

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 -zentren 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!

Ulmer Elternbildungsgutschein

Eltern von neugeborenen Kindern erhalten in den ersten Wochen nach der Geburt des Kindes einen Gutschein über 40 €. Sie werden von Familienbesucherinnen der Ulmer Babytasche überbracht, die ihren Besuch ankündigen.
Die Gutscheine sind von der Stadt Ulm - Jugendhilfe finanziert.
Eltern können diese Gutscheine im ersten Lebensjahr ihres Kindes bei Bildungsträgern für Kurse rund um das Thema Kind, Kindesentwicklung und Erziehung einlösen. Die hier beschriebenen Einrichtungen lösen Ihre Gutscheine ein.

Bitte erfragen Sie die Kurstermine bei den Anbietenden.

Haben Sie Fragen? Bitte wenden Sie sich an Frau Eberhardt, Abt. Soziales - Koordination Landesprogramm Stärke, Tel. 0731-161-5130; <mailto:u.eberhardt@ulm.de>

www.ulm.de/staerke-ulm



Ulmer Babytasche
AG West e.V.
Schillerstraße 34/2, 89077 Ulm
Tel.: 0731/60269723
babytasche@agwest.de
Bürozeiten: Mo 14-16 Uhr und Do 9-11 Uhr o-
der nach Vereinbarung
<http://www.agwest.de>

Die AG West e.V. betreibt die **Ulmer Babytasche**. Die Familienbesucherinnen überreichen den Ulmer Elternbildungsgutschein mit der Babytasche und informieren über die Angebote in Ulm.

Gutscheinkurse zur Elternbildung der Stadt Ulm



Familienbildungsstätte Ulm e.V.
Sattlergasse 6
89073 Ulm
Tel. 0731-96286-0
www.fbs.ulm.de

Termine entnehmen Sie bitte dem Programm der fbs ulm
Stärke Kurse sind dort gekennzeichnet.

Kurskombination nach Wahl, Sie können Einzelkurse, im Wert von mind. 40 € selbst zusammenstellen.

Geburtsmassage für Babys nach Kaiserschnitt

Körperliche und seelische Empfindungen wie Eigenwahrnehmung, Gefühl der Selbstbestimmtheit und Auslösen von Aktivität und Kraft werden für Baby und Mutter mobilisiert.

3 Kurseinheiten je 1 Stunde

Harmonische Babymassage nach Bruno Walter

Mit Massage die Sinne des Baby wecken, motorische und geistige Fähigkeiten fördern, sowie Hilfestellung im täglichen Umgang mit dem Kind.

5 Kurseinheiten je 1 Stunde

Indische Babymassage nach F. Leboyer

Berühren und berührt werden verbindet und stärkt die Eltern-Kind-Beziehung. Information und Einführung mit praktischen Übungsstunden.

5 Kurseinheiten je 1 Stunde

Baby-Aroma-Massage

Die Aroma-Baby-Massage ist systemisch aufgebaut und wird in jeder Kurseinheit durch einen neuen Griff ergänzt.

7 Kurseinheiten je 45 Minuten

Fußreflexzonen-Massage bei Säuglingen

Die Fußreflexzonen-Massage bei Säuglingen kann gegen Blähungen und Bauchweh helfen. Durch sanfte Massage nach Anleitung können Eltern ihrem Baby helfen, glücklicher zu leben.

1 Kurseinheit, 1,5 Stunden

Babyzeichensprache - Zwergensprache

Wer kennt das nicht? Das Kind liegt am Boden und beschwert sich lautstark. Was hat es denn nur? Windel!? Gerade gewechselt. Hunger? Die letzte Mahlzeit ist doch noch gar nicht so lange her. Langeweile? Ich sitze doch neben ihm.

6 Kurseinheiten je 75 Minuten

Tragetuchworkshop

Bindetechnik: Wickelkreuztrage, doppelte Kreuztrage

2 Kurseinheiten je 2 Stunden

Wickelzeit = Spielzeit

Die Wickelzeit ist eine intensive Zeit zwischen Mama/Papa und Baby. In dieser Zeit steht nicht nur die liebevolle Pflege im Vordergrund, sondern es bietet auch die Möglichkeit erste Spiele mit dem Säugling/ dem Baby zu gestalten.

3 Kurseinheiten je 1,5 Stunden

Gemeinsam musizieren

Ein musikpädagogisches Angebot für Kleinkinder und ihre Eltern.

10 Kurseinheiten je 1 Stunde

Musikzwerge

Mit Kinderliedern, Bewegungs- und Fingerspielen werden die Kinder gemeinsam mit den Eltern in die Welt der Musik eingeführt.

6 Kurseinheiten je 45 Minuten

Spielstube Wiege-Stube

Diese Spielstube "Wiege-Stube" bietet einen besonders beschützten Raum für's Baby und für Austausch und Fragen der Mamas!

10 Kurseinheiten je 80 Minuten

Babyspielstube

In einem liebevoll vorbereiteten Raum mit Podest, Kletterdreieck und Schrägen sowie vielfältigen, dem Alter der Kinder angemessenen Materialien entdecken und erforschen die Kinder sich selbst und ihre Umgebung.

9 Kurseinheiten je 1 Stunde

Babytreff

Mit Liedern und der Altersstufe angemessenen Finger- und Bewegungsspielen können erste Kontakte zu Gleichaltrigen geknüpft werden.

8 Kurseinheiten je 75 Minuten

'Prager-Eltern-Kind-Programm' (PEKiP) für Mütter, Väter und Babys

Begleitung durch das erste Lebensjahr mit Impulsen zur Entwicklungsförderung und Anregungen durch Spiel und Bewegung. Erleben des eigenen Kindes und anderer Kinder sowie deren Eltern. Erfahrungsaustausch, mit- und voneinander lernen.

Einstieg: zwischen 8 bis 11 Kurseinheiten je 1,5 Stunden

Bedeutung, Begleitung und Gestaltung von Übergängen

Von der Familie in die Kita und von der Kita in die Schule - Für Eltern von Kindern im Alter von 0 - 6 Jahren. Übergänge gehören zum Leben. In der Kindheit sind sie so zahlreich wie in keinem anderen Alter.

1 Kurseinheit, 2 Stunden

Ängste der Kinder verstehen und begleiten

Ängste und deren Überwindung machen einen Teil der gesunden Entwicklung aus. Wie können wir als Eltern und Erziehende ihnen den richtigen Halt geben?

1 Kurseinheit, 2 Stunden

Beziehungsvolle Pflege

Durch den achtsamen Umgang nach Dr. Emmi Pikler schenken Sie dem Baby besonders Wohlfühlen und Geborgenheit, so dass es ein positives Selbstbild entwickeln und zwischen Ihnen beiden eine sichere Bindung wachsen kann.

1 Kurseinheit, 2 Stunden

Sauberkeitserziehung - Sauberkeitsentwicklung

Sauber werden - Sauber sein: ein bedeutender Meilenstein für die Kinder, eine spannende Zeit für die Eltern. "Eigentlich" kommt es von alleine, aber trotzdem entstehen viele Fragen rund ums Sauberwerden.

1 Kurseinheit, 2 Stunden

Windelfrei?

Abhalten im ersten Lebensjahr - Erfahrungsbericht mit anschließendem Austausch.

1 Kurseinheit, 1,5 Stunden

Oh, du schöne Wickelzeit

In den ersten Jahren eines Kindes ist das Wickeln eine der Hauptaufgaben von Mama und Papa. Leider wird oft das Wickeln als Last und mühselig angesehen. Dabei stecken gerade in den Wicksituationen eine Vielzahl an Möglichkeiten, um Ihr Kind zu fördern, die Bindung zueinander zu intensivieren und eine ungestörte Zweisamkeit zu genießen.

1 Kurseinheit, 2 Stunden

Mein Kind schläft durch!?

Wir sprechen über mögliche Gründe, warum Kinder sich schwer tun in den Schlaf zu finden und ich zeige Ihnen einen Weg, wie Sie in einer liebevollen und haltgebenden Art Ihr Kind in den Schlaf begleiten können.

1 Kurseinheit, 2 Stunden

Oh, Trotz lass nach!

Einblicke, wie kleine Kinder lernen, wie Regeln aufgestellt und eingehalten werden.

1 Kurseinheit, 2 Stunden

Hochsensible Kinder

Hochsensible Kinder erleben die Welt differenzierter und intensiver. Sie sind gute Beobachter, nehmen mehr Reize und Informationen als andere Kinder auf und benötigen aufgrund dessen häufiger Rückzugsmöglichkeiten zur Verarbeitung der Tagesgeschehnisse. Hochsensible Kinder haben eine Vielzahl an wertvollen Fähigkeiten.

1 Kurseinheit, 1 Stunde 45 Minuten

Bindung vor Bildung

Bindung ist die Grundvoraussetzung für die seelische, geistige und körperliche Entwicklung und stellt somit die wichtigste Lebensgrundlage dar. Bindungsverhalten wird geprägt durch Interaktionen und Erfahrungen des Kindes mit den Eltern. Was ist Bindung, was verstehen wir unter einer sicheren und unsicheren Bindung und wie können Eltern dieses Band nähren?

1 Kurseinheit, 5 Stunden

Rituale, Regeln und Grenzen in der Erziehung

Erfolgreiche Erziehung braucht solides Handwerkszeug. Manchmal genügen ganz einfache Veränderungen, um ein dauerhaft angenehmes Miteinander in der Familie zu erreichen.

1 Kurseinheit, 2 Stunden

Frühe Sprachentwicklung und Zweisprachigkeit

Die erste Phase des Spracherwerbs ist die Zeit von 0,9 bis 2 Jahren. Die Entwicklung der Sprache beginnt schon im Mutterleib. Aktuelle Studien belegen, dass schon Säuglinge Sprachlaute unterscheiden können.

1 Kurseinheit, 2 Stunden

Wenn Kinder lügen

Manchmal nehmen es Kinder mit der Wahrheit nicht so ganz genau. Sie schwindeln, flunkern, schummeln, mogeln oder lügen ganz bewusst. Was aber sind die Gründe dafür?

1 Kurseinheit, 2 Stunden

Mama-Baby-Yoga

Mama- Baby Yoga ist eine wunderbare Möglichkeit für Mütter, sich selbst und ihren Babys etwas Gutes zu tun.

5 Kurseinheiten, 1,5 Stunden

Geschwister haben sich zum Streiten gern

Warum Streitigkeiten in der Familie so wichtig sind - Eifersucht unter Geschwistern und der Umgang mit Geschwisterstreit.

1 Kurseinheit, 3 Stunden



Kath. Erwachsenenbildung
Bildungswerk Alb-Donau-Kreis und Stadt Ulm e.V.
Weinhof 6
89073 Ulm
Tel. 0731-92060-20
Keb.ulm@drs.de
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.

Kess-erziehen: Von Anfang an

Eine praktische, ganzheitlich orientierte Erziehungshilfe für Mütter und Väter von Kindern im Alter von unter drei Jahren.

- Gemeinsam für ein gutes Familienklima sorgen. Das Kind von Beginn an so weit wie möglich in alltägliche Abläufe einbeziehen
- Sich dem Kind zuwenden, seine Selbständigkeit fördern und es zunehmend in seiner Selbstverantwortung stärken.
- Die Bedürfnisse des Kindes nach Zuwendung und Mitbestimmung erfüllen, ein Gemeinschaftsgefühl entwickeln und für sich selbst sorgen.
- Die im Moment gegebenen äußeren Bedingungen berücksichtigen und achtsam sein für die vorhandenen Möglichkeiten bei Kind, Mutter und Vater.

5 Kurseinheiten je 2,5 Stunden



Kess erziehen statt Stress beim Erziehen

Der Kurs stellt die Entwicklung des Kindes - gestützt durch Ermutigung - und dessen verantwortungsvolle Einbeziehung in die Gemeinschaft in den Mittelpunkt. Eine praktische, ganzheitlich orientierte Erziehungshilfe für Mütter und Väter von Kindern im Alter von bis zu 12 Jahren. Eine Vernetzung interessierter Eltern wird angeregt.

K wie kooperativ: Gemeinsam für ein gutes Familienklima sorgen. Regeln verabreden statt diktieren. Konflikte so lösen, dass keiner zu kurz kommt.

E wie ermutigend: Sich dem Kind zuwenden, seine Selbständigkeit fördern. Ihm zumuten, die Verantwortung für sein Handeln zu übernehmen.

S wie sozial: Die Bedürfnisse des Kindes nach Zuwendung und Mitbestimmung erfüllen. Und darauf achten, dass es seinerseits die Bedürfnisse der Eltern respektiert.

S wie situationsorientiert: Nicht stur "nach Lehrbuch" erziehen. Sondern die persönlichen Möglichkeiten und Ziele von Eltern und Kindern berücksichtigen.

5 Kurseinheiten je 2,5 Stunden



die lobby für kinder

Kinderschutzbund Ulm
Olgastraße 125
89073 Ulm
Tel.: 0731/28042

info@kinderschutzbund-ulm.de
www.kinderschutzbund-ulm.de

Termine bitte beim Anbieter erfragen.

Starke Eltern - Starke Kinder

Der Elternkurs für **alle** Eltern vermittelt ein Erziehungskonzept, das die Kommunikation in der Familie fördert, das Kind in seiner Eigenständigkeit unterstützt und - wo nötig - Grenzen setzt.

Der Kurs greift Alltagserfahrungen der Eltern auf und sucht im Austausch mit den Teilnehmer/innen Lösungen, die die Eltern entlasten und das Familienleben stressfreier machen.

8 Kurseinheiten je 2 Stunden



Kreisverband Ulm e.V.
Frauenstr. 125, 89073 Ulm
Bettina Hofmann
Tel. 0731-144446

Bettina.Hofmann@drk-ulm.de
<http://drk-ulm.de/nc/angebote/rotkreuz-kurse/erste-hilfe-am-kind.html>

Erste Hilfe am Kind

Eltern gewinnen im Lehrgang ein Mehr an Handlungskompetenz im Notfallgeschehen, um Schaden am Kind zu vermeiden, zu begrenzen und gut erst zu versorgen. Das Gefühl kompetent helfen zu können wird gestärkt. Den verletzten Kindern wird ermöglicht, weiteres Vertrauen in seine Eltern aufzubauen.

9 Kurseinheiten in einem Tagesblock oder zwei Abenden

Hebammen Ulm / Alb-Donau-Kreis

Kurse finden regelmäßig statt.
Bitte bei den Anbietenden nachfragen.

Hebammen - Verband
Hebammen - Vermittlung
Mo - Fr 8:00 - 18.00 Uhr
Tel. 0171-6841300

Hebammenpraxis Babyblau

Bewegen - Spielen - Lernen

zur Bindungsförderung, Beratung und Begleitung

18 Kurseinheiten je 1,5 Stunden

Einführung in die Beikost...

...und gesunde Ernährung für Kinder

2 Kurseinheiten je 3 Stunden

Hedwig Pogadl
Schulstr. 3, 89134 Blaustein
Tel.: 07304-92 888 18
praxis.babyblau@gmail.com
<http://hebamme-hedwig-pogadl.de/index.php/das-team/>

Hebammenpraxis Zehn Monde

Babymassage

Berührung, Wärme und Zärtlichkeit sind Urbedürfnisse des Babys. Diese Botschaft versteht jedes Baby instinktiv.

1 Kurs, 6 Stunden

Multscherstr. 14
89077 Ulm
Tel. 0731-6023637
Fax: 0731-1517397
www.hebammenpraxis-zehn-monde-ulm.de

Susanne Kluge, Hebamme

Babypflege: Ernährung und Entwicklung, Bedürfnisse und Pflege des Kindes im ersten Lebensjahr, Krankheitszeichen erkennen.
Insgesamt 6 Stunden

Wasserkurs: Bewegungsförderung und Psychomotorik für Säuglinge
Neue Bewegungen erfahren im innigen Kontakt von Eltern und Kind. Signale des Kindes und seine Bedürfnisse besser verstehen lernen.

6 bis 8 Kurseinheiten je 45 Minuten

Babymassage:

Nahrung für Körper und Seele, Förderung der gesunden Entwicklung, Entspannung und Anregung.

6 Kurseinheiten je 60 Minuten

Fischergasse 32
89073 Ulm
Tel. 0731-6024883
www.hebamme-in-ulm.de

Susanne Pfeifer, Hebamme

Wasserkurs: Bewegungsförderung und Psychomotorik für Säuglinge.

Neue Bewegungen erfahren im innigen Kontakt von Eltern und Kind. Signale des Kindes und seine Bedürfnisse besser verstehen lernen.

6 bis 8 Kurseinheiten je 45 Minuten

Ostpreußenweg 30
89075 Ulm
Tel. 0731-4922129
Fax: 0731-49239726
Pfeifer.susanne@gmail.com

Hebammenpraxis Centrum

Babymassage

Förderung der Eltern-Kind Bindung und Feinfühligkeit der Eltern für die Bedürfnisse ihres Babys

6 Kurseinheiten je 60 Minuten

Eltern Kompetenz Kurs

Stillen/Ernährung in den ersten sechs Monaten - Die ersten Wochen als Eltern - Regulationszeichen und Bedürfnisse des Kindes erkennen.

3 Abende je 2 Stunden

Kindesentwicklung und Beikosteinführung

1. Teil: Einführung von Beikost unter Berücksichtigung der kindlichen Bedürfnisse, eventuellen Fütter-Störungen, Allergien und Allergieprävention.

2. Teil: Entwicklung des Kindes vom sechsten Monat bis zum ersten Jahr; Bindungsentwicklung ab dem sechsten Monat; Veränderungen im Tag/ Nachtrhythmus; Gewöhnung an die Trennung zum Einschlafen-Schlafsituation des Babys; Fremdbetreuung-Trennungen

Zusammen 6 Kurseinheiten je 1 Stunde

Babymassage nach B. Walter

Zärtliches Berühren und sanftes Massieren, auch für Väter.

6 Kurseinheiten je 60 Minuten

Hebammenpraxis Klapperstorch

Beruhigung - Entspannung - Nähe

Das und noch viel mehr wird dem Baby durch Massage und Wärme vermittelt. Traditionelle indische Babymassage.

5 Kurseinheiten je 75 Minuten

Hebammerei im Eckhaus Ulm

Traditionelle indische und schwedische Babymassage nach Frederick Leboyer und Vimala Schneider.

5 Kurseinheiten je 90 Minuten

Augsburgerstr. 37

89231 Neu-Ulm

Tel. 0731-21618116

www.hebammenpraxis-centrum.de

Andrea Fordinal

Tel. 07302-922325

Ina Kruger

Tel. 0151-56146946

Karin Brenner, Hebamme, EPB Beraterin

Tel. 0731-262526

www.hebammenpraxis-centrum.de

Ina Kruger

Tel. 0151-56146946

www.hebammenpraxis-centrum.de

Karin Brenner, Hebamme, EPB Beraterin

Tel. 0731-262526

www.hebammenpraxis-centrum.de

Hafengasse 1

89073 Ulm

Tel. 0170-8684543

lena@klapperstorch-ulm.de

www.klapperstorch-ulm.de

Multscherstr. 14

89077 Ulm

Tel. 0731-14411355

Mobil: 0170-8684543

info@hebammerei-ulm.de

www.hebammerei-ulm.de

Freie Anbietende:

Carmen Calabro

Harmonische Babymassage nach B. Walter
Förderung von natürlicher Behandlung und
gesunder Entwicklung des Kindes.
6 Kurseinheiten je 1,5 Stunden

Gesundheitszentrum
Donautalstr. 44
Tel. 0731-9409894
info@carmensbabymassage-ulm.de
www.carmensbabymassage-ulm.de

Sabine Dabek

PEKiP: Zeit für Spiel und Spaß mit Ihrem
Baby
Spiel- und Bewegungsanregungen im
Tempo Ihres Kindes, ergänzt um Finger-
spiele und Tänze. Erste Kontakte zu Gleich-
altrigen. Erfahrungsaustausch der Eltern und
Informationen zu wichtigen Themen der Ba-
byzeit. Eltern und Kinder mit Einschränkun-
gen sind willkommen. Geschwisterkinder
können mitgebracht werden.
8-10 Kurseinheiten je 1,5 Stunden

Am Hohen Rain 104
89079 Ulm-Donaustetten
Tel. 0157-57820189
Sabine_dabek@yahoo.de

Gertrud Menz

PEKiP - eine Entwicklungsbegleitung fürs
erste Lebensjahr des Kindes. Mütter und Vä-
ter haben die Gelegenheit, viele Erfahrun-
gen mit ihrem Baby, den anderen Babys und
deren Eltern zu machen.
10 Kurseinheiten je 1,5 Stunden

Kursort: Hebammenpraxis Bauchladen
Hauptstr. 64, 89233 Neu-Ulm/Pfuhl
Tel. 0731-70476583
Mobil: 0170-8358379
gertrud.menz@t-online.de

Martina Lotter

BiB - Babys in Bewegung...
...- mit allen Sinnen. Ein Bewegungsangebot
für Eltern und Babys im ersten Lebensjahr.
10 Kurseinheiten je 1 Stunde

Kursort: F.X.K. Sporthelm Unterweiler
Greutstr. 50, Ulm-Unterweiler
Tel. 0731-14395205
martina.lotter@yahoo.de

Sabine Riegert

Indische Babymassage nach F. Leboyer
Berühren und berührt werden verbindet und
stärkt die Beziehung zwischen Eltern und
Kind.
5 Kurseinheiten je 75 Minuten

Kursort: Yogaschule & Naturheilpraxis
Augsburger Str. 48 1/2
89231 Neu-Ulm
Tel. 0731-2640901
Mobil 0176-40035200
s.riegert@gmx.net

Dorothea Hauer

PEKiP
Gruppenarbeit mit Eltern und ihren Kindern
im ersten Lebensjahr.
10 Kurseinheiten je 90 Minuten

Kursort: Hebammenpraxis Zehn Monde
Marktplatz 10, 89073 Ulm
Tel. 0171/2668131
dorothea.hauer@gmx.de

Sabine Schönthaler

Babys in Bewegung - mit allen Sinnen
Spielerische Bewegungen für Eltern und Kinder;
Bausteine der kindlichen Entwicklung.
10 Kurseinheiten je 90 Minuten

Abteilungsleiterin Kinderturnen VfB Ulm
Kursort: VfB-Halle, Spiegelsaal
Weinbergweg 42
Tel. 0731-5504235
sabine.schoenthaler_1@arcor.de

Die Kinderakademie

PEKiP

Gruppenarbeit mit Eltern und Kindern im
ersten Lebensjahr mit Entwicklungs- und Beziehungsstärkung.

12 Kurseinheiten je 1,5 Stunden

Alexandra Kotova
Ulmergasse 6, 89073 Ulm
Tel. 0731-492-39980
www.die-kinder-akademie.de
info@die-kinder-akademie.de

Julia Nottensteiner

Trageberatung

Einzel- und Gruppenberatung zum Tragen
von Babys mit Tragetuch und verschiedene
Bindetechniken.

1 Kurseinheit, 2-3 Stunden

Trageberatung-Weißenhorn
Telefon 01577 6818550
www.trageberatung-weissenhorn.de

Tina Haferkorn

Kangatraining

Mütter trainieren mit ihren Babys die körperliche
Fitness und sie lernen mit Hilfe einer Trageberatung,
wie sie ihr Kind korrekt tragen.

Ulm-Söflingen
tina-haferkorn@kangatraining.de

Stärke - Kurse für Familien in besonderen Lebenslagen



die lobby für kinder

Kinderschutzbund Ulm
Olgastraße 125
89073 Ulm
Tel.: 0731/28042

info@kinderschutzbund-ulm.de
www.kinderschutzbund-ulm.de

Termine bitte beim Anbieter erfragen.

Erziehen ohne Schreien und Schlagen - geht das?

Wenn Konflikte innerhalb der Familie eskalieren, ist dies für alle Beteiligten massiv belastend. Hier bietet der Kurs die Möglichkeit - unter fachlicher Leitung - Auslöser für Stresssituationen zu erkennen und die eigenen Gefühle wahrzunehmen. Gleichzeitig können sich die Eltern mit ihren eigenen Kindheitserfahrungen als Grundlage für ihr bisheriges Handeln auseinandersetzen. Ziel des Kurses ist es konkrete, neue Wege in Konfliktsituationen mit den Kindern zu finden – ohne Schreien und Schlagen.

6 Kurseinheiten je 2 Stunden

Seit Herbst 2010 wird ein Kurs auch in türkischer Sprache durchgeführt.



Familienbildungsstätte Ulm
Sattlergasse 6
89073 Ulm
Tel. 0731-96286-0
www.fbs.ulm.de

Termine auf Anfrage bei der fbs

In Zusammenarbeit mit der Kontaktstelle Migration der Familienbildungsstätte Ulm werden Kurse für **Eltern mit Migrationshintergrund** durchgeführt.

Kursinhalte:

1. Haushaltsführung / Ernährung / Kochen - (k)ein Kinderspiel
2. Zeitmanagement in der Familie
3. Stärkung der elterlichen Erziehungskompetenz - was braucht (m)ein Kind
Umgang mit dem Baby / dem Kleinkind / dem Schulkind

15 Kurseinheiten je 3 Stunden

Während der Kurszeit wird Kinderbetreuung angeboten.

Stadt Ulm

ulm

**Begegnungsstätte im
Bürgerzentrum Wiblingen**

Abt. Soziales, Stadt Ulm
Begegnungsstätte im Bürgerzentrum Wiblingen
Buchauerstr. 12, 89079 Ulm
Tel. 0731-161-5447
Termine bitte beim Anbieter erfragen.

Den Alltag mit Kindern meistern

Das Erziehungspotential der Eltern soll erforscht und genutzt werden. Eskalationskreisläufe zwischen Eltern und Kindern sollen sich erhellen, Muster erforscht und die Kompetenz der Eltern gestärkt und unterstützt werden.

6 Kurseinheiten je 2 Stunden

Stadt Ulm

ulm

**Fachberatung Adoption
und Vollzeitpflege**

Abt. Soziales, Stadt Ulm
Fachberatung Adoption und Vollzeitpflege
Grüner Hof 5, 89073 Ulm
Tel. 0731-161-5343
Termine bitte beim Anbieter erfragen.

Zur Dynamik eines Pflegeverhältnisses

Pflegekinder müssen sich aus alten Bindungen lösen, in ein neues Milieu eintauchen und in ihm neue Wurzeln schlagen. Pflegefamilien nehmen Kinder 'mit Vergangenheit' in ihre Familie auf und somit die Belastungen, die diese Vergangenheit mit sich bringt. Die eigenen Kinder der Pflegeeltern müssen Raum, Zeit und Zuwendung mit fremden Kindern teilen und mit ihnen aufwachsen.

In diesem Kurs stehen Pflegeeltern und ihre eigene Familiensituation im Vordergrund. Konstellationen werden angeschaut und Fragen dazu erörtert.

3 Kurseinheiten je 2,5 Stunden

Vom Paar zur Familie

Thematische Auseinandersetzung mit Veränderungen, Entwicklungen und Herausforderungen der ersten Jahre nach Aufnahme eines Kindes.

Schwerpunkte

- Umgang mit der Adoptionsgeschichte aus Sicht der Adoptiveltern und des Kindes; wie verbinden sich die Lebensgeschichten in Adoptivfamilien?
- Wie können Adoptiveltern kindgerecht über die Adoption aufklären, welche Herausforderungen warten dabei auf sie und wie können sie diese für ihre Familie annehmen?
- Bindungsaufbau unter Berücksichtigung der besonderen Vorerfahrungen der Kinder; Grundlagen und Gefahren für eine sichere Bindung

Mit verschiedenen methodischen Ansätzen werden eine erfahrene Referentin sowie die Mitarbeiterinnen der Fachberatung diese Fragen gemeinsam mit Adoptiveltern bearbeiten und individuelle wie alltagspraktikable Lösungsmöglichkeiten suchen.

2 Kurseinheiten je 4 Stunden



Pädagogisch Therapeutische Einrichtung
Neue Str. 26, 89073 Ulm
Tel. 0731-6026300
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
Termine bitte beim Anbieter erfragen.

Hand in Hand - Eltern werden, ein Angebot für werdende Eltern (Paare und Alleinerziehende)

Dieses Angebot soll Eltern stärken und dabei unterstützen, eine positive Eltern-Kind-Beziehung aufzubauen. Es wird Kompetenz und Sicherheit vermittelt, um auf die Signale des Babys feinfühlig zu reagieren. Denn für eine gesunde Entwicklung von Kindern ist die frühe Bindung zwischen Eltern und Kindern von entscheidender Bedeutung. Sicher gebundene Kinder sind lebenslang selbstsicherer, belastbarer, lernen leichter und sind sozial kompetenter.

Der Kurs bereitet auf die Vater- und Mutterrolle vor und begleitet die ersten Monate als Familie. Themen sind u.a. Füttern, Stillen, Schlafen, Schreien, aber auch Informationen über die kindlichen Entwicklungsphasen und Grundbedürfnisse sowie die Veränderungen in der Beziehung der Eltern durch die neue Rolle und Aufgabe.

Jeweils 3 Termine à 3 Std. vor der Geburt und 3 Termine mit dem Baby

- Alle Elternkurse finden gezielt in Kleingruppen mit je 4-8 Teilnehmer/innen statt.
- Kinderbetreuung ist möglich.
- Bei Bedarf finden Angebote mit englischer, türkischer oder russischer Übersetzung statt.

Miteinander sprechen – Sprachförderung des Kindes bis zum Erwerb der Schriftsprache

Wissensvertiefung der Sprachentwicklung des Kleinkindes bis zum Grundschulkind.
Übungen: Setzen von gezielten Sprachanlässen im Familienalltag; Grundlagenvermittlung eines kindgerechten Vorlesens, Erzählens, der Buchbetrachtung und des gezielten Spielens im täglichen Miteinander zur Förderung der Sprachkompetenz des Kindes; Abbau von Entwicklungsverzögerungen oder Unsicherheiten beim Spracherwerb; Erprobung von Methoden, die das Interesse des Kindes an Buchstaben und Zahlen auf dem Weg bis zur Schulreife altersgerecht unterstützen können.

6 Kurseinheiten je 2 Stunden

Den Familienalltag leben – Geborgenheit, Grenzen, Sicherheit und Struktur erleichtern unseren Erziehungsalltag und schaffen Freude und gemeinsames Erleben

In unserem Familienalltag stehen wir oft vor der Frage: „*Wie gehe ich mit dem mich störendem Verhalten meines Kindes um?*“ Oft sind diese Situationen begleitet von Gefühlen des Ärgers, der Wut oder eigenen Ohnmacht. Wir Eltern reagieren auf das kindliche Verhalten leider nicht immer angemessen.

Wahrnehmen von Grundbedürfnissen / Analyse von Alltagssituationen und Stärken / Setzen von Verhaltensgrenzen / Erarbeitung von Handlungsperspektiven / gewaltfreie Entschärfung von Konfliktsituationen / Miteinander / Organisation im Familienalltag / Erfahrung der Entspannung und aktiven Stressbewältigung

6 Kurseinheiten je 2 Stunden

Mein Kind entwickelt sich – Förderung des Kindes bis zum Erwerb der Schulreife. Wie kann ich es dabei erfolgreich unterstützen?

Im Mittelpunkt steht die Entwicklung und Förderung des Kindes in den Bereichen kognitive Entwicklung (Wahrnehmung, Konzentration...), Fein- und Grobmotorik, Sprache, Sozialverhalten und emotional psychische Entwicklung. Jedes Kind möchte mit Freude erfolgreich jeden Tag bewältigen, später auch den Start in die Schule erleben.

Wir setzen uns mit den altersgerechten Entwicklungsstufen auseinander, ganz praktisch und erarbeiten gemeinsam, wie wir unsere Kinder gezielt unterstützen können, um mit Freude und Neugier die Welt zu entdecken. Dabei stehen praktische Erfahrungen, Reflexionen, Fragen und Übungen im Mittelpunkt.

6 Kurseinheiten je 2 Stunden



Caritas Ulm

Kath. Schwangerschafts- und Psych. Beratungs-
stelle für Eltern, Kinder u. Jugendl.
Olgastr. 137, 89073 Ulm
Tel. 0731-2063-20
www.caritas-ulm.de
Termine bitte beim Anbieter erfragen.

Mein Kind soll es gut bei mir haben

Der Kurs beinhaltet drei Teile:

Auf den Anfang kommt es an - ein Kurs für junge Eltern

Richtet sich speziell an junge Familien in der Neugeborenenzeit und mit Kindern im ersten Lebensjahr.

Wir wollen Sie umfassend unterstützen und informieren, zu Themen wie: Entwicklung und Wohlbefinden meines Babys, Herausforderungen im Alltag - Schreien, Schlafen, Ernährung, Grenzen setzen, Veränderungen im Familienleben durch das Baby und wo Sie weitere Unterstützung finden können.

2 Kurseinheiten je 7 Stunden

Förderung und Stärkung von Beziehungs- und Erziehungskompetenz

Information zu Entwicklung des Kindes und Umgang in besonderen Situationen. Austausch und Diskussion zum 'aufregenden Erziehungsalltag'.

Offene Runden je 2 Stunden, einmal monatlich

Hausbesuche werden einmal im Quartal durchgeführt. Es besteht regelmäßiger telefonischer Kontakt zu den jungen Familien.



Kath. Erwachsenenbildung
Bildungswerk Alb-Donau-Kreis und Stadt Ulm e.V. mit
Psychologische Familien- und Lebensberatung (Caritas)
Weinhof 6, 89073 Ulm
Tel. 0731-92060-20

Keb.ulm@drs.de, 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.

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 Stunden



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, so dass 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

Weitere Angebote für Alleinerziehende finden Sie auf der Homepage www.keb-ulm.de oder auf Anfrage telefonisch (siehe oben).



Sie'ste, Mädchen- und Frauenladen
Moltkestr. 72, 89077 Ulm
Tel. 07 31/3 35 34

www.sieste.de

Termine bitte beim Anbieter erfragen.

Frühstückstreff für Mütter - Was soll ich nur tun?

Rund um die Erziehung wird ein Kurs zur Kindesentwicklung, Auffälligkeiten im Umgang mit dem Kind, Konfliktlösungen und kindgerechte Beschäftigung angeboten. Vorträge zum psychischen Wohlbefinden in der Familie und zum Umgang mit Fernsehen und Computer ergänzen das Angebot.

Während der Treffen wird Kinderbetreuung angeboten und eine Übersetzung in türkischer Sprache ist möglich.

5 Kurseinheiten je 2 Stunden

Spannende Babyzeit

Stillen, Einführung der Beikost, praktische Zubereitung der Mahlzeiten und Austausch über die Entwicklung der Kinder.

Während der Treffen ist eine Übersetzung in türkischer Sprache möglich.

3 Kurseinheiten, je 2,5 Stunden

Krankheit verstehen und bewältigen

Im vertrauten und geschlossenen Gesprächskreis findet ein Austausch über das Befinden der Betroffenen statt. Hierbei wird die familiäre Situation im Umgang mit Kindern und im Alltag beleuchtet.

Während der Treffen ist eine Übersetzung in türkischer Sprache möglich.

15 Kurseinheiten, je 2 Stunden



Mütter-Baby Café

für Mütter mit Kindern bis zum ersten Lebensjahr. Motto ist sich wohlfühlen und auftanken bei einem gemeinsamen Frühstück. 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 Teilnehmenden sollen Raum finden. Übersetzung in die türkische und englische Sprache wird angeboten.

14tägige Treffen mit Vorträgen einmal monatlich

Begegnung
Betreuung
Bildung
Beratung



Familienzentrum
Evang. Christuskirchengemeinde

Familienzentrum im Jörg-Syrilin-Haus
Jörg-Syrilin-Str. 99, 89081 Ulm
Tel. 0731-37 99 237
Familienzentrum-jsh@t-online.de
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 Familienhebamme wird punktuell dazu eingeladen

10 Kurseinheiten je 2 Stunden



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 Stunden



Cordula Steffen
Gesundheitspraxis Ulmer Gasse
Ulmergasse 21, 89073 Ulm
Telefon 0731-618148
Cordula-steffen@online.de
www.mehrlieben.com

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 Jahren, insbesondere Alleinerziehende, Mütter in Scheidung oder Mütter mit mehreren Kindern. Neben dem gemeinsamen Austausch und Kontakt mit anderen Müttern, einer kompetenten Begleitung, die auch außerhalb der Kurszeiten telefonisch erreichbar ist, bietet Ihnen dieser Kurs die Möglichkeit, schrittweise bis zu 2 1/2 Std freie Zeit für sich zur Verfügung zu haben.

10 Kurseinheiten, je 1.5 Stunde



Jugend- und Erwachsenenhilfe Seitz
Kursleitung: Monika Pfeiler
Eberhardt-Finckh-Str. 47, 89075 Ulm
Telefon 0731-3886230
Info.ul@jeh-seitz.de
www.jehs.de

Elterntaining Starke Eltern - Starke Kinder

Gemeinsam Lösungen finden, das Miteinander in der Familie zu verbessern; konsequenter in Entscheidungen sein; neue Handlungsweisen üben; Mut entwickeln und Selbstvertrauen finden. Ein Erziehungsstil und eine Haltung, in der Eltern ihre Rolle als Erwachsene und ihre Verantwortung als Erziehende eindeutig wahrnehmen - unter Achtung ihrer Rechte, Bedürfnisse und Persönlichkeit – mit Respekt leiten und begleiten.

10 Kurseinheiten, je 2 Stunden



Türkische Elternbeiräte Ulm e.V.
Bockgasse 1, 89073 Ulm
Tel. 0176-84525858(Mustafa Harman)
0157-52809134 (Züleyha Schumacher)
E-Mail: bilincli.veli.ulm@gmail.com

Starke Eltern - Starke Kinder

Kurs in türkischer Sprache mit dem Ziel, die Erziehungskompetenz der Eltern zu stärken und die Kommunikation zwischen Eltern und Kindern zu fördern.

8 Kurseinheiten, je 3 Stunden

Offene Treffs



Familienzentrum im Jörg-Syrlin-Haus

Jörg-Syrlin-Str. 99, 89081 Ulm
www.familienzentrum-ulm.de

Offener Treff zur Begegnung im Caféfaz -
das Familiencafé

Jeweils am Freitag, 10:00 bis 11:30 Uhr



Familienzentrum Adlerbastei
Evangelische Münstergemeinde Ulm
Adlerbastei 3, 89073 Ulm
Tel. 0731- 92 000-18
familienzentrum@adlerbastei.de

Offener Treff zur Begegnung von Familien

Im Haus der Begegnung, Ulm

Jeweils am Donnerstag, 13:30 bis 17:00 Uhr



Jugendhaus Büchsenstadel
Platzgasse 18, 89073 Ulm
Tel. 0731 1517428

Offener Treff zur Begegnung von Familien
Der Treff findet in Räumen des Kinder- und
Familienzentrums, Schaffnerstr. 18/1, Ulm
statt.

Jeweils am Mittwoch, 9:00 bis 12:00 Uhr



Familienbildungsstätte
Sattlergasse 6
89073 Ulm
Tel. 0731-96286-0
www.fbs.ulm.de

Offener Treff zur Begegnung für Flüchtlings-
familien

In der Cafeteria, Waldorfschule Römer-
straße, Ulm

Jeweils Montag und Mittwoch,
11:00 bis 12:30 Uhr.



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

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.

Zeiten bitte im KiFaZ erfragen.



Kinder- und Familienzentrum
Erika-Schmid-Weg 3, 89075 Ulm-Böfingen
Tel. 0731 / 206 419 55

g.willfort@ulm.de
www.ulm-boefingen.de

Willkommen zum **Elterncafé**.

Unser Haus ist eine Anlaufstelle für Anliegen, Fragen und Bedürfnisse der Eltern und bietet Beratungs- und Bildungsangebote vor Ort an. Eltern können sich aktiv beteiligen und mitgestalten. Unser Angebote sind offen für alle Familien im Sozialraum.

Jeweils am letzten Mittwoch im Monat zwischen 15:30 bis 17:30 Uhr.

Stadt Ulm

ulm

