

ELTERN KIND ZENTRUM TIMELKAM



4850 Timelkam, Pollheimerstr. 13
Leitung: Natascha Illig, Tel: 0699/16886 422
ekiz.timelkam@kinderfreunde.cc
www.kinderfreunde.cc/salzkammergut/ekiz.timelkam

Bürozeiten: Di von 14.30-17.00
Telefonisch: Mo- Fr von 8.30- 11.00
(hinterlassen Sie eine Nachricht, Rückruf erfolgt verlässlich)
Eltern Kind Zentrum Timelkam ist auch auf Facebook zu finden.

Die Kursbeiträge können Sie unter Angabe der Kursnummer, Ihres Namens direkt auf unser Konto bei der **Hypo OÖ IBAN: AT68 5400 0001 0034 4290; BIC: OBLAA2L** vor Beginn der Veranstaltung bezahlen. Die Anmeldung ist sofort, nicht erst ab Einzahlung verbindlich.
Die Kurse finden, falls nicht anders angegeben in den Räumen des Eltern Kind Zentrums statt.
Änderungen vorbehalten.

23TI- 0 Kindergeburtstag feiern im Eltern Kind Zentrum

Zu wenig Platz zu Hause? Dann feiere deinen Geburtstag mit deinen FreundInnen im Ekiz.
Nähere Informationen bei der Anmeldung.
Zeit: Termine nach Vereinbarung
Preis: € 30,00

23TI- 1 Offene Babygruppe/Stillgruppe

Treffpunkt für Mütter von kleinen und größeren Babys zum Austausch über alle Fragen zur Ernährung (Stillen/Flaschennahrung/Beikost) und dem Leben mit den Kleinen (Schlafen, Koliken, Unruhe, Entwicklung,...). Auch Schwangere sind herzlich willkommen, es ist die praxisbezogenste Vorbereitung auf das Stillen und die erste Zeit mit dem Baby. Freut euch auf fundierte Informationen zu eurer Bestärkung, den Erfahrungsaustausch, Hilfe bei Problemen und das Kontakte knüpfen zu anderen Müttern.
Keine Anmeldung erforderlich. August Sommerpause.
Leitung: Susanne Grabner (IBCLC Stillberaterin)
Zeit: jeden 1. Dienstag im Monat 3.1. bis 5.12.2023 von 9:30 bis 11:00 (Einzeltermine)
Preis: € 10,00



23TI- 2 Offener Treff / Eltern - Kind Cafe kostenlos

Eine gemütliche, kinderfreundliche Umgebung ladet ein zum Plaudern und Spielen.
Keine Anmeldung erforderlich! Juli und August Sommerpause.
Leitung: Natascha Illig (EKiZ Leiterin)
Zeit: Dienstag, 10.1. bis 19.12.2023 von 15:00 bis 17:00

23TI- 3 Zwillingstreff kostenlos

Bei diesen Treff soll Platz für gegenseitiges Kennenlernen und Erfahrungsaustausch mit dieser speziellen Familienform sein. Natürlich sind auch schwangere Mamis mit froher 'Mehrlingsbotschaft' herzlich willkommen. Anmeldung erforderlich! Juli und August Sommerpause.

Leitung: Natascha Illig (EKiZ Leiterin)

Zeit: jeden letzten Donnerstag im Monat 26.1. bis 30.11.2023 von 15:00 bis 17:00

23TI- 4 Erziehungstreff mit Gabi Hörandner

Treffen zum Auftanken für Mütter/Eltern von größeren Babys und Kleinkindern in gemütlicher Atmosphäre und kindgerechter Umgebung. Kommen Sie mit oder ohne Ihrem Kind/ Ihren Kindern zum Austauschen über Erfahrungen mit dem Elternsein. Informieren Sie sich über Fragen zur Ernährung, Erziehung und das Familienleben im Alltag. Anmeldung erforderlich!

Leitung: Gabi Hörandner (Krisenbegleiterin für Baby,-Kleinkind und Familie)

Zeit: Freitag, 13.1., 24.2., 31.3., 7.7., 8.9., 10.11. und 15.12.2023 von 15:00 bis 17:00

Preis: € 12,00



23TI- 5 Tragekurs für Tragetuch und verschiedene Tragehilfen

Erfahren Sie, worauf es beim Babytragen ankommt, warum es unserer Natur entspricht und kein Verwöhnen ist. Sie bekommen praktisch vermittelt, wie Sie beide Hände frei haben und dabei bequem und ergonomisch tragen können, wie Sie sich Freiräume im Alltag schaffen und wieder mehr Mobilität mit Ihrem Baby haben. Sie erhalten einen Überblick über die bunte und unüberschaubare Vielfalt der Tragehilfen und Tragetücher, die heute auf dem Markt sind. Woran erkennen Sie eine gute Babytragehilfe, welche passt zu Ihnen und was ist beim Kauf eines Tragetuchs zu beachten.

Leitung: Claudia Ziegl (Trageberaterin)

Zeit: Samstag, 25.3., 17.6. und 21.10.2023 von 9:00 bis 11:00 (Einzeltermine)

Preis: € 25,00

23TI- 6 Family Fun Workout

Für Kinder von 12 - 36 Monaten mit Begleitung. Eine Eltern Kind Turnereinheit liebevoll erarbeitet und durchdacht in Anwesenheit einer engen Bezugsperson fördern wir - motorische Fähigkeiten - Selbstvertrauen und Selbsteinschätzung - die taktil-kinästhetische und vestibuläre Wahrnehmung.

Anmeldung und Infos bei Lisa Stockinger 0650/4200997

Leitung: Lisa Stockinger (Kindergartenpädagogin)

Zeit: ab Montag, 9.1.2023

Ort: 4850 Timelkam, Mozartstr. 8

Preis: € 55,00 pro 5er Block, Einstieg jederzeit möglich

23TI- 7 English for Kids

Spielerischer Erstkontakt mit der englischen Sprache für Kinder von 4 - 8 Jahren. Durch die Kombination des sprachlichen Inputs mit der Bewegung wird das Gelernte noch besser verankert.

Anmeldung und Infos bei Lisa Stockinger 0650/4200997

Leitung: Lisa Stockinger (Kindergartenpädagogin)

Zeit: ab Dienstag, 10.1.2023 von 14:00 bis 15:00

Ort: 4850 Timelkam, Mozartstr. 8

Preis: € 55,00 pro 5er Block (Einstieg jederzeit möglich)

23TI- 8 Pre Kanga - moderne Schwangerschaftsgymnastik

Pre Kanga, die moderne Version der Schwangerschaftsgymnastik hilft Dir dabei Dich während der Schwangerschaft zu kräftigen und Dich auf die anstehende Geburt gezielt vorzubereiten! Dabei gehe ich in den Trainingseinheiten genau auf Deine veränderten Bedürfnisse als werdende Mama ein und fördere mit gezielten Übungen Dein Wohlbefinden in der Schwangerschaft. Zugleich bereitet das Schwangerschafts-Workout optimal auf die Geburt und die erste Zeit danach vor. Das Ganzkörpertraining mit Eigengewicht wird je nach Schwangerschaftswoche auf Dich angepasst, sodass Du die Übungen sicher und effektiv ausführen kannst. Eine Pre-Kanga Einheit bietet Dir viel Abwechslung und vor allem jede Menge Spaß. Neben gezielten Bodenübungen für Deinen Bauch, Beine, Rücken und den Beckenboden, gehören, nach einem myofaszialem Aufwärmen, auch einfache aber schwungvolle Choreografien zum Training, die Dein Herz-Kreislaufsystem ankurbeln. Anmeldung unter 0650/3306652

Leitung: Claudia Ziegl (Kanga Trainerin)

Ort: 4850 Timelkam, Mozartstr. 8

Zeit: jeden Montag - Einstieg jederzeit möglich, ab 16.1.2023 von 17:30 bis 18:30

Preis: € 60,00 pro 5er Block

23TI-01F Spielgruppe BLAU

für Kinder von ca. 12 - 18 Monaten mit Begleitung

Zeit: Montag, 9.1. bis 3.7.2023 von 8:30 bis 10:00

Preis: € 38,00 / € 34,30 für Kinderfreundemitglieder (pro 6er Block)

GUTSCHEIN

23TI-02F Spielgruppe TÜRKIS

für Kinder ab ca. 1,5 - 2 Jahren mit Begleitung

Zeit: Montag, 9.1. bis 3.7.2023 von 10:00 bis 11:30

Preis: € 38,00 / € 34,30 für Kinderfreundemitglieder (pro 6er Block)

GUTSCHEIN

23TI-03F Spielgruppe ROT

für Kinder zw. 8 - 12 Monaten mit Begleitung

Zeit: Mittwoch, 11.1. bis 5.7.2023, von 8:30 bis 10:00

Preis: € 38,00 / € 34,50 für Kinderfreundemitglieder (pro 6er Block)

GUTSCHEIN

23TI-04F Spielgruppe ORANGE

für Kinder ab ca. 2 - 2,5 Jahren mit Begleitung

Zeit: Mittwoch, 11.1. bis 5.7.2023, von 10:00 bis 11:30

Preis: € 38,00 / € 34,30 für Kinderfreundemitglieder (pro 6er Block)

GUTSCHEIN

23TI-05F Spielgruppe GRÜN

für Kinder ab ca. 1,5 - 2 Jahren mit Begleitung

Zeit: Donnerstag, 12.1. bis 6.7.2023 von 8:30 bis 10:00

Preis: € 38,00 / € 34,30 für Kinderfreundemitglieder (pro 6er Block)

GUTSCHEIN

23TI-06F Spielgruppe ROSA

für Kinder ab 2,5 Jahren mit Begleitung

Zeit: Donnerstag, 12.1. bis 6.7.2023 von 10:00 bis 11:30

Preis: € 38,00 / € 34,30 für Kinderfreundemitglieder (pro 6er Block)

GUTSCHEIN

23TI-07F Spielgruppe GELB

für Kinder zw. 8 - 12 Monaten mit Begleitung

Zeit: Freitag, 13.1. bis 7.7.2023, von 8:30 bis 10:00

Preis: € 38,00 / € 34,30 für Kinderfreundemitglieder (pro 6er Block)

GUTSCHEIN

23TI-08F Spielgruppe VIOLETT

für Kinder von ca. 12 - 18 Monaten mit Begleitung

Zeit: Freitag, 13.1. bis 7.7.2023, von 10:00 bis 11:30

Preis: € 38,00 / € 34,30 für Kinderfreundemitglieder (pro 6er Block)

GUTSCHEIN

23TI-09F Mama - Baby - Wohlfühlgruppe Jänner/Febr

massieren - singen - austauschen. In netter, gemütlicher Atmosphäre genießen die Kleinen ihre Baby-massage, wodurch die Mutter-Kindbindung gestärkt und viele wertvolle Körpererfahrungen gemacht werden. Mama und Baby lernen erste Sing- und Kitzelspiele kennen und genießen das Beisammensein mit gleichaltrigen Kindern. Mitzubringen: Handtuch, Decke oder Babyfell.

Leitung: Eni Doninger (Babymassagekursleiterin, DKKS)

Zeit: Dienstag, 10.1. bis 14.2.2023 von 9:15 bis 10:30 (5x)

Preis: € 40,00 / € 36,00 für Kinderfreundemitglieder

GUTSCHEIN

23TI-10F Mama - Baby - Wohlfühlgruppe März/April

massieren - singen - austauschen. Mitzubringen: Handtuch, Decke oder Babyfell.

Leitung: Eni Doninger (Babymassagekursleiterin, DKKS)

Zeit: Dienstag, 14.3. bis 18.4.2023 von 9:15 bis 10:30 (5x)

Preis: € 40,00 / € 36,00 für Kinderfreundemitglieder

GUTSCHEIN

23TI-11F Mama - Baby - Wohlfühlgruppe Mai/Juni

massieren - singen - austauschen. Mitzubringen: Handtuch, Decke oder Babyfell.

Leitung: Eni Doninger (Babymassagekursleiterin, DKKS)

Zeit: Dienstag, 9.5. bis 13.6.2023 von 9:15 bis 10:30 (5x)

Preis: € 40,00 / € 36,00 für Kinderfreundemitglieder

GUTSCHEIN

23TI-12F FuN - ein kostenloses Familienprogramm

Lernen Sie andere Familien aus Ihrer Nachbarschaft /dem EKiz/ dem Kindergarten Ihres Kindes besser kennen. Knüpfen Sie Kontakte und soziale Netzwerke in Ihrem Ort. Bei Fun treffen sich Eltern und Kinder an acht Nachmittagen um gemeinsam eine tolle Familienzeit mit lustigen Spielen zu verbringen, gemütlich zu Essen, andere Familien aus der Nachbarschaft kennen zu lernen und vor allem Spaß zu haben.

Leitung: Natascha Illig, Monika Schwarz (FuN Teamerinnen)

Zeit: Mittwoch, 15.3. bis 3.5.2023 von 15:00 bis 18:00 (8x)

23TI-13F Die Fotografin kommt ins EKIZ

Familienfoto und/oder Kinderfoto. Sie bekommen 1x 20x30cm, 2x 13x18cm, 10x Weihnachtskarten.
Bitte unbedingt anmelden wegen Terminvergabe!

Leitung: Patricia Distler-Kriechbaum (Fotografin)

Zeit: Freitag, 17.3.2023 von 13:00 bis 18:00

Preis: € 30,00 (zzgl. € 3,00 Vermittlungsgebühr, keine Ermäßigung möglich)

23TI-14F Geburtsvorbereitungskurs Jänner

Die Ankunft eines Babys verändert das Leben jeder Frau und jeder Paarbeziehung. Bereits in der Schwangerschaft beginnt die körperliche sowie seelische Umstellung. Fragen tauchen auf und der Wissensdurst nach Information über Veränderungen in der Schwangerschaft, Geburtsverlauf und Gebärpositionen, Körperwahrnehmungs-, Atem- und Entspannungsübungen, Partner unter der Geburt, Stillen und Babypflege sind groß.

Leitung: Claudia Seyfert (Hebamme)

Zeit: 10.1., 16.1., 26.1., 31.1. und 3.2.2023 von 18:30 bis 20:30

Preis: € 75,00

23TI-15F Geburtsvorbereitungskurs März

Leitung: Claudia Seyfert (Hebamme)

Zeit: 2.3., 7.3., 17.3., 22.3. und 28.3.2023 von 18:30 bis 20:30

Preis: € 75,00

23TI-16F Rückbildung/Beckenbodenkurs

für ALLE Frauen, die ihre Körpermitte stärken wollen.

Die Beckenbodenmuskulatur gehört zu den wichtigsten Muskeln in deinen Körper. Sie hat Einfluss auf viele wichtige Funktionen wie z.B. deine Haltung, oder die Kontrolle über deine Blase. Beckenbodentraining hilft dir die Basis zu stabilisieren und ins Gleichgewicht zu kommen.

Leitung: Manuela Strobl (Hebamme)

Zeit: Donnerstag, 16.3. bis 27.4.2023 von 19:30 bis 21:00 (6x)

Preis: € 75,00 / € 67,50 für Kinderfreundemitglieder

23TI-17F Geburtsvorbereitungskurs Mai

Leitung: Claudia Seyfert (Hebamme)

Zeit: 2.5., 5.5., 11.5., 16.5. und 17.5.2023 von 18:30 bis 20:30

Preis: € 75,00

23TI-18F Geburtsvorbereitungskurs Juli

Leitung: Claudia Seyfert (Hebamme)

Zeit: 30.6., 5.7., 10.7. 14.7. und 19.7.2023 von 18:30 bis 20:30

Preis: € 75,00

23TI-19F WS: Positive Sprache

...die heimliche Kraft kleiner Worte und wie wir sie gut im Alltag nutzen. Nicht. Aber. Müssen. Der Kommunikationsstil vieler Menschen ist eher negativ statt positiv geprägt, problemorientiert statt lösungsori-

entiert, trennend statt verbindend. In dem Workshop geht es darum sich die eigenen Sprachmuster und Prägungen anzusehen und zu optimieren, damit man im Umgang mit Kindern und allen Mitmenschen klarer, verständlicher, mitfühlender und positiver ausdrücken kann, was man meint. In Übungen können wir selbst erfahren, wie es sich anfühlt manche 'gut eintrainierten' Wörter oder Redewendungen auszutauschen und so in kleinen Schritten zu einem achtsameren Umgang mit unseren Mitmenschen und letztlich auch uns selbst kommen.

Leitung: Kerstin Bamming (Psycholog, Beraterin, Pädagogin, Referentin, Bloggerin)

Zeit: Mittwoch, 1.3.2023 von 19:00 bis 22:00

Preis: € 4,00

GUTSCHEIN

23TI-20F SEMINAR: 'Du schaffst das!' - die 7 Säulen der Kinderresilienz

Kinder wachsen durch positiv bewältigte Herausforderungen und Aufgaben. Die Stärke, die sie dabei entwickeln, heißt Resilienz - sprich Widerstandskraft. Doch was unterstützt Kinder neue und herausfordernde Lebenssituationen zu bewältigen und gestärkt daraus hervor zu gehen? Und wie gelingt es Eltern selbst in schwierigen Lebenssituationen positiv und zuversichtlich zu bleiben? Antworten auf diese und andere Fragen gibt es im Seminar zu den sieben Säulen der Kinderresilienz!

Leitung: BA MA Leslie Jäger (Mama, Elterncoach, Pädagogin, LSB)

Zeit: Mittwoch, 8.3., 15.3. und 22.3.2023 von 19:00 bis 22:20

Preis: € 10,90

GUTSCHEIN

23TI-21F WS: Erste Hilfe bei Notfällen mit Kindern

Kinder sind keine Miniaturausgabe von Erwachsenen. In diesem Kurs lernen sie daher lebensbedrohliche Zustände ihres Kindes nach Unfällen oder bei plötzlicher Erkrankung richtig einzuschätzen. Die Besonderheiten des Kindes werden erörtert, Lebensrettende Sofortmaßnahmen anschaulich erklärt und geübt.

Leitung: Kathrin Lohninger (Lehrbeauftragte)

Zeit: Freitag, 10.3.2023 von 19:00 bis 22:00

Preis: € 4,00

GUTSCHEIN

23TI-22F Stoffwindel und Windelfrei Workshop

Stoffwindel sind mit ihren Designs nicht nur richtig süß sondern auch sehr praktisch. Kommt vorbei und schnuppert in die Welt der Stoffwindel und in die Windelfrei Welt hinein. Windelfrei hat weder etwas mit der allgemein bekannten Sauberkeitserziehung zu tun, noch bedeutet es, dass Babys keine Windel tragen dürfen. Es geht viel mehr um die Kommunikation mit unseren Kindern. Und ergänzt sich super mit den Stoffwindeln.

Leitung: Andrea Hammerl (Windelfrei Coach), Susanne Grabner (Stoffwindelberaterin)

Zeit: Freitag, 14.4.2023 von 15:00 bis 17:30

Preis: € 40,00

23TI-23F WS: Schlaf, Kindlein, schlaf...

Das Thema Schlaf ist gerade im Baby- und Kleinkindalter ein sehr sensibles Thema, auch weil die Ansichten unterschiedlicher nicht sein könnten. Die normale frühkindliche Schlafentwicklung zu verstehen, ist Voraussetzung um förderlich auf die gesamte Entwicklung unsrer Kinder einzuwirken. Gemeinsam versuchen wir die Bedürfnisse unserer Kleinsten und auch die der Eltern bzw. der Familie zu beleuchten und Wege einer liebevollen und bedürfnisorientierten Begleitung zu erarbeiten.

Leitung: Claudia Ziegl (DKKS, Kindergartenpädagogin, Schlafberaterin 1001 Kindernacht ®)
Zeit: Freitag, 21.4.2023 von 14:00 bis 17:00
Preis: € 4,00

GUTSCHEIN

23TI-24F WS: Eltern sein - Paar bleiben

...wie es gelingen kann, neben der fordernden Elternrolle auch als Paar lebendig zu bleiben. Wenn Paare Kinder bekommen, steht die Welt erst mal Kopf. Fast alles dreht sich um die neue Rolle als Mama und Papa. Zwischen Windeln wechseln, Aufgabenverteilung, Kinderbetreuung, Wertediskussionen und den Herausforderungen des Berufslebens bleibt oft kaum Zeit für ein Miteinander. Gesunde Beziehungen brauchen einen bewussten Austausch von Geben und Nehmen und vor allem: Zeit für ungeteilte Aufmerksamkeit mit dem Partner. Wie das vielleicht gelingen kann und was das alles mit Kochtöpfen zu tun hat, darum geht's bei diesem Workshop.

Leitung: Kerstin Bammingner (Psycholog. Beraterin, Pädagogin, Referentin, Bloggerin)
Zeit: Mittwoch, 26.4.2023 von 19:00 bis 22:00
Preis: € 4,00

GUTSCHEIN

23TI-25F WS: Umgang mit starken Emotionen

Wut, Aggression, aber auch starke Trauer sind Emotionen, mit denen Kinder erst umzugehen lernen müssen. Das lässt uns als Eltern auch meistens nicht kalt. Wie wir unsere Kinder gut durch diese stürmischen Gefühle begleiten können und trotzdem bei uns bleiben, erfährst du in diesem Workshop!

Leitung: Mag. Barbara Hüttner-Ungar (Syst. Eltern und Familiencoach, LB Soziologin)
Zeit: Montag, 8.5.2023 von 19:00 bis 22:00
Preis: € 4,00

GUTSCHEIN

23TI-26F Trocken werden liebevoll begleiten - ONLINE

Für viele ist die größte Sorge, wenn es um das Trockenwerden geht, dass sie keinen Druck auf ihr Kind ausüben wollen. Als Eltern dürfen wir die Führung übernehmen und unser kompetentes Kind auf seinem Weg in seinem Tempo unterstützen. In diesem Workshop besprechen wir, wie ich mein Kind artgerecht und liebevoll auf dem Weg zum trocken werden begleiten kann. Geeignet für alle, die sich mit dem Thema Sauberkeitsentwicklung beschäftigen möchten - egal ob euer Kind erst 12 Monate alt ist oder bereits 4 Jahre.

Leitung: Andrea Hammerl (Windelfreicaoch, Stoffwindelberaterin, Artgerecht Coach)
Zeit: Donnerstag, 11.5.2023 von 20:00 bis 22:00
Preis: € 30,00

GUTSCHEIN

Herbstprogramm

Spielgruppenübersicht Herbst 2023

Da wir die Spielgruppen nach dem Bedarf der Eltern ausrichten, erscheint diese Übersicht erst Mitte Juni 2023. Sie können diese im Eltern Kind Zentrum anfordern oder auf der Homepage downloaden.

Wir bieten im Herbst 2023 auch wieder Spielgruppen für verschiedene Altersgruppen an.
z.B: 8 -12 Monate, 12 - 18 Monate, 1,5 -2,5 Jahren.

Fragen Sie nach- wir finden sicher die richtige Spielgruppe für Sie und Ihr Kind.

23TI-27H FuN - ein kostenloses Familienprogramm

Lernen Sie andere Familien aus Ihrer Nachbarschaft /dem EKIZ/ dem Kindergarten Ihres Kindes besser kennen. Knüpfen Sie Kontakte und soziale Netzwerke in Ihrem Ort. Bei Fun treffen sich Eltern und Kinder an acht Nachmittagen um gemeinsam eine tolle Familienzeit mit lustigen Spielen zu verbringen, gemütlich zu Essen, andere Familien aus der Nachbarschaft kennen zu lernen und vor allem Spaß zu haben.

Leitung: Natascha Illig, Monika Schwarz (FuN Teamerinnen)

Zeit: Mittwoch, 18.10. bis 13.12.2023 von 15:00 bis 18:00 (8x)

23TI-28H Die Fotografin kommt ins EKIZ

Familienfoto und/oder Kinderfoto. Sie bekommen 1x 20x30cm, 1x 13x18cm, 1x 9x13cm, 4x 4x6cm
Bitte unbedingt anmelden wegen Terminvergabe!

Leitung: Patricia Distler-Kriechbaum (Fotografin)

Zeit: Freitag, 17.11.2023 von 13:00 bis 18:00

Preis: € 30,00 (zzgl. € 3,00 Vermittlungsgebühr, keine Ermäßigung möglich)

23TI-29H Mama - Baby - Wohlfühlgruppe Sept/Okt

massieren - singen - austauschen. In netter, gemütlicher Atmosphäre genießen die Kleinen ihre Baby-massage, wodurch die Mutter-Kindbindung gestärkt und viele wertvolle Körpererfahrungen gemacht werden. Mama und Baby lernen erste Sing- und Kitzelspiele kennen und genießen das Beisammensein mit gleichaltrigen Kindern. Mitzubringen: Handtuch, Decke oder Babyfell.

Leitung: Eni Doninger (Babymassagekursleiterin, DKKS)

Zeit: Dienstag, 19.9. bis 24.10.2023 von 9:15 bis 10:30 (5x)

Preis: € 40,00 / € 36,00 für Kinderfreundemitglieder



GUTSCHEIN

23TI-30H Mama - Baby - Wohlfühlgruppe Nov/Dez

massieren - singen - austauschen. Mitzubringen: Handtuch, Decke oder Babyfell

Leitung: Eni Doninger (Babymassagekursleiterin, DKKS)

Zeit: Dienstag, 14.11. bis 19.12.2023 von 9:15 bis 10:30 (5x)

Preis: € 40,00 / € 36,00 für Kinderfreundemitglieder



GUTSCHEIN

23TI-31H Geburtsvorbereitungskurs September

Die Ankunft eines Babys verändert das Leben jeder Frau und jeder Partnerschaft. Bereits in der Schwangerschaft beginnt die körperliche sowie seelische Umstellung. Fragen tauchen auf und der Wissensdurst nach Information über Veränderungen in der Schwangerschaft, Geburtsverlauf und Gebärpositionen, Körperwahrnehmungs-, Atem- und Entspannungsübungen, Partner unter der Geburt, Stillen und Babypflege sind groß.

Leitung: Claudia Seyfert (Hebamme)

Zeit: 8.9., 13.9., 18.9., 28.9. und 4.10.2023 von 18:30 bis 20:30

Preis: € 75,00

23TI-32H Geburtsvorbereitungskurs November

Leitung: Claudia Seyfert (Hebamme)

Zeit: 2.11., 7.11., 17.11., 22.11. und 29.11.2023 von 18:30 bis 20:30

Preis: € 75,00

23TI-33H Rückbildung/Beckenbodenkurs

für ALLE Frauen, die ihre Körpermitte stärken wollen.

Die Beckenbodenmuskulatur gehört zu den wichtigsten Muskeln in deinen Körper. Sie hat Einfluss auf viele wichtige Funktionen wie z.B. deine Haltung, oder die Kontrolle über deine Blase. Beckenbodentraining hilft dir die Basis zu stabilisieren und ins Gleichgewicht zu kommen.

Leitung: Manuela Strobl (Hebamme)

Zeit: Donnerstag, 9.11. bis 14.12.2023 von 19:30 bis 21:00 (6x)

Preis: € 75,00 / € 67,50 für Kinderfreundemitglieder

23TI-34H Stoffwindel und Windelfrei Workshop

Stoffwindel sind mit ihren Designs nicht nur richtig süß sondern auch sehr praktisch. Kommt vorbei und schnuppert in die Welt der Stoffwindel und in die Windelfrei Welt hinein. Windelfrei hat weder etwas mit der allgemein bekannten Sauberkeitserziehung zu tun, noch bedeutet es, dass Babys keine Windel tragen dürfen. Es geht viel mehr um die Kommunikation mit unseren Kindern. Und ergänzt sich super mit den Stoffwindeln.

Leitung: Andrea Hammerl (Windelfrei Coach), Susanne Grabner (Stoffwindelberaterin)

Zeit: Freitag, 13.10.2023 von 15:00 bis 17:30

Preis: € 40,00

23TI-35H WS: Erziehungsfallen im Alltag

Unser Gehirn liebt seine neuronale Autobahnen! Sogar dann, wenn sich Handlungsmuster etabliert haben, die kontraproduktiv und nicht zielführend sind. Und die Kinder spielen mit! Hier geht es um die häufigsten und nerven-aufreibendsten Muster - und ihre konstruktiven Alternativen.

Leitung: Mag. Barbara Hüttner-Ungar (Syst. Eltern und Familiencoach, LB Soziologin)

Zeit: Montag, 23.10.2023 von 19:00 bis 22:00

Preis: € 4,00

GUTSCHEIN

23TI-36H WS: Geschwister - sie streiten und sie lieben sich

Geschwister – eben noch haben sie friedlich gemeinsam gespielt, jetzt 'fliegen die Fetzen'. So sehr die Reibereien der Kinder – oft um vermeintliche Nichtigkeiten - uns Eltern nerven und fordern, so wichtig sind diese Erfahrungen für unsere Kinder. Wie entstehen diese Reibereien? Was lernen unsere Kinder durch Streiten? Welche Rolle haben wir als Eltern in diesen Szenarien? Und wie können wir kompetent damit umgehen? Ein kurzweiliger, praxisnaher Abend rund ums Streiten, Impulse für unsere elterliche Konfliktkompetenz und Orientierung für ein harmonisches Miteinander in der Familie.

Leitung: Sabine Reichsthaler (Mental- u. Glückstrainerin)

Zeit: Mittwoch, 8.11.2023 von 19:00 bis 22:00

Preis: € 4,00

GUTSCHEIN

23TI-37H WS: Erste Hilfe bei Notfällen mit Kindern

Kinder sind keine Miniaturausgabe von Erwachsenen. In diesem Kurs lernen sie daher lebensbedrohliche Zustände ihres Kindes nach Unfällen oder bei plötzlicher Erkrankung richtig einzuschätzen. Die Besonderheiten des Kindes werden erörtert, lebensrettende Sofortmaßnahmen anschaulich erklärt und geübt.

Leitung: Kathrin Lohninger (Lehrbeauftragte)

Zeit: Mittwoch, 15.11.2023 von 19:00 bis 22:00

Preis: € 4,00

GUTSCHEIN