



## Vorläufiges Programm

### Familienstützpunkt Ampfing

In Kooperation: Kinderkrippe „Isenzwergerl“

Jahnweg 15, 84539 Ampfing

#### Leitung:

**Tina Mittermeier**

Staatlich anerkannte Sozialpädagogin

Kindheitspädagogin (B. A.)

Resilienzcoach

**Anmeldung unter 08636 / 6979571**

**E-Mail: familienstuetzpunkt@ampfing.bayern.de**

Weitere Infos zu allen Angeboten unter

[www.ampfing.de](http://www.ampfing.de)

Der Familienstützpunkt wird gefördert durch:



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



## Liebe Familien,

ich freue mich sehr, nun trotz der aktuellen Corona-Lage einen Ausblick auf die nächsten Monate im Familienstützpunkt geben zu können.

Es gibt einige geplante Aktionen, für die zum momentanen Zeitpunkt noch kein genauer Termin feststeht, da abgewartet werden muss, welche Regeln und Maßnahmen in den nächsten Monaten gelten werden.

Sobald absehbar ist, dass das Infektionsgeschehen soweit stabil ist und Aktionen stattfinden können, werden auf der Homepage die konkreten Termine und vielleicht sogar weitere Angebote erscheinen.

Ich würde mich freuen, euch bei der ein oder anderen Aktion begrüßen zu dürfen.

Herzliche Grüße

Tina Mittermeier



## **Beratungsangebote:**

Sämtliche Beratungen sind kostenlos, aktuell jedoch nur mit Voranmeldung möglich. Selbstverständlich gelangen keinerlei Gesprächsinhalte an Dritte. Eine FFP2-Maske ist erforderlich.

Bei gutem Wetter kann der Termin auch draußen stattfinden oder beispielsweise ein Spaziergang gemeinsam gemacht werden.

Anmeldung unter familienstuetzpunkt@ampfing.bayern.de oder 08636/6979571

### **Fachkraft Familienstützpunkt - Fr. Mittermeier**

**Beratung zu Themen rund um die Familie, Erziehung, kindliche Entwicklung, digitale Medien, Vereinbarkeit von Familie und Beruf, kindliche Gesundheit etc. und ggf. Weitervermittlung an entsprechende Stellen**

**Informationen zur Kinderbetreuung sowie Freizeitaktivitäten für Kinder und Familien in Ampfing**

**Termine:** 27.04.21, 25.05.21, 17.06.21, 15.07.21

jeweils von 15.00 - 17.00 Uhr

**Ort:** Jahnweg 15, Büro Familienstützpunkt

sowie nach Vereinbarung

### **Donum Vitae - Fr. Mußner**

**Beratung zu Themen rund um die Schwangerschaft und Geburt, Elterngeld etc.**

**Termine:** 29.04.21, 20.05.21, 24.06.21, 29.07.21

jeweils von 08.30 - 11.00 Uhr

**Ort:** Jahnweg 15, Büro Familienstützpunkt

### **KoKi Netzwerk frühe Kindheit - Fr. Rüde**

**Beratung z. B. zu Überforderung oder Erschöpfung der Eltern von Kleinkindern, Geschwisterstreitigkeiten, Trotzen, Grenzen setzen, Schreikinder, Schlafen, Essen**

**Termine:** 06.05.21, 08.07.21 jeweils von 08.00 - 10.00 Uhr

sowie 14.04.21, 09.06.21 jeweils von 14.30 - 16.00 Uhr

**Ort:** Jahnweg 15, Büro Familienstützpunkt

### **Caritas Erziehungsberatung - Fr. Schultz**

**Beratung z. B. für Familien, die etwas verändern wollen, bei Problemen in der Erziehung auch nach dem Kleinkindalter, für Alleinerziehende**

**Termine:** 21.04.21, 16.06.21, 21.07.21

jeweils von 08.00 - 10.00 Uhr

**Ort:** Jahnweg 15, Büro Familienstützpunkt

## Bildungs- und Betreuungsangebote für Kinder:

### Psychomotorik für Kinder - Stärkung der kindlichen Wahrnehmung

#### Für Kinder zwischen 4 und 6 Jahren

Bei der Psychomotorik geht es darum, Kinder in ihrer Wahrnehmung, ihren Bewegungsabläufen und ihrer sozialen Kompetenz zu stärken. Die Kinder machen die Erfahrung, selbst etwas bewegen zu können, indem sie sich bewegen. In einer festen Kleingruppe werden wichtige Bewegungserfahrungen gemacht, die durch Geschichten, Spiele etc. angeregt werden.

**Termine:** 25.05.21, 29.06.21, 27.07.21 jeweils von 15.30 - 16.30 Uhr

**Ort:** Jahnweg 15, Familienstützpunkt

**Veranstalter:** Familienstützpunkt Ampfing

**Durchgeführt von:** Petra Rebitzer, Erzieherin mit Zusatzqualifikation in der Psychomotorik

**Kosten:** 3er Block 12 Euro pro Kind

**Anmeldung bis 18.05.21:** familienstuetzpunkt@ampfing.bayern.de oder 08636/6979571

**Mundschutz:** Es gelten die gesetzlichen Bestimmungen.

### Progressive Muskelentspannung für Kinder

#### Für Kinder zwischen 6 und 8 Jahren (Kurs 1)

#### bzw. 9 und 11 Jahren (Kurs 2)

Progressive Muskelentspannung ist eine wissenschaftlich anerkannte und bekannte Entspannungsmethode. Hierbei geht es um den Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung der insgesamt 16 Muskelgruppen im Körper mit dem Ziel, dass die Kinder eine Möglichkeit kennenlernen, um in anstrengenden Situationen, bei Unruhe oder Schulstress wieder zur Ruhe zu finden. Außerdem unterstützt diese Form der Entspannung die Lernfähigkeit, Konzentration, Geduld und vor allem auch das Selbstwertgefühl der Heranwachsenden.

Die Einheiten sind altersgerecht aufgebaut und bestehen aus dem Erlernen gezielter Übungen und dem anschließenden Austausch darüber.

**Termine:** von 10.06.21 bis 29.07.21 immer donnerstags von 15.30 - 16.30 Uhr (Kurs 1) bzw. 16.45 - 17.45 Uhr (Kurs 2)

**Ort:** Jahnweg 15, Familienstützpunkt

**Durchgeführt von:** Nisveta Lang, Seminarleiterin für Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

**Veranstalter:** Familienstützpunkt Ampfing

**Kosten:** 8er Block 24 Euro pro Kind

**Anmeldung bis 01.06.21:** familienstuetzpunkt@ampfing.bayern.de oder 08636/6979571

**Mundschutz:** Es gelten die gesetzlichen Bestimmungen.

## Experimentierwerkstatt in den Sommerferien

### Für Kinder zwischen 4 und 6 Jahren

Kinder sind von Natur aus neugierig. An diesem Nachmittag bekommen sie die Möglichkeit, in einem kindgerechten Labor zu experimentieren, zu hinterfragen und sich ihre Zusammenhänge über Naturphänomene selbst zu erschließen.

**Termin:** 28.07.21 von 15.00 - 16.30 Uhr

**Ort:** Gemeindekindergarten „Isenstrolche“ Ampfing

**Veranstalter:** Familienstützpunkt Ampfing

**Durchgeführt von:** Tina Mittermeier, Leitung Familienstützpunkt

**Kosten:** 5 Euro pro Kind

**Anmeldung bis 22.07.21:** familienstuetzpunkt@ampfing.bayern.de oder 08636/6979571

**Mundschutz:** Es gelten die gesetzlichen Bestimmungen.

## Experimentierwerkstatt in den Sommerferien

### Für Kinder zwischen 7 und 9 Jahren

Bei verschiedenen Experimenten zum Thema Sommer und Urlaub können die Kinder sich ausprobieren und Zusammenhänge erschließen.

**Termin:** 03.08.21 von 14.30 - 16.30 Uhr

**Ort:** Gemeindekindergarten „Isenstrolche“ Ampfing, Labor

**Veranstalter:** Familienstützpunkt Ampfing

**Durchgeführt von:** Tina Mittermeier, Leitung Familienstützpunkt

**Kosten:** 5 Euro pro Kind

**Anmeldung bis 22.07.21:** familienstuetzpunkt@ampfing.bayern.de oder 08636 / 6979571

**Mundschutz:** Es gelten die gesetzlichen Bestimmungen.

## Technikwerkstatt in den Sommerferien

### Für Kinder zwischen 10 und 12 Jahren

Digitale Medien als Werkzeug nutzen und nicht als Entertainment - darum geht es bei diesem Ferienangebot. Gemeinsam mit den Heranwachsenden wird ein Projekt initiiert und durchgeführt, bei dem digitale Bildung mit Bewegung und Denkprozessen kombiniert wird.

**Termin:** 05.08.21 von 12.00 - 17.00 Uhr

**Ort:** Ampfing, wird noch bekannt gegeben

**Veranstalter:** Familienstützpunkt Ampfing

**Durchgeführt von:** Tina Mittermeier, Leitung Familienstützpunkt

**Kosten:** 5 Euro pro Kind

**Anmeldung bis 22.07.21:** familienstuetzpunkt@ampfing.bayern.de oder 08636/6979571

**Mundschutz:** Es gelten die gesetzlichen Bestimmungen.

## Begegnungsangebote für Familien:

### Familienolympiade

Bei dieser mit Spaß verbundenen Familienaktion geht es darum, sich zu bewegen. Daher wird in den Aktionswochen die fitteste Familie Ampfings gesucht. Im Alltag können so selbstständig Punkte gesammelt werden, z. B. durch zu Fuß oder mit dem Rad statt mit dem Auto zur Schule oder Kita kommen, lieber die Treppe statt den Aufzug nehmen, sich auf dem Spielplatz austoben usw. Auch wird es verschiedene Bewegungsstationen als Inspiration geben, die auch zuhause schnell nachgebaut werden können. Die Familie, die am Ende am meisten Punkte gesammelt hat, gewinnt einen Preis.

**Termin:** 1-2 Aktionswochen im Sommer, genaueres wird Ende Mai bekannt gegeben

**Ort:** Ampfing

Alle weiteren Informationen folgen rechtzeitig über die Homepage.

### Auf der Suche nach neuen Familien zum Ratschen und Spielen...

Bei einem Spielnachmittag haben Eltern die Möglichkeit sich mit anderen Eltern auszutauschen und gemeinsam mit ihren Kindern zu spielen.

**Termin:** im Sommer, wird noch bekannt gegeben

**Ort:** Ampfing

Alle weiteren Informationen folgen rechtzeitig über die Homepage.

### Elterntalk - Austausch von und für Eltern

Diese Austauschrunde wird moderiert und setzt es sich zum Ziel, ins Gespräch über ein bestimmtes Thema zu kommen und Tipps und Tricks bzw. Erfahrungen mit anderen Eltern auszutauschen. Habt ihr Themen in eurem Familienleben, über die ihr euch gerne in einem angenehmen Rahmen mit anderen Eltern austauschen möchtet? Dann dürft ihr diese gerne im Familienstützpunkt mitteilen.

**Termin:** Juli 2021

**Ort:** Jahnweg 15, Familienstützpunkt

**Themenwünsche bis 15.06.21 an:**

familienstuetzpunkt@ampfing.bayern.de oder 08636/6979571

### Bundesweiter Vorlesetag

Verschiedene Lesepaten aus ganz Ampfing lesen Kindern zwischen 1 und 10 Jahren spannende und abwechslungsreiche Geschichten im Rahmen des bundesweiten Vorlesetages vor. Für die Eltern gibt es derweil eine Möglichkeit zum Austausch bei Kaffee & Kuchen (natürlich abhängig von den dann geltenden Corona-Maßnahmen).

**Termin:** 19.11.21 ab 15.00 Uhr

Alle weiteren Informationen folgen rechtzeitig über die Homepage.

## Bildungsangebote für Eltern:

### Kinder sind richtig wie sie sind!

#### Entdecke die Stärken in deinen Schwächen.

Viele Eltern denken, ihr Kind sei „zu“ lebhaft, zu introvertiert, zu langsam, zu faul... nicht so, wie es sein sollte. An diesem Nachmittag werden Eltern ermuntert, solche Zuschreibungen kritisch zu betrachten. Wenn Eltern die Stärken in den vermeintlichen Schwächen entdecken, können sie die Entwicklung ihrer Kinder nachhaltig unterstützen.

**Termin:** 17.04.21 von 14.00- 16.00 Uhr

**Ort:** Pfarrheim Ampfing (voraussichtlich aber online)

**Referentin:** Heidemarie Brosche, Autorin

**Veranstalter:** Kreisbildungswerk Mühldorf

**Kosten:** bitte bei der Anmeldung erfragen, da sie abhängig sind von der Veranstaltungsform

**Anmeldung ab 12.04.21:** info@kreisbildungswerk-mdf.de oder 08631/37670

**Mundschutz:** Es gelten die aktuellen gesetzlichen Regelungen.

Bei der Anmeldung wird bekannt gegeben, ob und wie das Angebot stattfinden kann.

### Mobbing - mehr als ein Modewort

Je früher in das Mobbing-System eingegriffen wird, desto größer sind die Chancen, Opfer und auch Täter vor größerem Schaden zu

bewahren. Ausgrenzung, Folgen von Mobbing, sinnvolles Opferverhalten, Helferverhalten und weitere Themen werden an diesem Abend behandelt. Vortrag und Diskussion.

**Termin:** 26.04.21 von 19.30 - ca. 21.00 (voraussichtlich online)

**Referentin:** Christina Strohmeier, systemische Elternberaterin

**Veranstalter:** Kreisbildungswerk Mühldorf

**Kosten:** 7 Euro

**Anmeldung:** info@kreisbildungswerk-mdf.de oder 08631/37670

**Mundschutz:** Es gelten die aktuellen gesetzlichen Regelungen.

Bei der Anmeldung wird bekannt gegeben, ob und wie das Angebot stattfinden kann.

### Pubertät als Entwicklungsaufgabe

Was passiert in dieser Zeit aus entwicklungspsychologischer Sicht bei den Jugendlichen? Wie kann ich mein Kind in dieser Zeit gut begleiten? Und wie gelingt es mir selbst, geduldig zu bleiben? Es gibt Input durch die Caritas Erziehungsberatungsstelle und die Möglichkeit zum Austausch mit anderen Eltern über bewährte Erfahrungen. Vortrag und Austauschrunde.

**Termin:** 29.04.21 von 19.00 - ca. 20.30 Uhr (online)

**Referentin:** Petra Schultz, Caritas Erziehungsberatungsstelle

**Veranstalter:** Familienstützpunkt Ampfing

**Kosten:** kostenlos

**Anmeldung bis 26.04.21:** familienstuetzpunkt@ampfing.bayern.de oder 08636/6979571

## Kleinkindernährung und Ideen für Zwischenmahlzeiten

Eine altersgemäße Ernährung nach der Ernährungspyramide wird vorgestellt und bedarfsgerechte Zwischenmahlzeiten besprochen. Außerdem können eigene Fragen eingebracht werden.

**Termin:** 20.05.21 und 25.11.21 von 14.00 - 16.00 Uhr

**Ort:** Jahnweg 15, Kinderkrippe (oder online)

**Referentin:** Tanja Liebl-Gschwind, Fachberaterin für Säuglings- und Kleinkindernährung

**Veranstalter:** Familienstützpunkt Ampfing

**Kosten:** 2 Euro (online kostenlos)

**Anmeldung bis zum 12.05.21:**

familienstuetzpunkt@ampfing.bayern.de oder 08636/6979571

**Mundschutz:** Es gelten die aktuellen gesetzlichen Regelungen.

Dieser Kurs wird unterstützt vom Amt für Junge Eltern/ Familien über das Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Töging.

## Homöopathie und Spagyrik für Kinder

Der Ampfinger Apotheker Sebastian Lugmair referiert in seinem Vortrag über bewährte Globuli Mischungen, spagyrische Lösungen und homöopathische Einzelmittel, die gerade auch bei Kindern in vielen Fällen ergänzend zur Schulmedizin erfolgreich eingesetzt werden können. Bewährte Anwendungsbereiche wie Erkältungen, Magen-Darmerkrankungen, Infektionen und Verletzungen aber auch Unruhe, Schlafstörungen und ähnliche Beschwerdebilder werden näher behandelt.

**Termin:** voraussichtlich an einem Sommerabend, wird noch bekannt gegeben

**Ort:** Ampfing

**Referent:** Sebastian Lugmair, Apotheker

**Veranstalter:** Familienstützpunkt Ampfing

**Kosten:** 3 Euro

**Mundschutz:** Es gelten die aktuellen gesetzlichen Regelungen.

Alle weiteren Informationen folgen rechtzeitig über die Homepage.

## Wie kann ich mein Kind stärken?

Was brauchen Kinder in der heutigen Gesellschaft für Fähigkeiten, dass sie gut durchs Leben kommen? In einer Mischung aus Input und Austausch werden konkrete Handlungsmöglichkeiten für den Familienalltag erarbeitet, durch die Kinder gestärkt werden können.

**Termin:** 14.09.21 von 19.00 bis ca. 20.30 Uhr

**Ort:** Ampfing

**Referentin:** Tina Mittermeier, Leitung Familienstützpunkt

**Veranstalter:** Familienstützpunkt Ampfing

**Kosten:** 4 Euro

**Anmeldung bis zum 06.09.21:**

familienstuetzpunkt@ampfing.bayern.de oder 08636/6979571

**Mundschutz:** Es gelten die aktuellen gesetzlichen Regelungen.