

# Familienzeit

Familienstützpunkt Gaimersheim

Martin-Ludwig-Straße 5 (direkt neben der  
Grundschule, Eingang über die Terrasse)

85080 Gaimersheim

Telefon: 0152 523 71 859

E-Mail: [familienzeit@gaimersheim.de](mailto:familienzeit@gaimersheim.de)

Instagram: @familienzeit\_gaimersheim



Website und Programm zum Download

<https://gaimersheim.de/familienstuetzpunkt/>



## Programm von Mai bis August 2026

### Offene Angebote kostenfrei und ohne Anmeldung

#### Familiencafé

mit Eleonora Logothetis, Kunst- und  
Kulturschaffende

Gemütliches Beisammensein,  
gemeinsamer Austausch  
und kreative Eltern-Kind-Angebote



**Donnerstags von 15:00 – 18:00 Uhr**

21.05. | 11.06. | 16.07. | 30.07. |

**Samstags von 9:00 – 12:00 Uhr**

02.05. | 20.06. | 04.07. | 25.07. |

#### Zusammen – der Treff für Familien in herausfordernden Lebenslagen

mit Ute Frank, systemische Paar- und  
Familientherapeutin

Wir möchten Familien  
zusammenbringen, die sich ganz  
besonderen Herausforderungen  
stellen müssen. Ob aufgrund von Einschränkungen,  
Krankheit, fordernden Trennungssituationen u.v.m. –  
zusammen bewältigt man alles leichter.  
Zusätzlich möchten auch wir euch auf eurem Weg mit  
speziellen Angeboten unterstützen.



**Donnerstags von 15:00 – 18:00 Uhr**

18.06. | 09.07.

#### Spielgruppe für Kinder von 0 - 3 Jahren

mit Melanie Kähni, Pädagogin

Spielanregungen, gemeinsamer Austausch  
und Impulse zu pädagogischen Themen

**Freitags 9:00 - 11:30 Uhr**

Flexible Komm- und Gehzeit - für eine  
entspannte Teilnahme ganz nach euren  
Bedürfnissen



#### Spielgruppe für Kinder von 3 - 6 Jahren

Eltern-Kind-Gruppe für Kinder, die  
regulär oder temporär keinen  
Kindergarten besuchen

**Mittwochs von 9:30 – 12:00 Uhr**

Papa-Kind-Gruppe – weil die Beziehung  
zwischen Vater und Kind eine ganz besondere  
ist

Gemeinsames Spiel und Zeit für alle Themen,  
die Väter bewegen

**Samstags von 10:00 – 12:00 Uhr**

16.05. | 06.06. | 18.07. |



Für unsere offenen Angebote gibt es jeweils eine WhatsApp-Gruppe. Dort erhaltet ihr Infos zum  
Programm und werdet benachrichtigt, falls die Gruppe wegen Krankheit o.ä. entfallen muss.

Schreibt einfach eine Nachricht an 0152 523 71 859

Gefördert durch:



Landkreis  
Eichstätt



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



# Familienzeit

Familienstützpunkt Gaimersheim

Martin-Ludwig-Straße 5 (direkt neben der  
Grundschule, Eingang über die Terrasse)

85080 Gaimersheim

Telefon: 0152 523 71 859

E-Mail: [familienzeit@gaimersheim.de](mailto:familienzeit@gaimersheim.de)

Instagram: @familienzeit\_gaimersheim



Website und Programm zum Download

<https://gaimersheim.de/familienstuetzpunkt/>



## Programm von Mai bis August 2026

### Kurse und Workshops Kostenfrei, mit Anmeldung unter [familienzeit@gaimersheim.de](mailto:familienzeit@gaimersheim.de)

#### Musikzeit – schiefe Töne mit viel Herz

Anmeldung bis jeweils Montag

Musikalische und pädagogische Impulse  
für Familien mit Kindern von 0 - ca. 3  
Jahren

**Sonntags von 10:00 – 11:00 Uhr**

17.05. | 21.06. | 12.07. |



#### Intuitives Malen

Anmeldung bis jeweils Montag

Gebt euren Gedanken Farbe und lasst ihnen  
freien Lauf! Bei entspannender Musik und  
guten Gesprächen könnt ihr verschiedene  
Maltechniken ausprobieren und kreativ  
werden.

**Freitags 17:00 - 19:30 Uhr**

22.05. | 19.06. |



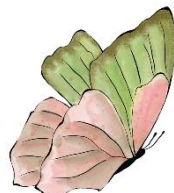
#### Naturzeit – kleine und große Entdeckungen im Grünen

Anmeldung bis jeweils Montag

Kreative und erlebnispädagogische Impulse  
für Familien mit Kindern ab ca. 2,5 Jahren bis  
ins Grundschulalter

**Samstags von 10:00 – 11:00 Uhr**

30.05. | 01.08. |



#### Hobbyrunde – Bring your thing!

Anmeldung bis jeweils Montag

Egal ob stricken, nähen, häkeln,  
basteln, zeichnen, ... – wenn ihr  
eurem Hobby gerne in gemütlicher  
Runde nachgehen wollt, seid ihr bei  
uns herzlich willkommen!

**Donnerstags 18:00 – 20:00 Uhr**

07.05. | 04.06. |



#### Kreativzeit – Kunst, wie Kinder sie wirklich machen

Anmeldung bis jeweils Montag

Kreative Impulse für Familien mit Kindern  
von ca. 2,5 Jahren bis ins Grundschulalter

**Freitags von 15:00 – 16.30 Uhr**

29.05. | 24.07. |



#### Gönülden ilmekler - Von Herzen kommt jede Masche

Ohne Anmeldung

Strickgruppe, die für bedürftige Kinder in  
der Türkei strickt. Jeder, der mitstricken  
möchte, ist herzlich willkommen.

**Mittwochs, 17:00 – 20:00 Uhr**

13.05. | 17.06. | 22.07. |



Bitte gebt für die Musik- Natur- und Kreativzeit die Anzahl der Teilnehmer und das Alter eures Kindes an, damit wir unser Programm auf euch abstimmen können. Bringt gerne eine kleine Brotzeit, wetterfeste Kleidung bzw. Kleidung, die Farbe erleben darf, mit.

Gefördert durch:



Landkreis  
Eichstätt



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



MARKT GAIMERSHEIM



# Familienzeit

Familienstützpunkt Gaimersheim

**Martin-Ludwig-Straße 5** (direkt neben der Grundschule, Eingang über die Terrasse)

**85080 Gaimersheim**

**Telefon:** 0152 523 71 859

**E-Mail:** [familienzeit@gaimersheim.de](mailto:familienzeit@gaimersheim.de)

**Instagram:** @familienzeit\_gaimersheim



**Website und Programm zum Download**

<https://gaimersheim.de/familienstuetzpunkt/>



## Programm von Mai bis August 2026

**Kurse und Workshops  
kostenfrei und mit Anmeldung unter  
[familienzeit@gaimersheim.de](mailto:familienzeit@gaimersheim.de)**

### Entspannung mit Baby mit Thy Meyer, Klang- und Entspannungspädagogin

*Anmeldung bis jeweils Freitag*  
Entspannungseinheit für Eltern  
zusammen mit ihren *noch nicht*  
*mobilen* Babys

Bitte bringt ein großes Handtuch, eine Decke und gerne  
auch eure Babytrage für die Atemübungen mit.

**Donnerstags von 9:30 bis 10:30 Uhr**  
07.05. | 11.06. | 02.07. |



### Geschwisterkurs (für Kinder ab 2,5 Jahren) mit Verena Winter, Familienbegleiterin

*Anmeldung bis 13.05.26*

Vorfreude auf das neue Familienmitglied -  
ein Vormittag bewusst mit Mama,  
werdender großer Schwester / großem  
Bruder und dem Baby im Bauch

Bitte bringt ein Foto des teilnehmenden Geschwisterkindes,  
eine Puppe, Teddy oder Stofftier, zwei Pinsel und eine  
Windel mit.



**Samstag, 23.05.26 von 10:00 bis 11:30 Uhr**

### Kräuter-Schatzkiste – wir erleben die Natur mit allen Sinnen

mit Karolina Engelbrecht, Kräuterpädagogin  
*Anmeldung bis jeweils Montag*

Wunderwelt Garten

**Samstag, 02.05.26. von 10:00 bis 11:00 Uhr**  
(während des Familiencafés)

Kräuterwanderung im Retzbachpark für die ganze Familie  
**Samstag, 11.07. von 10 bis 11:30 Uhr**

**Treffpunkt ist jeweils im Garten des Familienstützpunktes**



### Entspannung und Austausch für Ein- Elternteil-Familien

*Anmeldung bis jeweils Montag*

Während die Eltern von 16 bis 17 Uhr  
bei einer Entspannungseinheit mit  
Thy Meyer (Klang- und  
Entspannungspädagogin) zur Ruhe kommen, wartet auf die  
Kinder ab ca. 2 Jahren ein abwechslungsreiches Kreativ-  
programm mit Elli.  
Im Anschluss könnt ihr euch bei einer gemütlichen Tasse  
Kaffee oder Tee zusammensetzen, während eure Kinder  
gemeinsam spielen.

Bitte bringt ein großes Handtuch für die Entspannung mit.  
**Freitags von 16:00 bis 18:00 Uhr**  
10.07. | 07.08. |



Gefördert durch:



**Landkreis  
Eichstätt**



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



**MARKT GAIMERSHEIM**



# Familienzeit

Familienstützpunkt Gaimersheim

Martin-Ludwig-Straße 5 (direkt neben der  
Grundschule, Eingang über die Terrasse)

85080 Gaimersheim

Telefon: 0152 523 71 859

E-Mail: [familienzeit@gaimersheim.de](mailto:familienzeit@gaimersheim.de)

Instagram: @familienzeit\_gaimersheim



Website und Programm zum Download

<https://gaimersheim.de/familienstuetzpunkt/>



## Programm von Mai bis August 2026

### Kurse und Workshops unserer Referenten Gebühr und Anmeldung wie angegeben

#### Ruheinsel - Klangmomente für kleine Helden von 5 bis 9 Jahren

mit Thy Meyer, Klang- und Entspannungspädagogin

49€ pro Kind für 4 Termine, Anmeldung bis 29.05.26 unter

[Thy.Klang.Zauberreise@gmx.de](mailto:Thy.Klang.Zauberreise@gmx.de)

Kindgerechte Atemübungen, spielerische Körperwahrnehmung und fantasievolle Klangreisen. Mit Klangschalen werden Entspannung, Konzentration und innere Balance gefördert.

Bitte bringt ein großes Handtuch mit.

Freitags von 16:00 bis 17:00 Uhr

12.06. | 19.06. | 26.06. | 03.07. |

Weitere Infos: <https://www.thyklangzauberreise.com/>

#### Beikost-Workshop

mit Verena Winter, Familienbegleiterin

30€ pro Person / 45€ pro Paar inkl. Handout,

Rezepte und der Möglichkeit zum Probieren

Kostenfrei, mit Anmeldung bis 08.06.26

unter

[info@herzgfui-familienbegleitung.de](mailto:info@herzgfui-familienbegleitung.de)

Entspannt durch den nächsten Meilenstein - vom Beikoststart zum Familientisch

Samstag, 13.06. von 10:00 bis 12:00 Uhr

Weitere Infos:

<https://www.herzgfui-familienbegleitung.de/>

Gefördert durch:



Landkreis  
Eichstätt



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



#### Pilates im Garten

mit Katharina Oettl

Einzelticket - 16€ / 4er Block - 60€

(Bei schlechtem Wetter: Kursabsage und  
Rückerstattung)

Anmeldung per QR-Code oder unter

<https://www.yogamitkathi.com/>

Komm in deine Kraft – für jedes Level geeignet  
Bitte bring deine eigene Yogamatte mit.

Donnerstags 17:45 bis 18:45 Uhr

06.08. | 20.08. | 27.08. | 03.09. |



#### Yoga im Garten

mit Katharina Oettl

Einzelticket - 16€ / 4er Block - 60€

(Bei schlechtem Wetter: Kursabsage und  
Rückerstattung)

Anmeldung per QR-Code oder unter

<https://www.yogamitkathi.com/>

Zeit für dich – fern vom Alltagstrubel (auch  
für werdende Mamas geeignet)

Bitte bring deine eigene Yogamatte mit.

Donnerstags 19:00 bis 20:00 Uhr

06.08. | 20.08. | 27.08. | 03.09. |



# Familienzeit

Familienstützpunkt Gaimersheim

Martin-Ludwig-Straße 5 (direkt neben der Grundschule, Eingang über die Terrasse)

85080 Gaimersheim

Telefon: 0152 523 71 859

E-Mail: [familienzeit@gaimersheim.de](mailto:familienzeit@gaimersheim.de)

Instagram: @familienzeit\_gaimersheim



Website und Programm zum Download

<https://gaimersheim.de/familienstuetzpunkt/>



## Programm von Mai bis August 2026

**Begleitung, Beratung und Unterstützung  
kostenfrei, mit Anmeldung**

### Treff für Frauen mit belastenden Geburtserfahrungen

mit Nadine Ziegler, Doula

Anmeldung bis jeweils

Donnerstag unter

[familienzeit@gaimersheim.de](mailto:familienzeit@gaimersheim.de)



wertschätzender Austausch, sensible Begleitung,  
Informationen und praktische Tipps zur Integration

**Mittwochs 16:30 bis 18:00 Uhr**

06.05. | 10.06. | 29.07. |

Euer Baby könnt ihr selbstverständlich zum Treff mitbringen.  
Ihr könnt sowohl einmalig als auch fortlaufend teilnehmen.  
Auf Wunsch sind auch kostenfreie Einzelgespräche möglich,  
die Kontaktdaten findet ihr unter **Beratung**.

### Happy Hour für Jugendliche

Anmeldung bis 22.05.26 an

[familienzeit@gaimersheim.de](mailto:familienzeit@gaimersheim.de)



Kleine Übungen, um euch im  
Umgang mit Herausforderungen zu  
stärken, Möglichkeiten zum Austausch

**Dienstag, 02.06.26 (Pfingstferien) von 10:00 – 11:00 Uhr**

Wenn ihr ganz gezielt über die Themen sprechen wollt, die  
euch bewegen, könnt ihr auch einen kostenfreien  
Gesprächstermin bei Melli vereinbaren. Schreibt einfach  
eine Nachricht an 0152 523 71 859 oder  
[melanie.kaehni@gaimersheim.de](mailto:melanie.kaehni@gaimersheim.de) Das Gespräch kann gerne  
auch digital stattfinden.

### 30 Minuten für...: Eingewöhnung

digitales Angebot, Anmeldung bis  
10.06.26 an

[familienzeit@gaimersheim.de](mailto:familienzeit@gaimersheim.de)



Kurzer Input, Tipps und Zeit für eure Fragen zum Thema  
Eingewöhnung in Krippe und Kita

**Samstag, 20.06. von 12:30 bis 13:00 Uhr**

### Beratung für Familien mit Migrations- / Fluchthintergrund mit Kristina Amirza, Integrationsbeauftragte

kostenfreie Beratung in allen  
Angelegenheiten zu Migration,  
Flucht und Asyl in entspannter und  
familienfreundlicher Atmosphäre

Tel.: 0162 190 6515 | [kristina.amirza@gaimersheim.de](mailto:kristina.amirza@gaimersheim.de)



Gefördert durch:



Landkreis  
Eichstätt



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



MARKT GAIMERSHEIM



# Familienzeit

Familienstützpunkt Gaimersheim

**Martin-Ludwig-Straße 5** (direkt neben der Grundschule, Eingang über die Terrasse)

**85080 Gaimersheim**

**Telefon:** 0152 523 71 859

**E-Mail:** [familienzeit@gaimersheim.de](mailto:familienzeit@gaimersheim.de)

**Instagram:** @familienzeit\_gaimersheim



**Website und Programm zum Download**

<https://gaimersheim.de/familienstuetzpunkt/>



## Programm von Mai bis August 2026

### Begleitung, Beratung und Unterstützung kostenfrei, mit Anmeldung

#### Beratung in allen Fragen und Belangen des (Familien-)Lebens

*kostenfrei, mit Terminvereinbarung*

- Entlastung
- neue Perspektiven
- Unterstützung in herausfordernden Situationen
- Veränderungsprozesse begleiten
- Ressourcen stärken
- Lösungsorientierung
- systemische Grundhaltung



*“Um klar zu sehen, genügt oft ein Wechsel der  
Blickrichtung.“*

*Antoine de Saint-Exupéry*

**Kontakt:**

**Melanie Kähni** Pädagogin B.A. | systemische Beraterin |  
traumasensible Fachberaterin | Fachkraft für  
Bindungsentwicklung und -förderung

Tel.: 0152 523 718 59 | [melanie.kaehni@gaimersheim.de](mailto:melanie.kaehni@gaimersheim.de)

Ort: Familienstützpunkt Familienzeit

**Ute Frank** Erzieherin | systemische Beraterin  
systemische Paar- und Familientherapeutin |  
systemische Supervisorin

Tel.: 0173 3132145 | [beratung@gaimersheim.de](mailto:beratung@gaimersheim.de)

Ort: Beratungsraum im Jugendtreff | Römerstraße 41,  
85080 Gaimersheim

#### Telefonprechstunde Melanie Kähni

**Donnerstags von 11:00 – 12:00 Uhr**



#### Vernetzung

##### **Babysitter**

Ihr seid Babysitter und habt Fragen zum Umgang mit herausfordernden Situationen? Ihr wollt als Babysitter starten und Infos zu pädagogischen Themen sammeln? Dann meldet euch bei uns. Gerne könnt ihr auch einen **Steckbrief für unseren Babysitter-Ordner für Familien** ausfüllen.



##### **Familienpaten**

Ihr seid Familienpaten und sucht Tipps für die gemeinsame Freizeitgestaltung? Ihr würdet euch gerne ehrenamtlich als Familienpate betätigen und sucht noch eine Familie? Viele Kinder, deren Tanten, Onkeln und Großeltern weiter weg wohnen, würden sich über einen Familienpaten freuen, der mit ihnen liest, spielt oder den Spielplatz besucht- gerne auch gemeinsam mit den eigenen Nichten, Neffen oder Enkelkindern. Meldet euch gerne bei uns!



##### **Miteinander – Füreinander**

Ihr habt tolle Ideen, Tipps und Tricks, die euer Familienleben bereichert haben und wollt diese gerne mit anderen Familien teilen? Ihr habt ein Projekt, mit dem ihr anderen helfen möchtet? Wir unterstützen euch gerne bei der Vernetzung.



Gefördert durch:



**Landkreis  
Eichstätt**



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



**MARKT GAIMERSHEIM**

