



Mehr Generationen Haus

bürgerhaus

Stadt Ingolstadt

Alte Post Neuburger Kasten



Aktionen für Kinder und Familien

Januar - Juni 2026

Das Bürgerhaus ist ein beliebter Treffpunkt für Familien. In beiden Häusern finden ganzjährig zahlreiche Angebote statt, die sich an den verschiedenen Lebensphasen von Eltern und Kindern ausrichten und familiäre Bedürfnisse und Wünsche berücksichtigen. Durch die bedarfsbezogene und alltagspraktische Ausrichtung des Programms leistet das Bürgerhaus einen Beitrag zur weiteren Verbesserung der sozialen Infrastruktur für Familien der Stadt Ingolstadt.



Eltern-Kind-Spielgruppen

Das Bürgerhaus Alte Post bietet Eltern mit Kindern von vier Monaten bis drei Jahren die Möglichkeit, selbstorganisierte Eltern-Kind-Spielgruppen zu gründen. Seit vielen Jahren nutzen Eltern diese Gruppen um Kontakte zu knüpfen, Erfahrungen auszutauschen und oft auch, um eine zweite Familiensprache zu pflegen. Den Spielgruppen steht ein großes, kindgerecht eingerichtetes Zimmer mit vielen Spielmaterialien sowie eine kleine Teeküche zur Verfügung. Kosten: 45 Euro halbjährlich, mit IngolstadtPass 35 Euro.

Deutsch-Tschechoslowakisch: (AP) jede Woche, Donnerstag von 15:30 bis 17:00 Uhr

Die Deutsch-Tschechoslowakische Spielgruppe richtet sich an slowakische Familien. Damit die Kinder ihre Muttersprache nicht verlieren, treffen sich die Eltern-Kind-Paare mit Unterstützung des Tschechoslowakischen Vereins regelmäßig im Bürgerhaus.

Japanisch I und II: (AP) jede Woche, Dienstag von 14:00 bis 15:30 Uhr und von 15:30 bis 17:00 Uhr

Anmeldung: (0841) 3 05-5 00 53 oder buergerhaus@ingolstadt.de

Eltern-Kind-Spielgruppen mit Anleitung

Das Bürgerhaus bietet auch Spielgruppen mit pädagogischer Begleitung an, bei denen Eltern gemeinsam mit ihren Kindern das Programm mitgestalten können.

Durch Fingerspiele, Lieder, Kreativ- und Bewegungsangebote wird die kognitive, physische und soziale Entwicklung der Kinder gezielt unterstützt und gefördert.

Der strukturierte Ablauf schafft Sicherheit und Orientierung. Eltern können Kontakte knüpfen und Erfahrungen austauschen, während die Fachkraft beratend zur Seite steht. Kosten: 94 Euro halbjährlich, mit IngolstadtPass 75 Euro.

Zwergerltreff Dienstagvormittag I: (AP)
jede Woche, Dienstag 09:00 bis 10:30 Uhr

Zwergerltreff Mittwochvormittag I: (AP)
jede Woche, Mittwoch von 09:00 bis 10:30 Uhr

Zwergerltreff Mittwochvormittag II: (AP)
jede Woche, Mittwoch von 10:30 bis 12:00 Uhr

Zwergerltreff Freitagvormittag: (AP)
jede Woche, Freitag 09:30 bis 11:00 Uhr

Anmeldung: (0841) 3 05-5 00 53 oder buergerhaus@ingolstadt.de

Die neuen, angeleiteten Spielgruppen starten im März 2026. Für diese nimmt das Bürgerhaus unter der Telefonnummer (0841) 3 05-5 00 53 bereits Vormerkungen und Anmeldungen entgegen.

kidnetting.de

Das Kinderportal www.kidnetting.de des Bürgerhauses weist Kindern und Jugendlichen einen sicheren Weg ins Internet. Die Schwerpunkte von kidnetting liegen daher in der Aufklärung sowie in der kreativen Arbeit mit Medien.



Fit fürs erste Handy: (AP) 30.03. - 02.04.2026 jeweils von 10:00 bis 13:00 Uhr

Der Kurs bereitet Kinder und Jugendliche auf den verantwortungsvollen Umgang mit ihrem ersten Smartphone vor. Themen wie der Schutz der Privatsphäre und der achtsame Umgang mit anderen stehen unter anderem im Fokus. Denn ein neues Handy einfach einzuschalten und loszulegen ist nur der Anfang! Die Teilnahmegebühr beträgt 45 Euro, 35 Euro mit IngolstadtPass. Der Workshop richtet sich an Kinder und Jugendliche im Alter von 9 bis 12 Jahren.

Anmeldung: www.kidnetting.de



PowerPoint – Dein Workshop für geniale Präsentationen: (NK) 21.03.2026 von 10:00 bis 15:00 Uhr

Was macht Folien interessant und wie füge ich Bilder, Videos oder Animationen ein? In diesem Workshop lernst du Schritt für Schritt, wie du mit PowerPoint richtig coole Präsentationen erstellst, ganz einfach und mit Spaß! Gemeinsam gestalten wir Folien, probieren Designs aus und entdecken viele kreative Tricks. Die Teilnahmegebühr beträgt 25 Euro, mit IngolstadtPass 20 Euro. Der Workshop richtet sich an Kinder und Jugendliche im Alter von 9 bis 13 Jahren.

Anmeldung: www.kidnetting.de

Art meets Media: (AP) 27. und 28.05.2026 von 10:00 bis 15:00 Uhr

In diesem Workshop gestalten Kinder und Jugendliche im Alter von 10 bis 14 Jahren ihr eigenes kleines Kunstwerk auf Leinwand. Am ersten Tag wird gemalt, gebastelt und kreativ experimentiert,

jedes Bild erhält dabei einen individuell gestalteten QR-Code. Dieser wird am zweiten Tag zum Leben erweckt: Die Teilnehmenden drehen und schneiden ein passendes Video, das später über den QR-Code aufgerufen werden kann. So entsteht ein einzigartiges Zusammenspiel aus Kunst und digitaler Gestaltung. Zum Abschluss findet in der Alten Post eine kleine Kunstausstellung statt, bei der alle Werke und Videos präsentiert werden. Die Teilnahmegebühr beträgt 60 Euro, mit IngolstadtPass 50 Euro.

Anmeldung: www.kidnetting.de



befreien von Verspannungen und helfen den Kindern, durch Anspannung in die Entspannung zu kommen. Yoga fördert Konzentration, Geduld und Aufmerksamkeit, steigert die eigene Wahrnehmung und den Umgang mit Emotionen und Ängsten.

Kinderyoga

Yoga-Freunde (5-8 Jahre): (AP) jede Woche, Montag von 17:00 bis 18:00 Uhr ab 12.01.2026

Im Bürgerhaus startet ein neuer Kinderyoga-Kurs „Yoga-Freunde“ für Kinder im Alter von fünf bis acht Jahren. Im Kurs geht es lebhaft und bewegt zu. Spaß am Yoga ist das oberste Ziel. Unterschiedliche, meist spielerische Körperübungen fördern Flexibilität, Stabilität und Koordination,

Die Kinder sind während der Stunde Teil des „Yoga-Teams“, wodurch Respekt, Toleranz und Teamfähigkeit erlernt bzw. verbessert werden. Auch Atemübungen, Meditationen und Wahrnehmungselemente sind Erfahrungsangebote, die von den Kindern mit Spaß und Freude entdeckt werden können.

Yogamatte sind im Bürgerhaus vorhanden. Bitte gemütliche Kleidung zum Unterricht mitbringen.

Kosten: 45 Euro für 10 Termine/ mit IngolstadtPass 35 Euro

Anmeldung: www.kidnetting.de

Kreativ- und Kunstwerkstatt

**Ausdrucksmalerei: Farbzeiten für Kinder:
(AP) jede Woche, Freitag von 15:00 bis 17:00
Uhr ab 17.04.2026**

Du liebst Farben und möchtest anders malen als in der Schule und deiner Fantasie freien Lauf lassen? Dann mach mit! Papier und Farben gibt es im Bürgerhaus. Bitte ein Getränk, einen Malkittel oder ein altes Shirt sowie Schuhe mitbringen, die schmutzig werden dürfen. Die Teilnehmerzahl ist auf 6 Kinder im Grundschulalter begrenzt. Kosten: 45 Euro für 5 Termine inkl. Material/ mit IngolstadtPass 35 Euro.

Anmeldung: www.kidnetting.de

Papier schöpfen: (AP) 13.03.2026 von 15:00 bis 16:30 Uhr

Passend zum aufblühenden Frühling tauchen wir in die Welt des Papierschöpfens ein und nutzen dabei das, was uns die Umwelt anbietet, wie z.B. Blüten und Gräser. Du erlernst die traditionelle Kunst des Papierschöpfens und kreierst deine eigenen, einzigartigen Papierbögen, inspiriert von der neu erwachenden Natur. Gerne kannst du deine eigenen gepressten Blüten und Gräser mitbringen. Kosten: 12 Euro pro Kurseinheit, mit IngolstadtPass 9,50 Euro

Anmeldung: www.kidnetting.de

Knetenwelt: Kunst und Knete für Kids: (AP) jede Woche, Samstag stündlich von 09:00 bis 13:00 Uhr

Wir kleben, formen, spachteln oder malen. Der sinnliche Umgang mit bildnerischen und plastischen Mitteln schafft Erfolgserlebnisse. Mit den verschiedenen Arbeitsmaterialien eröffnen sich viele Möglichkeiten zum künstlerischen

Gestalten und jedes Kind kann seine Talente entdecken und entwickeln.

Wir arbeiten mit viel Freude, aber ohne Leistungsdruck. Durch verschiedene Fantasiethemen lernen die Kinder unterschiedliche Materialien wie z.B. Knete, Salzteig, Pappmaché, Acrylfarben, Fingerfarben, Bunt- und Bleistifte kennen. Kosten: pro Zeitstunde 5,50 Euro, mit IngolstadtPass 4,50 Euro. Die Materialkosten werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Anmeldung: (01575) 2 47 12 68



Kunstschule: (AP) jede Woche, Donnerstag (16:00 - 17:00 Uhr), Samstag (14:30 - 15:30 Uhr) und Sonntag (10:00 - 11:00 Uhr) und zusätzlich jeden zweiten Sonntag im Monat von 12:00 bis 13:00 Uhr

Die Künstlerin, Designerin und Architektin Maria Kuzikova lädt dazu ein, gemeinsam in die Welt der Kreativität einzutauen. Zeichnen beruhigt und aktiviert Bereiche des Gehirns, die im Alltag oft ungenutzt bleiben. Neue neuronale Verbindungen werden durch künstlerisches Schaffen gebildet und Fantasie sowie räumliches Denken gefördert. Und jedes entstandene Bild stärkt zudem das Selbstwertgefühl – sowohl bei Kindern als auch bei Erwachsenen.

Mit einem speziell entwickelten System zur Ausbildung und Entwicklung von Talenten können alle Teilnehmenden ein echtes Kunstwerk erschaffen und gemeinsame kreative Momente erleben.

Anmeldung: (0170) 9 09 89 28

Malteser Hilfsdienst e.V.

Abenteuer Helfen: (AP)17.04.2026 von 15:30 bis 17:00 Uhr

„Abenteuer Helfen“ wird vom Malteser Hilfsdienst angeboten und richtet sich an die kleinen Kinder von sechs bis neun Jahren. Die Kinder lernen und üben in der Gruppe, wie sie für Gefahren sensibilisiert werden, ebenso wie sie Menschen trösten können, falls sie in eine Gefahrensituation kommen. Auch wie sie selbst helfen und eine einfache Wundversorgung erledigen, wird in diesem Kurs Thema sein. Und schließlich wird das Absetzen eines Notrufes geübt, damit schnell professionelle Hilfe kommt. Kosten: 14 Euro pro Kind

Anmeldung: www.kidnetting.de



QR-Code zum kidnetting Veranstaltungskalender und zur Anmellemöglichkeit

Mehrgenerationen-Projekte

Familien-Fahrradtour mit Picknick und Spiel: 14.05.2026 ab 10:00 Uhr

Die Radtour verspricht für alle Teilnehmenden ein buntes, kindgerechtes Tagesprogramm mit Sport, ausreichend Pausen und lustigen Spielen. In mäßigem Tempo auf verkehrsarmen Wegen beläuft sie sich auf insgesamt etwa 30 km, die in Teilstrecken geradelt werden. Kinder mit sicherer Fahrweise, aber auch Jüngere im Kindersitz oder Anhänger sind gerne in Begleitung eines Erwachsenen willkommen.



Mitzubringen sind ausreichend Getränke und Brotzeit für das gemeinsame Picknick, ans Wetter angepasste Kleidung sowie Wechselkleidung, Sonnen- und eventuell Regenschutz. Kinder bringen zudem bitte einen Apfel mit, den sie für eine Aktivität

benötigen. Das Tragen eines Helmes wird Erwachsenen dringend empfohlen, ist für Kinder verpflichtend und ein verkehrssicheres Rad ist ebenso Voraussetzung.

Aufsichtspflicht und Verantwortung liegen während der Fahrt bei den Begleitpersonen, für eventuelle körperliche oder materielle Schäden wird keine Haftung übernommen. Start und Ziel ist der Parkplatz beim „Radhaus“ neben der Saturn-Arena. Die Teilnehmenden können den Ausflug im Bedarfsfall flexibel beenden. Bei schlechtem Wetter muss die Tour entfallen. Kosten: 5 Euro pro Person (4 Euro mit IngolstadtPass).

Anmeldung: www.kidnetting.de

MINT-Projekt für Kinder im Grundschulalter

MINT-Treffen 2026: (AP) 06.03. und 20.03.2026 sowie 26.06. und 03.07.2026 jeweils von 15:00 bis 17:00 Uhr

Auch in diesem Jahr bietet das Bürgerhaus für alle Kinder im Grundschulalter interessante und spannende MINT-Nachmittage

an. An zwei Kursterminen dürfen alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer - ausgehend von einer zum Tagsthema passenden Geschichte - eigene Experimente und Versuche durchführen, welche die Kreativität und Neugier fördern und für die MINT-Fächer begeistern. Dem Ausprobieren und Spaß haben sind keine Grenzen gesetzt. 06.03.2026 und 20.03.2026: Wiederholungskurse des MINT-Treffens 2025 zu den Themen „Konstruktion“ und „Farbe“. Kosten: 15 Euro pro Termin/ mit Ingolstadt-Pass 12 Euro.

Anmeldung: www.kidnetting.de



NefAS

Elterntalk: (NK) alle zwei Wochen, Freitag von 14:30 bis 16:00 Uhr ab 09.01.2026

Der „Elterntalk“ bietet moderierte Gesprächsrunden für Eltern zu den Themen Medien, Konsum, Suchtvorbeugung, Erziehung und gesundes Aufwachsen in der Familie. Er richtet sich an alle Eltern mit Kindern bis 18 Jahren. In lockeren Gesprächsrunden erhalten sie Unterstützung für die Bewältigung ihres Erziehungsalltags.

Informationen: www.nefas-in.com

Spielmaterialien und Bilderbücher. Kinder können an gezielten Angeboten teilnehmen, während die Erwachsenen die Zeit mit Gesprächen bei Tee oder Kaltgetränken genießen können. Zusätzlich steht den Eltern bei Wunsch eine Ansprechpartnerin mit beruflich pädagogischem Hintergrund beratend zur Seite. Es gibt immer wieder wechselnde Angebote wie Basteln, Singen, Vorlesezeiten und sportliche Aktivitäten. Der Familientreff findet nicht in den Schulferien, an Brückentagen oder bei besonderen Veranstaltungen des Bürgerhauses statt. Keine Voranmeldung erforderlich.

Termine:

Offener Familientreff

Austausch, Spiel und Spaß für Kinder und Eltern: (NK) alle zwei Wochen, Freitag von 14:30 bis 17:00 Uhr ab 09.01.2026

Der Offene Familientreff im Bürgerhaus Neuburger Kasten bietet Austausch, Spiel und Spaß für Kinder bis zum Vorschulalter und deren Eltern. Geschwisterkinder sind ebenfalls willkommen. Die Spielecke bietet zahlreiche

06.02.2026: Masken basteln zum Faschingsfest

06.03.2026: Heute lesen wir gemeinsam eine Unterwassergeschichte

20.03.2026: Osterbasteln

17.04.2026: Wir gestalten bunte Blumen aus Eierkarton auf einer Leinwand

15.05.2026: Verzieren von Filzarmbändern

12.06.2026: Herstellung einer Handpuppenmaus aus Schaumstoff

26.06.2026: Basteln mit Moosgummi

TauschRausch

**Kleidertauschbörse: (NK) 16.05.2026 ab
15:30 Uhr „Frühjahr, Sommer, Tracht“**

Der Schrank ist voll, aber Vieles zieht man nicht mehr an, weil es zu groß / klein geworden ist oder einfach nicht mehr gefällt? Das passt perfekt zur Kleidertauschbörse für gut erhaltene Kleidungsstücke und Accessoires. Schöne „Schrankhüter“ dürfen hier abgegeben und „neue“ Schätze in der gleichen Anzahl mitgenommen werden (max. 10 Teile). Auch Kinderkleidung ist willkommen. Nicht getauschte Klamotten werden für Folgeveranstaltungen verwahrt oder gespendet. Abgabe: 15:30 bis 16:30 Uhr, Tausch 17:00 bis 18:30 Uhr.

Informationen: mgh@ingolstadt.de oder
(0841) 3 05-5 00 55



Töpfern

**Töpfertreff für Kids (6 - 9 Jahre): (AP)
jede Woche, Freitag von 16:30 bis 17:30 Uhr**

Hier schaffen kleine Hände große Kunstwerke! Beim Töpfern kann nach Herzenslust geformt, gedrückt, gerollt und gestaltet werden.



**Töpfertreff für Preteens (10 - 13 Jahre):
(AP) jede Woche, Freitag 17:30 - 18:30 Uhr**

Entspannt und kreativ ins Wochenende? Wie wäre es mit einer Stunde Töpfern am Freitagabend? Egal ob einfach mal ausprobieren oder schon ein alter Töpfer-Hase, hier sind alle eingeladen.

Kosten: 11 Euro pro Stunde inkl. Material.

Anmeldung und Informationen:
www.kidnetting.de,
buengerhaus@ingolstadt.de

Das Bürgerhaus vermietet sein reichhaltig ausgestattetes Spielzimmer für Kindergeburtstage bis zum Vorschulalter. Terminabsprachen und Informationen unter (0841) 3 05-5 00 51.

Vertrauen wagen: Geburt positiv und selbstbestimmt erleben

Austausch unter Schwangeren: (AP) jeden zweiten Montag im Monat von 19:30 bis 21:00 Uhr ab 12.01.2026

Du bist schwanger oder willst schwanger werden und hast Angst vor der Geburt? Du hast schon ein Sternenkind und dir fehlt jetzt das Vertrauen? Du hast bei deinem ersten Kind eine traumatische Geburt erlebt und willst, dass die nächste Geburt anders wird?

Viele Frauen erleben in der Schwangerschaft ähnliche Herausforderungen. Die Gruppe bietet einen geschützten und intimen Raum, in dem sie über ihre Sorgen und Ängste sprechen können und gesehen

werden. Der Austausch mit Frauen, die Ähnliches erlebt haben, hilft dabei zu erkennen, dass sie mit ihren Ängsten nicht allein sind und zeigt Wege auf, damit umzugehen und diese abzubauen. Die Gruppe wird von Dr. Karina David (Doula und Coach) angeleitet.

Weitere Angebote für Familien

Im Bürgerhaus-Programmheft finden Sie eine Vielzahl von Selbsthilfegruppen und Angeboten, die sich mit unterschiedlichen Themen und Bedürfnissen befassen. Dazu gehören unter anderem Gruppen für drogengefährdete und -süchtige Kinder und Jugendliche, für Menschen mit ADS/ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung), Autismus oder Transidentität sowie für betroffene Eltern. Auch zum Thema Mobbing gibt es Gruppen, die einen geschützten Raum zum Austausch und zur Unterstützung bieten.

Darüber hinaus hält das aktuelle Halbjahresprogramm des Bürgerhauses viele weitere Angebote bereit: Von Kinder-

Sprachkursen, Kindertreffs und Babygruppen bis hin zu weiteren Aktivitäten, die eine tolle Möglichkeit bieten, sich zu engagieren, Neues zu lernen und Spaß zu haben. Detaillierte Informationen zu all diesen Gruppen und Aktivitäten finden Sie auf der Webseite des Bürgerhauses oder direkt in unserem Halbjahresprogrammheft.



QR-Code zum
Bürgerhaus
Programmheft

Eine Stornierung aus gesundheitlichen Gründen ist gegen Vorlage eines ärztlichen Attests jederzeit kostenfrei möglich.

Rechnungsstellung:

Die Rechnung wird zwei Wochen vor Kursbeginn verschickt – also exakt zum Ablauf der kostenfreien Stornierungsfrist. Bei Kursen mit individuellen Materialkosten oder Angeboten, die wetterabhängig sind, erfolgt die Rechnungsstellung erst nach der Veranstaltung.

Stornierungsbedingungen für die Kurse im Bürgerhaus

Eine kostenfreie Stornierung ist nur bis zwei Wochen vor Veranstaltungsbeginn möglich. Ab diesem Zeitpunkt fällt eine Stornogebühr in Höhe des vollen Kurspreises an.

Impressum Herausgeber:

Stadt Ingolstadt, Bürgerhaus, Kreuzstraße 12, 85049 Ingolstadt | Redaktion: Jeanette Fritsch-Hornung, Monika Mahrhofer, Diana Safar, Anja Werner | Gestaltung: Soweit nicht anders angegeben, liegt das Copyright der verwendeten Fotos beim Bürgerhaus Ingolstadt



Engagement anerkennen:

Wir machen mit!

www.freiwilligenzentrum-ingolstadt.de
📞 (0841) 3 05-5 00 60



QR-Code zum
Online-Antrag

Freiwilligenzentrum
GEMEINSAM FÜR INGOLSTADT

Kreuzstraße 12 | 85049 Ingolstadt