



Familienakademie
der OÖ Kinderfreunde
Region Steyr-Kirchdorf

FRÜHJAHRSPROGRAMM 2026



MICHELDORF



Kindern Halt geben. Familien stärken.



Die Kinder- und Jugendhilfe
Oberösterreich ist für
Sie da – mit Rat, Herz und
konkreter Hilfe. Ob in
schwierigen Momenten, bei
Fragen oder Sorgen.

Für starke Kinder,
Jugendliche und Familien
in Oberösterreich.

Ihr Kinderschutz-Landesrat

Kinderschutz

KJH-OOE.AT

Martin Winkler

Landesrat für Kinder- und Jugendhilfe



Liebe Eltern, liebe Wegbegleiter:innen der Eltern-Kind-Zentren!

Das Aufwachsen eines Kindes ist eine der schönsten, aber auch anspruchsvollsten Aufgaben, die das Leben bereithält. Kinder brauchen Halt, Orientierung und Menschen, die ihnen Sicherheit geben – gerade in einer Welt, die sich immer schneller verändert. Eltern sind in dieser Rolle täglich gefordert, und es ist völlig normal, dabei auch einmal an Grenzen zu stoßen. Umso wichtiger ist es, dass sie sich unterstützt und begleitet fühlen. Denn: Starke Eltern sind die Grundlage für starke Kinder.

Die Eltern-Kind-Zentren in Oberösterreich leisten hier einen unschätzbaran Beitrag. Sie sind Orte der Begegnung, des Vertrauens und des Miteinanders – offen für alle, die Kinder auf ihrem Lebensweg liebevoll begleiten. Ob in der Schwangerschaft, im ersten Lebensjahr oder in der spannenden Kindergartenzeit: Hier finden Eltern Austausch, Rat und Inspiration – und das gute Gefühl, mit ihren Fragen und Sorgen nicht allein zu sein.

Als Landesrat für Kinder- und Jugendhilfe ist es mir ein großes Anliegen, diese wertvollen Einrichtungen zu stärken und weiter auszubauen. Denn was hier tagtäglich mit Engagement, Herz und Fachkompetenz geleistet wird, schafft ein Fundament, auf dem Kinder geborgen und sicher aufwachsen können.

Mein herzlicher Dank gilt allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Eltern-Kind-Zentren, die mit ihrer Arbeit so viel Gutes bewirken. Und ich lade alle Eltern ein, die vielfältigen Angebote zu nutzen – für sich, für ihre Kinder und für ein gutes Aufwachsen in Oberösterreich.

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Martin Winkler".

Ihr Martin Winkler
Landesrat für Kinder- und Jugendhilfe

Die Kinderfreunde

Die Österreichischen Kinderfreunde wurden 1908 gegründet um Kindern Gemeinschaft, Bildung und Spaß zu ermöglichen. Die Lebensbedingungen von Kindern, ihre Bedürfnisse und Interessen stehen damals wie heute im Mittelpunkt unserer Arbeit. Wir leisten einen Beitrag zu einer solidarischen Gesellschaft. Kinder in alle sie betreffenden Entscheidungen einzubinden, sie mitbestimmen zu lassen, ist unser zentrales Leitmotiv.



Unter ihrem Dach vereinen die Kinderfreunde ein vielfältiges Angebot. Ehrenamtliche Ortsgruppen, Gruppenstunden für Kinder und Jugendliche, Spielmobile und Ferienangebote sind davon nur eine kleine Auswahl. Ebenso betreiben die Kinderfreunde Kinderbildungseinrichtungen und Eltern-Kind-Zentren. Elternbildungsaktivitäten und pädagogische Aus- und Weiterbildung runden das Angebot ab.

Über alle Angebote, inhaltliche Schwerpunkte und aktuelle Kampagnen informiert www.kinderfreunde.at.

Für 32,- € im Jahr ist die ganze Familie dabei!

HEUTE IST EIN WUNDERBARER TAG ZUM
KINDERFREUNDE MITGLIED
WERDEN!

www.kinderfreunde.at

Die Kinderfreunde Steyr-Kirchdorf

Sei auch du dabei!

Durch deine Mitgliedschaft unterstützt du die Kinderfreunde und hast dadurch auch viele Vorteile:

- ❶ Ermäßigungen bei vielen unserer Angebote
- ❶ Ermäßigungen bei vielen Veranstaltungen der Kinderfreunde in ganz Österreich
- ❶ Mieten der Räumlichkeiten für Kinderfeste zum Sonderpreis
- ❶ du erhältst die Kinderfreunde-Zeitung



Horst Hufnagl

Bürgermeister der Marktgemeinde Micheldorf

Liebe Eltern, liebe Besucherinnen und Besucher,

das Eltern-Kind-Zentrum Micheldorf ist ein Ort zum Ankommen, Austauschen und Wachsen – für Kinder ebenso wie für Erwachsene.

In Kooperation mit den Kinderfreunden ist ein Raum entstanden, in dem Familien Unterstützung, Gemeinschaft und neue Ideen finden können.



Unsere Leiterin Katharina Kronberger begleitet Eltern mit viel Erfahrung, Offenheit und Herz.

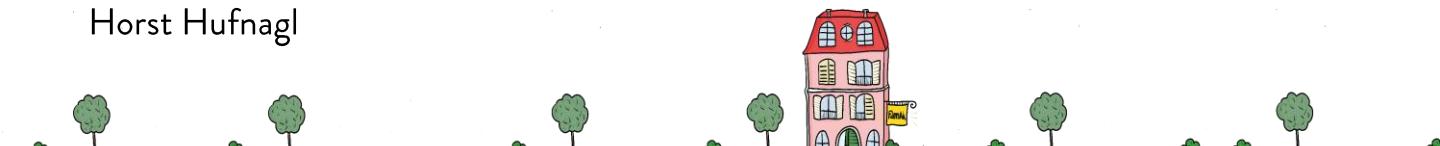
Ob bei Spielgruppen, Kursen oder einfach beim gemütlichen Beisammensein im offenen Treff – hier entstehen Begegnungen, die stärken und verbinden.

Ein Sprichwort sagt: „Es braucht viele Hände und offene Herzen, damit ein Kind groß werden kann.“

Genau das leben wir im Eltern-Kind-Zentrum Micheldorf: Miteinander füreinander da sein.

Ich wünsche Ihnen viele inspirierende Momente, spannende Gespräche und eine schöne gemeinsame Zeit in unserem Zentrum.

Bürgermeister
Horst Hufnagl



Vorwort von unserem Bürgermeister



GESCHÄFTSBEDINGUNGEN, INFORMATIONEN

Anmeldeschluss...

eine Woche vor Beginn der Veranstaltung. Ausgenommen sind Veranstaltungen, bei welchen ein früherer Anmeldeschluss dabeisteht.

Mit der Anmeldung ist die Kursteilnahme verbindlich und die Einzahlung verpflichtend.

Kursbeitrag...

spätestens beim Kursbeginn zu entrichten. Ermäßigungen für Kinderfreundemitglieder sind direkt bei den Angeboten zu finden.

Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ...

können, bei mit dem Gutschein gekennzeichneten Veranstaltungen, eingelöst werden.

EKiZ-Gutscheine...

können bei allen Veranstaltungen eingelöst werden. Ausnahmen sind direkt beim Angebot ersichtlich.

Abmeldung...

bis eine Woche vor Veranstaltungsbeginn. Der Kursbeitrag wird nur bei Nennung von Ersatzteilnehmenden rückerstattet. Bei Nichterscheinen / nicht fristgerechter Abmeldung keine Rückerstattung. Bei zu geringer Teilnehmer*innenanzahl kann die Veranstaltung von uns kurzfristig abgesagt werden.

Haftung...

im Rahmen der gesetzlichen Möglichkeiten wird ausgeschlossen, Besucher*innen sind eigenverantwortlich. Eltern haften für ihre Kinder – ausgenommen bei Angeboten, die nur von Kindern besucht werden.

Anmieten der EKiZ Räumlichkeiten...

Infos dazu bei den EKiZ-Leitenden.

Barrierefreiheit...

können wir gewährleisten. Bitte vorab klären, damit der Veranstaltungsort ggf. angepasst wird!

Unsere Fördergeber sind...

BKFFJ, Kinder- und Jugendhilfe des Landes OÖ, OÖ Familienreferat, Sozialhilfeverband und Gemeinden.

Datenschutz

Detaillierte Informationen befinden sich unter www.kinderfreunde.cc/datenschutz

HERZLICH WILLKOMMEN



bei Katharina im EKiZ Micheldorf

Eltern-Kind-Zentrum Micheldorf in Micheldorf

Leiterin: Katharina Kronberger

Hauptstraße 45 ♥ 4563 Micheldorf ♥ Mobil 0699 / 16 886 566

ekiz.micheldorf@kinderfreunde-ooe.at ♥ www.kinderfreunde.at

Bankverbindung: Hypo Oberösterreich ♥ IBAN: AT38 5400 0000 0040 7378



ANMELDUNGEN auf unserer HOMEPAGE:

[https://kinderfreunde.at/angebote/detail/
eltern-kind-zentrum-micheldorf-klecks](https://kinderfreunde.at/angebote/detail/eltern-kind-zentrum-micheldorf-klecks)



Wir sind immer auf der Suche nach Spielgruppenleiter*innen...

...du arbeitest gerne mit Kindern, bist vielleicht gerade in Karenz und suchst Spielfreund*innen für dein Kind, hast eine pädagogische Ausbildung oder die Ausbildung zur Spielgruppenleiter*in absolviert oder dies noch vor?

Einfach im EKiZ informieren: 0699 / 16 886 566



OÖ Elternbildungsgutscheine

Eltern erhalten nach Ausstellung der OÖ Familienkarte (Antrag ab der Geburt möglich) Elternbildungsgutscheine im Wert von 20 Euro, welche bei gekennzeichneten Veranstaltungen eingelöst werden können. Weitere 20 Euro erhalten OÖ Familienkarten-Inhaber vom Land OÖ automatisch zum 3., 6. und 10. Geburtstag des Kindes.

Mit dem Online Service der OÖ Familienkarte können die Elternbildungsgutscheine auch im persönlichen „Digitalen Elternbildungskonto“ verwaltet werden. Dazu ist eine einmalige Registrierung auf www.familienkarte.at oder in der Familienkarten App erforderlich. Beim Umstieg auf das „Digitale Elternbildungskonto“ gibt es einen Willkommens-Bonus von 10 Euro.





Kindergeburtstag feiern im EKiZ

Zu wenig Platz zu Hause? Dann feiere deinen Geburtstag mit deinen Freund*innen im EKiZ. Termine nach Vereinbarung. Weitere Informationen auf Anfrage.



Eltern-Kind-Zentrum-Gutscheine schenken

Schenke Freund*innen, Verwandten oder Bekannten etwas „Zeit“; Geschenkgutscheine im Wert von je € 5,00 gibt es im EKiZ. Diese Gutscheine können bei allen Veranstaltungen des EKiZ eingelöst werden.



SPARKASSE 
Oberösterreich

#glaubandich

www.sparkasse-ooe.at

Mobiles Familiencoaching

Das mobile Familiencoaching richtet sich an Eltern, Kinder und Jugendliche. Wir unterstützen dich bei folgenden Themen:

- ❶ Erziehung- und Entwicklungsfragen, Schulprobleme und Mobbing
- ❷ Familiäre Veränderungen durch Trennung, Krankheit und Tod
- ❸ Umgang mit Medien und Suchtverhalten, Streit und Konflikt, uvm.



Preis: kostenlos und anonym!

Einfach bei der HOTLINE 0800 25 22 01 anrufen!



Für die ganze Familie

Trennungsbegleitung

Wenn es zur Trennung kommt, ist es oft für alle Beteiligten schwierig, die neue Situation zu meistern. Damit Kinder diese Lebensphase gut bewältigen können, gilt es, die Bedürfnisse der Kinder zu erkennen und zu achten. Die Begleitung kann auch beim Verlust einer nahestehenden Person in Anspruch genommen werden.

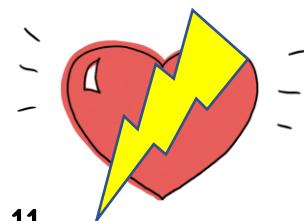
Termine: nach Vereinbarung

Leitung: Dawna Brazle (dipl. Sozialpädagogin, dipl. Outdoor-Trainerin,
dipl. Lebens- und Sozialberaterin)

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: kostenlos

Anmeldung direkt bei Frau Dawna Brazle 0676 / 566 58 11



Offener Treff

Schuhe ausgezogen und hereinspaziert! Der offene Treff lädt Eltern ein, andere Familien kennenzulernen, Erfahrungen aus dem Familienalltag auszutauschen, Neuigkeiten zu erzählen und miteinander zu plaudern. Kinder machen im offenen Treff erste Erfahrungen mit Gleichaltrigen, sie spielen und beschäftigen sich miteinander. Die Mitarbeiter*innen des Eltern-Kind-Zentrums beantworten Fragen, unterstützen bei Schwierigkeiten und berücksichtigen die Wünsche und Anliegen der Eltern.

Termine: jeden Montag von 09:00 bis 10:00 Uhr (ausgenommen Schulferien und Feiertage)

Leitung: Katharina Kronberger

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: kostenlos - **Ohne Anmeldung!**



RAUMAUSSTATTUNG UND POLSTERUNGEN

HELMUT KISCHKO • 4563 Micheldorf
Tel. 07582/62529 • E-mail: office@kischko.at



Frühjahres-Fotoshooting

für die ganze Familie

Für das Frühjahresshooting treffen wir uns mit der Fotografin im Micheldorfer Park. Bei Schlechtwetter werden die Fotos im Eltern- Kind- Zentrum geknipst.

Tolle Erinnerungen mit der ganzen Familie oder auch einzeln werden in coolen Fotos festgehalten.

Termin: Mittwoch, 06.05.2026, von 15:00 bis 18:00 Uhr (pro Familie 15 min Shooting)

Leitung: Isabella Hartl, Fotografin, Fotostudio Fritz

Ort: bei Schönwetter im Micheldorfer Park hinter dem EKiZ Micheldorf

Preis: € 35,- für 2 digitale Fotos

€ 18,- Set mit 1x 13x18 cm, 1 Kreativ-Foto, kleine Portraits, 16 Sticker



Kräuterspaß

für Kinder von 6 bis 12 Jahren mit Begleitung

Bei einem kleinen Spaziergang entdecken wir die ersten Frühlingskräuter der Saison. Wir bestaunen die Vielfalt unserer heimischen Kräuter und deren Bedeutung. Im Anschluss dürfen die Kinder ihr eigenes Kräutersalz herstellen.

Termin: Dienstag, 20.03.2026, von 15:00 bis 16:30 Uhr

Leitung: Karoline Postlmayr

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 12,00 (inkl. Kräutersalz – Aufbewahrungsgläser vorhanden)



NEU! Duftes lernen – durch Unterstützung ätherischer Öle

für Kinder ab 7 Jahren, gerne in Begleitung

Erlebe die faszinierende Kraft der Düfte, die deine Lernumgebung positiv gestaltet und wie du deine Lernkompetenz nachhaltig stärken kannst. Wie die ätherischen Öle von Zitrone, Orange, Mandarine, Pfefferminze und co. dir helfen, deine Merkfähigkeit zu steigern und deinen Schulalltag zu verbessern.

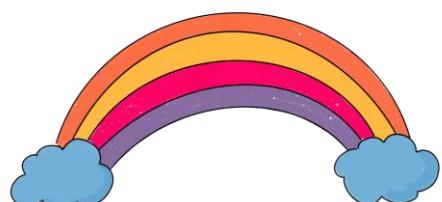
In diesem Workshop bastelst du dir deine Helfer für die Schultasche und/oder Federschachtel.

Termin: Montag, 27.04.2026, von 15:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: Martina Schwarzlmüller (Aromaenergetiker und Aromatologin i.A.)

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 18,00 (inkl. Material)





Rund um die Geburt

NEU! Mama Baby Yoga – Zeit für dich & dein Baby

für Mamas - 1 bis 12 Monate nach der Geburt

Finde sanft zurück zu deiner Kraft nach der Geburt: Mit Rückbildungsyoga stärkst du deinen Körper, löst Verspannungen und tankst neue Energie. Dein Baby ist liebevoll mit eingebunden – so entsteht eine harmonische Auszeit für euch beide.

- Stärkung von Beckenboden & Rücken
- Gemeinsame Zeit mit deinem Baby
- Raum für Entspannung & Austausch mit anderen Mamas

Komm vorbei, atme durch und gönn dir Momente der Ruhe und Verbindung.
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, aber hole dir bitte das ärztliche Okay, dass du wieder sanftes Yoga und Rückbildungsübungen praktizieren darfst!
Bitte Yogamatte mitbringen und alles, was du für dein Baby brauchst.



Termine: Donnerstag, 29.01.2026 bis 12.03.2026, von 9:30 bis 10:30 Uhr (6x)

(Semesterferien ausgenommen)

Leitung: Stefanie Lindbichler (Yoga Lehrerin)

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 100,00

Babymassage

für Mamas mit Baby vom 1. bis 5. Lebensmonat

Zeit, dem Baby Liebe, Geborgenheit und Vertrauen bewusst durch sanfte und achtsame Berührungen zu schenken. Diese sanfte Massage wirkt sich positiv auf das Wohlbefinden und das Immunsystem des Babys aus, stärkt die Verdauungskraft und fördert den Schlaf.

Termin: Dienstag, 24.02., 03.03. und 10.03.2026, von 9:30 bis 11:00 Uhr (3x)

Leitung: Silke Maria Langegger, Hebamme

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 45,00 / € 42,00 für Kinderfreundemitglieder



Elternbildungsgutscheine
einlösbar!



- ❶ Bequeme Kleidung
- ❷ Block und Kugelschreiber
- ❸ Babymassageöl, wasserfeste Unterlage, Badetuch
- ❹ Puppe = Übungsmodell, wenn das Baby zu diesem Zeitpunkt nicht massiert werden möchte!



Ernährungsworkshops in Zusammenarbeit mit der ÖGK:

Marion Leinerberger, Diätologin der ÖGK leitet im EKiZ 3 kostenlose Ernährungsworkshops für Schwangere und Eltern von Babys und Kleinkindern. Kinder können gerne mitgenommen werden. - Bitte bei der Anmeldung mitteilen!

Ernährung von Kindern im ersten Lebensjahr

Um die Ernährung des Kindes im ersten Lebensjahr geht es bei diesem Workshop. Zielgruppe sind werdende und junge Eltern sowie deren Angehörige. Nach den ersten Lebensmonaten benötigen Babys neben dem Stillen oder der Säuglingsanfangsnahrung zusätzliche Nährstoffe in Form von Beikost. Sie erfahren, welche Lebensmittel und Nährstoffe bei der Beikost Einführung besonders wichtig sind und ab wann Sie mit der Beikost anfangen können.

Termin: Montag, 16.03.2026, von 14:00 bis 16:30 Uhr



Ernährung von ein- bis dreijährigen Kindern

Um die Ernährung von ein- bis dreijährigen Kindern geht es in diesem Workshop. Zielgruppe sind Eltern von Babys und Kleinkindern sowie deren Angehörige. Damit unsere Kleinen gesund groß werden, ist es wichtig, sie schon früh für ein vielfältiges Nahrungsangebot zu begeistern und ihnen die Freude am Essen und die Lust am Ausprobieren schmackhaft zu machen. Hilfreiche und praxisnahe Tipps geben Antworten auf zahlreiche Ernährungsfragen und helfen bei der Umsetzung im Familienalltag.

Termin: Montag, 27.04.2026, von 14:00 bis 16:30 Uhr



NEU! Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit

Ich werde Mama! - Eine spannende Zeit beginnt! Damit Mutter und Kind von Anfang an optimal versorgt sind, ist eine bewusste Ernährung jetzt besonders wichtig. Wie diese im Alltag am besten umgesetzt werden kann und worauf noch zu achten ist, erfahren Sie in diesem kostenlosen Workshop.

Termin: Montag, 04.05.2026, von 14:00 bis 16:30 Uhr

Apotheke Micheldorf APP



Kostenlos
downloaden im
Apple App Store

QR-Code

und im
Google Play Store



... bei jedem Einkauf:

**KremsTaler
sammeln –
Prämien:**

- erhalten
- auswählen
- einlösen! 😊

www.apotheke-micheldorf.at

m
A
APOTHEKE
MICHELDORF

Michelpark 2 | Micheldorf



Ernährungsworkshops:

NEU! Als intuitive*r Esser*in geboren und groß werden

Workshop für die Entwicklung eines gesunden Essverhaltens

Der Grundstein für eine gesunde Beziehung zum Essen wird bereits in der Kindheit gelegt. Kinder brauchen dafür einen entspannten Familientisch ohne Machtkämpfe, sowie ein gutes Vorbild, aber auch Vertrauen in sich und den eigenen Körper. Eltern können Kinder dabei unterstützen, auf die eigenen Körpersignale zu hören. In diesem Workshop geht es darum, was Kinder am Esstisch wirklich brauchen und welche Rolle die Eltern dabei einnehmen inkl. praktischer Übungen und alltagstauglicher Tipps.

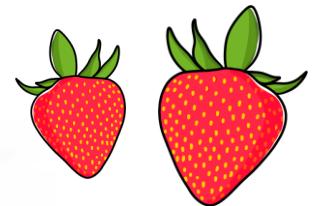
Termin: Freitag, 13.02.2026, von 14:00 bis 16:30 Uhr

Leitung: Marion Leinerberger, Diätologin

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 4,00

Elternbildungsgutscheine einlösbar!



Neu! Mein Kind will am liebsten nur noch Süßes

Workshop für einen entspannten Umgang mit Zucker & Süßigkeiten

Glaubenssätze wie „Zucker ist ungesund“, „Zucker macht süchtig“, „Zucker macht Karies“ und „Zucker macht hyperaktiv“ sind in den Köpfen vieler Eltern stark verankert. Das führt nicht selten dazu, dass zuckerreiche und ungesunde Lebensmittel stark eingeschränkt oder auch als Belohnung eingesetzt werden. In diesem Workshop geht es darum, wie ein entspannter Umgang mit Zucker und ungesunden Lebensmitteln ohne Machtkämpfe in der Familie gelingen kann, inkl. praktischer Übungen und alltagstauglicher Tipps.

Termin: Montag, 23.02.2026, von 14:00 bis 16:30 Uhr

Leitung: Marion Leinerberger, Diätologin

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 4,00

Elternbildungsgutscheine einlösbar!



NEU! Power Snacks selbst gemacht

für Kinder von 7 bis 12 Jahren

Kinder lieben es, selbst aktiv zu werden. In unserem Workshop lernen sie, wie man einfache und gesunde Snacks zubereitet – lecker, bunt und voller Energie.

Gemeinsam entdecken wir Rezepte und erfahren spielerisch, wie gesunde Ernährung aussehen kann.



Termin: Mittwoch, 20.05.2026 von 15:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: Tanja Schwarzenbrunner (Dipl. Ernährungstrainerin, Arbeitskreisleiterin der Gesunden Gemeinde Micheldorf)

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 7,00 (inkl. Zutaten und Rezepte)

Mit Unterstützung der Gesunden Gemeinde Micheldorf



Spielgruppen für unsere Kleinsten mit Begleitung

Elternbildungsgutscheine einlösbar!
Anmeldung erforderlich!



In unseren Spielgruppen sammeln Kinder viele neue Erfahrungen, haben Kontakt mit Gleichaltrigen und entwickeln somit früh ihre Kompetenzen. Wir singen, spielen, tanzen gemeinsam und entdecken die Welt mit allen unseren Sinnen. Wiederkehrende Rituale geben den Kindern Sicherheit und erleichtern die Integration in die Gruppe. Eltern verbringen wertvolle Zeit mit ihren Kindern und können ihre Erfahrungen mit anderen Familien austauschen. Auch Großeltern oder andere verwandte, erwachsene Familienmitglieder können, die ihnen anvertrauten Kinder, gerne in die Spielgruppe begleiten.

Spielgruppe in Molln

für Kinder von 1,5 bis 3 Jahren mit Begleitung

Termine: Donnerstag, 26.02. bis 07.05.2026, von 09:00 bis 10:30 Uhr (10x)
Leitung: Teresa Dietrich, Pädagogin
Ort: „alte Gemeinde“, Marktstraße 1, 4591 Molln
Preis: 10-er Block: € 90,00 / € 80,00 für Kinderfreundemitglieder



Spielgruppe „Bienchen“

für Kinder von 6 bis 18 Monaten mit Begleitung

Termine: Donnerstag, 19.03. bis 11.06.2026, von 09:30 bis 10:30 Uhr (10x)
Leitung: Katharina Kronberger
Ort: EKiZ Micheldorf
Preis: 10-er Block: € 60,00 / € 55,00 für Kinderfreundemitglieder



Spielgruppe „Rasselbande“

für Kinder von 1,5 bis 3 Jahren mit Begleitung

Termine: Mittwoch, 21.01. bis 08.04.2026, von 09:00 bis 11:00 Uhr (10x)
Mittwoch, 22.04. bis 24.06.2026, von 09:00 bis 11:00 Uhr (10x)
Leitung: Katharina Kronberger
Ort: EKiZ Micheldorf
Preis: 10-er Block: € 120,00 / € 110,00 für Kinderfreundemitglieder



RÜBKÄFER
DER FOTOGRAF.





Für Tierliebhaber

Pferdeerlebnistag

für Kinder von 5 bis 10 Jahren

Gemeinsam mit den Pferden Jolly und Saphira werden wir ein paar schöne und lehrreiche Stunden verbringen. Im Fokus steht dabei ein kindgerechter Zugang zum Pferd, die Freude am Tier und der Spaß am gemeinsam Erlebten.

Von der richtigen Pflege der Pferde, über erste spielerische Erfahrungen mit und auf dem Pferd bis hin zur spielerischen und kindgerechten Wissensvermittlung rund um Haltung und Bedürfnisse unserer Pferde, wird alles dabei sein.

WICHTIG: Findet nur bei schönem Wetter statt!

Bitte festes Schuhwerk (keine Sandalen) anziehen und einen eigenen Helm (Reithelm od. Radhelm) mitnehmen. Gemütliche Kleidung (bitte keine Kleider, Röcke oder kurze Hosen) und Sonnenschutz

Termin : Samstag, 11.04.2026, von 09:30 bis 11:30 Uhr

Leitung: Julia Krawanja

Ort: Gollnerhof, Thurnham 36, 4563 Micheldorf

Preis: € 32,00



NEU! Tierisches Spieletreff

für Kinder ab 1,5 Jahren mit Begleitung

Beim Spieletreff am Erlebnishof Rohrauer sammeln schon die Kleinsten ihre ersten Erfahrungen mit Tieren: Hasen streicheln und füttern, Kühe und Ponys kennenlernen und den Bauernhof erkunden. Vielleicht traut sich ja sogar schon jemand auf den Pferderücken ...

Termine: Mittwoch, 11.03., 18.03. und 25.03.2026,
jeweils von 09:00 bis 10:30 Uhr (3x)

Leitung: Karina Rohrauer, Pädagogin

Ort: Erlebnishof Rohrauer, Breitenau 94, 4591 Molln

Preis: € 100,00 / € 96,00 für Kinderfreundemitglieder



**Raiffeisen
Region Kirchdorf**





Spielerisches Lernen

NEU! Fit & stark in die Schule

für Kinder im Vorschulalter

Dieser Workshop ist für alle Kinder im letzten Kindergartenjahr, die spielerisch gestärkt in die Schule starten möchten. In einer kleinen Gruppe geht es um Bewegung, Freude und ganz viel „Ich schaffe das!“ Mit Übungen aus der Evolutionspädagogik unterstützen wir Konzentration & Aufmerksamkeit, die Zusammenarbeit von Auge und Hand, das Gleichgewicht, die sichere Entwicklung der Schreibhand, das Miteinander in der Gruppe, Selbstvertrauen & innere Stärke.

Durch spielerische Bewegungen, kleine Herausforderungen und gezielte Übungen wird das Gehirn optimal auf das Lernen vorbereitet, damit der Schulstart leicht und freudig gelingt.

Termin: Dienstag, 24.02., 03.03., 10.03.2026, von 15:00 bis 16:30 Uhr
Leitung: Lisa Stoderegger, MSc (Sozialarbeiterin, Evolutionspädagogin)
Ort: EKiZ Micheldorf
Preis: € 70,00 (inkl.. Heft und Handout für die Kinder)

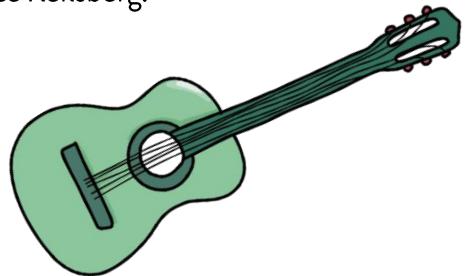


Musikworkshop

für Kinder von 3 bis 8 Jahren

Tauche alleine oder mit einer Begleitperson in die Welt der Musik ein und lerne spielerisch einfache englische Wörter und Phrasen kennen. Klanggeschichten, englische Lieder, Orffinstrumente, Arbeitsblätter und englische Bilderbücher werden uns begleiten. Auch Wolfgang Amadeus Mozart werden wir kennen lernen. Mit dabei ist auch die Handpuppe Ilselotte Keksberg.

Termin: Freitag, 08.05.2026, von 15:00 bis 16:30 Uhr
Leitung: Karina Karner, BEd
Ort: EKiZ Micheldorf
Preis: € 12,50



Englisch für Kinder

für Kinder von 5 bis 10 Jahren (ohne Vorkenntnisse)

Spielerisches Englischlernen mit Liedern, Reimen, Spielen, Bilderbüchern, Basteleien, Bewegungsaufgaben und Arbeitsblättern. Ein ausgewählter Grundwortschatz wird dabei erlernt und die Kinder nähern sich ohne Druck der englischen Sprache. Bitte bei der Anmeldung bekannt geben, ob Ihr Kind Obst essen darf bzw. eine Lebensmittelallergie hat.

Termin: 15.07. und 16.07.2026, von 14:00 bis 15:30 Uhr (2x)
Leitung: Karina Karner, BEd
Ort: EKiZ Micheldorf
Preis: € 19,00 pro Termin / € 34,00 für beide Termine





Kreatives, Spiel & Spaß

Märchenstunde im EKiZ

für Kinder von 4 bis 8 Jahren

Es war einmal... ein gemütlicher Start ins neue Jahr! In Kooperation mit der Bücherei Micheldorf laden wir Kinder zu einer märchenhaften Stunde ein. Bei einer Tasse Tee lauschen wir Geschichten, träumen ein bisschen und basteln eine kleine Erinnerung an diesen besonderen Nachmittag.

Termin: Donnerstag, 15.01.2026, von 15:30 bis 16:30 Uhr
Leitung: Katharina Kronberger
Ort: EKiZ Micheldorf
Preis: € 4,00 / € 2,00 für Kinderfreundemitglieder



Schmuckwerkstatt

für Kinder von 5 bis 12 Jahren

In unserer Schmuckwerkstatt können Kinder ihrer Fantasie freien Lauf lassen! Mit bunten Perlen, Bändern und vielen weiteren Materialien gestalten wir Armbänder, Ketten, kleine Anhänger und vieles mehr – jedes Stück ein echtes Unikat. Ein Nachmittag voller Kreativität, Spaß und Glitzer!

Termin: Mittwoch, 28.01.2026, von 16:00 bis 17:00 Uhr
Leitung: Katharina Kronberger
Ort: EKiZ Micheldorf
Preis: € 15,00 / € 13,00 für Kinderfreundemitglieder



NEU! Ich bin ich – und das ist gut!

für Kinder ab dem 6. Lebensjahr

In diesem Workshop lernen Kinder spielerisch, ihren Selbstwert zu stärken, Grenzen zu setzen und respektvoll mit anderen umzugehen. Durch kreative Übungen, Bewegung und Rollenspiele erfahren sie, wie sie mit Mobbing, Ausgrenzung und negativen Gefühlen sicherer umgehen können. Ziel ist es, das Selbstvertrauen jedes Kindes zu fördern und ein positives, unterstützendes Miteinander zu stärken.

Termine: Montag, 09.02., 13.04. oder 08.06.2026 von 15:00 bis 18:00 Uhr
Leitung: Yvonne Gruber, Kinder & Jugend Mentaltrainerin
Ort: EKiZ Micheldorf
Preis: € 40,00 pro Termin





NEU! Faschingsschminken

für groß und klein

Am Faschingssamstag laden wir alle kleinen Narren herzlich zum bunten Kinderschminken ein! Ihr könnt euch in Schmetterlinge, Tiger, Feen uvm. verwandeln – ganz nach Lust und Laune.

Termin: Samstag, 14.02.2026, von 09:00 bis 11:30 Uhr (15 Minuten pro Kind)

Leitung: Katharina Kronberger

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 6,00 / 4,00 für Kinderfreundemitglieder



Osterbastelspaß

für Kinder von 5 bis 10 Jahren

Bunte Farben und kreative Ideen erwarten euch beim Osterbastelspaß! Gemeinsam gestalten wir Osterhasen, bunte Eier, kleine Nester und andere frühlingshafte Dekorationen. Ein kreativer Nachmittag für Kinder, um sich auf das Osterfest einzustimmen und den Frühling willkommen zu heißen.

Termin: Donnerstag, 12.03.2026, von 15:00 bis 16:30 Uhr

Leitung: Katharina Kronberger

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 14,00 / € 12,00 für Kinderfreundemitglieder



NEU! Osterbacken - Süße Leckereien für das Fest

für Kinder von 5 bis 12 Jahren

In unserer frühlingshaften Backstube wird geknetet, geformt und verziert. Gemeinsam backen wir köstliche Osterleckereien – wir formen Häschen, Kipferl und Nester aus Germteig. Ein Workshop für alle, die Spaß am Backen haben, und sich auf das Osterfest einstimmen möchten.

Termin: Donnerstag, 26.03.2026, von 15:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: Katharina Kronberger

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 20,00 / € 18,00 für Kinderfreundemitglieder





Töpfern für Kinder

für Kinder von 5 bis 10 Jahren

Kinder können ihrer Kreativität beim Töpfern Ausdruck verleihen. Die Arbeit mit den Händen hat etwas Meditatives und ist etwas Besonderes für Kinder. Sie erfahren im Atelier Interessantes über das Töpferhandwerk, können Figuren modellieren, auf der Töpferscheibe drehen und ihre Werke mit Farben verzieren!

Termin: Freitag, 10.04.2026, von 14:30 bis 16:30 Uhr

Leitung: Ulrike Stürmer, Keramikerin, Kindergartenpädagogin

Ort: Keramikatelier Ulrike Stürmer, Burgstraße 22, 4563 Micheldorf

Preis: € 49,00 (inkl. Material, Brand und Glasur)



NEU! Diamond Painting – Funkelnde Kunst mit kleinen Steinchen

für Kinder ab 5 Jahren

In diesem Workshop gestalten wir glitzernde Kunstwerke mit der beliebten Diamond-Painting-Technik. Mit kleinen, funkelnenden Steinchen entstehen Schritt für Schritt wunderschöne Motive – ganz einfach und entspannend zugleich.

Termin: Mittwoch, 15.04.2026, von 15:00 bis 16:00 Uhr

Leitung: Katharina Kronberger

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 12,00 / € 10,00 für Kinderfreundemitglieder (inkl. Material)



Dipl. Päd.

KARIN HEUBUSCH

Schön 3 • 4563 Micheldorf

+43 664 / 2270838

mannaz.natur@gmail.com



MEINE ANGEBOTE:

• Psychologische Beratung

• Supervision

• Teamcoaching

• Cranio Sacrales Coaching

• Boundless Movement

• Lerncoaching

LERN
COACHING

WWW.MANNAZ-NATUR.COM



Frühlingsbastelpaß

für Kinder von 5 bis 10 Jahren

Malen, gestalten und Neues ausprobieren. Wir basteln und gestalten fröhliche Kunstwerke rund um das Thema Frühling. Mit den unterschiedlichsten Materialien wird nach Herzenslust gemalt, geklebt und gestaltet – mit allen Sinnen. Dem künstlerischen Tun sind keine Grenzen gesetzt.

Termin: Montag, 11.05.2026, von 15:00 bis 16:30 Uhr
Leitung: Katharina Kronberger
Ort: EKiZ Micheldorf
Preis: € 14,00 / € 12,00 für Kinderfreundemitglieder



Kosmetik selbst gemacht

für Kinder ab 6 Jahren

Mit wenigen Handgriffen und einfachen Zutaten stellen wir Kosmetika selbst her! Lippenbalsam, Badesalz, Handcreme und Deocreme – ganz ohne chemische Zusatzstoffe! Gut für die Umwelt! – Gut für deine Haut!

Termin: Mittwoch, 27.05.2026, von 15:00 bis 17:00 Uhr
Leitung: Katharina Kronberger
Ort: EKiZ Micheldorf
Preis: € 20,00 / € 18,00 für Kinderfreundemitglieder (inkl. Material)



Baldauf/Pfundbauer GmbH

D A C H D E C K E R E I - S P E N G L E R E I

Tel.: +43 (0) 7584 / 2270
Fax: +43 (0) 7584 / 40022
E-Mail: info@dachdeckerei-baldauf.at



Zimeck 4
A - 4591 Molln



NEU! Familientag – Picknick zum Sommerbeginn

Wir laden alle Familien herzlich zu einem fröhlichen Picknick im Grünen ein – ein gemütlicher Ausklang vor den Ferien mit Spiel, Spaß und guter Laune. Das Picknick findet im Park hinter dem Eltern-Kind-Zentrum statt und ist kostenlos.

Bitte bringt eure Picknickdecke und Verpflegung selbst mit. Nur bei Schönwetter!

Termin: Freitag, 19.06.2026, von 16:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: Katharina Kronberger

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: kostenlos



NEU! Wanderung zum Kremsursprung

Kinder ab 3 Jahren mit Begleitung, ab 7 Jahren ohne Begleitung

Gemeinsam machen wir uns auf den Weg zum Kremsursprung. Vom Parkplatz beim Gasthaus Jaga in der Krems (Fam. Tretter) starten wir zu einer gemütlichen Wanderung zum Kremsursprung. Dort legen wir eine Pause ein, genießen eine kleine Jause und bemalen gemeinsam Steine. Nur bei schönem Wetter.

Termin: Dienstag, 07.07.2026, von 14:30 bis 17:30 Uhr

Leitung: Katharina Kronberger

Ort: Treffpunkt GH Jaga in der Krems, In der Krems 51, 4563 Micheldorf

Preis: € 21,00 / 19,00 (inkl. kleine Jause und Malsachen)



Zum Schwarzen Grafen
Sams Stephan e.U
Kaspar-Zeitlinger-Str. 28
4563 Micheldorf
07582/61160
0676 6501797



Bewegungsangebote

Kids Dance Mix

für Kinder von 4 bis 9 Jahren

Eine bunte Mischung aus Miniballett, kreativem Kindertanz und Kids Hip-Hop mit Disney. Die Kinder erwarten ein tolles Programm mit Tänzen und Bewegungsspielen zu bekannten Hits aus: „Meine Mama hat gesagt“, „Die Schule der magischen Tiere“, „Bibi und Tina“, „Die Schule der magischen Tiere“ u.v.m.

Termine: Dienstag, 03.02 bis 14.04. 2026 (ohne 17., 24., 31.03.), von 17:10 bis 18:00 Uhr (7x)

Dienstag, 21.04. bis 26.05. und 16.06.2026, von 17:10 bis 18:00 Uhr (7x)

Dienstag, 23.06 bis 07.07.2026, von 17:10 bis 18:00 Uhr (3x)

Leitung: Marion Ferreira Pereira-Kogler, Tanzpädagogin

Ort: Kindergarten Micheldorf, Eguthnerstraße 4, 4563 Micheldorf

Preis: € 70,00 für den ersten und zweiten Block – je 7 Termine

€ 30,00 für den dritten Block - 3 Termine



NEU! Boundless Movement – Bewegung, die Spaß macht!

Vom Säugling bis zum Jugendlichen

Bewegung erleben – achtsam, spielerisch, stärkend!

Boundless Movement fördert Körperwahrnehmung, Koordination und innere Balance. Ob sportlich, unsportlich, mit Beschwerden oder Beeinträchtigungen – jede*r kann mitmachen. Gemeinsam entdecken Kinder, Jugendliche und Eltern, wie gut Bewegung tut und wie sie zu mehr Kraft, Stabilität und Wohlbefinden führt.

1. Eltern & Babys / Kleinkinder (0–2 Jahre)

Gemeinsam entdecken, staunen und bewegen – spielerisch, nah und mit allen Sinnen.

Termine: Fr, 17.04., 24.04., 08.05., 22.05., 29.05. und 12.06.2026, von 09:30 bis 10:30 Uhr (6x)

2. Eltern & Kinder (3–5 Jahre)

Bewegen, lachen, miteinander wachsen – Eltern und Kinder erleben Bewegung mit Leichtigkeit und Freude.

Termine: Di, 17.03., 24.03., 14.04., 21.04., 28.04. und 05.05.2026, von 15:00 bis 16:00 Uhr (6x)

3. Kinder (6–9 Jahre)

Körper entdecken, Kraft spüren, Balance finden – Bewegung als Ausgleich zum Alltag.

Termine: Di, 17.03., 24.03., 14.04., 21.04., 28.04. und 05.05.2026, von 16:15 bis 17:15 Uhr (6x)

4. Jugendliche (10–13 Jahre)

Locken, achtsam, kraftvoll – Bewegung neu erleben und innere Stärke aufbauen.

Termine: Di, 17.03., 24.03., 14.04., 21.04., 28.04. und 05.05.2026, von 17:30 bis 18:30 Uhr (6x)

Leitung: Karin Heubusch (psychologische Beraterin, Paarberaterin, Pädagogin, Boundless Movement Trainerin)

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 90,00 pro Block – 6 Termine





Angebote für Erwachsene

NEU! Klangschalen- Meditation

für Erwachsene

Tauche ein in die wohltuenden Klänge der Klangschalen und schenke dir eine Auszeit vom Alltag. Die sanften Schwingungen helfen, Körper und Geist zu entspannen, Stress loszulassen und neue Kraft zu tanken. In achtsamer Atmosphäre findest du wieder mehr Ruhe, Balance und innere Klarheit. Ein Angebot für alle, die sich nach Entspannung, Harmonie und einem Moment nur für sich sehnen. Die Klangschalen-Meditation findet alle **zwei Wochen**, jeweils in den geraden Kalenderwochen, statt. Start ist am 8. Jänner. Für maximale Flexibilität bieten wir einen 10er-Flex-Block an: Du kaufst einmal den Block und kannst jede Einheit frei wählen – nach jeder Teilnahme wird einfach abgestempelt.



Termin: ab Donnerstag, 08.01.2026, von 19:30 bis 20:00 Uhr
jeweils in den geraden Kalenderwochen (Schulferien und Feiertage ausgenommen)

Leitung: Alexandra Achathaler (Dipl. Human Energetikerin und zertifizierte Klangschalenmasseurin)

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 120,- für den 10er Flexblock/ Jede Einheit ist auch einzeln buchbar! € 14,00/ Einheit

NEU! Kleidertauschparty

für Damen und Herren

Frischer Wind für den Kleiderschrank: Eine Kleidertauschparty spart Geld, schont Ressourcen und gibt gut erhaltenen Stücken ein neues Zuhause. So funktioniert's:

Bis zu zehn gut erhaltene Kleidungsstücke für Damen oder Herren mitbringen und sich zehn „neue“ Teile aussuchen – kostenlos und unkompliziert. Mit Stehcafè.

Termin: Samstag, 28.02.2026, von 14:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: Marlene Pfundbauer und Katharina Kronberger

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: kostenlos – ohne Anmeldung



Dr. Artur Holzer

Arzt für Allgemeinmedizin

FA für Chirurgie

**Franz-Lehar-Straße 3
4563 Micheldorf
Telefon: 07582 52129**





NEU! Zwischen Alltag und Ansprüchen – Zeit für mich

Ein Frauenkreis mit Austausch, Impulsen und kleinen Auszeiten

In diesem Frauenkreis bekommst du Raum, um deine Erfahrungen zu teilen, zuzuhören und gehört zu werden. Du kannst deine Wünsche, Ziele und Ideen einbringen und dich von den Geschichten der anderen inspirieren lassen. Begleitet von praktischen Impulsen und kleinen Übungen bietet der Kreis dir eine Auszeit vom Alltag, um Kraft zu tanken und dich selbst wieder wahrzunehmen.

Damit du dich rundum wohl fühlen kannst, trage gerne bequeme Kleidung.

Termin: Freitag, 27.02.2026, von 16:00 bis 19:00 Uhr

Leitung: Flora Maria Rußmann, zertifizierte Sexualpädagogin, Pädagogin & Doula

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 12,00 (inkl. Snacks und Getränken)



NEU! PEP® für Familien – Wenn's im Familienalltag stürmt, wird ab jetzt geklopft!

Stürmische Zeiten gehören im Familienalltag dazu.

Mit PEP® (Prozess- und Embodimentfokussierte Psychologie) lernst du eine einfache Methode kennen, um Stress, Wut und Überforderung besser zu verstehen – und dich und dein Kind in herausfordernden Momenten schneller zu beruhigen.

Durch eine spezielle Klopfttechnik und konkrete sprachliche Impulse blickst du hinter die Bedürfnisse. So entsteht wieder mehr Raum für Gelassenheit, Nähe und Verständnis.

Termine: Montag, 02.03. und 09.03.2026, von 18:30 bis 20:00 Uhr (2x)

Leitung: Andrea Holnsteiner-Templ (Lebens- und Sozialberaterin, Pädagogin)

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 50,00



NEU! Nähworkshop für Erwachsene

Anhand einer Pumphose und einer Babyhaube lernst du die Grundkenntnisse des Schnitt-Abpausens, Stoff-zuschneidens und Nähens mit Jersey.

Wir nähen von Größe 44-104.

Nimm deine eigene Nähmaschine und Stoffschere nach Möglichkeit mit (gib bitte bei der Anmeldung Bescheid falls du keine Nähmaschine hast).

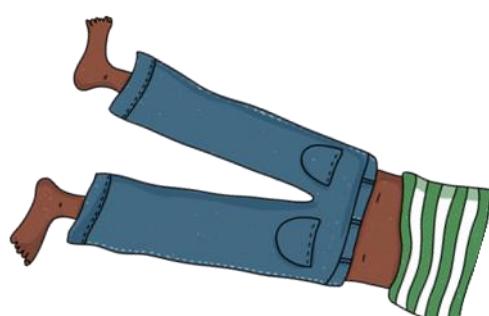
Stoffe bekommst du im Workshop in großer Auswahl.

Termin: Freitag, 06.03.2026, von 15:00 bis 18:00 Uhr

Leitung: Marlies Vallaster (Nählaster)

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 25,00 (inkl. Material)





Töpfert für Erwachsene

Ulrike Stürmer, Keramikerin, zeigt uns verschiedene Techniken, wie wir unsere eigene Gartenkeramik, Geschirr, Figuren, Fliesen,... gestalten können. Unsere kreativen Ideen können wir in Ton modellieren und auf der Töpferscheibe drehen. Ganz egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene , Ulrike nimmt sich individuell für jeden Zeit und hat passende Tipps und Tricks auf Lager.

Termine:	Donnerstag, 16.04.2026 (modellieren) und Donnerstag, 23.04.2026 (glasieren), jeweils von 18:30 bis 20:30 Uhr
Leitung:	Ulrike Stürmer (Keramikerin)
Ort:	Keramikatelier Ulrike Stürmer, Burgstraße 22, 4563 Micheldorf
Preis:	€ 99,00 (inkl. Material, Brand und Glasur)



NEU! Brot- und Weckerl-Backkurs

für Erwachsene

In diesem Kurs lernst du, wie du mit einfachen Zutaten und ein wenig Zeit köstliches Brot und knusprige Weckerl selbst backen kannst. Gemeinsam kneten, formen und backen wir verschiedene Sorten – vom klassischen Krustenbrot bis zu feinen Kaisersemmlern und Korngebäck.

Dabei bekommst du viele praktische Tipps zur Teigführung, zum richtigen Gehenlassen und Backen. Du wirst sehen: Mit etwas Übung gelingt es ganz leicht, auch zuhause gesundes und schmackhaftes Gebäck zu zaubern.

Zum Abschluss genießen wir natürlich gemeinsam unsere frisch gebackenen Werke – denn selbst gemacht schmeckt einfach am besten!

Termin:	Freitag, 25.06.2026, von 16:00 bis 18:00 Uhr
Leitung:	Katharina Kronberger (Leiterin EKiZ und gelernte Bäckerin)
Ort:	EKiZ Micheldorf
Preis:	€ 30,00 / € 28,00 für Kinderfreundemitglieder (inkl. Material und Rezepten)

**HYPO
OÖE**



Elternbildung

Elternbildungsgutscheine einlösbar! - Anmeldung erforderlich!

Digitale Balance finden –

Gemeinsam zu einem gesünderen Medienkonsum

ELBI - Workshop

Eltern lernen hier, eine gesunde Balance zwischen Bildschirmzeit und gemeinsamer Zeit zu finden. Durch inspirierende Impulse und Vorbildwirkung erfahren Eltern, wie sie eine bewusste Mediennutzung gestalten können, die Nähe und Familienbindung fördert. Der Workshop bietet praxisnahe Ansätze, um den Alltag digital bewusst zu gestalten.

Termin: Dienstag, 20.01.2026, von 18:30 bis 21:30 Uhr

Leitung: Dawna Brazle (dipl. Sozialpädagogin, dipl. Outdoor-Trainerin, dipl. Lebens- und Sozialberaterin)

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 4,00



„Meine Gefühle und Ich“: „Ich bin MUTIG!“ Oder: Wie zähme ich meine Angst? Ängste bei Kindern und Jugendlichen

ELBI-Vortrag

„Befindet sich die Angst meines Kindes noch im Normbereich?“ Dieser Impulsvortrag soll helfen eine Antwort auf diese Frage zu bekommen. Es werden neben einem kurzen Theorieteil, auch zu alterstypischen Ängsten, konkrete Empfehlungen zu einem gesunden Umgang mit der Angst vermittelt. Ein zentraler Teil wird die Erläuterung sein, warum die Angst von der Vermeidung lebt und wie man dem Ziel „MUT > Angst“ näherkommt.

Termin: Dienstag, 03.02.2026, von 19:00 bis 20:30 Uhr

Leitung: Mag. Julia Reisenbichler (Kinder-, Jugend-, Familienpsychologin)

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 2,00





Gewaltfreie Kommunikation - Vertiefungsseminar

Eltern- Aktiv- Seminar

Aufbauend auf die Schnupperkenntnisse aus der ersten Seminarreihe steigen wir nun tiefer ein in die Welt der Bedürfnisse, üben das klarere Unterscheiden zum Beispiel zwischen Gedanken und Gefühlen, Bedürfnissen und deren Strategien. Wir erfahren bzw. erleben ein Stück weit mehr, was es heißt, in einer Welt zu leben, in der die Bedürfnisse aller zählen. Anhand lebendiger Alltagsbeispiele erleben wir sowohl das empathische Einfühlen in das "Gegenüber" als auch das klare Ausdrücken der eigenen Erlebniswelt.



Termine: Dienstag, 10.03., 17.03. und 24.03.2026, jeweils von 18:50 bis 22:10 Uhr (3x)
Leitung: Nicola Abler-Rainalter (anerkannte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation)
Ort: SPES Zukunftsakademie, 4553 Schlierbach, Panoramaweg 1
Preis: € 10,90



NEU! Kinder brauchen ihre Väter!

ELBI- Workshop

Männer sind anders als Frauen und sie verhalten sich auch ihren Kindern gegenüber anders. Kinder profitieren sehr von einem Vater, der sich Zeit für sie nimmt und sich mit ihnen beschäftigt. Engagierte Väter wirken sich positiv auf die schulischen Leistungen aus und zudem prägen Väter das Männerbild ihrer Söhne und Töchter nachhaltig. Das Bedürfnis der Kinder nach männlichen Vorbildern ist groß. Sie brauchen ihn für die Entwicklung ihrer Identität und als männliche Bezugsperson. Der Vater muss nicht nur Vorbild für seinen Sohn sein, sondern auch Übungsobjekt für seine Tochter, damit sie den Umgang mit dem anderen Geschlecht lernt.



Termin: Dienstag, 17.03.2026, von 19:00 bis 22:00 Uhr
Leitung: Werner Zechmeister (Dipl. Sozialpädagoge, uvm...)
Ort: EKiZ Micheldorf
Preis: € 4,00



Bringe mehr Leichtigkeit in deinen (Familien-)Alltag

ELBI- Workshop

Wenn wir gut organisiert und „aufgeräumt“ in den Tag starten, bleibt mehr Zeit und Platz für das, was wirklich wichtig ist: die Familie. Es geht um die Vereinfachung des Haushaltes, darum neue Gewohnheiten und Ordnungssysteme in den Familienalltag zu integrieren. Nina gibt hilfreiche Tipps und Tricks, die helfen, das Chaos zu beherrschen. Es bleibt auch genügend Zeit Themen rund um Haushalt, Ordnung und (Tages-)Struktur zu besprechen und neue Ideen oder Lösungen zu finden.



Termin: Samstag, 11.04.2026, von 10:00 bis 13:00 Uhr
Leitung: Nina Poche (Ordnungscoach)
Ort: EKiZ Micheldorf
Preis: € 4,00





WUT, TROTZ und TRÄNEN – Gefühlsstürme im Alltag achtsam begleiten.

Vortrag

Scheinbar grundlos, völlig unerwartet und überraschend geht das Fass wieder einmal über und die Gefühle des Kindes scheinen zu explodieren.

Ungeachtet der eigenen Gefühlslage, unvorbereitet, überfordert und oftmals unter Beobachtung müssen Erwachsene mit der Wut und dem Trotz der Kinder im Alltag klarkommen.

Was eine Trotzphase ist, was im Körper bei einem Trotzanfall passiert, welche Auslöser es gibt und wie Erwachsene diese Gefühlsstürme achtsam begleiten können, sehen wir uns in diesem Vortrag genauer an. Hier ist auch ein Raum für Fragen, Erzählungen und gegenseitige Unterstützung, denn starke Gefühle lösen starke Reaktionen aus und haben auch danach noch eine starke Wirkung auf unseren Körper und unsere Stimmung.

Termin: Donnerstag, 23.04.2026, von 19:00 bis 21:00 Uhr

Leitung: Verena Ruprecht (Elementarpädagogin, psychosoziale Beraterin i.A.u.S)

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 10,00



Von Sexting bis Pornografie – und mein Kind mittendrin

ELBI-Workshop

Praktische Tipps für eine sichere Begleitung im digitalen Alltag

Kinder und Jugendliche sind heute so früh wie nie mit Pornografie, Social Media und Sexting konfrontiert – sei es durch eigene Neugier oder über Freunde und Mitschüler. Viele Eltern fragen sich: Wie kann ich mein Kind aufklären, ohne es zu überfordern? Wie schütze ich es vor Risiken, ohne zu verbieten?

In diesem Workshop erhalten Sie praxisnahe Strategien, um Ihr Kind medienkompetent und altersgerecht zu begleiten. Wir sprechen darüber, wie Sie offen über Pornografie, Sexting und digitale Grenzen reden, wie Prävention gelingen kann und wie Sie eine Atmosphäre schaffen, in der Ihr Kind Fragen stellt, bevor Probleme entstehen.

Termin: Dienstag, 05.05.2026, von 18:00 bis 21:00 Uhr

Leitung: Flora Maria Rußmann (zertifizierte Sexualpädagogin, Pädagogin & Doula)

Ort: EKiZ Micheldorf

Preis: € 4,00





Gewaltfreie Kommunikation – Sprache, die das Miteinander stärkt

Eltern-Aktiv-Seminar

An drei Schnupperabenden wird ein Überblick, ein Einblick in das Werkzeug und in die Haltung der gewaltfreien Kommunikation gegeben. An eigenen Beispielen erfahren wir, wie es ist, zu hören und gehört zu werden und die Aufmerksamkeit auf universelle, menschliche Bedürfnisse zu legen. Methodik nach Marshall Rosenberg und anderen verschiedenen theoretischen Impulsen.

Termine: Dienstag, 12.05., 19.05. und 26.05.2026, jeweils von 18:50 bis 22:10 Uhr (3x)
Leitung: Nicola Abler-Rainalter (anerkannte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation)
Ort: SPES Zukunftsakademie, 4553 Schlierbach, Panoramaweg 1
Preis: € 10,90



NEU!!! Ständig neugierig, manchmal peinlich – und das ist gut so!

ELBI-Vortrag

Aufklärung und Begleitung der sexuellen Entwicklung von Kindern.

Kinder stellen knifflige Fragen zu Körper, Sex und Liebe – und viele Eltern wissen nicht, wie sie altersgerecht antworten sollen. In diesem Vortrag erhalten Sie praktische Tipps und Einblicke in die natürliche Sexualentwicklung, damit Sie Ihr Kind sicher begleiten, Fragen kompetent beantworten und eine vertrauensvolle Gesprächsatmosphäre schaffen können.

Termin: Donnerstag, 21.05.2026, von 19:00 bis 20:30 Uhr
Leitung: Flora Maria Rußmann (zertifizierte Sexualpädagogin, Pädagogin & Doula)
Ort: EKiZ Micheldorf
Preis: € 2,00





Modul 3: Gordon Familientraining- Erfolgreiche Konfliktlösung in der Familie „Sperrgebiet Kinderzimmer – Nahkampf oder Kuschelzone?“

ELBI-Workshopreihe

Dein Familienalltag raubt dir den letzten Nerv? Du bist es Leid ständig den Schiedsrichter spielen zu müssen. Und das Einzige sichere ist der Streit und Widerstand deiner Kinder? Aus Hilflosigkeit reagieren Eltern mit Schimpfen, Drohen, Bestrafen oder geben einfach nach, damit Ruhe ist. Diese Verunsicherung entmutigt und fördert Schuldgefühle.

Strategien, die in diesem Workshop vorgestellt werden verhelfen dazu, erfolgreich Konflikte im Kreis der Familie zu lösen. Diese Kompetenzen verhelfen dem Erzieher tatkräftig selbst zu Gestalten.

Termine:	Montag, 01.06., 08.06., 15.06. und 22.06.2026, von 19:00 bis 22:00 Uhr (4x)
Leitung:	Claudia Klement-Kogler (Gordon Familientrainerin, Frühförderin, (Sonder-)Kindergartenpädagogin)
Ort:	EKiZ Micheldorf
Preis:	€ 16,00 (für alle 4 Termine)

Gordon
TRAINING

Kommunikation, die verbindet.



Plötzlich allein!

ELBI Workshop, speziell für Alleinerzieher:innen

Der Infoabend richtet sich an alle, die plötzlich allein dastehen, sei es durch Scheidung oder den Verlust des Partners. Wir werden Wege aufzeigen, wie man sich selbst stärken kann, sowohl emotional als auch praktisch. Themen wie Selbstfürsorge, der Umgang mit Trauer und Verlust, sowie praktische Hilfe und Unterstützung für Alleinerziehende stehen im Fokus. Durch den Austausch von Erfahrungen und praktischen Tipps möchten wir allen Teilnehmenden Mut und Unterstützung bieten.

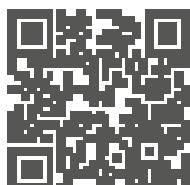
Termin:	Dienstag, 02.06.2026, von 19:00 bis 22:00 Uhr
Leitung:	Dipl. Päd. Karin Heibusch (psychologische Beraterin, Paarberaterin, Pädagogin)
Ort:	EKiZ Micheldorf
Preis:	€ 4,00





Wenn's mal nicht so läuft. Wir helfen mit Rat und Tat.

Das Leben hält manchmal Schicksale bereit, die alleine nicht zu bewältigen sind. Oberösterreichs Sozialberatungsstellen sind für Sie da. Unsere Mitarbeiter/innen helfen Ihnen kostenlos und vertraulich.



Alles Weitere auf
www.ooe.gv.at/sozialberatungsstellen



SOZIAL-LANDESRAT
VON OBERÖSTERREICH

Soziales





Selbstwert – warum es so wichtig ist ihn nie aus den Augen zu verlieren

Vortrag

Ein gesunder Selbstwert ist die Basis für innere Stärke, Zufriedenheit und persönliche Entwicklung. Er beeinflusst, wie wir mit Herausforderungen umgehen, Beziehungen gestalten und Entscheidungen treffen. Wenn wir unseren Selbstwert aus den Augen verlieren, suchen wir Bestätigung im Außen und verlieren den Kontakt zu uns selbst. In diesem Vortrag erfahren Sie, warum ein stabiles Selbstwertgefühl so entscheidend ist, welche Faktoren den Selbstwert beeinflussen – und wie wir lernen können, uns selbst wieder mehr zu vertrauen.

Termin: Donnerstag, 18.06.2026, von 17:00 bis 18:30 Uhr
Leitung: Yvonne Gruber (Kinder & Jugend Mentaltrainerin)
Ort: EKiZ Micheldorf
Preis: € 25,00



Die Eingewöhnungszeit - gut vorbereitet und gelassen begleitet

Vortrag

Der Einstieg in die Bildungseinrichtung ist nicht nur für das Kind ein herausfordernder Schritt, sondern nimmt auch die Eltern ganz schön mit. Aufregung, Unsicherheit, Nervosität, Angst, Vorfreude, Stress, Mut, ... Dieses ganze Gefühlspaket gehört zu einem neuen Lebensabschnitt dazu. Doch wie bereite ich mein Kind und mich gut auf die Veränderung vor? Kann ich mein Kind emotional darin unterstützen, den Übergang gut zu meistern? Wie bleibe ich als Elternteil dabei entspannt und in meiner Kraft? In diesem Vortrag finden Sie Antworten auf Ihre Fragen und erhalten viele weitere wichtige Infos zum Einstieg in eine Bildungseinrichtung.

Termin: Mittwoch, 08.07.2026, von 19:00 bis 20:30 Uhr
Leitung: Verena Ruprecht (Elementarpädagogin, psychosoziale Beraterin i.A.u.S.)
Ort: EKiZ Micheldorf
Preis: € 10,00



Dieses Angebot wird unterstützt durch:



Familienakademie
der Kinderfreunde
Region Steyr-Kirchdorf

Bundeskanzleramt

Bundesministerin für Frauen,
Familien und Jugend

OÖ Familienreferat
www.familienkarte.at

Familie

Kinderschutz