



Programm der Mülheimer Aktionswoche „Für Familien – mit Familien“

Infos, Spiel und Spaß!

Freuen Sie sich auf ein buntes Familienprogramm für die großen und kleinen gemeinsamen Momente in Mülheim an der Ruhr



Gemeinsame Zeit für Familien vom 10. bis 17. Mai 2026

- Zusatzangebot -

Freitag, 08. Mai 2026

KleiderTauschParty „Tauschen statt kaufen“ – Nachhaltigkeit, die Spaß macht!

Die Familienbildungsstätte feiert eine Kleidertauschparty und alle Tauschfreudigen sind dazu herzlich eingeladen!

Ganz im Sinne von "tauschen statt kaufen" gibt es hier die Gelegenheit, mit anderen eigene einstige Lieblingsstücke und andere Kleidungsstücke sehr guter Qualität, die nicht getragen werden oder nicht passen, zu tauschen. Nachhaltigkeit, die Spaß macht!

Datum/Uhrzeit: 08.05.2026, 18:30 – 20:45 Uhr

Ort: Ev. Familienbildungsstätte, Scharpenberg 1b, Saal

Zielgruppe: Alle Familien, die gerne Kleidungsstücke in sehr guter Qualität, die nicht getragen werden oder nicht passen, mit anderen Menschen in fröhlicher, entspannter Atmosphäre tauschen möchten.

Weitere Infos: Inga Schlemmer, Tel.: 0208 3003-313

- Zusatzangebot -

Samstag, 09. Mai 2026

Familien herzlich willkommen: Tag der offenen Tür in der Begegnungsstätte Feldmann-Stiftung

Der Tag der offenen Tür in der Feldmann-Stiftung lädt dazu ein, die vielfältigen Angebote und das lebendige Miteinander in der Begegnungsstätte kennenzulernen. Die verschiedenen Nutzergruppen stellen ihre Aktivitäten vor – von kreativen und kulturellen Projekten wie Malen, Klöppeln oder Musik bis hin zu gemeinsamen Freizeit- und Begegnungsangeboten wie Skat, Table Pott oder der Geschichtsgesprächskreis.

Auch für Kinder ist einiges geboten: ob bei den Angeboten des AWO-Spielmobils, beim Kinderschminken der Roten Funken oder bei kreativen Malangeboten, können sie aktiv werden. In entspannter Atmosphäre haben Besucher*innen die Möglichkeit, ins Gespräch zu kommen, Einblicke zu gewinnen und die Feldmann-Stiftung kennenzulernen.

Musikalisch wird der Tag von den Hausbands, die in der Feldmann-Stiftung proben, begleitet. Auch das Gasthaus Feldmann öffnet die Türen und versorgt die Besucher*innen mit Speisen und Getränken.

Ein besonderes Highlight wird der Besuch des Styumer Stiers sein. Das neue Maskottchen aus Styrum begrüßt die Besucher*innen und steht gerne für Fotos bereit.

Datum/Uhrzeit: 09.05.2026, 14:00 – 17:00 Uhr
Ort: Feldmann-Stiftung, Augustastraße 108-114
Zielgruppe: interessierte Familien
Weitere Infos: Jan Große-Bremer, Tel.: 0208 408023

Montag, 11. Mai 2026

Alleinerziehend durch die Pubertät – Orientierung für Familie und berufliche Perspektive

Im Rahmen der Kooperation #mülheimvernetzt laden die Anlaufstelle für Alleinerziehende der Stadt Mülheim an der Ruhr und die Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA) des Jobcenters Mülheim zu einer weiteren gemeinsamen Veranstaltung ein.

Die Pubertät stellt vor allem Alleinerziehende vor besondere Herausforderungen. Die Veranstaltung bietet Informationen, Austausch und praktische Impulse, um diese Lebensphase gut zu begleiten und gleichzeitig die Vereinbarkeit von Familie und Beruf mitzudenken.

Nicole Meyer von der Caritas-Erziehungsberatungsstelle eröffnet den fachlichen Teil mit einem Einblick in das Thema Pubertät. Sie erklärt, was in dieser Entwicklungsphase im Kopf von Jugendlichen passiert, wie Eltern trotz Konflikten in Beziehung bleiben können und welche Kommunikationswege hilfreich sind. Zudem stellt sie Unterstützungsangebote in Mülheim vor, die Eltern entlasten können, wenn sie einmal nicht weiterwissen.

Pamela Busse vom Kommunalen Sozialen Dienst, Fachgebiet Jugendhilfe, vertieft anschließend die Perspektive der Jugendhilfe. Sie erläutert, welche Hilfen zur Erziehung zur Verfügung stehen, wie diese beantragt werden können und welche Möglichkeiten bestehen, wenn familiäre Belastungen den Alltag erschweren.

Abschließend gibt es ganz konkrete arbeitsmarktbezogene Unterstützungsangebote für Alleinerziehende. Dabei kann es um ganz individuelle Themen gehen: Möglichkeiten der beruflichen Orientierung und des Wiedereinstiegs, um Wege zur Unterstützung der Vereinbarkeit von Familie und Beruf sowie um Anlaufstellen, an die sich Ratsuchende bei Bedarf wenden können.

Die Veranstaltung richtet sich an alleinerziehende Mütter und Väter und Interessierte, die sich Austausch wünschen, ihr Wissen erweitern möchten und Anregungen für den Alltag suchen.

Datum/Uhrzeit: 11.05.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
Ort: im „Meeting Point“, Löhberg 72, 45468 Mülheim an der Ruhr
Zielgruppe: Alleinerziehende und Interessierte
Anmeldung: bis zum 08. Mai möglich
Internetseite: muelheim.ruhr/veranstaltung-pubertaet



Montag, 11. Mai 2026

Bunte Kaleidoskope gestalten

Gemeinsam gestalten Eltern mit ihren Kindern bunte Kaleidoskope. Mit vielen Farben, Perlen und Glitzer entstehen einzigartige kleine Kunstwerke, durch die man die Welt ganz neu entdecken kann.

Datum/Uhrzeit: 11.05.2026, 14:00 – 16:00 Uhr
Ort: Familienzentrum Regenbogenland, Schlägelstraße 5
Zielgruppe: Kinder mit ihren Eltern
Leitung: Lina Hans und Madeline Hauser
Anmeldung: bis 4. Mai im Familienzentrum Regenbogenland unter Tel.: 0208 77 98 13 oder E-Mail: kita.regenbogenland@muelheim-ruhr.de

Mini-Club

Es wird Spiel und Spaß in jeglicher Art angeboten. Bitte Turnschlappchen mitbringen.

Datum/Uhrzeit: 11.05.2026, 14:15 – 15:15 Uhr
Ort: Familienzentrum Pööstekiste, Viehgasse 17
Zielgruppe: Kinder im Alter von 1 - 2 Jahren
Leitung: Irmi Endemann
Anmeldung: im Familienzentrum Pööstekiste unter Tel.: 0208 48 89 38 oder E-Mail: kita.viehgasse@muelheim-ruhr.de.
Zusatzinfo: Die Teilnahmezahl ist auf 8 Kinder begrenzt.

XXL-Spielenachmittag für Familien

Das FGZ der Grundschule am Dichterviertel lädt Familien zu einem geselligen ein. Eine große Auswahl an Spielen ist vorhanden, so dass für jeden etwas dabei sein sollte. Gemeinsames Spielen verbindet! Um eine vorherige Anmeldung wird gebeten.

Uhrzeit: 15:00 – 17:00 Uhr
Ort: Grundschule am Dichterviertel
Zielgruppe: Familien mit Kindern im Grundschule- und Kita-Alter
Anmeldung: bei Jennifer Galle unter Tel.: 0208 448314 oder E-Mail: koordination-ogs-dichterviertel@diakonie-muelheim.de

Dienstag, 12. Mai 2026

Offene Sprechstunde für Erziehungs- und Familienberatung

Haben Sie Fragen zur Erziehung oder Entwicklung Ihrer Kinder, zum Beispiel zu Wutanfällen, zur Ernährung oder zu Schlafgewohnheiten? In der Offenen Sprechstunde können Sie Mitarbeitenden der Erziehungsberatungsstelle der Caritas Ihre Fragen stellen. Die Beratung ist vertraulich und findet in den Räumlichkeiten des Regenbogenlandes statt.

In Kooperation mit: Caritas-Sozialdienste Mülheim an der Ruhr e. V.

Datum/Uhrzeit: 12.05.2026, 08:00 - 09:00 Uhr
Ort: Familienzentrum Regenbogenland, Schlägelstraße 5
Zielgruppe: Eltern
Leitung: Melanie Maxim (Caritas)
Anmeldung: im Familienzentrum Regenbogenland unter Tel.: 0208 / 77 98 13 oder E-Mail: kita.regenbogenland@muelheim-ruhr.de

Kindertanz mit der Tanzpädagogin Kimberly

Gemeinsam mit den Kinder schaffen wir spielerisch erste Erfahrungen mit , Tanzen Rhythmus und Bewegung.

Datum/Uhrzeit: 12.05.2026, 09:00 - 09:45 Uhr
Ort: Familienzentrum „Burg Wackelzahn“, Sellerbeckstr. 42
Zielgruppe: Kinder im Alter von 3 – 6 Jahren
Anmeldung: Um Anmeldung wird gebeten unter der Telefonnummer: 0208 759848

Elterncafé zum Thema: Medien – Fluch und Segen zugleich

Familien können in gemütlicher Runde ins Gespräch kommen und sich mit Nils Bohländer von der Caritas über Alltags-, Erziehungs- und Lebensfragen austauschen und auf Wunsch beraten lassen. Die Beratungsgespräche sind kostenlos und werden streng vertraulich behandelt. In Kooperation mit: Caritas-Sozialdienste Mülheim an der Ruhr e. V.

Datum/Uhrzeit: 12.05.2026 09:00 – 10:30 Uhr
Ort: Familienzentrum Panama, Nordstraße 85
Zielgruppe: Familien
Leitung: Nils Bohländer (Caritas)
Anmeldung: im Familienzentrum Panama unter Tel.: 0208 / 76 69 12 oder E-Mail: kita.panama@muelheim-ruhr.de

Dienstag, 12. Mai 2026

Elternfrühstück: Lieber glücklich als perfekt

Gemeinsam wird überlegt, welche Lebensentwürfe Eltern für ihre Kinder entwickeln. Wie sehen die konkreten Erwartungen aus, die in diesem Zusammenhang an Kinder gestellt werden? In Kooperation mit: Caritas-Sozialdienste Mülheim an der Ruhr e. V.

Datum/Uhrzeit: 12.05.2026, 09:00 – 11:00 Uhr
Ort: Familienzentrum Regenbogenland, Schlägelstraße 5
Zielgruppe: Eltern
Leitung: Melanie Maxim (Caritas)
Anmeldung: im Familienzentrum Regenbogenland unter Tel.: 0208 / 77 98 13 oder E-Mail: kita.regenbogenland@muelheim-ruhr.de

Kreativ und bunt

Kreative Angebote jeglicher Art: Die Kinder basteln mit kostenlosen Materialien und können Schmuck gestalten.

Datum/Uhrzeit: 12.05.2026, 14:15 – 15:15 Uhr
Ort: Familienzentrum Pööstekiste, Viehgasse 17
Zielgruppe: Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren
Leitung: Marnie Hartfiel
Anmeldung: im Familienzentrum Pööstekiste unter Tel.: 0208 / 48 89 38 oder E-Mail: kita.viehgasse@muelheim-ruhr.de.
Zusatzinfo: Die Teilnehmezahl ist auf 8 Kinder begrenzt.

Stark für Familien: Beratung und Begleitung im Alltag

Mitarbeitende des Diakonisches Werk laden Familien herzlich ein, die vielfältigen Angebote der Abteilung „Soziale Dienste – Beratung und Begleitung“ kennenzulernen. Vorgestellt werden unter anderem die Kinder-, Jugend- und Familienhilfe, die Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung, die Wohnungsnotfallhilfe, die Familienstation sowie die Gemeinwesenarbeit in Styrum. Die Veranstaltung bietet einen Einblick in die Unterstützungsmöglichkeiten für Familien in unterschiedlichen Lebenslagen und gibt Raum für Fragen und persönliche Gespräche.

Datum/Uhrzeit: 12.05.2026, 14:00 – 16:00 Uhr
Ort: Hauptgebäude der Diakonie Mülheim, Hagdorn 1a
Zielgruppe: Familien, Alleinerziehende, Eltern mit Kindern jeden Alters, Schwangere,
Weitere Infos: Malte Stöß, Tel. 0208 / 3003 220 oder E-Mail: stoess@diakonie-muelheim.de

Dienstag, 12. Mai 2026

Offene Spielgruppe "Fantadu"

Gemeinsam singen und spielen Sie mit den Kindern. Hier können Sie andere Familien kennenlernen oder wiedertreffen. Die Kinder erforschen mit dem Rückhalt der Eltern den Raum und die Angebote und knüpfen neue Kontakte.

- Datum/Uhrzeit:** 12.05.2026, 09:30 – 11:00 Uhr
Ort: Familienzentrum Fantadu, Bewegungsraum, Umlandstraße 63b
Zielgruppe: Eltern mit ihren Kindern von 1 bis 3 Jahren
Weitere Infos: Bitte mitbringen: Wechselschuhe oder rutschfeste Socken, etwas zu trinken sowie einen kleinen gesunden Imbiss für die gemeinsame Pause.
Inga Schlemmer, Tel.: 0208 3003-313
Anmeldung: Sie können ohne vorherige Anmeldung kommen, so oft Sie Zeit haben.

Was kostet die Familie? – eine Quizveranstaltung rund um die Themen Taschengeld, Familienbudget, Haushaltsbuch

Was kostet die Familie? Aus den Fragen, die entweder für Kinder, Eltern und Familien formuliert sind, ergeben sich in lockerer Atmosphäre Fragen und Gespräche.

- Datum/Uhrzeit:** 12.05.2026, 11:00 – 15:00 Uhr
Ort: AWO-Kreisverband Mülheim an der Ruhr e.V., Schulden- und Insolvenzberatung, Bahnstraße 18
Zielgruppe: Familien mit Kindern (jeglichen Alters) im Haushalt
Weitere Infos: Heike Egner, Tel.: 0208 20777-216 oder E-Mail: h.egener@awo-mh.de, sib@awo-mh.de

Blumen basteln und den Sommer locken

Wir locken den Sommer mit fantastischen, selbstgebastelten Blumen und die Eltern unterstützen ihre Kinder dabei.

- Datum/Uhrzeit:** 12.05.2026, 14:00 – 16:00 Uhr
Ort: Familienzentrum Fiedelbär, Hans-Böckler-Platz 11
Zielgruppe: Kinder und ihre Eltern
Leitung: Stefanie Auberg und Cornelia Gryckiewicz
Anmeldung: bis 5. Mai im Familienzentrum Fiedelbär unter Tel.: 0208 / 38 52 78 oder E-Mail: kita.fiedelbaer@muelheim-ruhr.de

Dienstag, 12. Mai 2026

„Verhütungsmythen- Bingo“ - die AWO-Beratungsstelle für Schwangerschaftskonflikte, Partnerschaft und Sexualität klärt auf

Die AWO-Beratungsstelle für Schwangerschaftskonflikte, Partnerschaft und Sexualität bietet ein „Verhütungsmythen- Bingo“ in der an. Wir kommen so spielerisch ins Gespräch zu Mythen und Fragen wie z.B. „Kann ein Kondom mehrmals verwendet werden?“

Datum/Uhrzeit: 12.05.2026, 14:00 – 16:00 Uhr
Ort: Beratungsstelle für Schwangerschaftskonflikte, Partnerschaft und Sexualität, Bahnstraße 18 in der 1. Etage
Zielgruppe: Jugendliche ab 12 Jahren
Weitere Infos: Lena Felder, Tel.: 0208 20774270, E-Mail: L.felder@awo-mh.de und Mara Neff, Tel.: 0208 20774274, E-Mail: m.neff@awo-mh.de und sps@awo-mh.de

Frisch und Fruchtig!

Kinder und ihre Eltern stellen aus Obst und Gemüse leckere Kleinigkeiten her.

Datum/&Uhrzeit: 12.05.2026, 15:30 – 17:30 Uhr
Ort: Familienzentrum Löwenzahn, Blücherstraße 75
Zielgruppe: Kinder und ihre Eltern
Leitung: Jutta Mundt
Anmeldung: bis 1. Mai im Familienzentrum Löwenzahn unter Tel.: 0208 / 4 99 04 oder E-Mail: kita.loewenzahn@muellheim-ruhr.de
Weitere Infos: Die Teilnahmezahl ist auf 6 Eltern-Kind-Paare begrenzt

Dienstag, 12. Mai 2026

Eltern-Baby-Café in Heißen, "Elternstart NRW"

Offener Treff für Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr.

Ihr möchtet:

- bewusste Zeit mit eurem Baby in entspannter Atmosphäre erleben?
- andere Eltern kennenlernen und euch austauschen?
- Interessantes und Informatives zu den Themen des ersten Lebensjahres mitnehmen?

In Kooperation mit dem Verein Mülheimer Nachbarschaft e.V.

Datum/Uhrzeit:	12.05.2026, 15:30 - 17:45 Uhr
Ort:	Nachbarschaftshaus, Hingbergstr. 311
Zielgruppe:	Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr
Anmeldung:	Ihr könnt ohne vorherige Anmeldung kommen, wir freuen uns auf Euch!
Weitere Infos:	Catrin Michaelis-Braun, Telefon 0208 3003.317 oder michaelis-braun@evfamilienbildung.de

AWO-Spielmobil zu Besuch: Spaß auf dem Moritzstraße-Spielplatz

Freut euch auf ein buntes Programm mit viel Bewegung, Kreativität, Spiel und Spaß!

Datum/Uhrzeit:	12.05.2026, 16:00 – 19:00 Uhr
Ort:	Spielplatz an der Moritzstraße
Zielgruppe:	Familien mit ihren Kindern

Mittwoch, 13. Mai 2026

„Bildungsbeutel“ für zu Hause gestalten

Wir gestalten gemeinsam mit Müttern „Bildungsbeutel für zu Hause“, die Materialien zur Förderung von Lesen, Gefühlswahrnehmung, Entspannung und gemeinsamer Familienzeit enthalten.

Datum/Uhrzeit: 13.05.2026, 08:00 – 10:00 Uhr
Ort: Familiengrundschulzentrum Erich Kästner, Nordstraße 85
Leitung: Tuğçe Gezici und Nina Thyssen
Anmeldung: Tuğçe Gezici, Tel.: 0208 455 4293, E-Mail: tugce.gezici@caritas-muelheim.de

Elternfrühstück: Lieber glücklich als perfekt

Eltern treffen sich zum gemeinsamen Frühstück mit einer Fachkraft der Caritas Sozialdienste. Zusammen wird überlegt, welche Lebensentwürfe Eltern für ihre Kinder entwickeln. Wie sehen die konkreten Erwartungen aus, die in diesem Zusammenhang an Kinder gestellt werden? In Kooperation mit: Caritas-Sozialdienste Mülheim an der Ruhr e. V.

Datum/Uhrzeit: 13.05.2026, 09:00 – 10:30 Uhr
Ort: Familienzentrum Fantadu, Umlandstraße 63 b
Leitung: Melanie Maxim (Caritas)
Anmeldung: bis 9. Mai im Familienzentrum Fantadu unter Tel.: 0208 / 44 96 68 oder E-Mail: kita.fantadu@muelheim-ruhr.de

Stillcafé - für Schwangere und Mütter mit ihren Babys

Hier entstehen neue Kontakte zu anderen Müttern und ihren Babys. Das Stillcafé wird von einer ausgebildeten Stillberaterin und Familienbegleiterin geleitet. Sie beantwortet Fragen und bietet Unterstützung an, gerne auch zu weiteren Themen aus dem Alltag mit Baby, wie Bindung, Schlafen, Tragen. Auch Mütter, die ihr Baby mit der Flasche füttern, und Schwangere sind herzlich willkommen. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

In Kooperation mit dem Familienzentrum "Die kleinen Strolche" und der La Leche Liga Deutschland e.V.

Datum/Uhrzeit: 13.05.2026, 09:30 - 11:00 Uhr
Ort: KiTa "Die kleinen Strolche", Feldstraße 17, Bewegungsraum
Anmeldung: Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Eine Anmeldung zu jedem Termin bis 2 Tage vorher ist notwendig, telefonisch oder per E-Mail.
Kontakt: Ev. Familienbildungstätte, Tel.: 0208 3003-333 oder 3003-317

Mittwoch, 13. Mai 2026

Informations- und Mitmachveranstaltung für Familien im Familienhebammenladen

Informationsstand „Familienhebammen und Netzwerk Frühe Hilfen“

Hier erhalten (werdende) Eltern Informationen über:

- Unterstützung durch Familienhebammen
- Beratung und Begleitung rund um Schwangerschaft und frühe Elternschaft
- Hilfsangebote des Netzwerks Frühe Hilfen
- Unterstützungsmöglichkeiten für Familien mit Babys und Kleinkindern

„Mami- und Papi-Fit-Kurs“ für Eltern mit Kindern

Zusätzlich wird ein Mami- und Papi-Fit-Kurs angeboten. Dieses Angebot richtet sich an Eltern mit ihren Babys oder Kleinkindern und verbindet Bewegung, Austausch und Elternbildung.

Inhalte des Kurses sind zum Beispiel:

- leichte Bewegungs- und Fitnessübungen für Eltern
- gemeinsame Aktivitäten mit dem Baby oder Kleinkind
- Förderung der Eltern-Kind-Bindung
- Austausch zwischen Eltern über den Alltag mit kleinen Kindern
- praktische Tipps zu Gesundheit, Bewegung und Familienalltag

Datum/Uhrzeit: 13.05.2026, 12:00 – 16:00 Uhr
Ort: Familienhebammenladen, Wallstraße 5
Zielgruppe: Eingeladen sind alle werdenden Eltern sowie Mütter, Väter und Bezugspersonen mit Babys und Kleinkindern. Jede Familie ist willkommen.
Kontakt: Jennifer Jaque-Rodney, Mülheimer Gesellschaft für soziale Stadtentwicklung mbH, Tel.: 0208 455 1500

Mittwoch, 13. Mai 2026

Tag der offenen Tür in der „Kinderstube“ am Klöttschen mit Spiel und Spaß

Die Kinderstube am Klöttschen bietet unter anderem frühkindliche Bildung für ein- bis vierjährige Kinder aus zugewanderten Familien an. Beim Tag der offenen Tür können sich interessierte Familien über die Angebote vor Ort informieren.

- Datum/Uhrzeit:** 13.05.2026, 13:00 – 16:00 Uhr
Ort: Klöttschen 58
Zielgruppe: Familien mit Kindern im Kleinkind und Kindergartenalter, zugewanderte und geflüchtete Menschen
Weitere Infos: Malte Stöß, Tel. 0208 3003 220 oder E- Mail: stoess@diakonie-muelheim.de

Gemeinsames Spielen auf dem offenen Schulhof

Eltern und Kinder sind herzlich eingeladen, den Nachmittag gemeinsam auf dem Schulhof zu verbringen. Es werden Fahrzeuge, Spielmaterialien, Slagline und eine Farbschleuder zur Verfügung stehen. Für Getränke ist gesorgt.

- Datum/Uhrzeit:** 13.05.2026, 16:00 – 18:00 Uhr
Ort: Martin-von-Tours-Schule, Eduardstraße 6
Zielgruppe: Kinder und ihre Eltern
Weitere Infos: Klara Tebbe, FGZ Martin-von-Tours-Schule, Mobil: 0176 12001318

Workshop „Tiefenentspannung für Mütter und Kinder“

Mit bewussten Atem- und Entspannungsübungen gehen Mütter gemeinsam mit ihren Kindern in diesem Workshop auf eine Reise zu einem achtsamen und gefühlvollen Umgang mit sich selbst.

- Datum/Uhrzeit:** 13.05.2026, 16:15 – 17:15 Uhr
Ort: Brüder Grimm Schule, Marktstraße 7, Aula
Zielgruppe: Mütter mit ihren Kindern
Weitere Infos: Tülay Yavuz, Mobil: Mobil: 0177 2001284

Mittwoch, 13. Mai 2026

Mittwochsgeschichten für Kids

Mit unserer Aktion bieten wir in der Stadtbibliothek im MedienHaus Kindern die Möglichkeit, in die faszinierende Welt der Bücher einzutauchen. Jeden Monat steht ein neues Thema im Fokus, das gemeinsam entdeckt und kreativ bearbeitet wird. Durch das Vorlesen und gemeinsame Lesen wird die Fantasie angeregt und die sprachliche Entwicklung gefördert. Das Angebot ist kostenfrei und offen für alle.

Datum/Uhrzeit: 13.05.2026, 16:30 - 17:30 Uhr

Ort: Stadtbibliothek im MedienHaus, Kinderwerkstatt 2.OG,
Synagogenplatz 3

Zielgruppe: Wir laden Kinder zwischen 6 und 10 Jahren dazu ein, mit uns gemeinsam eine Geschichte zu erleben und anschließend selbst kreativ zu werden

Anmeldung: Wir bitten um Anmeldung unter 0208 455 4252 oder vor Ort an der Informationstheke in der 2. Etage.

Freitag, 15. Mai 2026

Offene Spielgruppe am Vormittag in der FBS

Gemeinsam singen und spielen Sie mit den Kindern. Hier können Sie andere Familien kennenlernen oder wiedertreffen. Die Kinder erforschen mit dem Rückhalt der Eltern den Raum und die Angebote und knüpfen neue Kontakte.

- Datum/ Uhrzeit:** 15.05.2026, 09:00 – 10:30 Uhr
Ort: Familienbildungsstätte Scharpenberg 1b, Raum 22
Zielgruppe: Eltern mit ihren Kindern von 1 bis 3 Jahren
Weitere Infos: Bitte mitbringen: Wechselschuhe oder rutschfeste Socken, etwas zu trinken sowie einen kleinen gesunden Imbiss für die gemeinsame Pause
Inga Schlemmer, Tel.: 0208 3003-313
Anmeldung: ist möglich. Gebühr: 6,00 Euro pro Treffen

Elternberatung zum Thema „Burnout in der Erziehung“

Welche Möglichkeiten gibt es, auf Elternseite einer völligen Erschöpfung vorzubeugen? Eine Reflexion eigener und gesellschaftlicher Ansprüche an Erziehung und Elternrolle. In Kooperation mit: Caritas-Sozialdienste Mülheim an der Ruhr e. V.

- Datum/Uhrzeit:** 15.05.2026, 9:00 bis 11:00 Uhr
Ort: Familienzentrum Villa Kunterbunt, Kuhlendahl 106 a
Zielgruppe: Eltern
Leitung: Melanie Maxim (Caritas)
Anmeldung: im Familienzentrum Villa Kunterbunt unter Tel.: 0208 37 27 01 oder E-Mail: kita.villa-kunterbunt@muehlheim-ruhr.de

Familienoase - Offene internationale Spiel- und Kontaktgruppe

Nach einem gemeinsamen Frühstück ist Zeit für´s Spielen, ganz nebenbei werden inmitten des Spiels Sprachanlässe in deutscher Sprache geschaffen.

- Datum/Uhrzeit:** 15.05.2026, 9:30 – 11:00 Uhr
Ort: KiTa "Haus der kleinen Leute", Klöttschen 58, Turnhalle
Zielgruppe: für Eltern mit ihren Kindern von ca. 10 Monaten bis 2,5 Jahren, die mehrsprachig aufwachsen
Anmeldung: eine Anmeldung ist nicht erforderlich
Weitere Infos: Tel.: 0208 470936

Freitag, 15. Mai 2026

Für die ganze Familie: Wir erkunden gemeinsam einen Achtsamkeitspfad

Die AWO Jugend- und Familienhilfe lädt sie im Rahmen der „Aktionswoche für Familien“ herzlich zur Erkundung eines Achtsamkeitspfades im Uhlenhorst ein. Zusammen mit ihnen möchten wir die Natur erkunden und den Wald als Entspannungs- und Kraftquelle wahrnehmen.

Die Begehung des Achtsamkeitspfades findet am 15.05.2026. Treffpunkt ist der Parkplatz Uhlenhorstweg 19 in 45479 Mülheim an der Ruhr. Sie erreichen den Treffpunkt auch mit der Bahnlinie 102 (Endhaltestelle Uhlenhorst).

Datum/ Uhrzeit: 15.05.2026, 10:00 – 12:00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Uhlenhorstweg 19, 45479 Mülheim an der Ruhr
Zielgruppe: Eltern mit Ihren Kindern
Veranstalter: AWO-Kreisverband Mülheim an der Ruhr e.V.
Anmeldung: Bitte melden sie sich hier an: Julia Müller, E-Mail: j.mueller@awo-mh.de
oder Tel.: 0208/ 20774-222.
Die Anmeldefrist endet am 11.05.2026.

Weitere Informationen zur „Aktionswoche für Familien“:

Sabine Gronek
Stadt Mülheim an der Ruhr
Referat IV
Telefon: (0208) 455-1533
E-Mail: sabine.gronek@muelheim-ruhr.de

Bildquelle S. 1: Adobe stocke; istock.com