

Liebe (werdende) Mütter,

wir möchten Euch herzlich zu
unserem Elterntraining **SHIFT+** einladen.

Euch erwartet:

- Ein leckeres Frühstück
- Zeit für Austausch und schöne Gespräche
- Pädagogisches Spiel- und Förderangebot für Dein(e) Kind(er)

Die Teilnahme am Elterntraining ist
kostenfrei!

Wann und wo?

Montags von 10 bis 12 Uhr bei Lilith in der
Bogenstraße 30, 90459 Nürnberg.

Wie oft?

8 wöchentliche Treffen (ab 19. Januar
2026 bis 16. März 2026)

Anmeldeschluss: 13. Januar 2026

Ansprechpartnerinnen:

- Gudrun Utzelmann 0159 / 06 75 70 12
- Anna Bormann 0157 / 77 68 42 32
- Alex Schober 0155 / 60 75 29 48

Was ist **SHIFT+?**

SHIFT+ ist ein **Gruppenangebot für
Schwangere und Mütter von Kindern im
Alter von 0 bis 8 Jahren.**

Wir besprechen u.a. folgende Fragen:

- Was kann ich tun, damit es mir und meinen Kindern gut geht?
- Was kann ich tun, wenn ich mit der Erziehung an meine Grenzen stoße?
- Wie kann ich mit meinem Kind eine schöne Zeit erleben?
- Wie erkenne ich, was mein Kind braucht?
- Wer hilft mir, wenn ich Hilfe brauche?

In unserer SHIFT+ Gruppe kannst Du Deine Erfahrungen einbringen und dadurch andere Mütter unterstützen, aber auch von den Anderen lernen. Am Ende wirst Du mit Deiner Familie gestärkt in die Zukunft blicken!

Wir freuen uns auf Euch!

Eure Gudrun, Anna und Alex vom Liliput-Team

Anmeldung

zu **SHIFT+**

Name, Vorname

Telefon

Unterschrift

Name, Vorname und Alter des Kindes

Name, Vorname und Alter des Kindes

Name, Vorname und Alter des Kindes

Falls Lebensmittelallergien bestehen:
welche?

Bitte diesen Abschnitt ausfüllen und **bis zum
13. Januar 2026** bei Lilith e.V. abgeben oder
an folgende Adresse senden:

Lilith e.V. – Drogenhilfe für Frauen*, Mädchen* und Kinder
Liliput – Mutter + Kind
Bogenstraße 30
90459 Nürnberg

Wir bedanken uns herzlich für die freundliche Förderung bei der Stadt Nürnberg, dem Bezirk Mittelfranken, dem Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit, Pflege und Prävention, der Koordinierenden Kinderschutzstelle, der Aktion "Freude für Alle" des Verlags Nürnberger Presse, den Lions Clubs sowie allen anderen Firmen, Organisationen, Stiftungen und vielen privaten Spender*innen, die unsere Arbeit unterstützen. Ebenso bedanken wir uns für die gute Kooperation bei der Katholischen Hochschule Nordrhein-Westfalen und dem Deutschen Institut für Sucht- und Präventionsforschung.



Gefördert durch die
Stadt Nürnberg



Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit, Pflege und Prävention



katho
Katholische Hochschule Nordrhein-Westfalen
Catholic University of Applied Sciences



 Deutsches Institut für Sucht- und Präventionsforschung

Lilith e.V. – Drogenhilfe für Frauen*, Mädchen* und Kinder

Wir sind sehr gut zu erreichen:

vom Hauptbahnhof Nürnberg-Südausgang und von der Haltestelle Aufseßplatz (U1) sind es zu Fuß nur drei Minuten.



Unsere Adresse:

Bogenstraße 30, 90459 Nürnberg

Telefon: 0911 - 47 22 18

Fax: 0911 - 47 22 85

E-Mail: info@lilith-ev.de

Website: lilith-ev.de

 [Lilith.Nuernberg](#)

 [Lilith Second Hand Laden](#)

 [lilith_nuernberg](#)



SHIFT+

Elterntraining

Für meine Familie und mich

Start am 19. Januar 2026

www.shift-elterntraining.de