

Programm Familienstützpunkt Obergünzburg

November 2022 - Januar 2023

Stand 27.10.2022



ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Kontaktdaten & Anmeldeschluß:

Beachten Sie bitte die jeweiligen, angegebenen Kontaktdaten der jeweiligen Anbieter und ggf. den Anmeldeschluss bei der Anmeldung.

Kostenlos Angebote:

Wir möchten Sie bitten, bei kostenlosen Veranstaltungen (mit Anmeldungen), genauso zuverlässig das Angebot wahrzunehmen, als hätten Sie selbst dafür Gebühren bezahlt. Bitte denken Sie daher daran, z.B. bei Erkrankung beim Veranstalter so früh wie möglich abzusagen. Somit können evtl. noch andere interessierte Teilnehmer:innen auf der Warteliste informiert werden.

Änderungen:

Das Angebot kann kurzfristigen Änderungen unterliegen.

Soziale Medien:

www.brk-ostallgaeu.de/familienstuetzpunkt-oberguenzburg
www.facebook.com/FamilienstuetzpunktOberguenzburg
www.instagram.com/familienstuetzpunkt_obg

Erreichbarkeit:

Der Familienstützpunkt ist zu folgenden Zeiten erreichbar:

Montag von 8:00 - 10:00

Mittwoch von 7:45 - 8:45

Donnerstag von 8:00 - 11:00

In den Schulferien hat das Büro des Familienstützpunktes geschlossen

Familienstützpunkt Obergünzburg
Gutbrodstraße 39 87634 Obergünzburg
Tel: 0152 56 79 02 28
familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de



31.10. – 04.11. | Herbstferien

Das Büro des Familienstützpunktes hat geschlossen

07.11.

Das Büro ist aufgrund einer Fortbildung heute nicht besetzt

08.11. | 17:00 – 18:30

Kostenlos & Online

Ganz entspannt vom Brei zum Familienessen | Vortrag

Nach der Stillzeit und Beikost kann Ihr Kind nun auch schon am Familienessen teilnehmen. Oft sind die kleinen Esser wählerisch und die Eltern ratlos. Die Bedeutung einer ausgewogenen Kost wird behandelt. Was ist zu tun bei einseitigen Essern. Für junge Eltern/Familien mit Kindern von 0-3 Jahre sowie Großeltern, Tagesmütter, Erzieher und Erzieherinnen.

Referentin: Bettina Dörr, Dipl. Ökotrophologin

Anmeldung: bis 01.11. beim Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Kaufbeuren unter www.aelf-kf.bayern.de/ernaehrung/familie

Auskünfte erhalten Sie telefonisch unter 08341 9002-0

Programm Familienstützpunkt Obergünzburg

November 2022 – Januar 2023

Stand 27.10.2022



09.11.- 14.12. | 14:30 - 15:10 (nicht am 16.11.)

Kurs

ELKI-Tanzen- kreativer Kindertanz für Kinder ab ca. 2 Jahren mit Begleitperson

Kinder müssen sich bewegen; daher begleitet Profi-Tänzerin und Tanzpädagogin Jeanine Bravo dein Kind von der ersten Sekunde an, spielerisch und zu kindgerechter Musik erste Tanzbewegungen zu erlernen. Wir üben die Koordination von Körper und Stimme und trainieren sogar schon kurze Choreografien!

Ein Kurs mit 5 Einheiten.

Kursleitung:

Jeanine Bravo (Bühnentänzerin, Choreografin, Tanzpädagogin)

Kooperation: Tanzschule J&J Dance

Kosten: 55,00 €

Anmeldung: info@jj-dance.com oder Tel: 08372/9 80 24 00

10.11. | 09:30 - 11:00

Kostenlos

Familiencafé & Kleine Info-Welt

Thema: Familienglück & Familienfrust - Beziehungspflege mit Baby/Kind an Bord

Wir können unser Glück kaum fassen, wenn wir unser Kind im Arm halten. Aber es stellt auch die bisherige Welt buchstäblich auf den Kopf, auch die Paar-Beziehung. Immense Umstellungen und Anforderungen sind zu meistern. Es tut gut, als junge Eltern nicht nur zu funktionieren, sondern zugleich auch an der liebevollen Zuwendung und gegenseitigen Wertschätzung zu arbeiten.

Der heutige Vormittag will helfen, Herausforderungen einer Partnerschaft mit Kind besser zu verstehen und mutmachende Impulse vermitteln.

Kleine Info-Welt von 9:30 – ca. 10:15 Uhr. Im Anschluss hat das Familiencafé noch bis 11:00 geöffnet.

Referentin: Birgit Rominger

Gesundheitsfördernde Familienbegleitung in der Frühen Hilfe

Logotherapeutische Paarberaterin

Kosten: kostenfrei. Für den (freiwilligen) Verzehr von Getränken/Speisen freuen wir uns über eine Spende.

Anmeldung: ohne Anmeldung

14.11. | 17:15

Kostenlos

Offener Treff für geflüchtete, ukrainische Familien

Открытая встреча для семей беженцев из Украины

Wir sind heute beim St.Martinsumzug vom Kindergarten Sonnenschein dabei.

Wir treffen uns um 17:15 am Rathaus.

Сегодня мы принимаем участие в шествии Святого Мартина вместе с садиком, „Солнечный луч,,
Встречаемся в 17:15 у мэрии.

Programm Familienstützpunkt Obergünzburg

November 2022 – Januar 2023

Stand 27.10.2022



15.11. | 14:30 - 17:30 Uhr

Praxisveranstaltung mit Kind

Kinder an die Töpfe

Können denn Kleinkinder im Alter von 1 bis 3 Jahre in der Küche schon mithelfen?

Viele Mütter scheuen davor zurück, Kinder in die Küche zu lassen, doch durch das Mithelfen können Kleinkinder vieles lernen und bekommen einen anderen Bezug zur Nahrung. Die Grundlagen der Ernährung werden auf der Basis der Ernährungspyramide vermittelt. Gemeinsam mit Ihrem Kind bereiten Sie einfache, kleine Gerichte zu, die das Geschmacksspektrum erweitern können.

Bringen Sie für sich und Ihr Kind jeweils eine Schürze mit und kleine Behälter zum Mitnehmen von Speisen.

Referentin: Theresa Michel (Diätassistentin)

Kosten: 3,00 EUR

Anmeldung: bis 08.11. beim Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Kaufbeuren unter www.aelf-kf.bayern.de/ernaehrung/familie

Auskünfte erhalten Sie telefonisch unter 08341 9002-0

15.11. | 19:00 – 21:00 Uhr

Online-Kurs

Mein Kind ist krank

In diesem Kurs erhalten (werdende) Eltern wichtige Informationen:

- im Umgang mit Fieber
- Erkältungskrankheiten
- Magen-Darm-Infekten
- Bauchschmerzen
- Zahnen
- etc.
- Wann muss ich zum Kinderarzt ?
- Was gehört in eine Hausapotheke?

Die Teilnehmer erhalten zudem ein ausführliches Handout!

Referentin: Karina Dürr, Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin

Anmeldung: bis zum 08.11. unter info@familienbegleitung-karina-duerr.de

Kosten: 20,00 € pro Familie

17.11. | 9:30 - 11:00

Kostenlos

Familiencafé für werdende und junge Familien

Sich im Familiencafé bei Getränken und kleinen Snacks austauschen, treffen, kennenlernen, Infos einholen. Und für die Kinder ist ausreichend Platz zum Spielen vorhanden.

Das Familiencafé bietet außerdem (ehemaligen) Geburtsvorbereitungs-, Rückbildungs- oder Eltern-Kind-Gruppen die Möglichkeit ihren Kontakt zu pflegen.

Für Beratungen und Informationen steht in dieser Zeit die Leitung des Familienstützpunktes zur Verfügung.

Dieses Angebot kann mit oder ohne Kind besucht werden.

Kosten: Der Besuch ist kostenfrei, für den (freiwilligen) Verzehr von Getränken/Speisen freuen wir uns über eine Spende.

Anmeldung: ohne Anmeldung

Programm Familienstützpunkt Obergünzburg

November 2022 – Januar 2023

Stand 27.10.2022



17.11. | 9:30

Kostenlos

Still- und Ernährungsberatung für werdende und junge Mütter

Hebamme Michaela Stöckle berät zu folgenden Themen:

- Stillvorbereitung (bereits während der Schwangerschaft)
- Grundlagen des Stillens
- Stillbeginn und praktische Handhabung (z. B. Stillpositionen)
- Vorbeugen von Stillschwierigkeiten
- Umgang bei Problemen
- Übergang vom Stillen (Flaschennahrung) zur Beikost

Für eine gewünschte Stillberatung bitte bereits zu Beginn um 9:30 Uhr anwesend sein.

Wir haben an diesem Tag auch das Familiencafé geöffnet. Somit kann die Wartezeit auf die Beratung oder danach noch bei einer gemütlichen Tasse Kaffee oder Tee verbracht werden.

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: ohne Anmeldung

21.11. | 16:00 - 17:30

Kostenlos

Offener Treff für geflüchtete, ukrainische Familien

Открытая встреча для семей беженцев из Украины

kostenloser, gemütlicher und neutraler Treffpunkt mit Dolmetscherin und ohne Anmeldung

Уютное и нейтральное место для встреч, Переводчик, Бесплатно

23.11. – 14.12. | 09:30 – 10:30 Uhr

Kurs

Babymassage für Kinder von ca. 6 Wochen - 6 Monate

Mit der Babymassage vertiefen und intensivieren Eltern den innigen Umgang mit dem Kind und schenken ihm in dieser Zeit ungeteilte Aufmerksamkeit. So lernt man das Baby, seine Signale und Körpersprache besser verstehen. Die Babymassage kann Linderung bei auftretenden Koliken und Blähungen verschaffen, Stress reduzieren und Schlafprobleme mindern. Es wirkt sich außerdem positiv auf Muskulatur und Durchblutung aus und fördert die Basis für ein gutes Körpergefühl.

In vier Kurseinheiten (à 60 Minuten) werden die Grundlagen der Babymassage und die dazugehörigen Griffe vermittelt. In entspannter Atmosphäre werden alle Sinne angesprochen. Alle Massagegriffe werden mit viel Zeit und Schritt für Schritt angeleitet. Außerdem gibt es weitere wertvolle Infos, Zeit zum Austausch und die Möglichkeit mit anderen Familien in Kontakt zu kommen.

Die Teilnehmer erhalten ein Online-Skript mit vielen hilfreichen Bildern der einzelnen Griffe.

Kursleitung:

Martina Fischer. Erzieherin und Elternbegleiterin,
zertifizierte Babymassage-Kursleitung, Babyschlafcoachin

Kosten: 44,00 €

Der Elternkursgutschein der KoKi Kempten und Oberallgäu kann eingelöst werden.

Anmeldung: fischermar-tina@gmx.de

Programm Familienstützpunkt Obergünzburg

November 2022 – Januar 2023

Stand 27.10.2022



24.11. | 09:00 – 11:00

Kochvorführung mit theoretischer Einführung

Was kommt nach dem Brei?

Vom richtigen Zeitpunkt mit der Familienkost anzufangen

- Entwicklung von Geschmack und Essverhalten
- Akzeptanz neuer Lebensmittel
- Wie setzen sich die drei Hauptmahlzeiten optimal zusammen?
- Wie setzen sich die zwei Zwischenmahlzeiten optimal zusammen?
- Geeignete Beispiele für die fünf Mahlzeiten pro Tag
- Trinken und Getränke
- Gefahren beim Essen

Für junge Eltern/Familien mit Säuglingen ab dem 8. Monat

Referentin: Theresa Michel (Diätassistentin)

Kosten: 2,00 EUR

Anmeldung: bis 17.11. beim Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Kaufbeuren unter www.aelf-kf.bayern.de/ernaehrung/familie

Auskünfte erhalten Sie telefonisch unter 08341 9002-0



24.11. | 18:00 - 21:00

Online-Workshop

Schlaf, Kindlein schlaf... Basis-Wissen zum Thema Babyschlaf

Schlafrhythmus, Schlafphasen, Schlafzyklus, Schlafbedarf,

Ursachen von Ein- und Durchschlafstörungen

sowie Hilfen und Möglichkeiten, die Eltern & Kind zur Verfügung stehen.

Der Workshop ist keine individuelle Schlafberatung, sondern soll Eltern dabei helfen, das Baby und das kindliche Schlafverhalten besser zu verstehen. Denn oft lassen sich durch solch frühe Maßnahmen Schlafstörungen vermeiden bzw. können anhand des Inhaltes eigene bindungsorientierte Strategien entwickelt werden.

Leitung: Martina Fischer, Erzieherin, Familienorientierte Babyschlafcoachin

Kosten: 30 €, Teilnehmer aus Kempten und dem Oberallgäu können den Eltern Gutscheine einlösen, Eltern aus Kaufbeuren und dem Ostallgäu erhalten 50 % Rückerstattung

Anmeldung: bis 17.11. unter Fischermar-tina@gmx.de

28.11.

Das Büro ist aufgrund eines Außentermins heute nicht besetzt

28.11. | 16:00 - 17:30

Kostenlos

Offener Treff für geflüchtete, ukrainische Familien

Открытая встреча для семей беженцев из Украины

kostenloser, gemütlicher und neutraler Treffpunkt mit Dolmetscherin und ohne Anmeldung

Уютное и нейтральное место для встреч, Переводчик, Бесплатно

Programm Familienstützpunkt Obergünzburg

November 2022 – Januar 2023

Stand 27.10.2022



29.11. | 15:00 – 16:30

Kostenlos & Online – Infoveranstaltung für Eltern & Fachkräfte

Feinfühligkeit bei 3-6jährigen

Eine vertrauensvolle Beziehung zum Kind ist die wichtigste Voraussetzung, um Kinder in ihrer Entwicklung zu unterstützen. Hierfür ist es wichtig, die emotionalen Grundbedürfnisse von Kindern zu kennen und so gut wie möglich zu erfüllen. Ergebnissen der Bindungsforschung zu Folge ist ein feinfühligere Umgang mit den kindlichen Bedürfnissen der beste Weg, eine vertrauensvolle Beziehung zum Kind aufzubauen und aufrechtzuerhalten, oder wieder herzustellen, wenn die Beziehung ins Ungleichgewicht geraten ist.

- Wie kann eine vertrauensvolle Beziehung zum Kind aufgebaut und aufrechterhalten werden?
- Was sind die emotionalen Grundbedürfnisse von Kindern?
- Warum ist ein feinfühligere Umgang mit den Bedürfnissen so wichtig für die Entwicklung?
- Wie kann man Kinder im Umgang mit ihren Gefühlen unterstützen?
- Warum sind Grenzen für die Entwicklung wichtig?
- Wie kann man Grenzen setzen, ohne die Beziehung zum Kind zu gefährden?
- Welche Folgen hat ein Mangel an Feinfühligkeit für die Beziehung zum Kind und für seine Entwicklung?
- Wie können Eltern und pädagogische Fachkräfte mit Belastungen im Alltag umgehen?

Leitung: Conny Gschwend-Markthaler, Dipl. Sozialpädagogin (FH)

KJF Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Kaufbeuren

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: bis 22.11.2022 unter eb.kaufbeuren@kjf-kjh.de

01.12. | 09:30 - 11:00

Kostenlos

Adventsgärtlein

Advent - eine Zeit der Vorbereitung und Einstimmung, oft aber auch eine Zeit der Hektik und des Stresses. Erleben Sie mit oder ohne Kind eine ruhige, innige Einstimmung auf Weihnachten im Rahmen eines alten Rituals. Wir betreten die Adventsspirale aus Tannengrün und entzünden unsere zuvor gestalteten Apfelkerzen. Mit dieser Kerze dürfen Sie den Zauber des Advents mit zu sich nach Hause nehmen.

Kosten: kostenlos

Anmeldung: bis 24.11. unter familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de

Bitte geben Sie an, ob Sie alleine oder mit Kind (Alter) teilnehmen möchten

02.12 | 09:00 – 11:00

Kostenlose Online-Infoveranstaltung

Bewegungsspaß für Babys - so wird Bewegung zum Kinderspiel

Ausreichend Bewegung im Babyalltag verbessert die motorischen Fähigkeiten und stärkt die Gehirnentwicklung. (Werdende) Eltern erhalten Hintergrundwissen mit Fokus auf das erste Lebensjahr, beispielsweise die Meilensteine der motorischen Entwicklung und Tipps, um die körperliche und geistige Entwicklung des Kindes gezielt zu unterstützen.

Dieses Angebot ist ein Kooperationsprojekt der KoKi Ostallgäu – Netzwerk frühe Kindheit und dem Familienstützpunkt Obergünzburg im Rahmen des Aktionsprogramms „Aufholen nach Corona“.

Referentin: Martina Fischer, Erzieherin, Elternbegleiterin, PEKiP-Gruppenleiterin

Kosten: kostenlos

Anmeldung: bis spätestens 24.11. unter fischermar-tina@gmx.de

Programm Familienstützpunkt Obergünzburg

November 2022 – Januar 2023

Stand 27.10.2022



05.12. | 16:00 - 17:30

Kostenlos

Offener Treff für geflüchtete, ukrainische Familien

Открытая встреча для семей беженцев из Украины

kostenloser, gemütlicher und neutraler Treffpunkt mit Dolmetscherin und ohne Anmeldung
Уютное и нейтральное место для встреч, Переводчик, Бесплатно

07.12. | 16:00 – 17:30

Kostenlos & Online:

Brei u/o Fingerfood? Für Familien im 1. Lebensjahr

Ihr Kind kommt in die Phase, in der Milchmahlzeiten durch Breimahlzeiten ersetzt werden. Wie Sie diesen Übergang vom Stillen oder Fläschchen zur Beikost Schritt für Schritt gestalten können, ist Inhalt dieser Veranstaltung. Bei der Einführung der Beikost möchten wir Sie mit Informationen zu aktuellen Trends, Studien und Anregungen für die Praxis unterstützen.

Referentin: Bettina Dörr, Dipl. Ökotrophologin

Kosten: kostenlos

Anmeldung: bis 01.12. beim Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Kaufbeuren unter www.aelf-kf.bayern.de/ernaehrung/familie

Auskünfte erhalten Sie telefonisch unter 08341 9002-0

08.12. | 9:30 - 11:00

Kostenlos

Familiencafé für werdende und junge Familien

Sich im Familiencafé bei Getränken und kleinen Snacks austauschen, treffen, kennenlernen, Infos einholen. Und für die Kinder ist ausreichend Platz zum Spielen vorhanden.

Das Familiencafé bietet außerdem (ehemaligen) Geburtsvorbereitungs-, Rückbildungs- oder Eltern-Kind-Gruppen die Möglichkeit ihren Kontakt zu pflegen.

Für Beratungen und Informationen steht in dieser Zeit die Leitung des Familienstützpunktes zur Verfügung.

Dieses Angebot kann mit oder ohne Kind besucht werden.

Kosten: Der Besuch ist kostenfrei, für den (freiwilligen) Verzehr von Getränken/Speisen freuen wir uns über eine Spende.

Anmeldung: ohne Anmeldung



Programm Familienstützpunkt Obergünzburg November 2022 – Januar 2023

Stand 27.10.2022



08.12. | 9:30

Kostenlos

Still- und Ernährungsberatung für werdende und junge Mütter

Hebamme Michaela Stöckle berät zu folgenden Themen:

- Stillvorbereitung (bereits während der Schwangerschaft)
- Grundlagen des Stillens
- Stillbeginn und praktische Handhabung (z. B. Stillpositionen)
- Vorbeugen von Stillschwierigkeiten
- Umgang bei Problemen
- Übergang vom Stillen (Flaschennahrung) zur Beikost



Für eine gewünschte Stillberatung bitte bereits zu Beginn um 9:30 Uhr anwesend sein.

Wir haben an diesem Tag auch das Familiencafé geöffnet. Somit kann die Wartezeit auf die Beratung oder danach noch bei einer gemütlichen Tasse Kaffee oder Tee verbracht werden.

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: ohne Anmeldung

16.12. | 17:00 - 18:30

Kostenlos

Offener Treff für geflüchtete, ukrainische Familien

Открытая встреча для семей беженцев из Украины

Heute: Klangschalen

Сегодня: поющие чаши

19.12. | 16:00 - 17:30

Kostenlos

Offener Treff für geflüchtete, ukrainische Familien

Открытая встреча для семей беженцев из Украины

kostenloser, gemütlicher und neutraler Treffpunkt mit Dolmetscherin und ohne Anmeldung

Уютное и нейтральное место для встреч, Переводчик, Бесплатно

26.12. – 06.01. | Weihnachtsferien

Das Büro des Familienstützpunktes hat geschlossen



Programm Familienstützpunkt Obergünzburg

November 2022 – Januar 2023

Stand 27.10.2022



11.01. – 01.03. | 09:00 – 10:30

Kurs

PEKiP für Kinder geboren September-Oktober*

Das Prager Eltern Kind Programm (PEKiP) ist ein Kursangebot aus der Familienbildung und begleitet Eltern mit Babys mit Spiel- und Bewegungsanregungen. Im Kurs werden die individuellen Fähigkeiten und Bedürfnisse des Kindes wahrgenommen und das Baby hat erste soziale Kontakte zu Gleichaltrigen. Die Eltern können zudem im Austausch mit anderen Familien und der Gruppenleiterin von- und miteinander lernen und bekommen Antworten, Anregungen und Unterstützung.

Entwicklungs- und Erziehungsfragen aus dem Alltag junger Familien werden aufgegriffen und geben Eltern Orientierung und Begleitung in vielerlei Entscheidungsfragen. Bei den Gruppenzeiten sind die Babys nackt, damit sie sich freier bewegen können. Die PEKiP-Gruppe wird von einer pädagogischen Fachkraft mit Zusatzqualifikation PEKiP-Gruppenleitung geleitet. (Kein Kurs am 22. Februar).

*Bei Frühchen ist für die Anmeldung der geplante Entbindungstermin entscheidend

Kursleitung:

Martina Fischer. Erzieherin und Elternbegleiterin, PEKiP-Gruppenleiterin

Kosten: 99,00 €

Teilnehmer aus Kempten und dem Oberallgäu können den Elterngutschein einlösen, Eltern aus Kaufbeuren und dem Ostallgäu erhalten 50 % Rückerstattung.

Anmeldung: fischermar-tina@gmx.de



11.01. – 08.03. | 14:30 - 15:15

Kurs

ELKI-Tanzen- kreativer Kindertanz für Kinder ab ca. 2 Jahren mit Begleitperson

Kinder müssen sich bewegen; daher begleitet Profi-Tänzerin und Tanzpädagogin Jeanine Bravo dein Kind von der ersten Sekunde an, spielerisch und zu kindgerechter Musik erste Tanzbewegungen zu erlernen. Wir üben die Koordination von Körper und Stimme und trainieren sogar schon kurze Choreografien!

Ein Kurs mit 8 Einheiten á 45 Minuten.

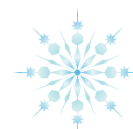
Kursleitung:

Jeanine Bravo (Bühnentänzerin, Choreografin, Tanzpädagogin)

Kooperation: Tanzschule J&J Dance

Kosten: 80,00

Anmeldung: info@jj-dance.com oder Tel: 08372/9 80 24 00



11.01. – 08.02. | 18:00 – 20:00

Kurs

Baby- und Kleinkinderkleidung selbst nähen

Unter Gleichgesinnten nähen Sie an fünf Abenden individuelle Bekleidung für das Baby- oder Kleinkind (oder sich selbst), z.B. „Mitwachshosen“, Hoodies, Loops, Beanies, Sweatshirts...

Voraussetzung ist jedoch, dass Sie bereits eine Nähmaschine besitzen und sich damit etwas auskennen. Schnitte können Sie selbst mitbringen oder sie werden zur Verfügung gestellt.

Bitte mitbringen:

Eigene Nähmaschine, Nähutensilien (Stoffschere, Fäden, Stoff, Schneiderkreide/Stift)

Eventuell anfallende Materialkosten werden im Kurs beglichen.

Kursleitung: Elisabeth Schuttenberg

Kooperation: vhs Ostallgäu Mitte

Kosten: 68,00 €

Anmeldung: www.vhs-oal-mitte.de oder 0800 - 664 52 56



Programm Familienstützpunkt Obergünzburg

November 2022 – Januar 2023

Stand 27.10.2022



13.01. – 10.02. | 15:00 – 17:00

Kurs

Kinder an die Nähmaschine - wir nähen uns coole Sachen selbst

Nähen ist wie Zaubern zu können....es zu lernen ist zum Glück kein Hexenwerk!

In meinem Kurs zeige ich dir an fünf Nachmittagen, wie du aus einem Stück Stoff die tollsten Sachen nähen kannst. Zusammen mit anderen Kindern lernst du zuerst das Nähen per Hand, dann wagen wir uns an die Nähmaschine.

Innerhalb der Gruppe gehe ich auf jedes Kind und seine Fähigkeiten und Näh-Wünsche ein.

Beim gemeinsamen Nähen lernen wir gleichzeitig miteinander und voneinander und tauschen Ideen aus! Gemeinsam setzen wir verschiedene kleine Projekte um, von kleinen Kissen über Kosmetiktäschchen bis zu größeren Taschen.

Bitte mitbringen: Schneiderschere, Stecknadeln, Stoffe, Handnähadeln, Fäden

Wenn möglich: Eigene Nähmaschine

Für Kinder ab der 2. Klasse bis 14 / 15 Jahre

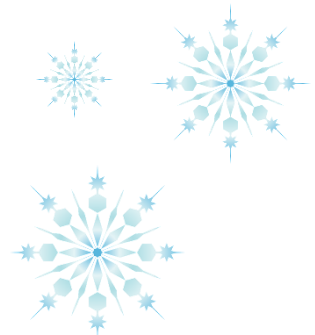
Eventuell anfallende Materialkosten werden im Kurs beglichen.

Kursleitung: Elisabeth Schuttenberg

Kooperation: vhs Ostallgäu Mitte

Kosten: 65,30 €

Anmeldung: www.vhs-oal-mitte.de oder 0800 - 664 52 56



19.01. | 9:30 - 11:00

Kostenlos & ohne Anmeldung

Familiencafé für werdende und junge Familien

Sich im Familiencafé bei Getränken und kleinen Snacks austauschen, treffen, kennenlernen, Infos einholen. Und für die Kinder ist ausreichend Platz zum Spielen vorhanden.

Das Familiencafé bietet außerdem (ehemaligen) Geburtsvorbereitungs-, Rückbildungs- oder Eltern-Kind-Gruppen die Möglichkeit ihren Kontakt zu pflegen.

Für Beratungen und Informationen steht in dieser Zeit die Leitung des Familienstützpunktes zur Verfügung.

Dieses Angebot kann mit oder ohne Kind besucht werden.

Kosten: Der Besuch ist kostenfrei, für den (freiwilligen) Verzehr von Getränken/Speisen freuen wir uns über eine Spende.

19.01. | 9:30

Kostenlos & ohne Anmeldung

Still- und Ernährungsberatung für werdende und junge Mütter

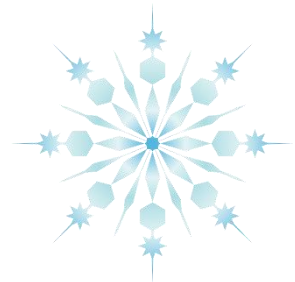
Hebamme Michaela Stöckle berät zu folgenden Themen:

- Stillvorbereitung (bereits während der Schwangerschaft)
- Grundlagen des Stillens
- Stillbeginn und praktische Handhabung (z. B. Stillpositionen)
- Vorbeugen von Stillschwierigkeiten
- Umgang bei Problemen
- Übergang vom Stillen (Flaschennahrung) zur Beikost

Für eine gewünschte Stillberatung bitte bereits zu Beginn um 9:30 Uhr anwesend sein.

Wir haben an diesem Tag auch das Familiencafé geöffnet. Somit kann die Wartezeit auf die Beratung oder danach noch bei einer gemütlichen Tasse Kaffee oder Tee verbracht werden.

Kosten: kostenfrei



Programm Familienstützpunkt Obergünzburg

November 2022 – Januar 2023

Stand 27.10.2022



19.01. | 18:00 - 21:00

Online-Workshop

Schlaf, Kindlein schlaf... Basis-Wissen zum Thema Babyschlaf

Schlafrhythmus, Schlafphasen, Schlafzyklus, Schlafbedarf, Ursachen von Ein- und Durchschlafstörungen

sowie Hilfen und Möglichkeiten, die Eltern & Kind zur Verfügung stehen.

Der Workshop ist keine individuelle Schlafberatung, sondern soll Eltern dabei helfen, das Baby und das kindliche Schlafverhalten besser zu verstehen. Denn oft lassen sich durch solch frühe Maßnahmen Schlafstörungen vermeiden bzw. können anhand des Inhaltes eigene bindungsorientierte Strategien entwickelt werden.

Leitung: Martina Fischer, Erzieherin, Familienorientierte Babyschlafcoachin

Kosten: 30 €, Teilnehmer aus Kempten und dem Oberallgäu können den Elterngutschein einlösen, Eltern aus Kaufbeuren und dem Ostallgäu erhalten 50 % Rückerstattung

Anmeldung: bis 12.01. unter Fischermar-tina@gmx.de

22.01. | 10:00 – 13:00

Kurs

Säuglingspflege

Theoretische Grundlagen zu Themen wie Baden, Wickeln und Handling des Neugeborenen.

Wissenswertes zu Erstausrüstung, plötzlichem Kindstod, Tragen, Stillen, Schlafen und vielem mehr.

Die Teilnehmer erhalten ein Handout mit allen wichtigen Infos.

Referentin:

Nadine Wollny, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Trageberaterin und Stillberaterin

Kosten: 40€ pro Person, 60€ pro Paar

Anmeldung: bis 13.01.2022 an nadine@tragemueltlich.de oder 0162 7940619

26.01. | 9:30 - 11:00

Kostenlos für werdende und junge Familien

Familiencafé & Kleine-Info-Welt

Thema: Zahngesundheit für (werdende) Mütter und Kinder von 0-3

Bei dem Kurzvortrag von 9:30 - ca. 10:15 gibt es Informationen zu folgenden Themen:

- zahnmedizinische Prävention für werdende Mütter
- Karies: Entstehung, Folgen, Übertragung
- zahngesunde Ernährung
- Flaschennuckeln
- Zahnputztechnik, Mundhygiene
- Zahnarztbesuch

Nach der Kleinen Info-Welt hat unser Familiencafé bis 11:00 geöffnet. So bleibt also im Anschluss auch noch Zeit für eine gemütliche Tasse Tee oder Kaffee und ein Kennenlernen mit anderen Familien.

Die Kleine Info-Welt ist für alle Interessierte und kann mit oder ohne Kind besucht werden.

Referentin: Claudia Gubitz, Zahnärztin

Kosten: Der Besuch ist kostenfrei, für den (freiwilligen) Verzehr von Getränken/Speisen freuen wir uns über eine Spende.

Anmeldung: ohne Anmeldung

