ISSN 2627-5902

seit 2002

ZWERGERL Magazin

STADT ♥ LAND ♥ FAMILIE

kostenfrei aber nicht umsonst
Jahrgang 24
Januar / Februar 2025

zwergerl.mag
zwergerl.mag
zwergerl.mag

FASCHING | PUBERTÄT | HAUSTIERE | SCHULE & KITA | VERANSTALTUNGEN | UVM.

heyJobstarter

hey Jobstarter,

wir sind das ausg'fuxte Jobportal für Ausbildung und duales Studium.

... und Freiwilligendienste und Praktika und Ferienjobs 😉

Das Leben ist zu kurz, um auf Dauer Zeit mit Sachen zu verbringen, die einem keinen Spaß machen. Absolut zentral ist daher, dass Du bei der Wahl Deines Berufs Dein ausg'fuxtes Match findest und dann zielstrenig Deinen ganz individuellen Karriereweg gehst, der im Einklang mit Deinem persöhnlichen Lebensentwurf steht.

Du bist ein junges Talent und wir bieten Dir Orientierung und passende Perspektiven. Das bleibt fürü uns und unser Karriereportal eine wesentliche Aufgabe.

Mit heyJobstarter kannst Du:

- dich über verschiedene Berufe informieren
- nach geeigneten Ausbildungsstellen, Studienplätzen oder Praktika in der Region suchen
- Einblicke in die Berufswelt erhalten
- hilfreiche Tipps und Informationen für alles rund um das Thema Bewerbung und Berufseinsteig erhalten

Wir sind uns sicher, dass wir gemeinsam die passende Ausbildung finden werden. Besuche uns auf hey-jobstarter.de und lass dich von unserem Angebot begeistern.

hey-jobstarter.de

LIEBE FAMILIEN,

willkommen im Jahr 2025! Wir hoffen, dass Ihr und Eure Familiengut ins neue Jahr gestartet seid – voller Zuversicht, mit kleinen und großen Träumen sowie vielen Plänen für die kommenden Monate.

Zunächst möchten wir von Herzen Danke sagen: Danke, dass Ihr unser Zwergerl Magazin regelmäßig lest und uns Euer Vertrauen schenkt. Es ist unser Anspruch, Euch Inspirationen, Tipps und wertvolle Informationen für den Familienalltag zu bieten. Es macht uns große Freude, Euch auf Eurem Weg als Eltern zu begleiten. Eure Treue und natürlich Euer Feedback motivieren uns, unser Bestes zu geben.

Es sind die kleinen und großen Herausforderungen, die der Familienalltag mit sich bringt, die unvergesslichen Momente mit Euren Kindern und die Freuden, die diese Zeit so besonders machen. Wir möchten Euch dabei unterstützen, diese Momente bewusster zu genießen und neue Inspirationen für den Alltag zu entdecken.

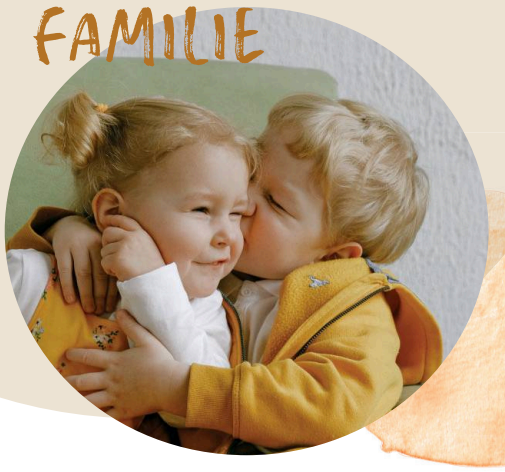
Unser Ziel ist es, auch in diesem Jahr ein wertvoller Begleiter für Sie zu sein – mit praxisnahen Tipps, spannenden Berichten und Geschichten, die mitten aus dem Leben kommen. Wir möchten ein Familienmagazin sein, das Sie ermutigt, inspiriert und immer wieder zum Schmunzeln bringt.

Einen großen Dank natürlich auch an unsere Werbepartner, die unsere Arbeit für Euch möglich machen.

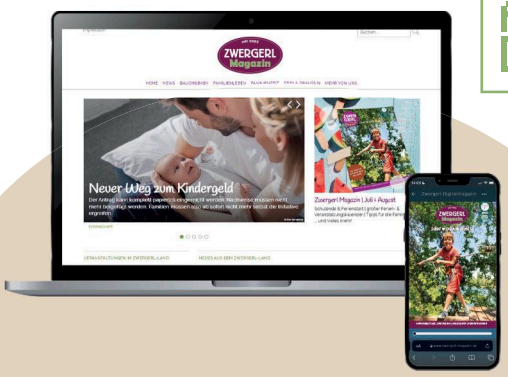
Wir freuen uns darauf, das Jahr 2025 gemeinsam mit Euch zu gestalten. Lasst uns zusammenwachsen, lernen und das Beste aus den kommenden Monaten machen – für uns und unsere Kinder.

HERZLICHST,

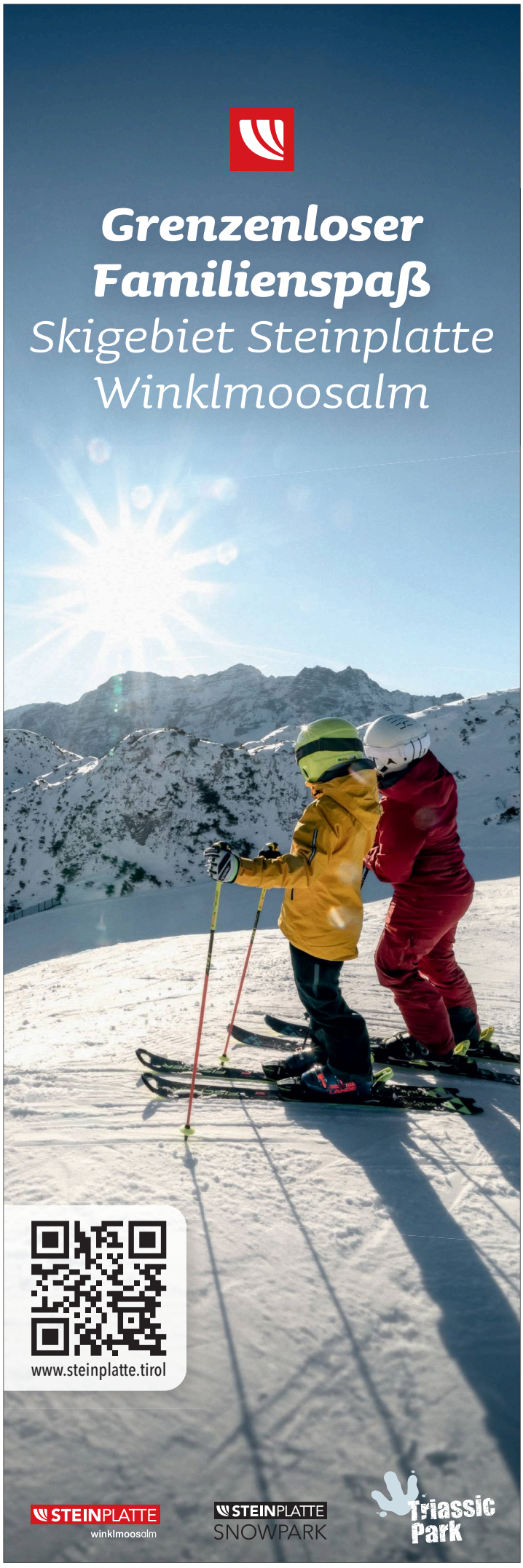
EUER TEAM VOM ZWERGERL MAGAZIN



ZUM ONLINE-KIOSK



GUT INFORMIERT
mit dem Zwergerl Newsletter.
Melde Dich an!



Drinhalt

Januar - Februar

NACHRICHTEN AUS DEM ZWERGERLLAND

Für Euch notiert 6 - 10

AUSFLUGS- & VERANSTALTUNGSTIPPS

Der Zwergerl Veranstaltungskalender 24 - 30
Faschingsveranstaltungen 24
Impressum 31
Editorial 3

SEITE 12 - 13

UND BESUCHT UNS HIER, UM NICHTS MEHR ZU VERPASSEN!

www.zwergerl-magazin.de

Gesund durch die dunkle Jahreszeit 11

HILFE FÜR ELTERN

„Ich will ein Haustier!“ 12 - 13
Was muss ich bedenken und beachten?

Pubertät 14 - 15
Gefühlschaos für alle

Umgang mit Geld lernen 16 - 17
So lernen Kinder das Geld richtig auszugeben

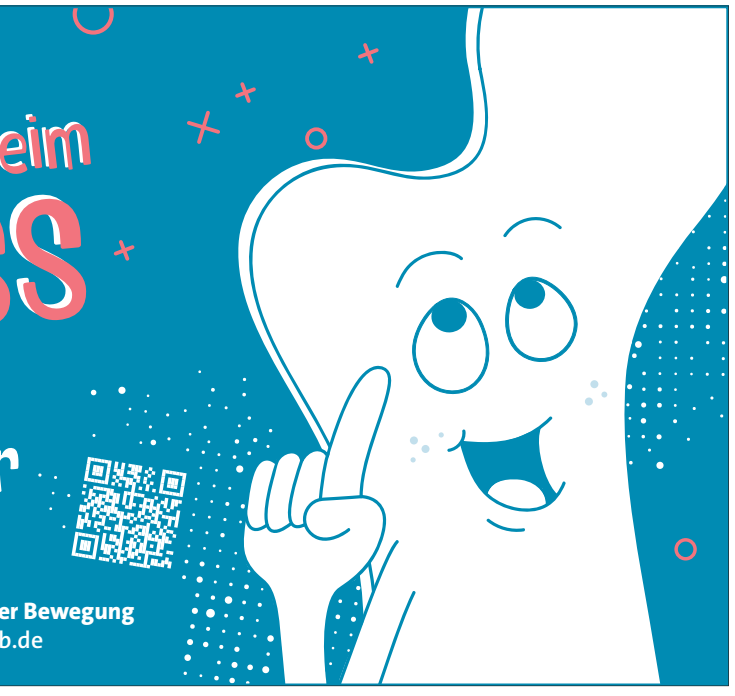
Orientierungshilfe für Familien 18 - 20
Die Bildungslandschaft im ZwergerlLand

BAUCH & BABY

Babymoon - Wellness mit Bauch 22

Auswirkungen des Schnullers 23
auf Kiefer & Zähne

zwergerl.mag
zwergerl.mag
zwergerl.mag



Für Euch notiert

FASCHINGSTREIBEN IM KURHAUS BAD AIBLING

Aiblinger Tanzfestival findet bereits zum fünften Mal statt

Am 26.01.2025 ist es wieder soweit. Dann erobern ca. 18 Faschingsgilden/Showtanzgruppen wieder die Herzen der Bad Aiblinger Bürger und Gäste. Wenn ab 12 Uhr der Kinder- und Jugendblock im Kurhaus Bad Aibling startet hofft die Faschingsgilde Bad Aibling bereits auf viele Zuschauer. Bis ca. 14 Uhr zeigen dann diverse Vereine Ihr Können und das Programm des Faschings 2025, ehe es ab ca. 14.15 Uhr mit den Erwachsenen weitergeht. Hier werden die Besucher des Tanzfestivals in eine Welt aus Akrobatik, Tanz und vor allem vieler bunter Showkostüme entführt. Highlight am Bad Aibling Tanzfestival, es treten auch Prinzenpaare auf. Bei vielen Showtanzfestivals sind die Regenten der jeweiligen Vereine oftmals nicht im Mittelpunkt dies ist in Bad Aibling anders und kommt seit Jahren sehr gut bei den Besuchern an.

Ein besonderes Highlight bietet das 5-jährige des Tanzfestivals. Statt um 11 Uhr öffnen bereits um 10 Uhr die Tore und es wird mit einem Frühschoppen gestartet. Für die musikalische Untermalung wird gesorgt sein, sein Sie also dabei wenn das Tanzfestival zum Geburtstags-Frühschoppen einlädt.

„Wir haben mit dem Tanzfestival etwas geschaffen das in Bad Aibling so nicht da war, hier kann die ganze Familie sich aufhalten und dadurch das wir die Bewirtung übernehmen machen wir als Gilde uns immer wieder zur Aufgabe eine Veranstaltung zu schaffen die jede Familie besuchen kann, finanziell versuchen wir immer faire Preise anzubieten und dies gelingt uns auch heuer wieder, freuen würden wir uns sehr wenn auch der Frühschoppen schon gut besucht wäre“ so 1. Präsident Stefan Seidl.

Neben den Aufführungen auf der Bühne wird ein Kinderschminken angeboten sowie eine „Candybar“, an der die jüngsten Mitglieder der Faschingsgilde die Gäste versorgen mit Gummibärchen, Lutscher, Popcorn uvm. Alles was das Herz begehrt.

Weitere Termine im Bad Aiblinger Fasching:

- 11. Januar - Krönungsball mit der Band „Hefe10“ im Kurhaus Bad Aibling; Beginn 20 Uhr
- 8. Februar - Bal Paré im Kurhaus Bad Aibling3 Gastgilden (Flintsbach, Vagen, Rosenheim) mit der Band „neBRASSka“; Beginn 20 Uhr
- 4. März - Kehraus im Gmoahof Willing; Verabschiedung von Prinzessin Johanna und Prinz Thomas, lustige Einlagen, Barbetrieb; mit der Band „Original Mangfall Krainer“; Beginn 19 Uhr

26.01.2025 ab 11 Uhr; Beginn 12 Uhr
mit ca. 18 Faschingsgilden/Showtanzgruppen
kein Ticketverkauf vorab | Mehr Infos unter
www.faschingsgilde-badaibling.de

TAG DER OFFENEN AKADEMIE

Schauspielunterricht, Stepptanz oder Singen gefällig?

Eine Runde Schauspielunterricht, Stepptanz oder Singen im Fluggeschirr gefällig? Hautnah eine Theaterprobe erleben oder sich eine klaffende Fleischwunde schminken lassen? Oder einfach mal die geheimen Räume des Münchner Prinzregententheaters erkunden? Am 1. Februar 2025 öffnet die Bayerische Theaterakademie August Everding im Münchner Prinzregententheater von 10 bis 16 Uhr ihre Türen. Ob Workshop, offener Unterricht, Probenbesuch, Studienberatung oder Führung – an diesem Tag können Interessierte jedes Alters die Arbeit in einer der weltweit bedeutendsten Ausbildungsstätten für Bühnenberufe in all ihren Facetten kennen lernen.
Mit packenden Einblicken in die Arbeit der Studiengänge: Schauspiel, Musical, Musiktheater/Operngesang, Dramaturgie, Regie, Maskenbild, Bühnenbild und –kostüm und Kulturjournalismus.

Der ideale Tag für alle jungen Menschen, die sich für einen Beruf am Theater interessieren, genauso wie für Familien, Theaterbegeisterte und solche, die es werden wollen.

Detaillierten Ablaufplan ab Mitte Januar 2025 unter
www.theaterakademie.de/offeneakademie

DER WEG ZUM TRAUMSCHULRANZEN

Zum perfekten Start in die Schule darf eines nicht fehlen ...

Ihr seid gerade auf der Suche? Dann auf zum Schulranzenparadies LEDER TAUSEND! Riesen-Auswahl, tollen Aktionen und Wohlfühl-Service sind für uns selbstverständlich – vom 1. Blick bis zum Schulwechsel und darüber hinaus. Langjährige Erfahrung und immer die neusten Erkenntnisse aus Schulungen und Seminaren machen unsere Beraterinnen zu den absoluten Schulranzenprofis. Neugierig? Dann kommt uns doch besuchen! Beim berühmten Schulranzen-„VIP-Shopping“ nehmen wir uns Zeit nur für euch. Ihr könnt spielerisch ausprobieren, tausend Motive entdecken und euch ganz in Ruhe beraten lassen – für viele Grundschülerinnen inzwischen ein regelrechtes Highlight ihrer Vorschulzeit! So finden wir gemeinsam euren Traumschulranzen. Jetzt Probe-Termin ausmachen und die Welt der Schulranzen entdecken!

Leder Tausend | Untermarkt 16, 82515 Wolfratshausen
Tel. 08171/16150oder Mail: info@ledertausend.de
www.ledertausend.de

HI, ICH BIN KNOCHI ...

Entdeckungsreise - Spaß & Wissen für die ganze Familie!

Seid ihr bereit für ein aufregendes Abenteuer?
Egal ob es draußen regnet oder viel zu heiß ist – in unserer Skelettausstellung könnt ihr fast jeden Tag eine spannende Entdeckungsreise unternehmen und so einiges spannendes über Knochen und Skelette erfahren. Mit unserem Quizbogen in der Hand führt euch unser charmantes Maskottchen Knochi durch unsere zwei Ausstellungsräume! Die interaktive Ausstellung ist ein tolles Erlebnis und lässt Groß und Klein die Zeit vergessen. Es gibt viel zu entdecken, auszuprobieren und zu lernen. Begebt euch mit euren Eltern, Großeltern oder eurer Ferienbetreuung auf eine spannende Entdeckungsreise durch unsere Ausstellungsräume! Was erwartet euch?

Knochi präsentiert Chamäleon-Magie:
Wusstet ihr, dass Chamäleons beim Laufen wie ein Blatt im Wind wippen? Findet heraus, warum sie das tun und wie ihre erstaunlichen Zangengriffe funktionieren.

Flugkünstler und Bodenbewohner unter den Vögeln:
Zählt die Vogelskelette und entdeckt, welche Vögel nicht fliegen können.

Dr. Anne-Katrin Zirngibl
Kinder- und Jugendzahnheilkunde

Kindgerechte Behandlung
Hypnose
Prophylaxe
Vollnarkose

Max-Höflerplatz 1 – 83646 Bad Tölz – 08041/4905

Die Kunst der Fortbewegung:
Seht, wie Tiere sich auf unterschiedlichste Weise fortbewegen – ob im Wasser, an Land oder in der Luft. Vom geschickten Kletterer bis zum schnellen Läufer ist alles dabei!

Knochi's Rippen-Rätsel:
Warum haben Pferde mehr Rippen als Wölfe? Erfahrt spannende Details über die Unterschiede und deren Bedeutung für die Jagd.

Faultier-Fakten:
Wusstet ihr, dass Faultiere ihre Organe an den Rippen „aufhängen", damit sie kopfüber leben können? Entdeckt, wie diese Besonderheit ihnen das Leben in den Bäumen ermöglicht.
Unsere Ausstellung ist perfekt für neugierige kleine Forscher und abenteuerlustige Familien. Kommt vorbei und lasst euch von Knochi in die Vielfalt der Tierwelt entführen!

Museum Mensch und Natur im Schloss Nymphenburg
Mehr Infos unter **mmn-muenchen.snsb.de**

TRAGELOTTI

von süßen Stramplern, Babytragen bis zu Stoffwindeln ...

Willkommen im zauberhaften Universum von Tragelotti! Für frischgebackene Mamas und Papas, die auf Nachhaltigkeit und höchste Qualität achten. In unserem Kinderladen in Kolbermoor erwartet
dich eine liebevoll ausgewählte Palette an Bekleidung für Babies, Kinder und Erwachsene, ausschließlich von renommierten Marken und in höchster Bio-Qualität. Von süßen Stramplern, Babytragen bis hin zu umweltfreundlichen Stoffwindeln – wir haben alles, was dein Elternherz begehrt. Besuche uns gerne persönlich in der Bahnhofstraße 5 in Kolbermoor und entdecke die Welt des stilvollen und ökologischen Babybedarfs. Du möchtest dein Baby behaglich tragen? Buche eine Tragetuchberatung und erlerne das Binden eines Tragetuches und viele Tipps für den Alltag. Wir sind Euer Ausstatter für das sichere Babytragen!
Für alle, die Tragelotti bequem von Zuhause aus erkunden möchten, steht unser Onlineshop rund um die Uhr zur Verfügung. Tauche ein in die Vielfalt unserer Produkte, entdecke neue Angebote und lass dich von unserer Expertise in Trage- und Stoffwindelberatung begeistern. Dein Baby verdient nur das Beste – bei Tragelotti findest du genau das!

Tragelotti | Bahnhofsstraße 5, 83059 Kolbermoor
Mehr Infos unter **www.tragelotti-laden.de**

Herzogliche Klänge tanzen durchs Mangfalltal

Veronika II. & Andreas VI. regieren als Kinder-Prinzenpaar

Bad Aibling – Nach gutem Brauch stellt seit über 50 Jahren der Trachtenverein „D'Oberlandler" das Kinder-Prinzenpaar in Bad Aibling.
Der diesjährigen Prinzessin wurde schon im Nachnamen Ihr „Adelstitel" mit in die Wiege gelegt.
Veronika Herzog, als herzogliche Prinzessin, führt gemeinsam mit Andreas Mayer durch die närrische Zeit. Die 13-jährige wohnt mit Ihren Eltern und den drei Geschwistern in Bad Aibling-Mitterham. In Ihrer Freizeit trifft Sie sich gerne mit Freunden und spielt Gitarre.

Das „Kotter-Anwesen" ihres 12-jährigen Prinzen liegt nur einen Steinwurf entfernt. Dort wohnt er mit zwei Geschwistern, den Eltern, Großeltern und Urgroßeltern. In der Freizeit singt er gerne und spielt Trompete.
Die Musik spielt in der Familie Mayer eine wichtige Rolle. Mit Andreas Senior hat der Prinz den Dirigenten/ Musikmeister der „Willinger Musi" zum Papa.
Gemeinsam sind die beiden Tollitäten seit ihrer Kindergartenzeit ein unschlagbares Team.

„Prinzenpaar-Tausch" ein absolutes Highlight am Faschingsdienstag!
Dorfbälle, Tanzfestivals, Kindergärten und nicht zu vergessen der große Kinder- und Familienfasching im Kurhaus (Faschingsdienstag, ab 13.30 Uhr) sind nur einige Highlights im Oberlandler-Auftrittskalender.

Der Kinderfasching ist auch deshalb ein Highlight, weil hier der „Prinzenpaar-Tausch" mit dem Großen Prinzenpaar der Faschingsgilde Bad Aibling stattfindet.

Infos und Auftrittsbuchungen über Gardebetreuung Werner Seidl (E-Mail seidl.fasching@gmail.com)
oder auf der Webseite unter
www.trachtenverein-bad-aibling.de/fasching-garde/

Bilder-Buch-Bibliothek in VS

dem Interimsquartier des Museums VILLA STUCK

Die Bilder-Buch-Bibliothek lädt in den Leseraum von VS zum Verweilen, Lesen und Betrachten ein. Mit einer Auswahl von Bilderbüchern werden Menschen aller Altersgruppen angesprochen – Kinder, Eltern und Erwachsene gleichermaßen. Inhalte und Illustrationen der ausgestellten Bilderbücher knüpfen an Themen und Motive im Museum an: Lebensgeschichten von KünstlerInnen, Bücher, die von Kreativität und der Welt der Farben handeln, sowie Bücher über Museen und solche, die in Museen spielen. Dazu kommen Publikationen, die bildende KünstlerInnen geschrieben und/oder illustriert haben, die sonst in anderen Medien oder Gattungen arbeiten. Mit Leihgaben der Münchner Stadtbibliothek und der Internationalen Jugendbibliothek, München, sowie einzelner AutorInnen, IllustratorInnen und Verlage.

Bis 27. April 2025 in VS, Goethestraße 54
80336 München. Mehr unter **www.villastuck.de**

Medizinkohle griffbereit in der Hausapotheke

Eltern von Kleinkindern sollten sie zu Hause haben

Neugierige Kleinkinder nehmen auf ihren Entdeckungstouren auch schon mal Giftiges in den Mund. Sie kauen und verschlucken zum Beispiel Blätter vom Kirschlorbeerstrauch oder dunkle Efeu-Beeren. Eltern sollten deshalb immer Medizinkohle im Haus, besser: in der abschließbaren Hausapotheke haben. Das rät die Aktion Das sichere Haus (DSH), Hamburg.

Die große, poröse Oberfläche der Medizinkohle bindet Bakterien und Giftstoffe. Sie werden zusammen mit der Kohle nach drei bis vier Stunden auf natürlichem Wege ausgeschieden. Medizinkohle ist daher eine wirksame Erste-Hilfe-Maßnahme, wenn ein Kind nur leichte Vergiftungserscheinungen wie Blässe oder eine leichte Übelkeit zeigt.

Wie wird Medizinkohle eingenommen?

Medizinische Kohle wird meist in Form von gepressten Tabletten („Compretten“) verabreicht. Kleinkindern fällt die Einnahme leichter, wenn die Compretten zerstoßen werden und das entstandene Pulver in einen Brei verrührt wird, zum Beispiel mit einem in reichlich Wasser aufgeweichten Zwieback.

Dosierung: anfangs 1-2g/pro kg Körpergewicht, während der Behandlungszeit auf etwa 0,25 bis 0,5 Gramm pro Kilogramm Körpergewicht

Notruf 112 bei starken Vergiftungen

Die empfohlene Dosierung liegt anfangs bei etwa ein bis zwei Gramm pro Kilogramm Körpergewicht. Sie kann während der Behandlungszeit auf etwa 0,25 bis 0,5 Gramm pro Kilogramm Körpergewicht alle zwei bis vier Stunden reduziert werden.

Notruf 112 bei starken Vergiftungen

Treten bei dem Kind starke Vergiftungserscheinungen wie heftige Übelkeit, Benommenheit oder andere Symptome auf, muss der Notruf 112 gerufen oder ein Arzt oder eine Klinik aufgesucht werden.

„Achtung, giftig!“ - kostenlose Broschüre mit großem Giftpflanzenteil

Die Aktion Das sichere Haus bietet seit vielen Jahren die kostenlose Broschüre „Achtung, giftig! Kinder vor Vergiftungsunfällen schützen“ an. Die Gift-Broschüre wurde 2024 grundlegend überarbeitet. Jetzt gibt es vor allem noch mehr Informationen zu vielen giftigen Pflanzen.

Die Broschüre „Achtung, giftig“ kann hier bestellt und heruntergeladen werden:

das-sichere-haus.de/broschueren/sicher-gross-werden

Gestaffelten Mutterschutz gemeinsam umsetzen

Prominente richten offenen Brief an die Bundestagsfraktionen

Natascha Sagorski, Gründerin der Initiative für den gestaffelten Mutterschutz nach Fehlgeburten, hat gemeinsam mit Prof. Jutta Allmendinger und weiteren namhaften Unterstützerinnen einen offenen Brief an die Fraktionen des Bundestages geschickt. Darin fordern sie die Parteien auf, den Gesetzesentwurf für einen gestaffelten Mutterschutz nach Fehlgeburten noch vor Ende der Legislaturperiode zu verabschieden.

Unterstützt wird der offene Brief von prominenten Erstunterzeichnerinnen aus Wissenschaft, Medizin, Kunst und Gesellschaft, darunter die Ärztin Prof. Mandy Mangler, Schauspielerin Marie Nasemann und Sänger Philipp Grütering von Deichkind. Der Brief wurde in den ersten Tagen bereits mehr als 4.000 mal unterschrieben.

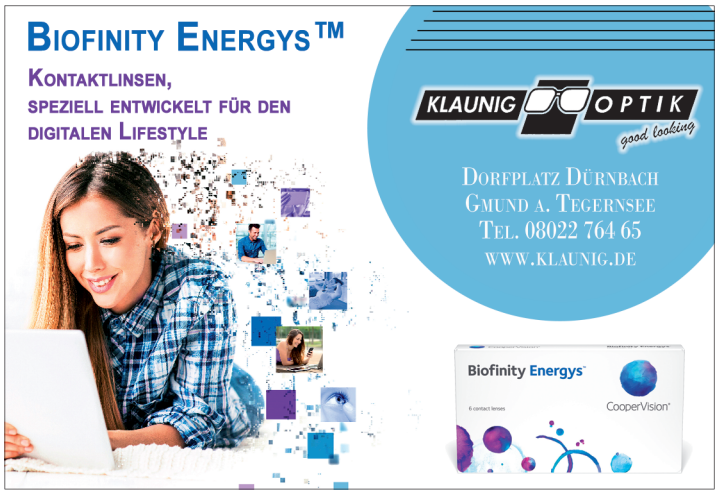
Jutta Allmendinger: „Man muss selbst kein Kind verloren haben, um sich vorstellen zu können, wie elend, ausgeliefert, leer und unendlich traurig man nach einer Fehl- oder Frühgeburt ist. Der eindringliche Satz von Margot Friedländer gilt auch hier: „Seid Mensch!“. Gebt dem großen Leid ein bisschen Zeit. Der Verlust wird immer bleiben, mit etwas Ruhe und einem kleinen Abstand lässt er sich aber besser verarbeiten.“

Ein Tabuthema, das viele betrifft

Jede dritte Frau in Deutschland verliert ihr Kind vor der 12. Schwangerschaftswoche (SSW). Dennoch bleibt das Thema Fehlgeburten ein gesellschaftliches Tabu. Frauen müssen oft unmittelbar nach dem Verlust wieder „funktionieren“, was zu erheblichen gesundheitlichen Folgen führen kann. Rund 60 % der Betroffenen entwickeln Depressionen, während das Gesundheitssystem durch lange Krankheitsausfälle stark belastet wird.

„Eine Frau, die ihr Kind am letzten Tag der 23. Schwangerschaftswoche verliert, erhält 0 Tage Mutterschutz. Verliert sie ihr Kind 24 Stunden später, stehen ihr 18 Wochen Mutterschutz zu. Diese Grenze ist unfair und medizinisch sinnlos.“ so Sagorski.

Der Gesetzesentwurf sieht vor, dass Frauen nach einer Fehl- oder Totgeburt gestaffelten Mutterschutz erhalten, beginnend mit 2 Wochen ab der 12. SSW und dann aufbauend mit dem Fortschreiten der Schwangerschaft.



GESUND DURCH DIE DUNKLE JAHRESZEIT

Wie die ganze Familie gesund bleibt

Die kalte Jahreszeit ist nicht nur für Erwachsene, sondern auch für Kinder eine Herausforderung. Gerade in Kitas und Schulen sind Erkältungen an der Tagesordnung, und die kleinen Abenteurer bringen oft Keime mit nach Hause. Aber keine Sorge – mit ein paar einfachen Maßnahmen bleibt ihr als Familie gesund und munter. Hier kommen zusätzliche Tipps speziell für Eltern von Kindern zwischen 3 und 12 Jahren!

Kinderfreundliche Ernährung: Farbenfroher Genuss

Kinder lieben Farben – warum also nicht das Essen in einen kleinen Regenbogen verwandeln? Karotten, rote Paprika, Gurkenscheiben und blaue Beeren machen den Teller zum Hingucker und liefern wichtige Nährstoffe. Auch kindgerechte Smoothies (z. B. mit Banane, Spinat und Apfel) sind eine tolle Möglichkeit, die Vitaminzufuhr zu steigern. Kleiner Tipp: Involviere die Kinder beim Kochen! Selbstgemachte Suppen oder Gemüsesticks schmecken gleich doppelt so gut, wenn man sie selbst zubereitet hat.

Bewegung als Abenteuer

Kinder haben einen natürlichen Bewegungsdrang, der auch im Winter gestillt werden möchte. Nutze die Gelegenheit für spannende Outdoor-Aktivitäten: Schneemann bauen, Blätter sammeln oder eine Schatzsuche im Park – die Möglichkeiten sind endlos. Regelmäßige Bewegung stärkt nicht nur das Immunsystem, sondern sorgt auch dafür, dass sich die Kleinen nach einem Tag im Freien wohlig müde ins Bett kuscheln.

Kuschelig warm, aber atmungsaktiv

Kinder toben viel, und dabei schwitzen sie schnell – das macht sie anfälliger für Erkältungen, wenn die Kleidung nass wird. Setze auf den bewährten „Zwiebellook“: Mehrere Schichten Kleidung halten warm, lassen sich aber schnell anpassen, wenn es beim Spielen heiß hergeht. Und vergiss nicht: Mütze, Schal und Handschuhe gehören bei kaltem Wetter unbedingt dazu!

Hygiene spielerisch lernen

Kinder verstehen Hygiene besser, wenn sie Spaß daran haben. Warum also nicht das Händewaschen in ein lustiges Spiel verwandeln? Singe ein kurzes Lied (z. B. zweimal „Alle meine Entchen“) während des Waschens – das sorgt für die nötige Dauer und bleibt im Kopf. Auch das regelmäßige Reinigen von Spielzeugen, die oft in den Mund wandern, ist eine gute Maßnahme, um Keime fernzuhalten.

Gesunder Schlaf für kleine Energiebündel

Kinder brauchen je nach Alter zwischen 9 und 12 Stunden Schlaf pro Nacht. Achte auf einen festen Schlafrhythmus und entspannende Abendrituale wie Vorlesen oder eine Tasse warme Milch (optional mit etwas Honig für die Älteren). Ein gut ausgeschlafenes Kind ist besser gegen Infekte gewappnet – und hat tagsüber mehr Energie für neue Abenteuer.

Trinken nicht vergessen

Auch Kinder trinken im Winter oft zu wenig. Erinnerungen und kreative Ideen helfen: Wie wäre es mit einer niedlichen Lieblingsflasche, aus der das Trinken gleich viel mehr Spaß macht? Früchtetees (ungesüßt) oder Wasser mit einem Spritzer Zitronensaft sind tolle Alternativen zu langweiligem Wasser.

Gemeinsam Stress reduzieren

Kinder spüren es, wenn die Eltern gestresst sind. Plane daher gemeinsame „Ruhezeiten“ ein – ein Nachmittag mit Basteln, Spielen oder Kuscheln tut allen gut. Auch Entspannungstechniken wie einfache Atemübungen können spielerisch in den Alltag integriert werden.

Familienzeit an der frischen Luft

Frischluft tanken ist für Kinder besonders wichtig, um die Vitamin-D-Produktion anzuregen und die Abwehrkräfte zu stärken. Selbst bei Regen macht es Spaß, in Gummistiefeln durch Pfützen zu springen. Plane regelmäßige Ausflüge, auch wenn es nur ein kurzer Spaziergang ist – Hauptsache, ihr kommt raus!

Winterspaß mit Sicherheit

Ob Schneeballschlacht, Schlittenfahren oder Schlittschuhlaufen – Kinder lieben es, im Winter aktiv zu sein. Achte dabei darauf, dass die Kleidung gut sitzt und vor Kälte schützt, und vermeide gefährliche Situationen. Ein Helm beim Schlittenfahren ist zum Beispiel eine sinnvolle Ergänzung.

Mit diesen kindgerechten Tipps macht die kalte Jahreszeit gleich viel mehr Spaß – für Groß und Klein! Eine ausgewogene Ernährung, viel Bewegung an der frischen Luft und kleine Alltagsrituale sorgen dafür, dass ihr als Familie gestärkt und gesund bleibt. Und das Beste daran? All diese Maßnahmen fördern nicht nur die Gesundheit, sondern auch die Bindung innerhalb der Familie. Bleibt gesund und genießt die gemeinsame Zeit!

Kinderzahnheilkunde

doktor-kinderzahn

Dr. Elena Schaub-Langner
Dr. Esther Wolf

Josephsburgstr. 34
81673 München (U2)

Prophylaxe
Individuelle Beratung
und Behandlung
Hypnose
Sedierung / Narkose
Lachgas

www.doktor-kinderzahn.de

Telefon 089.45665113

„Ich will ein Haustier!"

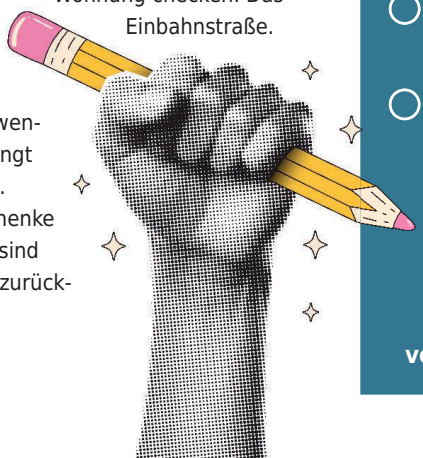
Bitte, bitte! Irgendwann kommt er - der Wunsch nach einem Haustier. Kein Wunder, denn so ein felliger Begleiter macht Freude, leistet Gesellschaft und kann ein richtig guter Freund werden.
Doch Eltern zögern oft. Mit Recht. Schließlich betrifft die Entscheidung für Hund oder Katze die gesamte Familie und erfordert Zeit, Geld und Platz.
Alles vorhanden? Dann kann ein Haustier ein echter Gewinn sein.

Bereit für ein Haustier?

Auch wenn uns das Kind mit überzeugenden Argumenten bombardiert und der berühmte Dackelblick zum Schmelzen bringt - dem ersten Impuls sollte man nicht gleich nachgeben und zunächst überlegen: Passt ein Haustier wirklich in unsere Familie? Sind die Kinder noch klein, brauchen sie bei der Betreuung eines tierischen Mitbewohners viel Unterstützung. Sind sie bald im Teenageralter, ist plötzlich Anderes viel wichtiger als Bello. Manche Tiere haben eine lange Lebenserwartung und sind noch da, wenn die Kinder schon längst ausgezogen sind. In jedem Fall sind und bleiben die Erwachsenen die Hauptverantwortlichen.

Wichtig zu beachten!

Vor der Anschaffung Tierhaarallergien beachten und die eigene Toleranz für Dreck und Hundehaare in der Wohnung checken. Das Zusammenleben mit Tieren ist keine Einbahnstraße. Zwar geben sie uns viel, haben aber auch selbst Bedürfnisse, erfordern Erziehung, ausreichend Pflege und Zuwendung, können krank werden. Das verlangt Platz und Geduld, kostet Zeit und Geld. Besonders wichtig: Haustiere als Geschenke zum Geburtstag oder zu Weihnachten sind ein No-Go. Man kann sie nicht einfach zurückgeben oder umtauschen.



Ein Haustier für die Familie ist richtig, wenn ...

- man sich über seine Ansprüche und Pflege informiert hat
- Platz für die artgerechte Haltung vorhanden ist
- ein Plan mit Pflichten und Regeln für alle erstellt ist
- das Tier bei Abwesenheit von anderen versorgt werden kann
- das Budget für Anschaffung, laufende Kosten und Extra-Ausgaben wie Versicherung, Tierarzt und Betreuung reicht

von Katja v. Wintzingerode-Knorr

Ziemlich beste Freunde

Stimmen die Umstände, ist es immer eine gute Idee, Kindern das Aufwachsen mit einem Haustier zu ermöglichen. Das Kind, so Psychologen, hat einen zuverlässigen Spielkameraden, ist nie allein und lernt, Verantwortung zu übernehmen. Zwischen kleinem Menschen und Tier kann eine Beziehung wachsen, die einzigartig ist. Denn ein Tier ist unvoreingenommen und ohne Vorurteile. Es freut sich über Streicheleinheiten und gemeinsames Spielen, egal, ob der Mensch klein oder groß, dick oder dünn, eine Sportskanone oder Bewegungsmuffel, ein Einserschüler oder versetzungsgefährdet ist.

Nachweislich fördert der Kontakt zu Tieren außerdem:

- die Empathie für andere Lebewesen
- den respektvollen Umgang
- die Sozialkompetenz
- das Selbstwertgefühl vor allem von ängstlichen und schüchternen Kindern
- die gute Laune; Vierbeiner sind exzellente Seelentröster und helfen gegen Ärger, Stress und Einsamkeit
- die Entspannung
- die Gesundheit; Kinder mit Depressionen, ADHS oder Autismus können sehr von einem vierbeinigen Freund profitieren, der Umgang mit Tieren senkt außerdem das Risiko von Allergien
- das Lernen: die Gegenwart eines Tieres verbessert die Konzentration und unterstützt beispielsweise Kinder mit Lernschwäche

Zum Streicheln und Spielen bedingt geeignet ist auch die **Schildkröte**. Sie sollte möglichst nicht in Einzelhaltung leben und benötigt Platz und Auslauf. Haltung und Ernährung sind anspruchsvoll: Schildkröten brauchen eine Überwinterungsmöglichkeit und in kühleren Jahreszeiten einen warmen Unterschlupf. Mit einer Lebenserwartung von bis zu 120 Jahren ist die Schildkröte eine Anschaffung fürs Leben.

Welches Tier für uns?

Wenigstens ein **Kaninchen, Meerschweinchen** oder **Hamster**? Als vermeintlich „kleine Lösung“ eignen sich die niedlichen Tiere nicht. Denn sie sind weder pflegeleicht noch zum Kuscheln geeignet. Zudem sollten Kaninchen und Meerschweinchen nicht allein in einem kleinen Käfig gehalten werden.

Hamster benötigen zwar weniger Platz, aber viel Beschäftigung, sind nachtaktiv, und haben eine geringe Lebenserwartung. Katzen sind geeignete Familientiere, wenn man ihren eigenen Kopf akzeptiert. Als Einzelgänger können sie gut allein sein. Sie mögen Streicheleinheiten, allerdings zu ihren Bedingungen, und Rückzugsorte.

Hunde haben eine enge Bindung zu ihren Besitzern und erfordern mehr Zeit und Aufmerksamkeit. Sie brauchen eine konsequente Erziehung, müssen mehrmals täglich Gassi gehen und können nicht lange für sich bleiben. Als Familientier sollte eine ausgeglichene, gutmütige und stressresistente Rasse ausgewählt werden. Jüngere Kinder dürfen weder mit Katze noch mit Hund ohne Aufsicht umgehen.

Zum Beobachten prima, aber nicht zum Anfassen sind **Wellensittiche, Fische** oder **Exoten** wie Axolotl und Bartagame. Sowohl Vogelvoliere als auch Aquarium nehmen Platz ein und müssen regelmäßig gereinigt werden.

PUBERTÄT

GEFÜHLSCHAOS FÜR ALLE

von Katja v. Wintzingerode-Knorr

„Ist das jetzt schon die Pubertät?“, fragen sich Eltern, wenn das Kind wieder einmal nur schnippische Antworten (Mädchen) oder gar keine (Junge) gibt. Mit einer gewissen Spannung warten Eltern auf die Zeit, wenn die Kids plötzlich ihr eigenes Ding machen wollen und Mama und Papa peinlich finden. Los geht es recht individuell bei Mädchen zwischen acht und 14 Jahren, bei Jungen meist etwas später, zwischen zehn und 14 Jahren.

Große Veränderungen

Den Anstoß für die aufregende Entwicklungsphase gibt das Gehirn. Wenn es so weit ist, werden vermehrt Sexualhormone im Körper gebildet. Bei Mädchen Östrogen und Gestagen in den Eierstöcken; bei Jungen Testosteron in den Hoden. Die Hormone sind für zahlreiche körperliche und psychische Veränderungen verantwortlich. Rein körperlich erkennt man den Beginn der Pubertät bei Jungen daran, dass Hoden und Penis größer werden, bei Mädchen wachsen Brüste und Gebärmutter. Außerdem kommt es bei beiden Geschlechtern zu einem Wachstumsschub.

Manche Eltern sind beunruhigt, weil sie schon früh Schamhaare entdecken. Schambehaarung allein, erklären Kinderärzte, ist aber noch kein Zeichen für die beginnende Pubertät. Denn ihr Wachstum wird von der Nebenniere initiiert, nicht von den Geschlechtsdrüsen oder den Eierstöcken. Erst weitere Merkmale kündigen den Start der Pubertät an. Das offensichtlichste Anzeichen ist bei Mädchen die erste Regelblutung. Oft befindet sich die Tochter dann schon zwei oder drei Jahre in der Pubertät.

Die meisten Mädchen erreichen ihre Geschlechtsreife mit 14, Jungen mit 16 Jahren. Die endgültige Körpergröße ist bei Mädchen mit etwa 16, bei Jungen mit circa 19 erreicht.

Gereizte Pubertiere

Die Pubertät ist anstrengend, denn Hormone versetzen die Psyche in Aufruhr. Aktuelle Forschungen belegen außerdem, dass im Gehirn ein maßgeblicher Umbau von statten geht. Stimmungsschwankungen sind jetzt an der Tagesordnung; die Gefühle taumeln achterbahngleich zwischen tieftraurig und überglücklich.

Im Fokus stehen jetzt Themen wie Freundschaft, Liebe und Sexualität und existentielle Fragen: Wer bin ich? Wie wirke ich auf andere? Bin ich attraktiv genug? Dabei fühlen die Kinder oft Überforderung und Selbstzweifel. Zu allem Überfluss müssen sie mit drastischen körperlichen Veränderungen klarkommen.

Kein Wunder, dass die Pubertiere häufig gereizt und wütend sind und sich von den scheinbar verständnislosen Eltern abgrenzen wollen. Hinter rebellischem Verhalten steckt also kein böser Willen, sondern reine Biologie.

Begegnung auf Augenhöhe

Für Eltern beginnt mit der Pubertät ihres Nachwuchses eine diffizile Gradwanderung zwischen Loslassen und Kontakt halten, Grenzen setzen und Freiheiten zulassen. Heikle Themen müssen besprochen werden. Eine klare, wertschätzende Kommunikation hilft. Ein aufmunterndes Lob auch. Und selbst die kratzbürstigsten Teenager brauchen manchmal einfach eine Umarmung.

WICHTIG IST NUN ...

- das gemeinsame Festsetzen von Regeln, zum Beispiel für den Medienkonsum, das Ausgehen oder Helfen im Haushalt, die auch durchgesetzt werden
- Kommunikation auf Augenhöhe, dazu gehört auch Streit
- Ernstnehmen von Gefühlen, Ängsten und Zweifeln der Heranwachsenden
- die Vorbildfunktion der Eltern
- Aufklärung und Verhütung, beide Eltern sollten Gesprächsbereitschaft signalisieren, bei Bedarf können Aufklärungsvideos oder Vertrauenspersonen im Umfeld helfen
- Entspannte Mahlzeiten, hier bleiben explosive Stoffe außen vor
- gemeinsame Aktivitäten, bei denen sich Eltern und Kind stressfrei begegnen können

Klamotten, Styling, ...

Das Thema Kleidung sollten Eltern eher gelassen betrachten. Für Teenager auf Identitätssuche gehören Experimente bei Kleidung, Frisur oder Schminke dazu. Daher, liebe Eltern, einfach mal „Auf Lock“ bleiben.

Schließlich hat die Rebellion auch ihr Gutes. Die Kinder werden selbstständig, gehen ihre eigenen Wege. Die Pubertät, berichten Überlebende, bewältigt man am besten mit Gelassenheit und der Überzeugung, dass man nicht gleich eine schlechte Mutter oder ein unfähiger Vater ist, weil Ärger, Diskussionen und Streit den Alltag bestimmen.

Rat & Hilfe

Unter profamilia.de und caritas.de:
Online-Beratung und Beratungsstellen deutschlandweit

Hilfe rund um die Uhr: jugendnotmail.de

Nummer gegen Kummer von montags bis samstags,
14 bis 20 Uhr: 116 111

Jugendberatung der bke per Mail oder Chat
unter bke-beratung.de

Kinderzahnheilkunde Miesbach

Dr. Sigrid Weisshaar

Stadtplatz 10 · Eingang Habererplatz · 83714 Miesbach
praxis@kinderzahn-miesbach.de
www.kinderzahn-miesbach.de
Tel. **08025 99 317 88**

So lernen Kinder den Umgang mit GELD

von Katja v. Wintzingerode-Knorr

Beim Geld hört die Freundschaft auf, sagt man. In der Familie sollte man dagegen früh mit dem Thema anfangen. Denn bei vielen Kindern mangelt es an finanzieller Bildung. Das müssen sie später möglicherweise teuer bezahlen. Geht es um Finanztüchtigkeit, finden laut einer Studie der Universität Cambridge bereits im Alter von sieben bis neun Jahren entscheidende Prägungen statt.

Geld schwarz auf weiß

Sobald Kinder über eigenes Geld verfügen, muss auch der Umgang damit geprobt werden. Um das Budgetieren zu lernen, empfehlen Finanzexperten das klassische Haushaltsbuch. Hier tragen die Kids ihr Taschengeld ein und behalten einen Überblick über Einnahmen und Ausgaben. Ältere Kinder können dann auch größere Projekte, wie einen Urlaub mit Freunden, vernünftig und weitsichtig planen.

Sie sehen dann schwarz auf weiß: wenn ich im Sommer zur Ferienfreizeit nach Spanien will, kann ich mir den neuen PC jetzt nicht leisten. Eine kindgerechte Finanzplanung lässt sich auch gut mit Sparschweinen realisieren. Verschiedene Dosen tragen dabei zum Beispiel Aufschriften wie „Sparen“, „Ausgeben“, „Fahrrad“ oder „Spenden“.

Finanzbildung im Alltag

Jeden Traum sofort zu erfüllen oder Taschengeld vorzustrecken, hat einen schlechten Lerneffekt für das Geldverhalten. Kinder sollten außerdem einen groben Einblick in die Familien-Finanzen bekommen. So sehen sie, was Mama und Papa erwirtschaften, wie lange sie dafür arbeiten und wie viel tagtäglich für die Familie ausgegeben werden muss. Zum Beispiel für den immer verfügbaren Strom. Wer weiß, wie teuer die Energie aus der Steckdose ist, zahlt bestimmt ohne Meckern 10 Cent in die Sparbüchse, die in manchen Familien für kleine Licht-Anlasser und Stromverschwender steht. Praktische Erfahrungen sammeln junge Finanzjongleure, wenn sie allein einkaufen dürfen. Finanzbildung ist zudem Beziehungsarbeit; zum Beispiel bei anstrengenden Diskussionen um das nächste Smartphone oder angesagte Klamotten. Wer allem Quengeln nachgibt, bringt Kindern den falschen Umgang mit Geld bei und arbeitet wichtigen Konsumkompetenzen entgegen. Töchter profitieren vom positiven Vorbild einer finanziell kompetenten Mutter, die vorlebt, dass Geld nicht nur Männersache ist.

Taschengeld per App

Mit dem Schuleintritt bekommen viele Kinder ihr erstes Taschengeld. Das Familienministerium empfiehlt pro Woche 1 bis 1,50 Euro ab sechs Jahren, in der vierten Klasse bis zu drei Euro. Ab der fünften Klasse sind etwa 20 Euro monatlich angemessen, um den Realabschluss herum rund 40 Euro und an die 60 Euro für Abiturienten.

Die Zahlung des Taschengeldes sollte pünktlich erfolgen und nicht durch Kürzen oder Erhöhen an das Verhalten des Kindes geknüpft werden. Mittlerweile kann das Taschengeld mithilfe von Apps wie Revolut oder Bling gemanagt werden.

Zwar sind auch Überweisungen für Müll rausbringen oder Spülmaschine ausräumen möglich – Experten sehen das Bezahlen solcher Gefälligkeiten allerdings kritisch.

Kinder, so ihre Überzeugung, müssen lernen, dass jeder in der Familie unentgeltlich Aufgaben zu übernehmen hat. Geld ist hier der falsche Anreiz, wie übrigens auch bei Noten. Statt intrinsisch, also für sich selbst, zu lernen, strengen sich Kinder dann nur extrinsisch für mehr Zeugnisgeld an. Sinnvollere Verdienstmöglichkeiten für Kinder ab 13 sind Zeitungen oder Prospekte austragen oder beim Nachbarn Rasen mähen.

Lernen mit Scheinen und Münzen

Jetzt ist auch der richtige Zeitpunkt für die Eröffnung eines Girokontos mit EC- oder Debitkarte für Überweisungen, Bargeldabhebungen, Kartenzahlungen oder Daueraufträge. Auch das Taschengeld kann dorthin überwiesen werden.

Es soll dem Nachwuchs zur freien Verfügung stehen, ohne zu viel elterliche Einmischung. Wenn er etwas kauft, das sich schnell als Quatsch erweist, macht er wichtige Erfahrungen und setzt sein Geld beim nächsten Kauf besser ein, erklären Fachleute.

Während Jugendliche alt genug sind, den bargeldlosen Zahlungsverkehr mit Konto und Karte zu handeln, brauchen kleinere Kinder den Umgang mit Bargeld. Nur mit Scheinen und Münzen lernen sie, wie Verdienen, Sparen und Ausgeben funktioniert. Und vielleicht können Eltern ihren großen und kleinen Sparfüchsen ganz nebenbei das Fach Mathematik schmackhaft machen. Denn wer fitter in Mathe ist, rechnet leichter aus, wie viele Kugeln Eis noch drin sind oder wie viel sich mit dem Rabatt-Gutschein beim Kauf des Computerspiels sparen lässt.

montessori
ROHRDORF
von Einschulung bis Fachabitur

Informationsabende

Mittwoch, 22.01.2025
Grundstufe 1. bis 4. Jahrgangsstufe
Dienstag, 28.01.2025
Fachoberschule
Mittwoch, 19.03.2025
Schullaufbahn an der Montessori Rohrdorf
5. bis 12. Jahrgangsstufe
Beginn: jeweils 19 Uhr

Infos und Anmeldung unter:
www.montessori-rohrdorf.de

Grundschule | Berufsreife | Mittlere Reife | Fachabitur

Dorfplatz1 | 83101 Rohrdorf | schule@montessori-rohrdorf.de

PRIVATE EVANGELISCHE SCHULE
LUKAS-SCHULE
in MÜNCHEN Laim/Hadern

TERMINE FÜR DEN SCHULSTART 2025

GRUNDSCHULE	Sa. 16.11. Tag der offenen Tür Do. 21.11. Infoabend
MITTELSCHULE	Di. 26.11. Infoabend Fr. 29.11. Tag der offenen Tür
REALSCHULE	Do. 28.11. Infoabend
GYMNASIUM	Di. 21.01. Infoabend

Alle weiteren Termine finden Sie auf unserer Website:
www.lukas-schule.de

Orientierungshilfe für Familien:

Die Bildungslandschaft im ZwergerlLand

Ihr seid auf der Suche nach der besten Kita oder Schule für dein Kind? Willkommen in der bunten und vielfältigen Bildungswelt Oberbayerns! Hier gibt es zahlreiche Möglichkeiten, die individuell auf die Bedürfnisse deines Kindes abgestimmt sind. Lass uns gemeinsam erkunden, worauf es bei der Wahl ankommt und wie ihr die perfekte Einrichtung findest.

Kitas im ZwergerlLand: Ein Zuhause für die Kleinsten

Eine gute Kita ist weit mehr als nur ein Ort zur Betreuung. Sie ist ein Ort des Lernens, Spielens und Entdeckens. Besonders beliebt bei uns sind Kitas mit offenen Konzepten, bei denen Kinder ihren Alltag aktiv mitgestalten können. Anstelle fester Gruppenräume lädt Funktionsräume mit Themenbereichen wie Kunst, Bewegung oder Naturwissenschaften zum Erkunden ein.

Ein weiterer wichtiger Punkt: die sprachliche Förderung. Viele Einrichtungen legen großen Wert darauf, die Sprachentwicklung von Anfang an zu begleiten – sei es durch gezielte Sprachprogramme oder durch das tägliche Miteinander.

Woran erkennt du eine gute Schule?

- **Schwerpunkte setzen**
  Hat die Schule besondere Stärken in MINT-Fächern (Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften, Technik), Musik oder Sport? Perfekt, wenn die Interessen deiner Kinder schon in eine bestimmte Richtung gehen.
- **Digitale Bildung**
  Schulen mit moderner Ausstattung und innovativen Lehrmethoden bereiten Kinder optimal auf die Anforderungen der digitalen Welt vor.
- **Individuelle Förderung**
  Eine Schule, die auf die Bedürfnisse jedes Kindes eingeht, gibt deinem Kind die besten Voraussetzungen, um sich selbstbewusst und erfolgreich zu entwickeln.

Inklusion als Stärke

Besonders bemerkenswert sind die integrativen Kitas in Oberbayern. Hier wachsen Kinder mit und ohne Behinderungen gemeinsam auf. Ein starkes Signal für Vielfalt und Miteinander! Für Kinder mit besonderen Bedürfnissen bietet der Bezirk Oberbayern sogar bis zu 50 Stunden Fachdienst-Unterstützung pro Jahr – ein nicht geringer Pluspunkt, der Eltern entlastet.

Vorschule leicht gemacht

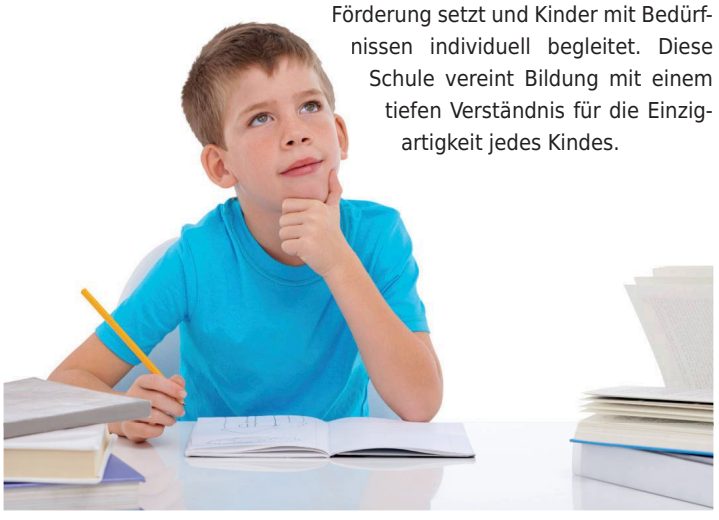
Auch die Vorbereitung auf die Schule beginnt schon in der Kita: Von kleinen Experimenten, die das naturwissenschaftliche Denken fördern, bis hin zu kreativen Projekten in Kunst und Musik – die Bildungsangebote sind breit gefächert und helfen deinem Kind, mit Neugier und Freude in den nächsten Lebensabschnitt zu starten.

Die Qual der Wahl: Schulen im ZwergerlLand

Ob Grundschule, Gymnasium oder Förderzentrum – die Wahl der richtigen Schule ist eine große Entscheidung. Doch keine Sorge, mit ein paar Kriterien könnt ihr schnell herausfinden, was am besten zu deinem Kind passt.

Alternative Konzepte

Unsere Bildungslandschaft bietet euch auch Schulen, die auf alternative Bildungskonzepte setzen. Besonders hervorzuheben sind die Montessori-Schulen, die das eigenverantwortliche Lernen deines Kindes fördern. Hier stehen Neugier und der natürliche Entdeckungsdrang im Vordergrund, unterstützt durch eine durchdachte, vorbereitete Lernumgebung. Ein weiterer spannender Ansatz findet sich an der Raphael Schule, die auf besondere Weise eine ganzheitliche Förderung setzt und Kinder mit Bedürfnissen individuell begleitet. Diese Schule vereint Bildung mit einem tiefen Verständnis für die Einzigartigkeit jedes Kindes.



Vielfältige Schulträger: Qualität und Werte vereint

Die Münchner Schulstiftung ist ein Paradebeispiel für innovative und werteorientierte Bildungsarbeit. Mit einem Fokus auf individuelle Förderung und nachhaltige Bildung bietet sie ein Umfeld, das sowohl für akademische Exzellenz als auch für soziale Kompetenzen steht.

Auch die Lukas Schulen überzeugen durch ein breites Angebot und eine klare Vision. Hier werden Kinder nicht nur auf schulische Leistungen, sondern auch auf Werte wie Teamgeist, Eigenverantwortung und Respekt vorbereitet – wichtige Fähigkeiten für eine erfolgreiche Zukunft.

Der Schulstart – Ein Abenteuer für die ganze Familie

Der Wechsel in die Schule ist aufregend – für euer Kind und für euch selbst. Um die ersten Schritte zu erleichtern, könnt ihr z.B. den Schulweg üben und eurem Kind zeigen, wie es sicher ankommt. Kleine Rituale für Pausen oder Konzentrationsübungen helfen außerdem, den Schulalltag spielerisch zu meistern.

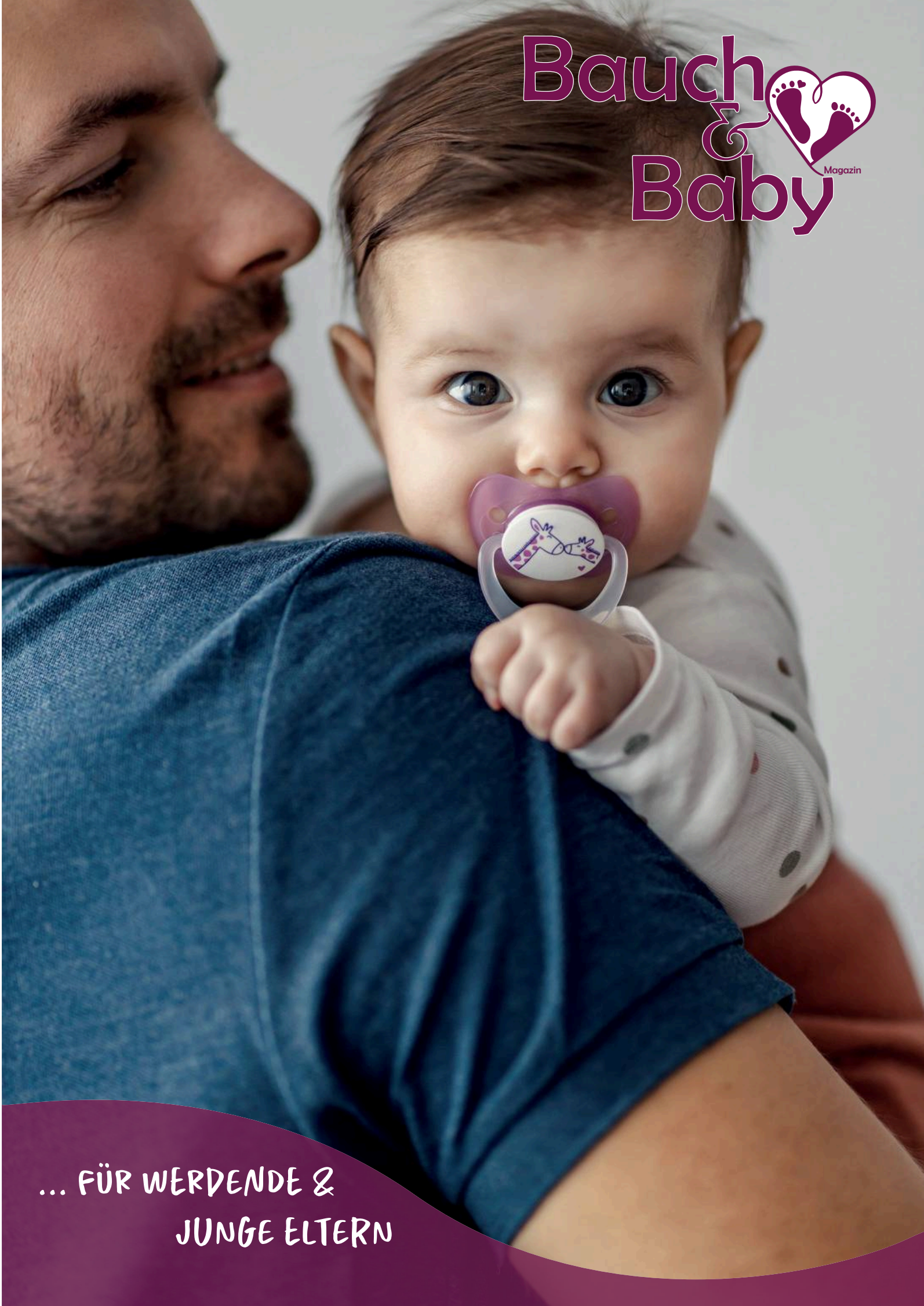
Gemeinsam für die Bildung deines Kindes

Die Wahl von Kita und Schule ist keine Einbahnstraße – sie lebt von der Zusammenarbeit zwischen euch und der Einrichtung. Ein regelmäßiger Austausch mit den Erzieherinnen oder Lehrkräften zeigt euch, wie sich deuer Kind entwickelt und wie ihr es unterstützen könnt. Schon kleine Gesten, wie das gemeinsame Lesen oder Basteln zu Hause, ergänzen die Arbeit der Profis perfekt.

Dein Kind, dein Weg – und das ZwergerlLand an eurer Seite

In Oberbayern habt ihr die Wahl zwischen traditionellen Schulen, modernen Konzepten und spezialisierten Trägern wie der Münchner Schulstiftung oder den Lukas Schulen. Wichtig ist: Folgt eurem Bauchgefühl und achtet darauf, was euer Kind glücklich macht. Die Vielfalt an Angeboten gibt Euch alle Möglichkeiten, die richtige Entscheidung zu treffen.

Denn am Ende zählt nur eines: Dass euer Kind sich wohlfühlt, wächst und die Welt voller Begeisterung entdeckt. Und Ihr? Ihr könnt stolz darauf sein, eurem Nachwuchs dabei den Weg zu ebnen.



Bauch & Baby Magazin

... FÜR WERDENDE & JUNGE ELTERN

BABYMOON

Wellness mit Bauch

Der Babybauch wächst, der Entbindungstermin rückt näher, die Vorfreude auf den Nachwuchs steigt. Bevor das neue, aufregende Leben mit Kind beginnt, möchten sich viele werdende Eltern noch eine Auszeit zu zweit gönnen. Babymoon - der Urlaub mit Babybauch – ist derzeit schwer angesagt.

Erholung mit Babybauch

Kein Wunder, denn Babymoon ist die perfekte Gelegenheit, zu entspannen, auszuschlafen und Kraft für die Geburt und das Wochenbett zu sammeln. Babymoon ist voll im Trend und so gibt es mittlerweile für jeden Bedarf, jeden Geschmack und jeden Geldbeutel ein Angebot. Erholung findet man im urigen Nachbardorf genauso wie im fernen Dubai, in den Bergen oder an der Küste. Unter dem Label „Babymoon“ bieten vor allem Hotels mit Spa Arrangements mit Wellness, Fitnesskursen und Beauty-Anwendungen für ein paar Tage oder mehr an. Auch wenn Skifahren, Tiefseetauchen oder Hochgebirgswanderungen bei dieser Reise ausfallen – dank vielfältigen, babybauchtauglichen Aktivitäten kommt auch im Babymoon keine Langeweile auf. Ursprünglich war mit Babymoon eigentlich der erste Urlaub nach der Geburt gemeint. Eltern wollten Quality Time mit dem Neugeborenen verbringen und ganz in Ruhe zu einer Familie zusammenwachsen. Heute nutzen die zukünftigen Eltern lieber die – noch – kinderfreie Zeit für sich und ihre Bedürfnisse.

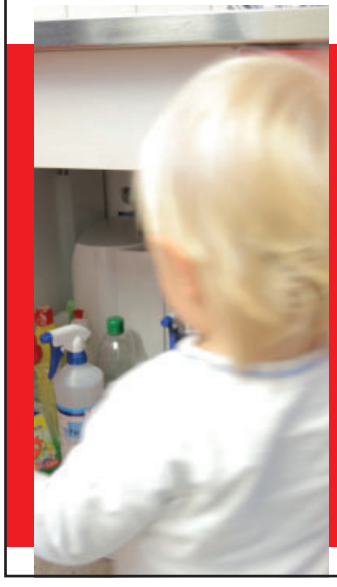
Tragelotti
Trageberatung und mehr

Dein Kindergeschäft für Babytragen, Stoffwindeln
und Baby / Kinderkleidung
Trageberatung, Tragehilfen-Verleih, Stoffwindelbeartung

Bahnhofstr. 5, 83059 Kolbermoor
Tel: +49 (0) 8031 / 208 59 62 | Mobil: +49 (0) 176 / 22914531
Mail: info@tragelotti.de | www.tragelotti.de

Öffnungszeiten: Mo, Di, Do, Fr: 10:00 - 12:30 & 14:30-17:30 Uhr
Sa: 10:00 - 13:00 Uhr

Bayerisches Rotes Kreuz



Erste Hilfe am Kind

Kurse für Eltern, Großeltern, Erzieher/-innen

Wüssten Sie, was im Notfall zu tun ist?
Wir zeigen es Ihnen!

Aktuelle Termine und Anmeldung unter
Tel. 08031 / 3019-53 oder
www.brk-rosenheim.de/kurse

Besuchen Sie auch unseren Online-Elterncampus mit Live-Kursen unter
www.drk-elterncampus.de

BRK-Kreisverband Rosenheim
Tel. 08031 3019-0
info@brk-rosenheim.de
www.brk-rosenheim.de

Zeit zu zweit

Spezialisierte Häuser in Deutschland, Österreich, der Schweiz oder Italien sind bestens auf ihre besonderen Gäste vorbereitet. Aus einem meist vielfältigen Programm können die Lieblings-Events auch schon vorab ausgewählt und gebucht werden. Im Mittelpunkt stehen Entspannung, Verwöhnmomente, Genuss und Zeit zu zweit. Je nach Destination tragen herrliche Berglandschaften, beruhigendes Meeresrauschen oder aufregende Stadttouren zum einzigarten Babymoon-Erlebnis bei. Bevor die herausfordernde Zeit mit Kind beginnt, nutzt manche Mama-to-be den Babymoon auch, um eine gute Zeit mit ihrer besten Freundin zu verbringen. Selbst allein kann ein Babymoon wunderbar sein, wenn man sich einmal ganz auf sich besinnen möchte.

Für Körper und Geist

Babymoon-Hotels verfügen in der Regel über einen Wellnessbereich und kümmern sich mit wohltuenden Pflege- und Beauty- Anwendungen um schwangere Frauen und ihre Begleitung. Viele Angebote sind speziell auf die Bedürfnisse von Gästen in anderen Umständen abgestimmt. Die Verwöhnprogramme mit maßgeschneiderten Treatments durch geschultes Personal reichen von angenehmen Spa-Anwendungen über Geburtsvorbereitung bis hin zu geeigneten Kursen wie Yoga oder Wassergymnastik. Manche Häuser gehen sogar Kooperationen mit Hebammen und Gynäkologen ein, um eine Rundum-Versorgung sicherzustellen. Im Repertoire der Babymoon-Quartiere finden sich neben Massagen, Maniküre, Pediküre, Gesichtsbehandlungen, Fußbäder oder Aromatherapie auch so außergewöhnliche Erlebnisse wie Bauch-Painting, Babybauch-Shooting, schwereloses Floating im Privatspa oder der Papa-Führerschein. Abgerundet werden die Babymoon-Programme mit gesunder Kulinarik für werdende Mamas. Exklusive Babymoon-Retreats heißen ihre Gäste sogar mit hübschen Gastgeschenken wie ein Baby-Starter-Set oder ein Stillkissen willkommen.

Unbeschwerter Babymoon

Die Gynäkologin hat grünes Licht für einen unbeschwerten Babymoon gegeben? Ein paar sinnvolle Regeln erfahrener Hebammen für Urlaub mit Babybauch können wir noch mitgeben: Vollbäder sollten nicht zu heiß und wehenfördernde Zusätze wie Wacholder, Zimt, Verbena, Kampfer, Rosmarin, Ingwer, Nelke und Zeder vermieden werden. Das gilt auch für Sauna und Dampfbad; öffentliche Whirlpools wegen der Infektionsgefahr lieber meiden. Bei einer Massage den Bauchbereich aussparen.

Eine Rückenmassage geht am besten im Sitzen oder in Seitenlage mit Kissen unter dem Bauch. Für gesunde Ernährung kann man sich jetzt besonders viel Zeit nehmen. Fleisch und Fisch sollten dabei unbedingt gar sein, rohes Obst und Gemüse geschält. Auf Eiswürfel komplett verzichten, genauso auf Speisen aus rohen Eiern, etwa Tiramisu. Rohe oder halbgegarte Wurst- und Fleischprodukte sowie Rohmilchkäse sind in der Schwangerschaft sowieso tabu.

von Katja v. Wintzingerode-Knorr

Auswirkungen des Schnullers auf Kiefer & Zähne

Der Schnuller ist für viele Eltern ein unverzichtbares Hilfsmittel, um ihr Baby zu beruhigen und ihm Geborgenheit zu schenken. Doch der Gebrauch eines Schnullers hat auch Auswirkungen auf die Entwicklung des Kiefers und der Zähne. Gerade in den ersten Lebensjahren, in denen sich der Mundraum des Kindes noch in der Wachstumsphase befindet, können äußere Einflüsse wie der Schnuller eine große Rolle spielen.

Grundsätzlich ist das Saugen ein natürlicher Reflex von Säuglingen, der nicht nur der Nahrungsaufnahme dient, sondern auch beruhigend wirkt. Ein Schnuller kann diesen Reflex befriedigen und bietet in stressigen Momenten oft eine einfache Lösung. Dennoch ist es wichtig, sich der möglichen Folgen eines zu langen oder intensiven Schnullergebrauchs bewusst zu sein. Denn die ständige Belastung durch das Saugen kann die Form des Kiefers und die Stellung der Zähne beeinflussen.

Ein häufiges Problem ist der sogenannte offene Biss. Dabei schließen die oberen und unteren Schneidezähne nicht mehr richtig, was oft durch den Druck des Schnullers auf den Gaumen entsteht. Auch ein schmaler Oberkiefer oder ein Kreuzbiss, bei dem die Zähne des Unterkiefers die des Oberkiefers überlappen, können durch einen übermäßigen Schnullereinsatz gefördert werden. Diese Fehlstellungen entstehen meist, wenn der Schnuller über das dritte Lebensjahr hinaus regelmäßig genutzt wird.

In unseren Praxen raten wir daher, den Schnuller bis spätestens zum dritten Geburtstag schrittweise abzugewöhnen. In den frühen Lebensjahren ist das Kieferwachstum noch flexibel, sodass sich leichte Fehlstellungen oft von selbst zurückbilden. Ein längerer Gebrauch hingegen kann dazu führen, dass spätere Korrekturen durch den Kieferorthopäden notwendig werden.

Die Wahl des Schnullers spielt ebenfalls eine Rolle. Kiefergerechte Modelle, die speziell für die Zahn- und Kieferentwicklung entwickelt wurden, können das Risiko von Fehlstellungen reduzieren. Dennoch sollte auch bei einem solchen Schnuller darauf geachtet werden, dass er nur in bestimmten Situationen genutzt wird – etwa zum Einschlafen oder in stressigen Momenten. Ein dauerhafter Gebrauch, bei dem das Kind den Schnuller ständig im Mund hat, ist zu vermeiden.

Das Abgewöhnen des Schnullers kann für viele Kinder eine Herausforderung sein. Rituale, wie das gemeinsame „Abgeben" des Schnullers an eine „Schnullerfee", oder kleine Belohnungen können dabei helfen, diesen Schritt zu erleichtern. Wichtig ist, Geduld zu zeigen und das Kind behutsam an den Verzicht heranzuführen.

Entscheidend für den Schnullergebrauch ist der bewusste Umgang und ein rechtzeitiges Abgewöhnen. So lassen sich mögliche negative Auswirkungen auf das Kieferwachstum minimieren, während der Schnuller in der Säuglingszeit eine wertvolle Unterstützung bleibt. Ein gesundes Kieferwachstum ist die Basis für eine natürliche Zahnentwicklung und ein strahlendes Lächeln – ein Geschenk, das Ihr Kind ein Leben lang begleitet.

Ihre Dr. Nina Back. Dr. Bettina Engler-Hamm, Dr. Heike Kirchner

Dr. Nina Back, Dr. Bettina Engler-Hamm und Dr. Heike Kirchner sind Kinder- und Jugendzahnärztinnen und führen gemeinsam mit den Kieferorthopäden Dr. Christina Raptarchis und Dr. Felix Kirchner die Zahninseln in München, sowie die Privatpraxis für Kinderzahnheilkunde- und Kieferorthopädie Bogenhausen.

Mein Zahnarzt – nur für Kinder!

Zahninsel

Praxis für Kinder- und Jugendzahnheilkunde
im Münchner Norden
Milbertshofener Str. 90
www.zahninsel.de
Tel. 089 18 94 59 50

Zahninsel

Praxis für Kinder- und Jugendzahnheilkunde
am Rotkreuzplatz
Donnersbergerstr. 5
www.zahninsel-rotkreuzplatz.de
Tel. 089 990 16 46-0

Zahninsel

Praxis für Kinder- und Jugendzahnheilkunde
an der Münchner Freiheit
Marschallstr. 11
www.zahninsel-schwabing.de
Tel. 089 38 32 900

PRIVATPRAXIS FÜR KINDERZAHNHEILKUNDE UND KIEFERORTHOPÄDIE BOGENHAUSEN
Cuvilliésstr. 14 a
www.meine-privatpraxis.de
Tel. 089 552 97 13 30

Dr. Heike Kirchner
Dr. Nina Back
Dr. Bettina Engler-Hamm, MSc.

Fasching

Veranstaltungen im ZwergerlLand für Groß & Klein!

Landkreis Miesbach

| Samstag, 1. Februar |

Crachia Hausham: Familiennachmittag
13 Uhr; Familiennachmittag mit DJ. Masken erwünscht; Alpengasthof „Glück Auf"; Sportplatz 1, Hausham
www.crachia.de

| Freitag, 21. Februar |

Jugendfasching
18.30 Uhr; Für alle zwischen 10 & 15 Jahren; Wallberger Vereinshütte, Valepperstr. 57, Rottach-Egern
www.tegernsee-schliersee.de

| Sonntag, 23. Februar |

Kinderfasching
13.30 Uhr; Für alle bis 12 Jahren; Wallberger Vereinshütte; Valepperstr. 57, Rottach-Egern
www.tegernsee-schliersee.de

| Freitag, 28. Februar |

Lustiger Kinderfasching
14 Uhr; Mit Kinderdisco; Waitzinger Keller - Kulturzentrum; Schlierseerstr.16, Miesbach
www.waitzinger-keller.de

| Sonntag, 2. März |

Ramba Zamba am Bahnhof
11 bis 22 Uhr; Umsonst - maskiert - draußen, Bahnhof Hausham
www.crachia.de

| Montag, 3. März |

Narrischer Skifasching am Wendelstein
9.30 Uhr; Familienfreundliche Aktion; Wendelsteinbahn GmbH, Kerschelweg 30, Brannenburg
www.wendelsteinbahn.de

Landkreis Bad Tölz - Wolfratshausen

| Sonntag, 2. Februar |

Kinderfasching im Alpenfestsaal
13.30 Uhr; Mit lustigen Spielen, Musik und Überraschungen; Alpenfestsaal, Schützenstr. 3, Lenggries
www.toelzer-land.de

| Sonntag, 23. Februar |

Großer Kinderball der Narreninsel
13 Uhr; Familiennachmittag, Ratsstubensaal, Karl-Lederer- Platz 1a, Geretsried
www.narreninsel.de

| Donnerstag, 27. Februar |

Faschingskonzert am Unsinnigen Donnerstag
19 bis 20.30 Uhr; Der Eintritt ist frei; Ratsstubensaal, Karl-Lederer- Platz 1a, Geretsried
www.musikschule-geretsried.de

Landkreis Rosenheim

| Samstag, 11. Januar |

Krönungsball 2025 in Bad Aibling
20 bis 1.30 Uhr; Die Garde sowie die Kinder- und Jugendgarde präsentieren das erste Mal Ihr gesamtes neues Programm; Kurhaus, Wilhelm-Leibl-Platz 3, Bad Aibling
www.faschingsgilde-badaibling.de/

Krönungsball der Faschingsgilde Aschau e.V.
18.30 Uhr; Vorstellung der Garde und Prinzenpaar mit Walzer, Gardemarsch und Showtanz; Schloss Hohenaschau; An der Festhalle 6; Aschau
www.fg-aschau.de

| Sonntag, 26. Januar |

5. Aiblinger Tanzfestival
10 bis 17 Uhr; 18 Showtanzgruppen und Faschingsgilden aus und um den Landkreis Rosenheim herum; Kurhaus; Wilhelm-Leibl-Platz 3, Bad Aibling
www.faschingsgilde-badaibling.de

| Samstag, 8. Februar |

Bal Paré 2025 - Bad Aibling
20 bis 1.30 Uhr; Hier trifft sich jung und alt aus Bad Aibling und der Region Rosenheim; Kurhaus; Wilhelm-Leibl-Platz 3, Bad Aibling
www.faschingsgilde-badaibling.de/

| Sonntag, 23. Februar |

Kinderfasching in Vagen
11 Uhr; Bunter Familiennachmittag, Faganahalle, Mittenkirchener Str. 5, Vagen
www.faschingsgilde-vagen.de

| Samstag, 1. März |

Gildeball der Faschingsgilde Aschau e.V.
19.30 Uhr; Einlass und Bewirtung ab 18 Uhr; Schloss Hohenaschau; An der Festhalle 6; Aschau
www.fg-aschau.de

Kinderfasching
14 Uhr; Mit viel Musik, Spaß garantiert; Kath. Pfarrsaal, Kirchplatz 1, Bad Endorf
www.endorfer-faschings-gilde.de

| Sonntag, 2. März |

Traditioneller Faschingszug mit anschl. Faschingstreiben
14 Uhr; Buntes Faschingstreiben; Bahnhof Bad Endorf
www.endorfer-faschings-gilde.de

| Dienstag, 4. März |

Kinderfasching im Kurhaus Bad Aibling
13 Uhr; Mit Auftritt des Prinzenpaares und der Kinder- und Jugendgarde, sowie der Faschingsgilde Bad Aibling; Kurhaus, Wilhelm-Leibl-Platz 3, Bad Aibling
www.trachtenverein-bad-aibling.de/

Landkreis München & Umgebung

| Sonntag, 19. Januar |

1. Zwergerlball
13 bis 17 Uhr; Dieser Kinderfaschingsball ist für die ganz kleinen Besucher bis 6 Jahre; Pfarrsaal der Cantate-Kirche; Martin-Luther-Str. 7, Kirchheim
www.kirrnarra.de

| Samstag, 1. Februar |

Kinderfasching der Nachbarschaftshilfe Haar
14.30 bis 17 Uhr; für Kinder von 6 bis 9 Jahren; Bürgerhaus, Kirchenstr. 9, Haar
www. nbh-haar.de

| Sonntag, 2. Februar |

1. Kinderfasching
13.30 bis 18 Uhr; Auftritt der Faschingsgesellschaft Feringa!; Bürgerpark, Oberföhringerstr. 156, München
www.faschingsgesellschaft-feringa.de

| Sonntag, 9. Februar |

Narrhalla Pumuckl Kinderball
13 Uhr; Ein Ball für Kinder und Jugendliche – bunt, quirlig, lustig, Bayerischer Hof, Promenadeplatz 2-6, München
www.narrhalla.de

| Sonntag, 23. Februar |

Kinderfasching im Deutschen Theater
14.30 Uhr; Party für die ganze Familie, Deutsches Theater, Schwanthalerstr. 13, München
www.deutsches-theater.de

| Samstag, 1. März |

Familien-Faschingsparty
15 bis 18 Uhr; Für die ganze Familie; Quax - Zentrum für Freizeit und Kulturelle Bildung, Helsinkistr. 100, München
www.echo-ev.de

Landkreis Miesbach

| Montag, 6. Januar |

Salomon - Ladiesday Skilanglauf
10 Uhr; Für alle Ladies zwischen 9 und 99 Jahren; Skischule Powderworld, Bachlerweg 15a, Kreuth
www.powderworld.de

Pferdeschlittenfahrt
14 bis 15.30 Uhr; Anmeldung erforderlich; Gasthaus Marbach, Leitzachtalstr. 39, Fischbachau
www.fischbachau.de

Chiemsee Kasperl: Kasperl im Königsschloss
16 Uhr; Für Kinder ab 3 Jahren; Bürgersaal, Geißstr. 1, Hausham
www.chiemsee-kasperl.de

| Dienstag, 7. Januar |

Pistenraupenfahrt für Kinder
15 Uhr; Die Spuren für Langläufer werden mit einer Pistenraupe in den Schnee gefräst; Sportalm, Alpenstr. 70, Bayrischzell
www.tegernsee-schliersee.de

| Donnerstag, 9. Januar |

Pistenraupenfahrt für Kinder
15 Uhr; Die Spuren für Langläufer werden mit einer Pistenraupe in den Schnee gefräst; Sportalm, Alpenstr. 70, Bayrischzell
www.tegernsee-schliersee.de

Vorlesestunde im Bürgersaal
16 Uhr; Für Kinder im Kindergarten- und Grundschulalter; Bürgersaal, Geißstr. 1, Hausham
www.hausham.de

| Samstag, 11. Januar |

Lamawanderung durch die verzauberte Winterlandschaft
10.30 Uhr; Anmeldung erforderlich!; Marinus Fischer, Osterhofen 4, Bayrischzell
www.bayrischzell.de

| Freitag, 17. Januar |

„Schneekönigin - das Musical“
16 Uhr; Für Kinder ab 4 Jahren; Waitzinger Keller, Schlierseerstr. 16, Miesbach
www.theater-liberi.de

| Samstag, 18. Januar |

Tierische Leseförderung
10 bis 11 Uhr; Vorlesestunde mit Lesehund Emma; Stadtbücherei, Rathausstr. 2a, Miesbach
www.miesbach.de

| Donnerstag, 23. Januar |

Pferdeschlittenfahrt
14 bis 15.30 Uhr; Anmeldung erforderlich; Gasthaus Marbach, Leitzachtalstr. 39, Fischbachau
www.fischbachau.de

| Samstag, 25. Januar |

Top On Snow Sudelfeld: Family Action Day
10 Uhr; Action für die ganze Familie mit allen Kindern ab 7 Jahren; Sudelfeld
www.toponsnow.de

| Dienstag, 28. Januar |

Pistenraupenfahrt für Kinder
15 Uhr; Die Spuren für Langläufer werden mit einer Pistenraupe in den Schnee gefräst; Sportalm, Alpenstr. 70, Bayrischzell
www.tegernsee-schliersee.de

Repair Cafè - Reparieren statt wegwerfen
17 bis 19 Uhr; Ohne Anmeldung; FabLab Oberland e.V., Tölzer Str. 3a, Gmund
www.oberlab.de

| Mittwoch, 29. Januar |

Kreativwerkstatt: Basteln mit Mullewub
15 Uhr; Für Kinder von 4 – 10 Jahren; Touristinformation, Kirchplatz 2, Bayrischzell
www.bayrischzell.de

| Donnerstag, 30. Januar |

Märchenabend zur Winterzeit
18 Uhr; Für Kinder ab 6 Jahre. Gerne sind Mama und Papa mit eingeladen!; Haus des Gastes, Kirchplatz 2, Bayrischzell
www.bayrischzell.de

| Freitag, 31. Januar |

Lernen mit allen Sinnen - Bücherzwerge
9.30 Uhr; Für Kinder von 1 bis 3 Jahren; Stadtbücherei; Rathausstr. 2a, Miesbach
www.miesbach.de

| Samstag, 1. Februar |

Lamawanderung durch die verzauberte Winterlandschaft
10.30 Uhr; Anmeldung erforderlich!; Marinus Fischer, Osterhofen 4, Bayrischzell
www.bayrischzell.de

Tierische Leseförderung
10 bis 11 Uhr; Vorlesestunde mit Lesehund Emma; Stadtbücherei, Rathausstr. 2a, Miesbach
www.miesbach.de

| Sonntag, 2. Februar |

Die Bayerischen Bremer Stadtmusikanten
15 Uhr; Für Kinder ab 6 Jahren und Erwachsene; Waitzinger Keller - Kulturzentrum, Schlierseerstr.16, Miesbach
www.waitzinger-keller.de

| Montag, 3. Februar |

Pferdeschlittenfahrt
14 bis 15.30 Uhr; Anmeldung erforderlich; Gasthaus Marbach, Leitzachtalstr. 39, Fischbachau
www.fischbachau.de

| Dienstag, 4. Februar |

Pistenraupenfahrt für Kinder
15 Uhr; Die Spuren für Langläufer werden mit einer Pistenraupe in den Schnee gefräst; Sportalm, Alpenstr. 70, Bayrischzell
www.tegernsee-schliersee.de

| Mittwoch, 5. Februar |

Kreativwerkstatt: Basteln mit Mullewub
15 Uhr; Für Kinder von 4 – 10 Jahren; Touristinformation, Kirchplatz 2, Bayrischzell
www.bayrischzell.de

Infoabend für werdende Eltern
19 Uhr; Ohne Anmeldung; Krankenhaus Agatharied, Norbert-Kerkel-Platz, Agatharied
www.khagatharied.de

| Donnerstag, 6. Februar |

Märchenabend zur Winterzeit
18 Uhr; Für Kinder ab 6 Jahre. Gerne sind Mama und Papa mit eingeladen!; Haus des Gastes, Kirchplatz 2, Bayrischzell
www.bayrischzell.de

| Samstag, 8. Februar |

Lamawanderung durch die verzauberte Winterlandschaft
10.30 Uhr; Anmeldung erforderlich!; Marinus Fischer, Osterhofen 4, Bayrischzell
www.bayrischzell.de

Rodscha und Tom - Happy Jungle Show
15 Uhr; Für Kinder ab 2 Jahren; Seeforum, Nördl. Hauptstr. 35, Rottach-Egern
rodschaundtom.de

| Sonntag, 9. Februar |

Kids on Snow & Shred Kids
10 Uhr; Rein ins Wintervergnügen: Die "kids-on-snow"-Tour bringt spielerischen Pistenspaß, Skiparadies Sudelfeld
www.toponsnow.de

| Donnerstag, 13. Februar |

Märchenabend zur Winterzeit
18 Uhr; Für Kinder ab 6 Jahre. Gerne sind Mama und Papa mit eingeladen!; Haus des Gastes, Kirchplatz 2, Bayrischzell
www.bayrischzell.de

Pferdeschlittenfahrt
14 bis 15.30 Uhr; Anmeldung erforderlich; Gasthaus Marbach, Leitzachtalstr. 39, Fischbachau
www.fischbachau.de

Vorlesestunde im Bürgersaal
16 Uhr; Für Kinder im Kindergarten- und Grundschulalter; Bürgersaal, Geißstr. 1, Hausham
www.hausham.de

| Samstag, 15. Februar |

Tierische Leseförderung
10 bis 11 Uhr; Vorlesestunde mit Lesehund Emma; Stadtbücherei, Rathausstr. 2a, Miesbach
www.miesbach.de

| Montag, 24. Februar |

Pferdeschlittenfahrt
14 bis 15.30 Uhr; Anmeldung erforderlich; Gasthaus Marbach, Leitzachtalstr. 39, Fischbachau
www.fischbachau.de

| Dienstag, 25. Februar |

Repair Cafè - Reparieren statt wegwerfen
17 bis 19 Uhr; Ohne Anmeldung; FabLab Oberland e.V., Tölzer Str. 3a, Gmund
www.oberlab.de

| Mittwoch, 26. Februar |

Kreativwerkstatt: Basteln mit Mullewub
15 Uhr; Für Kinder von 4 – 10 Jahren; Touristinformation, Kirchplatz 2, Bayrischzell
www.bayrischzell.de

| Freitag, 28. Februar |

Lernen mit allen Sinnen - Bücherzwerge
9.30 Uhr; Für Kinder von 1 bis 3 Jahren; Stadtbücherei; Rathausstr. 2a, Miesbach
www.miesbach.de

Landkreis Bad Tölz - Wolfratshausen

| Mittwoch, 8. Januar |

Wildfütterung in Vorderriß
15.30 bis 17.30 Uhr; Tipp: Fernglas mitnehmen; Lenggrieß/Vorderriß
www. www.lenggries.de

| Samstag, 11. Januar |

Der Gestiefelte Kater
15 Uhr; Für Kinder ab 4 Jahren; Marionettentheater, Am Schlossplatz 9, Bad Tölz
www.marionetten-toelz.de

Nachtrodeln am Blomberg
19 bis 22 Uhr; Nachtrodeln mit dem Blomberg Blitz; Der Blomberg; Am Blomberg 2, Bad Tölz
www.der-blomberg.de

| Sonntag, 12. Januar |

Der Gestiefelte Kater
15 Uhr; Für Kinder ab 4 Jahren; Marionettentheater, Am Schlossplatz 9, Bad Tölz
www.marionetten-toelz.de

| Freitag, 17. Januar |

Wildfütterung in Vorderriß
15.30 bis 17.30 Uhr; Tipp: Fernglas mitnehmen; Lenggrieß/Vorderriß
www.lenggries.de

| Samstag, 18. Januar |

Eine schrecklich nette Hundefamilie : Die Heelers
14 und 16 Uhr; Für Kinder ab 2 Jahren; Kleiner Kursaal, Vichylplatz 1, Bad Tölz
www.figurentheater-ingolstadt.de

Fahrradwerkstatt
16 bis 17 Uhr; Kostenfrei und ohne Anmeldung; Fahrradwerkstatt im Maierhof Innenhof, Zeilerweg 2, Benediktbeuern
www.zuk-bb.de

Die Bremer Stadtmusikanten
15 Uhr; Für Kinder ab 4 Jahren; Marionettentheater, Am Schlossplatz 9, Bad Tölz
www.marionetten-toelz.de

| Sonntag, 19. Januar |

Die Bremer Stadtmusikanten
15 Uhr; Für Kinder ab 4 Jahren; Marionettentheater, Am Schlossplatz 9, Bad Tölz
www.marionetten-toelz.de

| Samstag, 25. Januar |

Nachtrodeln am Blomberg
19 bis 22 Uhr; Nachtrodeln mit dem Blomberg Blitz; Der Blomberg; Am Blomberg 2, Bad Tölz
www.der-blomberg.de

| Mittwoch, 29. Januar |

Wildfütterung in Vorderriß
15.30 bis 17.30 Uhr; Tipp: Fernglas mitnehmen; Lenggrieß/Vorderriß
www.lenggries.de

Abendwanderung für die ganze Familie
18 Uhr; Anmeldung erforderlich!; Gästeinformation, Rathausplatz 2, Lenggries
www.lenggries.de

| Samstag, 1. Februar |

Fahrradwerkstatt
16 bis 17 Uhr; Kostenfrei und ohne Anmeldung; Fahrradwerkstatt im Maierhof Innenhof, Zeilerweg 2, Benediktbeuern
www.zuk-bb.de

| Samstag, 8. Februar |

Nachtrodeln am Blomberg
19 bis 22 Uhr; Nachtrodeln mit dem Blomberg Blitz; Der Blomberg; Am Blomberg 2, Bad Tölz
www.der-blomberg.de

| Mittwoch, 12. Februar |

Abendwanderung für die ganze Familie
18 Uhr; Anmeldung erforderlich!; Gästeinformation, Rathausplatz 2, Lenggries
www. www.lenggries.de

| Freitag, 14. Februar |

Wildfütterung in Vorderriß
15.30 bis 17.30 Uhr; Tipp: Fernglas mitnehmen; Lenggrieß/Vorderriß
www. www.lenggries.de

| Samstag, 15. Februar |

Fahrradwerkstatt
16 bis 17 Uhr; Kostenfrei und ohne Anmeldung; Fahrradwerkstatt im Maierhof Innenhof, Zeilerweg 2, Benediktbeuern
www.zuk-bb.de

Unser Zwergerl Tipp

5. Aiblinger Tanzfestival

Bald ist es wieder soweit. Ca. 18 Faschingsgilden/Showtanzgruppen erobern wieder die Herzen der Bad Aiblinger Bürger und Gäste. Wenn ab 12 Uhr der Kinder- und Jugendblock im Kurhaus Bad Aibling startet hofft die Faschingsgilde Bad Aibling bereits auf viele Zuschauer.
Bis ca. 14 Uhr zeigen dann diverse Vereine Ihr Können und das Programm des Faschings 2025, ehe es ab ca. 14.15 Uhr mit den Erwachsenen weitergeht. Hier werden die Besucher des Tanzfestivals in eine Welt aus Akrobatik, Tanz und vor allem vieler bunter Showkostüme entführt. Highlight am Bad Aibling Tanzfestival, es treten auch Prinzenpaare auf. Bei vielen Showtanzfestivals sind die Regenten der jeweiligen Vereine oftmals nicht im Mittelpunkt dies ist in Bad Aibling anders und kommt seit Jahren sehr gut bei den Besuchern an.

26. Januar ab 10 Uhr

Kurhaus Bad Aibling
kein Kartenvorverkauf

Mehr Infos unter
www.faschingsgilde-badaibling.de

| Samstag, 22. Februar |

Nachtrodeln am Blomberg
19 bis 22 Uhr; Nachtrodeln mit dem Blomberg Blitz; Der Blomberg; Am Blomberg 2, Bad Tölz
www.der-blomberg.de

| Mittwoch, 26. Februar |

Wildfütterung in Vorderriß
15.30 bis 17.30 Uhr; Tipp: Fernglas mitnehmen; Lenggrieß/Vorderriß
www. www.lenggries.de

Abendwanderung für die ganze Familie
18 Uhr; Anmeldung erforderlich!; Gästeinformation, Rathausplatz 2, Lenggries
www. www.lenggries.de

Landkreis Rosenheim

| Dienstag, 7. Januar |

Eltern Baby Treff
10 Uhr; Für Fragen ist eine Hebamme vor Ort; Familienzentrum, Finsterwalderstr. 42, Rosenheim
veranstaltungen.rosenheim.jetzt

| Mittwoch, 15. Januar |

Lesefrösche - Vorlesen für Kinder
15 bis 16 Uhr; Für Kinder von 4 bis 8 Jahren; Stadtbibliothek, Am Salzstadel 15, Rosenheim
stadtbibliothek.rosenheim.de

| Dienstag, 21. Januar |

Eltern Baby Treff
10 Uhr; Für Fragen ist eine Hebamme vor Ort; Familienzentrum, Finsterwalderstr. 42, Rosenheim
veranstaltungen.rosenheim.jetzt

| Mittwoch, 22. Januar |

Still-Infoabend für Schwangere
19 bis 22 Uhr; Anmeldung erforderlich; „Hebammerei“ RoMed-Klinikgebäude, Ellmaierstraße 31, 8. OG, Rosenheim
www.hebammerei-rosenheim.de.

| Sonntag, 26. Januar |

„Schneekönigin – das Musical“
15 bis 17 Uhr; Für Kinder ab 4 Jahren; KU'KO Kultur und Kongress Zentrum, Kufsteiner Str. 4, Rosenheim
www.theater-liberi.de

| Dienstag, 28. Januar |

Informationsabend für werdende Eltern
18.30 Uhr; Die familienorientierte Geburtshilfe am RoMed Klinikum Rosenheim wird vorgestellt; RoMed Klinikum, Ellmaierstraße 23, Rosenheim
www.romed-kliniken.de

| Mittwoch, 29. Januar |

Lesefrösche - Vorlesen für Kinder
15 bis 16 Uhr; Für Kinder von 4 bis 8 Jahren; Stadtbibliothek, Am Salzstadel 15, Rosenheim
stadtbibliothek.rosenheim.de

| Donnerstag, 30. Januar |

Vortrag „Zwischen zwei Welten“
Uhrzeit wird noch bekannt gegeben; Kinder zwischen realer und virtueller Welt; Pfarrheim Tuntenhausen; Kirchplatz 2, Tuntenhausen
kinderschutzbund-rosenheim.de

| Samstag, 1. Februar |

„Schneekönigin – das Musical“
15 bis 17 Uhr; Für Kinder ab 4 Jahren; Kurhaus, Wilhelm-Leibl-Platz 3, Bad Aibling
www.theater-liberi.de

| Dienstag, 4. Februar |

Eltern Baby Treff
10 Uhr; Für Fragen ist eine Hebamme vor Ort; Familienzentrum, Finsterwalderstr. 42, Rosenheim
veranstaltungen.rosenheim.jetzt

| Sonntag, 9. Februar |

Familienkonzert „Der Rattenfänger von Hameln“
16 bis 17 Uhr; Das Stück dauert 60 Minuten und ist geeignet für Kinder ab 5 Jahre; König Ludwig Saal, Stauden 3, Prien
www.tourismus.prien.de

| Mittwoch, 12. Februar |

Lesefrösche - Vorlesen für Kinder
15 bis 16 Uhr; Für Kinder von 4 bis 8 Jahren; Stadtbibliothek, Am Salzstadel 15, Rosenheim
stadtbibliothek.rosenheim.de

| Dienstag, 25. Februar |

Informationsabend für werdende Eltern
18.30 Uhr; Die familienorientierte Geburtshilfe am RoMed Klinikum Rosenheim wird vorgestellt; RoMed Klinikum, Ellmaierstraße 23, Rosenheim
www.romed-kliniken.de

| Mittwoch, 26. Februar |

Lesefrösche - Vorlesen für Kinder
15 bis 16 Uhr; Für Kinder von 4 bis 8 Jahren; Stadtbibliothek, Am Salzstadel 15, Rosenheim
stadtbibliothek.rosenheim.de

Still-Infoabend für Schwangere
19 bis 22 Uhr; Anmeldung erforderlich; „Hebammerei“ RoMed-Klinikgebäude, Ellmaierstraße 31, 8. OG, Rosenheim
www.hebammerei-rosenheim.de.

Landkreis München & Umgebung

| Donnerstag, 2. Januar |

Facts Teens Day
9 bis 15 Uhr; Anmeldung erforderlich. Für Kinder ab 11 Jahren; einstein Boulderhalle, Landsberger Str. 185, München
muenchen.einstein-boulder.com

| Dienstag, 7. Januar |

Ich will aber!
14 Uhr; Ein interaktives Theatererlebnis über Mitbestimmung, Abstimmung und Kompromisse; Schauburg - Theater der Jugend, Franz-Joseph-Str. 47, München
www.schauburg.net

| Mittwoch, 8. Januar |

Geschichten verzaubern - Vorlesen mit den Lesefüchsen
16 bis 17 Uhr; Für Kinder zwischen 4 und 10 Jahren; Stadtbibliothek Pasing; Bäckerstr. 9, München
muenchner-stadtbibliothek.de

Bilderbuchkino
15 bis 16 Uhr; Für Kinder ab 3 Jahren; Bibliothek, Münchner Straße 65, Unterföhring
buergerhaus-unterfoehring.de

| Donnerstag, 9. Januar |

Ich will aber!
14 Uhr; Ein interaktives Theatererlebnis über Mitbestimmung, Abstimmung und Kompromisse; Schauburg - Theater der Jugend, Franz-Joseph-Str. 47, München
www.schauburg.net

Geschichten verzaubern - Vorlesen mit den Lesefüchsen
16 bis 17 Uhr; Für Kinder zwischen 4 und 10 Jahren; Stadtbibliothek Allach-Untermenzing; Pfarrer-Grimm-Str. 1, München
muenchner-stadtbibliothek.de

| Freitag, 10. Januar |

Katzen – von lautlosen Jägern und sanften Stubentigern
15 bis 16 Uhr; Für Kinder ab 6 Jahren; Museum Mensch und Natur, Schloss Nymphenburg, München
mmn-muenchen.snsb.de

01.02.2025
Tag der offenen Akademie

10:00–16:00 Uhr
Prinzregententheater & Akademietheater München

Bayerische Theaterakademie August Everding

theaterakademie.de/offeneakademie

| Samstag, 11. Januar |

Kids Factory
14 bis 16 Uhr; Kostenfrei und ohne Anmeldung; Museum Brandhorst, Theresienstraße 35a, München
www.museum-brandhorst.de

Neues vom Räuber Hotzenplotz
15 Uhr; Für Kinder ab 5 Jahren; Münchner Theater für Kinder, Dachauer Str. 46, München
www.mtfk.de

| Sonntag, 12. Januar |

Ich will aber!
15 Uhr; Ein interaktives Theatererlebnis über Mitbestimmung, Abstimmung und Kompromisse; Schauburg - Theater der Jugend, Franz-Joseph-Str. 47, München
www.schauburg.net

Kinderführung „Abenteuer Oper“
14 Uhr; Für Kinder von 6 bis 12 Jahren; Bayerische Staatsoper, Max-Joseph-Platz 2, München
www.staatsoper.de

Sindbads Abenteuer
15 Uhr; Für Kinder ab 6 Jahren; Münchner Theater für Kinder, Dachauer Str. 46, München
www.mtfk.de

| Dienstag, 14. Januar |

Offenes Medienlabor
16 bis 18 Uhr; Für Kinder von 8 bis 12 Jahren; Funkstation, Margarete-Schütte-Lihotzky-Str. 36, München
www.feierwerk.de

Leseförderung: Vorlesehund
15 bis 16 Uhr; Für Kinder ab 6 Jahren. Kostenfrei und ohne Anmeldung; BOOXothek/Grünwerkstatt, Helsinkistr. 57, München
www.echo-ev.de

| Samstag, 18. Januar |

Ich will aber!
18 Uhr; Ein interaktives Theatererlebnis über Mitbestimmung, Abstimmung und Kompromisse; Schauburg - Theater der Jugend, Franz-Joseph-Str. 47, München
www.schauburg.net

| Sonntag, 19. Januar |

Familienführung zu „We are Family“
12 bis 16 Uhr; Für Familien mit Kindern ab 6 Jahren; Alte Pinakothek, Barer Str. 27, München
www.pinakothek.de

Die kleine Meerjungfrau
16 bis 17.15 Uhr; Die Geschichte von der Meerjungfrau Undine; KUBIZ, Jahnstr. 1, Unterhaching
www.unterhaching.de

Gloria der Engel und Fanfaren der Könige
14 bis 15 Uhr; Eine musikalische Krippenführung für die ganze Familie; Bayerisches Nationalmuseum, Prinzregentenstr. 3, München
bayerisches-nationalmuseum.de

Theaterführung
14 Uhr, Auf der Bühne – hinter der Bühne – vor der Bühne; Staatstheater, Gärtnerplatz 3, München
www.gaertnerplatztheater.de

Kasperls Spuikastl im Wirtshaus am Bavariapark
14.30 und 16.30 Uhr; Für Kinder ab 3 Jahren; Wirtshaus am Bavariapark; Theresienhöhe 15, München
www.kasperlsspuikastl.de

| Dienstag, 21. Januar |

Offenes Medienlabor
16 bis 18 Uhr; Für Kinder von 8 bis 12 Jahren; Funkstation, Margarete-Schütte-Lihotzky-Str. 36, München
www.feierwerk.de

Leseförderung: Leseförderungs-Spiele
15 bis 16 Uhr; Für Kinder ab 6 Jahren. Kostenfrei und ohne Anmeldung; BOOXothek/Grünwerkstatt, Helsinkistr. 57, München
www.echo-ev.de

| Mittwoch, 22. Januar |

Käpten Knitterbart
15 Uhr; Für Kinder ab 4 Jahren; Bürgerhaus, Münchner Str. 65, Unterföhring
buergerhaus-unterfoehring.de

Hüpfkäfer & Sausewind
16 bis 16.45 Uhr; Offene Kindertanzgruppe, für Kinder von 4 bis 6 J.; Dschungelpalast, Hansastr. 41, München
www.feierwerk.de

Geschichten verzaubern - Vorlesen mit den Lesefüchsen
16 bis 17 Uhr; Für Kinder zwischen 4 und 10 Jahren; Stadtbibliothek Pasing; Bäckerstr. 9, München
muenchner-stadtbibliothek.de

| Donnerstag, 23. Januar |

Geschichten verzaubern - Vorlesen mit den Lesefüchsen
16 bis 17 Uhr; Für Kinder zwischen 4 und 10 Jahren; Stadtbibliothek Allach-Untermenzing; Pfarrer-Grimm-Str. 1, München
muenchner-stadtbibliothek.de

| Freitag, 24. Januar |

Eddi, das Erdmännchen
15 Uhr; Geeignet für Kinder ab 4 Jahren, Münchner Theater für Kinder, Dachauer Str. 46, München
www.mtfk.de

Was tun, wenn’s kalt ist?
15 bis 16 Uhr; Für Kinder ab 8 Jahren; Museum Mensch und Natur, Schloss Nymphenburg
mmn-muenchen.snsb.de

„Schneekönigin – das Musical“
16 Uhr; Für Kinder ab 4 Jahren; Wolf-Ferrari-Haus; Rathausplatz 2, Ottobrunn
www.theater-liberi.de

| Samstag, 25. Januar |

Kids Factory
14 bis 16 Uhr; Kostenfrei und ohne Anmeldung; Museum Brandhorst, Theresienstraße 35a, München
www.museum-brandhorst.de

Neues vom Räuber Hotzenplotz
15 Uhr; Für Kinder ab 5 Jahren; Münchner Theater für Kinder, Dachauer Str. 46, München
www.mtfk.de

Kinderführung „Abenteuer Oper“
14 Uhr; Für Kinder von 6 bis 12 Jahren; Bayerische Staatsoper, Max-Joseph-Platz 2, München
www.staatsoper.de

Eddi, das Erdmännchen
10 Uhr; Geeignet für Kinder ab 4 Jahren, Münchner Theater für Kinder, Dachauer Str. 46, München
www.mtfk.de

Tropische Schmetterlinge
9.30 bis 11.30 Uhr; Für Familien mit Kindern von 6 bis 12 Jahren; Botanischer Garten, Menzinger Str. 61-65, München
botmuc.snsb.de

| Sonntag, 26. Januar |

„Snacks aus der Steinzeit“- Ernährung unserer Vorfahren
14 bis 17 Uhr; Anmeldung erforderlich; Archäologische Staatssammlung; Lerchenfeldstr. 2, München
www.archaeologie.bayern

Theaterführung
14 Uhr, Auf der Bühne – hinter der Bühne – vor der Bühne; Staatstheater, Gärtnerplatz 3, München
www.gaertnerplatztheater.de

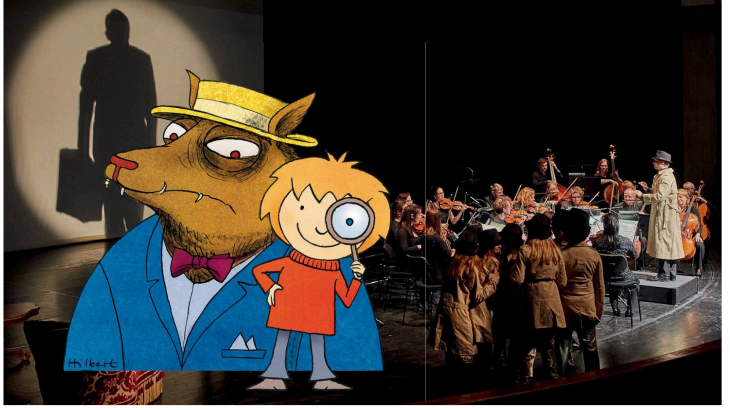
| Dienstag, 28. Januar |

Offenes Medienlabor
16 bis 18 Uhr; Für Kinder von 8 bis 12 Jahren; Funkstation, Margarete-Schütte-Lihotzky-Str. 36, München
www.feierwerk.de

| Mittwoch, 29. Januar |

Hüpfkäfer & Sausewind
16 bis 16.45 Uhr; Offene Kindertanzgruppe, für Kinder von 4 bis 6 J.; Dschungelpalast, Hansastr. 41, München
www.feierwerk.de

Anzeige



Kinderkonzert des Münchner Kammerorchesters

Ein spannender Fall: Rotkäppchen, eine Ente und sechs Geißlein sind spurlos verschwunden! Zum Glück nimmt Detective Peter die Ermittlungen auf. Die lustige Detektivgeschichte aus der Feder der Ritter-Rost-Autoren wird von Schauspiel-Legende Katharina Thalbach zum Leben erweckt.

Das Münchener Kammerorchester sorgt mit seiner Broadway- und Hollywood-inspirierten Musik für die passende Klangkulisse. Ein Vergnüglicher, mitreißender Nachmittag für alle ab 5 Jahren.

www.m-k-o.eu

Kinderkonzert
1. April 2025,
16 Uhr

Prinzregententheater
Prinzregentenpl. 12
81675 München

Geschichten verzaubern - Vorlesen mit den Lesefüchsen
16 Uhr; Für Kinder zwischen 4 und 10 Jahren; Stadtbibliothek Schwabing; Hohenzollernstr. 16, München
muenchner-stadtbibliothek.de

Playing Kafka
16 bis 18.30 Uhr; Kafkas Romanwelt als Game erleben: Eintritt frei; Stadtbibliothek im Motorama; Rosenheimer Str. 30-32, München
muenchner-stadtbibliothek.de

| Donnerstag, 30. Januar |

Schauburg sagt gute Nacht
17 Uhr; Für Kinder ab 5 Jahren; Schauburg Elisabethplatz; Rosenheimer Str. 192, München
www.schauburg.net

| Freitag, 31. Januar |

Faszinierenden Dinosauriern auf der Spur
15 bis 16 Uhr; Familienführung für Kinder ab 6 Jahren; Museum Mensch und Natur; Schloss Nymphenburg
www.mmn-muenchen.de

| Samstag, 1. Februar |

Kinderführung „Abenteuer Oper“
14 Uhr; Für Kinder von 6 bis 12 Jahren; Bayerische Staatsoper, Max-Joseph-Platz 2, München
www.staatsoper.de

Die Abenteuer des kleinen Bären
15 Uhr; Für Kinder ab 4 Jahren; Münchner Marionettentheater, Blumenstr. 32, München
www.muema-theater.de

| Sonntag, 2. Februar |

Familienführung zu „We are Family“
12 bis 16 Uhr; Für Familien mit Kindern ab 6 Jahren; Alte Pinakothek, Barer Str. 27, München
www.pinakothek.de

Sindbads Abenteuer
15 Uhr; Für Kinder ab 6 Jahren; Münchner Theater für Kinder, Dachauer Str. 46, München
www.mtfk.de

Die Abenteuer des kleinen Bären
15 Uhr; Für Kinder ab 4 Jahren; Münchner Marionettentheater, Blumenstr. 32, München
www.muema-theater.de

| Mittwoch, 5. Februar |

Hüpfkäfer & Sausewind
16 bis 16.45 Uhr; Offene Kindertanzgruppe, für Kinder von 4 bis 6 J.; Dschungelpalast, Hansastr. 41, München
www.feierwerk.de

Geschichten verzaubern - Vorlesen mit den Lesefüchsen
16 bis 17 Uhr; Für Kinder zwischen 4 und 10 Jahren; Stadtbibliothek Pasing; Bäckerstr. 9, München
muenchner-stadtbibliothek.de

| Donnerstag, 6. Februar |

Geschichten verzaubern - Vorlesen mit den Lesefüchsen
16 bis 17 Uhr; Für Kinder zwischen 4 und 10 Jahren; Stadtbibliothek Allach-Untermenzing; Pfarrer-Grimm-Str. 1, München
muenchner-stadtbibliothek.de

| Samstag, 8. Februar |

Kids Factory
14 bis 16 Uhr; Kostenfrei und ohne Anmeldung; Museum Brandhorst, Theresienstraße 35a, München
www.museum-brandhorst.de

Eddi, das Erdmännchen
15 Uhr; Geeignet für Kinder ab 4 Jahren, Münchner Theater für Kinder, Dachauer Str. 46, München
www.mtfk.de

Die Abenteuer des kleinen Bären
15 Uhr; Für Kinder ab 4 Jahren; Münchner Marionettentheater, Blumenstr. 32, München
www.muema-theater.de

| Sonntag, 9. Februar |

Die Abenteuer der kleinen Maus
15 Uhr, Für Kinder ab 4 Jahren; Münchner Marionettentheater, Blumenstr. 32, München
www.muema.de

Kostümverkauf im Theater
17 Uhr; Es werden KEINE Kinderkostüme angeboten; Münchner Theater für Kinder, Dachauer Str. 46, München
www.mtfk.de

| Dienstag, 11. Februar |

Die kleine Hexe
9 und 10.45 Uhr; Für Kinder ab 6 Jahren; Bürgerhaus, Münchner Str.65, Unterföhring
buergerhaus-unterfoehring.de

Leseförderung: Vorlesehund
15 bis 16 Uhr; Für Kinder ab 6 Jahren. Kostenfrei und ohne Anmeldung; BOO-Xothek/Grünwerkstatt, Helsinkistr. 57, München
www.echo-ev.de

| Mittwoch, 12. Februar |

Hüpfkäfer & Sausewind
16 bis 16.45 Uhr; Offene Kindertanzgruppe, für Kinder von 4 bis 6 J.; Dschungelpalast, Hansastr. 41, München
www.feierwerk.de

Geschichten verzaubern - Vorlesen mit den Lesefüchsen
16 Uhr; Für Kinder zwischen 4 und 10 Jahren; Stadtbibliothek Schwabing; Hohenzollernstr. 16, München
muenchner-stadtbibliothek.de

Bilderbuchkino
15 bis 16 Uhr; Für Kinder ab 3 Jahren; Bibliothek, Münchner Straße 65, Unterföhring
buergerhaus-unterfoehring.de

| Samstag, 15. Februar |

Kinderführung „Abenteuer Oper“
14 Uhr; Für Kinder von 6 bis 12 Jahren; Bayerische Staatsoper, Max-Joseph-Platz 2, München
www.staatsoper.de

Sindbads Abenteuer
15 Uhr; Für Kinder ab 6 Jahren; Münchner Theater für Kinder, Dachauer Str. 46, München
www.mtfk.de

Die Abenteuer der kleinen Maus
15 Uhr; Für Kinder ab 4 Jahren; Münchner Marionettentheater, Blumenstr. 32, München
www.muema.de

| Sonntag, 16. Februar |

Familienführung zu „We are Family“
12 bis 16 Uhr; Für Familien mit Kindern ab 6 Jahren; Alte Pinakothek, Barer Str. 27, München
www.pinakothek.de

Ich mach dich gesund, sagte der Bär
15 Uhr; Geeignet für Kinder ab 4 Jahren; Münchner Theater für Kinder, Dachauer Str. 46, München
www.mtfk.de

| Dienstag, 18. Februar |

Leseförderung: Leseförderungs-Spiele
15 bis 16 Uhr; Für Kinder ab 6 Jahren. Kostenfrei und ohne Anmeldung; BOO-Xothek/Grünwerkstatt, Helsinkistr. 57, München
www.echo-ev.de

| Mittwoch, 19. Februar |

Hüpfkäfer & Sausewind
16 bis 16.45 Uhr; Offene Kindertanzgruppe, für Kinder von 4 bis 6 J.; Dschungelpalast, Hansastr. 41, München
www.feierwerk.de

Geschichten verzaubern - Vorlesen mit den Lesefüchsen
16 bis 17 Uhr; Für Kinder zwischen 4 und 10 Jahren; Stadtbibliothek Pasing; Bäckerstr. 9, München
muenchner-stadtbibliothek.de

| Donnerstag, 20. Februar |

Geschichten verzaubern - Vorlesen mit den Lesefüchsen
16 bis 17 Uhr; Für Kinder zwischen 4 und 10 Jahren; Stadtbibliothek Allach-Untermenzing; Pfarrer-Grimm-Str. 1, München
muenchner-stadtbibliothek.de

| Freitag, 21. Februar |

Sindbads Abenteuer
15 Uhr; Für Kinder ab 6 Jahren; Münchner Theater für Kinder, Dachauer Str. 46, München
www.mtfk.de

Der Gasteig brummt (für Kinder & Jugendliche)
Kids bringen das Isarufer zum Beben!; Gasteig HP8, Hans-Preißinger-Straße 8, München
www.gasteig.de

| Samstag, 22. Februar |

Kids Factory
14 bis 16 Uhr; Kostenfrei und ohne Anmeldung; Museum Brandhorst, Theresienstraße 35a, München
www.museum-brandhorst.de

Neues vom Räuber Hotzenplotz
15 Uhr; Für Kinder ab 5 Jahren; Münchner Theater für Kinder, Dachauer Str. 46, München
www.mtfk.de

Kinderführung „Abenteuer Oper“
14 Uhr; Für Kinder von 6 bis 12 Jahren; Bayerische Staatsoper, Max-Joseph-Platz 2, München
www.staatsoper.de

Die Abenteuer der kleinen Maus
15 Uhr; Für Kinder ab 4 Jahren; Münchner Marionettentheater, Blumenstr. 32, München
www.muema.de

Der Gasteig brummt (für Kinder & Jugendliche)
Kids bringen das Isarufer zum Beben!; Gasteig HP8, Hans-Preißinger-Straße 8, München
www.gasteig.de

| Sonntag, 23. Februar |

Familienführung zu „We are Family“
12 bis 16 Uhr; Für Familien mit Kindern ab 6 Jahren; Alte Pinakothek, Barer Str. 27, München
www.pinakothek.de

„Snacks aus der Steinzeit“- Ernährung unserer Vorfahren
14 bis 17 Uhr; Anmeldung erforderlich; Archäologische Staatssammlung; Lerchenfeldstr. 2, München
www.archaeologie.bayern

concierto münchen: Der Karneval der Tiere
11, 12.30 und 14 Uhr; Figurentheater für die ganze Familie; Gasteig HP8, Saal X; Hans-Preißinger-Straße 8, München
www.concierto-muenchen.de

| Dienstag, 25. Februar |

Offener Eltern-Kind-Treff
10 bis 11.30 Uhr; Für Eltern mit Kindern bis 3 Jahre; Funkstation, Margarete-Schütte-Lihotzky-Str. 36, München
www.feierwerk.de

| Mittwoch, 26. Februar |

Hüpfkäfer & Sausewind
16 bis 16.45 Uhr; Offene Kindertanzgruppe, für Kinder von 4 bis 6 J.; Dschungelpalast, Hansastr. 41, München
www.feierwerk.de

Faschingswerkstatt
14.30 bis 18 Uhr; Bastelkiste ab 4 Jahren; Dschungelpalast, Hansastr. 41, München
www.feierwerk.de

Geschichten verzaubern - Vorlesen mit den Lesefüchsen
16 Uhr; Für Kinder zwischen 4 und 10 Jahren; Stadtbibliothek Schwabing; Hohenzollernstr. 16, München
muenchner-stadtbibliothek.de

| Donnerstag, 27. Februar |

Faschingswerkstatt
14.30 bis 18 Uhr; Bastelkiste ab 4 Jahren; Dschungelpalast, Hansastr. 41, München
www.feierwerk.de

Sonstige Landkreise

| Samstag, 18. Januar |

Spielnachmittag im Hallenbad neufun
13 bis 17 Uhr; Freizeitpark Neufahrn, Käthe-Winkelmann-Platz 4, Neufahrn
www.hallenbad-neufahrn.de

Tiere im Winter
13.30 bis 16 Uhr; Für Familien mit Kindern ab 5 Jahren; Museum Wald und Umwelt; Ludwigshöhe 2 Ebersberg
www.museumwaldundumwelt.de

| Sonntag, 19. Januar |

Öffentliche Kinder- und Erwachsenenführung
14 Uhr; Mit Museumskorb, Kinderspiel und physikalischem Experimenten sinnlich das Ballonmuseum erfahren; Ballonmuseum, Bahnhofstr. 12, Gersthofen
ballonmuseum-gersthofen.de

| Donnerstag, 30. Januar |

Gesund ernährt durch die Schwangerschaft
20 bis 21.30 Uhr; Kostenfrei - Anmeldung erforderlich; Kreisbildungswerk Ebersberg; Pfarrer-Bauer-Str. 5, Ebersberg
/www.weiterbildung.bayern.de

| Freitag, 31. Januar |

„Schneekönigin – das Musical“
16 bis 18 Uhr; Für Kinder ab 4 Jahren; Schlossberghalle; Vogelanger 2, Starnberg
www.theater-liberi.de

| Sonntag, 2. Februar |

Öffentliche Kinder- und Erwachsenenführung
14 Uhr; Mit Museumskorb, Kinderspiel und physikalischem Experimenten sinnlich das Ballonmuseum erfahren; Ballonmuseum, Bahnhofstr. 12, Gersthofen
ballonmuseum-gersthofen.de

Lechmuseum Bayern
10 bis 18 Uhr; Ohne Anmeldung - einfach vorbeikommen; Lechmuseum Bayern; Lechwerkstr. 19, Langweid
www.lechmuseum.de

Wachsstöckl, Lichtmess- und Wetterkerzen
13.30 bis 16.30 Uhr; Offene Sonntagswerkstatt; Diözesanmuseum, Domberg 21, Freising
www.dimu-freising.de

| Samstag, 8. Februar |

Spielnachmittag im Hallenbad neufun
13 bis 17 Uhr; Freizeitpark Neufahrn, Käthe-Winkelmann-Platz 4, Neufahrn
www.hallenbad-neufahrn.de

| Sonntag, 9. Februar |

Öffentliche Familienführungen im Hutmuseum
15 Uhr; Dauer ca. 70 Minuten; Deutsches Hutmuseum; Museumsplatz 1, Lindenberg
www.deutsches-hutmuseum.de

| Donnerstag, 13. Februar |

Jan & Henry 2 - Der Schatz von Piepenschlönz
16 Uhr; Empfohlen für Kinder ab 4 Jahren; KULTUR+KONGRESS FORUM - Raiffeisen-Saal, Zuccalliplatz 1, Altötting
www.theaterlichtermeer.de

| Sonntag, 16. Februar |

Öffentliche Kinder- und Erwachsenenführung
14 Uhr; Mit Museumskorb, Kinderspiel und physikalischem Experimenten sinnlich das Ballonmuseum erfahren; Ballonmuseum, Bahnhofstr. 12, Gersthofen
ballonmuseum-gersthofen.de

| Samstag, 22. Februar |

Spielnachmittag im Hallenbad neufun
13 bis 17 Uhr; Freizeitpark Neufahrn, Käthe-Winkelmann-Platz 4, Neufahrn
www.hallenbad-neufahrn.de

Online

| Mittwoch, 15. Januar |

Eltern werden - viel zu wissen und zu erledigen
17 Uhr; Informationsabend für werdende Eltern; Online über Zoom
www.ebz-muenchen.de

| Mittwoch, 22. Januar |

Schulfähigkeit: „Was bedeutet das heute?“
19 Uhr; Kostenfrei, Anmeldung erforderlich; Online-Meeting via Zoom
www.ebz-muenchen.de

| Mittwoch, 5. Februar |

Eltern werden - viel zu wissen und zu erledigen
17 Uhr; Informationsabend für werdende Eltern; Online über Zoom
www.ebz-muenchen.de

| Freitag, 7. Februar |

Online-Basar für Kindersachen
bis 16. Februar, 21; Online
www.kibaza.de/neuhaus-schliersee

| Mittwoch, 26. Februar |

Ernährung ab der Lebensmitte
19.30 bis 21 Uhr; Entdecke wie leicht ein bewusster, genussvoller Lebensstil umsetzbar ist; AELF Ebersberg-Erding ONLINE
www.weiterbildung.bayern.de

Kurse & Workshops

Sprachen

Bad Wiessee
Englisch für Kinder
Helen Doron Englisch
kl. Gruppen, spielerisch lernen
Für Kinder von 2 bis 16 Jahren
Sabine Guillon
Tel. 08022-6626065
www.sabine-guillon.de

heinmedia
kreativagentur

Du verdienst mehr Zeit für das, was wirklich zählt: Dein Business

In einer Welt, in der Zeit immer knapper wird und die Anforderungen stetig steigen, sind wir für Dich da. Unser Team aus erfahrenen Experten und Expertinnen nimmt Dir den Druck ab und gibt Dir die Freiheit, Dich auf das Wesentliche zu konzentrieren.
Mit unserer geballten Kompetenz und Leidenschaft unterstützen wir Dich in allen Bereichen des digitalen Marketings, der Grafik, Redaktion und Webentwicklung.

Digital Marketing

» Wir beraten und betreuen Deinen Social-Media-Auftritt, damit Du Dich auf Dein Kerngeschäft konzentrieren kannst.
» Vom Konzept bis zum fertigen Video: Wir erstellen Kurzvideos, die Deine Marke authentisch und ansprechend präsentieren.
» Unsere Experten entwickeln und managen Werbekampagnen, die Dein Unternehmen sichtbar machen
» Social-Recruiting: Wir helfen Dir, die richtigen Mitarbeiter zu finden, die perfekt in Dein Team passen.

Grafik & Art Design

» Wir gestalten Deine Werbeanzeigen – sowohl für Print als auch für digitale Kanäle – individuell und zielgerichtet.
» Gemeinsam entwickeln wir Deine Corporate Identity weiter oder gestalten sie komplett neu, um Deine Marke optimal zu präsentieren.

Redaktion & Print

» Wir verfassen Werbetexte, die Deine Botschaft klar und überzeugend kommunizieren.
» Unsere PR-Texte sorgen dafür, dass Deine Marke in den richtigen Medien sichtbar wird.
» Von Flyern bis zu Plakaten: Wir gestalten und produzieren hochwertige Werbemittel, die im Gedächtnis bleiben.

Webdesign und Programmierung

» Wir gestalten Deine Webseite, um Deine Online-Präsenz zeitgemäß und ansprechend zu machen.
» Unsere Programmierer setzen Dein Webprojekt professionell und technisch einwandfrei um.

Vertraue auf unsere Expertise und gewinne wertvolle Zeit zurück – für die Dinge, die Dir wirklich wichtig sind. Lass uns gemeinsam die Zukunft Deines Unternehmens gestalten.

Johanna Schönach
Mediengestalterin - Digital & Print
E-Mail: j.schoenach@heinmedia.de
Tel. 08025 9970822

Impressum

heinmedia Verlags GmbH
Geschäftsführer: Dieter Hein
Stadtplatz 2, 83714 Miesbach
Tel. 08025.99708-0

Email: info@heinmedia.de
www.zwergerl-magazin.de

Redaktion:
Dieter Hein (V.i.S.d.P.)
redaktion@heinmedia.de

Administration
Patrizia Schöberl
p.schoeberl@heinmedia.de

Anzeigenberatung:
Katalin Hein
k.hein@heinmedia.de

Layout & Anzeigengestaltung:
Johanna Schönach (Mediengestalterin)
j.schoenach@heinmedia.de
Dieter Hein
redaktion@heinmedia.de

Veranstaltungsredaktion
Patrizia Schöberl
p.schoeberl@heinmedia.de

Anzeigenpreise:
Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 9/24

Titelfoto: Tverdohlib.com

Bildnachweise: Adobe Stock, Adobe Express, ostser7, Anna Shvets, Pixabay, Tragelotti, Cordula Treml 180, Faschingsgilde Bad Aibling e. V., LederTausend, Museum Mensch Natur, Trachtenverein D'Oberlandler Bad Aibling Johanna Berüter

Bildnachweis Veranstaltungen:
Veranstalter, wenn nichts anderes im Bild vermerkt ist.

Erscheinungsgebiete:
München und Umland / Bayerisches Oberland / Rosenheim

Erscheinungsweisen alle zwei Monate:
Januar/Februar; März/April; Mai/Juni; Juli/August; September/Oktober; November/Dezember

Information:
Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung der Herausgeberin. Alle Urheberrechte für Beiträge, Fotos und Anzeigen liegen bei der Herausgeberin. Für den Inhalt der Anzeigen sind die Inserenten selbst verantwortlich. Namentlich gekennzeichnete Redaktionsbeiträge geben nicht unbedingt die Meinung des Verlages wieder.

Erfüllungsort und Gerichtsstand ist Miesbach.

FSC www.fsc.org
MIX
Papier | Fördert gute Waldnutzung
FSC® C129763

EMAS
GEPRÜFTES UMWELTMANAGEMENT DE-126-00089

Freiburger Druck GmbH & Co.KG
Lörracher Straße 3
79115 Freiburg
www.freiburger-druck.de

Die Druckerei ist seit 2013 EMAS (DE-126-00089) validiert

seit 2002

ZWERGERL Magazin

Wir sagen

DANKE

... bei all unseren Zwergerl-Werbepartnern, die unser Familienmagazin ermöglichen und natürlich auch bei unseren treuen Leserinnen und Lesern!

Wir wünschen Euch für das neue Jahr alles Gute, Gesundheit und Frohsinn.

Lasst uns mit neuer Energie in das Jahr 2025 starten.

Euer Team vom Zwergerl Magazin

Mehr von uns findet ihr auf
www.zwergerl-magazin.de