

Erika-Schmid-Weg 3 · Ulm-Böfingen

PROGRAMM

September – November 2020



Willkommen

im Kinder- und Familienzentrum Erika-Schmid-Weg 3, 89075 Ulm-Böfingen

Wir sind ein Kinder- und Familienzentrum (KiFaZ) im Neubaugebiet Lettenwald in Böfingen. Wir schaffen Raum für Begegnung: zwischen Eltern und Kindern, zwischen neu hinzugezogenen und alteingesessenen Familien, zwischen Eltern und Fachkräften, zwischen den Generationen... Unser Haus ist eine Anlaufstelle für Eltern mit Beratungs- und Bildungsangeboten vor Ort. Eltern können sich aktiv beteiligen und mitgestalten. Unsere Angebote sind offen für alle Familien aus Ulm, insbesondere für Familien aus Böfingen und den Ortsschaften Jungingen, Lehr und Mähringen.

Aktuelle Angebote, Termine und Infos erfahren Sie bei

Gunda Willfort, Koordinatorin

Tel.: 0731 20641955

E-Mail: g.willfort@ulm.de

unter www.ulm.de,
www.ulm-boefingen.de,
im **böfinger bürger blättele** sowie in
den Mitteilungsblättern von Jungingen,
Lehr und Mähringen.

Ansprechpartnerin für die Kita

Ramona Hascher, Leitung

Tel.: 0731 2607043

E-Mail: r.hascher@ulm.de

Wir freuen uns auf Sie!



Stadt Ulm

ulm

INFOS UND ANMELDUNG

Kinder- und Familienzentrum Erika-Schmid-Weg

Erika-Schmid-Weg 3, 89075 Ulm-Böfingen

Gunda Willfort, Koordinatorin

Tel.: 0731 20641955, g.willfort@ulm.de

Familien-Bildungsstätte Ulm e.V. (fbs)

Tel.: 0731 96286-0, anmeldung@fbs.ulm.de

www.fbs.ulm.de

keb Katholische Erwachsenenbildung Ulm-Alb-Donau e.V.

Olgastraße 137, 89073 Ulm

Tel.: 0731 9206020, keb.ulm@drs.de

www.keb-ulm.de

Wir sind Teil des **Ulmer Nestwerks** –
einem Netzwerk zur Elternbildung.
Beim Besuch unserer Themenabende,
Kurse und offenen Treffs erhalten Sie
einen Stempel in Ihrer Nestcard.

Informationen unter www.nestwerk.ulm.de



Stadtteilbibliothek
Böfingen

BEGEGNUNG

Elterncafé Outdoor

OUTDOOR

Am letzten Mittwoch im Monat, 15.30 bis 17.30 Uhr

Da wir momentan noch keine offenen Angebote für Eltern und Kinder gemeinsam im Haus anbieten können, laden wir herzlich zur Begegnung auf dem sogenannten Schweinchenspielplatz im Lettenwald ein. Hier gibt es viel Platz und frische Luft. Wir freuen uns auf Sie!

30.09. Spielplatz Lettenwald
28.10. Spielplatz Lettenwald

Achtung: nur bei gutem Wetter!

Wild auf Wald: „Ein Tag Natur pur“

OUTDOOR

Sonntag, 10.10.2020, 14.00 bis 16.00 Uhr

mit Bettina Schulz, www.wildaufwald.de, ein Angebot für die ganz Kleinen bis 3 Jahre und ihre Eltern/Großeltern. **Treffpunkt:** Wanderparkplatz Böfinger Steige, **Mitbringen:** Outdoor-taugliche Kleidung, Sitzkissen, evtl. Getränke und Brotzeit. **Unkostenbeitrag:** 5 € pro Familie. **Anmeldung bei Gunda Willfort.**

Virtuelles Treffen für Familien:

Was fehlt uns in Böfingen?

ONLINE

Dienstag, 06.10.2020, 19.30 bis 20.30 Uhr

Wir wollen Familien eine Plattform bieten und online miteinander ins Gespräch kommen: Was wünschen Sie sich, um Böfingen als Lebensort für Familie noch attraktiver und familienfreundlicher zu machen? Wir freuen uns über Ihre Teilnahme und sind gespannt auf viele Ideen. In Kooperation mit Nina Leinmüller, Stadtteilkoordination Böfingen.

TEILNAHME von zuhause aus über den Anbieter Zoom mit folgendem Link: <https://zoom.us/j/98487365357?pwd=L0pSRmlQaUNtZlZk5YkR6elJya3NHUT09>, Passwort: 734035. **Anmeldung und Infos bei Nina Leinmüller, n.leinmueller@ulm.de oder Gunda Willfort, g.willfort@ulm.de.**

BERATUNG

Ab September wieder face-to-face

Beratung zu Fragen der Erziehung durch Theresa Koerner von der Psychologischen Beratungsstelle der Diakonie Ulm

Jeden letzten Dienstag im Monat, 13.30 bis 18.00 Uhr

Es können auch persönliche oder Paarthemen besprochen werden. Terminvereinbarung bei Gunda Willfort oder über die Kita. 29.09., 27.10., 24.11.

Hebammensprechstunde

Jeden Freitag, 10.00 bis 12.00 Uhr

Büro Familienzentrum, 1.OG. Die Sprechstunde mit Claudia Akoa, Familienhebamme, können Sie ohne Terminvereinbarung bei Fragen zu Schwangerschaft, rund ums erste Lebensjahr und zu Still- und Ernährungszeit besuchen.

GESUNDHEIT

Ein Kurs – drei Themen rund um eine entspannte Familie!

In diesem dreiteiligen Kurs erhalten Sie direkt umsetzbare Tipps und wissenschaftlich fundiertes Hintergrundwissen für einen aktiven Alltag und ein gesundes und entspanntes Familienleben.

Unterstützung der motorischen Entwicklung

Dienstag, 10.11.2020, 19.00 bis 21.00 Uhr

Tipps und Tricks für eine ausgewogene Kinderernährung

Dienstag, 17.11.2020, 19.00 bis 21.00 Uhr

Familienrituale und Achtsamkeit

Dienstag, 24.11.2020, 19.00 bis 21.00 Uhr

Mit Dr. Susanne Kobel, Sportwissenschaftlerin und Dr. Olivia Wartha, Medienpädagogin. Der Kurs wird mit STÄRKE-Mitteln finanziert und ist für Eltern kostenfrei. **Anmeldung über fbs.**

BILDUNG

Themenreihe

COME TOGETHER

Nach Monaten des Social Distancing haben viele Familien das Bedürfnis, einander zu treffen, gemeinsam etwas zu unternehmen und sich in einer Gemeinschaft zu erleben. Soweit es die Situation zulässt, wollen wir dies als Kinder- und Familienzentrum im Herbst mit neuen und bewährten Angeboten ermöglichen.

Aber auch Konflikte, die durch das Zurückgeworfensein auf die eigene Familie während der Corona-Krise vielleicht verstärkt aufgetaucht sind, sollen Raum finden. Trotz „störendes“ Verhalten, Ängste – Was will mein Kind mir damit zeigen? Wie können Eltern gut reagieren, um eine Atmosphäre zu schaffen, in der alle sich wohlfühlen?

OH, TROTZ LASS NACH!

Donnerstag, 17.09.2020, 19.30 bis 22.00 Uhr

Das Trotzalter ist eine sehr anstrengende, kraftraubende und manchmal ratlose Zeit für die Eltern. Im Vortrag erfahren Sie, was mit Kindern emotional im Trotz geschieht, wie Sie es schaffen, Ihr Kind auch im Wutanfall einfühlsam zu begleiten, wie Regeln aufgestellt und auch eingehalten werden.

Mit Gertrud Menz, Elternberaterin frühe Kindheit. **Anmeldung über fbs.**

FAMILIE IN ZEITEN VON CORONA – wenn die Nerven blank liegen...

Themenabend

Mittwoch, 23.09.2020, 19.30 Uhr

Zu viel Zeit oder zu wenig? Überfordert oder lange Weile? Social Distancing und ohne Kontakt zu den Großeltern oder zu viel Nähe auf kleinem Raum? Kinderängste oder die der Eltern? Emotionale Ausbrüche oder Rückzug?

Jede Familie hat die Corona-Pandemie unterschiedlich erlebt – eine Herausforderung war sie für alle! An diesem Abend ist Zeit zu reflektieren und Themen einzubringen, die während der Krise drängend wurden.

Bettina Müller greift Ihre Fragen auf und gibt mit ihrer Fachlichkeit und langjährigen Erfahrung hilfreiche Impulse.

Mit Bettina Müller, Diplom-Psychologin und GF Kinderschutzbund Ulm. **Anmeldung bei Gunda Willfort.**

ORGANISATION IST (FAST) ALLES – die clevere Gestaltung von Familie

Montag, 19.10.2020, 19.30 bis 21.00 Uhr

Familie und Beruf, Haushalt und viele Aktivitäten unter einen Hut zu bringen und (nebenbei?) Kinder zu liebevollen und selbstverantwortlichen Menschen zu erziehen, ist eine große Herausforderung. An diesem Abend bekommen Sie Tipps und Tools, um Wohlbefinden im gemeinsamen Alltag zu erreichen. Mit Erika Stiele, Diplom-Betriebswirtin und vierfache Mutter. **Anmeldung über fbs.**

WAS WILL MEIN KIND WIRKLICH?

Erkennen der Ziele „störender“ Kinder

Mittwoch 18.11.2020, 19.30 bis 21.30 Uhr

Menschliches Verhalten ist aus Sicht der Individualpsychologie immer zielorientiert. Eltern, die aus Streit und Machtkämpfen aussteigen wollen, bekommen hier Hinweise auf mögliche Ziele ihrer Kinder. Sobald sie diese richtig deuten und ermutigend darauf reagieren, verbessert sich die Atmosphäre in der Familie.

Mit Friederike Höhdorf, Beraterin und Elterntrainerin. **Anmeldung über fbs.**

ALLE ANGEBOTE DER THEMENREIHE SIND KOSTENFREI.

Bitte melden Sie sich für die Themenabende an, da aufgrund der aktuellen Corona-Verordnung des Landes und der Abstandsregelung nur eine begrenzte Teilnehmerzahl möglich ist. Bitte beachten Sie die gültigen Hygieneregeln und betreten Sie das Haus mit Mund-Nasen-Schutz und nur, wenn Sie keine Krankheitsanzeichen bei sich feststellen. Danke für Ihr Verständnis. **Die Durchführung des Herbstprogrammes ist abhängig von der aktuellen Situation. Bitte beachten Sie die Aushänge oder informieren Sie sich im Internet. Gerne informieren wir Sie über Aktuelles oder mögliche Veränderungen mit einem Newsletter.** Anmeldung unter g.willfort@ulm.de