



Online-Vortragsreihe „Eltern am Start“

Liebe (werdende) Eltern,

wir laden Sie zu unseren monatlich wechselnden Online-Vorträgen herzlich ein. Das Programm bietet Ihnen die Möglichkeit sich bei Entwicklungs- und Erziehungsfragen das ganze Jahr über Tipps, Rat und Unterstützung zu holen.

Die Teilnahme ist kostenlos. Über den QR- Code kommen Sie direkt zur Anmeldung. Gerne dürfen Sie sich auch telefonisch unter 0941 4009-622 oder per E-Mail koki@landkreis-regensburg.de für die einzelnen Vortragsthemen anmelden.

Wir freuen uns auf Sie.

Herzliche Grüße aus dem Landratsamt Regensburg

KoKi – Netzwerk frühe Kindheit





Anmeldung erforderlich!

Programm „Eltern am Start“ Mai bis August 2025

Mai 2025

15. Mai 2025, 19.00 – 21.00 Uhr

Sommer, Sonne, Sonnenschutz

Worauf muss ich in der Sommerzeit bei meinen Kindern achten? Es werden Themen wie Sonnenschutz, Sonnenbrand, Sonnenstich und Zecken sowie die typischen Sommererkrankungen besprochen und wie Sie als Eltern am besten darauf reagieren sollten.

Referent ist Dr. Dominik Ewald, Kinder- und Jugendarzt

Juni 2025

25.06.2025 von 9.30 -11.00 Uhr

Bewegung, Wahrnehmung und Spiel im ersten Lebensjahr

Bewegung bewegt alles! Greifen, Fühlen, Rollen, Robben, Krabbeln, Stehen – jetzt kommt Bewegung ins Leben. Das Baby beginnt nun mit allen Sinnen seine Umwelt zu „be-greifen“. Bewegung und die spielerische Aktivierung aller Sinne ist die Grundlage für eine rundum gesunde Entwicklung des Babys. Sie erhalten viele Informationen über die Zusammenhänge von Sinneserfahrung und Bewegung mit Fokus auf das erste Lebensjahr. Zusätzlich bekommen Sie Tipps wie die Bewegungen des Babys aktiviert werden können und erhalten praxisnahe Anregungen zur Umsetzung im Alltag.

Referentin ist Elisabeth Keil, Physiotherapeutin, Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten

Juli 2025

16.06.2025 von 9.30 – 11.00 Uhr

Gesund ernährt in Schwangerschaft und Stillzeit

Während der Schwangerschaft und auch in der Stillzeit treten oft viele Fragen bei der werdenden Mutter auf. Darf ich mich vegetarisch oder vegan ernähren? Brauche ich Nahrungsergänzungsmittel? Auf welche Nahrungsmittel sollte ich verzichten? Unterschiedliche, teils widersprüchliche, oft gut gemeinte Ratschläge verunsichern zusätzlich. Auf diese und weitere wichtige Fragen hinsichtlich einer ausgewogenen Ernährung und eines gesundheitsfördernden Lebensstils während der Schwangerschaft und in der Stillzeit erhalten Sie in diesem Vortrag Antworten.

Referentin ist Christina Apel, Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten

August 2025

08.08.2025 von 9.30 -10.30 Uhr

Babymassage

Babys lieben Massagen und Berührungen. Dadurch wird die Beziehung zwischen Kind und Mama oder Papa gestärkt und intensiviert. Auch die sensorische und motorische Entwicklung wird positiv unterstützt. Wie auch bei Erwachsenen kann die Massage entspannen und beruhigen.

**Referentin ist Katrin Jesterschawek, Sozialpädagogin (B.A.), KoKi Landkreis Regensburg,
Babymassage- und Fenkidkursleitung**