

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

**2024
(Herbst)**



Liebe (werdende) Eltern, liebe Netzwerkpartner!

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 Personen und Fachstellen, welche im Bereich der Frühen Hilfen tätig sind.

Unsere Angebote werden über die Bundesstiftung Frühe Hilfen finanziert und können so für Familien, welche im Landkreis Schwandorf wohnen, kostenfrei angeboten werden.

Wir wünschen viel Spaß bei unseren Angeboten für den Herbst 2024!

Ihr KoKi Team Schwandorf



Andrea	Stefanie	Carola
Binder	Hierl	Glötzl

Anmeldeverfahren:

Eine Anmeldung ist nur noch über ein Online-Formular möglich, zum Anmeldeformular gelangen Sie einfach über unsere KoKi - Website www.koki-landkreis-schwandorf.de sowie direkt mit QR Code:



Wenn Sie zu den einzelnen Angeboten noch weitergehende Fragen oder Informationswünsche haben, wenden Sie sich bitte an: Andrea Binder unter 09431 / 471-483 oder per Mail koki@landkreis-schwandorf.de.

Informieren Sie sich regelmäßig über weitere Angebote der KoKi sowie unserer Netzwerkpartner auf unserer Website www.koki-landkreis-schwandorf.de

KoKi Treffen

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 1. 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 Erfahrungsaustausch in angenehmer Atmosphäre treffen.



In dieser Zeit steht den Eltern eine Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenschwestern beratend für sämtliche Fragen zur Gesundheits- und Entwicklungsförderung der Kinder zur Verfügung.

Wann: jeden 1. Montag im Monat

Dauer: jeweils von 09.00 – 10.30 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus, Wackersdorf

Online-Anmeldung siehe www.koki-landkreis-schwandorf.de / Bei Fragen wenden Sie sich an: Stefanie Hierl, Tel. 09431/471-696 oder per Mail koki@landkreis-schwandorf.de

KoKi Treffen

Eltern-Kind-Treff „Von Anfang an gut informiert“

NEU

Grundsätzlich richtet sich das Angebot an alle (werdenden) Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren, im Speziellen aber auch an Familien mit Frühchen bzw. Kindern mit besonderen Bedürfnissen.



Der Schwerpunkt dieses Eltern-Kind-Treffs dient der Information und Anleitung im Bereich der „frühen (Gesundheits-) Förderung“. Für die Eltern stehen Experten verschiedener Fachrichtungen Rede und Antwort. Die Kinder können sich austoben und werden durch verschiedene spielerische Angebote (sensomotorisch) gefördert.

Wann: jeden letzten Freitag im Monat
Dauer: jeweils ab 09.00 Uhr, mindesten 60 Minuten je Termin
Wo: Meetingraum der Spitzweg-Apotheke, Teublitz

Wegen Begrenzung der Teilnehmerzahl ist eine vorherige Anmeldung über KoKi zwingend notwendig. Es besteht jedoch die Möglichkeit, in eine Warteliste aufgenommen zu werden.

Online-Anmeldung siehe www.koki-landkreis-schwandorf.de / Bei Fragen wenden Sie sich an:
Andrea Binder, Tel. 09431/471-483 oder per Mail koki@landkreis-schwandorf.de

KoKi Sprechstunden

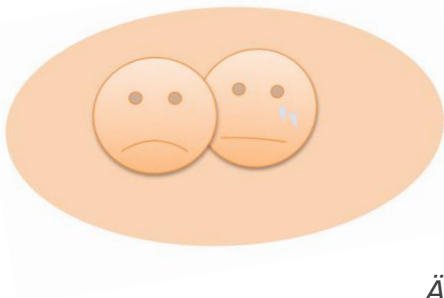
Baby-und Kleinkindsprechstunde



*KoKi bietet in Kooperation mit einer Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenschwester wöchentlich eine **telefonische Baby- und Kleinkindsprechstunde** an?*

Jeden Dienstag und Donnerstag haben Eltern die Möglichkeit, sich mit Fragen zur Gesundheit und Entwicklung des Kindes an eine Gesundheitsfachkraft der Frühen Hilfen wenden zu können.

Sprechstunde „Achterbahn der Gefühle“



Kommt Ihnen das auch bekannt vor, während der Schwangerschaft oder nach der Geburt ...?

„Stimmungsschwankungen, Tränenausbrüche, Ängste, Traurigkeit, Desinteresse, Schuldgefühle...“

In solchen Situationen reicht es oftmals, einen geeigneten Ansprechpartner zur Seite zu haben. Daher bietet KoKi in Kooperation mit einer systemischen Familientherapeutin jeden 1. und jeden 3. Mittwoch im Monat eine Sprechstunde für betroffene Frauen und Mütter an.

Nähere Informationen zu den Sprechstunden finden Sie auf unserer Website www.koki-landkreis-schwandorf.de unter Angebote / KoKi !

Online-Anmeldung siehe www.koki-landkreis-schwandorf.de / Bei Fragen wenden Sie sich an: Andrea Binder, Tel. 09431/471-483 oder per Mail koki@landkreis-schwandorf.de

Kursprogramm: September

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



Termin: Samstag, 21.09.

Dauer: 09.00 Uhr - 13.00 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus, Wackersdorf

Mein Baby und ich – Unser gemeinsamer Start *Online Säuglingskurs/Elternschule*

Ein 5-teiliger Online-Kurs zu den Themen Schlaf, Pflege, Ernährung, Bindung und Kuscheln. Der Kurs vermittelt anschauliches Wissen und praktische Tipps, um die Bedürfnisse des Säuglings besser verstehen und darauf eingehen zu können.

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

Termine: Freitag, 27.09. / Dienstag, 01.10. / Freitag, 04.10. /

Dienstag, 08.10. / Freitag, 11.10.

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



Online-Anmeldung siehe www.koki-landkreis-schwandorf.de / Bei Fragen wenden Sie sich an:
Andrea Binder, Tel. 09431/471-483 oder per Mail koki@landkreis-schwandorf.de

Kursprogramm: Oktober

Mein Baby und ich – Unser gemeinsamer Start *Online Säuglingskurs/Elternschule*

Ein 5-teiliger Online-Kurs zu den Themen Schlaf, Pflege, Ernährung, Bindung und Kuscheln. Der Kurs vermittelt anschauliches Wissen und praktische Tipps, um die Bedürfnisse des Säuglings besser verstehen und darauf eingehen zu können.

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

Termine: Freitag, 27.09. / Dienstag, 01.10. / Freitag, 04.10. /

Dienstag, 08.10. / Freitag, 11.10.

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



„Baby Fit“ - Säuglingspflege- und Elternvorbereitungskurs

Der erste Termin beinhaltet neben Baden/Waschen, Wickeln, Trage- und Haltegriffe auch viele Informationen über Grundlagen zur Ernährung im ersten Lebenshalbjahr und sicheren Babyschlaf. Sie lernen, individuelle Bedürfnisse und Signale wie Hunger, Müdigkeit, Angst oder Schmerzen Ihres Babys zu erkennen! Im zweiten Teil liegt der Schwerpunkt in Ihrer neuen Rolle als Eltern, welche Vorstellung Sie von Ihrer (künftigen) Elternschaft haben und welche Veränderungen ein Kind für Ihre Partnerschaft mit sich bringt.

Zielgruppe: werdende Eltern, Eltern kurz nach der Geburt



Termin: Mittwoch, 02.10. und Mittwoch, 09.10.

Dauer: jeweils von 18.00 – 20.00 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus Wackersdorf

Online-Anmeldung siehe www.koki-landkreis-schwandorf.de / Bei Fragen wenden Sie sich an:
Andrea Binder, Tel. 09431/471-483 oder per Mail koki@landkreis-schwandorf.de

Kursprogramm: Oktober

Vortragsabend

NEU

„Eltern-Baby-Bindung: Von Beginn an sicher“

Themenschwerpunkte dieser Informationsveranstaltung sind Bindungsaufbau im Mutterleib, Bonding im Kreißsaal, Babyblues und Wochenbettdepression aber auch Mythen und Ratschläge zum Thema Verwöhnen und Bindungsaufbau. Über praktische Einheiten, wie z. B. Babymassage, wird zudem aufgezeigt, welche Möglichkeiten der Hilfestellung es hierbei gibt.

Zielgruppe: primär werdende Eltern, Eltern kurz nach der Geburt



Wann: Dienstag, 01.10.

Dauer: ab 18.00 Uhr, ca. 2 Stunden

Ort: Meetingraum der Spitzweg-Apotheke, Teublitz

Sprache ... 1,2,3

Bewegung und Sprache – welche Bedeutung haben diese beim Erwerb der Sprachkompetenz unserer Kinder. In diesem Kursangebot werden durch theoretische und alltagspraktische Beispiele gezeigt, wie eine bestmögliche Sprachentwicklung und Förderung auf spielerische Art und Weise den Kindern nahegebracht werden kann. Der Kurs setzt sich aus zwei Elternabenden und zwei Praxisvormittagen mit den Kindern zusammen, die jeweils von qualifizierten Fachkräften aus den Bereichen der Logopädie, Ergotherapie, Sensomotorik und dem Bibliothekswesen gestaltet werden.



Zielgruppe: Eltern mit Kindern bis zum 3. Lebensjahr

Termine:

# Los geht's	Di., 08.10. 19 - 20 Uhr	Ort: Buchcafé, Pfreimd
# Sprachwerkstatt	Di., 15.10. 19 - 20 Uhr	Ort: logoCom, Pfreimd
# Körperwerkstatt	Sa., 19.10. 10 - 11 Uhr	Ort: Turnhalle, Pfreimd
# Lesewerkstatt	Sa., 26.10. 10 - 11 Uhr	Ort: Bücherei, Pfreimd

Online-Anmeldung siehe www.koki-landkreis-schwandorf.de / Bei Fragen wenden Sie sich an:
Andrea Binder, Tel. 09431/471-483 oder per Mail koki@landkreis-schwandorf.de

Kursprogramm: Oktober



Kleines Zwerge 1x1

Im Verlauf der 6 Kurstermine, welche im 14-tägigen Turnus stattfinden, geht eine 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: 10.10./24.10./07.11./21.11./05.12./19.12. – jeweils donnerstags

Dauer: 14.30 – 16.00 Uhr

Wo: Kath. Jugendheim, Pfreimd



Bewährte Hausmittel bei Säuglingen und Kleinkindern

Das Immunsystem von Kindern baut sich in den ersten Lebensjahren langsam auf. Häufig sind sie deshalb von Infekten geplagt. Kleine Beschwerden

lassen sich sehr gut mit Hilfe von bewährten Hausmitteln und Rezepturen aus dem Kräutergarten lindern. In unserem Workshop aus Theorie und Praxis bekommen Eltern Tipps und lernen Hausmittel praktisch anzuwenden.

Termin: Mittwoch, 16.10.

Dauer: ab 18.00 Uhr, ca. 2-3 Stunden

Ort: Praxis Unter'm Herz, Bruck

Online-Anmeldung siehe www.koki-landkreis-schwandorf.de / Bei Fragen wenden Sie sich an: Andrea Binder, Tel. 09431/471-483 oder per Mail koki@landkreis-schwandorf.de

Kursprogramm: November

Workshop: Beikost und Familienkost

In unserem Workshop lernen Eltern alles rund um **Klassische Beikost, BLW (babygeleitete Beikost- Fingerfood) und den Übergang zur Familienkost** kennen, sowohl theoretisch als auch praktisch mit frischen Lebensmitteln.

Zielgruppe: Familien mit Kindern ab dem 3. Lebensmonat (Start Beikost) bis zum 12. Lebensmonat (Übergang zur Familienkost)

Termin: Mittwoch, 06.11.

Dauer: ab 18.00 Uhr, ca. 2-3 Stunden

Ort: Praxis Unter ´m Herz, Bruck



Kleines Zwerge 1x1

Im Verlauf der 6 Kurstermine, welche im 14-tägigen Turnus stattfinden, geht eine 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: 10.10./24.10./07.11./21.11./05.12./19.12. – jeweils donnerstags

Dauer: 14.30 – 16.00 Uhr

Wo: Kath. Jugendheim, Pfreimd

Online-Anmeldung siehe www.koki-landkreis-schwandorf.de / Bei Fragen wenden Sie sich an: Andrea Binder, Tel. 09431/471-483 oder per Mail koki@landkreis-schwandorf.de

Kursprogramm: November

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



Termin: Samstag, 16.11.

Dauer: 09.00 Uhr - 13.00 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus, Wackersdorf

Geschwisterkurs

NEU

Der Kinderkurs bereitet Geschwisterkinder spielerisch auf ihre neue Rolle vor, um Eifersucht, Neid und Gefahren im Umgang mit dem neuen Familienmitglied vorzubeugen. Es wird besprochen, was das Baby kann, warum das Baby viel Zuwendung und Aufmerksamkeit benötigt und wie man das Baby wickelt, trägt und tröstet. Am Kursende bekommt man dann den „Geschwisterführerschein“.

Zielgruppe: Geschwisterkinder im Alter von 3-6 Jahren

Termin: Samstag, 23.11.

Dauer: 10.00 – 11.00 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus Wackersdorf



Kursprogramm: Dezember



Bewährte Hausmittel bei Säuglingen und Kleinkindern

Das Immunsystem von Kindern baut sich in den ersten Lebensjahren langsam auf. Häufig sind sie deshalb von Infekten geplagt. Kleine Beschwerden

lassen sich sehr gut mit Hilfe von bewährten Hausmitteln und Rezepturen aus dem Kräutergarten lindern. In unserem Workshop aus Theorie und Praxis bekommen Eltern Tipps und lernen Hausmittel praktisch anzuwenden.

Termin: Mittwoch, 04.12.

Dauer: ab 18.00 Uhr, ca. 2-3 Stunden

Ort: Praxis Unter'm Herz, Bruck



Kleines Zwerge 1x1

Im Verlauf der 6 Kurstermine, welche im 14-tägigen Turnus stattfinden, geht eine 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: 10.10./24.10./07.11./21.11./05.12./19.12. – jeweils donnerstags

Dauer: 14.30 – 16.00 Uhr

Wo: Kath. Jugendheim, Pfreimd

Online-Anmeldung siehe www.koki-landkreis-schwandorf.de / Bei Fragen wenden Sie sich an: Andrea Binder, Tel. 09431/471-483 oder per Mail koki@landkreis-schwandorf.de

Hier gibt's weitere Informationen

Erklärvideos



Hier stellen wir erklärende Videosequenzen zu Themen rund um die Versorgung, Entwicklung und Gesundheit von Babys/Kleinkindern zur Verfügung.

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



Zwergenpost

In Kooperation mit Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenschwestern werden regelmäßig Impulspapiere zu den Themen

Ernährung / Baby & Kleinkind / Leben & Erziehung / Fakten/Mythen

*zur schnellen und gesicherten Informationsgewinnung in die **Zwergenpost** auf unserer Website www.koki-landkreis-schwandorf.de eingestellt.*

Auf unserer Website www.koki-landkreis-schwandorf.de finden Sie viele weitere Informationen, welche wir auch fortlaufend aktualisieren. Wir wünschen viel Spaß beim Stöbern!