Landkreis
Regensburg

Familienstützpunkte
im Landkreis Regensburg

Programm September–Dezember 2021

www.familie–bildung.info

Inhalt

Grußwort von Landrätin Tanja Schweiger **3**

Standorte der Familienstützpunkte im Landkreis **4**

Beratungsgespräch **6**

Programm der Familienstützpunkte
- Donau.Wald (Wörth a.d. Donau, Brennberg, Wiesent) 8
- Lappersdorf 12
- Neutraubling 20
- Nittendorf 23
- Regenstauf 27
- Schierling 35

Kooperationspartner **40**

Angebote außerhalb der Familienstützpunkte **41**

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.

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Eltern,

jeder, der Verantwortung für Kinder 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 Herbst 2021.

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. 09482 9403-28 oder 09482 9403-26
E-Mail: familienstuetzpunkt@vg-woerth-brennberg.de

Lappersdorf im Jugendtreff
Marion Lindner und Christina Renner-Lintl
Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf
Tel. 0941 85 00 479
E-Mail: familienstuetzpunkt@lappersdorf.de

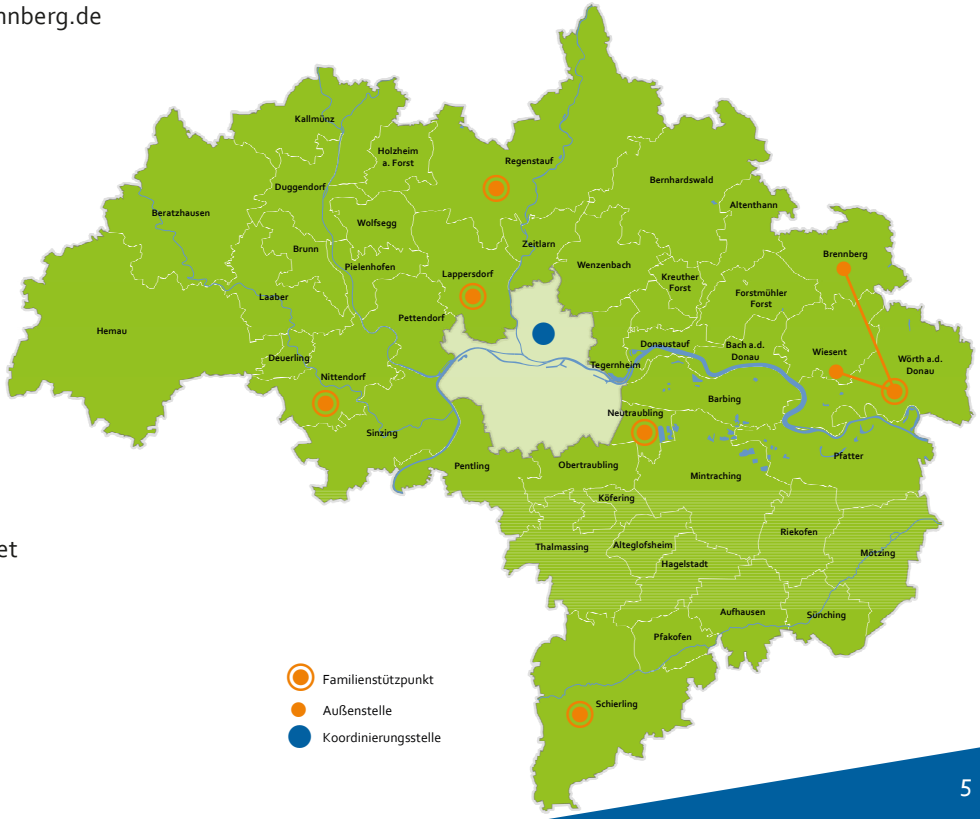
Neutraubling im Kindergarten Sausewind
Nicole Rempter
Edith-Frank-Straße 10, 93073 Neutraubling
Tel. 09401 539 80 70
E-Mail: familienstuetzpunkt@neutraubling.net

Nittendorf im Jugendtreff
Rosi Murauer
Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf
Tel. 09404 642-214 oder 0171 178 65 86
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 4009-491
E-Mail: familienbildung@lra-regensburg.de



Beratungsgespräch

Die Koordinierungsstelle Familienbildung/Familienstützpunkte im Landratsamt Regensburg sowie die sechs Familienstützpunkte im Landkreis Regensburg stehen Familien auch in dieser außergewöhnlichen und schwierigen „Corona-Situation" 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, Brennberg und Wiesent
Patricia Betz
Jeden Montag und Donnerstag von 8.30–10.30 Uhr und nach Vereinbarung
Telefon: 09482 9403-28

Familienstützpunkt Lappersdorf
Marion Lindner und Christina Renner-Lintl
Termine nach Vereinbarung
Telefon: 0941 8500-479

Familienstützpunkt Neutraubling
Nicole Rempter
Dienstag, von 14.00–16.00 Uhr und nach Vereinbarung (außer in den Schulferien)
Telefon: 09401 5398070

Familienstützpunkt Nittendorf
Rosi Murauer
jeden Montag von 11.00–12.00 Uhr sowie Donnerstag von 8.00–9.00 Uhr
Telefon: 09404 642-214 oder 0171 178 65 86

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 –1 7.30 Uhr (außer in den Schulferien)
und nach Vereinbarung
Telefon: 09402 9382-515

Familienstützpunkt Schierling
Annette Straßer
jeden Donnerstag von 8.30–12.00 Uhr sowie nach Vereinbarung
Telefon: 09451 9430-877

Familienstützpunkt Donau.Wald

Natursalben

Selber rühren

An diesem Nachmittag geht es darum, wie man selber Salben herstellt. Jeder Teilnehmer bekommt einen Lippenpflegestift und eine Salbe mit nach Hause.

Freitag, 10.09.2021 14.30-16.30 Uhr
Kosten: 20,00 €
Leitung: Monika Allkofer, TEH Praktikerin
Ort: Bürgerhaus Wiesent, Bahnhofstraße 1, 93109 Wiesent

Pilzexkursion

Pilze sammeln und bestimmen

Pilzerkundung für Familien im Wald. Die Pilze werden im Anschluss vom Pilzsachverständigen bestimmt.

Samstag, 18.09.2021 9.00-11.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Helmut Zitzmann, Pilzsachverständiger
Ort: Treffpunkt: Hallenbadparkplatz, Geschwelltalstraße 10, 93086 Wörth an der Donau

Erste Hilfe am Baby

Ein-Abend-Kurs

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

Montag, 20.09.2021 18.00-21.15 Uhr
Kosten: 28,00 €
Leitung: Tobias Götz, Ausbildungsleiter beim BRK
Ort: Bürgerhaus Wörth, Ludwigstraße 7, 93086 Wörth an der Donau

Babymassage

Eltern erfahren die Methode der Babymassage und die beruhigende Wirkung der Massage fürs Baby.

jeweils Montag, 4-mal, 20.9.2021-11.10.2021 9.30-10.30 Uhr
Kosten: 60,00 €
Leitung: Kerstin Luttner, Erzieherin, Babymassage Kursleitung
Ort: Familienstützpunkt Donau.Wald, Rathausplatz 1, 93086 Wörth an der Donau

Nähkurs

Türstopper

Heute nähen wir lustige Türstopper. Nähmaschinen werden gestellt.

Samstag, 16.10.2021 9.30-11.30 Uhr
Kosten: 24,00 €
Leitung: Nathalie Malkrab, Hobbyschneiderin
Ort: Bürgerhaus Wiesent, Bahnhofstraße 1, 93109 Wiesent

Essstörungen

Was is(s)t denn noch normal

Kurzüberblick über Krankheitsbilder, Hintergründe, Folgeerscheinungen. Anzeichen. Was hilft, was schadet?

Donnerstag, 28.10.2021 18.30-20.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Claudia Burmeister, Dipl.-Sozialpädagogin (FH)
Ort: Online-Veranstaltung, Anmeldung unter: familienstuetzpunkt@vg-woerth-brennberg.de

Mental Load

Wie klappt gerechte Arbeitsteilung

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

Dienstag, 09.11.2021 19.00-20.15 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Jenny Außerstorfer, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Systemische Familientherapeutin und Supervisorin (DGSF)
Ort: Online-Veranstaltung, Anmeldung unter: familienstuetzpunkt@vg-woerth-brennberg.de

Keine Macht den Drogen

Eine Phase oder ein Problem?

Elternabend zum Thema „Drogen": mit kurzem Input über Drogenarten und deren Auswirkungen und wie man als Eltern trotzdem in Beziehung bleiben kann.

Mittwoch, 17.11.2021 18.00-19.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Felix Domnick, Dipl.-Pädagoge, Mitarbeiter Drugstop
Ort: Stützpunktübergreifende Online-Veranstaltung in Zusammenarbeit mit Drugstop
Anmeldung unter: familienstuetzpunkt@vg-woeth-brennberg.de

Nähkurs

Backschürze

Heute nähen wir eine Backschürze, Nähmaschinen werden gestellt.

Samstag, 20.11.2021 9.30-11.30 Uhr
Kosten: 24,00 €
Leitung: Natalie Malkrab, Hobbyschneiderin
Ort: Bürgerhaus Wiesent, Bahnhofstraße 1, 93109 Wiesent

Babynahrung

Durchblick im Produktdschungel

Was braucht ein Baby in den einzelnen Entwicklungsstufen wirklich? Welche Logos und Siegel sind verlässlich?

Mittwoch, 01.12.2021 15.00-16.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Christina Apel, Dipl.-Trophologin
Ort: Online-Veranstaltung, Anmeldung unter: familienstuetzpunkt@vg-woerth-brennberg.de

Familienstützpunkt Lappersdorf

Pikler® Spielraum

Gruppe IV

Ein Entdeckungsraum für Babys und Kleinkinder. 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.

jeweils Montag, nicht in den Schulferien, 20.09.-13.12.2021 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 I

Ein Entdeckungsraum für Babys und Kleinkinder. 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.

jeweils Montag, nicht in den Schulferien, 20.09.-13.12.2021 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 II

Ein Entdeckungsraum für Babys und Kleinkinder. 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.

jeweils Dienstag, nicht in den Schulferien, 21.09.-14.12.2021 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 III

Ein Entdeckungsraum für Babys und Kleinkinder. 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.

jeweils Dienstag, nicht in den Schulferien, 21.09.-14.12.2021 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 Kindergarteneintritt. Die Gruppen bieten Kontaktmöglichkeit, Erfahrungsaustausch, Orientierungshilfe z. B. in Fragen der Erziehung, Information und Anregungen z. B. zu kindgerechter Beschäftigung oder gesunder Ernährung.

jeweils Mittwoch, 15.09.-15.12.2021 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 Kindergarteneintritt. Die Gruppen bieten Kontaktmöglichkeit, Erfahrungsaustausch, Orientierungshilfe z. B. in Fragen der Erziehung, Information und Anregungen z. B. zu kindgerechter Beschäftigung oder gesunder Ernährung.

jeweils Donnerstag, 16.09.-16.12.2021 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

„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. Im Kurs kommen Lieder, Verse und Bewegungslieder zum Einsatz. Das Konzept beruht auf wissenschaftlichen Grundlagen und stützt sich an den pädagogischen Konzepten: - Maria Montessori („Hilf mir es selbst zu tun") – Emmi Pikler („Lass mir Zeit") – Elfriede Hengstenberg („Körperbewusstsein und Selbstbewusstsein") – Jesper Juul („Beziehung statt Erziehung"), Anmeldung unter: www.loewenliebe.com

jeweils Freitag, nicht in den Schulferien, 24.09.-03.12.2021 9.30-10.45 Uhr
Kosten: 140,00 €
Leitung: Vanessa Loew, zertifizierte FenKid-Kursleiterin
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

Elternfrühstück

Einmal monatlich findet ein Elternfrühstück statt. Es gibt die Möglichkeit des Kennenlernens und Austausches mit anderen Eltern in kinderfreundlicher Atmosphäre. Während die Eltern in Ruhe ihr Frühstück genießen und Erfahrungen mit anderen austauschen können, werden die kinder kostenlos (nur für Kinder vor dem Kindergarteneintritt) durch eine pädagogische Fachkraft betreut.

jeweils Dienstag, 28.09.2021, 26.10.2021, 23.11.2021, 14.12.2021
9.00-11.00 Uhr
Kosten: 5,00 €
Leitung: Christina Renner-Lintl, Dipl.-Sozialpädagogin (FH)
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

Bewegtes Denken

Was trainiert wird, wächst, ähnlich wie bei der Muskulatur

Wer frühzeitig seine grauen Zellen trainiert, wird es auch in unserer schnelllebigen Zeit schaffen, geistig mitzuhalten. Unterschiedliche Bewegungsübungen von Atemübung über Qi Gong bis Line Dance wechseln sich mit den 12 Trainingszielen des Ganzheitlichen Gedächtnistrainings ab. In jeder Kurseinheit wird ohne Zeit- und Leistungsdruck, dafür mit jeder Menge Spaß, ein Trainingsziel mit kognitiven und motorischen Übungen im Wechsel trainiert. Die 12 Trainingsziele: assoziatives Denken, Denkflexibilität, Fantasie und Kreativität, Formulierung, Konzentration, Logisches Denken, Merkfähigkeit, Strukturieren, Urteilsfähigkeit, Wahrnehmung, Wortfindung, Zusammenhänge erkennen.

jeweils Donnerstag, ab September 18.15-19.00 Uhr
Kosten: 120,00 € 6erBlock 240,00 €10er Block
Leitung: Petra Leitl, zertifizierte ganzheitliche Gedächtnistrainerin des Bundesverbandes für Gedächtnistraining
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

Denk-Pfad Lappersdorf

Gehen und Denken tut den kleinen grauen Zellen richtig gut. Bewegung erhöht die geistige Leistungsfähigkeit um 20%. Die frische Luft ist ein weiterer Pluspunkt. Einen Denkpfad geht man nicht alleine. In Gesellschaft und mit viel Spaß Aufgaben lösen wird zu einem schönen Erlebnis. Mit dem Denkpfad die Merkfähigkeit erhalten und der Konzentration und dem Gedächtnis neue Impulse geben. Sämtliche Denksportaufgaben basieren dabei auf den Trainingszielen des Bundesverbandes für Gedächtnistraining e.V. Denkpfade werden nach Absprache wöchentlich im Rehtal oder im Metzenbachtal in Lappersdorf durchgeführt.

Nach Absprache, ab September **Uhrzeit nach Absprache**
Kosten: 7,00 € Einzeltermin, 50,00 € 10er Block
Leitung: Petra Leitl, zertifizierte ganzheitliche Gedächtnistrainerin des Bundesverbandes für Gedächtnistraining
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

Cybermobbing

Medien in der Familie

Ein Vortrag in Kooperation mit der Stiftung Medienpädagogik Bayern für alle Erziehenden mit Kindern zwischen 10 bis 14 Jahren. Auswirkungen von Cyber-Mobbing für Täter und Opfer, was Eltern tun können und wie Cyber-Mobbing vorgebeugt werden kann.

Montag, 11.10.2021 19.00-20.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Doris Sippel, Medienpädagogin
Ort: Online-Vortrag, Anmeldung per Mail unter: familienstuetzpunkt.schierling@gmx.de oder famiienstuetzpunkt@lappersdorf.de

„Schluss mit Brei – jetzt essen wir gemeinsam"

Praktische Informationen, wie erleichtert man seinem Kind den Übergang von Brei auf feste Nahrung, welche Lebensmittel sind dafür besonders geeignet und welche eher nicht. Auf Mahlzeitenverteilung und Portionsgrößen wird eingegangen und Rezepte werden ausprobiert.

Dienstag, 12.10.2021 9.00-11.00 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Michaela Tschuschner, Ernährungsfachfrau in Kooperation mit dem AELF, Regensburg
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

„Manchmal darf es auch was Süßes sein"

Es werden sinnvolle Alternativen vorgestellt, um das angeborene Verlangen der Kleinen nach Süßem zu befriedigen. Die Eltern erfahren, wie viel Zucker sich in beispielhaften Produkten versteckt und wie man „Zucker" auf der Packung findet.

Dienstag, 12.10.2021 18.00-20.00 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Irmgard Vilsmeier, Ernährungsfachfrau, in Kooperation mit dem AELF, Regensburg
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

„Über Sexualität sprechen."

Ein Abend für Eltern: Gedanken, Informationen und Austausch zum Thema Pubertät und Sexualität

Mit dem Abschied von der Grundschulzeit beginnt ein neuer Entwicklungsabschnitt: Die Pubertät. Es gibt zahlreiche Informationen, wie die Kinder in dieser individuellen Entwicklung begleitet werden können.

Dienstag, 19.10.2021 19.30-21.00 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Stefanie Aumer, Dipl.-Sozialpädagogin (FH)
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 noch dazu? Viele hilfreiche Informationen, Tipps und Tricks für das bevorstehende neue Kapitel. Anmeldung unter: www.loewenliebe.com

Donnerstag, 11.11.2021, 16.12.2021 19.00-21.15 Uhr
Kosten: 90,00 € pro Paar
Leitung: Vanessa Loew, zertifizierte FenKid-Kursleiterin
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, PielmühlerStraße 19, 93138 Lappersdorf

Keine Macht den Drogen

Eine Phase oder ein Problem?

Elternabend zum Thema „Drogen": mit kurzem Input über Drogenarten und deren Auswirkungen und wie man als Eltern trotzdem in Beziehung bleiben kann.

Mittwoch, 17.11.2021 18.00-19.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Felix Domnick, Dipl.-Pädagoge, Mitarbeiter Drugstop
Ort: Stützpunktübergreifende Online-Veranstaltung
in Zusammenarbeit mit Drugstop,
Anmeldung unter: familienstuetzpunkt@vg-woeth-brennberg.de

„Bewegungsspaß im Alltag– Wohnzimmersport"

Kreative Anregungen für Bewegungsideen und Spiel und Spaß im Haus. Das ganze Haus ist ein Bewegungsabenteuer! „Bewegungs-Spiel-Räume" schaffen im Haus, um die gesunden Entwicklung der Kinder zu unterstützen.

Donnerstag, 18.11.2021 17.00-18.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Melanie Müller, in Kooperation mit dem AELF Regensburg
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

„Resilienz–wie wir unsere Kinder stärken"

Jeder Mensch ist in seinem Leben mit verschiedenen Veränderungen, schwierigen Lebensumständen oder Schicksalsschlägen konfrontiert, die es zu meistern gilt. Auch wenn wir unsere Kinder vor solchen Krisen schützen möchten, ist dies nicht immer möglich. Doch jedes Kind wird mit der Fähigkeit, herausfordernde Situationen zu bewältigen (Resilienz), geboren. Der Vortrag soll dazu beitragen, was Eltern, Großeltern und Pädagogen tun können, um Kindern zu helfen, Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten zu entwickeln und sich gestärkt für die Anforderungen in der Welt zu fühlen.

Mittwoch, 24.11.2021 19.00-20.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Carola Hanusch, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), systemische Beraterin
Ort: Familienstützpunkt Lappersdorf, Pielmühler Straße 19, 93138 Lappersdorf

Familienstützpunkt Neutraubling

Familienzeit jetzt! „Na klar!" Aber was dann?

Wieder zurück in den alten Beruf? Oder etwas Neues anfangen?

Der Bildungsberater der VHS Regensburger Land erklärt aktuelle Trends auf dem Arbeitsmarkt, berät zu Weiterbildungen und zeigt Perspektiven.

Dienstag, 28.09.2021 19.00- 20.00 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Torsten Tomenendal, Bildungsberater
Ort: Familienstützpunkt Neutraubling, Edith-Frank-Straße. 10, 93073 Neutraubling

One Pot Gerichte

Alles aus einem Topf mit wenig Geschirr und Aufwand!

Gerade Suppen, Eintöpfe und Aufläufe können den Speiseplan zu jeder Jahreszeit bereichern. Kinder lieben das. Reichlich Gemüse wird hier variabel eingesetzt. Die Teilnehmer lernen, welches Gemüse gerade Saison hat, was beim Einkauf und bei der Lagerung beachtet werden soll und wie anhand der Ernährungspyramide der täglich benötigte Nährstoffbedarf gedeckt werden kann.

Dienstag, 05.10.2021 18.30- 20.30 Uhr
Kosten: 4,00 €
Leitung: Michaela Tschuschner, Ernährungsfachfrau in Kooperation mit dem AELF, Regensburg
Ort: Kindergarten Sausewind, Edith-Frank-Straße 8, 93073 Neutraubling

Ich wünschte, ich wäre ein Huhn!

Hühner, Eier, hausgemachte Nudeln und Co

Glückliche Hühner und hausgemachte Produkte, dafür steht der MarOle´s Hühnerhof. Kinder mit ihren Eltern erhalten eine Hofführung, lernen die Nudelküche kennen und können noch die Hühner füttern. Bitte nur 1 Erwachsener pro Kind, aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl von 20 Personen.

Samstag, 09.10.2021 14.30- 16.00 Uhr
Kosten: 2,50 € (Erwachsener)
Leitung: Nicole Haslbeck, MarOle`s Hof
Ort: MarOle´s Hof, Unterheising 34, 93092 Barbing, Anmeldung beim Familienstützpunkt Neutraubling, Edith-Frank-Straße 10, 93073 Neutraubling

Märchennachmittag

Der gestiefelte Kater

Der Märchenerzähler „Olivier" erzählt nicht nur Märchen, er stellt sie dar. Es ist immer ein Erlebnis für Jung und Alt.

Freitag, 22.10.2021 15.30- 16.15 Uhr
Kosten: 5,00 € (Kind), 7,00 € (Erwachsener)
Leitung: Oliver Machander, Märchenerzähler und Autor
Ort: Stadthalle Neutraubling, Regensburger Straße. 11, 93073 Neutraubling

Erste Hilfe am Kind

Kompaktkurs Kindernotfälle

Dieser Kurs vermittelt kompakt, wie man in einer Notfallsituation bei einem Kind richtig reagiert. Es werden gängige Kindernotfälle besprochen. Zum Üben der erlernten Inhalte ist Zeit vorhanden.

Dienstag, 09.11.2021 18.30- 21.00 Uhr
Kosten: 28,00 € pro Person (Paare: 50,00 €)
Leitung: Tobias Götz, Ausbildungsleiter beim BRK
Ort: Familienstützpunkt Neutraubling, Edith-Frank-Straße 10, 93073 Neutraubling

Keine Macht den Drogen

Eine Phase oder ein Problem?

Elternabend zum Thema „Drogen": mit kurzem Input über Drogenarten und deren Auswirkungen und wie man als Eltern trotzdem in Beziehung bleiben kann.

Mittwoch, 17.11.2021 18.00- 19.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Felix Domnick, Dipl.-Pädagoge, Mitarbeiter Drugstop
Ort: Stützpunktübergreifende Online-Veranstaltung
in Zusammenarbeit mit Drugstop,
Anmeldung unter: familienstuetzpunkt@vg-woeth-brennberg.de

Liebesbeweis Nein-Sagen

Elternabend

Erziehen ist heute keine leichte Aufgabe. Besonders Situationen, in denen wir Kindern etwas abschlagen müssen, sind eine Herausforderung. Da fällt das Nein-Sagen schwer. Dabei sind Grenzen und Regeln nicht nur einengende Gitterstäbe, sondern auch Schutzgitter, die Geborgenheit und Sicherheit vermitteln. Dieser Vortrag soll aufzeigen, warum Grenzen und Regeln für die kindliche Entwicklung so wichtig sind, damit freie und selbstbewusste Menschen heranwachsen können.

Donnerstag, 18.11.2021 19.00- 20.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Jenny Außerstorfer, Dipl.-Sozialpädagogin (FH),
Systemische Familientherapeutin und Supervisorin (DGSF)
Ort: Familienstützpunkt Neutraubling, Edith-Frank-Straße 10,
93073 Neutraubling

Familienstützpunkt Nittendorf

„Schluss mit Brei – jetzt essen wir gemeinsam"

Frauentreff

Praktische Informationen, wie der Übergang von Brei auf feste Nahrung beim Baby erleichtert werden kann, welche Lebensmittel dafür besonders geeignet sind und welche eher nicht. Auf Mahlzeitenverteilung und Portionsgrößen wird eingegangen und Rezepte ausprobiert.

Donnerstag, 23.09.2021 9.30-11.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Michaela Tschuschner, Ernährungsfachfrau,
in Kooperation mit dem AELF, Regensburg
Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Interkulturelles Kochen

„essen ist vielfältig und verbindet"

Gemeinsam Kochen mit Familien verschiedener Herkunft

Freitag, 24.09.2021 15.00-18.00 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Rosi Murauer, Dipl.-Sozialpädagogin (FH),
Leitung Familienstützpunkt Nittendorf
Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Musikalisches Eltern-Kind-Programm
Musikgarten

Für Kinder im Alter von 18 Monaten bis 3 Jahre bietet der Musikgarten einen spielerischen Einstieg in die Welt der Musik. Beim gemeinsamen Singen, Tanzen und Spielen, haben die Kinder die Möglichkeit mit allen Sinnen die Musik zu erforschen.

Montag, 11.10.2021 9.00-10.00 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Annett Rappe, Kindheitspädagogin
Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Upcycling
Taschen nähen

Aus gebrauchten Materialien (Kleidungsstücke, Stoffreste, Gürtelschnallen, Knöpfe u. v. m. können kunterbunte und kreative Taschen gestaltet und genäht werden. Keine Nähkenntnisse erforderlich!

Donnerstag, 14.10.2021 9.30-11.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Doris Fuchs, Dipl.-Sozialpädagogin (FH),
Kooperation mit Projekt „Lebenswirklichkeit in Bayern",
gefördert durch das Bayerische Staatsministerium des Innern
für Sport und Integration.
Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Herausforderung digitale Medien
Elternabend

Eltern brauchen Orientierung und Informationen um ihre Kinder in ihrer Medienkompetenz zu stärken und ihnen Handlungsstrategien für Risiken und Gefährdungen an die Hand zu geben. Zielgruppe: ab Schulalter

Dienstag, 26.10.2021 19.00-20.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Esther Christmann, Medienpädagogin
Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Keine Macht den Drogen
Eine Phase oder ein Problem?

Elternabend zum Thema „Drogen": mit kurzem Input über Drogenarten und deren Auswirkungen und wie man als Eltern trotzdem in Beziehung bleiben kann.

Mittwoch, 17.11.2021 18.00-19.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Felix Domnick, Dipl.-Pädagoge, Mitarbeiter Drugstop
Ort: Stützpunktübergreifende Online-Veranstaltung
in Zusammenarbeit mit Drugstop,
Anmeldung unter: familienstuetzpunkt@vg-woeth-brennberg.de

Erste Hilfe an Baby und Kleinkind
Elternabend

Alles Wissenswerte über die Ersthilfe an Baby und Kleinkind

Montag, 22.11.2021 18.30-20.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Dr. Marcus Ilg, Notfallarzt
Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Interkulturelle Ausfahrt
Christkindlmarkt St. Englmar Waldwipfelweg

Eine Familienausfahrt verschiedener Kulturen zum weihnachtlichen Waldwipfelweg.

Donnerstag, 16.12.2021 16.00-20.00 Uhr
Kosten: 5,00 €
Leitung: Rosi Murauer, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Leitung Familienstützpunkt
Lydia Keil, Integrationsbeauftragte
Ort: Treffpunkt: Grundschule Nittendorf, Bernsteinstraße 13, 93152 Nittendorf

Außensprechstunde

Beratungsstelle der katholischen Jugendfürsorge Regensburg

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

donnerstags nach Vereinbarung, nicht in den Schulferien
Kosten: keine
Leitung: Ebba Piplack, Dipl.-Sozialpädagogin (FH)
Ort: Markt Nittendorf, Am Marktplatz 3, 93152 Nittendorf, Raum 204

Tanzangebot für Kinder

Zumba

Offenes Angebot für die Altersklasse 5 bis 11 Jahre, keine Vorkenntnisse notwendig, regelmäßiges Training unter professioneller Anleitung

dienstags, nicht in den Schulferien, 18.00-19.00 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Rosi Murauer, Dipl.-Sozialpädagogin (FH) Leitung Familienstützpunkt
Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Rückbildungsgymnastik mit Beckenbodentraining

Ein Angebot für Frauen mindestens 8 Wochen nach der Geburt

jeweils mittwochs, 19.15-20.15 Uhr
Kosten: In Absprache mit der Referentin
Leitung: Sylvia Apel, Hebamme, MFA und Beckenbodentrainerin
Ort: Familienstützpunkt Nittendorf, Brunnenstraße 3, 93152 Nittendorf

Familienstützpunkt Regenstauf

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, zert. Elternberaterin, FSP Regenstauf
Ort: Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

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, zert. Elternberaterin, Familienstützpunkt Regenstauf
Ort: Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

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

Baby- und Kindersachenbasar

Herbstbasar „Alles für´s Baby und Kind". Bitte den genauen Termin und Tischgebühr ab September 2021 im Familienstützpunkt Regenstauf erfragen.

genauen Termin bitte im Familienstützpunkt erfragen
Kosten: 10,00 €
Leitung: Barbara Maier, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Mehrgenerationenhaus,
Kristin Kilger, päd. Fachkraft, Familienstützpunkt Regenstauf
Ort: wird noch bekannt gegeben

Mama-Papa-Online-Kennenlerntreff

Ein virtueller Treffpunkt für alle Mamas & Papas, gerade wenn Corona im Herbst und Winter wieder Kontaktbeschränkungen bringen sollten.

Donnerstag, 22.07.2021, 23.09.2021, 21.10.2021, 25.11.2021 15.30-16.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Kristin Kilger, päd. Fachkraft, Familienstützpunkt Regenstauf
Ort: Online-Treff, Anmeldung unter: familienstuetzpunkt@regenstauf.de

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) gemeinsam zu spielen und zu basteln.

jeden 1. und 3. Montag im Monat, ab 20.09.2021 16.00-17.00 Uhr
Kosten: 2,00 €
Leitung: Kristin Kilger, päd. Fachkraft, Familienstützpunkt Regenstauf
Ort: Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus,
Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

Fitdankbaby®

fitdankbaby® - 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 Spielen und Liedern und ist dabei entspannt. So kann die Mama mit viel Spaß effektiv trainieren.

Donnerstag, ab 16.09.2021 9.00-10.15 Uhr
Kosten: bitte bei Kursleitung erfragen
Leitung: Karin Rautner, fitdankbaby® -Trainerin, Tel.: 0157 30165208
Mail: karin.rautner@fitdankbaby.de
Ort: ggf. online, Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus,
Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

Fitdankbaby®

fitdankbaby® - Mini (für Babys ab 3-7 Monaten)

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

Donnerstag, ab 16.09.2021 10.45-12.00 Uhr
Kosten: bitte bei Kursleitung erfragen
Leitung: Karin Rautner, fitdankbaby® -Trainerin, Tel.: 0157 30165208
Mail: karin.rautner@fitdankbaby.de
Ort: ggf. online Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

Familientreff am Vormittag

Manchmal darf es etwas Süßes sein

Es werden sinnvolle Alternativen vorgestellt, um das angeborene Verlangen der Kleinen nach Süßem zu befriedigen. Die Eltern erfahren, wie viel Zucker sich in manchen Produkten versteckt und wie man „Zucker" auf den Produktpackungen findet.

Freitag, 24.09.2021 9.00-11.00 Uhr
Kosten: bitte im FSP erfragen
Leitung: Irmgard Vilsmeier, Ernährungsfachfrau, in Kooperation mit dem AELF Regensburg
Ort: Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

Alleinerziehendentreff

Gemeinsam geht´s leichter

Ein neues Schul-/KiTa-Jahr – Erfahrungsaustausch

Samstag, 25.09.2021 9.30-11.00 Uhr
Kosten: kleine (freiwillige) Spende erbeten
Leitung: Barbara Maier, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Mehrgenerationenhaus, Kristin Kilger, päd. Fachkraft, Familienstützpunkt Regenstauf
Ort: Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34 ,93128 Regenstauf

Erste Hilfe-Kurs Baby und Kind

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

Montag, 04.10.2021 18.30-21.00 Uhr
Kosten: 28,00 € pro Person 50,00 € für Paare
Leitung: Tobias Götz, Ausbildungsleiter BRK
Ort: Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

Familienzeit jetzt – „Na klar" aber was dann?

Wieder zurück in den alten Beruf? Oder etwas Neues anfangen?
Der Bildungsberater der VHS Regensburger Land erklärt aktuelle Trends auf dem Arbeitsmarkt, berät zu Weiterbildungen und zeigt Perspektiven.

Donnerstag, 07.10.2021 19.30-20.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Torsten Tomenendal, Bildungsberater
Ort: ggf. online, Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

Alleinerziehendentreff

Gemeinsam geht´s leichter

Schlossberg-Rallye – gemeinsam das Regenstaufer Wahrzeichen erkunden

Samstag, 16.10.2021 9.30-11.00 Uhr
Kosten: kleine (freiwillige) Spende erbeten
Leitung: Barbara Maier, Dipl.-Sozialpädagogin, Mehrgenerationenhaus, Kristin Kilger, päd. Fachkraft, Familienstützpunkt Regenstauf
Ort: Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34,93128 Regenstauf

Familientreff am Nachmittag

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

Die Teilnehmer 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. Wie viel soll mein Kind essen und trinken? Die Ernährungspyramide ist hier ein wichtiges Werkzeug bei der Planung.

Donnerstag, 28.10.2021 15.30-17.00 Uhr
Kosten: bitte im Familienstützpunkt erfragen
Leitung: Michaela Tschuschner, in Kooperation mit dem AELF, Regensburg
Ort: Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

Hausaufgaben- und Lernzeit – gemeinsam gestalten und meistern

Hausaufgaben sind in vielen Familien ein wichtiges und oft sensibles und problembehaftetes Thema. Viele Eltern fragen sich, wie die Kinder ihre Hausaufgaben am besten erledigen sollen. Im Rahmen des Vortrages werden diese und viele weitere Fragestellungen beantwortet und den Eltern Anregungen für die Gestaltung der Hausaufgaben- und Lernzeit mitgegeben.

Donnerstag, 28.10.2021 19.00-20.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Sophie Winkelmeyer, Sozialpädagogin B.A., Integrative Lerntherapie M.A.
Ort: ggf. online, Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

Alleinerziehendentreff

Gemeinsam geht´s leichter

Plätzchen backen für die Adventsfeier

Samstag, 13.11.2021 9.30-11.00 Uhr
Kosten: kleine (freiwillige) Spende erbeten
Leitung: Barbara Maier, Dipl.-Sozialpädagogin (FH) Mehrgenerationenhaus, Kristin Kilger, päd. Fachkraft, Familienstützpunkt Regenstauf
Ort: Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

Keine Macht den Drogen

Eine Phase oder ein Problem?

Elternabend zum Thema „Drogen": mit kurzem Input über Drogenarten und deren Auswirkungen und wie man als Eltern trotzdem in Beziehung bleiben kann.

Mittwoch, 17.11.2021 18.00-19.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Felix Domnick, Dipl.-Pädagoge, Mitarbeiter Drugstop
Ort: Stützpunktübergreifende Online-Veranstaltung in Zusammenarbeit mit Drugstop, Anmeldung unter: familienstuetzpunkt@vg-woeth-brennberg.de

Familientreff am Vormittag

Großeltern-Treff

Alle Großeltern sind eingeladen, sich mit anderen Großeltern über ihre alltäglichen und nicht so alltäglichen Erfahrungen mit ihren Kindern und Enkelkindern auszutauschen.

Freitag, 26.11.2021 9.00-11.00 Uhr
Kosten: Getränke laut Liste
Leitung: Kristin Kilger, päd. Fachkraft, Familienstützpunkt Regenstauf
Ort: Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

Geschwister – Zwischen Liebe und Rivalität

Vortrag

Streit unter Geschwistern ist für viele Eltern nichts Unbekanntes. Für die Geschwister selbst ist es die beste Schule für die Zukunft, denn sie lernen dabei, sich durchzusetzen und wann es besser ist, nachzugeben. Im Vortrag wird beleuchtet, was Geschwisterstreit bedeuten kann, wie Kinder befähigt werden, ihre Konflikte zu lösen und was Eltern für eine tragfähige Geschwisterbeziehung tun können.

Donnerstag, 02.12.2021 19.00-20.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Jenny Außerstorfer, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Systemische Familientherapeutin und Supervisorin (DGSF)
Ort: ggf. online, Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

Alleinerziehendentreff

Gemeinsam geht´s leichter

Adventsfeier

Samstag, 11.12.2021 9.30-11.00 Uhr
Kosten: kleine (freiwillige) Spende erbeten
Leitung: Barbara Maier, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Mehrgenerationenhaus, Kristin Kilger, päd. Fachkraft, Familienstützpunkt Regenstauf
Ort: Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

Familientreff am Nachmittag

Adventsfeier

Gemütliches Beisammensein und Austausch bei Kinderpunsch und Lebkuchen.

Donnerstag, 16.12.2021 15.30-17.00 Uhr
Kosten: kleine (freiwillige) Spende erbeten
Leitung: Kristin Kilger, päd. Fachkraft, Familienstützpunkt Regenstauf
Ort: Familienstützpunkt Regenstauf, im Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 34, 93128 Regenstauf

Familienstützpunkt Schierling

Babysprechstunde

Beratung zu Wochenbett, Stillen und Entwicklung

Mittwoch, 15.09.2021, 06.10.2021, 10.11.2021, 15.12.2021 9.00-11.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Martina Eibl, Hebamme
Ort: Familienstützpunkt Schierling, Rathausplatz 25, 2. Stock, 84069 Schierling

Stillvorbereitungskurs

Informationen und Vorbereitung für Schwangere rund um das Thema Stillen

Montag, 20.09.2021 18.30-20.15 Uhr
Kosten: 10,00 €
Leitung: Martina Eibl, Hebamme
Ort: Online-Kurs, Anmeldung per Mail unter: familienstuetzpunkt.schierling@gmx.de

Fix und lecker

Aus dem AELF Programm 2021

Leckere Familienkost selbstgemacht für Zuhause zum Mitkochen. Zutatenliste wird vorher verschickt

Dienstag, 21.09.2021 10.00-12.00 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Michaela Tschuschner, Ernährungsfachfrau in Kooperation mit dem AELF, Regensburg
Ort: Online-Kurs, Anmeldung per Mail unter: familienstuetzpunkt.schierling@gmx.de

Stoffwindelberatung

Alle wichtigen Informationen über das Wickeln mit Stoff und verschiedene Stoffwindelsysteme. Für einen nachhaltigen Wickelstart!

Montag, 27.09.2021 9.00-11.30 Uhr
Kosten: 29,00 €
Leitung: Sabine Lehner, Stoffwindelberaterin
Ort: VHS-Raum, Hauptstraße 3a, 84069 Schierling

Lebenswirklichkeit in Bayern

Eine Kooperation mit der KJF Regensburg

Treffen für Frauen und Kinder mit Migrationshintergrund

Mittwoch, 29.09.2021 9.30-11.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Doris Fuchs, Dipl.-Sozialpädagogin
Ort: Familienstützpunkt Schierling, Rathausplatz 25, 2. Stock, 84069 Schierling

Frauensport

Beckenboden-Intensiv-Training nach der Rückbildung mit oder ohne Baby tragen

jeweils mittwochs, 06.10.2021 9.30-10.30 Uhr
Kosten: 55,00 €
Leitung: Simone Wild, Beckenbodentrainerin, Prä- und Postnataltrainerin
Ort: Online-Kurs, Anmeldung per Mail unter: familienstuetzpunkt.schierling@gmx.de

Cyber-Mobbing

Medien in der Familie

Ein Vortrag in Kooperation mit der Stiftung Medienpädagogik Bayern für alle Erziehenden mit Kindern zwischen 10-14 Jahren. Auswirkungen von Cyber-Mobbing für Täter und Opfer, was Eltern tun können und wie Cyber-Mobbing vorgebeugt werden kann.

Montag, 11.10.2021 19.00-20.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Doris Sippel, Medienpädagogin
Ort: Online-Vortrag, Anmeldung per Mail unter: familienstuetzpunkt.schierling@gmx.de oder familienstuetzpunkt@lappersdorf.de

Frauengesprächskreis

In angenehmer Atmosphäre wird einmal im Monat zum Gedankenaustausch über ein bestimmtes Thema eingeladen

Dienstag, 12.10.2021, 09.11.2021, 14.12.2021 19.30-21.30 Uhr
Kosten: 3,00 €
Leitung: Sylvia Rathay, Gesprächsleiterin
Ort: Familienstützpunkt Schierling, Rathausplatz 25, 2. Stock, 84069 Schierling

Erste Hilfe am Baby und Kind

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

Montag, 18.10.2021 18.30-21.00 Uhr
Kosten: 28,00 €
Leitung: Tobias Götz, Ausbildungsleiter beim BRK
Ort: Familienstützpunkt Schierling, Rathausplatz 25, 2. Stock, 84069 Schierling

Familienzeit jetzt. „Na klar!" Aber was dann?

Eine Phase oder ein Problem?

Der Bildungsberater der VHS Regensburger Land erklärt aktuelle Trends auf dem Arbeitsmarkt, berät zu Weiterbildungen und zeigt Perspektiven.

Mittwoch, 20.10.2021 19.00-20.00 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Torsten Tomenendal, Bildungsberater
Ort: Familienstützpunkt Schierling, Rathausplatz 25, 2. Stock, 84069 Schierling

Drachenplätzchen und Gruselmonsterchen

Kekse zu Halloween selbstgemacht
Gemeinsames Backen für Familien

Mittwoch, 27.10.2021 15.00-17.00 Uhr
Kosten: 10,00 €
Leitung: Ruth Watzko, Kräuterpädagogin
Ort: Familienstützpunkt Schierling, Rathausplatz 25, 2. Stock, 84069 Schierling

Naschen erlaubt

Aus dem AELF Programm 2021

Sinnvoller Umgang mit Süßem für die Kinder. Produkte werden auf Zuckergehalt untersucht und in der Ernährungspyramide eingeordnet.

Dienstag, 16.11.2021 15.00-16.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Daniela Groß, B.Sc. Ernährung, in Kooperation mit AELF, Regensburg
Ort: Online-Kurs, Anmeldung per Mail unter: familienstuetzpunkt.schierling@gmx.de

Keine Macht den Drogen

Eine Phase oder ein Problem?

Elternabend zum Thema „Drogen": mit kurzem Input über Drogenarten und deren Auswirkungen und wie man als Eltern trotzdem in Beziehung bleiben kann.

Mittwoch, 17.11.2021 18.00-19.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Felix Domnick, Dipl.-Pädagoge, Mitarbeiter Drugstop
Ort: Stützpunktübergreifende Online-Veranstaltung in Zusammenarbeit mit Drugstop, Anmeldung unter: familienstuetzpunkt@vg-woeth-brennberg.de

Von Rabauken und Räubertöchtern

Das spielende Kind

Das Spiel ist für Kinder das A und O in ihrer geistigen, sozialen, emotionalen Entwicklung. Die Erziehenden erfahren, wie sie Kinder in ihrem natürlichen Forscher- und Entdeckungsdrang unterstützen und begleiten können.

Donnerstag, 25.11.2021 19.00-20.30 Uhr
Kosten: keine
Leitung: Jenny Außerstorfer, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Systemische Familientherapeutin und Supervisorin (DGSF)
Ort: Online-Vortrag, Anmeldung per Mail unter: familienstuetzpunkt.schierling@gmx.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

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-rs.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.

Gefördert durch:

Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

Herausgeber
Landratsamt Regensburg
Altmühlstraße 3, 93059 Regensburg

Bild: © fotoknips, tigatelu, GraphicsRF - stock.adobe.com
Druck: Druckerei Schramm GmbH, Wörth a.d.Donau