

## Landesprogramm Stärke ab 2019

### Kurse für Familien in besonderen Lebenslagen

Diese Kurse sollen Eltern/Familien unterstützen, die in besonders belastenden Situationen leben. Das können unter anderem Alleinerziehung, frühe Elternschaft, Mehrlingsversorgung, Gewalterfahrung, Krankheit oder Tod eines Familienmitgliedes sein. Eltern können, unabhängig vom Alter der Kinder, unterstützt werden und Kurse besuchen. Diese Kurse orientieren sich an den besonderen Belastungen der Familien und setzen alltagsnahe Methoden ein.

Kinderbetreuung wird in der Regel angeboten.

### Offene Treffs

Die Offenen Treffs finden z.B. in Kinder- und Familienzentren, Begegnungsstätten, Jugendhäusern, Bürgerhäusern oder Bürgerzentren statt. Es sind Begegnungsorte für Familien, die dort ohne Berührungängste und ohne Zwang oder Verpflichtung Zeit miteinander verbringen und sich austauschen können.

Pädagogische Fachkräfte organisieren gegebenenfalls Angebote nach den Wünschen der besuchenden Eltern.

Fragen Sie nach!

## Stärke - Kurse für Familien in besonderen Lebenslagen

---



Kinderschutzbund Ulm  
Olgastraße 125  
89073 Ulm  
Tel. 0731 28042

[info@kinderschutzbund-ulm.de](mailto:info@kinderschutzbund-ulm.de)  
[www.kinderschutzbund-ulm.de](http://www.kinderschutzbund-ulm.de)

### „Kinder stark machen“ Ein Kurs für Eltern und Kinder

Eltern stehen immer wieder gemeinsam mit den Kindern vor neuen Herausforderungen im Alltag. Dann gilt es die Kinder und sich als Eltern im Blick zu behalten.

In diesem Kurs werden Eltern im Umgang mit den Gefühlen und Bedürfnissen ihrer Kinder gestärkt. Gleichzeitig werden praktische Hilfen für Stresssituationen im Erziehungsalltag gesucht und gefunden.

Welche Stärken habe ich als Mutter und Vater. Welche Stärken hat mein Kind? Diese Fragen beschäftigen uns gemeinsam im Austausch mit anderen Eltern. Wir entdecken gemeinsam, wie wir uns als Eltern und die Kinder stärken können.

Parallel findet ein Kurs für Ihre Kinder statt.

Auch für Kinder ist es hilfreich, ihre eigenen Stärken zu entdecken, ihre Gefühle und Gedanken auszudrücken und gemeinsam im Spiel konstruktive Lösungen für Konflikte zu finden.

Kursbeginn auf Anfrage:  
6 Termine jeweils 2 Stunden  
Elternkurs und Kinderkurs sind parallel

### Was braucht mein Kind? Ein Angebot für Trennungseltern

Trennen sich Eltern ist dies meist eine Krise im Leben aller Beteiligten. Oft sind die Eltern durch die Konflikte und Entscheidungen, die es zu treffen gilt, sehr belastet. Oft haben Kinder schon vor der Trennung massive Konflikte miterlebt.

Eltern hilft hier psychologische Fachinformationen, um - unabhängig vom Elternkonflikt - sich hilfreich im Sinne des Kindes zu verhalten. Was braucht mein Kind nach einer Trennung, bei Übergaben zum anderen Elternteil und bei Umgängen?

Der Kurs mit vier Treffen ist für Eltern gedacht, die in der Trennungssituation bewusst den Blick auf die Bedürfnisse des Kindes richten wollen.

Der Kurs hilft Eltern im Umgang mit ihren Kindern in und nach Trennungssituationen sicherer zu werden, sowie die Bedürfnisse der Kinder zu verstehen, ohne die eigenen Wünsche aus dem Blick zu verlieren.

Themen sind:

- Sichere Bindung – ein Schutz fürs Leben
- Was brauchen Kinder nach einer Trennung?
- Was Kindern beim Wechsel von Papa und Mama hilft
- Papaland- und Mamaland - eine Chance für Kinder

Termine auf Anfrage:

4 Treffen à 2 Stunden

## Kinder aus der Klemme

Gruppenangebot für Eltern und Kinder

Elterngruppe - Ziele der Arbeit

- Information über Auswirkungen strittiger elterlicher Situation auf Kinder
- Beschreibung der aktuellen Elternsituation
- Alternative Handlungsideen entwickeln
- Veränderungen im Umgang mit dem Kind einleiten

In der Elterngruppe werden Eltern immer wieder neue Übungen und Aufgaben angeboten, die gemeinsam bewältigt werden. Der Austausch mit anderen Elternpaaren hilft die eigenen Muster zu erkennen.

Parallel dazu treffen sich die Kinder der Eltern in der Gruppe.

Kindergruppe - Ziele der Arbeit

- Entlastung der Kinder durch Gestaltungsangebote (Malen, Theaterspielen)
- Gruppenerleben
- Erleben der Eltern in der Pause als kooperativ

Die Ergebnisse werden den Eltern am Ende vorgestellt.

Termine auf Anfrage:

8 Treffen á 2 Stunden



Familienbildungsstätte Ulm  
Sattlergasse 6  
89073 Ulm  
Tel. 0731-96286-0  
[www.fbs.ulm.de](http://www.fbs.ulm.de)

## Familien STÄRKEN

Ein Treffen, das Familien, die von den Folgen der Pandemie besonders betroffen sind, helfen kann.

Mit einem gemeinsamen gesunden Frühstück und anschließendem Kursprogramm u. a. in den Bereichen Bewegung und Entspannung, Ernährung, Be- und Erziehung und vielem mehr lädt die fbs Familien zu wechselnden Themen ein.  
Das Angebot wird begleitet durch eine Heilpädagogin.

Termine:  
Freitagvormittags



Pädagogisch Therapeutische Einrichtung  
Neue Str. 26, 89073 Ulm  
Tel. 0731-6026300  
[www.pt-e-ulm.de](http://www.pt-e-ulm.de)  
Termine bitte beim Anbieter erfragen.

### ADHS - Elterntraining

Das ADHS-Elterntraining richtet sich an Familien mit ADHS-Kindern, da sie ganz besonderen Belastungen und Herausforderungen unterliegen.

Die hohe Anzahl negativer Rückmeldungen führt bei Kindern mit ADHS häufig zu einem niedrigen Selbstwertgefühl und geringer Motivation.

Ziel wird es in den sechs Sitzungen des Elterntrainings sein, durch Veränderung Ihrer Wahrnehmung und Ihrer Erwartungen an Ihr Kind eine Verbesserung des Familienklimas zu erreichen. Eine positive Beziehung zwischen Ihnen und Ihrem Kind dient uns im zweiten Schritt des Trainings als Grundlage für die Einführung und die Umsetzung von Verhaltensänderungen.

Für den Erfahrungsaustausch innerhalb der Gruppe ist natürlich auch ausreichend Zeit eingeplant.

8 Kurseinheiten je 2 Stunden



Beratungsstelle für  
Schwangerschaftsfragen  
Schwambergerstr. 35, 89073 Ulm  
Tel. 0731-96857-0  
[www.schwangerschaftsfragen.de](http://www.schwangerschaftsfragen.de)  
Termine bitte beim Anbieter erfragen.

### "Bindung stärken" Elterncoaching

Das Baby ist da und alles hat sich verändert- wie können Eltern gut die Bedürfnisse des Kindes erkennen und dabei auch auf sich selbst achten? Was bedeuten Feinfühligkeit und eine sichere Bindung? Wie können herausfordernde Situationen gemeistert werden?

Ziele sind Sicherheit im Umgang mit dem Baby und Stärkung der Beziehung.

Dieses Angebot richtet sich an Mütter, Väter und Eltern mit Babys.

Nach 3 Kurseinheiten á 3 Stunden, die persönlich oder virtuell durchgeführt werden, können individuelle Beratungstermine zur Stärkung der Eltern-Kind-Bindung vereinbart werden.

### Jung und schwanger

Eine Schwangerschaft verändert alles – besonders für junge (werdende) Mütter eine große Herausforderung!

Wo leben mit dem Kind; wie geht es bei Alleinerziehung; Umgang mit dem Baby; vom Paar zum Eltern-Werden; Familie und Beruf verbinden – und mit diesen Themen nicht alleine sein.

Gruppenangebot für junge Schwangere und Mütter mit Babys.



AG West e.V.  
Silvia Gay-Vogt  
Moltkestr. 10  
89077 Ulm  
Mobil: 0176-56814629  
[s.gay-vogt@agwest.de](mailto:s.gay-vogt@agwest.de)

### „Kurs für (werdende) geflüchtete Mütter und deren Kinder im Alter von 0 – 3 Jahren in der Gemeinschaftsunterkunft Römerstraße“

Der Kurs orientiert sich an der Lebenswirklichkeit der Bewohnerinnen und ihrer Kinder und soll präventive Hilfe und Unterstützung leisten.

Es erfolgen Gespräche und Beratungen zu Themen aus den Bereichen:

Gesundheit und Pflege, Zubereitung kindgerechter und gesunder Ernährung,

Erziehung - Motorik und Entwicklung der Säuglinge und Kleinkinder,

Orientierung im Gesundheitssystem (Vorsorgeuntersuchung, Kinderarzt, Notdienste...),

Kennen lernen und Aufsuchen von wichtigen Anlaufstellen für Mütter und Kinder in Ulm in Bezug auf kostengünstiges Haushalten (z.B. Geschäfte für günstige Kinderkleidung oder Nahrung...)

Auch wird Unterstützung bei Fragen zur Gestaltung und Organisation des Alltags gegeben.

Der Kurs mit der Möglichkeit zu Einzelberatungen soll eine positive Beziehung zwischen Müttern und Kindern fördern, Ihnen helfen, Vorgänge des Alltags mit Säuglingen und Kleinkindern in Ulm gut zu bewältigen, und Wissen über den kindlichen Entwicklungsprozess vermitteln.

Termine:

fortlaufend



Oberlin e. V.  
erziehen – beraten – begleiten  
Virchowstraße 6  
89075 Ulm  
Telefon: 0731 / 850 74 700  
E-Mail: [info@oberlin-ulm.de](mailto:info@oberlin-ulm.de)  
Internet: [www.oberlin-ulm.de](http://www.oberlin-ulm.de)

Termine bitte beim Anbieter erfragen.

## Fetale Alkoholspektrum-Störung - und dann?

Der Elternkurs richtet sich an (angehende) Pflege- und Adoptiveltern und Eltern (-teile). In sechs Bildungseinheiten an zwei Samstagen werden 5 Erwachsene u. a. bei den Themen exekutive Funktionen, Komplexität der Diagnostik und Probleme im Alltag von zwei Referentinnen begleitet. Den Eltern werden hilfreiche Unterstützungsmöglichkeiten im Alltag mitgegeben, sowie Anlaufstellen für weitere Hilfen.

Termine:

2 Samstage, in der ersten Jahreshälfte 2023

## Tierbeziehungen als Schlüssel emotionaler und psychischer Stärke

Tierbeziehungen haben einen bedeutsamen Mehrwert. Sie unterstützen und fördern das pädagogische Handeln durch ihre verlässliche und authentische Art und sollen dabei helfen, die Beziehung zwischen Eltern und Kindern nachhaltig zu stärken. Durch das Angebot werden die Resilienz und Kompetenzen nachhaltig gefördert und gestärkt. Der Kurs richtet sich an 5-6 jugendhilfenaher Multifamilien in besonders herausfordernden Lebenssituationen mit Kindern im Grundschulalter (ca. 6-10 Jahre) und ein Elternteil im Tandem.

Termine:

Kursbeginn voraussichtlich Ende April, 8 aufeinander folgende Wochen, davon:

2 Theorieveranstaltungen: ein Elternabend und eine gemeinsame Abschlussveranstaltung

6 Praxisveranstaltungen: Besuch eines Bauernhofs



Caritas Ulm  
Kath. Schwangerschafts- und Psych.  
Beratungsstelle für Eltern, Kinder u. Jugendl.  
Olgastr. 137, 89073 Ulm  
Tel. 0731-2063-20  
[www.caritas-ulm.de](http://www.caritas-ulm.de)  
Termine bitte beim Anbieter erfragen

## **Meine Schwangerschaft und Geburt- sichere Babyzeit!**

ein Kurs für junge schwangere Frauen und alle Frauen, die sich angesprochen fühlen.

Die Schwangerschaft, das Mutter-werden, die Geburt und die Anfangszeit mit dem Baby stehen in diesem Kurs im Mittelpunkt. In einer kleinen Gruppe geben wir Frauen die Möglichkeit Informationen zu bekommen, andere schwangere Frauen kennen zu lernen, sich auszutauschen und sich in diesen Monaten voller Veränderungen sicher und wohl zu fühlen.

Anmeldung:

Caritas Ulm-Alb-Donau, Tel.: 0731- 2063-20 oder bei Claudia Akoa, Tel.: 0731 9727206

## **Miteinander wachsen**

Das neue Leben ist voller Veränderungen und Entwicklung. Für alle. Besonders im ersten Lebensjahr.

Für die ganz eigenen Fragen und Themen von Müttern mit ihren Babys in dieser Zeit bieten wir Begleitung in Form eines wöchentlichen Gruppentreffens an. In regelmäßigen Treffen ist es möglich, andere Mütter und Babys kennenzulernen.

Termine:

dienstags, von 9:30 - 11:00 Uhr

## **Frauentreff für geflüchtete Frauen auf der Blauinsel**

Eingeladen sind Frauen mit Fluchterfahrung und alle interessierten Frauen mit Kindern. In einer schönen Umgebung und beim Spiel mit den Kindern können neue Kontakte entstehen.

Singen und Basteln macht viel Freude. Die Deutschkenntnisse für den Alltag dürfen erprobt werden.

Es gibt viele Frauenthemen zu besprechen.

Termine:

donnerstags, von 13:30 - 15:00 Uhr



Kath. Erwachsenenbildung  
Ulm - Alb-Donau e.V.  
Olgastr. 137, 89073 Ulm  
Tel. 0731-92060-20  
[Keb.ulm@drs.de](mailto:Keb.ulm@drs.de),  
[www.keb-ulm.de](http://www.keb-ulm.de)

Bitte fragen Sie Veranstaltungsort  
und Termine bei der keb an. Auch die Organisation eines Kurses bei Ihnen  
vor Ort ist möglich.  
Online-Veranstaltungsangebote finden Sie unter [www.keb-ulm.de](http://www.keb-ulm.de)

## Schluss jetzt! - Trennung gestalten ein Gruppenangebot für Mütter und Väter bei Trennung.

Die Gruppe bietet die Möglichkeit, Erfahrungen, Gedanken und Gefühle auszutauschen und zu überdenken. Die Vielfalt der Erfahrungen der Teilnehmer/innen lädt dazu ein, neue Sichtweisen kennen zu lernen. Darin liegt die Chance, Zuversicht im Umgang mit den Kindern und dem ehemaligen Partner/der ehemaligen Partnerin zu entwickeln. Themen, wie die Bedeutung der Trennung für mich bzw. für mein Kind/meine Kinder, "Eltern bleiben wir immer" und die eigene Zukunft werden aufgegriffen. Das Gruppenangebot findet in Kooperation mit der Psychologischen Familien- und Lebensberatung der Caritas jeweils im Frühjahr des Jahres statt.  
5 Kurseinheiten je 2,5 Stunde

## Einfach. Sein. Stressbewältigung durch Achtsamkeit für Mütter

In der heutigen Zeit, in der Beschleunigung und Multitasking im Berufs- und im Familienleben zunehmend selbstverständlich werden, ist es eine besondere Herausforderung, Kinder großzuziehen. Dabei kann die Küche zur Meditationshalle werden ... ebenso wie jeder andere Ort.  
„Jetzt ist die Zeit, die Erde mit unseren Füßen zu küssen, mit unserer Liebe.“ (Thich Nhat Hanh)

Achtsamkeit ist eine Haltung, die wir einüben können und die uns hilft ...

- im Hier und Jetzt Präsenz zu entwickeln
- die eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen und achtsam mit ihnen umzugehen
- Stille in uns als einen Ruhepol kennen und schätzen zu lernen
- Wertschätzung und Gelassenheit für uns selbst und für unsere Kinder zu erreichen
- unsere Ressourcen zu stärken, sodass wir in schwierigen Momenten darauf zurückgreifen können

Kursinhalte: Körperwahrnehmung, leichte Yogaübungen, angeleitete Meditationen im Sitzen und im Gehen, achtsame Kommunikation, Infos und Austausch zu stressrelevanten Themen

4 Kurseinheiten je 2,5 Stunden



## Elternkurs Kess-Erziehen von Anfang an

Der Kurs für Eltern von Kindern im Alter von 0 bis 3 Jahren stärkt die Eltern-Kind-Beziehung. Er stützt Eltern in einer entwicklungsförderlichen Haltung: Feinfühliges Agieren, die Einbeziehung des Kindes in den Alltag und das Nutzen der alltäglichen Erfahrungsräume werden unterstützt.

## Elternkurs Kess-Erziehen statt Stress beim Erziehen

Eltern mit Kindern im Alter von 2 bis 12 Jahren erhalten eine praktische, ganzheitlich orientierte Erziehungshilfe. Kinder sollen heute eigenständig, verantwortungsvoll, kooperativ und lebensfroh groß werden. Eltern suchen deshalb nach Wegen, mit ihren Kindern partnerschaftlich umzugehen, dabei aber auch die notwendigen Grenzen zu setzen. Es ist ein Balanceakt, der nicht immer leichtfällt. Hier setzt der Elternkurs „Kess-erziehen“ an.

## Elternkurs Kess-Erziehen – Abenteuer Pubertät

Der Kurs unterstützt Eltern mit Kindern im Alter von 10 bis 18 Jahren in der Zeit des Umbruchs und zeigt Wege, wie sie Jugendliche in ihrem Selbstwertgefühl stärken, Grenzen respektvoll setzen und Kooperationen entwickeln können. In einer gelassenen Haltung, die darauf vertraut, dass Jugendliche wie Eltern bereichert aus der Phase der Pubertät herausgehen, werden deren anstrengenden wie schönen Seiten der Pubertätsphase in den Blick genommen.

Für alle Kess-Kurse gilt:

Einige der Kess-Kurse werden mit Kinderbetreuung angeboten, manche finden online statt.

Begegnung  
Betreuung  
Bildung  
Beratung

**Familienzentrum**  
Evang. Christuskirchengemeinde



Familienzentrum im Jörg-Syrlin-Haus  
Jörg-Syrlin-Str. 99, 89081 Ulm  
Tel. 0731-37 99237  
h.rieger@dv-ulm-alb.de  
[www.familienzentrum-ulm.de](http://www.familienzentrum-ulm.de)  
Termine bitte beim Anbieter erfragen.

## Von Anfang an

Der Treffpunkt bietet im Rahmen eines regelmäßigen Elternfrühstücks einen Austausch zum Familienalltag und Erziehungsfragen, sowie der Kindesentwicklung für junge Eltern an. Eine Hebamme wird punktuell dazu eingeladen

Termine:

wöchentliches Angebot



Landratsamt Alb-Donau-Kreis  
Fachdienst Landwirtschaft  
Schillerstr. 30, 89070 Ulm  
Tel. 0731-185-3175  
ernaehrung@alb-donau-kreis.de  
Termine bitte beim Anbieter erfragen.

## Fit im Haushalt - Das bisschen Haushalt erfolgreich managen!

Alle, die eine Wohnung und den Haushalt versorgen müssen, wissen, dass es täglich Mühe kostet, das Ganze auf die Reihe zu bringen. Oft ist eine oder einer allein fürs Putzen, Einkaufen, Kochen, Waschen und Aufräumen zuständig - meist sind auch die Kinder da, die Aufmerksamkeit und Unterstützung brauchen.

Damit der Familienalltag funktionieren kann, sind besondere Fähigkeiten notwendig. Lassen Sie sich das 1X1 der erfolgreichen Haushaltsführung zeigen.

5 Kurseinheiten je 3 Stunde



Sie'ste, Mädchen- und Frauenladen  
Moltkestr. 72, 89077 Ulm  
Tel. 07 31/3 3534  
[www.sieste.de](http://www.sieste.de)

Termine bitte bei der Anbieterin erfragen.

## Pflegebedürftigkeit in der Familie

Das Angebot findet einmal im Monat im Mädchen-und Frauenladen Sie'ste statt und richtet sich an Familien, die von Pflegebedürftigkeit betroffen sind - entweder in Form von Pflegebedürftigkeit eines Kindes oder durch die Pflegebedürftigkeit eines Elternteils.

Die Teilnehmenden sprechen über ihre Erfahrungen. Es werden Wege zur Entlastung und Unterstützung aufgezeigt.

Cordula Steffen  
Gesundheitspraxis Ulmer Gasse  
Ulmergasse 21, 89073 Ulm  
Telefon 0731-618148  
[Cordula-steffen@online.de](mailto:Cordula-steffen@online.de)  
[www.beratung-in-bewegung.net](http://www.beratung-in-bewegung.net)

This course will also be offered in English. Please contact the leader for further information.

## "Mamaglück"

Der Mutter-Kind-Kurs "Mamaglück" richtet sich an gestresste Mütter mit Kindern unter 3 bzw. unter 6 Jahren, insbesondere Alleinerziehende, Mütter in Scheidung oder Mütter mit mehreren Kindern. Es geht darum, sich nicht nur mit anderen Eltern zu treffen und auszutauschen, sondern mit Hilfe professioneller Begleitung wichtige Themen zu vertiefen und praktische Hilfen für den Alltag zu bekommen.

## "Sonnenblume"

Das Angebot "Sonnenblume" richtet sich an Ulmer Mamas mit Kindern von 0 bis 6 Jahren und lädt ein zu Austausch und Gesprächen bei einem gemeinsamen Frühstück. Das bewegungsanregende Freispiel mit hochwertigem Spielmaterial steht dabei im Mittelpunkt. Begleitet werden die Mamas vor allem bei den Themen Bindung, Beziehung, Stress und Entlastung. Zu Beginn der Treffen gibt es immer einen Bewegungsteil mit Versen und Musik. Jedes Treffen schließt mit einem Entspannungsteil.

Termine:  
freitags, von 9:30 - 12:30 Uhr

Leni Schütz  
[leni.schuetz@loerrach-landkreis.de](mailto:leni.schuetz@loerrach-landkreis.de)  
Termine bitte beim Anbieter erfragen.

## Alles ist anders - Elternkurs Autismus

Kinder mit Autismus nehmen anders wahr. Darum stellen sich für Eltern oft viele Fragen:

Was kann ich tun, um unseren Alltag zu erleichtern?

Wie mache ich es "richtig"? Warum ist mein Kind aggressiv und "frech"?

Wie erkläre ich Freunden und Familie, was bei uns anders ist?

Weitere Themen sind: Geschwisterkinder; Unterschiedliche Möglichkeiten mit dem Kind zu kommunizieren; Kindergarten und Schule/Lernen; Rechtliche Überlegungen

Die Bedürfnisse und Fragen der Eltern stehen im Vordergrund.

Termine:

2 Kursangebote: Kursstart am Freitag, **29. September** und am Montag, **13. November**.

Jeder Kurs beinhaltet 7 Termine, 09:00-11:30 Uhr, beide Kurse finden online statt.

Hedi Pogadl  
(Praxis Babyblau)  
[praxis.babyblau@gmail.com](mailto:praxis.babyblau@gmail.com)  
Termine bitte beim Anbieter erfragen.

## BEWEGEN, SPIELEN, LERNEN

Dieser Kurs bietet zahlreiche Informationen rund um die Entwicklung im 1. Lebensjahr zu den Themen Bindung, Motorik, Sprachentwicklung, Ernährung und soziale Kompetenzen.

Der natürliche Bewegungsablauf und die babygerechte Aufrichtung werden spielerisch unterstützt.

Mit verschiedenen Materialien wird die Entwicklung der Fein- und Grobmotorik angeregt.

Lieder und Reime vertiefen das Gelernte.

Es gibt die Möglichkeit für den Austausch der Eltern untereinander.

Termine:

wöchentlich in Präsenz

:

## ADHS Kompakt (1 Kurs - 3 Abende)

Die Kursreihe vermittelt einen Überblick über die Geschichte der ADHS, sowie den aktuellen Stand der Wissenschaft zu Diagnostik und Symptomatik in jedem Lebensalter. Dabei werden Vorurteile und Stigmata über ADHS ausgeräumt.

Herausfordernde Lebensabschnitte wie die Pubertät werden in Zusammenhang mit ADHS und damit einhergehenden möglichen Risiken beleuchtet. Der Einfluss von ADHS in den Lebensbereichen wie Schule, Familie und familiäres und soziales Umfeld wird altersdifferenziert betrachtet.

In der aktuellen Betrachtungsweise kommen die Stärken und Talente von Menschen mit ADHS oft zu kurz.

Für die Entwicklung von Menschen mit ADHS ist es aber sehr wichtig, dass sie ihre eigenen Stärken kennen und der Blick nicht nur defizitorientiert ist. Teilnehmende sollen hier wichtige Informationen erhalten und somit ihre Kinder und Jugendlichen stärken, so dass diese "ihren optimalen Platz" finden können.

### Termine

12.10.2023 - ADHS – Modediagnose oder doch schon immer dagewesen?

26.10.2023 - ADHS und die liebe Pubertät

09.11.2023 - ADHS – ernstzunehmendes Störungsbild UND viele Stärken und Talente im Gepäck

jeweils von 19:30 - 21:30 Uhr.

Die Kurse werden in den Räumlichkeiten der Quartierssozialarbeit Ulm-Böfingen durchgeführt.

## Offene Treffs

---



Familienzentrum im Jörg-Syrlin-Haus  
Jörg-Syrlin-Str. 99, 89081 Ulm  
[h.rieger@dv-ulm-alb.de](mailto:h.rieger@dv-ulm-alb.de)  
[www.familienzentrum-ulm.de](http://www.familienzentrum-ulm.de)

ist

möglich.

Termine:

jeden Mittwoch von 14.30 Uhr bis 17 Uhr

### Café FaZ- das Familiencafé-

das Café FaZ ist ein offener Treff zur Begegnung.

Spielsachen für Kinder sind vorhanden und eine Buchausleihe in der Bücherei



Jugendhaus Büchsenstadel  
Platzgasse 18, 89073 Ulm  
Tel. 0731 1517428  
e-Mail: [m.castellon@ulm.de](mailto:m.castellon@ulm.de)

## Eltern-Kind-Treff

Der Eltern-Kind-Treff ist ein Ort der Begegnung und der Kommunikation für Mütter, Väter mit Babys und Kleinkindern bis zum Kindergarteneintritt.

Die Eltern finden hier, im Format eines Familien-Brunchs, einen Treffpunkt, wo sie sich austauschen, neue Kontakte knüpfen, und so Abwechslung, Unterhaltung, gegenseitige Unterstützung- und Impulse finden.

Einmal im Monat werden ausgesuchte Spiele für Kinder zur Entwicklungssteigerung, die das gesunde soziale Verhalten untereinander fördern, angeboten. Andere Angebote dienen der Förderung der Wahrnehmung und der sensomotorischen Koordination (Fein- und Grobmotorik). Diese Angebote werden zusammen mit den Eltern durchgeführt. Ebenso einmal monatlich wird eine Infoveranstaltung oder ein Workshop zum Thema "Frühkindliche Entwicklung" für Eltern, angeboten.

Diese Informationen, die durch verschiedene Referenten zu interessanten und aktuellen Themen durchgeführt werden, sorgen dafür, dass die Eltern rund um das Kind bestens informiert sind und auch bei der Erziehung zielgerichtet unterstützt werden.

Die Fachleute stehen für Fragen und Antworten gerne zur Verfügung und heißen alle Eltern und ihre Kinder herzlich willkommen.

Termine:

Der Eltern-Kind-Treff findet immer mittwochs von 9:00 - 12:00 Uhr statt.



Kinder- und Familienzentrum im Verbund  
Kita Alpen-, Frieden- u. Schaffnerstrasse  
Schaffnerstr. 18/2, 89073 Ulm  
Tel. 0731-68959



Kinder- und Familienzentrum Erika-  
Schmid-Weg 3, 89075 Ulm-Böfingen  
Tel. 0731 /206 419 55  
[g.willfort@ulm.de](mailto:g.willfort@ulm.de)  
[www.ulm-boefingen.de](http://www.ulm-boefingen.de)

## Offener Treff

Der Offene Treff zur Begegnung von Familien bietet Vorträge und Kurse nach Bedarf in Zusammenarbeit mit den Kitas, dem Jugendhaus Büchsenstadel, der Quartierssozialarbeit, der Kulturenküche und der Katholischen Erwachsenen Bildungsstätte.

Termine:  
bitte im KiFaZ erfragen.

Unser Haus ist eine Anlaufstelle für Familien und bietet Raum für Begegnung durch Offene Treffs, Elterncafé und Outdoorangebote - inzwischen ergänzt durch virtuelle Treffen und Webseminare. Termine entnehmen Sie bitte dem aktuellen Programm oder der Website. Daneben finden regelmäßig Beratungs- und Bildungsangebote vor Ort in Kooperation mit anderen Trägern, u.a. der fbs, der Psychologischen Beratungsstelle der Diakonie und der katholischen Erwachsenenbildung statt. Unsere Angebote sind offen für alle Familien aus Ulm, insbesondere aus dem Sozialraum Böfingen.

Termine:  
bitte im KiFaZ erfragen.



Familienbildungsstätte Ulm  
Sattlergasse 6  
89073 Ulm  
Tel. 0731-96286-0  
[www.fbs.ulm.de](http://www.fbs.ulm.de)  
Termine auf Anfrage bei der fbs

## Offener Eltern-Kind-Treff in Wiblingen

Familien aus Wiblingen und Umgebung finden im offenen Treff die Möglichkeit, sich regelmäßig auszutauschen, Erfahrungen zu teilen und weiterzugeben. Familienthemen und das Leben mit Kindern sollen ebenso behandelt werden, wie KiTa, Übergänge in die Schule, Pubertät und Umgang mit Diskriminierung etc.

Bei allem soll aber auch der Spaß nicht zu kurz kommen.

Die Treffen sind offen für alle Familien: Mamas, Papas oder auch Großeltern – alle, die sich als Teil der Familie fühlen. In einer angenehmen Atmosphäre kommen Eltern und Fachkräfte zu verschiedenen Themen ins Gespräch und die Kinder lernen, dass es viele andere Kinder mit unterschiedlichen Bedürfnissen gibt!

Der offene Eltern-Kind-Treff in Wiblingen ist ein Ort an dem Eltern Abwechslung in Ihrem Alltag finden und in ungezwungener und gemütlicher Runde plaudern können. Darüber hinaus können Sie Kontakte zu anderen Eltern und Kindern knüpfen und Unterstützung durch gegenseitigen Austausch bekommen.

Der offene Eltern-Kind-Treff ist ein Ort an dem Sie Hilfe erhalten in Erziehungs-, Partnerschafts- und allgemeinen Lebensfragen und an denen Ihr Kind andere Kinder trifft.

Termine:

dienstags von 10.00 Uhr bis 12 Uhr im Quartierstreff Reutlingerstr. 46, 89079 Ulm



Sie'ste, Mädchen- und Frauenladen  
Moltkestr. 72, 89077 Ulm  
Tel. 07 31/3 3534  
[www.sieste.de](http://www.sieste.de)  
Termine bitte bei der Anbieterin erfragen.

## Mütter- Baby- Café

Frühstücken, austauschen, informieren in angenehmer Atmosphäre bei fachlicher Begleitung für Mütter mit Kleinkindern bis zum 3. Lebensjahr.

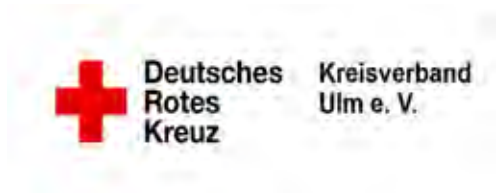
Jede Frau ist mit ihrem Kind ohne Anmeldung herzlich willkommen.



Je nach Bedarf werden - auch mit Referentinnen - Themen wie Gesundheit, Ernährung, frühkindliche Entwicklung, Förderung der Erziehungskompetenz und vieles mehr besprochen. Besondere Fragen und Bedürfnisse der Teilnehmerinnen sollen Raum finden. Übersetzung in die türkische und englische Sprache wird angeboten.

Termine:

Mittwoch| alle zwei Wochen | außer in den Ferien | 9:30 – 11:30 Uhr  
kostenlos| ohne Anmeldung



### **Babycafé**

Einmal pro Woche treffen sich Mütter mit ihren Babys in gemütlicher Atmosphäre. Mütter mit ihren Babys können sich wohl fühlen und sich austauschen. Das Babycafé wird begleitet von der Familienhebamme Christina Göttinger.

Termine: montags von 10.30 Uhr bis 12 Uhr

### **Spielgruppe für Eltern mit Kindern im Alter von 2-3 Jahren**

Kinder können in Begleitung ihrer Eltern andere Kinder kennenlernen. Sie sammeln Erfahrungen im Spiel und bekommen vielfältige Anregungen.

Termine: montags von 14.00 Uhr bis 15.30 Uhr

### **Alleinerziehenden Treff**

In einem offenen Treff unter pädagogischer Leitung treffen sich bis zu 10 Mütter / Väter zum Austausch mit Gleichgesinnten.

Termine:

donnerstags von 16.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Stadt Ulm

**ulm**

