

# Familienstützpunkt Regenstauf Programm Januar bis März 2026



Anmeldung zu den Veranstaltungen (soweit nicht anders vermerkt):

**Familienstützpunkt Regenstauf**  
im MehrGenerationenHaus  
Hauptstraße 34 93128 Regenstauf  
Tel.: 09402-9382515  
familienstuetzpunkt@regenstauf.de



## Willkommen im Familienstützpunkt Regenstein.

*Wir helfen bei Fragen rund ums Familienleben in Regenstein und Umgebung. Allen, die mit Kindern leben und sie erziehen.*

*Ob "klassische", Patchwork-, Regenbogen- oder Ein-Eltern-Familien, alle sind bei uns willkommen, natürlich auch Familien mit Eltern oder Kindern mit Behinderungen.*

*Dafür bieten wir jeden Monat ein abwechslungsreiches Programm und stehen auch bei persönlichen Fragen gerne zur Verfügung.*

*Haben Sie spezielle Bedarfe, um an einem unserer Angebote teilzunehmen? Bitte melden Sie sich, gemeinsam sehen wir, was möglich ist.*

## Regelmäßige Angebote (nicht in den Schulferien)

**Elternsprechstunde** – das offene Ohr für Elternfragen

Hilfe bei kleinen und großen Elternnöten

**Mit Kristin Kilger, Elternberaterin**

**Dienstag, 9:00 –10:30 Uhr:**

**13. Januar, 10. Februar; 03. März 2026**

**Dienstag, 16:00—17:30 Uhr:**

**20. Januar, 24. Februar, 17. März 2026**

**Wieder da: Familienfrühstück**

Das gemütliche Frühstück für Eltern & Baby bzw. Kleinkind ist wieder da.

Verbringen Sie bei Kaffee, Tee und Frühstücksleckereien einen schönen Vormittag in unserem Café Pause. Das Spielzimmer für die Kinder ist auch geöffnet.

Für alle Familien mit Kindern von 0 – 5 Jahren

**Freitag, 09.30 - 11.00 Uhr im Café Pause**

**16. Januar, 06. Februar, 13. März 2026**

**Kosten:** 5,- € für Erwachsene, 2,- € für Kinder ab 3 Jahren, *unter 3 J. kostenlos*

**Anmeldung:** bis zum Mittwoch davor

**Regenstauer Familientreff**

Lernen Sie „spielend“ andere Familien kennen. In unserem großen Eltern-Kind-Raum können Sie sich bei Kaffee, Getränken und Gebäck mit anderen Eltern austauschen. Auch ist eine Mitarbeiterin des Familienstützpunkt dabei und steht gerne für Fragen rund um das Familienleben in Regenstein zur Verfügung.

**Donnerstag, 15:30 – 17:00 Uhr**

**22. Januar, 12. Februar, 12. März 2026**

**Kosten:** Spende willkommen, Anmeldung nicht erforderlich

## **Alleinerziehenden-Treff - Alleinerziehend aber nicht einsam**

Beim Alleinerziehendentreff bietet sich die Gelegenheit, sich mit anderen Müttern und Vätern, die den (Erziehungs)alltag alleine gestalten, auszutauschen.

**Freitag, 15:30—17:00 Uhr**

**30. Januar, 27. Februar, 27. März 2026**

**Kosten:** keine, Spende willkommen

**Anmeldung:** bis zum Mittwoch davor

## **Treff für Regenbogenfamilien**

Wir laden alle Regenbogenfamilien ein, sich kennenzulernen, zu vernetzen und auszutauschen und mit den Kindern zu spielen.

**Mittwoch, 16:00 – 17:30 Uhr**

**21. Januar, 11. März 2026**

**Kosten:** Spenden willkommen

**Anmeldung:** bis zum Montag davor

## **Kurse, Vorträge, Workshops und mehr**

### **Workshop: „babySignal – Mit den Händen sprechen“**

Babys und Kleinkinder können mit einfachen Handzeichen bereits ‚reden‘. Die Grundidee und die wichtigsten Zeichen werden hier vorgestellt & ausprobiert. Für Eltern von Kindern im Alter von 6 – 24 Monaten

**Donnerstag, 05. Februar 2026, 10.00 - 12.00 Uhr**

**Mit Linda Fischer, Ergotherapeutin, babySignal-Kursleiterin**

**Kosten:** 1 Erwachsener + 1 Kind: 50 €, 2 Erwachsene + 1 Kind: 55 €, 2 Erwachsene + Zwillinge: 65 €

**Infos & Anmeldung:** unter [www.babysignal.de](http://www.babysignal.de)

### **Info Veranstaltung „Mein Kind kommt in die Schule“**

Wie läuft der Schulstart ab? Was passiert bei der Schuleinschreibung? Welche Unterlagen werden benötigt? Sprachmittler können ggf. gestellt werden. Für Eltern mit Vorschulkindern

**Freitag, 13. Februar 2026, 09.00 Uhr**

**Mit Nurcan Gülkan & Stanislava Binninger,**

Intergrationsmanagement LRA Regensburg

### **Workshop: „Mein Stärkenrucksack – Jeden Tag mutig und ich selbst“**

Kinder entdecken hier spielerisch, was sie stark macht, wie sie mit Gefühlen umgehen und Herausforderungen in der Schule selbstsicher begegnen können.

Für Kinder im Grundschulalter

**Donnerstag, 19. Februar 2026, 9.00 - 13.00 Uhr**

**Mit Carola Hanusch, Dipl. Sozialpädagogin (FH); Systemische Beraterin**

**Kosten:** 35 Euro pro Person (inkl. Materialien)

**Anmeldung:** bis 12.02.2026

### **Kurs: „SOS - Kindernotfälle“**

Alles Wissenswerte zur Ersthilfe an Baby und Kind an einem Abend.

für (werdende) Eltern von Kindern ab 0 bis 10 Jahren

**Montag, 23. Februar 2026, 18.30 – ca. 21.00 Uhr**

**Mit Tobias Götz, Rettungssanitäter, Ausbildungsleiter**

**Kosten:** 25,- € pro Person, 45,- € für Paare

**Anmeldung** bis 13.02.2026

### **Vortrag: „Ständig krank“- Der Weg aus dem Teufelskreis**

Wie funktioniert das kindliche Immunsystem und wie kann man es mit der richtigen Ernährung stärken? Muss es dafür unbedingt „Superfood“ sein?

Für Eltern von Kindern im Kita- & Grundschulalter

**Donnerstag, 26. Februar 2026, 18.00 - ca. 19.30 Uhr**

**Mit Dr. rer. nat. Luisa Scheck, Apothekerin**

**Kosten:** für Sie kostenfrei

**Anmeldung** bis 20.02.2026

### **Vortrag: „Baby oder Smartphone im Blick“** (gemeinsam mit dem ifp Bayern)

Wie wirkt sich meine Smartphone-Nutzung auf meine Beziehung zum Baby aus?

Für werdende Eltern und Eltern mit Babys/Kleinkindern

**Mit Simone Schöberl, pädagogische Fachkraft für Bindungspädagogik**

**Donnerstag, 19. März 2026, 19.00 - 20.30 Uhr**

**Anmeldung** bis 11.03.2026

**Kosten:** für Sie kostenfrei

### **Alles für's Baby und Kind** gemeinsam mit dem Mehrgenerationenhaus Regenstauf

Kindersachenbasar

**Sonntag, 22. März 2026, 14.00 – 15.30 Uhr** (Einlass Schwangere: 13:30 Uhr)

**Jahnalle Regenstauf, Jahnstraße 4, 93128 Regenstauf**

Eintritt frei, Tischgebühr 10,- €

**Tischvergabe** ab 09.02.2026: [verwaltung.mgh@regenstauf.de](mailto:verwaltung.mgh@regenstauf.de)