



## „Erste-Hilfe am Kind“ - kinderleicht

Sie fragen sich:

- was gehört in die Hausapotheke?
- was mache ich bei Fieber?
- wann muss ich zum Arzt/zur Ärztin?
- und vieles mehr

Bei diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie Ihrem Kind helfen können, wenn es krank oder verletzt ist. Sie lernen Gefahren für Ihr Kind zu erkennen und überlegt zu handeln.

Eins ist gewiss: Nach diesem Kurs können Sie in schwierigen Situationen sicherer und effizienter reagieren.

**Do., 30.10.2025, 19:00 – ca. 20:30 Uhr**  
**ONLINE** - über vhs Weiden-Neustadt

**Referentin:** Karin Zabler (Kinderkrankenschwester, Gesundheitsorientierte Familienbegleiterin, Mega-Code-Traineein, PALS-Provider)

**Anmeldung erforderlich!**

Tel.: 0961 481780 oder  
[www.vhs-weiden-neustadt.de](http://www.vhs-weiden-neustadt.de)

gefördert durch:

Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales 



Schwangerenberatung

Gefördert vom:



### KoKi – Netzwerk frühe Kindheit

im Landratsamt Neustadt an der Waldnaab  
Tel.: 09602 79 25 45  
Tel.: 09602 79 25 47  
Tel.: 09602 79 25 37

### Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

des Landratsamtes Neustadt  
an der Waldnaab  
Tel.: 09602 79 61 90

**NEW!**

Landkreis  
Neustadt  
an der Waldnaab



**KINDERGESUNDHEIT**  
**Gemeinsam für die gesunde**  
**Entwicklung der Kinder**

**Vortragsreihe 2025**  
**für Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren**

**KOSTENLOSE TEILNAHME**

## „Autonomiephase“ - Der Weg zur Selbstständigkeit braucht Begleitung

Der Tag wird kommen, an dem dein Kind lautstark „Nein“ schreit und sich auf den Boden wirft. Jetzt beginnt sie, die Autonomiephase - besser bekannt als „Trotzphase“. Das ca. 1,5-jährige Kind entdeckt sein „Ich“. Diese Phase ist sehr wichtig und hat Einfluss auf die Persönlichkeitsentwicklung deines Kindes. Diese Zeit ist oft anstrengend und herausfordernd für alle.

Doch...

- Warum ist diese Phase so wichtig?
- Was geschieht während eines Wutanfalls mit uns /den Kindern?
- Wie kommen wir Eltern und unsere Kinder gut durch diese Phase?

Das Verständnis für diese Zeit verschafft mehr Leichtigkeit und wieder mehr Raum für Verbindung in der Familie. Im Vortrag erhältst du Informationen und Tipps, die dabei helfen können, den Alltag mit mehr Ruhe und Gelassenheit zu erleben, um so auch die herausfordernden Momente gut zu meistern.

**Mi., 26.03.2025 19:30 – ca. 21:00 Uhr**  
**ONLINE** - über vhs Eschenbach

**Referentin:** Ines Gaillitzdörfer (Erzieherin, Evolutionspädagogin® und Lernberaterin, Kursleiterin für BabySteps®, MiniSigns® und nappydancers® Kursen und MAWI-BA® Trainerin)

**Anmeldung erforderlich!**

Tel.: 09645 3459980 oder  
[www.vhs-eschenbach.de](http://www.vhs-eschenbach.de)

**Di., 03.06.2025**

## „Schlaflose Nächte“

„Schläft es schon durch...?“ - das ist wohl eine der häufigsten Fragen, die an junge Eltern gerichtet wird und gleichzeitig fehlt Müttern und Vätern der eigene Schlaf am meisten.

In unserem Vortragsabend erhalten Sie daher umfangreiche Informationen zu den Fragen: Wie schlafen Babys und Kleinkinder? Wie viel Schlaf brauchen sie? Was ist ein unterstützender Tagesrhythmus? Was können Kinder schon selbst und wie viel müssen Eltern unterstützen?

**Do., 09.10.2025**

## „Beziehung statt Erziehung“ – Was brauchen kleine Kinder?

Eltern fragen sich oft: Was gibt Kindern von Anfang an eine gute Unterstützung und macht sie stark auf ihrem Lebensweg? Wie kriegen wir die Erziehung unseres Kindes gut hin?

Die besonderen Bedürfnisse von Kleinkindern (0-3 Jahre) stehen an diesem Abend im Vordergrund, damit Erziehung gelingen kann und der Alltag mit den Kindern Freude macht.

**jeweils 19:00 Uhr – ca. 20:30 Uhr**  
**PRÄSENZ** - Josef-Witt-Platz 1, 92637 Weiden, Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern

**Referentin:** Regina Träger (Dipl.-Pädagogin, stellv. Leiterin der Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern Weiden-Neustadt/WN)

**Anmeldung erforderlich!**

Tel.: 0961 3917400 oder  
[sekretariat@beratungsstelle-weiden.de](mailto:sekretariat@beratungsstelle-weiden.de)



## „Achtsamkeit im Alltag mit Baby“ – Stress abbauen, gemeinsame Zeit genießen

Die meisten Eltern erleben den Alltag mit Baby gerade im ersten Lebensjahr als stressig. Kein Wunder, denn so manches Baby tut sich schwer mit dem Start ins Leben und die Eltern müssen sich erst in ihrer neuen Rolle wiederfinden. Doch wie schafft man es, gelassen zu bleiben, wenn das Baby viel weint und wenig schläft? Im Vortrag wird grundlegendes Hintergrundwissen vermittelt und gezeigt, wie durch gemeinsame Entspannung, Bewegung und Atmung mit dem Baby die Stressspirale durchbrochen werden kann. Eine regelmäßige Einbindung der Übungen in den Alltag kann helfen, die erste Zeit mit dem Baby als weniger stressig zu erleben.

Teilnahme mit Baby von 3-10 Monaten! Bitte bei der Veranstaltung bequeme Kleidung tragen!

**Mi., 07.05.2025 10:00 – ca. 11:00 Uhr**  
**ONLINE** - über vhs Vohenstrauß

**Referentin:** Katrin Hüttner (Exam. Gesundheits- und Krankenpflegerin, Yogalehrerin, Babyyogalehrerin, Prä- und Postnataltrainerin, Trageberaterin)

**Anmeldung erforderlich!**

Tel.: 09651 3980960 oder  
[www.vhs-vohenstrauß.de](http://www.vhs-vohenstrauß.de)