? Dann komm zu uns an den Tisch. Wir sind stets auf der Suche nach neuen dynamischen Tablern, die sich mit unseren Werten und Aktivitäten identifizieren können.

Mehr Infos und Kontakt: www.r1156.de



**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
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

In gemütlicher Atmosphäre bei einer Tasse Kaffee können Eltern neue Kontakte knüpfen, Erfahrungen teilen und hilfreiche Tipps sowie Informationen erhalten. Das Treffen findet in den Räumen der FBS statt.

FBS, Am Burggraben 1 (Erdgeschoss)
montags von 10.45 bis 12.00 Uhr



ELTERN-KIND-TREFF (0 BIS 3 JAHRE)

Kommt vorbei zum gemeinsamen Singen, Basteln und Spielen! Tauscht euch aus und verbringt eine schöne Zeit zusammen - im Bewegungsraum der Kita Elbbande.

Kita Elbbande, Janssenweg 33 (1. Stock)
dienstags von 15.30 bis 17.00 Uhr



MULTIKULTURELLE MUTTER-KIND-GRUPPE

Herzlich willkommen zum gemeinsamen Spielen, Austauschen und Kennenlernen! Verbringt schöne Zeit miteinander, teilt Erfahrungen und lernt voneinander in gemütlicher Atmosphäre. Dazu gibt es Tee, Kaffee und manchmal auch ein kleines Frühstück.

FamZe, Am Burggraben 1 (1.Stock)
mittwochs von 9.30 bis 11.30 Uhr



HANDARBEITSTREFF

In netter Atmosphäre kreativ sein und dabei klönen. Ob AnfängerInnen oder Fortgeschrittene, hier sind alle willkommen!

FamZe, Am Burggraben 1 (1.Stock)
freitags von 14.00 bis 17.00 Uhr

Ab November 2026: Gedichte für Wichte

Neues Angebot vom Familienzentrum in Kooperation mit der Stadtbücherei: Gedichte für Wichte
Kostenloses Gruppenangebot für Kinder von 0 bis 3 Jahren, bei denen Eltern und Kinder gemeinsam singen, Reime lernen, Fingerspiele machen und Bilderbücher entdecken.

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)

Sprechstunden im FamilienZentrum

pro familia, einmal im Monat am Dienstag
Anmeldung unter 04821 - 8 89 94 32 oder itzehoe-fachstelle@profamilia.de

Erziehungsberatungsstelle, mittwochs
Anmeldung unter 04821 - 6 97 40 oder beratungsstelle@steinburg.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 GmbH & Co. KG

Stadtstraße 1, 25348 Glückstadt
bei Optik Siemensens

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.



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 mitzugestalten und mitzubestimmen, sich aktiv einzubringen und Verantwortung für sich und andere zu übernehmen.

Erziehung-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

ziehen wir an einem Strang für soziale Projekte, Sport und Kultur!

Eure Stadtwerke Glückstadt

Wewelsfleth, Wilster, Hanerau-Hademarschen, Hohenwestedt, Aukrug, Wesselburen, SPO

meinlandzahnarzt.de
... denn mein Lächeln zählt

Ihr Familienzahnarzt jetzt im „Doppelpack“



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

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



„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 Washtag:
Wäsche ab 5,99 Euro.

Aral Tankstelle
Siedera Koppner
Stadestraße 31
25348 Glückstadt

ARAL
Alles super.



Kleidermarkt & kleine Schätze

Freitag, 25.09.2026
Seite 27

Kinderflohmarkt

Samstag, 26.09.2026
Seite 13

Weihnachtliche Kaffeerunde

Donnerstag, 03.12.2026
Seite 24

DELFI

Seite 8

Ferienspaß 2026/27

Herbst-, Winter-, Oster- und Sommerferien
Seite 9

...und vieles mehr ...!

**Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und
viele schöne gemeinsame Momente.**

So melden Sie sich verbindlich zu unseren Kursen an:
telefonisch: 04124 - 14 55
per Mail: info@fbs-glueckstadt.de
schriftlich: FBS Glückstadt e.V., Am Burggraben 1, 25348 Glückstadt
oder auf unserer Website: www.fbs-glueckstadt.de

