

# Familienblitz 2021 Uetendorf

## Angebote, Hilfe & Unterstützung im Vorschulalter

**Liebe Eltern und Erziehungsberechtigte**

**Sie haben die wunderbare und ebenso herausfordernde Aufgabe, ein Kind gross zu ziehen, es auf seinem Weg zu begleiten und zu unterstützen! Im Alter von 0 – 5 Jahren wird der Grundstein für eine gesunde Entwicklung Ihres Kindes gelegt.**

**In dieser Broschüre finden sie viele wertvolle Infos zu Angeboten für`s Vorschulalter.**



## Inhaltsverzeichnis

1. Impressum .....	3
2. Schwangerschaft und Geburt .....	4
3. Kinderärzte Uetendorf .....	6
4. Elternbildung, Beratung und Unterstützung .....	7
5. Krabbelgruppe und Spielgruppen in Uetendorf .....	10
6. Kinderbetreuung, Kita Lüchturm.....	15
7. leolea Tageseltern .....	16
8. Weitere Betreuungsangebote .....	17
9. Freizeitaktivitäten für Kleinkinder.....	19
10. Eröffnung Familienzentrum.....	22
11. Eine Auswahl hilfreicher Links für den Alltag mit Kleinkindern .....	23
12. Notfallnummern.....	24



***Bestimmt interessiert oder beschäftigt Sie eines der folgenden Themen...***

*Schwangerschaft, Geburt & Stillen*

*Entwicklungsschritte*

*Schlaflose Nächte*

*Windeln wechseln*

*Nuggi abgewöhnen*

*Ruhe bewahren & geduldig sein*

*Grenzen setzen... nein sagen... & konsequent bleiben*

*Soziale Kontakte pflegen*

*Geschichten erzählen, Bücher schauen*

*Geeignetes Spielmaterial für mein Kleinkind*

*Überforderung*

*Trotzphase*

*Kleider dreimal am Tag wechseln*

*Gesundheit & Entwicklungsstand meines Kindes*

*Warum-Fragen beantworten*

*Die Wichtigkeit der Bindungsfähigkeit*

*Mit Kleinkindern die Natur entdecken, Tiere beobachten – draussen sein bei jedem Wetter*

*Der Einfluss von (sozialen) Medien auf das Kleinkind*

*Ich und mein Kleinkind im Umgang mit dem Handy usw.*

## 1. Impressum

Informationsbroschüre für Familien mit Vorschulkindern in Uetendorf und der Region

**2. Ausgabe:** April 2021

**Herausgeber:** Fachstelle frühe Förderung Gemeinde Uetendorf

**Redaktion:** Isabel Glauser, Steuergruppe Fachstelle frühe Förderung

**Grafik:** Isabel Glauser / Druck: Gemeinde Uetendorf

**Auflage:** 200

**Bezugsquelle:** (gratis): Gemeinde Uetendorf

**Familienblitz online:**

[www.uetendorf.ch](http://www.uetendorf.ch) /Dorfleben/Bildungslandschaft/Fachstelle frühe Förderung

Wir freuen uns Ihnen bereits den 2. Familien-Blitz vorzulegen, ein Produkt der Fachstelle frühe Förderung der Gemeinde Uetendorf. In dieser Broschüre finden Eltern und Erziehungsberechtigte von Kindern im Alter von 0 – 5 Jahren wertvolle Informationen, Angebote und Adressen rund um Schwangerschaft, Geburt, Vorschulalter, Kinderfremdbetreuung, Freizeitaktivitäten für Kleinkinder, Elternbildung, Beratung und Notfallnummern.

Haben Sie Mutationen, Angebote oder konstruktive Anregungen, dann melden Sie sich bei der Leitung Fachstelle Frühe Förderung:

Isabel Glauser, Dorfstrasse 48, 3661 Uetendorf, 076 404 67 55

[freiwilligenarbeit@uetendorf.ch](mailto:freiwilligenarbeit@uetendorf.ch) / [www.uetendorf.ch](http://www.uetendorf.ch)



## 2. Schwangerschaft und Geburt



### Geburtsinformation im Spital Thun

Wir freuen uns, werdenden Eltern und anderen Interessierten unsere geburtshilfliche Abteilung vorzustellen. Sie erhalten Informationen rund um die Geburt und wir zeigen Ihnen die Geburtenstation. Anschliessend beantworten wir gerne Ihre Fragen. Aufgrund der aktuellen Situation können wir Ihnen im Rahmen des Informationsabends die Geburtenstation nicht zeigen. Individuelle Besichtigungen an anderen Tagen sind jedoch möglich. Bitte melden Sie sich dafür jederzeit direkt telefonisch bei den Hebammen unter 058 636 28 84, um einen Termin für den gleichen Tag zu vereinbaren.

**Wann:** Die Informationsabende finden in der Regel zweimal pro Monat statt. Aufgrund der aktuellen Situation rund um die Coronavirus-Pandemie können die Informationsveranstaltungen zur Geburt für werdende Eltern bis auf weiteres nicht durchgeführt werden. Informieren Sie sich bitte in unserem Veranstaltungskalender auf der Website unter [www.spitalthun.ch/veranstaltungen](http://www.spitalthun.ch/veranstaltungen) über die Durchführungen.

**Kontakt:** Geburtenabteilung | Tel. 058 636 28 84

[gebs.pflege@spitalstsag.ch](mailto:gebs.pflege@spitalstsag.ch) | <https://spitalthun.ch/geburtshilfe/>

Infos und Hilfe zu weiteren Themen rund um die Geburt und das Wochenbett erhalten Sie ebenfalls unter den oben aufgeführten Kontakt-Angaben.

## Hebammen

Hebamme nach Wohnort suchen:

[www.hebammen.ch](http://www.hebammen.ch)

<http://hebammen.ch/suche-finden-suchen-hebamme-umkreissuche-sobi>

## Stillberatung

Unsere ambulante Stillberatung richtet sich an Rat suchende Schwangere und an Mütter, die mit ihren Säuglingen Stillprobleme haben. Sie konzentriert sich auf Ihre Anliegen während der Stillzeit, sei das im Rahmen Ihres Aufenthaltes im Spital Thun oder nach Ihrem Austritt.

Sie werden von diplomierten Still- und Laktationsberaterinnen IBCLC betreut. Drei Sitzungen werden von der obligatorischen Krankenversicherung übernommen.

Weitere interessante Informationen zum Thema Stillen sowie Adressen von Still- und Laktationsberaterinnen IBCLC in Ihrer Nähe finden Sie unter:

[www.stillen.ch](http://www.stillen.ch)

**Kontakt:** Wochenbett/ Stillberatung 058 636 25 05.



### 3. Kinderärzte Uetendorf

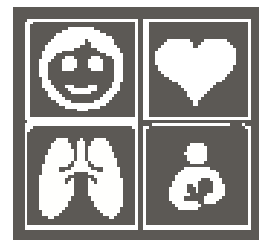
#### Gemeinschaftspraxis Uetendorf

**Dr. med. Matthias Tapis - Dr. med. Mirjam Rolli**

**Ort:** Buchshaldenstrasse 2, 3661 Uetendorf

**Telefon:** 033 345 12 43

**E-Mail:** [info@praxis-uetendorf.ch](mailto:info@praxis-uetendorf.ch) / <https://drtapis.ch/>



#### Kinderpraxis Uetendorf

**Ort:** Glütschbachstrasse 100, 3661 Uetendorf

**Telefon:** 033 345 00 33

**E-Mail:** [kinderpraxisuetendorf@hin.ch](mailto:kinderpraxisuetendorf@hin.ch)  
<https://www.kinderpraxisuetendorf.ch/>



#### Allgemeine Ärzte in Uetendorf

- **Ärztepraxis im Zentrum** (Jugendliche ab 14 Jahren)

**Ort:** Dorfstrasse 44, 3661 Uetendorf

**Telefon:** 033 346 56 56

- **Dr. med. Michael Schöppenthau**

**Ort:** Hohlegasse 8, 3661 Uetendorf

**Telefon:** 033 345 51 51

## 4. Elternbildung, Beratung und Unterstützung

### Mütter- und Väterberatung Kanton Bern, Beratungsstelle Uetendorf

Das kostenlose Beratungsangebot der Mütter- und Väterberatung rund um Gesundheit, Entwicklung und Erziehung richtet sich an Familien mit Kindern ab Geburt bis zum vollendeten 5. Lebensjahr.



**Wann:** Termine ersichtlich und buchbar über [www.mvb-be.ch](http://www.mvb-be.ch) oder telefonisch 031 552 16 16

**Ort:** Familienzentrum, Riedernstrasse 21, 3661 Uetendorf oder andere Beratungsstellen in der Region

**Beraterin:** Frau Nathalie Malke

**Telefon:** 079 964 34 95

**E-Mail:** [nathalie.malke@mvb-be.ch](mailto:nathalie.malke@mvb-be.ch)

#### Telefonische Beratung:

Montag bis Freitag zwischen 09.00 – 19.00 Uhr unter 031 552 16 16

**Alle Angebote und Kontakte finden Sie unter:** [www.mvb-be.ch](http://www.mvb-be.ch)

Finanziert von der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern





**MÜTTER- UND  
VÄTERBERATUNG**  
KANTON BERN

**Die kostenlose Beratung für Eltern und  
Bezugspersonen von Kindern ab Geburt  
bis 5 Jahre.**

### Face-to-Face

Ernährung, Erziehung, Entwicklung, Gesundheit, Familie: In einer der 270 Beratungsstellen oder bei Ihnen zuhause stärken Sie Ihre Elternkompetenzen im persönlichen Gespräch mit einer Beraterin. Termine buchen Sie bequem online.



### Telefonische Beratung

Unter der Nummer **031 552 16 16** ist unser Beratungsteam telefonisch für Sie da – von Montag bis Freitag durchgehend **von 9 bis 19 Uhr**. Greifen Sie zum Hörer!



### Gruppenberatungen

Knüpfen Sie Kontakte und erfahren Sie gleichzeitig Wissenswertes über Ihr Kind. Unter fachlicher Leitung tauschen Sie sich zu Themen aus wie Kommunikation mit dem Baby, Rituale, Entwicklung, Autonomie oder Trotzphasen und vieles mehr.



### Digitale Beratung

Teilen Sie uns Ihr Anliegen online mit. Sie erhalten innerhalb von 24 Stunden eine Antwort. Hatten Sie bereits Kontakt mit einer Beraterin? Für weitere Beratungen schreiben Sie ihr einfach eine E-Mail.





## **Pro Juventute Elternbriefe**

Die Elternbriefe von Pro Juventute gibt es vom 1. bis zum 6. Lebensjahr und bestärken Mütter und Väter in ihrem Elternsein, wecken Verständnis für die Bedürfnisse des Kindes, geben Sicherheit bei der Erziehung und bieten Orientierung beim Zusammenleben. Sie sind kurz und prägnant geschrieben und beinhalten neben altersgerechten Informationen auch viele praxisorientierte Tipps.

Gemäss der Homepage von Pro Juventute erarbeitet und aktualisiert das Redaktionsteam die Elternbriefe laufend. Anpassungen und Änderungen geschehen in enger Zusammenarbeit mit Expertinnen und Experten aus Medizin, Psychologie, Pädagogik, Mütter- und Väterberatung sowie Ernährungswissenschaft.

**Die Pro Juventute Elternbriefe erhalten die Eltern in der Gemeinde Uetendorf jeweils zur Geburt des ersten Kindes.**

### **Fremdsprachige Elternbriefe**

Es ist auch möglich fremdsprachige Elternbriefe, den «Ratgeber unser Kind» in neun verschiedenen Sprachen zu bestellen (Albanisch, Arabisch, Bosnisch-Kroatisch-Serbisch, Englisch, Portugiesisch, Spanisch, Tamilisch, Tigrinya und Türkisch).

Bei Interesse melden Sie sich bei der Fachstelle frühe Förderung oder erkundigen Sie sich direkt auf der Homepage der Pro Juventute.

**Homepage:** [www.projuventute.ch](http://www.projuventute.ch)

### **Fachstelle frühe Förderung Uetendorf:**

Isabel Glauser, Dorfstrasse 48, 3661 Uetendorf

076 404 67 55, [freiwilligenarbeit@uetendorf.ch](mailto:freiwilligenarbeit@uetendorf.ch)



## 5. Krabbelgruppe und Spielgruppen in Uetendorf

### Krabbelgruppe für 0-4 jährige Kinder & Eltern



*Spielen, Plaudern, Geschichten hören, Austausch, Kaffee trinken*

Für Kinder von 0 bis ca. 4 Jahren in Begleitung von Mutter / Vater. Es stehen verschiedene Räume für den Aufenthalt und zum Spielen zur Verfügung. Natürlich gehört auch das Trinken eines Kaffees / Tees und der Austausch unter Eltern dazu.

Freies Kommen und Gehen. Neu hat es eine zweite Gruppe im Familienzentrum.

**Wann:** Montagvormittag 09.00 - 11.00 Uhr (ausser in den Schulferien)

**Ort:** im Familienzentrum, Riedernstrasse 21

**Kontakt:** Brigitte Frei (Montag) / **Telefon:** 079 831 93 28

**Wann:** Mittwochvormittag 09.00 - 11.00 Uhr (ausser in den Schulferien)

**Ort:** im Dachstock der gemütlich eingerichteten Wohnung im Bachschulhaus.

**Kontakt:** Sonja Beyeler (Mittwoch) / 079 744 30 03 oder 033 345 16 15

**E-Mail:** [info@elternverein-uetendorf.ch](mailto:info@elternverein-uetendorf.ch) oder

[praesident@elternverein-uetendorf.ch](mailto:praesident@elternverein-uetendorf.ch)

**Homepage:** [www.elternverein-uetendorf.ch](http://www.elternverein-uetendorf.ch)



pro Treffen Fr. 5.-

# Spiugruppe-Windredli



**Spielgruppe Windredli (früher Bachschlössli/Piuzli)**

Kinder ab 2 ½ Jahren haben die Gelegenheit in einer kleinen Gruppe (maximal 8 Kinder zwischen 2 ½ und 5 Jahren) in einem geschützten Rahmen erste Kontakte zu Gleichaltrigen zu knüpfen. Wir spielen, werkeln, singen, malen, kneten, hören Geschichten, backen, gehen nach draussen, schliessen erste Freundschaften, lösen Konflikte oder sind einfach nur dabei und beobachten. Anmeldungen für das Spielgruppenjahr 21/22 sind ab sofort möglich unter:

[www.spiugruppe-windredli.ch](http://www.spiugruppe-windredli.ch)

**Wann:** Dienstag- und Donnerstagmorgen von 9.00 – 11.00 Uhr

**Ort:** im Bachschulhaus an der Allmendstrasse 20, 3661 Uetendorf

**Spielgruppenleiterin:** Regula Spring

**Telefon:** 033 437 15 13 oder 079 665 55 45

**E-Mail:** [hallo@spiugruppe-windredli.ch](mailto:hallo@spiugruppe-windredli.ch)

**Homepage:** [www.spiugruppe-windredli.ch](http://www.spiugruppe-windredli.ch)

Preis auf Anfrage



## **SPIELGRUPPE** Spielgruppe Chnopfchischte



In der Spielgruppe Chnopfchischte sind Kinder im Alter von zweieinhalb bis fünf Jahren

herzlich willkommen. Auch bietet die Spielgruppe Chnopfchischte einen Platz für ein Kind mit einer Behinderung an. Die Spielgruppe bedeutet für das Kind sich in einer grösseren Gruppe zurechtzufinden, neue Freundschaften zu knüpfen, verschiedene Materialien kennenzulernen, Geschichten zu hören, selber welche zu erzählen, kneten, farbige Hände zu bekommen, streiten, versöhnen, singen, springen, tanzen usw. Im Vordergrund steht aber immer das freie unbeschwerte Spiel. Tag und Zeit nach Anfrage!

### **Wann:**

Dienstag: 9.00 - 11.00 und 14.00 -16.00 Uhr

Mittwoch: 9.00 - 11.00 Uhr

Donnerstag: 9.00 - 11.00 Uhr

Es ist auch möglich die Spielgruppe mehr als einmal wöchentlich zu besuchen.

**Ort:** Mattenstrasse 6, 3661 Uetendorf

**Spielgruppenleiterin:** Doris Beyeler

**Telefon:** 033 345 56 13

**E-Mail:** [dorisbeyelersulzener@me.com](mailto:dorisbeyelersulzener@me.com)

Preis auf Anfrage



Spielgruppe

## KUNTERBUNT

### **Kunterbunt**

#### **die Spielgruppe im Dorf**

In der Spielgruppe Kunterbunt werden Kinder ab ca. 2 ½ - 5 Jahren betreut. Die Spielgruppe bietet den Kindern erste Kamerädli und eine gute Chance sich in einer Gruppe einzuleben.

Die Kinder haben die Gelegenheit zum Geschichten hören, singen, malen, mit verschiedenen Materialien zu arbeiten, sich verstecken, eine Bärenhöhle zu bauen, oder einfach das freie Spielen zu geniessen. Bei schönem Wetter gehen wir auf Entdeckungsreise in die Natur. Im Sommer findet bei Gelegenheit die Spielgruppe auf dem Ponyhof statt.

Ihre Anmeldungen und Fragen nehme ich gerne entgegen! Jetzt Anmelden für Sommer 2021/2022 [www.spielgruppekunterbunt.weebly.com](http://www.spielgruppekunterbunt.weebly.com)

Schnupperbesuche nach Vereinbarung.

**Wann:** Mittwochmorgen 9.00 – 11.30 Uhr (Donnerstag auf Anfrage)

**Ort:** Bei der Kirche Buchshaldenstrasse 6, 3661 Uetendorf

**Spielgruppenleiterin:** Brigitte Matti

**Telefon:** 079 285 55 62

**E-Mail:** [kunterbunt.brigitte@bluewin.ch](mailto:kunterbunt.brigitte@bluewin.ch)

**Homepage:** [www.spielgruppekunterbunt.weebly.com](http://www.spielgruppekunterbunt.weebly.com)

Preis auf Anfrage

## Sprachspielgruppe Plaudertäsche



Bist du schon eine Plaudertasche oder willst du eine werden? Möchtest du besser Schweizerdeutsch lernen? Oder hast du einfach Freude an Bilderbüchern und Geschichten? Dann erlebe mit uns wie vielfältig und spannend Sprache sein kann. Gemeinsam hören, staunen und lachen wir. Wir spielen, basteln, experimentieren, singen, tanzen, essen gemeinsam Zvieri und lernen uns kennen.

**Für wen:** Alle Kinder zwischen 2.5 und 5 Jahren

**Wann:** Mittwochnachmittag von 14 - 17 Uhr

**Ort:** Familienzentrum, Riedernstrasse 21, 3661 Uetendorf  
(oberhalb der Bibliothek)

**Spielgruppenleiterinnen:** Corinne Schlüchter & Kathrin Krebs

**Telefon:** 079 766 00 50

**E-Mail:** [corinne.schluechter@yahoo.com](mailto:corinne.schluechter@yahoo.com)

**Homepage:** [www.plaudertaesche.ch](http://www.plaudertaesche.ch)

Kosten pro Kind und Nachmittag: CHF 45.-\*, inklusive Zvieri\*



Ein kleines Familienbudget soll kein Hinderungsgrund sein. Nehmen Sie mit uns Kontakt auf.

## 6. Kinderbetreuung, Kita Lüchturm



Die vielen verschiedenen Räume der Kita Lüchturm lassen Individualität und Rückzug, aber auch gemeinsames Tun zu.

Das Essen wird täglich frisch zubereitet. Der Kitagarten bietet bei jedem Wetter vielseitige Spielmöglichkeiten.

Es stehen 15 Betreuungsplätze für Kinder ab drei Monaten bis Schuleintritt zur Verfügung.

**Wann:** Montag bis Freitag 7.00 – 18.30 Uhr

**Ort:** Zelgstrasse 22, 3661 Uetendorf

**Kita-Leitung:** Miriam Zumstein

**Telefon:** 033 345 30 09

**E-Mail:** [info@kindbewegt.ch](mailto:info@kindbewegt.ch)

**Homepage:** [www.kindbewegt.ch](http://www.kindbewegt.ch)

Preise auf der Website, (mit Betreuungsgutschein - Angebot)





## 7. Tageseltern, leolea Kanton Bern

Einen geordneten Tagesablauf in einer Familienstruktur, eine liebevolle Atmosphäre im kleinen Rahmen und grösstmögliche Flexibilität: das bieten die Betreuungspersonen in Tagesfamilien.



**tageseltern+**

leolea – lebensorte  
und lebensart  
für kinder

Ab einem Alter von drei Monaten und bis zum Schulaustritt stehen die engagierten Persönlichkeiten für die Kinder im Einsatz und bieten eine individuelle Betreuung, was unter anderem den Bedürfnissen von Eltern im Schichtbetrieb oder mit unregelmässigen Arbeitszeiten entgegenkommt. Nach Absprache ist eine sporadische Betreuung auch nachts oder am Wochenende möglich.

Die Betreuungspersonen lassen die Kinder an ihrem persönlichen Familienalltag teilhaben, gehen mit ihnen täglich nach draussen und sorgen für genügend Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten.

**Wann:** regelmässige und unregelmässige Betreuungszeiten möglich

**Ort:** im Haushalt der Betreuungsperson

**Koordinatorinnen Kanton Bern:** Beatrice Marmet und Bianca Aeschlimann

**Telefon:** 031 311 77 16 (Büro: Gasstrasse 4, 3005 Bern)

**E-Mail:** [www.leolea.ch](http://www.leolea.ch)

**Homepage:** [www.tageseltern@leolea.ch](mailto:www.tageseltern@leolea.ch)

Preis auf Anfrage (mit Betreuungsgutschein - Angebot)

## 8. Weitere Betreuungsangebote

# GLANZZEIT FÜR FAMILIEN

GLANZZEIT steht für flexible und individuelle Familienunterstützung in Form von Kinderbetreuung zu Hause und bei Bedarf kombiniert mit Haushaltshilfe, für Notfälle und längerfristige Entlastung mit konstanter Betreuungsperson.

Ein (un)erwartetes Ereignis kann für eine Familie eine riesige Belastungssituation werden und diese auf verschiedenste Arten auf den Kopf stellen. Glanzzeit bietet Ihnen mit der qualifizierten Glanzfrau zwei Hände mehr, um den Alltag mit den Kindern und dem Haushalt zu meistern. Vertrauenswürdig und persönlich, auf Ihre Bedürfnisse und Wünsche abgestützt.

Tauschen Sie Belastung mit Entlastung und gewinnen Sie etwas Glanzzeit (zum Durchatmen) für sich!

**Wann:** ab 2 Std., regelmässig oder unregelmässig, auch abends oder an Wochenenden, je nach Bedarf

**Ort:** bei Ihnen zu Hause

**Geschäftsleitung:** Corina Grossniklaus & Gisela Berger

**Telefon:** 078 641 77 91 (Büro: Thunstrasse 74, 3661 Uetendorf)

**E-Mail:** [info@glanzzeit.ch](mailto:info@glanzzeit.ch)

**Homepage:** [www.glanzzzeit.ch](http://www.glanzzzeit.ch)

## ROKJA, Wochenplatz-Job: Kinder hüten durch Jugendliche

Die regionale offene Kinder- und Jugendarbeit vermittelt Wochenplatz-Jobs an Jugendliche im Alter von 13 – 17 Jahren. Wenn Sie eine/n Jugendliche/n zum Hüten ihrer Kinder suchen, können Sie sich bei der ROKJA melden. Wenn möglich, helfen die Jugendarbeitenden gerne bei der Vermittlung eines Teenagers.



**Telefon:** 078 715 04 55 / 079 238 94 61 (Büro: Moosweg 2, 3661 Uetendorf)

**E-Mail:** [info@rokja.ch](mailto:info@rokja.ch)

<https://rokja.ch/wochenplatz>

## Freiwilligenarbeit

Die Koordinationsstelle für Freiwilligenarbeit vermittelt freiwillige Helferinnen und Helfer, u.a. auch in Familien.



Die Freiwilligenarbeit ersetzt jedoch keine bezahlte Arbeit, ist zeitlich begrenzt und richtet sich nach den Ressourcen und Möglichkeiten der freiwillig Mitarbeitenden.

**Koordinatorin für Freiwilligenarbeit in Uetendorf:** Isabel Glauser

**Telefon:** 076 404 67 55 (Büro: Dorfstrasse 48, 3661 Uetendorf)

**E-Mail:** [freiwilligenarbeit@uetendorf.ch](mailto:freiwilligenarbeit@uetendorf.ch)

<http://www.uetendorf.ch/>

## 9. Freizeitaktivitäten für Kleinkinder

### Babyschwimmen für Kinder ab 10 Wochen bis 4 Jahren.

Bei den First Flow-Schwimmkursen ist Spass im Wasser garantiert. Ihr Kind gewinnt Selbstvertrauen und entdeckt seine motorischen und sozialen Fähigkeiten. Mit First Flow fördern Sie Ihr Kind optimal – und das sanft und ganzheitlich. Gemeinsam mit Ihnen erlebt Ihr Kind das Element Wasser. Es wird individuell auf jedes Kind eingegangen – ohne Gruppenzwang. Alle sind gefordert, aber niemals überfordert.



First-Flow-Babyschwimmkurse werden an verschiedenen Standorten angeboten. Infos erhalten Sie unter:

[info@wassererleben.ch](mailto:info@wassererleben.ch) / [www.firstflow.ch](http://www.firstflow.ch)

### Weitere Babyschwimmkurs-Angebote:

- **Hallenbad Heimberg:**

E-Mail: [babyschwimmen@sportzentrum-heimberg.ch](mailto:babyschwimmen@sportzentrum-heimberg.ch)

<https://sportzentrum-heimberg.ch/pages/hallenbad-babyschwimmen/>

- **Hallenbad Aeschi:** <https://blauer-delfin.jimdofree.com>

- **Hallenbad Oberhofen:** [www.wasserzauber.ch](http://www.wasserzauber.ch)

### Kleinkind-Schwimmkurse in Uetendorf:

- **Hallenbad Riedern:** [info@uet.ch](mailto:info@uet.ch) / [www.uet.ch](http://www.uet.ch)

Die Schwimmschule des Schwimmclub (SC) Delphin Uetendorf bietet Kurse für Kinder ab 4 Jahren an sowie Muki / Vaki Schwimmkurse ab 3-jährig.



Preise auf Anfrage



## BIBLIOTHEK UETENDORF

**In der Schul- und Gemeindebibliothek finden Sie rund 16`000 Medien für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.**

### **Normale Öffnungszeiten der Bibliothek:**

Dienstag und Donnerstag:	15.00 - 18.00 Uhr
Mittwoch	14.00 - 16.00 Uhr
Freitag	17.00 - 19.00 Uhr
Samstag	10.00 - 12.00 Uhr



**Die speziellen Öffnungszeiten** während den Schulferien werden jeweils folgenden Orten publiziert:

- Auf der Homepage der Gemeinde:  
<https://www.uetendorf.ch/dorfleben/kultur-freizeit/bibliothek.html/335>
- Im Onlinekatalog Uetendorf <https://www.beobiblio.ch/Uetendorf/#Start1>
- Im Amtsanzeiger Thun

**Telefon:** 033 346 01 27 / [bibliothek.uetendorf@bluewin.ch](mailto:bibliothek.uetendorf@bluewin.ch)

## ELKI-Turnen (Eltern / Kind – Turnen)



Ein Angebot für Mütter und Väter mit Kindern von 2½ bis 5 Jahren. Mit der Leiterin lernen sie sich in der Halle bewegen und können spielerisch verschiedene Geräte kennen lernen.

### Wann:

Montag: 09.10 - 10.10 Uhr (2½-3 Jahre)

Montag 09.10 - 10.10 Uhr (3-5 Jahre)

Freitag 09.00 - 10.00 Uhr (3-5 Jahre)

Freitag 10.05 - 11.05 Uhr (3-5 Jahre)

**Ort:** Mehrzweckhalle Bach, Allmendstrasse 26, 3661 Uetendorf

**Leiterin:** Petra Christinat

**Telefon:** 078 659 97 44

**E-Mail:** [petra.christinat@gmail.com](mailto:petra.christinat@gmail.com)

**Leiterin:** Andrea Stauffer (MiniMuki)

**Telefon:** 079 752 88 54

**E-Mail:** [andreamanuela.bruni@gmail.com](mailto:andreamanuela.bruni@gmail.com)

Preis auf Anfrage

## 10. Eröffnung Familienzentrum

Die Bedürfnisabklärung bei Eltern von Vorschulkindern vom letzten Sommer hat gezeigt, dass das Interesse für ein Familienzentrum vorhanden ist. Da der Kindergarten im Riedern II geschlossen werden musste, konnten nun die Räumlichkeiten zu einem Familienzentrum umfunktioniert werden. Aufgrund der Corona-Pandemie war leider bisher die Umsetzung von Angeboten im Zentrum sehr erschwert und die meisten infolge der Massnahmen sogar unmöglich. Nun hoffen wir sehr, dass das Familienzentrum langsam mit Leben gefüllt werden kann. Infos zu den aktuellen Angeboten im Zentrum werden den Eltern von 0-5-jährigen Kindern quartalsweise zugestellt oder sie können auch auf der Homepage eingesehen werden.



### ***Zweck des Familienzentrums:***

*„Das Familienzentrum soll Angebote für Familien mit kleinen Kindern an einem Ort bündeln und leicht zugänglich machen. Es fördert die sozialen Kontakte unter Eltern (und weiteren Erziehungsberechtigten) und bietet in einem kinderfreundlichen Umfeld direkten Zugang zu Informationen über Erziehungs-, Bildungs- und Betreuungsfragen. Kinder im Vorschulalter finden Kontakt- und Spielmöglichkeiten mit anderen Kindern und können an Aktivitäten frühkindlicher Bildung (Krabbel- und Spielgruppen etc.) teilnehmen.“*



# 11. Eine Auswahl hilfreicher Links für den Alltag mit Kleinkindern



## Die sprachliche Entwicklung unterstützen

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/entwicklung/alltagstipps/entwicklungsschritte/sprachfoerderung/>

## Wenn ihr Kind zweisprachig aufwächst

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/entwicklung/alltagstipps/entwicklungsschritte/mehrsprachigkeit-unterstuetzen/>



## Wie Babys und Kleinkinder Fernsehen und Co. erleben

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/medien/medienwahrnehmung/0-3-jahre/>

## Kindgerechte Nachrichten

<https://www.schau-hin.info/grundlagen/kindgerechte-nachrichten>

## Cybergrooming - so schützen Eltern ihre Kinder

<https://www.schau-hin.info/tipps-regeln/cybergrooming-so-schuetzen-eltern-ihre-kinder>



## 12. Notfallnummern



- Sanitätsnotruf **144**
- Vergiftungen **145**
- **Kinder- und Hausarztnotfall Region Thun/Bern:**
- ab Festnetz: **0900 57 67 47 CHF 3.23/Min.**
- ab Prepaid Natel: **0900 57 67 48 CHF 3.50/Min**

### Elternnotruf der Pro Juventute:



- Die Anlaufstelle für Eltern und Bezugspersonen rund um die Uhr, vertrauenswürdig, professionell und kostenlos.
- Die Betreuung und Erziehung von Kindern und Jugendlichen ist nicht immer ganz einfach. Denn kein Kind ist gleich wie das andere. Und keine Familie ist gleich wie die andere. Die Elternberatung von Pro Juventute beantwortet individuell und professionell Fragen von Eltern und Bezugspersonen und bietet Unterstützung **in Notsituationen**.
- Die Pro Juventute Elternberatung ist **Tag und Nacht erreichbar**. Ausser den normalen Telefongebühren fallen keine zusätzlichen Kosten an.

**Telefon: 058 261 61 61**

