

# Programm Familienstützpunkt Obergünzburg Februar 2025

Stand 13.01.2025



## 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](mailto: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](mailto:familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de)



## Soziale Medien:

Folgen Sie uns auch in den sozialen Medien

[www.brk-ostallgaeu.de/familienstuetzpunkt-oberguenzburg](http://www.brk-ostallgaeu.de/familienstuetzpunkt-oberguenzburg)

[www.facebook.com/FamilienstuetzpunktOberguenzburg](https://www.facebook.com/FamilienstuetzpunktOberguenzburg)

[www.instagram.com/familienstuetzpunkt\\_obg](https://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



Familienstützpunkt Obergünzburg  
Gutbrodstraße 39 87634 Obergünzburg  
Tel: 0152 56 79 02 28  
[familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de](mailto:familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de)  
[www.brk-ostallgaeu.de/familienstuetzpunkt-oberguenzburg](http://www.brk-ostallgaeu.de/familienstuetzpunkt-oberguenzburg)  
[www.facebook.com/FamilienstuetzpunktOberguenzburg](https://www.facebook.com/FamilienstuetzpunktOberguenzburg)  
[www.instagram.com/familienstuetzpunkt\\_obg](https://www.instagram.com/familienstuetzpunkt_obg)



Kreisverband Ostallgäu



# Programm Familienstützpunkt Obergünzburg Februar 2025

Stand 13.01.2025



## Kurzübersicht

Bitte jeweilige Anmeldekontakte im ausführlichen Programm beachten!

Montag, 03.02. | 14:30 – 17:30

Kochkurs für Kinder im Alter von 2-3 Jahren zusammen mit einem (Groß-) Elternteil

### Kinder an die Töpfe

Mittwoch, 05.02. – 26.03. | 09:00 - 10:30

Eltern-Kind-Kurs

### PEKiP-Kurs Oktober-November geborene Kinder

Freitag, 07.02. | 18:00 - 21:00

Kurs für werdende Eltern

### Säuglingspflegekurs

Donnerstag, 13.02. | 9:30 – 11:00

Kostenfreies Angebot für werdende und junge Mütter

### Stillcafé

Donnerstag, 13.02. | 17:30 – 20:30

Für Schwangere

### Stillvorbereitungskurs

Freitag, 21.02. | 09:00-10:30

Online und kostenfreier Vortrag für Familien mit Kindern von 1-3 Jahren

### Bewegung bewegt alles!

### Bewegung, Sinneswahrnehmung und Spiel in den ersten Lebensjahren

Donnerstag, 27.02. | 9:30 - 11:00

Treffpunkt für werdende und junge Familien

### Frühstück im Familiencafé



Familienstützpunkt Obergünzburg  
Gutbrodstraße 39 87634 Obergünzburg  
Tel: 0152 56 79 02 28  
familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de  
www.brk-ostallgaeu.de/familienstuetzpunkt-oberguenzburg  
www.facebook.com/FamilienstuetzpunktOberguenzburg  
www.instagram.com/familienstuetzpunkt\_obg



Kreisverband Ostallgäu



# Programm Familienstützpunkt Obergünzburg

## Februar 2025

Stand 13.01.2025



Montag, 03.02. | 14:30 – 17:30

Kochkurs für Kinder im Alter von 2-3 Jahren zusammen mit einem (Groß-) Elternteil

### Kinder an die Töpfe

Können denn Kleinkinder im Alter ab ca. 2 Jahren 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 näheren 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.

**Referentin:** Theresa Michel, Diätassistentin

**Kosten:** 3 € für Lebensmittel;

die weiteren Kosten übernimmt das bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten.

**Anmeldung:** bis 29.01.2025 beim Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Kaufbeuren unter [www.aelf-kf.bayern.de/ernaehrung/familie](http://www.aelf-kf.bayern.de/ernaehrung/familie)

Mittwoch, 05.02. – 26.03. | 09:00 - 10:30

Eltern-Kind-Kurs

### PEKiP-Kurs Oktober-November geborene Kinder

Das Prager Eltern Kind Programm (PEKiP) richtet sich gleichermaßen an die Babys wie an die Bezugspersonen.

PEKiP bietet nicht nur Spiel- und Bewegungsanregungen, es werden auch 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, bekommen Anregungen, Unterstützung und Antworten zu vielerlei Entwicklungs-, Erziehungs- und Entscheidungsfragen aus dem Alltag junger Familien. Dies gibt Orientierung und stärkt die elterliche Kompetenz.

Damit sich die Babys freier bewegen können, sind sie in den Gruppenzeiten nackt. Die PEKiP-Stunden werden daher in einem angenehm warmen Raum abgehalten.

**Kursleitung:** Martina Fischer

Erzieherin, Elternbegleiterin, PEKiP-Gruppenleiterin, Menschenskinder Allgäu

**Kosten:** 115,00 € (7 x 90 Minuten; kein Kurs am 05.03.)

Eltern aus Kaufbeuren und dem Ostallgäu erhalten einen Kurszuschuss in Höhe von 50 €)

Teilnehmer aus Kempten und dem Oberallgäu können den Elterngutschein einlösen.

**Anmeldung:** [www.kikudoo.com/menschenskinder\\_allgaeu](http://www.kikudoo.com/menschenskinder_allgaeu)

Für die Anmeldung ist der errechnete Geburtstermin entscheidend (z.B. bei Frühchen)



Familienstützpunkt Obergünzburg  
Gutbrodstraße 39 87634 Obergünzburg  
Tel: 0152 56 79 02 28  
[familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de](mailto:familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de)  
[www.brk-ostallgaeu.de/familienstuetzpunkt-oberguenzburg](http://www.brk-ostallgaeu.de/familienstuetzpunkt-oberguenzburg)  
[www.facebook.com/FamilienstuetzpunktOberguenzburg](https://www.facebook.com/FamilienstuetzpunktOberguenzburg)  
[www.instagram.com/familienstuetzpunkt\\_obg](https://www.instagram.com/familienstuetzpunkt_obg)



Kreisverband Ostallgäu



# Programm Familienstützpunkt Obergünzburg Februar 2025

Stand 13.01.2025



Freitag, 07.02. | 18:00 - 21:00

Kurs für werdende Eltern

## Säuglingspflegekurs

In unserem Säuglingspflegekurs erhalten Sie umfassende Informationen rund um die erste Zeit mit Ihrem Neugeborenen. Der Kurs richtet sich an werdende Eltern und bietet wertvolle Tipps und praxisnahe Anleitung zu den wichtigsten Themen der Säuglingspflege.

Inhalte sind unter anderem

- Wickeln und Pflege: wie z.B. richtige Handhabung beim Wickeln, Hautpflege und mögliche Windelarten
- Baden und Körperpflege: wie bade ich das Baby sicher und entspannt und auf was muss ich bei der Körperpflege achten
- Handling und Tragen: Praktische Tipps zum sicheren Heben, Halten und Tragen des Neugeborenen
- Weitere Themen wie Stillen, Bindung, Schlafen und vielem mehr

Der Kurs beinhaltet sowohl theoretische Informationen als auch praktische Übungen, so dass Sie das Gelernte direkt anwenden können. Zudem erhalten Sie ein ausführliches Handout, das alle wichtigen Informationen noch einmal zusammenfasst.

**Kursleitung:** Nadine Wollny, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin

**Kosten:** 50,00 € pro Person, 70,00 € pro Paar

**Anmeldung:** bis 03.02. unter [familienbegleitung.nadinewollny@outlook.de](mailto:familienbegleitung.nadinewollny@outlook.de) oder 0162 – 7 94 06 19

Donnerstag, 13.02. | 9:30 – 11:00

Kostenfreies Angebot für werdende und junge Mütter

## Stillcafé

Du möchtest dich in gemütlicher Runde mit anderen Stillenden austauschen?

Kontakte knüpfen?

Du hast Fragen zum Stillen und zur Muttermilch?

Dann bist du im Stillcafé im Familienstützpunkt Obergünzburg genau richtig!

Hier könnt ihr Euch in gemütlicher Atmosphäre austauschen, euch kennenlernen und Carina Halouska steht euch als zertifizierte Stillberaterin für alle aufkommenden Fragen zur Verfügung. Natürlich können die Babys oder auch Geschwisterkinder mitkommen! Schwangere sind natürlich auch herzlich willkommen!

**Kosten:** kostenfrei, Getränke und Snacks auf Spendenbasis

**Kursleitung:** Carina Halouska, Gesundheits- und Krankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin (DKSL)

[www.stillen-allgaeu.de](http://www.stillen-allgaeu.de)

**Anmeldung:** bis 11.02. unter <https://kikudoo.com/stillberatung-allgaeu>



Familienstützpunkt Obergünzburg  
Gutbrodstraße 39 87634 Obergünzburg  
Tel: 0152 56 79 02 28  
[familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de](mailto:familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de)  
[www.brk-ostallgaeu.de/familienstuetzpunkt-oberguenzburg](http://www.brk-ostallgaeu.de/familienstuetzpunkt-oberguenzburg)  
[www.facebook.com/FamilienstuetzpunktOberguenzburg](https://www.facebook.com/FamilienstuetzpunktOberguenzburg)  
[www.instagram.com/familienstuetzpunkt\\_obg](https://www.instagram.com/familienstuetzpunkt_obg)



Kreisverband Ostallgäu



# Programm Familienstützpunkt Obergünzburg

## Februar 2025

Stand 13.01.2025



Donnerstag, 13.02. | 17:30 – 20:30

Für Schwangere

### Stillvorbereitungskurs

Stillen ist die natürlichste, beste und vermeintlich einfachste Sache der Welt. Dennoch erleben viele Frauen den Stillstart und oft auch die weitere Stillzeit nicht so unbeschwert und einfach, wie sie es sich wünschen. Mit den vielen wichtigen Informationen und wertvollen Tipps aus diesem Kurs können die Mütter entspannt und selbstbewusst in die Stillbeziehung starten. An diesem Abend gibt es evidenzbasiertes Wissen, Informationen und Tipps für einen erfolgreichen Stillstart und die gesamte Stillzeit.

Die Schwangeren lernen:

- entspannt und voller Vertrauen in die Stillzeit mit dem Baby zu starten
- wie die Milchbildung funktioniert und wie man diese unterstützen kann
- Schmerzen und Stillproblemen vorzubeugen und schnell Selbsthilfe
- Mythen und Ammenmärchen, die man getrost ignorieren kann

Natürlich besteht auch die Möglichkeit, alle Fragen zu stellen. Zusätzlich gibt es alle Inhalte in einem Handout zum Nachlesen mit nach Hause.

Ob erstes, zweites, drittes, ... Kind: alle Schwangeren sind herzlich willkommen!

Um einen besonders geschützten Rahmen bieten zu können, findet der Stillvorbereitungskurs ohne die Papas statt.

**Kosten:** 53,00 €

**Kursleitung:** Carina Halouska, Gesundheits- und Krankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin (DKSL)

[www.stillen-allgaeu.de](http://www.stillen-allgaeu.de)

**Anmeldung:** bis 11.02. unter <https://kikudoo.com/stillberatung-allgaeu>

**Info:** Sollte dieser Termin nicht passend sein: weitere Termine im Familienstützpunkt am 15.05., 17.07., 13.11.

Freitag, 21.02. | 09:00-10:30

Online und kostenfreier Vortrag für Familien mit Kindern von 1-3 Jahren

### Bewegung bewegt alles! Bewegung, Sinneswahrnehmung und Spiel in den ersten Lebensjahren

Bewegung bewegt alles und ist der Motor für eine gesunde Entwicklung! Das Kind „be-greift“ die Welt mit allen Sinnen und mit Hilfe der Bewegung. Sie erhalten Hintergrundwissen mit Fokus auf die ersten Lebensjahre ihres Kindes und Tipps, wie sie die körperliche und geistige Entwicklung Ihres Kindes gezielt unterstützen können. Der Vortrag mit vielen praktischen Beispielen zeigt, wie Bewegung zu einem festen Bestandteil in der Lebensgestaltung von Kindern und deren Familien werden kann und somit auch die soziale Bindung gestärkt werden kann.

**Referentin:** Martina Fischer, Erzieherin, Menschenkinder Allgäu

**Kosten:** kostenfrei

die Kosten übernimmt das Bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten.

**Anmeldung:** bis 20.02.2025 beim Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Kaufbeuren unter

[www.aelf-kf.bayern.de/ernaehrung/familie](http://www.aelf-kf.bayern.de/ernaehrung/familie)

**Info:** Wir möchten darum bitten, diese kostenlose Veranstaltung genauso zuverlässig wahrzunehmen, als hätten Sie selbst dafür Gebühren bezahlt. Bitte denken Sie daher z.B. bei Erkrankung daran, so früh wie möglich abzusagen. Somit können evtl. noch andere interessierte Teilnehmer:innen der Warteliste informiert werden und am Angebot teilnehmen.



Familienstützpunkt Obergünzburg  
Gutbrodstraße 39 87634 Obergünzburg  
Tel: 0152 56 79 02 28  
[familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de](mailto:familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de)  
[www.brk-ostallgaeu.de/familienstuetzpunkt-oberguenzburg](http://www.brk-ostallgaeu.de/familienstuetzpunkt-oberguenzburg)  
[www.facebook.com/FamilienstuetzpunktOberguenzburg](https://www.facebook.com/FamilienstuetzpunktOberguenzburg)  
[www.instagram.com/familienstuetzpunkt\\_obg](https://www.instagram.com/familienstuetzpunkt_obg)



Kreisverband Ostallgäu





# Programm Familienstützpunkt Obergünzburg Februar 2025

Stand 13.01.2025



Montag, 24.02.

**Das Büro vom Familienstützpunkt ist heute wegen einem Außetermin nicht besetzt**

Donnerstag, 27.02. | 9:30 - 11:00

Treffpunkt für werdende und junge Familien

## Frühstück im Familiencafé

Sich mit anderen Eltern in gemütlicher Runde zusammensetzen und sich bei Brezen, Semmeln, Wurst, Käse, diversen Aufstrichen, Müsli und Obst selbst bedienen und die Warmgetränke serviert bekommen und für die Kinder stehen ebenso kleine Snacks und ausreichend Spielmaterial zur Verfügung.

Diese Veranstaltung bietet nicht nur (ehemaligen) Geburtsvorbereitungs- und Rückbildungs- oder Eltern-Kind-Gruppen die Möglichkeit, in Verbindung zu bleiben. Auch werdende oder neue Familien sind beim Frühstück im Familiencafé herzlich willkommen, um sich auszutauschen, andere Familien kennen zu lernen oder Infos einzuholen.. Das Angebot kann mit oder ohne Kind besucht werden.

**Kosten:** Spende von 5,00 € pro Familie – die restlichen Kosten übernimmt der Familienstützpunkt

**Anmeldung:** bis 26.02. unter [familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de](mailto:familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de)

Sollten mehr Anmeldungen bei uns eintreffen, als Plätze vorhanden, entscheidet der Eingang der Anmeldung. Da bei unserem Frühstück auch den Kleinen etwas angeboten wird, bitte bei der Anmeldung stets auch die Anzahl der Kinder und deren Alter mit angeben, damit wir besser kalkulieren können. Auch eine Telefonnummer wäre wichtig, falls wir kurzfristig Änderungen mitteilen müssen.



Familienstützpunkt Obergünzburg  
Gutbrodstraße 39 87634 Obergünzburg  
Tel: 0152 56 79 02 28  
[familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de](mailto:familienstuetzpunkt@kvostallgaeu.brk.de)  
[www.brk-ostallgaeu.de/familienstuetzpunkt-oberguenzburg](http://www.brk-ostallgaeu.de/familienstuetzpunkt-oberguenzburg)  
[www.facebook.com/FamilienstuetzpunktOberguenzburg](https://www.facebook.com/FamilienstuetzpunktOberguenzburg)  
[www.instagram.com/familienstuetzpunkt\\_obg](https://www.instagram.com/familienstuetzpunkt_obg)



Kreisverband Ostallgäu

