Vortragsreihe 2024

für Schwangere, werdende Väter, Eltern und alle Interessierten

DONUM VITAE Deggendorf

Am Stadtpark 12
0991 – 371 966
deggendorf@donum-vitae-bayern.de

DONUM VITAE in Bayern e.V.
beraten - schützen - weiter helfen

❖ Die ersten Wochen mit meinem Baby

Montag, 29.01.2024, 09:00 – 12:00 Uhr

Dieses Angebot richtet sich an Eltern, die Sicherheit im Umgang mit ihrem Baby erfahren möchten, um die gemeinsame Zeit besser genießen zu können. Während des dreistündigen Treffens können die Eltern das theoretisch vermittelte Wissen direkt praktisch umsetzen sowie offene Fragen klären. Beinhaltete Themen: Stillen und Ernährung, Schlafen, Tragen, Harmonische Babymassage, körperliche und seelische Entwicklung des Babys, Mutter-, Vaterrolle, Geschwisterkinder, Babypflege uvm.

Referentin: Michaela Schick, Familien- Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin IBCLC®, Kursleiterin für Harmonische Babymassage, zertifizierte Trageberaterin, Entspannungstrainer

❖ Erste Hilfe für Säuglinge und Kleinkinder

Dienstag, 06.02.2024, 10:00 – ca. 12:00 Uhr

Ein Vortrag und gleichzeitig eine Informationsveranstaltung über das richtige Verhalten bei Notfällen im Säuglings- und Kleinkindalter mit wertvollen Erste-Hilfe-Tipps sowie der Möglichkeit, offene Fragen zu klären.

Referentin: Stefanie Gloth, Malteser Hilfsdienst

❖ Elterngeld, Kindergeld & Co.

Donnerstag, 22.02.2024, 14:30 – 16:00 Uhr

Der Vortrag gibt einen Überblick über die aktuellen gesetzlichen Regelungen und finanziellen Hilfen während der Schwangerschaft und nach der Geburt eines Kindes.

Referentin: Sabine Gruber-Tkotz, Dipl. Soz.-Päd., stellv. Leitung DONUM VITAE

Anmeldung für alle Angebote erforderlich!

DONUM VITAE in Bayern e.V.

❖ Erfolgreicher Stillbeginn und gesunde Säuglingsernährung

Donnerstag, 29.02.2024, 16:00 – 18:00 Uhr

Infoveranstaltung für Schwangere und interessierte Mütter, die einen Überblick über die Möglichkeiten der Säuglingsernährung erhalten möchten. Muttermilch ist die natürlichste und gesündeste Ernährung für das Baby, doch auch mit einer geeigneten Säuglingsanfangsnahrung ist das Baby gut versorgt. Alles Wichtige zu „Stillen, Ernährung mit Muttermilch, Fläschchen und Formula“ erfahren Sie in dieser Veranstaltung.

Referentin: Michaela Schick, Familien- Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin IBCLC®, Kursleiterin für Harmonische Babymassage, zertifizierte Trageberaterin, Entspannungstrainer

❖ Wie kann ich meinen Körper auf eine Schwangerschaft vorbereiten?

Dienstag, 12.03.2024, 17:30 Uhr – ca. 18.30 Uhr

Für den Körper ist eine Schwangerschaft eine Herausforderung. In dieser Zeit muss er viel leisten. Im Vortrag geht es darum, wie der Körper im Vorfeld auf eine Schwangerschaft vorbereitet werden kann. Welche Maßnahmen aus der Naturheilkunde gibt es dazu? Wie können mögliche Hindernisse, die eine Schwangerschaft negativ beeinflussen, verhindert oder beseitigt werden?

Referentin: Veronika Vetterlein, Heilpraktikerin und Osteopathin

❖ Tragen keine Last, sondern Entlastung!

Donnerstag, 14.03.2024, 09:30 – 11:30 Uhr

Ein Wegweiser durch den Dschungel aus Tragetüchern und Tragehilfen!

Referentin: Melanie Falkowski, Trageberaterin, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin

Anmeldung für alle Angebote erforderlich!

DONUM VITAE in Bayern e.V.

❖ Herzsprechstunde – Eine Lesung

Mittwoch, 20.03.24, 19:00 Uhr

Erkranken Frauen am Herzen, haben sie ein doppelt so hohes Risiko daran zu sterben wie Männer – auch weil sich Herz-Kreislauf-Erkrankungen bei Frauen anders äußern und deshalb oft zu spät erkannt werden. Warum das weibliche Herz anders ist und wie es gesund bleibt ist Inhalt dieser Lesung.

Referentin: Prof. Dr. med. Sandra Eifert
Veranstaltungsort: Stadtpalais, Dieter-Görlitz-Saal, Am Stadtpark 22, 94469 Deggendorf
In Zusammenarbeit mit Bücher Pustet Deggendorf.

❖ PapaLaPapa – Der Geburtsvorbereitungskurs von Mann zu Mann

Donnerstag, 21.03.2024, 18:00 – ca. 21:00 Uhr

Fast alle Geburtsvorbereitungskurse sind auf die Mutter ausgelegt, der dadurch eine Hauptrolle bei der Geburt zugeschrieben wird und gleichzeitig dem Vater eine Nebenrolle zuweist. Das liegt wohl daran, dass die Rolle des Vaters über Generationen hinweg nur die eines Statisten war. Doch viele Väter wollen mehr. Ihnen ist es wichtig, einen aktiven Part bei der wundervollen gemeinsamen Geburtsreise zu übernehmen. Wenn auch Du zu diesen Vätern gehörst, bietet Dir dieser Kurs die Möglichkeit, alle notwendigen Informationen zu erhalten, die Du benötigst, um Dich auf die wohl wichtigste Rolle Deines Lebens vorzubereiten.

Referent: Manuel Fellner, PapaLaPapa Passau

Anmeldung für alle Angebote erforderlich!

DONUM VITAE in Bayern e.V.

❖ Die ersten Wochen mit meinem Baby

Montag, 15.04.2024 , 09:00 – 12:00 Uhr

Dieses Angebot richtet sich an Eltern, die Sicherheit im Umgang mit ihrem Baby erfahren möchten, um die gemeinsame Zeit besser genießen zu können. Während des dreistündigen Treffens, können die Eltern das theoretisch vermittelte Wissen direkt praktisch umsetzen sowie offene Fragen klären. Beinhaltete Themen: Stillen und Ernährung, Schlafen, Tragen, Harmonische Babymassage, körperliche und seelische Entwicklung des Babys, Mutter-, Vaterrolle, Geschwisterkinder, Babypflege uvm.

Referentin: Michaela Schick, Familien- Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin IBCLC®, Kursleiterin für Harmonische Babymassage, zertifizierte Trageberaterin, Entspannungstrainer

❖ Von klein auf bestens abgesichert und versorgt – ONLINE

Donnerstag, 25.04.2024, 17:00 – ca. 17:45 Uhr

Als Eltern versucht man seine Kinder bestmöglich auf das Leben vorzubereiten. Die Gesundheit der Kleinen ist dabei vom ersten Augenblick an das Wichtigste. Neben Liebe und Fürsorge möchte man ihnen auch Schutz und finanzielle Unabhängigkeit für die Zukunft mitgeben. In diesem Online-Vortrag geht es darum, wie Eltern schon von klein auf finanziell und gesundheitlich für eine gesicherte Zukunft ihrer Kinder vorsorgen können.

Referentin: Lena Zitzelsberger, Altersvorsorge-, Gesundheitsvorsorge- und Vermögensberaterin für Frauen und Familien

Anmeldung für alle Angebote erforderlich!

DONUM VITAE in Bayern e.V.

❖ Babyschlaf und Elternnächte

Dienstag, 14.05.24, 10:00 – ca. 11.30 Uhr

Erholsamer Schlaf für die gesamte Familie ist eine wichtige Grundlage zur Bewältigung des Alltages. Nach der Geburt eines Kindes, vor allem in den ersten Lebenswochen, sind die Nächte naturgemäß unruhig und anstrengend und die Hoffnung auf baldigen guten Schlaf groß. In diesem Vortrag geht es darum, wie Eltern von Anfang an das Ein- und Durchschlafen ihrer Kinder günstig begleiten und individuell auf ihr Baby eingehen können.

Referentin: Sabine Bernauer, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern beim Caritasverband Deggendorf, Ausbildung in Integrativer Eltern- Säuglings-/Kleinkind-Beratung an der Deutschen Akademie für Entwicklungsförderung und Gesundheit des Kindes und Jugendlichen e.V.

❖ Gesund ernährt in und durch die Schwangerschaft – ONLINE

Dienstag, 11.06.2024, 18:00 – 19:30 Uhr

Vor und während der Schwangerschaft treten viele Fragen bei einer werdenden Mutter auf. Wieviel soll ich essen? Wie sieht eine gesunde Gewichtsentwicklung aus? Brauche ich Nahrungsergänzungsmittel? Kann ich mich vegetarisch oder vegan ernähren? Unterschiedliche, teils widersprüchliche, oft gut gemeinte Ratschläge verunsichern zusätzlich. Antworten auf diese und weitere wichtige Fragen hinsichtlich einer ausgewogenen Ernährung und eines gesundheitsförderlichen Lebensstils vor und während der Schwangerschaft erhalten Sie in dieser Veranstaltung.

Referentin: Karina Schwaiberger, Dipl. Ökotrophologin

In Kooperation mit dem Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten.

Anmeldung für alle Angebote erforderlich!

DONUM VITAE in Bayern e.V.

❖ Die ersten Wochen mit meinem Baby

Montag, 22.07.2024 , 09:00 – 12:00 Uhr

Dieses Angebot richtet sich an Eltern, die Sicherheit im Umgang mit ihrem Baby erfahren möchten, um die gemeinsame Zeit besser genießen zu können. Während des dreistündigen Treffens, können die Eltern das theoretisch vermittelte Wissen direkt praktisch umsetzen sowie offene Fragen klären. Beinhaltete Themen: Stillen und Ernährung, Schlafen, Tragen, Harmonische Babymassage, körperliche und seelische Entwicklung des Babys, Mutter-, Vaterrolle, Geschwisterkinder, Babypflege uvm.

Referentin: Michaela Schick, Familien- Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin IBCLC®, Kursleiterin für Harmonische Babymassage, zertifizierte Trageberaterin, Entspannungstrainer

❖ Private Altersvorsorge – einfach erklärt – ONLINE

Donnerstag, 19.09.2024, 18:00 – 19:00 Uhr

Warum braucht man eine private Altersvorsorge? Wie funktioniert unser Rentensystem? Und wie geht man am besten bei der Planung seiner privaten Altersvorsorge vor?
Im Vortrag geht es darum, Grundlagen zum Thema Rente zu klären und seine private Altersvorsorge, nach persönlichen Vorstellungen im Alter, zu planen.

Referentin: Lena Zitzelsberger, Altersvorsorge-, Gesundheitsvorsorge- und Vermögensberaterin für Frauen und Familien

❖ Erfolgreicher Stillbeginn

Donnerstag, 26.09.2024, 16:00 – 18:00 Uhr

Infoveranstaltung für Schwangere und interessierte Mütter, die einen Überblick über die Möglichkeiten der Säuglingsernährung erhalten möchten. Muttermilch ist die natürlichste und gesündeste Ernährung für das Baby, doch auch mit einer geeigneten Säuglingsanfangsnahrung ist das Baby gut versorgt. Alles Wichtige zu „Stillen, Ernährung mit Muttermilch, Fläschchen und Formula“ erfahren Sie in dieser Veranstaltung.

Referentin: Michaela Schick, Familien- Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin IBCLC®, Kursleiterin für Harmonische Babymassage, zertifizierte Trageberaterin, Entspannungstrainer

Anmeldung für alle Angebote erforderlich!

DONUM VITAE in Bayern e.V.

❖ Erste Hilfe für Säuglinge und Kleinkinder – ONLINE

Dienstag, 08.10.2024, 10:00 – ca. 12:00 Uhr

Ein Vortrag und gleichzeitig eine Informationsveranstaltung über das richtige Verhalten bei Notfällen im Säuglings- und Kleinkindalter mit wertvollen Erste-Hilfe-Tipps sowie der Möglichkeit, offene Fragen zu klären.

Referentin: Stefanie Gloth, Malteser Hilfsdienst

❖ Die ersten Wochen mit meinem Baby

Montag, 21.10.24, 09:00 – 12:00 Uhr

Dieses Angebot richtet sich an Eltern, die Sicherheit im Umgang mit ihrem Baby erfahren möchten, um die gemeinsame Zeit besser genießen zu können. Während des dreistündigen Treffens, können die Eltern das theoretisch vermittelte Wissen direkt praktisch umsetzen sowie offene Fragen klären.

Beinhaltete Themen: Stillen und Ernährung, Schlafen, Tragen, Harmonische Babymassage, körperliche und seelische Entwicklung des Babys, Mutter-, Vaterrolle, Geschwisterkinder, Babypflege uvm.

Referentin: Michaela Schick, Familien- Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin IBCLC®, Kursleiterin für Harmonische Babymassage, zertifizierte Trageberaterin, Entspannungstrainer

❖ PapaLaPapa – Der Geburtsvorbereitungskurs von Mann zu Mann

Donnerstag, 24.10.2024, 18:00 – ca. 21:00 Uhr

Fast alle Geburtsvorbereitungskurse sind auf die Mutter ausgelegt, der dadurch eine Hauptrolle bei der Geburt zugeschrieben wird und gleichzeitig dem Vater eine Nebenrolle zuweist. Das liegt wohl daran, dass die Rolle des Vaters über Generationen hinweg nur die eines Statisten war. Doch viele Väter wollen mehr. Ihnen ist es wichtig, einen aktiven Part bei der wundervollen gemeinsamen Geburtsreise zu übernehmen. Wenn auch Du zu diesen Vätern gehörst, bietet Dir dieser Kurs die Möglichkeit, alle notwendigen Informationen zu erhalten, die Du benötigst, um Dich auf die wohl wichtigste Rolle Deines Lebens vorzubereiten.

Referent: Manuel Fellner, PapaLaPapa Passau

Anmeldung für alle Angebote erforderlich!

DONUM VITAE in Bayern e.V.

❖ Am Familientisch – mit saisonalen und regionalen Lebensmitteln

Donnerstag, 14.11.2024, 09:30 – 12:00 Uhr

Diese Praxisveranstaltung gibt einen Überblick über die aktuellen Ernährungsempfehlungen für Kinder. Nach einem praxisnahen Theorieteil geht es an die Umsetzung! Sie bereiten in diesem Kurs Mahlzeiten mit saisonalen Lebensmitteln für Mittag- und Abendessen zu, die mit wenig Aufwand im Alltag zu meistern sind und der ganzen Familie schmecken.

Referentin:	Petra Stockinger, Fachlehrerin für Ernährung und Gestaltung
Veranstaltungsort:	Amanstraße 21a, 94469 Deggendorf

In Kooperation mit dem Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten.

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten
Würzburg

Netzwerk
Junge Eltern/Familien
Ernährung und Bewegung

In Kooperation mit der KEB Deggendorf

KEB
Katholische Erwachsenenbildung
im Landkreis Deggendorf e.V.

Anmeldung für alle Angebote erforderlich!

DONUM VITAE in Bayern e.V.

Anmeldung unter:

DONUM VITAE in Bayern e.V. Deggendorf
Tel.Nr.: 0991/ 37 19 66
E-Mail: deggendorf@donum-vitae-bayern.de

Alle Vorträge sind kostenlos!

Veranstaltungsort :

DONUM VITAE in Bayern e.V. Deggendorf
Am Stadtpark 12
94469 Deggendorf
1. Stock

Außer:

Am Familientisch – mit saisonalen und regionalen Lebensmitteln
am 14.11.2024
Ort: Amanstraße 21a, 94469 Deggendorf

Herzsprechstunde am 20.03.2024
Ort: Stadtpalais, Dieter-Görlitz-Saal, Am Stadtpark 22, 94469 Deggendorf

Spendenkonto:

DONUM VITAE in Bayern e.V. – Deggendorf

IBAN DE05 7415 0000 0380 0145 97

BIC BYLADEM1DEG

Anmeldung für alle Angebote erforderlich!

DONUM VITAE in Bayern e.V.

Regelmäßige Angebote:

- finden im Gruppenraum von DONUM VITAE statt
- finden nur außerhalb der bayerischen Ferienzeiten statt
- aktuelle Termine erhalten Sie auf unserer Website, auf Nachfrage oder auf unseren Social Media Kanälen.

Stillgruppe:

Monatlicher Treff für stillende Mamas und Stillinteressierte

KoKi Netzwerk frühe Kindheit www.sozialministerium.bayern.de

Bundesstiftung Frühe Hilfen

Gefördert vom: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Tragecafé:

Monatlicher Treff für (werdende) Eltern mit Traglingen und allen am Babytragen Interessierten

Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP):

Frühkindliche Förderung durch Spiel und Spaß mit meinem Baby im ersten Lebensjahr

Trauergruppe „Lichtblick“:

Angeleitete Selbsthilfegruppe oder Einzelgespräche für Mütter und Väter, die ihr Kind in der Schwangerschaft, bei der Geburt oder kurz danach verloren haben

Anmeldung für alle Angebote erforderlich!

DONUM VITAE in Bayern e.V.

DONUM VITAE unterstützt und berät bei …

- Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und bis zum 3. Lebensjahr
- Pränataluntersuchungen und möglicher Behinderung des Kindes
- unerfülltem Kinderwunsch
- Partnerschafts- und Familienproblemen
- Verlust des Kindes (z.B. Fehl- oder Totgeburt)
- im Schwangerschaftskonflikt gemäß der gesetzlich vorgeschriebenen Beratung nach § 219 StGB
- belastenden Geburtserfahrungen

Unsere Beratung ist kostenlos, vertraulich und ergebnisoffen.
Wir beraten unabhängig von Religion und Staatsangehörigkeit.

Haben Sie Interesse oder Fragen?

DONUM VITAE in Bayern e.V.
Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen
Am Stadtpark 12
94469 Deggendorf
Tel.: 0991 - 371966
E-Mail: deggendorf@donum-vitae-bayern.de

Nähere Informationen zu den Veranstaltungen finden Sie auf unserer Homepage:
http://deggendorf.donum-vitae-bayern.de

Donum Vitae Deggendorf

donum_vitae_deggendorf

Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales