



## Familienstützpunkt Regenstauf PROGRAMM OKTOBER 2024



### Elternsprechstunde

– das offene Ohr für Elternfragen

**Mit Kristin Kilger, Elternberaterin**

Hilfe bei kleinen und großen Elternnöten

Di. 08. Oktober 2024 16:00 – 17:30 Uhr

Di. 15. Oktober 2024 09:00 – 10:30 Uhr

oder nach Terminvereinbarung

**Auch telefonisch möglich: 09402-784623**

### Hebammensprechstunde

Mit Babywiegen, Still- und Ernährungsberatung

**Mit Astrid oder Marita Burkhardt, Hebammen**

Bitte bei den Hebammen anmelden:

Astrid Burkhardt, Tel. 09402/784059, [astrid@vilshof.de](mailto:astrid@vilshof.de);

Marita Burkhardt, Tel. 09474/8201, [marita@vilshof.de](mailto:marita@vilshof.de)

Auch jederzeit bei Ihnen zu Hause.

### After-Work-Babytreff & Krabbeltreff

Für alle Eltern mit Ihren Kindern von 0-3 Jahren.

Gemeinsam spielen wir altersgerechte Spiele

Mit **Kristin Kilger**, FSP Regenstauf

**After-Work-Babytreff für Kinder bis zu 1 Jahr**

**Montag, 14. Oktober 2024, 16:00–17:00 Uhr**

**After-Work-Krabbeltreff für Kinder von 1 bis 3 Jahren**

**Montag, 21. Oktober 2024, 16:00–17:00 Uhr**

(Anmeldung zu den Treffs jew. bis zum Donnerstag davor)

**Kosten:** 2,- € pro Familie

### Treff für Regenbogenfamilien

Hier können sich Regenbogenfamilien kennenlernen und austauschen—mit Kinderspielzimmer

**Mittwoch, 16. Oktober 2024, 16:00 -17:30 Uhr**

**Kosten:** Spende willkommen

Anmeldung bitte bis 13.09.2024

### Alleinerziehenden-Treff

Alleinerziehend aber nicht einsam

Wir laden alle Mütter & Väter, die den (Erziehungs)-alltag alleine gestalten ein, ins Gespräch zu kommen.

**Freitag, 18. Oktober 2024, 15:30–17:00 Uhr**

Anmeldungen bis 14.10.2024

### **NEU: Schwangeren-Treff**

Ein Treff für alle werdenden Mütter, die gerne andere Schwangere kennenlernen möchten. Und für Fragen rund um das Familienleben in Regenstauf ist eine pädagogische Kraft des FSP mit dabei.

**Mittwoch, 09. & 23 Oktober 2024 von 9:00–11:00 Uhr**

**Kosten:** keine, Spenden willkommen

Anmeldung erbeten bis Montag vor jeweiligen Treff

### Spielplatztreff:

Der Familientreff geht raus: Mit Bollerwagen, Sandspielzeug, Kaffee und Apfelschorle sind wir beim Spielplatz am Masurenweg zu finden. Und laden alle Eltern und Kinder herzlich ein zu kommen, zu spielen und andere Familien kennen zu lernen

**Donnerstag, 10. Oktober 2024, 15:00 -16:00 Uhr Spielplatz am Masurenweg** Bei Regenwetter im Kultur- und Mehrgenerationenhaus, kurzfristige Info über Homepage, Facebook und Instagram

**Kosten:** Spende willkommen

Anmeldung nicht erforderlich

### **NEU: Mama-Balance meets Yoga**

Ein Ganzkörpertraining für Mamas mit Baby/Kleinkind. Du möchtest Dich wieder fit fühlen, Deinen Körper kräftigen und neue Energie tanken? Unterstütze deine Geburtsvorbereitung oder Rückbildung durch Yoga und ein schonendes und kräftigendes Aufbautraining.

**Mit Bente Strömer, Yoga-Teacher**

**donnerstags, 9:00 – 10:00 Uhr im Mehrgenerationenhaus**

**Kosten:** 5er Karte 50,- €

**Anmeldung:** im Familienstützpunkt oder bei Bente Strömer, Tel. 0151 1767 1473

### SOS-Kindernotfälle

Alles Wichtige über erste Hilfe bei Babys und Kindern in Theorie und Praxis an einem Abend lernen.

**Montag, 14. Oktober 2024 ab 18:30 Uhr**

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

**Anmeldung:** bis 04.10.2024

### Auf den Spuren des Waldkauzes (ab 4 Jahren)

Zusammen erkunden wir spielerisch das Leben des Waldkauzes und ihr bekommt spannende Einblicke ins Leben des geheimnisvollen Waldbewohners. Außerdem lernt ihr unsere Vogelpatienten in der Vogelauffangstation kennen.

**Dienstag, 15. Oktober 2024, 15.00 – 16.30 Uhr**

**mit Sofia Röder, Natur- und Umweltpädagogin LBV Regenstauf**

**Kosten:** 8 Euro für 1 Elternteil + 1 Kind; jedes weitere eigene Kind: +2 Euro, 2. Elternteil: + 3 Euro

Anmeldung erforderlich bis 08. Oktober im FSP Regenstauf

nähere Informationen & Anmeldung



**Familienstützpunkt Regenstauf**

Hauptstraße 34 93128 Regenstauf

09402-9382515 familienstuetzpunkt@regenstauf.de