

Familienblitz 2024 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. Tageseltern, leolea Kanton Bern.....	16
8. Weitere Betreuungsangebote	17
9. Freizeitaktivitäten für Kleinkinder.....	19
10. Familienzentrum.....	24
11. Eine Auswahl hilfreicher Links für den Alltag mit Kleinkindern	25
12. Notfallnummern.....	27



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

Die sprachliche Entwicklung

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.

5. Ausgabe: März 2024

Herausgeber: Fachstelle Gesellschaft Gemeinde Uetendorf
(Frühe Kindheit, Integration, Freiwilligenarbeit, Alter)

Redaktion: Isabel Glauser, Steuergruppe Fachstelle frühe Förderung

Grafik: Isabel Glauser / Druck: Gemeinde Uetendorf

Auflage: 300

Bezugsquelle: (gratis): Gemeinde Uetendorf

Familienblitz online:

[www.uetendorf.ch /Dorfleben/Bildungslandschaft/Fachstelle frühe Förderung](http://www.uetendorf.ch/Dorfleben/Bildungslandschaft/Fachstelle%20fruehe%20Foerderung)

Wir freuen uns Ihnen bereits den 5. Familien-Blitz vorzulegen, ein Produkt der Fachstelle Gesellschaft (Frühe Kindheit) 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 Gesellschaft:

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

i.glauser@uetendorf.ch / 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 über die Durchführungen.

Kontakt: Geburtenabteilung | Tel. 058 636 28 84

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://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

Kontakt: Wochenbett/ Stillberatung 058 636 25 05.



3. Kinderärzte Uetendorf

Gemeinschaftspraxis Uetendorf



Dr. med. Mirjam Rolli - Dr. med. Simon Berger

Ort: Buchshaldenstrasse 2, 3661 Uetendorf

Telefon: 033 345 12 43

Homepage: www.praxis-uetendorf.ch

Kinderpraxis Uetendorf

Ort: Glütschbachstrasse 100, 3661 Uetendorf

Telefon: 033 345 00 33

E-Mail: kinderpraxisuetendorf@hin.ch

Homepage: <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 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

Telefonische Beratung:

Montag bis Freitag zwischen 08.00 – 19.00 Uhr unter 031 552 16 16

Alle Angebote und Kontakte finden Sie unter: 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 08.00 bis 19.00 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

Fachstelle Gesellschaft Uetendorf:

Isabel Glauser, Dorfstrasse 48, 3661 Uetendorf

076 404 67 55, i.glauser@uetendorf.ch



5. Krabbelgruppe und Spielgruppen in Uetendorf

Krabbelgruppe für 0-4 jährige Kinder & Eltern



Schau doch einfach einmal herein! Keine Anmeldung erforderlich.

Kontaktfreudige, lustige, aufgestellte, spielfreudige Babys, Kleinkinder und ihre Mamis, Papis oder Grosis treffen sich zum Spielen, Plaudern, Geschichten hören, Austausch, Kaffee trinken.

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

Ort: Familienzentrum, oberhalb Bibliothek Uetendorf, Riedernstr. 21

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

Ort: Vereinslokal Elternverein, Bachschulhaus Uetendorf

Kontakt: Sonja Beyeler 079 744 30 03 oder 033 345 16 15

E-Mail: info@elternverein-uetendorf.ch oder

praesident@elternverein-uetendorf.ch

Homepage: www.elternverein-uetendorf.ch

pro Treffen Fr. 5.-





Spielgruppe Himmugüegeli

In der Spielgruppe Himmugüegeli wollen wir zusammen lachen, singen, werkeln, spielen, basteln, backen, entdecken und Geschichten hören.

Wir legen Wert auf die spielerische Sprachförderung. Die Sprache ist das Wichtigste um sich gut zu integrieren.

Miteinander sprechen zu können und einander zu verstehen macht Spass. Dies ist für den späteren Start in die Schule sehr wichtig.

Jetzt anmelden für Sommer 2024/2025. **Wir freuen uns auf dich!**



- Wer:** 3 – 5-jährige Kinder (deutsch- oder fremdsprachige)
- Wann:** Dienstag- und Freitagmorgen von 09:00 – 11:00 Uhr
- Ort:** Im Familienzentrum, Riedernstrasse 21, 3661 Uetendorf
- Kosten:** auf der Website oder auf Anfrage

Spielgruppenleiterin: Angela Beutler

Telefon: 079 174 09 49

E- Mail: aengi86@hotmail.com

Homepage: www.spiugruppe-himmuguegeli.ch



Spiugruppe-Windredli



Kinder ab 2 ½ - 5 Jahren haben die Gelegenheit in einer kleinen Gruppe 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 dabei und beobachten.

Jetzt anmelden für Sommer 2024/2025. **Wir freuen uns auf dich!**

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

Homepage: www.spiugruppe-windredli.ch

Instagram: @spiugruppe-windredli

Preise auf der Website oder 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 2024/2025 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: brigittematti@hotmail.com

Homepage: www.spielgruppekunterbunt.weebly.com



Preise auf Anfrage



Die Waldspielgruppe zwischen Uetendorf und Thierachern

Mit den verschiedensten Elementen experimentieren... Feuer machen... Värslis und Geschichten hören... Zusammen singen... Klettern, springen, rutschen... Natur geniessen bei jedem Wetter, das alles und noch viel mehr erlebst Du bei uns im Wald!

Im Wald können Erfahrungen gemacht werden, wie sie die Kinder in ihrem Alltag häufig kaum noch erleben.

Für wen: Alle Kinder zwischen ca. 2.5 und 5 Jahren

Wann: Donnerstag- oder Freitagvormittag von 08.45 – 11.15 Uhr

Ort: Im Waldabschnitt vor der Garage Pieren, in der Nähe vom Platzgerhüsi Thierachern

Spielgruppenleiterinnen: Sarah Hess, Caroline Felder & Alexandra Ritter

Telefon: 079 230 29 60

E-Mail: sarah.gottifredi@bluewin.ch

Homepage: www.waldmaeuse.ch

Preise auf Anfrage



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: Simona Nyffenegger und Miranda Itten

Telefon: 033 345 30 09

E-Mail: info@kindbewegt.ch

Homepage: www.kindbewegt.ch

Preise auf der Website, (mit Betreuungsgutschein - Angebot)



7. Tageseltern, leolea Kanton Bern



tageseltern+
leolea – lebensorte
und lebensart
für kinder

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

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

Koordinatorin Kanton Bern: Christine Brönnimann

Telefon: 031 310 47 00, (Büro: Gasstrasse 4, 3005 Bern)

E-Mail: christine.broennimann@leolea.ch

Homepage: www.leolea.ch

Preise auf Anfrage (mit Betreuungsgutschein - Angebot)

8. Weitere Betreuungsangebote

Nanny Service von leolea



tageseltern+

leolea – lebensorte
und lebensart
für kinder

Eine langfristige, familieninterne Kinderbetreuung mit grösstmöglicher Flexibilität? Das garantiert der Nanny-Service von leolea.

Ausgebildete pädagogische Fachpersonen stehen für das Angebot im Kanton Bern im Einsatz. Sie garantieren eine professionelle, pädagogische Betreuung, bei welcher das Kind und seine Bedürfnisse im Zentrum stehen. Ab mindestens acht Stunden pro Woche kümmern sich die Nannys um die Kinder, begleiten sie zum Kindergarten, in die Schule, zu Freizeitaktivitäten, unterstützen sie bei Hausaufgaben oder kochen mit ihnen.

Da die Nannys bei leolea angestellt sind, können sie vom externen und internen Weiterbildungsangebot in den Bereichen Pädagogik, Sicherheit oder Hygiene profitieren und unterstehen der Qualitätssicherung des Unternehmens. Zudem entfällt für die Eltern der administrative Aufwand - eine weitere Entlastung.

Wann: ab acht Stunden pro Woche, regelmässige und unregelmässige Betreuungszeiten möglich

Ort: bei Ihnen zu Hause

Leiterin Tageseltern und Mitglied der Geschäftsleitung: Paola Raho

Telefon: 031 310 47 00

E-Mail: paola.raho@leolea.ch

Homepage: www.leolea.ch

Preise auf Anfrage (ohne Betreuungsgutschein-Angebot)

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

<https://rokja.ch/wochenplatz>

Freiwilligenarbeit

Die Fachstelle Gesellschaft 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.



Kontakt: **Fachstelle Gesellschaft**, (Freiwilligenarbeit), Isabel Glauser

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

E-Mail: i.glauser@uetendorf.ch

www.uetendorf.ch

9. Freizeitaktivitäten für Kleinkinder

Eltern-Kind-Musik-Kurs im Familienzentrum Uetendorf



MUSIKSCHULE
Region
GÜRBETAL

Was: Gemeinsam mit anderen erleben die Kinder Musik in all ihren Facetten. Mit einer vertrauten Begleitperson lernen sie miteinander zu singen, zu tanzen, zu musizieren, zu improvisieren und vieles mehr. Instrumente dürfen ertastet, erspielt und erhört werden. Dazu lernen wir Verse, Fingerspiele und Knieritter, die einen innigen Kontakt zwischen Ihnen und dem Kind ermöglichen. Sinnes- und Wahrnehmungsspiele, spontanes Bewegen zu Musik, das Spielen einfacher Instrumente und das Gestalten mit Material fördern Ihr Kind auf spielerische und kreative Weise.

Wer: Das Angebot der *Musikschule Region Gürbetal* richtet sich an Kinder ab ca. 1 ½ bis ca. 4 Jahren in Begleitung einer vertrauten Begleitperson. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Geschwister sind herzlich willkommen.

Wie: Der Unterricht findet in Gruppen von 6-8 Familien statt.

Wann: Donnerstagvormittag, genaue Kurszeiten auf Anfrage, 18 Lektionen, (ausser in den Schulferien).

Kursleitung: Helena Krötzl, Musikpädagogin, Musikschule Region Gürbetal

Telefon: 031 819 45 16

E-Mail: info@ms-guerbetal.ch

Homepage: www.ms-guerbetal.ch



Preise: pro Kurs / Familie CHF 360.- (18 Lektionen)

Der Preis sollte kein Hinderungsgrund sein – nehmen Sie in diesem Fall Kontakt auf mit der Fachstelle Gesellschaft, s. Kontakt S. 3.

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

Normale Öffnungszeiten der Bibliothek:

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



Verse und Geschichten für Kinder zwischen 2 und 4 Jahren

Jeden vierten Mittwoch im Monat von 15.00 – 15.30 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@bluwin.ch

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 / www.firstflow.ch

Weitere Babyschwimmkurs-Angebote:

- **Hallenbad Heimberg:**

E-Mail: babyschwimmen@sportzentrum-heimberg.ch

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

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

- **Hallenbad Oberhofen:** www.wasserzauber.ch

Kleinkind-Schwimmkurse in Uetendorf:

- **Hallenbad Riedern:** info@uet.ch / 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

ELKI-Turnen (Eltern / Kind – Turnen)

Ein Angebot für Mütter und Väter mit Kindern von 2 bis 4 Jahren. Mit der Leiterin lernen sie sich in der Halle bewegen und können spielerisch verschiedene Geräte kennen lernen.



Wann:

Montag: 9.10 bis 10.10 Uhr (MiniMuKi mit Andrea)

Montag: 9.10 bis 10.10 Uhr (ElKi mit Petra)

Freitag: 9.00 bis 10.00 Uhr (ElKi mit Petra)

Freitag: 10.05 bis 11.05 Uhr (ElKi bei Petra)

(nach Rücksprache mit der Leiterin: Teilnahme mit jüngeren Kindern möglich)

Ort: Mehrzweckhalle Bach, Allmendstrasse 26, 3661 Uetendorf

Leiterin: Petra Christinat

Telefon: 078 659 97 44

E-Mail: petra.christinat@icloud.com

Leiterin: Andrea Stauffer (MiniMuki)

Telefon: 079 752 88 54

E-Mail: andreamanuela.bruni@gmail.com

pro Turnen Fr. 5.- (wird ca. quartalsweise im Voraus einkassiert)

Gym'n'Fun for Kids im Turnsportzentrum Uetendorf



Freies Turnen für ca. 1.5- jährige Kinder bis maximal zum Schuleintritt in Begleitung der Eltern oder anderen erwachsenen Personen.

Eltern können ihre Kids austoben lassen, mit ihnen spielen, rennen, klettern, springen, rollen, balancieren, ... erfahren und lernen, ... was das Kinderherz begehrt.

Nach Lust und Laune darf das attraktive Umfeld der Kunstturnhalle (mit Schaumstoffschnitzelgrube) als Spiel- und Tummelplatz mit kleinen und grösseren Herausforderungen genutzt werden. Durch die umfangreiche Absicherung mit verschiedensten Mattensystemen wird höchste Sicherheit gewährleistet. 'Mut tut gut'. Das Angebot ist inhaltlich nicht geführt. Eltern sind für Ihre Kinder verantwortlich.

Wann: Montag, Mittwoch und Freitag von 09.30 bis 11.30 Uhr

Anfangs- und Schlusszeit bilden jedoch lediglich den Rahmen und sind nicht für die Anwesenheit verbindlich. Keine reguläre Durchführung während Schulferienwochen. Keine Anmeldung erforderlich.

Ort: Turnsportzentrum Berner Oberland AG, Zelgstrasse 95, 3661 Uetendorf

Verantwortlich: Werner Gottier

Telefon: 079 378 43 70

E-Mail: werner.gottier@gymbeo.ch



Kosten: CHF 7.- pro Kind; Barzahlung oder Twint

10. Familienzentrum

Das Familienzentrum ist ein Begegnungsort für alle Mütter, Väter und Betreuungspersonen mit Kindern im Alter von 0 bis 5 Jahren und hat zum Ziel die sozialen Kontakte unter Familien zu fördern und Sie als Eltern für die Erziehungsarbeit zu sensibilisieren und zu stärken.

In einem kinderfreundlichen Umfeld erhalten Sie 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 teilnehmen.

(Krabbelgruppe, freies Spielen im Eltern-Kind-Café-Treff, Eltern-Kind-Musikkurs, Kreativ-Treff, Generationen-Spielnachmittag, Babyzeichensprache, Mütter- und Väterberatung...)



Infos zu den aktuellen Anlässen im Familienzentrum werden jeweils allen Uetendorfer Eltern von 0-5-jährigen Kindern quartalsweise zugestellt und auf der Homepage aufgeschaltet.

Nutzen Sie möglichst den Eingang strassenseitig, s. Bild. Da ist der Zugang auch mit dem Kinderwagen möglich.

Wir freuen uns auf vielseitige Besuche im Familienzentrum!



11. Eine Auswahl hilfreicher Links für den Alltag mit Kleinkindern

Wertvolle Lernvideos

Lerngelegenheiten für Kinder bis vier Jahre

<https://www.kinder-4.ch>



parentu in 15 Sprachen:

Albanisch, Arabisch, Bosnisch/Kroatisch/Serbisch, Deutsch, Englisch, Farsi, Französisch, Italienisch, Portugiesisch, Russisch, Spanisch, Tamil, Tigrinya, Türkisch, Ukrainisch

Der Info-Push für Eltern – eine App in 15 verschiedenen Sprachen.

Die App können sie kostenlos auf ihr Handy laden. Sie kriegen nützliche Informationen, angepasst auf das Alter ihrer Kinder, via Push-Nachrichten direkt auf ihr Smartphone. parentu ist einfach und praktisch: Ohne aufwendige Suche sind alle Informationen übersichtlich und



verständlich aufbereitet sowie jederzeit zugänglich. Die App vermittelt über 300 Inhalte altersentsprechend ab Geburt bis zum 16. Geburtstag.



Unterstützen Sie die sprachliche Entwicklung Ihres Kindes

<https://www.kindergesundheit->

[info.de/themen/entwicklung/alltagstipps/entwicklungsschritte/sprachfoerderung/](https://www.kindergesundheit-info.de/themen/entwicklung/alltagstipps/entwicklungsschritte/sprachfoerderung/)



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

