

KoKi

**Koordinationsstelle frühe
Kindheit (KoKi) Schwandorf**



Bundesstiftung
Frühe Hilfen



Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Kurs- programm

für werdende Eltern und
Familien mit Kindern
von 0- 3 Jahren

2023
(August – Dezember)



Vorwort

Die KoKi Schwandorf ist eine Vernetzungs-, Informations- und Beratungsstelle im Landkreis Schwandorf für werdende Eltern und Familien mit Kindern im Alter von 0-3 Jahren sowie für Fachkräfte, welche im Bereich der Frühen Hilfen tätig sind.

Der Auf- und Ausbau unserer Gruppen- und Kursangebote für Familien mit Kindern von 0-3 Jahren stellt mittlerweile ein Kernelement im Netzwerk der Frühen Hilfen dar.

Die Angebotspalette der Eltern- und Familienbildung umfasst Informationen, Beratung sowie praktische Tipps und trägt zur Förderung der Eltern-Kind-Beziehung, Bewegungs- und Ernährungsgesundheit sowie zur Stärkung der Elternkompetenz und psychosozialer Ressourcen bei.

Erneut konnten wir unser Programm um neue Angebote erweitern. Da wir stets bemüht sind unsere Angebote dem Bedarf entsprechend abzustimmen, sind wir für Rückmeldung oder Anregungen zu bestehenden oder weiteren Angeboten immer sehr dankbar.

Sämtliche Kurse, Angebote und Treffs werden über die Bundesstiftung Frühe Hilfen finanziert und sind für Familien daher kostenfrei.

Eine Anmeldung ist notwendig über die KoKi Schwandorf bei: Andrea Binder, Tel. 09431 / 471-483 oder koki@landkreis-schwandorf.de

Wir wünschen viel Spaß beim diesjährigen Kursprogramm!

Carola Glötzl

Stefanie Sierl

Ihr KoKi Team Schwandorf

Andrea Binder

Kursprogramm: August

Windelrocker

Ein Treff für Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren zum gemeinsamen Austausch und zur fachlichen Information entsprechend den Wunschthemen der Teilnehmer unter Anleitung einer Sozialpädagogin der Schwangerenberatungsstelle.



Wann: jeden ersten Mittwoch im Monat

Dauer: jeweils von 09.30 - 11.00 Uhr

Ort: Schwangerenberatungsstelle Donum Vitae, Schwandorf

Zwillings-/Mehrlingse Eltern-Treff

Eltern von 0-3-jährigen Zwillingen und Mehrlingen können sich einmal im Monat zum gemeinsamen Frühstück und Erfahrungsaustausch unter Anleitung von Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenschwestern treffen.



Wann: jeden ersten Montag im Monat

Dauer: jeweils von 09.00 – 10.30 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus, Wackersdorf



Erklärvideos
auf YouTube

Einfach bei YouTube unter Suche „KoKi Schwandorf“ eingeben oder über unsere Website www.koki-landkreis-schwandorf.de direkt zur Playlist gelangen.

Kursprogramm: September

Windelrocker

Ein Treff für Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren zum gemeinsamen Austausch und zur fachlichen Information entsprechend den Wunschthemen der Teilnehmer unter Anleitung einer Sozialpädagogin der Schwangerenberatungsstelle.



Wann: jeden ersten Mittwoch im Monat

Dauer: jeweils von 09.30 - 11.00 Uhr

Ort: Schwangerenberatungsstelle Donum Vitae, Schwandorf

Zwillings-/Mehrlingseltern-Treff

Eltern von 0-3-jährigen Zwillingen und Mehrlingen können sich einmal im Monat zum gemeinsamen Frühstück und Erfahrungsaustausch unter Anleitung von Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenschwestern treffen.



Wann: jeden ersten Montag im Monat

Dauer: jeweils von 09.00 – 10.30 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus, Wackersdorf

Großelternkurs

Der Kurs bereitet Großeltern auf ihre „neue/andere Rolle“ vor und informiert über Neuerungen in der Versorgung, Pflege und Ernährung von Neugeborenen.

Zielgruppe: (werdende) Eltern und Großeltern von Neugeborenen. Idealerweise bietet sich dieses Kursangebot auch als Tandemveranstaltung für Eltern und Großeltern an.

Wann: Donnerstag, 28.09.

Dauer: 18.00 – 20.00 Uhr

Ort: Fronfeste, Neunburg v. W.



Kursprogramm: September

Workshop: Beikost und Familienkost

In unserem Workshop lernen Eltern alles rund um **Klassische Breikost, BLW (babygeleitete Beikost- Fingerfood) und den Übergang zur normalen Familienkost** kennen, sowohl theoretisch als auch praktisch mit frischen Lebensmitteln. Wussten Sie, dass die Ernährung in den ersten Jahren das Ernährungs- und Essverhalten das ganze weitere Leben prägt? Dann lohnt sich dieser Workshop auf jeden Fall!

Zielgruppe: Familien mit Kindern ab dem 3. Lebensmonat

Wann: Mittwoch, 13.09.

Dauer: 18.00 - 21.00 Uhr

Ort: Praxis Unter ´m Herz, Bruck



Kleines Zwerge 1x1

Im Verlauf der 6 Kurstermine, welche im 14-tägigen Turnus stattfinden, gehen Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenschwestern auf alle wichtigen Erkenntnisse und Fragen von Eltern ein, u. a. zu den Themen: *Altersgemäße Ernährung / Entwicklungsstufen; Förderung, Signale und Bedürfnisse des Babys / Mobilität und Unfallverhütung / Tagesstruktur und Rituale / Regionale Angebote, Ausflüge, Urlaub, Sonnenschutz*



Zielgruppe: Mütter/Väter gemeinsam mit Kindern im 1. Lebensjahr, ab dem 4. Lebensmonat bzw. im Anschluss an die Hebammennachsorge

Termine: 14.09. / 28.09. / 12.10. / 26.10. / 09.11. und 23.11

Dauer: jeweils von 14.30 – 16.00 Uhr

Wo: Kath. Jugendheim, Pfreimd

Kursprogramm: September

Eltern werden - Gestärkt ins Familienleben

Ein Kursangebot für werdende Eltern. In dieser Tandemveranstaltung informieren im Wechsel jeweils eine Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenschwester über Geburt, Wochenbett und Versorgung des Babys während eine pädagogische Fachkraft die Vorbereitung auf das Familienleben und die Elternrolle gestaltet.

Das Angebot umfasst insgesamt 8 Termine.

Wann: 18.09. / 25.09. / 02.10. / 09.10. /
16.10. / 23.10. / 30.10. / 06.11.

Dauer: jeweils ab 18.00 ca. 1-2 Std

Ort: Mehrgenerationenhaus, Wackersdorf



Mein Baby und ich – unser gemeinsamer Start

Online Säuglingskurs/Elternschule

Zielgruppe: Schwangere ab ca.
30. Schwangerschaftswoche bis zum
vierten Lebensmonat des Säuglings

Ein 5-teiliger Online-Kurs über die Bedürfnisse von Säuglingen im ersten Lebensjahr. In den Modulen wird auf die Themen Schlaf, Pflege, Ernährung, Bindung und Kuscheln eingegangen. Der Kurs vermittelt anschauliches Wissen und praktische Tipps, um die Bedürfnisse des Säuglings besser verstehen und darauf eingehen zu können.

Termine: Dienstag, 19.09. / Freitag, 22.09. / Dienstag, 26.09. /
Freitag, 29.09. / Freitag, 06.10.

Dauer: jeweils ab 08.30 Uhr, ca. 75 Min.

Kursprogramm: Oktober

Windelrocker

Ein Treff für Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren zum gemeinsamen Austausch und zur fachlichen Information entsprechend den Wunschthemen der Teilnehmer unter Anleitung einer Sozialpädagogin der Schwangerenberatungsstelle.



Wann: jeden ersten Mittwoch im Monat

Dauer: jeweils von 09.30 - 11.00 Uhr

Ort: Schwangerenberatungsstelle Donum Vitae, Schwandorf

Zwillings-/Mehrlingseltern-Treff

Eltern von 0-3-jährigen Zwillingen und Mehrlingen können sich einmal im Monat zum gemeinsamen Frühstück und Erfahrungsaustausch unter Anleitung von Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenschwestern treffen.



Wann: jeden ersten Montag im Monat

Dauer: jeweils von 09.00 – 10.30 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus, Wackersdorf

Ich & Du – Komm spiel mit mir

Kurs für Eltern mit Kindern im 1. Lebensjahr primär zu den Themen Spielen, geeignete Fördermöglichkeiten sowie Bindung. Der Kurs umfasst 3 Termine.

Wann: 10.10., 17.10. und 07.11.

Dauer: jeweils von 10.30 - 12.00 Uhr

Ort: Frühförderstelle Schwandorf



Kursprogramm: Oktober

Notfälle und Verletzungen bei Säuglingen/Kleinkindern

Im Kurs erfahren Eltern wie sie im Ernstfall z. B. bei Fieberkrampf, Verschlucken, Wunden, Insektenstichen oder Allergien schnell und kompetent reagieren können.

Zielgruppe: Eltern mit Kindern von 0 – 3 Jahren



Wann: Samstag, 14.10.2023

Dauer: 09.00 Uhr - 13.30 Uhr

Ort: Evang. Pfarramt, Schwandorf



Kennen Sie
schon unsere...

*In Kooperation mit Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenschwestern werden regelmäßig Impulspapiere zu den Themen Ernährung, Baby & Kleinkind, Leben & Erziehung sowie Fakten/Mythen zur gezielten und fundierten Informationsgewinnung in die **Zwergenpost** eingestellt.*

Informieren Sie sich regelmäßig auf unserer Website www.koki-landkreis-schwandorf.de!

Kursprogramm: November

Windelrocker

Ein Treff für Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren zum gemeinsamen Austausch und zur fachlichen Information entsprechend den Wunschthemen der Teilnehmer unter Anleitung einer Sozialpädagogin der Schwangerenberatungsstelle.



Wann: jeden ersten Mittwoch im Monat

Dauer: jeweils von 09.30 - 11.00 Uhr

Ort: Schwangerenberatungsstelle Donum Vitae, Schwandorf

Zwillings-/Mehrlingseltern-Treff

Eltern von 0-3-jährigen Zwillingen und Mehrlingen können sich einmal im Monat zum gemeinsamen Frühstück und Erfahrungsaustausch unter Anleitung von Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenschwestern treffen.



Wann: jeden ersten Montag im Monat

Dauer: jeweils von 09.00 – 10.30 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus, Wackersdorf

Baby fit – Vorbereitungskurs rund um Baby, Geburt und Elternrolle

Hier erfahren werdende Eltern alles Wichtige zum Thema Säuglingspflege, Stillen, Ernährung, Sicherer Babyschlaf, Besonderheiten in der Neugeborenenzeit sowie Geburt und Wochenbett. Zudem ist Raum im kleinen, individuellen Rahmen, über Ängste und Sorgen aber auch über Freuden in dieser aufregenden Zeit zu sprechen. Der Kurs umfasst 4 Termine.



Wann: 13.11. / 20.11. / 27.11. / 04.12.

Dauer: jeweils ab 18.30 Uhr ca. 1-2 Std.

Wo: Mehrgenerationenhaus Wackersdorf

Kursprogramm: November

Workshop: Beikost und Familienkost

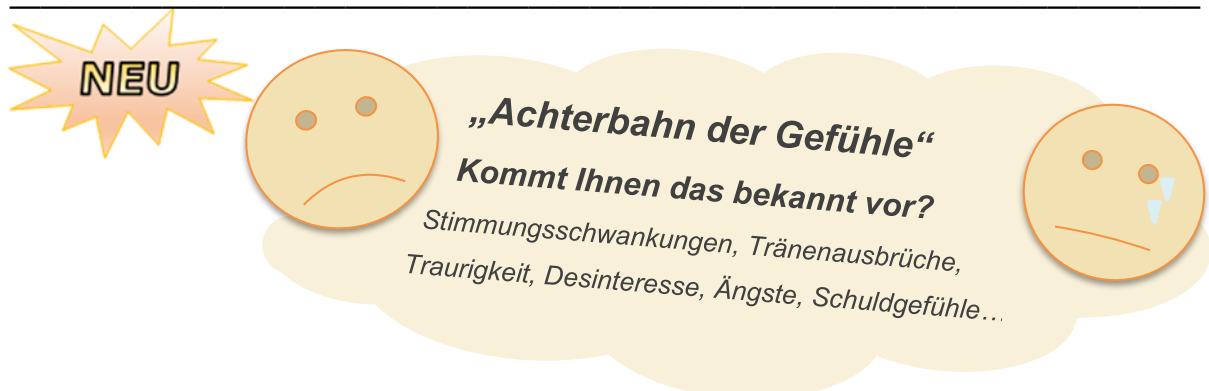
In unserem Workshop lernen Eltern alles rund um **Klassische Beikost, BLW (babygeleitete Beikost- Fingerfood) und den Übergang zur normalen Familienkost** kennen, sowohl theoretisch als auch praktisch mit frischen Lebensmitteln. Wussten Sie, dass die Ernährung in den ersten Jahren das Ernährungs- und Essverhalten das ganze weitere Leben prägt? Dann lohnt sich dieser Workshop auf jeden Fall!

Zielgruppe: Familien mit Kindern ab dem 3. Lebensmonat

Wann: Mittwoch, 15.11.

Dauer: 18.00 - 21.00 Uhr

Ort: Praxis Unter ´m Herz, Bruck



Oftmals reicht es, in diesen Situationen einen geeigneten Ansprechpartner zur Seite zu haben. Ab dem 20. September bietet KoKi daher in Kooperation mit einer systemischen Familientherapeutin jeden 1. und jeden 3. Mittwoch im Monat eine **Sprechstunde für betroffene Frauen und Mütter** an.

Nähere Informationen hierzu finden Sie auf unserer Website www.koki-landkreis-schwandorf.de!

Kursprogramm: Dezember

Windelrocker

Ein Treff für Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren zum gemeinsamen Austausch und zur fachlichen Information entsprechend den Wunschthemen der Teilnehmer unter Anleitung einer Sozialpädagogin der Schwangerenberatungsstelle.



Wann: jeden ersten Mittwoch im Monat

Dauer: jeweils von 09.30 - 11.00 Uhr

Ort: Schwangerenberatungsstelle Donum Vitae, Schwandorf

Zwillings-/Mehrlingseltern-Treff

Eltern von 0-3-jährigen Zwillingen und Mehrlingen können sich einmal im Monat zum gemeinsamen Frühstück und Erfahrungsaustausch unter Anleitung von Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenschwestern treffen.



Wann: jeden ersten Montag im Monat

Dauer: jeweils von 09.00 – 10.30 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus, Wackersdorf

*Übrigens, wussten Sie
schon, dass ...*



*KoKi in Kooperation mit Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenschwestern wöchentlich eine telefonische **Baby- und Kleinkindsprechstunde** anbietet?*

Nähere Informationen finden Sie auf unserer Homepage www.koki-landkreis-schwandorf.de!