

Das **Elterncafé** findet wieder statt:

- **Online-Veranstaltungen** von 19:00 bis 20:30/21:00 Uhr
- *Präsenz-Veranstaltungen von 10:00 bis 11:30 Uhr in der Begegnungsstätte St. Elisabeth in Mindelheim, Krumbacher Str. 20*
- *Die Aufsichtspflicht liegt während allen Veranstaltungen bei den Eltern!*
- *Für alle Veranstaltungen – live oder online – ist eine Anmeldung unbedingt erforderlich unter: www.unterallgaeu.de/eltern oder telefonisch unter (08261) 995-412, -408 oder -402*



➔ Bei der **Online-Teilnahme** benötigen Sie einen kompatiblen Browser (Google Chrome, Edge Chromium, Mozilla Firefox). Mit dem Einladungslink werden Sie über das benötigte (kostenfreie) Teilnahmeprogramm informiert (Webex oder Zoom).

Sie haben noch Fragen?

Schwangerenberatungstelle

Maximilianstr. 63 • 87719 Mindelheim

Ansprechpartner:

Kastner Bernhard, Tel.: (08261) 995-412

Klopper Bertram, Tel.: (08261) 995-650

E-Mail: schwangerenberatung@lra.unterallgaeu.de

Internet: www.unterallgaeu.de/schwangerenberatung



Koordinierende Kinderschutzstelle

Champagnatplatz 4 • 87719 Mindelheim

Ansprechpartner:

Maria-Luise Bogner, Tel.: (08261) 995-408

Verena Weixler, Tel.: (08261) 995-402

E-Mail: koki@lra.unterallgaeu.de



Elterncafé 1. Halbjahr 2025

07.01.2025 Eltern stärken im Familienalltag

Das Leben mit Kindern kann schön, aber auch anstrengend sein. Gemeinsam mit Sozialpädagogin Christine Candel betrachten wir die Herausforderungen des Familienalltags und gehen der Frage nach: Wie können Eltern den Alltag so gestalten, dass sie nicht nur die Kinder, sondern vor allem auch sich selbst im Blick haben? Denn: Wer zufriedene und entspannte Eltern hat, hat die besten Voraussetzungen für eine glückliche Kindheit!

21.01.2025 Mein Kind ist krank – wie reagiere ich richtig?

Husten, Schnupfen, Fieber kommen im Alltag mit Kindern immer wieder vor – doch ab wann muss ich etwas geben und was gehört in eine Hausapotheke? Bei diesem Treffen besprechen wir mit Kinderkrankenschwester Friederike Rainer, welche Hausmittel und Medikamente in einen Haushalt mit Kindern gehören und wann ein Arztbesuch unabdingbar ist.

04.02.2025 „So schlafen Babys“

Sie erfahren in diesem Vortrag alles zur Schlafentwicklung von Babys und Kleinkindern. Warum schlafen Babys nicht durch? Wie können Sie als Eltern Ihre Kinder bedürfnisorientiert in und durch den Schlaf begleiten. Brauchen Kinder nachts eine Milchmahlzeit? Kinderkrankenschwester und 1001kindernacht® Schlafberaterin Melanie Rampp führt Sie durch den Vortrag und beantwortet im Anschluss Ihre Fragen.



18.02.2025 **Fit bei Tisch**

Erfahren Sie von Ernährungsberaterin Alisa Schuster, wie Sie die Essgewohnheiten Ihrer Kinder positiv beeinflussen können und ihnen somit einen wichtigen Grundstein für ein gesundes Leben legen können. Sie erhalten praktische Ratschläge, leckere Rezepte und wichtige Informationen zum Thema Nährstoffe.

18.03.2025 **Frühjahrsbasteln**

Sie gestalten mit Unterstützung von Floristin Christel Lidel mit Heu, Moos, Birkenreisig, Efeu, Rinden, Federn, Eierschalen und anderem schmückenden Beiwerk schöne Dekorationen für ihre Wohnung in der Frühjahrs- und Osterzeit; Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!

01.04.2025 **Konflikte in der Familie bewältigen – Elternkompetenzen im Umgang mit Konflikten stärken:**

Konflikte gehören zum Familienleben: Mal gibt es Streit zwischen den Kindern. In der Erziehung sind sich die Eltern nicht immer einig. Auch als Paar oder im Kontakt mit den Großeltern tauchen manchmal Unstimmigkeiten auf. Christina Candel von der KJF Erziehungs-, Jugend- und Familienberatungsstelle bespricht mit Ihnen grundlegende Strategien und Ordnungen in den Familien, die es Eltern leichter machen, sich diesen Herausforderungen zu stellen und Lösungen zu finden.

06.05.2025 **Raus und los: Mit Kindern das Unterallgäu entdecken – Ausflugsziele für Familien mit Baby/Kleinkind;**

Ob Steinfelsen, Römerturm oder Panorama-Schaukel, ob Ameisenweg oder Ritter-Spielplatz: Das Unterallgäu hat für Familien richtig viel zu bieten – davon ist Autorin Stefanie Vögele fest überzeugt. Seit mehreren Jahren stellt sie auf ihrem Instagram-Account [@einfach.machbar](#) und in mittlerweile drei Büchern die schönsten Ecken der Region vor und regt dazu an, mit Kindern vor der eigenen Haustür auf Entdeckungsreise zu gehen. Im Elterncafé gibt sie Tipps für stressfreie Ausflüge mit kleinen Kindern.



20.05.2025 **Der Einstieg in Krippe oder Kindergarten**

Ihr Kind soll bald eine Krippe oder einen Kindergarten besuchen? In dieser Veranstaltung greift die Erzieherin und Kindheitspädagogin Katharina Beggel den bedeutenden Übergang von der Familie in die institutionelle Kindertagesbetreuung auf. Zunächst erhalten Sie Informationen zur Eingewöhnung in Kindertagesstätten und einen Überblick zum Kinderbetreuungsangebot im Landkreis. Danach behandeln wir Ihre Fragen zu diesem Thema.



03.06.2025 **„Ätherische Öle im Familienalltag“**

Das Leben ist wunderschön, abwechslungsreich und manchmal auch eine Herausforderung sowohl für unsere Kinder als auch für uns selbst. Renate Willbold, Arzthelferin, Mama und Wellnessbotschafterin zeigt Möglichkeiten auf, wie ätherische Öle auf natürliche Weise jeden – ob groß oder klein – durchs Leben begleiten können und das körperliche und emotionale Wohlbefinden der ganzen Familie stärken.

24.06.2025 **„Wie Kinder sauber und trocken werden“**

Jede Mama stellt sich während der Wickelzeit mal die Frage: Wann wird mein Kind trocken und wie gehe ich die Sauberkeitserziehung ohne Druck und Stress an? In dieser Informationsveranstaltung erhalten Sie von Windelfreiberaterin Jennifer Berger praktische Tipps, wie Sie Ihr Kind auf dem Weg zum Trockenwerden unterstützen und begleiten. Im Anschluss erhalten Sie ein ausführliches Handout mit allen Inhalten.

