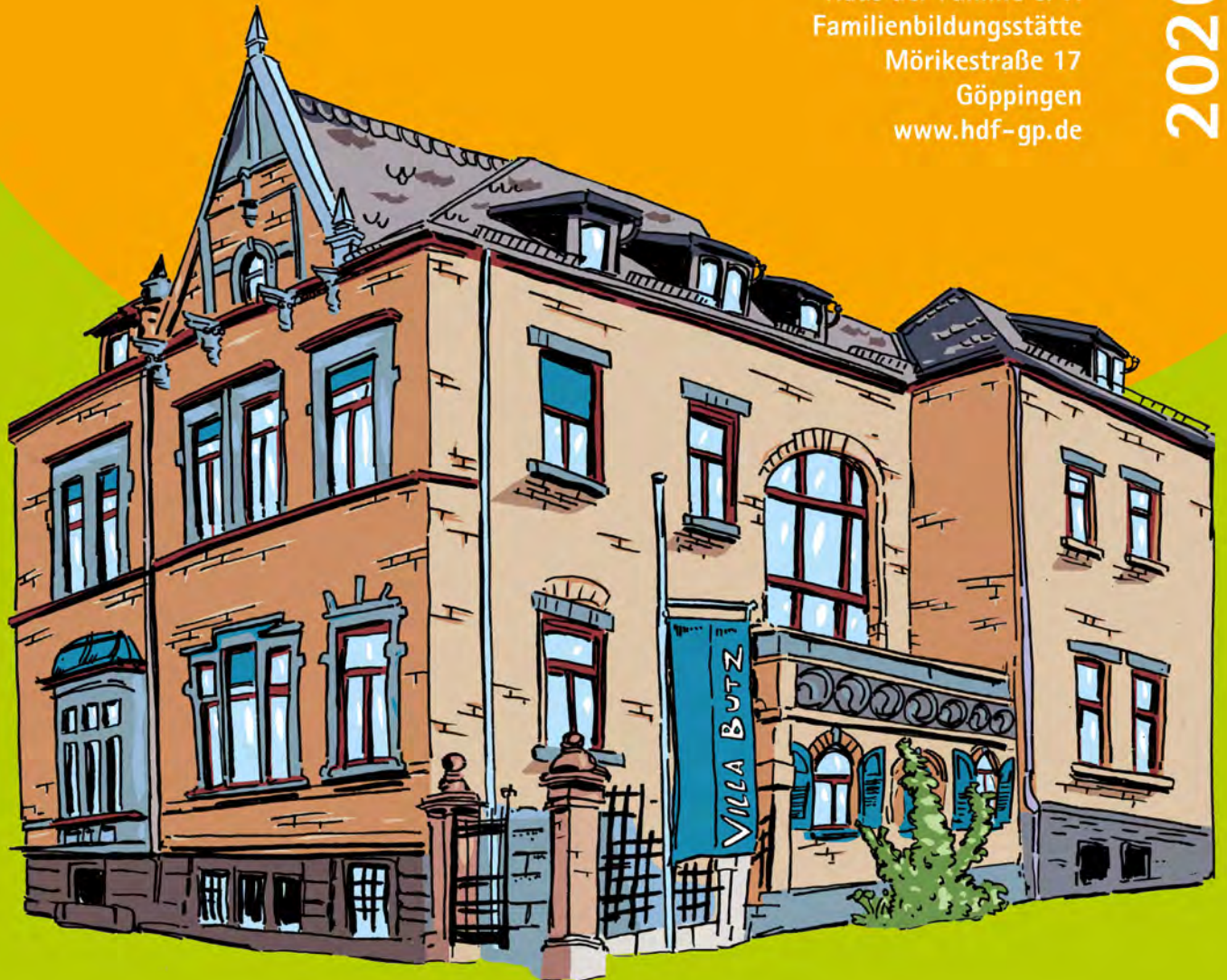


# VILLA BUTZ

Haus der Familie e. V.  
Familienbildungsstätte  
Mörikestraße 17  
Göppingen  
[www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de)

2026 | 2027



## Leitung

**Barbara Hofgärtner**

Telefon 0 71 61. 9 60 51-10

E-Mail: [hofgaertner@hdf-gp.de](mailto:hofgaertner@hdf-gp.de)

**Maria Köberle** | kaufm. Assistenz

E-Mail: [koeberle@hdf-gp.de](mailto:koeberle@hdf-gp.de)

## Pädagogische Mitarbeiterinnen

**Jacqueline Nötzel** | stellv. Leiterin

Telefon 0 71 61. 9 60 51-11

E-Mail: [noetzel@hdf-gp.de](mailto:noetzel@hdf-gp.de)

**Regina Grammer**

Telefon 0 71 61. 9 60 51-16

E-Mail: [grammer@hdf-gp.de](mailto:grammer@hdf-gp.de)

**Melanie Thom**

Telefon 0 71 61. 9 60 51-15

E-Mail: [thom@hdf-gp.de](mailto:thom@hdf-gp.de)

## Anmeldung, Kursberatung, Sekretariat

Telefon 0 71 61. 9 60 51-10

Telefon 0 71 61. 9 60 51-14

**Astrid Klapper**

**Danijela Wilhelm**

E-Mail: [info@hdf-gp.de](mailto:info@hdf-gp.de)



von links nach rechts:

Jacqueline Nötzel, Maria Köberle, Astrid Klapper, Barbara Hofgärtner, Danijela Wilhelm, Regina Grammer und Melanie Thom.

## Bürozeiten

Mo bis Fr 9:00 – 12:00 Uhr

Mo, Di, Do 14:30 – 16:30 Uhr

## Haus der Familie Villa Butz

Familienbildungsstätte Göppingen e. V.

Mörikestraße 17

73033 Göppingen

[www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de)

1. Vorsitzender: Günter Roos

2. Vorsitzender: Ulrich Drechsel

Mitglieder des Verwaltungsausschusses:

Lothar Hilger, Georg Kolb, Anja Sauter,

Petra Schmidt und Stephanie Thumm



# HERZLICH WILLKOMMEN IM HAUS DER FAMILIE

Liebe Leserinnen und Leser,

Gemeinschaft entsteht dort, wo Menschen sich begegnen, voneinander lernen und miteinander wachsen.

Genau diesen Raum möchten wir im Haus der Familie immer wieder neu öffnen.

Unser Jahresprogramm 2026/27 lädt Sie ein, sich inspirieren zu lassen, Neues auszuprobieren und Bewährtes zu vertiefen. Bildung, Begegnung, Begleitung, Beziehung bleiben dabei unsere Leitlinien – denn Lernen ist ein lebenslanger Prozess, der stärkt, verbindet und Horizonte erweitert.

Ob Angebote für Familien, Kurse zur persönlichen Entwicklung oder gemeinsames Erleben in der Gruppe: Im Mittelpunkt stehen Sie mit Ihren Fragen, Erfahrungen und Ideen. Wir freuen uns darauf, Sie auf Ihrem Weg ein Stück zu begleiten.

Wir heißen Sie herzlich willkommen!  
Für das Team der Villa Butz

Barbara Hofgärtner  
Leiterin

und

Günter Roos  
1. Vorsitzender

Wir werden unterstützt von



DANKE!

# Anmeldung – so geht's

## 1. Schritt: Auswählen

Suchen Sie sich einen Kurs oder Vortrag aus unserem Programmheft oder auf unserer Homepage aus:  
[www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de)

## 2. Schritt: Anmelden

### Telefonisch

setzt Ihr Einverständnis zum Bankeinzug der Kursgebühr voraus. Bitte achten Sie auf genaue Angabe Ihrer Bankverbindung, da wir Ihnen bei Nichteinlösung der Lastschrift anfallende Bearbeitungsgebühren der Geldinstitute belasten müssen.

Telefon: 07161-9605110

### Schriftlich, per E-Mail, übers Internet

setzt Ihr Einverständnis zum Bankeinzug der Kursgebühr voraus.

Internet: [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de)

E-Mail: [info@hdf-gp.de](mailto:info@hdf-gp.de)

Post: Mörikestr. 17, 73033 Göppingen

### Persönlich

während unserer Bürozeiten.

### Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 9.00 – 12.00 Uhr

Montag, Dienstag, Donnerstag 14.30 – 16.30 Uhr

Eine Anmeldebestätigung erhalten Sie nur, wenn wir Ihre E-Mail-Adresse haben.

## 3. Schritt: Bezahlen

Erteilen Sie uns eine Einzugsermächtigung. Die Kursgebühren werden erst nach Kursbeginn abgebucht. Sie können auch bar im Büro bezahlen.



Viel Spaß beim Kursbesuch!  
Wie Sie sich online anmelden, zeigt  
Ihnen auch dieser Erklärfilm



## Hinweise zur Höhe der Kursgebühren und deren Anpassung

Liebe Interessent\*innen,  
da es sich bei unserem Programmheft um ein gedrucktes Werk handelt, verstehen sich die abgedruckten Kursgebühren als unverbindliches Angebot. Da es in dem Zeitraum, der vom Programmheft erfasst wird, zu Änderungen in der gesetzlichen Besteuerung unserer Angebote kommen kann, können sich auch die im Programmheft angebotenen Kursgebühren ändern. Die aktuellen Preise können Sie jederzeit auf unserer Webseite einsehen oder telefonisch bei uns erfragen.

Mit der von uns nach Ihrer Buchung übersandten Anmeldebestätigung, die die Angaben Ihrer Buchung bestätigt, sind sowohl die Leistung als auch die Höhe der Kursgebühren für beide Seiten verbindlich. Wir behalten uns es jedoch in unseren Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) in diesem Fall vor, die Höhe der Kursgebühren im Falle einer gesetzlichen Änderung der Besteuerung unserer Leistungen nachträglich anzupassen. Dies aber nur in den Fällen, in denen zwischen dem Vertragsschluss und dem Beginn der Leistungserbringung mehr als vier Monate liegen. Sollte es hierbei zu einer Preiserhöhung der Kursgebühr über 7 % kommen, steht Ihnen ein vertragliches Rücktrittsrecht zu. Weiteres hierzu entnehmen Sie bitte unseren AGB auf unserer Webseite oder im Programmheft.

Sollte die Anmeldebestätigung von Ihrer Buchung in Bezug auf die Höhe der Kursgebühr abweichen, stellt dies unsererseits ein geändertes Angebot dar. Erst wenn Sie dies annehmen, ist die Buchung für Sie verbindlich.

Wir bitten diesbezüglich um Ihr Verständnis.



# Programm Sept. 2026 – Aug. 2027

## Rund um Geburt und Familienstart

Geburtsvorbereitung	09
Fitness und Entspannung in der Schwangerschaft	11
Baby im Anflug: Säuglingspflege, Stillen und mehr	12
Vorträge und Elterngespräche: „Rund ums Baby“	13
Wieder fit werden – Rückbildung und mehr	20

## Mit Kindern aktiv

Babymassage, Babyschwimmen, Baby-Musikwichtel	27
Gruppen im ersten Lebensjahr: PEKiP, LEFinO	29
Eltern-Kind-Gruppen	30
Offene Angebote	33
Musikzwerge und Musikwerkstatt	36
Walderlebnis für Eltern und Kinder	37

## Kinder und Jugendliche

In den Sommerferien	39
Lernen und Sprache	41
Schwimmen– Bewegung – Entspannung	42
Rund ums Pferd	45
Kinder und Eltern aktiv	47
Natur und Technik	49
Kochen – Backen – Kreativität	51
Kindergeburtstag	57
Inklusive Gruppen	58

## Ausflüge und Theater

Wohin in den Sommerferien	59
Familien unterwegs	60
Erwachsene und Jugendliche unterwegs	64
Theater für Kinder	67

## Rund um Erziehung

Eltern im Gespräch mit Fachleuten	69
Mobile Familienbildung	72
Familienpaten im Landkreis	81
Kindertagespflegepersonen – Aus- und Weiterbildung	83
Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte	83

## Leben gestalten

Literatur, Kunst und Kultur	87
Information – Orientierung – Lebensthemen	87
Göppinger Seniorenakademie	89

## Gesund und fit

Gesunde Kinder – gesunde Zukunft	95
Rund um Gesundheit	96
Entspannung und Körpererfahrung	100
Bewegung: Gymnastik und mehr	104

## Kochen und genießen

Kochkurse – Kulinarische Vielfalt	109
Kochtreffs	115

## Kleidung, Mode, Kreativität

Nähkurse für Anfänger*innen	119
Nähkurse und Nähtreffs	120
Ehrenamtsprojekte	121
Spaß am Handarbeiten	121
Filz-Ideen	122

Allgemeine Teilnahme- und Geschäftsbedingungen	124
Impressum	126



*Unsere* **TRAURINGWELT**

*Die größte Auswahl  
die schönsten Ringe!*

UHREN



**HALLER**

JUWELIER

**Göppingen**

Göppingen Ulmer Str.13 [www.uhren-haller.de](http://www.uhren-haller.de)

# LEITBILD DES HAUSES DER FAMILIE VILLA BUTZ GÖPPINGEN

Wir stehen für ein am Christentum orientiertes Menschenbild, für einen offenen Familienbegriff und für ein lebendiges, vielfältiges Bildungsangebot für Menschen aller Generationen und verschiedener Kulturen.

Wir sprechen generationsübergreifend alle Menschen an, unabhängig von Geschlecht, Alter, Herkunft, Religion und Lebenssituation.

Wir bieten eine breite Palette von Vorträgen, Kursen, Seminaren, offenen Treffs und Projekten. Darüber hinaus organisieren wir bedarfsorientiert Veranstaltungen. Unser Qualitätsstandard ist zertifiziert.

Wir achten auf hohe Qualität, Aktualität und eine wertschätzende Haltung gegenüber jeder Person, um die Zukunft menschlich zu gestalten.

**Unser Ziel ist,  
Menschen zu befähigen,  
zu unterstützen, in ihrem  
Alltag zu begleiten und  
Integration zu fördern.**

Beides ist wichtig:  
Wissensvermittlung und  
achtsames Zusammenleben.

Unser erfahrenes multiprofessionelles Team ist gut vernetzt und macht entsprechend den Bedürfnissen der Kursteilnehmenden passgenaue Angebote. Diese werden flexibel und zeitnah realisiert. Wir sind ein Team aus Haupt-, Neben- und Ehrenamtlichen mit hoher fachlicher Qualifikation und großer Sozialkompetenz.

Wir haben ein Haus mit Atmosphäre in zentraler Lage mit großem Garten und freundlichen, gut ausgestatteten Räumen. Dazu kommen eine Reihe Außenstellen.



Freigegeben vom Verwaltungsausschuss  
am 04.12.2014

Positiv zur Kenntnis genommen von der  
Mitgliederversammlung am 17.12.2014

# JEDE SPENDE HILFT!

Als gemeinnützige Einrichtung sind wir  
auf Ihre Unterstützung angewiesen.



VILLA BUTZ  
Haus der Familie e.V.

Spenden Sie bequem per



Zahlen mit Code

**DANKE!**

## Spendenkonto:

Haus der Familie, Familien-Bildungsstätte  
Göppingen e.V.

IBAN: DE13 6105 0000 0000 0953 07

# Rund um Geburt und Familienstart

## Begleitet. Informiert. Gestärkt ins Familienleben.

Die Geburt eines Kindes ist ein tiefgreifendes Erlebnis – körperlich, emotional und familiär. Unsere Kurse rund um Geburt und Familienstart bieten werdenden Eltern und jungen Familien einen geschützten Raum, um sich auf diesen neuen Lebensabschnitt vorzubereiten und ihn aktiv zu gestalten. Wir begleiten und unterstützen Sie nicht nur rund um Schwangerschaft und Geburt, sondern auch auf Ihrem Weg ins Familienwerden und beim Elternsein. Dabei stehen Ihre individuellen Fragen, Bedürfnisse und Herausforderungen im Mittelpunkt.

### Geburtsvorbereitung

In unseren Geburtsvorbereitungskursen möchten wir Sie während Ihrer Schwangerschaft begleiten und Ihnen gezielte Informationen über Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Stillen geben. Wesentlichen Raum nehmen auch Atem-, Entspannungs- und Körperwahrnehmungsübungen ein. Mögliche Beschwerden, Ängste und Fragen sollen zur Sprache kommen. Gemeinsame Gespräche geben Ihnen Freude und Gelassenheit im Blick auf das bevorstehende Ereignis. Der Geburtsvorbereitungskurs umfasst insgesamt 14 Stunden. Beginn zwischen der 24. und 30. Schwangerschaftswoche. Der errechnete Geburtstermin sollte möglichst nicht mehr als 4 Wochen nach dem Kursende sein.

### Geburtsvorbereitung für Frauen allein

Arinya Edelgard Blochum, Hebamme. Der Kurs beinhaltet einen Abend mit Partner. Hierfür wird eine Gebühr von 35,00€ erhoben.

Bitte wenden Sie sich bzgl. einer Kostenerstattung direkt an Ihre Krankenkasse. Die Hebamme rechnet nicht selbst mit den Krankenkassen ab.

1101	Do	10.09.26	18.00-20.00	7x	159,60 €
1102	Do	05.11.26	18.00-20.00	7x	159,60 €
1103	Do	14.01.27	18.00-20.00	7x	159,60 €
1104	Do	13.05.27	18.00-20.00	7x	159,60 €



### Geburtsvorbereitungskurs für Paare

Lisa Wild, Hebamme

In diesem Kurs möchte ich Euch die Themen, die mit Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, dem Leben mit einem Neugeborenen und der Elternschaft in Beziehung stehen, näherbringen. Daneben finden wir Zeit zum Austausch, beziehen den Partner in das Geschehen mit ein, teilen Sorgen und Glück. Wichtig ist mir, die eigenen Fähigkeiten und Kräfte zu stärken und darauf zu vertrauen. Die Kursgebühr für den Partner muss vorab überwiesen werden (180€). Anmeldung direkt bei Lisa Wild: <https://wild.hebamio.de/kursliste>

1105	Sa	05.09.26	09.00-16.00	2x	159,60 €
1106	Sa	10.10.26	09.00-16.00	2x	159,60 €
1107	Sa	07.11.26	09.00-16.00	2x	159,60 €
1108	Sa	05.12.26	09.00-16.00	2x	159,60 €

### Refresher – Geburtsvorbereitung am Samstag

Refresherkurs für Frauen, die bereits ein Kind haben  
Arinya Edelgard Blochum, Hebamme

Auch beim zweiten oder dritten Kind gibt es viele Fragen. Wird es wieder genauso sein? Kann ich etwas anders machen? In diesem Kurs wiederholen Sie in kurzer Zeit alles Wichtige für die Geburt wie Atmung- und Entspannungstechniken und Beckenbodenwahrnehmung. Sie können sich auf die nächste Entbindung vorbereiten. Außerdem erhalten Sie Tipps für den Start in die größere Familie.

1109	Sa	10.10.26	13.00-19.00		68,40 €
1110	Sa	13.02.27	13.00-19.00		68,40 €
1111	Sa	26.06.27	13.00-19.00		68,40 €

## Den Weg bereiten für ein neues Leben – Informationsabend

Geburtsvorbereitung spirituell begleitet  
Arinya Edelgard Blochum, Hebamme

Geburtsvorbereitung spirituell begleitet – ein anderer Weg, sich mit der Geburt und der Zeit davor zu beschäftigen, ein Fest der Geburt meines Kindes, um es willkommen zu heißen? Was bedeutet dieser Satz für mich, was hilft mir dabei, es zu verwirklichen? Dies sind Themen dieser Geburtsvorbereitung. Was sind Chakren, wie gehen wir mit Essenzen, Düften oder Kristallen um, wie unterstützen sie uns auf diesem Weg? Welche Kräfte in mir als Frau unterstützen mich, welche Meditationen begleiten und helfen mir dabei? In diese Fragen gibt es eine kurze Einführung. Eine Meditation gibt einen Einblick und rundet den Vortrag ab.

1112	Mi	25.11.26	19.45–20.45	gebührenfrei
1113	Mi	10.03.27	19.45–20.45	gebührenfrei

## Online: BAUCHGEFÜHL – Deine mentale Geburtsvorbereitung

Karin Gumbinger, Hypnose Coach, systemischer Coach

Stell dir vor, deine Sorgen und Ängste rund um die Geburt würden sich auflösen. Du entwickelst Vertrauen in deinen Körper und bekommst zahlreiche Methoden an die Hand, um dich auf die Geburt vorzubereiten. Dieser Kurs ist für dich, wenn du an die Kraft deines Körpers glaubst und dich auch mental auf die Geburt vorbereiten möchtest. Der 3. Abend ist auch für die Geburtsbegleiter (Väter, Freundinnen etc.) gedacht.

1114	Mi	04.11.26	19.30–20.30	5x	50,00 €
1115	Mi	03.02.27	19.30–20.30	5x	50,00 €
1116	Mi	14.04.27	19.30–20.30	5x	50,00 €

Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.



[www.wellcome-online.de](http://www.wellcome-online.de)  
Praktische Hilfe nach der Geburt



Foto: Angela Först

Jetzt strahlt auch Mama wieder.  
Danke, wellcome-Engel!

**Die Ersten Monate nach der Geburt eines Kindes sind anstrengend:** Das Baby schreit, das Geschwisterkind möchte Aufmerksamkeit, die Zeit reicht nicht mal für eine entspannte Dusche und der Partner hat noch keine Elternzeit...



**Kommt Ihnen das bekannt vor?  
Dann bekommen Sie Hilfe durch wellcome!**

Wir entlasten Sie im ersten Lebensjahr Ihres Babys. Ein- bis zweimal die Woche für circa zwei Stunden, ganz individuell und praktisch im Alltag zu Hause. So wie es auch Familie Freunde oder Nachbarn tun.

### Interesse?

Bitte wenden Sie sich an die wellcome-Koordinatorin für **Stadt und Landkreis Göppingen:**  
Regina Grammer  
Haus der Familie Villa Butz  
Mörikestraße 17, 73033 Göppingen  
07161 9605116  
[goeppingen@wellcome-online.de](mailto:goeppingen@wellcome-online.de)

[www.wellcome-online.de](http://www.wellcome-online.de)



## Fitness und Entspannung in der Schwangerschaft

### Fit4two – fit mit Babybauch

Arinya Edelgard Blochum, Hebamme

Bewegungs- und Entspannungsübungen haben viele positive Effekte für die Schwangere und ihr Kind. Schwangerschaftsbeschwerden und Stress werden deutlich reduziert, Geburtsverlauf und Wochenbett positiv beeinflusst. Gefördert werden Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer, Koordination, Vitalität und Durchhaltevermögen, Dies hat einen sehr positiven Einfluss auf die Beziehung zwischen Mutter und Baby, auf das Erleben der Schwangerschaft und auf die Geburt. Präventive Beckenbodenarbeit, Bewegungs- und Atemübungen stehen im Vordergrund. Teilnahme ab der 14. Schwangerschaftswoche.

1201	Mi	16.09.26	18.30-19.30	10x	100,00 €
1202	Mi	02.12.26	18.30-19.30	10x	100,00 €
1203	Mi	10.03.27	18.30-19.30	10x	100,00 €
1204	Mi	02.06.27	18.30-19.30	9x	90,00 €

### Kräftigendes Beckenbodentraining für Schwangere

Lisa Wild, Hebamme

Dieser Kurs richtet sich an schwangere Frauen ab etwa der 14. Schwangerschaftswoche mit unkompliziertem Verlauf. Er vermittelt ein funktionelles Beckenbodentraining, das nachweislich helfen kann, Beckenbodenschäden sowie spätere Probleme wie Inkontinenz oder Gebärmuttervorfall vorzubeugen.

Kräftigendes Beckenbodentraining ist als Präventionskurs nach §20 SGB V zertifiziert, d.h. die meisten Krankenkassen übernehmen meist 2x pro Jahr bis zu 100% der Kursgebühr, sofern eine Teilnahme zu 80% stattgefunden hat. Bitte frag deine Krankenkasse nach der Höhe der Erstattung.

1205	Mi	07.10.26	19.15-20.15	8x	150,00 €
------	----	----------	-------------	----	----------

## Yoga für Schwangere Ein Weg zur sanften Geburt Tatjana Avramovic, Yogatrainerin



Eine Schwangerschaft stellt große Anforderungen an Körper, Seele und Geist und macht verstärkt bewusst, wie diese miteinander verbunden sind und sich gegenseitig beeinflussen. Gerade Hatha-Yoga-Übungen

sind gut geeignet, den Verlauf der Schwangerschaft positiv zu unterstützen und die Geburt vorzubereiten. Auch in der Zeit danach sind sie hilfreich. Die Übungen (Asanas) werden ohne Anstrengungen langsam, sanft und rhythmisch ausgeführt. Atemübungen und Tiefenentspannung helfen, das bewusste „Loslassen“ zu üben. Wohlbefinden und Vitalität steigern sich und das psychische Gleichgewicht wird gestärkt.

1210	Do	17.09.26	15.15-16.15	6x	60,00 €
1211	Do	05.11.26	15.15-16.15	7x	70,00 €
1212	Do	14.01.27	15.15-16.15	9x	90,00 €
1213	Do	08.04.27	15.15-16.15	5x	50,00 €
1214	Do	03.06.27	15.15-16.15	8x	80,00 €

## Arinya E. Blochum

### Hebamme

Begleitung in Schwangerschaft, Wochenbett



und Stillzeit

07161/ 1564614

[info@larinyamar.de](mailto:info@larinyamar.de)

## Achtsamkeitskurs für Schwangere

Hannelore Bellinger, Neurointegrationscoach

Die Schwangerschaft ist eine besondere Zeit voller Veränderungen und neuer Gefühle. Umso wichtiger ist es, immer wieder Momente der Ruhe und Gelassenheit zu finden. In diesem Achtsamkeitskurs begleite ich dich mit sanften, auf die Schwangerschaft abgestimmten Übungen. Im Mittelpunkt stehen dein Wohlbefinden und die Verbindung zu deinem Baby. Du lernst, Stress zu reduzieren, dein Nervensystem zu beruhigen und mehr Vertrauen in deinen Körper zu entwickeln. Atemübungen, achtsame Körperwahrnehmung und einfache Impulse für den Alltag unterstützen dich dabei. In einer wertschätzenden Atmosphäre entsteht Raum für Austausch, Entspannung und neue Kraft.

1215	Do	19.11.26	18.00-19.00	4x	40,00 €
1216	Di	23.02.27	18.00-19.00	5x	50,00 €

## HappyBauch – Ganzkörperkräftigung in der Schwangerschaft

Jessica Belle, Familienbegleiterin, SuperMAMAFitness-Trainerin

Dieser zertifizierte Präventionskurs unterstützt Sie dabei, Ihr Wohlbefinden in der Schwangerschaft gezielt zu stärken. Er fördert Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und eine gute Körperhaltung – sanft und angepasst an Ihre Schwangerschaft. Der Kurs hilft, Beschwerden zu lindern und bereitet optimal auf die Geburt vor. Gleichzeitig bietet er Raum für Austausch mit anderen Schwangeren. Bei regelmäßiger Teilnahme ist eine Kostenerstattung durch die Krankenkasse möglich.

1217	Di	24.11.26	10.30-11.30	8x	99,00 €
1218	Mo	14.09.26	18.00-19.00	8x	99,00 €
1219	Mo	23.11.26	18.00-19.00	8x	99,00 €
1220	Mo	15.02.27	18.00-19.00	8x	99,00 €
1221	Mo	26.04.27	18.00-19.00	8x	99,00 €

Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.



## Baby im Anflug: Säuglingspflege und mehr

### Babyhandling und Säuglingspflege

Für einen sicheren Start ins Elternsein –  
liebevolle Pflege von Anfang an.  
Julia Spielmann, Stillberaterin

Herzlichen Glückwunsch zu dieser besonderen Zeit! Die Ankunft eures Babys bringt Freude, aber auch viele neue Fragen mit sich – wir begleiten euch dabei. In unserem Kurs für werdende Eltern lernt ihr alles Wichtige rund um die praktische Babyversorgung:

- Bedürfnisse eures Neugeborenen erkennen
- Wickeln, Baden und richtiges Halten
- Stillen und Ernährung
- Sicherer Babyschlaf
- Entwicklung und Meilensteine
- Aufbau einer starken Eltern-Kind-Bindung

Neben Wissen und praktischen Tipps erwartet euch eine unterstützende Gemeinschaft zum Austausch.

1301	Di	22.09.26	18.30-21.00	2x	55,00 €
1302	Di	06.07.27	18.30-21.00	2x	55,00 €

1304	Sa	23.01.27	09.00-14.30		55,00 €
					Partnergebühr 27,00 €

## Hebammensprechstunde

Beratung und  
Unterstützung bei  
Schwangerschaft, Geburt  
und Wochenbett



An jedem ersten und dritten Donnerstag im Monat können Schwangere ab Beginn der Schwangerschaft ihre persönlichen Fragen rund um Schwangerschaft und Geburt im Einzelgespräch mit einer Hebamme besprechen.

- Individuelle Beratung in der Schwangerschaft
- Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden
- Hilfe und Beratung für die Zeit nach der Entbindung
- Stillberatung bis zum Ende der Stillzeit
- Beratung zur Rückbildung nach der Schwangerschaft
- erste Hilfe bei untröstlich weinenden Babys
- Schlafen des Babys

Die Beratung ist für Sie  
kostenlos, die Kosten  
übernimmt Ihre  
Krankenkasse.  
Bringen Sie deshalb Ihre  
Versichertenkarte mit.  
Anmeldung erforderlich.



## Säuglingspflege für Großeltern

Hilde Huber, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin

„Eigentlich weiß ich ja, wie es geht.“ Wenn die Zeit, als die eigenen Kinder klein waren, nur nicht so lange zurückläge! Im Kurs können Großeltern wieder sicher im Umgang mit einem Baby werden und ihre Kenntnisse auffrischen. So können sie die junge Familie zuverlässig und mit viel Freude unterstützen.

1306	Mi	11.11.26	18.00-21.00	22,00 €
1307	Mi	24.02.27	18.00-21.00	22,00 €

## Geschwisterführerschein

Für Kinder ab 3 Jahren mit einem Elternteil

Hilde Huber, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin




Ihr Erstgeborenes ist bisher unbestrittener Mittelpunkt der Familie. Eine neue Schwangerschaft bzw. die Geburt eines neuen Familienmitglieds verändert eine Familie. Diese Veränderung ist auch für die „großen“ Kinder spürbar. In diesem 1 1/2-stündigen Kurs wollen wir uns spielerisch mit dieser neuen Lebenssituation

beschäftigen. Ziel ist es, dass die Kinder sich in der neuen Situation zurechtfinden, Sicherheit im Umgang mit dem Baby gewinnen und grundlegende Verhaltensweisen wie Tragen, Halten, Trösten und Beschäftigen erlernen.

Bitte mitbringen: Lieblingspuppe oder Kuschtier.

1308	Mi	07.10.26	15.00-16.30	15,00 €
1309	Mi	17.03.27	15.00-16.30	15,00 €

## Vorträge und Elterngespräche „Rund ums Baby“

Online: Mit dem Bauch wachsen die Fragen 

Ein Baby verändert Ihr Leben – und Ihre finanzielle Situation  
Mitarbeiterin pro familia

Deshalb ist es gerade während der Schwangerschaft wichtig, sich über finanzielle Leistungen, die Ihnen vor und nach der Geburt des Kindes zustehen, rechtzeitig zu informieren. Sie erhalten einen Überblick über folgende Hilfen:

- Mutterschutzgesetz & Mutterschaftsgeld
- Elternzeit, Elterngeld, Elterngeld Plus
- Stiftungen, wie z.B. Bundesstiftung „Mutter und Kind“
- Kindergeld
- Kindschaftsrecht

In Kooperation mit pro familia Beratungsstelle Göppingen

1501	Mi	21.10.26	19.00-20.30	gebührenfrei
1502	Mi	13.01.27	19.00-20.30	gebührenfrei
1503	Mi	21.04.27	19.00-20.30	gebührenfrei
1504	Mi	14.07.27	19.00-20.30	gebührenfrei

Second-Hand auf 500 m<sup>2</sup>

# Die-KINDER-STUBE.de

mit FrauenZimmer

Babyausstattung, Mode für Kinder  
Teenager-Mode, Kindermöbel,  
Spielwaren, Kinderfahrzeuge

**mit FrauenZimmer**  
Umstandsmode, Damenbekleidung,  
Deko-Artikel und vieles mehr ...

Öffnungszeiten: 

Mo - Fr 09:00 - 12:30 Uhr  
14:00 - 18:00 Uhr  
Sa 09:00 - 13:00 Uhr



www.die-kinder-stube.de · Blumenstr. 44 · 73033 Göppingen

**Tel. 07161-70685** seit 1994

## Elterngeld, Kindergeld & Co.

Für werdende Eltern

Stephan Groß, Diplomkaufmann

Elterngeld und Elternzeit, Kindergeld, Mutterschaftsgeld – Auf werdende Eltern kommen vor der Geburt eines Kindes viele neue Themen zu. Diese können sehr große finanzielle Auswirkungen haben. Natürlich möchten alle Eltern die maximale Förderung erhalten. Wird sich dabei nur auf jeweils eines der Förderthemen beschränkt ist es wahrscheinlich, dass das gesamte Haushaltseinkommen trotz maximalem Elterngeld wesentlich niedriger liegt. Der Vortrag erklärt ausführlich, welche allgemein kursierenden Ratschläge zur Optimierung (z.B. Steuerklassenwechsel) genau das Gegenteil des Beabsichtigten bewirken – dem Haushalt fehlt notwendige finanzielle Unterstützung. Um dies zu vermeiden, muss der gesamte Prozess der Förderung von Mutterschaftsgeld bis zum Wiedereinstieg in das Berufsleben aufeinander abgestimmt sein. Nur so erreichen Sie die maximale Förderung über das Elterngeld hinaus!

1505	Do	17.09.26	19.00-21.30	15,00 €
1506	Do	05.11.26	19.00-21.30	15,00 €
1507	Di	16.03.27	19.00-21.30	15,00 €
1508	Do	15.07.27	19.00-21.30	15,00 €

Online: Elterngeld, Kindergeld & Co.

1509	Sa	12.12.26	9.00-11.30	25,00 €
1510	Sa	16.01.27	9.00-11.30	25,00 €
1511	Di	23.02.27	9.00-11.30	25,00 €
1512	Sa	10.04.27	9.00-11.30	25,00 €
1513	Sa	15.05.27	9.00-11.30	25,00 €
1514	Di	29.06.27	9.00-11.30	25,00 €

## Crashkurs-Notfälle bei Säuglingen und Kleinkindern

für werdende Eltern und junge Familien

Bastian Schatz, Krankenpfleger Anästhesie/Intensiv



Crashkurs Notfälle bei Säuglingen und Kleinkindern auf den Punkt gebracht, nichts Überflüssiges, alles Wichtige in bis zu 3 Stunden mit hohem Praxisanteil und dazu leicht verdaulich und unterhaltsam. Danach bist du sicher. Hier gewinnst du als werdende Mutter oder Vater sowie als junge Familie oder als Großeltern einen sicheren Umgang mit Notfällen bei Säuglingen und Kleinkindern. Du übst an realitätsnahen Trainingspuppen und kannst immer deine Fragen stellen, die dich in diesem Zusammenhang schon immer geplagt haben. Infos und Anmeldung unter bs-kurse.de

1517	Sa	19.09.26	10.00-13.00	60,00 €
1518	Sa	21.11.26	10.00-13.00	60,00 €

GENIESSEN SIE IHRE  
SCHWANGERSCHAFT UND  
STILLZEIT MIT DEM GUTEN  
GEFÜHL, DIE RICHTIGE  
APOTHEKE AN DER  
SEITE ZU HABEN.

BABYFREUNDLICH.  
EINFÜHLSAM.  
FACHKOMPETENT.

Mehr Infos unter  
[www.dr-gropper.de](http://www.dr-gropper.de)



DIE MARKT APOTHEKE

*felicita gropper*

Felicita Gropper // Wagnerstr. 1 // 73072 Donzdorf // fon 07162/912350

**WOLLEWOLLE-SEIDEBAUMWOLLESEIDE**

Große Auswahl an Naturtextilien  
für Babys, Kinder & Erwachsene



**werner-natur**  
naturtextilien für groß & klein

[www.werner-natur.de](http://www.werner-natur.de)  
Tel. 07023 - 2942 | Brunnenstraße 23 | 73235 Weilheim

Mo, Di, Do, Fr: 15.00 - 18.00 Uhr | Sa: 10.00 - 12.30 Uhr | Mi geschlossen

### Erste Hilfe bei Säuglingsnotfällen

Brigitte Sturm, Ausbilderin Erste Hilfe



Pseudo-Krampf, Fieberkrampf, plötzlicher Kindstod sind Situationen, die uns vor Angst lähmen können. Welche Maßnahmen müssen wir dann ergreifen? Welches sind die Risikofaktoren? In dem Erste-Hilfe-Kurs üben Sie das richtige Verhalten für Notfallsituationen. Der Kurs geht speziell auf die Situationen im ersten Lebensjahr ein.

Ort: Malteser Hilfsdienst, Johannesstr. 1, 73066 Uhingen

1519	Mo	05.10.26	18.00-21.30	40,00 €
1520	Mo	11.01.27	18.00-21.30	40,00 €

### Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Brigitte Sturm, Ausbilderin Erste Hilfe



Hier lernen Sie Erste-Hilfe-Maßnahmen an Kindern im Alter von 0 bis 17 Jahren. Wir zeigen Ihnen, wie Sie Kinder sicher begleiten und in Notsituationen oder bei Unfällen handlungsfähig sein können.

Ort: Malteser Hilfsdienst, Johannesstr. 1, 73066 Uhingen

1521	Mo	09.11.26	18.00-22.00	2x	80,00 €
1522	Mo	18.01.27	18.00-22.00	2x	80,00 €



## Kinder- und Jugendhospizdienst Rescuebiker · Hausnotruf Katastrophenschutz Rettungsdienst

Erste Hilfe bei Kindernotfällen –  
für Sicherheit daheim und unterwegs

[www.malteser-goepplingen.de/kurse](http://www.malteser-goepplingen.de/kurse)  
[ausbildung.goepplingen@malteser.org](mailto:ausbildung.goepplingen@malteser.org)

- Sanitätsdienst · Motorradstaffel
- Malteser Garde · Höhlenrettung
- Ambulanter Pflegedienst
- Menüservice · Fahrdienst
- Einsatznachsorge - PSNV
- Sonnenzug · Schulsanitätsdienst
- Krankentransport
- Erste-Hilfe-Ausbildung
- Freiwilliges Soziales Jahr
- Integrationsdienste
- Besuchsdienst · Auslandsdienst
- Malteser Jugend · Rückholdienst
- Flüchtlingshilfe

**Zentrum für Osteopathie**

**Bettina & Heiko Vollmer**

*wo Ihr Körper in guten Händen ist...*





Geprüft nach BAO  
(Bundesarbeitsgemeinschaft Osteopathie)

Marktstr. 25 • 73033 Göppingen • Tel: 07161 / 50 60 100  
[www.osteopathie-vollmer.de](http://www.osteopathie-vollmer.de)

**„Geborgen von Anfang an –  
Bindung stärken trotz eigener Herausforderungen“**  
Hannelore Bellinger, Neurointegrationscoach

Dieser Vortrag zeigt, wie wichtig eine sichere Mutter-Kind-Bindung für Entwicklung, Gesundheit und Beziehungen ist. Er richtet sich an Mütter, die sich mehr Verbindung zu ihrem Kind und sich selbst wünschen. Sie erfahren, wie Bindung entsteht, welche Rolle das Nervensystem spielt und wie Sie Stress regulieren sowie Ihr Kind in schwierigen Momenten begleiten können. Auch der Einfluss der eigenen Kindheit und die Bedeutung der frühen Jahre werden verständlich erklärt. Praktische Übungen, Impulse zu Selbstmitgefühl und eine kurze traumasensible Meditation unterstützen Sie dabei, mehr Sicherheit und innere Ruhe zu entwickeln.

1523 Do 01.10.26 19.00-20.00 10,00 €

Workshop-Reihe

1524 Do 08.10.26 18.00-20.00 3x 45,00 €

1525 Di 19.01.27 10.00-12.00 3x 45,00 €

**„Schlaf, Baby schlaf –  
Tipps & Tricks rund um den Schlaf unserer Kleinsten“**  
Corinna Mezger, (BFB) Bindungsorientierte Familienbegleiterin

Wie Babys schlafen, beschäftigt viele Eltern schon vor der Geburt – und erst recht im ersten Lebensjahr. In dieser Veranstaltung erhalten (werdende) Eltern fundiertes Wissen rund um die Schlafentwicklung von Säuglingen und lernen, die Bedürfnisse ihres Babys besser zu verstehen. Wir beleuchten, wie sich der Schlaf im ersten Lebensjahr entwickelt, warum nächtliches Erwachen völlig normal ist und welche Gründe dahinterstecken können. Darüber hinaus erfahren Sie, wie Sie eine sichere Schlafumgebung für Ihr Baby schaffen und welche Empfehlungen für einen gesunden Babyschlaf wichtig sind. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf dem Ein- und Durchschlafen: Was können Eltern tun, um ihr Baby liebevoll zu begleiten? Welche Erwartungen sind realistisch? Und wie lassen sich individuelle Lösungen im Familienalltag finden? Die Veranstaltung bietet Raum für Fragen, Austausch und praktische Impulse für einen entspannteren Umgang mit dem Thema Schlaf.

1537 Fr 13.11.26 10.00-11.30 12,00 €

1538 Fr 14.05.27 10.00-11.30 12,00 €

→ [www.alb-fils-klinikum.de](http://www.alb-fils-klinikum.de)

**VON ANFANG AN IN GUTEN HÄNDEN.**

**SCHWANGERSCHAFT UND GEBURT**  
Unser Perinatalzentrum mit Geburtshilfe und Kinderklinik bietet Mutter und Kind ein hohes Maß an Sicherheit, auch bei Früh- und Risikogeburten. Neu ist ein hebammengeleiteter Kreißsaal. Schwangeren-Infoabend: 1. & 3. Di/Monat, 18 Uhr.

**KLINIK FÜR KINDER UND JUGENDMEDIZIN**  
Hier werden unsere Jüngsten behandelt: vom Frühgeborenen bis zum Jugendlichen mit einer akuten oder chronischen Erkrankung. Wir bieten auch diverse Spezialsprechstunden an, siehe Homepage.

**SOZIALPÄDIATRISCHES ZENTRUM**  
Unser SPZ bietet eine umfassende ambulante Diagnostik und Behandlung von Kindern und Jugendlichen mit komplexen körperlichen, geistigen und/oder seelischen Beeinträchtigungen sowie eine Beratung ihrer Familien an.

**PRAXEN FÜR KINDER- & JUGENDMEDIZIN (MVZ\*)**  
Kompetente, wohnortnahe Versorgung von Kindern und Jugendlichen in allen allgemein-pädiatrischen Krankheitsbildern mit dem Leistungsspektrum einer modernen Kinderarztpraxis in kindgemäßer und freundlicher Atmosphäre.

\* Medizinisches Versorgungszentrum ALB FILS KLINIKUM

**In unseren Neubau erwartet Sie modernste Medizin und Pflege für eine hochwertige Gesundheitsversorgung im Landkreis Göppingen. ALB FILS KLINIKUM · Eichertstr. 3 · Göppingen · Telefon 07161 64-0 · E-Mail: [info@af-k.de](mailto:info@af-k.de)**

### Online: „Schlaf, Baby schlaf„ – Tipps & Tricks rund um den Schlaf

1539	Mi	16.09.26	19.00-20.30	10,00 €
1540	Mi	10.03.27	19.00-20.30	10,00 €

### Online: Der erste Brei – entspannt in die Beikostzeit

Doris Neumann, Dipl.-Oecothrologin, BeKi-Referentin



Wenn das Baby etwa sechs Monate alt ist, beginnt für viele Familien eine spannende neue Phase: Der erste Brei steht an. Doch mit dem Beikoststart ziehen oft auch viele Fragen am Esstisch ein. Um Eltern in dieser Zeit Sicherheit zu geben, bieten wir in regelmäßigen Abständen Online-Veranstaltungen an. Im Rahmen der digitalen Veranstaltung gibt die BEKI-Referentin Doris Neumann Antworten auf die wichtigsten Fragen junger Eltern: Der richtige Zeitpunkt: Wann ist der optimale Startschuss für die Beikost? Die Mischung macht's: Wie sieht die ideale Zusammensetzung der Breie aus, um das Baby bestmöglich zu versorgen? Selbstgekocht vs. Gläschen: Was sind die Vor- und Nachteile von Fertigprodukten im Vergleich zur eigenen Küche? Qualitätscheck: Sind Bio-Lebensmittel für Säuglinge wirklich ein Muss? Veggie-Baby: Ist eine vegetarische Ernährung bereits im ersten Lebensjahr sicher und möglich?

1541	Do	17.09.26	09.00-10.30	gebührenfrei
1542	Do	05.11.26	19.00-20.30	gebührenfrei
1543	Do	04.02.27	09.00-10.30	gebührenfrei
1544	Do	29.04.27	19.00-20.30	gebührenfrei
1545	Do	15.07.27	19.00-20.30	gebührenfrei

Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.



### Online: Vom Brei zum Familientisch: Tipps für die Ernährung von Kleinkindern

Andrea Engelhardt, Oecothrologin



Wenn das erste Lebensjahr vollendet ist, beginnt für viele Familien eine spannende Übergangsphase: Der Nachwuchs entdeckt nach und nach das Essen der „Großen“. Doch wie gelingt die Umstellung von der Beikost auf die gemeinsame Familienkost möglichst stressfrei? Im Fokus der Veranstaltung stehen praktische Tipps für einen reibungslosen Übergang am Esstisch. Dabei werden auch kritische Fragen beleuchtet: Welche Bedeutung haben gemeinsame Mahlzeiten für die Entwicklung? Sind vegetarische oder vegane Ernährungsformen bereits für Kleinkinder geeignet? Strategien für den Umgang mit wählerischen Essern („Picky Eaters“). Die Teilnahme bietet die Möglichkeit, fundierte Informationen aus erster Hand zu erhalten und individuelle Unsicherheiten zu klären.

1546	Do	22.10.26	19.00-20.30	gebührenfrei
1547	Do	10.12.26	19.00-20.30	gebührenfrei
1548	Do	18.02.27	19.00-20.30	gebührenfrei
1549	Do	22.04.27	19.00-20.30	gebührenfrei
1550	Do	17.06.27	19.00-20.30	gebührenfrei

**binderei**  
blumen & besonderes

Freihofstraße 29 – 73033 Göppingen  
Telefon 07161-5071604  
**Wir freuen uns auf euch**

## Naturheilkundliche Begleitung von Babys und Kleinkindern

Stärken – Unterstützen – Natürlich begleiten  
Elena Deis, Heilpraktikerin

In diesem Kurs erhalten interessierte Eltern einen praktischen Einblick in die naturheilkundliche Begleitung von Babys und Kleinkindern. Wir beschäftigen uns mit der Frage, was Gesundheit aus ganzheitlicher Sicht bedeutet und wie Eltern die kindliche Entwicklung sowie das Immunsystem stärken können. Sie lernen, wie häufige Beschwerden – etwa Schnupfen, Husten, Ohrenschmerzen, Magen-Darm-Probleme oder Schlafstörungen – mit einfachen Mitteln wie Wickeln, Tees, Globuli und Salben sanft begleitet werden können. Unser Fokus liegt auf dem kindlichen Immunsystem und den Möglichkeiten der natürlichen Unterstützung im Alltag. Gleichzeitig werden die Grenzen der Naturheilkunde klar benannt und der verantwortungsvolle Umgang mit Beschwerden vermittelt. Praktische Tipps für die Hausapotheke, Anwendungen zum Mitmachen sowie Literaturempfehlungen runden den Kurs ab. Falls keine andere Betreuung möglich ist, können Babys und Kleinkinder gerne zum Kurs mitgebracht werden.

1551 Mi 14.10.26 10.00-11.30 10,00 €

## Wohltuende Wickel und Auflagen für Kinder – altes Wissen neu entdecken

Stärken – Unterstützen – Natürlich begleiten  
Elena Deis, Heilpraktikerin

In diesem Workshop lernen Mütter die sanfte Kraft von Wickeln und Auflagen kennen – eine bewährte, natürliche Methode, um Kinder in verschiedenen Situationen zu unterstützen. Ob bei Erkältung, Bauchweh, Unruhe oder Kopfweh: Wickel können auf achtsame Weise helfen, das Wohlbefinden Ihres Kindes zu stärken und Heilungsprozesse zu begleiten. Wann sind welche Wickel sinnvoll? Worauf ist zu achten? Welche Grundausstattung sollte es zuhause geben und welche Hausmittel können für einen Wickel genutzt werden? All dies erfahren Sie in diesem auf das praktische Umsetzen ausgerichteten Workshop.

1552 Mi 04.11.26 19.00-20.30 10,00 €

## Trageworkshop für kleine und größere Traglinge

Jessica Belle, Familienbegleiterin,  
SuperMAMAfitness-Trainerin



Babys sind physiologische Frühgeburten und benötigen die Nähe ihrer Eltern für ihre Entwicklung. Daher ist für Babys das Tragen nicht nur Nähe, Geborgenheit, sondern auch für grö-

ßere Babys eine Möglichkeit auf Entdeckungsreise zu gehen. Mit einem Tragetuch oder einer Tragehilfe kannst Du Dein Baby von Anfang an sicher und bequem tragen, auf seine Bedürfnisse eingehen und gleichzeitig die Hände frei haben, um Deinen Alltag flexibel und mobil zu gestalten. Das Tragen soll für Eltern und Kind gleichermaßen Spaß machen. Im Workshop werden verschiedene Tragesysteme vorgestellt und ausprobiert, um die passende Trage für jedes Kind und jeden Elternteil zu finden. Es ist keine Vorerfahrung notwendig, und Teilnehmende können auch ihre eigenen Tragetücher oder Tragehilfen mitbringen, um sie einzustellen und auszuprobieren.

1553 Sa 17.04.27 10.00-12.00 15,00 €

## Coming soon:

**Picky Eating Workshops** mit Lia Nadler. Für alle Eltern und Bezugspersonen, die endlich wieder entspannte Mahlzeiten haben möchten ohne Machtkämpfe.

**Beikost Workshops** mit Lia Nadler. Der etwas andere Beikost-Kurs, denn Beikost = Familienkost. Mit gemeinsamem Kochen und Austausch was Dich gerade beschäftigt.

## Semejka Naturheilpraxis

Elena Deis

### Ganzheitliche Frauen- und Kinderheilkunde

Friedrichstraße 36 in Göppingen

Teil: 0174/6682593

[www.semejka-naturheilpraxis.de](http://www.semejka-naturheilpraxis.de)





## Offenes Stillcafé

Jessica Belle, Familienbegleiterin, SuperMAMAFitness-Trainerin



Zu unserem offenen Stillcafé laden wir Schwangere und Mütter mit ihren Kindern herzlich ein. Hier können Sie Kontakte knüpfen, sich mit anderen Müttern austauschen, gemütlich Tee trinken und Informationen rund um das Thema Stillen erhalten. Wir unterstützen Sie beim Stillbeginn und begleiten Sie durch die komplette

Stillzeit. Auch Mütter, die nicht Stillen können oder wollen, sind mit ihren Fragen willkommen. Das Angebot ist kostenlos durch die Förderung der Firma TeamViewer.



### „Ankommen im Mama-Sein Stillstart & Vertrauen“

1526 Fr 18.09.26 09.30-11.30

### „Stillen & Schlaf – was Babys wirklich brauchen“

1527 Fr 16.10.26 09.30-11.30

### „Genug Milch? Sicherheit im Stillen finden“

1528 Fr 13.11.26 09.30-11.30

### „Kleine Auszeit im Mama-Alltag“

1529 Fr 11.12.26 09.30-11.30

### „Stillen & Bewegung – zurück in deine Kraft“

1530 Fr 15.01.27 09.30-11.30

## „Beikost und Stillen – ein entspannter Weg“

1531 Fr 19.02.27 09.30-11.30

## „Loslassen & Weitergehen – natürliches Abstillen“

1532 Fr 19.03.27 09.30-11.30

## „Stillen & Selbstfürsorge – du darfst auch wichtig sein“

1533 Fr 16.04.27 09.30-11.30

## „Stillen & Alltag – mit Geschwistern und im Familienleben“

1534 Fr 14.05.27 09.30-11.30

## „Bindung stärken – Nähe im Alltag leben“

1535 Fr 18.06.27 09.30-11.30

## „Sommer, Leichtigkeit & Mama-Sein genießen“

1536 Fr 09.07.27 09.30-11.30

## Online: Infoabend Mütterpflege

Christina Moll, zertifizierte Mütterpflegerin

Die Zeit nach der Geburt ist wunderschön – und gleichzeitig oft herausfordernd. Gerade im Wochenbett und in den ersten Monaten mit Baby ist Unterstützung im Alltag besonders wertvoll. Unser Informationsabend zur Mütterpflege gibt dir einen umfassenden Einblick: Du erfährst, was Mütterpflege genau ist, in welchen Situationen du Anspruch darauf hast und wie dich eine Mütterpflegerin im Alltag konkret entlasten kann. Auch die Möglichkeiten der Kostenübernahme durch die Krankenkasse werden verständlich erklärt. Ziel ist es, dir Sicherheit zu geben, Fragen zu klären und dir zu zeigen: Du musst diese besondere Zeit nicht allein bewältigen. Für mehr Entlastung, Ruhe und Zeit für dich und dein Baby!

1652 Di 06.10.26 19.00-20.00

gebührenfrei

1653 Di 16.02.27 19.00-20.00

gebührenfrei

## Wieder fit werden – Rückbildung und mehr

### Rückbildungsgymnastik mit Beckenbodentraining

Nach der Entbindung hilft Ihnen diese Gymnastik, Ihren Körper wieder „in Form“ zu bringen. Sie dient insbesondere der Rückbildung von Schwangerschaftsveränderungen, der Kräftigung und Festigung der Becken- und Bauchmuskulatur und der Haltungsschulung. Das Beckenbodentraining beugt Senkungsbeschwerden vor. Inhalte des Kurses sind auch Wahrnehmungs-, Atem- und Entspannungsübungen. Babys sind willkommen. Teilnahme nach der vierten Woche nach einer spontanen Geburt und nach dem dritten Monat nach einem Kaiserschnitt.

Bitte wenden Sie sich bzgl. einer Kostenerstattung direkt an Ihre Krankenkasse. Die Hebamme rechnet nicht selbst mit den Krankenkassen ab.

#### Arinya Blochum, Hebamme

1601	Mo	07.09.26	16.45-17.45	10x	114,00 €
1602	Mo	23.11.26	16.45-17.45	10x	114,00 €
1603	Mo	05.04.27	16.45-17.45	10x	114,00 €
1604	Mo	28.06.27	16.45-17.45	5x	57,00 €
1605	Mo	21.09.26	18.00-19.00	10x	114,00 €
1606	Mo	07.12.26	18.00-19.00	10x	114,00 €
1607	Mo	15.03.27	18.00-19.00	10x	114,00 €
1608	Mo	14.06.27	18.00-19.00	7x	79,80 €

#### Kerstin Dialler, Hebamme

1609	Di	15.09.26	09.00-10.15	8x	114,00 €
1610	Di	15.09.26	10.30-11.45	8x	114,00 €
1611	Di	12.01.27	09.00-10.15	8x	114,00 €
1612	Di	12.01.27	10.30-11.45	8x	114,00 €
1613	Di	13.04.27	09.00-10.15	8x	114,00 €
1614	Di	13.04.27	10.30-11.45	8x	114,00 €

#### Yvonne Back-Haiplik, Hebamme

1615	Do	01.10.26	09.00-10.15	8x	114,00 €
1616	Do	01.10.26	10.30-11.45	8x	114,00 €
1617	Do	04.03.27	09.00-10.15	8x	114,00 €
1618	Do	04.03.27	10.30-11.45	8x	114,00 €

## „Rückbildungskurs mit Kind“ in Salach

Lisa Wild, Hebamme

Anmeldung über: <https://wild.hebamio.de>

Ein Rückbildungskurs dient der Kräftigung und Festigung der Becken- und Rumpfmuskulatur, der Haltungsschulung, sowie Anregung des Herz-Kreislauf-Systems. In diesem Kurs werden 2x/Woche sanfte Übungen durchgeführt, die aufeinander aufbauen und den Körper in der Nachgeburtszeit nicht überfordern. Teilnahme je nach körperlichem empfinden und Geburtsmodus, ca. 8 - 10 Wochen nach der Geburt empfohlen.

Ort: Stauferlandhalle Salach

1619	Mo + Do	21.09.26	09.00-10.15	8x	114,00 €
1620	Mo + Do	23.11.26	09.00-10.15	8x	114,00 €

**Familien Zimmer**  
Ein Ort zum Ankommen, Spielen & Austauschen

aktuelle Termine findet ihr online: 

Hier können alle Familien mit Kindern bis 6 Jahren gemeinsam spielen, sich austauschen und einfach ankommen. Ich bin für euch da, um Fragen zu beantworten, Orientierung zu geben oder bei Bedarf an weitere Angebote zu vermitteln.

Ein Angebot im Rahmen von:  
FamilienNavi Göppingen  
Nina Tom  
E-Mail: [familiennavi@hdf-gp.de](mailto:familiennavi@hdf-gp.de)  
Mobil: 0170/880181  
[www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de)



Das Projekt "FamilienNavi" wird durch die Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration des Landesrathes Stuttgart, der gpi Familien- und Familienbildungsverbände sowie der Familienverbände unterstützt.

## Rückbildungsgymnastik mit Beckenbodentraining in UHINGEN

Charlotte Langsam, Physiotherapeutin

Nach der Geburt braucht Dein Körper wieder Aufmerksamkeit, um wieder Kraft und Stabilität zu gewinnen. In meinem Rückbildungskurs stärkst Du gezielt Deinen Beckenboden, Deine Mitte und Deine Haltung – behutsam, sicher und angepasst an Deine aktuelle Lebenssituation. Ich freue mich darauf, Dich auf Deinem Weg zu begleiten. Dein Baby ist herzlich willkommen.  
Ort: Yvis Gym, Stuttgarter Straße 167, 73066 UHINGEN

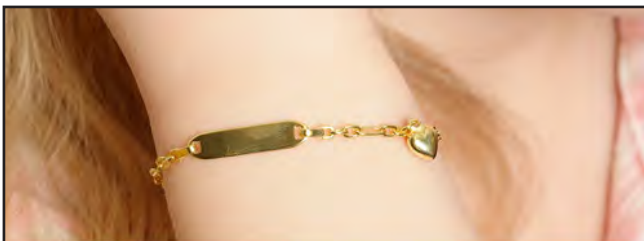
1650 Mo 21.09.26 09.15-10.15 8x 88,00 €

## Beckenbodenkurs Präventiv für Frauen – Fortsetzungskurs Rückbildungsgymnastik

Kräftigung der Muskulatur, Koordination, Gleichgewicht, Ausdauer und Haltung  
Arinya Edelgard Blochum, Hebamme

Dieser Kurs richtet sich an alle Frauen, die bereits einen Rückbildungskurs besucht haben.

1621	Mi	16.09.26	19.45-20.45	10x	100,00 €
1622	Mi	02.12.26	19.45-20.45	10x	100,00 €
1623	Mi	10.03.27	19.45-20.45	10x	100,00 €
1624	Mi	02.06.27	19.45-20.45	9x	90,00 €



**ellen zoller schmuck** das  
**Göppinger Trauringstudio**

Marktstrasse 26 73033 Göppingen T 75237 [www.goepingertrauringstudio.de](http://www.goepingertrauringstudio.de)

## FamilienNavi Göppingen

Informieren. Vernetzen. Ankommen.

Das FamilienNavi ist eine kostenfreie  
Anlaufstelle für alle Familien in Göppingen.

Du suchst Hilfe und Unterstützung im  
Familienalltag?

Das FamilienNavi berät Familien individuell und  
bedürfnisorientiert rund um das Leben mit Baby  
und Kleinkind, zum Beispiel bei:

- Fragen zur kindlichen Entwicklung
- Erzieherischen Themen und Fragen rund um das Familienleben
- Stillen, Baby- und Kleinkindschlaf und Beikost
- Vernetzung mit passenden Anlaufstellen in Göppingen und ggf. Begleitung dorthin

Einfach melden, informieren  
und den passenden Weg  
finden!



Online: Unser Wegweiser  
hilft, schnell passende  
Angebote zu finden.

Kontakt:  
Nina Tom  
E-Mail: [familiennavi@hdf-gp.de](mailto:familiennavi@hdf-gp.de)  
Mobil: 0170/8801181  
[www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de)

Jetzt entdecken  
und passende  
Hilfe finden!



Das Projekt "FamilienNavi" wird durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Landesmitteln finanziert, die der Landtag von Baden-Württemberg beschlossen hat.



## Rückbildungsyoga

Tatijana Avramovic, Yoga-Trainerin

Beckenboden- und Bauchmuskulatur stehen im Fokus der Yoga-Übungspraxis. Mit Hilfe bestimmter Yogahaltungen und spezieller Übungen werden Beckenboden- und Bauchmuskulatur wieder aufgebaut. In Verbindung mit der Atmung wird der Beckenboden aktiviert, der Bauchraum, das Zentrum, bewusst wahrgenommen. Schulter- und Nackenverspannungen werden gelöst und Rückenschmerzen können gelindert werden. Die Übungen bauen Muskeltonus, Stabilität und körperliche Kraft systematisch wieder auf und fördern das körperliche und geistige Wohlbefinden.

1625	Do	17.09.26	14.00-15.00	6x	60,00 €
1626	Do	05.11.26	14.00-15.00	6x	60,00 €
1627	Do	14.01.27	14.00-15.00	9x	90,00 €
1628	Do	08.04.27	14.00-15.00	5x	50,00 €
1629	Do	03.06.27	14.00-15.00	8x	80,00 €

## superMAMAFitness – Ganzkörperkräftigung mit Baby

für Mütter mit Kindern von 4 bis 36 Monaten

Jessica Belle, Familienbegleiterin, SuperMAMAFitness-Trainerin

Dieser zertifizierte Präventionskurs richtet sich an Mütter mit Kindern von 4 bis 36 Monaten nach der Rückbildung. Im funktionellen Fitnessstraining stärken Sie gezielt Ihre Körpermitte, den Beckenboden und Ihre Ausdauer. Komplexe Bewegungsabläufe aktivieren mehrere Gelenke und Muskelgruppen gleichzeitig – für ein effektives und nachhaltiges Training, das auf die besonderen Bedürfnisse von Mamas abgestimmt ist. Die Übungen werden in unterschiedlichen Varianten gezeigt – so profitieren sowohl Einsteigerinnen als auch Fortgeschrittene. Der Kurs kann daher gerne mehrfach besucht werden. Ihr Kind ist aktiv eingebunden oder entdeckt die liebevoll gestaltete Spielmitte. Austausch mit anderen Müttern inklusive. Kostenübernahme durch die Krankenkasse möglich.

1630	Di	15.09.26	09.00-10.00	8x	99,00 €
1631	Di	24.11.26	09.00-10.00	8x	99,00 €
1632	Di	16.02.27	09.00-10.00	8x	99,00 €
1633	Di	27.04.27	09.00-10.00	8x	99,00 €

## superMAMAFitness Outdoor – Ganzkörpertraining mit Baby

Jessica Belle, Familienbegleiterin, SuperMAMAFitness-Trainerin

Sie möchten nach der Rückbildung aktiv werden, Ihre Muskulatur stärken und dabei Ihr Baby dabei haben? Dieses funktionelle Ganzkörpertraining an der frischen Luft kombiniert Walking, Kräftigung, Mobilisation und Beckenbodentraining – angepasst an die besonderen Bedürfnisse von Müttern. Das Training ist für alle Fitnesslevels geeignet und kann mehrfach besucht werden. Sie trainieren effektiv, ganzheitlich und in Gemeinschaft mit anderen Müttern – mit Kinderwagen oder Tragehilfe, Kleinkinder können im Park auch Lauf- rad fahren. Präventionskurs nach § 20 SGBV – Kostenübernahme durch die Krankenkasse möglich.

Ort: EWS Arena, Göppingen

1634	Di	15.09.26	10.30-11.30	8x	99,00 €
1635	Di	16.02.27	10.30-11.30	8x	99,00 €
1636	Di	27.04.27	10.30-11.30	8x	99,00 €

## Bodymove – Mehr als nur Bewegung

Nadia Philiposyan, Erzieherin, Metalcoach

Wer Freude an Musik und Bewegung hat, kann hier auf leichte Weise Verspannungen lösen und Anspannungen abfließen lassen. Frauen & Mütter finden im stressigen und funktionierenden Alltag wieder mehr Zugang zu sich selbst. Mit sanften Bewegungsimpulsen, Musik, bewusster Körperwahrnehmung und kleinen Entspannungsmomenten entsteht mehr Ruhe, Entlastung und ein besserer Zugang zum eigenen Körper. Zusätzlich nimmst du alltagstaugliche Impulse mit, die dich dabei unterstützen können, deinen Alltag entspannter zu gestalten und wieder mehr Raum für dich selbst zu finden.

1654	Sa	19.09.26	11.00-12.00	4x	34,60 €
1655	Sa	16.01.27	11.00-12.00	4x	34,60 €

Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.



VILLA BUTZ  
Haus der Familien, V.

# Sternchentreff

mit Maria Hinderberger

Treffpunkt für Eltern, die um ein Kind trauern

Im Sternchentreff findest du einen geschützten Raum für Dich und deine Trauer. In Begegnung, im Gespräch oder im Schweigen, Du bist herzlich willkommen.

1637	Sa	26.09.26	10:00-12:30
1638	Sa	24.10.26	10:00-12:30
1639	Sa	21.11.26	10:00-12:30

Lesung mit Louisa Blatt

1640	Sa	19.12.26	10:00-12:30
1641	Sa	20.02.27	10:00-12:30

# Folgewander Treff

mit Maria Hinderberger

...zwischen Hoffnung und Angst

Eine erneute Schwangerschaft nach einem frühen Verlust, einer Totgeburt oder dem frühen Tod eines Kindes kann viele Gefühle auslösen – Hoffnung, Freude, aber auch Angst, Trauer und Unsicherheit.

1642	Sa	10.10.26	10:00-12:30
1643	Sa	05.12.26	10:00-12:30
1645	Sa	16.01.27	10:00-12:30

Um Anmeldung wird gebeten. Das Angebot ist kostenfrei und wird gefördert durch das Landesprogramm Stärke

Nähere Informationen unter [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de),  
noetzel@hdf-gp.de oder  
07161-9605110

**STÄRKE**

## Lesung: Sternenkinder sind auch irgendwie Kinder mit Louisa Blatt

Ein berührendes Buch über Sternenkinder, Systemfehler im Krankenhaus und den Mut einer Löwenmutter. Louisa Blatt bricht das Schweigen über Verlust, Schmerz und die heilende Kraft der Wahrheit.

1649 Sa 21.11.26 10.00-12.30 gebührenfrei

## Rückbildungskurs für \*Sternchenmamas\*

Ganzheitliche Rückbildung nach stiller Geburt  
Geschlossene Gruppe für Frauen, deren Baby verstorben ist

Auch wenn ein Kind vor, während oder kurz nach der Geburt stirbt, hat der Körper der Mutter eine Schwangerschaft durchlebt – mit all ihren körperlichen und seelischen Veränderungen. Eine ganzheitliche Rückbildung unterstützt dabei, behutsam wieder ins eigene Körpergefühl zu finden und die körperliche Gesundheit zu stärken. In diesem Kurs liegt der Fokus auf der Rückbildung von Schwangerschaftsveränderungen, der gezielten Kräftigung von Beckenboden- und Bauchmuskulatur sowie der Förderung einer gesunden Körperhaltung. Entspannungsübungen und sanfte Bewegungsimpulse helfen, Spannungen zu lösen und wieder in Kontakt mit dem eigenen Körper zu kommen. Darüber hinaus bietet der Kurs einen geschützten Raum für Gespräche und Austausch mit anderen betroffenen Müttern – mit Verständnis, ohne Druck, in achtsamer Atmosphäre.

Der Kurs findet an 6 Abendterminen für 90min statt. Wir führen eine Interessentenliste. Bitte tragen Sie sich ein oder wenden Sie sich bei weiteren Fragen an: [noetzel@hdf-gp.de](mailto:noetzel@hdf-gp.de)

1646 Mi 21.10.26 19.45-21.15 114,00 €



# PULSWERK

FULL SERVICE WERBEAGENTUR







UMFASSEND  
KREATIV  
FUNKTIONELL



MIT HERZBLUT.



KARL-FRASCH-STR. 10 | 73037 GÖPPINGEN    
TEL 07161 629999 | [WWW.PULSWERK.NET](http://WWW.PULSWERK.NET)  



WIRWUNDER

Mobil auf 3 Rädern und  
E-Motor sicher unter-  
wegs – Arbeits- und  
Lebens-



Sinn stiften liegt  
in unserer Natur.

Mit **WIRWUNDER** – der Spendenplatt-  
form der Sparkassenorganisation und  
betterplace – unterstützen wir  
Vereine und soziale Projekte.

Jetzt Projekte einstellen unter  
[www.wirwunder.de/goeppingen](http://www.wirwunder.de/goeppingen)

LB BW



[kssk-gp.de](http://kssk-gp.de)



Kreissparkasse  
Göppingen

## Online: Sternenkinder – Informationsabend für Angehörige und Arbeitgeber

Louisa Blatt, Autorin

Wenn ein Kind in der Schwangerschaft oder rund um die Geburt verstirbt ist das ein einschneidendes Erlebnis für die betroffene Familie. Auch Großeltern, Tanten, Onkel,... eines Sternenkindes sind betroffen genauso wie Angehörige, Freunde und Arbeitgeber des Elternpaars, die sich mit den Eltern auf das Baby gefreut hatten. Neben der eigenen Trauer sind sie oft unsicher, wie sie den trauernden Eltern begegnen und helfen sollen. In diesem Onlineabend erhalten Angehörige ebenso wie Unternehmen Einblicke in die Gefühlswelt von Betroffenen und ein Verständnis dafür, wie sich Trauer im Alltag anfühlt – auch am Arbeitsplatz. Es geht nicht um perfekte Worte oder fertige Lösungen. Vielmehr öffne ich einen Raum für ehrliches Hinsehen, für das Aushalten von Unsicherheit und für echte Begegnung. Fragen sind ausdrücklich willkommen – ich gehe im Austausch darauf ein und greife auf, was die Teilnehmenden bewegt.

1647	Mi	30.09.26	19.00-20.30	10,00 €
1648	Mi	03.03.27	19.00-20.30	10,00 €

## Eberhard E. Sodat

www.schreiner-sodat.de  
info@schreiner-sodat.de

Schreinerei, Innenausbau  
& natürliche Vollholzmöbel

## Schreinermeister

Quäkerstraße 11  
73033 Göppingen

Telefon 07161 6 88 80  
mobil 0171 920 24 87



Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.





**FamilienNavi**  
Göppingen

Informieren. Vernetzen. Ankommen.

VILLA BVTZ

**Kontakt:**  
Nina Tom  
E-Mail: [familiennavi@hdf-gp.de](mailto:familiennavi@hdf-gp.de)  
Mobil: 0170/8801181  
[www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de)

Jetzt entdecken  
und passende  
Hilfe finden!




Das Projekt "FamilienNavi" wird durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Landesmitteln finanziert, die der Landtag von Baden-Württemberg beschlossen hat.



# Kennen Sie schon unseren Gutschein?

GUTSCHEIN FÜR  
EINEN LIEBEN MENSCHEN





# UNSERE ARBEIT UNSERE VERANT WORTUNG.

Gemeinsam schaffen wir  
die Grundlage für Morgen.  
[www.leonhard-weiss.jobs](http://www.leonhard-weiss.jobs)



LEONHARD WEISS  
BAUUNTERNEHMUNG

**LEONHARD WEISS GmbH & Co. KG**

Leonhard-Weiss-Str. 22  
73037 Göppingen  
[www.leonhard-weiss.de](http://www.leonhard-weiss.de)

# Mit Kindern aktiv

Mit der Geburt eines Kindes sind Wünsche und Hoffnungen verbunden. Unsere familienunterstützenden Gruppen begleiten Sie im ersten Lebensjahr Ihres Kindes. Sie vermitteln Grundlagen darüber, was Ihr Baby benötigt und was Sie als Eltern für Ihr Wohlergehen brauchen.

Dadurch gewinnen Erziehende mehr Sicherheit im Umgang mit ihrem Kind und entwickeln ein Gespür für dessen Bedürfnisse.

Mit dem Bewegungs- und Spielprogramm werden den Kindern Entwicklungsanreize vermittelt, die ihrer Altersstufe entsprechen. Für die Eltern besteht die Möglichkeit, das gemeinsame Tun zu reflektieren und sich über Erziehungsfragen, Entwicklungsstand und Pflege des Kindes auszutauschen. Sie entwickeln Gelassenheit und haben Spaß und Freude mit ihrem Baby und in der Gruppe.



Um die Gesamtentwicklung von Kleinkindern zu fördern und Eltern dabei zu unterstützen, erhalten alle Familien, die in Göppingen leben, bei der Geburt ihres Kindes einen Willkommensgutschein im Wert von 40 € von der Stadt Göppingen. Der Gutschein wird beim Besuch eines Kurses im Haus der

Familie auf die hierfür anfallenden Gebühren angerechnet. Der Willkommensgutschein ist nicht teilbar, kann aber auf einen Kurs mit höheren Gebühren angerechnet werden. Zu den Angeboten, die mit dem Gutschein besucht werden können, zählen unter anderem Babymassage, Babyschwimmen, Babymusikwichtel, LEFinO und PEKiP. Der Gutschein muss zwingend im ersten Lebensjahr des Kindes eingelöst werden.

## Babymassage, Babyschwimmen, Musikwichtel

### Babymassage

Für Babys von 4 Wochen bis 6 Monaten  
Sandra Alberternst, Eltern-Kind-Gruppenleitung

Babymassage ist eine liebevolle Möglichkeit, deinem Baby nahe zu sein und ihm Geborgenheit zu schenken. Sie unterstützt das körperliche und emotionale Wohlbefinden, kann die Verdauung fördern, Blähungen und Koliken lindern sowie zu mehr Entspannung und besserem Schlaf beitragen. Zugleich stärkt sie die Bindung zwischen Eltern und Kind und fördert Sicherheit und Feinfühligkeit im Umgang miteinander.

Im Kurs lernt ihr die Babymassage in ruhiger Atmosphäre kennen, gewinnt praktische Sicherheit und schafft bewusste Momente der Nähe und Entspannung im Alltag.

Außerdem habt ihr die Möglichkeit, euch mit anderen Eltern auszutauschen.

2101	Fr	25.09.26	09.15-10.15	5x	40,00 €
2102	Fr	22.01.27	10.30-11.30	5x	40,00 €
2103	Fr	16.04.27	09.15-10.15	5x	40,00 €

Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie ein stets aktuelles Angebot mit den Terminen.

**Kennen Sie schon unseren Gutschein?**

GUTSCHEIN FÜR EINEN LIEBEN MENSCHEN



## Babyschwimmen am Samstag in Eislingen

Spielerische Wassergewöhnung für Säuglinge und Kleinkinder  
Tanja Hoss, Schwimmlehrerin, Rettungsschwimmerin

Im Wasser fühlt sich Ihr Baby fast wie zuhause – schwerelos, frei und voller Entdeckungsfreude. Kein Wunder, schließlich hat es monatelang in Mamas Bauch geübt. Schwimmen, planschen, lachen, meine Babyschwimmkurse bringen Bewegung, Spaß und jede Menge glückliche Momente für Klein und Groß.

Ort: Hallenbad Eislingen, Scheerstraße 15

Für Babys von 3 bis 7 Monaten

2104	Sa	19.09.26	11.15-12.00	8x	58,00 €
2107	Sa	05.12.26	11.15-12.00	8x	58,00 €
2110	Sa	20.02.27	11.15-12.00	8x	58,00 €
2113	Sa	22.05.27	11.15-12.00	9x	65,20 €

Für Babys von 7 bis 12 Monaten

2105	Sa	19.09.26	12.00-12.45	8x	58,00 €
2109	Sa	05.12.26	12.00-12.45	8x	58,00 €
2111	Sa	20.02.27	12.00-12.45	8x	58,00 €
2114	Sa	22.05.27	12.00-12.45	9x	65,20 €

Babyschwimmen am Samstag NUR für VÄTER in Eislingen

2106	Sa	19.09.26	12.45-13.30	8x	58,00 €
2112	Sa	20.02.27	12.45-13.30	8x	58,00 €
2108	Sa	05.12.26	12.45-13.30	8x	58,00 €
2115	Sa	22.05.27	12.45-13.30	9x	65,20 €

## Musikwichtel in der Villa Butz

Für Babys von 4 bis 18 Monaten

Babys haben ein feines Gespür für Musik. Musikalische Früherziehung schult schon in diesem Alter das Rhythmusgefühl und die Motorik. Gemeinsam werden dabei Themen aus der Erlebniswelt der Kinder ausgewählt, um musikalisch, spielerisch und kreativ bearbeitet zu werden. Musik, Rhythmus und Klang werden durch gemeinsames Schaukeln, Wiegen, Singen und Tanzen mit der Bezugsperson mit allen Sinnen erfahrbar gemacht. Weiterhin dürfen die Babys Rasseln, Klanghölzer und bunte Tücher ausprobieren. Mit Freude wird dabei spielerisch der Umgang mit Musik und dem eigenen Musizieren geübt.

Sophia Heiling

2116	Mo	09.00-09.30
2117	Mo	10.35-11.05

Alexandra Herz

2122 Do 16.10-16.55

## Musikwichtel in Ebersbach

Luisa Knabe

Für Babys von 9 bis 24 Monate

2125 Fr 09.15-10.00

Für Babys von 3 bis 9 Monate

2126 Fr 11.00-11.45

## Musikwichtel in Eislingen

Für Babys von 2 bis 18 Monaten

Karin Gumbinger

2131 Di 08.15-08.45

2134 Di 10.15-10.45

**Spielplatz Treff**  
Ein Ort zum Spielen & Austauschen

aktuelle Termine findet ihr online: 

Hier können alle Familien ohne Anmeldung vorbeikommen, gemeinsam spielen und sich austauschen.  
Ich bin für euch da, um Fragen zu beantworten, Orientierung zu geben oder bei Bedarf an weitere Angebote zu vermitteln.

Ein Angebot im Rahmen von:  
FamilienNavi Göppingen  
Nina Tom  
E-Mail: [familiennavi@hdf-gp.de](mailto:familiennavi@hdf-gp.de)  
Mobil: 0170/8801181  
[www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de)

  
FamilienNavi Göppingen

Das Projekt "FamilienNavi" wird durch das Ministerium für Wirtschaft, Innovation und Integration des Landes Baden-Württemberg im Auftrag des Bundesministeriums für Wirtschaft und Klimaschutz gefördert.



## MIT KINDERN AKTIV



LEFino® ist ein Konzept der Familien-Bildungsstätten in Württemberg (LEF) mit dem Motto „Eltern und Babys aktiv“. LEFino® bietet Ihrem Kind eine angemessene altersentsprechende Förderung durch Spiel- und Lernangebote. Durch immer wiederkehrende Rituale gewinnt Ihr Kind Orientierung und Sicherheit. Die ersten sozialen Kontakte zu anderen Babys in der LEFino® Gruppe sind eine gute Vorbereitung auf die Krippe. LEFino® bietet den Eltern neben Spaß und Freude mit ihrem Baby Raum für Gespräche über eigene Bedürfnisse und die ihres Kindes. Sie haben die Möglichkeit zu sozialen Kontakten durch das Bilden eines neuen Netzwerks. Eltern erhalten Informationen zu Entwicklung und Erziehung sowie Anregungen zur Entwicklungsförderung, die auch zuhause umgesetzt werden können.



Das Prager Eltern-Kindprogramm bietet Spiel- und Bewegungsanregungen entsprechend dem jeweiligen Entwicklungsstand des Kindes.

Die Bewegungsspiele stellen eine aktivierende Lernform dar, in der das Baby mit seinen Kompetenzen und Bedürfnissen das Spielangebot bestimmt. PEKiP unterstützt den Aufbau der positiven Beziehung zwischen Eltern und Kind durch gemeinsames Erleben von Bewegung, Spiel und Freude. In der PEKiP-Gruppe findet ein intensiver Erfahrungsaustausch über Erlebnisse mit dem Kind in und außerhalb der Gruppe statt. Die Kinder erleben erste soziale Beziehungen zu Gleichaltrigen im Beisein ihrer Eltern.



Weitere Infos unter:  
[www.pekip.de](http://www.pekip.de)



## Aktiv mit allen Sinnen

Der Kurs fördert die Sinne und Bewegungsfreude Ihres aktiven Babys auf vielfältige Weise.

Durch den Einsatz unterschiedlicher Materialien, abwechslungsreiche Bewegungsangebote, fröhliche Lieder und lustige Fingerspiele werden die Sinne intensiv angeregt.

Eltern lernen, die Signale ihres Babys noch besser wahrzunehmen und dessen Bedürfnisse gezielter zu erfüllen

Der Kurs berücksichtigt sowohl die Bedürfnisse der Eltern als auch der Babys, bietet reichlich Raum für Erfahrungsaustausch und unterstützt Eltern dabei, Vertrauen in ihr Handeln zu gewinnen, sei es in Bezug auf Schlaf, Ernährung oder Entwicklungsförderung.



Die ersten Monate mit Baby sind ein Wirbel aus Gefühlen, Fragen und neuen Herausforderungen. In diesem Kurs findest du einen geschützten Raum zum Ankommen, Austauschen und Krafttanken – auch Papas sind willkommen.

Jede Stunde startet mit einer sanften Babymassage für Nähe und Entspannung. Danach geht es um dich: Selbstfürsorge im Alltag, Vertrauen ins Bauchgefühl und warum „gut genug“ oft genau richtig ist.

Dazu bekommst du stärkende Impulse, ehrlichen Austausch und einfache Spielideen für die liebevolle Entwicklung deines Babys – alltagstauglich und wohltuend für euch beide.



## Eltern-Kind-Gruppen



### Singen – Spielen – Bewegen

Für Kinder von 1 bis 2,5 Jahren mit Begleitperson

In dem Kurs bekommt ihr altersgerechte Spiel- und Bewegungsangebote und verschiedene Materialien zur Verfügung gestellt. Ihr lernt Lieder, Finger- und Knie-reiterspiele kennen, die kleine Kinder begeistern und euch vielleicht in die eigene Kindheit zurückversetzen. Ihr erfahrt etwas über die kindliche Entwicklung und könnt so im stressigen Alltag gelassener reagieren. Ihr lernt andere Familien kennen und könnt euch miteinander austauschen. In dem Kurs steht ihr als Familie im Mittelpunkt und werdet bei einer starken Eltern-Kind-Bindung unterstützt.

Sandra Alberternst, Eltern-Kind-Gruppenleitung

2301 Mi 08.45-10.15

2306 Mi 10.30-12.00

Sophia Heiling, Gesundheits- und Krankenpflegerin

2311 Di 08.45-10.00

2317 Di 10.15-11.30

### Die kleinen Forscher – forschen, spielen, staunen

Für Kinder von 1 1/2 bis 3 Jahren mit Begleitperson

Maria-Monika Maurer, LEF-Eltern-Kind-Gruppen-Leiterin

Ihr Kind liebt es, sich drinnen und draußen zu bewegen und die Welt zu entdecken. Es ist Forscher, Entdecker und Künstler zugleich. Unterschiedliche Materialien und Räume regen die Kreativität an und fördern die Sinne. Durch eigenes Tun lernt Ihr Kind, seine Umwelt zu verstehen. Deshalb möchten wir gemeinsam aktiv sein: Wir bewegen uns, singen und vesperrn. Im Garten der Villa Butz entdecken wir die Natur, beobachten Pflanzen und Tiere, sammeln Naturmaterialien und werden bei kleinen Naturbasteleien kreativ. So kann Ihr Kind die Umwelt mit allen Sinnen erleben und spielerisch erkunden.

2322 Fr 09.00-10.30

2327 Fr 10.45-12.00

### Knirpsentreff – Spiel, Spaß und Singen

Für Kinder von 1,5 bis 3 Jahren mit Eltern oder Großeltern

Anita Volkert, Lehrerin

In dieser Gruppe können Sie mit Ihren Kindern oder Enkelkindern zwischen 1 und 3 Jahren gemeinsam spielen, singen und basteln sowie sich mit anderen Eltern bzw. Großeltern austauschen. Gleichzeitig haben die Kinder die Möglichkeit mit Gleichaltrigen Kontakt aufzunehmen und Freunde zu gewinnen. Auch andere Begleitpersonen sind herzlich willkommen.

2332 Do 05.11.26 15.30-17.00 5x 60,00 €

2333 Do 21.01.27 15.30-17.00 6x 72,00 €

2334 Do 08.04.27 15.30-17.00 4x 48,00 €

# maler schmidtke

- Maler
- Stuckateure
- Industrielackierer
- Bodenleger
- Bodenbeschichter

**Maler Schmidtke GmbH**

Siemensstraße 3  
73079 Sülben  
Tel.: 07162-93 93 81  
info@maler-schmidtke.de  
www.maler-schmidtke.de

**FamilienNavi**  
Göppingen

Informieren. Vernetzen. Ankommen.

**Kontakt:**  
Nina Tom  
E-Mail:  
familiennavi@hdf-gp.de  
Mobil: 0170/8801181  
www.hdf-gp.de

Jetzt entdecken  
und passende  
Hilfe finden!

Das Projekt "FamilienNavi" wird durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Landesmitteln finanziert, die der Landtag von Baden-Württemberg beschlossen hat.

## Klettermäxle -

### Psychomotorische Bewegungsgruppe

Für Kinder von 1 bis 2 Jahren mit Begleitperson

Jedes Kind braucht Bewegung, Spiel und Spaß für seine seelische, motorische und kognitive Entwicklung, Raum und Zeit zum Experimentieren, Fantasie und Kreativität für Eigenständigkeit, Lob und Wertschätzung als Rückmeldung für ein positives Selbstkonzept. Ziele der Bewegungsgruppe sind, den eigenen Körper besser wahrzunehmen und das eigene Wahrnehmungs- und Bewegungsrepertoire zu erweitern. Die Kinder lernen die Fähigkeit, allein und gemeinsam zu handeln. Während der Gruppenstunden wird Ihnen das Prinzip der Psychomotorik nähergebracht und Sie erhalten Anregungen für Ihren Alltag zu Hause.

Ort: Jahnhalle Holzheim

Nadine Ottenbacher, Diplom-Pädagogin

2335 Mo 09.30-10.45

Sophia Heiling, Gesundheits- und Krankenpflegerin

2341 Mi 09.00-10.15

## Kinderyoga „Kleine Yogis“ für Kinder von 3 - 5 Jahren mit Begleitperson

Nadine Ottenbacher, Diplom-Pädagogin

Jedes Kind trägt bereits alles in sich, was es für ein glückliches Leben braucht. Im Kinderyoga öffnen wir diese innere Schatzkiste und entdecken Stärke, Ruhe und Freude. In liebevoller Atmosphäre lernen die Kinder Yoga ohne Druck – spielerisch, leicht und neugierig.

Wir üben kindgerechte Asanas und Atemübungen, erleben Kraft und Entspannung im Wechselspiel von Anspannung und Loslassen. Durch Fantasiereisen, Rituale und Geschichten finden die Kinder einen Zugang zu Achtsamkeit: Sie lernen, im Moment anzukommen, Gefühle wahrzunehmen und liebevoll mit ihnen umzugehen. Falls Ihr Kind noch eine Begleitperson braucht, sind Sie herzlich eingeladen bei der Yogastunde mitzumachen.

Ort: Kinder- und Familienzentrums der Christuskirche Eisingen

2347	Do	17.09.26	15.00-16.00	6x	48,00 €
2348	Do	05.11.26	15.00-16.00	7x	56,00 €
2349	Do	14.01.27	15.00-16.00	9x	72,00 €
2350	Do	08.04.27	15.00-16.00	5x	40,00 €
2351	Do	03.06.27	15.00-16.00	8x	64,00 €

## Die Villa Butz - der Ort für tolle Aktivitäten rund um die Familie.

**WAGNER - der Ort für hochwertige Elektrogeräte, professionelle Beratung und Service**



**WAGNER**

TV • HIFI • ELEKTROGERÄTE

Wagner Elektrohausgeräte GmbH - Ulmer Strasse 119 / 73037 Göppingen  
Telefon: 07161 78858 - vomwagner@web.de

## Purzelturnen im Bodenfeld

Bewegungsspaß für Kinder von 2 bis 4 Jahren mit Begleitperson  
Rebecca Hein, Übungsleiterin

Sobald kleine Kinder in Bewegung kommen, entdecken sie die Welt auf neue Art und Weise. In diesem Kurs bekommen bereits die Kleinsten die Gelegenheit zu vielseitigen Bewegungserfahrungen. Gemeinsam mit Mama, Papa, Oma oder Opa verbringen wir eine schöne abwechslungsreiche Zeit und fördern die Wahrnehmung und koordinativen Fähigkeiten durch Krabbeln, Rennen, Klettern, Schaukeln, Balancieren und Springen.

Ort: Turnhalle Hermann-Hesse-Realschule

2352	Fr	18.09.26	15.45-16.30	12x	86,40 €
2353	Fr	15.01.27	15.45-16.30	9x	64,80 €
2354	Fr	09.04.27	15.45-16.30	13x	93,60 €

## Turnen, Toben und Spielen

Bewegungsspaß für Kinder ab 4 Jahren mit Begleitperson  
Rebecca Hein, Übungsleiterin

Klettern, Springen, Toben und Bewegung unterstützt die kindliche Entwicklung in jeder Hinsicht. Körpergefühl, Kraft und Selbstbewusstsein werden gestärkt. Gemeinsam mit Mama, Papa, Oma oder Opa verbringen wir eine schöne abwechslungsreiche Zeit und fördern die Wahrnehmung und koordinativen Fähigkeiten.  
Ort: Turnhalle Hermann-Hesse-Realschule

2355	Fr	18.09.26	16.30-17.15	6x	43,20 €
2356	Fr	06.11.26	16.30-17.15	6x	43,20 €
2357	Fr	15.01.27	16.30-17.15	9x	64,80 €
2358	Fr	09.04.27	16.30-17.15	6x	43,20 €
2359	Fr	04.06.27	16.30-17.15	8x	57,60 €

## Mut im Bauch – Kinderworkshop mit Eltern

Für Kinder ab 4 Jahren mit Begleitperson  
Maren Pfeiffer, Erzieherin

In diesem Kurs gehen Kinder gemeinsam mit einem Elternteil auf Schatzsuche – dabei entdecken sie spielerisch ihre eigenen Stärken! Mit Bewegung, kreativen Übungen und kleinen Abenteuern lernen die Kinder, mutig zu sein und Herausforderungen zu meistern. Eltern bekommen wertvolle Impulse, wie sie ihr Kind im Alltag unterstützen können. Eine wunderbare Gelegenheit, zusammen als Familie zu wachsen und die einzigartigen Stärken jedes Kindes zu fördern!  
Bitte mitbringen: Essen, Trinken, Allergien bitte bei Anmeldung angeben

2360	Sa	17.04.27	14.00-16.00		21,00 €
				inkl. Material	5,00 €



**FamilienNavi  
Göppingen**  
Informieren. Vernetzen. Ankommen.

**Kontakt:**  
Nina Tom  
E-Mail: [familiennavi@hdf-gp.de](mailto:familiennavi@hdf-gp.de)  
Mobil: 0170/8801181  
[www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de)

Jetzt entdecken und passende Hilfe finden!



Das Projekt "FamilienNavi" wird durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Landesmitteln finanziert, die der Landtag von Baden-Württemberg beschlossen hat.





**zandel**  
design & kultur im bad  
seit 1886

**SPIELWIESE,  
RÜCKZUGSORT,  
WELLNESS-OASE,  
LIEBLINGSPLATZ  
– UNSER BAD FÜR DIE  
GANZE FAMILIE!**

**Gestalten Sie mit  
uns Ihren Lieblingsplatz!**

Poststr. 33/1 | 73033 Göppingen | Telefon: 07161.73360  
[info@zandel-bad.de](mailto:info@zandel-bad.de) [www.zandel-bad.de](http://www.zandel-bad.de)

## Pure Reinheit.

Wir sind Ihr Spezialist für zuverlässige Gebäudereinigung, Glasreinigung, Sonderreinigung und Betriebshygiene im Landkreis Göppingen, Esslingen und der Region Stuttgart.

- Unterhaltsreinigung
- Glasreinigung
- Sonder- und Grundreinigung
- Teppichreinigung
- Hausmeisterdienste
- Gartenpflege

 **Paper & Clean**

[www.paperandclean.de](http://www.paperandclean.de)

## Offene Angebote



### Elterncafé Ursenwang

Für Familien mit Kindern von 0-4 Jahren  
Banu Heidle,  
Elternberaterin, Erzieherin

Wir laden Sie herzlich zu unserem Elterncafé ein. Während die Kinder spielen, können Sie sich mit anderen Mamas oder Papas bei einer Tasse Kaffee oder Tee austauschen. Eine pädagogische

Fachkraft begleitet Sie in den ersten Jahren und gibt Unterstützung bei Fragen zur Erziehung, Entwicklung des Kindes und allgemeinen Lebensfragen.  
Ort: Kinderhaus an der Ursenwangschule

2402 Mo 09.30-11.30

### Café für Alleinerziehende am Sonntagnachmittag

Ingrid Winkler, Evi Berner, Güldane Ögretmen



Unser Café ist ein offener Treffpunkt für alle Alleinerziehenden mit Kindern – ganz unabhängig von Konfession oder persönlichem Hintergrund. Hier finden Sie die Gelegenheit, in entspannter Atmosphäre mit anderen ins Gespräch zu kommen, Erfahrungen zu teilen und neue Kontakte zu knüpfen.

In Kooperation mit der Diözese Rottenburg-Stuttgart und der Evangelischen Kirchengemeinde Göppingen freuen wir uns auf Ihr Kommen!

2403 So 11.10.26 14.00-17.00  
2404 So 15.11.26 14.00-17.00  
2405 So 13.12.26 14.00-17.00

### Offener „Mehrlingstreff“ für Eltern von Zwillingen, Drillingen ... von 0 bis 6 Jahren

Information, Austausch und mehr.  
Noemi Gügel, Erzieherin

Mehrfaches Glück?! Zwillinge oder Mehrlinge können einen ganz schön aus der Bahn werfen. Nach einem ersten kleinen Schock überwiegt zunächst die Freude über das vielfache Glück und gleichzeitig wird dieses auch leicht getrübt durch die vielen anstehenden Fragen und Zweifel. Mit dem Blick auf die besondere Lebenssituation erhalten Eltern von Zwillingen und Mehrlingen Anregungen und Informationen zur Gestaltung ihrer Lebenssituation. Auch besteht die Möglichkeit, sich mit Gleichgesinnten auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen.

2411 Fr 25.09.26 15.00-17.00  
2412 Fr 23.10.26 15.00-17.00  
2413 Fr 27.11.26 15.00-17.00  
2414 Fr 18.12.26 15.00-17.00

### Offener Treff für Familien mit Autismus-Spektrum-Störung

Tina Weißgerber, Kornelia Freche, Ute Kuhwald

Autismus-Spektrum-Störung – die Diagnose oder der Verdacht wirft bei vielen Eltern Fragen auf, ist mit Sorgen und Unsicherheit verbunden. In unserem offenen Treff bieten wir einen informellen und unterstützenden Rahmen für Familien von Kindern mit Autismus-Spektrum-Störungen (ASD). Unser Treffpunkt bietet die Möglichkeit für Eltern, Geschwister und andere Familienmitglieder, sich zu treffen, Erfahrungen auszutauschen und gegenseitige Unterstützung zu finden. Weiterhin bieten wir auch die Gelegenheit, um mehr über Autismus zu erfahren und von Fachleuten auf diesem Gebiet zu lernen. Wir können relevante Themen diskutieren, Fragen beantworten und Ressourcen für weitere Unterstützung bereitstellen.

2421 Fr 16.10.26 16.00-17.30  
2422 Fr 13.11.26 16.00-17.30  
2423 Fr 04.12.26 16.00-17.30

## ILSE Gruppe für Regenbogenfamilien

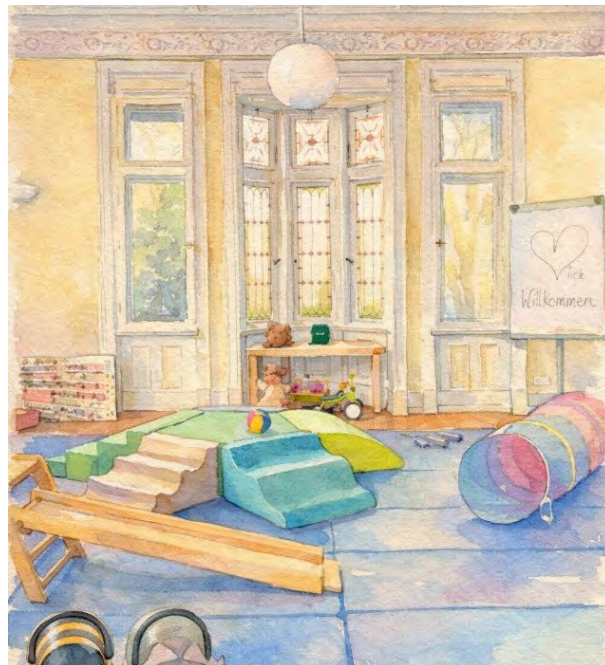
Für alle Regenbogenfamilien  
mit Kindern oder mit Kinderwunsch  
Melike Steinwand



Wir sind Regenbogenfamilien aus Göppingen und Umgebung und treffen uns regelmäßig einmal im Monat am Wochenende. Wir schaffen mit diesen Treffen eine Möglichkeit zum Austausch, zum gemeinsamen Gespräch und zum Teilen und Weitergeben von Erfahrungen.

Die Kinder können in der Zeit gemeinsam spielen, basteln und Abenteuer erleben. Weitere Infos und aktuelle Termine gibt es bei Melike Steinwand:  
melike.steinwand@web.de

2430	So	27.09.26	15.00-17.00
2431	So	25.10.26	15.00-17.00
2432	Sa	14.11.26	15.00-17.00
2433	Sa	19.12.26	15.00-17.00



# INKLUSION VON ANFANG AN

Gemeinsam Freizeit erleben. Gemeinsam lachen und sich austauschen mit den inklusiven Angeboten für Familien und Kinder im Haus der Familie. Gerne unterstützen unsere Brückenbauer in Einzelassistenz und ermöglichen so eine Teilnahme. So befördern wir Inklusion und Teilhabe. Wir freuen uns auf Sie.

Lebenshilfe Göppingen e. V. · [www.lh-goeppingen.de](http://www.lh-goeppingen.de)  
Heubachstraße 6-10 · 73092 Heiningen



### Mini-Malwerkstatt für Eltern und Kind

Iris Kopp, Dipl. Schmuckdesignerin



Mit Pinsel, Kreide, Fingerfarbe, Stempeln, Farbrollen, unterschiedlichen Materialien entstehen spielerisch die ersten Bilder Ihres Kindes. Mit allen Sinnen wird nach Lust und Laune künstlerisch experimentiert.

1½ bis 2½ Jahren mit Begleitperson						
2434	Fr	18.09.26	14.30-15.30	3x	33,00 €	
2435	Fr	29.01.27	14.30-15.30	3x	33,00 €	
2 bis 3 Jahren mit Begleitperson						
2436	Fr	18.09.26	15.30-16.30	3x	33,00 €	
2437	Fr	29.01.27	15.30-16.30	3x	33,00 €	
2½ - 3 ½ Jahren mit Begleitperson						
2438	Fr	18.09.26	16.30-17.30	3x	33,00 €	
2439	Fr	29.01.27	16.30-17.30	3x	33,00 €	
					inkl. Material	6,00 €

### Singen KINDERleicht

Singgruppe für Kindergartenkinder mit Eltern oder Großeltern  
Michael Alföldy

Singen macht glücklich, fit und schlau! Das belegt eine Studie der Universität Münster zur Bedeutung des Singens. Kinder, die täglich eine halbe Stunde singen, schneiden bei den Einschulungstests deutlich besser ab als diejenigen, die nicht oder selten singen. Unsere Kinder-Familien-Singgruppe soll Mut machen, wieder mehr mit Kindern zu singen. Es werden bekannte und neue Kinderlieder in fröhlicher Runde gesungen. Jung und Alt sind herzlich eingeladen!

2440	Di	03.11.26	16.00-17.00	5x	20,00 €
2441	Di	16.02.27	16.00-17.00	5x	20,00 €

### Kreativer Kindertanz – mit Tanz und Musik die Welt entdecken

Lisa Teutscher, Trainer Lizenz - Tanz und Bewegung - Les MillsCore

In diesem Kurs entdecken Kinder auf spielerische Weise die Welt von Musik und Bewegung. Durch gemeinsames Singen, rhythmische Spiele und einfache Tänze werden gezielt Motorik, Koordination, Sprachentwicklung und das musikalische Grundverständnis gefördert. Mit viel Fantasie gestalten wir kleine Choreografien und Bewegungsspiele – dabei gehören Laufen, Hüpfen, Springen und Drehen genauso dazu wie fröhliche Tanzspiele und mitreißende Musik. Mit Freude und altersgerechten Impulsen stärken die Kinder ihr Körpergefühl, ihr Rhythmusgefühl und ihr Selbstvertrauen.

Für Kinder von 2 bis 4 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen	
2442	Mi 16.00-16.45
Für Kinder von 4 bis 6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen	
2445	Mi 17.00-17.45

**FOLLOW US**

Ihr wollt aktuelle Informationen und Kursangebote, live aus der *VILLA BUTZ*. Folgt uns auf **Instagram**

Bestellen Sie **VERSANDKOSTENFREI** in unserem Onlineshop [www.buchperle-kostbar.de](http://www.buchperle-kostbar.de)

oder stöbern Sie doch ganz in Ruhe abends, nach Geschäftsschluss bei Häppchen & Getränk.

**Wertvolles für mehr Leben**

**BuchPerle kostbar**

Wühlestraße 26 • 73033 Göppingen • Tel. 07161-70604 • [www.buchperle-kostbar.de](http://www.buchperle-kostbar.de)

## Musikzwerge und Musikwiese



### Musikzwerge für Kinder von 18 Monaten bis 3 Jahren

Kleinkinder und deren Eltern erhalten zum gemeinsamen Musizieren vielfältige Anregungen, sich gemeinsam zur Musik zu bewegen, mit dem eigenen Körper zu singen, zu klatschen, zu stampfen, uvm. Durch das Kennenlernen einfacher Musikinstrumente (Rasseln, Klanghölzer, Schellen, Trommeln, etc.) und verschiedener Materialien (bunte Tücher, Bälle, Federn, Schwungtuch, ...) erfahren die Kinder die Welt der Klänge und erleben einen frühen Zugang zur Musik. Musik fördert ganz nebenbei die motorischen Fähigkeiten, soziales Verhalten und die Sprachentwicklung.

### Musikzwerge in der Villa Butz

Für Kinder von 1½ bis 3 Jahren mit Begleitperson

Alexandra Herz, Sängerin, Musikerin  
2502 Do 15.20-16.05

Sophia Heiling, Gesundheits- und Krankenpflegerin  
2507 Mo 09.40-10.25

### Musikzwerge in der Villa Butz

Für Kinder von 1½ bis 3 Jahren mit Begleitperson  
Alexandra Herz, Sängerin, Musikerin

2504 Do 15.20-16.05

### Musikwiese in Ebersbach

Für Kinder ab 2 Jahren mit Begleitperson  
Luisa Knabe, Master of Arts Interkulturelle Kommunikation

2510 Fr 10.00-11.00

### Musikzwerge in Eislingen

Für Kinder von 1 ½ bis 3 Jahren mit Begleitperson  
Karin Gumbinger, Resilienzberaterin, Hypnose Coach

2513 Di 08.45-09.30  
2514 Di 09.30-10.15

### Musikwerkstatt für Kinder von 3 bis 5 Jahren mit Begleitung

Alexandra Herz, Sängerin, Musikerin

2501 Do 14.30-15.15

**Babykonzert**

am So. 21.03.2027  
Villa Butz, Haus der Familie Göppingen  
Einlass: 10.30 Uhr | Beginn: 11Uhr

Baby- und Kleinkindkonzert: Ein unvergessliches Klangerlebnis für die Kleinsten!  
Für Kinder von 0 – 3 Jahren,  
Geschwisterkinder sind herzlich willkommen

Bitte Krabbeldecken mitbringen!

Anmeldung über Villa Butz, Haus der Familie Göppingen e.V.

www.lisa-sieget.de

## Waldernis für Eltern und Kinder



### Der Wald im Wandel der Jahreszeiten – Ein Naturerlebnis für Kinder und Eltern

Für Kinder von 3 bis 6 Jahren mit Begleitperson  
Jessica Belle, Familienbegleiterin, SuperMAMAFitness-Trainerin

Fast nirgendwo sonst in der Natur lassen sich die Jahreszeiten intensiver erleben als im Wald. Ein naturnahes Erlebnis für Familien zum Staunen, Forschen und Draußensein.  
Treffpunkt: Wanderparkplatz Eiche, Schlater Wald

### Der Wald im Herbst

Wir spüren die einkehrende Ruhe im Herbst, gehen durch das bunte Laub, entdecken Pilze sowie Früchte und beobachten mit etwas Glück, wie sich Tiere auf den Winter vorbereiten.

2701	Fr	16.10.26	15.30-17.30	16,00 €
			Geschwisterkind	6,50 €

### Der Wald im Winter – Waldweihnacht

Am Lagerfeuer und mit Kerzen, die den Wald erhellen, läuten wir die Waldweihnacht ein.

2702	Fr	11.12.26	15.30-17.30	16,00 €
			Geschwisterkind	6,50 €

### Der Wald im Winter

Wir erfahren die Kälte und Stille mit allen Sinnen und entdecken spannende Abläufe, die sich im Wandel des Jahres im Wald vollziehen.

2703	Fr	12.02.27	15.30-17.30	16,00 €
			Geschwisterkind	6,50 €

### Der Wald im Frühling

Wir erfahren das Aufblühen des Lebens im Frühjahr mit allen Sinnen und entdecken spannende Abläufe, die sich im Wandel des Jahres im Wald vollziehen.

2704	Fr	16.04.27	15.30-17.30	16,00 €
			Geschwisterkind	6,50 €

### Der Wald im Sommer

Wir beobachten das fleißige Treiben der Waldbewohner und erfahren mit allen Sinnen, wie erholsam und kühl ein heißer Sommertag unter dem dichten Blätterdach im Wald sein kann.

2705	Fr	09.07.27	15.30-17.30	16,00 €
			Geschwisterkind	6,50 €

### Waldwichtel

Für Kinder von 1 3/4 bis 3 Jahren mit Begleitperson  
Heike Meyer, Schreinerin, Korbmacherin

Unser Wald ist ein prima Spielplatz, Turnraum und eine Wunderkiste zugleich. Wir entdecken den Wald und seine vielen Bewohner, wir forschen, stöbern, staunen und haben Zeit für Lieder, Spiele und Basteleien, die in der Natur besonders viel Spaß machen. Die Kinder können unter freiem Himmel ihr natürliches Bedürfnis nach Bewegung ausleben, sie hüpfen, balancieren und schaukeln. Mit diesem Kurs schenken Sie Ihrem Kind zwei Stunden gemeinsame Zeit für besondere Erlebnisse in der Natur. Er findet sowohl bei Sonnenschein als auch bei Regen statt. Die Kinder laufen alleine oder an der Hand des begleitenden Erwachsenen, z.T. werden sie ein Stück getragen. Kinderwagen sind daher ungeeignet.  
Ort: Parkplatz Spitalwald Göppingen

2361	Mo	14.09.26	15.30-17.30	6x	101,00 €
2362	Mo	02.11.26	15.30-17.30	4x	67,00 €
2363	Mo	01.03.27	15.30-17.30	4x	67,00 €
2364	Mo	05.04.27	15.30-17.30	5x	84,00 €
2365	Mo	31.05.27	15.30-17.30	5x	84,00 €
2366	Mo	05.07.27	15.30-17.30	4x	67,00 €
					inkl. Material

# Göppinger Familientreffs



Familientreffs sind offene Treffs für Mütter, Väter, Großeltern sowie andere Erziehungspersonen mit Kleinkindern und Babys bis zum Kindergarteneintritt. Das Angebot ist kostenfrei und eine Anmeldung ist nicht nötig.

## Die Göppinger Familientreffs sind Orte, an denen Sie:

- durchatmen und in gemütlicher Runde plaudern können
- Kontakte zu anderen Eltern knüpfen
- Unterstützung durch gegenseitigen Austausch bekommen
- Beratung in Erziehungs-, Partnerschafts- und allgemeinen Lebensfragen erhalten
- und vieles mehr

Außerdem können Sie an zusätzlichen Angeboten für Groß und Klein teilnehmen:

## Spielkreis:

Am Schluss jedes Cafétreffs findet ein Spielkreis mit Fingerspielen, Bewegungsspielen und Mitmachliedern statt.

## Offene Gesundheitssprechstunde:

Erfahrene Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenschwester beantwortet 1x im Monat alle Fragen rund um die Gesundheit von Babys, Kinder und Mamas.

## Offene psychologische Sprechstunde:

Unsere Psychologin steht Ihnen für Ihre persönliche Fragen und Anliegen zur Verfügung! Sie können in gemütlicher Runde oder auch unter vier Augen mit ihr ins Gespräch kommen.

## Themenbezogene Veranstaltungen:

In regelmäßigen Abständen finden verschiedene Veranstaltungen wie z.B. Faschingsfeier, Sommerfest, Osterfeier und Nikolausfest statt.

## Beratung & offene Sprechstunde:

Gerne beraten wir Sie in Erziehungs-, Partnerschafts- und allgemeinen Lebensfragen.

## Orte:

Haus der Familie Villa Butz:  
Mörikestraße 17, Göppingen

## Öffnungszeiten:

Dienstag 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr  
Donnerstag 09:00 Uhr bis 11:30 Uhr

## Familientreff Bodenfeld:

Martin Luther Gemeindehaus, Fuchseckstraße 32

## Öffnungszeiten:

Dienstag und Freitag 09:00 Uhr bis 11:30 Uhr

**Interesse?** Kommen Sie einfach vorbei! Oder kontaktieren Sie uns unter:



Stefanie Zimmermann (Haus der Familie Villa Butz)

Tel.: 0176 173 033 20

E-Mail: [s.zimmermann@awo-gp.de](mailto:s.zimmermann@awo-gp.de)

Anna Mlynarczyk (Bodenfeld)

Tel.: 0176 173 033 11

Mail: [a.mlynarczyk@awo-gp.de](mailto:a.mlynarczyk@awo-gp.de)

Weitere Infos und aktuelle Veranstaltungen

finden Sie hier: [www.familientreffs.de](http://www.familientreffs.de)

facebook: Göppinger Familientreffs



Die Familientreffs werden in Kooperation mit dem Landkreis Göppingen, der Stadt Göppingen, dem AWO Kreisverband Göppingen e.V. und dem Haus der Familie durchgeführt.



# Kinder und Jugendliche

Hinter die Kulissen schauen, das Unbekannte erforschen und unsere Umwelt mit allen Sinnen erleben – bei unseren vielfältigen Angeboten für Kinder und Jugendliche habt ihr die Möglichkeit, Wissenswertes zu erfahren, eure Persönlichkeit zu bilden und euer Weltbild zu erweitern. Bei uns findet ihr interessante Kurse, in denen ihr euch ausprobieren, forschen und kreativ werden könnt.

Unsere qualifizierten Kursleiter\*innen regen in den vielfältigen Bildungsangeboten zum Austausch an. Dabei spielen die aktuellen Trends aus Sport, Kunst und Kultur stets eine Rolle. Unser Ziel ist es euch in eurer Persönlichkeitsentwicklung zu fördern und zu einer aktiven Mitgestaltung unserer Gesellschaft zu motivieren.

## In den Sommerferien

viele abwechslungsreiche Sommerangebote für Kinder und Jugendliche findet ihr auch auf unserer Homepage!



## Theater – Workshop

für Kinder von 8 bis 12 Jahren  
Christina Weinhold, Lehrerin, Lerncoach

In dem Theaterworkshop machen wir uns mit den Grundlagen und Werkzeugen der Schauspielerei vertraut: Wir entdecken die Wirkung unserer Stimme, lernen, wie wir unseren Körper einsetzen und unsere Mitspieler und die Bühne wahrnehmen.

3809	Mo	03.08.26	08.30-12.30	5x	125,00 €
3818	Mo	10.08.26	08.30-12.30	5x	125,00 €
					inkl. Material 5,00 €

## Löwenstark durchs Leben

Resilienz-Training für Kinder von 6 bis 10 Jahren  
Mimi Culpin, ResilienzTrainerin, ReflexIntegrationstrainerin

3808	Sa	01.08.26	14.00-17.00		25,00 €
3842	Sa	12.09.26	10.00-13.00		25,00 €
					inkl. Material 1,00 €

## Babysitterkurs

Für Jugendliche ab 14 Jahren

Du möchtest als Babysitter arbeiten? In diesem Kurs hast du die Möglichkeit, alle Kenntnisse und Fertigkeiten für den Job zu erwerben. Schwerpunktmäßig werden besprochen: Entwicklung von Kindern und Beschäftigungsmöglichkeiten in verschiedenen Altersstufen, Unfallvermeidung und Erste Hilfe am Kind, Rechte und Pflichten eines Babysitters, Ernährung und Pflege im Säuglings- und Kleinkindalter.

Nach erfolgreichem Kursbesuch erhalten die Teilnehmer/-innen ein Zertifikat.

3847	Do	30.07.26	10.00-17.00		
	Fr	31.07.26	10.00-17.00	2x	65,00 €

# INNERE STÄRKE FÜR DEIN KIND UND DICH

CULPIN *mimi*  
COACHING & TRAINING



## RIT® - REFLEXINTEGRATION

Hilft deinem Kind bei:

- Konzentrationsproblemen
- Körperlicher Unruhe
- Bettnässen nach dem 5. Lj.
- Geringer Impulskontrolle
- Schlechtem Schriftbild
- Lernschwierigkeiten
- Rechenschwäche
- Grob- und Feinmotorik ...

## COACHING FÜR KINDER & ERWACHSENE

- Ängste & Unsicherheiten loslassen
- Emotionale Blockaden lösen
- Starke Gefühle meistern
- Blockierende Glaubenssätze auflösen
- Selbstwertgefühl & innere Stärke fördern
- Bedürfnisse erkennen
- Mehr Leichtigkeit ...



## RESILIENZTRAINING IN VOR- & GRUNDSCHULE

- Mobbingprävention
- Entspannter Umgang mit Beleidigungen und Provokationen
- Konfliktsituationen selbstsicher lösen
- Klare Kommunikation
- Dein Fokus – deine Macht
- Gefühle – dein Kompass
- Macht unserer Gedanken
- Innere Stärke ...

mimi culpin - Coaching & Training für innere Stärke

[www.mimiculpin.de](http://www.mimiculpin.de) / 0176 - 6040 7165  
[kontakt@mimiculpin.de](mailto:kontakt@mimiculpin.de) / 73099 Adelberg



**Eisgenuss zum Selbermachen – Frisch, natürlich, lecker!**  
für Kinder von 8 bis 12 Jahren.

Fabio Vercelli

Ort: Gelateria Fratelli, Hauptstr. 6, Rechberghausen

3830	Di	08.09.26	09.30-10.45	18,50 €
3832	Di	08.09.26	11.00-12.15	18,50 €

### Kunstatelier – Kreativwerkstatt

für Kinder von 8 – 11 Jahren

Maria-Monika Maurer, LEF-Eltern-Kind-Gruppen-Leiterin

Wir lernen verschiedene Techniken kennen, experimentieren mit Farben und Materialien und erschaffen einzigartige Kunstwerke. Ob Malerei, Skulptur oder Collage – hier können die Kinder ihrer Fantasie freien Lauf lassen und ihre eigenen Ideen umsetzen. Menschen mit und ohne Handicap sind willkommen.

3819	Mo	10.08.26	09.30-11.30	5x	90,00 €
				inkl. Material	20,00 €

### Lernen und Sprache

#### Pflasterpass® Bronze – Erste Hilfe für Kinder von 4 bis 8 Jahren

Nicole Willmann, Pflasterpass®-Kursleitung

Mit einer illustrierten Tiergeschichte lernen die Kinder spielerisch und kindgerecht den ersten Umgang mit einer Unfallsituation. Sie lernen und merken sich die Notrufnummer, üben das Absetzen eines Notrufs sowie die Wundversorgung durch Pflaster und Verbände. Zusätzlich dürfen die Kinder zum Schluss noch kurz die stabile Seitenlage üben, auf welche dann im Silberkurs näher eingegangen wird.

3201	Do	17.09.26	15.30-16.30	10,00 €
3202	Do	18.02.27	15.30-16.30	10,00 €
3203	Do	13.05.27	15.30-16.30	10,00 €

#### Pflasterpass® Silber – Erste Hilfe für Kinder von 5 bis 8 Jahren

Nicole Willmann, Pflasterpass®-Kursleitung

Im ersten Teil des Kurses werden die Themen aus dem Bronzekurs nochmal behandelt und wiederholt. Daher können auch Kinder direkt einsteigen, die vorher keinen Bronzekurs besucht haben. Durch seine 2 Unterrichtsteile ist der Silberkurs deutlich umfangreicher als der Bronze-kurs. Hier stehen vor allem die Unfallprävention und das Anwenden von weiterem Verbandmaterial im Vordergrund. Außerdem wird intensiv auf die stabile Seitenlage eingegangen und geübt.

3204	Do	12.11.26	15.30-17.00	15,00 €
3205	Do	18.03.27	15.30-17.00	15,00 €
3206	Do	17.06.27	15.30-17.00	15,00 €

#### Lernwerkstatt Grundschule

für Grundschüler der Klassen 1 bis 4

Christina Weinhold, Lehrerin, Lerncoach

In der Lernwerkstatt erfahren die Schülerinnen und Schüler, wie sie ihr Selbstvertrauen stärken und wie Lernen funktioniert. Wir üben, wie man sich auf Klassenarbeiten vorbereitet. Außerdem finden wir die besten Strategien, für die Themen Hausaufgaben, Konzentration, Motivation und Prüfungsstress. Alle Kinder erstellen ihren persönlichen Hausaufgabenplan. In der Lernwerkstatt wird mit einem Work-Book gearbeitet. Es enthält Arbeitsblätter, Checklisten und Merkhilfen zu jedem Thema des Workshops, so dass die Kinder zuhause alles umsetzen können.

3207	Sa	14.11.26	09.00-12.00	2x	52,00 €
3208	Sa	06.03.27	09.00-12.00	2x	52,00 €
				inkl. Material	4,00 €

#### Lernwerkstatt Klasse 5-7

Christina Weinhold, Lehrerin, Lerncoach

3209	Sa	07.11.26	09.00-12.30	2x	60,00 €
3210	Sa	20.02.27	09.00-12.30	2x	60,00 €
				inkl. Material	4,00 €





### Kinderyoga „Sonnenkinder“

Für Kinder von 4 bis 6 Jahren

Carolina Hartmann, Yogalehrerin für Kinder und Jugendliche

Du bist die strahlende Sonne deines Lebens!

Gemeinsam reisen wir in unserem Kinderyoga spielerisch durch Fantasiewelten. Mit kreativen Bewegungssequenzen und liebevollen Ritualen unterstütze ich dich dabei, deine Koordination, deine Balance, deinen Mut und dein Selbstvertrauen zu entdecken und zu stärken. Dabei haben wir natürlich auch jede Menge Spaß! Du lernst, dich zu konzentrieren und zu entspannen – Fähigkeiten, die dir auch im Alltag helfen, klarer zu denken und herausfordernde Situationen besser zu meistern. Du wirst spüren, wie wertvoll du bist! Komm mit auf eine bunte Reise zu deinen inneren Schätzen.

3301	Fr	18.09.26	14.30-15.30	10x	96,30 €	
3302	Fr	15.01.27	14.30-15.30	10x	96,30 €	
3303	Fr	16.04.27	14.30-15.30	10x	96,30 €	
					inkl. Material	3,00 €

### Wenn Nähe bewegt – Eltern-Kind Yoga

Für Kinder ab 3 Jahren mit Begleitperson

Carolina Hartmann, Yogalehrerin für Kinder und Jugendliche

Wenn Nähe bewegt – Eltern-Kind-Yoga lädt euch ein, gemeinsame Zeit bewusst zu erleben. Fern vom Alltag entsteht ein geschützter Raum, in dem Verbindung wachsen darf – durch Bewegung, Berührung und kleine Rituale. Spielerische Yogaübungen, einfache Partnerhaltungen und liebevolle Impulse stärken das Vertrauen zueinander und schenken euch Momente echter Nähe. Mal lebendig und fröhlich, mal ruhig und entspannend – immer im Miteinander. Dieser Kurs ist eine Einladung, innezuhalten, gemeinsam zu lachen, zu spüren und einfach Zeit füreinander zu haben.

3344	Sa	21.11.26	10.00-11.00	28,00 €	
3816	Sa	08.08.26	10.00-11.00	28,00 €	
				inkl. Material	3,00 €

### Yogakids – Yogapower für Kinder ab 6 Jahren

Nadine Ottenbacher,

Diplom-Pädagogin, Kinderyogalehrerin

Jedes Kind trägt bereits alles in sich, was es für ein glückliches Leben braucht. Im Kinderyoga öffnen wir diese innere Schatzkiste und entdecken Stärke, Ruhe und Freude. In liebevoller Atmosphäre lernen die Kinder Yoga ohne Druck – spielerisch, leicht und neugierig. Wir üben kindgerechte Asanas und Atemübungen, erleben Kraft und Entspannung im Wechselspiel von Anspannung und Loslassen. Durch Fantasiereisen, Rituale und Geschichten finden die Kinder einen Zugang zu Achtsamkeit: Sie lernen, im Moment anzukommen, Gefühle wahrzunehmen und liebevoll mit ihnen umzugehen.

Ort: Kinder- und Familienzentrum der Christuskirche Eisligen

3304	Do	17.09.26	16.15-17.15	6x	48,00 €
3305	Do	05.11.26	16.15-17.15	7x	56,00 €
3306	Do	14.01.27	16.15-17.15	9x	72,00 €
3307	Do	08.04.27	16.15-17.15	5x	40,00 €
3308	Do	03.06.27	16.15-17.15	8x	64,00 €

## Selbstbehauptungskurs

David Risch

Selbstbewusst auftreten, sich selbst behaupten gegenüber anderen Kindern oder auch gegenüber Erwachsenen. In Rollenspielen üben die Kinder, Konfliktsituationen gewaltfrei zu lösen. Das gibt ihnen Sicherheit; sie lernen, wie sie sich verhalten können, um weder Opfer noch Täter zu werden. Für den Notfall, wenn alle Versuche der Gewaltvermeidung scheitern, üben die Kinder wirkungsvolle Selbstverteidigungstechniken. Spaß ist dabei ein Schlüssel zum Erfolg, denn Kinder lernen einfach schneller in einer freundlichen Atmosphäre.

für Kinder von 5 bis 8 Jahren

3309	Mi	07.10.26	14.40-15.40	10x	80,00 €
3310	Mi	20.01.27	14.40-15.40	9x	72,00 €
3311	Mi	14.04.27	14.40-15.40	10x	80,00 €
3312	Mi	07.10.26	15.45-16.45	10x	80,00 €
3313	Mi	20.01.27	15.45-16.45	9x	72,00 €
3314	Mi	14.04.27	15.45-16.45	10x	80,00 €

für Kinder von 7 bis 10 Jahren

3315	Mi	07.10.26	16.50-17.50	10x	80,00 €
3316	Mi	20.01.27	16.50-17.50	9x	72,00 €
3317	Mi	14.04.27	16.50-17.50	10x	80,00 €

## Kung Fu Kids

Für Kinder von 6 bis 12 Jahren

Björn Tobias Streng, Sinologe, Kung-Fu-Lehrer

neu

Kinder lernen auf spielerische Weise sich zu verteidigen und in Konfliktsituationen nicht in die Opferrolle zu geraten. Sie lernen effektive Techniken für den Notfall und Grundlagen, die dafür notwendig sind. Den eigenen Fortschritt wahrzunehmen und zu wissen, dass man durchaus wehrhaft ist, wird das Selbstbewusstsein Ihres Kindes enorm steigern. Partnerübungen, bei denen man abwechselnd gewisse Verteidigungs- und Angriffstechniken ausführt, vermitteln gegenseitige Umsicht und Rücksicht sowie Erkenntnis, dass das Einhalten gewisser Regeln und ein fairer Umgang untereinander und miteinander wichtig im Leben ist.

3318	Mo	28.09.26	15.00-16.00	5x	40,00 €
------	----	----------	-------------	----	---------

## Kinder-Oase: Zeit für (d)eine Pause

Für Kinder von 6 bis 10 Jahren

Maren Pfeiffer, Erzieherin

Der Kinder-Entspannungskurs bietet eine wohlverdiente Pause für kleine Köpfe und Körper. Spielerische Übungen helfen dabei, auf den eigenen Körper und das Herz zu hören, innere Ruhe zu finden und den (Freizeit-)stress loszulassen. In einer Welt, in der Kinder oft schon früh unter Druck stehen, ist es wichtig, Zeit für Entspannung zu schaffen. Durch einfache Methoden lernen sie, zur Ruhe zu kommen und sich selbst besser zu verstehen.

3319	Sa	07.11.26	14.00-17.00	29,00 €
				inkl. Material 5,00 €

**Schwimmkurs**

Interessiert an einem Schwimmkurs für Kinder ab 6 Jahren?

Auf unserer Homepage finden Sie aktuelle Angebote.

Der QR-Code bringt Sie direkt zu Terminen und zur Anmeldung.

## Mut im Bauch – Kinderworkshop zum Thema Selbstvertrauen und Mut

Für Kinder von 6 bis 10 Jahren

Maren Pfeiffer, Erzieherin

Willkommen beim „Mut im Bauch“ Kinderworkshop! Gemeinsam entdecken wir die Schätze in uns: Selbstwert, Selbstvertrauen und Mut. Durch Spiele, Geschichten und kreative Aktivitäten stärken wir euren inneren Helden. Wir lernen Dankbarkeit und Achtsamkeit als magische Schlüssel zum Glück. Dieser Workshop ist euer Raum zum Wachsen, Lachen und Strahlen. Lasst uns gemeinsam den Mut im Bauch entfachen und die Welt mit Herz und Selbstbewusstsein erobern!

3320 Sa	17.04.27	10.00-13.00	29,00 €
		inkl. Material	5,00 €

## Löwenstark durchs Leben

Resilienz-Training für Kinder von 6 bis 10 Jahren

Mimi Culpin, Resilienztrainerin, ReflexIntegrationstrainerin

„Ich bin gut so wie ich bin.“

Dieser Satz begleitet die Kinder von Anfang an durch das interaktive Training – und wird zu einem inneren Anker, der sie stärkt und ermutigt. Im Training lernen die Kinder, selbstsicher mit Beleidigungen, Provokationen und herausfordernden Situationen umzugehen. Mit viel Spaß erfahren sie, wie sie sich Streitereien nicht so zu Herzen nehmen, auf ihre Gefühle hören und sich selbst vertrauen können. Ein weiterer Teil des Trainings ist das Üben der Kommunikation: Wie kommuniziere ich richtig und wie setze ich Grenzen? All dies führt zu mehr innerer Ruhe, mehr Harmonie im Miteinander – und weniger Stress im Alltag. Die Kinder lernen, an sich zu glauben, ihre Stärken zu erkennen und mutig sie selbst zu sein. Löwenstark durchs Leben gehen – das ist das Ziel.

3321 Sa	14.11.26	10.00-13.00	25,00 €
---------	----------	-------------	---------

*Blumen sind unsere Leidenschaft!*

# Blumen Mendrok

Inh. Blumen Berner e. K.  
Hohenstauferstraße 91  
73033 Göppingen

☎ 07161 72206 + 74090  
☎ 07161 68745  
✉ info@blumenberner.de



Besuchen Sie uns im Internet: [www.blumenberner.de](http://www.blumenberner.de)

Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.



FOLLOW US

Ihr wollt aktuelle Informationen und Kursangebote, live aus der *VILLA BUTZ*. Folgt uns auf **Instagram**





## Rund ums Pferd

# Reitangebote

Alle Reitkurse finden auf dem Reiterhof Rügner in der Tintenbachstr. 56 in Göppingen-Jebenhausen statt.

Bei allen Reitkursen bitte mitbringen:

- Reit- bzw. Fahrradhelm
- Lange Hose
- Festes Schuhwerk
- Möglichst Handschuhe
- wetterangepasste Kleidung

### Halloweenspecial auf dem Ponyhof – verkleiden erwünscht

neu

Für Kinder von 3 bis 8 Jahren mit Begleitperson

Komm vorbei zu unserem gruseligen Pony-Abenteuer! Kleine Hexen, Geister und Monster dürfen sich auf einen besonderen Tag mit unseren lieben Ponys freuen – Verkleidung ausdrücklich erwünscht!

3324 Sa 24.10.26 13.30-15.00 24,00 €

### Herbstausritt durch den Wald

Für Kinder von 6 bis 10 Jahren mit Begleitperson

Bei einem herbstlichen Ausritt entdecken wir spielerisch die Natur vom Pferderücken aus und sammeln (erste) Reiterfahrten in entspannter Atmosphäre.

3326 Sa 26.09.26 15.00-16.30 24,00 €

### Ponynachmittag für kleine Pferdenarren

Gemeinsam putzen und satteln wir die Ponys, um sie anschließend zu reiten. Dabei erleben wir spannende Spiele und haben jede Menge Spaß in der Natur. Ein tolles Erlebnis für alle kleinen Pferdefreunde!

Für Kinder von 3 bis 6 Jahren mit Begleitperson  
3327 Sa 10.10.26 13.30-15.00 24,00 €

Für Kinder von 6 bis 10 Jahren  
3328 Sa 10.10.26 15.00-16.30 24,00 €

Für Kinder von 3 bis 8 Jahren mit Begleitperson  
3329 Sa 13.03.27 13.30-15.00 24,00 €

3341 Sa 10.04.27 15.00-16.30 24,00 €

### Voltigieren – Turnen auf dem Pferd

Für Kinder von 3 bis 8 Jahren mit Begleitperson

In diesem Voltigierkurs erlernen Kinder spielerisch den Umgang mit dem Pferd sowie erste turnerische Übungen auf dem Pferderücken. Im Mittelpunkt stehen Gleichgewicht, Vertrauen und Teamgeist.

3330 Sa 14.11.26 13.30-15.00 24,00 €

3331 Sa 13.03.27 15.00-16.30 24,00 €

3332 Sa 10.04.27 13.30-15.00 24,00 €

### Laternenfest mit Ponys

Für Kinder von 3 bis 8 Jahren mit Begleitperson

Ich reite mit meiner Laterne und meine Laterne reitet mit mir...

Bringt eure eigenen Laternen mit und lasst euch von unseren Ponys durch die Dunkelheit tragen.

3333	Sa	14.11.26	16.30-18.00	24,00 €
3334	Sa	21.11.26	16.30-18.00	24,00 €

### Vorweihnachtliche Ponywanderung, wir bringen den Wildtieren kleine Geschenke

Für Kinder von 3 bis 8 Jahren mit Begleitperson

...unterwegs mit den Ponys besuchen wir die heimischen Vögel und Tiere und bringen ihnen kleine Geschenke vorbei.

3335	Sa	05.12.26	13.30-15.00	24,00 €
3336	Sa	05.12.26	15.30-17.00	24,00 €

### Winterausritt mit Ponys und hoffentlich Schnee

Für Kinder von 3 bis 8 Jahren mit Begleitperson

Erlebe die Magie des Winters aus einer ganz besonderen Perspektive: hoch zu Pony! Bei unserem geführten Winterausritt genießt du die Landschaft in Begleitung unserer braven und trittsicheren Ponys.

3337	Sa	23.01.27	15.00-16.30	24,00 €
3338	Sa	23.01.27	13.30-15.00	24,00 €

### Faschingsumzug mit Ponys – verkleiden erwünscht

Für Kinder von 3 bis 8 Jahren mit Begleitperson

Bei diesem Faschingsumzug sind nicht nur die Kinder in bunten Kostümen unterwegs! Lasst Euch überraschen.

3339	Sa	06.02.27	13.30-15.00	24,00 €
3340	Sa	06.02.27	15.00-16.30	24,00 €

### Ponywanderung durch die blühenden Streuobstwiesen

Für Kinder von 3 bis 8 Jahren mit Begleitperson

Auf unseren Ponys genießen wir bei einem Ritt durch die Streuobstwiesen die Blüten und Blumen der Jahreszeit.

3342	Sa	24.04.27	13.30-15.00	24,00 €
3343	Sa	24.04.27	15.00-16.30	24,00 €

**Kennen Sie schon  
unseren Gutschein?**

GUTSCHEIN FÜR  
EINEN LIEBEN MENSCHEN



Das ideale Geschenk für Familien, MitarbeiterInnen  
in Firmen, Behörden und Banken ...

## Kinder und Eltern aktiv

### Mit Papa auf der Suche nach dem Grüffelo

Für Kinder von 4 bis 8 Jahren mit ihren Vätern  
Heiko Proft

Mitten im Wald hören wir die spannende Geschichte vom Grüffelo, und anschließend machen wir uns selbst auf die Suche. Es geht über Wurzeln und Bachläufe, über die Baumbrücke, durchs Weidendickicht und den Pirschpfad entlang. Irgendwo muss der Grüffelo doch sein? Vorlesen und Wanderung durchs Badwäldle dauern ca. 2 Stunden. Zum Abschluss kann auf dem Spielplatz gegrillt werden.

In Kooperation mit der Stadtbibliothek Göppingen.  
Ort: Parkplatz P3 Badstraße/Pappelweg Bad Boll

3401	Fr	02.10.26	14.30-16.30	5,00 €
3405	Fr	23.04.27	14.30-16.30	5,00 €

### Mit Papa zu den Rettungshunden

Für Kinder ab 4 Jahren mit Ihren Vätern  
Simone Walch, Bibliothekarin

Es erwartet euch ein spannender und informativer Nachmittag mit den Hunden der Rettungsstaffel. Ihr wolltet schon immer mal wissen, was Rettungshunde eigentlich machen? Wie werden diese ausgebildet und auf ihren Einsatz vorbereitet? Und wie sieht eigentlich ein Rettungshundetraining aus? Dann kommt doch mit zum Hauptquartier der Rettungshundestaffel. Vielleicht werden einige eurer Fragen schon beim Vorlesen eines spannenden Buches beantwortet. Ihr dürft gespannt lauschen, wenn euch auf dem Platz der Rettungshundestaffel vorgelesen wird.  
Ort: BRH Rettungshundestaffel Schlierbach

3402	Fr	16.10.26	16.00-17.30	5,00 €
------	----	----------	-------------	--------



### Mit Papa auf Zeitreise – im Schaudepot des Göppinger Technikforums

Für Kinder von 6-11 Jahren mit Begleitperson  
Karl Grözinger, Heiko Proft

Wie klang und arbeitete eine Fabrik vor über 100 Jahren? Gemeinsam mit Papa begeben sich Kinder im Technikforum Göppingen auf eine spannende Zeitreise in die Welt der Industrie. Umgeben von historischen Maschinen hören sie zu Beginn eine Geschichte, die Technik und Industrialisierung lebendig werden lässt. Bei der anschließenden Erkundung des Schaudepots erfahren die Teilnehmenden, wie es früher im Betrieb zugeht und welche Rolle das Filstal dabei spielte. Danach heißt es selbst ausprobieren: Die Kinder fertigen eine eigene Spardose und entdecken dabei Schritt für Schritt, wie Konservendosen hergestellt wurden. Ein Nachmittag voller Geschichten, Entdeckungen und eigener Erfahrungen. Die Veranstaltung findet im Schaudepot des Technikforums (Hermannstr. 2 in Göppingen) statt und wird in Kooperation mit der Stadtbibliothek Göppingen durchgeführt.

Bitte mitbringen: Geschlossene Schuhe und, da die Halle nicht beheizt wird, witterungsentsprechende Kleidung.

3403	Fr	06.11.26	15.00-17.00	5,00 €
------	----	----------	-------------	--------

## Brotretter-Werkstatt: Vermeidung von Lebensmittelverschwendung

Für Väter mit Kindern ab 8 Jahren  
Anita Volkert, Lehrerin



In diesem Kurs entdecken Väter und ihre Kinder, wie vielseitig und köstlich Brotreste sein können. Statt altes Brot wegzuworfen, verwandeln wir es gemeinsam in neue Lieblingsgerichte. Dabei erfahren die Teilnehmenden ganz praktisch, wie wertvoll unser tägliches Grundnahrungsmittel ist – und wie einfach sich Lebensmittelverschwendung vermeiden lässt. Der Kurs wird durch das Ministerium für Ernährung, Ländlicher Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg gefördert und benötigt keine Vorkenntnisse – nur Freude am gemeinsamen Ausprobieren. Für die verwendeten Lebensmittel entstehen Kosten, pro Paar in Höhe von 7-10 €.

3412 Sa 21.11.26 10.00-13.30 gebührenfrei

## Mit Papa auf dem Bauernhof

Für Kinder ab 5 Jahren mit Begleitperson  
Heiko Proft

Entdecke den Waldeckhof! Tierische Abenteuer und Geschichten warten auf euch! Bei diesem Ausflug werdet ihr den Waldeckhof und seine tierischen Bewohner kennenlernen. Ihr erfahrt, wie der Bauernhof funktioniert, welche Arbeiten getan werden müssen und wie die Tiere versorgt und gepflegt werden müssen. Zuvor hört ihr im „Geschichtenzelt“ spannende Erzählungen mit und über Tiere und dürft auch selbst ein bisschen schmökern. Im Anschluss könnt ihr im Hofcafé einkehren oder euch im Hofladen mit den Bauernhofprodukten versorgen. Ein perfekter Mittag, um gemeinsam Zeit zu verbringen und Neues kennen zu lernen. Das Angebot findet in Kooperation mit der Stadtbibliothek in Göppingen statt.  
Ort: Waldeckhof, Waldeckhof 1, Göppingen-Jebenhausen

3404 Fr 16.04.27 15.00-16.30 7,00 €

## Essbare Wildpflanzen kennenlernen und damit kochen

Für Kinder ab 6 Jahren mit Begleitperson  
Anita Gärtner, Zertifizierte Coachin  
für essbare Wildpflanzen

Bei einem Spaziergang genießen wir die bunten Farben der Natur und halten dabei Ausschau nach essbaren Wildpflanzen des Herbstes. Wir werden Wildkräuter, Wildfrüchte, Samen und Wurzeln, die eine schmackhafte Ergänzung in der alltäglichen Ernährung sind, näher kennenlernen und sammeln. Im Anschluss an den Spaziergang kochen wir in der Villa Butz wilde Leckereien, die wir gemeinsam essen.

3322 Mo 26.10.26 10.00-13.30 50,00 €  
inkl. Material 10,00 €

## Wildkräutersuppe und wilde Snacks

Für Kinder ab 6 Jahren mit Begleitperson  
Anita Gärtner, Zertifizierte Coachin  
für essbare Wildpflanzen

Bei einem gemeinsamen Wildkräuterspaziergang mit Eurer Begleitperson lernt ihr essbare Wildkräuter genauer kennen. Ihr sammelt für die Suppe geeignete Wildkräuter ein und bereitet daraus im Anschluss in der Villa Butz eine leckere und gesunde Kräutersuppe zu. Dazu wird noch ein wilder Snack gebacken und danach gemeinsam gegessen. Die Rezepte zum Nachmachen bekommt ihr mit nach Hause.  
Die Kursgebühr inklusive Lebensmittelkosten in Höhe von 10,- gilt pro Paar (Kind und Begleitperson).

3323 Mi 31.03.27 10.00-13.30 50,00 €  
3325 Mi 19.05.27 10.00-13.30 50,00 €  
inkl. Material 10,00 €  
weiteres Kind 12,00 €

## Natürlich schön:

### Zeit für Mütter mit ihren Töchtern

Für Mädchen ab 11 Jahren mit ihren Müttern  
Karin Sczendzina

In diesem Naturkosmetik-Herstellungskurs werden nur milde, hautfreundliche, ungiftige Zutaten eingesetzt, die keine schädlichen und unschönen Nebenwirkungen haben. Dadurch gewährleisten wir, dass wir mit unseren selbst produzierten Beautyprodukten unsere Haut unbedenklich pflegen können. Füllt am Ende dieser Workshops euer Beautycase mit selbst hergestellten, nachhaltigen Pflegeprodukten wie beispielsweise einem Lippenpflegeprodukt, einer Handcreme, sprudelnden Badekugeln oder einem super easy hergestellten Körperöl. Die Materialkosten pro Team in Höhe von ca. 35€ werden im Kurs abgerechnet.

3406	Sa	21.11.26	14.00-17.00	35,00 €
3407	Sa	16.01.27	14.00-17.00	35,00 €
3408	Sa	27.02.27	14.00-17.00	35,00 €
3409	Sa	10.04.27	14.00-17.00	35,00 €
			weiteres Kind	15,00 €

## Kochspaß im Tandem

Für Kinder ab 5 Jahren mit Begleitung  
Ute Huckele, Köchin, Ernährungsberaterin

Väter oder Mütter und Kinder kochen, brutzeln und backen gemeinsam mit viel Spaß leckere Gerichte. Gerne kochen wir auch eure Lieblingsspeisen und stellen ein Kochprogramm nach euren Wünschen zusammen. Der Kurs findet einmal monatlich statt. Lebensmittelkosten werden umgelegt.

3410	Sa	26.09.26	10.00-13.45	3x	75,00 €
3411	Sa	13.03.27	10.00-13.45	3x	75,00 €

## Sternkekse

Für Kinder ab 5 Jahren mit Großeltern  
Anita Volkert, Lehrerin

Die Enkel schwingen gemeinsam mit Oma oder Opa den Kochlöffel. Es wird zusammen gekocht, gebacken und gebraten. Hier können Oma oder Opa ihre Kochfreude an die Kleinen weitergeben, und die Kinder dürfen den Großeltern zeigen, was sie schon können. Es werden leckere Gerichte zubereitet und anschließend beim gemeinsamen Essen genossen. Wenn Interesse besteht, können weitere Kochnachmittage in der Gruppe vereinbart werden.

3611	Fr	13.11.26	14.00-17.00	33,00 €
3612	Fr	12.03.27	14.00-17.00	33,00 €
			weiteres Kind	9,00 €

## Natur und Technik



### Experimente mit Pappe und Papier

Für Kinder von 6 bis 11 Jahren  
Christiane Fuchs-Rieker, Sport- und Biologielehrerin

An diesem Nachmittag wollen wir mit Papier und Pappe experimentieren, das schwere Lasten tragen kann, sanft durch die Luft gleitet, Wasser sprudeln lässt, krumm und gerade reißt, wasserfest und durchsichtig wie Glas werden kann und sogar essbar ist.

3501	Fr	15.01.27	15.00-17.00	19,50 €
3502	Fr	22.01.27	15.00-17.00	19,50 €
			inkl. Material	3,50 €



# Gemeinsam hoch hinaus: Familienzeit im GriP Kletterzentrum

Klettern verbindet. Im GriP Kletterzentrum erleben Familien echte Abenteuer – von den Kleinsten bis zu den Großeltern. Entdeckt gemeinsam die Wände, lacht zusammen & schafft Erinnerungen, die bleiben.

Für unsere kleinsten Kletterstars haben wir speziell gestaltete Kletter- und Boulderwände.  
– Sicher, bunt & einfach gemacht zum Drauflosstürmen.

## Auch unser Kursangebot bietet viele familienfreundliche Möglichkeiten:

- **Schnupperklettern für Kinder und Erwachsene:** Einfach ausprobieren
- **Ferienprogramme:** Drinnen & draußen, wenn die Schule Pause macht
- **Kindergeburtstage:** Die Kleinsten richtig hoch leben lassen
- **Euer Event, eure Wände:** Individuelle Veranstaltungen für Familie & Freunde

## Wir freuen uns auf euren Besuch!

Euer GriP-Team



Mehr Infos & freie Termine:  
QR Code scannen!

DAV Vereinszentrum Göppingen  
John-F.-Kennedy-Str. 3  
73037 Göppingen

[www.dav-gp.de](http://www.dav-gp.de)  
[grip@dav-gp.de](mailto:grip@dav-gp.de)  
+49 716 169 307



## Magnetische Kräfte erforschen

Für Kinder von 6 bis 11 Jahren

Christiane Fuchs-Rieker, Sport- und Biologielehrerin

Magnete können andere Dinge wie von Geisterhand anziehen. Aber nicht jedes Material ist magnetisch. An diesem Nachmittag wollen wir Gegenstände magnetisieren, selber einen einfachen Kompass bauen, magnetische Kraftfelder sichtbar machen, Büroklammern schweben lassen und den Weg durch ein magnetisches Labyrinth finden.

3503	Fr	13.11.26	15.00-17.00	19,50 €
3504	Fr	20.11.26	15.00-17.00	19,50 €
inkl. Material				3,50 €

## Faszinierende Farbspiele

Für Kinder von 6 bis 11 Jahren

Christiane Fuchs-Rieker, Sport- und Biologielehrerin

An diesem Nachmittag wollen wir faszinierende Farbspiele mit Öl, Wasser, Zucker, Tinte und Salz ausprobieren, einer tanzenden Milch begegnen, bunte Sprühbilder gestalten und anhand eines Filzstift-Wettlaufs die Chromatografie-Trennmethode kennenlernen.

3505	Fr	04.06.27	15.00-17.00	19,50 €
3506	Fr	11.06.27	15.00-17.00	19,50 €
inkl. Material				3,50 €

## Kochen - Backen - Kreativität



### Beauty-Werkstatt für Kids

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Karin Sczendzina

neu

Ihr könnt das! Aus wenigen Zutaten, unkompliziert, kreativ und mit viel Spaß am Abmessen, Rühren, Einfärben und Abfüllen könnt ihr eure eigenen Badebomben, Lippenpflegestifte, Guten-Morgen-Gesichtscreme oder Knetseife für den Badespaß herstellen! Wer sich und der Umwelt etwas Gutes tun möchte, ist bei der Naturkosmetik-Werkstatt genau richtig!

3601	Sa	13.03.27	14.00-17.00	49,00 €
3602	Sa	24.04.27	14.00-17.00	49,00 €
3603	Sa	05.06.27	14.00-17.00	49,00 €
3604	Sa	17.07.27	14.00-17.00	49,00 €
inkl. Material				25,00 €

## Der Glas Gärlich

- Spiegel- und Glas-Reparatur und Sonderanfertigungen
- Duschabtrennungen
- Glasgeländer
- Küchenrückwände aus Glas

**Wolfram Gärlich**  
**Glasveredlermeister**  
 Ulrichstraße 52, 73033 Göppingen  
 Telefon 07161 26193  
 gaerlich-glasschleiferei@arcor.de  
 www.der-glas-gaerlich.de





Der sanfte Riese Afrikas, die **Giraffe**, steht an unserem Eingang.

Mit Ruhe, Anmut und **Weitblick** erinnert sie daran, das große Ganze zu sehen.

Sie steht für **Stärke, Gewaltlosigkeit, Individualität** und **Selbstakzeptanz**.

## Therapie & Beratung Für Dich. Mit Dir.

Du steckst fest, fühlst dich überfordert oder möchtest etwas verändern?

Wir sind für dich da – mit Erfahrung, Empathie und einem klaren Blick.

### Unsere Leistungen:

- Familientherapie
- Kinder- und Jugendtherapie
- Paartherapie / Paarberatung
- Suchtberatung  
(auch zu Social Media, Spielsucht & Gaming)
- Anti-Gewalt-Training
- Soziales Kompetenztraining
- Elternt raining / Elterncoaching
- Familienbegleitung
- Trennungsbegleitung
- Unterstützung bei Mobbing
- Anti-Mobbing-Präventionsprogramm

Bei uns findest du einen geschützten Raum – ohne Druck, aber mit Struktur. Gemeinsam finden wir deinen nächsten Schritt.

Jetzt Kontakt aufnehmen:

☎ 07161 / 5031511

☎ 0176 / 23340859

✉ info@tzb-thiess.de

📍 therapeutischeszentrum

📘 tzb

📍 Poststraße 14 B

73033 Göppingen (im Kaiserbau)

THERAPIE & BERATUNG



## Vision Board für Kinder – Träume sichtbar machen!

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren  
Susann Lorenz, Gymnasiallehrerin

neu

In diesem Workshop lernen Kinder spielerisch, ihre Wünsche, Ziele und Ideen kreativ auszudrücken. Mit Farben, Bildern und Fantasie gestalten sie ihr eigenes Vision Board, das sie täglich inspiriert und motiviert. So fördern sie Selbstbewusstsein, Vorstellungskraft und Zielklarheit – ganz ohne Druck. Unterstütze dein Kind dabei, seine Träume sichtbar zu machen und den Grundstein für eine starke innere Haltung zu legen. Kreativ, bunt und voller Freude!

3834	Mi	09.09.26	10.00-12.00	25,00 €
3605	Mi	28.10.26	10.00-12.00	25,00 €
3607	Mi	10.02.27	10.00-12.00	25,00 €
3609	Mi	31.03.27	10.00-12.00	25,00 €

## Vision Board für Jugendliche – Träume sichtbar machen!

Für Jugendliche ab 13 Jahren  
Susann Lorenz, Gymnasiallehrerin

Du hast Träume, Ziele oder einfach Ideen im Kopf, weißt aber noch nicht genau, wie du sie greifbar machen kannst? Du gestaltest dein ganz persönliches Zukunfts-Poster – mit Bildern, Farben, Worten und allem, was dich inspiriert. Hier geht es um dich und das, was du wirklich willst. Ganz ohne Druck. Ganz ohne „richtig“ oder „falsch“. Dafür mit jeder Menge Kreativität, guter Stimmung und Raum für deine Gedanken. Dein Vision Board erinnert dich jeden Tag daran, was in dir steckt – und motiviert dich, Schritt für Schritt loszugehen.

3841	Do	10.09.26	15.00-17.00	25,00 €
3606	Do	29.10.26	15.00-17.00	25,00 €
3608	Do	11.02.27	15.00-17.00	25,00 €
3610	Do	01.04.27	15.00-17.00	25,00 €

## Mhm...Weihnachtsgutsle

Für Kinder von 6 bis 11 Jahren.  
Anita Volkert, Lehrerin

In lustiger Runde backen wir unsere eigenen Weihnachtsgutsle zum Selbstessen oder zum Verschenken.

3613	Fr	04.12.26	14.00-17.00 inkl. Material	29,00 € 5,00 €
------	----	----------	-------------------------------	-------------------

## Magische Welten erschaffen – Superhelden und Fantasiefiguren zeichnen

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren  
Dario Di Donato, Illustrator, Comiczeichner und Autor

neu

In diesem kreativen Kurs tauchen Kinder in die faszinierende Welt der Mangas und Fantasiefiguren ein. Schritt für Schritt lernen sie, eigene Charaktere zu entwerfen – von mutigen Heldinnen und Helden bis hin zu magischen Wesen und fantastischen Kreaturen.

Dabei werden grundlegende Zeichentechniken vermittelt. Neben dem künstlerischen Gestalten fördert der Kurs Kreativität, Konzentration und das selbstständige Arbeiten. Durch das gemeinsame Zeichnen und den Austausch in der Gruppe lernen die Kinder, ihre Ideen zu präsentieren und wertschätzendes Feedback zu geben.

3614	Mi	28.10.26	14.00-17.00	25,00 €
3615	Do	11.02.27	10.00-13.00	25,00 €
3616	Mi	31.03.27	14.00-17.00 inkl. Material	25,00 € 1,00 €

## Comics und Mangas zeichnen

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Dario Di Donato, Illustrator, Comiczeichner und Autor

Alles ist möglich im Medium Comic: einzelne Bilder zeichnen oder ganze Geschichten erzählen mit Stift und Papier. Unter professioneller Anleitung entstehen individuelle Comic-Helden und Storywelten. Dieser Workshop ist ein perfekter Einstieg für alle, die sich für Comics und Mangas begeistern.

3617	Di	27.10.26	14.00-17.00	25,00 €
3618	Do	11.02.27	14.00-17.00	25,00 €
3619	Do	01.04.27	14.00-17.00	25,00 €
3620	Mi	19.05.27	14.00-17.00 inkl. Material	25,00 € 1,00 €

## Nähführerschein

Für Kinder von 9 bis 13 Jahren.

Doris Wlassaty

Nähen macht Spaß! Doch wie funktioniert eigentlich eine Nähmaschine? Welche Werkzeuge sind notwendig? Wie fädle ich ein? Was bedeutet Spulen und Absteppen? Wie näht man gerade Nähte? Um ein Gefühl für das Nähen und verschiedene Stoffe zu bekommen, werden wir mehrere Nähproben erstellen.

Am Ende hast du dein erstes Teil selbst genäht: ein Nadelkissen, ein Kuschelmonster, eine Handytasche oder ein Stoffkörbchen.

Materialkosten von ca. 1-3 Euro werden im Kurs abgerechnet.

3621	Sa	31.10.26	09.00-13.00	32,00 €
3622	Sa	27.02.27	09.00-13.00	32,00 €

Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.



## Filzblume für Groß & Klein

Für Kinder ab 3 Jahren mit Begleitperson

In diesem liebevollen Filzkurs gestalten Kinder und Erwachsene jeweils ihre eigene zauberhafte Blume mit der Nassfilztechnik, im Sinne der waldorfinspirierten Handwerkskunst, die Fantasie, Achtsamkeit und schöpferisches Tun verbindet. Das Filzen fördert bei Kindern die Feinmotorik, regt die Kreativität an und stärkt die Fähigkeit, sich konzentriert einer Aufgabe zu widmen. Gleichzeitig erleben alle Teilnehmenden eine gemeinsame, entschleunigte Zeit voller Farben, Formen und Fantasie.

3623	Fr	25.09.26	16.30-18.00	29,50 €
			inkl. Material	10,00 €

## Herbstzauber: Wir filzen bunte Eicheln

Für Kinder ab 3 Jahren mit Begleitperson

Gemeinsam mit einer Begleitperson entdecken kleine Kinder spielerisch das Filzen und gestalten aus weicher Wolle bunte Eicheln.

3625	Fr	16.10.26	16.00-18.00	31,00 €
			inkl. Material	6,00 €

### Gemeinsam filzen: Unser erster Schneemann

Für Kinder ab 3 Jahren mit Begleitperson

In diesem Kurs gestalten Kinder gemeinsam mit einer Begleitperson einen kleinen Schneemann aus Wolle – passend zur Jahreszeit als kreatives Winterprojekt.

3630 Fr 22.01.27 16.00-17.30 25,50 €  
inkl. Material 6,00 €

### Lichtzauber aus Wolle – einen Sonnenfänger filzen

Für Kinder ab 3 Jahren mit Begleitperson

In diesem Kurs gestalten Kinder und Erwachsene gemeinsam einen besonderen Sonnenfänger aus Wolle. Mit der Nassfilztechnik nach Waldorffart entsteht Schritt für Schritt ein individuelles Gemeinschaftsprojekt.

3631 Fr 05.03.27 16.00-17.30 27,50 €  
inkl. Material 8,00 €

### Herbstzauber: Wir filzen eine kleine Fee

Für Kinder ab 6 Jahren

In diesem kreativen Filzkurs gestalten Kinder ab 6 Jahren ihre eigene kleine Herbstfee aus bunter Schafwolle. Mit der Trockentechnik und Filznadeln entsteht Schritt für Schritt eine zauberhafte Figur, die den Herbst zum Leben erweckt.

3624 Fr 02.10.26 16.00-18.00 22,00 €  
inkl. Material 6,00 €



### Filzpaß im Advent:

#### Weihnachtskugel

Für Kinder ab 6 Jahren

Wir gestalten eigene Weihnachtskugeln aus Filz. Mit viel Freude und Fantasie arbeiten

wir sowohl in der Nass- als auch in der Trockentechnik und entdecken dabei, wie aus weicher Wolle wunderschöne, individuelle Kugeln entstehen. Die fertigen Filzkugeln sind eine besondere Dekoration für den Weihnachtsbaum oder ein liebevolles Geschenk in der Adventszeit.

3626 Sa 28.11.26 09.00-11.00 22,00 €  
inkl. Material 6,00 €

### Zauberhafte Winterbilder aus Wolle

Für Kinder ab 6 Jahren

In diesem kreativen Filzkurs entstehen stimmungsvolle Winterbilder aus weicher Wolle. Inspiriert von der ruhigen, klaren Schönheit der Winterzeit gestalten die kleinen Teilnehmenden mit Hilfe einer Filznadel fantasievolle Wintermotive.

3632 Fr 05.02.27 16.00-17.30 18,00 €  
inkl. Material 6,00 €

### Frühlingszauber: Wir filzen eine kleine Fee

Für Kinder ab 6 Jahren

3633 Sa 20.03.27 09.00-11.15 24,00 €  
inkl. Material 6,00 €



### Blumenzauber aus Wolle und Fantasie

Für Kinder ab 6 Jahren

In diesem kreativen Filzkurs gestalten Kinder ab 6 Jahren ihre eigene bunte Blume aus weicher Schafwolle.

3634 Sa 24.04.27 09.00-11.15 24,00 €  
inkl. Material 6,00 €

## Herbstzauber – Kreatives Basteln mit Naturmaterialien

Für Kinder ab 3 Jahren mit Begleitperson  
Maria-Monika Maurer

Der Herbst bringt nicht nur bunte Blätter, sondern auch jede Menge kreative Möglichkeiten! In diesem Kurs gestalten wir aus gesammeltem Herbstlaub und Naturmaterialien ein eigenes Laubmännchen – jedes ein Unikat! Beim Basteln schulen wir spielerisch die Feinmotorik, lernen die Vielfalt und Formen der Natur kennen. Ganz nebenbei werden Kreativität, Geduld und Teamarbeit gefördert. Am Ende des Kurses dürft ihr euer eigenes kleines Kunstwerk mit nach Hause nehmen – eine schöne Erinnerung an den goldenen Herbst.

3627 Sa 17.10.26 14.30-16.00 25,50 €  
inkl. Material 3,00 €

## DIY: Weihnachtsdeko oder –geschenk basteln

Für Kinder ab 6 Jahren  
Maria-Monika Maurer

Wir basteln in diesem Kurs kleine weihnachtliche Geschenke. Ihr könnt hier kreativ werden und am Ende ein Geschenk für eure Liebsten mit nach Hause nehmen. Wir dekorieren und bemalen kleine Baumscheiben und gestalten daraus zauberhafte Tiere. Dabei betätigen wir uns nicht nur kreativ, sondern fördern auch die Feinmotorik und das Gespür für Farben und Formen.

3628 Sa 28.11.26 14.30-16.00 15,00 €  
inkl. Material 3,00 €

Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.



## DIY: Osterzauber –Basteln für das Frühlingsfest

Für Kinder ab 6 Jahren  
Maria-Monika Maurer

Bei diesem Kreativ-Kurs erstellen wir einen hübschen Osterhasen, den ihr euch an die Wand hängen oder verschenken könnt. Aus Papier und Farbe und alten Eierkartons entsteht ein hübsches Hasenporträt.

Ihr setzt eure eigene Idee und Farbgestaltung um und könnt sehen, wie einfach es ist aus wenig besonderen Materialien ein echtes Kunstwerk zu erschaffen.

3629 Sa 13.03.27 14.30-16.00 15,00 €  
inkl. Material 3,00 €

**MeinKonto**  
Morgen kann kommen.  
Wir machen den Weg frei.

- ✓ Kostenlose Kontoführung
- ✓ Guthabenverzinsung<sup>1</sup>
- ✓ Keine Kontoüberziehung möglich
- ✓ Mit Taschengeldkarte (girocard/Debitkarte)
- ✓ Spaß und Entertainment in unseren Jugendclubs

Bis spätestens zur Vollendung des 18. Lebensjahres  
<sup>1</sup>vorbehaltlich Zins- und Staffelanpassungen

Das Konto, das mitwächst.

**Volksbank Göppingen**



## Happy Birthday – Geburtstag feiern in der Villa Butz

Für Kinder ab 6 Jahren



Wir organisieren für Ihr Kind eine ganz besondere Geburtstagsfeier in der Villa Butz oder „outdoor“: Spielen und Basteln, Zaubern, Schatzsuche, Verkleiden, Natur erleben...

Ein Kindergeburtstag dauert ca. 3 Stunden und findet in der Regel samstags statt. Es können maximal 10 Kinder teilnehmen. Ein Elternteil sollte während der Veranstaltung anwesend sein. Eine Kursleitung gestaltet das Aktionsprogramm – für Essen und Getränke sind die gastgebenden Eltern zuständig. Durch unsere Vorbereitung und die qualifizierten KursleiterInnen wird bei den Kindergeburtstagen auch –ganz nebenbei– Kreativität, Konzentration und die motorische Entwicklung gefördert. Durch das Interagieren in der Gruppe findet eine Kompetenzerweiterung im Bereich Kommunikation und Kooperationsfähigkeit statt. Bitte rufen Sie uns an! Wir gehen gern auf die Wünsche des Geburtstagskindes ein. Je nach Angebot entstehen Kosten zwischen 165€ und 175€. Verbrauchsmaterial und/oder Lebensmittelkosten kommen hinzu und werden direkt mit der Kursleitung abgerechnet.

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um Ihren Anruf mindestens 6 Wochen vor dem gewünschten Termin, Tel. 07161-96051-10

Bitte beachten Sie, dass bei Buchung eine Anzahlung von 50€ fällig wird. Bei einer Stornierung unter fünf Werktagen vor Veranstaltungsbeginn wird das volle Veranstaltungsentgelt fällig.

Folgende Kindergeburtstagsthemen bieten wir an:

### Perlenparty

Ihr könnt an deinem Geburtstag funkelnde Armbänder und Ketten gestalten und dabei kreativ werden.

### Detektivgeburtstag

Du kannst gut Aufgaben lösen und Hinweise entschlüsseln? Dann entdecke den Abenteurer in dir und löse knifflige Fälle mit deinen Freunden.

### Backe, backe.....

Ihr schlüpft in die Rolle echter Nachwuchsbäcker und zaubert gemeinsam köstliche Leckereien.

**Verschwundene Farben– Zauberer Hutzelpurz** hat sich einen Scherz erlaubt und alle Farben im Wunderland verschwinden lassen.

### Olympiade – Sportliche Aufgaben und Geschicklichkeitsaufgaben

Ein spannender Nachmittag voller Bewegung, Teamgeist und Spaß! In verschiedenen Disziplinen stellt ihr eure Geschicklichkeit, Schnelligkeit und Koordination unter Beweis und messt euch im sportlichen Wettkampf.

### Kreativ mit Farbe – Dein kunterbuntes Geburtstagsatelier

Farbenfroher, kreativer Kindergeburtstag! Du kannst mit Pinseln und Farben die schönsten Bilder und Kunstwerke erschaffen.

Gerne können auch andere Themen und eigene Ideen an einer Kindergeburtstagsparty umgesetzt werden.



## Inklusive Gruppen

Ein Haus für alle

ALLE Kinder haben die Möglichkeit an unseren Kursen und Veranstaltungen teilzunehmen. Damit das gut und immer besser funktioniert, gibt es einige besondere Gruppen für Kinder mit und ohne Handicap. Für Kinder mit einer Behinderung können dabei Assistenzkosten entstehen. Es erleichtert uns die Planung, wenn Sie bei der Anmeldung darauf hinweisen, dass Ihr Kind besondere Betreuung benötigt. Bitte schauen Sie auf unserer Internetseite nach aktuellen Terminen.

### Kunst für alle – gemeinsam kreativ sein

Für Kinder von 5 bis 8 Jahren mit oder ohne Handicap  
Beate Koslowski, Maria-Monika Maurer



Kinder entdecken die Freude am kreativen Gestalten – unabhängig von ihren individuellen Fähigkeiten. Hier zählt das gemeinsame Erleben, Ausprobieren und Erschaffen. Mit Farben, Papier, Ton und vielen weiteren Materialien gestalten wir kleine und große Kunstwerke. Spielerisch werden Fantasie, Ausdruck und Selbstvertrauen gefördert. Dabei steht nicht das Ergebnis im Vordergrund, sondern der Weg dorthin: miteinander Ideen entwickeln, sich gegenseitig inspirieren und stolz auf das eigene Tun sein. In einer wertschätzenden und offenen Atmosphäre erleben die Kinder, wie bereichernd Vielfalt ist.

3901	Do	01.10.26	16.00-17.30	4x	10,00 €
3902	Do	18.02.27	16.00-17.30	4x	10,00 €

### An die Töpfe fertig los! – inklusives Kochen

Katrin Koslowski, Maria-Monika Maurer



Gemeinsam kochen, gemeinsam essen und dabei viel Spaß haben! In dieser inklusiven Kochgruppe ist das garantiert der Fall. Jeden Samstag steht ein anderes leckeres Menü auf dem Speiseplan. Die Rezepte kann jedes Kind mit nach Hause nehmen – zum Nachkochen daheim.

Für Kinder von 6–11 Jahren					
3903	Sa	14.11.26	10.00-14.00	3x	33,00 €
				inkl. Material	18,00 €
Für Kinder und Teens von 9–14 Jahren					
3904	Sa	16.01.27	10.00-14.00	4x	44,00 €
				inkl. Material	24,00 €



Bei uns finden Sie die schönsten Brillen für Kinder und Jugendliche.

Und die besten Gläser.

### ZEISS MyoCare

Altersgerechtes Brillenglasdesign, um fortschreitende Kurzsichtigkeit bei Kindern und Jugendlichen einzudämmen

- gutes, angenehmes Sehen aus allen Blickwinkeln
- voller UV-Schutz

 **optik hasler**

Göppingen am Spitalplatz

Telefon 07161 72501

[www.optik-hasler.de](http://www.optik-hasler.de)

# Ausflüge und Theater



## Bildung erleben – gemeinsam unterwegs entdecken

Unsere Ausflugsangebote schaffen Lernräume außerhalb des Kursraumes und laden Menschen dazu ein, gemeinsam Neues zu entdecken, Zusammenhänge zu verstehen und Erlebtes miteinander zu teilen. Ob Natur, Geschichte, Kultur oder Alltagsleben, wir machen Bildung vor Ort erlebbar und begreifbar. Im Zentrum steht das gemeinsame Entdecken: Kinder und Erwachsene lernen miteinander Unbekanntes kennen, stellen Fragen, forschen, beobachten und gestalten aktiv mit. Durch sinnliche Erfahrungen, spannende Einblicke und den Austausch in der Gruppe werden Wissen, Werte und neue Perspektiven erfahrbar. Unsere Bildungsangebote unterwegs verbinden Wissen mit eigenem Erfahren und erweitern den Blick für ökologische, kulturelle und soziale Zusammenhänge. Wir arbeiten mit dialogischen Führungen, praktischem Tun, genauen Beobachtungen und Gesprächen auf Augenhöhe. So stärken wir nicht nur Wissen, sondern auch Selbstvertrauen, Offenheit und die Freude am Mitgestalten.

## Wohin in den Sommerferien?

### Schöne Stunden bei den Alpakas

Für Kinder von 6 bis 14 Jahren

Ort: Alpakahofwiese Hofwiese 1, 73092 Heiningen

3807	Fr	31.07.26	09.30-12.30	20,00 €
3822	Do	13.08.26	09.30-12.30	20,00 €

### Achtung Einsatz – Spannende Einblicke ins Polizeirevier Eislingen

Für Kinder von 6 bis 12 Jahren ohne Begleitperson

Ort: Wache PRev Eislingen, Ulmer Str. 34, 73054 Eislingen

3844	Mo	03.08.26	10.00-11.30	Verwaltungsgeb.	5,00 €
------	----	----------	-------------	-----------------	--------

### Wibele – ein wahrer Genuss – in den Sommerferien

Besuch der Confiserie Bosch „Genusswelt“ in Uhingen

Für Kinder ab 5 Jahren mit Begleitung

3811	Mi	05.08.26	10.00-11.30	Erwachsener	16,00 €
				Kind ab 13 Jahre	13,00 €
				Kind bis 12 Jahre	8,00 €

### Esel-Trekking für die ganze Familie

Ort: Zachersmühle Adelberg

mit Kinderwagen					
3815	Fr	07.08.26	15.00-18.00		27,00 €
ohne Kinderwagen					
3824	Di	01.09.26	15.00-18.00		27,00 €

### Flughafen Stuttgart hautnah erleben

Für Kinder ab 6 Jahren mit Begleitperson

3817	Sa	08.08.26	10.30-12.30	Erwachsener	18,50 €
				Kind	13,50 €

## VfB Stuttgart – Kids-Tour

Für Kinder ab 6 Jahren mit Begleitperson

3826 Mi 02.09.26 14.00-15.30 pro Person 15,50 €

## Kinder-Walderlebnistag

### „Kennst du das Internet des Waldes?“

Für Kinder ab 7 Jahren mit Begleitperson

Ort: Gaststätte Baronewald, Schelmenwasen 3, Jebenhausen

3843 Sa 15.08.26 10.00-13.30 pro Person 18,00 €

## Familien unterwegs

### „Exklusive Einblicke hinter die Kulissen des 1. FC Heidenheim“!

Für Kinder mit Begleitperson und Erwachsene

Exklusive Einblicke hinter die Kulissen des 1. FC Heidenheims und jede Menge Infos erhältst du bei der Führung, in und rund um das Stadion auf dem Schlossberg. Bei dieser Stadionführung und anschließender Fragerunde, erfährt man garantiert die eine oder andere Fußball-Anekdote und macht diese damit, zu einem einmaligen Erlebnis. Kinder bis 4 Jahre sind kostenlos und müssen nicht angemeldet werden.

Anmeldung unter:

[www.familienbildung-hdh.de](http://www.familienbildung-hdh.de) oder Tel: 07321/93660

3806 Do 30.07.26 10.00-11.30 4,00 €

4001 Mo 26.10.26 10.00-11.30 4,00 €

4002 Fr 27.11.26 14.00-15.30 4,00 €

## Wie Oma und Opa früher fotografierten – Eine Reise in die Welt der alten Fotografie

Für Kinder von 7 bis 12 Jahren

Tauche ein in eine spannende Zeitreise und entdecke, wie Fotografieren früher wirklich war! Hier erfährst du auf anschauliche und unterhaltsame Weise, wie deine

Ferien

Großeltern und Urgroßeltern Erinnerungen festgehalten haben – ganz ohne Smartphone und Selfie-Kamera. Wusstest du, dass man früher ganz stillsitzen musste, damit ein Foto überhaupt gelingen konnte? Ein besonderes Highlight ist die Besichtigung eines historischen Fotoateliers. Anschließend wirfst du im historischen Fotolabor einen Blick hinter die Kulissen.

Ort: Foto-Museum Uhingen, Bismarckstraße 4, Uhingen

4003 Mo 26.10.26 13.00-16.00 Kind 7,00 €

## Zu Besuch in der „Backademie“

Traditionsbäckerei MayerS in Salach

hautnah erleben. Für Kinder von 8 bis 11 Jahren



Wann muss ein Bäcker morgens aufstehen? Wie bekommen die Brezeln eigentlich ihre typische Form? An diesem Tag öffnet die Bäckerei MayerS in Salach ihre Backademie Backstube. Dann heißt es Schürzen an, Hauben auf und los geht es mit dem Backen. Das selbst gemachte Gebäck kann selbstverständlich mit nach Hause genommen werden.

Ort: Bäckerei Mayers, Im Alber 1, 73084 Salach

4004 Do 29.10.26 10.00-12.00 Kind 19,00€

## Feuer und Flamme – die Hauptfeuerwache Göppingen

Für Kinder von 6 bis 9 Jahren mit Begleitperson

Du wolltest schon immer einmal hinter die Kulissen der Feuerwehr schauen? Dann bist du hier genau richtig. Du kannst in einem Feuerwehrauto sitzen und es genauer erkunden. Die Sicherheit darf selbstverständlich auch nicht zu kurz kommen. Was muss ich bei einem Brandfall tun? Wie kann ich mich schützen?

4005 Fr 30.10.26 14.30-16.30 Verwaltungsg. 5,00 €

Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.



## Flughafen Stuttgart hautnah erleben

Für Kinder ab 6 Jahren mit Begleitperson



Ihr wolltet schon immer einmal wissen, wie ein Flughafen funktioniert? Begeben wir uns auf Entdeckungsreise im Flughafen Stuttgart. Euch erwartet folgendes Programm: Kurzer Info-Film über den Flughafen Stuttgart, Vorfelddrundfahrt mit dem Bus, Informationen zu den Starts, Landungen und zur Flugzeugabfertigung, Besichtigung der Flughafenfeuerwehr und Einblick in die Gepäcksortieranlage.

4006	Sa	14.11.26	10.00-12.00	Erwachsener	18,50 €
				Kind	13,50 €

## Christbaumschlagen für Vater und Kind

Johannes Henninger, Martin Gerspacher,  
Forstwirtschaftsmeister

Kurz vor Heiligabend gemeinsam in den Wald aufbrechen, den Christbaum zusammen aussuchen und fällen – ein Erlebnis für Vater und Kind, das in Erinnerung bleibt. Wir wollen aber nicht nur den Weihnachtsbaum beschaffen, sondern nebenbei noch Vieles im Wald erleben. Der Winterwald ist lebendig und birgt viele Geheimnisse. Vielleicht finden wir Spuren oder können Tiere beobachten? Gemeinsames Grillen am Lagerfeuer und Spiele runden den Tag ab.

Der Baum wird vor Ort bar bezahlt.

4007	Sa	12.12.26	09.30-12.00	Familie	20,00 €
4008	Sa	12.12.26	13.30-16.00	Familie	20,00 €

## Wibele – ein wahrer Genuss

Besuch der Confiserie Bosch „Genusswelt“  
in UHINGEN

Für Kinder ab 5 Jahren mit Begleitung

Ferien

Wie entstehen Wibele und wie sieht die traditionelle Herstellung der leckeren Bosch-Produkte aus? Bei einer Führung durch die „gläserne“ Produktion im neuen Gebäude erleben wir Zutaten und Herstellungsweise mit allen Sinnen. Wir sehen, hören, riechen und schmecken. Und das Beste – probieren ausdrücklich erwünscht! Im Anschluss erhält jeder Teilnehmer ein kleines Präsent.

4009	Di	09.02.27	10.00-11.30	Erw.	16,00 €
				Kind ab 13 Jahren	13,00 €
				Kind bis 12 Jahren	8,00 €

## Ausflug in die Stadtentwässerung Göppingen

Für Jugendliche und Kinder ab 8 Jahren mit Begleitperson

Was passiert, wenn das Wasser nach dem Duschen unseren Abfluss verlässt, und wie wird es wieder sauber und nutzbar? Von der Öffentlichkeit oft unbemerkt, übernimmt das Klärwerk eine zentrale Aufgabe. Es klärt durch uns Menschen verunreinigtes Schmutzwasser. Heute hast du die Möglichkeit alles zum Thema Abwasserbeseitigung und den Ablauf der Klärung zu erfahren. Neben einem Film zum Einstieg, wird die Führung anschaulich anhand des Lehrpfads Abwassertechnik vermittelt.

4010	Do	11.02.27	10.00-12.00	Verwaltungsgeb.	5,00 €
------	----	----------	-------------	-----------------	--------

Ihr wollt aktuelle Informationen und Kursangebote, live aus der Villa Butz. Folgt uns auf Instagram

FOLLOW US

## Zeitreisen vor Ort- Ein Besuch im Schaudepot des Göppinger Technikforums

Für Kinder von 7-12 Jahren mit Begleitperson

Karl Grözinger



Gemeinsam können Kinder mit einer Begleitperson auf Entdeckungsreise ins Technikforum Göppingen gehen. Zwischen historischen Maschinen und spannenden Einblicken in die Industriekultur

des Filstals tauchen wir ein in die Arbeitswelt um 1900. Zu Beginn gibt es spannende Erzählungen rund um Technik und Industrie – wie es früher war. Im Anschluss dürfen alle TeilnehmerInnen selbst aktiv werden: Sie testen ausgewählte Maschinen, fertigen an der Goldwalze einen Anhänger und verschließen auf einer Dosenverschließmaschine eine Konservendose. Ein abwechslungsreicher Nachmittag zum Zuhören, Staunen, Ausprobieren und Mitmachen!

Bitte mitbringen: Geschlossene Schuhe und, da die Halle nicht beheizt wird, witterungsentsprechende Kleidung.

Veranstaltungsort ist das Schaudepot des Göppinger Technikforums eV., Hermannstraße 2, Göppingen.

4011 Fr 12.02.27 14.30-17.00 Verwaltungsgeb. 5,00 €

## Der Teddy mit dem Knopf im Ohr – Besuch und Basteln im Steiff-Museum

Für Kinder von 5 bis 12 Jahren mit Begleitperson



Kinderträume werden wahr. In Begleitung von Frieda und dem Teddybären „Knopf“ machen wir uns auf die Suche nach den verschwundenen Teddybären und werden durch eine aufregende Erlebniswelt geführt. Jetzt wird gebastelt. Wir fertigen ein Steiff-Tierkopfkissen, das ihr anschließend mit nach Hause nehmen könnt. Für die Kinder beinhaltet die Gebühr das Basteln und den Eintritt in das Steiff-Museum. Begleitpersonen lösen bitte vor Ort eine eigene Eintrittskarte.

4012 Sa 06.03.27 10.00-13.00 Kind 30,00 €

## Entdecken, Bauen, Verstehen – Technik zum Anfassen

Wissenswerkstatt Eule Schwäbisch Gmünd

Für Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren

In Labor und Werkstatt der Wissenswerkstatt Eule in Schwäbisch Gmünd gibt es vielfältige Lernangebote im

Bereich Technik, Naturwissenschaft und Digitalisierung. Bei unserem Angebot können die Kinder unter Anleitung mit gestelltem Material das Spiel „Ab in die Box“ selber bauen. Dabei wird technisches Verständnis durch eigenes Ausprobieren gefördert und Probleme werden mit Kreativität und Spaß gelöst. Anschließend können die Teilnehmer die Wissenswerkstatt selbst erforschen.

4013 Do 25.03.27 09.00-12.30

27,50 €  
inkl. Material

## Energie aus Abfall: Was geschieht mit unserem Müll? Besuch im Müllheizkraftwerk Göppingen

Für Jugendliche und Kinder ab 6 Jahren mit Begleitperson

Ferien

Inmitten einer reizvollen Landschaft befindet sich der Standort des Müllheizkraftwerks Göppingen. Erlebe hautnah, wie aus Abfall Energie wird. Hier werden Restabfälle des Landkreises Göppingen und aus Baden-Württemberg thermisch verwertet. So erzeugt der Abfall elektrische Energie, die ins öffentliche Netz eingespeist wird und uns so mit Strom versorgt. Wie das alles genau abläuft, werden wir an diesem Tag herausfinden.

4014 Mi 31.03.27 10.00-12.00 Verwaltungsgeb. 5,00 €

## Zeitreise im Klassenzimmer – Abenteuer im Schulmuseum Schwäbisch Gmünd

Für Kinder ab 6 Jahren mit Begleitperson

Wie haben Kinder früher gelernt, geschrieben und gespielt? Im Schulmuseum Schwäbisch Gmünd tauchen wir in den Schulalltag vergangener Zeiten ein. Mit spannenden Mitmach-Stationen, alten Klassenzimmern und lustigen Geschichten wird Geschichte lebendig und zum echten Erlebnis für Groß und Klein!

4015 Fr 02.04.27 10.00-11.15 Erwachsener 8,00 €  
Kind 6,00 €

## Bonbons und Lollies selbst gemacht – Gmünder Bonbonmanufaktur „Bonbole“

Besuch und Workshop für Kinder ab 7 Jahren mit Begleitperson



Wir erhalten Einblick in die Gmünder Bonbonmanufaktur „Bonbole“. Hier werden verschiedenste Bonbonspezialitäten von Hand hergestellt, wie schon vor über hundert Jahren. Anschließend

werden wir ausprobieren, wie es ist, selbst Bonbons herzustellen: mit der Walze, der Kissenpresse oder ganz einfach mit der Schere. Danach geht es weiter mit Lollies, Zuckerstangen & Co. Mit einer vollen Bonbontüte dürft ihr dann nach Hause gehen. Lebensmittelkosten in Höhe von 10,00 € pro Person sind in der Gebühr enthalten.

4016	Di	18.05.27	18.30-20.00	Erwachsener	35,00 €
				Kind	30,00 €

## Firma Ostheimer: Holzfiguren zum Anfassen

Für Kinder ab 4 Jahren mit Begleitperson

Geht man durch die Werkstätten der Firma Ostheimer, liegt der Geruch von Holz, Farbe und natürlichen Ölen in der Luft. Fleißige Hände produzieren Tag für Tag Holzspielzeuge, genauso, wie dies bereits vor vielen Jahren gemacht wurde.

Bei einem Rundgang durch die Produktion erlebt ihr, wie sich ein Stück Holz in Handarbeit über viele Fertigungsschritte in eine fertige Holzspielfigur verwandelt. Im Anschluss darf jeder Teilnehmende selbst Hand anlegen und eine eigene Holzfigur be-

malen. Die Gebühr beinhaltet Führung + bemalen von einer Holzfigur im Wert von 5,50 €.

Ort: Ostheimer, Boschstraße 23, Zell unter Aichelberg.

4017	Do	20.05.27	14.00-16.00	Erwachsener	18,00 €
				Kind bis 14 Jahre	15,00 €

## Familien – Kanutour auf der Brenz

Für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahren

Epia - Erlebnispädagogik im Alltag

Erlebt gemeinsam einen unvergesslichen Tag auf der malerischen Brenz bei Herbrechtingen. Nach kurzer Einführung in die Paddeltechnik geht es los. Unsere Tour führt von Herbrechtingen über Giengen, vorbei an der Filzfabrik nach Hermaringen (Ausstieg Nähe Kronenstraße, unter der B492.) Mit viel Glück entdecken wir unterwegs einen Biber oder einen scheuen Eisvogel. Schwimmwesten und wasserdichte Tonnen für Kleingepäck (Handys, Geldbeutel) werden gestellt. Kinder sollen schwimmen können.

4018	Sa	12.06.27	11.00-17.00	Erw. + Kind	75,00 €
				jedes weitere Kind	30,00 €
				jeder weitere Erwachsene	35,00 €

Ferien



Spielzeug aus reiner Handarbeit

**Ostheimer**  
Holzspielzeug

### 2. Wahl Verkauf

Montag	9:00 - 12:00
Dienstag	9:00 - 12:00
Mittwoch	Geschlossen
Donnerstag	9:00 - 12:00 13:00 - 16:00
Freitag	9:00 - 12:00 13:00 - 16:00
Samstag	10:00 - 13:00

**Ostheimer-Lädchen**  
Boschstr. 17 - 73119 Zell u.A.



## Einblicke in die Imkerei: Was machen eigentlich ImkerInnen?

Ein Ausflug für Familien

Anke Bauer, Sozialarbeiterin, Waldpädagogin



Welche Geräte brauchen ImkerInnen für ihre Arbeit und warum? Beruhigt der Rauch die Bienen wirklich? Ihr dürft selbst einen Imkerhut anprobieren und die Mu-

tigen dürfen am offenen Bienenstock eine Wabe halten. Ihr erfahrt etwas über die verschiedenen Tätigkeiten der Bienen und könnt alle eure Fragen loswerden. Wir schleudern gemeinsam volle Honigwaben und alle TeilnehmerInnen dürfen ein kleines Glas selbst geschleuderten Honig mit nach Hause nehmen.

Ort: Baierhof, 73079 Süßen

4019 Fr 18.06.27 15.00-17.00 Erw. + Kind 20,00 €  
jedes weiteres Kind 7,50 €

## Erwachsene und Jugendliche unterwegs

### Geführte Radtouren mit Herbert Volkert

In Kooperation mit dem ADFC Göppingen und dem Programm „Sommer der Verführungen“.

Alle Touren starten am Gartenpavillon Haus der Familie, Mörikestraße 17, 73033 Göppingen. Eine Einkehr kann in Absprache eingeplant werden. Nähere Informationen zu den Touren und zum Streckenprofil entnehmen sie bitte unserer Homepage. [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de)

### KulTOUR – Kulturerbe Streuobstwiesen

Radtour zu einem Experten heimischer Streuobstwiesen

Anmeldefrist: 28.08.2026

4102 So 30.08.26 13.00-18.30 5,00 €

### FilmkulTOUR – Radtour zu einem Filmmacher Josef Pettinger

Anmeldefrist: 01.09.2026

4101 Mi 02.09.26 13.00-18.30 5,00 €

### ManufakTOUR – Korbflechten ein altes Handwerk

Anmeldefrist: 04.09.26

4103 Mo 07.09.26 13.00-18.30 5,00 €

### Konditorei-Workshops mit Bäckermeister Andreas Kiene



Für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren.

Ort: Bäckerei Konditorei Kiene,  
Weberallee 19/1, 73329 Kuchen

Bitte bringen Sie eine Schürze, genügend Taschen für die Backwaren und die Materialkosten von 17,- € bar mit.

### Brotbacken mit dem Bäckermeister

An diesem Tag dreht sich alles ums Thema Brot. Sie erfahren, wie Sauerteig entsteht und wie man ihn länger frisch hält. Gemeinsam backen Sie zwei große Brote, Fladen und Baguette, die Sie nach Hause mitnehmen können. Dabei lernen Sie die grundlegenden Begriffe und die Unterschiede zwischen Dinkel, Weizen, Roggen, Vollkorn, Schrot und Mehl kennen. Zusätzlich erhalten Sie wertvolle Rezepte und am Ende des Kurses dürfen die frisch gebackenen Produkte gemeinsam verkostet werden.

4104 Sa 24.10.26 09.30-13.00 30,00 €

## Süße Meisterwerke

In diesem Kurs lernen Sie, Biskuitmasse ohne Backpulver zu machen und eine luftige Roulade zu kreieren, die zu einem Sahnedessert mit frischen Früchten verarbeitet wird. Sie erfahren den richtigen Umgang mit Gelatine und das Abrösten für Windbeutel. Zudem zeigen wir, wie man Kuvertüre so erwärmt, dass sie glänzt, und Tortendekor sowie Schokobananen damit überzieht. Sie lernen, Gartenfrüchte zu leckeren Desserts und Füllungen zu verarbeiten und kochen eine Kirschfüllung für Windbeutel und Schwarzwälder-Bechertorte. Tipps für kreative Dessertvariationen runden den Kurs ab.

4105 Sa 27.02.27 14.30-18.00 30,00 €

## Plunderteig & Blätterteig



In diesem Kurs lernen Sie, wie man zarte Plunder- und Blätterteigkreationen selbst herstellt. Sie erfahren die Techniken, um luftige Plunderaschen mit verschiedenen Füllungen zu zaubern und lernen die Geheimnisse des

Blätterteigs kennen, um knusprige Leckereien wie Croissants oder Franzbrötchen zu backen. Wir zeigen Ihnen, wie man Teig richtig vorbereitet, faltet und aufbaut, damit die Gebäckstücke perfekt gelingen. Am Ende des Kurses nehmen Sie Ihre selbstgemachten Köstlichkeiten und wertvolle Tipps für das Backen zu Hause mit.

4106 Sa 17.04.27 14.30-18.00 30,00 €

## Sommer-Pilz-Exkursion für Anfänger und Fortgeschrittene

David Viehmann, Pilz Coach (DGfM)



Der Sommer ist da und die Zeit der Sommerpilze ist angebrochen. Der Sommersteinpilz ist der bekannteste Vertreter unter ihnen. Daneben erwarten uns Pfifferlinge, Hexenröhrlinge, Stockschwämmchen und vieles mehr. Wir werden etwa 3-4 Stunden

durch den Wald streifen und uns die gefundenen Pilze genau ansehen. Neben Infos zu den Pilzen wird es auch viele Auskünfte zu ihrem Lebensraum und der Flora und Fauna des Waldes geben.

Kinder ab 7 Jahren können in Begleitung Erwachsener am Kurs teilnehmen.

Ort: Parkplatz Gaststätte am Baronewald, Schelmenwasen 3, Jebenhausen

4107 So 23.08.26 09.30-13.30  
Erw. 25,00 €  
Kind 15,00 €

## Herbst-Pilzexkursion für Anfänger und Fortgeschrittene

David Viehmann, Pilz Coach (DGfM)

Der Herbst ist da. In der Pilz-Hauptsaison erwarten uns die geläufigen Sammelpilze wie Steinpilz, Marone, Hexenröhrling aber auch Pfifferling. Wir werden etwa 3-4 Stunden durch den Wald streifen und uns die gefundenen Pilze genau ansehen.

Neben Infos zu den Pilzen wird es auch viele Auskünfte zu ihrem Lebensraum und der Flora und Fauna des Waldes geben.

Kinder ab 7 Jahren können in Begleitung Erwachsener am Kurs teilnehmen.

Ort: Parkplatz Köhlerstr. 13, 73066 Uhingen-Baiereck

4020 So 04.10.26 09.30-13.30 30,00 €  
4021 So 08.11.26 09.30-13.30 30,00 €  
Gebühr Kind 20,00 €

# KULTUR FÜCHSE



## KULTUR FÜR KIDS

### Kinderkulturprogramm von 3 bis 13+

Theater, Musik, Kino,  
Museen, Wissen & mehr

MIT BONUSPROGRAMM!

Broschüre 2026/27 erhältlich ab Juli  
im ipunkt im Rathaus Göppingen  
und über die Göppinger Schulen

FOLGT UNS  
AUF INSTAGRAM



  
**Göppingen**  
HOHENSTAUFENSTADT

## Kino, Klang & Zauber

### Kinderkultur bei ODEON

So | 25.-28.10.26

#### **Kuck-kuck Kinderfilmfest | 6+**

Filme sehen, Filme drehen!  
im Staufen-Kino

So | 29.11.26

#### **Der Weihnachtskoffer | 5+**

Lieder, Gedichte, Geschichten  
mit Christof & Vladi Altmann

So | 10.01.27

#### **von dem Flötchen, das zaubern kann | 4+**

Bewegungstheater mit Musik  
mit dem Kindertheater TamBambura

So | 27.02.27

#### **Happy Birthday, Charly! | 5+**

Szenisches Kinderkonzert  
mit Schlagwerk Voermans

So | 14.03.27

#### **Schlafe! Dornöschen im Bett zu spielen | 5+**

Nach dem Märchen der Gebrüder Grimm  
mit Martin Vogel

So | 11.04.27

#### **Pit Hartling wirkt Wunder | 8+**

Zauberkunst  
mit Pit Hartling



# ZOOPELO

  [odeon-goeppingen.de](https://www.odeon-goeppingen.de)

im Allen E-Werk  
Göppingen

## Theater für Kinder

unterstützt durch ...

 **Kreissparkasse  
Göppingen**

Auf unserer Bühne gibt es alles, was das Herz begehrt: Menschen, Figuren, Puppen, Zauberei, Musik, Clowns, Schattentheater – den ganzen vielfältigen Kosmos der

Theaterkunst. Damit die ersten Theaterbesuche bei Ihren Kindern in guter Erinnerung bleiben, haben wir die Dauer der Stücke entsprechend dem Alter der Kinder ausgewählt. Bitte beachten Sie diese Altersempfehlung. Kinder können nur in Begleitung eines Erwachsenen teilnehmen.

Die Anzahl der Sitzplätze ist begrenzt. Daher ist eine Anmeldung zu unseren Kindertheater-Vorstellungen notwendig! Anmeldeschluss ist jeweils am Freitag vor der Vorstellung um 12 Uhr. Einlass ist ca. 15 Minuten vor Beginn der Vorstellung. Bitte kommen Sie rechtzeitig, die Plätze sind nicht nummeriert.

### Clown Paul macht Musik

Für Kinder ab 4 Jahren

Paul Bittes, Kindertheater Rote Nase



Massenhaft magische Musikmomente komponiert mit Jonglage und Zauberei bringt Clown Paul in seinem Musikoffen mit. Clown Paul zeigt, dass man

mit Kamm, Löffel, Glasflaschen und Waschbrett auch Musik machen kann...

Bei seiner musikalischen Schatzsuche müssen die Kinder Clown Paul helfen den richtigen Ton zu finden für ein phantasievolles Clownskonzert.

4301 Sa 26.09.26 15.00-15.45

7,00 €

### Die Rosarote Himbeermilchkuh

Für Kinder ab 4 Jahren. Robin Mütter

Zwei Waldgeister „Krawo“ und „Krawumm“ leben seit vielen hundert Jahren in einem tiefen Wald. Langweilig ist es Ihnen in dieser Zeit geworden. Niemand da den man so richtig schön erschrecken kann. Was für ein Gespensterdasein! Um endlich mal ein Abenteuer zu erleben ziehen sie los. Das Problem der zwei Waldgeister ist nur, dass man sich im Wald zwar sehr gut auskennt, aber mit den Dingen außerhalb gar nicht. Sie haben keine Ahnung was ein Auto ist, oder eine Kuh auf die sie in einem Stall treffen. Der Bauer, dem diese Kuh mit Namen Eugenie gehört, ist ziemlich verzweifelt. Denn Eugenie gibt nur noch sehr wenig Milch und mit Erscheinen der Waldgeister wird aus diesem bisschen zwar sehr viel, aber es ist rote Milch. Der herbeigerufene Tierarzt will Eugenie schlachten. Nun treten die Waldgeister in Aktion und alles kommt zu einem glücklichen Ende.

4302 Sa 17.10.26 15.00-15.45

7,00 €

### „OMA!“ schreit der Frieder

Für Kinder ab 4 Jahren. Christoph Frank



„Oma!“ - schreit der Frieder und zupft an Omas Rock. „Oma, ich will jetzt mal was ganz Tolles mit dir machen.“ Frieders Oma ist zwar schon über 70, aber zu alt

um Streiche zu machen, ist sie nicht. Nur nicht gleich und sofort, denn im Hause warten so viele andere Dinge, die erledigt werden müssen. Da wird ja wohl der „Bub Ungeduld“ noch etwas warten können... Bei den drei Geschichten „In der Wüste“, „Paket“ und „Gespenster“ werden die kleinen und großen Zuschauer ihren Spaß haben.

4303 So 22.11.26 15.00-15.45

7,00 €

## Hase und Holunderbär – die verlorene Weihnachtspost

Für Kinder ab 4 Jahren

Martin Fuchs, Figurentheater FEX



Eine Geschichte über Freundschaft, Mut und Hilfsbereitschaft. Der kleine Hase und der Holunderbär vertreiben sich das Warten auf den Weihnachtsabend mit einer Schneeballschlacht. Da fällt

ihnen ein Brief von Manni Murrel in die Hände, der eigentlich für den Weihnachtsmann bestimmt ist und schon nimmt ein neues, aufregendes Abenteuer seinen Lauf. Denn um dem kleinen Murrel zu helfen, müssen die beiden Freunde eine turbulente Reise unternehmen, um dem Weihnachtsmann die verlorene Weihnachtspost zu bringen.

4304 Sa 19.12.26 15.00-15.45 7,00 €

## Der Froschkönig

Für Kinder ab 3 Jahren

Michael Kunze, Theater Tredeschin

Noch ist die goldene Kugel der schönen Königstochter liebstes Spielzeug. Als sie ihr eines Tages ins Wasser rollt, ist sie untröstlich. Ein Frosch bietet Hilfe an, will aber dafür in ihrem Bettlein schlafen. Sie fasst den Plan, ihn zu überlisten. Doch es kommt anders als sie denkt. Michael Kunze und Elena Vodolazkina spielen mit Großfiguren aus der Werkstatt von Lydie Vanhoutte. Die Dialoge sind witzig und bergen manche Überraschung. Der Froschkönig ist das Urmärchen schlechthin, das in der Märchensammlung der Brüder Grimm nicht umsonst an erster Stelle steht.

4305 So 31.01.27 15.00-15.45 7,00 €

## Ein Clown im Karton

Für Kinder ab 4 Jahren

Lothar Lempp, Objekt-Figuren-und-Clown-Theater

Clown Lo schläft in einem Pappkarton. Wenn er morgens aufsteht, macht er das, was alle machen: Waschen, Zähne

putzen, anziehen, frühstücken... nur macht er alles irgendwie anders. Clown Lo ist ein Tollpatsch, aber auch erfindungsreich. Da erwacht ein Waschlappen zum Leben, völlig neue Zahnbürsten-Konstruktionen kommen zum Einsatz. Clown Lo zeigt das, was die Kinder kennen. Sie sind die Spezialisten, die ihm helfen können, doch Clown Lo findet seine eigenen Wege, lässt die kleinen und großen Zuschauer an seinen Misserfolgen und Eskapaden teilhaben und zeigt nebenbei, dass man mit gewöhnlichen Dingen sehr ungewöhnliche Sachen machen kann.

4306 So 21.02.27 15.00-15.45 7,00 €

## Die Wunderblume

für Kinder ab 3 Jahren

Andreas und Franka Kilger

Der König ist verzweifelt, seine Tochter wird beim Blumenpflücken entführt und in einen Vogel verwandelt. Kasper, des Königs Hofnarr, hat herausbekommen wie die Prinzessin zu retten sei. Bei den Zwergen hinter den sieben Bergen bekommt er die rettende Wunderblume. Doch bevor er diese erhalten kann, trägt ihm der Zwerg Balduin noch eine schwierige Aufgabe auf. Mehr verraten wird an dieser Stelle noch nicht, nur dass es ein glückliches Ende geben wird.

4307 Sa 20.03.27 15.00-15.45 7,00 €

## Piggeldy und Frederick

Für Kinder ab 3 Jahren

Martin Fuchs, Figurentheater FEX

Das neugierige, kleine Schwein, das seinen großen Bruder Frederick mit Fragen löchert. Was ist Liebe? – Was ist ein Apfel? – Was ist Sehnsucht? – Was ist eine Badewanne? – Was ist Faulheit? – Was ist ein Geheimnis? – Was ist Geduld? – und viele, viele Fragen mehr... Hintersinnig, vorsinnig, unsinnig, philosophisch und ein großer Spaß.

4308 So 25.04.27 15.00-15.45 7,00 €

# Rund um Erziehung

## Eltern im Gespräch mit Fachleuten



Orientierung in Erziehungsfragen finden, den eigenen Erziehungsweg entwickeln und gemeinsam Familie sein – in unseren vielfältigen Bildungsangeboten zur Gestaltung von Erziehung und Familienleben fördern wir die Erziehungskompetenzen der Eltern und stärken ein gutes Miteinander. In fachlich fundierten Vorträgen, methodisch vielfältigen Seminaren und Workshops werden aktuelle gesellschaftliche Entwicklungen und pädagogische Trends aufgegriffen. Die Teilnehmer\*innen lernen Erziehungsstile und -methoden kennen, reflektieren eigene Erfahrungen und schwierige Situationen im Familienalltag und bekommen Hilfsmittel für alltägliche Erziehungsfragen an die Hand. So erhalten sie zahlreiche Impulse für ein gesundes und selbstbestimmtes Familienleben und werden in Ihrer Rolle als (Groß-)Eltern gestärkt. Unsere qualifizierten Kursleiter\*innen führen die Kurse digital oder in Präsenz durch und orientieren sich an unserem Bildungs- und Qualitätsverständnis gemäß unserem Leitbild.

## Elterstraining Autismus

Tina Weißgerber, Dr. Ute Kuhwald, Kornelia Freche, Jacqueline Haudeck  
Menschen im Autismus-Spektrum verstehen und begleiten  
Ein Kurs für Eltern und Angehörige

Autismus ist mehr als eine Auflistung von Symptomen, die sich fast ausschließlich auf (vermeintliche) Defizite beziehen. Es ist eine besondere Art der Wahrnehmung und des Denkens, die auch mit besonderen Fähigkeiten und Stärken einhergeht. In diesem Kurs möchten wir Angehörigen von Menschen mit der Diagnose Autismus-Spektrum-Störung ein Basiswissen vermitteln, das auf mehr Verständnis für das autistische Sein abzielt. Was ist Autismus fernab von Diagnosekriterien und was macht ihn aus? Die Ausprägung von autistischem Verhalten ist in hohem Maße abhängig von der Umgebung. Umfeld und verfügbare Unterstützung sind mitbestimmend, wie sich die Symptome im Alltag zeigen. Wie können wir also unseren Kindern und Angehörigen eine Umgebung schaffen, in der sie sich sicher und verstanden fühlen; eine Umgebung, in der Raum für Entwicklung bleibt?

Bitte geben Sie bei der Anmeldung bekannt, ob Sie eine Kinderbetreuung benötigen. Ein Antrag im Rahmen des Landes Programm Stärke wird gestellt. Wir führen eine Interessentenliste.

5361 Sa 26.09.26 09.00-13.00 4x gebührenfrei

Kennen Sie schon unseren Gutschein?

GUTSCHEIN FÜR EINEN LIEBEN MENSCHEN



## Erziehung heute: Liebe, Haltung und wirksame Strategien

Hilde Huber, Familienoase Göppingen

„Erziehung ist Beispiel und Liebe – und sonst nichts.“ Dieser bekannte Gedanke von Friedrich Fröbel bringt eine zentrale Wahrheit auf den Punkt: Kinder brauchen Beziehung, Wärme und Orientierung. Doch die Anforderungen an Familien haben sich verändert. Der Alltag ist komplexer, gesellschaftliche Erwartungen sind höher – und klassische Erziehungsrezepte greifen oft zu kurz. Dieser Kurs verbindet eine wertschätzende, beziehungsorientierte Grundhaltung mit praxiserprobten Strategien für den Alltag. Im Mittelpunkt steht eine Erziehung, die Orientierung gibt und Entwicklung ermöglicht. Grenzen werden nicht als Einschränkung verstanden, sondern als verlässlicher Rahmen, in dem Kinder wachsen, Sicherheit erleben und ihre Persönlichkeit entfalten können.

Der Kurs richtet sich an Eltern, die liebevoll führen statt kontrollieren wollen – klar, respektvoll und alltagstauglich.

5301 Mi 30.09.26 19.00-20.30 10,00 €

## Zwischen TikTok und Realität – Jugend heute verstehen

Banu Heidle, Elternberaterin, Erzieherin

Jugendliche wachsen heute in einer Welt auf, in der Social Media, permanenter Vergleich und Leistungsdruck allgegenwärtig sind. Für Eltern ist es oft schwer, Schritt zu halten und den Überblick zu behalten.

Darum geht es in diesem Vortrag:

- Einblick in die Lebenswelt Jugendlicher heute
- Chancen und Risiken von Social Media verständlich erklärt
- Warum Jugendliche online so handeln, wie sie handeln?
- Wie können wir als Eltern Halt und Orientierung geben?

5303 Mo 06.10.25 20.00-21.30 10,00 €

neu

## Bereit für den Wiedereinstieg nach der Elternzeit?

Marlene Zauritz, M.Sc. Empirische Bildungsforschung  
Pädagogische Psychologie, Karriere Coach

Entwickle deinen individuellen Plan:

Der Gedanke an den beruflichen Wiedereinstieg löst bei uns Müttern oft Sorgen aus. In diesem Workshop erarbeitest du Schritt für Schritt einen individuellen Plan für deinen beruflichen Neustart – passend zu deiner Lebenssituation. Neben deinem angestrebten Job betrachten wir Partnerschaft, Kinderbetreuung sowie deine eigenen Ressourcen. Du erkennst, an welchen Hebeln du ansetzen kannst, um deinem idealen Arbeitstag näherzukommen – und gehst mit einem klaren, realistischen Fahrplan nach Hause.

5303 Sa 17.10.26 09.00-12.00 30,00 €  
5315 Sa 13.03.27 09.00-12.00 30,00 €

## Fit für die Schule

Für Eltern, Pädagogen und alle Interessierte  
Anna Krickl, Erzieherin, Evolutionspädagogin

Ist mein Kind schulreif? Wie kann ich mein Kind gut auf die Schule vorbereiten? Diese Fragen beschäftigen viele Eltern. Aus Sicht der Evolutionspädagogik® bedeutet „Fit für die Schule sein“ mehr als kognitive Fähigkeiten: Kinder brauchen körperliche, emotionale und soziale Balance. Bewegung spielt dabei eine zentrale Rolle, da sie die Gehirnentwicklung unterstützt und Konzentration, Selbstregulation und Lernfähigkeit fördert. In diesem Vortrag schauen wir uns an, wie wir Kinder gut auf die Schule vorbereiten und stärken können.

5304 Di 20.10.26 19.00-20.30 10,00 €



A yellow graphic with a pink 'FOLLOW US' button on the left. In the center, it says 'Ihr wollt aktuelle Informationen und Kursangebote, live aus der Villa Bute. Folgt uns auf Instagram'. On the right, there is a QR code and the Instagram logo.



## Nicht alles, was wie ADHS aussieht, ist ADHS

Stephanie Weber, Evolutionspädagogin, RIT-Reflexintegrationstrainerin, Lernberaterin

Viele Kinder wirken unruhig, schnell ablenkbar oder reagieren emotional sehr intensiv. Häufig entsteht dabei schnell der Verdacht auf ADHS. Doch nicht immer steckt tatsächlich ADHS dahinter. Der Vortrag erklärt verständlich mögliche Zusammenhänge mit der Entwicklung des Nervensystems und frühkindlichen Reflexen und zeigt praktische Unterstützungsmöglichkeiten für den Familienalltag. Der Vortrag richtet sich an Eltern von Kindergarten- und Schulkindern mit Konzentrationsproblemen, Bewegungsunruhe, emotionalen Herausforderungen oder vermutetem ADHS.

5358 Fr 23.10.26 19.30-20.30 10,00 €

## Mit „Pubertieren“ kommunizieren

Christiane Prögel-Goy, Mentorin für Kommunikation

Wenn Kinder in die Pubertät kommen, ist es mit dem klassischen Erziehen vorbei –verhandeln ist jetzt angesagt, und das klingt für Elternohren extrem anstrengend. Nicht selten sind Mütter und Väter an dieser „Bruchkante“ in der Entwicklung ihrer Kinder verunsichert. Dieser Workshop richtet sich an Eltern, Großeltern und alle, die sich einen offenen, lebendigen Austausch mit pubertierenden jungen Menschen wünschen. Die Botschaft dahinter lautet, dass echter Dialog gerade auch mit Pubertieren Spaß macht und gar nicht so schwer ist! Das dreiteilige Workshop-Format vermittelt leicht umsetzbare Impulse zum Thema und gibt Raum zum Austausch innerhalb der Gruppe; die Termine sind auch einzeln buchbar.

Teil 1: Mein Kind hört mir nicht mehr zu!  
 5362 Sa 31.10.26 10.00-12.30 20,00 €  
 Teil 2: Jetzt ist Verhandeln angesagt  
 5363 Sa 07.11.26 10.00-12.30 20,00 €  
 Teil 3: Vom Mitteilen zum lebendigen Dialog  
 5364 Sa 05.12.26 10.00-12.30 20,00 €

## Familie 2.0 – bewusst im Patchwork leben

Hilde Huber, Familienoase Göppingen

Patchworkfamilien sind mit einer Vielzahl von Verhaltens- und Rollenanforderungen konfrontiert. Vor allem Aushandlungsprozesse haben eine große Bedeutung. Die verlangt von allen Familienmitgliedern ein hohes Maß an Toleranz und offener Kommunikation. In praktischen Übungen werden die theoretischen Inhalte wie Gefühle, einfühlsames Zuhören, Ich-Botschaften, konstruktives Feedback, Konflikt- und Problemlösungsfähigkeiten alltagsnah verinnerlicht.

5305 Mo 02.11.26 19.00-20.30 10,00 €

## Mut im Bauch – Auszeit für Mamas

Maren Pfeiffer, Erzieherin

Im Alltag zwischen Familie, Terminen und Verantwortung bleibt oft eines auf der Strecke: du selbst. „Mut im Bauch“ ist eine liebevolle Auszeit für Mamas, die sich wieder spüren, stärken und neu begegnen möchten. In einem geschützten Raum darfst du zur Ruhe kommen, auftanken und dich mit den Themen Selbstliebe und Selbstfürsorge verbinden.

Gemeinsam entdecken wir, was dich innerlich stärkt und wie du dir selbst wieder mehr Aufmerksamkeit schenkst. Du darfst dich erinnern: Du bist wertvoll, genau so, wie du bist.

Ein kreativer Teil lädt dich ein, deine eigene Leinwand zu gestalten – mit kraftvollen Mutsprüchen, die dich im Alltag begleiten.

5352 Sa 07.11.26 10.00-13.00 31,50 €  
 inkl. Material 7,50 €

Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.



## „Ich kann nicht alles gleichzeitig“ – Entwickle deinen Vereinbarkeitsplan

Marlene Zauritz, M.Sc. Empirische Bildungsforschung

Hast du das Gefühl, zwischen Beruf und Familie nicht allen Erwartungen gerecht zu werden? Dann bist du in diesem Workshop genau richtig: Du entwickelst eine klare Vision davon, wie Vereinbarkeit für dich persönlich aussehen soll. Ausgehend davon analysierst du dein Umfeld: Wer unterstützt dich, wo entstehen Spannungen und welche Gespräche oder Veränderungen können helfen? Daraus entsteht dein individueller Vereinbarkeitsplan für einen Alltag, der für dich und deine Familie funktioniert.

5306	Do	12.11.26	16.00-19.00	30,00 €
5311	Do	18.02.27	16.00-19.00	30,00 €

## Inseln im Alltag– Die Kraft der kleinen Rituale

Banu Heidle, Elternberaterin, Erzieherin

Wir werden gemeinsam die Bedeutung von Ritualen im Familienleben erkunden. Rituale bieten nicht nur Orientierung und Sicherheit, sondern stärken auch die Beziehung zwischen Eltern und Kindern. Wir werden praktische Tipps und Anregungen vorstellen, wie Sie Rituale spielerisch in Ihren Familienalltag integrieren können.

5307	Do	19.11.26	19.30-21.00	10,00 €
------	----	----------	-------------	---------

## Grenzen setzen mit Herz

Familienbegleitung und Elternberatung

Liebevoll begleiten. Klar führen.

**Grenzen setzen ist nicht immer leicht - besonders im stressigen Familienalltag.**

Ich unterstütze dich dabei, dein Kind verständnisvoll und gleichzeitig klar zu führen und mehr Sicherheit in deiner Elternrolle zu gewinnen.

**Für ein Familienleben, das sich gut anfühlt.**



[www.sophiapawisa.de](http://www.sophiapawisa.de)

## Familienbildung unterwegs.....

Wir kommen zu Ihnen – in die Kita, in die Schule oder in die Elterngruppe.

Mit unserer Mobilen Familienbildung unterstützen wir Sie, wenn Sie einen Elternabend zu Erziehungsfragen organisieren möchten.

Das kann sowohl ein Elternabend vor Ort als auch ein virtueller Elternabend sein!

Die Veranstaltungen werden von kompetenten Fachleuten geleitet und umfassen in der Regel 1,5 Stunden.

Melanie Thom  
Mail: [thom@hdf-gp.de](mailto:thom@hdf-gp.de)  
Telefon: 07161-96051-15

Wenn Sie eigene Themen haben, dürfen Sie sich auch gerne bei mir melden. Dann mache ich mich gerne auf die Suche nach einer passenden Dozentin/einem passenden Dozenten.

### MOBILE FAMILIENBILDUNG

- Medienbildung
- Grenzen setzen
- Familienalltag gestalten
- Mental Load, Selbstfürsorge
- Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- Kinder stärken (Resilienz, Mut, Selbstwirksamkeit)
- Trotzphase
- Kinder fördern
- Gewaltfreie Kommunikation
- Ernährung





## Beziehung macht stark – soziale Kompetenzen von Anfang an fördern

Hilde Huber, Familienoase Göppingen

Freundschaften sind für Kinder weit mehr als gemeinsames Spielen. In Beziehungen lernen sie, sich selbst zu erleben, Konflikte zu lösen, Gefühle auszudrücken und Verantwortung zu übernehmen. Soziale Erfahrungen prägen ihr Selbstwertgefühl – und begleiten sie ein Leben lang. Doch wie entstehen tragfähige Freundschaften? Wie können Kinder lernen, mit Streit, Ausgrenzung oder Enttäuschungen umzugehen? Und wie können wir als Eltern sie dabei feinfühlig unterstützen, ohne uns einzumischen?

5308 Mi 13.01.27 19.00-20.30 10,00 €

## Begleitet Grenzen setzen lernen – liebevoll und klar im Familienalltag

für Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren  
Sophia Pawisa, Kindheitspädagogin

Kinder brauchen Grenzen – und Eltern oft mehr Sicherheit darin, wie sie diese liebevoll und klar setzen können.

Wie bleibe ich konsequent, ohne ständig zu schimpfen? Und wie schaffe ich es, Grenzen zu setzen, ohne dabei die Verbindung zu meinem Kind zu verlieren? In diesem begleiteten 3-teiligen Elternkurs geht es genau darum. Sie lernen, wie klare Grenzen im Familienalltag für mehr Ruhe, Orientierung und Entspannung sorgen können – für Ihr Kind und auch für Sie selbst. Wir sprechen darüber, warum Grenzen Kindern Sicherheit geben, wie Sie liebevoll und gleichzeitig konsequent handeln können, wie Sie mit starken Gefühlen, Trotz und Machtkämpfen umgehen und wie Sie auch in herausfordernden Momenten ruhig und sicher bleiben.

Dabei bleibt es nicht nur bei der Theorie: Zwischen den Terminen setzen Sie kleine Impulse direkt zu Hause um und sammeln eigene Erfahrungen. Im nächsten Treffen reflektieren wir gemeinsam, was

gut funktioniert hat, wo es noch hakt und was Ihr Familienalltag wirklich braucht.

5359 Mo 18.01.27 10.00-11.30 3x 36,00 €  
5360 Mo 08.03.27 10.00-11.30 3x 36,00 €

## Liebevoll Grenzen setzen

Banu Heidle, Elternberaterin, Erzieherin

„Wenn du nicht dein Zimmer aufräumst, lese ich dir keine Geschichte vor!“ Auch dir sind solche Sätze schon über die Lippen gekommen? Sei gnädig mit dir, du brauchst dich keineswegs dafür zu verurteilen. Was aber tun, wenn das Kind Grenzen überschreitet und nicht kooperiert? Wenn es keine Bereitschaft zeigt, den Teller leer zu essen oder die Bauklötze wegzuräumen oder die Hose anzuziehen? Wir müssen Wege finden, um unseren Kindern Grenzen und Regeln aufzuzeigen, dabei sollte unsere Autorität als Erwachsenen jedoch keine Machtposition sein, die wir nach Belieben einsetzen, um unsere Kinder zu einem erwünschten Verhalten zu zwingen. Kinder kooperieren grundsätzlich gerne, und zwar aus dem Vertrauen heraus, dass wir als Eltern Vertrauen schenken und ihnen einen Weg aufzeigen.

5309 Do 21.01.27 19.00-20.30 10,00 €

## Resilienz bei Kindern fördern

Hilde Huber, Familienoase Göppingen

Gedeihen trotz widriger Umstände – wie geht das? Was stärkt Kinder und lässt Sie zu selbstbewussten und verantwortungsvollen Persönlichkeiten heranreifen? Welche Faktoren begünstigen die positive Entwicklung? An diesem Abend sprechen wir über Faktoren, die Kinder zu selbstbewussten und mental starken Persönlichkeiten werden lässt.

5310 Mo 15.02.27 19.00-20.30 10,00 €

6+

**märklin**  
START UP

## Heute Baustelle, morgen Stadtfest!

### Deine Fantasie gibt das Signal.

In deiner Stadt gibt es immer etwas zu tun! Mit der starken Rangierlok und ihren coolen Kommunalwagen bist du sofort zur Stelle. Das mitgelieferte Kommunalfahrzeug wartet schon auf seinen nächsten Auftrag - aufladen, ankuppeln und los geht's! Mit der kompletten Strecke, Weiche und Abstellgleis baust du deine eigene Spielwelt und erfindest jeden Tag neue Abenteuer.



**NEU!**

#### power FEATURES



(Art.Nr. 29296)



[www.facebook.com/maerklin](http://www.facebook.com/maerklin)



[www.instagram.com/maerklin](http://www.instagram.com/maerklin)



[www.youtube.com/maerklin](http://www.youtube.com/maerklin)

[www.maerklin.de](http://www.maerklin.de)



## Gefühlsachterbahn Pubertät

Banu Heidle, Elternberaterin, Erzieherin

Gefühlsachterbahn Pubertät: Zwischen Wut, Liebe und Selbstzweifel Plötzlich ist alles anders: Ihr Kind zieht sich zurück, reagiert explosiv oder schwankt zwischen Nähe und Ablehnung? Willkommen in der Pubertät! Diese Entwicklungsphase ist für Jugendliche emotional intensiv und für Eltern oft herausfordernd.

In diesem Vortrag geht es darum:

- Warum Konflikte dazu gehören und wozu sie gut sind
- Wie Eltern Halt geben können, ohne Machtkämpfe
- Praktische Tipps für Kommunikation, Grenzen und Verständnis
- Raum für Austausch und Fragen

5312 Mo 22.02.27 19.00-20.30 10,00 €

## Die 7 Entwicklungsstufen der Evolutionspädagogik

Entwicklung verstehen, Potenziale entfalten  
Stephanie Weber, Evolutionspädagogin, Lernberaterin, RIT-Reflexintegrationstrainerin

Warum reagieren Kinder manchmal „anders als erwartet“? Weshalb fällt Lernen gelegentlich schwer, obwohl Motivation vorhanden ist? Und wie können wir Entwicklung gezielt unterstützen? In diesem Vortrag erhalten Sie einen anschaulichen Einblick in die sieben Entwicklungsstufen und deren Bedeutung für Lernen, Verhalten und persönliche Entwicklung. Sie erfahren, wie sich Entwicklungsblockaden erkennen lassen und welche Bewegungsimpulse helfen können, neue Lern- und Handlungsmöglichkeiten zu eröffnen.

5357 Mi 24.02.27 19.30-21.00 10,00 €

## Zweisprachig aufwachsen

Banu Heidle, Elternberaterin, Erzieherin

Zweisprachig aufzuwachsen bedeutet für Kinder eine große Chance. Das gleichzeitige Lernen von zwei Sprachen funktioniert am besten in der frühen Kindheit. Dies stellt jedoch besondere Anforderungen an die Kinder beim Spracherwerb. Der Vortrag zeigt, welche Regeln dabei beachtet werden müssen und gibt Werkzeuge und Kompetenzen an die Hand, mit denen Eltern ihren Kindern helfen können.

5314 Do 11.03.27 19.00-20.30 10,00 €

## Spielregeln in der Familie

Hilde Huber, Familienoase Göppingen

Wie sich das Zusammenleben in der Familie gestaltet, kommt wesentlich auf den Umgang der Beteiligten miteinander an und lässt sich positiv beeinflussen, wenn ganz konkrete, gemeinsam formulierte Spielregeln beachtet werden. Aber welche Familienregeln sind sinnvoll? Und wie lässt sich sicherstellen, dass die Regeln auch von allen Familienmitgliedern eingehalten werden? Sie erhalten sehr alltagstaugliche und leicht umsetzbare Tipps!

5316 Mo 22.03.27 19.00-20.30 10,00 €

## Loslassen. Begleiten. Stark machen.

Banu Heidle, Elternberaterin, Erzieherin

Ihr Kind ist kein kleines Schulkind mehr, aber auch noch nicht erwachsen. Die weiterführende Schule ist eine Zeit voller Veränderungen: neue Anforderungen, wachsender Druck, Selbstzweifel, Pubertät und die Suche nach dem eigenen Weg. Viele Eltern fragen sich: Wie viel Hilfe ist richtig? Wann sollte ich eingreifen und wann loslassen? Wie kann ich meinem Kind den Rücken stärken, ohne es zu überfordern? Dieser Vortrag schenkt Orientierung und Sicherheit.

5317 Fr 09.04.27 19.00-20.30 10,00 €

## Von Null auf Motivation – So wecken Sie Neugier und Engagement

Hilde Huber, Familienoase Göppingen

Manche Kinder wirken lustlos, unkonzentriert oder desinteressiert am Lernen. Doch jedes Kind hat Fähigkeiten und Potenziale, die entdeckt werden wollen. In diesem Vortrag erfahren Eltern, welche Ursachen hinter Rückzug, Widerstand oder Desinteresse stehen und wie sie ihr Kind Schritt für Schritt wieder ins Tun bringen können. Sie erhalten praxisnahe Strategien, um Neugier zu wecken, Motivation aufzubauen und Kinder zu eigenverantwortlichem Handeln zu begleiten – ohne Druck, sondern mit Verständnis und positiven Impulsen.

5318 Mi 14.04.27 19.00-20.30 10,00 €

## Die Trotzphase – Eine Herausforderung für die ganze Familie

Banu Heidle, Elternberaterin, Erzieherin

Wenn ein kleines Kind aus heiterem Himmel in Wut gerät, um sich schlägt und sich auf dem Fußboden wälzt, stehen wir Erwachsene meist ziemlich rat- und hilflos daneben. Woher kommen diese starken Gefühle? Als Eltern sind wir keine unbeteiligten Beobachter, wir stecken in dieser gefühlsintensiven Phase mittendrin und müssen selber viel Neues lernen. In diesem Vortrag werden wir nicht nur darauf eingehen, wie wertvoll diese Phase für die Entwicklung der Kinder ist, sondern auch wie wir als Eltern damit umgehen können.

5319 Do 29.04.27 19.00-20.30 10,00 €

Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.



## Emotionale Intelligenz stärken – Kinder fürs Leben vorbereiten

Hilde Huber, Familienoase Göppingen

Schon früh stehen oft Lesen, Schreiben und Fremdsprachen im Vordergrund – doch die emotionale Intelligenz bleibt häufig auf der Strecke. Dabei beeinflusst sie nicht nur soziale Beziehungen, sondern auch den Bildungserfolg unserer Kinder maßgeblich. In diesem Vortrag erfahren Sie, was emotionale Intelligenz wirklich bedeutet und warum sie so wichtig ist. Sie erhalten praxisnahe Tipps, wie Sie die sozialen und emotionalen Fähigkeiten Ihrer Kinder gezielt fördern und ihre Selbstwahrnehmung, Empathie und Konfliktfähigkeit stärken können.

5320 Mi 02.06.27 19.00-20.30 10,00 €

[www.lkqp.de/pflegekinderdienst](http://www.lkqp.de/pflegekinderdienst)

LANDKREIS GÖPPINGEN

Sie sind |

Sie sind **Alltagsheld**.  
Sie sind **da**.  
Sie sind die **Pflegeeltern**, die wir suchen.

**Was sollten Sie mitbringen?**  
Stabile Lebensverhältnisse. Zeit. Liebe. Geduld. Einfühlungsvermögen.

**Interessiert?**  
Mehr Informationen unter  
Telefon 07161 202-4343  
[pkd@lkqp.de](mailto:pkd@lkqp.de)

Kreisjugendamt Göppingen  
Pflegekinderdienst



## ElternZeit

Für Eltern mit Kindern von 0-5 Jahren  
 Banu Heidle, Elternberaterin, Erzieherin

neu

ElternZeit ist ein Elterncafé für Mütter und Väter, die sich bewusst Zeit für Austausch, Impulse und gegenseitige Unterstützung nehmen möchten. Sie können gemeinsam als Paar teilnehmen, sich abwechseln oder auch alleine kommen – ganz so, wie es in Ihren Familienalltag passt. In wertschätzender Atmosphäre sprechen wir über Erfahrungen, Fragen und Herausforderungen des Familienlebens. An allen sechs Terminen erwartet Sie zusätzlich ein ausgewähltes Erziehungsthema, das praxisnah vorgestellt und gemeinsam besprochen wird. Für die Kleinen wird es Spielmöglichkeiten geben während des Cafés.



### ElternZeit im Herbst 2026

#### Schlaf und Routinen im Alltag

5321 Fr 16.10.26 16.00-17.30 15,00 €

#### Umgang mit Trotzphasen

5322 Fr 23.10.26 16.00-17.30 15,00 €

#### Medien im Kinderzimmer – Grenzen setzen

5323 Fr 06.11.26 16.00-17.30 15,00 €

#### Selbstfürsorge – wie bleibe ich gelassen?

5324 Fr 13.11.26 16.00-17.30 15,00 €

#### Gemeinsam spielen – Kinder fördern ohne Stress

5325 Fr 20.11.26 16.00-17.30 15,00 €

#### Austausch

5326 Fr 27.11.26 16.00-17.30 15,00 €

### ElternZeit im Jahr 2027

#### Schlaf und Routinen im Familienalltag

5327 Fr 29.01.27 16.00-17.30 15,00 €

#### Umgang mit Trotzphasen

5328 Fr 05.02.27 16.00-17.30 15,00 €

#### Medien im Kinderzimmer – Grenzen setzen

5329 Fr 19.02.27 16.00-17.30 15,00 €

#### Selbstfürsorge – wie bleibe ich gelassen?

5330 Fr 26.02.27 16.00-17.30 15,00 €

#### Gemeinsam spielen – Kinder fördern ohne Stress

5331 Fr 05.03.27 16.00-17.30 15,00 €

#### Austausch

5332 Fr 12.03.27 16.00-17.30 15,00 €

**Unsere Online Elternvorträge** 2026/27

- Vereinbarkeit mit Familie und Alltag
- stressfreie Teilnahme von zu Hause aus
- Zeitersparnis
- Flexibel
- Teilnahme auch mit Kindern im Hintergrund
- Weniger organisatorischer Aufwand

**Online: Medienkonsum bei Kindern und Jugendlichen – digital smart unterwegs oder völlig overloaded?**

Susann Lorenz, Gymnasiallehrerin, Coachin, Lernberaterin

40.000 Reels scrollen am Tag, aber kein einfaches Textverständnis mehr? Das ist kein Zufall. Ich zeige dir, wie Kinder und Jugendliche Medien bewusst und sinnvoll nutzen können, ohne sich darin völlig zu verlieren. Wir klären, welche Inhalte fördern, welche überfordern und wie du als Eltern klare, stressfreie Regeln setzen kannst. Für mehr Ruhe, Fokus und echte Verbundenheit – ohne Dauerscrollen und Kopfchaos.

5333	Mi	23.09.26	19.00-20.30	15,00 €
5343	Sa	17.04.27	19.00-20.30	15,00 €

**Online: Alleinerziehend – Nicht untergehen durch Struktur und Dorf**

neu

Sanja Jäger, Staatl. anerkannte Sozialpädagogin & Sozialarbeiterin (B.A.), Erzieherin

Alleinerziehend sein bedeutet meist: Viel Verantwortung, alles gleichzeitig stemmen und quasi keine Pausen. In diesem Vortrag zeigt Sanja Jäger, Sozialpädagogin, wie klare Strukturen entlasten können, warum ein unterstützendes „Dorf“ kein Luxus, sondern Notwendigkeit ist und wie es (trotz Herausforderungen) aufgebaut werden kann. Mit praxisnahen Impulsen, alltagstauglichen Strategien und stärkenden Perspektiven gewinnen Sie spürbare Erleichterung und mehr Selbstwirksamkeit. Ein Abend für alle, die sich Veränderung wünschen.

5334	Di	29.09.26	20.00-22.00	20,00 €
5339	Di	23.02.27	20.00-22.00	20,00 €

**Online: Nudeln ohne alles – Wählerisches Essen verstehen und begleiten**

Sanja Jäger, Staatl. anerkannte Sozialpädagogin & Sozialarbeiterin (B.A.), Erzieherin

Viele Kinder essen phasenweise sehr wählerisch und das kann Eltern schnell verunsichern. In diesem Vortrag zeigt Sanja Jäger, Fachkraft für wählerisches Essverhalten und Sozialpädagogin B.A. warum Kinder wählerisch essen, was noch normal ist, aber auch ab wann Sorge berechtigt ist. Es geht darum, wie wichtig Gemüse wirklich ist, welche typischen Fehler am Esstisch gemacht werden können und wie sich Eltern am hilfreichsten verhalten können. Für mehr Orientierung, Sicherheit und Essfreude im Familienalltag für Eltern von Kindern zwischen 1 und 7 Jahren.

5335	So	11.10.26	10.00-12.00	20,00 €
5341	So	14.03.27	10.00-12.00	20,00 €

### Online: Zurück zu mir. Zurück zu dir.

Susann Lorenz, Gymnasiallehrerin, Coachin, Lernberaterin

Zurück zu mir. Zurück zu dir – Strategien für eine gelungene Eltern-Kind-Beziehung. Dieses Programm ist eine Einladung, zunächst erst einmal wieder bei dir selbst einzuchecken. Du lernst, aus Stress, Reaktion und alten Mustern auszusteigen und wieder bewusst bei dir anzukommen. Durch klare Reflexion und alltagstaugliche Übungen stärkst du deine innere Stabilität und verbindest dich neu mit deiner Intuition. Aus dieser inneren Klarheit entsteht danach echte Verbindung zu deinem Kind – ruhig, präsent und auf Augenhöhe. Weniger Machtkämpfe, mehr Miteinander.

5336	Sa	07.11.26	19.00-20.30	2x	30,00 €
5340	Mi	03.03.27	19.00-20.30	2x	30,00 €

### Online: Große Gefühle begleiten – vom Baby bis ins Schulalter

Sanja Jäger, Staatl. anerkannte Sozialpädagogin & Sozialarbeiterin (B.A.), Erzieherin

Große Gefühle fordern Eltern täglich heraus. In diesem Vortrag zeigt Sanja Jäger, Sozialpädagogin, wie Kinder sicher durch Gefühlsstürme begleitet werden können, was es für Co-Regulation braucht und schlussendlich, wie Selbstregulation entsteht. Vom (exzessiven) Baby-schreien, über Wutausbrüche bis zur klassischen Überforderung nach Kita/Schule werden Alltagssituationen gemeinsam unter die Lupe genommen. Für die ideale Balance zwischen liebevoller Führung und echter Augenhöhe erhalten Sie Orientierung, konkrete Formulierungen und alltagstaugliche Strategien für mehr Sicherheit, Verbindung und innere Stabilität im Familienleben.

5337	So	13.12.26	10.00-12.00		20,00 €
5346	So	13.06.27	10.00-12.00		20,00 €

### Online: Bedürfnisorientierung – Zwischen Führung und Augenhöhe

Sanja Jäger, Staatl. anerkannte Sozialpädagogin & Sozialarbeiterin (B.A.), Erzieherin

Bedürfnisorientiert erziehen ist in aller Munde – aber geht das, ohne sich selbst zu verlieren? Und wo endet die Wahlfreiheit für Kinder im Alltag? In diesem Vortrag beleuchtet Sanja Jäger, Sozialpädagogin, typische Fallstricke moderner Bedürfnisorientierung und zeigt, wie Eltern liebevolle Führung und echte Augenhöhe verbinden können. Sie erhalten Klarheit darüber, was Bedürfnisse wirklich bedeuten, wie man sie von Wünschen abgrenzen kann, wo Grenzen wichtig sind und wie ein stimmiger Familienalltag gelingt. Für mehr Sicherheit in der Elternrolle und ein stärkendes Miteinander für alle.

5338	So	17.01.27	10.00-12.00		20,00 €
5347	So	11.07.27	10.00-12.00		20,00 €

### Online: STARK GEGEN STRESS – zwischen Familie, Beruf und Alltag

Kerstin Dünkelmeyer, Stress- und Burnoutcoach, Entspannungstrainerin

neu

Die Anforderungen von Familie, Beruf und Alltag führen bei vielen Eltern zu anhaltendem Stress – oft ohne dass wir bewusst gegensteuern. Dieser Vortrag vermittelt fundiertes Wissen zur Entstehung von Stress und zeigt konkrete, praxisnahe Strategien auf, mit denen Eltern ihre Stresskompetenz gezielt stärken können. Sie erhalten wertvolle Impulse, um Belastungen neu einzuordnen, Ihre eigenen Ressourcen bewusster zu nutzen und mehr Gelassenheit und Balance in den Familienalltag zu bringen.

5313	Do	25.02.27	19.30-21.00		10,00 €
------	----	----------	-------------	--	---------

## Online: Gewaltfreie Kommunikation mit Kindern – Worte, die Brücken bauen

Susann Lorenz, Gymnasiallehrerin, Coachin, Lernberaterin

Wie können wir Kinder mit einer Sprache begleiten, die Verständnis, Kooperation und emotionale Sicherheit fördert – statt mit Strafen oder Drohungen? In diesem Workshop lernen Eltern die Grundlagen der gewaltfreien Kommunikation kennen: achtsames Zuhören, die eigenen Bedürfnisse klar ausdrücken und Konflikte deeskalieren. Anhand praktischer Beispiele und Übungen erfahren Eltern, wie sie ihre Kinder mit Worten unterstützen, statt sie zu verletzen, um so langfristig eine harmonische und vertrauensvolle Beziehung aufzubauen.

5348	Mi	07.10.26	19.30–21.00	10,00 €
5349	Sa	24.04.27	19.00–20.30	10,00 €

## Online: Elternsein ohne Dauerstress – mehr Achtsamkeit im Familienchaos

Susann Lorenz, Gymnasiallehrerin, Coachin, Lernberaterin

Kennst du das Gefühl, im Familienalltag nur noch zu funktionieren? Zwischen Terminen, Wäschebergen und Streitigkeiten bleibt oft kaum Zeit, durchzuatmen. Doch genau hier setzt Achtsamkeit an: Sie hilft dir, Stress zu reduzieren, bewusster zu handeln und echte Nähe zu deinem Kind aufzubauen. In diesem Workshop lernst du einfache Achtsamkeitsübungen, die sich mühelos in deinen Alltag integrieren lassen – von kleinen Dankbarkeitsritualen über bewusste Atempausen bis hin zu einer achtsamen Kommunikation. Dadurch meisterst du Konflikte mit mehr Ruhe, gibst deinem Kind emotionale Sicherheit und schaffst eine Atmosphäre, in der sich alle wohlfühlen. Bist du bereit für einen Familienalltag mit weniger Stress und mehr Verbindung? Dann melde dich gern an!

5350	Mi	25.11.26	19.00–20.30	10,00 €
5351	Di	29.06.27	19.00–20.30	10,00 €

## Online: Stark im Alltag mit ADHS – Verstehen und Begleiten

neu

Constanze Göpfrich, Kindheitspädagogin (BA)

Sie erhalten einen Überblick über typische Verhaltensweisen, Hintergründe und die Diagnostik. Außerdem geht es um häufige Herausforderungen im Familienalltag und die Frage, wann und wo Unterstützung sinnvoll sein kann. Das Ziel: mehr Klarheit, ein besseres Verständnis für das eigene Kind – und ein entlastender Blick auf schwierige Situationen. Eine Fortbildungsreihe in 4 Modulen für Eltern mit Wissen, alltagstauglichen Strategien und Raum für Austausch. Die Module sind einzeln buchbar und behandeln pro Termin ein Schwerpunktthema.

Modul 1:				
Was bedeutet ADHS eigentlich – und wie zeigt es sich?				
5353	Sa	06.02.27	09.00–12.00	40,00 €

Modul 2:				
Alltag mit ADHS – Struktur und klare Orientierung				
5354	Sa	20.03.27	09.00–12.00	40,00 €

Modul 3:				
ADHS liebevoll begleiten – Beziehung stärken				
5355	Sa	05.06.27	09.00–12.00	40,00 €

Modul 4:				
ADHS im Umfeld – Schule, Gefühle und Selbstwert				
5356	Sa	10.07.27	09.00–12.00	40,00 €

## Elternschule

An jedem 3. Samstag im Monat erscheint in der NWZ die Seite Elternschule. Die Bündnispartner veröffentlichen dort einmal im Monat einen Artikel zu einem Familienthema, bzw. zu einem Erziehungsthema. Außerdem finden sie dort aktuelle Angebote für Eltern: Vorträge und Seminare zu Erziehungsthemen, Eltern-Kind-Kurse, Veranstaltungen für die ganze Familie bzw. für Alleinerziehende und offene Treffs.

## Familienpaten im Landkreis:

### Gemeinsam für starke Familien

Lebenserfahrene Bürgerinnen und Bürger begleiten als Paten mit Zeit und Herz Familien mit Kindern, Alleinerziehende, neu zugezogene Familien, kinderreiche Familien, Familien mit Migrationshintergrund oder Familien in besonderen Lebenslagen in ihren Alltagssituationen. Familienpatenschaften sind eine Begleitung auf Zeit, solange es allen Beteiligten Freude macht. Familienpatinnen und Familienpaten werden für ihre verantwortungsvolle Tätigkeit in einer Schulung durch erfahrene Fachkräfte qualifiziert und danach weiter begleitet. Die kostenfreie Qualifizierung zur Familienpatin / zum Familienpaten umfasst:

- 6 Termine á drei Stunden
- 6 Input/-Treffen á zwei Stunden
- einen Erste-Hilfe-Kurs am Kind
- die Möglichkeit, begleitend an Supervision teilzunehmen

Familienpatinnen und Familienpaten können sich zur Integrationspatin/zum Integrationspaten weiter quali-

fizieren. Finanziert und gefördert wird das Projekt über die Bundesstiftung Frühe Hilfen und den Landkreis Göppingen. Das Projekt ist Teil des Netzwerks Familienpaten Baden-Württemberg. Möchten Sie sich als Familienpatin/Familienpate engagieren?

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf. Wir vermitteln Ihnen den Kontakt zu einer Ansprechperson vor Ort.  
Carmen Traub,  
Tel. 07161-96051-16  
Mail: traub@hdf-gp.de

Ihr wollt aktuelle Informationen und Kursangebote, live aus der Villa Butz. Folgt uns auf Instagram

### Qualifizierung zur LEFino - Kursleitung

Begleiten Sie junge Familien mit Herz und Fachkompetenz – qualifizieren Sie sich zur LEFino®-Kursleitung und unterstützen Sie Eltern im ersten Lebensjahr ihres Babys

Die LEFino®-Qualifizierung vermittelt theoretische Grundlagen und praxisnahe Inhalte und bereitet dich fundiert auf die Leitung eines LEFino®-Kurses vor.

Die Qualifizierung umfasst zwei Teile: 3 Praxiswochenenden zu LEFino und eine Online-Qualifizierung zur Eltern-Kind-Kursleitung (QEKK- externer Anbieter). Die Praxiswochenenden vermitteln Grundlagen und Konzepte von LEFino mit Fokus auf Begegnung und Austausch. In der Online-Phase wird QEKK selbstständig im eigenen Tempo auf einer Lernplattform erarbeitet, flexibel in Ort und Zeit.

**Freitag, 16.10.26 15-18 Uhr (online)**  
Das LEFino Konzept

**Samstag, 17.10.2026 / Sonntag, 18.10. 2026**  
Psychomotorische Entwicklung im ersten Lebensjahr

**Samstag, 14.11.26 / Sonntag, 15.11.26**  
Kommunikation in der Gruppe

**Samstag, 16.01.27 /Sonntag, 17.01.27**  
LEFino in der Praxis und Zertifikatsübergabe

**Kosten: 735 € Praxisausbildung und 195 € QEKK (externer Anbieter)**

Fortbildungsort:  
**Haus der Familie Göppingen, Mörikestr.17, 73033 Göppingen**  
Rückfragen: Jacqueline Nötzel, noetzel@hdf-gp.de



Laufend neue  
Qualifizierungs-  
Kurse

# Kindertagespflege

Landkreis Göppingen e.V.



**Wir qualifizieren, vermitteln und begleiten Sie!**

Göppingen | Ziegelstraße 35 | am Rosenplatz  
Geislingen | Steingrubestraße 15

Telefon 07161 | 96331-0  
[www.ktp-gp.de](http://www.ktp-gp.de) | [info@ktp-gp.de](mailto:info@ktp-gp.de)

**Unsere Tagesmütter/Tagesväter arbeiten ...**

... in den eigenen Räumen,  
... in anderen geeigneten Räumen oder  
... in der Wohnung der Eltern.

Foto: openstockphoto.com



## Kindertagespflegepersonen – Aus- und Weiterbildung



### Qualifizierungskurse für Kindertagespflegepersonen

Sie haben pädagogisches Geschick und Einfühlungsvermögen? Sie möchten Kinder betreuen, in Ihrem Haushalt, gemeinsam mit anderen Kindertagespflegepersonen in anderen geeigneten Räumen oder im Haushalt einer Familie? Die Qualifizierungskurse für Kindertagespflegepersonen bereitet Sie auf eine Tätigkeit in der Kindertagespflege vor. Der Verein für Kindertagespflege Landkreis Göppingen e. V. bietet in Zusammenarbeit mit dem Haus der Familie mehrmals jährlich Qualifizierungskurse an. Die Kurse entsprechen den Vorgaben des Landes Baden-Württemberg. Eine Zulassung zum Qualifizierungskurs erfolgt nach einer Eignungsprüfung durch die zuständige Fachberatung. Wenn Sie sich für eine Tätigkeit als Kindertagespflegeperson interessieren und an einem Qualifizierungskurs teilnehmen möchten, melden Sie sich bitte direkt beim

Verein für Kindertagespflege Landkreis Göppingen e. V.  
Ziegelstr. 35, 73033 Göppingen  
Tel: 07161-963310, [info@ktp-gp.de](mailto:info@ktp-gp.de),  
<https://www.kindertagespflege-goepingen.de/>

### Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte

Hier finden Sie eine Auswahl an Fortbildungen, die wir anbieten. Für das vollständige Programm schauen Sie bitte unter: [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de).

### Waldpädagogik für den Alltag mit Kindern: Natur erleben im Herbst (4 UE)

Jessica Belle, Familienbegleiterin, Waldpädagogin

5803 Fr 25.09.26 14.30-17.30 35,00 €

**Online: Stark im päd. Alltag mit ADHS – verstehen und professionell begleiten**  
Fortbildungsreihe für pädagogische Fachkräfte  
Constanze Göpfrich, Kindheitspädagogik (BA) i.A.

5806 Sa 10.10.26 09.00-12.00 45,00 €

### Online: Kindern achtsam STOPP sagen

Vom beziehungs- und bedürfnisorientierten Umgang mit persönlichen Grenzen  
Alena Morlock, Fortbildungsreferentin, Familienbegleiterin

5807 Mi 28.10.26 09.00-16.00 140,00 €

**FORTBILDUNG**  
für pädagogische Fachkräfte **VILLA BUTZ**

Entdecken Sie neue Impulse für Ihre wertvolle Arbeit in der Kita!

- Unser vielfältiges Fortbildungsprogramm unterstützt Sie dabei, sich fachlich und persönlich weiterzuentwickeln – praxisnah, inspirierend und direkt auf Ihren Alltag abgestimmt.
- Ob neue pädagogische Ansätze, psychologisches Hintergrundwissen oder konkrete Methoden für den Kita-Alltag: Unsere Fortbildungen verbinden Theorie und Praxis auf anschauliche Weise und laden dazu ein, die eigene Arbeit zu reflektieren und mit frischen Ideen zu bereichern.
- Schauen Sie gern in unser Programm!

AKTUELLE FORTBILDUNGEN UND ANMELDUNG UNTER:  
[www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de)

telefonisch unter: 07161-9605110, Melanie Thom, [thom@hdf-gp.de](mailto:thom@hdf-gp.de)

## Selbstfürsorge in der sozialen Arbeit

Oguz Tasdemir, Jugend- und Heimerzieher; Anti-Aggressivitäts- und Coolness Trainer, angehender Sozialarbeiter B.A.

5808 Sa 31.10.26 10.00-16.00 180,00 €

## Nonverbale Kommunikation und Deeskalation

Fortbildung für pädagogische Fachkräfte  
Ridvan Tasdemir, Lehrer für Sport, Deutsch, Ethik mit Fachausbildung in Drogen- und Gewaltprävention

5810 Sa 21.11.26 10.00-16.00 195,00 €

## Raus aus der Burnout Falle

Resilienz und Selbstfürsorge für pädagogische Fachkräfte  
Susann Lorenz, Gymnasiallehrerin, Coachin

5811 Sa 12.12.26 10.00-14.00 75,00 €

5825 Sa 20.03.27 10.00-14.00 75,00 €

## Bedürfnisorientierung im Betreuungskontext – Zwischen Führung und Augenhöhe

Sanja Jäger, Staatl. anerkannte Sozialpädagogin & Sozialarbeiterin (B.A.), gelernte Erzieherin

5812 Fr 15.01.27 09.00-13.00 70,00 €

5830 Fr 14.05.27 09.00-13.00 70,00 €

## Elterngespräche führen:

### Klar, wertschätzend, handlungsorientiert

Fortbildung für pädagogische Fachkräfte  
Ridvan Tasdemir, Lehrer für Sport, Deutsch, Ethik mit Fachausbildung in Drogen- und Gewaltprävention

5815 Sa 23.01.27 10.00-13.00 170,00 €

Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.



## Beruf + Ausbildung (er)leben



## Komm in unser TEAM!

- + Sie möchten nach einer Familienphase wieder zurück in den Beruf oder möchten sich umorientieren?
- + Sie sind auf der Suche nach einem Arbeitsplatz in wertschätzender Umgebung und fairer Bezahlung und möchten die Freude bei der Arbeit mit Menschen erleben?

Wir suchen

### Fachkräfte / Quereinsteiger\*innen

in Voll- und Teilzeit sowie geringfügiger Beschäftigung

PFLEGE – BETREUUNG – HAUSWIRTSCHAFT –  
HAUSNOTRUFZENTRALE

Die Vereinbarkeit von Familie und Beruf findet unsere volle Unterstützung – wir bieten Ihnen flexible Verträge und eine attraktive tarifliche Vergütung.

## Schreiben Sie uns!

Wir freuen uns auf Ihre **Initiativ-Bewerbung**

Wilhelmshilfe e.V.  
Hohenstaufenstraße 4 · 73033 Göppingen  
[bewerbung@wilhelmshilfe.de](mailto:bewerbung@wilhelmshilfe.de)  
Tel.: 07161 / 6726-1025 · [www.wilhelmshilfe.de](http://www.wilhelmshilfe.de)



### Starke Gefühle bei Kindern verstehen und begleiten (4 UE)

Luisa Knabe, Master of Arts Interkulturelle Kommunikation

5820 Fr 05.03.27 15.00-18.00 70,00 €

### Online: Stark im Stress

Luisa Knabe, Master of Arts Interkulturelle Kommunikation

5826 Mi 14.04.27 14.00-16.30 70,00 €

### Online: Stopp, hör auf damit! Du sollst doch nicht beißen!

Alena Morlock, Fortbildungsreferentin, Familienbegleiterin

5827 Do 15.04.27 09.00-16.00 140,00 €

### Zusammenarbeit mit Eltern in Krippe und Kindertagespflege (3UE)

Marie Bieber, Kindheitspädagogin M.A.; Integrative Eltern - und Säuglings/Kleinkindberaterin

5828 Fr 16.04.27 15.00-17.30 40,00 €

### Deeskalation im pädagogischen Alltag

Ridvan Tasdemir, Lehrer für Sport, Deutsch, Ethik mit Fachausbildung in Drogen- und Gewaltprävention

5832 Sa 05.06.27 10.00-13.00 170,00 €

### Online: Vom Lob zur Wertschätzung – Worte, die Kinder nachhaltig stärken

Luisa Knabe, Master of Arts Interkulturelle Kommunikation

5833 Mi 09.06.27 14.00-16.30 70,00 €

### Die Regulationsentwicklung von Kleinkindern verstehen und begleiten (5UE)

Fortbildung für pädagogische Fachkräfte und Kindertagespflegepersonen

Marie Bieber, Kindheitspädagogin M.A.; Integrative Eltern - und Säuglings/Kleinkindberaterin

5819 Fr 25.06.27 08.00-12.00 65,00 €

**FOLLOW US**

Ihr wollt aktuelle Informationen und Kursangebote, live aus der *VILLA BUTZ*. Folgt uns auf **Instagram**




**Kennen Sie schon unseren Gutschein?**

GUTSCHEIN FÜR EINEN LIEBEN MENSCHEN



Das ideale Geschenk für Familien, MitarbeiterInnen in Firmen, Behörden und Banken ...



# Komm doch mal **rüber!**

Von A wie Acrylmalen bis Z wie Zumba hätten wir da so einiges im Angebot –  
direkt gegenüber. Alle Infos unter [www.vhs-goepingen.de](http://www.vhs-goepingen.de)

Entdecken Sie die Vielfalt der vhs  
im aktuellen Programm  
und bei



Volkshochschule  
Göppingen  
und Schurwald

# Leben gestalten



Im Fachbereich „Leben gestalten“ finden Sie vielfältige Bildungsangebote, die Sie bei der Auseinandersetzung mit wichtigen Lebens-Themen unterstützen und begleiten. In fachlich fundierten Vorträgen, Seminaren und Workshops werden unterschiedlichste gesellschaftspolitische, kulturelle und persönlichkeitsbildende Themen gemeinsam bearbeitet, sachlich und kontrovers diskutiert und (kritisch) hinterfragt. Sie erhalten Informationen, (Neu-) Orientierung und Impulse für Ihre individuelle Form der Lebensgestaltung. Unsere qualifizierten Referentinnen und Referenten passen Inhalte und Methoden bedarfsorientiert an die Kursteilnehmenden und aktuelle gesellschaftliche Entwicklungen an. Diese orientieren sich an unserem Bildungs- und Qualitätsverständnis gemäß unserem Leitbild.

**Kennen Sie schon unseren Gutschein?**

GUTSCHEIN FÜR EINEN LIEBEN MENSCHEN

## Literatur, Kunst und Kultur

### Literaturkreis am Abend

Marlies Birkle, Germanistin, Autorin

Literatur kann unseren Blickwinkel erweitern und sogar unsere Weltsicht verändern, vorausgesetzt, wir überlassen uns ihrem Sog. Gemeinsam wollen wir neue Romane entdecken und besprechen. Wir lesen pro Abend ein Buch. Neue Interessent\*innen sind herzlich willkommen. Bitte für den ersten Abend lesen und mitbringen: „Vom Ende der Einsamkeit“ Roman von Benedikt Wells.

6201	Di	13.10.26	17.30-19.30	6x	88,00 €
6202	Di	13.10.26	19.30-21.30	6x	88,00 €

## Information – Orientierung – Lebensthemen

### Gewaltfreie Kommunikation – Übungsgruppe

Karin Geiger, GFK Trainerin und Coach

Eine Übungsgruppe für Menschen, die an einem Einführungsseminar in Gewaltfreier Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg teilgenommen haben und jetzt die Anwendung vertiefen möchten. Nach kurzen Impulsen und Demonstrationen durch die Trainerin teilt sich die Gruppe immer wieder in übende Kleingruppen. Dadurch können eigene Situationen in einem geschützten Rahmen bearbeitet werden. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

6401	Di	15.09.26	19.00-21.15	5x	75,00 €
6402	Di	16.02.27	19.00-21.15	6x	90,00 €
6403	Mi	16.09.26	19.00-21.15	5x	75,00 €
6404	Mi	17.02.27	19.00-21.15	6x	90,00 €

## Lust auf Engagement?



Die **Freiwilligenagentur Göppingen** bringt Menschen und Einrichtungen zusammen.



Offene Sprechstunde:  
Donnerstag 16-18 Uhr und nach Vereinbarung  
Bürgerhaus, 1. OG (Kirchstraße 11)

*Kontakt:*  
freiwilligenagentur@goeppingen.de  
07161 650-52062



[www.goeppingen.de](http://www.goeppingen.de) → Freiwilligenagentur  
[www.engagementplattform.de](http://www.engagementplattform.de)



VINZENZ VON PAUL gGMBH  
SOZIALE DIENSTE UND EINRICHTUNGEN



## Was wir Ihnen in Göppingen und Umgebung bieten

### Stationäre Pflege

- Haus Vinzenz von Paul, Göppingen
- Haus Luise von Marillac, Wangen
- Haus Katharina, Börtlingen

### Sozialstation St. Franziskus

- Mobile Pflege
- Demenzsprechstunde
- Begleitender Fahrdienst

### Tagespflegen

- Tagespflege Haus Vinzenz, Göppingen
- Tagespflege Haus Luise, Wangen
- Tagespflege St. Johannes, Wäschenbeuren

### Kinder-, Jugend- und Familienhilfzentrum Rupert-Mayer-Haus

- Ambulante Kinder- und Jugendhilfen
- Wohngruppen
- Mutter-Kind-Wohngruppe
- Tagesgruppe
- Verselbständigungsplätze
- Fachdienst für Kindertageseinrichtungen
- Beratung, Therapie, Coaching, Fortbildung

☎ 07161 97824-0  
✉ jugendhilfe-gp@vinzenz-sd.de

☎ 07161 156021-0  
✉ altenhilfe-gp@vinzenz-sd.de



[www.vinzenz-von-paul.de](http://www.vinzenz-von-paul.de)

## Schluss mit dem Alltagsrger

Wie Sie gelassener reagieren und Stress vermeiden  
Udo Bittner, Diplom-Psychologe

Ärger im Alltag kennen wir alle: Im Beruf, im Straßenverkehr, in der Familie oder bei unerwarteten Schwierigkeiten. Viele kleine Ärgernisse summieren sich schnell zu spürbarem Stress. Doch wir können lernen, besser damit umzugehen.

In diesem Vortrag erfahren Sie, warum Ärger so leicht entsteht und welche Wirkung er auf Körper und Psyche hat. Sie lernen einfache und wirksame Anti-Ärger-Strategien kennen, mit denen Sie im Alltag und Beruf gelassener reagieren und Stress deutlich reduzieren können. Für Menschen, die sich weniger ärgern und ihre Energie lieber für die wichtigen Dinge im Leben nutzen möchten. Veranstaltet von der Katholischen Erwachsenenbildung

Anmeldung: [www.keb-goeppingen.de](http://www.keb-goeppingen.de)

Ort: Gemeindehaus St. Maria, Ziegelstr. 11, Göppingen

6405 Fr 23.10.26 17.00-18.30 nach Selbsteinschätzung

## pflge.leicht.

Erleichterung finden in herausfordernden Pflegesituationen  
Jutta Hönes, Physiotherapeutin, Mediatorin, Inklusionsberaterin

Wenn ein Mensch in der Familie Unterstützung braucht, verändert sich vieles. Auch die eigene Rolle gerät oft ins Wanken. Fragen entstehen: Was wird von mir erwartet? Wo sind meine Grenzen? Und darf ich auch an mich selbst denken? In diesem Vortrag geht es darum, Situationen besser zu verstehen und Klarheit zu finden – für sich selbst und im Gespräch mit anderen. Denn je mehr wir uns gegenseitig verstehen, desto eher können gemeinsame Lösungen entstehen.

Im Anschluss gibt es Raum für Fragen und Austausch.

6407 Di 02.03.27 19.30-21.00 10,00 €

## Göppinger Seniorenakademie

### „Immer wieder montags“ – Kultur mit allen Sinnen erleben

Eine Veranstaltungsreihe der Göppinger Bildungsträger und des Stadt seniorenrats Göppingen. Nähere Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen erhalten Sie in einem gesonderten Flyer, bei den jeweiligen Veranstaltern und unter [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de)

Mitglieder des Stadt seniorenrates (SSR) erhalten mit Nachweis ihrer Mitgliedschaft eine Ermäßigung.

### Singen mit Freude – Die Stimme zum Blühen bringen

Zu alt zum Singen? Es ist nie zu spät, die eigene Stimme zu entdecken und zum Blühen zu bringen.

Uta Oellig, Gesangspädagogin Jugendmusikschule Göppingen

Wir setzen die Thematik der Vorjahre „Singen mit Freude“ fort und geben wertvolle Tipps zum Erhalt der Stimme.

Anmeldung: [jms@goeppingen.de](mailto:jms@goeppingen.de)

Ort: Jugendmusikschule Göppingen, Friedrich-Ebert-Straße 2

6801 Mo 21.09.26 14.30-15.30 gebührenfrei

### Angela Zahn

Systemische Therapie (DGSF)  
Heilpraktiker Psychotherapie

Menschen stark machen!  
Coaching · Supervision · Therapie

Termine, Preise und Ort bitte anfragen unter: [az@angelazahn.de](mailto:az@angelazahn.de)  
Tel. 0162 417 28 04  
[www.angelazahn.de](http://www.angelazahn.de)



# FAMILIENSTELLEN



Wir sind die Experten für Optimierung und Flexibilität. Wir schaffen.

**nic**  
IT SYSTEMHAUS

## IT für Dich gemacht!

Dein starker Partner für die vertrauensvolle IT-Komplettbetreuung.

Unsere Managed Services bieten Unternehmen Vorteile wie Kosteneinsparungen, verbesserte Sicherheit, Skalierbarkeit, Fokussierung auf Kernkompetenzen, reduzierte Ausfallzeiten und Zugang zu neuesten Technologien.

- Managed Client
- Managed Firewall
- Managed Network
- Managed Server

NIC Systemhaus GmbH  
Stuttgarter Straße 50  
73033 Göppingen  
07161-6532398  
info@nic-team.com



**WG**  
**GV**

GUT VERSICHERT.  
UND GUT IST.

**RICHTIG GUT IN  
PREIS & LEISTUNG**

Das wird teuer, sagen die einen. Hoffentlich gut versichert, sagen die anderen. Kein Problem, sagen wir. Und sorgen dafür, dass zumindest kein Loch in der Haushaltskasse entsteht.

**Die Privathaftpflichtversicherung der WG**  
Die mit dem guten Preis-Leistungs-Verhältnis.

[wg.de/haftpflicht](http://wg.de/haftpflicht)

**FAIRTESTES  
PREIS-LEISTUNGS-  
VERHÄLTNISS**

**WG**

10 weitere Anbieter erhielten die Note Sehr Gut  
Im Test: 36 Privat-Haftpflichtversicherer in Deutschland  
Ausgabe 37/2025

Privathaftpflicht schon für günstige  
**2,50 €**  
im Monat!



## Essbare Wildpflanzen – vergessenes Wissen neu entdecken

Anita Gärtner, Zertifizierte Coachin für essbare Wildpflanzen

Viele Pflanzen, die heute als Unkraut gelten, waren früher selbstverständlicher Teil der Küche. Unsere Großeltern wussten, welche Wildpflanzen essbar sind und wie man sie zubereitet. Lassen Sie sich inspirieren, essbare Wildpflanzen neu zu entdecken und wieder selbst zu sammeln und zu nutzen. Im praktischen Teil dürfen Sie eine wilde Kleinigkeit zubereiten und probieren. Ein kleiner Lebensmittelbeitrag wird im Kurs bar umgelegt. Ein Abend voller Wissen, Erinnerungen und neuer Perspektiven auf das, was direkt vor unserer Haustüre wächst.

6802 Mo 28.09.26 17.00-20.00 15,00 €  
Ermäßigte Gebühr für Mitglieder des SSR 13,00 €

## Göppingen und die Eisenbahn (1847–heute)

Dr. Stefan Lang, Kreisarchivar

Im Oktober 1847 erhielt Göppingen Anschluss an die erste Eisenbahnstrecke durch das Königreich Württemberg – ein Wendepunkt in der Geschichte der Stadt und die Voraussetzung für eine dynamische Industrialisierung. Um den mehrfach erweiterten Bahnhof entstand südlich der Altstadt ein neues Viertel mit zahlreichen Gastwirtschaften und öffentlichen Einrichtungen. Mit den Nebenbahnen nach Schwäbisch Gmünd und Boll wuchs die Bedeutung des Göppinger Bahnhofs erneut, bis sich ab den 1960er Jahren die Mobilität zunehmend auf das Automobil verlagerte. Der Vortrag zeigt mit zahlreichen Bildern die Bedeutung der Eisenbahn für die Entwicklung der Stadt und ihre Umgebung sowie wie städtebaulichen Impulse bis zur Gegenwart.

Anmeldung: vhs@goeppingen.de

Ort: Volkshochschule, Mörikestr. 16, Göppingen

6803 Mo 05.10.26 17.30-19.00 5,00 €  
Ermäßigte Gebühr für Mitglieder des SSR 3,00 €

## Neuerscheinungen, Klassiker und Besonderes – eine Buchauswahl für die Seele

Buchvorstellung

Ingrid Holl

Der Oktober lädt dazu ein, innezuhalten und sich auf eine Zeit mit kürzer werdenden Tagen einzustimmen. Was ist da verlockender, als sich mit Büchern und guten Geschichten zu umgeben. Ingrid Holl, Inhaberin der bekannten Göppinger Buchhandlung „BuchPerle kostbar“, stellt eine kleine Auswahl von Neuerscheinungen, Lieblingsbüchern und Klassikern vor. Durch kurze Leseabschnitte sowie Einblicke und Geschichten zu den Büchern entsteht ein lebendiger Eindruck, um das passende Buch für sich zu entdecken – auch mit Blick auf den nahenden Advent. In gemütlicher Runde bei Kaffee, Tee und Gebäck ist Zeit zum Zuhören, Austauschen und Genießen.

Anmeldung: [www.eeb-geislingen-goeppingen.de](http://www.eeb-geislingen-goeppingen.de)

Ort: Buchhandlung Buchperle kostbar, Wühlestraße 26, Göppingen

6804 Mo 12.10.26 15.00-17.00 gebührenfrei

Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.



**Barbarossa-Buchhandlung**  
Ralph Schöllkopf

*Buchkultur trifft Lesefreude*

Der große Bestseller aus Japan:  
Mit nur einem Gedanken zu mehr  
Leichtigkeit und Klarheit.

[www.barbarossa-buch.de](http://www.barbarossa-buch.de)

# Gut Wohnen und Leben im Alter

Angebote für Seniorinnen und Senioren und deren Angehörige

## Beratung und Hilfen

**Beratungsstelle für ältere Menschen  
und deren An- und Zugehörige**  
Tel: 07161 650-52017  
Senioren@goeppingen.de

**Antragstelle soziale Leistungen**  
Tel: 07161 650-52012/ 650-52013  
Bonuskarte@goeppingen.de

## Engagement und Veranstaltungen

**Freiwilligenagentur Göppingen**  
Tel: 07161 650-52062  
Freiwilligenagentur@goeppingen.de

**Bürgerhaus Göppingen**  
Tel: 07161 650-52016  
Buergerhaus@goeppingen.de

## Information

**Seniorennetzwerk/  
Netzwerk Demenz und Ü 70 Feschtle**  
Tel: 07161 650-52015  
Senioren@goeppingen.de

**Lokale Pflegekonferenz**  
Tel: 07161 650-52011  
Soziales@goeppingen.de

Alle Angebote im Bürgerhaus · Kirchstraße 11 · 73033 Göppingen – direkt hinter dem Rathaus



**Göppingen**  
HOHENSTAUFENSTADT



## Dem Gehirn auf die Sprünge helfen

Beate Wahl, Reha-Trainerin

Geistige Beweglichkeit ist keine Frage des Alters – sie lässt sich trainieren und mit Freude erhalten. Denn „wer rastet, der rostet“ gilt nicht nur für unsere Muskeln, sondern auch für die Gedächtnisleistung.

An diesem Nachmittag erfahren Sie zunächst in einem kurzen Vortrag, wie unser Gehirn funktioniert und wie wir unsere Konzentrations- und Merkfähigkeit trainieren können. Gedächtnistrainerin Beate Wahl erklärt dabei, warum die Kombination aus Gedächtnis- und Bewegungstraining besonders effektiv ist. Im Anschluss probieren wir einige der vielfältigen Übungen direkt gemeinsam aus.

Die einfachen, aber überraschenden Übungen sind für Jung und Alt geeignet und das wichtigste: Sie machen Spaß!

Anmeldung: [www.keb-goeppingen.de](http://www.keb-goeppingen.de)

Ort: Haus der Kath. Kirche, Ziegelstraße 14, Göppingen

6805 Mo 19.10.26 14.30-16.00 5,00 €  
Ermäßigte Gebühr für Mitglieder des SSR 3,00 €

## TREE OF LIFE – ein virtueller Lebensbaum wächst im Playground der Kunsthalle Göppingen

Veronika Adam und Eva Paulitsch

Freuen Sie sich auf ein besonderes Erlebnis im sogenannten Playground der Kunsthalle Göppingen. Der Playground ist ein Spiel- und Experimentierraum für Virtual Reality und damit ein in Baden-Württemberg einzigartiges Vermittlungsformat. 2025 hat die Kunsthalle Göppingen ein generationsübergreifendes Projekt mit dem Titel TREE OF LIFE umgesetzt. Der TREE OF LIFE ist eine begehbare immersive Installation, die als Symbol für die Vielfalt Lebensgeschichten, Erinnerungen und Ideen steht. Das Projekt ist eine Kooperation mit dem Rupert-Mayer-Haus und der ASB Tagespflege im Sternquartier Göppingen.

Anmeldung: [kunstvermittlung@goeppingen.de](mailto:kunstvermittlung@goeppingen.de)

Ort: Kunsthalle Göppingen, Marstallstraße 55

6806 Mo 26.10.26 15.00-17.00 gebührenfrei





Hilfe, die ins Haus kommt!



### Unsere Leistungen:

- ^ Häusliche Kranken- und Seniorenpflege
- ^ Behandlungspflege / medizinische Leistungen
- ^ Palliative Pflege
- ^ Hauswirtschaftliche Versorgung
- ^ Unterstützungsangebote im Alltag
- ^ Familienpflege
- ^ Essen auf Rädern
- ^ Hausnotruf
- ^ Betreuungsangebote
- ^ Beratung

Manfred-Wörner-Str. 125  
73037 Göppingen  
Telefon 07161 / 96068-0  
[www.diakoniestation-goepingen.de](http://www.diakoniestation-goepingen.de)



## Physiotherapie und Pilates



KÖRPERZENTRUM  
Caroline Schmid  
Bahnhofstraße 12  
73061 Ebersbach  
07163-5368151

Privatpraxis für Physiotherapie  
Pilatesstudio

[www.koerperzentrum.com](http://www.koerperzentrum.com)

## Kennen Sie schon unseren Gutschein?



GUTSCHEIN FÜR  
EINEN LIEBEN MENSCHEN

Das ideale Geschenk für Familien, MitarbeiterInnen  
in Firmen, Behörden und Banken ...

Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden  
Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote  
mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.



# Gesund & Fit

## Gesundheit stärken – Bildung für Körper, Geist und Seele

Gesundheit ist Grundlage für Lebensfreude und Leistungsfähigkeit in Privatleben und Beruf. Gesundheitsbildung ein ganzheitlicher und lebensbegleitender Lernprozess: Wer gesund leben möchte, braucht Wissen, Orientierung und konkrete Handlungsstrategien. Genau hier setzen unsere Angebote im Bereich gesund & fit an.

Unsere Bildungsangebote richten sich an Menschen jeden Alters, die aktiv etwas für ihr Wohlbefinden tun möchten. In Vorträgen, Kursen und Workshops vermitteln wir fundiertes Wissen zu Themen wie gesunde Ernährung, Stressbewältigung, Achtsamkeit, Bewegung und körperliche Fitness. Dabei steht nicht nur die Wissensvermittlung, sondern auch das praktische Erleben und Erproben im Mittelpunkt. Die Teilnehmenden entwickeln Kompetenzen, die sie unmittelbar anwenden können. Für mehr Lebensqualität und Resilienz in Alltag und Beruf.

Unsere qualifizierten Kursleitungen gestalten Bildungsprozesse mit fachlicher Expertise und methodischer Vielfalt – ob durch praktische Übungen, interaktive Impulse oder Raum für Erfahrungsaustausch. Sie gestalten Bildungsangebote bedarfsorientiert und lebensnah. So entstehen Lernräume, in denen Bildung, Prävention und Lebensfreude Hand in Hand gehen.



## Gesunde Kinder – gesunde Zukunft

### „Is(s) was?!“ – „Ich rieche es schon...“ oder A(I!) D(as) H(at) S(inn) !

Ernährung und Naturheilkunde für Kindern mit AD(H)S  
Irina Ruks, Physiotherapeutin, Gesundheitsberaterin

AD(H)S zählt zu den häufigsten Verhaltensauffälligkeiten im Kindesalter und stellt betroffene Kinder, Eltern und Lehrkräfte oft vor große Herausforderungen. Neben medikamentösen und verhaltenstherapeutischen Ansätzen gewinnen auch Ernährung und naturheilkundliche Methoden zunehmend an Bedeutung. An diesem Vormittag erhalten Sie praxisnahes Wissen zu Heilpflanzen, ätherischen Ölen und Ernährungsmedizin bei Kindern mit AD(H)S. Sie lernen den sicheren Umgang mit ätherischen Ölen und deren Grenzen kennen und stellen eine konzentrationsfördernde, beruhigende Ölmischung zum Mitnehmen her.

7101 Sa 26.09.26 10.00-12.00 25,00 €  
(inkl. 15,00 € Material)

### „Erste Hilfe, die duftet“ – Natürlich helfen, sanft pflegen – Die duftende Hausapotheke

Anwendungen mit ätherischen Ölen bei Kindern  
Irina Ruks, Physiotherapeutin, Gesundheitsberaterin

Was sind ätherische Öle und Hydrolate und wie kann ich sie sicher und bei Kindern anwenden? Welche ätherischen Öle sind wirksam z.B. bei Wunden und Prellungen, Insektenstichen, Erkältungskrankheiten, Übelkeit, Kopf- oder Bauchschmerzen, Angst, Konzentrations- und Schlafstörungen, usw.? Wir stellen gemeinsam zwei „SOS“- Ölmischungen mit ätherischen Ölen in praktischen Roll-on-Fläschchen zum Mitnehmen her.

7102 Sa 10.10.26 10.00-12.00 25,00 €  
(inkl. 15,00 € Material)

## Naturheilkundliche Begleitung von Babys und Kleinkindern

Stärken – Unterstützen – Natürlich begleiten  
Elena Deis, Heilpraktikerin

Eine ausführliche Beschreibung des Angebots finden Sie im Kapitel Familienstart auf Seite 18.

1551 Mi 14.10.26 10.00-11.30 10,00 €

## Wohltuende Wickel und Auflagen für Kinder – altes Wissen neu entdecken

Stärken – Unterstützen – Natürlich begleiten  
Elena Deis, Heilpraktikerin

Eine ausführliche Beschreibung des Angebots finden Sie im Kapitel Familienstart auf Seite 18.

1552 Mi 04.11.26 19.00-20.30 10,00 €

## Rund um Gesundheit



## Glück und Zimtschnecken

Judith Wacker, Sozialarbeiterin, Systemische Beraterin,  
Yvonne Bernauer, Sozialpädagogin, Systemische Therapeutin

Manchmal ist Glück ein bisschen wie eine Zimtschnecke: es braucht Zeit zum Gehen lassen, ein paar gute Zutaten und die richtige Wärme, damit sich alles entfalten kann. Jede Zimtschnecke sieht ein bisschen anders aus – und genauso hat auch jeder Mensch seine ganz eigene Vorstellung davon, was Glück bedeutet. In diesem Workshop wollen wir gemeinsam schauen, welche Zutaten unser persönliches Glück ausmachen. Wir freuen uns auf eine inspirierende Zeit voll mit Glücksmomenten und Zimtschnecken.

7222 Sa 14.11.26 15.00-17.30 55,00 €

## walk 'n' talk – „Bäume und Bananenbrot“

Judith Wacker, Sozialarbeiterin, Systemische Beraterin,  
Yvonne Bernauer, Sozialpädagogin, Systemische Therapeutin

Was haben Bäume und Bananenbrot gemeinsam? Mehr als es vielleicht auf den ersten Blick scheint. Bäume stehen für Wachstum, Verwurzelung und Entwicklung. Bananenbrot für Kreativität, Wandlung und das Beste aus dem machen, was da ist. Dieser walk 'n' talk ist eine Einladung zu einem ganz besonderen Spaziergang in der Natur. Eine Einladung, Gedanken in Fluss zu bringen, Altes in Neuem Licht zu betrachten und Ressourcen zu feiern. Wir freuen uns auf einen inspirierenden walk 'n' talk voller Verbundenheit, neuer Perspektiven und Bananenbrot.

Treffpunkt: Steinbeisstraße 12, 73037 Göppingen

7223 Sa 24.04.27 15.00-17.30 55,00 €

**Kennen Sie schon  
unseren Gutschein?**

GUTSCHEIN FÜR  
EINEN LIEBEN MENSCHEN



Das ideale Geschenk für Familien, MitarbeiterInnen  
in Firmen, Behörden und Banken ...

## Selbsthilfekurs Heilströmen – Jin Shin Jyutsu

Grundlagen und Anwendung zur Prophylaxe bei körperlichen Beschwerden und/oder seelische Unausgeglichenheit  
Susanne Sodat, Jin Shin Jyutsu-Praktikerin

Wenn uns etwas weh tut, legen wir die Hand auf unsere schmerzende Stelle. Wir halten unsere Stirn, um uns besser erinnern zu können und wenn jemand traurig ist, legen wir ihr oder ihm die Hand auf den oberen Rücken. Oft behandeln wir uns und unsere Nächsten schon ein Leben lang unbewusst.

Die Kraft, die unseren Händen innewohnt, können wir aber auch ganz bewusst und effektiv für unser eigenes Wohlbefinden nutzen.

Jin Shin Jyutsu (JSJ) ist eine alte japanische Heilkunst zur Harmonisierung des ganzen Menschen. Durch Berührung bestimmter Körperstellen werden Blockaden gelöst und die Lebensenergie kann wieder ungestört fließen. Leichtigkeit und Wohlbefinden tritt ein, Schmerzzustände und vielerlei Beschwerden können gelindert werden.

In jedem Kursblock wird grundlegendes Wissen vermittelt und sofort angewandt. Zudem haben Sie die Möglichkeit Ihre persönlichen Fragen zu stellen.

Die Kraft in unseren Händen, Grundlagen der Selbsthilfe				
7201	Mi	23.09.26	17.40-19.10	3x 45,00 €
Von Kopf bis Fuß. Anwendung der Sicherheitsenergieschlösser				
7202	Mi	11.11.26	17.40-19.10	3x 45,00 €
Stärkung des Immunsystems				
7203	Mi	20.01.27	17.40-19.10	3x 45,00 €
Anwendung zur Vorbeugung und Linderung				
7204	Mi	17.02.27	17.40-19.10	3x 45,00 €

## Praxisgruppe Jin Shin Jyutsu

Für Teilnehmende der Selbsthilfekurse und Menschen, die die Grundlagen des Jin Shin Jyutsu kennen. Wir strömen uns gegenseitig unter Anleitung.



7205	Mi	14.10.26	17.40-19.10	2x 35,00 €
7206	Mi	02.12.26	17.40-19.10	2x 35,00 €
7207	Mi	10.02.27	17.40-19.10	2x 35,00 €

## Heilpflanzenspaziergang rund um den Hohenstaufen

Bäume, Kräuter und Geschichten  
Rainer Teschner, Heilpraktiker, Phytotherapeut



Mit seiner markanten Silhouette ist der Hohenstaufen schon von weitem zu erkennen und vermittelt vielen Menschen ein Gefühl von Heimat. Sie sind eingeladen, mit einem erfahrenen Heilpraktiker und Kräuterkenner einen Kräuterspaziergang rund um den Hohenstaufen zu unternehmen. Dabei sehen, fühlen, riechen, schmecken und sammeln Sie kraftvolle heimische Kräuter und erhalten Informationen zu deren Wirkungen und Inhaltsstoffen. Praktische Tipps zur Zubereitung und Konservierung runden die Spaziergänge ab. Die Spaziergänge finden auf befestigten Wegen statt und sind auch für ältere Personen und Kinder geeignet. Nur bei starkem Regen und Gewitter finden die Spaziergänge nicht statt. Treffpunkt ist der Wanderparkplatz zum Wannenhof (Göppingen - Richtung Hohenstaufen)

7208	Sa	19.09.26	10.00-12.00	10,00 €
7209	Sa	10.04.27	10.00-12.00	10,00 €
7210	Sa	08.05.27	10.00-12.00	10,00 €
7211	Sa	24.07.27	10.00-12.00	10,00 €

## Achtsam durch die Lebensphasen:

### Fokus Wechseljahre

Ein Abend für Frauen in der Lebensmitte  
Birgit Müller-Kuhn, Zertifizierte MBSR-Lehrerin

Die Wechseljahre bringen vieles in Bewegung – im Körper, im Erleben, im Alltag. Dieser Abend lädt Sie ein, innezuhalten und wieder bei sich anzukommen. In einem geschützten Rahmen lernen Sie einfache Atem- und Körperübungen sowie kleine, alltagstaugliche Impulse kennen. Für mehr Selbstfürsorge und einen freundlichen Blick auf sich selbst. Auch als Einstieg in den folgenden Kurs geeignet.

7212 Do 15.10.26 17.45–19.15 15,00 €

## Kraftvoll & präsent:

### Achtsam durch die Wechseljahre

Für Frauen in der Lebensmitte  
Birgit Müller-Kuhn, Zertifizierte MBSR-Lehrerin

Eine Zeit des Wandels – und eine Chance, sich neu auszurichten. In diesem Kurs lernen Sie mit Meditation, sanfter Bewegung und alltagstauglicher Achtsamkeit, innere Unruhe zu regulieren und Ihre Kräfte gezielt zu stärken. Für mehr Klarheit, Stabilität und Präsenz im Alltag. Der Kurs findet in einer festen Gruppe über vier Termine statt und ist für Einsteigerinnen und Geübte geeignet.

7213 Do 05.11.26 17.45–19.15 4x 60,00 €



Hauptstraße 19 • 73098 Rechberghausen  
Telefon 07161 98 38 671 • [www.osteopathie-bressmer.de](http://www.osteopathie-bressmer.de)

## Darm & Psyche Impulsvortrag

Wie unser Bauchgefühl unsere mentale Gesundheit beeinflusst  
Nada Lea Welker, Stress- und Burnout Präventionsberaterin

Wussten Sie, dass unser Darm sehr eng mit unserer mentalen Gesundheit verknüpft ist? Forschungen zeigen, dass das Mikrobiom – die Milliarden von Bakterien in unserem Darm – nicht nur für die Verdauung, sondern auch für unsere Stimmung und unser Verhalten entscheidend ist. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie ein Ungleichgewicht im Darm zu psychischen Beschwerden wie Angst, Depression oder chronischer Müdigkeit beitragen und sogar führen kann. Sie lernen, wie eine gesunde Darmflora Ihr Wohlbefinden steigern und Ihre geistige Gesundheit unterstützen kann

7214 Mo 05.10.26 19.30–21.00 15,00 €

## Erkältungskrankheiten

Erkältungskrankheiten – Wie können wir uns am besten vor ihnen schützen und was sind die besten Möglichkeiten sie zu kurieren?  
Andreas Kadel, Arzt am Gesundheitsamt Göppingen



Der Vortrag erläutert, wie Erkältungsviren übertragen werden. Darüber hinaus liegt ein Schwerpunkt auf den Behandlungsmöglichkeiten: Von bewährten Hausmitteln über abschwellende Nasensprays bis hin zu Schmerzmitteln wird erklärt, was wirklich hilft – und warum Antibiotika bei einer gewöhnlichen Erkältung nicht wirksam sind. Abschließend zeigt der Vortrag, wie man durch einfache Maßnahmen vorbeugen kann. In Kooperation mit dem Gesundheitsamt Göppingen.

7215 Mo 19.10.26 18.30–19.30 Verwaltungsgeb. 5,00 €

Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.



### Räuchern mit Kräutern und Harzen

Duftendes Ritual in der Advents- und Rauhnahtzeit  
Rainer Teschner, Heilpraktiker, Phytotherapeut

In diesem Kurs lernen Sie verschiedene Räucherstoffe, ihre Düfte und ihre traditionelle Verwendung kennen. Sie erfahren, wie Räume ausgeräuchert werden, wie dieses Ritual zu Ruhe, Besinnung und einer besonderen Atmosphäre in der Winterzeit beitragen kann.

7216 Di 08.12.26 19.00-20.30 10,00 €

neu

### Erschöpfung verstehen – Die Wege aus der Müdigkeit

Elena Deis, Heilpraktikerin

Andauernde Müdigkeit ist mehr als nur ein Zeichen von zu wenig Schlaf – sie kann Ausdruck innerer Ungleichgewichte, Nährstoffmängel, hormoneller Veränderungen oder anhaltender seelischen oder physischen Belastung sein.

In diesem Vortrag betrachten wir Müdigkeit aus ganzheitlicher Sicht. Sie erhalten Einblicke in mögliche Ursachen auf körperlicher, emotionaler und energetischer Ebene und lernen die Signale Ihres Körpers besser zu verstehen.

7217 Mi 03.02.27 19.00-20.30 10,00 €

**Kennen Sie schon unseren Gutschein?**

GUTSCHEIN FÜR EINEN LIEBEN MENSCHEN



### Frauengesundheit:

#### Mikronährstoffe für Körper und Seele

Hormonelle Balance – Ernährung – Vitamine und Mineralien  
Das Zusammenspiel der Organe im weiblichen Körper  
Elena Deis, Heilpraktikerin

neu



Wie funktioniert die bunte Hormonwelt der Frau? Welche unserer Organe sind auf welche Nährstoffe besonders angewiesen? Wie erkennen Sie einen Mangel? Was sollte bei der Ernährung beachtet werden? Wann sind Nahrungsergänzungen sinnvoll und wann kontraproduktiv? In diesem Workshop tauchen wir ein in die Welt der Mikronährstoffe und ihre besondere Bedeutung für die weibliche Gesundheit. Sie erfahren, welche Nährstoffe für Frauen besonders wichtig und in welchen Lebensmitteln diese enthalten sind. Dabei verbinden wir fundiertes Wissen mit einem achtsamen Blick auf unseren Körper und seine Signale. Die Termine der Vortragsreihe können einzeln gebucht werden; bei Buchung aller drei Veranstaltungen profitieren Sie von einer ermäßigten Gesamtgebühr von 25 €.

Das Zusammenspiel der Organe im weiblichen Körper  
7218 Mi 03.03.27 19.00-20.30 10,00 €

Weibliche Hormondrüsen und wichtige Mikronährstoffe  
7219 Mi 10.03.27 19.00-20.30 10,00 €

Das Bauchgefühl: Wie der Darm unsere Hormone beeinflusst  
7220 Mi 17.03.27 19.00-20.30 10,00 €

## Impfen – Was es bewirkt und weshalb es so wichtig ist

Nadja Rensch, Ärztin Gesundheitsamt Göppingen



Wie kommt es zu Infektionskrankheiten und welche Möglichkeiten gibt es, sich wirksam vor ihnen zu schützen? Im Mittelpunkt steht die Impfung als zentrale Präventionsmaßnahme. Es wird der Unterschied zwischen aktiver und passiver Immunisierung verständlich dargestellt. Darüber hinaus geht der Vortrag auf mögliche Nebenwirkungen ein und ordnet diese sachlich ein. Abschließend wird erklärt, wie Impfungen in Deutschland organisiert sind – von Impfpfehlungen über ärztliche Aufklärung bis hin zur Dokumentation im Impfpass.

In Kooperation mit dem Gesundheitsamt Göppingen.

7221 Do 04.03.27 18.30-19.30 Verwaltungsgeb. 5,00 €

## Wilde Küchenwerkstatt

Entdecke die Vielfalt der Natur: Wildkräuter und Wilde Früchte  
Krisztina Kanyo

Diese Kochkurse richten sich an alle Kochbegeisterten, Naturfreunde und Gesundheitsbewusste, die neugierig darauf sind, die Vielfalt der Natur in der Küche zu erkunden. Wir kochen einfache zwei Gänge Menüs aus saisonalen Wildkräutern bzw. Wildfrüchten.

Wildkräutersuppe, Brennesselsamen-Knäckebrot  
und Mousse au Chocolat mit Gundermann

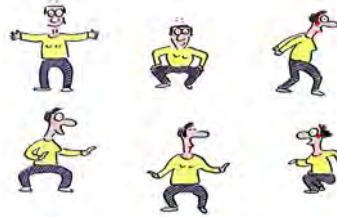
8178 Sa 10.04.27 10.00-13.00 23,50 €

Quiche mit Kartoffelboden und Wildkräutern,  
Wildkräuter-Frischkäse und Hägenmark-Kekse

8179 Sa 19.06.27 10.00-13.00 23,50 €



## Entspannung und Körpererfahrung



Bitte zu allen Entspannungskursen mitbringen:  
Matte, Decke, bequeme Kleidung und warme Socken

## Faszien-Yin Yoga Workshops

„Nimm Dir Zeit, um das zu tun, was Deine Seele glücklich macht.“  
Maybritt Mayer-Ehleiter, Yogalehrerin

Tauche ein in eine wohltuende Yin-Yoga-Praxis, die deinem Faszienewebe regenerierende, vitalisierende und entspannende Impulse schenkt. In sanften, länger gehaltenen Positionen im Sitzen und Liegen geben wir unserem Körper die Möglichkeit, Spannungen loszulassen und unsere Faszien gezielt zu stimulieren – ganz ohne Muskelkraft. Im Yin (Tiefenentspannung) fördern wir unsere innere Ruhe und unsere mentale Klarheit. Der perfekte Ausgleich zu einer Anstrengenden Woche. Für alle geeignet – keine Vorkenntnisse erforderlich.

Element Erde: Stabilität und Mitte (inneres Gleichgewicht)  
7301 Fr 25.09.26 17.00-19.00 25,00 €

Befreiter Nacken – gelöste Schultern (Lösung von Blockaden)  
7302 Fr 06.11.26 17.00-19.00 25,00 €

Element Wasser (Lösung von Blockaden in Hüfte und Psoas)  
7303 Fr 29.01.27 17.00-19.00 25,00 €

Element Holz (Aktiviere deine Regenerationskräfte)  
7304 Fr 19.03.27 17.00-19.00 25,00 €

Ein starker Rücken: Haltung und Entspannung  
(Lösung von Blockaden im oberen und unteren Rücken)  
7305 Fr 04.06.27 17.00-19.00 25,00 €

Element Feuer: Herzensfreude & Sommerglanz  
(Lebensfreude und Leichtigkeit)  
7306 Fr 16.07.27 17.00-19.00 25,00 €



## Entspanntes Flow-Yoga

Für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene  
Alexandra Herz, Yogalehrerein

Wir praktizieren zusammen weich fließendes Yoga und genießen die Abfolge von Asanas (Yogahaltungen) im Fluss. Dabei liegt im Fokus, sich selbst wieder mit dem eigenen Atem und dem eigenen Körper zu verbinden, den Körper zu kräftigen und zu dehnen. Gedanken werden zur Ruhe gebracht. Wir schließen unsere Stunde mit einer klassischen Entspannung und lauschen indischen Klängen des Harmoniums.

7307	Do	24.09.26	19.30-21.00	9x	135,00 €
7308	Do	14.01.27	19.30-21.00	7x	105,00 €
7309	Do	04.03.27	19.30-21.00	7x	105,00 €
7310	Do	03.06.27	19.30-21.00	7x	105,00 €

## Yoga als Kraftquelle für den Alltag

Zertifizierter Präventionskurs nach §20 SGB V  
Christine Maier, Yogalehrerin BDY/EYU

Mit Asanas, Atem- und Meditationstechniken kann sich Yoga positiv auf unseren Körper und Geist auswirken. Wir tanken Kraft, lösen Verspannungen und bringen uns wieder zurück in unsere Mitte.

Bei regelmäßiger Teilnahme kann der Kurs von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden.

7311	Di	15.09.26	19.00-20.15	12x	150,00 €
7312	Di	12.01.27	19.00-20.15	12x	150,00 €
7313	Di	20.04.27	19.00-20.15	12x	150,00 €



# WELLNESS UND BADESPASS!

**Tauchen Sie ein in die großzügige Badelandschaft der Barbarossa-Thermen:**

Schwimmen, Saunieren, Relaxen und Spaß haben – alles unter einem Dach!

Genießen Sie die 57-Meter-Rutsche, die Saunawelt und das vielfältige Entspannungsangebot.



**Barbarossa**  
THERMEN

Barbarossa-Thermen • Lorcher Straße 44 • 73033 Göppingen  
Telefon: 07161/6101-630 • [www.barbarossa-thermen.de](http://www.barbarossa-thermen.de)

## Guten Morgen Praxis für Körper, Geist und Seele

Yoga als Kraftquelle für den Alltag  
Christine Maier, Yogalehrerin BDY/EYU

Mit bewussten Atem- und Körperübungen wollen wir Spannungen lösen, dem Rücken etwas Gutes tun, diesen stärken und unsere Beweglichkeit fördern  
In einer ausgedehnten Entspannungsphase am Ende kommen wir zu innerer Ruhe und Gelassenheit, die wir dann mit in unseren weiteren Tag und unsere kommende Woche nehmen können.

7314	So	18.10.26	09.30-12.00	23,30 €
7315	So	17.01.27	09.30-12.00	23,30 €
7316	So	11.04.27	09.30-12.00	23,30 €
7317	So	25.07.27	09.30-12.00	23,30 €

## Wochenendseminar:

### Yoga mit Elementen aus dem Jin Shin Jyutsu

Susanne Sodat, Yogalehrerin BDY/EYU und Jin Shin Jyutsu-Praktikerin, Christine Maier, Yogalehrerin BSY/EYU

Tauche ein in ein Wochenende mit wohltuenden Yoga-sequenzen, meditativem Gehen im Klostergarten, Jin Shin Jyutsu Selbsthilfe und Atemübungen in der Natur. In der Gemeinschaft befreien wir uns von den Anstrengungen des Alltags. Erst in der Ruhe entstehen ein klarer Geist und die nötige Gelassenheit für einen guten Start in eine neue Woche.

Ein ausführliches Infoblatt ist im Haus der Familie erhältlich. Zwei Übernachtungen und vegetarische Vollpension sind im Preis enthalten.

Ort: Hofgut Bernstein, 72172 Sulz am Neckar

7318	Fr	23.04.27	bis So. 25.04.27	290,00 €
------	----	----------	------------------	----------

**Kennen Sie schon unseren Gutschein?**



## Yoga jetzt – fit und gelassen im Alltag

Susanne Sodat, Yogalehrerin BDY/EYU

Sowohl Fortgeschrittene als auch Yoganeulinge können in diesem Kurs körperlich und mental üben und dabei Kräftigung und Entspannung erleben. Durch fließende Bewegungen, gezielte Atemtechniken und achtsame Anleitungen findest du zu mehr Balance und innerer Ruhe. Die Praxis stärkt den Körper, beruhigt den Geist und fördert dein Wohlbefinden. Entdecke die Kraft des Yoga und genieße die Verbindung von Bewegung und Entspannung!

7319	Mo	14.09.26	19.10-20.25	11x	137,50 €
7320	Mo	11.01.27	19.10-20.25	10x	125,00 €
7321	Mo	05.04.27	19.10-20.25	12x	150,00 €
7322	Mo	14.09.26	20.35-21.50	11x	137,50 €
7323	Mo	11.01.27	20.35-21.50	10x	125,00 €
7324	Mo	05.04.27	20.35-21.50	12x	150,00 €

## Yoga auf dem Stuhl

Für Senior\*innen

Monika Richter, Yogalehrerin, Massagetherapeutin



Gerade im Alter stellt Yoga aufgrund der langsamen und achtsam ausgeführten Bewegungen eine ideale Form der Bewegung dar. Wir üben Yoga auf

dem Stuhl, erhalten ein besseres Körpergefühl, verbessern unsere Haltung, erhöhen unseren Gleichgewichtssinn und haben Freude und Entspannung. Die Übungen lassen sich ideal in unseren Alltag einbauen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

7325	Di	15.09.26	09.00-10.00	11x	110,00 €
7326	Di	12.01.27	09.00-10.00	9x	90,00 €
7327	Di	06.04.27	09.00-10.00	12x	120,00 €
7328	Di	15.09.26	10.05-11.05	11x	110,00 €
7329	Di	12.01.27	10.05-11.05	9x	90,00 €
7330	Di	06.04.27	10.05-11.05	12x	120,00 €

## Kundalini Yoga

Peter Rautenberg, Yogalehrer, med. Masseur

neu



Kundalini Yoga ist eine Form des Yoga, ähnlich dem Hatha Yoga. Es kann im Vergleich zu Hatha Yoga dynamischer, kräftiger, rhythmischer sein. Die Atmung hat dabei einen zentralen Stellenwert. Oftmals wird Kundalini

Yoga als das Yoga des Bewusstseins bezeichnet, da Kundalini Yoga sich stark auf das Spüren der eigenen Lebensenergie richtet. Nach jeder Übungsreihe wird eine Entspannung und eine Meditation in verschiedenster Variation, als energetisch notwendiger Ausgleich zu den Körperübungen durchgeführt. Geeignet für alle – unabhängig vom Fitnesslevel, viele Übungen sind auch im Sitzen möglich.

7331	Mi	23.09.26	19.30-21.00	9x	135,00 €
7332	Mi	13.01.27	19.30-21.00	7x	105,00 €
7333	Mi	03.03.27	19.30-21.00	7x	105,00 €
7334	Mi	02.06.27	19.30-21.00	7x	105,00 €

## IDOGO® am Abend – Qi Gong mit dem Stab

neu

IDOGO (I DO GO – ich packe es an)

Tanja Laban, IDOGO Übungsleiterin, Qi Gong Kursleiterin



Der IDOGO-Stab ist ein spezieller Übungsstab mit zwei Kugelgriffen, der ursprünglich für Tai Chi und Qi Gong entwickelt wurde. Er hilft uns unsere Bewegungsabläufe fließender, entspannter und koordinierter auszuführen – ein leicht zu erlernendes Übungssystem für alle Altersgruppen. Wir üben einfache, ruhige Bewegungsabläufe, die von unserer natürlichen Atmung begleitet werden. Der Stab unterstützt unsere aufrechte Haltung, entspannt die Schultern und verbessert die Beweglichkeit von Armen, Schultern und Wirbelsäule. Ein idealer Ausklang für den Tag. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. IDOGO-Stäbe werden zur Verfügung gestellt.

7335	Mo	02.11.26	18.30-19.15	6x	45,00 €
7336	Mo	18.01.27	18.30-19.15	8x	60,00 €
7337	Mo	05.04.27	18.30-19.15	6x	45,00 €
7338	Mo	31.05.27	18.30-19.15	8x	60,00 €

## Qigong am Abend

neu

Tanja Laban, IDOGO Übungsleiterin, Qi Gong Kursleiterin

Die Übungen des Qi Gong, die in der TCM wurzeln, dehnen und kräftigen den Körper, machen die Muskeln geschmeidig und haben eine wohltuende Wirkung auf das allgemeine Wohlbefinden. Ruhe, Aufmerksamkeit und Konzentration werden gefördert. Die einfach zu erlernenden Qigong-Übungen werden durch belebende Klopfübungen und Selbstmassage ergänzt.

7339	Mo	02.11.26	19.30-20.30	6x	60,00 €
7340	Mo	18.01.27	19.30-20.30	8x	80,00 €
7341	Mo	05.04.27	19.30-20.30	6x	60,00 €
7342	Mo	31.05.27	19.30-20.30	8x	80,00 €

YOMA  
YOGA & MASSAGE  
www.yoma-gp.de

## Qigong am Wochenende – Workshop

Tanja Laban, IDOGO Übungsleiterin, Qi Gong

Wir nehmen uns eine kleine Auszeit vom Alltag und führen spielerisch und ohne Anstrengung sanfte und fließende Bewegungen aus. Der Körper, Atem und Geist wird auf natürliche Weise reguliert und harmonisiert. Durch die Übungen kommen wir in die Entspannung und innere Balance, gewinnen neue Gelassenheit und innere Kraft und steigern unser Wohlbefinden. Der Kurs ist für Einsteiger/innen sowie um einen Einblick in Qigong zu erhalten gut geeignet.

7343	Sa	10.04.27	15.00-17.00	20,00 €
7344	So	07.03.27	10.00-12.00	20,00 €

## Meditation 1x1

Susann Lorenz, Coachin

Meditation ist keine Geheimwissenschaft – sie ist für jeden erlernbar. In diesem Kurs zeige ich dir Schritt für Schritt, wie du selbst mit einem vollen Kopf zur Ruhe findest und endlich abschalten kannst. Mit klaren, geführten Übungen entdeckst du, wie gut es sich anfühlt, Gedanken loszulassen statt dich von ihnen treiben zu lassen. Weniger Stress, mehr Fokus, echte innere Balance – und ein Werkzeug, das dich ein Leben lang begleitet.

7345	Mi	16.09.26	19.00-21.00	30,00 €
7346	Sa	19.06.27	10.00-12.00	30,00 €

## Vom Alltagsstress in die Tiefenentspannung

Susann Lorenz, Coachin

Vom Alltagsstress in die Tiefenentspannung – lerne deinen Körper zu beruhigen, bevor der Kopf explodiert. In diesem Kurs bekommst du praxisnahe Tools, um dein Nervensystem gezielt zu regulieren: EFT, Breathwork, Meditation und beruhigende Rituale für jeden Tag. Du lernst, Stress abzubauen, innere Ruhe zu finden und mehr Klarheit, Gelassenheit und Energie in dein Leben zu bringen. Für Momente, in denen du einfach durchatmen, loslassen und wieder bei dir selbst ankommen willst.

7347	Mi	02.12.26	19.00-21.00	30,00 €
7348	Sa	16.01.27	10.00-12.00	30,00 €

## Entspannung und Meditation im Alltag

Stefanie Warnecke, Metaphysisch-psychologische Beraterin

Das Leben in der heutigen Zeit kann in allen Lebensbereichen sehr herausfordernd sein. Wir möchten unseren Alltag meistern, aber auch unsere eigenen Bedürfnisse und Talente entdecken und leben. Dieser Kurs hilft uns durch Entspannung, Meditation und Übungen, die individuell in den Alltag integrierbar sind, bei uns zu bleiben und Kraft zu tanken. Die gemeinsame Zeit stärkt unsere innere Ruhe und lässt uns erholsam ins Wochenende gehen.

7349	Fr	02.10.26	17.00-19.00	17,40 €
7350	Fr	04.12.26	17.00-19.00	17,40 €
7351	Fr	19.02.27	17.00-19.00	17,40 €
7352	Fr	30.04.27	17.00-19.00	17,40 €
7353	Fr	25.06.27	17.00-19.00	17,40 €

## Bewegung: Gymnastik und mehr ...



Bitte zu allen Bewegungskursen mitbringen: Sportkleidung, rutschfeste Schuhe, Matte, Handtuch, Getränk

## Pilates – Mit körperlicher Fitness und Selbstbewusstsein zu einem neuen Lebensgefühl!

Cornelia Schwamborn, Pilates Kursleiterin

Sich der Fähigkeiten des eigenen Körpers bewusstwerden, eine lockere aufrechte Körperhaltung erreichen, das Koordinationsvermögen sowie die Beweglichkeit verbessern – das alles sind Ziele, die durch eine ausgewählte Funktionsgymnastik – ergänzt durch spezielle Übungen aus dem Pilatesbereich – erreicht werden können.

7401	Do	17.09.26	18.30-19.30	9x	90,00 €
7402	Do	14.01.27	18.30-19.30	7x	70,00 €
7403	Do	08.04.27	18.30-19.30	10x	100,00 €

## Pilates Flow

Silke Sawatzki, Pilates-Trainerin

Pilates ist ein sanftes und zugleich effektives Ganzkörpertraining, das die tiefe Rumpfmuskulatur – insbesondere Bauch, Rücken und Beckenboden – stärkt. Durch fließende Bewegungen auf der Matte werden Haltung, Koordination und Beweglichkeit verbessert. Im Mittelpunkt stehen klassische Pilatesübungen, die in einem ruhigen, gleichmäßigen Bewegungsfluss ausgeführt werden. Sowohl Einsteiger\*innen als auch erfahrene Teilnehmer\*innen sind herzlich willkommen. Unterschiedliche Levels werden im Kurs individuell berücksichtigt.

7404	Di	15.09.26	17.45-18.45	6x	60,00 €
7405	Di	03.11.26	17.45-18.45	7x	70,00 €
7406	Di	12.01.27	17.45-18.45	8x	80,00 €
7407	Di	23.03.27	17.45-18.45	8x	80,00 €
7408	Di	01.06.27	17.45-18.45	8x	80,00 €
7409	Di	15.09.26	19.00-20.00	6x	60,00 €
7410	Di	03.11.26	19.00-20.00	7x	70,00 €
7411	Di	12.01.27	19.00-20.00	8x	80,00 €
7412	Di	23.03.27	19.00-20.00	8x	80,00 €
7413	Di	01.06.27	19.00-20.00	8x	80,00 €

Kennen Sie schon  
unseren Gutschein?



GUTSCHEIN FÜR  
EINEN LIEBEN MENSCHEN

Das ideale Geschenk für Familien, MitarbeiterInnen  
in Firmen, Behörden und Banken ...

## Curvy & Fit – kraftvoll, beweglich, ganz bei dir neu

Für alle, die etwas mehr drauf haben.

Zertifizierter Präventionskurs nach §20 SGB V

Jessica Belle, Fitness-Trainerin



Dieser Kurs richtet sich speziell an Frauen, die sich in ihrem Körper wohlfühlen möchten – unabhängig von Konfektionsgröße oder Fitnesslevel.

In einer wertschätzenden und geschützten Atmosphäre stärkst du mit gezielten Übungen deine Muskulatur, verbesserst deine Ausdauer und förderst deine Beweglichkeit. Das Training kombiniert funktionelle Kräftigungsübungen, sanfte Ausdaueranteile und Mobilisation – angepasst an deine individuellen Voraussetzungen.

Bei regelmäßiger Teilnahme kann der Kurs von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden.

7414	Mo	14.09.26	19.15-20.15	8x	99,00 €
7415	Mo	23.11.26	19.15-20.15	8x	99,00 €
7416	Mo	26.04.27	19.15-20.15	8x	99,00 €

Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.



## Aquafitness – schonendes Ganzkörpertraining

Beate Grünenwald, Aquafitness Instructor



Aqua-Fitness ist ein vielseitiges Ganzkörpertraining im Wasser. Die besonderen Eigenschaften des Wassers machen das Training effektiv und schonend zugleich. Wir machen

vielseitige Übungen mit und ohne Geräte und trainieren Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination. Bitte beachten Sie: Der Kurs findet im tiefen Becken statt, daher ist der Kurs nur für Personen, die schwimmen können, geeignet.

Der Eintritt ins Hallenbad ist in der Kursgebühr nicht enthalten. Für Schwangere ist eine Teilnahme nach Abgabe einer unterschriebenen Selbsterklärung auf eigene Verantwortung möglich.

Ort: Barbarossa-Thermen, Lorcher Straße 44

7417	Do	17.09.26	17.00-17.45	6x	45,00 €
7418	Do	19.11.26	17.00-17.45	5x	37,50 €
7419	Do	14.01.27	17.00-17.45	6x	45,00 €
7420	Do	11.03.27	17.00-17.45	6x	45,00 €
7421	Do	17.09.26	17.50-18.35	6x	45,00 €
7422	Do	19.11.26	17.50-18.35	5x	37,50 €
7423	Do	14.01.27	17.50-18.35	6x	45,00 €
7424	Do	11.03.27	17.50-18.35	6x	45,00 €

## Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung – Hybridkurs

Andrea Maier, Feldenkrais-Lehrerin

Die Feldenkrais-Arbeit bietet über sanft und ohne Anstrengung ausgeführte Bewegungen die Möglichkeit eigene Bewegungsgewohnheiten wahrzunehmen, die nach Jahren oft Mühe bereiten, Haltungsschwierigkeiten, mangelndes Vertrauen in den eigenen Körper oder Schmerzen verursachen. Auf leichte Weise werden verschiedene Variationen von Bewegungsabläufen erforscht. Sie lernen Unterschiede zu spüren und weniger anstrengende Möglichkeiten für Ihr Tun zu entdecken. Die Feldenkrais-Methode ist für alle geeignet, die Interesse an Bewegung und Weiterentwicklung haben – unabhängig von Alter, Beruf, Fitness oder körperlichen Einschränkungen.

Eine Teilnahme ist in Präsenz oder online möglich.

7425	Di	06.10.26	17.45-19.15	10x	150,00 €
7426	Di	16.02.27	17.45-19.15	12x	180,00 €
7427	Di	01.06.27	17.45-19.15	9x	135,00 €
7428	Di	06.10.26	19.30-21.00	10x	150,00 €
7429	Di	16.02.27	19.30-21.00	12x	180,00 €
7430	Di	01.06.27	19.30-21.00	9x	135,00 €
7431	Do	08.10.26	08.45-10.15	10x	150,00 €
7432	Do	18.02.27	08.45-10.15	11x	165,00 €
7433	Do	03.06.27	08.45-10.15	9x	135,00 €

## Beckenbodengym-Power für Frauen

Arinya Edelgard Blochum, Hebamme

Dieser Kurs richtet sich an Frauen aller Altersgruppen, die von einer Schwäche der Beckenbodenmuskulatur bzw. einer Gebärmutter-senkung betroffen sind oder dieser vorbeugen wollen. Unser Ziel: ohne unwillkürlichen Urinabgang wieder hüpfen, niesen, husten oder tanzen können. Bitte fragen Sie bei Ihrer Krankenkasse wegen einer Kostenübernahme nach.

7434	Mo	07.09.26	15.30-16.30	10x	100,00 €
7435	Mo	23.11.26	15.30-16.30	10x	100,00 €
7436	Mo	05.04.27	15.30-16.30	10x	100,00 €
7437	Mo	28.06.27	15.30-16.30	5x	50,00 €

**EP:Marzini**  
ElectronicPartner  
**Einfach persönlicher.**

**Wir sind ihr kompetenter Ansprechpartner!**  
Für Beratung, Verkauf, Service und Reparaturen von Unterhaltungselektronik und Haushaltsgeräten in Göppingen.

Inh. Mathias Marzini · [www.ep-marzini.de](http://www.ep-marzini.de)  
Haushaltsgeräte: Spitalstr. 3, 73033 Göppingen, ep.marzini-hausgeraete@gmx.de, Tel. 07161 4078230  
TV, Consumer-/Multimedia: Spitalstr. 6, 73033 Göppingen, ep.marzini@t-online.de, Tel. 07161 72868

## Beckenboden-Power nur für Männer

Arinya Edelgard Blochum, Hebamme

Häufig wird Beckenbodenarbeit von Männern als „Frauensache“ abgetan – zu Unrecht! Vor allem nach Operationen an Enddarm und Prostata wird die Tragweite einer schwachen Beckenbodenmuskulatur bewusst. Auch chronische Entzündungen der Prostata, Haltungs- und Rückenbeschwerden, Knieprobleme und Hüftarthrose können durch Stärkung der Beckenbodenmuskulatur verbessert werden.

Beckenbodenarbeit ist ein wichtiger Bestandteil von Prävention, Rehabilitation und Verbesserung der Lebensqualität.

7438	Do	10.09.26	20.15-21.15	7x	70,00 €
7439	Do	05.11.26	20.15-21.15	7x	70,00 €
7440	Do	14.01.27	20.15-21.15	7x	70,00 €
7441	Do	11.03.27	20.15-21.15	7x	70,00 €
7442	Do	13.05.27	20.15-21.15	10x	100,00 €

## Beckenboden-Grundkurs in Uhingen

Charlotte Langsam

Das Konzept basiert auf dem BeBo®-Konzept – evidenzbasiert, ganzheitlich und praxisnah.

Ort: Yvis Gym, Uhingen

7443	Do	24.09.26	17.15-18.30	8x	119,00 €
7444	Do	14.01.27	17.15-18.30	8x	119,00 €

**FOLLOW US**

Ihr wollt aktuelle Informationen und Kursangebote, live aus der **VILLA BUTZ**. Folgt uns auf **Instagram**



## Wirbelsäulengymnastik

Bewegung und Koordination für eine starke Wirbelsäule  
Carina Godon, Sportlehrerin, Sporttherapeutin

Gezielt stärken wir unseren Rücken und bringen unseren Körper wieder in Balance, verbessern Haltung, Beweglichkeit und Körperstabilität. Rückenbeschwerden und Verspannungen lösen sich. Ergänzend dazu trainieren wir Gleichgewicht, Koordination und Reaktionsfähigkeit. Dehn- und Entspannungsphasen runden das Training ab.

Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer					
7445	Mo	14.09.26	08.15-09.15	12x	104,00 €
7446	Mo	11.01.27	08.15-09.15	11x	95,40 €
7447	Mo	05.04.27	08.15-09.15	13x	112,60 €

Wirbelsäulengymnastik für Frauen ab 50					
7448	Mo	14.09.26	18.00-19.00	12x	104,00 €
7449	Mo	11.01.27	18.00-19.00	11x	95,40 €
7450	Mo	05.04.27	18.00-19.00	13x	112,60 €

Wirbelsäulengymnastik für Frauen ab 60					
7451	Mi	16.09.26	18.00-19.00	12x	104,00 €
7452	Mi	13.01.27	18.00-19.00	11x	95,40 €
7453	Mi	07.04.27	18.00-19.00	13x	112,60 €



Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.



## Präventive Gymnastik – Fit und aktiv

Christiane Fuchs-Rieker, Sportlehrerin, Übungsleiterin

In einem abwechslungsreichen Gymnastikprogramm, auch mit Handgeräten und teilweise im Sitzen, werden Muskel- und Beckenbodenkräftigung, Gleichgewichts-, Koordinations- und Wahrnehmungsübungen mit leichtem Ausdauertraining kombiniert. Elemente aus dem Yoga und den Sturzprophylaxe-Programmen „5 Esslinger“ und „Trittsicher durchs Leben“ fließen ebenso mit ein, wie Dehn-, Entspannungs- oder Atemübungen am Ende einer jeden Gymnastikstunde.

### Präventive Gymnastik – Fit und aktiv ab 65

7454	Mo	14.09.26	08.30–09.30	11x	95,40 €
7455	Mo	11.01.27	08.30–09.30	9x	78,00 €
7456	Mo	05.04.27	08.30–09.30	12x	104,00 €

### Präventive Gymnastik – Fit und aktiv ab 60

7457	Mo	14.09.26	09.40–10.40	11x	95,40 €
7458	Mo	11.01.27	09.40–10.40	9x	78,00 €
7459	Mo	05.04.27	09.40–10.40	12x	104,00 €

## Rücken aktiv für Jedermann ab 50

Für Vielsitzer geeignet.

Christiane Fuchs-Rieker, Sportlehrerin, Übungsleiterin

Gönnen Sie Ihrem Rücken die Aufmerksamkeit, die er verdient. Bewegungsmangel, Stress und falsche Bewegungsgewohnheiten führen häufig zu Rückenschmerzen. In einem abwechslungsreichen Bewegungsprogramm auch in Bodenlage, konzentrieren wir uns darauf, gezielt unsere Rücken- und Nackenmuskulatur zu stärken und Verspannungen zu lösen. Dabei nutzen wir verschiedene Handgeräte.

7460	Do	17.09.26	17.05–18.05	11x	95,40 €
7461	Do	14.01.27	17.05–18.05	10x	86,60 €
7462	Do	08.04.27	17.05–18.05	12x	104,00 €

## Wohlfühlgymnastik fit und aktiv

Erika Siebert, Übungsleiterin

Bringen Sie Ihren Kreislauf mit musikalisch-rhythmischer Ausgleichsgymnastik in Schwung!

7463	Di	15.09.26	17.30–18.30	12x	104,00 €
7464	Di	12.01.27	17.30–18.30	10x	86,60 €
7465	Di	06.04.27	17.30–18.30	14x	121,40 €

**Wir bündeln drei Kompetenzen  
für die beste Lösung in Ihrem Wohnraum!**



www.schreinerei-schurr.de

Schreinerei Schurr Plameco-Fachbetrieb  
 schreinerei\_schurr



**KÜCHEN**

**VON GOLL**  
Schreinerei Schurr

www.die-kuechenfachleute.de

KuechenVonGoll  
 kuechen.von.goll

## Das sollten Sie wissen:

Unsere Weizen- und Dinkelmehle sind  
absolut naturbelassen.

Sie enthalten keinerlei fremde Zusätze wie Backmittel, Emulgatoren, Enzyme oder Ascorbinsäure.



**Mühle Röhme**

Seit 1837

Gutes aus Schrot und Korn

Uhingen • Sparwieser Str. 7 • Telefon (07161) 37135

www.muehle-roehme.de

Laden geöffnet: Mo. - Sa. 9 - 12 Uhr • Mo. - Fr. 14 - 17.30 Uhr

# Kochen & Genießen

## Gesundheit, Vielfalt und Lebensfreude

Unsere Angebote im Bereich Kochen & Genießen verbinden kulinarische Praxis mit fundierter Wissensvermittlung. Ziel ist es, ernährungsbezogene Kompetenzen und Kochfertigkeiten zu stärken, gesundheitsfördernde Essgewohnheiten zu entwickeln und kulturelle Vielfalt in der Ernährung erfahrbar zu machen. In regelmäßigen Kochtreffs und einzelnen Praxisabenden setzen sich die Teilnehmenden mit Fragen rund um gesunde Ernährung, Nachhaltigkeit, Warenkunde und verschiedenen Zubereitungsformen auseinander. Durch das gemeinsame Kochen werden theoretische Inhalte unmittelbar praktisch erlebbar: Neue Rezepte, Zutaten und Methoden werden ausprobiert und kulturelle Unterschiede, sowie Gemeinsamkeiten kennengelernt. Unsere erfahrenen Kursleitungen begleiten diesen Bildungsprozess fachlich fundiert, regen zum Austausch an und fördern bewusstes, genussvolles Essen. Für mehr Gesundheit, Vielfalt und Lebensfreude im Alltag.

Bei allen Kochkursen sind die Kosten für die Lebensmittel NICHT in der Kursgebühr enthalten. Sie werden, wenn nicht anders vermerkt, am Kurstag mit der Kochkursleitung nach Verbrauch bar abgerechnet. Bei kurzfristigen Stornierungen oder im Krankheitsfall sind die Kursgebühren und die Lebensmittelkosten zu bezahlen. Bitte bringen Sie eine Schürze und eine kleine Vorratsdose mit.

### Kochkurse – Kulinarische Vielfalt

#### Kochen – „Die Basics – Ratz Fatz“

Iris Beichter, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

Sie wollen schon immer kochen lernen, der Alltag lässt Ihnen aber wenig Zeit für aufwendige Rezepte. Lernen Sie die Grundbegriffe, die Küchensprache und manchen Küchenkniff in diesem Kurs kennen. Gemeinsam werden wir Suppen, Salate, Gemüse, Beilagen, Fleisch und Desserts zubereiten und verkosten. Lebensmittelkosten ca. 10-15 € pro Abend.

8101	Do	05.11.26	18.30-22.15	3x	64,50 €
8102	Di	06.04.27	18.30-22.15	3x	64,50 €



**La cucina casalinga –  
traditionelle Landküche Italiens**  
Vegetarischer Kochkurs  
Graziella Deotto



Antichi Sapori bedeutet „der ursprüngliche Geschmack“. Wir sind Familie Deotto, italienische Obst- und Gemüsehändler aus Leidenschaft und betreiben Stände auf den Wochenmärkten in Göppingen und Kirchheim. Erlebt an unseren Kochabenden in der Villa Butz authentische italienische Esskultur, so wie wir es bei Mamma Giovanna und Nonna Tullia kennengelernt haben. Wie es die italienische Natur hergibt, kochen wir mit saisonalem Obst- und Gemüse. Im Frühling grüner Spargel, im Winter Artischocken und Radiccio tardivo und vielem mehr.

8103	Mo	21.09.26	17.30-21.15	23,50 €
8104	Mo	12.10.26	17.30-21.15	23,50 €
8105	Mo	16.11.26	17.30-21.15	23,50 €
8106	Mo	30.11.26	17.30-21.15	23,50 €
8107	Mo	07.12.26	17.30-21.15	23,50 €
8108	Mo	18.01.27	17.30-21.15	23,50 €
8109	Mo	15.02.27	17.30-21.15	23,50 €
8110	Mo	15.03.27	17.30-21.15	23,50 €
8111	Mo	12.04.27	17.30-21.15	23,50 €
8112	Mo	26.04.27	17.30-21.15	23,50 €
8113	Mo	10.05.27	17.30-21.15	23,50 €
8114	Mo	07.06.27	17.30-21.15	23,50 €
8115	Mo	21.06.27	17.30-21.15	23,50 €
8116	Mo	19.07.27	17.30-21.15	23,50 €

## Japanisch genießen! Einfach, gesund und voller Geschmack

Yuriko Wiechmann, Keiko Inoue, Japanische Kochkursleitungen

Wir sind Yuriko Wiechmann und Keiko Inoue. Wir stammen beide aus Japan und möchten die Freude und den Geschmack der japanischen Küche mit euch teilen. Besonders am Herzen liegt uns die traditionelle japanische Hausmannskost: Einfach, gesund und voller Geschmack.

In unseren Kochkursen zeigen wir euch authentische, alltagstaugliche Gerichte, die sich ganz unkompliziert zubereiten lassen. Besonderen Wert legen wir dabei auf frische Zutaten, ausgewogene Aromen und die typisch feine Würze der japanischen Küche.

Knusprige Gyoza & sanfte Tamago-Suppe	8117	Fr	02.10.26	17.30-21.15	23,50 €
Herzhaftes Okonomiyaki & frische Sommerrollen	8118	Fr	20.11.26	17.30-21.15	23,50 €
Temaki-Sushi & traditionelle Miso-Suppe	8119	Fr	29.01.27	17.30-21.15	23,50 €
Knusprige Tempura & herzhaftes Tonjiru-Suppe	8120	Fr	12.03.27	17.30-21.15	23,50 €
Aromatische Ramen & knuspriges Karaage	8121	Fr	23.04.27	17.30-21.15	23,50 €
Okonomiyaki & frische Sommerrollen (Variation)	8122	Fr	11.06.27	17.30-21.15	23,50 €



Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.



## Vietnamesisch genießen – einfach, frisch und voller Geschmack

Thi Ba Nha Nguyen, Vietnamesische Kochkursleitung

neu

Mein Name ist Thi Ba Nha Nguyen und ich bin in Vietnam geboren. In meinen Kochkursen zeige ich euch vietnamesische Gerichte mit frischen Zutaten und echten Gewürzen – so, wie ich es aus Vietnam kenne. Ihr lernt, wie man sie zubereitet, kombiniert und im Alltag genießt, und bekommt Einblicke in die Kultur. Dabei zeige ich auch, wie sich einige Gerichte auf pflanzliche Weise zubereiten lassen.



Vietnamesischer Alltagsstisch – essen wie in Vietnam	8123	Fr	16.10.26	17.30-21.15	23,50 €
Pho & mehr – Brühe, Nudeln, Varianten	8124	Sa	05.12.26	14.00-17.45	23,50 €
Knusprig – vietnamesische Snacks	8125	Fr	19.02.27	17.30-21.15	23,50 €
Bún Riêu und vietnamesische Sommerrollen	8126	Sa	24.04.27	14.00-17.45	23,50 €
Canh Chua – die frische süß/saure Suppe	8127	Fr	25.06.27	17.30-21.15	23,50 €

## Syrische Küche – Köstliche Gerichte mit der Tahin Sesampaste aus dem Orient

Nevin Pseli, Syrische Kochkursleiterin

8128	Sa	26.09.26	18.00-21.45	23,50 €
------	----	----------	-------------	---------

## Weizenmischbrot – Einstieg leicht gemacht

Entdecken Sie die Kunst des Brotbackens.

Brigitte Bihl, Hauswirtschafterin

neu

8129	Mi	30.09.26	17.30-21.45	23,50 €
------	----	----------	-------------	---------

**Gartenschätze –  
Haltbar machen mit Geschmack**

Iris Beichter, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

8130 Di 06.10.26 18.30-22.15 23,50 €

**Einfach und schnell –  
kochen für die Familie**

Iris Beichter, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

8131 Do 08.10.26 18.30-22.15 23,50 €

**Bella Italia: Arancini selbst gemacht**

Salvatore Bono, Koch

8132 Do 08.10.26 18.30-22.15 23,50 €

**Kürbissuppe und Kürbisorangenmarmelade**

Geeignet für Veganer und Vegetarier

Brigitte Bihr, Hauswirtschaftlicherin

Genießen Sie den Herbst von seiner köstlichsten Seite.

8133 Mi 14.10.26 17.30-21.45 23,50 €

**Glutenfreie Back-Basics**

Natalie Klein, Konditorin



8134 Mo 19.10.26 18.00-21.45 23,50 €

**Kochen wie in Sierra Leone–  
Afrikas Vielfalt entdecken**

Theresa Schirmer, Afrikanische Kochkursleiterin

8136 Do 22.04.27 18.30-22.15 23,50 €

**Einfache, authentische und  
exotische indonesische Gerichte**



Zulaiha Sieder, Indonesische Kochkursleitung

Hallo zusammen, ich bin Zulaiha Sieder (Yulie) und komme von der Insel Sumatra in Indonesien. Meine große Leidenschaft ist das Kochen traditioneller indonesischer Gerichte.

In meinem Kochkurs möchte ich Ihnen die Vielfalt der indonesischen Küche näherbringen.

8137 Do 22.10.26 18.00-21.45 23,50 €

**Glutenfrei Kochen – leckere Gerichte genießen**

Sandra Stoppe, Staatlich anerkannte Diätassistentin

Herbstgerichte

8138 Fr 23.10.26 18.00-21.45 43,50 €

Frische Frühlingssgerichte

8139 Mi 28.04.27 18.00-21.45 43,50 €

inkl. Material 20,00 €

**Orientalisches Frühstück**

Nevin Pseli, Syrische Kochkursleiterin

Erleben Sie ein Frühstück der etwas anderen Art. Wir bereiten warme und kalte arabische und orientalische Frühstücksgerichte und Gebäck zu – natürlich darf ein arabischer Tee nicht fehlen. Lassen Sie sich überraschen und starten Sie ganz orientalisches in ihren Tag.

8140 Sa 24.10.26 09.00-12.45 23,50 €

**Suppen und Eintöpfe – ganz natürlich**

Iris Beichter, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

8141 Di 03.11.26 18.30-22.15 23,50 €

## Italienisches Menü

Salvatore Bono, Koch

8142 Mi 04.11.26 18.30–22.15 23,50 €

## Österreichische Schmankerl

Marina Biertögl, Köchin

8143 Do 05.11.26 18.00–21.45 23,50 €

## Kochen wie in Kamerun – Afrikas Vielfalt entdecken

Vera Sompon, Afrikanische Kochkursleitung

8144 Sa 07.11.26 17.00–20.15 23,50 €

8145 Sa 19.06.27 17.00–20.15 23,50 €

## Thailändisches Street Food mit Pad Thai & Co.

Pakwipa Strahl, Asiatische Kochkursleiterin

8146 Mo 09.11.26 17.45–21.45 23,50 €

## Springerle backen – Weihnachtszauber mit Tradition

Brigitte Bihr, Hauswirtschafterin

In diesem Kurs backen wir traditionelle, liebevoll gestaltete Springerle in verschiedenen Geschmacksrichtungen.

8147 Do 12.11.26 17.30–21.45 23,50 €

Ein maßgeschneidertes Kochangebot für Sie und Ihr Team: Genießen Sie einen ungezwungenen Abend mit Ihren Kolleg\*innen und stärken ganz nebenbei den Zusammenhalt im Team. Auch ideal als besondere Alternative zur klassischen Weihnachtsfeier.  
Anfragen unter: [info@hdf-gp.de](mailto:info@hdf-gp.de); 07161 9605110

## Syrische Küche

Nevin Pseli, Syrische Kochkursleiterin

8148 Sa 14.11.26 18.00–21.45 23,50 €

## Wildkochkurs

Salvatore Bono, Koch

8149 Do 19.11.26 18.30–22.15 23,50 €

## Backen für den Advent – Weihnachtsplätzchen & Co.

Iris Beichter, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

8150 Mo 23.11.26 18.30–22.15 23,50 €

## Plätzchenzauber:

### Gemeinsam backen für die Vorweihnachtszeit

Natalie Klein, Konditorin

8151 Fr 20.11.26 18.00–22.00 25,00 €

8152 Sa 21.11.26 14.00–18.00 25,00 €

8153 Do 26.11.26 18.00–22.00 25,00 €

8154 Fr 27.11.26 18.00–22.00 25,00 €



## Klassisches Weihnachtsmenü

Brigitte Bihr, Hauswirtschafterin

8155 Do 03.12.26 17.30–21.45 23,50 €

## Chilenische Köstlichkeiten

Nevin Pseli, Syrische Kochkursleiterin

8156 Sa 23.01.27 18.00–21.45 23,50 €

## Pizza a la Nonna – so schmeckt Italien

Salvatore Bono, Koch

8157 Mo 01.02.27 18.30–22.15 23,50 €

neu

### Fingerfood mal Schwäbisch

Iris Beichter, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

8158 Di 02.02.27 18.30-22.15 23,50 €

### Alpenküche – Hüttenschmankerl aus den Bergen

Eva Kolb, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

8159 Mi 03.02.27 18.30-22.15 23,50 €

### Currys – Seelenwärmer

Iris Beichter, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

8160 Mo 15.02.27 18.30-22.15 23,50 €

### Alpenküche – Hüttengaudi

Iris Beichter, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

8161 Do 18.02.27 18.30-22.15 23,50 €

### Mediterraner Genuss – Kochen wie am Mittelmeer

Salvatore Bono, Koch

8162 Do 18.02.27 18.30-22.15 23,50 €

### Oster-Springerle

Brigitte Bihr, Hauswirtschafterin

neu

In diesem Kurs backen wir traditionelle Springerle in einer österlichen Variante.

8163 Fr 19.02.27 17.30-21.45 23,50 €

### Arabische Küche (neue Rezepte)

Nevin Pseli, Syrische Kochkursleiterin

8164 Sa 20.02.27 18.00-21.45 23,50 €

### Türkisch Kochen mit neuen Rezepten

Iris Eraydin-Roßmann, Hauswirtschaftsleiterin

8165 Fr 26.02.27 18.00-21.45 23,50 €

### Le Petits Macarons

Natalie Klein, Konditorin



In diesem Kurs lernen Sie die Kunst, die berühmten französischen Leckerbissen perfekt zuzubereiten.

8166 Do 04.03.27 18.00-21.45 23,50 €

8167 Mi 02.06.27 18.00-21.45 23,50 €

### Sonntagsbrötchen aus dem eigenen Ofen

Iris Beichter, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

8168 Mo 08.03.27 18.30-22.15 23,50 €

### Thailändische Küche

#### mit Frühlingsrollen, Tom Kha & Curry

Pakwipa Strahl, Asiatische Kochkursleiterin

8169 Di 09.03.27 17.45-21.45 23,50 €

### Backideen für Party und Familienfeiern

Iris Eraydin-Roßmann, Hauswirtschaftsleiterin

8170 Fr 12.03.27 18.00-21.45 23,50 €

### Südamerikanische Küche

Nevin Pseli, Syrische Kochkursleiterin

8171 Sa 13.03.27 18.00-21.45 23,50 €

### Maultaschen selbst gemacht

Iris Beichter, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

8172 Di 16.03.27 18.30-22.15 23,50 €

### Einfache, authentische und exotische indonesische Gerichte (neue Rezepte)

Zulaiha Sieder, Indonesische Kochkursleitung

8173 Do 18.03.27 18.00-21.45 23,50 €

### Vegetarische Syrische Küche

Nevin Pseli, Syrische Kochkursleiterin

8174 Sa 03.04.27 18.00-21.45 23,50 €



### Weitere Österreichische Schmankerl

Marina Biertögl, Köchin

8175 Di 06.04.27 18.00-21.45 23,50 €

### Pasta – selbst gemacht

Iris Beichter, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

8176 Do 08.04.27 18.30-22.15 23,50 €

### Frühlingsmenü – frisch & leicht

Salvatore Bono, Koch

8177 Do 08.04.27 18.30-22.15 23,50 €

### Wilde Küchenwerkstatt

Entdecke die Vielfalt der Natur: Wildkräuter und Wilde Früchte  
Krisztina Kanyo

Diese Kochkurse richten sich an alle Kochbegeisterten, Naturfreunde und Gesundheitsbewusste, die neugierig darauf sind, die Vielfalt der Natur in der Küche zu erkunden. Wir kochen einfache zwei Gänge Menüs aus saisonalen Wildkräutern bzw. Wildfrüchten.

Wildkräutersuppe, Brennesselsamen-Knäckeibrot und Mousse au Chocolat mit Gundermann

8178 Sa 10.04.27 10.00-13.00 23,50 €

Quiche mit Kartoffelboden und Wildkräutern, Wildkräuter-Frischkäse und Hägenmark-Kekse

8179 Sa 19.06.27 10.00-13.00 23,50 €

### Asiatische Küche mit Pekingsuppe und knuspriger Ente

Pakwipa Strahl, Asiatische Kochkursleiterin

8180 Di 27.04.27 17.45-21.45 23,50 €

### MaiGenuss mit Spargel, frischen Kräutern und Erdbeeren

Eva Kolb, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

8190 Mo 03.05.27 18.30-22.15 23,50 €

### Schätze aus dem Meer – Fisch & Meeresfrüchte

Salvatore Bono, Koch

8181 Di 04.05.27 18.30-22.15 23,50 €

### Streetfood arabischer Art

Nevin Pseli, Syrische Kochkursleiterin

8182 Sa 15.05.27 18.00-21.45 23,50 €

### Traditionelle indische Küche. Dahl-Suppe & Co.

Pakwipa Strahl, Asiatische Kochkursleiterin

8183 Do 03.06.27 17.45-21.45 23,50 €

## Einfache, authentische und exotische indonesische Gerichte (neue Rezepte)

neu

Zulaiha Sieder, Indonesische Kochkursleitung

8184 Do 17.06.27 18.00-21.45 23,50 €

Ob italienische Küche, asiatische Spezialitäten oder gemeinsames Plätzchenbacken – wir machen Ihre kulinarischen Wünsche wahr. Freuen Sie sich auf einen individuell gestalteten Kochabend mit Familie, Freunden oder Kollegen.

Anfragen unter: [info@hdf-gp.de](mailto:info@hdf-gp.de); 07161 9605110

## Salate – sommerliche Sattmacher

Iris Beichter, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

8185 Mo 21.06.27 18.30-22.15 23,50 €

## Arabische Teigtaschen herzhaft und süß

Nevin Pseli, Syrische Kochkursleiterin

8186 Sa 26.06.27 18.00-21.45 23,50 €

## Tapas und Antipasti

Iris Beichter, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

8187 Do 01.07.27 18.30-22.15 23,50 €

## Steak – zart, saftig und auf den Punkt

Salvatore Bono, Koch

8188 Di 06.07.27 18.30-22.15 23,50 €

## Fatteh in verschiedenen Varianten

Nevin Pseli, Syrische Kochkursleiterin

8189 Sa 10.07.27 18.00-21.45 23,50 €

## Kochtreffs

Gemeinsam kochen, genießen, leben – Inklusiver Kochtreff für junge Erwachsene. Du magst es zu kochen und möchtest es gerne in Gemeinschaft ausprobieren? Dann bist du in unserem inklusiven Kochtreff genau richtig. Hier treffen sich junge Menschen, um gemeinsam leckere Gerichte zu zaubern, neue Kochideen zu entdecken und um eine gute Zeit miteinander zu verbringen. Gefördert durch Aktion Mensch.

Gefördert durch die

**AKTION**  
MENSCH

Iris Eraydin-Roßmann, Hauswirtschaftsleiterin,  
Annette Wanner, Sozialpädagogin

Kochgruppe 1

8301 Sa 26.09.26 16.00-19.30 3x 15,00 €

8302 Sa 23.01.27 16.00-19.30 3x 15,00 €

Brigitte Bihl, Hauswirtschafterin, Petra Daubner-Rückschloß  
Kochgruppe 2

8303 Sa 24.10.26 16.00-19.30 2x 10,00 €

8304 Sa 06.02.27 16.00-19.30 3x 15,00 €

## Kochtreff „Trauer & Klöße“

Kochtreff für junge Erwachsene in Trauer

Marina Biertögl, Jana Berier, Ingrid Bachmann

 **HOSPIZBEWEGUNG**  
KREIS GÖPPINGEN  
AMBULANTE DIENSTE FÜR ERWACHSENE E.V.

Trauern Sie um einen nahestehenden Menschen und sind zwischen 18 und 50 Jahre? Dann lassen Sie uns gemeinsam kochen, essen und auch der Trauer Aufmerksamkeit schenken. Wir treffen uns einmal im Monat und kochen zusammen.

Vortreffen: Dienstag, 6. Oktober 2026 18.30 Uhr (für nähere Informationen und zum Kennenlernen)

Veranstaltet und finanziell gefördert von der Hospizbewegung Kreis Göppingen – Ambulante Dienste für Erwachsene e.V.

8305 Di 20.10.26 18.00-21.45 6x 60,00 €

**Kochtreff für Senioren –  
gemeinsam Kochen & Genießen**  
Anita Volkert, Hauswirtschaftslehrerin



Sie kochen und essen gerne in Gemeinschaft? Dann sind Sie herzlich eingeladen zu unserem Kochtreff für Senioren! In geselliger Runde bereiten wir altbewährte Rezepte, aber auch Neues zu. Genussvolles und gesundes, was sich unkompliziert auch in ihren Speiseplan zu Hause einbauen lässt. Lieblingsrezepte können gerne eingebracht und ausgetauscht werden. Im Anschluss an das Kochen genießen wir unsere zubereiteten Speisen und haben Raum für Gespräch und Begegnung. Unser Kochtreff findet regelmäßig einmal im Monat statt.

8306	Di	13.10.26	09.00-12.45	3x	64,50 €
8307	Di	19.01.27	09.00-12.45	3x	64,50 €
8308	Di	13.04.27	09.00-12.45	3x	64,50 €

**Kochtreffs mit Iris Beichter**  
Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

<b>Kochtreff Topfgucker</b>					
8309	Di	13.10.26	18.30-22.15	2x	43,00 €
8310	Di	26.01.27	18.30-22.15	4x	86,00 €

<b>Männerkochtreff am Donnerstag</b>					
8311	Do	15.10.26	18.30-22.15	2x	43,00 €
8312	Do	21.01.27	18.30-22.15	4x	86,00 €

**Kochtreffs mit Marina Biertögl**  
Köchin

<b>Männer-Kochtreff am Freitag</b>					
8313	Fr	25.09.26	18.00-21.45	3x	64,50 €
8314	Fr	15.01.27	18.00-21.45	5x	107,50 €

<b>Kochtreff Boller Wichtel</b>					
8315	Di	06.10.26	18.00-21.45	2x	43,00 €
8316	Di	02.02.27	18.00-21.45	3x	64,50 €

**Kochtreffs mit Salvatore Bono**  
Koch

<b>Kochtreff Martins Gänse</b>					
8317	Di	29.09.26	18.30-22.15	2x	43,00 €
8318	Di	09.02.27	18.30-22.15	4x	86,00 €

<b>Kochtreff Rezeptejäger</b>					
8319	Do	01.10.26	18.30-22.15	2x	43,00 €
8320	Do	28.01.27	18.30-22.15	4x	86,00 €

<b>Kochtreff Edel und Schnell</b>					
8321	Mo	05.10.26	18.30-22.15		21,50 €
8322	Mo	01.03.27	18.30-22.15		21,50 €
8323	Mo	28.06.27	18.30-22.15		21,50 €

<b>Kochen am Dienstag</b>					
8346	Di	13.10.26	18.30-22.15	2x	43,00 €
8347	Di	23.02.27	18.30-22.15	4x	86,00 €

<b>Kochtreff Kochgenuss</b>					
8324	Do	22.10.26	18.30-22.15		21,50 €
8325	Do	25.02.27	18.30-22.15	2x	43,00 €

**Schauen Sie doch mal rein, in**

**STARK'S HOFLÄDLE**

Oberer Grund 2  
73105 Dürnau

**Das Stark Team freut sich auf Ihren Besuch**

Öffnungszeiten: Mo.-Sa. 8:00 - 12:00  
Fr. 15:00 - 18:00

was wir bieten finden Sie auf der Website:  
<http://ei-stark.einfach-hier.de>

### Kochtreffs mit Anne Heister

Hauswirtschaftsmeisterin

#### Kochtreff Feinschmecker

8326	Mi	07.10.26	18.30–21.45	2x	43,00 €
8327	Mi	03.02.27	18.30–21.45	3x	64,50 €

#### Kochtreff Ingrid

8328	Fr	09.10.26	18.00–21.45	2x	43,00 €
8329	Fr	05.02.27	18.00–21.45	3x	64,50 €

### Kochtreffs mit Christine Risel

Hauswirtschaftsmeisterin

#### Kochtreff Spargel

8342	Fr	02.10.26	18.30–22.15	3x	64,50 €
8343	Fr	22.01.27	18.30–22.15	5x	107,50 €

#### Kochtreff am Donnerstag

8344	Do	15.10.26	18.30–22.15	2x	43,00 €
8345	Do	04.02.27	18.30–22.15	4x	86,00 €

### Kochtreffs mit Gudrun Jauernig

Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

#### Kochtreff Gaumenfreunde

8330	Fr	25.09.26	19.00–22.45	2x	43,00 €
8331	Fr	22.01.27	19.00–22.45	4x	86,00 €

#### Kochtreff Smørrebrød

8332	Do	01.10.26	18.30–22.15	2x	43,00 €
8333	Do	28.01.27	18.30–22.15	4x	86,00 €

#### Kochtreff süß & sauer

8334	Fr	09.10.26	19.00–22.45	2x	43,00 €
8335	Fr	05.02.27	19.00–22.45	4x	86,00 €

#### Kochtreff Knofels

8336	Di	27.10.26	18.30–22.15	2x	43,00 €
8337	Di	09.02.27	18.30–22.15	4x	86,00 €

### Kochtreff mit Eva Kolb

Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

#### Kochtreff Rossini

8340	Fr	06.11.26	18.00–21.45	2x	43,00 €
8341	Fr	19.03.27	18.00–21.45	2x	43,00 €



### „Gesund und nachhaltig genießen:

### Kochworkshop für Senioren“

Maria Süßmann-Nothardt, Dipl. Oecotrophologin,  
Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin



Der Kochkurs bietet älteren Menschen die Möglichkeit, neue Rezepte kennenzulernen und gemeinsam zu kochen. Dies fördert nicht nur ein gesundes Essverhalten, sondern ermöglicht auch den Austausch von Erfahrungen und Erlebnissen. In unseren Kochkurs für Senioren erhalten Sie praktische Tipps und Hinweise, worauf ältere Menschen bei ihrer Ernährung achten sollen, um die Freude am Kochen und genussvollen Essen wieder zu wecken. In Kooperation mit dem Landwirtschaftsamt und dem Seniorennetzwerk Göppingen. Das Angebot ist kostenfrei. Der Betrag in Höhe von 15,00 € ist eine Schutzgebühr. Diese wird bei Nichtteilnahme fällig.

8350	Mi	18.11.26	10.00–13.00	4x	15,00 €
------	----	----------	-------------	----	---------

Auf unserer Homepage [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de) finden Sie eine stets aktuelle Übersicht aller Angebote mit Datum, Uhrzeit und inhaltlichen Details.





Onlineshop 24/7:  
[www.naehwelt.de](http://www.naehwelt.de)  
[info@naehwelt.de](mailto:info@naehwelt.de)  
 07161 / 7 39 39



Öffnungszeiten Laden:  
 Mo-Fr: 9:00 - 13:00Uhr  
 14:00 - 18:00Uhr  
 Sa: 9:00 - 14:00Uhr



**FOLLOW US**

Ihr wollt aktuelle Informationen und Kursangebote, live aus der Villa Butz. Folgt uns auf Instagram




**LICHTSTUBE.de**  
**WEINBERGER**



Absolut Licht

Poststraße 29 • 73033 Göppingen • TEL. 07161 9684-05 • FAX -07

# Kleidung, Mode, Kreativität



In unseren kreativen Bildungsangeboten für Erwachsene fördern wir die ganzheitliche Persönlichkeitsbildung und -entfaltung. Das Kursangebot berücksichtigt aktuelle gesellschaftliche Themen wie beispielsweise den ressourcenschonenden Umgang mit Materialien in Up-cycling-Angeboten.

Geschulte Kursleiter\*innen leiten das praktische Arbeiten fachkundig und bedarfsorientiert an. Sie vermitteln in Kurzvorträgen oder persönlicher Anleitung Wissen über den Umgang mit Materialien und Werkzeugen, finden gemeinsam mit den Teilnehmenden Lösungen für die praktische Umsetzung von Projekten, sie demonstrieren Techniken, geben Hilfestellung und Feedback.

Dadurch werden nicht nur Fingerfertigkeiten, handwerkliches Geschick und kreatives Gestalten trainiert, sondern auch Wahrnehmungsfähigkeit, Konzentration und Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Beim Umsetzen der eigenen Ideen lernen die Teilnehmer\*innen, ihren Gedanken und Gefühlen Ausdruck zu verleihen. Sie werden zur weiteren Umsetzung in der Freizeit befähigt und angeregt. Darüber hinaus erfahren die Teilnehmer\*innen im Austausch in der Gruppe Orientierung und Begleitung zu zahlreichen Fragen des Alltags, sie lernen sich selbst einzubringen oder zurückzunehmen. Gemeinsames kreatives Tun mindert Sprachbarrieren, überwindet interkulturelle Grenzen und vermag alle Menschen mit ihren Fähigkeiten zu integrieren. Damit verwirklichen wir den Bildungsauftrag gemäß unseres Qualitätsverständnisses und unseres Leitbilds in besonderer Weise.

## Nähkurse für Anfänger\*innen

Unter fachkundiger Anleitung lernen Sie zuerst die Grundfunktionen der Nähmaschine vom Einfädeln über die Fadenspannung und Sticheinstellung kennen und fertigen dann eine einfache Arbeit z.B. eine Tasche oder einen Kissenbezug selbst an. Dabei lernen und üben Sie alle wichtigen Grundtechniken des Nähens. Für Fragen zum Material und für weitere Fragen steht Ihnen die Kursleiterin Frau Schlaht gerne zur Verfügung. Ihre Kontaktdaten erhalten Sie im Anmeldebüro.

Bitte bei allen Nähkursen und Nähtreffs mitbringen: Ihr Nähprojekt (Schnitt, Stoff), Nähzeug, Nähgarn, Spule für Pfaff- oder Bernina-Nähmaschinen.

### Nähkurs für Anfänger\*innen am Donnerstag

Ella Schlaht, Schneidermeisterin

9101	Do	24.09.26	17.00-20.00	6x	126,00 €
9102	Do	21.01.27	17.00-20.00	6x	126,00 €
9103	Do	22.04.27	17.00-20.00	5x	105,00 €

### Nähkurs für Anfänger\*innen am Freitag

Christel Gebauer, Bekleidungstechnikerin

9104	Fr	09.10.26	19.00-22.00	5x	105,00 €
9105	Fr	22.01.27	19.00-22.00	5x	105,00 €
9106	Fr	02.04.27	19.00-22.00	5x	105,00 €

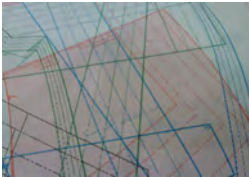
### Nähkurs für Anfänger\*innen am Samstag

Christel Gebauer, Bekleidungstechnikerin

9107	Sa	26.09.26	14.00-17.00	5x	105,00 €
9108	Sa	23.01.27	14.00-17.00	5x	105,00 €
9109	Sa	03.04.27	14.00-17.00	5x	105,00 €

## Nähkurse und Nähtreffs

### Die aktuelle Mode – selbst geschneidert!



Wenn Sie Freude am Nähen haben, bieten Ihnen unsere verschiedenen Nähkurse und Nähtreffs eine Fülle von Möglichkeiten, Ihren eigenen Stil zu entwickeln und zu gestalten.

Sie finden bei uns

- Ihre ganz persönliche Nähgruppe
- nette und kompetente Lehrkräfte
- gute und moderne Nähmaschinen, auch Overlock- und Covermaschinen
- Tipps und Tricks für Hobbysewistinnen
- eine Fülle von Anregungen
- Geselligkeit in der Gruppe
- Entspannung beim kreativen Tun und vieles mehr.

Ganz egal, welche Voraussetzungen Sie mitbringen, erkundigen Sie sich nach freien Plätzen.

Bitte mitbringen: Ihr Nähprojekt (Schnitt, Stoff), Nähzeug, Nähgarn, Spule für Pfaff- oder Bernina-Nähmaschinen.

### Nähstudio

Heide Frank, Bekleidungstechnikerin

9110	Mo	05.10.26	13.30-16.30	8x	168,00 €
9111	Mo	25.01.27	13.30-16.30	8x	168,00 €
9112	Mi	30.09.26	13.30-16.30	8x	168,00 €
9113	Mi	27.01.27	13.30-16.30	8x	168,00 €

### Ideen-Werkstatt für Mode

Doris Ruoff, Schneidermeisterin

9114	Di	22.09.26	19.00-22.00	8x	168,00 €
9115	Di	17.11.26	19.00-22.00	8x	168,00 €
9116	Di	02.02.27	19.00-22.00	8x	168,00 €

9117	Di	06.04.27	19.00-22.00	8x	168,00 €
9118	Mi	23.09.26	19.30-22.30	8x	168,00 €
9119	Mi	18.11.26	19.30-22.30	8x	168,00 €
9120	Mi	03.02.27	19.30-22.30	8x	168,00 €
9121	Mi	07.04.27	19.30-22.30	8x	168,00 €

### Nähtreff am Donnerstagnachmittag

Christel Gebauer, Bekleidungstechnikerin

9122	Do	08.10.26	13.30-16.30	8x	168,00 €
9123	Do	21.01.27	13.30-16.30	8x	168,00 €
9124	Do	15.04.27	13.30-16.30	8x	168,00 €

### Nähtreff Pink

Christel Gebauer, Bekleidungstechnikerin

9125	Fr	18.09.26	19.00-22.00	5x	105,00 €
9126	Fr	12.02.27	19.00-22.00	5x	105,00 €

### Stoffgeflüster

Christel Gebauer, Bekleidungstechnikerin

9127	Sa	19.09.26	14.00-17.00	5x	105,00 €
9128	Sa	16.01.27	14.00-17.00	5x	105,00 €
9129	Sa	10.04.27	14.00-17.00	5x	105,00 €

### Nähtreff „Unikat“

Ella Schlaht, Schneidermeisterin

9130	Fr	25.09.26	14.30-17.30	6x	126,00 €
9131	Fr	22.01.27	14.30-17.30	6x	126,00 €
9132	Fr	23.04.27	14.30-17.30	5x	105,00 €

### Nähtreff am Samstag

Ella Schlaht, Schneidermeisterin

9133	Sa	26.09.26	09.30-12.30	6x	126,00 €
9134	Sa	23.01.27	09.30-12.30	6x	126,00 €
9135	Sa	24.04.27	09.30-12.30	5x	105,00 €

## Kreatives Nähen: Einzigartige Kinderkleidung selbst gestalten

Pinar Yorgali, Schneidermeisterin/Damenschneidermeisterin



Omas, Mamas, Papas und Tanten, haben Sie Lust, zauberhafte Kinderkleidung selbst zu nähen und dabei Ihre Kreativität auszuleben? Unter der fachkundigen Anleitung einer Schneidermeisterin lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie liebevolle und einzigartige Stücke gestalten können – perfekt für Ihre kleinen Lieblinge. Egal, ob Sie Anfänger sind oder schon Erfahrung haben, gemeinsam schaffen wir etwas Besonderes!

9136	Mo	28.09.26	18.00-20.00	4x	56,00 €
9137	Mo	05.04.27	18.00-20.00	4x	56,00 €
9138	Mo	31.05.27	18.00-20.00	4x	56,00 €

## Ehrenamtsprojekte

### Ehrenamtsprojekt: Nesteldecke für Demenzkranke nähen



Die Nesteldecke für Demenzkranke ist oft eines der letzten Kommunikations- und Ausdrucksmittel dieser Patienten. Sie vermittelt Ruhe und Geborgenheit und fördert konstruktiv Sinne wie Haptik und Gehör. Wir arbeiten mit unterschiedlichen Stoffen und kleinen Accessoires wie Knöpfen, Reißverschlüssen, Perlen, Glöckchen usw. Die entstandenen Nesteldecken werden an örtliche Pflegeheime für Demenzkranke sowie an erkrankte Einzelpersonen gespendet. Die Ehrenamtsgruppe trifft sich mehrmals im Jahr und stellt gemeinsam Nesteldecken her. Melden Sie sich an, wenn Sie sich für diese Idee ehrenamtlich engagieren möchten. Die weiteren Termine finden Sie auf der Homepage.

9201	Sa	17.10.26	09.00-12.00	6x	gebührenfrei
------	----	----------	-------------	----	--------------

## Ehrenamtsprojekt: Upcycling-Werkstatt Taschen



Viel zu schade zum Wegwerfen! Aus Stoffresten, gebrauchten Bannern und anderen Materialien lässt sich doch noch etwas Sinnvolles herstellen. Geht es Ihnen auch so? Dann machen Sie mit! In dieser Werkstatt können Sie kreativ an einem nachhaltigen Projekt mitarbeiten und Taschen aus Restmaterialien nähen, die gegen Spende abgegeben werden. Melden Sie sich an, wenn Sie sich für diese Idee ehrenamtlich engagieren möchten. Die weiteren Termine finden Sie auf der Homepage.

9202	Fr	16.10.26	09.00-12.00	6x	gebührenfrei
------	----	----------	-------------	----	--------------

## Spaß am Handarbeiten



### Herbstspecial: Croissantschal stricken

neu

Brigitte Bihl

Kaum sind die Sommerferien vorbei, müssen wir schon wieder an den Herbst denken. Bald wehen wieder scharfe Winde und es ist Zeit für einen schönen neuen Schal. Wir wollen uns einen Croissantschal stricken, der in jede Handtasche passt und schnell ausgepackt ist, wenn ein Sturm aufkommt.

9301	Fr	25.09.26	17.00-19.30		17,50 €
------	----	----------	-------------	--	---------

Mehr Informationen zu den Kursen und was Sie mitbringen müssen finden Sie auf unserer Homepage: [www.hdf-gp.de](http://www.hdf-gp.de)

## Socken mit Bumerangferse stricken

Brigitte Bihl

neu

Was gibt es Schöneres als eine warme weiche Socke im Winter. Wir werden zusammen bunte Socken mit der modernen, gutschitzenden Bumerangferse stricken.

Es ist auch schönes persönliches Geschenk zum Nikolaus oder zu Weihnachten.

Es gibt viele Möglichkeiten selbstgestrickte Socken zu verschenken und der Liebblingsmensch, der sie bekommt denkt immer an einen. Was gibt es Schöneres?

9302 Fr 30.10.26 17.00-19.30 17,50 €

## Handstulpen mit Daumenkeil stricken

Brigitte Bihl

neu

Wir wollen schicke Handstulpen mit Daumen stricken. Es ist immer ärgerlich, wenn man erst den Handschuh ausziehen muss um Schlüssel oder Kleingeld auszukramen.

Auch beim Autoscheiben kratzen sind sie ein wertvoller Helfer. Man kann sie edel mit einem Pelzrändchen stricken oder rustikal in einem etwas dickeren Garn. Auch eine wunderschöne Geschenkidee für Menschen die keine kalten Hände mehr haben wollen.

9303 Fr 20.11.26 17.00-19.30 17,50 €

## Spültücher stricken

Brigitte Bihl

neu

Im Zeitalter der Nachhaltigkeit sind sie eine tolle Alternative zu üblichen Einwegspültüchern.

Man kann sie in Größe und Farbe arbeiten wie man es möchte und sie sind ein Eyecatcher in jeder Küche.

Nach Gebrauch kommen sie bei 60 Grad in die Waschmaschine und man hat lange Freude daran.

Auch als Geschenk zur Essenseinladung mit einem Kochlöffel daran steckt es in einem Blumenstrauß oder Geschenkkorb. Ein großer Beitrag zum Umweltschutz und ökologische Alternative.

9304 Fr 11.12.26 17.00-19.30 17,50 €

## Klöppelspitze – Die Königin der Spitze

Maria Skaroupka-Liesche, Lehrerin



Die Klöppelspitze entsteht, wenn Fäden sich kreuzen und umeinander drehen. Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, Anfänger und Fortgeschrittene sind eingeladen! Materialien können von der Kursleiterin erworben werden.

9305	Mi	23.09.26	15.00-17.15	3x	47,20 €
9306	Mi	14.10.26	15.00-17.15	3x	47,20 €
9307	Mi	11.11.26	15.00-17.15	3x	47,20 €
9308	Mi	24.02.27	15.00-17.15	3x	47,20 €
9309	Mi	07.04.27	15.00-17.15	3x	47,20 €

## Perle für Perle – Perlenstricken für Anfänger und Fortgeschrittene

Maria Skaroupka-Liesche, Lehrerin

Einst war Göppingen das Zentrum für Perlenstrickerei – die perlengestrickten Täschchen waren der Exportschlager und gingen in alle Welt. Doch (fast) vergessen scheint diese Handwerkskunst – in Museen werden sie bewundert, doch selber stricken?!? In diesem Kurs lernen wir die einzelnen Schritte und fertigen selbst ein „Perlenstück“ – Perle für Perle. Materialien können bei der Kursleiterin erworben werden. Eine Exkursion zu den Originalen ins städt. Museum Storchen gehört auch dazu. Der Termin wird im Kurs vereinbart.

9310	Mi	23.09.26	18.00-20.15	3x	47,20 €
9311	Mi	14.10.26	18.00-20.15	3x	47,20 €
9312	Mi	11.11.26	18.00-20.15	3x	47,20 €
9313	Mi	24.02.27	18.00-20.15	3x	47,20 €
9314	Mi	07.04.27	18.00-20.15	3x	47,20 €

## Filz-Ideen

### Zauberhafte Herbstfee filzen

Tatiana Rys

In diesem Kurs entsteht aus weicher Wolle und mit Hilfe einer Filznadel eine sanfte Herbstfee, inspiriert von den Farben und Stimmungen des Herbstes. Die fertige Fee bringt eine besondere, stimmungsvolle At-



mosphäre in Ihr Zuhause oder begleitet als liebevolles, handgearbeitetes Geschenk durch die Herbstzeit. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

9401	Fr	09.10.26	16.00-18.00	20,00 €
			inkl. Material	6,00 €

### Windlicht aus Wolle gestalten

Tatiana Rys

In diesem kreativen Filzkurs gestalten wir ein individuelles Windlicht, indem ein Glas mit weicher Wolle umfilzt wird. Mit verschiedenen Farben und Mustern entsteht Schritt für Schritt ein ganz persönliches Lichtobjekt. Die Arbeit mit Wolle wirkt dabei entschleunigend und meditativ und lädt dazu ein, ganz in den kreativen Prozess einzutauchen. Das fertige Windlicht ist nicht nur ein stimmungsvoller Blickfang für Ihr Zuhause, sondern auch ein besonderes, handgemachtes Geschenk. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, nur Freude am Gestalten und an der handwerklichen Arbeit.

9402	Fr	06.11.26	16.00-18.15	21,80 €
			inkl. Material	6,00 €

### Filzwerkstatt: Weihnachtskugel

Tatiana Rys

Kurz vor dem ersten Advent gestalten wir in dieser Filzwerkstatt individuelle Weihnachtskugeln aus Wolle. In ruhiger, kreativer Atmosphäre entstehen in Nass- und Trockentechnik einzigartige Filzobjekte, die den persönlichen Stil jedes Teilnehmenden widerspiegeln. Der Kurs bietet Raum zum entschleunigten Arbeiten, zum Experimentieren mit Farben und Formen und zum Eintauchen in die adventliche Stimmung. Die selbstgefertigten Kugeln eignen sich wunderbar als besondere Weihnachtsdekoration oder als liebevolles Geschenk. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, nur Freude am Gestalten und an der handwerklichen Arbeit.

9403	Sa	28.11.26	11.00-13.00	20,00 €
			inkl. Material	6,00 €

### Frühlingszauber: Wir filzen eine Fee

Tatiana Rys

In diesem Kurs gestalten wir eine Fee in Trockenfilztechnik nach Waldorfart aus reiner Wolle. Mit viel Ruhe und Hingabe entsteht dabei eine natürliche, harmonische Figur, die den besonderen Charme dieser traditionellen Gestaltungsweise widerspiegelt. Die Arbeit mit Wolle wirkt dabei entschleunigend und meditativ und lädt dazu ein, ganz im kreativen Tun anzukommen und den Alltag hinter sich zu lassen. In diesem Jahr ist bewusst mehr Zeit eingeplant, sodass jede Fee in Ruhe und ganz individuell gestaltet werden kann. Die fertige Fee ist nicht nur ein stimmungsvoller Blickfang für Ihr Zuhause, sondern auch ein liebevoll handgefertigtes, persönliches Geschenk mit besonderer Ausstrahlung.

9404	Sa	20.03.27	11.30-13.45	21,80 €
			inkl. Material	6,00 €

### Blühende Fantasie-Blumen filzen

Tatiana Rys

In diesem kreativen Kurs für Erwachsene gestalten wir aus reiner Wolle eine individuelle Blume in klassischer Nassfilztechnik. Mit warmem Wasser, Seife und sanften Handbewegungen verbinden sich die Fasern zu einer lebendigen, organischen Form. Jede Blume entsteht dabei Schritt für Schritt und wird zu einem einzigartigen Unikat. Das Arbeiten mit Wolle und Wasser wirkt entschleunigend und ausgleichend. Der gleichmäßige, rhythmische Prozess des Filzens lädt dazu ein, zur Ruhe zu kommen, den Kopf freizubekommen und ganz im kreativen Tun aufzugehen. So wird das Gestalten der Blume zu einer kleinen Auszeit vom Alltag. Am Ende entsteht eine ausdrucksstarke Filzblume, die sich wunderbar als natürliche Dekoration für das Zuhause eignet oder als besonderes, handgefertigtes Geschenk Freude bereitet.

9405	Sa	24.04.27	11.30-13.30	20,00 €
			inkl. Material	6,00 €

## I. Allgemeine Geschäftsbedingungen

## II. Information Streitbeilegungsverfahren

## III. Widerrufsrecht (bitte Hinweis zum Ausschluss beachten)

## IV. Datenschutz

### I. Allgemeine Geschäftsbedingungen

Stand: 05/2025

#### § 1 – Geltungsbereich

Diese Bedingungen der Familienbildungsstätte Göppingen e.V. (nachfolgend: „Villa Butz“), gelten für die von der Villa Butz gegenüber Kunden (nachfolgend: „Teilnehmer“) angebotenen Leistungen. Der Einbeziehung von Bedingungen des Teilnehmers wird widersprochen, es sei denn, die Parteien haben ausdrücklich etwas anderes vereinbart.

#### § 2 – Vertragsabschluss

(1) Mit der Buchung der jeweiligen Leistung, die mündlich, telefonisch, schriftlich, per E-Mail oder über das Online-Warenkorbsystem erfolgen kann, gibt der Teilnehmer gegenüber der Villa Butz ein bindendes Vertragsangebot ab. Die Annahme des Vertrages durch die Villa Butz erfolgt durch eine ausdrückliche Annahmeerklärung innerhalb von 2 Werktagen nach Eingang der Buchung.

(2) Die Buchungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

#### § 3 – Preise/ Preisanpassungen/ Ermäßigungen

(1) Die von der Villa Butz angegebene Kursgebühren beinhalten sämtliche Preisbestandteile.

(2) Die Villa Butz behält sich vor, die vereinbarten Kursgebühren nach Abschluss des Vertrages im Fall der tatsächlich nachträglich eingetretenen und bei Vertragsabschluss nicht vorhersehbaren Einführung oder dem Entfall von Steuern angemessen anzupassen. Dieses Recht steht der Villa Butz nur zu, wenn zwischen dem Vertragsabschluss und der vereinbarten Leistungserbringung mehr als vier Monate liegen. Von einer solchen Preisänderung wird der Teilnehmer rechtzeitig in Kenntnis gesetzt.

(3) Im Falle einer Preiserhöhung gemäß Absatz (2) ist der Teilnehmer zum Vertragsrücktritt berechtigt, wenn die Preiserhöhung die bei Vertragsschluss vereinbarte Kursgebühr um über 7 Prozent übersteigt.

(4) Die ggf. zusätzlich entstehenden Kosten für Lehr- und Arbeitsmaterial werden bei dem jeweiligen Leistungsangebot ausgewiesen und sind in den Kursgebühren nicht enthalten.

(5) Bezieher\*innen von Arbeitslosengeld II/Sozialhilfe und Inhaber\*innen einer Bonuskarte werden nach der Vorlage entsprechender Nachweise Ermäßigungen der Kursgebühr gewährt. Besuchen meh-

re Kinder einer Familie den gleichen Eltern-Kind-Kurs, beträgt die Ermäßigung ab dem 2. Kind 50 %.

#### § 4 – Leistungen/ Durchführung

(1) Die von der Villa Butz zu erbringenden Leistungen ergeben sich aus der jeweiligen im Angebot beworbenen Leistungsbeschreibung.

(2) Ton- und Filmaufnahmen während der Veranstaltungen der Villa Butz sind ohne ausdrückliche Einwilligung nicht erlaubt.

#### § 5 – Zahlungsbedingungen

(1) Durch den Vertragsschluss verpflichtet sich der Teilnehmer zur Zahlung der anfallenden Entgelte für die gebuchten Leistungen.

(2) Die Bezahlung erfolgt entweder bei Buchung durch Barzahlung am Sitz der Villa Butz oder durch ein SEPA-Lastschrift Mandat. Die Abbuchung erfolgt dabei erst nach Kursbeginn.

(3) Bei der Buchung von Sonderveranstaltungen –Kindergeburtstage und Firmenevents– ist bei Buchung eine Anzahlung in Höhe von 50,00 EUR zu leisten. Die Anzahlung sowie die Restzahlung kann durch Barzahlung am Sitz der Villa Butz oder per Überweisung erfolgen. Die Restzahlung erfolgt entweder per Barzahlung am Sitz der Villa Butz oder durch ein SEPA-Lastschrift Mandat. Die Abbuchung erfolgt dabei frühestens in der Woche, die auf den Veranstaltungstermin folgt.

#### § 6 – Stornierung / „Nicht-Erscheinen“/ Abbruch

(1) Die Buchung kann jederzeit in Textform gegenüber der Geschäftsstelle der Villa Butz storniert werden.

(2) Mit Ausnahme der unter Absatz 3 genannten Veranstaltungen gelten für Stornierungen die folgenden Bedingungen: Stornierungen sind bis zu zwei Wochen vor dem Termin der Leistungserbringung ohne eine Zahlungsverpflichtung möglich. Bei einer Stornierung bis zu fünf Werktagen vor dem Termin der Leistungserbringung wird eine pauschale Verwaltungsgebühr in Höhe von 5,00 EUR, bei Stornierungen innerhalb von weniger als fünf Werktagen oder bei einem Kursabbruch durch den Teilnehmer wird das volle anfallende Entgelt, erhoben.

(3) Bei Sonderveranstaltungen –Kindergeburtstage und Firmenevents– gelten die folgenden Stornierungsbedingungen: Bei einer Stornierung bis zu fünf Werktagen vor dem vereinbarten Veranstaltungstermin wird die Anzahlung als pauschale Stornierungsgebühr einbehalten. Bei einer Stornierung unter fünf Werktagen bleibt das volle Veranstaltungsentgelt fällig.

(4) Dem Teilnehmer bleibt es vorbehalten, im Einzelfall einen geringeren, der Villa Butz bleibt vorbehalten, im Einzelfall einen höheren Schaden nachzuweisen.

(5) Das Recht des Teilnehmers zu einer außerordentlichen Kündigung bleibt hiervon unberührt.

#### § 7 – Kündigung/ Rücktritt

(1) Die Villa Butz ist berechtigt, die Kurse aus wichtigem Grund, wie Erkrankung der Kursleitung oder höhere Gewalt, außerordentlich zu kündigen. Bereits gezahlte Entgelte werden spätestens bis zum 3. Werktag des auf die Kündigung folgenden Monats zurückerstattet.

(2) Kann die Villa Butz aufgrund höherer Gewalt, wie z.B. einer Bundes- oder Landesverordnung, die Leistung nicht als Präsenzveranstaltung erbringen, behält sich die Villa Butz vor, statt einer Kündigung gemäß Abs. 1., die Leistung als Online-Veranstaltung durchzuführen, soweit dies dem Teilnehmer zumutbar ist.

#### § 8 – Mindestteilnehmerzahl

Sollte eine erforderliche Mindestteilnehmerzahl eines Kurses oder Leistungsangebotes nicht erreicht werden, behält sich die Villa Butz vor, vom Vertrag zurückzutreten. Die Teilnehmer werden in einem solchen Fall unverzüglich informiert. Bereits gezahlte Entgelte werden spätestens bis zum 3. Werktag des auf den Rücktritt folgenden Monats zurückerstattet.

#### § 9 – Haftung

(1) Die Villa Butz haftet nach den gesetzlichen Bestimmungen, sofern der Teilnehmer Ansprüche geltend macht, die auf Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit, einschließlich Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit ihrer Vertreter oder Erfüllungsgehilfen, beruhen. Die Einschränkung auf Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit gilt nicht bei Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit oder der Ansprüche wegen der schuldhaften Verletzung wesentlicher Vertragspflichten (Kardinalpflichten).

(2) Eine Änderung der Beweislast zum Nachteil des Teilnehmers ist mit den vorstehenden Regelungen nicht verbunden.

#### § 10 – Aufsicht

(1) Bei Eltern-Kind-Angeboten liegt die Aufsichtspflicht bei der das Kind begleitenden erwachsenen Person.

(2) Bei Kinder- und Jugendkursen übt die Villa Butz keine Dienstaufsicht für Kinder/ Jugendliche, wie sie z. B. bei Kindergärten und Schulen besteht, aus. Die Aufsicht als reine Organisationsaufsicht besteht nur für die Dauer des Kursangebotes und bei Angeboten innerhalb von Gebäuden nur innerhalb des Kursraumes.

## II. Information Streitbeilegungsverfahren

Gemäß § 36 Verbraucherstreitbeilegungsgesetz (VSBG) informieren wir Sie wie folgt: Zur Teilnahme an einem Streit-schlichtungsverfahren sind wir nicht bereit und nicht verpflichtet.

## III. Widerrufsrecht

### Widerrufsbelehrung Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragschlusses. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns (Familienbildungsstätte Göppingen e.V., Haus der Familie, Villa Butz, Mörikestraße 17, D-73033 Göppingen, Telefon: 07161 / 96 051-10, E-Mail: info@hdf-gp.de) mittels einer eindeutigen Erklärung (z. B. ein mit der Post versandter Brief oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das beigefügte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

### Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistungen während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

### Hinweis

Soweit die Parteien nichts anderes vereinbart haben, besteht das **Widerrufsrecht** gem. § 312 g Absatz 2 BGB **nicht** bei Verträgen zur Erbringung weiterer Dienstleistungen im Zusammenhang mit Freizeitbetätigungen, wenn der Vertrag für die Erbringung einer spezifischen Termin oder

#### Muster-Widerrufsformular

(Wenn Sie den Vertrag widerrufen wollen, dann füllen Sie bitte dieses Formular aus und senden Sie es zurück.)

An:

Familienbildungsstätte Göppingen e.V.  
Haus der Familie Villa Butz  
Mörikestraße 17  
D-73033 Göppingen

E-Mail: info@hdf-gp.de

Hiermit widerrufe(n) ich/wir (\*) den von mir/uns (\*) abgeschlossenen Vertrag über den Kauf der folgenden Waren (\*)/die Erbringung der folgenden Dienstleistung (\*)

Bestellt am (\*)/erhalten am (\*)

Datum

Unterschrift des/der Verbraucher(s)  
(nur bei Mitteilung auf Papier)

Name des/der Verbraucher(s)

Anschrift des/der Verbraucher(s)

(\*) Unvollständiges schreiben.

## Zeitraum vorsieht. IV. Datenschutz

1. Name und Kontaktdaten des für die Verarbeitung Verantwortlichen:  
Familienbildungsstätte Göppingen e.V.  
Mörkestraße 17  
73033 Göppingen  
Tel.: 07161 / 96 051-10  
E-Mail: info@hdf-gp.de

Der externe(n) Datenschutzbeauftragte(n) des Verantwortlichen ist:  
Killian Hedrich c/o DatCQ GbR  
Alexander F. Bräuer, Killian Hedrich, und Frank Weiß  
Katharinenstraße 16  
73728 Esslingen  
Tel.+49 (0)711/93277955,  
Fax: +49 (0)711/93277956  
E-Mail: dsb@datcq.de

2. Erhebung und Speicherung personenbezogener Daten sowie Art und Zweck und deren Verwendung

### Buchung

Wenn Sie bei uns eine Buchung auslösen, erheben wir folgende Informationen: Anrede, Vorname, Nachname, ggf. Geburtsdatum, E-Mail-Adresse, Anschrift, ggf. Telefonnummer und ggf. Bankverbindung; Informationen, die für die Vertragsabwicklung notwendig sind. Die Erhebung dieser Daten erfolgt, um Sie als unseren Kunden identifizieren zu können; um den Kurs durchführen zu können; um Sie angemessen betreuen zu können; zur Korrespondenz mit Ihnen; zur Verwaltung der Kursteilnehmer; zu Abrechnungszwecken. Die Datenverarbeitung erfolgt auf Ihre Buchung hin und ist nach Art. 6 Abs. 1 S. 1 lit. b DSGVO zu den genannten Zwecken für die angemessene Bearbeitung des Auftrags und für die beidseitige Erfüllung von Verpflichtungen aus dem Dienstleistungsvertrag erforderlich. Wir behalten uns zudem vor, Ihre Daten ggf. für eine Direktwerbung per E-Mail oder postalisch gemäß § 7 Abs. 3 UWG zu nutzen, wenn Sie dieser Nutzung nicht widersprechen. Die Direktwerbung umfasst ausschließlich Angebote zu ähnlichen Dienstleistungen, wie den bereits von Ihnen bei uns gebuchten. Rechtsgrundlage ist in diesem Fall Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO. Unser berechtigtes Interesse besteht an dem wirtschaftlichen Interesse des Absatzes. Die für die Beauftragung von uns erhobenen personenbezogenen Daten werden bis zum Ende der Beauftragung gespeichert und danach gelöscht, es sei denn, dass wir nach Artikel 6 Abs. 1 S. 1 lit. c DSGVO aufgrund von steuer- und handelsrechtlichen Aufbewahrungs- und Dokumentationspflichten (aus HGB, StGB oder AO) zu einer längeren Speicherung verpflichtet sind oder Sie in eine darüber hinausgehende Speicherung nach Art. 6 Abs. 1 S. 1 lit. a DSGVO eingewilligt haben.

### Onlineseminare

Zur Durchführung der angebotenen Onlineseminare setzen wir „Microsoft Teams“ ein. „Microsoft Teams“ ist ein Service der Microsoft Ireland Operations Limited, One Microsoft Place, South County Business Park, Leopardstown, Dublin 18,

D18 P521, Irland, nachfolgend „Microsoft“. Bei der Anmeldung und Teilnahme an einem Onlineseminar werden dadurch die folgenden Daten, teilweise abhängig von Ihren Angaben vor oder während der Teilnahme, von Ihnen durch Microsoft in unserem Auftrag verarbeitet: IP-Adresse, Angaben zum Nutzer: z.B. Anzeigename, E-Mail-Adresse, Profilbildinformationen (ggf. Profilbild), bevorzugte Sprache; Onlineseminar-Metadaten: zB Meeting-ID, Systemdaten (Daten von Geräten/genutzter Hardware, Betriebssystem, Zeitzone), Telefonnummern (bei Einwahl mit dem Telefon), Ort, Datum, Uhrzeit und Dauer, im Meeting aufgezeichnete Aktivitäten (wie z.B. Teilnahme und Verlassen); Chat-, Audio- und Videodaten: Zur Audio- und Videoübertragung werden während der Dauer des Onlineseminars die Daten eines von Ihnen zur Nutzung freigegebenen Mikrofons und/oder einer Videokamera verarbeitet. Ggf. von Ihnen gemachte Texteingaben im Chat werden ebenfalls verarbeitet. Diese Verarbeitung dient der Vertragsdurchführung des gebuchten Onlineseminars und beruht auf der Rechtsgrundlage des Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO. Es kann nicht ausgeschlossen werden, dass diese Informationen auf Servern von Microsoft in der USA verarbeitet werden. Microsoft Corporation ist Teil des „Data Privacy Framework“ für das die EU-Kommission einen Angemessenheitsbeschluss gemäß Art. 45 DSGVO erlassen hat: <https://www.dataprivacyframework.gov/list>. Nach vollständiger Abwicklung des Vertrages werden Ihre Daten mit Rücksicht auf die steuer- und handelsrechtlichen Aufbewahrungsfristen sowie ggf. mit Rücksicht auf unsere vertraglichen Nachweispflichten in Bezug auf Ihre Teilnahme gelöscht.

### 3. Weitergabe von Daten an Dritte

Eine Übermittlung Ihrer persönlichen Daten an Dritte zu anderen als den im Folgenden aufgeführten Zwecken findet nicht statt. Soweit dies nach Art. 6 Abs. 1 S. 1 lit. b DSGVO für die Abwicklung des Kurses erforderlich ist, werden Ihre personenbezogenen Daten an Dritte weitergegeben. Hierzu gehört insbesondere die Weitergabe Ihrer Daten an die ggf. externen Kursleiter bzw. Kursleiterin oder an Finanzdienstleister.

### 4. Betroffenenrechte

Sie haben das Recht: Gemäß Art. 7 Abs. 3 DSGVO Ihre einmal erteilte Einwilligung jederzeit gegenüber uns zu widerrufen. Dies hat zur Folge, dass wir die Datenverarbeitung, die auf dieser Einwilligung beruhte, für die Zukunft nicht mehr fortführen dürfen; Gemäß Art. 15 DSGVO Auskunft über Ihre von uns verarbeiteten personenbezogenen Daten zu verlangen. Insbesondere können Sie Auskunft über die Verarbeitungszwecke, die Kategorie der personenbezogenen Daten, die Kategorien von Empfängern, gegenüber denen Ihre Daten offengelegt wurden oder werden, die geplante Speicherdauer, das Bestehen eines Rechts auf Berichtigung, Löschung, Einschränkung der Verarbeitung oder Widerspruch, das Bestehen eines Beschwerderechts, die Herkunft ihrer Daten, sofern diese nicht bei uns erhoben wurden, sowie über das Bestehen einer

automatisierten Entscheidungsfindung einschließlich Profiling und ggf. aussagekräftigen Informationen zu deren Einzelheiten verlangen; Gemäß Art. 16 DSGVO unverzüglich die Berichtigung unrichtiger oder Vervollständigung Ihrer bei uns gespeicherten personenbezogenen Daten zu verlangen; Gemäß Art. 17 DSGVO die Löschung Ihrer bei uns gespeicherten personenbezogenen Daten zu verlangen, soweit nicht die Verarbeitung zur Ausübung des Rechts auf freie Meinungsäußerung und Information, zur Erfüllung einer rechtlichen Verpflichtung, aus Gründen des öffentlichen Interesses oder zur Geltendmachung, Ausübung oder Verteidigung von Rechtsansprüchen erforderlich ist; Gemäß Art. 18 DSGVO die Einschränkung der Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten zu verlangen, soweit die Richtigkeit der Daten von Ihnen bestritten wird, die Verarbeitung unrechtmäßig ist, Sie aber deren Löschung ablehnen und wir die Daten nicht mehr benötigen, Sie jedoch diese zur Geltendmachung, Ausübung oder Verteidigung von Rechtsansprüchen benötigen

oder Sie gemäß Art. 21 DSGVO Widerspruch gegen die Verarbeitung eingelegt haben; Gemäß Art. 20 DSGVO Ihre personenbezogenen Daten, die Sie uns bereitgestellt haben, in einem strukturierten, gängigen und maschinenlesbaren Format zu erhalten oder die Übermittlung an einen anderen Verantwortlichen zu verlangen und gemäß Art. 77 DSGVO sich bei einer Aufsichtsbehörde zu beschweren. In der Regel können Sie sich hierfür an die Aufsichtsbehörde Ihres üblichen Aufenthaltsortes, Arbeitsplatzes oder unseres Firmensitzes wenden.

5. Widerspruchsrecht Sofern Ihre personenbezogenen Daten auf Grundlage von berechtigten Interessen gemäß Art. 6 Abs. 1 S. 1 lit. f DSGVO verarbeitet werden, haben Sie das Recht, gemäß Art. 21 DSGVO Widerspruch gegen die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten einzulegen, soweit dafür Gründe vorliegen, die sich aus Ihrer besonderen Situation ergeben. Der Widerspruch kann insbesondere gegen die Verarbeitung für Zwecke der Direktwerbung erfolgen. Möchten Sie von Ihrem Widerspruchsrecht Gebrauch machen, genügt eine E-Mail an info@hdf-gp.de

## Sie wollen helfen?

Sie wollen die vielfältige Arbeit der Familienbildungsstätte Göppingen e.V. finanziell unterstützen?

Offene Treffs für Eltern und Kinder, besondere Projekte und das eine oder andere Angebot im Haus der Familie für Teilnehmende kostenfrei möglich machen?

### Dann freuen wir uns über Ihre Beteiligung!

Gerne können wir Ihnen eine Spendenbescheinigung zukommen lassen, sofern Sie uns ihre Kontaktdaten mitteilen.

Kontoverbindung für Spenden  
Kontoinhaber:  
Haus der Familie,  
Familien-Bildungsstätte e.V.

IBAN: DE13 6105 0000 0000 0953 07  
bei der Kreissparkasse Göppingen,  
BIC: GOPSDE66XXX



## Herzlichen Dank!

Ich spende:

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

IBAN: \_\_\_\_\_

BIC: \_\_\_\_\_

# Impressum

© Haus der Familie 2026

Haus der Familie | Villa Butz

Familien-Bildungsstätte Göppingen e. V.

Mörikestraße 17 | D-73033 Göppingen

Träger des Hauses der Familie Villa Butz ist der als  
gemeinnützig bestätigte Verein Haus der Familie  
Familien-Bildungsstätte Göppingen e. V.

Registernummer: VR 530230 Amtsgericht Ulm

**Verantwortlich für den Inhalt**

Barbara Hofgärtner, Leiterin Haus der Familie

**Layout, Satz, Druck**

Pulswerk Werbeagentur und Druckerei GmbH

**Umschlag**

Bettina Schiller Agentur für Werbung u. Konzept,  
Göppingen

Illustration der Villa Butz: Dario Di Donato

**Bilder**

Giacinto Carlucci, Archiv Haus der Familie,  
Schwabenlicht (Instagram: @schwabenlicht)

Cartoons: Renate Alf

**Bankverbindung**

KSK Göppingen

IBAN DE13 6105 0000 0000 0953 07

BIC GOPSDE6GXXX

**Kontakt**

Telefon: 07161/96051-10

info@hdf-gp.de

www.hdf-gp.de



Die Villa Butz steht unter Denkmalschutz und ist daher nicht barrierefrei. Wir möchten trotzdem allen Menschen die Teilnahme an unseren Kursen und Veranstaltungen ermöglichen. Bitte weisen Sie bei der Anmeldung darauf hin, dass Sie Unterstützungsbedarf haben – wir helfen Ihnen gerne!

Über den Seiteneingang ist das Haus barrierefrei zugänglich. Dort befindet sich auch eine Sprechanlage, über die Sie bei Bedarf Hilfe bekommen können.

Die Küche im EG verfügt über einen rollstuhlgerechten Arbeitsplatz, um Ihnen die Teilnahme an Kochkursen zu ermöglichen. Im EG befindet sich auch ein behindertengerechtes WC.



Foto: Giacomo Carlucci

## Die Geschichte

Die Göppinger Familienbildungsstätte hat ihren Ursprung in einer Initiative der Göppinger Gemeinderätinnen aller Fraktionen und Frauen der evangelischen Kirche. Gründungsjahr des Vereins „Haus der Familie“ war 1958. Der damalige Erste Bürgermeister der Stadt Göppingen Dr. Alfred Schwab konnte als 1. Vorsitzender gewonnen werden. Ziel war damals, Mädchen und junge Frauen auf ihre Aufgaben als Hausfrau und Mutter vorzubereiten. Im Laufe der Jahre haben sich Gesellschaft und Familie verändert, und so wurde aus der „Mütterschule“ die heutige Familienbildungsstätte mit Angeboten für Menschen in vielen Lebenslagen.

1989 zog das Haus der Familie aus der alten Boehringer-Villa in der Wolfstraße in die Villa Butz in der Mörikestraße, eines der wenigen Jugendstilgebäude in Göppingen, das zuvor von der Stadt restauriert wurde.



Zwei „Kunden“– auf dem Weg ins  
Haus der Familie

# VILLA BUTZ

Bildung  
Begegnung  
Begleitung  
Beziehung

Eltern-Kind-Angebote  
Familienbildung  
Angebote für Schwangere  
Vater-Kind-Aktionen  
interkulturelle Begegnung  
Kommunikation und Medien  
internationale Kochtreffs  
Seminare & Vorträge über  
Gott und die Welt  
Elternseminare  
Kindertheater  
Familientreff  
Integration  
Inklusion  
Kreativität  
Austausch  
Ausflüge  
Bewegung  
Ernährung  
Gesundheit  
Entspannung  
Lust auf Leben  
für Jung und Alt  
... und vieles mehr



Ein  
Haus  
für alle