

32. JAHRGANG · APRIL 2026 · KOSTENLOS

HANNOVER KIDS

VERANSTALTUNGSMAGAZIN FÜR FAMILIEN



April, April ...

Veranstaltungskalender
für den ganzen Monat

Schwangerschaft, Geburt und Baby

Themen rund um
diese besondere Zeit

Gewinnspiel

Gewinnt Freikarten
fürs Frühlingsfest



SCHWANGERSCHAFT & BABY KURSE

Bei uns findest du Kurse, Austausch und Unterstützung rund um Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit mit deinem Baby.

Es erwarten dich liebevoll begleitete Kurse in kleiner Runde – zum Wohlfühlen, Lernen und Vernetzen mit anderen Eltern.

Unsere Kurse:

- \$20 Gesund durch Bewegung in der Schwangerschaft
- Yoga in der Schwangerschaft
- \$20 MamaWORKOUT
- Yoga mit Baby
- Fit mit Baby
- Bewegtes Baby (für Babys von 2-12 Monaten)
- Babymassage (für Babys von 6-16 Wochen)

*Jetzt Platz sichern!
Hier findest du alle Kurse*



HALLO KIDS, LIEBE FAMILIEN!

Es ist doch verrückt. Der Frühling ist da und man fühlt sich direkt wie ein anderer Mensch. Also zumindest geht es mir dieses Jahr so – nach diesem kalten, dunklen Winter. Ich merke wie sehr ich das Licht, die Sonnenstrahlen und die Zeit draußen vermisst habe.

Während ich diesen Text schreibe, sitze ich auf einer Spielplatzbank und kann mir gerade nichts Schöneres vorstellen. Die Sonne scheint und die Vögel zwitschern. Naja, wobei Letzteres von den lauten Rufen der vielen Kinder überdeckt wird. Aber das ist schön! Die Kinder sind total happy ohne dicke Winterjacke draußen spielen zu können und wirken ausgelassen und befreit.

Jetzt will ich euch noch was zu dieser Ausgabe erzählen: Es geht in vielen Texten um die Themen Mama, Baby, Schwangerschaft und Geburt. Wir wollen zukünftigen Eltern zeigen, welche tolle Kurse und Veranstaltungen es in Hannover und Umgebung dazu gibt. Während viele dieser Themen primär die Frauen durchleben, wollen wir auch zeigen, wie eure Partner*innen und Väter aktiv Teil dieser besonderen Zeit sein können. Ob Babykonzerte, Babymassagekurse, sogar schon vor der Geburt, damit die Handgriffe sitzen, sobald das Baby da ist, Babyschwimmen und viele andere Angebote – sie begleiten und unterstützen euch in dieser wertvollen Zeit. Ich wünsche euch einen wunderschönen, sonnigen April mit vielen entspannten Spielplatzbankmomenten.

Carmen Battmer



INHALT

SEITE 4 - 16
Eltern & Baby

SEITE 17
Gastrotipp

SEITE 18-30
Veranstaltungskalender

SEITE 31
Nachgefragt

SEITE 32-37
Informatives

SEITE 38-39
Buchtipps

Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett sind besonders intensive Lebensphasen. Optimalerweise werden die werdenden Mütter dabei von Anfang an kompetent und fürsorglich begleitet. Das Team der Hebammerei Hannover besteht aus 13 engagierten Hebammen und weiteren Kooperationspartnerinnen, die den Frauen in der ebenso wunderbaren wie herausfordernden Zeit professionell und mit viel Herz zur Seite stehen. Wenn es nötig und sinnvoll ist, werden Osteopath*innen, Heilpraktiker*innen, Kinderärzt*innen und Gynäkolog*innen in die Begleitung mit einbezogen. Oberste Priorität hat dabei immer das Bedürfnis der jungen Mama, des Kindes und der jeweils individuelle Weg der Familie. Für die Monate vor der Geburt gibt es in den Wohlfühl-Räumlichkeiten der Praxis im Hinterhof

der Ungerstraße ein breites Kursangebot wie z. B. Schwangerschaftsgymnastik, Yoga, progressive Muskelentspannung, Akupunktur und Geburtsvorbereitung. **Besonders ist auch das Angebot für Geburtserfahrene. Hier haben Eltern zusätzlich die Möglichkeit, voller Vorfreude und auch als Paar positiv gestärkt in eine weitere Geburt zu gehen und sich auf das Thema „Geschwisterkinder“ vorzubereiten.** Im Anschluss an die liebevolle, professionelle Betreuung der Geburt und im Wochenbett durch die Hebamme, freuen sich die jungen Mamas auf Rückbildung, Kangatraining, Stillgruppen, Musizieren mit Kind und viele andere Treffs, die auch den Austausch mit anderen Eltern ermöglichen.

www.hebammerei-hannover.de



Ankommen und Sein, die Seele baumeln lassen, Gutes für Körper und Geist tun, fit werden und eine entspannte Gemeinschaft finden – so steht es auf der Webseite des Flow-Wedemark. Genau das konnten wir von Hannover Kids beim Besuch in den total schönen, herrlich duftenden Räumlichkeiten spüren. **Familien, Kinder und Einzelpersonen finden in den verschiedensten Angeboten eine Auszeit vom Alltag.** Selbständige Anbieter*innen nutzen gerne die perfekte Ausstattung und den Service, den das Flow Wedemark bietet, um hier ihre Kurs- und Beratungsangebote anzubieten. Die inspirierende und dennoch ruhige Atmosphäre ist u.a. ideal für kleine und große Yoga-Fans. Das Angebot ist vielfältig und reicht von Yoga-Sanft, Yin-Yoga, Power-Flow, Yoga für Schwangere, Yoga mit Baby und bald auch wieder Kinder-Yoga. Für junge und werdende Eltern gibt es Hypnobirthing-Workshops, Rückbildung mit Baby, Mama-Workout, Functional-Workout-Kurse zusammen mit Kindern, Eltern-Kind-Tanz-

kurse und Austausch mit anderen Paaren. Kleinkinder und Kita-Kids freuen sich auf Kreative-, tänzerische- und Selbstbehauptungskurse. Erwachsene gönnen sich eine Auszeit bei Pilates, fordern sich bei funktionellem Training und verbringen gemeinsam eine tolle Zeit bei Tanzkursen. Der ganzheitliche Ansatz und das breite Netzwerk der Anbieter*innen bieten ebenfalls Hilfe, Therapie und Beratung in allen Lebenslagen.

www.flow-wedemark.de



www.balance.dental



Kopf
Kiefer
Körper in

Balance
dental

Viele Babys ab dem 3. Lebensmonat besuchen mit ihren Eltern einen „Babyschwimmkurs“. Wunderbar! Eng mit Mama oder Papa in angenehm warmen Wasser gelingt die Wassergewöhnung schon bald. Bis zum ersten Anfänger-Schwimmkurs ab 4-5 Jahren dauert es aber noch ein Weile. Hier entsteht eine Lücke, die für die Sicherheit der Kinder entscheidend sein kann. Darum bietet SensoRelax® Selbstrettungskurse für Kleinkinder ab dem zweiten Lebensjahr an. Ziel ist es nicht, dass Kinder früh schwimmen „können“, sondern dass sie lernen, sich im Wasser sicher zu verhalten und sich im Notfall selbst zu helfen. Spielerisch, ohne Druck und immer orientiert an dem individuellen Tempo erfahren die Kleinen, dass Wasser sie trägt, dass es nichts Bedrohliches ist und dass sie ruhig bleiben können, selbst wenn der Kopf einmal unter Wasser gerät. **Ein zentraler**

Bestandteil des Kurses ist das Üben der Selbstrettung: Die Kinder lernen, sich im Wasser eigenständig zu orientieren, sich in die Rückenlage zu drehen und wieder Luft zu holen. Später werden realistische Situationen – beispielsweise das unbeabsichtigte Hineinfallen ins Wasser, sogar mit Kleidung, geübt. Ziel ist es, dass die Kinder nach einem Sturz ins Wasser selbstständig an den Beckenrand oder ans Ufer gelangen und sich mit ihrer eigenen, kindgerechten Technik wieder an Land ziehen können.

Zurzeit findet ein Selbstrettungskurs Freitags um 16:30 Uhr in Döhren statt. Ab Mai startet das Angebot zusätzlich in Pattensen, voraussichtlich Donnerstags. Anfragen bitte an info@sensorelax.eu, Infos: Instagram: [@active_nature_and_fun](https://www.instagram.com/active_nature_and_fun) oder unter

www.sensorelax.eu



Eltern zu werden ist immer aufregend. Wenn statt einem zwei oder drei Babys gleichzeitig in Herz, Leben und Alltag der Eltern purzeln, kommen viele Fragen auf: Wie werden wir all den Bedürfnissen gerecht? Was tun wir, wenn unsere Babys früher ins Leben starten? Was ist mit einer Geburtseinleitung? Kommt für uns eine vaginale Geburt oder ein Kaiserschnitt in Frage? Und wer begleitet uns auf unserem Weg ins Abenteuer? **Auf diese und andere Fragen finden werdende Mehrlingsfamilien in Hannover exklusive Antworten.** Das bundesweit einzigartige Kompetenzzentrum extrakind – ein Zusammenschluss von acht Twin-Kliniken in Deutschland – begleitet gemeinsam mit der MHH Zwilling- und Drillingsschwangere durch den Informations-Dschungel. „Extrakind ist ein absolutes Herzensprojekt“, erläutert Leiterin Alexandra Jaeger, selbst Zwilling- und Fünfmama. „Jede Hebamme, jeder Chefarzt, jede Päda-

gogin, jede Still- und Elternberaterin, die hier arbeitet, hat selbst Mehrlinge oder hilft jeden Tag kleinen Doppel- und Dreifachwundern auf die Welt.“ Neben höchster Expertise wird den Eltern vor allem eines vermittelt: Nähe. Alle Geburtsvorbereitungskurse werden (z.T. auch für die Partner*innen) von den Krankenkassen übernommen.

www.extrakind.de

BY CLAUDIA BÖDEKER

Pavillonstr. 11
30451 Hannover/Linden
Tel. 0179 – 140 76 44
hallo@suraya.info
www.suraya.info
@suraya-by-claudia

MASSAGE • YOGA • KREISE • MEDITATION

„Durch bewusste Berührung entsteht Bindung, Vertrauen, Regulation, Sicherheit und ein tiefes Gefühl von – Ich sehe dich.“ Eine sanfte Babymassage unterstützt die kindliche Entwicklung der Motorik und Nervenzellen, stärkt das Immunsystem, wirkt beruhigend und schenkt Eltern und Babys eine bewusste Zeit miteinander. Viele Eltern möchten ihrem Baby vom ersten Tag an Nähe, Ruhe und bewusste Berührung schenken. Die ersten Wochen mit einem Neugeborenen sind jedoch sehr intensiv. Wunder schön – und gleichzeitig fordernd. Gerade im Wochenbett ist es oft schwierig, feste Termine, wie die Teilnahme an einem Baby-massagekurs, wahrzunehmen. Aus genau diesem Grund entwickelte Claudia Bödeker, ausgebildet in klassischer und nepalesischer Ayurveda-Massage und Inhaberin der Suraya-Praxis, **einen Workshop, in**

dem Paare oder auch Einzelpersonen die Babymassage schon während der Schwangerschaft erlernen können. In einer kleinen, geschützten Gruppe üben die vier bis acht Teilnehmer*innen die komplette Babymassage an einer Puppe, sodass sie die Abläufe in Ruhe verinnerlichen können. Zusätzlich werden Achtsamkeitsimpulse und eine kurze Meditation integriert, denn Verbindung beginnt nicht erst mit der Technik – sondern mit der eigenen inneren Haltung. Ein ausführliches „Schritt für Schritt“ Begleitheft unterstützt die Eltern nach der Geburt. Ist das Baby dann da, gibt es die Möglichkeit, sich nochmal als Gruppe zu treffen, um die Massage mit dem Baby zu üben. Oder man bucht eine Einzelstunde, in der individuell auf das Baby eingegangen wird.

www.suraya.info



© Katharina Benedict



© Lars Kaletta

Perfekt für Familien: Im Vereinszentrum von Hannover 96 sind schon die Kleinsten ab 6 Wochen mit Mama oder Papa u.a. bei den vielen Pekip-Angeboten, bei Fit mit Baby und bei den Baby- und Krabbel-Athleten herzlich willkommen! Größere Geschwister genießen die Zeit z.B. beim Großeltern-Kind-Turnen ab dem 1. Jahr, bei den Zwerg-Athleten ab 3 Jahren, beim Sport-Mix ab 4 Jahren oder beim Outdoor-Fußball ab 6 Jahren. Teens haben grenzenlosen Sport-Spaß beim Fun-Fußball, Parcours und Trampolin und in den coolen Feriencamps. **Und versprochen – die Kids werden jederzeit gut und liebevoll durch geschulte Trainer*innen betreut.** Im modernen Hannover 96 Vereinszentrum mit Kletterwand, einem Action-Center, vielfältigem Equipment sowie einer tollen Außenanlage wird „Sport ohne Leistungsdruck“ großgeschrieben. In allen Angeboten geht es vielmehr um Spaß und die Entwicklung

persönlicher und kognitiver Fähigkeiten der Minis, Kinder und Jugendlichen. Und wunderbar – die Mama, der Papa, Oma und Opa haben in zahlreichen Fitness- und Rehakursen mit modernsten Geräten ebenso tolle Möglichkeiten, sich fit zu halten, wie der Nachwuchs.

Das einzigartig-vielfältige Sportangebot findet man unter:

www.96kindersport.de

**Wir begleiten euch
vor und nach
der Geburt!**



HEBAMMEREI  HANNOVER

Babys lieben das Wasser – es erinnert sie an die Geborgenheit im Mutterleib und bietet ihnen die Möglichkeit, sich frei und ohne Schwerkraft zu bewegen. **In den Babyschwimmkursen** der Wasserwelt Langenhagen genießen die Kleinsten ab 4 Monaten zusammen mit Mama oder Papa die gemeinsame Zeit im angenehm warmen Wasser. Durch gezielte Bewegungen im Wasser wird die motorische Entwicklung sanft gefördert, die Muskulatur gekräftigt und das Körpergefühl geschult. Das gemeinsame Erleben stärkt die Eltern-Kind-Bindung und sorgt für unvergessliche Momente. Eine ebenso wertvolle Zeit erleben Eltern mit ihren Babys im Wasserwelt Angebot **„Babysauna & Planschspaß“**. Ein kurzer Saunagang bei milden 60 Grad stärkt das

Immunsystem, unterstützt die Durchblutung und kann den Schlaf-Wach-Rhythmus positiv beeinflussen. Ein Rundum-Wohlfühlmoment für Eltern und Babys gleichermaßen! Nach dem Saunagang sowie der Abkühlphase geht es zum „Planschspaß“ in das Erlebnisbad. Im Planschbecken spielen die Kinder miteinander und die Eltern haben die Möglichkeit zum Austausch mit anderen.

Besonders familienfreundlich – die Mehrfachkarte: Mit dem Kauf erhält man 4 Einheiten und kann diese selbständig innerhalb von 16 Wochen für Babyschwimmen (Di. und Fr.) und/oder Babysauna (Mi.) einlösen. Die Termine können nach dem Kauf unter „Meine Wasserwelt“ gewählt werden.

www.wasserwelt-langenhagen.de



... gibt es jetzt schon seit vielen Jahren in der Region Hannover. Was mit einem „Kinderwagen-Kurs“ am Vormittag begann, ist zu einem vielfältigen Kursangebot geworden: „Ganz schön schwanger“-Kurse mit Baby im Bauch, dann „Mama macht mehr“ oder „Kind und Kinderwagen“ oder Kurse ohne Kind am Abend. Viele der Kurse sind zertifizierte Präventionskurse mit Krankenkassenbeteiligung oder per Hansefit buchbar. Mittlerweile kümmern sich zwei Partnerinnen – Steffi und Inna – um die Region Hannover. Sie werden unterstützt von prä- und postpartal ausgebildeten Trainerinnen mit umfangreichen Grundqualifikationen. **In den Outdoorkursen geht es um Fitness, das Wohlbefinden und die gute Laune der sportfreudigen Mamas und Frauen.** Alle Trainerinnen stellen sich individuell auf die aktuelle Situation und den jeweiligen Fitnessstand der Teilnehmerinnen ein. Ziel ist: fit werden für sich selbst, um den wichtigsten und herausforderndsten Job der Welt gut

zu machen: MAMA sein. **Frische Luft für Mutter und Kind gibt es gratis dazu – und eine tolle Truppe gleichgesinnter Mütter sowieso.** Am besten, man nutzt gleich das Frühjahrswetter, kommt runter vom Sofa und rein in den Park! Weitere unterschiedlichste Kursangebote und Termine: auf Facebook, Instagram und bei Steffi (0178/8630995, Steffi-hannover@laufmamalauf.de) oder Inna (innasiebert@gmx.de, 0159/02412174)

www.laufmamalauf.de



Die DRK-Familienbildungsstätte Hannover bietet jungen Müttern/Vätern mit einem vielfältigen Angebot einen guten Start in die Elternzeit.

Das Kursformat „**Achtsamkeit im ersten Babyjahr**“ richtet sich an Mamas mit dem ersten, zweiten oder auch dritten Baby und zielt darauf ab, sich selbst und die eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen. Es geht darum, kleine Pausen im Alltag für sich zu nutzen und zwischen Windeln, Spielplatz und Kinderzimmer, Platz für sich selbst zu finden.

Junge Eltern erhalten zahlreiche Informationen zur Entwicklung der Babys und genießen den Austausch in den **PEKiP- und DELFI-Gruppen**, die ab der achten Lebenswoche bis zur Vollendung des ersten Lebensjahres angeboten werden. Wahrnehmungs- und

Bewegungsspiele fördern die Entwicklung der Babys. Der Austausch mit Gleichgesinnten macht auch die Eltern entspannter im Umgang mit ihrer gegenwärtig anspruchsvollen Situation im Familienalltag.

Mit dem Format „**Musikspielplatz**“ für Kids von 0-24 Monaten tauchen junge Eltern in die Welt der klassischen Musik ein, wodurch das Gehör geschult, die Sinne aktiviert und die Bindung zwischen Eltern und Kind gestärkt werden. Durch Spiel, Spaß und Bewegung werden im Kurs „**Klangwelt und Bewegung**“ Kids von 18-36 Monaten altersgerecht an Klänge, Musik, Lieder und Rhythmen herangeführt. Eine wertvolle gemeinsame Zeit für Eltern und Kind – ohne Druck und ganz im eigenen Tempo.

www.fabi.de



Im ersten BabySpa Hannover in der Königstraße erwartet Eltern und ihr Baby ein ganz besonderer Wohlfühlort. Ein Ort, der mit ganz viel Liebe und Herz eingerichtet wurde, damit sich große und kleine Besucher*innen vom ersten Moment an geborgen fühlen. Hier dreht sich alles um Nähe, Entspannung und eine wertvolle gemeinsame Zeit, die in Erinnerung bleibt.

Babys erleben ab dem 1. bis zum 7. Monat ihre erste Wassergewöhnung. Sie floaten in angenehm warmem, klarem Wasser,

ohne jegliche Zusätze, bei einer Temperatur von 35 bis 37 Grad Celsius. Die Kleinen entspannen und genießen das ruhige Floating, das sie an die vertraute Geborgenheit in Mamas Bauch erinnert. Dabei werden nicht nur der Gleichgewichtssinn gefördert und Stress reduziert, sondern es kann auch bei Koliken helfen. Ebenso profitieren die Eltern von dieser besonderen Auszeit – **es ist eine wunderbare Möglichkeit, den Alltag loszulassen, das Kind bewusst zu beobachten und diese innigen Momente ganz intensiv zu erleben.** Eine hinzubuchbare, liebevoll angeleitete Babymassage fördert die emotionale Eltern-Kind-Bindung zusätzlich.

Außer einer Wickeltasche müssen die Eltern zum Floating nichts mitbringen, alles was für eine stressfreie und angenehme Zeit benötigt wird, steht zur Verfügung. **Perfekt für kleine, besondere Anlässe:** Das BabySpa kann auch exklusiv gebucht werden.

Tipp: Wer zum Besuch im BabySpa eine Hannover Kids mitbringt, erhält Rabatt auf das Floating. Infos und Termine:

www.babyspa-hannover.de



Sonnenstrahl-Babykonzerte Lauschen, Staunen, Mitmachen

„Hallo kleiner Sonnenstrahl“ heißt es am **11. April um 10 und 11.30 Uhr in der List beim Mitmachkonzert für Babys von 0-12 Monaten**. Babys lieben Musik! Und weil das so ist, gibt es beim Babykonzert ganz viel Musik – live und in Farbe. Laut und leise, langsam und schnell, bekannte und unbekannte Klänge. Mit allen Sinnen machen die Aller kleinsten ihre ersten Konzerterfahrungen. **Ob kuschelig und weich in Papas Arm, bei Mama auf dem Schoß, mit Omi und Opi oder krabbelnd unterwegs im Raum – hier ist alles erlaubt.** Gemeinsam mit ihren Begleitpersonen werden die Babys zum Mitsingen, Summen, Klatschen, Tanzen oder einfach zum Lauschen eingeladen. Gemütlich machen kann man es sich am besten auf einer mitgebrachten Decke, Wickelmöglichkeit und Kinderwagenstellplätze sind vorhanden.

Infos: Konzept und Gesang Sonja Catalano, Violine Aurelia Lampasiak, Violoncello Sophia Grest, Ort: BLOOM - Voßstr. 11a, Tickets (keine Tageskasse) eventfrog.de, Dauer 40 min, weitere Babykonzerte: 9.5. & 13.6. Instagram:

@sonnenstrahl_babykonzerte



Schwimmschule Wassermeloni Entdeckungsreise für Babys

Schon die Jüngsten von 6-12 Monaten erfahren gemeinsam mit Mama oder Papa in der Schwimmschule Wassermeloni, wie spannend und gleichermaßen entspannend Bewegung in warmem Wasser sein kann. Im Vordergrund steht dabei die liebevolle Einführung in das nasse Element. **Neben den vielen Vorteilen für die körperliche und motorische Entwicklung der Babys, bringt die Bewegung im Wasser ganz viel Spaß.**

Verschiedene Übungen und Haltegriffe geben den Eltern Sicherheit im Umgang mit dem eigenen Kind im Wasser. In den kleinen, homogenen Kursgruppen unter Anleitung ausgebildeter Kursleitungen entsteht eine sehr persönliche Lernatmosphäre – die optimale Grundlage für das gemeinschaftliche Wasservergnügen und eine individuelle Betreuung der Babys. Mit 4.000 Schwimmschüler*innen ist die Schwimmschule Wassermeloni eine der größten Schwimmschulen Deutschlands. Verteilt über das Stadtgebiet Hannover findet der Unterricht in kleinen, mit warmem Wasser gefüllten Becken an 6 Standorten in Hannover statt. Super für die Eltern ist der Online-Service mit dem Umbuchungssystem z.B. bei Krankheit.

www.wassermeloni.de

FINDET
JETZT
DAS PASSENDE
ANGEBOT!

JETZT
KOSTENLOS
REIN-
SCHNUPPERN!

IM VEREINSZENTRUM AN DER STADIONBRÜCKE

KINDERSPORT BEI HANNOVER 96

**AB DER 6. LEBENSWOCHE BIS 17
JAHRE, HIER GIBT'S FÜR ALLE DAS
PASSENDE ANGEBOT!**

WIR FREUEN UNS AUF EUCH!

Kostenlos
schnuppern:



Mehr Infos:
www.96kindersport.de





Schon in den ersten Lebensmonaten reagiert das kindliche Gehirn hochsensibel auf akustische Reize. Musik regt alle Sinne an, fördert die sprachliche Entwicklung und unterstützt ein gutes Körpergefühl. **Schon die Kleinsten reagieren auf Rhythmus, Melodie**

und Wiederholungen – sie beruhigen, machen neugierig oder laden zum Mitmachen ein. Musik stärkt außerdem die Bindung zwischen Eltern und Kindern: Gemeinsames Singen oder Musizieren schafft Nähe, Freude und liebevolle Rituale im Alltag.

Die katholische Familienbildungsstätte in Hannover bietet mit dem Musikgarten, dem Musikspielplatz, dem Kurs **Musik für Kids (ab 4 J.)** und dem Kinderchor verschiedene Musikangebote für Kinder vom Baby- bis zum Grundschulalter an, in denen in entspannter Atmosphäre zusammen gesungen, getanzt und musiziert wird.

www.kath-fabi-hannover.de



Wenn Sie Bürgergeld vom Jobcenter bekommen, können Sie extra Leistungen für Ihr Kind erhalten. Zum Beispiel fördern wir Hobbys und Mitgliedschaften in Vereinen mit einem monatlichen Zuschuss. www.jobcenter-region-hannover.de/but



Im Sommer letzten Jahres hat ein neues vietnamesisches Restaurant in Langenhagen eröffnet. Das wollen wir testen!

So machen wir uns zu viert an einem Sonntagabend auf den Weg ins Hanoi Bun Pho. Unsere Kinder sind 8 und 11 Jahre alt und immer scharf darauf essen zu gehen und Neues auszuprobieren. Vor allem asiatisch mögen wir sehr gerne. Plastikkirschblüten an den Fenstern, ein kleiner Springbrunnen in der Mitte des Raumes und große Bilder von fernöstlichen Landschaften ergeben einen asiatischen Charme. Die Auswahl der Speisekarte finde ich schon mal großartig. Toll ist, dass neben jedem Gericht ein Foto abgebildet ist. So hat man eine viel bessere Vorstellung von dem, was später auf dem Teller landet und auch Kinder, die noch nicht lesen können, haben die Möglichkeit, ihr Essen selbstständig auszuwählen.

Bei all den Leckereien fällt es mir schwer, mich zu entscheiden. Nehme ich beispielsweise Pho ha noi, eine Reisbandnudelsuppe, die es in Vietnam fast an jeder Straßenecke gibt, oder eine gesunde Bowl mit Reis und knackigem Gemüse oder doch lieber ein Curry? Ich entscheide mich für Pho Xao (im Wok angebratene Reisbandnudeln) mit Tofu und Gemüse. Zusätzlich nehmen wir noch zwei Mal die knusprige Ente mit Thai Curry und als Vorspeise Wan Tan und Nem Ran (vietname-

sische Frühlingsrollen).

Bis das Essen kommt, schlürfen wir unser Lassi. Das klassische Mango- und das Litschi Lassi sind erwartungsgemäß lecker. An das Avocado Lassi, welches ich bestellt habe, muss ich mich erst gewöhnen. „Ich wollte halt mal was Neues ausprobieren“, antworte ich auf den fragenden und kritischen Blick der Kinder, als sie mich beim Trinken beobachten... Naja, manchmal sollte man wohl keine Experimente machen, sondern bei Altbewährtem bleiben. Die Kinder und mein Mann bekommen ihr Essen relativ schnell und schwärmen mir genüsslich davon vor. Doch mein Essen lässt auf sich warten. Irgendwann, als schon alle aufgegessen haben, kommt es dann endlich und ich esse nun ganz alleine, während die Jungs schon unruhig werden und nach Hause wollen. Sehr schade! Zumindest entschuldigt sich die Bedienung sehr freundlich und überreicht beiden Kindern zum Abschied einen Lolli. Also, nicht so schlimm, kann ja mal passieren.

Das Essen ist wirklich lecker und ich lasse mir meinen Rest, mit Vorfreude auf das Mittagessen am nächsten Tag, einpacken. Ich verlasse das Restaurant in Gedanken bei den Gerichten, die ich gerne bei unserem nächsten Besuch bestellen und probieren möchte. Sommerrollen, Reisnudelsalat, Maki.....zusammen mit einem süßen Mango Lassi. ;)



APRIL

01 MITTWOCH

THEATER

Dornröschen

Das Figurentheater Neumond spielt für Kinder ab 5 J., 10 Uhr, Figurentheaterhaus, www.theatrio.de

DIES DA UND DAS DA

Zuhören macht Spaß!

Für Grundschulkinder mit Hör-Spielen und -Rätseln aus dem Werkzeugkoffer der Hörclubs, einer Geräusche-Jagd und vlt. einem Mini-Hörspiel. 10-13 Uhr, ohne Anm., Kindermuseum Zinner, www.kindermuseum-hannover.de

Palettengarten

Für Eltern mit Kindern oder Erw., die Lust an der Arbeit mit Pflanzen haben. Gemeinsam werden Pflanzen angezogen und der Garten gestaltet. 15-17 Uhr, kostenlos, ohne Anmeldung, Bürgerhaus Misburg (jed. Mi.)

Griffbereit

Anregungen für gemeinsame Finger- und Bewegungsspiele, malen, reimen, singen, sowie Informationen zu Gesundheits- und Alltagsfragen, für Eltern und Kinder ab 1 Jahr, 10-12 Uhr, ohne Anmeldung, STZ Ricklingen, (jed. Mi.)

Großeltern-Kind-Turnen

Spielen und Toben für Kinder 1 bis 5 J. mit Oma und/oder Opa, 14.30-15.30 Uhr, Schnupperstunde möglich! Vereinszentrum Hannover 96, www.96vereinszentrum.de, (jed. Mi.)

02 DONNERSTAG

BUCH UND MEHR

Bilderbuchkino

für Kinder ab 4 J., kostenfrei, ohne Anm., 16 Uhr, Stabi Kleefeld, (jed. Do.)

DIES DA UND DAS DA

Hannover für kluge Köpfe

Stadttrundgang: Guides führen Kinder ab 8 J., durch die Innen- und Altstadt und mit dem Bogenaufzug geht es auf die Rathauskuppel! Anm.: Tel. 0511/12345-111, www.visit-hannover.com/stadttouren

03 FREITAG

KINO-FILM

Angebote Raschplatzkinos

„Die Schlümpfe - Der Kinofilm“ 13.30 und „Felix - Ein Hase auf Weltreise“ 13.30 Uhr, www.filmkunstkinos-hannover.de, (bis 7.4.)

SpongeBob-Schwammkopf

Piraten Ahoi, 16 Uhr, www.apollokino.de, (auch 4.4.)

DIES DA UND DAS DA

Osteraktion

Spannende Oster-Rallye, bei der man eine Familien-Jahreskarte gewinnen kann. www.erlebnis-zoo.de

04 SAMSTAG

DIES DA UND DAS DA

Zu Gast auf dem Bauernhof

Woher kommt die Milch? 10-11.30 Uhr, kostenfrei! Anm.: anmeldung@naturpark-steinhuder-meer.de, Treffpunkt: Milchhof Nülle, Poggenacker 2, 31535 Neustadt-Mardorf

Frühlingsfest Hannover

Mo und Di. geschlossen (außer Ostermontag), Feuerwerk jed. Fr. ab 21.45 Uhr, Familientag jed. Mi. ab 15 Uhr, Schützenplatz, www.fruehlingsfest-hannover.de, (bis 26.4.),

Animal Crossing: New Horizons

Bis zum 30.4. treffen kleine Besucher*innen im SEA Life Hannover Pinguin Sonja, Affe Pippo, Tom Nook. Zusätzlich sammeln sie Stempel und entdecken zahlreiche Meeresbewohner*innen. www.visitsealife.com/hannover

05 SONNTAG

THEATER

Das Karussell

Für Kinder ab 3 J. Ein akrobatisch-humorvolles Spiel mit Figuren und Objekten, 11 und 16 Uhr, Theatermuseum Hannover, Prinzenstr. 9, Vorverkauf-Tel.: 99991111

KINO-FILM

Apollo Kino

„Lilly und die Kängurus“ um 14 Uhr und „Checker Tobi 3 und die heimliche Herrscherin der Erde“ um 16 Uhr, www.apollokino.de, (auch 6.4. um 15.30 Uhr),



Zimmermann.
BY C. BECHSTEIN

Dein Klavier zum
Herantasten!

Unsere aktuellen Mietangebote
und Mietbedingungen
findest Du hier: 

C. Bechstein Centrum Hannover · Königstraße 50 A
30175 Hannover · +49 (0)511 843 00 150
hannover@bechstein.de · www.bechstein-hannover.de

KREATIVE KIDS

Mooshasen & Osterkörbchen

Osterbasteln für Kinder ab 6 J., 15-17 Uhr, Kosten: 5 €, anmeldung@naturpark-steinhuder-meer.de, Naturparkhaus-Mardorf, www.naturpark-steinhuder-meer.de

DIES DA UND DAS DA

Osterspaziergang

mit einem tollen Programm für Familien: Osterhasen verteilen Schokolade, digitale Osterrallye, Wasserspiele, Basteln und Spiele mit der Frühlingsfee u.v.m., 11-17 Uhr, Garteneintritt, Großer Garten Herrenhäuser Gärten.

Das neue Rathaus entdecken

Blick hinter die Kulissen, Kosten: Erw. 11, Kinder, Schüler, Studenten 8 €, Tickets: www.hannover-tourismus.de/das-neue-rathaus-entdecken, 11 und 14 Uhr, Platz der Menschenrechte 1

Faust lichterloh

Traditionell startet das Osterfeuer auf dem Faust-Hof am Ostersonntag ab 18 Uhr. Hier wird der Winter feierlich verabschiedet. Der Biergarten Gretchen sorgt bei knisterndem Feuer und fröhlicher Atmosphäre für die Verpflegung, Kulturzentrum Faust

Achtung! Es knistert

Familienführung zum Thema Strom: Woher kommt der Strom und was kann er?, 15 Uhr, nur Museumseintritt, Bomann Museum Celle, www.bomann-museum.de

Ostereier suchen

Am Ostersonntag suchen Kinder bis 8 J. zwischen Strohballen nach bunten Ostereiern und tauschen Funde gegen Schokoladenhase ein. Eltern genießen Zeit im Pavillon mit Getränkeverkauf. 10-12 Uhr, Bürgerhaus Groß Buchholz, Pinkenburgerstr.

Erlebnis Zoo

der Osterhase hoppelt durch die Tierwelten, es gibt Kinderschminken, Entenangeln und eine kreative Oster-Tierbastelaktion, alle Termine: www.zoo-hannover.de

Osterspaß im Wisentgehege

mit Bastelangeboten, Eiermarmorieren und einem Mitmachrätsel. Auch der Osterhase ist vor Ort und verteilt buntgefärbte Eier. www.wisentgehege-springe.de

06 MONTAG

KINO-FILM

Checker Tobi 3

und die heimliche Herrscherin der Erde um 15.30 Uhr, www.apollokino.de

DIES DA UND DAS DA

Biber-Tag

Im Naturpark Mardorf, Biber-Experte Holger Machulla kommt mit seinen Exponaten ins und beantwortet alle Fragen. Kostenfrei, ohne Anm., naturpark-steinhuder-meer.de

Frühlingsfest

Heute geöffnet von 14-23 Uhr, Schützenplatz, www.fruehlingsfest-hannover.de

07 DIENSTAG

BUCH UND MEHR

Der Sonnendieb

Bilderbuchkino für Kinder ab 4 J. um 16.30 Uhr, kostenfrei, ohne Anm., KroKuS, Thie 6

DIES DA UND DAS DA

Baby-Athleten

für Babys von 6-18 Mon. mit Eltern, 11-12 Uhr, Schnupperstunde jederzeit möglich, 96 Vereinszentrum, www.96kindersport.de, (jed Di.)

VR-Special

Thechnothek Hannover, für alle ab 12 J., die sich für virtuelle Erlebnisse interessieren und in die Welt der VR-Brillen eintauchen möchten, 16-17 Uhr, ohne Anm., kostenfrei, Stadtbibliothek, Hildesheimer Str. 12



Kung Fu

16 Uhr für Kinder von 3,5-6 Jahren, 17 Uhr für Kinder von 7-9 Jahren, 18 Uhr für Kinder von 10-14 Jahren, Sportakademie Dr. Lee, kostenlose Probestunde und Voranmeldung: www.sport-lee.de oder 0511/ 44 13 43, (jeden Montag + Mittwoch, und Dienstag + Donnerstag)

Osterhasendetektive

Die lustige Eier- und Hasensuche in der Eilenriede für Kinder ab 7 J.! Ostern ist vorbei, aber sind wirklich alle Ostereier gefunden worden? 12 €, mit HAP 6 €, 9-14 Uhr, Anm.: stadtteilzentrum-lister-turm@hannover-stadt. www.stz-lister-turm.de

08 MITTWOCH

DIES DA UND DAS DA

Labor der Sinne

Für Kinder ab 6 J., die Lust haben zu matschen, mischen, fühlen, riechen und staunen. 6 Termine, mittwochs bis 13.5., 16-17.30 Uhr, Kosten: 50 €, mit HAP 25 €, Anm.: stadtteilzentrum-lister-turm@hannover-stadt.de, STZ Lister Turm

Frühlingsfest

Jeden Mi. Familientag mit vielen Rabatten, 15-23 Uhr, Schützenplatz, www.fruehlingsfest-hannover.de, (bis 26.4.)

09 DONNERSTAG

BUCH UND MEHR

Babys in der Bibliothek

Fingerspiele, Lieder, Bücher für Krabbelkinder, kostenfrei, Anm.-Tel.: 168 44237, 10 Uhr, Stabi Kleefeld

ELTERN-INFOS

Yoga in der Schwangerschaft

mit Hebamme Josselin Ahlers in der Hebammerie Hannover in Linden. In fließenden Bewegungen werden Schwangerschaftsbeschwerden vorgebeugt und der Körper auf die Geburt vorbereitet. Alle Levels willkommen. 4 Termine, 11.30-12.45 Uhr, Anm.: www.hebammerie-hannover.de

DIES DA UND DAS DA

Small & Tall Fitnesskurs

(Elternteil und Kind 4-9 Jahre) Workout, Spiel und Spaß, 15.45-16.45 Uhr, Annamari von Bothmer, Einstieg jederzeit. Flow Wedemark, www.flow-wedemark.de

10 FREITAG

DIES DA UND DAS DA

Trampolin

für Kinder bis 6 J., 15-16 Uhr oder 16-17 Uhr, Schnupperstunde möglich! Gefördert werden Springen & Landen auf Riesen- und Minitrampolinen. Vereinszentrum Hannover 96, www.96vereinszentrum.de, (jed. Fr.)

Eltern-Kind-Yoga

für Kinder von 4 bis 7 Jahren in Begleitung einer erwachsenen Person. Mit Yoga spielerisch ins Wochenende starten: 4 Termine, jeweils freitags ab 16 Uhr, Anmeldung: www.kath-fabi-hannover.de



ELTERN-INFOS

Kinderwagenführung

durch Hannovers Geschichte im Tempo der Teilnehmer*innen, 10-11.30 Uhr, Anm.: buchungen.hmh@hannover-stadt.de, Start: Hannover Kiosk, Karmarschstr. 40

Fit mit Baby

Erw. mit Baby bis Laufalter, 10-11 Uhr, Schnupperstunde jederzeit möglich, 96 Vereinszentrum, www.96kindersport.de, (jed. Fr.)

Achtsamkeit

im 1. Babyjahr, 15.30-17.30 Uhr, 1 Treffen, DRK-Familienbildungsstätte, Erwinstraße 8, www.fabi.de

Baby-Schwimmen

Ab 4 Mon., 9 Uhr bis 9.45 Uhr oder 9.45-10.30 Uhr, Mehrfachkarte auch in Kombi mit Baby-Sauna möglich, Wasserwelt Langenhagen, Anm.: www.wasserwelt-langenhagen.de, (jed. Fr. und Di.)

11 SAMSTAG

MUSIK

Hallo, kleiner Sonnenstrahl

Ein Mitmachkonzert für Babys von 0 bis 12 Monaten und ihre Begleitpersonen, 10 und 11.30 Uhr Ort: Bloom, Voßstr. 11a, Tickets: eventfrog.de, Infos auf Instagram: [sonnenstrahl_babykonzerte](https://www.instagram.com/sonnenstrahl_babykonzerte)

KINO-FILM

Benjamin Blümchen –

seine schönste Abenteuer, 13.30 Uhr, Raschplatzkino, www.filmkunstkinos-hannover.de, (auch 12., 18., 19., 25., 26.4.)

KREATIVE KIDS

Kreativzone

Für alle von 4-99 J., heute: Blumensamentüten stempeln und bemalen, 10-12 Uhr, kostl., ohne Anm., Foyer im Lindener Rathaus

Kunsttauchkurs

Spielerisches Eintauchen in die Ausstellung für Kinder von 5-8 J. Erlebt zeitgenössische Kunst und kreative Experimente. Von 12-13.30 Uhr, 5 €, 3 € für Mitgliederkinder. Anm.: kinder@kunstverein-hannover.de, www.kunstverein-hannover.de

BUCH UND MEHR

Der kleine Beuteldachs

Ganz schön mutig, Bilderbuchkino mit Gebärdensprache, ab 5 J., 12 Uhr, ohne Anm., Anschließend um 13 und 14 Uhr: Einblicke in die Gebärdensprache, Kindermuseum Zinnober, kindermuseum-hannover.de

DIES DA UND DAS DA

Marathon-Familihtag

Heute ist beim Hannover Marathon traditionell Familien- und Nachwuchstag mit einem integrativen und inklusiven Mitmach- und Spielangebot rund um das Neue Rathaus. Alle Infos und Uhrzeiten: www.marathon-hannover.de

12 SONNTAG

KINO-FILM

Apollo Kino

„Lilly und die Kängurus“ um 14 Uhr und „Das Dschungelbuch“ um 16 Uhr (auch 11.4.)

THEATER

Peter und der Wolf

für Kinder von 4-6 J., 11 & 16 Uhr, Theatermuseum Hannover, Prinzenstr. 9, Vorverkauf-Tel.: 99991111

Das Geheimnis des roten Katers

Das Figurentheater Marmelock spielt für Kinder ab 4 J., 11 Uhr, Figurentheaterhaus, www.theatrio.de, (auch 13. & 14.4. um 10 Uhr)

DIES DA UND DAS DA

Marathon

Alle Infos zu den Strecken, dem Hauptlauf, Zeiten & Programm: marathon-hannover.de

Spiel-Zeit

Spielkultur am Wochenende für Familien mit Kindern ab 6 J., heute: Musical Playground mit Omid Bahadori, 14.30-16.30 Uhr, ohne Anm., kostenfrei, FZH Linden

Spiel:Zeit

Heute: Boote aus Holz bauen und andere kleine Kunstwerke, 14.30-16.30 Uhr, kostenfrei, ohne Anm., Kulturtreff Roderbruch

Kindersachenbasar

14-16 Uhr im Solecitos e.V.; Lister Kirchweg 69

Open Sunday

offenes Sportangebot für Kinder von 6-12 J., kostenlos, ohne Anm., 10-15 Uhr, GS Fridtjof-Nansen-Schule, Leipziger Str. 38

Die Waldlinge sind los!

Waldluft schnuppern, singen und spielen u.v.m. für Kinder von 3-6 J. mit Eltern, 10-14 Uhr, Treffpunkt: Container am Eingang des Kinderwaldes, Kosten: 4 € pro Kind, Anm.: draussengutallesgut@posteo.de, www.kinderwald.de

ELTERN-INFOS

Terrazzo-Workshop

Ovale Schmuckschale herstellen, 11-14 Uhr, Studio.Elise, Infos und Anm.: studio.elise.de

13 MONTAG

KREATIVE KIDS

Überraschungswerkstatt

Offen für alle, die Lust auf Neues haben! 16.30-18.30 Uhr, 10 Termine bis 22.6., Kosten: 30 €, Anm.-Tel.: 168-49595, STZ Ricklingen

Ausdrucksmalen

Für Kinder von 3-6 J., heute bis 18.5. oder 14.5. bis 19.5., jeweils 15-18 Uhr (8 Treffen), Mal Atelier im Garten, DRK-Familienbildungsstätte, Erwinstraße 8, www.fabi.de

BUCH UND MEHR

Wie schläft der Wald?

So schlafen die Tiere im Wald. Eine Geschichte für naturbegeisterte Kinder, Erzähltheater mit großen Bildkarten, für Kinder ab 4 J., kostenfrei, ohne Anm. 16 Uhr, Stabi Kleefeld

DIES DA UND DAS DA

Mitmachzirkus

Für Kinder von 7-14 J., heute bis 9.6. jed. Mo. (25.5. entfällt), 16.45-18.45 Uhr, für 11 Termine: 55 €, mit HAP 27,50 €, 27,50 €, Anm.: fzh-linden@hannover-stadt.de

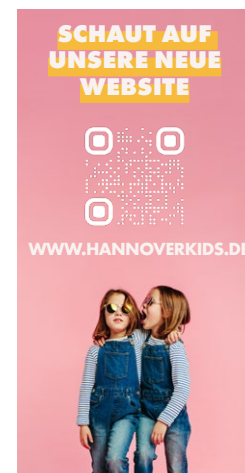
ELTERN-INFOS

Stilltreff

für alle Fragen rund um Stillen mit Heidi Manz, ausgebildete IBCLC, Kinderkrankenschwester und Beraterin für emotionelle erste Hilfe (EEH), 15.30-17 Uhr, ohne Anm., www.hebammerei-hannover.de, (jed. 2. Mo. im Monat)

Outdoor Fitness

mit Kind und Kinderwagen, 10 Uhr, Treffpunkt: Wakituspielplatz Eilenriede List (Präventionskurs, flexibler Kartenkurs oder Handseil), weitere Termine und Kursorte bei Steffi (0178/8630995, Steffi-hannover@laufmama-lauf.de) und www.laufmamalauf.de, (jed. Mo.)



Eltern-Kind-Treff

Offenes Angebot für Eltern mit Kindern von 0-3 J., kostenfrei, einfach vorbeikommen, Info-Tel.: 168-3 19 29, Bürgerhaus Misburg, www.buergerhaus-misburg.de, (jed. Mo.)

Rückbildung nach der Schwangerschaft
mit der Hebamme Linda Oelke in der Hebammerei Hannover in Linden. Die Körpermitte wiederfinden, Beckenboden stärken und fit werden nach der Schwangerschaft. 8 Termine 11-12.15 Uhr, Kostenübernahme durch Krankenkasse, Anm.: www.hebammerei-hannover.de

Mama Fitness

Functional Workout mit Baby, 10.15-11.15 Uhr, Annamari von Bothmer, Einstieg jederzeit. Flow Wedemark, flow-wedemark.de

BUSCH Babys

Schauen, Krabbeln, Klönen. Kunst in entspannter Atmosphäre erleben Eltern und ihre Babys bis 18 Mon. Kurze Führung und Austausch. 9.30 und 11.30 Uhr, Preis: 6 €, 4 € erm., Babys krabbeln frei, Anm.: www.karikatur-museum.de, Museum Wilhelm Busch

Angebote TKH

Yoga mit Baby (auch Papas, Partner*innen und Großeltern sind willkommen!)). 16-17 Uhr und Yoga für Schwangere 17.15-18.15 Uhr, beide Kurse heute bis 18.5., Schnupperstunde möglich, weitere Infos und Anm.: www.turn-klubb.de

14 DIENSTAG

ELTERN-INFOS

Mama Fit

mit Hebamme Maya Anneser in der Hebammerei Hannover in Linden. Fit bleiben nach der Rückbildung mit Fokus auf Beckenboden, Körperhaltung und Rücken. Workout bei guter Musik. 8 Termine 19.30-20.30 Uhr, Anm.: www.hebammerei-hannover.de

Outdoor Fitness

mit Kind und Kinderwagen, 10 Uhr, Treffpunkt: Wietzpark Isernhagen, alle Präventionskurse buchbar über Krankenkasse oder per Hansefit, weitere Termine & Kursorte bei Inna (0159/02412174), innasiebert@gmx.de und www.laufmamalauf.de, (jed. Di.)

KREATIVE KIDS

Experimentier-Club

für Kinder von 5-6 J., bis 5.5., (5 Treffen), 17-18 Uhr, DRK-Familienbildungsstätte, Erwinstraße 8, www.fabi.de

DIES DA UND DAS DA

Die Ringelreihe

Kinderdisco, für alle von 3-6 J., Ticket (für 1 Erw. und 1 Kind) 5 € an der Infothek im Pavillon, Einlass: 15.45 Uhr, www.pavillon-hannover.de

15 MITTWOCH

ELTERN-INFOS

Babysauna & Planschspaß

Kurzer Saunagang bei 60 Grad, anschl. planschen im Erlebnisbad. 9.15 Uhr bis 10 Uhr, Mehrfachkarte auch in Kombi mit Babyschwimmen möglich, Wasserwelt Langenhagen, Anm.: www.wasserwelt-langenhagen.de, (jed. Mi.)

DIES DA UND DAS DA

Angebote 96 Kindersport

Krabbel-Athleten für Babys von 3-9 Mon. mit Eltern von 9.30-10.30 Uhr und Sport-Mix für Kinder 4-6 J. von 14.45-15.45 Uhr, Schnupperstunde jederzeit möglich, 96 Vereinszentrum, www.96kindersport.de, (jed. Mi.)

Frühlingsfest

jeden Mi. Familientag mit tollen Rabatten, 15-23 Uhr, Schützenplatz, www.fruehlingsfest-hannover.de, (bis 26.4.)



DEIN WOHLFÜHLSTUDIO
IN DER WEDEMARK

Yoga
Functional Fitness
Schwangerschaft
Familie & Kinder
Beratung & Coaching
und vieles mehr...

Schau vorbei und erfahre mehr über unser vielfältiges Kurs- und Workshop-Programm!

WWW.FLOW-WEDEMARK.DE flow_wedemark

Folge uns!  

Chinese Kickboxing

(Sanda), 17 Uhr für Kinder von 7-12 J., Sportakademie Dr. Lee, kostenlose Probe-stunde und Voranmeldung: www.sport-lee.de oder 0511 / 44 13 43, (jed. Mi. und Fr.)

16 DONNERSTAG

DIES DA UND DAS DA

Rückbildung mit Baby

10.45-11.45 Uhr, Janina Höfling, Kursstart, 8 Termine, www.flow-wedemark.de

Musikgarten®

für Familien mit Babys von 3 bis 12 Mon., donnerstags, 11.30-12.15 Uhr, Anm. www.kath-fabi-hannover.de

Offener Spielenachmittag

Kinder ab 6 J. probieren eine Stunde Roboter aus, toben sich mit den Hopspots aus oder tüffeln an Strategien für Brettspiele. 16-17 Uhr, kostenfrei, TechnoThek, Stabi Hildesheimer Str. 12

ELTERN-INFOS

Yoga sanft

Im TKH, heute bis 11.06., Kosten, Uhrzeit, Anm.: www.turn-klubb.de

17 FREITAG

DIES DA UND DAS DA

Ballspiele

Für Kinder von 4-6 J., 16-17 Uhr, Schnupperstunde möglich, Vereinszentrum Hannover 96, www.96vereinszentrum.de, (jed. Fr. und auch Die. & Do. um 16.45 Uhr)

Frühlingsfest

Jeden Fr. Feuerwerk ab 21.45 Uhr, Schützenplatz, www.fruehlingsfest-hannover.de, (bis 26.4.)

Angebote kath.-Fabi

Musikspaß für Kinder von 4-6 J. (ohne Eltern) ab 16 Uhr und Musikgarten® für Familien mit Kindern von 1-3 J., 10.15-11.15 Uhr, Anm.: kath-fabi-hannover.de, (jed. Fr.)

Kleinkind Kreativ-Kurs

für Kinder von 8 Mon. bis 2 J., 10.45-12 Uhr, Dominika Bessler, www.flow-wedemark.de

18 SAMSTAG THEATER

ZauberDuo „twoMagic“

Tolle Zauber-Show und Kika ist live dabei. 19 Uhr, Kulturzentrum Faust, Tickets: www.twomagic.de

BUCH UND MEHR

Kinderbuchlesung

Iris Genenz liest aus ihrem Buch „Hamster Willi Winter“, für Kinder ab 5 J., kostenfrei, 14.45 Uhr, Abtei Wunstorf, Wasserzucht 1

KREATIVE KIDS

Holzwerkstatt

für Familien mit Kindern ab 5 J., 14-17 Uhr, Kosten: Erw. 10 €, Kinder 7 €, mit HAP 50%, Anm.: stadtteilzentrum-ricklingen@hannover-stadt.de, www.fzh-ricklingen.de

Kreativzone

Für alle von 4-99 J., Lindener Kreativschaffende laden ins Glasfoyer des Lindener Rathauses zu bunten Aktionen ein. Heute: Bunte Bilder aus Sand gestalten, 10-12 Uhr, kostenl., ohne Anm., Foyer im Lindener Rathaus

TINY LITTLE PANDAS

Für Kinder ab 2,5 Jahren mit Elternbegleitung!



- asiatische Kampfkunst
- Spaß an Motorik
- soziale Stärke entwickeln



**JETZT
PROBETRAINING
VEREINBAREN!**

WWW.SPORT-LEE.COM



DIES DA UND DAS DA Frühjahrs-Secondhand-Basar

14 bis 17 Uhr, Gemeindehaus Bugenhagen-
Kirchengemeinde, Stresemannallee 34

Altstadt-Kinderflohmarkt

9-14 Uhr, Verkäufer ab 8 Uhr, Wiese vor
dem NDS. Landtag, www.visit-hannover.com/kinderflohmarkt

Die kleinen Klavierbauer

„Wo ist der Ton versteckt?“, „Wo kommt die
Musik her?“ Antworten auf diese Fragen
erhalten Kinder in Begleitung ihrer Eltern in
diesem lebhaften Workshop! Eintritt frei! Nur
mit Anm.! Tel. 84300150, hannover@bechstein.de, 14 Uhr, C. Bechstein Centrum Han-
nover, Königstr. 50

Expedition Aqua Sonora

Das geheime Logbuch der Ohronaut*innen
– Ein Hörerlebnis für Kinder von 8-11 J., auf
und mit dem Kulturboot „Zukunft“, 11-14
Uhr und 15-18 Uhr, Anm. und Infos: www.kindermuseum-hannover.de

ELTERN-INFOs

Baby-Massage-Workshop

für Schwangere und Partner*in, 2,5 Stunden
Babymassage lernen BEVOR das Kind auf
der Welt ist, damit man starten kann, sobald
das Baby geboren wurde, www.suraya.info

19 SONNTAG

THEATER

Die Sonne, der Mond und...

...das große Funkeln, für Kinder bis 10 J., 15
Uhr, Tickets: kultur-rh.reservix.de/events,
Schloss Landestrost in Neustadt a. Rbge.

Theatermuseum

„Frederick“ um 11 Uhr und „Der kleine
Angsthase“ um 16 Uhr, für Kinder von 5-8
J., Theatermuseum Hannover, Prinzenstr. 9,
Vorverkauf-Tel.: 99991111

BUCH UND MEHR

Die Kuh Lieselotte

Alexander Steffensmeier erklärt Kindern ab
4 J., wie ein Bilderbuch entsteht, zeichnet live
und liest aus der Kinderbuchreihe „Die Kuh
Lieselotte“. 11 Uhr, Tickets: HAZ/NP Ticket-
shop, Buchhandlung an der Marktkirche

Hannover liest Spanisch

für Kinder, ein Nachmittag voller lustiger
spanischer Geschichten und Musik, 15.30-
17.30 Uhr, kostenfrei, Anm.: hannoverlee.junior@gmail.com, Kulturzentrum Pavillon

ELTERN-INFOs

Tauschrausch

Im Mittelpunkt stehen das Tauschen von
Gegenständen und die Kleidertauschparty,
13-16 Uhr, STZ Ricklingen

KREATIVE KIDS

Busch Maxis

Workshop für Kinder von 7 bis 12 J., heute:
mit Stift und Papier entstehen kleine Comic-
geschichten über Außenseiter*innen,
Freundschaft und Mut, 11.15 Uhr, ca. 2 Std,
Preis: 8 €, 5 € erm., Anm.: www.karikaturmuseum.de, Museum Wilhelm Busch

Verflochten

Kunstwerke anschauen, ihre Geschichten
hören und selbst ausprobieren. Für Kinder
mit ihren Lieblingsmenschen. 10.30-12 Uhr,
Anm.: biver.smh@hannover-stadt.de, Sprengel Museum

20 MONTAG

DIES DA UND DAS DA

Angebote DRK-Fabi

Klangwelt und Bewegung für Kinder von
18-36 Mon., bis 1.6., 9.30-10.30 Uhr, (6
Treffen) und Musikspielplatz für Kinder von
0-24 Mon., bis 1.6., 10.45-11.45 Uhr, (6
Treffen), DRK-Familienbildungsstätte, Erwin-
straße 8, www.fabi.de



Flacher Bauch, knackiger Po, mehr Energie!

Kostenlose Probestunde.

Willkommen in unserem Outdoor-Fitnessstudio!

Outdoor-Fitness für Mütter
www.laufmamalauf.de/ch/at

Open Sunday

offenes Sportangebot für Kinder von 6-12 J.,
kostenlos, ohne Anm., 10-15 Uhr, GS Fridt-
jof-Nansen-Schule, Leipziger Str. 38

THEATER

Kinderpuppentheater

für Kinder von 4-8 J., Eintritt: 5 € / mit HAP
frei, 10.30 Uhr, Kulturtreff Vahrenheide

21 DIENSTAG

BUCH UND MEHR

Bauer Beck fährt weg

Bilderbuchkino Deutsch/Englisch und
anschließend Basteln für Kinder ab 4 J., kos-
tenfrei, @ stadtbibliothek-kronsberg@hannover-stadt.de, 16.30 Uhr, 2 OG, KroKuS

DIES DA UND DAS DA

Angebote 96 Kindersport

Windel-Athleten für Kinder 1-3 J. mit Eltern
von 14.30-15.30 Uhr und Ballspiele für Kin-
der 4-6 J. von 16.45-17.45 Uhr, Schnup-
perstunde jederzeit möglich, 96 Vereinszen-
trum, www.96kindersport.de, (jed. Di.)

22 MITTWOCH

THEATER

Der kleine Angsthase

von 4-8 J., 10.30 Uhr, Kosten: Kinder & Erw.
je 5 €, mit HAP Erw. 2,50 €, Kinder kosten-
frei, Anm.: fzh-linden@hannover-stadt.de

KREATIVE KIDS

Grundlagen des Zeichnens

Kinder lernen Zeichnen und Malen und
werden in die Welt der Farben eingeführt.
16.30-18 Uhr, 8 Termine. Kosten: 62 € / 31
€ HAP, Verbindliche Anmeldung bis 14.4.,
Tel. 671912, Kulturtreff Vahrenheide

ELTERN-INFOs

Krabbel-Athleten

für Babys von 3-9 Mon. mit Eltern von 9.30-
10.30 Uhr und Sport-Mix für Kinder 4-6 J.
von 14.45-15.45 Uhr, Schnupperstunde
jederzeit möglich, Hannover 96 Vereinszen-
trum, www.96kindersport.de, (jed. Mi.)

Babysauna & Planschspaß

Kurzer Saunagang bei 60 Grad, anschl. plan-
schen im Erlebnisbad. 9.15-10 Uhr, Mehr-
fachkarte auch in Kombi mit Babyschwimmen
möglich, Wasserwelt Langenhagen, Anm.:
www.wasserwelt-langenhagen.de, (jed. Mi.)

23 DONNERSTAG

KINO-FILM

Pferd am Stil

Kino-Start heute!

BUCH UND MEHR

Bilderbuchkino

ab 4 J., 16 Uhr, Stabi Kleefeld, (jed. Do.)

DIES DA UND DAS DA

Geisterhaus & Körperzauber

Kindervernissage für Familien mit Kids ab 3
J. mit tollen Mitmachaktionen. 15-17 Uhr,
ohne Anm., Eintritt frei, Kestner Gesellschaft,
www.kestnergesellschaft.de

24 FREITAG

THEATER

Frederick

von 4-8 J., 10.30 Uhr, 5 € p.P.; mit HAP: Kin-
der kostl. und Erw. 50%, Anm.: stz-krokus-kultur@hannover-stadt.de, KroKuS, Thie 6

Kinderzirkus Giovanni

„Durch eine Achterbahn der Gefühle“,
heute Premiere um 16.30 Uhr, Zirkuszelt
auf der Wiese hinter dem Johannesshof; am
Homannhof 10, Erwachsene 12 €; Kinder 6
€, Karten: www.kinderzirkus-giovanni.de



Das Kursprogramm 2026
Für alle was drin.

Fabi Katholische Familienbildungsstätte Hannover

Goethestr. 31 0511 1680570 bildung@kath-fabi-hannover.de
www.kath-fabi-hannover.de

DIES DA UND DAS DA

Animal Crossing: New Horizons

Bis zum 30.4. treffen kleine Besucher*innen im SEA Life Hannover Pinguin Sonja, Affe Pippo, Tom Nook. Zusätzlich sammeln sie Stempel und entdecken zahlreiche Meeresbewohner*innen. www.visitsealife.com/hannover

Kobolde der Nacht

Die Fledermaustour für Kinder ab 6 J. mit Lilli & Claudius, 19.45 Uhr, Anm. und Infos: www.kindermuseum-hannover.de

Koreanischer Schwertkampf

(Haidong Gumdo), 17 Uhr für Kinder von 6-12 J., Sportakademie Dr. Lee, kostenlose Probestunde und Voranmeldung: www.sport-lee.de oder 0511 / 44 13 43, (jed. Fr.)

Offene Werkstatt

für alle, 14-17 Uhr, ohne Anm., kostenfrei, Sprengel Museum

ELTERN-INFOS

Kinderwagen-Kino

„Die Älteren“, 10.30 Uhr, apollokino.de

Baby-Schwimmen

Für Babys ab 4 Mon., 9 Uhr bis 9,45 Uhr oder 9.45-10.30 Uhr, Mehrfachkarte auch in Kombi mit Baby-Sauna möglich, Wasserwelt Langenhagen, Anm.: www.wasserwelt-langenhagen.de, (jed. Fr. und Di.)

Fit mit Baby

Für Babys von 0 bis 1 J., 10-11 Uhr, Schnupperstunde möglich, Vereinszentrum Hannover 96, www.96vereinszentrum.de, (jed. Fr.)

25 SAMSTAG

KREATIVE KIDS

Kunsttauchkurs

Spielerisches Eintauchen in die Ausstellung, von 5-8 J. von 12-13.30 Uhr und für Kinder von 8-11 J. von 14-16 Uhr, 5 €, 3 € für Mitgliederkinder, Anm.: kinder@kunstverein-hannover.de, www.kunstverein-hannover.de

Kreativzone

Für alle von 4- 99 J., heute: Gute Laune Mix - Form und Farbe aus Pappe und Karton, 10-12 Uhr, kostenfrei, ohne Anm., Foyer im Lindener Rathaus

THEATER

Kinderzirkus Giovanni

„Durch eine Achterbahn der Gefühle“, 11 und 15.30 Uhr, Zirkuszelt auf der Wiese hinter dem Johanneshof; am Homannhof 10, Erwachsene 12 €, Kinder 6 €, Karten: www.kinderzirkus-giovanni.de

DIES DA UND DAS DA

Musikalischer Waldspaziergang

Mit Bollerwagen, Instrumenten und Spielen zieht Liedermacher Unmada mit Fiona (aus der Kinderwaldschule) und Kindern durch den Kinderwald, 15-17 Uhr, Kosten: 4 Euro pro Person, Anm.: fiona.elisa@posteo.de, www.kinderwald.de

Luckys Spielzeit

Bewegungslandschaft zum Springen, Klettern und Rutschen für Kids 0- 10 J., 10.30-16.30 Uhr, Sportzentrum City (Maschstr. 16), www.turn-klubb.de

Ohren gespitzt

Wie Tiere und Menschen die Welt hören, Kinder von 8-12 J. gehen auf ein Hörabenteuer und entdecken tierische Hörsuperkräfte. 10., 10.30., 11., 11.30 Uhr jeweils 20 Min., ohne Anm., Kindermuseum Zinnober, www.kindermuseum-hannover.de

Fledermausführung

Erwachsene und Kinder gehen in den Wald und beobachten Fledermäuse. Mit Erzählungen, Grafiken und Spielen erfahrt ihr mehr über ihr Leben. 19:45 Uhr, Anmeldung: Stadtteilzentrum-Ricklingen@Hannover-Stadt.de, Kosten: Erw. 7 €, Kinder von 8-16 J. 5 €, STZ Ricklingen



Abenteuerreise

durch den Kinderwald. Ein Liverröllenspiel für Kinder von 6-12 J., 14-17 Uhr, kostenfrei, Anm.: daniel.baum@waldritter.de, www.kinderwald.de

ELTERN-INFOS

Hilf mir, es selbst zu tun

- Montessori für zu Hause. Ein Kurs über Montessori für Eltern und Fachpersonen. 10 - 15 Uhr, Nina Rajkovic-Lege, Anm. www.kath-fabi-hannover.de

26 SONNTAG

THEATER

So bin ich

Für Familien mit Kindern von 3-6 J., 11 Uhr. Eine stimmliche Achterbahn mit neu arrangierten Kinderliedern, klassischen Klängen und kreativen Bildern zum Hören, Mitbewegen und Staunen. Anm.: stadtteilzentrum-lister-turm@hannover-stadt.de, Kosten und Infos: www.stz-lister-turm.de

BLEIBT IN KONTAKT MIT UNS



kontakt@hannoverkids.de



www.hannoverkids.de



[@hannover.kids](https://www.instagram.com/hannover.kids)

Das Neinhorn

11 & 16 Uhr, von 5-8 J., Theatermuseum Hannover, Prinzenstr. 9, Vorverkauf-Tel.: 99991111

Peter und der Wolf

Das Figurentheater Neumond spielt für Kinder ab 5 J., 11 Uhr, Figurentheaterhaus, www.theatrio.de, (27. bis 30.4. um 10 Uhr)

Als der Tiger einmal Bär sein wollte

Das Figurentheater Marmelock spielt im Museum Wilhelm Busch, 10 Uhr, Ki. und Erw. 8 €, Anm.: www.karikatur-museum.de

Kinderzirkus Giovanni

„Durch eine Achterbahn der Gefühle“, 11 und 15.30 Uhr, Zirkuszelt auf der Wiese hinter dem Johanneshof; am Homannhof 10, Erwachsene 12 €, Kinder 6 €, Karten: www.kinderzirkus-giovanni.de

DIES DA UND DAS DA

Fit und gesund

für alle mit Kindern bis 11 J. mit Bewegung, Musik, Kreativem, Spielen, Bilderbuchkino, Stöbern in der Bücherei. Kostl.! Ohne Anm., 15-17.30 Uhr, Kulturtreff Vahrenheide.

Impressum: LeineMedien GmbH
Hebbelstr. 53, 30177 Hannover

E-Mail: kontakt@hannoverkids.de

Redaktion: Carmen Battmer

Autorinnen: Carmen Battmer & Sylke Battmer

Gestaltung: Nils Schellwald

Druck: Gutenberg Beuys Feindruckerei
GmbH, Hans-Böckler-Straße 52, 30851
Langenhagen

Fotos: Seite 1., 6., 7., 12. & 18.: [stock.adobe.com](https://www.stock.adobe.com)

Beiträge: Alle Angaben ohne Gewähr, keine Haftung für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos, Zeichnungen usw. Gekennzeichnete Artikel müssen nicht die Meinung der Redaktion widerspiegeln. Hannover Kids erscheint monatlich und wird kostenlos verteilt. Hannover Kids ist Mitglied der familienban.de

Das neue Rathaus entdecken

Blick hinter die Kulissen, Kosten: Erw. 11, Kinder, Schüler, Studenten 8 €, Tickets: www.hannover-tourismus.de/das-neue-rathaus-entdecken, 14 Uhr, Platz der Menschenrechte 1

Die große Finissage

der Ausstellung Lauscher, Löffel, Labertasche mit einer großen Hörkarawane und vielen Aktionen, 11-16 Uhr, ohne Anm., kostenfrei, Kindermuseum Zinnober, www.kindermuseum-hannover.de

27

MONTAG

BUCH UND MEHR

Elamar

Kamishibai, Erzähltheater mit großen Bildkarten, für Kinder ab 4 J., kostenfrei, ohne Anm., 16 Uhr, Stabi Kleefeld

DIES DA UND DAS DA

Kung Fu Tiny Little Pandas

für Kinder von 2-4 J. in Elternbegleitung, jeden Fr. um 15 Uhr und jeden Mo. um 17 Uhr, Sportakademie Dr. Lee, kostenlose Probestunde und Voranmeldung: www.sport-lee.de oder 0511 / 44 13 43 (jed. Mo. & Fr.)

28

DIENSTAG

DIES DA UND DAS DA

Kombi-Athleten

für Kinder 1-5 J. mit Eltern von 15.30-16.30 Uhr und Fun-Fußball für Kinder 6-8 J. von 14.45-15.45 Uhr, Schnupperstunde jederzeit möglich, 96 Vereinszentrum, www.96kindersport.de, (jed. Di.)

29

MITTWOCH

DIES DA UND DAS DA

Mädchen-Fun-Fußball

für Mädchen 6-8 J. von 15.45-16.45 Uhr, Schnupperstunde jederzeit möglich, 96 Vereinszentrum, www.96kindersport.de, (jed. Mo.)

30

DONNERSTAG

KINO-FILM

Lustiges Pettersson

und Findus-Mitmachkino 2, 13.30 Uhr, Raschplatzkino, www.filmkunstkinos-hannover.de, (bis 6.5.)

BUCH UND MEHR

Äktschen mit Büchern

Heute: Lauter Vögel, Bilderbuch und Kreativaktion – Aus bunten Papier und Pappe entstehen tolle Fantasie-Vögel. 16.15 Uhr, Für Kinder ab 6 J., Anm.-Tel.: 168-46564. Stadt-/Schulbibliothek Badenstedt

Der Garten leuchtet

Sprudelnde Brunnen, Fontänen, Figuren und Hecken erstrahlen im großen Garten in Herrenhausen in effektvollem Licht und die „Wassermusik“ von Georg Friedrich Händel erklingt. Ab 20 Uhr geöffnet, Illumination von 22 bis 23 Uhr. www.herrenhausen.de



20.06.2026

THEATER AM AEGI | HANNOVER

THEATER AUF TOUR

21+

THEATER-AUF-TOUR.DE



NACHGEFRAGT



Was macht dir besonders Spaß an deiner Ausbildung?

MANUEL Der Kontakt mit den Tieren natürlich und das jeden Tag aufs Neue.

Hast du ein Lieblingstier?

MANUEL Das ist schwierig zu sagen, weil jedes Tier seine eigenen Besonderheiten hat. Wenn ich muss, würde ich mich für das Kaninchen entscheiden, da diese Tiere mich schon seit meiner Kindheit begleiten.

Was ist bis jetzt dein Lieblingserlebnis in deiner Ausbildung gewesen?

MANUEL Die erste Tiergeburt, die ich im Zoo erleben durfte.

Hast du einen liebsten Tier Fun Fact?

MANUEL Seeotter halten Händchen, während sie schlafen, damit sie auf dem Wasser nicht auseinanderdriften.

Auf was freust du dich in diesem Jahr im Zoo?

MANUEL Natürlich auf viele weitere schöne Erlebnisse mit den Tieren, aber auch auf die ganzen Events, die wir im Zoo geplant haben, wie zum Beispiel das Familienfest am 09. und 10. Mai oder der Zoo-Run am 21. Mai.

www.erlebnis-zoo.de

KIDS WOLLENS WISSEN, DIESMAL MIT MANUEL:

Alter: 19 Jahre

Ausbildungsstand: 3. Lehrjahr

Hallo Manuel, du bist in der Ausbildung zum Tierpfleger im Erlebnis Zoo Hannover. Was macht ein Tierpfleger denn eigentlich?

MANUEL Das ist wirklich sehr vielseitig, zum einen machen wir die Anlagen der Tiere sauber. Zum anderen versorgen wir die Tiere täglich mit frischem Futter. Wir machen mit den Tieren aber auch medizinisches Training zur Tierbeschäftigung, damit der Tierarzt sie ganz leicht untersuchen kann.

Wieso möchtest du Tierpfleger werden, war das schon als Kind dein Berufswunsch?

MANUEL Es war für mich schon seit dem Kindergarten klar, dass ich beruflich mal mit Tieren zusammenarbeiten werde. Natürlich haben auch meine Haustiere dazu beigetragen, aber auch viele Praktika, die diesen Wunsch immer wieder bestätigt und vorangetrieben haben.

Frühlingsfest familien.feiern.feste

Vom 4. bis zum 26. April drehen sich auf dem Schützenplatz die Karussells, der Duft von Zuckerwatte, Bratwurst und gegrillten Champignons liegt in der Luft – familien.feiern.feste heißt es wieder auf dem Frühlingsfest Hannover. **Mittwochs ist traditionell Familientag mit Rabatten von bis zu 50 % und jeden Freitag gibt's ein Feuerwerk.** An den Familientagen sind außerdem tolle Walkacts auf dem Festplatz unterwegs. Wie wäre es da mit einem Erinnerungsfoto mit den Pokémon? Hannover-Premiere feiert das High-Voltage Thrill Ride Fahrgeschäft „Shock Wave“ der Schaustellerfamilie Hartz. Ein Fahrgeschäft, das mit einer 4G Beschleunigung und bis zu 100 km/h Topspeed mit atemberaubenden Licht-, Laser- und Nebel-effekten für einen unvergesslichen Kirmesbesuch sorgt. Bis zu 24 Personen erleben hier eine 130°-Winkelrotation. Auf eine spannende Abenteuerreise begeben sich kleine und große Besucher im Glasirrgarten Atlantis von Kutschenbauer.

Ebenso viel Spaß garantiert das Funhouse. Genau richtig für Familien, die rasante Karussellfahrten lieben, ist die Achterbahn „Time Machine - the Coaster“ der Schaustellerfamilie Buwalda. In den 10 Gondeln finden bis zu 40 Fahrgäste Platz. Festhalten – die Fahrt beginnt: Auf einer Schienenlänge von etwa 430 Metern geht es auf und ab – und das mit Tempo!

www.fruehlingsfest-hannover.de

Verlosung:

Wir verlosen insgesamt 40 Freikarten. Wer gewinnen möchte, schreibt uns bis zum **10.04.** eine Mail mit dem Stichwort „Frühlingsfest“ an gewinnspiel@hannoverkids.de, oder nimmt an der Verlosung auf unserem Instagram Kanal teil [@hannoverkids](https://www.instagram.com/hannoverkids).

**GEWINNT
FREIKARTEN
FÜRS FRÜH-
LINGSFEST**



© Matthias Falk

Sportakademie Dr. Lee Selbstbewusst und stark durchs Leben



Im Mittelpunkt der Sportakademie Dr. Lee steht ein klares Ziel: Kinder und Jugendliche stark, mutig und selbstbewusst zu machen. Durch die gezielte Förderung des Selbstvertrauens, den Mut zur Selbstbehauptung, die Fähigkeit zur Selbstverteidigung im Ernstfall sowie den sozialen Rückhalt einer starken Gemeinschaft wird der Grundstein für ein selbstbestimmtes Leben gelegt. **Ob Kung Fu, Taekwondo, Hapkido, koreanischer Schwertkampf (Haidong Gumdo) oder chinesisches Kickboxen (Sanda) – das vielseitige Trainingsangebot ermöglicht es jungen Menschen, die Kampfsportart zu entdecken, die am besten zu eigenen Persönlichkeit und individuellen Stärke passt.** Nicht nur Kraft, Koordination und Ausdauer werden gefördert – auch die traditionellen Werte asiatischer Kampfkünste wie Respekt, Höflichkeit und Disziplin spielen eine zentrale Rolle. Gleichzeitig wird das eigene Mindset nachhaltig gestärkt und die Fähigkeit entwickelt, sich selbstbe-

wusst gegen Mobbing zu behaupten. Auf diesem Weg begleiten Meister Lee und sein professionelles Team die Schüler*innen mit Erfahrung, Engagement und persönlicher Aufmerksamkeit – damit jedes Kind sein individuelles Potenzial entfalten und über sich hinauswachsen kann. Eine persönliche Beratung und die Vereinbarung einer kostenlosen Probestunde sind jederzeit möglich.

www.sport-lee.de

Seit 1950 erste Adresse für
werdende Eltern und junge Familien



Erwinstr. 8, 30175 Hannover / Zoo
Tel.: 0511 28000-333
E-Mail: info@fabide.de, www.fabide.de



© Gregor A. Ingenhoven

„Mein Kind braucht eine Zahnspange.“ Zahnärztin Anna-Katharina Weigandt fragt zuerst: „Warum?“

Anna ist Gründerin der spezialisierten Privatpraxis Balance.dental nördlich von Hannover, einer Praxis für ganzheitliche Kieferbehandlung bei Kindern und Erwachsenen. Viele Familien kommen in die Praxis mit dem Gefühl: Da stimmt etwas nicht ganz. Vielleicht ist es die Sprache, eine Logopädie ohne echten Durchbruch. Vielleicht unruhiger Schlaf, Mundatmung oder Schnarchen. Vielleicht Konzentrationsprobleme oder sogar der Verdacht auf ADHS. Und dann heißt es irgendwann auch noch: „Wir brauchen eine feste Zahnspange.“ **In der Praxis Balance.dental gehören ganz bewusst feste Zahnspangen nicht zur Therapie.**

Denn gerade Zähne allein lösen selten die Ursache. Der Fokus liegt auf der funktionellen Kieferentwicklung – auf Atmung, Zungenbeweglichkeit, muskulärem Gleich-

gewicht und Wachstumslenkung. Ein besonderer Schwerpunkt ist die Diagnostik und Behandlung einschränkender Zungenbandfaszien. Denn wenn die Funktion nicht stimmt, beeinflusst das Entwicklung, Schlaf und Konzentration. Mit viel Zeit, aufmerksam und individuell begleitet Anna Kinder – und auch Eltern, die merken, dass sie ähnliche Themen kennen und die Ursachen verstehen möchten, statt nur Symptome zu korrigieren.

www.balance.dental.de

Schwimmkurse
für Babys & Kinder

um wassermeloni
meine Schwimmschule

www.wassermeloni.de



© Lars Nitsch

Der Film erzählt von der 13-jährigen Sarah, die in der Münchner Hochhaussiedlung Neuperlach lebt. Sie entdeckt im Netz den

finnischen Sport „Hobby Horsaing“, bei dem Jugendliche auf Steckenpferden Turniere austragen. Davon ist sie sofort begeistert! Ihre beste Freundin Dilek findet Sarahs neues Hobby eher peinlich, doch lässt sie sich überreden mitzumachen. Als sie dadurch zum Gespött der Schule werden, zerstreiten sich Dilek und Sarah. Doch als Sarah die Turnierreiterin Beatrice kennenlernt, die unter dem Druck ihrer ehrgeizigen Mutter leidet, findet sie eine neue Mitstreiterin. Beatrice trainiert sie, und die beiden reisen auf eigene Faust zur großen Hobby-Horsaing-Meisterschaft nach Finnland.

Ein cooles Hobby-Horsaingabenteuer (Regie: Sonja Kröner, Verleih: Port-au-Prince) für Familien mit Kindern ab 6 Jahren!

KOMM & ENTDECKE!

Jetzt Tickets
für Zoo mit
Wow-Moment
sichern!



Tickets auf
erlebnis-zoo.de

**ERLEBNIS
ZOO**
HANNOVER

The Harlem Globetrotters 100 Years World Tour

Basketball-Ikonen live – 100 Jahre Harlem Globetrotters, 100 % Familien-Action! Die Harlem Globetrotters sind zurück – und läuten bei ihrer „100 Years World Tour“ die nächste Ära ein. Mehr Style, mehr Tempo, mehr Show als je zuvor. Trickshots, Dunks, irre Ballkontrolle – und **jede Menge Wow-Momente erleben die Zuschauer*innen in Hannover am 3. Mai um 17.10 Uhr in der Swiss Life Hall.** Kinder, Teens, Eltern oder Großeltern – diese Show verbindet Generationen. Schnell, voller Energie, herzlich.

Von Anfang an mehr als Basketball. Gegründet 1926, als afroamerikanische Spieler noch nicht in den US-Profiligen spielen durften, wurden die Harlem Globetrotters zur Legende – gegen alle Widerstände. Mit Können, Charisma und revolutionären Spielzügen eroberten sie die Welt – und prägen den Basketball bis heute.

Skills, Show und echtes Family-Feeling. Mit Timing, Witz und jeder Menge Überraschungen bringen The Harlem Globetrotters ganze Hallen zum Lachen. Und mittendrin: die Kultfiguren Globie und Big G, die mit ihren Moves und Gags jedes Herz erobern.

Tickets: harlemglobetrotters-deutschland.de & myticket.de und

www.hannover-concerts.de

Verlosung:

Wir verlosen 1x4 Tickets. Wer gewinnen möchte, schreibt uns bis zum **15.04.** eine Mail mit dem Stichwort „Harlem Globetrotters“ an: gewinnspiel@hannoverkids.de

**GEWINNT
TICKETS FÜR
THE HARLEM
GLOBE-
TROTTERS**



© Mike Watters

Kestner Gesellschaft Wilde Kunst-Wochen



In der Kestner Gesellschaft wird es bunt, wild und ein wenig rätselhaft. Die Ausstellung *Potentialities* präsentiert Arbeiten des in Los Angeles lebenden Künstlers Richard Hawkins. Er bewundert viele Schauspieler*innen und andere prominente Personen und begeistert sich für Theater und Tanz. Über die Persönlichkeiten, die er verehrt, sammelt Hawkins Informationen, wie Fotos. Und er zeigt seine Idole in Collagen, Maleisen und mit KI produzierten Videos. Zu Hawkins' Werken gibt es vom 24. April bis 22. Juli tolle Kunstvermittlungs-Aktionen.

Kindervernissage: Geisterhaus & Körperzauber

Am 23. April ab 15 Uhr werden Familien mit Kids (ab 3 J.) als allererste Gäste in der neuen

Ausstellung begrüßt. Gemeinsam erleben sie spannende Mitmachaktionen. Aus Bildern, bunten Vorlagen, mit wilden Farbstrichen und mit Inspiration durch Hawkins „Haunted Dollhouses“ (Spuk-Puppenhäuser) entsteht ein eigenes **Geisterhaus**. Bei dem Kreativangebot **Körperzauber** erforschen die Kunstfans, angeleitet durch eine Tanzpädagogin, spielerisch-tänzerisch ihr Inneres. Die Aller kleinsten malen **wundersame Pinselbilder auf Leinwand** und bei einem **Rundgang** entdecken Familien interaktiv die Werke von Richard Hawkins.

kestnerkids machen Kunst(ausflüge)

Die kestnerkids malen an Staffeleien Portraits, gestalten eigene Fanzines, kommen als Fans ihrem Verein **Hannover 96** näher und erleben mit dem **Künstler:innenkollektiv Prinzip Rauschen** Theater hautnah in einem zur Ausstellung entworfenen Workshop. Zusätzlich gibt es weitere coole Aktionen wie das englischsprachige Format kestnerkids Goes International, die kestnerbanden Familienworkshops und Offene Werkstätten.

Tipp: Fan werden und in die Kestner Gesellschaft kommen! Anmeldung: Katja Krause, katja.krause@kestnergesellschaft.de

www.kestnergesellschaft.de



Annegret Augustin & Charlotte Rock (Hrsg)
Geboren & Geborgen

„Dein liebevoller Kompass für die erste Zeit mit Baby. Weil es ein ganzes Dorf braucht!“ Wenn schon kein ganzes Dorf zur Verfügung steht, dann ist es umso schöner, wenn es Menschen gibt, die den jungen Eltern zur Seite stehen. In diesem schönen Ratgeber erzählen Expert*innen und Bestseller-Autor*innen, was sie selbst in ihrem Elternsein gelernt haben. Die liebevollen Tipps und Ratschläge finden sich in herzlichen Briefen zu unterschiedlichsten Themen wie beispielsweise „Ever Erlebnis der Geburt“, „Mysterium Babyschlaf“, „Der Mythos vom Mutterinstinkt“ und „Superkraft Bindung“. Ein besonderes Buch, das in jeder Eltern-Bibliothek einen guten Platz verdient und sich auch bestens als tolles Geschenk zur Geburt eignet.

Kösel-Verlag,
ISBN: 978-3466373383, 22 €



Jana Haverbier
Der kleine Zauberer Pfifferling

„Sonne, Mond und Sterne, ich helfe dir sehr gerne. Weil du mich brauchst und ich das spür, öffnet sich die Zaubertür.“ So geht der wichtigste Zauberspruch vom kleinen Zauberer Pfifferling. Pfifferling möchte allen Tieren im Wald helfen, denn auch Tiere sind manchmal traurig oder einsam. Wenn ein Tier seine Hilfe braucht, malt er mit seinem Zauberstab eine Tür an die Wand seines Schlafzimmers und spricht dazu den Zauberspruch. Die kleine Tür führt ihn dann zu dem Tier, das seine Hilfe braucht. So hilft er Kapitel für Kapitel der schnellen, aber einsamen Schnecke, dem Eichhörnchen mit Höhenangst, dem schlaflosen Igel, dem tollpatschigen Tausendfüßler mit seinen vielen Beinen und dem Fuchs, der nicht mitspielen darf. Fest steht am Ende – Jeder ist gut so, wie er ist. Kinder ab 4 Jahren werden dieses wunderbare Buch lieben. Nicht nur die magische Geschichte, sondern auch die großartigen Illustrationen und die handgefertigte, mit einer Tür bemalte Keramik-Fliese, die jedem Buch beiliegt. Denn, wenn Pfifferling wieder geht, bleibt irgendwo im Wald ein kleines Türchen zurück. Wer so ein Türchen findet, darf es aufheben und mitnehmen.

Portula,
ISBN 978-3912242003, 24 €

Ksenija Rodos
Einschlafrituale für dein Kind

Mit Achtsamkeit zu friedlichen Nächten: Ein- und Durchschlafprobleme bei Kindern – ein viel diskutiertes Thema in jeder Eltern- generation. Die Pädagogin, Podcasterin und Influencerin Ksenija Rodos zeigt in ihrem Buch, wie gelebte Achtsamkeit kombiniert mit liebevollen Ritualen die Eltern-Kind-Verbindung stärken und den Weg für einen entspannten Übergang in die Nacht ebnen. Dabei geht es ebenso um wissenschaftliche Erkenntnisse u.a. zum Thema Schlafzyklen bei Kleinkindern wie auch um praktische Tipps für Abendroutinen. Super, dass dieses Buch nicht nur für junge Eltern von Babys interessant ist. Auch für die Einschlafbegleitung von Kindern im Alter von 2-4 Jahren erhält man praktikable Tipps wie die Herstellung des „Anti-Monster-Sprays“. Für die größeren Kinder von 4-6 Jahren geht es z.B. um Tagesreflexion und Anregungen für einfache Dankbarkeitsübungen. Eltern von Schulkindern erfahren, wie sie diese effektiv beim sanften Übergang in das eigene Bett begleiten können.

Nymphenburger Verlag,
ISBN: 978-3968601137, 16 €



FASZINATION FLIEGEN >>

hautnah erleben



- Den Überblick genießen. Auf unserer Aussichtsterrasse.
- Einmal selbst Pilot sein. In unseren Flugsimulatoren*.
- Einen Blick hinter die Kulissen werfen. Mit unseren Besuchertouren*.

* Voranmeldung erforderlich



www.hannover-airport.de/erlebnis

**NDR Kindermusikfest
für Kinder
von 5 bis 11 Jahren**

**09.05.2026
11-14 Uhr + 15-18 Uhr
NDR Konzerthaus**



Spaß.

Foto: Julia Sellmann



**NDR RADIO
PHILHARMONIE**