



Programm 2024

Januar bis Juli

**Familienstützpunkt Niederbergkirchen**

In Kooperation mit dem Haus der Familie „St. Elisabeth“

Kirchweg 1, 84494 Niederbergkirchen

Liebe Familien,

es freut mich, euch das Programm des Familienstützpunktes für die kommenden Monate vorstellen zu dürfen.

Der Familienstützpunkt möchte die Möglichkeit zur Begegnung, Bildung und Beratung in Niederbergkirchen einrichten. Zudem ist er eine Kontakt – und Anlaufstelle für alle Familien der Gemeinde.

Über eure Teilnahme an der ein oder anderen Aktion freu ich mich sehr!

Viele Grüße

Hanna Lurz

Erzieherin und Leitung Familienstützpunkt Niederbergkirchen

## Regelmäßige Beratungen:

Folgende Beratungen könnt ihr kostenlos und am beste mit Voranmeldung unter [hlurz@kita.ebmuc.de](mailto:hlurz@kita.ebmuc.de) oder 08639/5845 wahrnehmen.

### Fachkraft des Familienstützpunkt

Für kleine Beratungen und erste Anlaufstelle Rund um die Themen Familie, kindliche Entwicklung, kindliche Gesundheit, etc. darfst du dich gerne bei mir melden. Ich kann dich an die geeignete Stelle weitervermitteln.

**Termin:** nach Vereinbarung

**Ort:** Kindergarten Niederbergkirchen; Kirchweg 1, 84494 Niederbergkirchen

**Durchgeführt von:** Fachkraft des Familienstützpunkts Hanna Lurz

**Kosten:** kostenlos

**Anmeldung** erwünscht aber gerne auch spontan vorbeikommen (soweit ich im Haus bin): [hlurz@kita.ebmuc.de](mailto:hlurz@kita.ebmuc.de) oder 08639/5845

### Donum Vitea

Bei den Themen Schwangerschaft, Geburt, Elterngeld etc. bist du hier genau richtig. Auch bei Fragen zu Kindern bis zum dritten Lebensjahr steht dir Donum Vitae ganz unverbindlich zu Verfügung.

**Termine:** 05.02.2024; 18.03.2024; 08.04.2024; 06.05.2024; 17.06.2024;  
15.07.2024

**Uhrzeit:** 8:00 bis 10:00 Uhr

**Ort:** Kindergarten Niederbergkirchen; Kirchweg 1, 84494 Niederbergkirchen

**Durchgeführt von:** Monika Miedl

**Kosten:** kostenlos

**Anmeldung** erwünscht aber gerne auch spontan vorbeikommen:

[hlurz@kita.ebmuc.de](mailto:hlurz@kita.ebmuc.de) oder 08639/5845

## Caritas Familiensprechstunde

Bei Fragen rund um das Thema Familie, Erziehung auch nach dem Kleinkindalter aber auch bei Herausforderungen im Alltag kannst du dich bei der Caritas beraten lassen.

**Termine:** 17.01.2024; 28.02.2024; 20.03.2024; 17.04.2024; 15.05.2024; 19.06.2024

**Uhrzeit:** 10:15 bis 12:15 Uhr

**Ort:** Kindergarten Niederbergkirchen; Kirchweg 1, 84494 Niederbergkirchen

**Durchgeführt von:** Petra Schultz

**Kosten:** kostenlos

**Anmeldung** erwünscht aber gerne auch spontan vorbeikommen:

hlurz@kita.ebmuc.de oder 08639/5845

## KoKi – Netzwerk frühe Kindheit

Entwickelt sich mein Baby gut? Warum schreit mein Kind so viel und was kann ich tun? Wir kann ich mein Baby bei Bauchweh helfen? Hier können Fragen rund um die Gesundheit des Baby's aber auch Fragen oder Anliegen beim Umgang mit Kleinstkindern gestellt werden.

**Termine:** nach Vereinbarung

**Uhrzeit:** nach Vereinbarung

**Ort:** Kindergarten Niederbergkirchen; Kirchweg 1, 84494 Niederbergkirchen; ein von dir gewünschter Ort ist auch möglich

**Durchgeführt von:** Julia Waldmann

**Kosten:** kostenlos

**Anmeldung:** Nur mit Anmeldung möglich unter [hlurz@kita.ebmuc.de](mailto:hlurz@kita.ebmuc.de), 08639/5845 oder bei Koki unter 08631/699486

## Sonstige Angebote

### Offener Spielenachmittag

Bei den offenen Spielenachmittagen können Kinder im Alter von null bis sieben Jahren sowie deren Eltern die Räumlichkeiten des Kindergartens Niederbergkirchen nutzen, um dort (neue) Kontakte zu anderen Familien zu knüpfen. Mit einem gemeinsamen Kaffee trinken und Kuchen essen stärken wir uns zwischendurch. Gerne können sich hierfür freiwillige melden, die einen Kuchen mitbringen möchten. Die eigene Brotzeit darf ebenso mitgebracht werden. Zusätzlich werdet ihr mit einem kleinen Kreativangebot ganz viel Spaß beim Spielenachmittag haben.

**Termine:** 15.02.2024; 14.03.2024; weitere Termine per Aushang

**Uhrzeit:** 15:00 bis 17:00 Uhr

**Ort:** Kindergarten Niederbergkirchen; Kirchweg 1, 84494 Niederbergkirchen

**Durchgeführt von:** Fachkraft des Familienstützpunkts Hanna Lurz

**Kosten:** 3,00€ pro Familie

**Anmeldung** erwünscht aber gerne auch spontan vorbeikommen:

hlurz@kita.ebmuc.de oder 08639/5845

## Bauch, Nase, Po – Wie klären wir unsere Kinder altersgerecht auf?

Manchmal sind wir verunsichert, wie wir unsere Kinder altersgerecht aufklären sollen. Ab wann benutzt man welche Begriffe der Körperteile? Wie ist das mit den Doktorspielen? Was muss ich wissen, damit ich authentisch bin? Was kommt da auf mich als Erwachsener (Eltern, Großeltern und andere) zu?

Diese Fragen und vielleicht noch mehr haben Sie, wenn es um das Thema Sexualerziehung ihrer Kinder geht. Bei diesem Seminar erhalten Sie fachliches Wissen und konkrete Handlungsempfehlungen im Umgang mit Ihren Kindern.

Die Inhalte dieses Vortrags beziehen sich auf:

- ✓ Aufklärung und Umgangsweisen mit der Entwicklung eines Kindes als größte
- ✓ Präventionsmaßnahme vor sexualisierter Gewalt
- ✓ Grundlagen zum Thema Aufklärung
- ✓ Konkrete Handlungsempfehlungen rund um körperliche Entwicklung und Aufklärung

**Termin:** 30.01.2024

**Uhrzeit:** 19:00 bis 21:00 Uhr

**Ort:** Pfarrheim Niederbergkirchen; Dorfplatz 2, 84494 Niederbergkirchen

**Durchgeführt von:** Karin Mußner, Leitung DONUM VITAE Mühldorf - Altötting

**Kosten:** Auf Spendenbasis

**Anmeldung** erwünscht aber gerne auch spontan vorbeikommen:

hlurz@kita.ebmuc.de oder 08639/5845

## „Wege aus der Brüllfalle“

Warum muss ich immer erst laut werden? Was soll ich machen, wenn mein Kind nach x-facher Aufforderung immer noch nicht reagiert und ich die Geduld verliere?

Anhand eines Kurzfilmes von Wilfried Brüning, wird aufgezeigt, warum unsere Kinder erst hören, wenn wir sie anschreien und wie wir dies ändern können. Unter der Leitung einer ausgebildeten Elterntrainerin werden anschließend typische Alltagssituationen betrachtet und praktische, sowie gut nachvollziehbare Wege im Umgang mit Kindern besprochen.

**Termin:** 20.03.2024

**Uhrzeit:** 19:00 bis 20:30 Uhr

**Ort:** Pfarrheim Niederbergkirchen; Dorfplatz 2, 84494 Niederbergkirchen

**Durchgeführt von:** Monika Mayer

**Kosten:** 3,00€ p.P.

**Anmeldung:** Nur mit Anmeldung möglich unter [hlurz@kita.ebmuc.de](mailto:hlurz@kita.ebmuc.de) oder 08639/5845

## Töpferkurs für jung und alt - Familientöpfeln

Gestalte deinen eigenen Becher und/oder Teller aus Ton:

Hier lernst du verschiedene Töpfertechniken kennen und darfst deiner Kreativität freien Lauf lassen. Dieser Kurs ist für alle geeignet, die etwas Nachhaltiges aus Ton herstellen wollen. Verwirkliche deine Ideen in entspannter Atmosphäre und schaffe deine eigenen Werke, die du im Alltag sehr gut nutzen kannst.

Geeignet ist der Kurs für Kinder ab 3 Jahren, die mit der Mama oder dem Papa gerne etwas gestalten. Bei der Anmeldung bitte mit angeben **WER** töpfer (Kinder und/oder Mama/Papa).

**Termin:** 10.04.2024

**Uhrzeit:** 15:00 bis 16:30 Uhr

**Ort:** Kindergarten Niederbergkirchen; Kirchplatz 1, 84494 Niederbergkirchen

**Durchgeführt von:** Beate Rauscheder – Tonfieber kreative Keramik

**Kosten:** 6,00€ pro töpfernde Person

**Anmeldung:** Nur mit Anmeldung möglich unter [hlurz@kita.ebmuc.de](mailto:hlurz@kita.ebmuc.de) oder 08639/5845

## „Am Familientisch - schnelle Gerichte auch für (Klein)-Kinder“

Satt – versorgt – glücklich: So lautet das Motto in der Kinderernährung. Aber wie erreiche ich das am Familientisch? Was kann und wie viel sollte mein Kind essen? Wir stellen dir eine gesunde, altersgemäße Ernährung anhand der Ernährungspyramide anschaulich vor. Die anschließende praktische Einheit zeigt dir, dass eine ausgewogene Ernährung einfach umzusetzen ist und auch deinem Kind gut schmeckt.

Essen soll Spaß machen, gesunde Lebensmittel sind bunt und vielfältig. Das Interesse am gesunden Essen kann bei Kindern leicht geweckt werden und spielerisch vermittelt werden.

Passend zu dem Jolinchen – Projekt im Kindergarten werden wir zusammen nach einer theoretischen Einführung ein paar praktische und schnelle Gerichte, wie zum Beispiel Möhrenwaffeln, Himbeer-Quark, Karotten-Otto (Milchshake) oder Brotaufstriche mit Kichererbsen und Kartoffeln zubereiten.

**Termin:** 15.04.2024

**Uhrzeit:** 19:00 bis 20:30 Uhr

**Ort:** Pfarrheim Niederbergkirchen; Dorfplatz 2, 84494 Niederbergkirchen

**Durchgeführt von:** Claudia Häußler – Kinderkrankenschwester, Referentin für Kinderernährung

**Kosten:** 3,00€ p.P.

**Anmeldung:** Nur mit Anmeldung möglich unter [hlurz@kita.ebmuc.de](mailto:hlurz@kita.ebmuc.de) oder 08639/5845



## „Grenzen setzen“

Warum ist es für mein Kind wichtig, dass es Grenzen und Regeln beachtet? Ist es noch „zeitgemäß“ Grenzen und Regeln zu setzen?

Wie gelingt es uns als Eltern, Grenzen und Regeln sinnvoll aufzustellen und unsere Kinder dabei zu unterstützen sie einzuhalten?

**Termin:** 25.04.2024

**Uhrzeit:** 19:00 bis 20:30 Uhr

**Ort:** Pfarrheim Niederbergkirchen; Dorfplatz 2, 84494 Niederbergkirchen

**Durchgeführt von:** Monika Mayer

**Kosten:** 3,00€ p.P.

**Anmeldung:** Nur mit Anmeldung möglich unter [hlurz@kita.ebmuc.de](mailto:hlurz@kita.ebmuc.de) oder 08639/5845

## „Wie kann ich mein Kind auf das Leben vorbereiten – Innere Stärke?“

In diesen Zeiten heranzuwachsen, ist nicht einfach – die Welt verändert sich rasant. Erziehungskonzepte, Bildung, Freizeit, Freundschaften und auch die berufliche Welt wandeln sich. Doch wie unsere Kinder darauf vorbereiten – sie stärken für eine derart flexible Welt?

In diesem Vortrag geht es um den Fokus und das Trainieren persönlicher Stärken – innerer Antreiber und das Umgehen mit individuellen Krisen und Niederlagen: Selbstbewusstsein, Motivation, Empathie, emotionale und kommunikative Fähigkeiten.

Ressourcenstärkung und Resilienz-Erweiterung liefern nicht nur zahlreiche Impulse für den Umgang mit Kindern, sondern auch für einen selbst.

**Termin:** 15.05.2024

**Uhrzeit:** 19:00 bis 20:30 Uhr

**Ort:** Pfarrheim Niederbergkirchen; Dorfplatz 2, 84494 Niederbergkirchen

**Durchgeführt von:** Bettina Hottner

**Kosten:** 3,00€ p.P.

**Anmeldung:** Nur mit Anmeldung möglich unter [hlurz@kita.ebmuc.de](mailto:hlurz@kita.ebmuc.de) oder 08639/5845

## Outdoor fit für Kids von drei bis sechs Jahren in Begleitung eines Erwachsenen

In der heutigen Zeit wird es immer schwieriger, Kinder für den Sport im Freien zu begeistern. Umso wichtiger ist es, als Kind früh genug damit in Berührung zu kommen, als Eltern ein Vorbild zu sein und mit Freude dabei zu bleiben. Bei „Outdoorfit“ bewegen sich die Erwachsenen mit ihren Kindern zusammen in freier Natur auf vielfältige Art und Weise. Es macht riesigen Spaß, fördert die Motivation, verbessert die Konzentration, sowie den achtsamen Umgang mit und in der Natur.

**Termin:** 27.06.2024

**Uhrzeit:** 16:30 bis 18:00 Uhr

**Ort:** Pfarrheim Niederbergkirchen; Dorfplatz 2, 84494 Niederbergkirchen

**Durchgeführt von:** Ursula Haringer

**Kosten:** 3,00€ p.P.

**Anmeldung:** Nur mit Anmeldung möglich unter [hlurz@kita.ebmuc.de](mailto:hlurz@kita.ebmuc.de) oder 08639/5845