



Landkreis
Regensburg

Familienstützpunkte

im Landkreis Regensburg

Programm September–Dezember 2022



Inhalt

Grußwort von Landrätin Tanja Schweiger	3
Standorte der Familienstützpunkte im Landkreis	4
Beratungsgespräch	6
Programm der Familienstützpunkte	
Donau.Wald (Wörth a.d. Donau, Brennb erg, Wiesent)	8
Lappersdorf	11
Neutraubling	19
Nittendorf	21
Regenstau f	26
Schierling	33
Angebote außerhalb der Familienstützpunkte	38
Kooperationspartner	39
Veranstaltungshinweise	

In den „Corona-Zeiten“ finden Veranstaltungen teilweise unter Vorbehalt statt. Bitte informieren Sie sich bei den jeweiligen Stützpunktleitungen über mögliche Programmänderungen. Bei Anmeldung zu Online-Angeboten wenden Sie sich bitte per Mail an den jeweiligen Stützpunkt.

Die Ansprechpartnerinnen und ihre regelmäßigen Sprechzeiten zur Beratung finden Sie auf den Seiten 6/7 dieser Broschüre.

Nebenstehender QR-Code führt Sie zu weiteren aktuellen Veranstaltungen der Familienstützpunkte im Landkreis Regensburg.



Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Eltern,

ein Baby ist da und plötzlich ist alles anders:

Jeder, der Verantwortung für ein Kind trägt, kennt die Bandbreite an Gefühlen, die damit verbunden sind: Freude und Glück, Sorgen und Nöte, oft auch Verunsicherung darüber, wie man mit bestimmten Situationen umgehen soll.

Wer qualifizierte Antworten auf alle Fragen rund um das Zusammenleben mit Kindern sucht, ist bei den sechs Familienstützpunkten des Landkreises an der richtigen Adresse. Sie sind wohnortnahe Kontakt- und Anlaufstellen, die Eltern und Betreuungspersonen bei der anspruchsvollen Erziehungs- und Familienaufgabe kompetent unterstützen.

Die Familienstützpunkte ermöglichen den Kontakt und Austausch von Familien in ähnlichen Lebenslagen und bieten durch gezielte, kostengünstige Angebote konkrete Unterstützung im Familienalltag an.

Im Flyer finden Sie einen Überblick über alle Angebote und Aktionen der Familienstützpunkte im zweiten Halbjahr 2022.

Ihre Landrätin

Tanja Schweiger

Was sind Familienstützpunkte?

Familienstützpunkte sind Orte der Begegnung, des Erfahrungsaustausches und der Bildung.

Unsere Angebote stehen allen Familien offen.
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ihre Familienstützpunkte im Landkreis

Regensburg:

Donau.Wald im Rathaus Wörth a.d.Donau
Patricia Betz
Rathausplatz 1, 93086 Wörth a.d.Donau
Tel. 0151 58579830
E-Mail: familienstuetzpunkt@vg-woerth-brennberg.de

Lappersdorf im Jugendtreff
Teresa Krüner und Christina Renner-Lintl
Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf
Tel. 0941 8500479
E-Mail: familienstuetzpunkt@lappersdorf.de

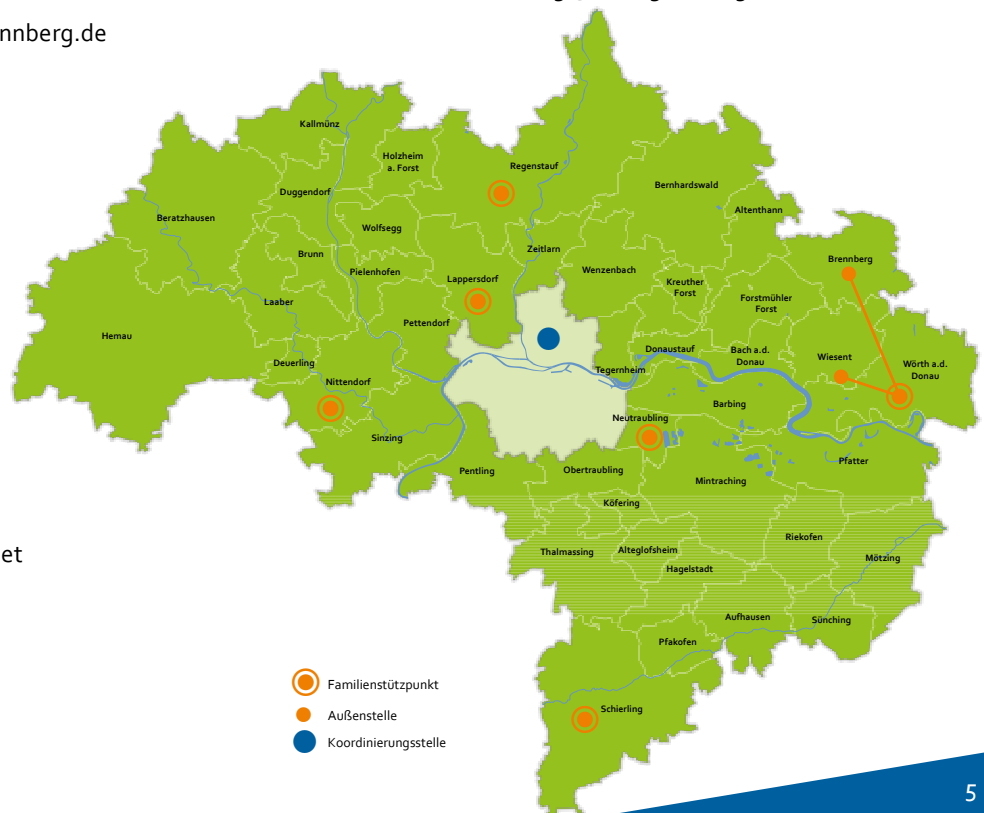
Neutraubling im Kindergarten Sausewind
Nicole Rempter
Edith-Frank-Straße 10, 93073 Neutraubling
Tel. 09401 5398070
E-Mail: familienstuetzpunkt@neutraubling.net

Nittendorf im Jugendtreff
Rosi Murauer
Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf
Tel. 0171 1786586
E-Mail: familienstuetzpunkt@nittendorf.de

Regenstauf im Kultur- und Mehrgenerationenhaus
Kristin Kilger
Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf
Tel. 09402 93 82-515
E-Mail: familienstuetzpunkt@regenstauf.de

Schierling im Bürgerhaus
Annette Straßer
Rathausplatz 25 (2. Stock), 84069 Schierling
Tel. 09451 9430-877
E-Mail: familienstuetzpunkt.schierling@gmx.de

Koordinierungsstelle Familienbildung/Familienstützpunkte
Ute Raffler
im Landratsamt Regensburg
Altmühlstraße 3, 93059 Regensburg
Tel. 0941 4009-598
E-Mail: familienbildung@lra-regensburg.de



Beratungsgespräch

Die Koordinierungsstelle Familienbildung/Familienstützpunkte im Landratsamt Regensburg sowie die sechs Familienstützpunkte im Landkreis Regensburg stehen Familien als wohnortnahe Kontakt- und Anlaufstellen zur Seite. Erfahrene Fachkräfte begleiten Sie mit wertvollen Informationen und hilfreichen Anregungen oder beraten zu Erziehungs- und Familienthemen sowie Unterstützungsangeboten.

Die Familienstützpunkte stehen allen Familien offen.

Gerne können Sie sich direkt telefonisch sowie per Mail an Ihre Ansprechpartnerinnen wenden oder auf dem Anrufbeantworter eine Nachricht hinterlassen. Die Fachkräfte werden versuchen, Sie zeitnah zurückzurufen.

Ihre Ansprechpartnerinnen in den Familienstützpunkten:

Familienstützpunkt Donau.Wald

Wörth a. d. Donau, Brennbach und Wiesent

Patricia Betz

Donnerstag: 8.30 – 10.30 Uhr oder nach Vereinbarung.

Montag und Freitag geschlossen

Tel.: 0151 58579830

Familienstützpunkt Lappersdorf

Teresa Krüner und Christina Renner-Lintl

jeden Dienstag von 10.00 – 11.00 Uhr und

jeden Mittwoch von 9.00 – 10.00 Uhr oder nach Vereinbarung

Telefon: 0941 8500-479

Familienstützpunkt Neutraubling

Nicole Rempter

jeden Dienstag von 14.00 – 16.00 Uhr oder nach Vereinbarung
(außer in den Schulferien)

Telefon: 09401 5398070

Familienstützpunkt Nittendorf

Rosi Murauer

jeden Montag, Dienstag und Donnerstag von 8.00 – 12.00 Uhr

Telefon: 09404 642-214 oder 0171 1786586

Familienstützpunkt Regenstauf

Kristin Kilger

jeden 1. und 3. Dienstag im Monat von 9.00 – 10.30 Uhr

(außer in den Schulferien)

sowie jeden 2. und 4. Dienstag im Monat von 16.00 – 17.30 Uhr

(außer in den Schulferien)

oder nach Vereinbarung

Telefon: 09402 9382-515

Familienstützpunkt Schierling

Annette Straßer

jeden Donnerstag von 8.30 – 12.00 Uhr oder

nach Vereinbarung

Telefon: 09451 9430-877

Familienstützpunkt Donau.Wald

Erste Hilfe am Baby und Kleinkind

Ein Abendkurs

Theoretischer und praktischer Teil zum Thema: Ersthilfe bei Babys und Kleinkindern.

Dienstag, 20.09.2022 18.30-21.15 Uhr

Kosten: 28,00 €

Leitung: Tobias Götz, Ausbildungsleiter, BRK

Ort: Bürgerhaus Wörth, Ludwigstraße 7, 93086 Wörth a. d. Donau

Hausaufgaben

Aber wie?

Wie können Eltern ihre Kinder bei Hausaufgaben und beim Lernen möglichst entspannt begleiten? Heute gibt es Anregungen für eine gute Gestaltung von Hausaufgaben- und Lernzeit.

Dienstag, 27.09.2022 19.00-20.30 Uhr

Kosten: keine

Leitung: Sophie Winkelmeier, Lerntherapeutin M.A.

Ort: online

Babymassage

Wohltuend für das Baby

Massagen tun den Babys gut. Gemeinsam unter fachlicher Anleitung wird die Kunst der Babymassage erlernt.

Freitag 4-er Block, 07.10.2022 9.00-10.00 Uhr

Kosten: 60,00 €

Leitung: Kerstin Luttner, staatlich anerkannte Erzieherin und Babymassagekursleitung

Ort: Kursraum wird nach der Anmeldung bekannt gegeben

Nähvormittag

Glücksschwein- Wärmekissen

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer nähen ein „Glücksschwein“- Wärmekissen. Nähmaschinen und Stoffe werden gestellt.

Samstag, 22.10.2022 9.30-11.30 Uhr

Kosten: 24,00 €

Leitung: Nathalie Malkrab, Hobbyschneiderin

Ort: Bürgerhaus Wiesent, Bahnhofstraße 1, 93109 Wiesent

Homöopathische Hausapotheke

Für Familien mit Kindern

Homöopathie ist ganzheitlich, sanft und sehr gut verträglich. An dem Abend werden zahlreiche ausgewählte Mittel mit praktischen Anwendungsbeispielen vorgestellt.

Montag, 24.10.2022 19.00-20.00 Uhr

Kosten: keine

Leitung: Claudia Meinhardt, Apothekerin

Ort: Gasthof Geier, Josef-Feller-Straße 1, 93086 Wörth a. d. Donau, Nebenzimmer

Von Rabauken und Räubertöchtern

Das spielende Kind

In diesem Vortrag beleuchten die Teilnehmenden wie die Erwachsenen die Kinder in ihrem natürlichen Forscher- und Entdeckerdrang unterstützen und begleiten können. Was und vor allem wie viel braucht ein Kind zum gesunden und förderlichen Spielen — Medien, Bewegung, Spielzeug?

Dienstag, 08.11.2022 19.00-20.15 Uhr

Kosten: keine

Leitung: Jenny Außerstorfer, Dipl.- Sozialpädagogin (FH), systemische Familientherapeutin

Ort: online

Herausforderung: digitale Medien

Wie kann Medienerziehung gelingen und wann hat der Spaß ein Ende?

Neueste Erkenntnisse für Eltern, Großeltern, Erzieherinnen und Erzieher sowie Interessierte von Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter.

Donnerstag, 10.11.2022 **19.00-20.30 Uhr**
Kosten: keine
Leitung: Esther Christmann, Medienpädagogin bei der Jugendschutzstelle Regensburg
Ort: online, Kooperationsveranstaltung der Familienstützpunkte im Landkreis Regensburg

Nähabend

Poncho

Die Teilnehmenden nähen einen Poncho. Nähmaschinen werden gestellt. Für Anfänger geeignet. Materialbedarf wird den Teilnehmenden vorher mitgeteilt.

Montag, 22.11.2022 **18.30-21.00 Uhr**
Kosten: 12,00 €
Leitung: Natalie Malkrab, Hobbyschneiderin
Ort: Bürgerhaus Wiesent, Bahnhofstraße 1, 93109 Wiesent

Einfach gelassen

So kann's gehen

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer gehen auf die Suche nach Gründen, warum uns Gelassenheit immer wieder schwerfällt. Darüber hinaus gibt's einige Ideen, was wir tun können und was hilft, gelassen den Tag zu gestalten.

Dienstag, 29.11.2022 **19.30-21.00 Uhr**
Kosten: keine
Leitung: Nicole Niedermeier, Kommunikationstrainerin und Coach
Ort: online

Familienstützpunkt Lappersdorf

Pikler® SpielRaum

Gruppe 1

Ein Entdeckungsraum für Babys und Kleinkinder nach der Pädagogik von Emmi Pikler. Kinder können selbständig vorbereitete Spiel- und Bewegungsmaterialien für sich entdecken und erkunden. Die Eltern nehmen dabei eine beobachtende Rolle ein. Sie können dadurch die Eigenaktivität ihres Kindes kennenlernen. Ein Elternabend ist inklusive. Ein weiterer Kursblock beginnt Mitte September.

Montag, nicht in den Schulferien, 19.09.-12.12.2022 **9.00-10.15 Uhr**
Kosten: 144,00 €
Leitung: Andrea Auerbach, Dipl.- Sozialpädagogin (FH), zertifizierte Pikler® Pädagogin
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

Pikler® SpielRaum

Gruppe 2

Ein Entdeckungsraum für Babys und Kleinkinder nach der Pädagogik von Emmi Pikler. Kinder können selbständig vorbereitete Spiel- und Bewegungsmaterialien für sich entdecken und erkunden. Die Eltern nehmen dabei eine beobachtende Rolle ein. Sie können dadurch die Eigenaktivität ihres Kindes kennenlernen. Ein Elternabend ist inklusive. Ein weiterer Kursblock beginnt Mitte September.

Montag, nicht in den Schulferien, 19.09.-12.12.2022 **10.45-12.00 Uhr**
Kosten: 144,00 €
Leitung: Andrea Auerbach, Dipl.- Sozialpädagogin (FH), zertifizierte Pikler® Pädagogin
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

Pikler® SpielRaum

Gruppe 3

Ein Entdeckungsraum für Babys und Kleinkinder nach der Pädagogik von Emmi Pikler. Kinder können selbständig vorbereitete Spiel- und Bewegungsmaterialien für sich entdecken und erkunden. Die Eltern nehmen dabei eine beobachtende Rolle ein. Sie können dadurch die Eigenaktivität ihres Kindes kennenlernen. Ein Elternabend ist inklusive. Ein weiterer Kursblock beginnt Mitte September.

Dienstag, nicht in den Schulferien, 20.09.-13.12.2022 **9.00-10.15 Uhr**
Kosten: 144,00 €
Leitung: Andrea Auerbach, Dipl.- Sozialpädagogin (FH),
 zertifizierte Pikler® Pädagogin
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

Pikler® SpielRaum

Gruppe 4

Ein Entdeckungsraum für Babys und Kleinkinder nach der Pädagogik von Emmi Pikler. Kinder können selbständig vorbereitete Spiel- und Bewegungsmaterialien für sich entdecken und erkunden. Die Eltern nehmen dabei eine beobachtende Rolle ein. Sie können dadurch die Eigenaktivität ihres Kindes kennenlernen. Ein Elternabend ist inklusive. Ein weiterer Kursblock beginnt Mitte September.

Dienstag, nicht in den Schulferien, 20.09.-13.12.2022 **10.45-12.00 Uhr**
Kosten: 144,00 €
Leitung: Andrea Auerbach, Dipl.- Sozialpädagogin (FH),
 zertifizierte Pikler® Pädagogin
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

Eltern-Kind-Gruppe

Dies ist ein Bildungsangebot für Mütter und Väter mit ihren Kindern im Alter von ca. 9 Monaten bis zum Kindergarten Eintritt. Die Gruppen bieten Kontaktmöglichkeit, Erfahrungsaustausch, Orientierungshilfe z.B. in Fragen der Erziehung, Information und Anregungen z.B. zu kindgerechter Beschäftigung und jede Menge Spiel und Spaß.

Mittwoch, 14.09.-11.01.2023 **9.00-11.00 Uhr**
Kosten: 35,00 € 10er Block
Leitung: Elke Steiger, Eltern-Kind-Gruppen-Leitung
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

Eltern-Kind-Gruppe

Dies ist ein Bildungsangebot für Mütter und Väter mit ihren Kindern im Alter von ca. 9 Monaten bis zum Kindergarten Eintritt. Die Gruppen bieten Kontaktmöglichkeit, Erfahrungsaustausch, Orientierungshilfe z.B. in Fragen der Erziehung, Information und Anregungen z.B. zu kindgerechter Beschäftigung und jede Menge Spiel und Spaß.

Donnerstag, 15.09.-12.01.2023 **9.00-11.00 Uhr**
Kosten: 35,00 € 10er Block
Leitung: Elke Steiger, Eltern-Kind-Gruppen-Leitung
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

FenKid® Eltern-Kind-Kurs (Kurs A)

FenKid steht für „Die frühe Entwicklung von Kindern begleiten“.

Mit diesem Kurs werden die Eltern eingeladen, ihre Kinder bei der Bewegungs- und Persönlichkeitsentwicklung zu begleiten und zu unterstützen! Eltern schätzen den Kurs für den wöchentlichen wertvollen Austausch mit der Gruppe und der Kursleitung zu unterschiedlichen Themen. Zudem erfreuen sich die Kinder an den Liedern, Versen und Bewegungsliedern die im Kurs zum Einsatz kommen. Das Konzept beruht auf wissenschaftlichen Grundlagen und stützt sich an den pädagogischen Konzepten von: - Maria Montessori („Hilf mir es selbst zu tun“) – Emmi Pikler („Lass mir Zeit“) – Elfriede Hengstenberg („Körperbewusstsein und Selbstbewusstsein“) – Jesper Juul („Beziehung statt Erziehung“). 10 Termine für Mamas / Papas mit Baby (ab 3 Monate).

Anmeldung unter: www.loewenliebe.com

Freitag, 30.09.-09.12.2022	9.15-10.30 Uhr
Kosten:	148,00 €
Leitung:	Vanessa Loew, zertifizierte FenKid®-Kursleiterin, Stillberaterin EISL
Ort:	Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

FenKid® Eltern-Kind-Kurs (Kurs B)

Mit diesem Kurs werden die Eltern eingeladen ihre Kinder bei der Bewegungs- und Persönlichkeitsentwicklung zu begleiten und zu unterstützen! Eltern schätzen den Kurs für den wöchentlichen wertvollen Austausch mit der Gruppe und der Kursleitung zu unterschiedlichen Themen. Zudem erfreuen sich die Kinder an den Liedern, Versen und Bewegungsliedern die im Kurs zum Einsatz kommen. Das Konzept beruht auf wissenschaftlichen Grundlagen und stützt sich an den pädagogischen Konzepten von: - Maria Montessori („Hilf mir es selbst zu tun“) – Emmi Pikler („Lass mir Zeit“) – Elfriede Hengstenberg („Körperbewusstsein und Selbstbewusstsein“) – Jesper Juul („Beziehung statt Erziehung“). 10 Termine für Mamas / Papas mit Baby (ab 3 Monate).

Anmeldung unter: www.loewenliebe.com

Freitag, 30.09.-09.12.2022	11.00-12.15 Uhr
Kosten:	148,00 €
Leitung:	Vanessa Loew, zertifizierte FenKid®-Kursleiterin, Stillberaterin EISL
Ort:	Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

Elternfrühstück

Einmal monatlich findet ein Elternfrühstück statt. Wir bieten die Möglichkeit des Kennenlernens und Austausches mit anderen Eltern in kinderfreundlicher Atmosphäre. Während der ruhigen Zeit beim Frühstück werden Erfahrungen mit anderen Eltern ausgetauscht. Eine kostenlose Kinderbetreuung (nur für Kinder vor dem Kindergarteneintritt) durch eine pädagogische Fachkraft wird angeboten.

Dienstag, 26.07., 27.09., 25.10., 29.11., 13.12.2022, 31.01.2023	9.00-11.00 Uhr
Kosten:	5,00 € pro Familie
Leitung:	Christina Renner-Lintl, Dipl.- Sozialpädagogin (FH)
Ort:	Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

LeA (= Lebendig, einzigartig, Aktiv)

Seminar für Körper, Geist und Seele

Die neue LeA-Gruppe bietet den Teilnehmenden an, geistig und körperlich aktiv und beweglich zu bleiben bis ins hohe Alter. In lockerer Atmosphäre werden spannende Rätsel und Knobel-Aufgaben gelöst. Unterschiedlichste Bewegungsübungen werden ohne Leistungsdruck ausprobiert und passende Texte und Gedankenimpulse runden einen LeA-Nachmittag ab. Start der kostenlosen Schnupperstunde ist am Dienstag, 20.09.2022 im Jugendtreff Lappersdorf.

Dienstag, ab 20.09.2022 15.00 Uhr
Kosten: auf Anfrage
Leitung: Petra Leitl, zertifizierte ganzheitliche Gedächtnistrainerin des Bundesverbandes für Gedächtnistraining
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

Starke Eltern

Manchmal sind Eltern mit ihren Erziehungskräften am Ende. Weder im Guten noch mit Schreien und Drohen kommen sie weiter. Die Kinder reagieren mit Wut und Aggression, mit Ungehorsam und Ablehnung. Was kann da helfen? „Elterliche Präsenz“ ist ein systemisches Konzept, das als praktische Hilfe und gut anzuwendende Methode dient, wenn Erziehungsideen nicht mehr greifen. Es werden Facetten elterlicher Präsenz beleuchtet und anhand von Beispielen aus dem Erziehungsalltag werden Möglichkeiten aufgezeigt, wieder kraftvoll als Eltern aufzutreten.

Dienstag, 11.10.2022 19.00-20.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Jenny Außerstorfer, Dipl.- Sozialpädagogin (FH), systemische Familientherapeutin
Ort: online, Anmeldung per Mail im Familienstützpunkt Lappersdorf

Gesunde Zwischenmahlzeiten

Der Kurs gibt einen Überblick über die aktuellen Ernährungsempfehlungen. Dabei werden die Teilnehmenden verschiedene Zwischenmahlzeiten und Snacks zubereiten, die mit wenig Aufwand im Alltag umzusetzen sind und der ganzen Familie schmecken.

Dienstag, 18.10.2022 9.00-11.00 Uhr
Kosten: 4,00 € pro Familie
Leitung: Michaela Tschuschner, Ernährungsfachfrau
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

Schwanger sein – Eltern werden

Ein Weg in eine ganz neue Welt!

In diesem Kurs geht es um „Disney meets Reality“ – rund um die Themen Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Stillen, Familienleben, Mama/Papa sein, Paarzeit. Denn manchmal passt das gesellschaftliche oft sehr romantische Bild rund um Schwangerschaft & Elternschaft nicht ganz zu dem, wie es dann trotzdem auch sein kann. Die Reise zum Eltern werden sowie die erste gemeinsame Zeit als Familie hat seinen ganz besonderen Zauber – doch was gehört neben den glitzernden Magic Moments auch noch dazu? Viele hilfreiche Informationen für den Alltag und ein Einblick in das bevorstehende Kapitel werden gegeben, sowie Tipps und Tricks für das bevorstehende neue Kapitel und das Alles mit einer guten Portion Witz. Anmeldung unter: www.loewenliebe.com

Donnerstag, 27.10.2022 18.30-20.30 Uhr
Kosten: 45,00 € pro Person / 75,00 € pro Paar
Leitung: Vanessa Loew, zertifizierte FenKid®-Kursleiterin, Stillberaterin EISL
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

Herausforderung: digitale Medien

Wie kann Medienerziehung gelingen und wann hat der Spaß ein Ende?

Neueste Erkenntnisse für Eltern, Großeltern, Erzieherinnen und Erzieher sowie Interessierte von Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter.

Donnerstag, 10.11.2022 19.00-20.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Esther Christmann, Medienpädagogin bei der Jugendschutzstelle Regensburg
Ort: online, Kooperationsveranstaltung der Familienstützpunkte im Landkreis Regensburg

Stillvorbereitungskurs

Informationen und Vorbereitung für Schwangere rund um das Thema Stillen. Sowie Raum für Fragen und Austausch. Für Schwangere / als auch Paare.

Donnerstag, 24.11.2022 18.30-20.30 Uhr
Kosten: 45,00 € pro Person / 75,00 € pro Paar
Leitung: Vanessa Loew, zertifizierte FenKid®-Kursleiterin, Stillberaterin EISL
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

Lebensübergänge gestalten

Krippe, Kita, Kindergarten... – ein neuer Lebensabschnitt fängt an und alte Gewohnheiten müssen verabschiedet werden. Übergänge sind in der Entwicklung der Kinder sehr prägende Situationen und stellen für sie eine große Herausforderung dar. Damit Kinder und ihre Eltern gestärkt aus diesem Prozess hervorgehen können, ist es unabdingbar, den Übergang gut vorzubereiten und zu begleiten. Wir sprechen über schon gemachte Erfahrungen, praktische Tipps und welche innere und äußere Dynamik bei den Familienmitgliedern geschehen kann.

Dienstag, 14.02.2023 19.00-20.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Jenny Außerstorfer, Dipl.- Sozialpädagogin (FH), systemische Familientherapeutin
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

Familienstützpunkt Neutraubling

Doktorspiele und Co

Körpererfahrung und Sexualerziehung von Kindern zwischen 3 und 6 Jahren

Wie gelingt eine sexualfreundliche Erziehung? Wo sind die Grenzen? Sexualität entwickelt sich vom ersten Lebenstag an. Die kindliche sexuelle Entwicklung und Erziehung werden Inhalt dieses Elternabends sein. Oft sind wir als Erwachsene unsicher, was für unsere Kinder die altersentsprechende Sexualerziehung ist. Wann sind Doktorspiele normal, wann grenzüberschreitend? Wie erkläre ich Sexualität kindgerecht? Diese und weitere Fragen werden an diesem Abend beantwortet.

Mittwoch, 09.11.2022 18.30-20.00 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Martin Bodensteiner, Dipl.- Sozialpädagoge (FH), Donum Vitae, Regensburg
Ort: Familienstützpunkt Neutraubling, Edith-Frank-Straße 10, 93073 Neutraubling

Herausforderung digitale Medien

Wie kann Medienerziehung gelingen und wann hat der Spaß ein Ende?

Neueste Erkenntnisse für Eltern, Großeltern, Erzieherinnen und Erzieher sowie Interessierte von Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter.

Donnerstag, 10.11.2022 19.00-20.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Esther Christmann, Medienpädagogin bei der Jugendschutzstelle Regensburg
Ort: online, Kooperationsveranstaltung der Familienstützpunkte im Landkreis Regensburg

Gelassene Eltern sind kein Mythos

Entspannt erziehen

Es wird heutzutage viel erwartet und gefordert von Eltern. Ihre Kinder müssen gut funktionieren und sich in die Gesellschaft gewinnbringend einfügen. Doch das einzige, was Kinder für ihr Glück brauchen, sind entspannte Eltern. Wie das geht, wird anhand alltäglicher Beispiele aus dem Familienleben erklärt. Basis sind die vier grundlegenden Bedürfnisse von Kindern und kleine Entspannungstechniken für Eltern.

Donnerstag, 01.12.2022 **19.00-20.30 Uhr**
Kosten: keine
Leitung: Jenny Außerstorfer, Dipl.- Sozialpädagogin (FH),
systemische Familientherapeutin
Ort: Familienstützpunkt Neutraubling, Edith-Frank-Straße 10,
93073 Neutraubling

Familienstützpunkt Nittendorf

Kräuterwanderung

Mutter-Kind-Erlebniswanderung

Erkunden von Heilpflanzen und Kräutern – anschließend Herstellung von Salz, Ölen und Aufstrichen.

Donnerstag, 15.09.2022 **9.30-11.00 Uhr**
Kosten: keine
Leitung: Beate Kiefel, Kräuterpädagogin
Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Nähkurs

Taschen nähen

Bunte Einkaufstaschen sollen entstehen, Nähmaschinen werden gestellt.

Donnerstag, 13.10.2022 **10.00-12.00 Uhr**
Kosten: keine
Leitung: Doris Fuchs, Dipl.- Sozialpädagogin (FH)
Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Mental Load

Gerechte Arbeitsteilung statt unsichtbarer Schwerstarbeit

Elternabend zum Thema: Arbeitsteilung in der Familie mit Beispielen und Ideen zur Umsetzung.

Donnerstag, 20.10.2022 **19.00-20.30 Uhr**
Kosten: keine
Leitung: Jenny Außerstorfer, Dipl.- Sozialpädagogin (FH),
systemische Familientherapeutin
Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Kindermärchen

„Der dicke fette Pfannkuchen“

Ein lustiges Mit-Mach-Märchen aus Russland mit Lied & Tanz ab 3 Jahren.

Freitag, 28.10.2022 15.00-16.00 Uhr
Kosten: 5,00 €
Leitung: Nanu Märchen, Oliver Machander
Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Jetzt wird's bunt

Schokolade und Seife selber herstellen

Werkstatt für Kids ab 7 Jahre, Herstellung von Schokolade und Hingucker fürs Bad.

Donnerstag, 03.11.2022 10.00-12.00 Uhr
Kosten: 5,00 €
Leitung: Bianca Kurz, Dipl.- Sozialpädagogin (FH)
Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Erste Hilfe-Kurs Baby und Kind

Kompaktkurs Kindernotfälle

Alles Wissenswerte über die Ersthilfe an Baby und Kleinkind – mit Praxisteil.

Montag, 14.11.2022 19.00- 22.00 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Dr. Marcus Ilg, Notfallarzt, Herr Krause, BRK
Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Stoffwindel- und Trageberatung

Es werden verschiedene Tragehilfen und Wickeltechniken vorgestellt und diese mit Hilfestellung ausprobiert.

Montag, 21.11.2022 10.00-11.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Tina Kirner, Stoffwindelberaterin
Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Weihnachtsmarkt Abensberg

Familienausfahrt in Kooperation mit Lebenswirklichkeit in Bayern (KJF Regensburg)

Besuch des Kuchlbauer Weihnachtsmarktes mit Hundertwaserturm.

Donnerstag, 01.12.2022 16.00-20.00 Uhr
Kosten: 5,00 €
Leitung: Rosi Murauer, Dipl.- Sozialpädagogin (FH),
Doris Fuchs, Dipl.- Sozialpädagogin (FH)
Ort: Treffpunkt ist im Familienstützpunkt zu erfragen

Herausforderung: digitale Medien

Wie kann Medienerziehung gelingen und wann hat der Spaß ein Ende?

Neueste Erkenntnisse für Eltern, Großeltern, Erzieherinnen und Erzieher sowie Interessierte von Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter.

Donnerstag, 10.11.2022 19.00-20.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Esther Christmann, Medienpädagogin bei der Jugendschutzstelle Regensburg
Ort: online, Kooperationsveranstaltung der Familienstützpunkte im Landkreis Regensburg

Kurs

Rückbildung & Beckenbodentraining

Für Frauen mindestens 8 Wochen nach der Geburt.

Mittwoch, regelmäßig 19.15-20.15 Uhr
Kosten: nach Vereinbarung
Leitung: Sylvia Apel, Hebamme, MFA und Beckenbodentrainerin
Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Dancing kids

Tanzangebot für Kinder

Offenes Angebot für die Altersklasse 5 bis 14 Jahre, keine Vorkenntnisse erforderlich, regelmäßiges Training unter professioneller Anleitung.

Dienstag, regelmäßig, nicht in den Schulferien 18.00-19.00 Uhr

Kosten: 2,00 €

Leitung: Rosi Murauer, Dipl.- Sozialpädagogin (FH)

Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Außensprechstunde

Beratungsstelle der katholischen Jugendfürsorge Regensburg

Eltern / Jugendliche erhalten in Beratung, Hilfe, Anregungen und Unterstützung für ihre Anliegen.

Donnerstag, nach Vereinbarung

Kosten: keine

Leitung: Ebba Piplack, Dipl.- Sozialpädagogin (FH)

Ort: Rathaus Nittendorf, Am Marktplatz 3, 93152 Nittendorf, online möglich

Eltern-Kind-Gruppen

Bildungsangebot für Mütter und Väter und ihren Kindern im Alter von circa 9 Monaten bis zum Kindergartenentritt. Gemeinsam spielen, tanzen, basteln, und vieles mehr.

Montag, Mittwoch, Freitag, regelmäßig, nicht in den Ferien 9.00-11.00 Uhr

Kosten: nach Vereinbarung

Leitung: Sandra Niebler, Alexandra May, Michaela Hölzl

Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Ferienangebote

Altersklasse 1. bis 5. Klasse

Ein buntes und abwechslungsreiches Ferienprogramm bietet der Familienstützpunkt in den Oster-/Pfingst-/Sommer- und Herbstferien an. Das jeweilige Programm wird rechtzeitig in der Presse oder direkt beim Familienstützpunkt bekanntgegeben.

In den Ferien

Kosten: je nach Angebot

Leitung: Rosi Murauer, Dipl.- Sozialpädagogin (FH)

Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Frauentreff

In Kooperation mit Lebenswirklichkeit in Bayern (KJF Regensburg)

Regelmäßige interkulturelle Treffen – in angenehmer Atmosphäre wird monatlich zu einem bestimmten Thema (Ernährung, Bildung, Kultur oder Ferienangebot) eingeladen.

Donnerstag, Termine werden kurzfristig bekannt gegeben 9.00-11.00 Uhr

Kosten: keine

Leitung: Fuchs Doris, Dipl.- Sozialpädagogin (FH)

Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Familienstützpunkt Regenstein

Elternsprechstunde

Das offene Ohr für Elternfragen

Im Zusammenleben mit Kindern stellen sich tausend kleine und große Fragen. Oft ist man sich nur ein bisschen unsicher, manchmal braucht man eine Hilfestellung zu einem konkreten Problem. Hier will die offene Elternsprechstunde weiterhelfen. Die Beratung ist auch telefonisch oder online möglich.

jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, nicht in den Schulferien, 9.00-10.30 Uhr

Kosten: keine

Leitung: Kristin Kilger, zertifizierte Elternberaterin, Familienstützpunkt Regenstein

Ort: Familienstützpunkt Regenstein, im Mehrgenerationenhaus,
Hauptstraße 34, 93128 Regenstein

Elternsprechstunde

Das offene Ohr für Elternfragen

Im Zusammenleben mit Kindern stellen sich tausend kleine und große Fragen. Oft ist man sich nur ein bisschen unsicher, manchmal braucht man eine Hilfestellung zu einem konkreten Problem. Hier will die offene Elternsprechstunde weiterhelfen. Die Beratung ist auch telefonisch oder online möglich.

jeden 2. und 4. Dienstag im Monat, nicht in den Schulferien, 16.00-17.30 Uhr

Kosten: keine

Leitung: Kristin Kilger, zertifizierte Elternberaterin, Familienstützpunkt Regenstein

Ort: Familienstützpunkt Regenstein, im Mehrgenerationenhaus,
Hauptstraße 34, 93128 Regenstein

Hebammensprechstunde

Hebammensprechstunde mit Babywiegen, Still- und Ernährungsberatung

jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat, nicht in den Schulferien, 9.00- 9.45 Uhr

Kosten: keine

Leitung: Astrid Burkhardt, Hebamme, Marita Burkhardt, Hebamme
(Vorherige Anmeldung bei den Hebammen erforderlich:
marita@vilshof.de astrid@vilshof.de)

Ort: Familienstützpunkt Regenstein, im Mehrgenerationenhaus,
Hauptstraße 34, 93128 Regenstein

Spielplatztreff am Vormittag

Monatlicher Treff am Spielplatz am Masurenweg, um andere Eltern kennenzulernen. Eine Fachkraft vom Familienstützpunkt steht mit Rat, Tat und Sandspielzeug zur Seite.

Dienstag, 13.09, 11.10. 2022

10.00-11.00 Uhr

Kosten: keine

Leitung: Kristin Kilger, pädagogische Fachkraft, Familienstützpunkt Regenstein

Ort: Spielplatz am Masurenweg, Regenstein

Fitdankbaby®

fitdankbaby® - Mini (für Babys ab 3-7 Monaten) & Maxi (für Babys ab 8 Monaten/Krabbelalter)

fitdankbaby® ist das Fitnesskonzept für die Mama, orientiert an den Bedürfnissen des Babys. Das Baby ist aktiv dabei und profitiert gleichzeitig von den vielen Spielen und Liedern und ist dabei entspannt. So kann die Mama mit viel Spaß effektiv trainieren.

Donnerstag, ab 15.09.2022

ab 9.00 Uhr

Kosten: bitte bei Kursleitung erfragen

Leitung: Karin Rautner, fitdankbaby® -Trainerin,
Tel.: 0157 30165208 Mail: karin.rautner@fitdankbaby.de

Ort: ggf. online, Familienstützpunkt Regenstein, im Mehrgenerationenhaus,
Hauptstraße 34, 93128 Regenstein

Familientreff am Vormittag

Monatlicher Treff für Eltern und Kinder, um sich in gemütlicher Café-Atmosphäre auszutauschen und andere Familien kennenzulernen. Mit Spielzimmer für Kinder

Freitag, 16.09., 21.10., 11.11., 09.12.2022 9.00-11.00 Uhr
Kosten: Getränke laut Liste
Leitung: Kristin Kilger, pädagogische Fachkraft, Familienstützpunkt Regenstauf
Ort: Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

After-Work – Krabbeltreff

Gemeinsam mit den Kindern spielen und Spaß haben

Der Krabbeltreff bietet allen Eltern mit Kindern im Alter von 1-3 Jahren (kleinere Geschwister sind auch herzlich willkommen) die Gelegenheit, gemeinsam zu spielen und zu basteln.

Montag, 19.09, 10.10, 24.10., 14.11, 28.11., 12.12.2022 16.00-17.00 Uhr
Kosten: 2,00 €
Leitung: Kristin Kilger, pädagogische Fachkraft Familienstützpunkt Regenstauf
Ort: Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

Familientreff für Regenbogenfamilien

Die Möglichkeit für Regenbogenfamilien, sich kennenzulernen, auszutauschen und zu vernetzen. Mit Spielzimmer für Kinder

Mittwoch, 21.09., 12.10., 09.11., 14.12.2022 16.00- 17.30 Uhr
Kosten: Getränke laut Liste
Leitung: Kristin Kilger, pädagogische Fachkraft, Familienstützpunkt Regenstauf
Ort: Eltern-Kind-Gruppen-Raum, Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

Spielplatztreff am Nachmittag

Monatlicher Treff am Spielplatz am Masurenweg, um andere Eltern kennen zu lernen. Eine Fachkraft vom Familienstützpunkt steht mit Rat, Tat und Sandspielzeug zur Seite.

Donnerstag, 22.09., 20.10.2022 15.30-16.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Kristin Kilger, pädagogische Fachkraft, Familienstützpunkt Regenstauf
Ort: Spielplatz am Masurenweg, Regenstauf

Baby- und Kindersachenbasar

Herbst- & Winterbasar „Alles für's Baby und Kind“

Tischbasar für den Verkauf gut erhaltener Baby- und Kinderbekleidung sowie alles rund ums Kind. Vorherige Tischreservierung im Familienstützpunkt Regenstauf notwendig.

Sonntag, 25.09.2022 Genaue Uhrzeit wird noch bekannt gegeben Uhr
Kosten: 10,00 € Tischgebühr
Leitung: Barbara Maier, Dipl.- Sozialpädagogin (FH), Kristin Kilger, pädagogische Fachkraft, Mehrgenerationenhaus und Familienstützpunkt Regenstauf
Ort: Jahnhalle Regenstauf, Jahnstraße 6, 93128 Regenstauf

„After-Work“ – Babytreff

Gemeinsam mit den Kleinen spielen und Spaß haben

Der Babytreff bietet allen Eltern mit Kindern im Alter von 0-1 Jahren die Gelegenheit, gemeinsam zu spielen.

Montag, 26.09., 17.10., 31.10., 21.11., 05.12., 19.12.2022 16.00-17.00 Uhr
Kosten: 2,00 €
Leitung: Kristin Kilger, pädagogische Fachkraft, Familienstützpunkt Regenstauf
Ort: Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

Familientreff am Nachmittag

Monatlicher Treff für Eltern und Kinder, um sich in gemütlicher Café-Atmosphäre auszutauschen und andere Familien kennenzulernen. Mit Spielzimmer für Kinder.

Donnerstag, 29.09., 27.10., 24.11., 15.12.2022 15.30-17.30 Uhr
Kosten: Getränke laut Liste
Leitung: Kristin Kilger, pädagogische Fachkraft, Familienstützpunkt Regensburg
Ort: Familienstützpunkt Regensburg, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regensburg

Schnelle Familienküche, Tipps rund um die gemeinsame Mahlzeit ab dem ersten Lebensjahr

Workshop in Zusammenarbeit mit dem AELF Regensburg

Die Teilnehmenden erfahren, worauf es bei der Gestaltung der Mahlzeiten ankommt und wie sie mit wenig Zeit und Materialeinsatz gesundes Essen für die ganze Familie auf den Tisch bringen. Rationelle Arbeitstechniken und sinnvoller Geräteeinsatz werden ebenso besprochen, wie das Einbeziehen der Kinder beim Kochen. Dies wird in einem kleinen Praxisteil ausprobiert.

Donnerstag, 06.10.2022 16.00-17.30 Uhr
Kosten: Kostenbeteiligung Lebensmittel - bitte bei Anmeldung im Familienstützpunkt erfragen
Leitung: Michaela Tschuschner, Ernährungsfachfrau, AELF Regensburg
Ort: ggf. online, Familienstützpunkt im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regensburg

Erste Hilfe-Kurs Baby und Kind

Alles Wissenswerte über die Ersthilfe an Baby und Kind an einem Abend – mit Praxisteil.

Montag, 10.10.2022 18.30-21.00 Uhr
Kosten: 28,00 € pro Person, Paare 50,00 €
Leitung: Tobias Götz, Ausbildungsleiter BRK
Ort: Familienstützpunkt Regensburg, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regensburg

Mama-Papa-Online-Kennenlernetreff

Ein virtueller Treffpunkt für alle Mamas und Papas, gerade wenn Corona wieder Kontaktbeschränkungen bringen sollte.

Donnerstag, 13.10., 10.11., 15.12.2022 15.30- 16.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Kristin Kilger, pädagogische Fachkraft, Familienstützpunkt Regensburg
Ort: online

Alleinerziehendentreff

Gemeinsam geht's leichter

Alleinerziehend, aber nicht einsam. Monatlicher Austausch für alle Mütter und Väter, die den (Erziehungs-)Alltag alleine gestalten. Mit Spielzimmer für Kinder

Samstag, 22.10., 19.11., 17.12.2022 9.30-11.00 Uhr
Kosten: kleine (freiwillige) Spende erbeten
Leitung: Barbara Maier, Dipl.- Sozialpädagogin (FH), Kristin Kilger, pädagogische Fachkraft, Mehrgenerationenhaus und Familienstützpunkt Regensburg
Ort: ggf. online, Familienstützpunkt im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regensburg

Herausforderung: digitale Medien

Wie kann Medienerziehung gelingen und wann hat der Spaß ein Ende?

Neueste Erkenntnisse für Eltern, Großeltern, Erzieherinnen und Erzieher sowie Interessierte von Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter.

Donnerstag, 10.11.2022 19.00-20.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Esther Christmann, Medienpädagogin bei der Jugendschutzstelle Regensburg
Ort: online, Kooperationsveranstaltung der Familienstützpunkte im Landkreis Regensburg

Erste Hilfe-Kurs Baby und Kind

Alles Wissenswerte über die Ersthilfe an Baby und Kind an einem Abend - mit Praxisteil.

Montag, 12.12.2022 18.30-21.00 Uhr

Kosten: 28,00 € pro Person, Paare 50,00 €

Leitung: Tobias Götz, Ausbildungsleiter BRK

Ort: Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus,
Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

Adventssingen für Groß und Klein

Gemeinsam werden bekannte Weihnachtslieder gesungen, bei Kinderpunsch, Lebkuchen und Spekulatius.

Freitag, 16.12.2022 17.00-19.00 Uhr

Kosten: Kosten für Getränkelaut Liste

Leitung: Die Teams von Familienstützpunkt und
Mehrgenerationenhaus Regenstauf

Ort: Bürgermeister-Zelzner-Platz neben dem
Mehrgenerationenhaus Regenstauf

Familienstützpunkt Schierling

Schnupper-Frühstück

Es werden ätherische Öle für die ganze Familie vorgestellt.
Kleines Frühstück inklusive.

Montag, 19.09.2022 9.00-10.30 Uhr

Kosten: 5,00 €

Leitung: Karin Kronseder, Stillberaterin, Artgerecht Baby Coach

Ort: Familienstützpunkt Schierling, Rathausplatz 25, 2. Stock, 84069 Schierling

Musikalische Spielgruppe

Für Eltern mit Kindern (0-3 Jahre). Musikalische Förderung durch Lieder, Sprechverse, Fingerspiele, Kniereiter, kleine Tänze und dem kreativen Umgang mit einfachen Instrumenten und Materialien. 6er-Block.

Freitag, ab 16.09.2022 außer in den Ferien 9.30-10.15 Uhr

Kosten: 45,00 €

Leitung: Jenny Baumann, Musikerin, Spielgruppenleiterin

Ort: VHS-Raum, Hauptstraße 3a, 84069 Schierling

Babysprechstunde und Babymassage

Beratung zu Wochenbett, Stillen und Entwicklung

Mittwoch, 21.09., 12.10., 16.11. 14.12.2022 9.00-11.30 Uhr

Kosten: keine

Leitung: Martina Eibl, Hebamme

Ort: Familienstützpunkt Schierling, Rathausplatz 25, 2. Stock, 84069 Schierling

Resilienz bei Jugendlichen

Umgang mit Krisen in der Pubertät

Der Vortragsabend beleuchtet den Begriff „Resilienz“ und gibt den Teilnehmenden Tipps und Hilfen zur Unterstützung und Stärkung der heranwachsenden Kinder.

Montag, 26.09.2022 19.00-20.30 Uhr

Kosten: keine

Leitung: Carola Hanusch, Dipl.- Sozialpädagogin (FH), systemische Beraterin

Ort: Familienstützpunkt Schierling, Rathausplatz 25, 2. Stock, 84069 Schierling

T-Shirts batiken

In Kooperation mit Lebenswirklichkeit in Bayern (KJF Regensburg)

Treffen für Frauen und Kinder mit Migrationshintergrund

Mittwoch, 05.10.2022 9.30-11.00 Uhr

Kosten: keine

Leitung: Doris Fuchs, Dipl.- Sozialpädagogin (FH)

Ort: Familienstützpunkt Schierling, Rathausplatz 25, 2. Stock, 84069 Schierling

Babyschlaf

Workshop

Dieser Workshop richtet sich an Schwangere und Eltern von Neugeborenen. In der Gruppe werden die Grundlagen für einen gesunden Schlaf erarbeitet.

Dienstag, 18.10.2022 19.00-20.30 Uhr

Kosten: keine

Leitung: Karin Brandt, Stillberaterin AFS und Schlafberaterin
artgerecht/1001Kindernacht

Ort: Online-Kurs, Anmeldung per E-Mail beim Familienstützpunkt Schierling

Erste Hilfe am Baby und Kind

Alles Wissenswerte über die Erste Hilfe am Baby und Kind an einem Abend. Eine Kooperation mit dem Bayerischen Roten Kreuz.

Montag, 24.10.2022 18.30-21.00 Uhr

Kosten: 28,00 €

Leitung: Tobias Götz, Ausbildungsleiter, BRK

Ort: Familienstützpunkt Schierling, Rathausplatz 25, 2. Stock, 84069 Schierling

Prep-Meals

fix und lecker auf Vorrat

Wertvolle Tipps zur sinnvollen Speiseplangestaltung sowie zur nährstoffschonenden Lagerung und Bevorratung von Speisen für junge Familien.

Mittwoch, 26.10.2022 9.30-11.00 Uhr

Kosten: 3,00 €

Leitung: Michaela Tschuschner, Ernährungsfachfrau, AELF Regensburg

Ort: Familienstützpunkt Schierling, Rathausplatz 25, 2. Stock, 84069 Schierling

Starke Eltern

Was bedeutet „Elterliche Präsenz“? Tipps für den Erziehungsalltag.

Donnerstag, 27.10.2022

19.00-20.30 Uhr

Kosten: keine

Leitung: Jenny Außerstorfer, Dipl.- Sozialpädagogin (FH),
systemische Familientherapeutin

Ort: Online-Kurs, Anmeldung per E-Mail beim Familienstützpunkt Schierling

Stillvorbereitungskurs

Informationen und Vorbereitung für Schwangere rund um das Thema Stillen.

Donnerstag, 27.10.2022

18.30-20.15 Uhr

Kosten: 10,00 €

Leitung: Martina Eibl, Hebamme

Ort: Online-Kurs, Anmeldung per E-Mail beim Familienstützpunkt Schierling

Herausforderung: digitale Medien

Wie kann Medienerziehung gelingen und wann hat der Spaß ein Ende?

Neueste Erkenntnisse für Eltern, Großeltern, Erzieherinnen und Erzieher sowie Interessierte von Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter.

Donnerstag, 10.11.2022 **19.00-20.30 Uhr**
Kosten: keine
Leitung: Esther Christmann, Medienpädagogin bei der
Jugendschutzstelle Regensburg
Ort: online, Kooperationsveranstaltung der Familienstützpunkte
im Landkreis Regensburg

Windelfrei

Sauber bleiben statt sauber werden

Viele Informationen und Tipps rund um das Thema windelfrei.
Auch für Schwangere geeignet.

Dienstag, 15.11.2022 **18.30-20.30 Uhr**
Kosten: 22,00 €
Leitung: Karin Kronseder, Stillberaterin, Artgerecht Baby Coach
Ort: Online-Vortrag, Anmeldung per E-Mail beim Familienstützpunkt Schierling

Ressourcen

Workshop

Unsere Stärken gehen im Alltagsstress oft unter und Ressourcen werden nicht genutzt. Was steckt in einem, das vielleicht schon in Vergessenheit geraten ist? Gemeinsam auf die Suche gehen und dabei gemeinsam viele Mini-Auszeiten genießen.

Montag, 21.11.2022 **19.00-21.00 Uhr**
Kosten: keine
Leitung: Carola Hanusch, Dipl.- Sozialpädagogin (FH), systemische Beraterin
Ort: Familienstützpunkt Schierling, Rathausplatz 25, 2. Stock, 84069 Schierling

Trageworkshop

Schiebst du noch oder trägst du schon?

Babys sind Traglinge, keine Liegelinge. Es werden verschiedene Tragehilfen und -tücher vorgestellt und mit Hilfestellung dürfen diese ausprobiert werden.

Montag, 28.11.2022 **9.00-11.00 Uhr**
Kosten: 35,00 €
Leitung: Simone Wild, Beckenbodentrainerin, Prä- und Postnataltrainerin,
Karin Kronseder, Stillberaterin, Artgerecht Baby Coach
Ort: Familienstützpunkt Schierling, Rathausplatz 25, 2. Stock, 84069 Schierling

Angebote außerhalb der Familienstützpunkte

Interessieren Sie sich für Themen und finden diese nicht in unserem aktuellen Programm? Oder sind Sie eine Gruppe mit mindestens acht Teilnehmern und wünschen sich eine Veranstaltung in Ihren Räumlichkeiten? Dann wenden Sie sich bitte an die Leitung eines Familienstützpunktes in Ihrer Nähe. Sie hilft Ihnen gerne weiter.

Unser Programm finden Sie online unter **www.familie-bildung.info**

Sie suchen weitere Angebote für sich und Ihre Familie oder Themen/Referenten für Vorträge in Ihrer Eltern-Kind-Gruppe, im Kindergarten oder in der Schule?

Ein interessantes und vielfältiges Bildungsangebot im Landkreis Regensburg bieten unter anderem auch an:

- Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Regensburg – Kursinformationen und Anmeldung unter: www.aelf-re.bayern.de/ernaehrung/familie
- vhs Regensburger Land e. V. unter: www.vhs-regensburg-land.de
Themen der Familienbildung unter dem Programmbereich „Junge VHS“.

Ein praktischer Ratgeber mit hilfreichen Tipps für Familien ist außerdem das „Familienhandbuch“, das Sie kostenlos unter: www.landkreis-regensburg.de/koki herunterladen können.

Weitere Online-Ratgeber für Familien:

- Der Bayerische Erziehungsratgeber: www.baer.bayern.de
- Familienland Bayern: www.familienland.bayern.de

Kooperationspartner, u. a.

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Regensburg

Lechstraße 50
93057 Regensburg

Drugstop e. V.

Landshuter Straße 43
93053 Regensburg

Projekt Lebenswirklichkeit in Bayern

Referat Migranten und Integration
Kath. Jugendfürsorge der Diözese Regensburg e. V.
Heiliggeistgasse 7
93047 Regensburg

VHS Regensburger Land e. V.

Königsberger Straße 4
93073 Neutraubling

KoKi-Netzwerk frühe Kindheit

Landratsamt Regensburg
Kreisjugendamt
Altmühlstraße 3
93059 Regensburg



Gefördert durch:



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

Herausgeber

Landratsamt Regensburg
Altmühlstraße 3, 93059 Regensburg

Bild: © fotoknips - stock.adobe.com
Druck: Neku Media GmbH, Neutraubling