

# ELTERN KIND ZENTRUM TIMELKAM



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

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

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

## 21TI- 0 Kindergeburtstag im Eltern Kind Zentrum

Wohnung zu klein? Kein Problem, dann feiere bei uns.  
Zeit: Termine nach Vereinbarung  
Preis: € 25,00

## 21TI- 1 Offene Babygruppe/Stillgruppe

Treffpunkt für Mütter von kleinen und größeren Babys zum Austausch über alle Fragen zur Ernährung (Stillen/Flaschennahrung/Beikost) und dem Leben mit den Kleinen (Schlafen, Koliken, Unruhe, Entwicklung,...). Auch Schwangere sind herzlich willkommen, es ist die praxisbezogenste Vorbereitung auf das Stillen und die erste Zeit mit dem Baby. Freut euch auf fundierte Informationen zu eurer Bestärkung, den Erfahrungsaustausch, Hilfe bei Problemen und das Kontakte knüpfen zu anderen Müttern.

**Anmeldung erforderlich.** Keine Sommerpause!

Leitung: Susanne Grabner, (IBCLC Stillberaterin, DKKS), Christine Pötzlsberger (Stillber.)  
Zeit: jeden 1. und 3. Dienstag im Monat ab 19.1.2021 von 9:30 bis 11:00  
Preis: € 8,00 (pro Einzeltermine)

GUTSCHEIN

## 21TI- 2 Offener Treff / Eltern - Kind Cafe - kostenlos

Eine gemütliche, kinderfreundliche Umgebung ladet ein zum Plaudern und Spielen.

**Anmeldung erforderlich!**

Leitung: Natascha Illig  
Zeit: Dienstag, 12.1.2021 bis 21.12.2021, von 15:00 bis 17:00

### 217I- 3 Langzeit – Stillgruppe

für mobile Babys und ältere Stillkinder.

Länger zu stillen ist keine schlechte Angewohnheit, sondern gut für die Gesundheit von Mutter und Kind. Es gibt dem Kleinkind Trost in einer manchmal sehr verwirrenden Welt und fördert seine Selbstständigkeit. Leider wird es in der Gesellschaft häufig nicht akzeptiert und ist von vielen Vorurteilen geprägt. Die Gruppe bietet Austausch, Begleitung und Unterstützung durch eine längere Stillzeit und langsame Abstillphase, macht Mut und gibt Unterstützung für den eigenen, persönlichen Weg mit seinem gestillten Kind. **Anmeldung erforderlich!**

Leitung: Susanne Grabner, (IBCLC Stillberaterin, DKKS)

Zeit: Montag, 18.1., 15.2., 22.3., 19.4., 17.5., 21.6., 19.7., 20.9., 18.10., 22.11.2021  
von 15:00 bis 17:00

Preis: € 10,00 (pro Einzeltermine)



### 217I- 4 Erziehungstreff mit Gabi Hörandner

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

Leitung: Gabi Hörandner ( Krisenbegl. für Baby, Kleinkind und Familie)

Zeit: Freitag, 22.1., 19.2., 19.3., 7.5., 9.7., 10.9. und 19.11.2021, von 15:00 bis 17:00

Preis: € 10,00 (pro Einzeltermine)



### 217I- 5 Tragekurs für Tragetuch und verschiedene Tragehilfen

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

Leitung: Claudia Ziegl (DKKS, Trageberaterin)

Zeit: Samstag, 16.1., 20.3., 22.5., 24.7., 18.9. und 20.11.2021, von 9:00 bis 11:00

Preis: € 25,00 (pro Einzeltermin)

### 217I- 6 WS: Stoffwindel und Windelfrei

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

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

Zeit: Freitag, 12.2., 25.6. und 22.10.2021, von 15:00 bis 17:30

Preis: € 30,00 (pro Einzeltermine)

### **21TI-01F Spielgruppe BLAU**

für Kinder von ca. 8 - 12 Monaten mit Begleitung

Zeit: Montag, 11.1.2021 bis 5.7.2021, von 8:30 bis 09:45

Preis: € 30,00 / € 27,00 für Kinderfreundemitglieder (pro 6er Block)

**GUTSCHEIN**

### **21TI-02F Spielgruppe TÜRKIS**

für Kinder zw. 1,5 und 2 Jahren mit Begleitung

Zeit: Montag, 11.1.2021 bis 5.7.2021, von 10:00 bis 11:30

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

**GUTSCHEIN**

### **21TI-03F Spielgruppe ROT**

für Kinder von ca. 2 Jahren mit Begleitung

Zeit: Mittwoch, 13.1.2021 bis 7.7.2021, von 8:30 bis 10:00

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

**GUTSCHEIN**

### **21TI-04F Spielgruppe ORANGE**

für Kinder zw. 1,5 und 2 Jahren mit Begleitung

Zeit: Mittwoch, 13.1.2021 bis 7.7.2021, von 10:00 bis 11:30

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

**GUTSCHEIN**

### **21TI-05F Spielgruppe GRÜN**

für Kinder von ab 2 Jahren mit Begleitung

Zeit: Donnerstag, 7.1.2021 bis 8.7.2021, von 8:30 bis 10:00

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

**GUTSCHEIN**

### **21TI-06F Spielgruppe ROSA**

für Kinder von ca. 12 bis 18 Monaten mit Begleitung

Zeit: Donnerstag, 7.1.2021 bis 8.7.2021, von 10:00 bis 11:30

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

**GUTSCHEIN**

### **21TI-07F Spielgruppe GELB**

für Kinder von ca. 2 Jahren mit Begleitung

Zeit: Freitag, 8.1.2021 bis 2.7.2021, von 8:30 bis 10:00

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

**GUTSCHEIN**

### **21TI-08F Spielgruppe VIOLETT**

für Kinder von ca. 12 bis 18 Monaten mit Begleitung

Zeit: Freitag, 8.1.2021 bis 2.7.2021, von 10:00 bis 11:30

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

**GUTSCHEIN**

## 21TI-09F Mama - Baby – Wohlfühlgruppe

massieren - singen - austauschen.

In netter, gemütlicher Atmosphäre genießen die Kleinen ihre Babymassage, wodurch die Mutter-Kindbindung gestärkt und viele wertvolle Körpererfahrungen gemacht werden. Mama und Baby lernen erste Sing- und Kitzelspiele kennen und genießen das Beisammensein mit Gleichaltrigen Kindern.

Mitzubringen: Handtuch, Decke oder Babyfell.

Leitung: Claudia Ziegl (Kindergartenpäd. DKKS, Babymassage Kursleiterin)

Zeit: Dienstag, 12.1., 26.1., 9.2., 23.2. und 9.3.2021, von 8:45 bis 10:00

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

GUTSCHEIN

## 21TI-10F Mama - Baby – Wohlfühlgruppe

Leitung: Claudia Ziegl (Kindergartenpäd. DKKS, Babymassage Kursleiterin)

Zeit: Dienstag, 13.4., 27.4., 11.5., 22.5. und 8.6.2021, von 8:45 bis 10:00

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

GUTSCHEIN

## 21TI-11F FuN - ein kostenloses Familienprogramm

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

Leitung: Natascha Illig, Monika Schwarz (FuN Teamerinnen)

Zeit: Mittwoch, 5.5.2021 bis 23.6.2021, von 15:00 bis 18:00 (8x)



## 21TI-12F Die Fotografin kommt ins EKiZ

Familienfoto und/oder Kinderfoto.

Sie bekommen 1 Foto 20x30cm, 1x 13x18cm, 1x 9x13cm, 4 Fotos ca. 4x6 cm. Die Bilder können Sie wahlweise alle in Farbe oder Schwarz/Weiss haben.

Bitte unbedingt anmelden wegen Terminvergabe!

Leitung: Patricia Distler-Kriechbaum (Fotografin)

Zeit: Freitag, 12.3.2021, von 13:00 bis 18:00 (1x)

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

## 21TI-13F Geburtsvorbereitungskurs Jänner

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

Leitung: Claudia Seyfert (Hebamme)

Zeit: 7.1., 11.1., 15.1., 21.1. und 22.1.2021, von 18:30 bis 20:30

Preis: € 55,00

## 21TI-14F Pre Kanga - moderne Schwangerschaftsgymnastik

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

Leitung: Claudia Ziegl (Trageberaterin, PreKanga Trainerin)

Zeit: Montag, 1.2.2021 bis 1.3.2021, von 18:30 bis 19:30 (5x)

Preis: € 60,00

## 21TI-15F Geburtsvorbereitungskurs März

Leitung: Claudia Seyfert (Hebamme)

Zeit: 1.3., 8.3., 12.3. 17.3. und 19.3.2021, von 18:30 bis 20:30

Preis: € 55,00

## 21TI-16F Tragekurs für Väter - wertvolles Bindungselement für den Vater

Der Vater erlebt sich beim Tragen als wichtige Person im Leben des Babys, an seine Brust gekuschelt lässt es sich gut beruhigen. Er kann es ab der Geburt nah am Herzen tragen und ihm ebenso körperliche Nähe zukommen lassen wie die Mutter an ihrer Brust. Dadurch gewinnt er Sicherheit im Umgang mit dem Baby, er fühlt sich kompetent, weil er die Bedürfnisse des Babys rascher erkennen und interpretieren lernt. Die Mutter fühlt sich dadurch unterstützt und entlastet und kann für ihre Aufgaben auftanken.

Leitung: Claudia Ziegl (Trageberaterin)

Zeit: Samstag, 20.3.2021, von 9:00 bis 11:00

Preis: € 25,00 / € 22,50 für Kinderfreundemitglieder



## 21TI-17F Pre Kanga - moderne Schwangerschaftsgymnastik

Von Anfang bis zum Ende der Schwangerschaft möglich.

Leitung: Claudia Ziegl (Trageberaterin, PreKanga Trainerin)

Zeit: Montag, 12.4.2021 bis 10.5.2021, von 18:30 bis 19:30 (5x)

Preis: € 60,00

## 21TI-18F Rückbildungsgymnastik

Der Körper hat in den vergangenen Monaten eine gewaltige Leistung vollbracht. Nun kehrt wieder Normalität ein. Mit Rückbildungsgymnastik wird der Körper bei dieser Arbeit unterstützt. Eine Fülle von Übungen für den Beckenboden, den Bauch und die Rückenmuskulatur wird einem in diesem Kurs geboten.

Leitung: Manuela Strobl (Hebamme)

Zeit: Montag, 12.4.2021 bis 17.5.2021, von 19:30 bis 20:45 (6x)

Preis: € 50,00 / € 45,00 für Kinderfreundemitglieder

## 21TI-19F Geburtsvorbereitungskurs Mai

Leitung: Claudia Seyfert (Hebamme)

Zeit: 6.5., 7.5., 11.5., 17.5. und 20.5.2021, von 18:30 bis 20:30

Preis: € 55,00

## 21TI-20F Geburtsvorbereitungskurs Juli

Leitung: Claudia Seyfert (Hebamme)

Zeit: 1.7.2021 bis 20.7.2021, von 18:30 bis 20:30 (5x)

Preis: € 55,00

## 21TI-21F 'Auf die Plätze fertig.....Baby!'

Für einen guten Start ins Abenteuer Familie. Nach der Geburt startet ein neuer Lebensabschnitt, eine Vorbereitung auf die erste Zeit mit dem Baby ist dabei hilfreich und unterstützend. Erfahren Sie in diesem Seminar vieles über das Leben mit einem Neugeborenen, z.B. die Bedürfnisse des Säuglings erkennen und verstehen um angemessen und feinfühlig darauf reagieren zu können. Außerdem aktuelle Tipps zur Babypflege, sicheres Schlafen, Halten und Tragen, zum Beruhigen von einem schreienden Baby, zur Linderung von Beschwerden wie Wundsein, Zahnen und zum Verwöhnen. Der Kurs bietet Eltern Orientierung, Sicherheit und Gelassenheit für ihre neuen Aufgaben, die eigene Intuition für sein Baby beginnt sich zu entwickeln.

Leitung: Gabi Hörändner (IBCLC Stillberaterin, DKKS)

Zeit: Dienstag, 12.1., 19.1. und 26.1.2021, von 19:00 bis 22:20

Preis: € 10,90

GUTSCHEIN

## 21TI-22F Tagsüber Zirkus - abends Theater

Ein Familienalltag macht keine Pause. Er macht auch nicht Urlaub. Da können schon einmal die Nerven blank liegen und im Trubel der Herausforderungen, die eigenen Batterien leer sein. Genau der richtige Zeitpunkt um einen Gang zurück zu schalten! Dieses Seminar liefert Tipps und Anregungen zum Entschleunigen und Kraft tanken. Für einen entstresssten Familienalltag. Mit mehr Harmonie, mehr Zufriedenheit und mehr Gelassenheit.

Leitung: Leslie Jäger BA MA (Pädagogin, Elternbildnerin, Mutter)

Zeit: Montag, 25.1., 1.2. und 8.2.2021, von 19:00 bis 22:20

Preis: € 10,90

GUTSCHEIN

## 21TI-23F Erste Hilfe bei Notfällen mit Kindern

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

Leitung: Kathrin Lohninger (Lehrbeauftragte)

Zeit: Donnerstag, 25.2.2021, von 19:00 bis 22:00

Preis: € 4,00

GUTSCHEIN

## 21TI-24F WS REIHE: Elternfrust statt Kinderglück

Neben den Herausforderungen des Eltern-Daseins bleiben die Bedürfnisse der Partnerschaft schon einmal auf der Strecke. Wie lässt sich dieser Balanceakt zwischen Eltern-sein und Paar-sein meistern? 1. Workshop-Termin: Die größten Herausforderungen für Paare im Familienalltag. Alltagstipps und Tricks um diese erfolgreich zu meistern. 2. Workshop-Termin: Liebevolle Kommunikation ist ein Schlüssel für glückliche Beziehungen. Im Stress des Familienalltags leidet nicht selten die Liebessprache eines Paares. Wie es gelingen kann, die Liebessprache auch in herausfordernden Zeiten zu pflegen und sich gegenseitig zu stärken. 3. Workshop-Termin: Ich-Du-Wir. Wo viele Bedürfnisse und Meinungen aufeinander treffen, sind Konflikte vorprogrammiert.

Leitung: Leslie Jäger BA MA (Pädagogin, Elternbildnerin, Mutter)

Zeit: Montag, 8.3., 15.3. und 22.3.2021, von 19:00 bis 22:00

Preis: € 12,00

GUTSCHEIN

## 21TI-25F WS: Alle Babys machen Yoga

Über die Vorteile, wenn wir dem Kind Zeit und Raum für seine natürliche Entwicklung lassen. Jedes gesunde Kind lernt ohne Hilfe sich gehend fortzubewegen. Das Streben in die Aufrechte ist im Menschen von Geburt an angelegt. Dennoch ist ein Kind mit seinen momentanen Bewegungsmöglichkeiten völlig im Reinen und nutzt diese optimal für seine motorische und kognitive Entwicklung. Der Erwachsene hingegen blickt gerne in die Zukunft und legt sein Augenmerk oft auf die Eckpfeiler Sitzen -Stehen -Gehen. Dabei können wir übersehen, welch großartiger Bewegungsspielraum dazwischen liegt. Was braucht ein Kind, um seine Bewegungsentwicklungsfrei und autonom zu vollziehen? Stationen auf dem natürlichen Weg in die Aufrechte. Empathische Begleitung des Kindes. Für werdende Eltern sowie Eltern mit Baby bis zu einem Jahr.

Leitung: Heide Maria Rossak (Pädagogin, Fortbildungen im Emmi Pikler Institut Budapest und bei Christine Rainer, Bloggerin, Autorin von „Sinnvolles Spielzeug“)

Zeit: Samstag, 13.3.2021, von 9:00 bis 12:00

Preis: € 4,00

GUTSCHEIN

## 21TI-26F 'Auf die Plätze fertig.....Baby!'

Für einen guten Start ins Abenteuer Familie

Leitung: Gabi Hörandner (IBCLC Stillberaterin, DKKS)

Zeit: Dienstag, 13.4., 20.4. und 27.4.2021, von 19:00 bis 22:20

Preis: € 10,90

GUTSCHEIN

## 21TI-27F WS: Patchworkfamilie - wenn zwei Systeme miteinander leben

Wenn eine neue Liebe entsteht, ist das etwas sehr Schönes. Sind ein oder beide Partner bereits Eltern, stellt dies alle Beteiligten vor eine Aufgabe die Achtsamkeit und Geduld fordert. Damit sich die Kinder in dieser neuen Situation zurechtfinden und geborgen fühlen, bedarf es eine gute Organisation und viele Gespräche durch die Erwachsenen. Was brauchen wir und die Kinder, damit jeder seinen Platz findet? Welche Rolle sollte ein neuer Partner im Leben der Kinder spielen? Wo liegen Konfliktpunkte? Wie finden wir genug Zeit als Liebespaar? Auf diese und weitere Fragen aus dem Alltag einer Patchworkfamilie werden wir einen realistischen Blick werfen, damit ein gutes 'Meine, deine, unsere Familie' wachsen kann.

Leitung: Andrea Eder (Elternbildnerin)

Zeit: Donnerstag, 29.4.2021, von 19:00 bis 22:00

Preis: € 4,00



GUTSCHEIN

## 21TI-28F WS: Werde die Mutter/der Vater, die/der du immer sein wolltest

Achtsam und gelassen zu erziehen - wer nimmt sich das nicht jeden Tag auf's Neue wieder vor. Doch schon nach wenigen Stress-Situationen im Alltag greifen wir wieder zu den gleichen Strategien, die uns eigentlich selber nerven: wir sind gereizt, schimpfen, nörgeln, schreien,.... und sind am Ende des Tages oft frustriert, erschöpft und unzufrieden. Wie wir es schaffen, aus dieser 'Täglich grüßt das Murmeltier'-Spirale rauszukommen und unseren Alltag wirklich gelassener meistern können, möchten wir an diesen Abenden gemeinsam üben! 1. Abend: Wie ich als Mutter/ Vater sein möchte Eigene Kindheit reflektieren Ursachen und Wirkung von schimpfen. Warum tut schimpfen weh: Ursachen in Körper, Geist und Seele auf die Spur gehen und beheben 2. Abend: Steh zu deinen eigenen Gefühlen. Was wirkt besser als schimpfen. Wie ich die Qualität unserer Paarbeziehung optimieren kann. Setze deine Erkenntnisse im Alltag um.

Leitung: Brigitte Einicher (Elternbildnerin, Kiga Pädagogin)

Zeit: Dienstag, 18.5.2021 bis 25.5.2021, von 19:00 bis 22:00 (2x)

Preis: € 8,00

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.

## 21TI-29H Mama - Baby – Wohlfühlgruppe

massieren - singen - austauschen.

In netter, gemütlicher Atmosphäre genießen die Kleinen ihre Babymassage, wodurch die Mutter-Kindbindung gestärkt und viele wertvolle Körpererfahrungen gemacht werden. Mama und Baby lernen erste Sing- und Kitzelspiele kennen und genießen das Beisammensein mit gleichaltrigen Kindern.

Mitzubringen: Handtuch, Decke oder Babyfell.

Leitung: Claudia Ziegl (Kindergartenpäd. DKKS, Babymassage Kursleiterin)

Zeit: Dienstag, 14.9., 28.9., 12.10., 19.10. und 9.11.2021, von 8:45 bis 10:00

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



## 21TI-30H FuN - ein kostenloses Familienprogramm

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

Leitung: Natascha Illig, Monika Schwarz (FuN Teamerinnen)

Zeit: Mittwoch, 13.10.2021 bis 1.12.2021, von 15:00 bis 18:00 (8x)



## 21TI-31H Die Fotografin kommt ins EKiz

Familienfoto und/oder Kinderfoto. Sie bekommen 1 Foto 20x30cm (Farbe), 1x 13x18cm (Farbe) und 10 weihnachtliche Grußkarten mit Kuvert. Bitte unbedingt anmelden wegen Terminvergabe!

Leitung: Patricia Distler-Kriechbaum (Fotografin)

Zeit: Freitag, 5.11.2021, von 13:00 bis 18:00

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

## 21TI-33H Geburtsvorbereitungskurs September

Leitung: Claudia Seyfert (Hebamme)

Zeit: 10.9., 13.9., 17.9., 23.9. und 28.9.2021, von 18:30 bis 20:30

Preis: € 55,00

## 21TI-34H Pre Kanga - moderne Schwangerschaftsgymnastik

Von Anfang bis zum Ende der Schwangerschaft möglich.

Mitbringen: Sportkleidung und Trinkflasche.

Leitung: Claudia Ziegl (Trageberaterin, PreKanga Trainerin)

Zeit: Montag, 20.9.2021 bis 18.10.2021, von 18:30 bis 19:30 (5x)

Preis: € 60,00

## 21TI-35H Rückbildungsgymnastik

Der Körper hat in den vergangenen Monaten eine gewaltige Leistung vollbracht. Nun kehrt wieder Normalität ein. Mit Rückbildungsgymnastik wird der Körper bei dieser Arbeit unterstützt. Eine Fülle von Übungen für den Beckenboden, den Bauch und die Rückenmuskulatur werden in diesem Kurs geboten.

Leitung: Manuela Strobl (Hebamme)

Zeit: Montag, 4.10.2021 bis 15.11.2021, von 19:00 bis 20:45 (6x)

Preis: € 50,00 / € 45,00 für Kinderfreundemitglieder

## 21TI-36H Geburtsvorbereitungskurs November

Leitung: Claudia Seyfert (Hebamme)

Zeit: 2.11., 8.11., 12.11., 17.11. und 19.11.2021, von 18:30 bis 20:30

Preis: € 55,00

### 21TI-37H WS REIHE: Liebe - Grenzen - Konsequenzen

Regeln und Grenzen sind für das Heranwachsen von Kindern wichtig und notwendig, denn sie helfen bei der Orientierung im Alltag. Wann sind Eltern gefordert, liebevoll, aber bestimmt Grenzen zu setzen und wo brauchen Kinder Freiräume, um sich gut entwickeln zu können? 'Nein!' aus Liebe - aber wie setzt man das konsequent im Alltag um? Kennenlernen neuer Möglichkeiten, um Konflikte zu lösen!

Leitung: Leslie Jäger BA MA (Pädagogin, Elternbildnerin, Mutter)

Zeit: Dienstag, 5.10., 12.10. und 19.10.2021, von 19:00 bis 22:00

Preis: € 12,00

GUTSCHEIN

### 21TI-38H WS: Spielend die Welt entdecken

Warum Spielen klug und glücklich macht. An diesem Abend setzen wir uns mit den Rahmenbedingungen und den Qualitäten des freien, spontanen Spiels als eines der kraftvollsten Instrumente für eine optimale Entwicklung von Kindern auseinander. Spielen bringt den heranwachsenden Menschen immer wieder mit sich selbst und seinen persönlichen, individuellen Ressourcen in Berührung und bedeutet im Prinzip ständiges Lernen, was von der Hirnforschung eindeutig belegt ist. Die Erhaltung der Spielfähigkeit gehört zu den wichtigsten Aufgaben unserer Gesellschaft.

Leitung: Heide Maria Rossak (Pädagogin, Fortbildungen im Emmi Pikler Institut Budapest und bei Christine Rainer, Bloggerin, Autorin von „Sinnvolles Spielzeug“)

Zeit: Montag, 18.10.2021, von 19:00 bis 22:00

Preis: € 4,00

GUTSCHEIN

### 21TI-39H Erste Hilfe bei Notfällen mit Kindern

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

Leitung: Kathrin Lohninger (Lehrbeauftragte)

Zeit: Donnerstag, 21.10.2021, von 19:00 bis 22:00

Preis: € 4,00

GUTSCHEIN

### 21TI-40H 'Auf die Plätze fertig.....Baby!'

Für einen guten Start ins Abenteuer Familie. Nach der Geburt startet ein neuer Lebensabschnitt, eine Vorbereitung auf die erste Zeit mit dem Baby ist dabei hilfreich und unterstützend. Erfahren Sie in diesem Seminar vieles über das Leben mit einem Neugeborenen, z.B. die Bedürfnisse des Säuglings erkennen und verstehen um angemessen und feinfühlig darauf reagieren zu können. Außerdem aktuelle Tipps zur Babypflege, sicheres Schlafen, Halten und Tragen, zum Beruhigen von einem schreienden Baby, zur Linderung von Beschwerden wie Wundsein, Zahnen und zum Verwöhnen. Der Kurs bietet Eltern Orientierung, Sicherheit und Gelassenheit für ihre neuen Aufgaben, die eigene Intuition für sein Baby beginnt sich zu entwickeln.

Leitung: Gabi Hörandner (IBCLC Stillberaterin, DKKS)

Zeit: Dienstag, 9.11., 16.11. und 23.11.2021, von 19:00 bis 22:00

Preis: € 12,00

GUTSCHEIN

## 217I-41H WS: Eltern sind KEINE Erziehungsroboter!

Eltern fragen sich oft, wie eine entwicklungsfördernde 'gute' Erziehung gelingen kann. Durch zu viele Ratgeber und Fachbücher verunsichert, verkümmert oft das natürliche intuitive 'Bauchgefühl' für eine authentische und natürliche Erziehungshaltung. Kinder brauchen keine perfekten Eltern, sondern herzenswarmer und charakterstarke Persönlichkeiten, mit all ihren Stärken und Schwächen, die ihnen Halt, Orientierung und auch Grenzen geben!

Leitung: Brigitte Einicher (Elternbildnerin, Kiga Pädagogin)

Zeit: Mittwoch, 24.11.2021, von 19:00 bis 22:00

Preis: € 4,00

