

# ELTERN KIND ZENTRUM ATTNANG



4800 Attnang Puchheim, Römerstr. 48  
Leitung: Silke Ortler, Tel: 0699/16886 428  
ekiz.attnang@kinderfreunde.cc  
www.kinderfreunde.cc/salzkammergut/ekiz.attnang

Bürozeiten: Mo von 15.00-17.00;  
jeden 2. und 4. Mi von 9.00-12.00  
Telefonisch: Mo- Fr von 9.00-12.00 Uhr (hinterlassen Sie eine  
Nachricht, Rückruf erfolgt verlässlich)  
Eltern Kind Zentrum Attnang 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.

## 21AT- 1 Eltern-Mutterberatung - kostenlos

für Babys und Kleinkinder in den ersten 3 Lebensjahren. Wir wiegen und messen Ihr Kind. Wir unterstützen Sie bei Fragen zur Ernährung und Pflege, Gesundheit und Entwicklung, beim Stillen und bei sozialen und psychologischen Themen. Impfberatung und impfen vor Ort ist möglich. Fachberatung durch Arzt/Ärztin, Psychologin, Stillberaterin, Dipl. Sozialarbeiterin.

**Anmeldung erforderlich unter 07672/702 73421**

Zeit: Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat von 9:00 - 12:00 Uhr  
(ausgenommen an Feiertagen und im August)



## 21AT- 2 Spielstube - kostenlos

ab dem Krabbelalter bis zum 3. Geburtstag. Begleitete Spielmöglichkeit für Eltern und Kinder im Beisein von unseren Psychologinnen aus der Eltern-Mutterberatung.

**Anmeldung erforderlich unter 07672/702 73421**

Zeit: Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat von 15:00 bis 17:00  
(ausgenommen an Feiertagen und im August)



### 21AT- 3 Offener Treff/Eltern Kind Cafe - kostenlos

für Eltern mit Kindern bis zum 4. Geburtstag. Eine gemütliche kinderfreundliche Umgebung lädt ein zum Plaudern und Spielen. In den Ferien und an schulfreien Tagen entfällt der offene Treff.

**Bitte nur mit Anmeldung!**

Zeit: Montag, 11.1.2021, von 15:00 bis 17:00

### 21AT- 4 Hebammensprechstunde - kostenlos

Zwischen der 18. und 22. Schwangerschaftswoche haben Sie die Möglichkeit ein kostenloses Beratungsgespräch mit einer Hebamme zu führen. Sie erhalten Informationen bezüglich Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett und natürlich werden auch Fragen beantwortet. Termine nach Vereinbarung.

Leitung: Michaela Lehner (Hebamme)

Zeit: Jeden 1. Dienstag im Monat von 16:00 bis 18:00

(ausgenommen Juli, August, September)

### 21AT-01F Babyspielgruppe Windelminis

für Babys ab ca. 5 Monaten mit Begleitung

Zeit: Mittwoch, 3.3. bis 30.6.2021, von 10:05 bis 11:05, 14tägig im Wechsel mit der Mutterberatung

Preis: € 40,00 / € 38,00 für Kinderfreundemitglieder (für alle 10 Termine)

**GUTSCHEIN**

### 21AT-02F Babyspielgruppe Krabbelmäuse

für Babys ab ca. 10 Monaten mit Begleitung

Zeit: Donnerstag, 7.1.bis 11.02.2021 von 10:05 bis 11:05

Preis: € 24,00 / € 21,50 für Kinderfreundemitglieder (pro 6er Block)

**GUTSCHEIN**

### 21AT-02Fa Spielgruppe Krabbelmäuse

für Kinder ab ca.1 Jahr mit Begleitung

Zeit: Donnerstag, 25.2.bis 8.7.2021 von 10:05 bis 11:35

Preis: € 35,00 / € 31,50 für Kinderfreundemitglieder (pro 6er Block)

**GUTSCHEIN**

### 21AT-03F Spielgruppe Schnecken

für Kinder ab ca. 1 Jahr mit Begleitung

Zeit: Mittwoch, 20.1.bis 30.6.2021 von 8:30 bis 10:00, 14tägig im Wechsel mit der Mutterberatung

Preis: € 35,00 / € 31,50 für Kinderfreundemitglieder

**GUTSCHEIN**

### 21AT-04F Spielgruppe Mäuschen

ab ca. 1,5 Jahre mit Begleitung

Zeit: Montag, 11.1.bis 5.7.2021 von 8:30 bis 10:00

Preis: € 35,00 / € 31,50 für Kinderfreundemitglieder (pro 6er Block)

**GUTSCHEIN**

## 21AT-05F Spielgruppe Bienchen

ab ca. 2 Jahre mit Begleitung

Zeit: Dienstag, 12.1. bis 6.7.2021 von 10:05 bis 11:35

Preis: € 35,00 / € 31,50 für Kinderfreundemitglieder (pro 6er Block)

GUTSCHEIN

## 21AT-06F Spielgruppe Häschen

ab ca. 2,5 Jahre mit Begleitung

Zeit: Donnerstag, 7.1. bis 8.7.2021, von 8:30 bis 10:00

Preis: € 35,00 / € 31,50 für Kinderfreundemitglieder (pro 6er Block)

GUTSCHEIN

## 21AT-07F Spielgruppe Fröschen

ab ca. 2,5 Jahren mit Begleitung

Zeit: Montag, 11.1. bis 5.7.2021 von 10:05 bis 11:35

Preis: € 35,00 / € 31,50 für Kinderfreundemitglieder (pro 6er Block)

GUTSCHEIN

## 21AT-08F Spielgruppe Schäfchen

ab ca. 2,5 Jahren mit Begleitung

Zeit: Dienstag, 12.1. bis 6.2.2021 von 8:30 bis 10:00

Preis: € 35,00 / € 31,50 für Kinderfreundemitglieder (pro 6er Block)

GUTSCHEIN

## 21AT-09F Loslassgruppe LOLA

ab ca. 2 Jahren ohne Begleitung

Zeit: Freitag, 8.1. bis 2.7.2021 von 9:00 bis 11:00

Preis: € 50,00 / € 45,00 für Kinderfreundemitglieder (pro 6er Block)

## 21AT-10F Rückbildungsgymnastik MIT oder OHNE Baby

Mit der Rückbildungsgymnastik wird der Körper dabei unterstützt zur Normalität zurück zu kehren.

Übungen für den Beckenboden, den Bauch und die Rückenmuskulatur werden in diesem Kurs gezeigt. Rückbildungsgymnastik kann das weibliche Wohlbefinden auch Jahre nach der Geburt merklich verbessern und ist ab etwa 6 Wochen nach der Geburt empfehlenswert.

Leitung: Ingrid Kirth (Physiotherapeutin)

Zeit: Donnerstag, 14.1.2021 bis 11.2.2021, von 16:30 bis 17:30 (5x)

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

## 21AT-11F Rückbildungsgymnastik MIT oder OHNE Baby

Leitung: Ingrid Kirth (Physiotherapeutin)

Zeit: Donnerstag, 15.4.2021 bis 20.5.2021, von 16:30 bis 17:30 (5x)

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

## 21AT-12F Die Fotografin kommt ins EKiz

Familienfoto und/oder Kinderfoto. Sie bekommen: 1 Foto 30x40 cm (Farbe), 1 Foto 9x13 cm (S/W), 8 Fotos ca. 4,5 x 3,5 cm (Farbe). Bitte unbedingt anmelden wegen Terminvergabe!

Leitung: Julia Fischer [www.juuuleschnappschuss.at](http://www.juuuleschnappschuss.at)

Zeit: Freitag, 5.3.2021, von 13:30 bis 17:30

Preis: €28,00 /zzgl. €2,00 Vermittlungsgebühr

## 21AT-13F Spielgruppennachmittag mit Papa

für Kinder von 1,5 - 3 Jahren und ihrem Papa (Opa,...). An diesem Nachmittag zeigen wir unseren Papis, Opas... mal was wir in der Spielgruppe immer so machen - und schenken nebenbei den Mamis ein bisschen Zeit für sich selbst!

Zeit: Freitag, 12.3.2021, von 15:00 bis 17:00 (1x)

Preis: € 8,00 / € 7,00 für Kinderfreundemitglieder



## 21AT-14F AlleinerzieherInnen Treff - kostenlos

Ein Nachmittag für alleinerziehende Eltern mit ihren Kindern bis zum 4. Lebensjahr.

Zeit: Donnerstag, 25.3.2021, von 15:00 bis 17:00 (1x)



## 21AT-15F Ausflug zum Bauernhof Redlberger

Wir treffen uns am Erlebnisbauernhof Redlberger. Dort können die Kinder im Heu hüpfen, Tiere streicheln, am Spielplatz herumtollen und vieles mehr. Nach einer lustigen Fahrt mit dem Traktor kann sich jeder sein eigenes Steckerlbrot machen.

Leitung: Edith Schachinger

Zeit: Freitag, 28.5.2021, von 15:00 bis 18:00 (1x)

Ort: Erlebnisbauernhof Redlberger, 4840 Pilsbach, Unterpilsbach 22

Preis: € 10,00 /Person (Kinder unter 2 Jahren kostenlos)

## 21AT-16F Ausflug zum Bauernhof Redlberger

Leitung: Edith Schachinger

Zeit: Donnerstag, 10.6.2021, von 15:00 bis 17:00 (1x)

Ort: Erlebnisbauernhof Redlberger, 4840 Pilsbach, Unterpilsbach 22

Preis: €10,00,- /Person (Kinder unter 2 Jahren kostenlos)

## 21AT-17F Spielgruppen-Picknick

Zum Abschluss vor der Sommerpause machen wir eine 'Spielgruppe im Freien' am Spielplatz am Spitzberg. Alle unsere SpielgruppenteilnehmerInnen sind herzlich eingeladen mitzumachen. Nur bei Schönwetter.

Bitte Verpflegung selber mitbringen! **Nur mit Anmeldung!**

Zeit: Mittwoch, 7.7.2021, von 9:00 bis 11:00 (1x)

Preis: freiwillige Spenden

## 21AT-18F Yoga für Schwangere

Bitte bequeme Kleidung anziehen und Decke und kl. Polster mitbringen!

Leitung: Anita Mersnik (Yogalehrerin)

Zeit: Freitag, 15.1.2021 bis 12.2.2021, von 18:30 bis 19:45 (5x)

Preis: € 58,00 / € 52,00 für Kinderfreundemitglieder

## 21AT-19F Yoga für Schwangere

Bitte bequeme Kleidung anziehen und Decke und kl. Polster mitbringen!

Leitung: Anita Mersnik (Yogalehrerin)

Zeit: Freitag, 9.4.2021 bis 7.5.2021, von 18:30 bis 19:45 (5x)

Preis: € 58,00 / € 52,00 für Kinderfreundemitglieder

## 21AT-20F WS: Wenn der ganz Körper spricht - beißen, kratzen, hauen

Unter kleinen Kindern kommt es häufig zu körperlichen Attacken, wenn sie sich verbal noch nicht durchsetzen können. Als Eltern können wir mit beiden Seiten konfrontiert werden.

\*Was kann ich dazu beitragen, dass diese Phase rasch vorbei geht?

\*Wie denken andere Eltern über mein Kind und uns?

\*Warum macht mein Kind das?

\*Wie kann ich mein Kind stärken, wenn es attackiert wird?

\*Wie verhalte ich mich, wenn mich PädagogInnen od. BetreuerInnen darauf ansprechen?

\*Wie spreche ich Eltern darauf an, wenn ihr Kind meines öfter angreift?

\*Was kann ich vorbeugend in der Begleitung von Kindern beachten?

Wir werden diese Themen näher diskutieren um solche Situationen gelassener händeln zu können.

Leitung: Andrea Eder (Elternbildnerin)

Zeit: Dienstag, 12.1.2021, von 14:30 bis 17:30 (1x)

Preis: € 4,00

GUTSCHEIN

## 21AT-21F WS: Von Beginn an- alles (un)klar?

Häufige medizinische Fragestellungen im ersten Lebensjahr. Mit der neuen Lebenssituation kommt es zu vielen neuen Herausforderungen. In diesem interaktiven Vortrag wollen wir uns mit wichtigen medizinischen Fragestellungen besonders im ersten Lebensjahr beschäftigen -von Entwicklung über Ernährung, häufigen Erkrankungen. Ziel ist es von Beginn an Elternkompetenz zu stärken und auf häufige Probleme und Unklarheiten gut vorbereitet zu sein!

Leitung: Dr. Daniela Baumgartner (Ärztin für Allgemeinmedizin, Schulärztin)

Zeit: Donnerstag, 21.1.2021, von 19:00 bis 22:00 (1x)

Preis: € 4,00

GUTSCHEIN

## 21AT-22F WS: Erste Hilfe bei Notfällen mit Kindern

für interessierte Erwachsene. Bei diesem Workshop werden lebensrettende Sofortmaßnahmen bei Säuglings- und Kindernotfällen anschaulich erklärt und besprochen.

Leitung: Kathrin Lohninger (Lehrbeauftragte)

Zeit: Mittwoch, 24.2.2021, von 19:00 bis 22:00 (1x)

Preis: € 4,00

GUTSCHEIN

## 21AT-23F WS: Vom wonnigen Babyzwerg zum wütenden Schreihals

Wenn Du Dich wunderst, dass Dein Baby plötzlich beim Wickeln schreit, sich nicht mehr anziehen lassen will, beim Essen den Teller am Boden wirft, am liebsten in der Erde deiner Zimmerpflanzen wühlt und bei einem 'Nein' zu brüllen anfängt, ... und Du es nicht fassen kannst, dass bereits mit einem Jahr die Trotzphase beginnen kann, dann bist Du hier im Workshop genau richtig. Wir überlegen miteinander, wie Eltern gut auf die beginnende Selbstständigkeitsentwicklung und die damit verbundenen großen

Gefühlsausbrüche von seinem Baby und Kleinkind reagieren können. Was kann in der Erziehung besser funktionieren als 100 Male Nein sagen und schimpfen? Wie der bedürfnis- und bindungsorientierte Weg weiter geht, wenn aus dem Baby ein Kleinkind wird, erfährst Du in diesem Workshop.

Leitung: Gabi Hörandner (IBCLC Stillberaterin, DKKS)

Zeit: Donnerstag, 18.3.2021, von 19:00 bis 22:00 (1x)

Preis: € 4,00



GUTSCHEIN

### **21AT-24F WS: Mobbing unter Kindern - erkennen, vorbeugen, unterbinden**

Für uns Eltern ist es eine beunruhigende Vorstellung, dass unser Kind ausgegrenzt, ausgelacht, oder geschlagen wird. Schnell spricht man hier von Mobbingopfer. Ebenso kann es passieren, dass es selbst aktiv beteiligt ist, andere zu hänseln. Ein fast alltägliches Thema in Schulen. Wir Eltern können eine Menge dazu beitragen, wie unser Kind in solch einer Situation richtig reagiert und wieder herauskommt, oder im Idealfall gar nicht erst involviert wird. Wie wir optimal früh genug aufklären, erkennen und im Falle unterstützen oder unterbinden, erfahren wir in diesem Seminar. Ein wichtiger Fakt ist hier das Stärken eines sozial gesunden Selbstbewusstseins unserer Kinder.

Leitung: Andrea Eder (Elternbildnerin)

Zeit: Mittwoch, 14.4.2021, von 18:30 bis 21:30 (1x)

Preis: € 4,00



GUTSCHEIN

### **21AT-25F Eltern Aktiv Seminar: Happy wife - happy life!**

Geht es der Mutter gut, geht es der ganzen Familie gut! 1. Abend: Eigene Bedürfnisse zu verleugnen kann auf Dauer unzufrieden, nörglerisch und verdrossen machen! Wie ich gesunden Egoismus entwickeln kann, ohne dabei die Familie zu vernachlässigen! Was brauche ich als Mutter/ Vater, um neben meiner Rolle als Elternteil auch authentisch Frau/ Mann bleiben zu können! 2. Abend: Kommunikation und Partnerschaft: welche Missverständnisse durch unklare Kommunikation entstehen können und wie wir sie vermeiden! Wichtigkeit gegenseitiger Wertschätzung im Alltag erkennen und mit welchen Methoden ich sie üben kann! 3. Abend: welche Ressourcen ich als Mutter/Vater aktivieren kann, damit meine/ unsere eigenen Bedürfnisse nicht allzu kurz kommen: Eltern sein und Liebespaar bleiben! Den Zauber von damals aufleben lassen und frischen Wind in die Beziehung bringen! Doping für die Ehe/ Partnerschaft/ Beziehung!!!! Ein Seminar, an dem sowohl Männer, als auch Frauen teilnehmen können.

Leitung: Brigitte Einicher (Elternbildnerin, Kindergartenpädagogin)

Zeit: Dienstag, 2.2., 9.2. und bis 2.3.2021, von 19:00 bis 22:20 (3x)

Preis: € 10,90



GUTSCHEIN

# Herbstprogramm

## Spielgruppenübersicht Herbst 2021

Da wir die Spielgruppen/ Loslassgruppen nach dem Bedarf der Eltern ausrichten, erscheint diese Übersicht erst Mitte Juni 2021. Sie können diese im Eltern Kind Zentrum anfordern oder auf der Homepage downloaden.

Wir bieten im Herbst 2021 auch wieder Spielgruppen für verschiedene Altersgruppen an.

z.B: 8 -12 Monate, 12 – 18 Monate, 1,5 -2,5 Jahren und Loslassgruppen ab 2 Jahren  
Fragen Sie nach- wir finden sicher die richtige Spielgruppe für Sie und Ihr Kind.

### 21AT-26H Rückbildungsgymnastik MIT oder OHNE Baby

Mit der Rückbildungsgymnastik wird der Körper dabei unterstützt zur Normalität zurück zu kehren. Übungen für den Beckenboden, den Bauch und die Rückenmuskulatur werden in diesem Kurs gezeigt. Rückbildungsgymnastik kann das weibliche Wohlbefinden auch Jahre nach der Geburt merklich verbessern und ist ab etwa 6 Wochen nach der Geburt empfehlenswert.

Leitung: Ingrid Kirth (Physiotherapeutin)

Zeit: Donnerstag, 7.10.2021 bis 4.11.2021, von 16:30 bis 17:30 (5x)

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

### 21AT-27H Ausflug zum Bauernhof Redlberger

Wir treffen uns am Erlebnisbauernhof Redlberger. Dort können die Kinder im Heu hüpfen, Tiere streicheln, am Spielplatz herumtollen, und vieles mehr. Nach einer lustigen Fahrt mit dem Traktor kann sich jeder sein eigenes Steckerlbrot machen.

Leitung: Edith Schachinger

Zeit: Freitag, 24.9.2021, von 15:00 bis 18:00

Preis: € 10,00 /Person (Kinder unter 2 Jahren kostenlos)

### 21AT-28H Die Fotografin kommt ins EKiz

Familienfoto und/oder Kinderfoto. Sie bekommen 1 Foto 20 x 30 cm (Farbe), 1 Foto 15 x 20 cm (Farbe) und 10 weihnachtliche Grußkarten mit Kuvert. Bitte unbedingt Anmelden wegen Terminvergabe!

Leitung: Julia Fischer [www.juuuleschnappschuss.at](http://www.juuuleschnappschuss.at)

Zeit: Freitag, 15.10.2021, von 13:30 bis 17:30

Preis: €28,00 (zzgl. €2,00 Vermittlungsgebühr)

### 21AT-29H Nadja Leeb - Die Gipserei kommt ins EKiz

Nadja formt an diesem Nachmittag Hand- und Fußabdrücke von Euren Kindern und/oder Euch ab, und verarbeitet sie dann zu einzigartigen Bildern. Ebenso hat sie allerlei Material für Fingerabdruckschmuck im Gepäck. So steht zum Beispiel auch einem einzigartigen und außergewöhnlichen Schlüsselanhänger (als Geschenk) nichts mehr im Wege. Bitte nur mit Anmeldung zwecks Terminvergabe. ([www.diegipserei.at](http://www.diegipserei.at))

Zeit: Freitag, 5.11.2021, von 14:00 bis 17:00 (1x)

Preis: je nach Aufwand

## 21AT-31H Yoga für Schwangere

Bitte bequeme Kleidung anziehen und Decke und kl. Polster mitbringen!

Leitung: Anita Mersnik (Yogalehrerin)

Zeit: Freitag, 24.9.2021 bis 22.10.2021, von 18:30 bis 19:45 (5x)

Preis: € 58,00 / € 52,00 für Kinderfreundemitglieder

## 21AT-32H WS: Erste Hilfe bei Notfällen mit Kindern

für interessierte Erwachsene. Bei diesem Workshop werden lebensrettende Sofortmaßnahmen bei Säuglings- und Kindernotfällen anschaulich erklärt und besprochen.

Leitung: Kathrin Lohninger (Lehrbeauftragte)

Zeit: Montag, 27.9.2021, von 19:00 bis 22:00 (1x)

Preis: € 4,00

**GUTSCHEIN**

## 21AT-33H WS: Geschwister - immer miteinander, manchmal gegeneinander

Freunde kann man sich aussuchen, Geschwister nicht! Mit Geschwistern muss man leben, ob man will oder nicht. 1.Aband: Hintergründe für Geschwisterrivalitäten analysieren, Vorbeugende Maßnahmen, Lösungsansätze, Gerechtigkeit- aber keine Gleichmacherei. Wie Eltern aus der Schiedsrichterrolle kommen. 2. Abend: Bedeutung der Geschwisterreihe (Erstgeborene, ....)  
Rollenzuordnung innerhalb der Geschwister, Opferlamm / Sündenbock, Streitatmosphäre entschärfen.

Leitung: Brigitte Einicher (Elternbildnerin, Kindergartenpädagogin)

Zeit: Dienstag, 5.10. und 12.10.2021, von 19:00 bis 22:00 (2x)

Preis: € 8,00

**GUTSCHEIN**

## 21AT-34H WS: Wut, Trotz und Aggressionen

Aggression und Wut sind ein natürlicher und wichtiger Bestandteil unserer Gefühle. Unsere Kinder müssen in den ersten Jahren erst lernen, diese starke Emotion zu lenken und mit Frust umzugehen. Wie wir ihnen dabei helfen können, mit ihrer Wut zurechtzukommen, um sie angemessen zu steuern und wie wir dabei gelassener bleiben, wollen wir an diesem Abend, anhand vieler Methoden, näher betrachten.

Leitung: Andrea Eder (Elternbildnerin)

Zeit: Dienstag, 9.11.2021, von 14:30 bis 17:30 (1x)

Preis: € 4,00

**GUTSCHEIN**