

Programm Familienstützpunkt Obergünzburg Februar und März 2024

Stand 08.01.2024



Anmeldung:

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

Für einige Angebote gibt es eine begrenzte Anzahl an Plätzen. Diese werden nach Eingang der Anmeldung vergeben.

Kostenlose 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 z.B. bei Erkrankung daran, beim Veranstalter so früh wie möglich abzusagen. Somit können evtl. noch andere interessierte Teilnehmer:innen der Warteliste informiert werden und am Angebot teilnehmen

Änderungen:

Das Angebot kann kurzfristigen Änderungen unterliegen

Infobrief:

Sie möchten künftig kein Angebot vom Familienstützpunkt Obergünzburg mehr verpassen?

Senden Sie uns eine E-Mail an familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de mit dem Vermerk "Aufnahme in den Verteiler".

Sobald es von uns etwas Neues gibt, erhalten Sie diese Informationen per E-Mail

Erreichbarkeit:

Der Familienstützpunkt ist zu folgenden Zeiten erreichbar:

Montag von 8:00 - 10:00

Mittwoch von 7:45 - 08:45

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



Soziale Medien:

Folgen Sie uns auch in den sozialen Medien
www.brk-ostallgaeu.de/familienstuetzpunkt-oberguenzburg
www.facebook.com/FamilienstuetzpunktOberguenzburg
www.instagram.com/familienstuetzpunkt_obg

Familien-App:

In der Familien-App des Landkreises Ostallgäu und der Stadt Kaufbeuren

<https://familienapp-kf-oal.de>

finden Sie ebenso unsere Angebote,

indem das jeweilige Stichwort/Thema/Veranstaltung in die Suchfunktion eingegeben wird

Programm Familienstützpunkt Obergünzburg Februar und März 2024

Stand 08.01.2024



Kurzübersicht

**02.02. | 18:00 - 21:00 | Für werdende Eltern: Freitag-Abend-Kurs
Säuglingspflegekurs**

**07.02. – 10.04. | 09:00 – 10:30 | Eltern-Kind-Kurs
PEKiP für Kinder geboren Oktober-November**

**08.02. | 9:30 - 11:00 | Treffpunkt für werdende und junge Familien
Frühstück im Familiencafé**

**22.02. | 09:30 - 11:00 | Online und kostenlos
Vom Brei zum Familientisch – den Übergang entspannt gestalten**

**23.02. | 18:00 - 21:00 | Für werdende Eltern
Stillvorbereitungskurs**

**28.02. | 10:00 - 11:30 | Online und kostenlos
Babybrei trifft Fingerfood**

**28.02. | 18:00 – 19:30 | Online und kostenfrei
Antragsdschungel bei Schwangerschaft und Geburt –
Infoabend zu Familienleistungen wie Elterngeld und Elternzeit**

**29.02. | 9:30 – 10:15 | Kostenlos: für junge und werdende Familien
Familiencafé & Kleine Info-Welt: Schnuller: lieben oder lassen?**

**01.03. - 17.05. | 14:30 - 16:30 | für Kinder von der 2.- 6.Klasse
Kinder an die Nähmaschine - wir nähen uns coole Sachen selbst**

**03.03. | 15:00 - 16:00 | Für Kinder ab 3 Jahren mit Begleitperson
Märchennachmittag mit der Kolpingjugend Obergünzburg**

**05.03. – 19.03. | 10:00 - 11:00 | Kurs für Kinder im Alter zwischen 2 – 3 Jahren mit einer erwachsenen Begleitperson
Waldzwerge im Winter**

**13.03. | 14:30 - 17:30 | Kochkurs mit Kindern zwischen 2-3 Jahren
Kinder kochen mit - einfache Gerichte gemeinsam zubereitet**

**15.03. | 09:00 - 10:30 | Online und kostenlos für werdende und junge Eltern
Sinnliche Bewegungserfahrungen für Babys von 3-5 Monaten**

**17.03. | 09:00- 12:00 | Erste Hilfe Kurs
EH Fit – Erste Hilfe am Kind**

**18.03. | 19:00 – 20:30 | Online-Elternabend
Ich spüre was, was du nicht spürst –
Hochsensible/ Hochsensitive Kinder und Jugendliche**

**21.03 | 9:30 – ca. 10:15 | Kostenlos: für Schwangere und junge Familien
Familiencafé & Kleine Info-Welt:
Mama schaut auf sich - Balance zwischen Mutterglück und Familienalltag**



Programm Familienstützpunkt Obergünzburg Februar und März 2024

Stand 08.01.2024



02.02. | 18:00 - 21:00

Für werdende Eltern: Freitag-Abend-Kurs

Säuglingspflegekurs

Informationen rund um die erste Zeit mit einem Neugeborenen wie Wickeln, Baden, Handling, Stillen, Bindung, Schlafen und vielem mehr, inkl. praktischem Üben und Handout.

Kursleitung: Nadine Wollny, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Trageberatung, Stillberatung

Kosten: 50 €/Person oder 70 €/Paar

Anmeldung: nadine@tragemuetlich.de oder 0162/7940619 bis 26. Januar

07.02. – 10.04. | 09:00 – 10:30

Eltern-Kind-Kurs

PEKiP für Kinder geboren Oktober - November*

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.

*Bei Frühchen ist für die Anmeldung der geplante Entbindungstermin entscheidend

Kursleitung: Martina Fischer, Erzieherin und Elternbegleiterin, PEKiP-Gruppenleiterin

Kosten: 115,00 € (für 7x 90 Minuten; kein Kurs in den Schulferien)

Teilnehmer aus Kempten und dem Oberallgäu können den Elterngutschein einlösen,

Eltern aus Kaufbeuren und dem Ostallgäu erhalten einen Kurszuschuss in Höhe von 50% der Kursgebühr

Anmeldung: fischermar-tina@gmx.de

08.02. | 9:30 - 11:00

Treffpunkt für werdende und junge Familien

Frühstück im Familiencafé

Sich bei einem Frühstück im Familiencafé austauschen, treffen, Infos einholen. Auch für die Kinder stehen kleine Snacks bereit. Diese Veranstaltung bietet außerdem (ehemaligen) Geburtsvorbereitungs- und Rückbildungs- oder Eltern-Kind-Gruppen die Möglichkeit, ihren Kontakt zu pflegen.

Weitere Infos:

- dieses Angebot kann mit oder ohne Kind besucht werden
- das Angebot findet nur mit mindestens 5 Anmeldungen statt

Kosten: 4,00 € pro Familie

Anmeldung: bis 13. Dezember unter familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de

Bei der Anmeldung bitte das Alter des Kindes und Tel.Nr. angeben

12.02. – 16.02.

Faschingsferien

Das Büro des Familienstützpunktes hat in den Faschingsferien geschlossen.



Programm Familienstützpunkt Obergünzburg Februar und März 2024

Stand 08.01.2024



22.02. | 09:30 - 11:00

Online und kostenlos: für mit Kindern von 0-3 Jahre sowie Großeltern und pädagogisches Personal

Vom Brei zum Familientisch – den Übergang entspannt gestalten

Die B(r)eikost-Zeit neigt sich dem Ende entgegen. Und das Interesse Ihres Kindes, am Familientisch mitzuessen, wächst. In dieser Veranstaltung erfahren Sie, durch welche Mahlzeiten die Breie ersetzt werden können, welche Lebensmittel sich gut eignen und auf welche Sie am Anfang noch verzichten sollten. Außerdem lernen Sie die Ernährungspyramide als hilfreiches und praxistaugliches Modell kennen. Damit der Übergang entspannt gelingen kann, ist es wichtig, das natürliche Essverhalten Ihres Kindes zu kennen und zu fördern. Informationen und Tipps hierzu runden die Veranstaltung ab.

Kooperation: ein Angebot der Familienstützpunkte Buchloe, Füssen, Marktobderdorf, Obergünzburg

Referentin: Friederike Konrad, staatl. geprüfte Diätassistentin

Kosten: kostenlos

Anmeldung: bis 21.02.2024 beim Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Kaufbeuren unter www.aelf-kf.bayern.de/ernaehrung/familie

Auskünfte erhalten Sie telefonisch unter 08341 9002-0

23.02. | 18:00 - 21:00

Für werdende Eltern

Stillvorbereitungskurs

Alles was du über das Stillen wissen solltest.

Wieso ist die erste Zeit so wichtig und warum gehören Stillen und Bindung zusammen?

Kursleitung: Nadine Wollny, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Trageberatung, Stillberatung

Kosten: 50 €/Person, Partner kostenfrei

Anmeldung: nadine@tragemuettlich.de oder 0162/7940619

26.02.

Das Büro vom Familienstützpunkt ist heute wegen einem Außentermin nicht besetzt

28.02. | 10:00 - 11:30

Online und kostenlos: für Familien mit Kindern von 0-3 Jahre sowie Großeltern und pädagogisches Personal

Babybrei trifft Fingerfood

Die Phase, in der bei Ihrem Kind Milch- durch Breimahlzeiten ersetzt werden, steht bevor. Wie Sie den Übergang von der Milch zur Beikost Schritt für Schritt gestalten können, ist Inhalt dieser Veranstaltung. Sie erhalten nicht nur Informationen zur klassischen Brei-Beikost, sondern auch Hinweise zu aktuellen Trends (z. B. Baby-led weaning) sowie hilfreiche Anregungen für die Praxis.

Kooperation: ein Angebot der Familienstützpunkte Buchloe, Füssen, Marktobderdorf, Obergünzburg

Referentin: Andrea Passenberg, Diplom Ökotrophologin

Kosten: kostenlos

Anmeldung: bis 27.02.2024 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 Februar und März 2024

Stand 08.01.2024



28.02. | 18:00 – 19:30

Online und kostenfrei

Antragsdschungel bei Schwangerschaft und Geburt – Infoabend zu Familienleistungen wie Elterngeld und Elternzeit mit Donum Vitae

Hier werden Fragen rund um gesetzliche Elternleistungen beantwortet wie z.B.:

- Wieviel und wie lange kann ich Elterngeld bekommen?
- In welchem Zeitabschnitt nehme ich Elternzeit?
- Wann mein Partner?
- Was muss ich dem Arbeitgeber mitteilen?
- Darf ich während der Elternzeit arbeiten?

Der Vortrag informiert auch über weitere gesetzliche finanzielle Leistungen wie z.B. das Familiengeld. Während oder im Anschluss an den Vortrag dürfen gerne auch individuelle Fragen gestellt werden.

Kooperation: der Familienstützpunkte Buchloe, Füssen, Marktoberdorf, Obergünzburg

Referenten: Donum Vitae Kaufbeuren

Kosten: kostenlos

Anmeldung: Kaufbeuren@donum-vitae-bayern.de oder Tel. 08341-999 36 50

29.02. | 9:30 – 10:15

Kostenlos: für junge und werdende Familien

Familiencafé & Kleine Info-Welt: Schnuller: lieben oder lassen?

Bei der heutigen kleinen Info-Welt gibt es eine Betrachtung zum Thema Beruhigungssauger aus logopädischer Sicht. Folgende Themen werden angesprochen:

- Was ist bei der Auswahl eines Schnullers zu beachten
- Welche Formen sind sinnvoll
- Wann kommt der Sauger zum Einsatz
- Daumenlutschen, Schnuller, andere Alternativen
- Einfluss von Schnuller auf die Sprache
- Ab wann keinen Schnuller mehr
- Abgewöhnung des Schnuller

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 und der Referentin können auch noch Fragen gestellt werden. Die Kleine Info-Welt ist für alle Interessierten und kann mit oder ohne Kind besucht werden.

Referentin: Stephanie Rauch, Inhaberin der Praxis SprachRaum staatlich geprüfte Logopädin, akadem. geprüfte Atem- Stimm- Sprechtrainerin (A)

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

Anmeldung: ohne Anmeldung



Programm Familienstützpunkt Obergünzburg Februar und März 2024

Stand 08.01.2024



01.03. - 17.05. | 14:30 - 16:30

für Kinder von der 2.- 6.Klasse

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, 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.

Während des Angebotes besteht die Möglichkeit für die Eltern, sich im Café-Bereich bei einer gemütlichen Tasse Kaffee oder Tee auszutauschen und so die Wartezeit zu überbrücken.

Am letzten Tag zeigen die Kinder den Eltern in einer kleinen Präsentation ihre Werke.

Bitte mitbringen: eigene Nähmaschine, Schneiderschere, Stecknadeln, Stoffe, Handnähadeln, Fäden.

Kursleitung: Elisabeth Schuttenberg

Kursgebühr: 136,00 € für 10 x 120 Minuten, kein Kurs in den Schulferien, eventuell anfallende Materialkosten werden im Kurs beglichen.

Anmeldung: www.vhs-oal-mitte.de; info@vhs-oal-mitte.de; Tel.: 0800 6645256"

03.03. | 15:00 - 16:00

Für Kinder ab 3 Jahren mit Begleitperson

Märchennachmittag

mit der Kolpingjugend Obergünzburg

Dieses Angebot ist für Kinder ab 3 Jahren mit einer Begleitperson.

Pro Kind bitte max. eine Begleitperson. Bitte je ein Sitzkissen mitbringen.

Anbieter: Kolpingjugend Obergünzburg

Kosten: 3,00 € pro Kind (Begleitperson frei)

Anmeldung: bis 02.03. unter wanner.k@gmx.de

05.03. – 19.03. | 10:00 - 11:00

Kurs für Kinder im Alter zwischen 2 – 3 Jahren mit einer erwachsenen Begleitperson

Waldzwerge im Winter

Du möchtest mit deinem Kind gemeinsam den Wald und die Natur entdecken und die Jahreszeiten in der Natur hautnah erleben? Dann sind die Waldzwerge genau das Richtige für euch. Egal, ob weiß oder grün, die Natur bietet zu jeder Jahreszeit spannende Entdeckungen an. Gemeinsam wird geforscht, gesammelt, balanciert, gesungen und vieles mehr. Der Wald bietet Raum für Kreativität und stärkt das Immunsystem. Taucht ein in Euer unvergessliches grünes Erlebnis. Wir treffen uns 3x jeden Dienstag im Raum Obergünzburg.

Kursleitung: Michaela Berchtold, Ergotherapeutin und Allgäuer Wildkräuterführerin, gruneserlebnis.de

Kosten: 29,00 €

Anmeldung: bis 27. Februar info@gruneserlebnis.de oder 0176/53018606



Programm Familienstützpunkt Obergünzburg Februar und März 2024

Stand 08.01.2024



13.03. | 14:30 - 17:30

Kochkurs mit Kindern zwischen 2-3 Jahren

Kinder kochen mit - einfache Gerichte gemeinsam zubereitet

Können denn Kleinkinder in der Küche schon mithelfen? Viele scheuen sich davor, Kinder in die Küche zu lassen. Doch durch das Mithelfen können Kleinkinder viel lernen und bekommen einen anderen Bezug zu Lebensmitteln. In dieser Veranstaltung lernen Sie die Grundlagen der Kinderernährung kennen. Gemeinsam mit Ihrem Kind bereiten Sie einfache, kleine Gerichte zu, die das Geschmacksspektrum erweitern.

Kooperation: ein Angebot der Familienstützpunkte Buchloe, Füssen, Marktoberdorf, Obergünzburg

Referentin: Theresa Michel, Hauswirtschaftsmeisterin

Kosten: 3,00 €

Anmeldung: bis 08.03.2024 beim Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Kaufbeuren unter www.aelf-kf.bayern.de/ernaehrung/familie

Auskünfte erhalten Sie telefonisch unter 08341 9002-0

15.03. | 09:00 - 10:30

Online und kostenlos für werdende und junge Eltern

Sinnliche Bewegungserfahrungen für Babys von 3-5 Monaten

Bewegung und Aktivierung der Sinne sind Grundlage für eine gesunde Entwicklung des Babys. Das Baby begreift die Welt mit allen Sinnen. Hierbei hat die Bewegung einen erheblichen Einfluss auf die Gehirnentwicklung. In der Veranstaltung lernen Sie zum Beispiel, wie Sie die Drehbewegungen zur Seite stimulieren oder die Augen-Hand-Koordination Ihres Babys spielerisch unterstützen können. Zusätzlich erhalten Sie viele Informationen über die Zusammenhänge von Bewegung und Sinneserfahrung sowie wertvolle Anregungen für Bewegungsförderung in diesem Altersabschnitt.

Referentin: Martina Fischer, Erzieherin, PEKiP-Gruppenleiterin

Kosten: kostenlos

Anmeldung: bis 14.03.2024 beim Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Kaufbeuren unter www.aelf-kf.bayern.de/ernaehrung/familie

Auskünfte erhalten Sie telefonisch unter 08341 9002-0

17.03. | 09:00- 12:00

Erste Hilfe Kurs

EH Fit – Erste Hilfe am Kind

Für alle, die evtl. schon einen 1.Hilfe-Kurs absolviert haben und Ihre Kenntnisse auffrischen wollen – speziell die Besonderheiten für die Erste Hilfe am Kind.

Die Teilnehmer:innen lernen grundsätzliche Maßnahmen bei Notfallsituationen nach anerkannten und geltenden Standards anzuwenden. Die Vermittlung erfolgt praxisnah und kompetenzorientiert.

Inhalte:

- Kontrolle lebenswichtiger Funktionen
- Erkennen lebensbedrohlicher Situation
- Notruf
- Stabile Seitenlage
- Atemstörungen, Herz-Lungen-Wiederbelebung

Kurskosten: pro Person 25 €

Referentin: Kathrin Ressel, BRK Ostallgäu, Rettungssanitäterin, Ausbilderin Erste Hilfe/Erste Hilfe am Kind

Anmeldung: beim Bayerischen Roten Kreuz, Kreisverband Ostallgäu unter <https://www.kurs-anmeldung.de/go.dll?Lic=2183>



Programm Familienstützpunkt Obergünzburg Februar und März 2024

Stand 08.01.2024



18.03. | 19:00 – 20:30

Online-Elternabend

Ich spüre was, was du nicht spürst – Hochsensible/ Hochsensitive Kinder und Jugendliche

Dieser Elternabend gibt Eltern unter anderem Informationen und Anregungen im Umgang mit hochsensiblen / hochsensitiven Kindern und Jugendlichen. Eine detailliertere Beschreibung des Inhaltes folgt noch.

Leitung: Michael Hartwig, Dipl. Sozialpädagoge (FH),
KJF Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Kaufbeuren

Kooperation: ein Angebot zusammen mit dem Familienstützpunkt Buchloe

Kosten: kostenfrei

Anmeldung: bis 06.03. unter familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de

Mit der Anmeldung zum Angebot erklären Sie sich einverstanden, dass ihre Kontaktdaten an die KJF Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Kaufbeuren zur Verwendung für den Infoabend weitergegeben werden dürfen

21.03. | 9:30 – ca. 10:15

Kostenlos: für Schwangere und junge Familien

Familiencafé & Kleine Info-Welt:

Mama schaut auf sich - Balance zwischen Mutterglück und Familienalltag

Mütter von Babys und Kleinkindern sind sehr gefordert. Der eigene Schlaf kommt oft zu kurz, das Stillen zehrt, es bleibt wenig Zeit für sich selbst und die Partnerschaft.

Ermutigend ist: Selbstsorge für Mütter wirkt.

Bei dieser kleinen Info-Welt gibt es praktische Anregungen zur Achtsamkeit und Selbstfürsorge.

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 und der Referentin können auch noch Fragen gestellt werden.

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

Referentin: Simone Schatz, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Schauspielerin, Yogalehrerin

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

Anmeldung: ohne Anmeldung

25.03. – 05.04.

Osterferien

Das Büro des Familienstützpunktes hat in den Faschingsferien geschlossen.

