



Herbstprogramm 2026 (Oktober – Dezember)

Familienstützpunkt Ampfing

In Kooperation: Kinderkrippe „Isenzwergerl“

Jahnweg 15, 84539 Ampfing

Liebe Familien,

gemeinsam erleben verbindet doppelt! Der Familienstützpunkt ist ein Ort der nicht nur die Kinder in den Blick nimmt, sondern auch deren Eltern und Familien. So vielfältig wie die Familien sind auch die alltäglichen Themen, zu denen man sich oft auf kurzem und einfachem Weg einen Austausch und kompetente Unterstützung wünscht.

Genau das möchte der Familienstützpunkt erreichen und Möglichkeiten zur Begegnung, Bildung und Beratung in Ampfing schaffen. Zudem ist der Familienstützpunkt eine Kontakt- und Anlaufstelle für alle Familien in der Gemeinde Ampfing, in der man sich über stattfindende Angebote für Eltern, Kinder, Jugendliche und Familien im Ort informieren kann.

Ich würde mich freuen, euch bei der ein oder anderen Aktion begrüßen zu dürfen.

Herzliche Grüße

Stefanie Knorr

Regelmäßige Beratung/Sprechstunde:

Sämtliche Beratungen sind kostenlos, aktuell jedoch nur mit Voranmeldung möglich. Selbstverständlich gelangen keinerlei Gesprächsinhalte an Dritte.

Anmeldung unter familienstuetzpunkt@ampfing.de
oder 08636/6979571

Fachkraft Familienstützpunkt - Fr. Knorr

Beratung zu Themen rund um die Familie, Erziehung, kindliche Entwicklung, digitale Medien, Vereinbarkeit von Familie und Beruf, kindliche Gesundheit etc. und ggf. Weitervermittlung an entsprechende Stellen.

Informationen zur Kinderbetreuung sowie Freizeitaktivitäten für Kinder und Familien in Ampfing.

Termine: nach Vereinbarung

Ort: Jahnweg 15, Ampfing - Büro Familienstützpunkt

Kosten: Kostenfrei

Donum Vitae - Fr. Miedl



Beratung zu Themen rund um die Schwangerschaft und Geburt, Elterngeld etc.

Termine: 22.10.2026, 19.11.2026, 17.12.2026

Uhrzeit: 08.30 - 11.00 Uhr

Ort: Jahnweg 15, Ampfing - Büro Familienstützpunkt

Kosten: kostenfrei

KoKi – Netzwerk frühe Kindheit Baby- und Kleinkindsprechstunde - Fr.



Entwickelt sich mein Baby gut? Warum schreit mein Kind so viel und was kann ich tun? Wie kann ich meinem Baby bei Bauchweh helfen? Was mache ich bei Stillproblemen? Warum schläft mein Kind nicht durch? Wie bereite ich mein Kind auf ein Geschwisterchen vor? Hier können alle Fragen rund um die Gesundheit des Babys gestellt werden und Ihr Baby auch gewogen und gemessen werden.

Termine: 28.10.2026, 25.11.2026, 16.12.2026

Uhrzeit: 09.00 - 10.30 Uhr

Ort: Jahnweg 15, Ampfing - Büro Familienstützpunkt

Caritas Familiensprechstunde

Beratung z. B. für Familien, die etwas verändern wollen, bei Problemen in der Erziehung auch nach dem Kleinkindalter oder für Alleinerziehende.



Termine: 14.10.2026, 11.11.2026, 09.12.2026

Uhrzeit: 10.15 – 11.15 Uhr

Ort: Jahnweg 15, Ampfing - Büro Familienstützpunkt

Termine: 07.10.2026, 04.11.2026, 02.12.2026

Uhrzeit: 08.00 – 09.30 Uhr

Ort: Kindergarten „Isenstrolche“, St.-Christophorus-Str. 4

Termine: 21.10.2026, 25.11.2026, 16.12.2026

Uhrzeit: 08.00 – 09.30 Uhr

Ort: Kath. Kindergarten Zangbergerstr. 10

Kosten: alle Beratungsangebote sind kostenfrei

Anmeldung möglich unter: familienstuetzpunkt@ampfing.de
oder 08636/6979571

Begegnungsangebote:

Offener Spielenachmittag

Unser offener Spielenachmittag findet von Juli – September immer dienstags von 15:00 – 16:30 Uhr statt. Beim Spielen können Kinder von Geburt an bis zur Einschulung sowie deren Eltern unsere Räumlichkeiten zwanglos nutzen und Kontakte zu anderen Familien knüpfen. Ein gemeinsames Kaffee trinken und Kuchen essen stärkt uns zwischendurch. Herzlich willkommen, sind alle Kinder aus der Ukraine, neu zugezogenen Kinder und Kinder, die sich bereits in Ampfing auskennen.

Termine Kinder von 0 – 6 Jahre:

ab 15.09.26 -15.12.2026 jeden Dienstag, außer in den Schulferien

Uhrzeit: 15.00 - 16.30 Uhr

Ort: Jahnweg 15, Ampfing – Familienstützpunkt

Durchgeführt von: Stefanie Knorr Leitung Familienstützpunkt

Kosten: 2 € pro Familie

Anmeldung: familienstuetzpunkt@ampfing.de oder 08636/6979571



Windelflitzerkurs

Das Windelflitzer®-Tanzkonzept wurde entwickelt, um Kinder im Alter von 2 bis 3 Jahren auf spielerische Weise in ihrer motorischen und kognitiven Entwicklung zu unterstützen. Gleichzeitig wird beim Kindertanzen auf wundervolle Weise die Eltern-Kind-Bindung gestärkt, denn Mama oder Papa sind immer mit dabei.

Termin: 8 x dienstags ab 22.09.2026 (außer in den Ferien)

Uhrzeit: 14.45 - 15.45 Uhr

Altersempfehlung: 2 - 3 Jahre

Ort: Jahnweg 15, Ampfing - Familienstützpunkt

Durchgeführt von: Anita Sattler

Kosten: 85 €

Anmeldung: familienstuetzpunkt@ampfing.de oder
08636/6979571

Babytreff

Sie sind auf der Suche nach einem Babytreff?

Mütter und/oder Väter mit Babys im ersten Lebensjahr kommen zum Austausch in unseren Treff. Ziel unserer Spielgruppe für die Kleinsten ist in erster Linie die Möglichkeit zum Erlernen des Spiels mit Gleichaltrigen. Dieses Miteinander ermöglicht es den Kindern, erste soziale Verhaltensweisen zu erlernen und einzuüben und sich selbst weiterzuentwickeln. Daneben bietet die Spielgruppe für die Eltern ein Forum, Kontakte zu anderen Eltern zu knüpfen und sich über verschiedenste Themen auszutauschen.

Mit etwa 1,5 Jahren können die Kinder dann in die EKP-Gruppe des kath. Kreisbildungswerks in Ampfing wechseln.

Termine: 24. Block - donnerstags 12.11.26 – 10.12.26

Ort: Jahnweg 15, Ampfing – Familienstützpunkt
(für Kinder ab 1 Jahr)

Uhrzeit: 09.00 Uhr – 10.30 Uhr

Kosten: 10 € pro Familie (pro Block)

Anmeldung: familienstuetzpunkt@ampfing.de oder
08636/6979571



Bundesweiter Vorlesetag

Verschiedene Lesepaten aus ganz Ampfing und dem Landkreis Mühldorf lesen Kindern zwischen 1 und 10 Jahren spannende und abwechslungsreiche Geschichten im Rahmen des bundesweiten Vorlesetages vor. Für die Eltern gibt es in dieser Zeit eine Möglichkeit zum Austausch bei Kaffee & Kuchen.

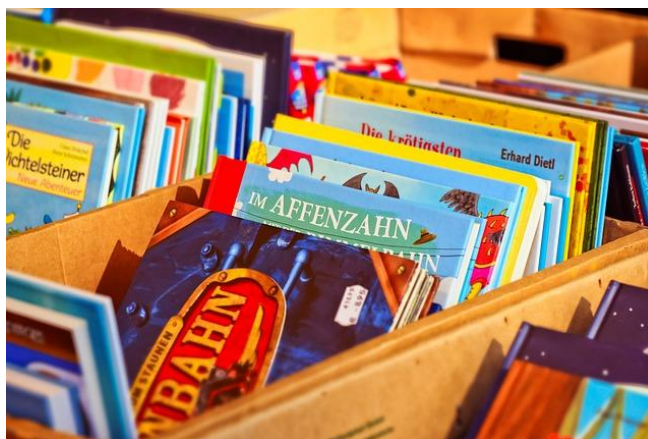
Termin: 21.11.2026

Uhrzeit: 15.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Ort: Jahnweg 15, Ampfing – Familienstützpunkt

Kosten: kostenfrei

Alle weiteren Informationen folgen rechtzeitig über die Homepage und die verschiedenen Einrichtungen in der Gemeinde.



In der Weihnachtsbäckerei

Gemeinsam mit anderen Eltern und Kindern werden bei Punsch und Weihnachtsmusik Plätzchen gebacken und verziert. Für Eltern mit Kindern jeden Alters.

Bitte bringen Sie Plätzchendosen, Teigausrolle, Ausstechformen und Schürzen mit.

Termin: 25.11.2026 oder 26.11.2026

Uhrzeit: 15.00 -17.00 Uhr

Ort: Jahnweg 15, Ampfing – Familienstützpunkt

Durchgeführt von: Leitung Familienstützpunkt Stefanie Knorr

Kosten: 5€ pro Familie

Anmeldung: familienstuetzpunkt@ampfing.de oder 08636/6979571



Advent - Familienfrühstück

Das Familienfrühstück findet im Familienstützpunkt in Ampfing statt. Hier treffen sich Mamas und Papas, um in netter Gesellschaft zu frühstücken, Erfahrungen auszutauschen und neue Leute kennen zu lernen. Nutzen Sie auch die Gelegenheit, sich vor Ort über weitere Angebote im Familienstützpunkt zu informieren.

Termine: 12.12.2026

Uhrzeit: 10.00 - 12.00 Uhr

Ort: Jahnweg 15, Ampfing - Familienstützpunkt

Durchgeführt von: Stefanie Knorr Leitung Familienstützpunkt

Kosten: 5 € pro Familie

Anmeldung: familienstuetzpunkt@ampfing.de oder
08636/6979571



Betreuungsangebote:

Mobbingpräventionskurs – Stark im Miteinander

- Präventionskurs zur Förderung von Selbstwert, Konfliktfähigkeit und Respekt

Der Kurs stärkt soziale Kompetenzen, Selbstwert und Konfliktfähigkeit und fördert ein respektvolles Miteinander.

Die Kinder lernen, Verantwortung füreinander zu übernehmen, Konflikte achtsam zu lösen und einander aktiv zu unterstützen.

Inhalte:

- Unterschied zwischen Streit und Mobbing
- Wahrnehmung und Schutz eigener Grenzen
- Förderung von Empathie und Perspektivwechsel
- Stärkung von Selbstwert und gegenseitiger Wertschätzung
- Förderung von Zivilcourage und Hilfsbereitschaft
- Altersgerechte Strategien zum Umgang mit Ausgrenzung und Konflikten

Termin: Samstag, den 24.10.2026

Alter: 3. – 6. Klasse

Uhrzeit: 10.00 – 14.00 Uhr

Ort: Jahnweg 15, Ampfing – Familienstützpunkt

Durchgeführt von: Manuela Landenhammer (Ganzheitlicher Kinder- Jugend- Familiencoach, Mobbingpräventionstrainerin)

Kosten: 80 € pro Kind plus 10€ Materialkosten

Mitbringen: Yogamatte, Trinken und Brotzeit für die Mittagspause

Anmeldung: familienstuetzpunkt@ampfing.de oder
08636/6979571

Kreativwerkstatt für Grundschulkinder

In der Kreativwerkstatt stehen künstlerisch-handwerkliches Arbeiten und Gestalten, sowie das Erproben und Kennenlernen einer Vielzahl von Materialien und Techniken im Vordergrund. Fantasie, Freiraum und Kreativität sind Begleiter bei der Umsetzung eigener Ideen, beim schöpferischen Tun und Experimentieren. In der Kreativwerkstatt können sich Kinder an verschiedenen Maltechniken ausprobieren. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Das Angebot richtet sich an Grundschulkinder. Eine pädagogische Fachkraft führt durch die Kreativwerkstatt und begleitet durch den Vormittag.

Termin: 04.11.2026

Uhrzeit: 10.00 – 12.00 Uhr

Ort: Jahnweg 15, Ampfing – Familienstützpunkt

Durchgeführt von: Stefanie Knorr, Leitung Familienstützpunkt

Kosten: 3 € pro Kind

Anmeldung: familienstuetzpunkt@ampfing.de oder
08636/6979571

Pizza backen für Grundschulkinder

Habt ihr Lust, eure eigene Pizza zu backen? Dann kommt zu unserem Pizzaback-Event! Gemeinsam kneten wir den Teig, belegen unsere Pizzen nach Lust und Laune und genießen sie anschließend zusammen.

Termin: 05.11.2026

Uhrzeit: 10.30 – 13.00 Uhr

Alter: ab 6 Jahre

Ort: Jahnweg 15, Ampfing – Familienstützpunkt

Durchgeführt von: Leitung Familienstützpunkt Stefanie Knorr

Kosten: 5 € pro TN

Anmeldung: familienstuetzpunkt@ampfing.de oder
08636/6979571



Stärkenkurs 2 – 4 Klasse

- **Mut entwickeln, Gefühle verstehen und an sich glauben**

Im Stärkenkurs lernen Kinder, sich selbst bewusster wahrzunehmen, Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten aufzubauen und mit Herausforderungen gestärkt umzugehen.

Inhalte:

- Eigene Stärken erkennen und benennen
- Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen stärken
- Gefühle wahrnehmen und angemessen ausdrücken
- Förderung von Mut, Klarheit und Selbstsicherheit
- Strategien zum Umgang mit Stress und Belastungen
- Resilienz und innere Stärke im Alltag fördern

Der Kurs arbeitet mit spielerischen, kreativen und bewegungsorientierten Methoden. Die Kinder erleben einen geschützten Rahmen, in dem sie sich ausprobieren, entfalten und wachsen dürfen.

Termin: Samstag, den 21.11.2026

Alter: 2. - 4. Klasse

Uhrzeit: 10.00 – 14.00 Uhr

Ort: Jahnweg 15, Ampfing – Familienstützpunkt

Durchgeführt von: Manuela Landenhammer (Ganzheitlicher Kinder- Jugend- Familiencoach, Mobbingpräventionstrainerin)

Kosten: 80 € pro Kind plus 10€ Materialkosten

Mitbringen: Yogamatte, Trinken und Brotzeit für die Mittagspause

Anmeldung: familienstuetzpunkt@ampfing.de oder 08636/6979571

Lernkurs 3-5. Klasse

- Ganzheitlich lernen mit Freude, Ruhe und Selbstvertrauen

Der Lernkurs hilft Kindern dabei, mit mehr Freude und Selbstvertrauen zu lernen. Gemeinsam entdecken sie, wie Lernen für sie persönlich gut funktionieren kann – denn jedes Kind lernt anders.

Im Kurs lernen die Kinder ...

- ... einfache Lernstrategien kennen, die zu ihnen passen.
- ... ihre Konzentration und Aufmerksamkeit zu verbessern.
- ... besser mit Frust, Druck und Misserfolgen umzugehen.
- ... ihre Motivation und Freude am Lernen zu stärken.
- ... Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu entwickeln.
- ... Entspannungs- und Konzentrationsübungen für den Schulalltag anzuwenden.

Dabei geht es nicht um bessere Noten oder zusätzlichen Lernstoff. Im Mittelpunkt steht das Kind mit seinen individuellen Stärken und seinem eigenen Lerntempo.

Die Kinder erleben, dass Fehler zum Lernen dazugehören, jeder auf seine eigene Weise lernt und sie bereits viele Fähigkeiten mitbringen. Durch spielerische, kreative und bewegungsorientierte Übungen schaffen wir eine entspannte Atmosphäre, in der Lernen wieder leichter und mit mehr Freude gelingen kann.

Termin: Samstag, den 12.12.2026

Alter: 3-5 Klasse

Uhrzeit: 10.00 – 14.00 Uhr

Ort: Jahnweg 15, Ampfing – Familienstützpunkt

Durchgeführt von: Manuela Landenhammer (Ganzheitlicher Kinder- Jugend- Familiencoach, Mobbingpräventionstrainerin)

Kosten: 80 € pro Kind plus 10€ Materialkosten

Mitbringen: Yogamatte, Trinken und Brotzeit für die Mittagspause

Anmeldung: familienstuetzpunkt@ampfing.de oder
08636/6979571

Weihnachtswerkstatt

Während Sie letzte Weihnachtseinkäufe tätigen, können Ihre Kinder ein kleines, persönliches Weihnachtsgeschenk für Oma, Opa, Tante, Onkel etc. gestalten. Für Kinder von 4 bis 10 Jahren. Voraussetzung ist, dass ihr Kind gerne bleibt, auch wenn Sie wieder gehen.

Termine: 19.12.2026

Alter: ab 4 Jahre

Uhrzeit: 10.00 – 12.00 Uhr

Ort: Familienstützpunkt Ampfing, Jahnweg 15, 84539 Ampfing

Veranstalter: Familienstützpunkt Ampfing

Durchgeführt von: Stefanie Knorr, Leitung Familienstützpunkt

Kosten: 3€ pro Kind

Anmeldung: familienstuetzpunkt@ampfing.de oder

08636/6979571

Elternbildungsangebote:

Themenabend: Medien nutzen im Altern von 10 – 14 Jahre

Die Infoveranstaltung gibt Einblicke in die Medienwelten von 10- bis 14-Jährigen. Sie informiert darüber, wie Kinder und Jugendliche Medieninhalte nutzen und wahrnehmen. Eltern und Erziehende erhalten medienpädagogisches Hintergrundwissen zu beliebten Medienthemen. Außerdem bekommen sie praktische Tipps, wie sie ihr Kind im Umgang mit Medien begleiten und fördern können.

- Medienkonsum: Wann ist es zu viel?
- Werbung und Merchandising: Wie können Kinder unterstützt werden?
- Welche Bedeutung haben mediale Vorbilder?
- Gewalt in den Medien: Welche Darstellungen sind für Kinder problematisch?
- Wie funktioniert der Jugendmedienschutz?

Termine: 13.10.2026

Uhrzeit: 19.00 – 20.30 Uhr

Ort: Online-Vortrag

Veranstalter: Familienstützpunkt Ampfing

Durchgeführt von: Claudia Nußer – Medienpädagogin

Kosten: kostenfrei (Kosten übernimmt die Stiftung Medienpädagogik)

Anmeldung: familienstuetzpunkt@ampfing.de oder
08636/6979571

Themenabend: Mehrsprachigkeit

Sie leben als zwei- oder mehrsprachige Familie und fragen sich, wie Sie Ihre Minderheitensprache(n) erfolgreich an Ihr Kind weitergeben können so, dass Ihr Kind diese Sprachen nicht nur versteht, sondern auch aktiv spricht?

Dieser Onlineaustausch bietet Ihnen einen offenen, unverbindlichen Rahmen, um Antworten zu finden. Gemeinsam sprechen wir über typische Fragen, Wünsche und auch Zweifel rund um Mehrsprachigkeit in der Familie. Sie erhalten einen kurzen Einblick in die Theorie und bekommen realistische Impulse und Praxistipps, wie Mehrsprachigkeit von Anfang an oder auch zu einem späteren Zeitpunkt gelingen kann. Der Austausch lebt vom Dialog: Es gibt Raum für Ihre persönlichen Fragen, für Erfahrungen und für die Erkenntnis, dass es nicht den einen richtigen Weg gibt, sondern viele mögliche, alltagstaugliche Lösungen.

Termine: 21.10.2026

Uhrzeit: 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: Online-Vortrag

Veranstalter: Familienstützpunkt Ampfing

Durchgeführt von:

Kosten: 8€ pro Teilnehmer

Anmeldung: familienstuetzpunkt@ampfing.de oder
08636/6979571

Themenabend: Eat the Rainbow

- mit regionalen und saisonalen Lebensmitteln

Möchten Sie wissen wie bunte Obst und Gemüse die Gesundheit Ihrer Kinder stärkt und was **"Eat the rainbow"** bedeutet?

Sie erfahren Interessantes und Wissenswertes über sekundäre Pflanzenstoffe, Vitamine und Antioxidantien in bunten Lebensmitteln.

Wussten Sie das die bunten Farben von Obst und Gemüse verschiedene Wirkungen im Körper haben

Neben der Theorie kommt auch die Praxis nicht zu kurz. Wir backen rote Beete Waffeln, machen einen lila Kartoffelaufstrich und verkosten bunte Pizzaschnecken

Wir besprechen den gesundheitlichen Vorteil von Lebensmitteln aus der Region und warum es Sinn macht Obst und Gemüse in der Saison zu kaufen

Termine: 09.11.2026

Uhrzeit: 18.30 – 20.00 Uhr

Ort: Familienstützpunkt Ampfing, Jahnweg 15, 84539 Ampfing

Veranstalter: Familienstützpunkt Ampfing

Durchgeführt von: Claudia Häußler

Kosten: kostenfrei (Kosten übernimmt das Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten)

Anmeldung: familienstuetzpunkt@ampfing.de oder
08636/6979571

Elternbildungsangebot: Hausaufgaben- und Lernalltag gut begleiten

Eltern erhalten praktische und alltagstaugliche Strategien, um ihre Kinder in Lern- und Hausaufgaben-situationen unterstützend und entspannt begleiten zu können.

Ein besonderer Fokus liegt auf typischen Problemsituationen im Lernalltag z.B., wenn Hausaufgaben zur Belastung werden, die Motivation fehlt oder Konflikte entstehen. Wie entstehen solche Situationen und welche Wege gibt es, wieder aus der Stress- und Druckspirale herauszufinden? Wie kann die Eltern-Kind-Beziehung wieder harmonisch und wertschätzend werden?

Termine: 26.11.2026

Uhrzeit: 19.00 – 20.30 Uhr

Ort: Familienstützpunkt Ampfing, Jahnweg 15, 84539 Ampfing

Veranstalter: Familienstützpunkt Ampfing

Durchgeführt von: Manuela Landenhammer (Ganzheitlicher Kinder- Jugend- Familiencoach, Mobbingpräventionstrainerin)

Kosten: 13€ pro Person, Familien 23€

Anmeldung: familienstuetzpunkt@ampfing.de oder

08636/6979571

Elternbildungsangebot: Zurück zu Dir – Selbstfürsorge

Im Alltag bleibt oft wenig Raum für dich selbst. Mein Workshop lädt dich dazu ein, bewusst innezuhalten, neue Energie zu schöpfen und wieder bei dir anzukommen. In einer wertschätzenden und entspannten Atmosphäre hast du die Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen, deine innere Stärke zu entdecken und neue Perspektiven auf dich zu gewinnen – ganz ohne Druck und in deinem eigenen Tempo.

Das erwartet dich:

- Impulse und Austausch auf freiwilliger Basis
- Einblick in Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen (ohne Vorkenntnisse).
- Praktische Anregungen und stärkende Übungen für deinen Alltag.
- Ein Skript mit nachhaltigen Impulsen zum Mitnehmen.

Termine: 03.12.2026

Uhrzeit: 16.00 – 17.00 Uhr

Ort: Familienstützpunkt Ampfing, Jahnweg 15, 84539 Ampfing

Veranstalter: Familienstützpunkt Ampfing

Durchgeführt von: Manuela Landenhammer (Ganzheitlicher Kinder- Jugend- Familiencoach, Mobbingpräventionstrainerin)

Kosten: kostenfrei mit Kinderbetreuung

(Kosten übernimmt die Stiftung der Kreissparkasse Mühldorf a. Inn)

Mitbringen: Yogamatte

Anmeldung: familienstuetzpunkt@ampfing.de oder

08636/6979571



Leitung:

Stefanie Knorr

Staatlich anerkannte Erzieherin

Fachkraft für systemische Arbeit

Fachkraft für Medienpädagogik

Anmeldung unter 08636 / 6979571

E-Mail: familienstuetzpunkt@ampfing.de

Weitere Infos zu allen Angeboten unter
www.ampfing.de

Der Familienstützpunkt wird gefördert durch:



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



Familienstützpunkt



Folge uns auf
Instagram



Familienstützpunkt
Ampfing
Jahnweg 15
84539 Ampfing

