



# FAMILIENPROGRAMM

Frühjahr und Sommer 2025



**INKL.  
SENIOREN  
PROGRAMM**

## INHALT

RUND UM DIE GEBURT	4
FAMILIEN MIT KINDERN VON 0 BIS 3 JAHREN	8
FAMILIEN MIT KINDERN VON 3 BIS 6 JAHREN	31
HAUS DER FAMILIE	40
FAMILIEN MIT KINDERN VON 6 BIS 12 JAHREN	42
ALLGEMEINE ERZIEHUNGSTHEMEN	54
PARTNERSCHAFT	64
SENIOR*INNEN	67
TRAUERANGEBOTE	76
STADTFÜHRUNGEN	80

## KONTAKT

Pfarrer-Bauer-Straße 5  
85560 Ebersberg  
Tel.: 08092 85079 0  
info@kbw-ebersberg.de  
www.kbw-ebersberg.de

**Kath. Kreisbildungswerk  
Ebersberg e. V.**  
wertorientiert . bilden



**Geschäftszeiten:**  
Montag bis Freitag  
8.30 bis 12.00 Uhr



## VORWORT

*Unser neues Frühjahr- und  
Sommer-Programm 2025*

**Liebe Familien, liebe Senior\*innen im Landkreis Ebersberg,**

unter dem Motto „**Menschen. Machen. Mut.**“ laden wir Sie herzlich ein, unser vielfältiges Programm für Frühjahr und Sommer 2025 zu entdecken! Freuen Sie sich auf bewährte Klassiker wie unsere **Babykurse**, das **Café Auszeit** für junge Eltern und **Kaffee und mehr** für Menschen ab der Lebensmitte. Diese beliebten Formate werden auch in diesem Jahr von zahlreichen neuen und spannenden Angeboten ergänzt.

Der „**Dauerbrenner im Familienleben**“ geht in eine neue Runde und bietet praktische Impulse für den Alltag mit kleinen Kindern. Eltern älterer Kinder dürfen sich auf Themen wie „**Ordnung für Teenager – Mission (un-)möglich**“ und „**Empty Nest**“ freuen, die auf die besonderen Herausforderungen in diesen Lebensphasen eingehen. Unter dem Titel „**Mein erstes Smartphone**“ oder „**Natur unter der Linse**“ halten auch medienpädagogische Angebote Einzug ins Familienprogramm. Ein neuer Workshop zum **Selbstbehauptungstraining für Eltern** ergänzt das Angebot.

Auch für Paare und Senior\*innen bietet das Programm vielfältige Möglichkeiten: von inspirierenden Veranstaltungen zu Lebensgestaltung und Kultur über spannende Ausflüge bis hin zu informativen Vorträgen, etwa zur Gestaltung des eigenen Testaments. Unser Ziel ist es, Ihnen Raum für bereichernde Begegnungen, anregenden Austausch und persönliches Wachstum zu bieten.

Schießlich begehen wir auch in diesem Jahr wieder ein besonderes Jubiläum: Unser Haus der Familie in der Heinrich-Vogl-Str. 4 in Ebersberg hat vor 5 Jahren seine Türen geöffnet. Feiern Sie am **22. März** mit uns!

Entdecken Sie viele weitere spannende Veranstaltungen auf unserer Website unter [www.kbw-ebersberg.de](http://www.kbw-ebersberg.de). Wir freuen uns auf Sie!

Mit freundlichen Grüßen,

**Ihr Team der Familienbildung des KBW Ebersberg**



## RUND UM DIE GEBURT

*Alle wichtigen Termine  
auf einen Blick*

### Rechtliche und finanzielle Fragen rund um Schwangerschaft und Geburt

#### Online-Vortrag

Mit der Geburt eines Kindes gehen zahlreiche rechtliche und finanzielle Veränderungen einher, die für werdende Eltern oft schwer zu durchschauen sind. Themen wie Mutterschutz, Elterngeld (Plus), Elternzeit oder Bayerisches Familiengeld stehen dabei im Mittelpunkt.

Maria Streit, Mitarbeiterin der staatlich anerkannten Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen am Landratsamt Ebersberg, vermittelt Ihnen fundierte Informationen zu diesen Themen. Darüber hinaus werden die Unterstützungsangebote für Eltern im Landkreis Ebersberg vorgestellt.



**Ort:** online  
**Referent\*in:** Maria Streit, Dipl. Sozialpädagogin (FH)  
**Kooperation:** Schwangerenberatung / KBW

**Termin:** Di 08.04.2025, 19.30 - 21.00 Uhr  
**Anmeldung:** KBW bis 03.04.2025

**Termin:** Di 29.07.2025, 19.30 - 21.00 Uhr  
**Anmeldung:** KBW bis 24.07.2025

### Geburtsvorbereitung in Präsenz und online

Das Ziel des Kurses liegt darin, Sie in Ihrem Tun, Ihrer Kraft und Ihrer Selbstbestimmung zu stärken, damit Sie der Geburt Ihres Kindes zuversichtlich entgegenblicken und sich uneingeschränkt darauf freuen können.

#### Kursinhalte:

- Vermittlung anatomischer Kenntnisse von Becken und Beckenboden
- Körperwahrnehmungsübungen
- Der natürliche Geburtsverlauf (beim Partnerabend)
- Eventuelle Interventionen (z. B. Einleitung, Kaiserschnitt)
- Atmung während der Wehentätigkeit
- Schmerz erleichternde Maßnahmen
- Wochenbettzeit (beim Partnerabend)
- Stillzeit

Eine begrenzte Teilnehmendenzahl und eine geschlossene Struktur des Kurses schaffen Raum für Ihre Fragen und einen vertrauensvollen Austausch untereinander. Wir bieten Ihnen Vormittags- und Abendkurse an.

#### In Präsenz

**Information und Anmeldung** bei Angela Hof,  
angela@hof-grafing.de, Tel: 08092 84715

**Ort:** Grafing, Hebammenpraxis, Jahnstr. 9  
**Referent\*in:** Angela Hof, Hebamme  
**Kooperation:** Hebammenpraxis Grafing / KBW

#### online

**Informationen und Anmeldung** bei Katja Geldner,  
katja.geldner@gmx.de, Tel: 0173 9595902

**Ort:** online  
**Referent\*in:** Katja Geldner, Hebamme  
**Kooperation:** Hebammenpraxis Grafing / KBW

### Yoga für Schwangere

Yoga bietet eine wunderbare Möglichkeit, unser Wohlbefinden in der Schwangerschaft zu steigern und uns auf die Geburt vorzubereiten. Mit speziellen Übungen aus dem Hatha-Yoga stärken wir unseren Körper ganz sanft. Yoga kann uns



außerdem helfen, Muskelverspannungen, Rückenschmerzen und Stress zu reduzieren. Eine vertiefte und angeleitete Atmung unterstützt dabei die Entspannung und führt zu einem guten Körpergefühl.

Der Kurs richtet sich an alle Schwangeren ab der 12. Schwangerschaftswoche (SSW) und kann bis zum Ende der Schwangerschaft besucht werden – ärztliches Einverständnis vorausgesetzt.

**Anmeldung und Informationen** bei Anja Pondorf, [anjapon@yahoo.de](mailto:anjapon@yahoo.de) oder Tel: 0174 3261860.

**Ort:** Grafing, Hebammenpraxis, Jahnstr. 9  
**Referent\*in:** Anja Pondorf, Yoga-Lehrerin  
**Kooperation:** Hebammenpraxis Grafing / KBW

*Dauerbrenner im Familienleben – Frag unsere Expert\*innen*

## Eltern werden, Paar bleiben

### Online-Angebot

Wie gelingt der Umgang mit dem Lebensereignis „Kind“ und wie bleibt die Paarbeziehung stark und erfüllt? Das Familienleben stellt Eltern vor Herausforderungen: Wie komme ich als Vater oder Mutter mit meiner neuen Rolle zurecht? Wie viel Zeit bleibt für mich? Wie viel Zeit für uns als Paar? Wie harmonisieren unsere Vorstellungen vom Familienleben als Paar? Unsere Expertin Carolyn Litzbarski (systemische Paarberaterin) wird Ihnen wertvollen Input geben und für Ihre Fragen zur Verfügung stehen. In diesen Online-Treffen gibt es einen Vortrag zum Thema, danach bleibt genug Zeit für Ihre Fragen und Beiträge.

### Zoom Meeting beitreten:

<https://tinyurl.com/8vhfus3m>

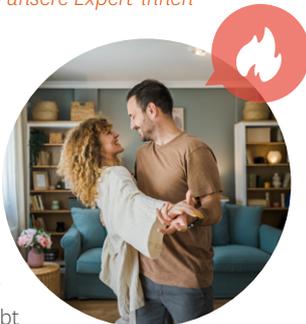
**Meeting-ID:** 894 9387 9736

**Kenncode:** 419685

**Termin:** Di 11.03.2025, 20.00 - 21.30 Uhr

**Ort:** online

**Referent\*in:** Carolyn Litzbarski, Sozialpädagogin



*Dauerbrenner im Familienleben – Frag unsere Expert\*innen*

## Gut ernährt mit Muttermilch oder Säuglingsnahrung

### Online-Vortrag und Gespräch

Das Baby ist (bald) da – und mit ihm viele Fragen zur Ernährung. Stillen ist für Mutter und Kind ideal. Doch auch wer nicht stillt, kann sein Baby optimal versorgen. Bei dieser Veranstaltung beantworten wir Ihre Fragen rund ums Stillen und zur Flaschennahrung. Außerdem stellen wir Ihnen verschiedene Säuglingsmilchnahrungen vor und vergleichen diese. In diesen Online-Treffen gibt es einen Vortrag zum Thema, danach bleibt genug Zeit für Ihre Fragen und Beiträge.

### Zoom Meeting beitreten:

<https://tinyurl.com/8vhfus3m>

**Meeting-ID:** 894 9387 9736

**Kenncode:** 419685

**Termin:** Di 08.04.2025, 20.00 - 21.30 Uhr

**Ort:** online

**Referent\*in:** Monika Ziebart, Oecotrophologin, MSC

**Kooperation:** Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten / KBW



## Newsletter

*Kennen Sie schon unseren Newsletter? Melden Sie sich an und erfahren Sie jeden Monat, was im Landkreis aktuell von uns angeboten wird.*



HIER GEHT ES ZU WEITEREN ANGEBOTEN  
RUND UM DIE GEBURT





## FAMILIEN MIT KINDERN VON 0 BIS 3 JAHREN

*Kurse und Vorträge rund um  
die Baby- und Kleinkindzeit*

### Pilates nach der Schwangerschaft

Die Pilates-Methode eignet sich bestens, um mit einem ersten Training nach der Schwangerschaft zu beginnen. Im Postnatal-Kurs gehen wir achtsam auf die in der Schwangerschaft und durch die Geburt entstandenen Schwachstellen ein. Sie lernen, Ihre Beckenbodenmuskulatur zu spüren und zu aktivieren. Zusätzliche stärken Sie die Rumpfmuskulatur, um die Rückbildung zu unterstützen. Neben der Kräftigung gleichen wir die üblichen Verspannungen von Müttern aus und entspannen nach dem Training gemeinsam.

Den Kurs können Sie nach der Rückbildung beginnen, je nach Ermessen Ihres eigenen Wohlbefindens – am besten in Absprache mit dem/der Gynäkolog\*in oder der Hebamme.

**Informationen und Anmeldung:** Sylvia Redecker,  
sylvia.redecker@web.de, Tel. 0172 9050009

**Ort:** Grafing, Hebammenpraxis, Jahnstr. 9  
**Referent\*in:** Sylvia Redecker, zertifizierte Pilatestrainerin  
**Kooperation:** Hebammenpraxis Grafing / KBW



### Rückbildungsgymnastik in Präsenz und online

Mit gezielten Übungen für Beckenboden, Bauch und Rücken stärken Sie die durch Schwangerschaft und Geburt (auch nach Kaiserschnitt) beeinträchtigte Muskelpartien. Wir wollen Sie „fit“ machen für Ihre neue körperliche Herausforderung im Alltag mit Ihrem Kind.

Die Rückbildungsgymnastik findet in aufeinander aufbauenden Kurseinheiten statt. Der Beginn der Rückbildung sollte individuell auf Ihr körperliches Befinden abgestimmt sein. In der Regel ca. 6 - 12 Wochen nach der Geburt. Wir bieten Ihnen Vormittags- und Abendkurse an.

### In Präsenz

**Informationen und Anmeldung:** Angela Hof,  
angela@hof-grafing.de, Tel: 08092 84715

**Ort:** Grafing, Hebammenpraxis, Jahnstr. 9  
**Referent\*in:** Angela Hof, Hebamme  
**Kooperation:** Hebammenpraxis Grafing / KBW

### online

**Informationen und Anmeldung:** Katja Geldner,  
katja.geldner@gmx.de, Tel: 0173 9595902

**Ort:** online  
**Referent\*in:** Katja Geldner, Hebamme  
**Kooperation:** Hebammenpraxis Grafing / KBW

### Babymassage – „Liebevoller Verständigung ohne Worte“

Babys haben ein besonderes Bedürfnis nach Berührung, Wärme und Zärtlichkeit. Sie brauchen Körperkontakt ebenso dringend wie die Luft zum Atmen. Zärtliche Berührungen und Blickkontakt stärken zudem die Bindung zwischen Eltern und Kind.

Neben dem körperlichen und seelischen Wohlbefinden wirkt sich eine Babymassage insgesamt positiv auf die Entwicklung des Babys aus.



### Die Babymassage:

- weckt und stärkt alle Sinne, die für eine gesunde Entwicklung notwendig sind
- regt die Vernetzung der beiden Gehirnhälften an
- stimuliert Atmung und Herzfunktion
- lindert Bauchschmerzen und Koliken
- wirkt positiv auf Verspannungen und Einschlafstörungen

Durch die Babymassage lernen Eltern und Kind einander intensiver kennen und verstehen. So kann die Babymassage zu einem entspannten Familienleben beitragen. Sie eignet sich besonders für Babys im Alter von 8 Wochen bis 5 Monaten.

RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN

Genau Kurstermine erfahren Sie direkt bei der Referentin.

**Anmeldung und Informationen:** Zeit&Raum Akademie

Veronika Elhardt, Tel. 089 28 93 28 60

**Ort:** Grafing, Hebammenpraxis, Jahnstr. 9  
**Referent\*in:** Veronika Elhardt, Dipl. Sozialpädagogin (FH),  
Heilpraktikerin, Rettungssanitäterin  
**Gebühr:** 80,00 Euro  
**Kooperation:** Hebammenpraxis Grafing / KBW



## Babykurse

*Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr finden in unseren Räumlichkeiten in Ebersberg, im Pfarrheim in Poing und in Zusammenarbeit mit der Hebammenpraxis Grafing ein vielfältiges Kursangebot im Landkreis. Die Kurse starten in der Regel, wenn die Babys etwa 6 bis 12 Wochen alt sind, aber ein späterer Einstieg ist je nach Verfügbarkeit von freien Plätzen möglich. Jede Kurseinheit dauert in der Regel 90 Minuten, sodass genügend Zeit für die vielfältigen Aktivitäten und den Austausch ist. In den Kursen kommen bis zu acht Eltern-Kind-Paare zusammen, um in einer unterstützenden und anregenden Umgebung voneinander zu lernen und die Entwicklung ihrer Babys zu fördern.*



**Martina Ahamer-Matejka**

Familienbildung • familienbildung@kbw-ebersberg.de • 08092 - 8507912

## Gemeinsam entdecken

### Für Eltern mit Kindern ab 4 Monaten

Ab dem Alter, in dem das Kind mobiler wird, beginnt es zu spielen, zu entdecken und zu erforschen. Dies ist aufregend und spannend, birgt jedoch manchmal auch Gefahren. In diesem Kurs erfahren Eltern, wie sie die Neugier und den Entdeckerdrang ihres Kindes optimal unterstützen können. So wird das Kind bereits frühzeitig gefördert, ein gesundes Selbstbewusstsein



aufzubauen und motorische, kognitive sowie soziale Fähigkeiten zu stärken. Gleichzeitig lernen Eltern, wie sie Unfälle vorbeugen und ihre Kinder sicher beim Aufwachsen begleiten können.

Ein weiteres Thema des Kurses ist die Frage, wann Erziehung beginnt und wie es gelingt, erste Grenzen zu setzen, dabei jedoch feinfühlig zu bleiben. Neben theoretischen Inputs der Kursleitung bietet der Austausch in der Gruppe Anregungen und die Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen.

Genau Kurstermine erfahren Sie direkt bei der Referentin.

**Anmeldung und Informationen:** Zeit&Raum Akademie

Veronika Elhardt, Tel. 089 28 93 28 60

**Ort:** Grafing, Hebammenpraxis, Jahnstr. 9  
**Referent\*in:** Veronika Elhardt, Dipl. Sozialpädagogin (FH),  
Heilpraktikerin, Rettungssanitäterin  
**Gebühr:** 75,00 Euro  
**Kooperation:** Hebammenpraxis Grafing / KBW

## Zusammen wachsen

### Für Eltern mit Kindern ab 3 Monaten

Das Kind ist geboren, und die ersten Monate mit all ihren schönen, aufregenden, aber auch herausfordernden Momenten liegen bereits hinter Ihnen. Das gesamte erste Lebensjahr ist geprägt von Wachstum. Babys lernen bei- nahe täglich neue Dinge, und ihre Entwicklung lässt uns immer wieder staunen. Doch mit den stetigen Entwicklungsschüben haben Eltern auch immer wieder mit neuen Fragen und Herausforderungen zu kämpfen. Gerade hat man sich an bestimmte Tagesabläufe gewöhnt, schon ist wieder alles anders. In diesem Kurs werden Eltern dabei unterstützt, ihre Kinder feinfühlig beim Aufwachsen zu begleiten und eine gute Bindung zu ihnen aufzubauen. Gleichzeitig bleibt Raum für alltagspraktische Themen der ersten Monate, wie Weinen, Schlafverhalten oder Beikost Einführung. Die Kinder haben dabei die Möglichkeit, erste Kontakte zu anderen Babys zu knüpfen.

Im Fokus stehen jedoch nicht nur die Babys, sondern auch die Eltern mit ihren Bedürfnissen, Gefühlen, Ängsten und Sorgen. Welche Bindungserfahrungen haben Eltern selbst als Kinder gemacht? Was möchten sie an ihre Kinder weitergeben – und was eher nicht?



Eine Mischung aus thematischen Inputs und dem Austausch mit anderen Eltern macht diesen Kurs zu einer wertvollen Unterstützung. Genaue Kurstermine erfahren Sie direkt bei der Referentin.

**Anmeldung und Informationen:** Zeit&Raum Akademie  
Veronika Elhardt, Tel. 089 28932860

**Ort:** Grafing, Hebammenpraxis, Jahnstr. 9  
**Referent\*in:** Veronika Elhardt, Dipl. Sozialpädagogin (FH),  
Heilpraktikerin, Rettungssanitäterin  
**Gebühr:** 80,00 Euro  
**Kooperation:** Hebammenpraxis Grafing / KBW



## PEKiP®

Das PEKiP®-Konzept wurde von dem Prager Psychologen Jaroslav Koch entwickelt und richtet sich an Eltern mit Babys ab der 6. Lebenswoche bis zum Ende des ersten Lebensjahres. Der Kurs konzentriert sich auf die Entwicklungsförderung durch Spiel und Bewegung, dabei sind die Babys nackt, um ihre Bewegungsfreiheit zu maximieren. Eltern lernen, ihr Kind durch verschiedene Spiel- und Bewegungsanregungen zu unterstützen, wobei die Bindung zwischen Eltern und Kind im Mittelpunkt steht. Die Gruppen sind klein, bestehend aus etwa 6 bis 8 Eltern-Kind-Paaren. Die Treffen finden regelmäßig, einmal wöchentlich, in einem warmen Raum statt, um das Nacktsein der Babys zu ermöglichen.



ENDLICH  
WIEDER  
DA

## PEKiP® für Babys

Das Prager-Eltern-Kind-Programm® (PEKiP®) ist ein bewährtes Angebot für Familien mit Babys im ersten Lebensjahr. Einmal pro Woche treffen sich Mütter oder Väter mit ihrem Baby. Der Raum ist mit weichen Matten ausgelegt und angenehm warm aufgeheizt.

**Termine:** ab Fr 28.02.2025  
a) Juli / August 2024 geboren, jeweils 9.00 - 11.00 Uhr  
b) September / Oktober 2024 geboren, jeweils 11.30 - 13.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Haus der Familie, Heinrich-Vogl-Str. 4  
**Referent\*in:** Joanna Kröger, PEKiP®-Kursleiterin  
**Gebühr:** 90,00 Euro pro Kurs (6 Treffen)  
**Anmeldung:** KBW bis 21.02.2025

FenKid®  
Frühe Entwicklung von Kindern begleitet

FenKid®

FenKid® wurde von der Beratungsstelle für Natürliche Geburt und Elternsein in München entwickelt und richtet sich an Babys ab der Geburt bis zum dritten Lebensjahr. Der Kurs legt den Fokus auf die Beobachtung der spontanen Bewegungsimpulse und Interessen der Babys. Dabei fließen Elemente der Montessori-Pädagogik, Pikler-Pädagogik und Hengstenberg-Bewegungsschule ein. Die selbständige Erkundung der Umgebung durch das Kind wird gefördert. Eltern lernen, die Signale und Bedürfnisse ihres Kindes durch aufmerksame Beobachtung besser zu verstehen. Zudem werden Lieder und Reime integriert, um die Sprachentwicklung zu unterstützen. Der Erfahrungs- und Ideenaustausch unter den Eltern bereichert den Alltag mit dem Kind. Die Gruppengröße ähnelt der von PEKiP®, kann jedoch variieren. Die Treffen finden regelmäßig in einem ansprechenden und sicheren Umfeld statt, das die Bewegungsfreiheit und Erkundung des Kindes fördert.



## FenKid® für Babys

Die Entwicklung Ihres Babys steht im Mittelpunkt der FenKid®-Gruppe. Ihr Baby findet in diesem Kurs eine Umgebung vor, in der es seinen spontanen Bewegungsimpulsen folgen und seinem „Forschungsobjekt“ gezielt nachgehen kann. Jeder FenKid®-Block startet mit einem Online-Elternabend für Austausch und zum Kennenlernen der Inhalte des FenKid®-Konzepts und entwicklungsrelevanten Themen nach Absprache. Bitte geben Sie bei der Anmeldung das Geburtsdatum Ihres Babys an.

**Termine:** ab Mo 17.03.2025  
a) März bis Juni 2024 geboren, jeweils 9.00 - 10.30 Uhr  
b) Nov. 2024 bis Januar 2025 geboren, jeweils 11.00 - 12.30 Uhr  
**Elternabend:** Mo 10.03.2025, 20.00 - 21.30 Uhr (online)  
**Ort:** Ebersberg, Haus der Familie, Heinrich-Vogl-Str. 4  
**Referent\*in:** Lavinia Pfeiffer, FenKid®-Kursleiterin  
**Gebühr:** 90,00 Euro pro Kurs (6 Treffen)  
**Anmeldung:** KBW bis 03.03.2025



HIER GEHT ES ZU UNSEREN WEITEREN  
PEKiP® UND FENKID® KURSEN



RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNG  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN

## Café Auszeit / EXTRA

*Immer alleine zu Hause frühstücken ist langweilig. Mit Kind ins Café gehen nicht immer ganz einfach. Du möchtest Dir eine „Auszeit“ aus dem Familienalltag gönnen, gemütlich ratschen und Kaffee trinken? Besuche uns im „Café Auszeit“. Hier hast Du jeden Dienstag die Möglichkeit, Dich mit anderen Eltern zu treffen und – wenn Du möchtest – in Ruhe zu frühstücken. Im „Café Auszeit“ kannst Du Dein Baby oder Kleinkind mitbringen. Diese können dort nach Herzenslust spielen und Kontakte zu anderen Kindern knüpfen.*

*In regelmäßigen Abständen haben wir Referent\*innen und Expert\*innen zu verschiedenen Erziehungs- und Elternthemen in unserem „Café Auszeit Extra“ zu Gast. Neben Informationen zu den jeweiligen Themen können auch nach Herzenslust alle Fragen gestellt werden, die Dich oder Deine Familie beschäftigen. Unsere Café Auszeit EXTRA-Termine findest Du im Programmheft und online.*



*Wir freuen uns auf Euren Besuch!  
Der Eintritt ist frei. Für das Frühstücksbuffet bitten wir um eine kleine Spende. Das Angebot wird unterstützt durch die KoKi-Stelle des Landratsamtes.*



**Martina Ahamer-Matejka**

Familienbildung • familienbildung@kbw-egersberg.de • 08092 - 8507912

### Café Auszeit Extra

#### Auf das Töpfchen, fertig, los!?

Auf das Töpfchen, fertig, los...! Zum Glück ist die Zeit vorbei, in der man dachte, man könnte Kindern die Sauberkeit „antrainieren“. Stundenlanges Töpfchensitzen und Abwarten, Schimpfen, Bewerten, Loben, Verzweifeln – so gingen Eltern und Pädagog\*innen lange Zeit an dieses Thema heran. Heute sprechen wir von „bedürfnisorientierter Sauberkeitserziehung“. Wie man ein Kind auf diesem Weg



achtsam begleitet und welche Signale des Kindes es uns leichter machen, werden Thema dieses Vormittags sein.

Wie immer gibt es im Café Auszeit ein leckeres Frühstück und eine Babyspielecke. Kommen Sie vorbei und verbringen Sie einen informativen und angenehmen Vormittag mit anderen Eltern in einer freundlichen und unterstützenden Umgebung. Wir freuen uns auf Sie!

**Termin:** Di 11.03.2025, 10.00 - 12.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Kath. Pfarrheim, Baldestr. 18  
**Referent\*in:** Sandra Löbl, Dipl. Sozialpädagogin (FH), PEKiP®-Kursleiterin

#### Familienkost nach dem 1. Lebensjahr: Das beste Essen für Kleinkinder – So geht 's!



##### Online-Vortrag

Satt - versorgt - glücklich: So lautet das Motto in der Kleinkindernährung. Aber wie erreiche ich das am Familientisch? Was kann und wie viel sollte mein Kind essen? Wie sieht eine abwechslungsreiche Ernährung aus? Diese Veranstaltung gibt einen Überblick über die aktuellen Ernährungsempfehlungen für Kleinkinder. Geeignete Lebensmittel und Mengen für Ihr Kind werden anhand der Ernährungspyramide anschaulich dargestellt. Außerdem erhalten Sie viele praxisrelevante Anregungen dazu, wie Ihr Kind entspannt ein gesundes Essverhalten entwickeln kann.

**Ort:** online  
**Referent\*in:** Dr. Svenja Röder, MSc. Ernährungswissenschaften  
**Kooperation:** Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten / KBW  
**Anmeldung:** bis 3 Tage vor Kursbeginn unter [www.weiterbildung.bayern.de/](http://www.weiterbildung.bayern.de/) Ernährung und Bewegung/Junge Eltern/Familien

**Termin:** Do 20.03.2025, 10.00 - 11.30 Uhr  
**Termin:** Do 08.05.2025, 10.00 - 11.30 Uhr  
**Termin:** Do 26.06.2025, 19.30 - 21.00 Uhr



## Sanfte Hilfe für kleine Wunder: Hausmittel, Wickel und Kräuter für Kinder

NEU



### Online-Angebot

Babys und Kleinkindern kann oft mit einfachen, natürlichen Mitteln geholfen werden – sanft und wirkungsvoll, ohne gleich auf stärkere Maßnahmen zurückzugreifen. Erfahren Sie in diesem Vortrag, wie Sie mit einfachen Wickeln und bewährten Hausmitteln das Wohlbefinden Ihres Babys oder Kindes fördern können.

### Wir sprechen über:

- Natürliche Mittel bei Bauchschmerzen, Erkältungen und kleinen Wehwehchen
- Praktische Anwendungstipps für Wickel und Salben
- Alltagstaugliche Ideen, um Ihr Kind sanft und nachhaltig zu unterstützen

Dieser Vortrag von Kräuterpädagogin Bettina Sölch richtet sich an Eltern von Babys und Kleinkindern, die ihr Wissen erweitern und gleichzeitig einfach umsetzbare Lösungen für den Familienalltag kennenlernen möchten. Alle Teilnehmer\*innen erhalten ein Skript.

**Termin:** Mo 24.03.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Bettina Sölch, Kräuterpädagogin  
**Gebühr:** 25,00 Euro  
**Anmeldung:** KBW bis 17.04.2025

### ELTERNTALK

## Heute Kita, morgen Oma

Die Betreuungssituation stellt viele Eltern vor Herausforderungen: Kitas sind oft überfüllt oder bieten nur eingeschränkte Öffnungszeiten an. Das bedeutet, dass Alternativen wie die Unterstützung durch Großeltern oder andere Betreuungslösungen gefunden werden müssen. Doch wie wirken sich diese verschiedenen Betreuungsformen auf mein Kind aus? Und wie kann ich mein Kind dabei unterstützen, sich an unterschiedliche Situationen anzupassen? Wir laden Sie herzlich zu einem offenen Erfahrungsaustausch in entspannter Atmosphäre ein. Hier können Sie Ihre Fragen stellen, Ihre Erfahrungen teilen und gemeinsam herausfinden, was für Ihre Familie am besten funktioniert.

**Termin:** Do 27.03.2025, 19.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, KBW-Geschäftsstelle, Pfarrer-Bauer-Str. 5  
**Referent\*in:** Barbora Caplovic, ELTERNTALK-Moderatorin  
**Anmeldung:** KBW bis 24.03.2025

### Café Auszeit Extra

## „Essen, schlafen, trinken und noch mehr“ – Fragen rund ums Kind

Die Gesundheits- und Familienbegleiterin Susanne Tröger steht Ihnen mit ihrer weitreichenden Kompetenz für alle Fragen rund um das gesunde Aufwachsen Ihres Kindes zur Verfügung. Themen können unter anderem sein: Schlafen, Stillen und Ernährung, Trinken, Impfungen und vieles mehr – je nachdem, was Sie gerade beschäftigt.

Wie immer gibt es im Café Auszeit ein leckeres Frühstück und eine Babyspielecke. Kommen Sie vorbei und verbringen Sie einen informativen und angenehmen Vormittag mit anderen Eltern in einer freundlichen und unterstützenden Umgebung. Wir freuen uns auf Sie!

**Termin:** Di 01.04.2025, 10.00 - 12.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Kath. Pfarrheim, Baldestr. 18  
**Referent\*in:** Susanne Tröger, Kinderkrankenschwester  
**Kooperation:** KoKi / KBW

## Beikost – Von der Milch zum Brei

### Online-Vortrag

Im zweiten Lebenshalbjahr steigt der Energie- und Nährstoffbedarf Ihres Kindes. Muttermilch bzw. Säuglingsmilchnahrung als alleinige Ernährung reicht nicht mehr aus. Dann ist die Zeit reif für den ersten Brei! Fachgesellschaften empfehlen eine schrittweise Einführung der Breie. In dieser Veranstaltung erhalten Sie Informationen zur empfohlenen Zusammensetzung der Breie und zum gängigen Ablauf der Beikosteinführung. Praktische Tipps, wie die Umstellung von Milch auf Beikost gut gelingen kann, runden die Veranstaltung ab.



RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN

**Ort:** online  
**Referent\*in:** Dr. Svenja Röder, MSc. Ernährungswissenschaften  
**Kooperation:** Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten / KBW  
**Anmeldung:** bis 3 Tage vor Kursbeginn  
[www.weiterbildung.bayern.de/](http://www.weiterbildung.bayern.de/)  
 Ernährung und Bewegung/Junge Eltern/Familien

**Termin:** Do 03.04.2025, 10.00 - 11.30 Uhr  
**Termin:** Do 05.06.2025, 10.00 - 11.30 Uhr



### Café Auszeit Extra

## Was Kinder lieben – Umgang mit Süßem und Kunterbuntem

Hauptsache süß und kunterbunt! Kein Wunder, denn schließlich ist der Geschmack „süß“ beim Menschen angeboren. Und eine farbenfrohe Aufmachung, Comic-Figuren und Spielzeug-Beigaben sprechen jedes Kind an. Durch diese und den Zusatz „für Kinder“ sind die sogenannten Kinderlebensmittel im Supermarkt gekennzeichnet. Doch die Werbung hält nicht, was sie verspricht. In dieser Veranstaltung erhalten Sie allerlei Tipps zum sinnvollen Umgang mit Süßigkeiten und Kinderlebensmitteln. Dazu lernen Sie das Modell der Ernährungspyramide für eine bedarfsgerechte Kinderernährung kennen. Wir besprechen gemeinsam ausgewählte Lebensmittel und beurteilen diese mit Hilfe des Modells. Wie immer gibt es im Café Auszeit ein leckeres Frühstück und eine Babyspielecke. Kommen Sie vorbei und verbringen Sie einen informativen und angenehmen Vormittag mit anderen Eltern in einer freundlichen und unterstützenden Umgebung. Wir freuen uns auf Sie!



**Termin:** Di 08.04.2025, 10.00 - 12.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Kath. Pfarrheim, Baldestr. 18  
**Referent\*in:** Lavinia Pfeiffer, Ernährungsberaterin, Dipl. Biologin  
**Kooperation:** Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten / KBW



HIER GEHT ES ZU UNSEREN ANGEBOTEN  
 FÜR KLEINKINDER



**EKP®**

Das Eltern-Kind-Programm EKP® ist ein ganzheitliches Angebot und begleitet seit mehr als vier Jahrzehnten Eltern mit ihren Kindern in den ersten Lebensjahren. Unter der Leitung einer zertifizierten EKP®-Leiterin wird mit allen Sinnen und viel Spaß miteinander gesungen, gespielt, experimentiert, gewerkelt, geforscht und entdeckt. In der Bewegung wird Neues erfahren. Die Kinder erleben spielerisch durch kreative Sinnes- und Naturerfahrungen den Jahreskreis. Alle Aktivitäten sind auf den Entwicklungsstand der Kinder abgestimmt und geben Ideen und Anregungen für das alltägliche Familienleben.



EKP® – auch in Ihrer Nähe. Eine EKP®-Gruppe finden Sie in vielen Pfarreien unseres Landkreises. Diese stellen die Räumlichkeiten für die Gruppentreffen kostenlos zur Verfügung. Dafür bedanken wir uns herzlich!

Das EKP®-Programm besteht aus sechs Bausteinen. Diese sind „Gemeinsamer Beginn“, „Thematische Einheit“, „Gemeinsame Brotzeit“, „Freispiel“, „Zeit für Elterngespräche“ sowie der „Abschluss“. Nähere Informationen über das gesamte Programm und dessen Einzelheiten finden Sie über den QR-Code.



- Entwicklungsförderung der kindlichen Basiskompetenzen
- Stärkung der Eltern-Kind-Beziehung
- Vernetzung junger Familien
- Wöchentliche Treffen mit ca. 120 Minuten
- Bis zu neun Familien pro Gruppe nehmen teil
- Pro Trimester zehn Gruppen- und zwei Elterntreffen
- Kosten: 84,00 Euro pro Familie



**Franziska Brock**

EKP® • [ekp@kbw-egersberg.de](mailto:ekp@kbw-egersberg.de) • 08092 - 8507916

RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN



## Dauerbrenner im Familienleben

### Frag unsere Expert\*innen

Alle Eltern kennen sie. Die Dauerbrenner des Familienalltags. Kleinkinder trotzen. Durchwachte Nächte mit dem Baby erschöpfen Eltern. Pubertierende stellen Eltern immer wieder vor Herausforderungen. Mit unserem Angebot möchten wir Eltern unterstützen, die Dauerbrenner aktiv anzugehen und für sich und die Familie den besten Weg zu finden. In unserem Online-Angebot gibt es einen kurzen Impulsvortrag unserer Referent\*innen und im Anschluss die Möglichkeit eigene Fragen und Situationen aus dem Familienalltag einzubringen.

Dauerbrenner im Familienleben – Die Online-Sprechstunde ist ein kostenfreies Angebot des Kath. KBW Ebersberg e.V. Finanziert wird es als innovatives Projekt durch die KEB München und Freising e.V. und durch Spenden.



**Martina Ahamer-Matejka**

Familienbildung • familienbildung@kbw-ebersberg.de • 08092 - 8507912

Dauerbrenner im Familienleben – Frag unsere Expert\*innen

## Kleine Unfälle im Haushalt – vermeiden und behandeln

### Online-Angebot

Mit Kindern im Haushalt ist immer etwas los. Oft kommt es auch zu kleineren Unfällen, die schnell behandelt werden müssen. Wie reagiere ich, wenn sich mein Kind verletzt? Welche Verletzungen kann ich selbst verarzten und wann muss ich einen Notarzt rufen? Stellen Sie Ihre Fragen unserer Expertin Veronika Elhardt. In diesen Online-Treffen gibt es einen Vortrag zum Thema, danach bleibt genug Zeit für Ihre Fragen und Beiträge.



### Zoom Meeting beitreten:

<https://tinyurl.com/8vhfus3m>

**Meeting-ID:** 894 9387 9736

**Kenncode:** 419685



**Termin:** Di 29.04.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Veronika Elhardt, Dipl. Sozialpädagogin (FH), Heilpraktikerin, Rettungssanitäterin

## Fenkid® für Babys

Die Entwicklung Ihres Babys steht im Mittelpunkt der Fenkid®-Gruppe. Ihr Baby findet in diesem Kurs eine Umgebung vor, in der es seinen spontanen Bewegungsimpulsen folgen und seinem „Forschungsobjekt“ gezielt nachgehen kann.



Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 13.

**Termine:** ab Mo 12.05.2025  
 a) März bis Juni 2024 geboren, jeweils 9.00 - 10.30 Uhr  
 b) Nov. 2024 bis Januar 2025 geboren, jeweils 11.00 - 12.30 Uhr  
**Elternabend:** Mo 05.05.2025, 20.00 - 21.30 Uhr (online)  
**Ort:** Ebersberg, Haus der Familie, Heinrich-Vogl-Str. 4



**HIER GEHT ES ZU UNSEREN WEITEREN PEKIP® UND FENKID® KURSEN**



Café Auszeit Extra

## Kindliche Sprachentwicklung

Die Leiterin und Logopädin der Frühförderstelle Ebersberg, Frau Petra Pfalzgraf, wird Ihre Fragen zur kindlichen Sprachentwicklung beantworten. Auch die zweisprachige Erziehung kann hier zum Thema werden.

Wie immer gibt es im Café Auszeit ein leckeres Frühstück und eine Babyspielecke. Kommen Sie vorbei und verbringen Sie einen informativen und angenehmen Vormittag mit anderen Eltern in einer freundlichen und unterstützenden Umgebung. Wir freuen uns auf Sie!

**Termin:** Di 06.05.2025, 10.00 - 12.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Kath. Pfarrheim, Baldestr. 18  
**Referent\*in:** Petra Pfalzgraf, Logopädin  
**Kooperation:** KoKi / Frühförderstelle / KBW

Dauerbrenner im Familienleben – Frag unsere Expert\*innen

## Entspannt am Familientisch

### Online-Angebot

Gesunde Ernährung und ein gutes Essverhalten sind wichtige Elemente für lebenslange Gesundheit und Wohlbefinden. Die Basis eines genussvollen, gesunden Essverhaltens wird bereits in den ersten Lebensjahren gelegt. In dieser Veranstaltung erhalten Sie Informationen zum natürlichen Essverhalten Ihres Kindes und zu wichtigen frühkindlichen Erfahrungen beim Essen, die ein Leben lang prägen. Praktische Tipps zum Umgang mit herausfordernden Situationen am Familientisch runden diese Veranstaltung ab. In diesen Online-Treffen gibt es einen Vortrag zum Thema, danach bleibt genug Zeit für Ihre Fragen und Beiträge.



### Zoom Meeting beitreten:

<https://tinyurl.com/8vhfus3m>

**Meeting-ID:** 894 9387 9736

**Kenncode:** 419685



**Termin:** Di 13.05.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** FEHLT

## PEKiP® für Babys

Das Prager-Eltern-Kind-Programm® ist ein bewährtes Angebot für Familien mit Babys im ersten Lebensjahr. Die Kleinen dürfen während der Kurseinheiten nackt sein. So können sie sich spontaner bewegen, und es gibt viel Raum für die Berührungen, die in dieser Zeit so wichtig sind.



Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 14.

**Termine:** ab Fr 16.05.2025  
a) Juli / August 2024 geboren, jeweils 9.00 - 11.00 Uhr  
b) September / Oktober 2024 geboren, jeweils 11.30 - 13.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Haus der Familie, Heinrich-Vogl-Str. 4



HIER GEHT ES ZU UNSEREN WEITEREN  
PEKIP® UND FENKID® KURSEN



## Entdeckungsreise

Im Kurs treffen sich Eltern mit Kindern ab dem zehnten Lebensmonat. Er ist als Anschluss an PEKiP® oder FenKid® gedacht. Hier wird gespielt, gelacht, gesungen und es gibt viel Zeit für die Eltern, die Entwicklung ihrer Kinder zu beobachten. Während die vorbereitete Bewegungslandschaft Kinder zum Entdecken und Ausprobieren ihrer motorischen Fähigkeiten einlädt, gibt es hier einen weiteren Fokus: das soziale Miteinander der Kinder. Dieses wird in diesem Alter immer wichtiger. Eltern haben die Möglichkeiten, gemeinsam zu Staunen, wie Kinder gemeinsam spielen, Kontakte knüpfen und Begegnungen gestalten.



**Martina Ahamer-Matejka**

Familienbildung • familienbildung@kbw-ebersberg.de • 08092 - 8507912

Dauerbrenner im Familienleben – Frag unsere Expert\*innen

## Babybrei trifft Fingerfood

### Online-Angebot

Die Phase, in der bei Ihrem Kind Milch durch Breimahlzeiten ersetzt werden, steht bevor. Wie Sie entspannt den Übergang von der Milch zur Beikost Schritt für Schritt gestalten können, ist Inhalt dieser Veranstaltung. Sie erhalten nicht nur Infos zur klassischen Brei-Beikost, sondern auch Hinweise zu aktuellen Trends (z. B. Baby-led Weaning) sowie hilfreiche Anregungen für die Praxis. In diesen Online-Treffen gibt es einen Vortrag zum Thema, danach bleibt genug Zeit für Ihre Fragen und Beiträge.



### Zoom Meeting beitreten:

<https://tinyurl.com/8vhfus3m>

**Meeting-ID:** 894 9387 9736

**Kenncode:** 419685



**Termin:** Di 27.05.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Monika Ziebart, Oecotrophologin, MSc  
**Kooperation:** Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten / KBW

Café Auszeit Extra

## Spiele mit Alltagsmaterialien

Entdecken Sie in unserem Elterncafé spannende und einfache Spielideen für Kinder von 0 bis 3 Jahren, die sich ganz leicht mit Materialien aus dem Alltag umsetzen lassen. Ob Papprollen, Löffel oder Schachteln – wir zeigen Ihnen, wie Sie mit wenig Aufwand die Kreativität, Motorik und Wahrnehmung Ihres Kindes spielerisch fördern können. Wie immer gibt es im Café Auszeit ein leckeres Frühstück und eine Babyspielecke. Kommen Sie vorbei und verbringen Sie einen informativen und angenehmen Vormittag mit anderen Eltern in einer freundlichen und unterstützenden Umgebung. Wir freuen uns auf Sie!



**Termin:** Di 03.06.2025, 10.00 - 12.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Kath. Pfarrheim, Baldestr. 18  
**Referent\*in:** Melanie Buttenmüller, Sozialpädagogin (FH)  
**Kooperation:** KoKi / KBW

Dauerbrenner im Familienleben – Frag unsere Expert\*innen

## Mein Kind wird sauber – aber wie?

### Online-Angebot

Auf diesen Moment fiebern alle Eltern hin: Das Kind braucht keine Windel mehr. Irgendwann ist es immer so weit. Bei dem einen Kind früher, beim anderen später. Doch was ist eigentlich normal? Was kann ich als Mama/Papa tun, um mein Kind zu unterstützen? Oder kommt alles ganz von allein? Stellen Sie Ihre Fragen an unsere Expertin Sandra Löbl. In diesen Online-Treffen gibt es einen Vortrag zum Thema, danach bleibt genug Zeit für Ihre Fragen und Beiträge.



### Zoom Meeting beitreten:

<https://tinyurl.com/8vhfus3m>

**Meeting-ID:** 894 9387 9736

**Kenncode:** 419685



**Termin:** Di 24.06.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Sandra Löbl, Dipl. Sozialpädagogin (FH)

Café Auszeit Extra

## Schlafen, einfach nur schlafen

Wenn das immer nur so einfach wäre mit dem Schlafen! Leider haben Babys und kleine Kinder oft eine ganz andere Vorstellung vom Ein- und Durchschlafen, als wir Erwachsene uns das wünschen würden. Im Café Auszeit ist Frau Bredel-Michael von der Caritas-Beratungsstelle anwesend und stellt sich Ihren Fragen rund um den kindlichen Schlaf.



Wie immer gibt es im Café Auszeit ein leckeres Frühstück sowie eine Babyspielecke. Kommen Sie vorbei und verbringen Sie einen informativen und angenehmen Vormittag mit anderen Eltern in einer freundlichen und unterstützenden Umgebung. Wir freuen uns auf Sie!

**Termin:** Di 01.07.2025, 10.00 - 12.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Kath. Pfarrheim, Baldestr. 18  
**Referent\*in:** Angela Bredel-Michael, Dipl. Sozialpädagogin (FH)  
**Kooperation:** KoKi / Caritas / KBW

### ELTERNTALK

## Süßigkeiten, nein danke?! – Wieviel Zucker verträgt mein Kind?

Die große Auswahl an zuckerhaltigen Lebensmitteln kann leicht überwältigend wirken. Dennoch ist es möglich, eine gesunde Ernährung für unsere Kinder zu gestalten – auch wenn es manchmal eine echte Herausforderung ist. In diesem ELTERNTALK möchten wir uns gemeinsam darüber austauschen, wie wir versteckten Zucker erkennen und unsere Kinder zu einer ausgewogenen und gesunden Ernährung begleiten können.

**Termin:** Di 08.07.2025, 19.00 - 21.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, KBW-Geschäftsstelle, Pfarrer-Bauer-Str. 5  
**Referent\*in:** Barbora Caplovic, ELTERNTALK-Moderatorin  
**Anmeldung:** KBW bis 03.07.2025

RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN



## Elterncafé Oase

Unser Elterncafé Oase findet statt als offener Spielertreff für Kinder von 0-2 Jahren. Schaut gerne vorbei, wir freuen uns auf Euch!

**Jeweils montags von 10:00 - 12:00 Uhr  
Im Caritas-Zentrum in Grafing**

Wenn Sie Fragen haben melden Sie sich bei

**Caritas-Zentrum Ebersberg**  
Telefon: 01 60 / 96 31 02 17  
Katharina.Oberhofer@caritasmuenchen.org



*Dauerbrenner im Familienleben – Frag unsere Expert\*innen*

## Frühkindliche Bewegungsentwicklung – vom Greifreflex zum Klettern

### Online-Angebot

Babys und Kleinkinder entdecken ihre Umwelt mit allen Sinnen - ihre Bewegungen sind dabei essentiell. Viele Bewegungsfelder im Säuglingsalter werden durch sogenannte frühkindliche Reflexe maßgeblich ausgelöst und gesteuert. Während der Nervenentwicklung im Kleinkindalter werden diese Reflexmuster zunehmend in kontrollierte und erlernte motorische Bewegungsabläufe integriert. In dieser Veranstaltung erhalten Sie wertvolle Informationen über die frühkindliche Bewegungsentwicklung vom Reflex des Säuglings bis zum Kindergartenkind, das springen, rennen und auf Bäume klettern kann. Des Weiteren gibt es Anregungen das Kind, altersgemäß auf seinem Entwicklungspfad zu begleiten und zu unterstützen. Neben einem Impulsvortrag besteht genügend Zeit für Fragen und Austausch.



### Zoom Meeting beitreten:

<https://tinyurl.com/8vhfus3m>

**Meeting-ID:** 894 9387 9736

**Kenncode:** 419685



**Termin:** Di 08.07.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Lavina Pfeiffer, FenKid®-Kursleiterin

## Abenteuer großer Bruder / große Schwester werden



NEU

### Ein Mitmachkurs für kleine Held\*innen und ihre werdenden Eltern

Ihr Kind wird bald große Schwester oder großer Bruder? Damit verändert sich das bisher gewohnte Familiensystem; eine lebensverändernde Umstellung für alle Beteiligten. Unser Geschwisterkurs bereitet Sie und Ihr Kind gemeinsam spielerisch und einfühlsam auf Ihre neuen Rollen vor. Hier erweitern zukünftige Geschwister auf kindgerechte Weise ihr Wissen über Babys. Eltern und Kinder lernen gemeinsam, wie sie mit den großen Veränderungen in der Familie umgehen können.

Auch für die Eltern verändert sich die Elternrolle mit zwei oder mehr Kindern. Mit Spaß, kreativen Aktivitäten und vielen wertvollen Tipps unterstützen wir Sie und Ihr Kind dabei, sich auf die neuen Rollen vorzubereiten, damit es mit Ihrer Hilfe die Chance hat, ein selbstbewusstes und liebevolles großes Geschwisterkind zu werden. Am Ende des Kurses erhalten alle Kinder ein Zertifikat, das ihre neue Kompetenz als großes Geschwisterkind würdigt und sie in ein neues Abenteuer starten lässt. Für die Eltern steht ein umfangreiches Handout mit Tipps und Tricks für die neue Familienzeit bereit. Melden Sie sich jetzt an und stärken Sie den Zusammenhalt in Ihrer Familie!

### Bitte geben Sie bei der Anmeldung das Alter der teilnehmenden Geschwisterkinder mit an.

**Termin:** Sa 12.07.2025, 9.00 - 11.30 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Haus der Familie, Heinrich-Vogl-Str. 4  
**Referent\*in:** Anke Richart, Still-, Schlaf- und Beikostberaterin (BFB®)  
**Gebühr:** 30,00 Euro pro Eltern-Kind-Paar; 5,00 Euro jedes weitere Kind  
**Anmeldung:** KBW bis 04.07.2025



HIER GEHT ES ZU UNSEREN WEITEREN ANGEBOTEN



RUND UM DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGSTHEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER ANGEBOTE

STADTFÜHRUNGEN

Dauerbrenner im Familienleben – Frag unsere Expert\*innen

## Kinder schlafen anders

### Online-Angebot

Babys schlafen – oft sogar viel, nur leider nicht immer im Rhythmus, den sich Eltern wünschen. Sie schlafen nur kurze Phasen am Stück, wecken Eltern nachts immer wieder auf, um zu trinken oder sich beruhigen zu lassen. Sie schlafen – anders. An diesem Abend wollen wir uns der liebevollen Schlafbegleitung widmen, die gleichzeitig die Bedürfnisse der Eltern im Auge behält. Stellen Sie Ihre Fragen an unsere Expertin Anke Richart. In diesen Online-Treffen gibt es einen Vortrag zum Thema, danach bleibt genug Zeit für Ihre Fragen und Beiträge.



### Zoom Meeting beitreten:

<https://tinyurl.com/8vhfus3m>

**Meeting-ID:** 894 9387 9736

**Kenncode:** 419685



**Termin:** Di 22.07.2025, 20.00 - 21.30 Uhr

**Ort:** online

**Referent\*in:** Anke Richart, Still-, Schlaf- und Beikostberaterin (BFB®)

*fitdankbaby® MAXI und MINI in Forstinning*

## Fitness für Dich und Dein Baby

**fitdankbaby®**  
Fitness für Dich & Dein Baby

### Für Mamas mit Babys + Krabbelkindern im Alter von ca. 3 - 14 Monaten bei Kursbeginn

fitdankbaby® richtet sich an Mütter nach dem Rückbildungskurs. Aufbauend auf diesem, vereinen wir Fitnesstraining für die Mamas mit spielerischen Übungen für die Babys. Die Babys sind vollständig in die Stunde eingebunden und genießen die Nähe zur Mama. Im Kurs wird die gesamte Muskulatur (v. a. Bauch, Beine, Po, Rücken, Beckenboden) gekräftigt, und der Körper wird nach der Schwangerschaft langsam und stetig wieder in Form gebracht. Besonderes Augenmerk liegt auf funktionellen Übungen mit hohem Alltagsbezug, z. B. rückenschonendes Tragen und Aufnehmen des Babys.

**Bitte mitbringen:** Sportkleidung, Turnschuhe, bequeme Kleidung fürs Baby, Handtuch und ggf. Babydecke, Getränk für Dich und Dein Baby. Weitere Infos zum Konzept finden Sie unter [www.fitdankbaby.com](http://www.fitdankbaby.com).

**Termine:** Freitagvormittag, 9.30 - 10.45 Uhr  
**Gebühr:** 88,00 Euro (8 Termine)  
**Ort:** Forstinning, Kath. Pfarrheim Rupert Mayer Haus, Graf-Sempt-Str. 4

**Referent\*in:** **Stefanie Barth**, lizenzierte fitdankbaby®-Kursleiterin, Fitnesstrainerin Groupfitness und **Andrea Scholz**, fitdankbaby®-Kursleiterin

**Anmeldung:** Stefanie Barth, online unter [www.fitdankbaby.de/stefanie.barth](http://www.fitdankbaby.de/stefanie.barth)

## Musikwiese



### Für Eltern mit ihren Kindern

Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 31.

**Termine:** ab Mo 13.01.2025  
**Ort:** Ebersberg, Kath. Pfarrheim, Giebelzimmer, Baldestr. 18

### Für Eltern mit ihren Kindern im Alter von 2 - 4,5 Jahren

**Termine A:** ab 13.01.2025, jeweils 15.00 - 15.45 Uhr

### Für Eltern mit ihren Kindern im Alter von 3 bis 4,5 Jahren

**Termine B:** ab 13.01.2025, jeweils 16.00 - 16.45 Uhr

### Für Eltern mit ihren Kindern im Alter von 3 bis 4,5 Jahren

**Termine C:** ab 13.01.2025, jeweils 17.00 - 17.45 Uhr



HIER GEHT ES ZU WEITEREN KURSEN  
**MUSIKGARTEN® / MUSIKWIESE**



## Newsletter

*Kennen Sie schon unseren Newsletter?  
Melden Sie sich an und erfahren  
Sie jeden Monat, was im Landkreis aktuell  
von uns angeboten wird.*



RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN



## wellcome

Die erste Zeit mit einem Baby ist wunderbar und kann gleichzeitig unfassbar anstrengend sein. Es gibt wenig Schlaf, wenig Zeit für Mama und Papa und oftmals auch für die Geschwisterkinder. Das Angebot wellcome unterstützt Familien im ersten Lebensjahr eines Babys. Ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen kommen ein- bis zweimal die Woche und packen ganz unkompliziert da an, wo gerade Hilfe benötigt wird. Da wird das Baby zum Spaziergang mitgenommen, damit sich müde Eltern mal ausschlafen können. Da wird ein weinendes Baby geschaukelt, wenn Mutters Rücken mal eine Auszeit braucht. wellcome-Engel gehen mit Zwillingseletern zum Kinderarzt oder kümmern sich um das Geschwisterkind, wenn die Eltern mit dem Baby einen Termin haben. Ungefähr fünf bis neun Monate geht diese Unterstützung, die hilft, wie Verwandte, Freunde oder Nachbarn das tun. Melden Sie sich gerne, wenn Sie sich nach der Geburt eines Babys erschöpft fühlen und sich jemanden an Ihrer Seite wünschen.

**Wenn Sie sich ehrenamtlich für wellcome engagieren möchten, freuen wir uns sehr über Ihren Anruf.**

wellcome wird unterstützt durch die KoKi des Kreisjugendamtes Ebersberg.



## FAMILIEN MIT KINDERN VON 3 BIS 6 JAHREN

*Infos und Spaß rund um die Kita-Zeit*

### Musikwiese

#### Für Eltern mit ihren Kindern

Das Singen und das Spiel mit Lauten begleitet die sprachliche Entwicklung - die Bewegung zur Musik unterstützt die motorische Entwicklung. Besonders bei den Kleinen gelingt es, die naturgegebene Musikalität durch eine lustvolle Begegnung mit Musik zu wecken und zu fördern. Durch Singen, Musizieren, Bewegen und Musikhören wird die natürliche musikalische Veranlagung der Kinder geweckt und entwickelt. Einfache Instrumente wie Klanghölzer, Glöckchen, Rasseln und Trommeln führen in die Welt der Klänge ein. Ziel bei diesem Kurs ist, Kinder spielerisch an Musik heranzuführen und Musizieren zu einem festen Bestandteil des Familienlebens zu machen. Die Kinder sollen ohne Leistungserwartungen die Gelegenheit bekommen, Musik aufzunehmen und selbst zu gestalten.



- Termine:** ab Mo 13.01.2025
- Ort:** Ebersberg, Kath. Pfarrheim, Giebelzimmer, Baldestr. 18
- Referent\*in:** Edith Auer, Rhythmikpädagogin
- Gebühr:** 84,00 Euro (12 Termine);  
42,00 Euro teilnehmende Geschwisterkinder
- Anmeldung:** Edith Auer, Tel. 0157 52759663

#### Für Eltern mit ihren Kindern im Alter von 2 - 4,5 Jahren

**Termine A:** ab 13.01.2025, jeweils 15.00 - 15.45 Uhr

#### Für Eltern mit ihren Kindern im Alter von 3 bis 4,5 Jahren

**Termine B:** ab 13.01.2025, jeweils 16.00 - 16.45 Uhr

#### Für Eltern mit ihren Kindern im Alter von 3 bis 4,5 Jahren

**Termine C:** ab 13.01.2025, jeweils 17.00 - 17.45 Uhr

RUND UM DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER ANGEBOTE

STADT FÜHRUNGEN



**Franziska Brock**

wellcome • ebersberg@wellcome-online.de • 08092 - 8507916

## Musikgarten® / Musikwiese

Alle Kinder sind von Natur aus musikalisch. Sie lieben es, zu singen, mit der Stimme zu spielen, zu Musik zu klatschen und zu tanzen. Musik löst Emotionen aus und stärkt die Eltern-Kind-Beziehung.

Musikgarten® ist das bewährte musikalische Eltern-Kind-Konzept ab dem ersten Geburtstag bis zum fünften Lebensjahr. Durch Singen, Musizieren, Bewegen und Musikhören wird die natürliche musikalische Veranlagung der Kinder geweckt und entwickelt. Einfache Instrumente wie Klanghölzer, Glöckchen, Rasseln und Trommeln führen in die Welt der Klänge ein. Ziel von Musikgarten® ist, Kinder spielerisch an Musik heranzuführen und Musizieren zu einem festen Bestandteil des Familienlebens zu machen. Die Kinder sollen ohne Leistungserwartungen die Gelegenheit bekommen, Musik aufzunehmen und selbst zu gestalten.



Franziska Brock

EKP® • ekp@kbw-ebersberg.de • 08092 - 8507916



HIER GEHT ES ZU WEITEREN KURSEN  
MUSIKGARTEN® / MUSIKWIESE



### Kleidertauschbörse

Ebersberg, Kath. Pfarrheim,  
Baldestrasse 18  
10.00 - 12.00 Uhr



SAVE THE DATE – Sa 17.05.2025

Wochen der Büchereien 2025

## Bilderbuchlesung „Der Mondscheindrache“ von Cornelia Funke



### Lesung mit Bilderbuchkino für Kinder ab 5 Jahren ohne Begleitung durch Eltern oder Großeltern

Wer hat nicht schon mal davon geträumt, dass die Figuren aus Büchern lebendig werden? Genau das passiert Philipp in einer zauberhaften Mondnacht. Ein kleiner Drache springt aus seinem Buch, verfolgt von einem grimmig dreinblickenden Ritter. Zum Staunen bleibt Philipp jedoch keine Zeit, denn gerade als er dem armen Drachen zu Hilfe kommen will, schrumpft er selbst. Wie aber kämpft man gegen einen gemeinen Ritter, wenn man nur noch daumengroß ist? Das Bilderbuch wird in wechselnden Rollen vorgetragen von der Familienreferentin und Pädagogin Alexandra Schreiner-Hirsch und dem Amtsleiter für Familie, Jugend und Kultur Peter Hölzer.

**Termin:** Fr 14.03.2025, 15.30 - 16.30 Uhr

**Ort:** Ebersberg, Stadtbücherei,  
Bürgermeister-Müller-Str. 7

**Referent\*in:** Alexandra Schreiner-Hirsch, Familienteam-Trainerin und Peter Hölzer, Stadtjugendpfleger

**Kooperation:** Büchereien im Landkreis Ebersberg / KBW

## Sanfte Hilfe für kleine Wunder: Hausmittel, Wickel und Kräuter für Kinder



Online-Angebot

Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 16.

**Termin:** Mo 24.03.2025, 20.00 - 21.30 Uhr

**Ort:** online

## Dauerbrenner im Familienleben – Frag unsere Expert\*innen Gelassen durch den Familienalltag – Stressprävention für Eltern



Online-Angebot

Alle weiteren Infos zur VA siehe Seite 45.



**Termin:** Di 25.03.2025, 20.00 - 21.30 Uhr

**Ort:** online

## Heute Kita, morgen Oma



Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 16.

**Termin:** Do 27.03.2025, 19.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, KBW-Geschäftsstelle, Pfarrer-Bauer-Str. 5

### Kreatives für Groß und Klein

## Oster-Bastelzauber – Frühlingswind und Osterlicht

### Buntes und Kreatives für Eltern und Kinder ab 3 Jahren

Tauchen Sie gemeinsam mit Ihren Kindern in die zauberhafte Welt der Frühlings- und Osterbasteleien ein! Wir laden Sie herzlich zu einem Nachmittag voller Spaß, Fantasie und gemeinschaftlichem Gestalten ein. In diesem Osterbastelzauber für Eltern und Kinder gestalten wir gemeinsam bunte Windspiele, die zuhause im Frühlingswind flattern dürfen! Außerdem verzieren wir Osterkerzen mit der farnefrohen Serviettentechnik und Wachs, sodass jedes Werkstück einzigartig und besonders wird. Freuen Sie sich auf einen kreativen Nachmittag voller Bastelspaß und gemeinsamer Vorfreude auf das Osterfest!



Entdecken Sie zusammen mit Ihren Kindern Ihre gemeinsame kreative Ader. Für die kleinen und großen Künstler stehen Kaffee, Tee und eine kleine Stärkung bereit. Die Materialkosten sind direkt bei der Kursleitung zu entrichten.

**Termin:** Fr 28.03.2025, 14.30 - 17.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Haus der Familie, Heinrich-Vogl-Str. 4  
**Referent\*in:** Yvonne Wolff, EKP®-Leiterin  
**Gebühr:** 18,00 Euro; 5,00 Euro jedes weitere Kind  
**Anmeldung:** KBW bis 21.03.2025

## Spannende Detektivgeschichten mit „Lord Hopper“



### Autorenlesung für Kinder im Alter von 5 bis 8 Jahren

Ein Pony als Detektiv - lustig und spannend zugleich! Am internationalen Kinderbuchtag hat die Bücherei Anzing die bekannte Kinderbuchautorin Michaela Hanauer zu Gast. Sie liest aus ihrem Buch „Drei Fälle für Lord Hopper“, - ein spannendes und lustiges Buch über ein Pony, das gemeinsam mit seiner Menschenfreundin Bine mysteriöse Fälle auf Gut Apfelbaum löst. Dabei handelt es sich um weit mehr als nur eine Lesung. Jede Figur bekommt von der Autorin eine eigene Stimme, die Kinder werden von Anfang an mit einbezogen. Sie dürfen miträtseln, mitmachen und am Ende wird noch kurz gebastelt.

**Termin:** Mi 02.04.2025, 15.00 - 16.30 Uhr  
**Ort:** Anzing, Pfarr- und Gemeindebücherei, Erdinger Str. 1  
**Referent\*in:** Michaela Hanauer, Kinderbuchautorin  
**Kooperation:** Büchereien im Landkreis Ebersberg / KBW

### Kreatives für Groß und Klein

## Oster-Bastelzauber – 1,2,3, ein buntes Ei

### Buntes + Kreatives für Eltern und Kinder ab 3 Jahren

Tauchen Sie gemeinsam mit Ihren Kindern in die zauberhafte Welt der Frühlings- und Osterbasteleien ein! An diesem Nachmittag werden wir Ostereier in schönen Farben und Mustern gestalten – ob mit bunten Farben, Glitzer oder Stickern, der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Zusätzlich können Eltern und Kinder ab 3 Jahren frühlingshafte und österliche Fensterbilder basteln, die das Zuhause fröhlich dekorieren. Ein kreativer Nachmittag, der Frühlingsgefühle weckt und die Vorfreude auf Ostern steigert! Die Materialkosten sind direkt bei der Kursleitung zu entrichten.



**Termin:** Fr 04.04.2025, 14.30 - 17.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Haus der Familie,  
Heinrich-Vogl-Str. 4  
**Referent\*in:** Yvonne Wolff, EKP®-Leiterin  
**Gebühr:** 18,00 Euro; 5,00 Euro jedes weitere Kind  
**Anmeldung:** KBW bis 28.03.2025

### Wochen der Büchereien 2025

## Mutmachpüppchen



**Für Kinder zwischen 4 und 8 Jahren ohne Eltern oder Großeltern**  
Wir wollen gemeinsam ein eigenes Mutmachpüppchen basteln, Geschichten lauschen, zusammen Mutmachlieder singen und musizieren.

**Termin:** Di 08.04.2025, 16.00 - 17.15 Uhr  
**Ort:** Grafing, Stadtbücherei, Grenzstr. 3  
**Referent\*in:** Martina Singer, Erzieherin  
**Kooperation:** Büchereien im Landkreis Ebersberg / KBW  
**Anmeldung:** Stadtbücherei Grafing bis 06.04.2025,  
Tel. 08092 6733 oder  
E-Mail: buecherei@grafing.de

### Dauerbrenner im Familienleben – Frag unsere Expert\*innen

## Kleine Unfälle im Haushalt – vermeiden und behandeln

### Online-Angebot

Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 20.

**Termin:** Di 29.04.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online

### ELTERN TALK

## Mein Kind kommt in die Schule – Wir basteln eine Schultüte

Der Schulanfang ist ein aufregender Schritt im Leben Ihres Kindes und ein bedeutendes Ereignis für die ganze Familie. Um diesen besonderen Moment gebührend zu feiern und vorzubereiten, laden wir Sie herzlich zum ELTERN TALK-Spezial ein.



In einer entspannten und kreativen Atmosphäre haben Sie die Gelegenheit, unter Anleitung eine individuelle Schultüte für Ihr Kind zu basteln. Währenddessen können Sie sich mit anderen Eltern austauschen, wertvolle Tipps und Erfahrungen teilen und sich gegenseitig unterstützen. Freuen Sie sich auf einen Nachmittag voller Kreativität, nützlicher Informationen und gemeinsamer Vorfreude auf den Schulbeginn. Materialkosten: ca. 10,00 Euro, die vor Ort berechnet werden.

**Termin:** Fr 09.05.2025, 16.00 - 18.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Haus der Familie,  
Heinrich-Vogl-Str. 4  
**Referent\*in:** Sandra Bieber, ELTERN TALK-Moderatorin  
**Anmeldung:** KBW bis 02.05.2025

### Dauerbrenner im Familienleben – Frag unsere Expert\*innen

## Entspannt am Familientisch

### Online-Angebot

Gesunde Ernährung und ein gutes Essverhalten sind wichtige Elemente für lebenslange Gesundheit und Wohlbefinden. Die Basis eines genussvollen, gesunden Essverhaltens wird bereits in den ersten Lebensjahren gelegt. In dieser Veranstaltung erhalten Sie Informationen zum natürlichen Essverhalten Ihres Kindes und zu wichtigen frühkindlichen Erfahrungen beim Essen, die ein Leben lang prägen. Praktische Tipps zum Umgang mit herausfordernden Situationen am Familientisch runden diese Veranstaltung ab. In diesen Online-Treffen gibt es einen Vortrag zum Thema, danach bleibt genug Zeit für Ihre Fragen und Beiträge.



### Zoom Meeting beitreten:

<https://tinyurl.com/8vhfus3m>

**Meeting-ID:** 894 9387 9736

**Kenncode:** 419685



**Termin:** Di 13.05.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Lavinia Pfeiffer, Ernährungsberaterin,  
Dipl. Biologin

RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN

## Workshop: Gewaltprävention im Alltag – Wie Sie Kinder effektiv schützen können

NEU



Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 58.

**Termin:** Mi 14.05.2025,  
19.30 - 22.00 Uhr

**Ort:** Ebersberg, Haus der Familie, Heinrich-Vogl-Str. 4

**Termin:** Do 15.05.2025, 20.30 - 22.00 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Daniela Sommer, ELTERN TALK-Moderatorin  
**Anmeldung:** KBW bis 15.05.2025, 12.00 Uhr

### ELTERN TALK

#### Mediennutzungsvertrag für Kinder



Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 52.

**Termin:** Fr 27.06.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online

### ELTERN TALK

#### Süßigkeiten, nein danke?! – Wieviel Zucker verträgt mein Kind?



Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 25.

**Termin:** Di 08.07.2025, 19.00 - 21.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, KBW-Geschäftsstelle,  
Pfarrer-Bauer-Str. 5

#### Abenteuer großer Bruder / große Schwester werden

Ein Mitmachkurs für kleine  
Held\*innen und ihre  
werdenden Eltern



Alle weiteren Infos zur  
Veranstaltung siehe Seite 27.

**Termin:** Sa 12.07.2025, 9.00 - 11.30 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Haus der Familie,  
Heinrich-Vogl-Str. 4

Vertrauen  
Von Anfang an

Caritas  
Nah. Am Nächsten



### Caritas - Beratungsstelle für Eltern, Kinder, Jugendliche und Familien

Wir sind da - sowohl für die Kinder, die Jugendlichen als auch die Eltern - um sie bei Erziehungs- oder Beziehungsfragen zu unterstützen, Hilfestellung zu geben oder einfach nur zuzuhören!

#### Für Sie vor Ort im Landkreis Ebersberg!

**Beratungsstelle für Eltern, Kinder, Jugendliche und Familien**  
-Erziehungsberatung-  
Bahnhofstraße 1 85567 Grafing  
Telefon: 0 80 92 / 23 24 13 0  
[www.caritas-ebersberg.de](http://www.caritas-ebersberg.de)



### ELTERN TALK

#### „Herausforderung Kindererziehung!“

Ein ELTERN TALK über die großen und kleinen Herausforderungen im Alltag mit Kindern. Wie machen Sie es mit dem Zähneputzen, dem Anziehen, dem Aufräumen oder dem rechtzeitigen Loskommen? Darüber wollen wir uns in diesem ELTERN TALK austauschen.

RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN



## HAUS DER FAMILIE

*Wir heißen Sie herzlich willkommen  
im Haus der Familie*

Das Haus der Familie des Kreisbildungswerks Ebersberg gibt es seit März 2020. In der Heinrich-Vogl-Str. 4, im Herzen von Ebersberg, liegt es zentral und ist ein wichtiger Begegnungspunkt für Familien mit Kindern. Hier gibt es die unterschiedlichsten Angebote. Vom Kurs über das Seminar bis zum Vortrag ist für jeden etwas geboten. Eltern finden dort von der Schwangerschaft bis in die Pubertät ihrer Kinder wichtige Informationen von qualifizierten Referent\*innen und Austausch mit anderen Eltern. Vor allem ist uns jedoch wichtig, dass hier Begegnung stattfindet. In unseren offenen Treffs gibt es die Möglichkeit, sich ungezwungen zu treffen, zu raten und gemütlich einen Kaffee zu trinken. Gerne organisieren wir auch Ihre individuelle Veranstaltung. Sie haben eine Idee? Kommen Sie auf uns zu. Wir freuen uns, wenn Sie unser Haus mit Leben füllen!



**Martina Ahamer-Matejka**

Familienbildung • familienbildung@kbw-ebersberg.de • 08092 - 8507912



## WIR FEIERN UNSER 5-JÄHRIGES JUBILÄUM!



Das Haus der Familie in Ebersberg ist ein Ort der Begegnung und Bildung für alle. Unser Angebot reicht von Kursen für Eltern und Babys über Kreativangebote bis zu Vorträgen zu aktuellen Themen aus den Bereichen Familienbildung, Gesellschaft, Politik und Spiritualität. Darüber hinaus lassen unsere Räumlichkeiten viel Platz für gemütliches Austauschen. Sie sind herzlich eingeladen im März dieses besondere Jubiläum mit uns zu feiern.



Bewegungskurse



Stillgruppen



Kreativ  
Angebote



Babykurse

## KONTAKT

### Haus der Familie

Kath. Kreisbildungswerk Ebersberg e.V.  
Heinrich-Vogl-Str. 4  
85560 Ebersberg  
familienbildung@kbw-ebersberg.de  
Tel.: 08092 85079 0



*Save the Date*  
Sa, 22. März 2025  
5 Jahre Haus der Familie  
in Ebersberg



HIER GEHT ES ZUM HAUS DER FAMILIE





## FAMILIEN MIT KINDERN VON 6 BIS 12 JAHRE

*Vielfalt mit Kindern erleben*

Wochen der Büchereien 2025

### Bilderbuchlesung „Der Mondscheindrache“ von Cornelia Funke



**Lesung mit Bilderbuchkino für Kinder ab 5 Jahren ohne  
Begleitung durch Eltern oder Großeltern**

Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 33.

**Termin:** Fr 14.03.2025, 15.30 - 16.30 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Stadtbücherei, Bürgermeister-Müller-Str. 7

### Legasthenie verstehen und begreifen – von der Diagnose zur Stärke



Legasthenie ist keine Schwäche, sondern eine Herausforderung, die gemeistert werden kann. In unserem Vortrag erfahren Eltern, wie sie ihr Kind bestmöglich unterstützen können – von der ersten Diagnose bis hin zur Entwicklung persönlicher Stärken. Gemeinsam beleuchten wir Ursachen, Strategien und wertvolle Tipps für den Alltag. Lernen Sie, wie Sie das Selbstbewusstsein Ihres Kindes stärken und es auf seinem individuellen Weg fördern können. Gerne können Sie Fragen stellen und im Anschluss mit uns ins Gespräch kommen.

**Termin:** Di 11.03.2025 19.00 - 20.30  
**Ort:** Grafing, Lernzentrum Ebersberger Land,  
Glonner Straße 6, 1. Stock  
**Referent\*in:** Nora Schlund, Legasthenietherapeutin  
**Anmeldung:** KBW bis 07.03.2025



## Internationale Teestube

Jeden Sonntag treffen sich abwechselnd Frauen und Männer, jeweils mit Kindern, aus Afghanistan, Somalia, Eritrea, Syrien, Indien und vielen anderen Ländern zur Internationalen Teestube im Haus der Familie. Im Vordergrund stehen das Erlernen und Vertiefen der deutschen Sprache im spielerischen und ungezwungenen Miteinander. Bei Tee und Gebäck werden Domino, Memory oder andere Lernspiele gespielt. Die Kinder können miteinander Spaß haben und die vielfältigen Spielsachen genießen. Ein schöner und bunter Sonntagnachmittag für Helfer\*innen und Besucher\*innen. Sie möchten unseren Treffpunkt ehrenamtlich unterstützen? Wir freuen uns auf Sie!



**Janika Gaßner**

Ehrenamt • asyl-koordination@kbw-egersberg.de • 08092 - 8507913

Wochen der Büchereien 2025

### Liva Bärenochter, wildes Kind des Waldes



**Lesung mit dem Buchautor Gregor Wolf für Kinder im Alter  
von 8 bis 12 Jahren**

Ein mutiges Kind rettet zusammen mit Freunden den Wald. Der Autor Gregor Wolf liest aus seinem neuesten Buch „Liva Bärenochter, wildes Kind des Waldes“ vor. Er beantwortet Fragen und schildert Hintergründe zur Schriftstellerei.

**Termin:** Sa 15.03.2025, 15.00 - 16.30 Uhr  
**Ort:** Vaterstetten, Pfarrbücherei,  
Möschfelder Str. 26

**Referent\*in:** Gregor Wolf, Autor  
**Kooperation:** Büchereien im Landkreis Ebersberg / KBW  
**Anmeldung:** In der Pfarrbücherei Vaterstetten bis  
07.03.2025 oder per Email:  
pfarrbuecherei.vaterstetten@gmx.de

RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN

## „Mutmachgeschichten“



### Kinderveranstaltung für Kinder zwischen 6 und 9 Jahren

Heitere und spannende Geschichten, die Mut machen, präsentiert Euch die Geschichtenerzählerin Claudia Bergwinkl in ihrer eigenen lebendigen Art. Lasst Euch überraschen!

- Termin:** Sa 22.03.2025, 14.00 - 14.45 Uhr
- Ort:** Markt Schwaben, Gemeindebücherei, Schlossplatz 1
- Referent\*in:** Claudia Bergwinkl, Geschichtenerzählerin
- Kooperation:** Büchereien im Landkreis Ebersberg / KBW
- Anmeldung:** Gemeindebücherei Markt Schwaben bis 21.03.2025  
Tel. 08121 418190,  
E-Mail: buecherei@markt-schwaben.de



## ELTERN TALK

*ELTERN TALK bietet Gesprächsrunden über Erziehungsfragen in der Familie an. Im Mittelpunkt stehen Themen wie Medien, Konsum und Erziehung. Elterntalk ist für alle Eltern mit Kindern bis zu 18 Jahre geeignet. Als Gastgeber\*in können Sie eine ELTERN TALK-Moderator\*in und vier bis sechs Gäste zu sich nach Hause einladen. Die ELTERN TALK-Moderator\*innen, die selbst Eltern sind, kommen mit dem vorbereiteten Thema zu Ihnen und leiten das Gespräch an. In den Gesprächsrunden können sich Eltern unter Anleitung zu den gewünschten Themen austauschen und sich gegenseitig Unterstützung bieten. Eine Gesprächsrunde dauert in der Regel zwei Stunden. Für die Gastgeber\*innen und die Teilnehmer\*innen entstehen keine Kosten. Sie haben Interesse daran, einen Talk bei sich zu Hause oder in einer Kindertageseinrichtung anzubieten?*

**Sie möchten Moderator\*in werden und selbst ELTERN TALKS anleiten? Melden Sie sich bei uns.**



**Carola Darchinger**

ELTERN TALK • elterntalk@kbw-ebersberg.de • 08092 – 8507917

## Gelassen durch den Familienalltag – Stressprävention für Eltern



### Online-Angebot

Wie gelingt es, zwischen Familienalltag, Beruf und eigenen Bedürfnissen eine gesunde Balance zu finden? Dieser Vortrag bietet praktische Strategien zur Stressbewältigung und zeigt, wie Sie im Alltag achtsam mit sich selbst umgehen können – ganz ohne Schuldgefühle. Erfahren Sie, wie Selbstfürsorge und Gelassenheit auch bei vielen Verpflichtungen Platz finden und Sie mehr Raum für innere Ruhe und Zufriedenheit in der Familie schaffen können. Unsere Referentin, die Sozialpädagogin Carolyn Litzbarski, ist eine erfahrene Trainerin, Dozentin und Coachin mit umfangreicher Erfahrung in der Arbeit mit Paaren und Familien. In diesen Online-Treffen gibt es einen Vortrag zum Thema, danach bleibt genug Zeit für Ihre Fragen und Beiträge.

### Zoom Meeting beitreten:

<https://tinyurl.com/8vfhfus3m>

**Meeting-ID:** 894 9387 9736

**Kenncode:** 419685



- Termin:** Di 25.03.2025, 20.00 - 21.30 Uhr
- Ort:** online
- Referent\*in:** Carolyn Litzbarski, Sozialpädagogin

## Menschen und Knöpfe – Die Lebensgeschichte von Margarete Steiff und dem „Knopf im Ohr“



### Veranstaltung für Kinder von 6 bis 9 Jahren

Heute dreht sich alles rund um Knöpfe: Die spannende Lebensgeschichte von Margarete Steiff und dem „Knopf im Ohr“ der Steiff-Tiere wird vorgestellt. Aus dem Buch „Emma im Knopfland“ von Ulrike Rylance wird die Geschichte vom traurigen Trachtenknopf und der mutigen Emma erzählt.

Außerdem basteln wir mit Knöpfen Lesezeichen, Armbänder und Knopf-Magnete.

**Termin:** Mi 26.03.2025, 15.00 - 16.00 Uhr  
**Ort:** Egming, Kinder- und Jugendbücherei, Ehamostr. 27  
**Referent\*in:** Karin Ehrenberg, Büchereileiterin  
**Kooperation:** Büchereien im Landkreis Ebersberg / KBW  
**Anmeldung:** Kinder- und Jugendbücherei Egming  
E-Mail: lesen@buecherei-egming.de

Wochen der Büchereien 2025

### Held\*innen von gestern und heute



#### Lesung für Kinder ab 6 Jahren

Wir stellen berühmte Menschen vor, die die Welt verändert haben. Alles begann, als sie noch klein waren, mit großen Träumen.

**Termin:** Fr 28.03.2025, 15.30 - 16.15 Uhr  
**Ort:** Poing, Gemeindebücherei, Marktstr. 4b  
**Kooperation:** Büchereien im Landkreis Ebersberg / KBW  
**Anmeldung:** Gemeindebücherei Poing  
Tel. 08121 9794940 oder E-Mail: buecherei@poing.de

Wochen der Büchereien 2025

### Spannende Detektivgeschichten mit „Lord Hopper“



 **Autorenlesung für Kinder im Alter von 5 bis 8 Jahren**  
Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 35.

**Termin:** Mi 02.04.2025, 15.00 - 16.30 Uhr  
**Ort:** Anzing, Pfarr- und Gemeindebücherei, Erdinger Str. 1

### Angstfrei und stark durch Prüfungsstress und Alltag – mit ätherischen Ölen

Prüfungsstress, Nervosität und Alltagsorgen müssen kein ständiger Begleiter sein. Entdecken Sie die kraftvolle Unterstützung ätherischer Öle,



um Gelassenheit, Fokus und innere Stärke zu fördern. In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie mit natürlichen Düften stressige Situationen meistern und Körper sowie Geist ins Gleichgewicht bringen können. Besonders spannend: Ätherische Öle können das Lernen effektiv unterstützen! Düfte fördern die Verknüpfung neuer Inhalte im Gehirn und helfen dabei, Gelerntes besser abzurufen. Lernen Sie einfache Techniken und Ölmischungen kennen, die Konzentration, Entspannung und Lernprozesse gleichermaßen fördern – ideal für Prüfungen, Arbeit oder den Familienalltag.

**Termin:** Mi 02.04.2025 19.00 - 20.30  
**Ort:** Grafing, Lernzentrum Ebersberger Land, Glonner Straße 6, 1. Stock  
**Referent\*in:** Nora Schlund, Legasthenietherapeutin  
**Anmeldung:** KBW bis 01.04.2025

Wochen der Büchereien 2025

### Heute wird es haarig: Tausche Vorlesen gegen eine neue Frisur



Die Kirchseeoner Friseurmeisterin Sabrina Berthold besucht uns, bringt Kamm und Schere mit und verzaubert die Bücherei in einen Friseursalon. Du brauchst einen neuen Haarschnitt, bist vielleicht mutig und magst etwas Neues ausprobieren? Wenn du dabei vorliest, erhältst du einen kräftigen Rabatt.

**Termin:** Fr 04.04.2025, 15.00 - 17.00 Uhr  
**Ort:** Kirchseeon, Gemeindebücherei, Rathausstr. 1  
**Referent\*in:** Sabrina Berthold, Friseurin  
**Kooperation:** Büchereien im Landkreis Ebersberg / KBW  
**Anmeldung:** Gemeindebücherei Kirchseeon bis 22.03.2025  
E-Mail: buecherei@kirchseeon.de

Wochen der Büchereien 2025

### Mutmachpüppchen



 **Für Kinder zwischen 4 und 8 Jahren ohne Eltern oder Großeltern**  
Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 36.

**Termin:** Di 08.04.2025, 16.00 - 17.15 Uhr  
**Ort:** Grafing, Stadtbücherei, Grenzstr. 5

RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNG  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN

## Ordnung für Teenager? Mission (un)möglich!

### Tipps, wie sie trotzdem nicht den Verstand verlieren

Wäscheberge, verstreute Schulbücher und das ominöse Verschwinden von Socken – als Eltern von Teenagern kennen Sie das Chaos nur zu gut. Aber keine Sorge, Ordnung im Jugendzimmer muss kein unerreichbarer Traum bleiben!

Im Vortrag erhalten Sie praktische Tipps und Tricks, wie Sie ohne Drama mehr Struktur ins Leben Ihrer Teenager bringen können. Unsere Referentin Tanja Reißweber verrät Ihnen, wie man mit einem Augenzwinkern und cleveren Strategien das Chaos zähmt und dabei sogar noch die Nerven behält. Denn Ordnung und Pubertät müssen sich nicht ausschließen.

**Termin:** Mi 09.04.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Tanja Reißweber, Ordnungscoach  
**Gebühr:** 9,00 Euro  
**Anmeldung:** KBW bis 02.04.2025

### Wochen der Büchereien 2025

## „Die Fantastischen Geschichten der Ziffern und der Magische Code“

### Lesung mit Daniela Hofberger – Für Kinder von 6 bis 10 Jahren

In diesem phantasievollen Märchen eröffnet sich den Kindern eine neue Welt im Umgang mit Zahlen. Hauptdarsteller sind die 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 und die 9, die in ihrem Raumschiff, der unendlichen Null, vom Universum zur Erde reisen. Sie möchten die Kinder treffen, um ihnen ihre andere, sehr persönliche Seite zu zeigen. Auf ihrem Weg begegnen sie vielen märchenhaften Wesen, erleben aufregende Abenteuer und erfahren Wissenswertes über Tiere und Natur. Als die Zahlenfreunde schließlich auf die Kinder treffen, stellen diese erstaunt fest, wie ähnlich sie sich sind. Mit dem „Magischen Code“ lernen die Kinder das Geheimnis um ihre Namen kennen und am Ende wird wieder einmal klar, wie wichtig wahre Freundschaft ist. Ob nun Kind oder Erwachsene, jeder wird sich in der numerologischen Zahlencharakteristik schmüchelnd wiederfinden. Und: Die Quersummen der Namen je Kind und je Zahl – sind identisch.

NEU



**Termin:** Fr 11.04.2025, 15.30 - 16.30 Uhr  
**Ort:** Poing, Gemeindebücherei, Marktstr. 4b  
**Referent\*in:** Daniela Hofberger, Autorin  
**Kooperation:** Büchereien im Landkreis Ebersberg / KBW

## Digitale Weiterentwicklung für alle Sicher im Netz für Familien

Der Vortrag gibt Familien praktische Tipps zur Medienerziehung zu Hause und bietet einen Einblick in die Sicherheitseinstellungen zur Risiko-Vermeidung bei der Mediennutzung der Kinder. Auch größerer Herausforderungen, wie Cybergrooming werden thematisiert und Handlungsempfehlungen weitergegeben. Im Anschluss daran ist ein offener Austausch möglich.

Die Veranstaltung findet im Rahmen des Projekts „Digitale Weiterentwicklung für alle“ in Kooperation mit der Bildungsregion im Landkreis Ebersberg statt. Sie wird vom Regionalmanagement Bayern und dem Bayerischen Staatsministerium für Wirtschaft, Landesentwicklung und Energie gefördert und kann daher kostenfrei angeboten werden.

**Termin:** Fr 11.4.2025, 17.00 – 19.00 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Muki Emmer, Medienpädagogin  
**Kooperation:** Bildungsregion im Landkreis Ebersberg  
**Anmeldung:** KBW bis 07.04.2025

## Dauerbrenner im Familienleben - Frag unsere Expert\*innen Kleine Unfälle im Haushalt - vermeiden und behandeln



### Online-Angebot

Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 20.

**Termin:** Di 29.04.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online

RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN

## Hexenwanderung zu Walpurgis

 **Führung für Eltern mit Kindern von 7 - 10 Jahren**  
Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 80.

**Termin:** Mi 30.04.2025, 19.00 - 21.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Parkplatz am Klostersee

## Medienpädagogik

### „Mein erstes Smartphone – Sicher begleiten“

#### Online-Angebot

Der Kurs für Eltern, die ihr Kind sicher in die digitale Welt einführen möchten. Das erste Smartphone ist ein großer Schritt – für Kinder und Eltern. Cybermobbing, Datenschutz, Umgang mit Fremden und soziale Medien: Dieser Kurs hilft Ihnen, diese Herausforderungen zu meistern und Ihr Kind sicher und bewusst zu begleiten.

#### Kursinhalte:

- Smartphone-Einstieg: Altersgerechte Geräte und Einstellungen.
- Sicherheit: Schutz vor Cybermobbing, Datenschutz und sichere Kommunikation.
- Medienkompetenz: Apps, soziale Medien und Regeln für den Alltag.

Medienpädagogin Lena Bremm gibt Ihnen praktische Übungen, Tipps und Materialien, die Sie dabei unterstützen, Ihrem Kind den verantwortungsvollen Umgang mit dem Smartphone zu vermitteln.

**Termin:** Mi 30.04.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Lena Bremm, Sozialpädagogin, Medienpädagogin  
**Gebühr:** 20,00 Euro  
**Anmeldung:** KBW bis 23.04.2025



HIER GEHT ES ZU WEITEREN ANGEBOTEN



## Workshop: Gewaltprävention im Alltag – Wie Sie Kinder effektiv schützen können

 Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 58.

**Termin:** Mi 14.05.2025, 19.30 - 22.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Haus der Familie, Heinrich-Vogl-Str. 4



## ELTERNTALK

### „Herausforderung Kindererziehung!“

 **Für Eltern mit Kindern von 3 - 10 Jahren**  
Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 38.

**Termin:** Do 15.05.2025, 20.30 - 22.00 Uhr  
**Ort:** online



## Patenprojekt

*Die Suche nach dem richtigen Weg in den Beruf kann für Jugendliche mit kompetenten, engagierten Begleiter\*innen erleichtert werden. Unser Angebot: Ehrenamtliche Pat\*innen unterstützen im Schulalltag, helfen, die eigenen Stärken herauszufinden und sind Ansprechpartner\*innen in der kritischen Übergangsphase „Schule – Beruf“. Pat\*innen begleiten Jugendliche bei Bedarf bis ins erste Ausbildungsjahr hinein. Wenn Jugendliche Interesse an dieser Form der Unterstützung haben, können sie sich ab der 8. Klasse der Mittelschulen an ihre Klassenleitung wenden. Das Patenprojekt wird finanziert durch das Kreisjugendamt Ebersberg.*

**Interessieren Sie sich für unser Patenprojekt?**



**Franziska Brock**

Patenprojekt • patenprojekt@kbw-ebersberg.de • 08092 - 8507916

RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN

## ELTERNTALK

### Mediennutzungsvertrag für Kinder

Die digitale Welt ist für Kinder und Jugendliche faszinierend, aber auch herausfordernd. Wie können Eltern dabei helfen, einen bewussten und verantwortungsvollen Umgang mit Medien zu fördern? Ein Mediennutzungsvertrag ist ein wertvolles Werkzeug, um gemeinsam mit Ihrem Kind klare Regeln und Vereinbarungen zu treffen.

Wir laden Sie dazu ein, sich mit anderen Eltern auszutauschen und gemeinsam über mögliche Lösungen nachzudenken. Dabei geht es nicht um fertige Lösungen, sondern um die Entwicklung von Strategien, die zu Ihrer Familie passen.

**Termin:** Fr 27.06.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Sandra Bieber, ELTERNTALK-Moderatorin  
**Anmeldung:** KBW bis 27.06.2025, 12.00 Uhr

### Stadtrallye durch Ebersberg – Stadtführung mal anders!



#### Entdecke die Geschichte unserer Stadt!

Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 81.

**Termin:** Sa 28.06.2025, 15.00 - 17.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Rathaus, Marienplatz 1

### Natur durch die Linse

#### Entdecke die Natur mit Deinem Handy

Geeignet für Kinder ab 8 Jahren und ihre Eltern

Fokus und Achtsamkeit sind heutzutage in aller Munde – doch Kinder tragen diese Fähigkeiten oft bereits intuitiv in sich. Gemeinsam entdecken wir die Wunder der Natur durch die Linse eines Handys und lernen dabei, die Weite der Umgebung mit einem Blick für das Wesentliche zu verbinden.



Der Kurs wird von einem gemütlichen Picknick begleitet, bei dem wir Spannendes und Wissenswertes über die wilde Pflanzenwelt erfahren.

**Hinweis:** Bitte bringen Sie eine Picknickdecke und eine eigene Brotzeit mit. Der Kurs findet bei (fast) jedem Wetter statt – denn die Natur hat bei Sonnenschein wie bei Regen viel zu bieten!

**Termin:** Sa 19.07.2025, 11.00 - 14.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Museum Wald und Umwelt, Ludwigshöhe 2  
**Referent\*in:** Bettina Sölch, Kräuterpädagogin  
**Gebühr:** 38,00 Euro pro Eltern-Kind-Paar; 8,00 jedes weitere Kind  
**Anmeldung:** KBW bis 10.07.2025



### Medienheld\*innen und Co. Kinder in der digitalen Welt begleiten

*Fachtag für päd. Fachpersonal und interessierte Eltern  
Melden Sie sich für den päd. Fachtag für Mitarbeiter\*innen in Kitas und interessierte Eltern an.*

**Termin:** Mi 26.02.2025, 15.00 - 18.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg



RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN



# ALLGEMEINE ERZIEHUNGSTHEMEN

Rund um die Familie

Dauerbrenner im Familienleben – Frag unsere Expert\*innen

## Eltern werden, Paar bleiben

### Online-Angebot

Wie gelingt der Umgang mit dem Lebensereignis „Kind“ und wie bleibt die Paarbeziehung stark und erfüllt? Das Familienleben stellt Eltern vor Herausforderungen: Wie komme ich als Vater oder Mutter mit meiner neuen Rolle zurecht? Wie viel Zeit bleibt für mich? Wie viel Zeit für uns als Paar? Wie harmonisieren unsere Vorstellungen vom Familienleben als Paar? Unsere Expertin Carolyn Litzbarski (systemische Paarberaterin) wird Ihnen wertvollen Input geben und für Ihre Fragen zur Verfügung stehen. In diesen Online-Treffen gibt es einen Vortrag zum Thema, danach bleibt genug Zeit für Ihre Fragen und Beiträge.



### Zoom Meeting beitreten:

<https://tinyurl.com/8vhfus3m>

Meeting-ID: 894 9387 9736

Kenncode: 419685



**Termin:** Di 11.03.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Carolyn Litzbarski, Sozialpädagogin

## Sanfte Hilfe für kleine Wunder: Hausmittel, Wickel und Kräuter für Kinder

### Online-Angebot

Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 16.

**Termin:** Mo 24.03.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online

Dauerbrenner im Familienleben – Frag unsere Expert\*innen

## Gelassen durch den Familienalltag – Stressprävention für Eltern

### Online-Angebot

Alle weiteren Infos zur VA siehe Seite 45.

**Termin:** Di 25.03.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online

### ELTERN TALK

## Heute Kita, morgen Oma

Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 16.

**Termin:** Do 27.03.2025, 19.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, KBW-Geschäftsstelle, Pfarrer-Bauer-Str. 5

**VIELE WEITERE ELTERN TALKS FINDEN SIE AUCH ONLINE ODER VEREINBAREN SIE IHREN EIGENEN**



## Märchen – Geschichten, die vom Leben erzählen

### Workshop

An diesem Tag beschäftigen wir uns mit drei Märchen und deren Symbolik. Die tiefen Bilder, die beim Hören entstehen, schenken Kindern Kraft und Orientierung für ihr Leben. Die ganzheitlich sinnorientierte Pädagogik nach Franz Kett sensibilisiert Menschen, ihre Beziehungen zu sich selbst, anderen, zur Schöpfung und zu Gott bewusst wahrzunehmen und zu gestalten. Sie basiert auf einem biblisch-christlichen Menschen- und Gottesbild und richtet sich an alle Altersgruppen.

Das Regionaltreffen des Instituts für Franz-Kett-Pädagogik e.V. bietet pädagogischen Fachkräften, Seelsorgenden, Spielgruppenleitungen, Eltern, die religiöse Werte vermitteln möchten,



NEU

- RUND UM DIE GEBURT
- 0 BIS 3 JAHRE
- 3 BIS 6 JAHRE
- 6 BIS 12 JAHRE
- ALLGEMEINE ERZIEHUNGSTHEMEN
- PARTNERSCHAFT
- SENIOR\*INNEN
- TRAUER ANGEBOTE
- STADT FÜHRUNGEN

sowie weiteren Interessierten die Möglichkeit, die Methode kennenzulernen, zu vertiefen und persönliche Impulse mitzunehmen. Für das leibliche Wohl mit Kaffee, Tee und Brezen ist gesorgt.

**Termin:** Sa 29.03.2025, 10.00 - 14.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Kath. Pfarrheim, Baldestr. 18  
**Referent\*in:** **Walter Liehmann**, Religions-, Wildnis- und Franz-Kett-Pädagoge und **Monika Kain-Stürzl**, Erzieherin  
**Gebühr:** 25,00 Euro, Kinder kostenfrei  
**Anmeldung:** KBW bis 24.03.2025  
**Kooperation:** Institut für Franz-Kett-Pädagogik e.V. / KBW

## Empty Nest – Herausforderung oder zweite Flitterwochen?

### Online-Angebot

In diesem Seminar wird beleuchtet, wie der Lebensabschnitt „leeres Nest“ den Paaralltag beeinflusst. Wenn Kinder aus dem Elternhaus ausziehen, verändert sich nicht nur die Alltagsstruktur vieler Paare, sondern auch die Frage, wie sie ihre Beziehung wieder intensivieren können. Es geht darum, welche Strategien helfen, die vorhandenen Ressourcen in der Partnerschaft zu nutzen und neue Lebensziele zu definieren.



Der Vortrag richtet sich an Eltern, die sich mit dem leeren Nest auseinandersetzen und mögliche Belastungen abwenden möchten. Die Referentin Carolyn Litzbarski, eine erfahrene systemische Coachin und Trainerin, geht der Frage nach, wie sich der Übergang ins leere Nest auf die Paarbeziehung auswirkt und welche Schritte unternommen werden können, um dieser Veränderung bewusst zu begegnen.

### Im Fokus des Vortrags stehen:

- Was bedeutet der „leere Raum“ für Paare, die durch den Auszug der Kinder in eine neue Lebensphase eintreten?
- Welche Unterschiede gibt es zwischen den Geschlechtern?
- Welche Auswirkungen hat das leere Nest auf das berufliche und private Leben?
- Strategien und Lösungsansätze für mehr „Flitterwochen“ und weniger „leeres Nest“

Der Vortrag bietet den Teilnehmer\*innen nicht nur Raum zur Reflexion und Diskussion, sondern liefert auch praktisches Werkzeug und Übungen.

So wird es möglich, den Übergang in das „leere Nest“ als Chance für die Weiterentwicklung als Paar zu nutzen.

**Termin:** Do 10.04.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Carolyn Litzbarski, Sozialpädagogin  
**Gebühr:** 25,00 Euro  
**Anmeldung:** KBW bis 03.04.2025

## Digitale Weiterentwicklung für alle Sicher im Netz für Familien

Der Vortrag gibt Familien praktische Tipps zur Medienerziehung zu Hause und bietet einen Einblick in die Sicherheitseinstellungen zur Risikovermeidung bei der Mediennutzung der Kinder. Auch größerer Herausforderungen, wie Cybergrooming werden thematisiert und Handlungsempfehlungen weitergegeben. Im Anschluss daran ist ein offener Austausch möglich. Die Veranstaltung findet im Rahmen des Projekts „Digitale Weiterentwicklung für alle“ in Kooperation mit der Bildungsregion im Landkreis Ebersberg statt. Sie wird vom Regionalmanagement Bayern und dem Bayerischen Staatsministerium für Wirtschaft, Landesentwicklung und Energie gefördert und kann daher kostenfrei angeboten werden.



**Termin:** Fr 11.4.2025, 17.00 – 19.00 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Muki Emmer, Medienpädagogin  
**Kooperation:** Bildungsregion im Landkreis Ebersberg  
**Anmeldung:** KBW bis 07.04.2025

## Dauerbrenner im Familienleben – Frag unsere Expert\*innen Kleine Unfälle im Haushalt – vermeiden und behandeln



### Online-Angebot

Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 20.

**Termin:** Di 29.04.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online

## „Mein erstes Smartphone – Sicher begleiten“

NEU



### Online-Angebot

Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 50.

**Termin:** Mi 30.04.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online

## Workshop: Gewaltprävention im Alltag – Wie Sie Kinder effektiv schützen können

NEU



In der heutigen Zeit lesen wir immer wieder von Gewalt gegen Kinder, Jugendliche und auch Erwachsene. Dieser Workshop möchte Ihnen wichtiges Wissen zum Thema Gewaltprävention vermitteln und aufzeigen, wie Sie sich und Ihre Kinder in solchen Situationen besser schützen können. Im Fokus des Workshops stehen Selbstbehauptung und Selbstverteidigung. Sie erhalten praxisnahe Tipps und lernen durch kleine praktische Übungen, wie Sie im Alltag gestärkt und sicherer auftreten können. Besonders wichtig ist es, aufzuzeigen, wie Sie Ihre Kinder in diesem sensiblen und schwierigen Kontext unterstützen können. Sie erfahren, wie Sie Kindern Selbstbewusstsein und Schutzstrategien vermitteln, um sie vor Gewalt zu bewahren. Nutzen Sie die Gelegenheit, sich in einer sicheren und unterstützenden Atmosphäre mit diesem wichtigen Thema auseinanderzusetzen.

### Inhalte des Workshops:

- Grundlagen der Gewaltprävention
- Selbstbehauptung und Selbstverteidigungstechniken
- Unterstützung und Schutz von Kindern im Umgang mit Gewalt
- Praktische Beispiele zur Anwendung im Alltag

Zielgruppe sind Eltern, pädagogisches Fachpersonal und Interessierte, die mehr über Prävention und den sicheren Umgang mit Gewalt lernen möchten.

**Termin:** Mi 14.05.2025, 19.30 - 22.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Haus der Familie, Heinrich-Vogl-Str. 4  
**Referent\*in:** Oliver Wichman, Selbstverteidigungs-Lehrer Stufe 3 DKV  
**Gebühr:** 25,00 Euro  
**Anmeldung:** KBW bis 07.05.2025

### ELTERNTALK

## „Herausforderung Kindererziehung!“



### Online-ELTERNTALK für Eltern mit Kindern von 3 - 10 Jahren

Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 38.

**Termin:** Do 15.05.2025, 20.30 - 22.00 Uhr  
**Ort:** online

## Ruhe im Kopf – Mental Load und Fairteilung in der Familie

NEU



### Online-Angebot

In unserer Gesellschaft sind vor allem Frauen oft mit einer unsichtbaren Last namens „Mental Load“ konfrontiert, die weit über ihre sichtbaren Verpflichtungen hinausgeht. Diese Last umfasst die Organisation des Familienlebens, die Planung von Aktivitäten und die Erfüllung der emotionalen Bedürfnisse anderer Familienmitglieder. Sie raubt Kapazitäten für berufliche Tätigkeiten oder neue Projekte. Dieses Seminar beleuchtet die Bedeutung von Mental Load und bietet Strategien zur Bewältigung dieser Herausforderungen. Der Vortrag bietet einen tiefen Einblick in das Konzept des Mental Load und seine spezifischen Auswirkungen auf Frauen.

**Termin:** Do 22.05.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Carolyn Litzbarski, Sozialpädagogin  
**Gebühr:** 25,00 Euro  
**Anmeldung:** KBW bis 15.05.2025

### ELTERNTALK

## Mediennutzungsvertrag für Kinder



Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 52.

**Termin:** Fr 27.06.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online

RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ALLGEMEINE  
ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN

### 0 bis 3 Jahre – Von Anfang an

Der Kurs für Väter und Mütter von Kindern im 1. bis 3. Lebensjahr stärkt die Eltern-Kind-Beziehung. Die Eltern werden darin unterstützt, die Entwicklung ihres Kindes zu fördern, indem sie feinfühlig agieren, das Kind in den Alltag einbeziehen und alltägliche Erfahrungsräume nutzen. Gleichzeitig fördert der Kurs die kommunikativen Fertigkeiten der Eltern. In fünf Einheiten werden folgende Themen vertieft:

- Ein neues Leben beginnt – Beziehung aufbauen
- Ermutigt, die Welt zu erkunden – Selbstständigkeit fördern
- Kompetenz erleben – Konfliktsituationen „Kess“ angehen
- Selbstbewusst werden – Für sich sorgen
- Ich bin ich – Gemeinschaft leben



### 3 bis 11 Jahre – Weniger Stress – mehr Freude

Der Kurs stellt die Entwicklung des Kindes, gestützt durch Ermutigung und dessen verantwortungsvolle Einbeziehung in die Gemeinschaft, in den Mittelpunkt. Mütter und Väter von Kindern im Alter von zwei bis zehn Jahren erhalten eine praktische, ganzheitlich orientierte Erziehungshilfe.

Gleichzeitig wird eine Vernetzung interessierter Eltern angeregt. Die Themen der fünf Einheiten:

- Das Kind sehen – soziale Grundbedürfnisse achten
- Verhaltensweisen verstehen – angemessen reagieren
- Kinder ermutigen – die Folgen des eigenen Handelns zumuten
- Konflikte entschärfen – Probleme lösen
- Selbstständigkeit fördern – Kooperation entwickeln

### Ab 11 Jahre – Und täglich grüßt das Pubertier

In einer gelassenen Haltung, die darauf vertraut, dass Jugendliche wie Eltern bereichert aus der Phase der Pubertät herausgehen, werden deren anstrengenden wie schönen Seiten in den Blick genommen. Der Kurs unterstützt Väter und Mütter in dieser Zeit des Umbruchs und zeigt



Wege, wie sie Jugendlichen in ihrem Selbstwertgefühl stärken, Grenzen respektvoll setzen und Kooperationen entwickeln können. Die Themen der fünf Kurseinheiten:

- Veränderungen wahrnehmen – die sozialen Grundbedürfnisse der Jugendlichen sehen
- Achtsamkeit entwickeln – Position beziehen
- Dem Jugendlichen das Leben zutrauen – Halt geben
- Das positive Lebensgefühl stärken – Konflikte entschärfen
- Kompetenzen sehen – das Leben gestalten

### 2 bis 10 Jahre – Staunen. Fragen. Gott entdecken.

Der Kurs legt Spuren, wie Väter und Mütter die seelische Entwicklung ihres Kindes auch in spiritueller Hinsicht unterstützen können. Sie werden ermutigt, religiöse Themen aufzugreifen, gemeinsam mit ihrem Kind nach Antworten auf die großen Fragen des Lebens zu suchen und sich hierbei von der christlichen Tradition leiten zu lassen. eingeladen sind Eltern von Kindern im Alter von zwei bis zehn Jahren. Die Themen der fünf Einheiten:

- Die Beziehung zum Kind gestalten – das positive Lebensgefühl stärken
- Sich mit dem Kind auf die fragende Seite stellen – selbstentdeckendes Lernen stützen
- Mit dem Kind reden über Gott und die Welt – kindliche Gottesbilder achten
- Der Spiritualität Raum geben – sich von Gott anrühren lassen
  - Das Leben leben, deuten und feiern – sich von christlichen Traditionen anregen lassen



## Kess-erziehen®

*Elternsein ist keine leichte Aufgabe. Um Eltern in ihrer Erziehungskompetenz zu unterstützen, zu begleiten und ihnen die Möglichkeit zu Vernetzung und Austausch zu geben, bietet das Kreisbildungswerk seit mehreren Jahren erfolgreich das Konzept „Kess-erziehen“ an. In diesen Kursen bekommen die Eltern über mehrere Treffen Anregungen und Informationen und vor allem Raum für Ihre Fragen, Bedenken und Unsicherheiten.*



**Martina Ahamer-Matejka**

Familienbildung • familienbildung@kbw-egersberg.de • 08092 - 8507912

## Franziskus – ein Heiliger für kleine Leute

Vor etwa 800 Jahren lebte Franziskus von Assisi, um den sich viele wundervolle Legenden ranken. Drei davon möchten wir an diesem Tag gemeinsam erschließen. Die ganzheitlich sinnorientierte Pädagogik nach Franz Kett sensibilisiert Menschen, ihre Beziehungen zu sich selbst, anderen, zur Schöpfung und zu Gott bewusst wahrzunehmen und zu gestalten. Sie basiert auf dem biblisch-christlichen Menschen- und Gottesbild und richtet sich an alle Altersgruppen.

Das Regionaltreffen des Instituts für Franz-Kett-Pädagogik e.V. bietet pädagogischen Fachkräften, Seelsorgenden, Spielgruppenleitungen, Eltern, die religiöse Werte vermitteln möchten, sowie weiteren Interessierten die Möglichkeit, die Methode kennenzulernen, zu vertiefen und persönliche Impulse mitzunehmen. Für das leibliche Wohl mit Kaffee, Tee und Brezen ist gesorgt.

- Termin:** Sa 28.06.2025, 10.00 - 14.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Kath. Pfarrheim, Baldestr. 18  
**Referent\*in:** **Walter Liehmann**, Religions-, Wildnis- und Franz-Kett-Pädagoge und **Monika Kain-Stürzl**, Erzieherin  
**Gebühr:** 25,00 Euro, Kinder kostenfrei  
**Kooperation:** Institut für Franz-Kett-Pädagogik e.V. / KBW  
**Anmeldung:** KBW bis 23.06.2025



**KBW**  
DIGITAL

## KBWdigital

*KBW digital ist eine Anbietergemeinschaft für digitale Bildungsangebote der vier katholischen Bildungswerke in Miesbach, Fürstenfeldbruck, Rosenheim und Ebersberg in den Bereichen Theologie, Gesellschaftspolitik, Familien- und Seniorenbildung sowie Kultur. Wir präsentieren Ihnen mit dieser Plattform ein hochkarätiges Angebot an digitalen Bildungsformaten. Diese finden Sie auch unter [www.kbw-digital.de](http://www.kbw-digital.de)*



**Andrea Splitt-Fischer**

KBWdigital • [asplitt-fischer@kbwdigital.net](mailto:asplitt-fischer@kbwdigital.net) • 08092 – 8507911

## ELTERN TALK

### Süßigkeiten, nein danke?! – Wieviel Zucker verträgt mein Kind?



Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 25.

- Termin:** Di 08.07.2025, 19.00 - 21.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, KBW-Geschäftsstelle, Pfarrer-Bauer-Str. 5

### Abenteuer großer Bruder / große Schwester werden

Ein Mitmachkurs für kleine Held\*innen und ihre werdenden Eltern



Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 27.

- Termin:** Sa 12.07.2025, 9.00 - 11.30 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Haus der Familie, Heinrich-Vogl-Str. 4



### Kreativer Abend Handwerkliche Projekte, die verbinden

Einmal im Monat gibt es in den Räumen des KBW Ebersberg, den kreativen Abend von 19.30 Uhr bis 22.00 Uhr mit Irmi Bergmeier. In gemütlicher Atmosphäre in einer kleinen Gruppe können Sie nach Herzenslust kreativ werden, gestalten, schöpferisch tätig sein und mit anderen ins Gespräch kommen. Probieren lohnt sich – es wird auf alle Fälle gelingen. Die Gebühr beträgt 10 Euro, das Material wird nach Bedarf vor Ort abgerechnet. (ca. 5 bis 10 Euro). Die Kreativ-Themen erfragen Sie bitte im KBW oder auf unserer Website.



RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ALLGEMEINE  
ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN



## PARTNERSCHAFT

*Für ein gelingendes  
Miteinander*

*Dauerbrenner im Familienleben – Frag unsere Expert\*innen.*

### Eltern werden, Paar bleiben

#### Online-Angebot

Wie gelingt der Umgang mit dem Lebensereignis „Kind“ und wie bleibt die Partnerschaft stark und erfüllt. Das Familienleben stellt Eltern vor Herausforderungen: wie komme ich als Vater oder Mutter mit meiner neuen Rolle zurecht? Wieviel Zeit bleibt für mich? Wie viel Zeit für uns als Paar? Wie harmonisieren unsere Vorstellungen als Paar vom Familienleben? Unsere Expertin Carolyn Litzbarski (Systemische Paarberaterin) wird Ihnen wertvollen Input geben und für Ihre Fragen zur Verfügung stehen. In diesen Online-Treffen gibt es einen Vortrag zum Thema, danach bleibt genug Zeit für Ihre Fragen und Beiträge.



#### Zoom Meeting beitreten:

<https://tinyurl.com/8vhfus3m>

**Meeting-ID:** 894 9387 9736

**Kenncode:** 419685



**Termin:** Di 11.03.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Carolyn Litzbarski, Sozialpädagogin

### Empty Nest – Herausforderung oder zweite Flitterwochen?

#### Online-Angebot

Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 56.



**Termin:** Do 10.04.2025, 20.00 - 21.30 Uhr  
**Ort:** online

### Von Trennung und Scheidung betroffen?

*Leben muss man das Leben vorwärts, verstehen kann man es nur rückwärts. (Soeren Kierkegaard)*

Trennung und Scheidung sind einschneidende Lebensereignisse, die allein schwer zu bewältigen sind. Die Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Ebersberg bietet eine Gesprächsgruppe für Frauen und Männer an, die bei der Bewältigung der im Zusammenhang mit Trennung und Scheidung auftretenden Probleme unterstützen möchte:

- im Umgang mit Gefühlen von Trauer, Enttäuschung, Wut, Unsicherheit und Ängsten im Verstehen des Scheiterns
- im Umgang mit dem/der ehemaligen Partner\*in, den Kindern und Herkunftsfamilien
- im Umgang mit den juristischen und finanziellen Folgen der Trennung oder Scheidung
- im Umgang mit sich selbst sowie den eigenen Ressourcen
- in den Fragen des Neuanfangs und der weiteren Lebensplanung

Wichtig ist die Teilnahme an allen Terminen. Die Anmeldung erfolgt über die Ehe-, Familien- und Lebensberatung telefonisch: Tel. 08092 22218, E-Mail: [egersberg@eheberatung-oberbayern.de](mailto:egersberg@eheberatung-oberbayern.de)

**Termine:** ab Di, 29.04.2025 19.00 - 21.00 Uhr (8 Termine)  
**Ort:** Ebersberg, Ehe-, Familien- und Lebensberatung, Sieghartstraße 27  
**Referent\*in:** Ruth Zorner-Ogiermann, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin und Sabine Hofmann, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin  
**Anmeldung:** KBW bis 15.04.2025

### Patientenverfügung & Co

### Vorsorge bei Alter, Unfall und Krankheit

#### Online-Angebot

Viele Menschen fragen sich, was passiert, wenn sie eines Tages auf die Hilfe anderer angewiesen sind und möglicherweise nicht mehr in der Lage sind, selbst Entscheidungen zu treffen. Wer kann dann unter welchen Voraussetzungen für sie handeln und Entscheidungen treffen? Wie kann man selbst vorsorgen? Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung sind Möglichkeiten, selbst Regelungen für den Fall der Fälle zu treffen. Der Vortrag informiert über diese Instrumente und zeigt auf, wie man rechtzeitig und sinnvoll Vorsorge treffen

kann. Zudem werden individuelle, neutrale und kostenfreie Beratungsmöglichkeiten vorgestellt.

**Termin:** Do 15.05.2025, 19.00 - 21.00 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Elfi Melbert, Leiterin der Betreuungsstelle  
**Kooperation:** Gesundheitsamt Ebersberg / KBW  
**Anmeldung:** KBW bis 08.05.2025

## KEK – „Jetzt versteh' ich dich“

### Gesprächstraining für Paare

KEK - Konstruktive Ehe-Kommunikation  
Beziehungs-Coaching für Paare in langjähriger Beziehung mit 4 Paaren – 2 Trainer\*innen – 7 Themen. Entwickelt vom Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie e.V..

### In diesem Training bieten wir folgendes:

- Persönliche Paargespräche professionell begleitet führen
- Meinungsverschiedenheiten konstruktiv lösen
- Die Gesprächskultur nachhaltig verbessern

**Termine:** ab Fr 11.07.2025  
**Ort:** Ebersberg, KBW-Geschäftsstelle, Pfarrer-Bauer-Str. 5  
**Referent\*in:** **Sabine Hofmann**, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin, Kommunikationstrainerin und **Robert Schellenberg**, Systemischer Paar- und Familientherapeut  
**Gebühr:** 260,00 Euro (4 Termine)  
**Kooperation:** Fachbereich Partnerschaft-Ehe-Familie-Alleinerziehende im EOM / KBW / EBW  
**Anmeldung:** Erzbischöfliches Ordinariat München, Ehe- und Familienpastoral, Tel. 089 21371244 oder [https://www.ehe-und-familie.info/kek\\_home.php](https://www.ehe-und-familie.info/kek_home.php)



## SENIOR\*INNEN

*Weil Generationen  
Familie macht*

### Ernährung bei Demenz – Essen und Trinken

#### Online-Vortrag

„Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen.“ Dies gilt ganz besonders für Menschen mit Demenz. Die Erkrankung kann sich jedoch zusammen mit altersbedingten körperlichen Veränderungen ungünstig auf die Ernährung des Betroffenen auswirken: Die Sinne werden schwächer, Appetit und Durst lassen nach, Essen und Trinken werden vergessen oder einfach nicht mehr erkannt. Dadurch erhöht sich das Risiko für Mangelernährung und Flüssigkeitsdefizite und Betreuende stehen häufig vor vielen Fragen. In dieser Veranstaltung erhalten Menschen, die Demenzerkrankte betreuen oder pflegen, Antworten auf häufige Fragen rund ums Essen und Trinken bei Demenz.



**Termin:** Mi 12.03.2025, 19.30 - 21.00 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Adelborg Angerer, Dipl. Ökotrophologin  
**Kooperation:** Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten / KBW  
**Anmeldung:** [www.weiterbildung.bayern.de](http://www.weiterbildung.bayern.de) oder [poststelle@aelf-ee.bayern.de](mailto:poststelle@aelf-ee.bayern.de) bis 09.03.2025

### Ernährung für ein starkes Herz

#### Online-Angebot

Mit einer ausgewogenen Ernährung stärken Sie Herz und Gefäße. Eine besondere Rolle spielt dabei der bewusste Einsatz von Fetten und Ölen. Doch welche Fette sind günstig/ungünstig? Was ist der Unterschied zwischen raffinierten und nativen Ölen? Und was gehört sonst noch zu einem „herzgesunden Lebensstil“?

RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 9 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN

Dies und mehr erfahren Sie bei uns!

**Termin:** Di 18.03.2025, 19.30 - 21.00 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Ingrid Steininger, Dipl. Ökotrophologin  
**Kooperation:** Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten / KBW  
**Anmeldung:** [www.weiterbildung.bayern.de](http://www.weiterbildung.bayern.de) oder [poststelle@aelf-ee.bayern.de](mailto:poststelle@aelf-ee.bayern.de) bis 15.03.2025

*Kaffee und mehr...*

## Religion und Astronomie: die Entstehung des Kalenders, der Stern von Bethlehem und der Ostertermin

### Vortrag

In dieser spannenden Veranstaltung gehen wir der Frage nach, wie astronomische Phänomene in den Religionen verankert sind. Der Referent Wolfgang Schindler ist Ingenieur und Hobbyastronom. Er beleuchtet dabei auch die Zusammenhänge zwischen astronomischen Ereignissen und biblischen Überlieferungen wie dem Stern von Bethlehem und erläutert, wie sich der Ostertermin berechnet. Für einen gemütliches Beisammensein und Zeit für gegenseitigen Austausch mit Kaffee und Kuchen nach dem Vortrag ist gesorgt.

**Termin:** Mi 19.03.2025, 14.00 - 17.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Kath. Pfarrheim, Baldestr. 18  
**Referent\*in:** Wolfgang Schindler  
**Kooperation:** Pfarrei St. Sebastian Ebersberg / KBW

## Immobilien und Schenkungen im Erbrecht: Fehler vermeiden, Vermögen sichern

### Online-Angebot

Schenkungen und Immobilienübertragungen bieten zahlreiche Gestaltungsmöglichkeiten, bergen jedoch auch erhebliche rechtliche und steuerliche Risiken. In diesem Vortrag erhalten Sie einen fundierten Überblick über die wichtigsten Aspekte und Fallstricke. Der Kurs richtet sich an Privatpersonen, Immobilienbesitzer, potenzielle Erblasser sowie Interessierte, die ihr Wissen im Bereich Schenkungen und Erbrecht vertiefen möchten.



### Inhalte des Kurses:

- Grundlagen einer Schenkung – Was muss beachtet werden?
- Wirtschaftlich sinnvolle Klauseln und Risiken für Schenker und Beschenkten.
- Die häufigsten rechtlichen Fehler bei Schenkungen und Immobilienübertragungen.
- Kann eine Schenkung rückgängig gemacht werden?
- Müssen Miterben Schenkungen im Erbfall ausgleichen?
- Möglichkeiten zur Reduzierung des Pflichtteils durch Schenkungen.
- Steuerliche Auswirkungen und Vorteile einer Schenkung.

**Termin:** Do 27.03.2025, 19.30 - 21.00 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Prof. Dr. Wolfgang Böh, Fachanwalt für Erbrecht und Steuerrecht  
**Gebühr:** 10,00 Euro  
**Anmeldung:** KBW bis 20.03.2025

## Knochenstark essen – mitten im Leben

### Online-Vortrag

Im Laufe des Lebens nehmen Festigkeit und Stabilität der Knochen ab, das Risiko für Osteoporose steigt. Mit einer ausgewogenen, calciumreichen Ernährung und gezielter Bewegung können Sie jedoch etwas dagegen tun! Was genau es zu beachten gilt, welche Lebensmittel eine besondere Rolle spielen und wie eine „knochenstarke“ Ernährung ganz leicht im Alltag gelingt, das erfahren Sie in diesem Angebot.

**Termin:** Mi 02.04.2025, 19.30 - 21.00 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Adelborg Angerer, Dipl. Ökotrophologin  
**Kooperation:** Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten / KBW  
**Anmeldung:** [www.weiterbildung.bayern.de](http://www.weiterbildung.bayern.de) oder [poststelle@aelf-ee.bayern.de](mailto:poststelle@aelf-ee.bayern.de) bis 30.03.2025



DIESE UND VIELE WEITERE  
SENIOR\*ENANGEBOTE FINDEN SIE ONLINE



RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN

## Ernährung ab der Lebensmitte

### Online-Vortrag

Ab der Lebensmitte verändern sich Körper und Stoffwechsel und es ergeben sich neue Anforderungen an den persönlichen Lebensstil. Eine ausgewogene Ernährung und ausreichend Bewegung spielen eine immer wichtigere Rolle. Welche Lebensmittel sollten bevorzugt auf dem Speiseplan stehen? Wie lassen sich eine ausgewogene Ernährung und Genuss verbinden und praktisch im Alltag umsetzen? Antworten erhalten Sie in dieser Veranstaltung.

**Termin:** Mo 07.04.2025, 19.30 - 21.00 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Adelborg Angerer, Dipl. Ökotrophologin  
**Kooperation:** Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten / KBW  
**Anmeldung:** [www.weiterbildung.bayern.de](http://www.weiterbildung.bayern.de) oder [poststelle@aelf-ee.bayern.de](mailto:poststelle@aelf-ee.bayern.de) bis 04.04.2025



## Kaffee & mehr

*Das Angebot der Pfarrei St. Sebastian Ebersberg steht allen Menschen ab der Lebensmitte offen, auch wenn sie nicht aus Ebersberg kommen. Der Seniorennachmittag findet jeden 3. Mittwoch ab 14.00 Uhr im Kath. Pfarrheim in Ebersberg statt. Nach den jeweiligen Vorträgen gibt es genügend Raum für gemütlichen Austausch bei Kaffee und Kuchen. Eine Anmeldung ist nur für einen Ausflug notwendig!  
Alle Termine und Themen finden Sie auf unserer Website unter [www.kbw-ebersberg.de](http://www.kbw-ebersberg.de).*



 **Martina Ahamer-Matejka**  
Seniorenbildung • [seniorenbildung@kbw-ebersberg.de](mailto:seniorenbildung@kbw-ebersberg.de) • 08092 - 8507912

Kaffee und mehr...

## Katharina von Siena – Ordensfrau, Mystikerin, Kirchenlehrerin im 14. Jahrhundert

### Vortrag

Katharina von Siena war nicht nur eine spirituelle Wegbereiterin, sondern auch eine mutige Stimme in ihrer Zeit, die



sich für Reformen innerhalb der Kirche einsetzte. Ihre faszinierende Lebensgeschichte zeigt die herausragenden Leistungen und den Einfluss der Ordensfrau, Mystikerin und Kirchenlehrerin. Katharina von Siena war eine der bedeutendsten Frauen des 14. Jahrhunderts, deren mystischer Ansatz und deren Engagement für den Glauben auch heute noch inspirieren. Für einen gemütliches Beisammensein und Zeit für gegenseitigen Austausch mit Kaffee und Kuchen nach dem Vortrag ist gesorgt.

**Termin:** Mi 16.04.2025, 14.00 - 17.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Kath. Pfarrheim, Baldestr. 18  
**Referent\*in:** Waltraud Hessenberger, Religionslehrerin  
**Kooperation:** Pfarrei St. Sebastian Ebersberg / KBW

## Tanzen am Vormittag / Tanz mit uns

Erleben Sie Lebensfreude durch Bewegung - wer tanzt, bleibt länger jung Tanzen ist Bewegung, hält fit, ist Ausdruck von Lebensfreude und bietet Gemeinschaft. Jede und jeder ist willkommen, da in der Gruppe ohne festen Partner getanzt wird. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, nur die Freude am Tanzen zählt.

**Bitte mitbringen:** bequeme Schuhe  
**Infos:** Hella Hupfer, Tel. 08092 5387

**Referent\*in:** **Hella Hupfer**, Tanzleiterin und  
**Nani Gramich**, Tanzleiterin  
**Gebühr:** 72,00 Euro (12 Termine)  
**Anmeldung:** KBW

## Tanzen am Vormittag

**Termine:** ab Mo 28.04.2025, jeweils 9.15 - 11.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Kath. Pfarrheim, Baldestr. 18

## Tanz mit uns

**Termine:** ab Mo 28.04.2025, jeweils 14.00 - 15.45 Uhr  
**Ort:** Grafing, Kath. Pfarrheim, Kirchenplatz 1

## Ernährung und Demenz-Prävention

### Online-Vortrag

Die zunehmende Häufigkeit von Demenz bereitet vielen Menschen Sorge, noch gibt es kein Heilmittel. Doch kann man sich vor der Erkrankung schützen? In dieser Veranstaltung wird beleuchtet, welche Rolle der Lebensstil und insbesondere die Ernährung in der Vorbeugung von Demenz spielen können. Unsere Expertin gibt praktische Ernährungstipps und zeigt, worauf es bei einer ausgewogenen Ernährung ankommt.

**Termin:** Mi 30.04.2025, 19.30 - 21.00 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Ingrid Steininger, Dipl. Ökotrophologin  
**Kooperation:** Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten / KBW  
**Anmeldung:** [www.weiterbildung.bayern.de](http://www.weiterbildung.bayern.de) oder [poststelle@aelf-ee.bayern.de](mailto:poststelle@aelf-ee.bayern.de) bis 27.04.2025

## Testament und Erbrecht – Worauf Sie achten sollten

### Online-Angebot mit Gespräch

Ein Testament zu verfassen, ist eine wichtige Entscheidung – doch viele Testamente werden laienhaft erstellt: auf Basis eigener Überlegungen, mithilfe von Vordrucken oder Vorlagen, aber ohne rechtliche Beratung. Dies kann dazu führen, dass ein Testament unwirksam ist und der Wille des Erblassers nicht umgesetzt wird. Leider wird dies meist erst nach dessen Tod festgestellt, was zu Konflikten oder unerwünschten Nachlassregelungen führen kann.

### In diesem Vortrag gibt Ihnen der Fachanwalt für Erbrecht und Steuerrecht Prof. Dr. Wolfgang Böh wertvolle Praxis-Tipps:

- Welche Formen von Testamenten gibt es, und was muss ich beachten?
- Wie vermeide ich rechtliche Fehler und stelle sicher, dass mein letzter Wille gültig ist?
- Was sind häufige Fallstricke bei der Testamentsgestaltung?

**Termin:** Mi 07.05.2025, 19.30 - 21.00 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Prof. Dr. Wolfgang Böh, Rechtsanwalt  
**Gebühr:** 10,00 Euro  
**Anmeldung:** KBW bis 30.04.2025



## Historischer Stadtspaziergang für Junggebliebene

NEU



Alle weiteren Infos zur Veranstaltung siehe Seite 80.

**Termin:** Do 08.05.2025, 11.00 - 12.30 Uhr  
**Treffpunkt:** Ebersberg, Rathaus, Marienplatz 1

### Patientenverfügung & Co

## Vorsorge bei Alter, Unfall und Krankheit

### Online-Vortrag

Viele Menschen fragen sich, was passiert, wenn sie eines Tages auf die Hilfe anderer angewiesen sind und möglicherweise nicht mehr in der Lage sind, selbst Entscheidungen zu treffen. Wer kann dann unter welchen Voraussetzungen für sie handeln und Entscheidungen treffen? Wie kann man selbst vorsorgen? Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung sind Möglichkeiten, selbst Regelungen für den Fall der Fälle zu treffen. Der Vortrag informiert über diese Instrumente und zeigt auf, wie man rechtzeitig und sinnvoll Vorsorge treffen kann. Zudem werden individuelle, neutrale und kostenfreie Beratungsmöglichkeiten vorgestellt.

**Termin:** Do 15.05.2025, 19.00 - 21.00 Uhr  
**Ort:** online  
**Referent\*in:** Elfi Melbert, Leiterin der Betreuungsstelle im Landratsamt Ebersberg  
**Kooperation:** Gesundheitsamt Ebersberg / KBW  
**Anmeldung:** KBW bis 08.05.2025

### Kaffee und mehr...

## Busausflug zur Münchner Wallfahrtskirche Maria Ramersdorf

### Senior\*innenausflug

Die historische Wallfahrtskirche Maria Ramersdorf in München zählt zu den ältesten Gotteshäusern der Stadt und zieht seit Jahrhunderten Pilger\*innen und Besucher\*innen an. Auf einer geführten Tour durch die Kirche erfahren Sie mehr über die faszinierende Geschichte, die kunstvolle Architektur und die spirituelle Bedeutung von St. Maria in Ramersdorf. Im Anschluss daran gibt es die Gelegenheit zum Austausch in einem Biergarten.

**Weitere Informationen:** bitte im Pfarrbüro St. Sebastian erfragen.

RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN

**Termin:** Mi 21.05.2025  
**Kooperation:** Pfarrei St. Sebastian Ebersberg / KBW  
**Anmeldung:** Pfarrbüro St. Sebastian Ebersberg bis 13.9.24:  
Tel. 08092 853390

*Kaffee und mehr...*

**Vikar – Kurat – Prälat usw.:**

## Ämter und Hierarchie in der katholischen Kirche

### Vortrag

Der Ebersberger Diakon Herbert (Winnie) Schütze erläutert die vielfältigen Ämter und die komplexe Hierarchie der katholischen Kirche, ihre Funktionen und die Bedeutung innerhalb der Glaubensgemeinschaft. Die verschiedenen Positionen von Vikaren, Kuraten und Prälaten sind historisch gewachsen. Sie sind Teil der Hierarchie in der Kirche und spielen jeweils eine bestimmte Rolle im kirchlichen Leben. Die Veranstaltung bietet einen Einblick in die organisatorischen Abläufe der Kirche und fördert ein besseres Verständnis für ihre vielfältigen Strukturen. Für einen gemütliches Beisammensein und Zeit für gegenseitigen Austausch mit Kaffee und Kuchen nach dem Vortrag ist gesorgt.

**Termin:** Mi 18.06.2025, 14.00 - 17.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Kath. Pfarrheim, Baldestr. 18  
**Referent\*in:** Herbert Schütze, Diakon  
**Kooperation:** Pfarrei St. Sebastian Ebersberg / KBW

*Kaffee und mehr...*

## Ebersberger Geschichte lebendig erleben: Führung durchs Stadtarchiv

### Senior\*innenausflug

Bei der Führung durch das Ebersberger Stadtarchiv mit Stadtarchivarin Doris Wille haben Sie die Gelegenheit, die Archivbestände in ihrer Vielfalt zu bewundern und mehr über die bewegte Vergangenheit unserer Stadt zu erfahren.

**Termin:** Mi 16.07.2025, 15.00 - 17.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Café Schwaiger, Marienplatz 9  
**Referent\*in:** Doris Wille, Stadtarchivarin  
**Kooperation:** Pfarrei St. Sebastian Ebersberg / KBW  
**Anmeldung:** Pfarrbüro St. Sebastian Ebersberg bis 13.9.24  
Tel. 08092 853390



Kath. Kreisbildungswerk  
Ebersberg e. V.  
*wertorientiert • leben*

HERBST 2025  
SENIOREN  
THEMEN  
TAGE  
IM LANDKREIS EBERSBERG

SAVE THE DATE – HERBST 2025  
UNSERE BELIEBTESTEN SENIORENTHEMENTAGE  
SIND WIEDER DA!



**Martina Ahamer-Matejka**

Seniorenbildung • seniorenbildung@kbw-ebersberg.de • 08092 - 8507912

Im Herbst 2025 laden die Seniorenthementage im Landkreis Ebersberg dazu ein, gemeinsam das Älterwerden aktiv und vielseitig zu gestalten – mit spannenden Veranstaltungen rund um Gemeinschaft, Lebensfreude und Engagement in unserer Region.



HIER GEHT ES ZU DEN  
SENIORENTHEMENTAGEN 2025



## Historische Verein für den Landkreis Ebersberg e.V.

*Sie interessieren sich für die Geschichte und Kultur unseres Landkreises? Der Historische Verein Ebersberg bietet spannende Einblicke in die kulturelle Vergangenheit des Landkreises. Das vielseitige Angebot an Vorträgen, Ausstellungen und Exkursionen des Vereins finden Sie auf unserer Website unter [www.kbw-ebersberg.de](http://www.kbw-ebersberg.de).*



**Martina Ahamer-Matejka**

Seniorenbildung • seniorenbildung@kbw-ebersberg.de • 08092 - 8507912

RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 9 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN



# TRAUERANGEBOTE

*Sie sind nicht alleine mit Ihrer Trauer*

## Reden wir übers Sterben

### Autor\*innenlesung

Tod und Sterben gehören zu den wenigen Tabuthemen unserer Gesellschaft. Und dennoch steht fest: Mit dem Tod werden wir früher oder später alle konfrontiert. Als vor einigen Jahren der Vater der Autorin Petra Bartoli y Eckert starb, hat auch sie das Thema Tod



NEU

kalt erwischt. Ihr blieb nichts anderes übrig, als sich mit Endlichkeit und Abschiednehmen auseinanderzusetzen. Und sie beschloss: Wir müssen reden! Übers Sterben, über den Tod und unseren Umgang damit. Sie hat sich dafür zu Fuß auf den Weg gemacht – von München bis St. Gallen. Der Münchner Jakobsweg wurde ein Sinnbild für ihre Suche nach Antworten und Erfahrungen rund um den Tod. Am Ende ihres Weges stand fest: Reden über den Tod macht ihn nicht besser oder leichter. Aber es nimmt die Angst, den Schrecken. Und es holt den Tod ins Leben. Dorthin, wo er auch hingehört. Die Autorin liest aus ihrem Buch. Anschließend ist Möglichkeit zum Gespräch. Die Veranstaltung wird gefördert von der Stiftung „Bayern liest“.

- Termin:** Di 18.03.2025, 19.00 - 21.00 Uhr
- Ort:** Ebersberg, KBW-Geschäftsstelle, Pfarrer-Bauer-Str. 5
- Referent\*in:** Petra Bartoli y Eckert, Autorin
- Gebühr:** 12,00 Euro
- Anmeldung:** KBW bis 11.03.2025

## Trauerfeier für „Sternenkinder“

### Gedenkfeier

Auf dem Neuen Friedhof Ebersberg findet halbjährlich eine Trauerfeier für Sternenkinder, also für fehl- und totgeborene Kinder, an der „Gedenk-



und Ruhestätte für Sternenkinder“ statt. Darin werden die Sternenkinder der Kreisklinik aus den vergangenen Monaten zur Ruhe gebettet. Eingeladen sind alle, die um ein Sternenkind trauern. Die Feier wird von der Kreisklinik, der Stadtverwaltung und der Klinikseelsorge gestaltet. Mit Pfarrerin Renate Zorn-Traving und Pastoralreferent Christoph Diehl (Klinikseelsorge).

- Termin:** Fr 28.03.2025, 16.00 - 17.00 Uhr
- Ort:** Ebersberg, Gedenk- und Ruhestätte für Sternenkinder im Neuen Friedhof, Wasserburger Str. 2a
- Referent\*in:** Renate Zorn-Traving, Pfarrerin und Gertrud Jochum, Klinikseelsorgerin
- Kooperation:** Kreisklinik Ebersberg / Klinikseelsorge / Stadtverwaltung Ebersberg / KBW



## Trauer und Verlust in Schulen und Vereinen

*Sollten Sie als Träger, Einrichtung oder Verein eine Fortbildung inhouse und zu einem speziellen Terminen wünschen, wenden Sie sich gern an uns. Wir organisieren und planen Ihren individuellen Teamtag mit fachlich hochkompetenten Referent\*innen. Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.*



**Bernadette Althoff**  
Fort- und Weiterbildung • [kita@kbw-egersberg.de](mailto:kita@kbw-egersberg.de) • 08092 - 8507917

## Verlust und Trauer in Schulen und Vereinen

### Für Lehrkräfte aller Schularten und Ehrenamtliche in Vereinen

Der Tod eines geliebten Menschen hinterlässt bei jedem von uns Leere und Trauer. Aber wie verhält man sich als Lehrkraft, Pädagog\*in oder Trainer\*in, wenn ein Kind diese Trauer mit in den Unterricht/ins Training nimmt? Sollen diese Gefühle denn überhaupt Platz im Unterricht haben?



RUND UM DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER ANGEBOTE

STADT FÜHRUNGEN

Trauert Leon, 8 Jahre, anders um seinen verstorbenen Bruder als Julia, 16 Jahre, um die an Krebs verstorbene Mutter? Wie kommuniziert man mit Eltern, Kindern und Mitschülern angemessen?

Diesen Fragen wollen wir uns widmen und dabei kindliche Trauer in den unterschiedlichen Entwicklungsstadien genauer ansehen. Welche Bedeutung hat die Erfahrung von Trauersituationen in der Kindheit auf das spätere Leben? Anhand von Praxisbeispielen zeigen wir Möglichkeiten auf, mit den Themen Tod und Trauer in Schulen und Vereinen umzugehen.

**Termin:** Do 03.04.2025, 15.00 - 18.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, KBW-Geschäftsstelle, Pfarrer-Bauer-Str. 5  
**Referent\*in:** Sylvia Wammetsberger, Trauerbegleiterin M.I.T. (BVT) und Bärbel Limmer, Hospizbegleiterin  
**Gebühr:** 48,00 Euro  
**Anmeldung:** KBW bis 24.03.2025

#### Grundseminar Hospiz

### Umgang mit Sterben, Tod und Trauer

Dieses Grundseminar bietet Raum für eine Auseinandersetzung mit Sterben, Tod und Trauer. Es steht grundsätzlich allen Interessierten offen. Es ist Voraussetzung für die Teilnahme an einem Aufbaukurs, der zur ehrenamtlichen Mitarbeit in der Hospizarbeit qualifiziert.

#### Wir werden uns beschäftigen mit:

- der eigenen Einstellung zu Krankheit, Sterben und Tod (Biographiearbeit)
- der Kommunikation mit Sterbenden
- den Möglichkeiten der Hospiz- und Palliativbetreuung
- der ehrenamtlichen Hospizarbeit im Landkreis Ebersberg

Das Einführungsseminar setzt psychische Stabilität voraus. Teilnahme am gesamten Wochenende ist Voraussetzung. Wir arbeiten in Gruppen- und Einzelgesprächen und mit kreativen Medien.

**Weitere Infos** erhalten Sie direkt beim Christophorus Hospiz-Verein Ebersberg, Ignaz-Perner-Str. 9, 85560 Ebersberg, Tel. 08092 256985, E-Mail: kontakt@hospizverein-ebersberg.de

**Termine:** ab Fr 04.04.2025, 16.00 - 21.00 Uhr;  
Sa 05.04.2025, 10.00 - 18.00 Uhr und  
So 06.04.2025, 10.00 - 13.00 Uhr  
**Ort:** Ebersberg, Christophorus Hospizverein,  
Ignaz-Perner-Str. 9  
**Referent\*in:** Birgit Deppe-Opitz, Dipl.-Theologin,

Supervisorin, Integrative Gestalttherapie (FPI),  
Kordinatorin des CHV Ebersberg und  
Sylvia Wammetsberger, Trauerbegleiterin (BVT)  
**Gebühr:** 80,00 Euro (3 Termine)  
**Kooperation:** Christophorus Hospiz-Verein im  
Landkreis Ebersberg e.V. / KBW  
**Anmeldung:** KBW bis 27.03.2025



### Netzwerk Trauer

*Der Verlust eines geliebten Menschen, Trennung und Abschiede können Familien erschüttern. Unsere Angebote möchten Ihnen Raum für Ihre ganz persönliche Trauer bieten und Ihnen ermöglichen, Menschen in ähnlichen Lebenssituationen zu treffen. Das Netzwerk Trauer im Landkreis Ebersberg vernetzt unterschiedliche Angebote zur Trauerbegleitung und -bewältigung.*



### Unterstützungsangebote für Eltern von Sternenkindern

*Der Verlust eines Sternenkinds ist eine unermessliche und tiefgreifende Erfahrung. In dieser schweren Zeit sind Unterstützungsangebote hilfreich. Unter diesem Link finden Sie einen Flyer mit Adressen, die Ihnen und ihrer Familie in dieser schwierigen Phase zur Seite stehen können.*



Nehmen Sie gern Kontakt zu uns auf!



Anja Sedlmeier

Netzwerk Trauer • nwtrauer@kbw-ebersberg.de • 0160 - 90447671



WEITERE TRAUERANGEBOTE  
FINDEN SIE HIER



RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNG  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN



## STADTFÜHRUNGEN

*Gemeinsam den Landkreis entdecken*

### Hexenwanderung zu Walpurgis

#### Führung für Eltern mit Kindern von 7 - 10 Jahren

Bei dieser Führung für Familien mit Kindern im Grundschulalter hören wir, mit Laternen ausgerüstet, auf unserem Weg entlang der Weierkette bis zum Egglburger See schaurige Geschichten, die sich so oder vielleicht auch nur so ähnlich rund um Ebersberg zugetragen haben sollen. Ein besonderes Augenmerk wollen wir diesmal auf die Hexen und ihr Werk richten und erfahren Neues über so berühmte Vertreterinnen wie Bibi Blocksberg oder auch die kleine Hexe von Ottfried Preußler. Wer möchte, darf gerne verkleidet kommen. Wir freuen uns auf viele kleine Hexer, Zauberrinnen und andere gruselige Gestalten.

Jedem teilnehmenden Kind wird für die Wanderung eine LED-Laterne als Leihgabe zur Verfügung gestellt. Gerne dürfen Sie auch eine eigene Laterne mitbringen.

- Termin:** Mi 30.04.2025, 19.00 - 21.00 Uhr
- Treffpunkt:** Ebersberg, Parkplatz am Klostersee
- Referent\*in:** **Thomas Warg**, Stadtführer und **Roswitha Hülser**, Stadtführerin
- Gebühr:** 8,00 Euro pro Eltern/Kind-Paar; 4,00 Euro jede weitere Person
- Kooperation:** Ebersberger Stadtführer / KBW
- Anmeldung:** KBW bis 24.04.2025

### Historischer Stadtspaziergang für Junggebliebene

Sie wohnen schon seit Jahren in Ebersberg und denken, Sie kennen den Ort und seine Umgebung wie Ihre Westentasche? Dann kommen Sie mit auf unsere Tour und lassen sich Geschichten aus Ebersberg erzählen, die Sie so noch nicht kannten. Bei der Führung achten wir bewusst auf eine



kleinere Gruppe, damit alle Teilnehmer\*innen unserem Stadtführer Thomas Warg gut folgen können.

**Rollstühle und Rollatoren stellen kein Hindernis dar und können problemlos integriert werden.** Ziel der Führung ist es, die eigenen Erinnerungen aufzufrischen und die Entwicklungen in Ebersberg nachzuvollziehen. Aber auch die Erinnerungen der Teilnehmer\*innen werden ein bereichernder Teil dieser Führung sein.

- Termin:** Do 08.05.2025, 11.00 - 12.30 Uhr
- Treffpunkt:** Ebersberg, Rathaus, Marienplatz 1
- Referent\*in:** Thomas Warg, Stadtführer
- Gebühr:** 8,00 Euro; Begleitperson bei gehbehinderten Personen kostenfrei
- Kooperation:** Ebersberger Stadtführer / KBW
- Anmeldung:** KBW bis 05.05.2025

### Stadtrallye durch Ebersberg Stadtführung mal anders!



Entdecke die Geschichte unserer Stadt – bei der großen Stadtrallye! Bist du bereit für ein Abenteuer? Schnapp Dir ein Team / Deine Familie und mach Dich auf den Weg, um die Geheimnisse und Geschichten unserer Stadt zu entdecken! Wir laden alle Geschichts- und Rätselbegeisterten ein, an unserer spannenden Stadtrallye teilzunehmen. Ihr müsst verschiedene Aufgaben und Herausforderungen meistern, die Euch durch die Straßen und Plätze unserer Stadt führen.

**Eure Mission:** Findet (versteckte) Orte, während Ihr mehr über die lange Geschichte unserer Stadt erfahrt. An jedem Standort erwarten Euch interessante Fakten und spannende Geschichten, die das historische Erbe lebendig werden lassen. Seid dabei und erlebt unsere Stadt aus einer ganz neuen Perspektive!

#### Discover the history of our city – on a big city rally!

Are you ready for an adventure? Gather your team/family and set off to discover the secrets and stories of our city! We invite all history and puzzle lovers to take part in our exciting city rally.

RUND UM  
DIE GEBURT

0 BIS 3 JAHRE

3 BIS 6 JAHRE

6 BIS 12 JAHRE

ERZIEHUNGS  
THEMEN

PARTNERSCHAFT

SENIOR\*INNEN

TRAUER  
ANGEBOTE

STADT  
FÜHRUNGEN

You will have to complete various tasks and challenges that will lead you through the streets and squares of our city.

**Your task:** find (hidden) places and learn more about the centuries-old history of our city. Interesting facts and exciting stories await you at each location, bringing the historical heritage to life. Come along and get to know our city from a whole new perspective!

**Termin:** Sa 28.06.2025, 15.00 - 17.00 Uhr  
**Treffpunkt:** Ebersberg, Rathaus, Marienplatz 1  
**Referent\*in:** Thomas Warg, Stadtführer  
**Gebühr:** 5,00 Euro  
**Kooperation:** Ebersberger Stadtführer / KBW  
**Anmeldung:** KBW bis 23.06.2025

## Planungshilfe für Kitas, Schulen & Elternbeiräte

Sie arbeiten in einer Kindertagesstätte oder Schule oder sind Mitglied eines Elternbeirates? Sie möchten gerne einen Vortrag, ein Seminar, ein Elterncafé oder eine Gruppe zu einem pädagogischen Thema anbieten? Gerne unterstützen wir Sie bei der Planung / Umsetzung Ihrer ganz individuellen Veranstaltung. Als Bildungswerk arbeiten wir mit Referent\*innen der unterschiedlichsten Fachrichtungen zusammen. Für Ihre individuelle Bildungsveranstaltung helfen wir bei der Auswahl eines geeigneten Themas, des passenden Rahmens. Wir beraten Sie bezüglich Honorar, Eintritt und Finanzierung der Veranstaltung. Gerne unterstützen wir Sie auch bei der Suche nach geeigneten Kooperationspartnern. Vereinbaren Sie einfach einen Termin!



**Bernadette Althoff**

Fort- und Weiterbildung • kita@kbw-ebersberg.de • 08092 - 8507917



HIER GEHT ES ZU UNSEREN WEITEREN  
STADTFÜHRUNGEN FÜR FAMILIEN

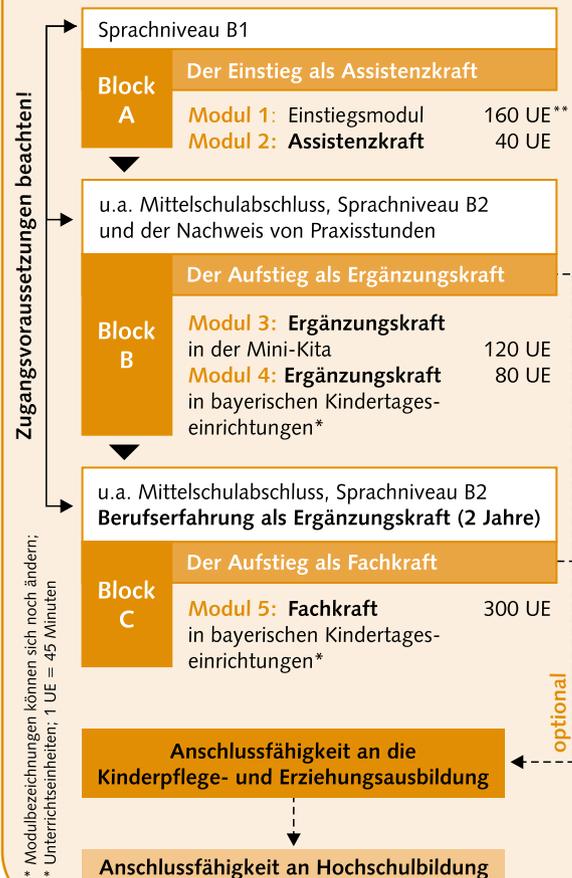


## Fachkräftegewinnung

Sie interessieren sich für die Arbeit mit Kindern und freuen sich über echtes Teamwork mit engagierten Kolleg\*innen?

Dann haben wir das richtige Angebot für Sie: Mit dem neuen „Gesamtkonzept für die berufliche Weiterbildung“ bieten wir Ihnen den Einstieg als **Assistenzkraft** in der Kindertagesbetreuung, die Weiterentwicklung zur **Ergänzungskraft** oder den Aufstieg zur **Fachkraft**. Damit öffnen wir die Tür für den Quereinstieg aus anderen Berufen.

**Das Gesamtkonzept: der neue Weg zum Erfolg als Assistenzkraft, Ergänzungskraft und Fachkraft**



**Bernadette Althoff**

Fort- und Weiterbildung • kita@kbw-ebersberg.de • 08092 - 8507917



## DAS FAMILIENTEAM IM ÜBERBLICK

*Kath. Kreisbildungswerk  
Ebersberg e. V.*



**Andrea Splitt-Fischer**

Geschäftsführerin

Telefon 08092 85079 11

asplitt-fischer@kbw-ebersberg.de



**Martina Ahamer-Mateijka**

Familien- und Seniorenbildung

Telefon 08092 85079 12

familienbildung@kbw-ebersberg.de  
seniorenbildung@kbw-ebersberg.de



**Franziska Brock**

EKP®

Patenprojekt

wellcome

Telefon 08092 85079 16

ekp@kbw-ebersberg.de  
patenprojekt@kbw-ebersberg.de



**Carola Darchingner**

ELTERNTALK

Telefon 08092 85079 17

elternstalk@kbw-ebersberg.de



**Bernadette Althoff**

Fort- und Weiterbildung

Pädagogisches Fachpersonal

Telefon 08092 85079 17

kindertagespflege@kbw-ebersberg.de

kita@kbw-ebersberg.de



**Anja Sedlmeier**

Religion und Spiritualität

Netzwerk Trauer

Telefon 08092 85079 0

Handy 0160 90447671

theologie(at)kbw-ebersberg.de  
nwtrauer@kbw-ebersberg.de



## WIR SAGEN DANKE

*für die freundliche finanzielle  
Unterstützung und die gute  
Projekt-Kooperation*

### Haus der Familie



### Dauerbrenner



### Seniorenthementag



### ELTERNTALK



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege



Aktion Jugendschutz  
Landesarbeitsstelle  
Bayern e.V.

### Cafe Auszeit & wellcome



### Patenprojekt



### KBWdigital



### Trauerangebote



## Facebook

Wir freuen uns jederzeit auf Ihren Besuch auf einer unserer beiden Facebook-Seiten unter [facebook.com/Kreisbildungswerk-Ebersberg](https://www.facebook.com/Kreisbildungswerk-Ebersberg). Für weitere Interessante Familienangebote besuchen Sie [facebook.com/elternimlandkreisebersberg](https://www.facebook.com/elternimlandkreisebersberg)

## Instagram

Das KBW Ebersberg ist auch auf Instagram. Hier erlebt Ihr, was wir so bieten, wo wir aktiv sind und mit welchen Kooperationspartner\*innen wir im Landkreis für euch und eure Familie da sind. Folgt uns unter [kbw\\_ebersberg](https://www.instagram.com/kbw_ebersberg) – wir freuen uns auf euch!

## AGBs

Die Angebote des Kath. Kreisbildungswerkes Ebersberg e.V. stehen grundsätzlich allen offen. Die Teilnahme an den Kursen und Veranstaltungen geschieht auf eigenes Risiko. Weitere Informationen zum Datenschutz und den ausführlichen AGBs des Kath. Kreisbildungswerkes Ebersberg e.V. sind auf der Website des Kath. Kreisbildungswerkes Ebersberg e.V. ([kbw-ebersberg.de](https://www.kbw-ebersberg.de)) zu finden oder können direkt an der Geschäftsstelle erhalten werden. Des Weiteren gelten die Bestimmungen des Kirchlichen Datenschutzgesetzes (KDG).

Im Rahmen der Erwachsenenbildung werden auch Veranstaltungen für Eltern mit Kindern gemeinsam angeboten. Die Aufsichtspflicht für die Kinder während dieser Veranstaltungen liegt grundsätzlich bei den Eltern.

## Impressum

### Verantwortlich für den Inhalt:

Martina Ahamer-Matejka, Andrea Splitt-Fischer

### Konzept/Layout:

Letter & More – Grafik, Layout und Design – Anja Schuster  
[info@letterandmore.de](mailto:info@letterandmore.de) · [www.letterandmore.de](http://www.letterandmore.de)

### Satz / Gestaltung:

Sandra Bieber

### Druck:

WIRmachenDruck.de

### Auflage:

3.500 Exemplare

## Bildnachweise Familienprogramm

Titel + Rück: © Valentin, Sandra Bieber und SewcreamStudio – stock.adobe.com;  
Seite 4: © georgerude – stock.adobe.com; unsplash.com  
Seite 5: © nuzza11 – stock.adobe.com  
Seite 6: © Miljan Zivkovic – stock.adobe.com  
Seite 7: © evso – stock.adobe.com  
Seite 8: © LIGHTFIELD STUDIOS; Drazen – stock.adobe.com  
Seite 9: © andreabozerova – stock.adobe.com  
Seite 10: © Kzenon; Ilja – stock.adobe.com  
Seite 11: © Louis-Photo – stock.adobe.com  
Seite 14: © Tomsickova – stock.adobe.com  
Seite 15: © Oksana Kuzmina – stock.adobe.com  
Seite 16: © Татевик Багдасарян – stock.adobe.com  
Seite 17: © Prostock Studio – stock.adobe.com  
Seite 18: © Racle Fotodesign – stock.adobe.com  
Seite 19: © Brebca – stock.adobe.com  
Seite 20: © Halfpoint – stock.adobe.com  
Seite 22: © LIGHTFIELD STUDIOS – stock.adobe.com  
Seite 23: © santypan, Digital Mammoth – stock.adobe.com  
Seite 24: © Monkey Business; Tomsickova – stock.adobe.com  
Seite 25: © unsplash.com  
Seite 26: © Caritas – selbst; sandsun – stock.adobe.com  
Seite 27: © nfbiruza – stock.adobe.com  
Seite 28: © candy1812 – stock.adobe.com  
Seite 31: © Igor; Jordn – stock.adobe.com  
Seite 32: © liderina – stock.adobe.com; unsplash.com  
Seite 34: © KarpenArt Studio – stock.adobe.com;  
Seite 35: © Svetlana – stock.adobe.com  
Seite 36: © feinfarben – stock.adobe.com  
Seite 37: © Afshar Tetyana – stock.adobe.com  
Seite 38: © Vii – stock.adobe.com; Caritas  
Seite 39: © nfbiruza – stock.adobe.com  
Seite 40: © Haus der Familie – Sandra Bieber  
Seite 41: © Haus der Familie – Sandra Bieber  
Seite 42: © vectorfusionart; gghina – stock.adobe.com  
Seite 43: © k viktar – stock.adobe.com  
Seite 45: © fizkes – stock.adobe.com  
Seite 46: © New Africa – stock.adobe.com  
Seite 48: © Viktoriia M – stock.adobe.com  
Seite 49: © Lyndon Stratford – stock.adobe.com  
Seite 50: © Drobot Dean – stock.adobe.com  
Seite 51: © Vii – stock.adobe.com  
Seite 52: © maria – stock.adobe.com  
Seite 53: © Drodot Dean – stock.adobe.com; elternbriefe – elternbriefe.com  
Seite 54: © Flamingo Images; Miljana Zivkovic – stock.adobe.com  
Seite 55: © kichigin19 – stock.adobe.com  
Seite 56: © Asier – stock.adobe.com  
Seite 57: © Lyndon Stratford – stock.adobe.com  
Seite 58: © Vii – stock.adobe.com  
Seite 59: © MP Studio – stock.adobe.com  
Seite 60: © Butch; Viachevlav – stock.adobe.com  
Seite 62: © Sigena – stock.adobe.com  
Seite 63: © nfbiruza – stock.adobe.com; butterfly – unsplash.com  
Seite 64: © JacobLund; Miljana Zivkovic; Asier – stock.adobe.com  
Seite 66: © DAP MG – stock.adobe.com  
Seite 67: © Photographee.eu; Moneky Business – stock.adobe.com  
Seite 68: © Gautierbzh – stock.adobe.com  
Seite 69: © wavebreak3 – stock.adobe.com  
Seite 70: © unsplash.com  
Seite 72: © reinhard sester – stock.adobe.com  
Seite 75: © Natalia Klenova – stock.adobe.com  
Seite 76: © fizkes; Business Image; Narxar – stock.adobe.com  
Seite 77: © Tetiana – stock.adobe.com  
Seite 80: © albert; auremar – stock.adobe.com  
Seite 81: © grki – stock.adobe.com  
Seite 82: © Ilona – stock.adobe.com  
Seite 89: © manu – stock.adobe.com  
Team: © Sandra Bieber



# HAUS DER FAMILIE

Ebersberg Frühjahr und Sommer 2025



**Kath. Kreisbildungswerk  
Ebersberg e. V.**  
*wertorientiert . bilden*

