



# Familien- programm 2024

## **Perfekt unperfekt- Gelassenheit in der Erziehung**

Anna Stümpfl

Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern

In der Kindererziehung stehen Eltern vor ständig neuen Herausforderungen und Entscheidungen und verspüren den Druck alles richtig machen zu wollen. Aber was benötigen sowohl Kinder als auch Eltern damit es ihnen gut geht? Wie schafft man es mehr Gelassenheit zu spüren? Und was ist eigentlich das Beste für meine Familie? Anschließend sind Sie herzlich eingeladen, sich bei einem ELTERN TALK auszutauschen.

**21.03.2024 17:00 - 19:30 Uhr**

Hahnbach, Mehrzweckhalle Schule

## **Geschwisterstreit - wenn sich zwei streiten!**

Anna Stümpfl

Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern

Geschwisterstreit ist normal, aber ganz schön anstrengend! Wann sollten sich Eltern einmischen, wann lieber raushalten? In diesem Vortrag wird anhand konkreter Beispiele erläutert, wie Eltern ihre Kinder unterstützen können Konflikte selbst zu lösen. Anschließend laden wir Sie ein, Ihre Erfahrungen in einem ELTERN TALK auszutauschen.

**10.04.2024 9:00 - 11:00 Uhr**

Hirschau, Pfarrsaal

## **bis später Mami/Papi-Gruppe**

Alexandra Wittmann-Köppel, Anna Schweigert

Heilpädagogin/Sozialpädagogin Frühförderstelle Sulzbach-Rosenberg

In diesem Kurs werden Eltern und ihre Kleinkinder auf den Wechsel von Zuhause in die Kita vorbereitet. Im spielerischen Rahmen können Eltern und Kinder sich auf eine zeitweise Trennung vorbereiten und gleichzeitig erproben die Kinder den Kontakt mit Gleichaltrigen.

Der Kurs umfasst **10 Termine** außerhalb der Ferienzeit.

**Beginn: Freitag 12.04.2024, 9:00 - 10:30 Uhr**

Sulzbach-Rosenberg, Frühförderstelle

## **Fit mit Baby**

Elke Walter-Hamperl

Kinderkrankenschwester, Kursleiterin, Gesundheitsorientierte Familienbegleitung

Ein Ganzkörpertraining - angepasst auf die Bedürfnisse von Mamas und ihren Babys.

Dein Baby trainiert mit!

3 aufeinanderfolgende Termine - für Eltern mit Baby im Alter von 4 bis 10 Monaten

**23.04./30.04./07.05.2024**

Ensdorf, DJK Gymnastikhalle

## Erste Hilfe am Kind

Karin Zobler

Kinderkrankenschwester, Gesundheitsorientierte Familienbegleiterin, Mega Code Trainerin

In diesem Kurs erhalten Sie Tipps für die Erste Hilfe am Säugling und Kleinkind mit praktischen Übungen.

Der Kurs ist nicht zertifiziert, es kann keine Bescheinigung ausgestellt werden!

**14.05.2024 14:00 - 17:00 Uhr**

Vilseck, Burg Dagestein (Zehentkasten)

**11.06.2024 9:00 - 12:00 Uhr**

Freudenberg, Sitzungssaal

## Familienwanderung - Auf der Suche nach dem Wiedehopf

Jonas Nelhiesel

Naturpark-Ranger, geprüfter Natur- und Landschaftspfleger, Naturpark Hirschwald e.V.

Bei einer gemeinsamen Entdeckungstour Groß und Klein gehen wir auf die Suche nach einem der seltensten Vögel Bayerns, dem Wiedehopf. Kindgerechte Wanderung auf einfachen Wegen für Eltern mit Kindern von 3 bis 6 Jahren

**29.05.2024 10:00 - 12:00 Uhr**

Hohenburg, Marktplatz vor dem Rathaus

## Sprachentwicklung - wie kann ich Sprache spielerisch fördern?

Judith Gleixner und Jessica Gonzales

Logopädinnen, Frühförderstelle Sulzbach-Rosenberg

In diesem Vortrag erhalten Sie einen Überblick über die allgemeine Sprachentwicklung, aber vor allem auch Tipps, wie man dies spielerisch im Alltag unterstützen kann.

**07.06.2024 19:00 - 20:30 Uhr**

Sulzbach-Rosenberg, Frühförderstelle

## Picky Eater - wählerische Esser

Karin Zobler

Kinderkrankenschwester, Gesundheitsorientierte Familienbegleiterin, Mega Code Trainerin

Wer kennt das nicht, wenn das liebevoll zubereitete Essen vom Sprössling verschmäht wird?

Picky Eater sind wählerisch und fürchten sich geradezu vor neuen Lebensmitteln. Dieser Kurs möchte Ihnen Sicherheit geben und das Selbstvertrauen in Ihre Fähigkeiten stärken.

**17.06.2024 17:00 - 19:00 Uhr**

Ursensollen, Atrium

**Anmeldung und genauere Infos unter [www.vhs-as.de](http://www.vhs-as.de) (Außenstelle KoKi)**

**Kontakt: [koki@amberg-sulzbach.de](mailto:koki@amberg-sulzbach.de) - 09621/39-870**



koki\_amberg\_sulzbach

Find us on

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei,  
Anmeldeschluss eine Woche vor Veranstaltungsbeginn!

In Kooperation mit



Amberg  
Sulzbacher  
Land



Landkreis Amberg-Sulzbach