



Herbst
2026



Eltern-Kind- Zentrum Ottensheim



Eltern-Kind-Zentrum
Ottensheim - Bunter Floh

Persönliche Anmeldung | Bürozeiten

Mittwoch: 08:30-10:30 Uhr
oder nach Vereinbarung

Bankverbindung:

Familienakademie Mühlviertel
IBAN: AT43 3473 2000 0017 3344

Leitung: Eveline Hofstätter

Bahnhofstraße 1, 4100 Ottensheim

Telefon: 0664/88 39 51 30

E-Mail: ekiz.bunterfloh@kinderfreunde-ooe.at
kinderfreunde.cc/ekiz-bunterfloh

Ihr findet uns auch auf Facebook & Instagram:

www.facebook.com/ekiz.bunterfloh.ottensheim

www.instagram.com/ekiz_ottensheim_bunterfloh



Hier gehts
zu unserem
WhatsApp-Kanal:





Kindern Halt geben. Familien stärken.



Bezahlte Anzeige

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

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 unschätzbaren 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.



Ihr

Martin Winkler

Landesrat für Kinder- und Jugendhilfe

Liebe Kinder, liebe Mütter und Väter, liebe Omas und Opas, liebe Familien!

Sie halten das Programm des Eltern-Kind-Zentrums „Bunter Floh“ zum ersten Mal in Händen? Oder haben Sie schon in gewohnter Weise danach gegriffen? So oder so sage ich im Namen der Marktgemeinde Ottensheim „Danke“ für Ihr Interesse an dieser wichtigen Einrichtung für Familien. In diesem bunten Programmheft für Kinder und Familien werden Sie wieder Neues, aber auch Bewährtes für Sie und Ihre Lieben finden. Das Kursangebot bietet wieder musikalische, kreative, sportliche oder verspielte Anreize für Ihr Kind, sowie interessante Fortbildungsmöglichkeiten für Erwachsene.

Der soziale Aspekt steht dabei im Fokus: Kinder erleben Inhalte gemeinsam als Gruppe, erweitern soziale Kompetenzen und erleben, wie Gemeinschaft tragen und bereichern kann. Auch für Sie als Erwachsene kann das Eltern-Kind-Zentrum ein Ort der Begegnung und des Austausches sein. Nicht nur in gezielten Fort- oder Weiterbildungskursen, sondern auch wenn Sie Ihr Kind begleiten, können Sie andere Familien kennenlernen und neue Kontakte knüpfen.

Diese Angebote zu lukrieren, zu koordinieren und in ansprechender Form anbieten zu können, braucht Ressourcen und Engagement. Ich danke Eveline Hofstätter für ihre umsichtige Arbeit für das Eltern Kind Zentrum. Diese Arbeit trägt wesentlich dazu bei, eine hochwertige Institution in unserer Gemeinde nachhaltig zu verankern. Als Vertreterin des Ausschusses für Soziales und Bildung ist es mir sehr wichtig, diese Angebote im Ort zu wissen und bestmöglich zu fördern.



Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre und ein gutes Händchen bei der Qual der Wahl, für welchen Kurs Sie sich dieses Mal entscheiden. Ich bin mir sicher, es ist etwas für Sie und Ihre Familie dabei.

Eine schöne Herbstzeit und alles Gute

Mag.ª Michaela Kaineder

Obfrau des Ausschusses für Soziales und Bildung



Liebe Besucherinnen und Besucher!

Wir freuen uns, Ihnen das neue Programmheft präsentieren zu können. Hoffentlich haben wir wieder Ihren Geschmack, beziehungsweise Ihre Bedürfnisse und die Ihres Kindes/Ihrer Kinder getroffen.

Das vorliegende Programmangebot wurde dank der Mithilfe von Besucherinnen und Besuchern gestaltet und gewährleistet somit ein abwechslungsreiches Angebot für alle Mütter, Väter, Großeltern und Bezugspersonen Ihrer Kinder. Das größte Geschenk aber, das Sie Ihren Kindern machen können, ist ihnen Zeit und Aufmerksamkeit zu schenken. Mit Ihrem Besuch im Eltern-Kind-Zentrum erfüllen Sie beides. Als größte Kinder- und Familienorganisation Österreichs bieten wir Ihnen auch Zugang zu den unterschiedlichsten Spezialistinnen und Spezialisten in den Bereichen Erziehung, Gesundheit, Partnerschaft, Kinderschutz oder auch im Falle einer Trennung.

Sollten Sie Kursangebote vermissen, so melden Sie sich einfach und unkompliziert bei uns. Ich wünsche Ihnen viele schöne Stunden im Eltern-Kind-Zentrum!

Ihr



Martin Kraschowetz

Vorsitzender der Familienakademie Mühlviertel



Was macht uns Kinderfreunde aus?

Die Kinderfreunde sind eine der ältesten und bedeutendsten Kinder- und Jugendorganisationen in Österreich. Seit ihrer Gründung setzen sie sich leidenschaftlich für die Rechte, Bildung und das Wohl von Kindern ein – unabhängig von Herkunft, Religion oder sozialem Status. Ihr Ziel: Eine Welt, in der jedes Kind in Frieden, Sicherheit und mit gleichen Chancen aufwachsen kann.

Zentraler Bestandteil der Arbeit der Kinderfreunde ist das Ehrenamt. Ohne die tausenden engagierten Freiwilligen in ganz Österreich, die ihre Zeit, Energie und Kreativität in die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen stecken, wäre das breite Angebot an Freizeitaktivitäten, Bildungsprogrammen, Feriencamps und sozialpädagogischer Betreuung nicht möglich. Diese Ehrenamtlichen sind das Herz der Bewegung – sie gestalten Feste, leiten Gruppenstunden, betreuen Ausflüge und setzen sich auf politischer Ebene für eine kinderfreundlichere Gesellschaft ein.

Werde auch du Kinderfreund:in in Ottensheim!

Um auch weiterhin gemeinsam Feste und Veranstaltungen organisieren zu können, wollen wir in Ottensheim wachsen. Wir brauchen dich! Wenn du dich gerne ehrenamtlich bei den Kinderfreunden engagieren möchtest, dann komm bitte auf uns zu, sprich uns an oder melde dich telefonisch oder per mail: ottensheim@kinderfreunde.at oder 0650/ 88 09 530.

Wir, das sind Steffi Feichtinger, Eveline Hofstätter, Susi Glavas, Astrid Stehrer-Hofer, Dimitri Windhager, Marco Glavas und Markus Feichtinger.



Kinderfreunde Ortsgruppe Ottensheim



Eveline Hofstätter (Leiterin EKIZ) und Karin Mitter

Kinderfreunde Mitglied werden:

Mit deinem Mitgliedsbeitrag unterstützt du unsere Arbeit! Wir engagieren uns für eine Gesellschaft, die Kinder und Familien stärkt und sind dabei auf deine Unterstützung angewiesen.

Für 32 Euro/Jahr ist die ganze Familie dabei!

Deine Vorteile:

Du bekommst mehrmals jährlich die Zeitung der Kinderfreunde per Post geschickt und kannst zahlreiche Angebote in Eltern-Kind-Zentren vergünstigt in Anspruch nehmen. Weiters unterstützt du mit deinem Beitrag die ehrenamtliche Arbeit in den Ortsgruppen (Sie kaufen dafür z. B. Material für die Kinder- und Jugendgruppenarbeit.) und das gesellschaftspolitische Engagement der Landes- und Bundesorganisation.

Gleich online Mitglied werden unter kinderfreunde.at/ueber-uns/mitgliedschaft



Jetzt Gutscheine für unser Eltern-Kind-Zentrum sichern!

Wusstest du, dass du in jedem unserer Eltern-Kind-Zentren im Mühlviertel Gutscheine erwerben kannst? Diese Gutscheine sind für sämtliche Angebote in all unseren Zentren gültig – eine tolle Möglichkeit, unsere vielfältigen Programme und Angebote zu nutzen! **Komm vorbei und hole dir deinen Gutschein – ideal als Geschenk oder für dein eigenes Familienerlebnis.**



Geburtstag oder Familienfeier im Bunten Floh?

Du suchst für einen Kindergeburtstag oder deine Familienfeier noch eine geeignete Räumlichkeit? Dann könnte der „Bunte Floh“ genau das Richtige sein. Die schönen Räume, eine kleine Küche (inklusive Geschirr) und den Garten können wir Ottensheimer Familien gegen Voranmeldung und einem kleinen Unkostenbeitrag gerne zur Verfügung stellen. Jede Menge Spielsachen, Spielgeräte im Garten und Turnmatten etc. sind vorhanden und dürfen gerne mitbenutzt werden.

Preise: € 50 inklusive Reinigung. Besichtigung ist gerne nach Terminvereinbarung möglich.

E-Mail: ekiz.bunterfloh@kinderfreunde-ooe.at

Tel.: 0664 / 88 39 51 30



Oö. Elternbildungsgutscheine

Um Eltern den Zugang zu Elternbildungsveranstaltungen zu erleichtern, stellt das Familienreferat des Landes OÖ bereits bei Beantragung der „Erstkarte“ der OÖ Familienkarte (ab der 20. Schwangerschaftswoche) Elternbildungsgutscheine im Wert von 20€ zur Verfügung. Nach dem Eintrag des Kindes in die OÖ Familienkarte (Geburt) sowie zum 3., 6. und 10. Geburtstag des Kindes werden jeweils weitere 20 Euro Oö. Elternbildungsgutscheine ausgegeben. Mit dem Online Service der OÖ Familienkarte können Familien die Oö Elternbildungsgutscheine in einem persönlichen „Digitalen Elternbildungskonto“ verwalten.



Bitte beachten: Elternbildungsgutscheine können nur vollständig ausgefüllt im EKIZ Büro angenommen werden! Bei Verwendung des digitalen Elternbildungskontos, die gewünschte Veranstaltung direkt auf der Homepage der Familienkarte im Veranstaltungskalender unter „Elternbildung“ auswählen und die Oö. Elternbildungsgutscheine digital einlösen.



Foto: © KJA OÖ / Nadja Meisner
Entgeltliche Einschaltung
boyer / aub - communication design



erst recht



Information und Hilfe -

- kostenlos
- vertraulich
- anonym

☎ 0732 77 97 77

kija@ooe.gv.at www.kija-ooe.at



Kinder- & Jugendanwaltschaft OÖ





Die Kinderfreunde

pro terra



Gemeinsame Wege entstehen, indem man sie geht.

Eine gute Vorsorge für unsere Kinder sollte keine Frage des Einkommens sein.

Krankheiten und Unfälle können jede Familie treffen – und dabei hohe Kosten verursachen. Der Familienverein pro terra unterstützt seine Mitgliedsfamilien seit über 35 Jahren finanziell und ideell im Krankheitsfall oder nach dem Unfall eines Kindes. Seit längerer Zeit geht es gemeinsam mit den Kinderfreunden Mühlviertel ans Werk. Wir unterstützen uns gegenseitig, pro terra Mitglieder erhalten Rabatte und Vorteile bei den Kinderfreunden und es wird gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit zu Familienthemen geben. pro terra wird unseren Verein Chancengerechtigkeit jährlich unterstützen, in dem der Verein Kosten für sozialpädagogische Projekte für Familien in schwierigen Lebenslagen übernimmt.

Eine Win-Win Situation für alle Beteiligten.

Was bedeutet das für dich?

- ▶ Als pro terra Mitglied erhältst du **10 Prozent Ermäßigung** auf alle Dienstleistungen der Kinderfreunde Mühlviertel
- ▶ Du schützt deine Kinder – sie genießen **alle Vorteile** einer pro terra Mitgliedschaft.
- ▶ Mit deinem Beitrag ermöglichst du die Unterstützung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen und hilfst Familien, die nicht das Glück gesunder Kinder haben.



Michael Öhler & Daniela Schaner vom Verein pro terra

Informiere dich jetzt über die Vorteile einer pro terra Mitgliedschaft unter www.proterra.at

Wie funktioniert es?

Einfach pro terra Mitglied werden und bei deinen Kursanmeldungen Mitgliedsnummer bekannt geben.



Lasst uns die Welt ein kleines
Bisschen besser machen. Gemeinsam!“



Kostenlose Elternberatung im „Bunter Floh“ im Zuge des Eltern-Kind-Passes



FAMILIEN
BERATUNG

Kostenlose Elternberatung im Rahmen des Eltern-Kind-Passes möchte Sie unterstützen, die Bedürfnisse Ihrer Familie und Ihre beruflichen Ziele in Einklang zu bringen. Sie können die Beratung während der Schwangerschaft und bis zum Ende des ersten Lebensjahr ihres Kindes nutzen. Themen wie Eltern sein, Partnerschaft, Konfliktbewältigung, Finanzielle Leistungen rund um die Geburt, Partnerschaftliche Aufteilung der Elternzeit, Karenzmodelle, Elternteilzeit, Wiedereinstieg in den Beruf, ... können besprochen werden.

Anmeldung bei Ingrid Strauß-Fellinger 0664/5477736 / ingrid.strauss@kabelspeed.at.

Leitung | Ingrid Strauß Fellinger*

Zeit | Termine nach individueller Vereinbarung

Ort | EKIZ Bunter Floh, 4100 Ottensheim, Bahnhofstr. 1

Preis | kostenlos

*Lebens- und Sozialberaterin, Familienberaterin, Elternberaterin

Rückbildungsgymnastik - ANFÄNGER

für Frauen ab ca. 6 Wochen nach der Geburt

Dein Körper hat in den vergangenen Monaten eine gewaltige Leistung vollbracht. Ziel des Kurses ist die stark beanspruchten Strukturen, Beckenboden, Bauch und Rücken, gezielt zu stärken und bei der Rückbildung zu unterstützen. Für Frauen, die in den letzten 9 Monaten ein Kind geboren haben. **Anmeldung erforderlich!**



H26-
01a

Leitung | Karolina Säll (Physiotherapeutin)

Zeit | Mittwoch, 16.09.2026 bis 21.10.2026 (6x) von 9:00 bis 10:00 Uhr

Ort | Ballettraum Landesmusikschule, 4100 Ottensheim, Bahnhofstraße 7

Preis | € 109,00 / € 105,00 für Kinderfreundemitglieder

H26-
01b

Leitung | Astrid Merl (Physiotherapeutin)

Zeit | Donnerstag, 05.11.2026 bis 10.12.2026 (6x) von 09:00 bis 10:00 Uhr

Ort | Ottensheim oder Walding (genauer Raum wird rechtzeitig bekannt gegeben)

Preis | € 109,00 / € 105,00 für Kinderfreundemitglieder



Rückbildungsgymnastik - Profi

für Frauen ab ca. 6 Wochen nach der Geburt

Aufbauend auf dem Rückbildungskurs nach der Geburt, geht es hier mit ähnlichen Übungen, gesteigerter Intensität und verstärktem Augenmerk auf Stabilisierung und Kräftigung weiter. **Anmeldung erforderlich!**



H26-02

Leitung | Karolina Säll (Physiotherapeutin)
Zeit | **Mittwoch, 04.11.2026 bis 09.12.2026 (6x) von 9:00 bis 10:00 Uhr**
Ort | Ballettraum Landesmusikschule, 4100 Ottensheim, Bahnhofstraße 7
Preis | € 109,00 / € 105,00 für Kinderfreundemitglieder

Schütze, was du liebst.

Wir helfen dir dabei. Seit 1989.



pro terra

Finanzielle Rückendeckung – von der Geburt bis ins Erwachsenenalter.

Mit einer pro terra Mitgliedschaft sorgst du auf sinnvolle und preiswerte Weise für deine Kinder vor und du hilfst gleichzeitig anderen Familien. Wir unterstützen dich, wenn's drauf ankommt:

- ✔ nach Krankheit oder Unfall
- ✔ bei Heilbehelfen & Therapien (Brille, Physio, ...)
- ✔ inklusive Kinder-Unfallversicherung
- ✔ nach Trennung & in schwierigen Zeiten (Kooperationspartner von RAINBOWS)

☀ **SPECIAL! 10 % Ermäßigung auf Angebote der Kinderfreunde Mühlviertel!**

Nur
15,90€
pro Familie
im Monat

Spezial-Angebot:

Gratis Toniebox 2

zu jeder neuen pro terra Mitgliedschaft
Gültig bis 20.11.2026 bei Online-Anmeldung

CODE: KF-OOE-2026



www.proterra.at | verein@proterra.at





„Sing & Spring“ – spielerisch tanzen, musizieren & singen

für Kinder von 3 bis 5 Jahren mit oder ohne Begleitung

Mit Freude, Musik und Bewegung entdecken Kinder den Rhythmus. Wir singen, klatschen, hören verschiedene Klänge, tanzen und bewegen uns zur Musik. Im Mittelpunkt stehen nicht nur Spaß, Fantasie und das gemeinsame Erleben in der Gruppe. Musik und Bewegung fördert auch die Entwicklung von Rhythmusgefühl, Koordination, Ausdruck und Gruppenbewusstsein. **Anmeldung erforderlich!**
Elternbildungsgutscheine einlösbar!



H26-03

Leitung | Evgenia Tazetdinova (Neurocoach, Mutter von zwei Kindern)
Zeit | **Mittwoch, 07.10.2026 bis 04.11.2026 (4x) von 15:30 bis 16:20 Uhr**
Ort | EKIZ Bunter Floh, 4100 Ottensheim, Bahnhofstr. 1
Preis | € 39,00 / € 37,00 für Kinderfreundemitglieder

Foxy's English Club

für Kinder von 4 bis 6 Jahren ohne Begleitung

Foxy lädt zum Mitmachen ein! Gemeinsam entdecken wir auf spielerische Weise die englische Sprache – wir singen, basteln, spielen und lernen ganz nebenbei erste Wörter und Sätze – mit Spaß und Neugier! **Anmeldung erforderlich!**



H26-04

Leitung | Theresa Preslmayr (2-fache Bubenmama; bilinguale Schulbildung)
Zeit | **Dienstag, 03.11.2026 bis 15.12.2026 (6x) von 15:00 bis 16:00 Uhr**
Ort | EKIZ Bunter Floh, 4100 Ottensheim, Bahnhofstr. 1
Preis | € 58,00 / € 55,00 für Kinderfreundemitglieder

SPARKASSE
Oberösterreich

Vorbild.

Wir glauben an ein verantwortungsvolles Miteinander.
#glaubandich

www.sparkasse-ooe.at   





Gefühlswerge – Theater und Emotionen spielerisch erleben

für Kinder von 4 bis 6 Jahren ohne Begleitung

Wie sieht Freude aus? Wie klingt Wut? Und wo wohnt Mut in unserem Körper? In kleinen Bewegungs- und Theaterspielen erforschen Kinder ihre Gefühle, lernen sie auszudrücken und verstehen – mit Spaß, Bewegung und viel Fantasie. Dieser Kurs fördert unter anderem auch die emotionale Intelligenz, das Körperbewusstsein und Selbstvertrauen. **Anmeldung erforderlich!**



H26-05

Leitung | Evgenia Tazetdinova (Neurocoach, Mutter von zwei Kindern)
Zeit | **Mittwoch, 18.11.2026 bis 09.12.2026 (4x) von 15:30 bis 16:20 Uhr**
Ort | EKIZ Bunter Floh, 4100 Ottensheim, Bahnhofstr. 1
Preis | € 39,00 / € 37,00 für Kinderfreundemitglieder

Kindertanzen

für Kinder von 3 bis 6 Jahren ohne Begleitung

Bewegung fördert die kindliche Entwicklung auf allen Ebenen. Vor allem Tanzen lädt unsere Batterien wieder auf und stärkt unseren Körper. In diesem Kurs werden wir uns auf spielerische Art dem Tanzen nähern, uns viel bewegen und auspowern, aber auch wieder zur Ruhe kommen indem wir die Stunde mit einer kleinen Entspannungssequenz ausklingen lassen (Kind muss sich trauen alleine zu bleiben!). **Anmeldung erforderlich!**



H26-06a / 3-4 Jahre: Montag, 05.10.2026 bis 07.12.2026 (8x); 15:45 bis 16:40 Uhr

H26-06b / 5-6 Jahre: Montag, 05.10.2026 bis 07.12.2026 (8x); 16:45 bis 17:40 Uhr

H26-06

Leitung | Daniela Eichinger (Gesundheitspädagogin, Entspannungscoach, Mutter)
Zeit | **siehe oben**
Ort | Ottensheim – genauer Raum wird rechtzeitig bekannt gegeben
Preis | € 69,00 / € 66,00 für Kinderfreundemitglieder





Yoga und Tanz

für Kinder von 3 bis 6 Jahren ohne Begleitung

Schicke dein Kind auf eine Fantasiereise mit Yoga und Tanz. Kindgerechte Meditations- und Achtsamkeitsübungen stärken die Körperwahrnehmung, lustige und kreative Yogaposen schaffen Selbstbewusstsein und Tanz lernt Leichtigkeit. Bewegung und Ruhe wechseln sich ab und geben Raum für jede Art der Selbsterfahrung. **Anmeldung erforderlich!**



H26-07

Leitung | Barbara Eckl (Yogalehrerin und Achtsamkeitstrainerin)
Zeit | Montag, 09.11.2026 bis 07.12.2026 (5x) von 15:00 bis 16:00 Uhr
Ort | EKIZ Bunter Floh, Bahnhofstr. 1, 4100 Ottensheim
Preis | € 48,00/ €45,00 für Kinderfreundemitglieder

Kinderatelier

für Kinder von 7 bis 11 Jahren ohne Begleitung

Im Kinderatelier wird gezeichnet, gemalt, gedruckt und geklebt – vor allem aber entdeckt und ausprobiert. Lasst eurer Fantasie Flügel wachsen und schafft eure ganz eigenen Kunstwerke. Denn wahre Kunst kennt weder Regeln noch Grenzen! **Anmeldung erforderlich!**



H26-08

Leitung | Brigitte Eckl (Freischaffende Künstlerin)
Zeit | Donnerstag, 12.11.2026 bis 03.12.2026 (4x) von 15:00 bis 16:30 Uhr
Ort | EKIZ Bunter Floh, 4100 Ottensheim, Bahnhofstr. 1
Preis | € 63,00 / € 60,00 für Kinderfreundemitglieder (inkl. Materialkosten!)

Kinderyoga

1.Klasse VS bis 4. Klasse VS ohne Begleitung

Kinderyoga verbindet Bewegung, Spiel und Entspannung auf ganz natürliche Weise. Die Kinder können sich auspowern, neue Energie tanken und gleichzeitig Konzentration sowie Ausgeglichenheit stärken. Dabei entwickeln sie spielerisch ein besseres Körpergefühl und lernen auch zur Ruhe zu kommen. Ein freudvoller Ausgleich zum Schulalltag, der einfach guttut. **Anmeldung erforderlich!**



H26-09

Leitung | Mariana Franke (Iyengar®-Yogalehrerin, Coachin, Unternehmensberaterin)
Zeit | Donnerstag, 15.10.2026 bis 19.11.2026 (5x) von 15:00 bis 16:00 Uhr
Ort | Turnsaal, 4100 Ottensheim
Preis | € 48,00 / € 45,00 für Kinderfreundemitglieder



Kennenlernnachmittag im PostLabor

für VS-Kinder ohne Begleitung

Gemeinsam entdecken, ausprobieren und kreativ sein! Beim Kennenlernnachmittag im PostLabor laden wir VS-Kinder dazu ein, einen spannenden Ort voller Ideen zu erkunden. Das PostLabor ist eine offene Werkstatt – ein sogenannter MakerSpace – in dem Menschen jeden Alters tüfteln, gestalten und Neues ausprobieren können. An diesem Nachmittag steht das gemeinsame Erleben im Mittelpunkt: Wir lernen das PostLabor spielerisch kennen, probieren eine einfache kreative Aktivität aus und bekommen einen Einblick, wie hier mit Werkzeugen, Materialien und viel Fantasie gearbeitet wird. Zum Abschluss wartet auf die kleinen Teilnehmer:innen noch eine lustige Überraschung zum Mitnehmen.

Anmeldung erforderlich!

H26-10

Leitung | EKIZ Team und das Team des PostLabors
Zeit | **Dienstag, 08.09.2026 von 14:30 bis 17:00 Uhr**
Ort | PostLabor, Weingartenstraße 13. 4100 Ottensheim
Preis | € 10,00 pro Kind (inklusive Materialkosten)

Kinderworkshop – Ätherische Öle

für Kinder von 5 bis 10 Jahren mit oder ohne Begleitung

Entdecke die Vielfalt der Düfte in selbst gezauberten Pflegeprodukten. Gemeinsam stellen wir einen Erkältungshonig, ein Badesalz, einen Körperspray und einen Roll on – zum mit nach Hause nehmen her. Zusätzlich gibt es eine gemütliche Pause zwischendurch mit Buchlesung aus einem Kinderbuch der Referentin. **Anmeldung erforderlich!**



H26-11

Leitung | Petra Schopf (Aromatherapeutin, Raindropanwenderin, Buchautorin)
Zeit | **Samstag, 12.12.2026 von 09:00 bis 11:00 Uhr**
Ort | EKIZ Bunter Floh, 4100 Ottensheim, Bahnhofstr. 1
Preis | € 35,00 / € 33,00 für Kinderfreundemitglieder *

* inklusive aller Materialkosten für die obenstehenden Dinge



Premium Convenience. Naturally.



Kinder & Jugendliche 3 - 16 Jahre / Angebote

Ottensheim

Papa-Aktiv Ausflug Jumpdome

für Papas mit Kindern ab ca 4 Jahren



Heute machen wir einen Ausflug in den Jump Dome Linz / Leonding. Bei einer Stunde Sprungzeit zum Spezialpreis kommt garantiert jeder auf seine Kosten. Eigenanreise. Treffpunkt 16:20 Uhr vor der Kassa. **Anmeldung erforderlich!**

H26-12	Leitung EKIZ-Team
	Zeit Donnerstag, 17.12.2026, 16:30 bis 17:30 Uhr
	Ort Jump Dome Linz / Leonding, 4060 Leonding, Im Bäckerfeld 1
	Preis € 14 für 60 min Sprungzeit / Person *

* zzgl. € 4 für Sprungsocken u. € 2,50 für Chip- Armband



(Junge) Erwachsene 12 - 99 Jahre / Angebote

Yoga – Mama Auszeit

für Erwachsene

Ein sanftes Yoga Programm – abgestimmt auf die Bedürfnisse von Müttern – hilft dir, deinen Körper zu spüren, deinen Geist zu beruhigen und wieder in deine Kraft zu kommen. Das Augenmerk liegt auf Körperhaltung, Meditation und Atemübungen. Egal ob du frisch gebackene Mama bist der schon länger im Mama-Alltag steckst, alle sind willkommen.



Anmeldung erforderlich unter: 0699/171 14 479

H26-13	Leitung Barbara Eckl (Yogalehrerin und Achtsamkeitstrainerin)
	Zeit mittwochs von 10:00 bis 11:00 Uhr (Einstieg jederzeit möglich)
	Ort EKIZ Bunter Floh, Bahnhofstr. 1, 4100 Ottensheim
	Preis € 15,00 pro Stunde



TIERÄRZTIN

Mag. Katharina Höchtl-Kronheim

Ordination und Hausapotheke:

Mo, Mi, Fr: 17-19 Uhr
Di, Do, Sa: 9-11 Uhr
und nach Vereinbarung
Tel: 07234 82543





Gelassen in den Tag – Übungen aus der Kinesiologie

für Erwachsene

Kennst du das Gefühl, wenn einfach alles gleichzeitig passiert – Job, Kinder, Termine, Sorgen – und du kaum noch durchatmest? In diesem Workshop geht es genau darum: um mehr Ruhe, Leichtigkeit und Energie in deinem Alltag als Mama oder Papa. Du lernst einfache, wirkungsvolle Techniken aus der Kinesiologie, die du sofort anwenden kannst – in stressigen Momenten zwischendurch oder abends, um wirklich abzuschalten. Alle Übungen dauern nur wenige Minuten, unterstützen einen gesunden Energiefluss und fördern Gelassenheit, besseren Schlaf und neue Lebensfreude. **Anmeldung erforderlich!**



H26-14

Leitung | Timea Hohla*, www.erlaubedir.at

Zeit | Montag, 30.11.2026, von 18:30 bis 19:15 Uhr

Ort | EKIZ Bunter Floh, Bahnhofstr. 1, 4100 Ottensheim

Preis | € 13,00 pro Person

*Dipl. Kinesiologin und dipl. Kinderkinesiologin

Frauen-Auszeitwochenende in Klaffer – Kräuter, Rituale & Wohlfühlzeit

für Frauen jeden Alters

Gönn dir eine bewusste Auszeit vom Alltag und tauche ein in ein Wochenende voller Kräuterkunde, Naturerlebnisse und wohltuender Gemeinschaft. Gemeinsam entdecken wir alte Traditionen, stärken Körper und Seele für die dunkle Jahreszeit und genießen wertvolle Zeit nur für uns. Mit Doris von <https://www.mitliebegemacht.at/> starten wir am Freitag mit der Herstellung einer persönlichen Räuchermischung und lassen los, was nicht mitgenommen werden soll. Der Abend ist zur freien Verfügung und zum nachspüren. Der Samstag beginnt mit einem theoretischen Teil und geht dann mit einer Kräuterwanderung und Salben- und Oxymelküche in die Praxis. Ein Wochenende zum Durchatmen, Lernen, Genießen und Krafttanken. **Anmeldung erforderlich!**

Preis: 145 € im Doppelzimmer incl. Übernachtung, Vollpension und Kräuterprogramm (20 € Einzelzimmeraufschlag) 20 € Materialkosten vor Ort zu bezahlen

H26-15

Zeit | Freitag, 11.9. 15:30 bis Samstag, 12.9. 2026 16:00 Uhr

Ort | Mühl-fun-viertel, Vorderanger 16, Klaffer am Hochficht

Preis | siehe oben



Offener Treff

für alle Kinder in Begleitung

Kinder und Eltern treffen sich in freundschaftlicher Atmosphäre. Während die Kleinen spielen, krabbeln und brabbeln - eben alles was Spaß macht, finden die Erwachsenen nebenbei eine entspannte Möglichkeit um sich über Erfahrungen auszutauschen.

Keine Anmeldung erforderlich!

1 x wöchentlich, genaue Termine werden in der Whats App Gruppe bekannt gegeben, bitte unter 0664/88395130 melden.

H26-16

Leitung | EKIZ Team

Zeit | **siehe oben**

Ort | EKIZ Bunter Floh, 4100 Ottensheim, Bahnhofstr. 1

Preis | kostenlos

Kennenlernstunde — Kinesiologie für Groß und Klein

für die ganze Familie

Kinesiologie ist eine sanfte Methode, die Körper, Geist & Emotionen wieder in Einklang bringt. Mit Hilfe einfacher Muskeltests machen wir sichtbar, was im Inneren aus dem Gleichgewicht geraten ist – und unterstützen gezielt die Selbstregulation. Kinder profitieren zum Beispiel bei Lernschwierigkeiten, innerer Unruhe oder wenn die Konzentration gestärkt werden darf. Auch Erwachsene können Kinesiologie nutzen – um Stress abzubauen, emotionale Belastung zu lösen, neue Energie zu tanken oder für einen ruhigeren Schlaf. Kinesiologie dient nicht zur Diagnose und ersetzt keine ärztliche oder therapeutische Behandlung, kann diese jedoch sinnvoll ergänzen. **Anmeldung erforderlich!**



Mögliche Uhrzeiten: 17:00 bis 18:00 Uhr / 18:00 bis 19:00 Uhr

H26-17

Leitung | Timea Hohla*, www.erlaubedir.at

Zeit | **Montag, 23.11.2026**

Ort | EKIZ Bunter Floh, Bahnhofstr. 1, 4100 Ottensheim

Preis | € 55,00 pro Person (60 Minuten)

*Dipl. Kinesiologin und dipl. Kinderkinesiologin



Wir binden einen Türkranz

für die ganze Familie

An diesem duftenden Vormittag binden wir einen Türkranz. Binde und Dekomaterial wird zur Verfügung gestellt. (Sehr gerne auch selber Bänder und Deko mitnehmen). Zusätzlich werden euch auch einige Äthärische Öle - die euch gut durch die kalte Jahreszeit bringen - von unserer Referentin (Aromatherapeutin) vorgestellt. Freut euch auf einen gemütlichen (vorweihnachtlichen) Familiennachmittag. **Anmeldung erforderlich!**



H26-18

Leitung | Petra Schopf (Aromatherapeutin, Raindropwenderin, Buchautorin)

Zeit | **Samstag, 28.11.2026 von 09:00 bis 11:00 Uhr**

Ort | EKIZ Bunter Floh, 4100 Ottensheim, Bahnhofstr. 1

Preis | € 25,00 inklusive Binde- und Dekomaterial

Kinder haben Rechte

Spiele und Bastelnachmittag für die ganze Familie

Kinder haben Rechte! Diese Rechte sollen sie schützen und stark machen. Dieser Nachmittag steht ganz im Zeichen der Kinderrechte. Wir werden Spiele spielen, basteln und malen. Den Kindern den Kindern Mut machen, sich für ihre Rechte einzusetzen.

Anmeldung erforderlich!

H26-19

Leitung | EKIZ Team

Zeit | **Freitag, 20.11.2026, von 15:30 bis 17:00 Uhr**

Ort | EKIZ Bunter Floh, 4100 Ottensheim, Bahnhofstr. 1

Preis | kostenlos

Spielzeugflohmarkt VON Kinder FÜR Kinder

für Kinder aller Altersstufen

Jedes Kind darf sich einen selbst mitgebrachten Tisch aufstellen und Spielzeug das nicht mehr benötigt wird - alleine oder mit Hilfe der Eltern - verkaufen. (Findet bei jeder Witterung außer Regen statt, es gibt keinen Ersatztermin). **Anmeldung erforderlich!**

H26-20

Leitung | EKIZ Team

Zeit | **Freitag, 11.09.2026, von 14:00 bis 17:00 Uhr**

Ort | Kirchenvorplatz Ottensheim, 4100 Ottensheim

Preis | € 4,00 pro Tisch



Fotosession im Fotostudio

für Familien

Du möchtest schöne Fotos für deine Weihnachtskarten oder Weihnachtsgeschenke? Dann bist du im Studio Fischerlehner genau richtig. Hier wirst du mit deiner Familie professionell fotografiert. Damit die Kinder möglichst fröhlich in die Kamera schauen, sorgt Alexandra für Stimmung. Im Preis inbegriffen ist das Fotografieren und 10 Stk bearbeitete Fotos.



Anmeldung zur Terminvergabe unbedingt nötig. (Pro Familie 30 Minuten Zeit)

H26-21

Leitung | Alexandra Fischerlehner, Fotografin

Zeit | **Freitag, 06.11.2026, von 09:00 bis 11:00 Uhr & von 14:00 bis 17:00 Uhr**

Ort | Fischerlehner Studio, 4100 Ottensheim, Bahnhofstraße 14

Preis | € 89,00 / € 86,00 für Kinderfreundemitglieder



Kinderkultur / Angebote

„DER WUNSCHHUT“ – eine fröhlich bunte Mitmachgeschichte

für Kinder ab 3 bis 9 Jahren geeignet

Tante Elsa liebt Hüte, große Hüte, kleine Hüte, graue Hüte, bunte Hüte. Eines Tages entdeckt sie einen Wunschhut - und schon purzeln Schneebälle, Seifenblasen, Regenschirm und Zauberteppich aus dem Hut. Geld, Schmuck und ein teures, protziges Auto kann sie sich ja immer noch irgendwann mal wünschen - falls sie diese Dinge überhaupt jemals brauchen sollte. Doch als Erstes wünscht sich Tante Elsa, dass sie FLIEGEN kann... Seid gespannt was dann passiert! **Anmeldung erforderlich!**

H26-22

Leitung | Ursula Laudacher (Erzählung und Schauspiel)

Zeit | **Freitag, 20.11.2026, von 16:00 bis ca. 16:45 Uhr**

Ort | EKIZ Bunter Floh, Bahnhofstr. 1, 4100 Ottensheim

Preis | € 9,00 pro Person





PUBERTÄT – ... und plötzlich wohnt ein Teenie im Haus

für Erwachsene

Unsere Kinder werden zu Erwachsenen. Das ist eine herausfordernde und intensive Reise. Diese Zeit ist geprägt von dem Wunsch nach Autonomie, von vielen Erwartungen und der Suche nach der eigenen Persönlichkeit. Diese Veränderungen verunsichern nicht nur die Teenager, sondern auch oft uns Eltern. Doch unsere Kinder haben begonnen erwachsen zu werden und wir dürfen sie liebevoll dabei unterstützen. Ein Impulsvortrag für Eltern, die ihre Pubertierenden auf dieser Reise begleiten wollen. Themen werden sein: Umbau im Gehirn, Umgang mit Medien, Alltag & Schule. **Anmeldung erforderlich!**

Elternbildungsgutscheine einlösbar!



W26-03

Leitung | Sabine Huber*
Zeit | **Samstag, 17.10.2026 von 09:30 bis 12:30 Uhr**
Ort | EKIZ Bunter Floh, 4100 Ottensheim, Bahnhofstr. 1
Preis | € 4 pro Person

*Sozialpädagogin, Systemische Gesundheitspädagogin, Referentin in der Erwachsenenbildung, Zwillingmama

Leichter lernen mit Kinesiologie

für Eltern – alleine oder gemeinsam mit ihren Schulkindern, die sich einen entspannten Zugang zum Lernen wünschen

Hausübung? Konzentration? Stress? – Lernen kann ganz schön herausfordernd sein. Muss es aber nicht! In diesem Workshop entdecken wir gemeinsam, wie Kinesiologie den Lernalltag erleichtern kann – für Kinder und Eltern. Ich zeige einfache, alltagstaugliche Techniken, die helfen können, den Kopf freizubekommen, die Konzentration zu fördern und mehr Leichtigkeit ins Lernen zu bringen. Alle Übungen sind kindgerecht, einfach umzusetzen und lassen sich wunderbar in den Alltag integrieren – ob vor der Schule, bei den Hausübungen oder in stressigen Lernphasen.

Anmeldung erforderlich! Elternbildungsgutscheine einlösbar!



W26-04

Leitung | Timea Hohla*, www.erlaubedir.at
Zeit | **Dienstag, 29.09.2026 von 17:00 bis 18:15 Uhr**
Ort | EKIZ Bunter Floh, 4100 Ottensheim, Bahnhofstr. 1
Preis | € 13,00 pro Person

*Dipl. Kinesiologin und dipl. Kinderkinesiologin



Elternbildungsangebote in unseren Nachbar-Ekizen

Elternbildung im EKIZ Walding

Die Antwort auf das „Warum?“ in Konflikten mit deinem Kind

- Leitung** | Nicole Bichler
Zeit | **Mittwoch, 14.10.2026,**
19:00 bis 20:30 Uhr
Ort | EKIZ TiPi, 4111 Walding, Hauptstr. 19a
Preis | € 5,00 pro Person

Leuchtturm sein für mein Kind

- Leitung** | Mag.a Ruth Karner
Zeit | **Mittwoch, 04. und 11.11.2026,**
18:30 bis 21:30 Uhr
Ort | EKIZ TiPi, 4111 Walding, Hauptstr. 19a
Preis | € 8,00 pro Person

Elternbildung *Mental-Load*

- Leitung** | Sabine Huber
Zeit | **Donnerstag, 01.10.2026,**
18:30 bis 20:00 Uhr
Ort | EKIZ TiPi, 4111 Walding, Hauptstr. 19a
Preis | € 2,00 pro Person

Elternbildung im EKIZ Haslach

Resilienz stärken – ONLINE

- Leitung** | Barbara Hüttner
Zeit | **Montag, 12.10.2026,**
von 19:30 bis 21:00 Uhr
Preis | € 2,00

Wunsch oder Bedürfnis? – ONLINE

- Leitung** | Barbara Hüttner
Zeit | **Montag, 30.11.2026,**
von 19:30 bis 21:00 Uhr
Preis | € 2,00



donau.hof

RISTORANTE BAR DANUBIO | AMICI GmbH

Donaulände 9 | 4100 Ottensheim

T: +43 7234 83818 | Fax +25

E: office@donauhof.cc | www.donauhof.cc

Öffnungszeiten: DI-SA 11-23 | SO 11-21 | MO Ruhetag
durchgehend warme Küche | Mai-Sept MO geöffnet

Anmeldeschluss ...

eine Woche vor Beginn der Veranstaltung. Mit der Anmeldung ist die Kursteilnahme verbindlich und die Einzahlung verpflichtend.

Kursbeitrag ...

ist spätestens beim Kursbeginn zu entrichten. Ermäßigung für Kinderfreunde-Mitglieder möglich.

Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ ...

können bei mit dem Gutschein gekennzeichneten Veranstaltungen eingelöst werden.

Abmeldung ...

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

Haftung ...

eine Haftung im Rahmen der gesetzlichen Möglichkeiten wird ausgeschlossen, Besucher:innen sind eigenverantwortlich. Eltern haften für ihre Kinder.

Datenschutz ...

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

Fotorechte ...

Besucher:innen sind einverstanden, dass Fotos von unseren Veranstaltungen veröffentlicht werden können (auch online). Sofern nicht anders vermerkt, liegen die Veröffentlichungsrechte von gedruckten Fotos bei uns.

Anmietung der EKiz-Räumlichkeiten ...

für eigene Veranstaltungen: Infos dazu bei der Ekiz-Leitung.

Kostenlose Trennungsbegleitung ...

ist durch die Förderung des BKFFJ möglich. Infos dazu bei der Ekiz-Leitung.


Barrierefreiheit ...

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

Unsere Fördergeber sind ...

BKA, Kinder- und Jugendhilfe des Landes OÖ, OÖ Familienreferat und Gemeinden.

**An schulfreien Tagen, an Feiertagen
und an Zwickeltagen sind die
Eltern-Kind-Zentren geschlossen!**



Rainbows
LebensGroß

Begleitung für Kinder und Jugendliche bei Trennung, Scheidung oder dem Tod eines nahestehenden Menschen.

Beratung für Eltern und Bezugspersonen.

Rainbows Oberösterreich

0043 732 28 73 00
ooe.rainbows@lebensgross.at
www.rainbows.at

MIT ALLEN SINNEN LERNEN!



LERN-UND SPASSWOCHE

WALDING



07.09.- 11.09.2026

07:30 - 13:00 UHR

ELTERN-KIND-ZENTRUM TIPI

HAUPTSTRASSE 19A

ELTERN-KIND-ZENTRUM



Familienakademie
Mühlviertel



ANMELDUNG | WWW.KINDERFREUNDE.AT/MUEHLVIERTEL/LSW

MIT ALLEN SINNEN LERNEN!



Unser Motto: "Fit für den Schulstart" soll dir einerseits zeigen, dass Lernen Spaß machen kann, und dir andererseits die Möglichkeit geben, den bereits gelernten Schulstoff aufzufrischen. So bieten wir dir einen idealen und spielerischen Einstieg in den Schulalltag.

- Auffrischung des Schulstoffes
- Soziales Miteinander
- Spiel und Bewegung
- Spaß am Lernen
- Integratives Lern-Bewegungskonzept
- geschultes Personal
- Lerngruppen mit 8 Kindern
- Kinder von 6 - 11 Jahren
- 1. - 4. Klasse Volksschule
- 1. Klasse MS/Gymnasium

PREIS PRO KIND UND WOCHE
LERN- UND SPASSWOCHE | 1. KIND € 119 | 2. KIND € 99
ERMÄSSIGUNG FÜR KINDERFREUNDE-MITGLIEDER

SPEZIALANGEBOT LERN- UND SPASSWOCHE MIT ÜBERNACHTUNG

Ein besonderes Erlebnis ist die Woche mit Nächtigung im Mühl-fun-viertel in Klaffer am Hochficht. Hier kümmern sich unsere Pädagog:innen rund um die Uhr um die Kinder und verbringen gemeinsam eine tolle Woche. Vormittags wird gelernt und am Nachmittag bieten wir ein gemeinsames Freizeitprogramm.

07.09. - 11.09.2026

WEITERE INFOS | WWW.KINDERFREUNDE.AT/MUEHLVIERTEL/LSW

Kinder(ferien)betreuung

Eine wichtige Serviceleistung für Eltern ist Kinderbetreuung bei Seminaren, Kursen, Tagungen, Messen und Konferenzen.

Wir betreuen Kinder bei:

- ✓ Seminaren und Fortbildungen (auch mehrtägig)
- ✓ Tagen der offenen Tür
- ✓ Hochzeiten
- ✓ Messen und Ausstellungen
- ✓ Weihnachtsfeiern und anderen Firmenfeiern
- ✓ Veranstaltungen von Einkaufszentren
- ✓ Ferien im Betrieb

Wir freuen uns auf Ihre Anfrage!

Tel.: 07237 / 24 65-11

E-Mail: spielmobil.muehlviertel@kinderfreunde-ooe.at

www.kinderfreunde.at



 **Die Kinderfreunde**

 **Familienakademie**
Mühlviertel

 Bundeskanzleramt

Kinderschutz 

Impressum:

Familienakademie der Kinderfreunde Mühlviertel | Gewerbestraße 7 | 4222 St. Georgen/Gusen
Tel.: 07237/2465-12 | famak.muehlviertel@kinderfreunde-ooe.at | www.kinderfreunde.at/muehlviertel
Layout: www.schaner.at | Fotos: Werner Burgstaller | Preise sowie Satz- und Druckfehler vorbehalten.

Familie 