

# NEWS & Tipps für (werdende) Eltern

## KoKi-NEWSletter für Familien 2025/1

### Liebe Eltern und Interessierte,

Hallo und Helau. Das kann man jetzt grade noch sagen. Der Faschingszeit kann man sich mit Kindern oft gar nicht entziehen. Dieser wird in jeder Familie sehr unterschiedlich behandelt.

Da gibt es die Familien, die als „Faschingsmuffel“ gelten. Hier gilt es einen Spagat zu schaffen. Die Kinder werden oft von außen mit dem „Faschingsvirus“ infiziert und die Familie muss dem dann „irgendwie“ gerecht werden.

Oder sind sie eine „faschingsbegeisterte“ Familie und leben die „narrische“ Zeit schon immer und gerne aus.

Wir wünschen allen einen guten Weg und die Möglichkeit eine gelassene Haltung zu bewahren und die Sache mit dem Fasching nicht zu ernst zu nehmen ☺

Wir haben wieder versucht interessante Informationen zu finden und zusammenzustellen. Hoffentlich ist auch was für Sie dabei!

Sollten Sie Ideen, Veranstaltungen oder ähnliches hier gerne beitragen wollen dann nehmen Sie einfach mit uns Kontakt auf. (E-Mail: Koki@neustadt.de).

Viel Spaß beim Lesen!

## ELTERNASSISTENZ

Eltern mit Behinderung oder chronischer Krankheit brauchen manchmal Unterstützung, um ihre Kinder zu versorgen. Diese Unterstützung können sie von Assistentinnen und Assistenten bekommen. Das Fachwort dafür heißt Eltern-Assistenz. Viele Mütter und Väter mit Behinderung haben ein Anrecht auf diese Unterstützung. Was genau ist Eltern-Assistenz? Wie beantragt man sie? Und wer bezahlt die Assistenz? Antworten auf diese und andere Fragen lesen Sie hier.

<https://www.familienratgeber.de/lebensbereiche/familie-partnerschaft/eltern-assistenz>

## TERMINE FAMILIENFRÜHSTÜCK

### Grafenwöhr 2025



**Familienfrühstück**  
im Mehrgenerationenhaus Grafenwöhr  
für Familien mit Kindern

**24.01.2025 25.07.2025**  
**28.02.2025 19.09.2025**  
**28.03.2025 24.10.2025**  
**09.05.2025 28.11.2025**  
**06.06.2025 19.12.2025**

**Anmeldung ist bis spätestens zwei Wochen vor dem jeweiligen Termin möglich!**

Anmeldung unter:  
**anja.zankl@learningcampus.de, oder 0175/8479302**

Mehr Generationen Haus | Schulstraße 18 | Learning Campus | Die Soziale Stadt Grafenwöhr | KoKi Netzwerk Frühe Kindheit

### Vohenstrauß 2025



**FAMILIENFRÜHSTÜCK**  
FÜR FAMILIEN MIT KINDERN VON 0-3 JAHREN

**Termine 2025**  
9-11 Uhr im evang. Gemeindehaus  
Sophienstr. 15 | Vohenstrauß

**8. Januar**  
**12. Februar**  
**12. März**  
**9. April**  
**14. Mai**  
**11. Juni**  
**9. Juli**  
**13. August**  
**10. September**  
**8. Oktober**  
**12. November**  
**10. Dezember**

alle Termine & Anmeldung auch online oder bei Alexandra Prößl [aproelss@neustadt.de](mailto:aproelss@neustadt.de)

Bundesstiftung Frühe Hilfen | evangelische Kirchengemeinde Vohenstrauß | KoKi Netzwerk Frühe Kindheit

Für das Familienfrühstück in VOH ist keine Anmeldung erforderlich! Zwecks besserer Planung gerne erwünscht unter [koki@neustadt.de](mailto:koki@neustadt.de)

Oft haben wir Gäste im Familienfrühstück, wer uns wann besucht, ist auf der Homepage von KoKi Neustadt a.d. WN veröffentlicht. <http://www.neustadt.de/familie-bildung/koki-netzwerk-fruehe-kindheit/>

## VORTRAGSREIHE KINDERGESUNDHEIT

### - Gemeinsam für die gesunde Entwicklung der Kinder – KOSTENLOSE TEILNAHME

Folgende Vorträge können Sie in Präsenz oder Online besuchen:

#### **„Autonomiephase“- Der Weg zur Selbständigkeit braucht Begleitung**

**Mi., 26.03.2025 19.30 – ca. 21.00 Uhr Online (über vhs Eschenbach)**

**Referentin:** Ines Gailitzdörfer (Erzieherin, Evaluationspädagogin und Lernberaterin, Kursleiterin für BabySteps, MiniSigns und nappydancers Kursen und MAWIBA Trainerin)

**Anmeldung erforderlich unter 09645 3459980 oder [www.vhs-eschenbach.de](http://www.vhs-eschenbach.de)**

#### **„Schlaflose Nächte“**

**Di., 03.06.2025**

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

**Do., 09.10.2025**

**Jeweils 19.00 – ca. 20.30 Uhr Präsenz** – Josef-Witt-Platz 1, 92637 Weiden, Beratungsstelle für Kinder- und Jugendliche und Eltern

**Referentin:** Regina Träger (Dipl. Päd., stellv. Leiterin der Beratungsstelle)

**Anmeldung erforderlich unter 0961 3917400 oder [sekretariat@beratungsstelle-weiden.de](mailto:sekretariat@beratungsstelle-weiden.de)**

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

**Mi., 07.05.2025 10.00 -11.00 Uhr ONLINE (über vhs Vohenstrauß)**

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

**Anmeldung erforderlich unter 09651 3980960 oder [www.vhs-vohenstrauss.de](http://www.vhs-vohenstrauss.de)**

#### **„Erste-Hilfe am Kind“ – kinderleicht**

**Do., 30.10.2025 19.00 – ca. 20.30 Uhr Online (über vhs Weiden-Neustadt)**

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

**Anmeldung erforderlich unter 0961 481780 oder [www.vhs-weiden-neustadt.de](http://www.vhs-weiden-neustadt.de)**

Ein Kooperationsprojekt von KoKi-Netzwerk frühe Kindheit im Landratsamt Neustadt an der Waldnaab (09602 792545, -47, -37) und der Staatlich anerkannten Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen des Landratsamtes Neustadt an der Waldnaab (09602 796190).

## WAS HILFT BEI SCHREIENDEN BABYS?



Eltern fragen, Fachleute antworten:

**Was hilft Babys,  
die viel schreien?**

Jetzt online auf [familienland.bayern.de](https://familienland.bayern.de)



WEB-COACHING  
Aufzeichnung

Was beruhigt Babys, die viel schreien? Wie können Eltern reagieren und was können sie für sich selbst tun, wenn es sich belastend anfühlt? Um diese und weitere Fragen ging es im vergangenen Live-Web-Coaching. Die Ärztin und Eltern-Kleinkind-Therapeutin Sarah Sant'Unione (KJF Klinik Josefinum) hat viele Tipps gegeben und die persönlichen Fragen der Zuschauenden aus dem Chat beantwortet. Wer es verpasst hat, kann nun die Video-Aufzeichnung auf [familienland.bayern.de](https://familienland.bayern.de) ansehen und die häufigsten Fragen und Antworten aus dem Chat nachlesen.

➔ [Zu den Video-Aufzeichnungen](#)

➔ [Zu den FAQs](#)

Die Fragen im Chat wurden außerdem beantwortet von:

- Anja Keller (Therapeutin in der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und - Psychotherapie an der KJF Klinik Josefinum) und
- Monika Stumpf (Sozialpädagogin und systemische Familientherapeutin, u. a. bei der bke-Onlineberatung tätig).

Mit den Web-Coachings möchte das Bayerische Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales gemeinsam mit dem ZBFS-Bayerisches Landesjugendamt ganz konkret Eltern unterstützen. Damit auch jene Eltern, die nicht live dabei sein konnten, das Gespräch im Nachhinein anschauen können.

# KURS FÜR FRAUEN NACH DER TRENNUNG

Kurs in Weiden

## Wieder glücklich werden nach der Trennung

Der Kurs soll Frauen begleiten auf ihrem Trennungs-Weg, sie unterstützen und ihnen Gelegenheit geben, sich gegenseitig hilfreich zu sein.



### Der Kurs:

Über mehrere Monate hinweg wird die Entwicklung, weg von Trennungsschmerz und -leid, hin zu einem glücklicheren und selbstbestimmten Leben von der Gruppe mit getragen.

Der Kurs umfasst insgesamt sechs Treffen in der Gruppe in einem monatlichen Turnus, jeweils Dienstags von 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr.

### Neuer Kurs:

- 1) Dienstag, 11.03.2025
- 2) Dienstag, 01.04.2025
- 3) Dienstag, 29.04.2025
- 4) Dienstag, 27.05.2025
- 5) Dienstag, 24.06.2025
- 6) Dienstag, 15.07.2025

### Kursgebühr:

Die einmalige Kursgebühr beträgt 60 Euro (ermäßigt 30 Euro). Bitte überweisen Sie den Betrag nach Erhalt der Rechnung.

### Ort:

Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatung  
Max-Reger-Straße 18, 92837 Weiden

### Kursleitung:

Ulrike Hied  
Ehe-, Familien- und Lebensberatung Weiden



Informationen und Anmeldung zum Kurs: Telefon 09 61 / 470 23 28  
[eheberatung-weiden@bistum-regensburg.de](mailto:eheberatung-weiden@bistum-regensburg.de)

[www.eheberatung-regensburg.de](http://www.eheberatung-regensburg.de)



Ehe | Familie | Leben

Katholische Ehe-, Familien-  
und Lebensberatung im Bistum  
Regensburg

## Vortrag bei der GEPVONA: „STARTKLAR FÜR DIE ZUKUNFT“



Quelle: <https://www.pexels.com/de-de/foto/mann-menschen-stehen-zimmer-8761326/>

Gemeinsam mit der Staatlich anerkannten Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen am Gesundheitsamt Neustadt-Weiden referiert die KoKi Neustadt a.d.Waldnaab

am **Mittwoch, 09.04.2025, um 18.30 Uhr**

bei der GEPVONA in Weiden (Wörthstraße 9, 92637 Weiden i.d. OPf.) zum Thema "Startklar in die Zukunft - Alles was junge Familien über Eltern- und Kindergeld sowie personelle Unterstützung wissen müssen".

"GEPVONA" ist die Abkürzung für "Gesundheit, Pflege, Vorsorge und Nachlassabwicklung". Das 2023 gegründete Institut ist eine Tochtergesellschaft der Volksbank Raiffeisenbank Nordoberpfalz eG und beschäftigt sich mit den genannten Themen in jedem Lebensalter. Im Jahresverlauf bietet die GEPVONA verschiedene Veranstaltungen an, die auf deren [Internetseite](#) oder im [Flyer](#) eingesehen werden können.

Während des Vortrags am 09.04.2025 wird vor Ort eine Kinderbetreuung angeboten. Anmeldungen für den Abend werden unter 0961/840 entgegengenommen.

## Fit dank Baby



fitdankbaby® MINI – Dein Fitnesskurs mit Baby (3–7 Monate)

Bleib fit und aktiv – gemeinsam mit deinem Baby!

Beim fitdankbaby® MINI stärkst du sanft deine Muskulatur, förderst die Rückbildung und genießt wertvolle Zeit mit deinem Baby.

Spezielle Übungen unterstützen die motorische Entwicklung deines Kindes, während du dich in einer entspannten Atmosphäre mit anderen Mamas austauschen kannst.

**KONTAKT:** Katharina Reber, 0151 53162265, [Katharina.reber@fitdankbaby.de](mailto:Katharina.reber@fitdankbaby.de),  
Fitnessstudio Asante Sana (Am Forst 9, 92648 Vohenstrauß),  
[www.fitdankbaby.de/katharina\\_reber](http://www.fitdankbaby.de/katharina_reber)

**Dies ist ein Selbstzahlerangebot !**

**Alle bisherigen NEWSletter können auf unserer Homepage im Archiv jederzeit eingesehen werden.**

Sie haben Fragen, Anregungen oder möchten uns etwas mitteilen?  
Dann kontaktieren Sie uns gerne:

[koki@neustadt.de](mailto:koki@neustadt.de)

09602/79-2545, 09602/79-2547 oder 09602/79-2537

## Ihre Koki Neustadt an der Waldnaab



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend