

Kath. Kreisbildungswerk  
Ebersberg e. V.  
wertorientiert . bilden



Zwei, Drei, Viele  
MEHRLINGS-  
WOCHEN  
28.01. - 24.02.2020

## Zwillingbasar Familienzentrum Poing e.V.

Zweimal im Jahr veranstaltet das Familienzentrum einen Basar für Zwilling- und Mehrlingsartikel in der Dreifachturnhalle an der Plieninger Straße in Poing. Herzlich sind auch Eltern von „Einzelkindern“ willkommen. Die Tischgebühr beträgt 12,00 Euro, der Preis für einen Kleiderständer 2,00 Euro.

An über 70 Verkaufstischen wird vom Autositz über Kinderwagen, Kleidung, Kinderbett, Laufstall bis hin zum Spielzeug alles fürs Kind angeboten. Zusätzlich gibt es einen Infostand mit Zeitschriften und Sonderheften. Für Kaffee und Kuchen ist ebenso gesorgt.

**Termin:** Sa 07.03.2020, 14.00 - 16.00 Uhr

**Veranstaltungsort:** Poing, Dreifachturnhalle,  
Plieninger Str. 20

**Tischanmeldung:** Sa 08.02.2020, 10.00 - 12.00 Uhr  
bei Evi Schießl unter Tel. 0173 / 634 15 26



Familienzentrum  
Poing e.V.

Kostenfreie Veranstaltungsreihe im Landkreis Ebersberg durch freundliche Unterstützung:



Kath. Kreisbildungswerk  
Ebersberg e. V.  
wertorientiert . bilden



## Zwillingstreffen Hebammenpraxis Glücksmomente

Das Treffen für Eltern mit Zwillingen findet regelmäßig jeden zweiten ungeraden Monat statt. Eingeladen sind alle Eltern mit Zwillingen, auch solche, die mit ihren Kindern noch nicht in der Hebammenpraxis Glücksmomente waren. Bei den Treffen möchten wir gezielt Zwillingfamilien miteinander ins Gespräch bringen, Informationen untereinander weitergeben und ein Kennenlernen ermöglichen. Bei einem lockeren Frühstück werden Fragen beantwortet, Hilfestellungen gegeben und besondere Erfahrungen miteinander geteilt.

**Termin:** zweiter Donnerstag im Januar und März 2020, 9.00 - 11.00 Uhr

**Veranstaltungsort:** Ebersberg, Hebammenpraxis Glücksmomente, Paulhuberweg 4

**Referentin:** Anja Hüwel, Hebamme

**Anmeldung und Infos:** Hebammenpraxis Glücksmomente, Tel. 08092 / 857 23 63

**Kooperation:** Hebammenpraxis Glücksmomente / KBW

**Kursnummer:** 32106

Pfarrer-Bauer-Str. 5 . 85560 Ebersberg  
Tel. 08092 / 850 79 - 0 . Fax. - 20  
info@kbw-ebersberg.de  
[www.kbw-ebersberg.de](http://www.kbw-ebersberg.de)

# Elterntalk - Bringt Eltern miteinander ins Gespräch



ELTERNTALK

Elterntalk bietet Gesprächsrunden über Erziehungsfragen in der Familie an. Im Mittelpunkt stehen Themen wie Medien, Konsum und Erziehung.

- für alle Eltern mit Kindern von 0 bis 14 Jahren
- 4 bis 6 Gäste bei sich zu Hause oder an einem beliebigen Ort
- Elterntalk-Moderator\*innen kommen mit dem vorbereiteten Thema zu Ihnen
- Austausch und gegenseitige Unterstützung
- bis zu 2 Stunden
- kostenfrei
- kleines Gastgeber\*innengeschenk als Dankeschön

Wir haben Ihr Interesse geweckt?

Dann kontaktieren Sie unsere Ansprechpartnerin mit Ihrem Themen- und Terminwunsch unter:

## **Ansprechpartnerin:**

Carola Darchinger

Päd. Mitarbeiterin für Elterntalk

Tel. 08092 / 850 79 - 17 oder

elterntalk@kbw-egersberg.de



# Elterntalk

## Geschwister und Mehrlinge/Zwillinge

Geschwister und Mehrlinge – ob älter oder jünger für Eltern stellt sich hier immer wieder die Frage: „Wie werde ich allen gerecht?“

Elterntalk bietet die Möglichkeit, in kleiner Runde mit anderen Mehrlingseltern Themen wie diese zu besprechen. Hören Sie, wie es andere Mehrlingseltern machen.

**Termin:** Mi 29.01.2020, 9.00 - 11.00 Uhr

**Veranstaltungsort:** Ebersberg, KBW, Pfarrer-Bauer-Str. 5

**Referentin:** Nadine Bayerstadler, Zwillingmutter, Elterntalk-Moderatorin

**Anmeldung:** KBW bis 27.01.2020

**Kursnummer:** 32078



ELTERNTALK

## Erstes Lebensjahr mit Zwillingen/Mehrlingen

Das erste Lebensjahr mit Mehrlingen/Zwillingen ist eine große Herausforderung. Ob schlafen, essen, spielen, lachen oder weinen – es ist immer mehrfach zu meistern. In einer kleinen Runde, mit anderen Mehrfacheltern, leitet eine Moderatorin diesen Elterntalk. Hier ist Raum, um mit anderen „Profis“ über Themen, die Ihnen am Herzen liegen, zu sprechen.

**Termin:** Mo 03.02.2020, 20.00 - 22.00 Uhr

**Veranstaltungsort:** Ebersberg, KBW, Pfarrer-Bauer-Str. 5

**Referentin:** Nadine Bayerstadler, Zwillingmutter, Elterntalk-Moderatorin

**Anmeldung:** KBW bis 02.02.2020

**Kursnummer:** 32075

---

## Schulzeit mit Zwillingen/Mehrlingen

Die Schulzeit ist eine Herausforderung für Familien mit Mehrlingen.

- Wer geht in welche Schule?
- Kommen die Kinder in dieselbe Klasse?
- Wie unterstütze ich bei den Hausaufgaben?

Alle diese Fragen und mehr können bei einem Elterntalk zur Sprache kommen.

**Termin:** Fr 11.02.2020, 9.00 - 11.00 Uhr

**Veranstaltungsort:** Ebersberg, KBW, Pfarrer-Bauer-Str. 5

**Referentin:** Kerstin Bockler, Zwillingmutter, Elterntalk-Moderatorin

**Anmeldung:** KBW bis 19.02.2020

**Kursnummer:** 32076

## Individualität von Mehrlingen/ Zwillingen wahren

Wie unterstütze ich die Individualität von Mehrlingen/Zwillingen? Ziehen die Kinder dieselbe Kleidung an? Wie gehe ich mit Konkurrenz unter Mehrlingen um? All diese und mehr Themen können im Elterntalk mit anderen Mehrlingseltern angesprochen werden.

**Termin:** Di 21.02.2020, 20.00 - 22.00 Uhr

**Veranstaltungsort:** Ebersberg, KBW,  
Pfarrer-Bauer-Str. 5

**Referentin:** Sandra Bieber,  
Elterntalk-Moderatorin

**Anmeldung:** KBW bis 09.02.2020

**Kursnummer:** 32077

## „Ich habe nur zwei Hände ...“ Wie bewältige ich den Alltag mit Zwillingen/ Mehrlingen

Um allen Familienmitgliedern in einer Mehrlingsfamilie gerecht zu werden, würde man oft mehr als nur zwei Hände benötigen. Wie schaffe ich dies ohne zu zaubern? Wie kann ich unseren Alltag so gestalten, dass ich mich nicht ständig überfordert fühle? Wie kann ich für mich sorgen, wo sind meine Tankstellen? Wie machen es andere Eltern von Mehrlingen? Mit anderen Mehrlingseltern besteht die Möglichkeit sich in kleiner Runde über diese und andere Themen auszutauschen. Eine Elterntalk-Moderatorin begleitet in entspannter Atmosphäre einen Elterntalk zu diesem Thema.

**Termin:** Mi 26.02.2020, 9.00 - 11.00 Uhr

**Veranstaltungsort:** Ebersberg,  
KBW, Pfarrer-Bauer-Str. 5

**Referentin:** Nadine Bayerstadler, Zwillingsmutter,  
Elterntalk-Moderatorin

**Anmeldung:** KBW bis 24.02.2020

**Kursnummer:** 32079



ELTERN TALK



# Café Auszeit

Immer alleine zu Hause frühstücken ist langweilig. Mit Kind ins Café gehen nicht immer ganz einfach. Sie möchten sich eine „Auszeit“ aus dem Familienalltag gönnen, gemütlich ratschen und Kaffee trinken?

Besuchen Sie uns im „Café Auszeit“.

Café  
Auszeit



- jeden Dienstag von 10.00 - 12.00 Uhr (außer in den Schulferien)
- Ebersberg, Kath. Pfarrheim, Pfarrsaal, Baldestr. 18
- für Sie und Ihre Kleinkinder von 0 - 3 Jahren (Kinderspielecke)
- kostenfrei (Bitte um kleine Spende für's Frühstück)
- „Extra“ - mit Expertentisch
- mit Gisela Högel, Yvonne Wolf und Katrin Sommer

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Das Angebot wird unterstützt durch die Bundesinitiative Frühe Hilfen sowie der Marien-Apotheke Ebersberg und findet in Kooperation mit der KoKi des Landratsamtes statt.

# Café Auszeit „Extra“

## Zwillinge stillen - Herausforderung und Freude

Zwillinge bedeuten doppeltes Glück und doppelte Anstrengung. Das Stillen mit Zwillingen ist eine hervorragende Möglichkeit, die Babys gut zu ernähren und eine innige Zeit mit ihnen zu verbringen.

Auf was Sie beim Stillen von Zwillingen achten sollten und was Ihnen das Tandemstillen erleichtert, erfahren Sie an diesem Vormittag im Café Auszeit.

Wie immer gibt es ein leckeres Frühstück und eine Spielecke für die Kleinsten.

**Termin:** Di 28.01.2020, 10.00 - 12.00 Uhr  
**Veranstaltungsort:** Ebersberg,  
Kath. Pfarrheim, Baldestr. 18  
**Referentin:** Anja Hüwel, Hebamme  
**Kooperation:** Koki / Amt für Ernährung / KBW  
**Kursnummer:** 31909

## Zwillinge und Mehrlinge - Besonderheiten in Schwangerschaft und Elternzeit

Mutterschutz, Elterngeld(Plus), Elternzeit, Landeserziehungsgeld und Betreuungsgeld sind sehr umfassende Themen. Mit Zwillingen oder Mehrlingen ist nochmal einiges anders.

- Wie gestalte ich die Elternzeit mit zwei oder mehr Babys am besten?
- Welche Besonderheiten gibt es?

Frau Ruch von der Schwangerenberatung stellt sich Ihren wichtigsten Fragen.

**Termin:** Di 18.02.2020, 10.00 - 12.00 Uhr  
**Veranstaltungsort:** Ebersberg,  
Kath. Pfarrheim, Baldestr. 18  
**Referentin:** Petra Ruch, Dipl. Sozialpädagogin  
**Kooperation:** Schwangerenberatung LRA /  
Koki / KBW  
**Kursnummer:** 32119



Im Veranstaltungszeitraum  
gibt es in der  
Stadtbücherei Ebersberg  
einen BÜCHERTISCH zum Thema  
Zwillinge/Mehrlinge

# wellcome - Praktische Hilfe nach der Geburt



Wenn ein Baby kommt ist die Freude groß, doch gleichzeitig wird das Leben auch ganz schön anstrengend. Durchwachte Nächte, Schreiphasen und eifersüchtige Geschwisterkinder können den Familienalltag auf den Kopf stellen. Hier gibt es Unterstützung von wellcome. Ehrenamtliche kommen ein- bis zweimal die Woche in die Familie und greifen den frischgebackenen Eltern unter die Arme.

Hier werden Babys in den Schlaf geschaukelt, Geschwisterkinder getröstet oder Eltern mit Zwillingen zu wichtigen Terminen begleitet. Zeit für die Eltern einmal durchzuschlafen.

Melden Sie sich, wenn Sie sich Unterstützung  
wünschen oder ehrenamtlich tätig  
werden möchten, bei der Koordinatorin.

Das Angebot wird  
unterstützt durch die  
Bundesinitiative  
Frühe Hilfen und findet in  
Kooperation mit der KoKi  
des Landratsamtes statt.



Bundesstiftung  
Frühe Hilfen



gefördert von



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



**Ansprechpartnerin:**

Sandra Löbl

Päd. Mitarbeiterin für wellcome

Tel. 08092 / 850 79 - 12 oder

ebersberg@wellcome-online.de

## Vorträge

### **Doppelpack – eine Einheit oder zwei Persönlichkeiten** **Besonderheiten bei der Entwicklung und Erziehung von Zwillingen und Mehrlingen**

Zwillinge sind sich ganz besonders nah - so denkt man jedenfalls. Für Außenstehende sind die beiden oftmals kaum auseinander zu halten. Für Eltern sieht die Situation natürlich ganz anders aus. Doch wie unterschiedlich entwickeln sich Zwillinge? Sind sie sich tatsächlich enger als Geschwister es sonst sind? Sind sie eher eine Einheit oder kommt schon bald ein Konkurrenzdenken auf? Wie unterschiedlich entwickeln sich Charaktere?

Die Biologin und Zwillingmutter Kerstin Bockler wirft einen genauen Blick auf die Entwicklung von Zwillingen und die Besonderheiten, die durch das Doppelpack entstehen können. Außerdem gibt sie Ideen und Möglichkeiten an die Hand, wie man auf diese „Besonderheit“ im Alltag eingehen kann, um die Kinder auf dem Weg zu Persönlichkeiten zu unterstützen.

**Termin:** Mi 05.02.2020, 20.00 - 22.00 Uhr  
**Veranstaltungsort:** Ebersberg,  
Kath. Pfarrheim, Kolpingzimmer, Baldestr. 18  
**Referentin:** Kerstin Bockler, Dipl.-Biologin,  
Familienreferentin, Zwillingmutter  
**Anmeldung:** KBW bis 30.01.2020  
**Kursnummer:** 32044

alle  
Termine  
kosten-  
frei

## Tragetuchtragen mit Zwillingen

Üben und ausprobieren von Tragetuchtechniken, speziell auch für Eltern mit Zwillingen

**Termin:** Sa 08.02.2020, 9.30 - 12.00 Uhr  
**Veranstaltungsort:** Ebersberg, KBW,  
Pfarrer-Bauer-Str. 5  
**Referentin:** Ilona Ahrens, Trageberaterin  
**Kooperation:** Hebammenpraxis Grafing / KBW  
**Kursnummer:** 32045

### **Was Zwillinge/Mehrlinge brauchen** **Impulsvortrag und Gespräch unter** **Schwangeren und Mehrlingseltern**

Sie erwarten Zwillinge/Mehrlinge und haben viele Fragen? Ihre Zwillinge/Mehrlinge sind schon auf der Welt und Sie möchten sich mit anderen austauschen? In entspannter Atmosphäre treffen sich werdende Zwillingmütter und -väter sowie Eltern von Zwillingen im ersten Lebensjahr. Hier können sie sich austauschen über alle Fragen, die Sie jetzt bewegen: welche Ausstattung brauche ich? Welche Hilfe von außen brauche und möchte ich? Wieviel Gemeinsamkeit, wieviel Eigenständigkeit brauchen Mehrlinge? Wie fühlt sich das ältere Geschwisterkind? Wo bleibe eigentlich ich? Das besondere Augenmerk liegt dabei auf der Stärkung in der Zeit, in der von außen oft nur das Risiko und die Belastung gesehen werden. Der Austausch mit anderen Müttern und Vätern bringt Ihnen ganz konkrete Tipps direkt aus der Praxis.

**Termin:** Di 11.02.2020, 19.00 - 22.00 Uhr  
**Veranstaltungsort:** Poing, Pfarrheim Rupert Mayer,  
Gebr.-Asam-Str. 2  
**Referentin:** Monika Ulm, GfG-Familienbegleiterin,  
FenKid-Kursleiterin  
**Anmeldung:** KBW bis 07.02.2020  
**Kursnummer:** 31854

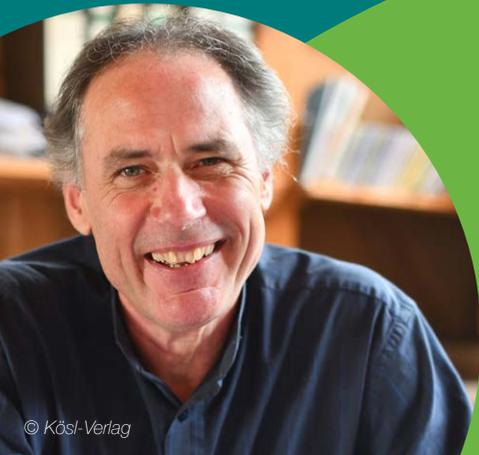
## Grußwort

Als wir klein waren spielte sich bei uns zuhause die immer gleiche Szene ab: Wenn sich Besucher verabschieden wollten, baute sich meine 2 Jahre ältere Schwester vor ihnen auf. Mit einem von uns an der Hand. Und fragte ganz leise: „Willst Du den nicht mitnehmen?“

Ja, Zwillinge sind eine doppelte Freude. Von der man manchmal – nur ganz, ganz manchmal – dann doch genug hat.

In diesem Sinne, viel Freude bei den Mehrlingswochen!

Ihr Herbert Renz-Polster



© Kösl-Verlag



© Renz-Polster / Herbert Renz-Polster mit seinem Zwillingenbruder

## Wie Kinder heute wachsen - Was braucht mein Kind für eine gute Entwicklung?

**Termin:**

Mi 29.01.2020, 20.00 - 21.30 Uhr

**Veranstaltungsort:**

Ebersberg, Kath. Pfarrheim, Baldestr. 18

**Referent:**

Dr. med. Herbert Renz-Polster,  
Kinderarzt, Buchautor

**Kooperation:**

VHS / KBW

**Teilnahmegebühr:**

15,00 Euro

