Die Kinderfreunde
Innviertel

# PROGRAMM 2022/2023

# ELTERN-KIND-ZENTREN

## Altheim ♥ Braunau ♥ Mattighofen
## Mettmach ♥ Riedersbach

# FAMILIENAKADEMIE DER KINDERFREUNDE

Die Familienakademie der OÖ Kinderfreunde schafft Orte für Familien, um miteinander Zeit zu verbringen oder sich mit anderen Eltern zu vernetzen. Besondere Bildungsangebote ermöglichen es den Eltern, sich mit Erziehungsfragen und pädagogischen Themen auseinanderzusetzen und Erfahrungen mit fachkundigen Referent*innen und anderen Müttern und Vätern auszutauschen. Dabei verbringen Familien gemeinsam Zeit mit ihren Kindern und anderen Eltern und stärken ihre Kompetenzen im Erziehungsalltag.

# LIEBE ELTERN
# LIEBE FREUNDINNEN UND FREUNDE
# DER ELTERN-KIND-ZENTREN

*Liebe Eltern, liebe Kinder!*

*Als Vorsitzender der Kinderfreunde Innviertel möchte ich mich bei euch kurz vorstellen. Ich bin 41 Jahre alt, lebe in der Gemeinde Schalchen, wo ich auch das Amt des Bürgermeisters ausübe. Gemeinsam mit den Mitgliedern des Kinderfreundevorstandes der Region Innviertel haben wir uns das Ziel gesetzt, die Eltern Kind Zentren für die Zukunft fit zu machen und für alle, die Bedarf haben, unsere Räume zu öffnen und das bestmögliche Angebot für Kinder und Eltern anzubieten. Die Anforderungen für unsere Einrichtungen und für die Eltern ändern sich immer wieder.*

*In einer Gesellschaft wo fast nur noch ausschließlich Leistung zählt, kommt oft die Familie zu kurz. Wir wollen der Partner sein, der unsere Familien ein Stück weit unterstützt.*
*Die Zahlen zeigen uns, dass wir auf dem richtigen Weg sind. Mit sehr vielen Besuchskontakten im Jahr zählen unsere EKIZ im Innviertel zu den wichtigsten Einrichtungen für Eltern und Kinder. Wichtig ist uns die Qualität unseres Angebots, aber natürlich kommt die Freude und der gemeinsame Spaß für die Kinder nicht zu kurz. Eltern können das Angebot ganz wesentlich mitgestalten, das ist auch das Erfolgskonzept und eine wichtige Voraussetzung bei der Gestaltung des Programmes. Ich lade alle Eltern ein sich mit Ideen einzubringen und bei der Umsetzung mitzuarbeiten.*

*Es ist mir auch wichtig Danke zu sagen. Danke an alle die sich gemeinsam, zum Wohle der Kinder und Eltern, eingesetzt haben. Ein herzliches Dankeschön an den Sozialhilfeverband, die Gemeinden und alle öffentlichen Geldgeber für Ihre Unterstützung. Ein besonderer Dank gilt den Bürgermeistern/innen, die immer ein offenes Ohr für unsere Anliegen haben. Danke an alle Betriebe, Sponsoren, Unterstützer und Gönner, die unsere Arbeit für die Kinder und Familien ermöglichen. Ein besonderer Dank gilt auch allen ehrenamtlichen Ortsgruppen in der Region. Sie machen das Leben in den Orten bunter und lebenswerter.*
*Ein besonderer Dank gilt allen Mitarbeiter/innen in unseren Einrichtungen. Ihr bringt gemeinsam mit den Familien Leben in unsere Eltern Kind Zentren.*

*Viel Spaß bei der Teilnahme wünscht Euch*

*Andreas Stuhlberger*
*Vorsitzender der Kinderfreunde Region Innviertel*

# Im Eltern-Kind-Zentrum gibt es folgende Angebote:

### Rund um Schwangerschaft und Geburt

*Die Geburt eines Kindes stellt einen neuen Lebensabschnitt dar. Die Zeit vor und nach der Geburt ist geprägt von Umstellung, Vorfreude und Unsicherheiten. Mit verschiedenen Angeboten unterstützen die Eltern-Kind-Zentren werdende Eltern.*

### Spielgruppen

*Spielgruppen für Kinder in unterschiedlichen Altersgruppen werden von ausgebildeten Spielgruppen-Leiter*innen oder Pädagog*innen geleitet. Schwerpunkte variieren von der Wald- bis zur Musikspielgruppe. Kinder knüpfen erste soziale Kontakte und Eltern begleiten ihre Kinder in ihren Entwicklungsbedürfnissen.*

### Offener Treff

*Der offene Treff ist ein kostenloser Fixpunkt in jedem Eltern-Kind-Zentrum. Eltern lernen andere Eltern kennen und tauschen sich aus, Kinder machen erste Erfahrungen im Umgang mit Gleichaltrigen. Mitarbeiter*innen des EKIZ stehen für Fragen zur Verfügung.*

### Loslassgruppen

*Im Rahmen der Loslassgruppen verbringen Kleinkinder Zeit ohne ihre Eltern im EKIZ. Sie spielen mit Gleichaltrigen und werden von pädagogischem Fachpersonal betreut. Die Anwesenheitszeiten der Eltern werden schrittweise reduziert. Kinder gewinnen Selbstständigkeit und Selbstbewusstsein, was sie auch in der Vorbereitung auf Kinderbetreuungseinrichtungen unterstützt.*

### Elternbildung

*Ziel dieser Erwachsenenbildung ist es, die Kompetenz der Erziehung zu stärken. Bei Vorträgen, Workshops und Eltern-aktiv-Seminaren können (Bonus-)Eltern, Großeltern und Interessierte ihre Erfahrungen einbringen und Impulse für den Erziehungs- und Familienalltag mitnehmen. Angeleitet wird die Elternbildung von Expert*innen. Diese forcieren den Reflexions- und Austauschprozess und stehen mit Fachwissen zur Verfügung.*

### FuN - Familie und Nachbarschaft

*Bei FuN wird gemeinsam mit anderen Familien aus der Nachbarschaft gespielt, sich ausgetauscht und gemeinsam gegessen. An den FuN-Nachmittagen steht Lernen voneinander durch aktives Handeln im Vordergrund.*

### Papa-aktiv

*Um Väter in ihrer Aufgabe und Rolle zu unterstützen, gibt es Papa-aktiv Angebote. Hier verbringen (Groß-, Bonus- oder werdende) Väter wertvolle Zeit mit ihren Kindern, gleichzeitig lernen sie andere aktive Papas kennen. Ob beim regelmäßig stattfindenden Samstagsfrühstück, der Naturspielgruppe oder dem "Männer only" -Trageworkshop: die gemeinsam verbrachte Zeit macht Spaß und bringt neue Impulse fürs Familienleben.*

### Trennungsbegleitung / Seminar

*In der Trennungsbegleitung ist es Ziel, zu vermitteln, wie Kinder eine Trennung/Scheidung erleben, wie Kinder verstanden und gut begleitet werden können. Mögliche Herausforderungen der "Elternschaft NEU" sollen kennengelernt werden, um sie zu meistern. Mit Ideen und praxisnahen Tipps werden Familien in der Bewältigung dieser schwierigen Situation unterstützt.*

# ALLGEMEINES UND INFORMATIONEN

**Anmeldeschluss ...**

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

**Kursbeitrag ...**

*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 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.*

**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.*

**Anmieten der EKIZ Räumlichkeiten ...**

*für eigene Veranstaltungen: Infos dazu bei den EKIZ-Leitenden.*

**Kostenlose Trennungsbegleitung ...**

*ist durch die Förderung des BKFFJ möglich. 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, Sozial-Landesrätin Birgit Gerstorfer, OÖ Familienreferat, Sozialhilfeverband und Gemeinden.*

**Datenschutz**

*Detaillierte Informationen befinden sich unter ww.kinderfreunde.cc/datenschutz*

# IN DIESEM PROGRAMMHEFT FINDEN SIE DIE ANGEBOTE VON DEN ELTERN-KIND-ZENTREN:

## Altheim

**Maria Stieglbauer**

*Bahnhofstraße 11, 4950 Altheim*
*Mobil: 0699/ 16886623*
*ekiz.altheim@kinderfreunde.cc*
*www.kinderfreunde.cc/ekiz.altheim*

## Mettmach

### (Zweigstellen Aurolzmünster, Eberschwang, Gurten, Kirchheim, Lohnsburg, Schildorn)

**Maria Stieglbauer**

*Mitterdorf 14, 4931 Mettmach*
*Mobil: 0699/ 16886623*
*ekiz.mettmach@kinderfreunde.cc*
*www.kinderfreunde.cc/ekiz.mettmach*

## Braunau

### (Zweigstelle Burgkirchen)

**Nicole Voggenberger**

*Mozartstraße 37, 5280 Braunau*
*Mobil: 0699 / 16886620*
*ekiz.braunau@kinderfreunde.cc*
*www.kinderfreunde.cc/ekiz.braunau*

# IN DIESEM PROGRAMMHEFT FINDEN SIE DIE ANGEBOTE VON DEN ELTERN-KIND-ZENTREN:

## Mattighofen

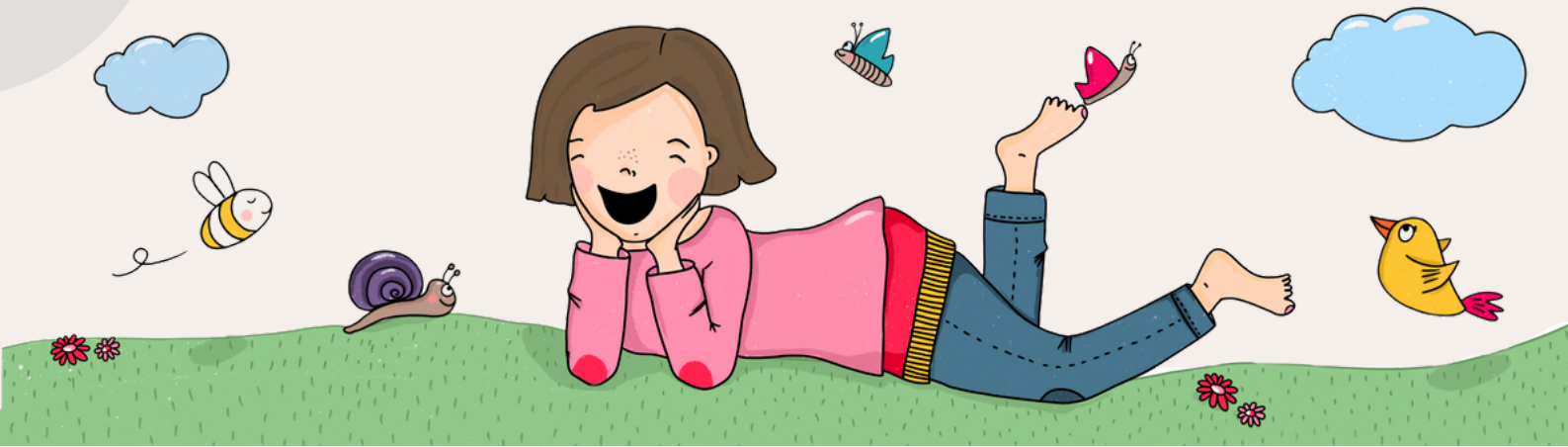
**Isabella Seiwaldstätter**

*Stadtplatz 5, 5230 Mattighofen*
*Mobil: 0699 / 16886624*
*ekiz.mattighofen@kinderfreunde.cc*
*www.kinderfreunde.cc/ekiz.mattighofen*

## Riedersbach

**Daniela Edelmann**

*Kirchengasse 4, 5120 St. Pantaleon*
*Mobil: 0699 / 16886626*
*ekiz.riedersbach@kinderfreunde.cc*
*www.kinderfreunde.cc/ekiz.riedersbach*



# PhysioGLÜCK

Krankenhaus
St. Josef Braunau

franziskanerinnen
vöcklabruck

## Interesse an einem Geburtsvorbereitungskurs?

Wir Hebammen vom Team der Geburtsbegleitung und die freiberuflichen Hebammen in Braunau organisieren nun Kurse auf unterschiedliche Weise teils online und teils Präsenzkurse aktuell an verschiedenen Orten wie im Mutter-Kind-Zentrum Braunau, ‚Freiraum Braunau', Hebammenpraxis.

Melden Sie sich bei Interesse einfach im Kreißzimmer des Krankenhauses unter der Nummer 07722-8045950 und besprechen Sie alles weitere mit der Hebamme.

Wir freuen uns auf Sie!

# ONLINE-IMPULSVORTRÄGE

**Eltern-Impuls-Reihe zu Themen, die Eltern aktuell bewegen.**

**"Mein Geld, dein Geld, unser Geld - Über Geld in Partnerschaften"**

*Dabei geht es um die faire Aufteilung von Kosten und den Umgang mit Geld innerhalb einer Partnerschaft sowie Optimierung des Haushaltsbudgets, um das finanziell gesunde Zusammenleben zu fördern.*

*ONLINE*

*Leitung: DSA Thomas Mader, KLARTEXT - Finanzielle Gesundheit*

*Zeit: Donnerstag, 10.11.2022 um 19.30 Uhr bis 21.00*

*Preis: kostenlos*

*Anmeldung: ekiz.mattighofen@kinderfreunde.cc*

**"Mama, kaufst ma des? - Taschengeld, Konsumwünsche und wie wir (richtig) damit umgehen"**

*Bei diesem Vortrag geht es um das Vermitteln des Umgangs mit Geld an die eigenen Kinder. Praktische Tipps für Eltern: Taschengeld, Konsumwünsche und wie wir (richtig) damit umgehen. Ist Taschengeld sinnvoll, wenn ja, ab wann und wieviel? Taschengeld und schulische Leistungen – hängt das zusammen?*

*ONLINE*

*Leitung: DSA Thomas Mader, KLARTEXT - Finanzielle Gesundheit*

*Zeit: Mittoch, 7.12.2022 um 19.30 Uhr bis 21.00*

*Preis: kostenlos*

*Anmeldung: ekiz.mattighofen@kinderfreunde.cc*

**Der tägliche K(r)ampf mit Fernsehen, Handy, Tablet und Co!**

*Über den Einfluss von Medien auf die Entwicklung von Klein- und Kindergartenkindern: Medien sind Teil unserer Gesellschaft. Zunehmende Herausforderung ist die Medienkompetenzerziehung. Nutzen und Gefahren kennen, den Umgang entwicklungsgerecht umsetzen, Konflikte bewältigen, Alternativen zur Freizeitgestaltung anbieten und in Kommunikation bleiben, das alle setzt auch eine Reflexion des eigenen Medienkonsums voraus.*

*ONLINE*

*Leitung: Mag.a Monika Stoiser-Berger, Psychologin, Lernberaterin, Erwachsenenbildnerin*

*Zeit: Montag, 30.01.2023 von 19.00 bis 20.30 Uhr*

*Preis: 10,00 €*

*Anmeldung: famak@kinderfreunde-steiermark.at*

*In Kooperation mit KLARTEXT - Finanzielle Gesundheit & Familienakademie www.famak.at.*

**Die Kinderfreunde haben eine Zoom - Veranstaltungsreihe um Eltern & Erzieher*innen zu begleiten. Jeden Dienstag, 20:00-21:00, steht ein/e andere/r Expert*in zur Verfügung, um Eltern Tipps zu geben: https://kinderfreunde.at/news/oesterreich/kinderfreunde-familienakademie-online**

Familienakademie

Dieses Projekt wird unterstützt von der Inn-Salzach-Euregio und begleitet von der Regionalmanagement OÖ GmbH.

Regionalmanagement OÖ

# Altheim

## *Programminhalte*

Rund ums Baby!
ab Seite 10

Spielgruppen mit Begleitung
ab Seite 10

Kurse für Kinder & Eltern
ab Seite 11

Familienzeit
ab Seite 12

Elternbildung
ab Seite 12

# Altheim

## Rund ums Baby

***Babytreff (für Babys ab der Geburt)***

*Gemütliches Beisammensein mit anderen Mamas und Babys und somit mit den gleichen Freuden und Sorgen! KOSTENLOS!!!*

*Zeit: jeden ersten Donnerstag im Monat ab 06.10.2022 von 13:00 - 14:00 Uhr*
*jeden ersten Donnerstag im Monat ab 02.02.2023 von 13:00 - 14:00 Uhr*

## Spielgruppe mit Begleitung

*Die Spielgruppen starten im September 2022 und enden im Juli 2023. Anmeldung bitte unbedingt erforderlich. Einstieg jederzeit möglich. Elternbildungsgutscheine sind einlösbar. Auf Wunsch werden die Blöcke immer verlängert.*

*Kosten für Spielgruppen mit Begleitung (bitte bei Beginn einzahlen):*
*1,0 Stunde: 39,00 € / 35,00 € für Kinderfreunde Mitglieder (für 8x)*
*1,5 Stunden: 52,00 € / 48,00 € für Kinderfreunde Mitglieder (für 8x)*

**Bambinis (5 -10 Monaten mit Begleitung)**

*Leitung: Melanie Kern*
*Start: Mittwoch, 07.09.2022 von 09:00 bis 10:00 Uhr (8x)*
*Mittwoch, 11.01.2023 von 09:00 bis 10:00 Uhr (8x)*

**Stupsnasen (10-18 Monaten mit Begleitung)**

*Leitung: Anita Kosaki*
*Start: Dienstag, 08.09.2022 von 09:00 bis 10:30 Uhr (8x)*
*Dienstag, 10.01.2023 von 09:00 bis 10:30 Uhr (8x)*

**Zwergerl (ab 1,5 Jahren mit Begleitung)**

*Leitung: Melanie Kern*
*Start: Montag, 12.09.2022 von 09:00 bis 10:30 Uhr (8x)*
*Montag, 09.01.2023 von 09:00 bis 10:30 Uhr (8x)*

# Altheim

## Kurse für Kinder und Erwachsene

**Offener Treff**

*Hier hat jeder die Möglichkeit das EKIZ kostenlos kennen zu lernen, Kontakte zu knüpfen, oder sich einfach auszutauschen. Ob Schwangere, Eltern mit Kind, Omas und Opas - jeder ist HERZLICH WILLKOMMEN!!*

*Zeit: jeden ersten Donnerstag im Monat ab 06.10.2022 von 14:00 - 15:00 Uhr*
*jeden ersten Donnerstag im Monat ab 02.02.2023 von 14:00 - 15:00 Uhr*

**Elternbegleitung**

*Jeden zweiten Donnerstag im Monat haben Eltern die möglichkeit sich in Einzelgesprächen Hilfe und Unterstützung zu holen im Eltern sein.....' wie soll ich reagieren, wenn mein Kind beißt mein Kind schläft nicht/isst nicht....spielt nicht alleine...wie gelingt das Sauberwerden?*
*Anmeldung erforderlich*

*Leitung: Michaela Hameder-Berger ( Fachl.Begleitung von Krabbelstubeneinrichtungen, Kindergartenpädagogin, Pikler- Kleinkindpädagogin, LSB in A.u.S. Elternbegleitung)*
*Zeit: Donnerstag, 09.02.2023 von 15:00 - 16:00 Uhr*
*Donnerstag, 13.10.2022 von 15:00 - 16:00 Uhr*
*Preis: 15,00 € / pro halbe Stunde*

**Papa und Ich**

*Väter frühstücken an diesem Vormittag allein mit ihren Kid´s!!*
*Zeit: Samstag, 05.11.2022 von 09:00 - 11:00 Uhr*
*Samstag, 18.03.2023 von 09:00 - 11:00 Uhr*
*Preis: 8,00 €*

**Lichterfest zum internationalen Tag der Kinderrechte**

*Zeit: Samstag, 19.11.2022 von 17:00 - 18:00 Uhr*
*Ort: Vereinsheim Heerfahrt Altheim*

# Altheim

## Familienzeit

**Fotografin im EKiZ**

*Wie jedes Jahr besucht uns wieder Eva -Maria Reiter.*

*Zeit:* *Samstag, 30.10.2022 von 08:30 - 13:00 Uhr*

*Unkostenbeitrag:* *4,00 €*

**Keksebacken**

*Zeit:* *Montag, 28.11.2022 von 14:00 - 16:00 Uhr*

*Ort:* *Vereinsheim Heerfahrt Altheim*

*Preis:* *8,00 €*

## Elternbildung

**Superkräfte wo seid ihr?**

*Was soll ich denn noch alles tun? Was ist richtig was ist falsch?*
*Wie bringe ich alles unter einen Hut – Familie, Haushalt, Arbeit?*
*Warum sieht es bei den anderen immer so einfach aus?*
*Sie fühlen sich auch manchmal überfordert und wissen nicht immer wie Sie mit den Anforderungen des Alltags umgehen sollen? Dann sind Sie hier bei mir genau richtig!!*

*Ich zeige Ihnen Wege und Möglichkeiten, gelassen und entspannt mit den alltäglichen Aufgaben, die einem immer mal wieder an die Grenze bringen, umzugehen. Stress lässt sich managen, Motivation lässt sich finden!*
*Geht es Ihnen gut – geht es auch Ihrer Familie gut!*

*Leitung:* *Tatjana Blümlinger ausgebildete Mentaltrainerin, Spielgruppenleiterin, Kindergarten-, Hort- und Krabbelstubenhelferin*

*Zeit:* *Dienstag, 11.10.2022 von 19:00 bis 22:00 Uhr*

*Preis:* *4,00 €*

# Altheim

**Freies, selbstbestimmtes Spiel macht Kinder zufrieden und kompetent**

*Mit Neugier erforschen die Kinder die Welt. Das Spiel ist Hauptbestandteil des kindlichen Tuns, es ist eine vom Kind selbstgewählte Tätigkeit, immer mit Lust und Freude verbunden und führt zu einer tiefen Befriedigung. Jedes Kind ist fähig selbständig zu spielen und seine Entwicklungsschritte im Spiel selber zu tun.*

*„Wesentlich ist, dass das Kind möglichst viele Dinge selbst entdeckt. Wenn wir ihm bei der Lösung aller Aufgaben behilflich sind, berauben wir es gerade dessen, was für seine Entwicklung das Wichtigste ist. Ein Kind, das durch selbständige Experimente etwas erreicht, erwirbt ein ganz andersartiges Wissen als eines, dem die Lösungen fertig geboten werden," Emmi Pikler*

*In diesem Workshop werden wir uns mit folgenden Fragen beschäftigen:*

*Wie schaffe ich eine anregende Umgebung, damit sich das Kind spielend vertiefen kann?*

*Welche Spielmaterialien biete ich Kinder von 0-3 Jahren an?*

*Was kann ich tun, wenn mein Kind nicht alleine spielt*

*Leitung:* *Michaela Hameder-Berger (Fachl.Begleitung von Krabbelstubeneinrichtungen, Kindergartenpädagogin, Pikler- Kleinkindpädagogin, LSB in A.u.S., Elternbegleitung)*

*Zeit:* *Mittwoch, 23.11.2022 von 19:00 bis 22:00 Uhr*

*Preis:* *4,00 €*

# Altheim

## Elternbildung

**Die schönsten Momente einer Mutter sind, wenn die Kinder friedlich schlafen**

*Sie sind anderer Meinung? Dann haben ihre Kinder noch nicht die Trotzphase erreicht!*
*Für alle die da aber gerade durchmüssen: NEIN, Sie sind KEINE schlechte Mutter, wenn Sie mir bei diesem Satz zustimmen! Ich kann Ihnen aber dabei helfen, diese Zeit etwas leichter durchzustehen.*
*Es gibt noch kein Wundermittel, auch keinen Zaubertrick, aber .... es gibt diesen Workshop!*

*Leitung:* *Tatjana Blümlinger ausgebildete Mentaltrainerin, Spielgruppenleiterin, Kindergarten-, Hort- und Krabbelstubenhelferin*
*Zeit:* *Dienstag, 28.02.2023 von 19:00 - 22:00 Uhr*
*Preis:* *4,00 €*

**Nein, nein, nein, ...wie begleite ich die Autonomiephase meines Kindes und wie lernt es Regeln!**

*Mit der Geburt beginnt ein langer Weg, auf dem das Kind lernt, sich in der Welt zurecht zu finden, Regeln zu integrieren und einen Platz in der Gemeinschaft einzunehmen. Die Autonomiephase ist ein wichtiger Entwicklungsschritt im Leben des Kindes.*
*Wir werden uns damit beschäftigen, wie der Erwachsene das Kind in dieser Selbstbestimmungsphase unterstützen und begleiten kann.*
*-Wie wir Kinder entwicklungsgerecht an soziale Regeln und Erwartungen heranführen können?*
*-Von der Notwendigkeit elterlicher Führung in der Familie: Wieviel Freiraum braucht das Kind und wie setze ich klare Grenzen? Wie begleite ich heftige Gefühle meines Kindes?*

*Leitung:* *Michaela Hameder-Berger ( Fachl.Begleitung von Krabbelstubeneinrichtungen, Kindergartenpädagogin, Pikler- Kleinkindpädagogin, LSB in A.u.S., Elternbegleitung)*
*Zeit:* *Mittwoch, 22.03.2023 von 19:00 - 22:00 Uhr*
*Preis:* *4,00 €*

# Repertoire - ein Auszug

Amazing Grace
Amoi seng ma uns wieda (Andreas Gabalier)
A thousand years (Christina Perri)
Ave Maria (Bach Gounod)
Ave Maria (Schubert)
Can you feel the love tonight (Elton John)
Dir gehört mein Herz (Phil Collins)
Engel (Andreas Gabalier)
Hallelujah (Jeff Buckley)
Ich sag ja zu dir (Sara Lorenz)
Sommermorgen (Reinhard Mey)
The Rose (Bette Midler)
You light up my life (Debby Boone)

*Gerne erfülle ich Ihre persönlichen Musikwünsche!*

www.gitarrenmusik.at

## Music for Moments

MARIA KLIMESCH

Taufen, Hochzeiten und Trauerfeiern/Begräbnisse sind sehr emotionale Ereignisse, die das Innerste des Menschen berühren. Mit der entsprechenden Musik können Gefühle noch besser ausgedrückt werden.

*„Wo Worte fehlen, kann Musik die Botschaften transportieren“*

… sie vermag Unaussprechliches zu vermitteln und die Tiefe der Seele anzusprechen.

Es würde mich sehr freuen, wenn ich Sie dabei mit Gitarre und Sologesang begleiten dürfte.

Mag[a]. Maria Klimesch Solomusikerin
A-5280 Braunau am Inn | Uferstraße 5a | +43 (0) 699 11380068
maria.klimesch@rk-tontechnik.at | www.gitarrenmusik.at

# IKUNA Naturerlebnispark

**Spiel, Spaß und Action** auf **über 200.000 m²** mit mehr als **90 Spielstationen** inmitten der Natur. Ein außergewöhnlicher Ort für die ganze Familie.

Und wer **noch höher hinaus möchte,** besucht am besten den **IKUNA Hochseil-Kletter-garten.** 3 Kletterebenen mit 21 Podesten und 36 Kletterelemente warten auf kleine & große Abenteurer.

**www.ikuna.at**
IKUNA Naturresort GmbH
Naturpfad 1,
A-4723 Natternbach,
T +43 7278 20 800,
info@ikuna.at

IKUNA
NATURRESORT

# Braunau

## Programminhalte

Rund um die Geburt und Schwangerschaft
ab Seite 18

Spielgruppen
ab Seite 21

Angebote für Kinder
ab Seite 22

Angebote  für Erwachsene
ab Seite 25

Veranstaltungen für die ganze Familie
ab Seite 29

Elternbildung
ab Seite 30

# Braunau

## Rund um die Geburt und Schwangerschaft

**Geburtsvorbereitungskurs**

*Als werdende Eltern befindet man sich in einer aufregenden und ganz besonderen Zeit aber auch in einer Zeit der Umstellung.*
*Dies bedarf auch guter Vorbereitung.*
*Gemeinsam besprechen wir die wichtigsten Themen rund um Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und die erste Zeit zu Hause mit eurem Baby. Gerne können auch von der Gruppe gewünschte Themen und offene Fragen im Kurs besprochen werden.*

*Leitung:* Alina Roupec, Hebamme
*Termine:* Dienstag, 20.09.2022 / 08.11.2022 je von 17:00 – 20:00 Uhr
*Ort:* Eltern Kind Zentrum Braunau
*Preis:* 145,00 € pro Person (4er-Block)

**Minisings (Babygebärdenkurs 7- 18 Monate)**

*Wirst Du gerne verstanden? Dein Baby auch! Babygebärden unterstützen die Kommunikation bereits bevor dein Baby sprechen kann. Lerne im Minisigns Kurs spielerisch Babygebärden mit passenden Liedern, Finger- und Singspielen zu den jeweiligen Themenstunden.*
*Außerdem erwarten Euch Austausch und Impulse im bindungsorientierten Umgang mit altersspezifischen Themen wie z.B. Anziehen, Selbstbestimmung, Selbstwirksamkeit, Essen, Spielen, Gefühle und Autonomiephase.*
*Minisigns - der bunte Kurs mit viel Spaß und Abwechslung für Dein Baby und Dich*

*Leitung:* Lisa Weber, Minisigns Kursleiterin
*Termin:* Montag, 26.09.2022 / 09.01.2023 je von 09:00 – 10:00 Uhr
*Ort:* Eltern Kind Zentrum Braunau
*Preis:* 88,00 € pro Person (8er Block)

# Braunau

**Mein Baby lernt sich zu bewegen**

*Physio- und Ergotherapie in Zusammenarbeit mit dem Krankenhaus Braunau.*
*Workshop für Eltern - Mitnahme des Babys erwünscht. Einführung in die Bewegungsentwicklung (praktische Tips und Handgriffe), kritische Betrachtung von Babygeräten, die Bedeutung der (Sinnes-)wahrnehmung, wie 'lernt' ein Baby...*

*Leitung:* *Susanne Schimpf, Dipl. Physiotherapeutin und Eva Maria Propst MSc., Ergotherapeutin*
*Termine:* *Mittwoch, 12.10.2022 / 15.03.2023 je von 09:00 – 10:30 Uhr*
*Ort:* *Eltern Kind Zentrum Braunau*
*Preis:* *7,00 € pro Person*

**Babymassage**

*Berührungen tun einfach gut!*
*Bereits Neugeborene profitieren vielfach von einer Massage. Erfahre den Zauber wunderbarer nonverbaler Kommunikation und genieße mit Deinem Baby exklusive Zeit für die Babymassage.*
*Babymassage fördert neben der Bindung:*

- *die Entwicklung des Nervensystems,*
- *verbessert die Sinneswahrnehmung,*
- *regt die Durchblutung und den Stoffwechsel an,*
- *stärkt die Abwehrkräfte.*

*Erlerne in gemütlicher Atmosphäre innerhalb von 4 Teminen die Babymassage nach Leboyer.*
*Das besondere Plus: Lerne die Feinzeichen Deines Babys kennen und übe achtsames Babyhandling.*
*Der Kurs ist geeignet für Babys ab ca. 4 Wochen bis 6 Monate.*
*Bring bitte zu jedem Termin folgendes mit:*

- *saugfähige Wickelunterlage*
- *Babymassageöl Deiner Wahl (ohne ätherische Ölzusätze)*
  *(zum Ausprobieren stehen verschiedene geeignete Öle für Dich bereit)*

*Leitung:* *Lisa Weber, ausgeb. Babymassage-Coach*
*Termine:* *Montag, 26.09. / 28.11.2022 je von 10:15 – 11:15 Uhr*
*Ort:* *Eltern Kind Zentrum Braunau*
*Preis:* *44,00 € pro Person (4er Block)*

# Braunau

**Babysteps ("Mini" 1 bis 6 Monate)**

*Dein Baby ist da und vieles ist anders als erwartet? Dann bist du hier genau richtig!*
*Der Austausch sowie deine Fragen zu den wichtigsten Themen des ersten Lebensjahres stehen im Mittelpunkt des Kurses: Bindung, Handling und Entwicklung, Kommunikation, Milch (Formula/Stillen), Tragen, Schlafen, Beikost. Im Mini-Kurs wenden wir uns vor allem der Wahrnehmung des Babys zu. Lerne die Feinzeichen deines Babys zu deuten und erkenne mittels Dunstans Babysprache das Bedürfnis Deines Babys, bevor es sich durch Weinen ausdrückt. Je älter Dein Baby, desto mehr profitiert es vom Singen und Schoßspielen. Daher werden die Spielanregungen dem Entwicklungsstand der Babys angepasst. Das und noch viel mehr steckt in BabySteps. Es ist ein fortlaufender Kurs und es kann jederzeit eingestiegen werden. (Idealerweise zum Anfang der 7. Wochen)*

*Leitung:* *Lisa Weber, ausgeb. BabySteps Kursleiterin*
*Termin:* *Montag, 24.10. / 12.12.2022 je von 10:15 – 11:15 Uhr*
*Ort:* *Eltern Kind Zentrum Braunau*
*Preis:* *77,00 € pro Person (7er Block)*

**Mama-Baby-Pilates**

*Du möchtest deine Körpermitte und deinen Beckenboden (weiter) stärken? Du möchtest dein Baby mit dabei haben bei deinem Ganzkörpertraining? Ja? Dann ist diese Pilatesklasse genau das Richtige für dich! Gönn dir mit dieser Pilatesklasse eine starke Körpermitte und Beckenboden und finde Kraft für deine Aufgabe als Mama und fühl dich wohl in deinem Körper als Frau. Die Pilateseinheiten vereinen Kräftigungs- und Dehnübungen, welche speziell auf die Bedürfnisse von Mamas ausgerichtet sind. Wir holen dir eine straffere Körpersilhouette und flacheren Bauch, trainieren Beine und Po! Dein Baby wird auf unkomplizierte Art und Weise mit in die Bewegung mit eingebunden. Und nicht vergessen: "Treat your body with such good care, you would treat your baby" (unknown). Für Mamas, die sich NACH der ersten Rückbildungszeit befinden, ihren Beckenboden/Bauch kennen bzw. Kenntnisse darüber in einem Rückbildungs- oder Beckenbodenkurs erhalten haben. Babys sind herzlich willkommen (bis zum Geh-Alter). Bei Unsicherheit und Fragen diesbzgl. darfst du dich gerne direkt an die Trainerin wenden: office@lilates.at*

*Leitung:* *Elisabeth Petter, Dipl. Gesundheits- und Fitnesstrainerin, Beckenbodentrainerin Dipl. Sportmentaltrainerin, Zertif. Achtsamkeitstrainerin, Dipl. Pilatestrainerin, Dipl. Wirbelsäulentrainerin, Dipl. Faszientrainerin, Prä- und Postnataltrainerin, Gesundheits- und Krankenpflegeperson*
*Termin:* *Donnerstag, 03.11.2022 von 08:30 – 09:30 Uhr*
*Ort:* *Eltern Kind Zentrum Braunau*
*Preis:* *50,00 € pro Person (5er Block)*

# Braunau

## Spielgruppen

**Musikspielgruppe – singende Spatzen ab 2 Jahren mit Begleitung, 1,5 Stunden**

*Mit allen Sinnen den Jahreskreis erleben*

*Leitung: Irmgard Martzy-Müller, ausgeb. Spielgruppenleiterin, Kindergartenhelferin*
*Start: ab Dienstag 20.09.2022 von 10:00 – 11:30 Uhr*
*Kosten: 52,00 € pro Kind (8er Block)*

**Mäusegruppe ab 6 Monaten – 1,5 Jahren mit Begleitung, 1 Stunde**

*Leitung: Nicole Voggenberger, ausgeb. Spielgruppenleiterin*
*Start: ab Mittwoch 21.09.2022 von 08:30 - 09:30 Uhr*
*Kosten: 39,00 € pro Kind (8er-Block)*

**Eulengruppe von 1,5 - 3 Jahren mit Begleitung, 1,5 Stunden**

*Leitung: Nicole Voggenberger , ausgeb. Spielgruppenleiterin*
*Start: ab Mittwoch 21.09.2022 von 09:45 - 11:15 Uhr*
*Kosten: 52,00 € pro Kind (8er-Block)*

**Waldspielgruppe**

*Leitung: Maria Pixner, ausgeb. Natur – und Erlebnisführerin*
*Start: ab Montag 26.09.2022 von 09:30 – 11:00 Uhr*
*Ort: Parkplatz nach Hunde Sport Zentrum Laab (vor der Brücke links)*
*Kosten: 46,00 € pro Kind (4er Block)*

**Außenspielgruppe in Burgkirchen**
**Anmeldungen unter: 0660 75 55 860**

**Minikäfer von 1-2 Jahren mit Begleitung, 1,0 Stunden**

*Leitung: Daniela Russinger, Kindergartenpädagogin*
*Start: ab Mittwoch 21. September 2022 von 08:30 - 09:30 Uhr*
*Ort: Mehrzweckhalle, 5274 Burgkirchen*
*Kosten: 39,00 € pro Kind (8erBlock)*

**Maxikäfer von 2-3 Jahren mit Begleitung, 1,5 Stunde**

*Leitung: Daniela Russinger, Kindergartenpädagogin*
*Start: ab Mittwoch 21. September 2022 von 09:45 - 11:15 Uhr*
*Ort: Mehrzweckhalle, 5274 Burgkirchen*
*Kosten: 52,00 € pro Kind (8er Block)*

# Braunau

## Angebote für Kinder mit Begleitung

**Offener Treff**

*Einladung an alle Kinder, Eltern und Großeltern auf ein gemütliches Treffen im Eltern-Kind-Zentrum Braunau*

*Start: jeden Donnerstag ab 22. September 2022 von 10:00 - 11:00 Uhr, kostenlos.*

**Zeit mit Papa – Papa Aktiv**

*Lasst euch überraschen, wir werden uns wieder etwas tolles einfallen lassen, damit ihr einen schönen und interessanten Nachmittag, mit eurem Papa, erlebt.*
*Mit Papa bewusst die Zeit verbringen, Leute kennen lernen, lachen und Spaß haben.*

*Wann und wo werden wir rechtzeitig via Facebook, Instagram und WhatsApp Status bekannt geben. Ihr dürft auch gerne telefonisch oder per Mail nachfragen.*

## Angebote für Kinder ohne Begleitung

**Pilates für Kinder (4-6-jährige)**

*Nicht nur Erwachsene profitieren von Pilatesübungen, auch für Kinder sind die stärkenden und harmonisierenden Körperübungen wunderbar geeignet und können spielerisch eingesetzt werden, um eine Verbesserung von Beweglichkeit, Koordination, Konzentration und Haltung zu erzielen. Durch Pilates erfährt die Haltemuskulatur Kräftigung, die Haltung verbessert sich - gerade bei Schulanfänger/innen und Vielsitzern ist ein frühzeitiges Sensibilisieren für eine gesunde Körperhaltung wertvoll. Die Kinder bekommen eine bessere Haltung und mehr Selbstwertgefühl, werden ruhiger und weniger aggressiv. Kleine schon ganz groß - mit Pilates für Selbstbewusstsein und Körperhaltung!*
*Erwachsene sind gerne eingeladen Pilates mitzumachen, sofern es freie Plätze gibt.*

*Leitung: Elisabeth Petter, Dipl. Gesundheits- und Fitnesstrainerin, Beckenbodentrainerin Dipl. Sportmentaltrainerin, Zertif. Achtsamkeitstrainerin, Dipl. Pilatestrainerin, Dipl. Wirbelsäulentrainerin, Dipl. Faszientrainerin, Prä- und Postnataltrainerin, Gesundheits- und Krankenpflegeperson*
*Termin: Dienstag, 27.09.2022 von 15:45 – 16:30 Uhr*
*Ort: Eltern Kind Zentrum Braunau*
*Preis: 35,00 € pro Kind (4er Block)*

# Braunau

**In der Weihnachtsbäckerei**

*Schmeißt den Ofen an – und ran.*
*Wir werden das EKiZ in eine Backstube verwandeln. Es wird geknetet, gerollt und verziert. Wir backen verschiedenste Weihnachtskekse.*

*Leitung:* Nicole Voggenberger, ausgeb. Spielgruppenleiterin
*Termin:* Montag, 12.12.2022 von 14:00 – 16:00 Uhr
*Ort:* Eltern Kind Zentrum Braunau
*Preis:* 7,00 € pro Kind

**Walderlebnis**

*Auf der Suche nach Max dem Eichhörnchen und seinen Freunden.*
*Wald, Tiere, Spaß und frische Luft – garantiert ein toller Nachmittag.*

*Leitung:* Maria Pixner, ausgeb. Natur – und Erlebnisführerin
*Termin:* Montag, 27.02.2023 von 14:00 – 17:00 Uhr
*Ort:* Parkplatz nach Hunde Sport Zentrum Laab (vor der Brücke links)
*Kosten:* 13,00 € pro Kind

**Osterbacken**

*Wir backen aus Germteig leckeres Ostergebäck.*

*Leitung:* Nicole Voggenberger, ausgeb. Spielgruppenleiterin
*Termin:* Montag, 27.03.2023 von 14:00 – 16:00 Uhr
*Ort:* Eltern Kind Zentrum Braunau
*Preis:* 7,00 € pro Kind

**Wodschosch – der Hüter des Waldes**

*Auf der Suche nach dem Hüter des Waldes werden wir den Mischwald erleben, spüren und blind durchstreifen. Nach Besprechen der Nahrungskette führen wir ein Bauminterview durch, gestalten ein Baumgesicht und richten die Behausung für den Wodschhodsch ein. Nach dem Spiel „Eulen und Krähen“ und einer abschließenden Waldgeschichte wird sich der Hüter der Waldes über neue Experten freuen.*

*Leitung:* Maria Pixner, ausgeb. Natur – und Erlebnisführerin
*Termin:* Montag, 17.04.2023 von 14:00 – 17:00 Uhr
*Ort:* Parkplatz nach Hunde Sport Zentrum Laab (vor der Brücke links)
*Kosten:* 13,00 € pro Kind

# Braunau

**Muttertagsgeschenk**

*Du willst deine Mama mit einer Kleinigkeit überraschen?*
*Wir gestalten zusammen ein kleines aber feines Muttertagsgeschenk.*

*Leitung:* *Nicole Voggenberger, ausgeb. Spielgruppenleiterin*
*Termin:* *Freitag, 05.05.2023 von 14:00 – 16:00 Uhr*
*Ort:* *Eltern Kind Zentrum Braunau*
*Preis:* *7,00 € pro Kind*

**Ritternachmittag im Wald**

*Mit Geschicklichkeitsspielen wie Dosen schießen, Ringe werfen, Schwedenbomben balancieren… spielen wir das Leben junger Ritter nach. Das selbstgebastelte Ritterschild/Schwert (Karton) sowie die Urkunde nach dem Ritterschlag kann sich jede Lady/Sir mit nach Hause nehmen.*

*Leitung:* *Maria Pixner, ausgeb. Natur – und Erlebnisführerin*
*Termin:* *Montag, 15.05.2023 von 14:00 – 17:00 Uhr*
*Ort:* *Parkplatz nach Hunde Sport Zentrum Laab (vor der Brücke links)*
*Kosten:* *13,00 € pro Kind*

**Vatertagsgeschenk**

*Für den Vatertag haben wir uns dieses Jahr eine süße Überraschung einfallen lassen.*
*Bestimmt freut sich jeder Papa, der Schokolade liebt, darüber.*

*Leitung:* *Nicole Voggenberger, ausgeb. Spielgruppenleiterin*
*Termin:* *05.06.2023 von 14:00 – 16:00 Uhr*
*Ort:* *Eltern Kind Zentrum Braunau*
*Preis:* *7,00 € pro Kind*

# Braunau

## Angebote für Erwachsene

**Pilates**

*Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, in dem vor allem die tiefliegenden, kleinen und meist schwächeren Muskelgruppen angesprochen werden, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen sollen. Das Training umfasst Kraftübungen, Dehnungen und bewusste Atmung zu angenehmer Musik!*

*Leitung:* Nadine Forster, staatl. Geprüfte Gymnastik- und Tanzlehrerin, Pilates Instructor, Piloxing Instructor
*Start:* jeden Montag, ab 19.09.2020 von 18:00 - 18:45 Uhr
*Ort:* Eltern Kind Zentrum Braunau
*Preis:* 54,00 € (für 6er Block)

**Bauch Beine Po**

*BodyStyling verbindet Kräftigung und Ausdauer in einem ausgewogenen Verhältnis.*
*Nach einem kleinen Aerobic-WarmUp werden zu motivierenden Klängen verschiedenste Übungen wie u.a. Sit-Ups und Squats für jede Körperpartie durchgeführt. Durch die Verwendung unterschiedlich schwerer Hanteln und Thera-Bänder kannst du für dich selbst die Intensität der Übungen beeinflussen. Eine Stärkung der eigenen Haltung und des Gleichgewichts werden beim BodyStyling ebenfalls erarbeitet. Am Ende jeder Einheit wird durch Entspannungs- und Dehnungsübungen dein Körper sorgfältig in den Ruhezustand versetzt.*
*Vorkenntnisse sind keine notwendig - du kannst sofort einsteigen. Das Einzige, was du benötigst ist eine Gymnastikmatte.*

*Leitung:* Nadine Forster, staatl. Geprüfte Gymnastik- und Tanzlehrerin, Pilates Instructor, Piloxing Instructor
*Start:* Dienstag, ab 20.09.2020 von 08:30 - 09:15 Uhr
*Ort:* Eltern Kind Zentrum Braunau
*Preis:* 60,00 € (für 6er Block)

**Piloxing**

*Piloxing ist ein schweißtreibendes Intervalltraining mit dem Ziel, Fett zu verbrennen, Muskeln aufzubauen und den Körper zu formen und zu straffen.*
*Es beinhaltet Elemente aus Boxen, Pilates und Tanzen zu schnellen Beats!*

*Leitung:* Nadine Forster, staatl. Geprüfte Gymnastik- und Tanzlehrerin, Pilates Instructor
*Start:* Donnerstag, ab 22. 09.2020 von 18:00 - 18:45 Uhr
*Ort:* Eltern Kind Zentrum Braunau
*Preis:* 60,00 € (für 6er Block)

# Braunau

**Kindernotfallkurs:**

*Der Kurs hat zum Ziel, die Kursteilnehmer mit der Hilfeleistung nach Unfällen oder bei Eintritt plötzlicher Erkrankungen im Kindes- und Säuglingsalter so vertraut zu machen, dass sie selbstständig und eigenverantwortlich Erste Hilfe leisten können. Die Beschäftigung mit verschiedenen Unfallursachen soll zur Unfallverhütung beitragen.*
*Zielgruppe: Interessierte Teilnehmer aus der Bevölkerung, im Speziellen Eltern, Großeltern, ältere Geschwister und Tagesmütter.*
*Kursinhalt: Rettungskette, Basismaßnahmen, Regloser Notfallpatient, starke Blutung*
*Kursdauer: 6 Unterrichtseinheiten*

| | |
|---|---|
| *Leitung:* | *Rotes Kreuz Braunau* |
| *Termin:* | *Samstag, 24.09.2022 von 09:00 – 15 :00 Uhr* |
| *Ort:* | *Eltern Kind Zentrum Braunau* |
| *Preis:* | *45,00 € pro Person* |
| *Anmeldegebühr:* | *5,00 € pro Person (vor Ort zu bezahlen)* |

*Für Elternpaare mit Hauptwohnsitz in St. Peter zahlt der zweite Elternteil keinen Teilnehmerbeitrag. Gefördert durch den Sozialausschuss der Gemeinde St. Peter.*
*Mit freundlicher Unterstützung des Bürgermeisters der Gemeinde St. Peter am Hart.*

**Haltungs- & Rückentraining für Körperhaltung & Rückengesundheit**

*"Man ist so alt, wie die Wirbelsäule beweglich ist." (Pilates) Wir kräftigen die rückenaufrichtende Muskulatur, stabilisieren unsere Wirbelsäule, mobilisieren und dehnen beleidigte Körperareale. Die Körperhaltung und der Rücken werden sich bedanken mit einer schönen Aufrichtung und weniger Rückenbeschwerden. Inhalte: Übungen zur Kräftigung von Rumpf/Rücken, Wahrnehmungsschulung für mehr Körperbewusstsein, Üben von Stabilisierung deiner Körpermitte (Core), kontrolliertes, sicheres Üben und Bewegen mit Kräftigung, Beweglichkeitstraining für freie Gelenke, Haltungsschulung und Rückenschule für deinen Alltag.*

| | |
|---|---|
| *Leitung:* | *Elisabeth Petter, Dipl. Gesundheits- und Fitnesstrainerin, Beckenbodentrainerin, Dipl. Sportmentaltrainerin, Zertif. Achtsamkeitstrainerin, Dipl. Pilatestrainerin, Dipl. Wirbelsäulentrainerin, Dipl. Faszientrainerin, Prä- und Postnataltrainerin* |
| *Termin:* | *Dienstag, 27.09.2022 von 16:45 – 17:45 Uhr* |
| *Ort:* | *Eltern Kind Zentrum Braunau* |
| *Preis:* | *50,00 € pro Person (5er Block)* |

# Braunau

**Hilfe! Beckenboden, wo bist du?**

*Was, wo, wofür ist der Beckenboden? Dich erwartet ein Einblick in Theorie und Praxis zum Beckenboden: Beckenboden in seinem Aufbau und in all seinen Funktionen als Teamplayer der Körpermitte; erlebe deinen Beckenboden im Zusammenspiel Körperhaltung; dich erwartet viel Praxis zum Entdecken und Wahrnehmen des Beckenbodens, als auch im Kräftigen und Entspannen deines Beckenbodens. Ziel dieses Workshops ist es mehr über dein Powerpaket Beckenboden zu erfahren, ihn zu entdecken und ihn später gezielt als Becken-BODEN einzusetzen, sodass er die Unterleibsorgane in allen Alltagssituationen auch halten kann.*
*Für allen Frauen geeignet, die auf der Suche nach ihrem Beckenboden sind; Für alle Frauen, die ihn vielleicht schon gefunden haben, aber noch mehr lieben lernen wollen, der Beckenbodenschwäche dadurch den ersten Input zur Besserung geben wollen... und für alle Frauen, die präventiv an Beckenbodengesundheit arbeiten wollen!*

*Leitung:* *Elisabeth Petter, Dipl. Gesundheits- und Fitnesstrainerin, Beckenbodentrainerin Dipl. Sportmentaltrainerin, Zertif. Achtsamkeitstrainerin, Dipl. Pilatestrainerin, Dipl. Wirbelsäulentrainerin, Dipl. Faszientrainerin, Prä- und Postnataltrainerin, Gesundheits- und Krankenpflegeperson*
*Termin:* *Donnerstag, 22.09.2022 von 09:00 – 11:00 Uhr*
*Ort:* *Eltern Kind Zentrum Braunau*
*Preis:* *20,00 € pro Person*

**Beckenboden-freundlicher Alltag**

*Du verfügst über etwas Beckenbodenwissen, weißt ihn anzusteuern und möchtest deinen Beckenboden nun gezielt in deinen Alltag einbauen? Dann erfährst du in diesem Workshop das Wichtigste für den Transfer in deinen Alltag: wie hebe und trage ich mit Beckenbodenschwäche richtig? Warum mag der Beckenboden eine schöne Haltung? Wie kann ich ganz easy den Beckenboden im Alltag trainieren? Welche Bewegungen mag mein Beckenboden gar nicht? Und was hat mein Beckenboden eigentlich mit meinem WC-Verhalten zu tun? Tipps & Tricks für einen gesunden Beckenboden, für alle Frauen mit Beckenbodenschwäche, Senkungsproblematik und dergleichen und für alle, die präventiv arbeiten wollen.*

*Leitung:* *Elisabeth Petter, Dipl. Gesundheits- und Fitnesstrainerin, Beckenbodentrainerin Dipl. Sportmentaltrainerin, Zertif. Achtsamkeitstrainerin, Dipl. Pilatestrainerin, Dipl. Wirbelsäulentrainerin, Dipl. Faszientrainerin, Prä- und Postnataltrainerin, Gesundheits- und Krankenpflegeperson*
*Termin:* *Donnerstag, 06.10.2022 von 09:00 – 11:00 Uhr*
*Ort:* *Eltern Kind Zentrum Braunau*
*Preis:* *20,00 € pro Person*

# Braunau

**Postnataltraining**

*- rückbildungsorientiertes Gesundheitstraining -*

*An alle Frauen, egal, welchen Alters, die in ihrem Alltag als Mama rumwirbeln und bis dato keine Zeit für einen Rückbildungskurs gefunden haben, dürfen mitlesen! Aber auch alle Mamas, die in einem Rückbildungskurs waren, aber mit Beckenboden/Bauch/Rücken noch nicht zufrieden waren, dürfen hier nun "HALLO" schreien und zum Postnataltraining kommen! Dich erwartet folgendes: Erlernen von Körpermitte-freundlichem Alltagsverhalten; Wir kräftigen deinen Beckenboden, Rücken, deine Körperhaltung und Bauch; Wir schulen deine Körperwahrnehmung- und Bewusstsein; Entspannung für Rücken und Beckenboden; Fitness wird gesteigert, deine Körpersilhouette verfeinert; lang liegen gebliebene "Baustellen", wie Rektusdiastase und Beckenbodenschwäche werden ENDLICH in Angriff genommen! Begleitender Trainingsplan mit Input und Übungen für dich zuhause;*

| | |
|---|---|
| *Leitung:* | *Elisabeth Petter, Dipl. Gesundheits- und Fitnesstrainerin, Beckenbodentrainerin, Dipl. Sportmentaltrainerin, Zertif. Achtsamkeitstrainerin, Dipl. Pilatestrainerin, Dipl. Wirbelsäulentrainerin, Dipl. Faszientrainerin, Prä- und Postnataltrainerin* |
| *Termin:* | *Donnerstag, 03.11.2022 von 09:45 – 10:45 Uhr* |
| *Ort:* | *Eltern Kind Zentrum Braunau* |
| *Preis:* | *50,00 € pro Person (5er Block)* |

**Adventkranz binden**

*Wir binden wieder Adventkränze.*

*Materialien wie Adventkranz-Rohling, Kerzenhalter, Zweige und Draht sind im Materialpreis inbegriffen. Damit jeder seinen Kranz nach den eigenen Vorrstellungen gestalten kann, bitten wir euch die gewünschten Deko-Utensilien wie, Kerzen, Bänder, Zapfen, etc. selbst mitzubringen.*

| | |
|---|---|
| *Leitung:* | *Christa Kainhofer* |
| *Termin:* | *Donnerstag, 24.11.2021 von 17:30 – 19:30 Uhr* |
| *Ort:* | *Eltern Kind Zentrum Braunau* |
| *Preis:* | *16,00 € pro Person inkl. Material* |

# Braunau

## Veranstaltungen für die ganze Familie

**Das EKiZ wird zum Fotostudio**

*Das Ekiz wird wieder zum Fotostudio. Es bietet sich eine gute Gelegenheit, Familienfotos, Einzelfotos, Geschwisterfotos und was euer Herz begehrt, zu machen.*
*Zudem eignet es sich gut als Weihnachtsgeschenk. Die Fotos werden pünktlich bei euch ankommen damit sie rechtzeitig unter dem Weihnachtsbaum liegen.*
*Die Fotos können in verschiednen Größen bestellt werden. Preis beginnend bei 7,50€ pro Foto (15x20).*
*Besondere Wünsche wie Leinwand, Coullagen, usw. bitte direkt mit der Fotografin besprechen.*

| | |
|---|---|
| *Leitung:* | *Tanja Ramsauer, Photografin* |
| *Termin:* | *Samstag, 01.10.2021 ab 8:30 Uhr* |
| *Anmeldegebühr:* | *4,00 €* |

**Lirchterumzug**

*Den Tag der Kinderrechte feiern wir mit einem Lichterumzug.*
*Wie gewohnt findet dieser wieder vorm EKiZ statt.*

| | |
|---|---|
| *Leitung:* | *Nicole Voggenberger, ausgeb. Spielgruppenleiterin* |
| *Termin:* | *Freitag, 18.11.2022 um 17:00 Uhr* |
| *Ort:* | *Eltern Kind Zentrum Braunau (Teffpunkt: Spielplatz Kainzpark)* |

# Braunau

## Elternbildung

*Die geringen Beiträge sind möglich, da diese Veranstaltungen durch das Land OÖ gefördert werden. Nach Vorweis der OÖ-Familienkarte, muss der zweite Elternteil keinen Teilnehmerbeitrag zahlen.*
*Elternbildungsgutscheine können bei allen Veranstaltungen eingelöst werden!*

**Erziehung so ein Theater – NEIN Sagen**

*Erleben sie Elternbildung mal auf ganz andere Weise!*
*Ausgehend von kleinen spielerischen Übungen zum Thema „Nein sagen" erkunden wir, welche Möglichkeiten es gibt unsere Bedürfnisse als Eltern und die Bedürfnisse der Kinder unter einen Hut zu bringen.*
*Ja, nein, vielleicht, …. – wie geht ein liebevolles Nein und wann ist es notwendig?*
*Gemeinsam finden wir Antworten!*

| | |
|---|---|
| *Leitung:* | *Christine Wally-Biebl, MSc, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, psychologische Beratung, Familien und Paarberatung, Supervision, Gordon Familien und Persönlichkeitstraining, Theaterpädagogin* |
| *Termin:* | *12.10.2022 von 19:00 – 22:00 Uhr* |
| *Ort:* | *Eltern Kind Zentrum Braunau* |
| *Preis:* | *4,00 € pro Person* |

**Taferlklassler und Tintenpatzer, ....**

*Wie Eltern ihre Volksschüler gut begleiten!*
*Der Schuleintritt ist einer der größten Veränderungen im Leben eines Kindes und generell in der Familie. Eine positive elterliche Begleitung durch die Schulzeit, fördert die Lernmotivation und Selbstständigkeit eines Kindes.*
*Deshalb macht es Sinn, sich gut darüber zu informieren, wie diese prägende Zeit für die ganze Familie gut gelingen kann und der Schulalltag nicht zur ständigen Belastungsprobe wird.*
*Wir werden uns mit Themen wie, soziale Schulreife, Lernmethoden, Lernmotivation, positive Hausaufgabenbegleitung und der Kommunikation zwischen Eltern, Schüler und PädagogInnen auseinandersetzen. Für Eltern von Schulanfängern und die allgemeine Begleitung von Schülern.*

*Leitung:* *Andrea Eder, Elternbildnerin, Dipl. Lebens & Sozialberaterin, Dipl. systemische NLP Master Practitioner, Dipl.systemischer Coach, Mentalcoach*
*Termin:* *Freitag, 14.10.2022 von 12:30 – 15:30 Uhr*
*Ort:* *Eltern Kind Zentrum Braunau*
*Preis:* *4,00 € pro Person*

**Baby was willst du mir sagen (Entspannte Babys & entspannte Eltern)**

*Was will dein Baby "sagen", wenn es unruhig ist? Wie kannst du die Bedürfnisse und die Sprache deines Babys verstehen? Wie kannst du dein Baby beruhigen? Wie kannst du gut auf dich achten? Dieses Seminar sensibilisiert dich für die Signale deines Babys und hilft dir, die Feinheiten in dieser Babysprache zu verstehen. Es schult deine Feinfühligkeit, damit du eine noch bessere Beziehung zu deinem Kind aufbauen kannst. Anhand von Videos lernst du, dein Baby noch besser zu verstehen. Du erfährst, wie du dein Baby beruhigen kannst, was Selbstregulation bedeutet und wozu sie gut ist. Zum Abschluss geht es um Selfcare für Mamas und Papas! Auch werdende Eltern sind zu diesem Seminar eingeladen, um sich auf diese Weise auf die Zeit nach der Geburt vorzubereiten.*

*Leitung:* *Marie Thérèse Schmiedleitner, Master Practitioner, Dipl.systemischer Coach, Mentalcoach*
*Termin:* *Freitag, 02.11.2022 von 19:00 – 20:30 Uhr*
*Ort:* *Eltern Kind Zentrum Braunau*
*Preis:* *2,00 € pro Person*

# Braunau

**Homöopathie**

*Wie wirkt Homöopathie? Welche Möglichkeiten gibt es?*
*Kinder Hausapotheke, was soll ich für den Notfall immer griffbereit zu Hause haben.*
*Was tun bei Fieber? Ist Fieber wirklich so gefährlich, wie immer behauptet wird... was kann ich tun, um meinem Kind bei verschiedensten Erkrankungen bestmöglich mit kleinen, aber wirkungsvollen Anwendungen zu helfen...*

*Leitung:* *Dr. Monika Spitzwieser*
*Termin:* *Mittwoch, 09.11.2022 von 18:00 – 19:30 Uhr*
*Ort:* *Eltern Kind Zentrum Braunau*
*Preis:* *2,00 € pro Person*

**Freies, selbstbestimmtes Spiel macht Kinder zufrieden und kompetent**

*Mit Neugier erforschen die Kinder die Welt. Das Spiel ist Hauptbestandteil des kindlichen Tuns, es ist eine vom Kind selbstgewählte Tätigkeit, immer mit Lust und Freude verbunden und führt zu einer tiefen Befriedigung. Jedes Kind ist fähig selbständig zu spielen und seine Entwicklungsschritte im Spiel selber zu tun. „Wesentlich ist, dass das Kind möglichst viele Dinge selbst entdeckt. Wenn wir ihm bei der Lösung aller Aufgaben behilflich sind, berauben wir es gerade dessen, was für seine Entwicklung das Wichtigste ist. Ein Kind, das durch selbständige Experimente etwas erreicht, erwirbt ein ganz andersartiges Wissen als eines, dem die Lösungen fertig geboten werden," Emmi Pikler. In diesem Workshop werden wir uns mit folgenden Fragen beschäftigen: Wie schaffe ich eine anregende Umgebung, damit sich das Kind spielend vertiefen kann? Welche Spielmaterialien biete ich Kinder von 0-3 Jahren an?*
*Was kann ich tun, wenn mein Kind nicht alleine spielt?*

*Leitung:* *Michaela Hamader Berger, Fachl. Begleitung von Krabbelstubeneinrichtungen, Kindergartenpädagogin, Pikler-Kleinkindpädagogin, LSB in A. u. S., Elternbegleitung*
*Termin:* *Mittwoch, 08.02.2023 von 19:00 – 22:00 Uhr*
*Ort:* *Eltern Kind Zentrum Braunau*
*Preis:* *4,00 € pro Person*

# Braunau

**Kinderkrankheiten**

*Oh Gott, mein Kind hat einen Hautausschlag. Welche Erkrankungen gibt es, wie kann ich sie erkennen und was kann ich als Elternteil machen.*
*Welche Wickel, Salben usw. kann man anwenden.*

| | |
|---|---|
| *Leitung:* | *Dr. Monika Spitzwieser* |
| *Termin:* | *Mittwoch, 15.02.2023 von 18:00 – 19:30 Uhr* |
| *Ort:* | *Eltern Kind Zentrum Braunau* |
| *Preis:* | *2,00€ pro Person* |

**Montessori für ZUHAUSE (Materialien für Kinder von 1-10 Jahren selbst herstellen)**

*Wie können wir unsere Kinder stark machen? Bereits in frühester Kindheit strömen unterschiedlichste Eindrücke auf uns ein. Sie zu bewältigen erfordert eine große Anstrengung. Gerade in unserer schnelllebigen und von vielen Reizen überfluteten Zeit, brauchen Kinder Fixpunkte in ihrem Tagesablauf. Die Montessori-Pädagogik bietet viele praktische Tipps wie man wichtige Ordnungsprinzipien, die zum Lernen und für das Leben wichtig sind, zu Hause bzw. im Kindergarten mit einfachen Mitteln umsetzen kann.*
*1. Abend: Einführung in die Montessori-Pädagogik*
*Vorstellung der verschiedensten Materialien (von Dingen des alltäglichen Lebens, Fühl- und Sinnesmaterialien über Erzählkreis, 1x1 Tafeln, Bruchrechnen, ...)*
*2.+ 3. Abend: Herstellung der am 1. Vormittag bestellten Materialien nach dem Prinzip von Maria Montessori für das eigene Kind!*

| | |
|---|---|
| *Leitung:* | *Mag. Claudia Sageder, Montessori-Pädagogin, Gordon Familien- und Persönlichkeitstrainerin* |
| *Termin:* | *Samstag, 11.03. / 18.03. / 25.03. 2023 je von 09:00 – 12:20 Uhr* |
| *Ort:* | *Eltern Kind Zentrum Braunau* |
| *Preis:* | *10,90 € pro Person + Materialkosten* |

# Braunau

**Die sieben Sicherheiten die Kinder brauchen**

*Die kindliche Entwicklung folgt sieben naturgegebenen Evolutionsstufen. Dürfen Kinder diesen Entwicklungsweg ungestört durchlaufen, entfalten sie wie von selbst sieben Grundsicherheiten. Ist dies auf Grund von Stressfaktoren nicht möglich zeigen sich kindliche Verhaltensauffälligkeiten wie Lernschwierigkeiten und Schulprobleme, mangelndes Selbstvertrauen, Schüchternheit, Hyperaktivität, verzögerte Sprachentwicklung.*
*Dies sind Botschaften an uns Erwachsene. Kinder teilen uns auf diese Weise etwas mit und es liegt an uns, ihre Sprache zu verstehen zu lernen. Die Evolutionspädagogik zeigt einen neuen Weg, um eine positive Entwicklung der Kinder rasch und gezielt zu aktivieren.*
*Dieser Vortrag hilft Eltern,Lehrern und Erziehern das Verhalten und die "Sprache" von Kindern grundsätzlicher und tiefer zu verstehen.*
*Die EVO hilft bei; um nur einige Punkte zu nennen,*

- *Schwierigkeiten in der Schule wie lesen,schreiben und rechnen, Konzentrationsschwierigkeiten*
- *Probleme in der Klassengemeinschaft oder Freunde zu finden*
- *bei Kindern, die ins Bett einnässen oder den Stuhl zurückhalten*
- *Mobbing*
- *Einschlafprobleme, Durchschlafprobleme*
- *Ängste, Trauer*
- *Tollpatschigkeit und noch vieles mehr*

*Leitung:* *Gertraud Berer, Evolutionspädagogin*
*Termin:* *Montag, 03.04.2023 von 19:00 bis 22:00 Uhr*
*Ort:* *Eltern Kind Zentrum Braunau*
*Kosten:* *4,00 €*

# Braunau

**Wie achtsame Pflege die Beziehung und den Selbstwert stärkt**

*„Wenn die Kinder aus dem engen Zusammensein mit dem Erwachsenen emotional gesättigt herausgehen, dann ist das die beste Grundlage für ein gutes, ausgeglichenes und selbständiges Spielen, Bewegen und Erkunden der Welt.“ Emmi Pikler.*
*Die Art und Weise und Weise wie wir mit dem Kind umgehen, wie wir sie berühren, prägt ganz wesentlich die Beziehung zum Erwachsenen und die Persönlichkeitsentwicklung des Kindes.*
*In diesem Workshop werden wir uns mit folgenden Themen beschäftigen:*
*Warum ist es so wichtig, wickeln nicht nur als Hygienemaßnahme zu sehen?*
*Wie begleite ich mein Kind während der verschiedenen Pflegehandlungen wie wickeln, anziehen, essen,.....und was hilft Eltern und Kindern ein friedliches Zusammensein zu erleben?*

*Leitung:* *Michaela Hamader Berger, Fachl. Begleitung von Krabbelstubeneinrichtungen, Kindergartenpädagogin, Pikler-Kleinkindpädagogin, LSB in A. u. S., Elternbegleitung*
*Termin:* *Mittwoch, 26.04.2023 von 19:00 – 22:00 Uhr*
*Ort:* *Eltern Kind Zentrum Braunau*
*Preis:* *4,00 € pro Person*

**Nein, nein, nein, ...wie begleite ich die Autonomiephase meines Kindes und wie lernt es Regeln!**

*Mit der Geburt beginnt ein langer Weg, auf dem das Kind lernt, sich in der Welt zurecht zu finden, Regeln zu integrieren und einen Platz in der Gemeinschaft einzunehmen. Die Autonomiephase ist ein wichtiger Entwicklungsschritt im Leben des Kindes.*
*Wir werden uns damit beschäftigen, wie der Erwachsene das Kind in dieser Selbstbestimmungsphase unterstützen und begleiten kann.*

- *Wie wir Kinder entwicklungsgerecht an soziale Regeln und Erwartungen heranführen können?*
- *Von der Notwendigkeit elterlicher Führung in der Familie: Wieviel Freiraum braucht das Kind und wie setze ich klare Grenzen? Wie begleite ich heftige Gefühle meines Kindes?*

*Leitung:* *Michaela Hamader Berger, Fachl. Begleitung von Krabbelstubeneinrichtungen, Kindergartenpädagogin, Pikler-Kleinkindpädagogin, LSB in A. u. S., Elternbegleitung*
*Termin:* *Mittwoch, 24.05.2023 von 19:00 – 22:00 Uhr*
*Ort:* *Eltern Kind Zentrum Braunau*
*Preis:* *4,00 € pro Person*

# Braunau

**Wie begleite ich mein Kind bei Konflikten....**

*"Ein Zusammenleben mit anderen Menschen ist ohne Konflikte nicht möglich. Das Einzige, was wir wählen können ist, wie wir uns bei Konflikten, wenn sie entstehen, verhalten wollen"*

- *Konflikte verstehen und hilfreich begleiten – Möglichkeiten und Lösungswege aufzeigen*
- *Beißen, schubsen, hauen....wie begleite ich heftige Gefühle meines Kindes?*
- *Wieviel elterliche Führung ist notwendig bei Geschwisterstreit?*

*Leitung:* *Michaela Hamader Berger, Fachl. Begleitung von Krabbelstubeneinrichtungen, Kindergartenpädagogin, Pikler-Kleinkindpädagogin, LSB in A. u. S., Elternbegleitung*
*Termin:* *Mittwoch, 21.06.2023 von 19:00 – 22:00 Uhr*
*Ort:* *Eltern Kind Zentrum Braunau*
*Preis:* *4,00 € pro Person*

## WIR SUCHEN IMMER WIEDER SUPERHELD*INNEN

**... für folgende Aufgaben:**

Referent*innen für Elternbildungsveranstaltungen

Spielgruppenleiter*innen

Ferienmitarbeiter*innen (ab 16 Jahre)

... für ganzjährige fallweise Beschäftigung bei der mobilen Animation

... für die Sommerferien bei der Aktion Ferien im Betrieb

Pädagog*innen in Ausbildung

... für das Angebot SummerSchool

ausgebildete Pädagog*innen

... für die Kinderbildungs- und Betreuungseinrichtungen

**Informationen zu den einzelnen Stellen bei der EKIZ-Leitung bzw. unter innviertel@kinderfreunde.cc**

Babyday

# Familien markt

**15.10.22**

9 - 17 Uhr

Riedau

zahreiche Ausstellende,
Shopping & Kulinarik

11:00 Kindertheater

14:30 Kinderkonzert

www.itsbabyday.net

Die Kinderfreunde Innviertel

Dieses Projekt wird unterstützt von der Inn-Salzach-Euregio und begleitet von der Regionalmanagement OÖ GmbH.

KUDDEL MUDDEL

# Mattighofen

## *Programminhalte*

Rund um Schwangerschaft und Geburt
ab Seite 39

Spielgruppen
ab Seite 42

Angebote für Kinder
ab Seite 43

Angebote  für Erwachsene
ab Seite 47

Veranstaltungen
ab Seite 47

Elternbildung
ab Seite 48

# Mattighofen

## Rund um die Geburt und Schwangerschaft

**Mutterberatung**

*Die Mutterberatung bietet umfassende Beratung für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern bis zum 3. Lebensjahr. Kostenlos*
*Terminvereinbarung vorab telefonisch unter 07722/803-60461 und 07722/803-60361.*
*Leitung: Mag. Gabriele Pollok, MA, Sozialarbeiterin*
*Termine: immer am 4. Montag von 08:30 – 11:30 Uhr*

**Vorbereitungskurs auf Geburt & Elternschaft**

*Es werden die Themen Schwangerschaft, Geburt(sverlauf), Schmerz(verarbeitung), Ernährung des Babys, das Wochenbett und noch vieles mehr behandelt.*

*Leitung:* *Teresa Maria Eisert, Elternbildnerin*
*Termine:* *13.09. – 11.10.2022, 17:30 – 20:00 Uhr*
*28.02. – 28.03.2023, 17:30 – 20:00 Uhr*
*25.04. – 23.05.2023, 17:30 – 20:00 Uhr*
*Preis:* *130,00 € / Kurs (jeweils 5 Termine)*

**Baby Steps ® (für Kinder von 1-12 Monate)**

*BabySteps ist ein bindungs- und bedürfnisorientierter Babykurs.*
*Der Austausch und Deine Fragen zu den Themen des 1. Lebensjahres stehen im Mittelpunkt des Kurses: Bindung, Handling und Entwicklung, Kommunikation, Milch (Formula/Stillen), Tragen, Schlafen, Beikost.*
*Im Maxis-Kurs wird es langsam krabbelig und bunter. Je älter Dein Baby, desto mehr profitiert es von Liedern und Schoßspielen. Die vorbereitete Spielumgebung ist dem Entwicklungsstand der Babys angepasst. Dein Baby darf gemeinsam mit den anderen Babys die Umgebung erkunden und im eigenen Tempo erkunden.*
*Im Minis-Kurs wenden wir uns vor allem der Wahrnehmung des Babys zu. Je älter Dein Baby, desto mehr profitiert es von Liedern und Schoßspielen. Daher sind die Spielanregungen dem Entwicklungsstand der Babys angepasst und die Babys in ihrer natürlichen Neugier unterstützt.*

*Leitung:* *Lisa Weber, BabySteps-Leiterin*
*Termin:* *Maxis (7-12 Monate), ab Donnerstag, 22.09., von 09:00 – 10:00 Uhr*
*Minis (1-6 Monate), ab Donnerstag, 22.09., von 10:30 - 11:30 Uhr*
*Preis:* *77,00 € / Kurs (7 Termine)*

# Mattighofen

**Babymassage – für Babys ab 5 Wochen**

*Die Massage hat einen positiven Effekt auf den Kreislauf, die Muskulatur und die Verdauung des Babys.*
*Es wir die Eltern-Kind-Beziehung gestärkt und man kommt in Kontakt mit anderen Mamas und Babys. Und was sicher gerade für die Mamas wichtig ist: die Babymassage fördert einen guten Schlaf. Bitte mitbringen: Stillkissen/Polster, Babyöl*

*Leitung:* *Nina Postl, ausgeb. Kursleiterin, Yoga-Lehrerin*
*Termine:* *immer Mittwoch, ab 05.10.2022 von 09:00 – 09:45 Uhr*
*Preis:* *50,00 € für 5x*

**Mama & Baby-Yoga (ab 8 Wochen, bei Kaiserschnitt ab 12 Wochen)**

*Sanfte Rückbildung und Kräftigung… Wohlbefinden und Entspannung werden gefördert.*
*Teilweise werden die Babys in die Asana mit einbezogen.*
*Bitte mitbringen: Stillkissen/Polster, bequeme Kleidung.*

*Leitung:* *Nina Postl, Yogalehrerin*
*Termine:* *Mittwoch, 05.10.2022 von 10:00 – 10:45 Uhr*
*Preis:* *50,00 € für 5x*

**Babytreff mit Geburtsgeschichtenvormittag**

*In gemütlicher Atmosphäre, bei Tee und Keksen, erhält jeder Elternteil die Möglichkeit von der Geburtsreise des/der eigenen Kindes/Kinder zu erzählen. Außerdem besteht allgemein die Möglichkeit sich auszutauschen. Zielgruppe: alle Elternteile, die das Bedürfnis haben; besonders sind die teilnehmenden Elternteile des Kurses zur Vorbereitung auf Geburt und Elternschaft eingeladen diese Möglichkeit des Austausches zu nutzen!*

*Leitung:* *Teresa Maria Eisert, Elternbildnerin*
*Termin:* *Samstag, 01.04.2023 von 09:30 – 11:30 Uhr*
*Preis:* *5,00 €*

# Mattighofen

**Erste-Hilfe-Basics**

*Erste Hilfe bei Neugeborenen, Babys und Kleinkindern...*

*Leitung:* *Cornelia Plank, ÖWR*
*Termin:* *18.04.2023 von 17:30 – 20:00 Uhr*
*Preis:* *30,00 €*

**Schwangerschaftsyoga**

*Leitung:* *Nina Postl, Yogalehrerin*
*Termine:* *ab Februar 2023, Termin wird noch bekannt gegeben*

**Selbermachen macht Freude**

*Kinder bekommen so viele Geschenke. Dabei haben sowohl die Schenkenden, als auch die Beschenkten, oft die Qual der Wahl. Die Werbung tut ihren Teil dazu. Die Kinder wissen gar nicht, womit sie zuerst spielen sollten. Vorgefertigte Spiele geben den Kindern vor, wie sie damit zu spielen haben und die Anregung zur spielerischen Kreativität geht verloren. Warum nicht die Zeit nehmen und für sein Kind, oder gemeinsam mit dem Kind Spielzeuge selbst herstellen? Ich möchte euch in diesem Workshop, verschiedene Spiele und Spielzeug zum selbermachen vorstellen. Wir arbeiten mit verschiedensten Materialien( Tücher,Steine, Schleichtiere, Duplo, Knete.....). Ich möchte ihnen in diesem Workshop, viele Ideen und Anregungen mitgeben und eine tolle Zeit mit ihnen verbringen.*

*Leitung:* *Evelyn Eckart, Montessoripädagogin und Kinderbetreuerin*
*Termin:* *wird noch bekannt gegeben (2 Abende zu je 2 Stunden)*
*Kosten:* *35,00 € gesamt + Bastelbeitrag*

# Mattighofen

## Spielgruppen

*Die Spielgruppen starten im September 2022 und enden im Juli 2023. Anmeldung bitte unbedingt erforderlich. Einstieg jederzeit möglich. Elternbildungsgutscheine sind einlösbar. Auf Wunsch werden die Blöcke immer verlängert.*

*Kosten für Spielgruppen mit Begleitung:*
*1,0 Stunde: 39,00 € / 35,00 € für Kinderfreunde Mitglieder (für 8x)*
*1,5 Stunden: 52,00 € / 48,00 € für Kinderfreunde Mitglieder (für 8x)*

*Kosten für Spielgruppen ohne Begleitung:*
*2,0 Stunden: 88,00 € / 80,00 € für Kinderfreunde Mitglieder (für 8x)*

### Mini Mäuse – für Kinder ab ca. 1,5 Jahr (mit Begleitung)

*Termin:* *jeden Dienstag, ab 13.09.2022, von 08:45 – 10:15 Uhr*
*Leitung:* *Isabella Feichtenschlager*

### Krabbelkäfer – für Kinder ab ca. 6 Monate (mit Begleitung)

*Termin:* *jeden Dienstag, ab 13.09.2022, von 10:15 – 11:15 Uhr*
*Leitung:* *Isabella Feichtenschlager*

### Loslassgruppe Zwergenpower, ab ca. 2 Jahre (ohne Begleitung)

*Termin:* *jeden Montag, ab 03.10.2022, von 09:00 - 11:00 Uhr*

### Waldspielgruppe – für Kinder ab ca. 1 Jahr

*Natur, frische Luft und ein tolles, abwechslungsreiches Programm erwarten euch…*
*In dieser Spielgruppe wird den Kindern, neben jeder Menge Spaß, auch viel Wissen über die Natur beigebracht.*
*Gatschküche, Baumgesichter, selbstgemachte Spinnennetze, … nur ein kleiner Auszug was der große Spielplatz „Wald“ zu bieten hat.*

*Leitung:* *Maria Pixner, Natur- und Erlebnisführerin*
*Termin:* *immer Dienstag, ab 27.09.2022 von 09:30 – 11:00 Uhr*
*Treffpunkt:* *Parkplatz Holzwiesental, Schalchen*
*Preis:* *88,00 € für 8x, inkl. aller Materialien*

# Mattighofen

## Angebote für Kinder

**Offener Treff für ALLE jeden Mittwoch (Ausnahme: schulfreie Tage)**

*In gemütlicher Atmosphäre gemeinsam spielen, plaudern, Kaffee trinken, sich austauschen, .... Freunde finden! Kostenlos.*

*Start: Mittwoch, 14.09.2022 – 08.07.2023 von 09:30 - 11:30 Uhr*

**Wald-Abenteuer mit Papa und/oder Opa**

*Mit Papa und/oder Opa erlebt ihr einen tollen Nachmittag. Ihr lernt allerhand rund um die Natur und erfährt was eigentlich die Funktionen des Waldes sind...*

*Leitung: Tamara Schäfer, Waldpädagogin, Bundesforste.*
*Treffpunkt: Munderfing, wird bei Anmeldung bekannt gegeben*
*Termin: Freitag, 09.09.2022 von 14:30 – 17:00 Uhr*
*Preis: 5,00 € pro Familie*

**Kinder-Yoga (ab ca. 5 Jahre)**

*Im Yoga geht es nicht darum, auf dem Kopf zu stehen,*
*sondern fest auf den eigenen Füßen. (KausthubDesikachar)*
*Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Trinkflasche und Kuscheltier.*

*Leitung: Nina Postl, Kinder-Yogalehrerin*
*Termin: immer Donnerstag, ab 15.09.2022 von 16:30 – 17:30 Uhr*
*Preis: 50,00 € für 5x*

**Teenie-Yoga (von 12 - 16 Jahre)**

*Im Yoga geht es nicht darum, auf dem Kopf zu stehen,*
*sondern fest auf den eigenen Füßen. (KausthubDesikachar)*
*Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Trinkflasche*

*Leitung: Nina Postl, Kinder-Teenielehrerin*
*Termin: immer Donnerstag, ab 15.09.2022 von 17:30 – 18:30 Uhr*
*Preis: 50,00 € für 5x*

# Mattighofen

**Holzwiesental mit Papa**

*Auf dem Rundweg im Holzwiesental erfahren wir vieles über die verschiedenen Bäume im Kobernaußerwald. Wir sehen uns Fichte, Tanne, Buche und Erle genauer an.*
*Wie sah es dort in der Bronzezeit/Eiszeit aus? Mit der Sage von der goldenen Deichsel und dem Bauen einer Waldkegelbahn schließen wir unseren Waldnachmittag ab. Natürlich sind nicht nur die Papas willkommen, sondern auch die Opas.*

*Leitung:* Maria Pixner, Natur- und Erlebnisführerin
*Termin:* Dienstag, 18.10.2022 von 15:00 – 18:00 Uhr
*Termin:* Dienstag, 23.05.2023 von 15:00 – 18:00 Uhr
*Treffpunkt:* Parkplatz Holzwiesental, Schalchen
*Preis:* 13,00 €

Papa aktiv

**Herbst im Wald**

*Was passiert, wenn die Bäume ihr Laub verlieren? Welche Tiere ziehen sich zurück?*
*Wer hält wo, wie lange Winterschlaf oder Winterstarre?*
*Wir erkunden den herbstlichen Wald, stellen ein buntes Blätterglas her, basteln mit Zapfen.*
*Mit verschiedenen Spielen küren wir uns gegenseitig mit einem Blätterkranz zum Waldkönig.*

*Leitung:* Maria Pixner, Natur- und Erlebnisführerin
*Termin:* Dienstag, 25.10.2022 von 14:00 – 17:00 Uhr
*Treffpunkt:* Parkplatz Holzwiesental, Schalchen
*Preis:* 13,00 €

**Bienen-Workshop – Teil 1**

*Wie sieht eine Biene überhaupt genau aus? Was ist der Unterschied zu ihren wilden Verwandten? Einführung in die Welt der Honigbiene.*
*Tamara vermittelt den Kindern Wissen über Bienen, Insekten und natürliche Kreisläufe.*

*Leitung:* Tamara Herndl, zertifizierte Bienenpädagogin
*Termin:* Freitag, 04.11.2022, von 14:30 – 17:00 Uhr
*Treffpunkt:* EKiZ Mattighofen
*Preis:* 10,00 € inkl. aller Bastelmaterialien + kleiner Honigkostprobe

# Mattighofen

**Lichterfest zum Internationalen Tag der Kinderrechte**

*Termin:* *Freitag, 18.11. 2022 von 16:30 - 18:30 Uhr*
*Treffpunkt:* *im EKiZ-Garten Mattighofen*

**Winter im Wald**

*Wir begeben uns auf eine winterliche Waldschatzsuche und beschäftigen uns mit Fragen wie:*
*Welche Tiere erwachen wann aus dem Winterschlaf?*
*Welche Tierspuren finden wir? Hase, Reh, Fuchs? Welche Vögel kehren bereits jetzt zurück?*
*Am Ende unseres Winternachmittags führen wir noch einige Experimente aus Eis durch.*

*Leitung:* *Maria Pixner, Natur- und Erlebnisführerin*
*Termin:* *Dienstag, 07.02.2023 von 14:00 – 17:00 Uhr*
*Treffpunkt:* *Parkplatz Holzwiesental, Schalchen*
*Preis:* *13,00 €*

**Auf der Pirsch im Wald**

*Mit Spielen wie dem Waldbodenfenster, Geruchsmemory, Wald Quiz, Waldolympiade, betrachten wir den Wald auch aus Sicht der Förster/Nationalpark-Rangerund Wald Detektive.*

*Leitung:* *Maria Pixner, Natur- und Erlebnisführerin*
*Termin:* *Dienstag, 07.03.2023 von 14:00 – 17:00 Uhr*
*Treffpunkt:* *Parkplatz Holzwiesental, Schalchen*
*Preis:* *13,00 €*

**Oster-Backstube**

*Mhhh, wie das duften wird... Zusammen backen wir aus Germteig Häschen, Kränze oder einfach das, was euch gefällt...*

*Leitung:* *Isabella Seiwaldstätter*
*Termin:* *Mittwoch, 26.03.2023 von 14:30 – 16:30 Uhr*
*Preis:* *11,00 €*

# Mattighofen

**Insekten – die heimlichen Herrscher der Erde (5 - 10 Jahre ohne Begleitung)**

*Unseren Bienen und Insekten soll es weiterhin gut gehen. Wir helfen und unterstützen sie gerne dabei. Wir erkunden deren Lebensbereich und finden heraus was sie alles brauchen. Jeder kann sich das selbst gebaute Insektenhotel mit nach Hause nehmen und dann weiter betreuen.*

*Leitung:* *Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin*
*Termin:* *Dienstag, 18.04.2023 von 14:00 – 17:00 Uhr*
*Treffpunkt:* *Parkplatz Holzwiesental, Schalchen*
*Preis:* *13,00 € zzgl. Materialkosten 5,00 €*

**Den Dinos auf der Spur – Reptilien im EKiZ (für Kinder ab 4 Jahre)**

*Ein echter Safari Ranger zeigt dir hier nicht nur lebende Exoten aus der ganzen Welt, du erfährst auch einiges über ihren Lebensraum, die Verhaltensweise sowie das Aussehen der Reptilien. Als Höhepunkt darfst du, wenn du dich traust, sogar den einen oder anderen Mini-Dino berühren.*

*Leitung:* *Raphael Luttinger, Reptiles for Education*
*Termin:* *Freitag, 21.04.2023 von 14:30 – 16:00 Uhr*
*Kosten:* *8,00 €*

**Bienen-Workshop – Teil 2**

*Heute sind wir vor Ort und besichtigen den Lebensraum der Biene hautnah. Finden wir die Königin? Am Ende gibt es eine kulinarische Überraschung.*

*Leitung:* *Tamara Herndl, zertifizierte Bienenpädagogin*
*Termin:* *Freitag, 29.04.2023 von 14:30 – 17:00 Uhr*
*Treffpunkt:* *Imkerei Herndl, Franking*
*Preis:* *10,00 € inkl. aller Materialien + kulinarische Überraschung*

**Bruchschokolade zum Vatertag**

*Wir schmelzen Kuvertüre und verzieren sie mit Marshmallows, Streusel und vieles mehr.*

*Leitung:* *Isabella Seiwaldstätter*
*Termin:* *Montag, 05.06.2023, von 14:30 – 16:00 Uhr*
*Kosten:* *12,00 €, inkl. Materialkosten*

# Mattighofen

**Wald-Profis on tour – Teil 1**

*Wir beschäftigen wir uns mit Spuren lesen, Tarnung von Mensch und Tier, schnitzen Stöcke, machen Baumgesichter und bauen Behausungen für Zwerge.*

*Leitung:* Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin
*Termin:* Dienstag, 14.06.2023 von 14:30 – 17:30 Uhr
*Treffpunkt:* Parkplatz Holzwiesental, Schalchen
*Preis:* 13,00 €

**Wald-Profis on tour – Teil 2**

*Spielerisch tauchen wir mit Legenden, Baumweisheiten und Waldgeschichten in die Magie des Waldes ein.*

*Leitung:* Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin
*Termin:* Dienstag, 04.07.2023 von 14:30 – 17:30 Uhr
*Treffpunkt:* Parkplatz Holzwiesental, Schalchen
*Preis:* 13,00 €

## Angebote für Erwachsene

**YOGA für Frauen und Männer**

*Leitung:* Helga Strobl-Schallhart, Yogalehrerin
*Termin:* immer Mittwoch, ab 21.09.2022 von 18:15 – 19:45 Uhr
*Preis:* 13,00 € / Termin

## Veranstaltungen für die ganze Familie

**Familienfoto – Das EkiZ wird zum Fotostudio**

*In 15 Minuten setzen wir dich und deine Familie perfekt in Szene.*
*Ihr könnt zwischen vielen verschiedenen Hintergründen und Accessoires wählen.*
*Es gibt keinen Mindesbestellwert! Ob nur ein einzelnes Foto oder ein Paket, es ist für jeden das geeignete dabei.*

*Fotografin:* Tanja Ramsauer, TK Fotografie
*Termin:* Samstag, 08.10.2022 von 09:00 – 17:00 Uhr
*Termin:* Samstag, 15.04.2023 von 09:00 – 17:00 Uhr
*Preis:* einmalige Anmeldegebühr 4,00 €

# Mattighofen

## Elternbildung

*Die geringen Beiträge sind möglich, da diese Veranstaltungen durch das Land OÖ gefördert werden. Nach Vorweis der OÖ-Familienkarte, muss der zweite Elternteil keinen Teilnehmerbeitrag zahlen.*
*Elternbildungsgutscheine können bei allen Veranstaltungen eingelöst werden!*

**Die Entwicklung der Sprache in den ersten Lebensjahren**
**Erster Abend:**
*Der Vortrag gibt einen Einblick in den Verlauf der Sprachentwicklung, deren unterschiedlichen Phasen und Meilensteine und welche Einflussfaktoren auf die Entwicklung der Sprache wirken. Weiters bietet er Hilfe zu erkennen, ob sich die Sprache des Kindes altersgerecht entwickelt und ab wann fachliche Hilfe aufgesucht werden sollte.*
**Zweiter Abend:**
*Dieser Abend bietet unterschiedliche Ideen, um die Sprachentwicklung seines Kindes zu unterstützen und gibt Zeit Eure Fragen zu beantworten.*

*Leitung:* *Susanne Egger, BSc., Logopädin mit langjähriger Erfahrung*
*Termin:* *Donnerstag, 03.11 & 10.11.2022 von 18:30 – 21:30 Uhr*
*Preis:* *4,00 € Euro pro Termin*

**Nein, nein, nein, …**
**wie begleite ich die Autonomiephase meines Kindes und wie lernt es Regeln!**
*Mit der Geburt beginnt ein langer Weg, auf dem das Kind lernt, sich in der Welt zurecht zu finden, Regeln zu integrieren und einen Platz in der Gemeinschaft einzunehmen. Die Autonomiephase ist ein wichtiger Entwicklungsschritt im Leben des Kindes.*
*Wir werden uns damit beschäftigen, wie der Erwachsene das Kind in dieser Selbstbestimmungsphase unterstützen und begleiten kann.*

- *Wie wir Kinder entwicklungsgerecht an soziale Regeln und Erwartungen heranführen können?*
- *Von der Notwendigkeit elterlicher Führung in der Familie: Wieviel Freiraum braucht das Kind und wie setze ich klare Grenzen? Wie begleite ich heftige Gefühle meines Kindes?*

*Leitung:* *Michaela Hamader-Berger, Pikler Pädagogin, Familien- & Paarberatung*
*Termin:* *Donnerstag, 09.02.2023 von 19:00 – 22:00 Uhr*
*Preis:* *4,00 €*

# Mattighofen

**Freies, selbstbestimmtes Spiel macht Kinder zufrieden und kompetent**

*Mit Neugier erforschen die Kinder die Welt. Das Spiel ist Hauptbestandteil des kindlichen Tuns, es ist eine vom Kind selbstgewählte Tätigkeit, immer mit Lust und Freude verbunden und führt zu einer tiefen Befriedigung. Jedes Kind ist fähig selbständig zu spielen und seine Entwicklungsschritte im Spiel selber zu tun. „Wesentlich ist, dass das Kind möglichst viele Dinge selbst entdeckt. Wenn wir ihm bei der Lösung aller Aufgaben behilflich sind, berauben wir es gerade dessen, was für seine Entwicklung das Wichtigste ist. Ein Kind, das durch selbständige Experimente etwas erreicht, erwirbt ein ganz andersartiges Wissen als eines, dem die Lösungen fertig geboten werden," Emmi Pikler In diesem Workshop werden wir uns mit folgenden Fragen beschäftigen: Wie schaffe ich eine anregende Umgebung, damit sich das Kind spielend vertiefen kann? Welche Spielmaterialien biete ich Kinder von 0-3 Jahren an? Was kann ich tun, wenn mein Kind nicht alleine spielt?*

*Leitung: Michaela Hamader-Berger, Pikler Pädagogin, Familien- & Paarberatung*
*Termin: Donnerstag, 23.03.2023 von 19:00 – 22:00 Uhr*
*Preis: 4,00 €*

**Wie begleite ich mein Kind bei Konflikten....**

*"Ein Zusammenleben mit anderen Menschen ist ohne Konflikte nicht möglich. Das Einzige, was wir wählen können ist, wie wir uns bei Konflikten, wenn sie entstehen, verhalten wollen." Konflikte verstehen und hilfreich begleiten – Möglichkeiten und Lösungswege aufzeigen Beißen, schubsen, hauen...wie begleite ich heftige Gefühle meines Kindes? Wieviel elterliche Führung ist notwendig bei Geschwisterstreit?*

*Leitung: Michaela Hamader-Berger, Pikler Pädagogin, Familien- & Paarberatung*
*Termin: Donnerstag, 20.04.2023 von 19:00 – 22:00 Uhr*
*Preis: 4,00 €*

**Wie achtsame Pflege die Beziehung und den Selbstwert stärkt**

*„Wenn die Kinder aus dem engen Zusammensein mit dem Erwachsenen emotional gesättigt herausgehen, dann ist das die beste Grundlage für ein gutes, ausgeglichenes und selbständiges Spielen, Bewegen und Erkunden der Welt." Die Art und Weise und Weise wie wir mit dem Kind umgehen, wie wir sie berühren, prägt ganz wesentlich die Beziehung zum Erwachsenen und die Persönlichkeitsentwicklung des Kindes. In diesem Workshop werden wir uns mit folgenden Themen beschäftigen: Warum ist es so wichtig, wickeln nicht nur als Hygienemaßnahme zu sehen? Wie begleite ich mein Kind während der verschiedenen Pflegehandlungen wie wickeln, anziehen, essen,....und was hilft Eltern und Kindern ein friedliches Zusammensein zu erleben?*

*Leitung: Michaela Hamader-Berger, Pikler Pädagogin, Familien- & Paarberatung*
*Termin: Donnerstag, 30.05.2023 von 19:00 – 22:00 Uhr*
*Preis: 4,00 €*

Krankenhaus
St. Josef Braunau

franziskanerinnen
vöcklabruck

# #ausbildung#pflege - Krankenhaus Braunau




## Kommen Sie jetzt in unser Team!

- familienfreundliche, flexible Arbeitszeitgestaltung
- interessante Fort- und Weiterbildungsangebote
- umfangreiche Sozialleistungen (Kantine, Mitarbeiterrabatte, Kinderbetreuung: All-inclusive package – Sorglospaket für Eltern, etc.)

Möglichkeit der Ausbildung zur Pflegefachassistenz und Pflegeassistenz am Standort
**NEU ab Herbst** – Ausbildung zur operationstechnischen Assistenz

Wir sind auf der Suche nach:

- Diplomierte Gesundheits- und KrankenpflegerInnen
- Hebamme/Entbindungshelfer
- PflegefachassistentInnen und PflegeassistentInnen

PD Frau Sandra Kaufmann, MSc
Tel. +43 7722 804-8200

Nähere Infos:
www.khbr.at/karriere

# Mettmach

## *Programminhalte*

Rund ums Baby
ab Seite 52

Spielgruppen
ab Seite 53

Kurse für Kinder & Erwachsene
ab Seite 54

Aussenspielgruppen
ab Seite 56

Elternbildung
ab Seite 59

# Mettmach

## Rund ums Baby

**Eltern-, Mutterberatung der Kinder und Jugendhilfe**

*Immer am 2. Dienstag im Monat*

*Leitung: DSA Claudia Senzenberger, Sozialarbeiterin der Kinder und Jugendhilfe*

*Termine: Dienstag, 12.9./10.10./ 14.11. und 12.12.2022 von 14:30 - 16:00 Uhr*
*Dienstag, 10.01./14.02./14.03./11.04./09.05./13.06.*
*und 11.07. 2023 von 14:30 - 16:00 Uhr*

**Babytreff**

*Gemütliches Beisammen sein mit anderen Mamas und Babys und somit mit den gleichen Freuden und Sorgen! KOSTENLOS!*

*Start: jeden zweiten Mittwoch im Monat ab 12.10.2022 von 09:00 - 11:00 Uhr*
*jeden zweiten Mittwoch im Monat ab 08.02.2023 von 09:00 - 11:00 Uhr*

**Babymassage für Babys (von 1- 5 Monaten)**

*Babymassage ist Nahrung für die Seele des Kindes; über die Haut nimmt das Baby seine Umwelt war und genießt die intensive Zuwendung. Außerdem hilft diese Massage bei Blähungen.*

*Leitung: Simone Bachleitner dipl. Familienmentorin, dipl. Babymassagekursleiterin,*
*Termin: Dienstag, 18.10.2022 ( weitere Termine sind auf Wunsch möglich)*
*von 16:30 - 18:00 Uhr*
*Dienstag, 07.03.2023 (weitere Termine sind auf Wunsch möglich)*
*von 16:30 - 18:00 Uhr*
*Preis: 15,00 € / 14,00 € für Kinderfreundemitglieder*

**Zeit für uns! - Entspannt durch die Schwangerschaft**

*Geburtsvorbereitungskurs etwas anders!*
*Kursinhalt: Wie bereite ich mich und mein Baby auf die Geburt vor?*
*Bindungsfördernde Übungen - Entspannungsübungen - Bonding nach der Geburt - Elemente der Babymassage - Stillen - Erfahrungsaustausch*

*Leitung: Simone Bachleitner, dipl. Familienmentorin, dipl. Babymassagekursleiterin*
*Start: Dienstag, 18.10.2022 bis 15.11.2022 von 19:00 - 20:30 Uhr (4x)*
*Dienstag, 07.03.2023 bis 28.03.2023 von 19:00 - 20:30 Uhr (4x)*
*Preis: 60,00 € / 55,00 € für Kinderfreundemitglieder*

# Mettmach

## Spielgruppen in Mettmach

*Die Spielgruppen starten im September 2022 und enden im Juli 2023. Anmeldung bitte unbedingt erforderlich. Einstieg jederzeit möglich. Elternbildungsgutscheine sind einlösbar. Auf Wunsch werden die Blöcke immer verlängert.*

*Kosten für Spielgruppen mit Begleitung (bitte bei Beginn einzahlen):*
*1,0 Stunde: 39,00 € / 35,00 € für Kinderfreunde Mitglieder (für 8x)*
*1,5 Stunden: 52,00 € / 48,00 € für Kinderfreunde Mitglieder (für 8x)*

**Bambinis 6-10 Monaten (mit Begleitung)**

*Leitung:* *Melanie Pürstinger*
*Start:* *Montag, 26.09.2022 von 08:30 - 09:30 Uhr*
*Montag, 09.01.2023 von 08:30 - 09:30 Uhr*

**Krabbelzwerge 10-18 Monate (mit Begleitung)**

*Leitung:* *Melanie Pürstinger*
*Start:* *Montag, 26.09.2022 von 09:45 - 11:15 Uhr*
*Montag, 09.01.2023 von 09:45 - 11:15 Uhr*

**Rasselbande 1,5 - 3 Jahren (mit Begleitung)**

*Leitung:* *Melanie Pürstinger*
*Start:* *Dienstag, 27.09.2022 von 09:00 - 10:30 Uhr*
*Dienstag, 10.01.2023 von 09:00 - 10:30 Uhr*

# Mettmach

## Kurse für Kinder und Erwachsene

**Elternbegleitung**

*Jeden ersten Donnerstag im Monat haben Eltern die möglichkeit sich in Einzelgesprächen Hilfe und Unterstützung zu holen im Eltern sein.....' wie soll ich reagieren, wenn mein Kind beißt mein Kind schläft nicht/isst nicht....spielt nicht alleine...wie gelingt das Sauberwerden?*
*Anmeldung erforderlich*

*Leitung:* *Michaela Hameder-Berger ( Fachl.Begleitung von Krabbelstubeneinrichtungen, Kindergartenpädagogin, Pikler- Kleinkindpädagogin, LSB in A.u.S. Elternbegleitung)*
*Zeit:* *Donnerstag, 06.10.2022 von 15:00 - 16:00 Uhr*
*Donnerstag, 02.02.2023 von 15:00 - 16:00 Uhr*
*Preis:* *15,00 € / pro halbe Stunde*

**Offener Treff**

*Hier hat jeder die Möglichkeit kostenlos das EKIZ zu nutzen, Kontakte zu knüpfen, oder sich einfach auszutauschen.*
*Ob Schwangere, Eltern mit Kind, Omas und Opas - jeder ist HERZLICH WILLKOMMEN!!*

*Zeit:* *jeden zweiten Freitag ab 14.10.2022 von 09:30 - 10:30 Uhr*
*jeden zweiten Freitag ab 13.01.2023 von 09:30 - 10:30 Uhr*

## WIR SUCHEN IMMER WIEDER SUPERHELD*INNEN

**... für folgende Aufgaben:**

*Referent*innen für Elternbildungsveranstaltungen*
*Spielgruppenleiter*innen*
*Ferienmitarbeiter*innen (ab 16 Jahre)*
*... für ganzjährige fallweise Beschäftigung bei der mobilen Animation*
*... für die Sommerferien bei der Aktion Ferien im Betrieb*
*Pädagog*innen in Ausbildung*
*... für das Angebot SummerSchool*
*ausgebildete Pädagog*innen*
*... für die Kinderbildungs- und Betreuungseinrichtungen*

**Informationen zu den einzelnen Stellen bei der EKIZ-Leitung bzw. unter innviertel@kinderfreunde.cc**

# Mettmach

**Entdecke deine Zauberkraft (Workshop für Kids von 7-10 Jahren)**

*„Wir können den Wind nicht ändern, aber die Segel anders setzten“ (Aristoteles)*

*Vielleicht können wir die Welt nicht ändern aber wir können lernen mit den Umständen besser umzugehen. In meinem Workshop gebe ich Kindern Werkzeuge an die Hand für mehr Ruhe und Zufriedenheit zur Stressreduktion durch Fantasiereisen, Yoga, Meditation und Entdeckung der Lieblingsfachzauberkräfte.*

- *Entdecke die Lieblingsfachzauberkräfte*
- *Lerne schneller ruhig zu sein durch Fantasiereisen*
- *Hab Spaß beim Tanzen und Basteln (Zauberschneekugel)*
- *Lerne deine Gefühle kennen*

*Das solltest du mitnehmen:*

- *gemütliche Kleidung*
- *Turn- oder Jogamatte*
- *eventuell kleine Jause und Trinkflasche*

*Leitung:* *Katrin Schrattenecker, (Lieblingsfach Basis Trainer)*
*Termine:* *Mittwoch, 5.10./12.10./19.10./26.10./2.11./und 09.11.2022 von 15:00 - 16:30 Uhr*
*Mittwoch, 1.3./8.3./15.3./22.3./29.3./ und 05.04.2023 von 15:00 - 16:30 Uhr*
*Preis:* *82,00 €*

**Herbstfest**

*Gemeinsam basteln wir Sachen aus Ton, kochen Marmelde und noch vieles mehr!!*
*Zeit:* *Freitag, 21.10.2022 von 14:00 - 16:00 Uhr*
*Preis:* *8,00 €*

**Die Fotografin kommt**

*Leitung:* *Isabella Stockhammer vom Fotostudio Hirnschrott*
*Zeit:* *Samstag, 22.10.2022 von 08:30 - 13:00 Uhr*
*Kosten:* *4,00 € Unkostenbeitrag*

# Mettmach

**Lichterfest zum internationalen Tag der Kinderrechte**
*Treffpunkt ist das Eltern-Kind-Zentrum Mettmach!*
*Zeit: Freitag, 18.11.2022 von 17:00 - 18:00 Uhr*

**Familienzeit: Kekse backen**
*Zeit: Mittwoch, 30.11.2022 von 14:00 bis 16:00*
*Preis: 8,00 € / 7,00 € für Kinderfreundemitglieder*

**Frühlingsfest**
*Gemeinsam wird gebastelt und noch vieles mehr!*
*Zeit: Freitag, 02.06.2023 von 14:00 - 16:00 Uhr*
*Preis: 8,00 €*

# Aussenspielgruppen

*Die Spielgruppen starten im September 2022 und enden im Juli 2023. Anmeldung bitte unbedingt erforderlich. Einstieg jederzeit möglich. Elternbildungsgutscheine sind einlösbar. Auf Wunsch werden die Blöcke immer verlängert.*

*Kosten für Spielgruppen mit Begleitung (bitte bei Beginn einzahlen):*
*1,0 Stunde: 39,00 € / 35,00 € für Kinderfreunde Mitglieder (für 8x)*
*1,5 Stunden: 52,00 € / 48,00 € für Kinderfreunde Mitglieder (für 8x)*

**Zwergerl Aurolzmünster (5-10 Monaten, mit Begleitung)**
*Leitung: Corina Heftberger*
*Ort: Dienstleistungszentrum, Spielgruppenraum*
*Start: Montag, 05.09.2022 von 08:30 - 09:30 Uhr (8x)*
*Montag, 09.01.2023 von 08:30 - 09:30 Uhr*

**Stupsnasen Aurolzmünster (10 -18 Monaten, mit Begleitung)**
*Leitung: Corina Heftberger*
*Start: Montag, 05.09.2022 von 09:45 - 11:15 Uhr (8x)*
*Montag, 09.01.2023 von 09:45 - 11:15 Uhr (8x)*

**Springginkerl Aurolzmünster (ab 1,5 Jahren, mit Begleitung)**
*Leitung: Corina Heftberger*
*Start: Mittwoch, 07.09.2022 von 09:00 - 10:30 Uhr (8x)*
*Mittwoch, 11.01.2023 von 09:00 - 10:30 Uhr (8x)*

# Mettmach

**Bambinis Eberschwang (5 - 10 Monaten, mit Begleitung)**

*Leitung:* *Kerstin Stadlbauer*
*Start:* *Montag, 19.09.2022 von 08:30 - 09:30 Uhr (6x)*
*Montag, 09.01.2023 von 08:30 - 09:30 Uhr (6x)*
*Ort:* *Feuerwehrhaus Eberschwang*

**Zwergerl Eberschwang (10-18 Monaten, mit Begleitung)**

*Leitung:* *Julia Fischerleitner*
*Start:* *Donnerstag, 08.09.2022 von 09:15 - 10:15 Uhr*
*Donnerstag, 12.01.2023 von 09:15 - 10:15 Uhr*

**Krabbelzwerge Eberschwang (ab 1,5 Jahren, mit Begleitung)**

*Leitung:* *Kerstin Stadlbauer*
*Start:* *Montag, 19.09.2022 von 09:45 - 10:45 Uhr (6x)*
*Montag, 09.01.2023 von 09:45 - 10:45 Uhr (6x)*

**Rasselbande Eberschwang (2 -3 Jahren, mit Begleitung)**

*Leitung:* *Silvia Geiger*
*Start:* *Dienstag, 20.09.2022 von 09:45 - 10:45 Uhr (6x)*
*Dienstag, 10.01.2023 von 09:45 - 10:45 Uhr (6x)*

**Stupsnasen Gurten (ab 1 Jahr, mit Begleitung)**

*Alle Daten werden bei der Anmeldung bekannt gegeben!*
*Ort:* *Pfarrheim Gurten*

**Stupsnasen Kirchheim (10 - 18 Monate mit Begleitung)**

*Wird bei Bedarf angeboten!*
*Ort:* *Spielgruppenraum Kirchheim*

**Bambinis Lohnsburg (5 - 10 Monate mit Begleitung)**

*Leitung :* *Laura Strasser*
*Start:* *Dienstag, 20.09.2022 von 09:00 - 10:00 Uhr*
*Dienstag, 10.01.2023 von 09:00 - 10:00 Uhr*
*Ort:* *Gemeindeamt Spielgruppenraum Lohnsburg*

# Mettmach

**Krabbelzwerge Lohnsburg (10-18 Monaten, mit Begleitung)**

*Leitung:* *Anita Bruckbauer*
*Start:* *Donnerstag, 22.09.2022 von 08:30 - 10:00 Uhr*
*Donnerstag, 12.01.2023 von 08:30 - 10:00 Uhr*

**Springginkerl Lohnsburg (ab 1,5 Jahren, mit Begleitung)**

*Leitung:* *Anita Bruckbauer*
*Start:* *Donnerstag, 22.09.2022 von 10:15 - 11:45 Uhr*
*Donnerstag, 12.01.2023 von 10:15 - 11:45 Uhr*

**Wichtel Schildorn (ab 1 Jahr, mit Begleitung)**

*Leitung:* *Anita Bruckbauer*
*Start:* *Montag, 19.09.2022 von 09:00 - 10:30 Uhr*
*Montag, 09.01.2023 von 09:00 - 10:30 Uhr*
*Ort:* *Turnhalle VS Schildorn*

# Mettmach

## Elternbildung

**Pubertät – der Wahnsinn auf 2 Beinen!**

*Sie hatten ein „normales Kind" und dann kam SIE – die Pubertät und hat einfach ihr Kind ausgetauscht! Sämtliche Erziehung die Sie bis dahin geleistet haben ist wie weggeblasen, Vernunft ist ein Fremdwort! Sie können in dieser Zeit, die übrigens im gesamten mehrere Jahre andauert, ihr Kind nicht ändern!*
*Das zu akzeptieren und den Umgang mit der Situation besser zu meistern und zu verstehen - dass kann sich aber für Sie nach diesem Workshop ändern!*

*Leitung:* *Tatjana Blümlinger ausgebildete Mentaltrainerin, Spielgruppenleiterin, Kindergarten-, Hort- und Krabbelstubenhelferin*
*Zeit:* *Dienstag, 25.10.2022 von 19:00 - 22:00 Uhr*
*Preis:* *4,00 € / kostenlos für Kinderfreundemitglieder*

**Wie gestalte und begleite ich Übergänge im Leben meines Kindes?**

*Für junge Kinder sind Übergänge oft sehr aufregend, herausfordernd, unerwünscht....*
*Bei diesem Workshop werden wir uns mit den kleinen Übergängen im Alltag beschäftigen, sowie mit dem Eintritt in eine Krabbelstube oder einen Kindergarten?*
*Was hilft den Kindern, sich auf Neues einzulassen?*
*Wie kann ich mein Kind auf Übergangssituationen oder Trennungsmomente vorbereiten?*
*Wie begleite ich mein Kind bei starken Gefühlen?*

*Leitung:* *Michaela Hameder-Berger ( Fachl.Begleitung von Krabbelstubeneinrichtungen, Kindergartenpädagogin, Pikler- Kleinkindpädagogin, LSB in A.u.S., Elternbegleitung)*
*Zeit:* *Donnerstag, 17.11.2022 von 19:00 - 22:00 Uhr*
*Preis:* *4,00 €*

# Mettmach

## Elternbildung

**Wie achtsame Pflege die Beziehung und den Selbstwert stärkt**

*„Wenn die Kinder aus dem engen Zusammensein mit dem Erwachsenen emotional gesättigt herausgehen, dann ist das die beste Grundlage für ein gutes, ausgeglichenes und selbständiges Spielen, Bewegen und Erkunden der Welt.“ Emmi Pikler*
*Die Art und Weise und Weise wie wir mit dem Kind umgehen, wie wir sie berühren, prägt ganz wesentlich die Beziehung zum Erwachsenen und die Persönlichkeitsentwicklung des Kindes.*
*In diesem Workshop werden wir uns mit folgenden Themen beschäftigen:*
*Warum ist es so wichtig, wickeln nicht nur als Hygienemaßnahme zu sehen?*
*Wie begleite ich mein Kind während der verschiedenen Pflegehandlungen wie wickeln, anziehen, essen,.....und was hilft Eltern und Kindern ein friedliches Zusammensein zu erleben?*

*Leitung:* *Michaela Hameder-Berger ( Fachl.Begleitung von Krabbelstubeneinrichtungen, Kindergartenpädagogin, Pikler- Kleinkindpädagogin, LSB in A.u.S., Elternbegleitung)*
*Zeit:* *Mittwoch, 01.03.2023 von 19:00 - 22:00 Uhr*
*Preis:* *4,00 €*

**Herausforderung – Hausübung und Co.**

*Jeden Tag das gleiche Dilemma! Wenn Hausübung/Lernen zur täglichen Belastung für die Familie wird und Sie sich schon beim Gedanken daran überfordert fühlen, dann sind Sie hier richtig!*

*Wir können leider das Schulsystem nicht ändern, denn dann würden wir sicher als erstes die Hausübung abschaffen, aber wir können die Situation an sich verändern! Frieden statt Hausübungsstress, ja es ist möglich. Als Mutter von 3 Kindern an 3 verschiedenen Schulen weiß ich von was ich da in diesem Workshop spreche!*

*Leitung:* *Tatjana Blümlinger ausgebildete Mentaltrainerin, Spielgruppenleiterin, Kindergarten-, Hort- und Krabbelstubenhelferin*
*Zeit:* *Dienstag, 18.04.2023 von 19:00 - 22:00 Uhr*
*Preis:* *4,00 € / kostenlos für Kinderfreundemitglieder*

# Riedersbach

## Programminhalte

Rund um Schwangerschaft
und Geburt
ab Seite 62

Spielgruppen
ab Seite 67

Angebote für Kinder
ab Seite 68

Angebote für die ganze Familie
ab Seite 77

Angebote  für Erwachsene
ab Seite 78

Elternbildung
ab Seite 80

# Riedersbach

## Rund um Schwangerschaft & Geburt

**Geburtsvorbereitungskurs**

*Im Geburtsvorbereitungskurs wird viel Wissen rund um Veränderungen in der Schwangerschaft, Ernährung, Atmung, Schmerz, Geburtsverlauf, ideale Gebärpositionen, Wochenbett, Stillen, etc. vermittelt.*

*Leitung:* *Marion Staufer, Hebamme*
*Termine:* *Freitag, 23.09./30.09./07.10./14.10.2022 &*
*Freitag, 20.01./27.01./03.02./10.02.2023 &*
*Freitag, 04.08./11.08./18.08./25.08.2022 &*
*jeweils 18:30 - 20:30 Uhr*

*Leitung:* *Sabine Pötzelsberger, Hebamme*
*Termine:* *Freitag, 04.11./11.11./18.11./25.11.2022 &*
*Donnerstag, 30.03./06.04./13.04./20.04.2023 &*
*Mittwoch, 07.06./14.06./21.06./28.06.2023*
*jeweils 16:00 – 18:00 Uhr*

*Preis:* *90,00 € (4 Termine)*

**Klangerlebnisse für Schwangere – mit dem Klang-Ei**

*Die Schwingungen versetzen den Körper in einen absoluten Ruhezustand. Dies überträgt sich somit auch auf das Baby, beide erfahren eine tiefe Entspannung. Wohltuende Klänge und Schwingungen für Mama und Baby!*

*Leitung:* *Dipl. Päd. Isabella Moser, integrative Klangpädagogin*
*Termine:* *Freitag, 21.10.2022 ab 14:00 Uhr, stündliche Termine*
*Preis:* *65,00 € (60 Minuten)*

# Riedersbach

**Geburtsvorbereitender Yoga & Schwangeren Yoga**

*Du bist schwanger – im Hier und Jetzt. In diesem Moment arbeitet dein Körper auf Hochtouren und baut für die kleine Seele in deinem Bauch ein neues Zuhause. Wenn du Yoga in der Schwangerschaft praktizierst, bereitest du dich und dein Kind optimal auf die Geburt vor. Du erhältst ein besseres Körperbewusstsein, lernst richtig zu atmen, trainierst Geist, Organe, Drüsen, Muskeln und Faszien.*
*Das Wichtigste aber: Bleib im Moment, handle aus dem Herzen heraus und spüre die Einheit zwischen dir und deinem Kind. Du bist bereit für die Ankunft deines Kindes.*

*Leitung:* *Anita-Parvati König, ausgeb. Yoga Lehrerin*
*Termin:* *Freitag, 30.09./07.10./14.10./21.10.2022, 10:15 – 11:15 Uhr*
*Preis:* *68,00 € (4 Termine)*

**BellyBasics®**

*BellyBasics® ist ein Elternvorbereitungskurs für einen gelungenen Start ins Familienleben, der bereits ab der 14. Schwangerschaftswoche besucht werden kann – ganz unabhängig vom hebammengeleiteten Geburtsvorbereitungskurs. Der Fokus bei BellyBasics® dient der Stressprävention, Selbstwirksamkeit, Stärkung der Paarbeziehung, Austausch und Verbindung mit anderen Eltern. Der Austausch über die Erfahrungen in der Schwangerschaft, mögliche Sorgen über die anstehende Geburt und der ersten Zeit mit dem Baby ist gewollt und gibt das Gefühl mit den Fragen nicht alleine zu sein.*

*Leitung:* *Lisa Weber, ausgeb. BellyBasics® Kursleiterin*
*Termine:* *ab Dienstag, 11.10.2022, 18:00 – 19:30 Uhr &*
*ab Dienstag, 10.01.2023, 18:00 – 19:30 Uhr &*
*ab Dienstag, 11.04.2023, 18:00 – 19:30 Uhr*
*Preis:* *88,00 € / Person, 111,00 € / Paar (6 Termine)*

# Riedersbach

**Mutterberatung, kostenlos**

*Die Mutterberatung bietet umfassende Beratung für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern bis zum 3. Lebensjahr. Terminvereinbarung vorab telefonisch unter 07722/803-60461 und 07722/803-60361.*

*Leitung:* *Mag. Gabriele Pollok, MA, Sozialarbeiterin*
*Termine:* *27.09./25.10./22.11.2022 & 24.01./28.02./28.03./25.04./23.05./27.06./25.07./22.08.2023 von 09:00 - 11:00 Uhr*

**Mama-Baby- Yoga**

*Ihr könnt bereits 6 Wochen nach der Geburt bzw. 8 Wochen bei Kaiserschnittgeburt mit Mama-Baby-Yoga beginnen. Nach 12 Wochen kannst du auch deine Bauchmuskulatur wieder sanft fordern.*
*Du als Mama erlangst durch Yoga schneller dein eigenes Körpergefühl zurück, die Rückbildung wird sanft unterstützt. Die Bindung zwischen Mama und Baby wird intensiviert bzw. energetisch aufrechterhalten – auch wenn ihr nun nicht mehr ganz "eins" seid.*
*Die Yogastunde richtet sich ganz nach deinem Baby. Es macht mit, wenn es aktiv ist, es wird getragen, geschaukelt wenn es Nähe braucht. In einer Zwischenentspannung kannst du stillen. Wenn dein Kleines schläft kannst du ganz für dich praktizieren.*

*Leitung:* *Anita-Parvati König, ausgeb. Yoga Lehrerin*
*Termine:* *Freitag, 30.09./07.10./14.10./21.10.2022 von 09:00 – 10:00 Uhr*
*Preis:* *68,00 € (4 Termine)*

**BabySteps® Mini & Maxi**

*Herzensthema dieser Kursreihe ist die Bindung, da die gesunde Mutter-Kind-Bindung für eine starke Beziehung ist. Es werden Fragen zu den Themen Milch, Babys tragen, Babyschlaf, Beikost und Kommunikation behandelt. Es gibt auch altersgerechte Sinnes- und Bewegungsanregungen. Dieser Kurs unterscheidet sich erheblich von den gewöhnlichen Krabbel/Spielgruppen!*

*Leitung:* *Lisa Weber, ausgeb. BabySteps® Kursleiterin*
*Termine:* *ab Freitag, 23.09.2022, 10:30 – 11:30 Uhr &*
*ab Freitag, 11.11.2022, 10:30 – 11:30 Uhr &*
*ab Freitag, 13.01.2023, 10:30 – 11:30 Uhr &*
*ab Freitag, 03.03.2023, 10:30 – 11:30 Uhr &*
*ab Freitag, 05.05.2023, 10:30 – 11:30 Uhr*
*Preis:* *77,00 € (7 Termine)*

# Riedersbach

**MiniSigns® (6 – 18 Monate)**

*MiniSigns ist ein bindungs- und beziehungsorientierter Babygebärdenkurs und richtet sich an Eltern mit Kindern von 6 – 18 Monaten. Untermalt wird der Kurs durch passende Lieder, Finger- und Singspiele zu den jeweiligen Themenstunden. Spielerisch werden Gebärden rund um den Alltag, aber auch entwicklungsspezifische Gebärden vermittelt. Auch der individuelle Entwicklungsstand der Kinder wird berücksichtigt.*

*Leitung:* *Lisa Weber, MiniSigns® Trainerin*
*Termine:* *ab Freitag, 23.09.2022, 09:00 – 10:00 Uhr &*
*ab Freitag, 13.01.2023, 09:00 – 10:00 Uhr &*
*ab Freitag, 14.04.2023, 09:00 – 10:00 Uhr*
*Preis:* *88,00 € (8 Termine)*

**Infotermin Babytragen**

*Sein Baby im Tragetuch oder einer geeigneten Tragehilfe zu Tragen erfreut sich mittlerweile immer größerer Beliebtheit. Doch häufig gibt es offene Fragen: Wie trage ich mein Kind richtig? Ist jede Trage für mich bzw. mein Baby geeignet? Was soll ich beachten? Diesen und weiteren Fragen widmen wir uns in diesem Kurs. Erleichtere dir den Alltag und schenke deinem Baby auf einfachste Weise Nähe, Geborgenheit und Wärme.*

*Leitung:* *Lisa Weber, ausgeb. Kursleiterin*
*Termine:* *Samstag, 08.10.2022, 10:00 – 11:30 Uhr &*
*Samstag, 11.02.2023, 10:00 – 11:30 Uhr*
*Preis:* *20,00 € / Person*
*25,00 € / Paar*

# Riedersbach

**Milchbären-Treffen (Stillen & Milchnahrung)**

*Diese Stunde ist ein offenes Treffen für alle Mütter, die ihre Babys mit Muttermilch oder Formulanahrung ernähren. Wir tauschen uns zu den Themen rund um die Ernährung des Babys/Kleinkindes mit Muttermilch, Formula und Beikost aus.*

*Diese Treffen bieten dir die Möglichkeit*

- *Fragen zu stellen zum Stillen, Stillproblemen, Formulanahrung, Beikost und mehr.*
- *miteinander ins Gespräch kommen und sich auszutauschen.*
- *früher Kontakt mit anderen Babys.*
- *eine Auszeit vom Alltag zuhause.*
- *dich bereits in der Schwangerschaft mit dem Thema Säuglingsernährung zu beschäftigen.*
- *Deine Erfahrungen weitergeben und mit anderen Müttern verbinden.*

*Geschwisterkinder sind willkommen!*

*Leitung: Lisa Weber, ausgeb. Stillberaterin ÖAFS,*
*ausgeb. Fachkraft f. formulaernährte Säuglinge (FeS)*
*Termine: Dienstag, 11.10./08.11./13.12.2022/10.01./07.02./07.03./11.04./16.05./13.06./11.07./10.08.2023, jeweils 15:00 – 16:30 Uhr*
*Preis: 7,00 € /Termin*

**Tragetuch – binden lernen**

*Lerne innerhalb kürzester Zeit dein Baby sicher in dein Tragetuch einzubinden. Mit den richtigen Tipps und Tricks wird dir das Babytragen im Tragetuch leicht gelingen. Bring dein eigenes Tragetuch mit oder leihe dir eines von uns aus.*

*Leitung: Lisa Weber, ausgeb. Kursleiterin*
*Termine: Samstag, 29.10.2022, 10:00 – 11:30 Uhr &*
*Samstag, 04.03.2023, 10:00 – 11:30 Uhr*
*Preis: 20,00 € / Person, 25,00 € / Paar*

**Babymassage für Babys (ca. 1 – 5 Monate)**

*Erfahre den Zauber wunderbarer nonverbaler Kommunikation und genieße mit Deinem Baby Eure exklusive Zeit für die Babymassage. Erlerne in gemütlicher Atmosphäre die indische Babymassage nach Leboyer und andere Massage"griffe".*

*Leitung: Lisa Weber, ausgeb. Kursleiterin*
*Termine: ab Freitag, 18.11.2022, 09:00 – 10:00 Uhr &*
*ab Freitag, 10.03.2023, 09:00 – 10:00 Uhr &*
*ab Freitag, 16.06.2023, 09:00 – 10:00 Uhr*
*Preis: 44,00 € (4 Termine)*

# Riedersbach

**Komforttragehilfe – Welche passt zu mir und meinem Baby?**

*Du suchst eine Tragehilfe, die für dich und dein Baby bestmöglichen Komfort in Sachen Tragegefühl und Handling bieten soll?*
*Egal ob du schon eine Tragehilfe hast und im Handling unsicher bist – oder einfach noch nicht ganz zufrieden – oder auf der Suche nach Alternativen – oder zwickt dich einfach nur die Neugier? Dann ist dieser Workshop genau das richtige für dich!*

*Leitung:* Lisa Weber, ausgeb. Kursleiterin
*Termin:* Samstag, 19.11.2022, 10:00 – 11:30 Uhr &
Samstag, 18.03.2023, 10:00 – 11:30 Uhr
*Preis:* 20,00 € / Person, 25,00 € / Paar

# Spielgruppen

*Die Spielgruppen starten im September 2022 und enden im Juli 2023. Anmeldung bitte unbedingt erforderlich. Einstieg jederzeit möglich.*

*Kosten für Spielgruppen mit Begleitung (bitte bei Beginn einzahlen):*
*1,0 Stunde: 40,00 € / 35,00 € für Kinderfreunde Mitglieder (für 8 Termine)*
*1,5 Stunden: 52,00 € / 48,00 € für Kinderfreunde Mitglieder (für 8 Termine)*
*Elternbildungsgutscheine sind einlösbar.*

**Spielgruppe Minimäuse (ab 1,5 Jahren)**

*Leitung:* Petra Sieger, Spielgruppenleiterin
*Termine:* ab Montag, 26.09.2022 von 08:15 – 09:45 Uhr

**Spielgruppe Sonnenkäfer (ab 2 Jahren)**

*Leitung:* Petra Sieger, Spielgruppenleiterin
*Termine:* ab Montag, 26.09.2022 von 10:15 – 11:45 Uhr

**Spielgruppe Zwergenbande (ab 6 Monate)**

*Leitung:* Daniela Edelmann, Spielgruppenleiterin, KIGA-Hort-Krabbelstubenhelferin
*Termine:* ab Donnerstag, 29.09.2022 von 09:00 – 10:00 Uhr

# Riedersbach

**Mitmachgruppe Spaßkinder**

*Singen, Tanzen, Spaß haben.... Schnapp dir deine Mama, Papa, Oma und Schwester oder deinen Bruder und komm zu uns!*

*Leitung:* *Petra Sieger, Spielgruppenleiterin*
*Termine:* *ab Montag, 26.09.2022 von 15:00 – 16:00 Uhr*
*Preis:* *36,00 € / Geschwisterpaar, jedes weitere Kind 12,00 € (4 Termine)*

**Zeit mit Papa / Papa-Spielgruppe**

*Mit Papa bewusst die Zeit verbringen, Spaß haben, Leute kennenlernen, lachen, spielen!*

*Leitung:* *Barbara Seehagen, Spielgruppenleiterin, KIGA-Hort-Krabbelstubenhelferin*
*Termine:* *Samstag, 02.10./15.10.2022 &*
*Samstag, 03.12./17.12.2022 &*
*Samstag, 14.01./28.01.2023 von 09:00 – 10:30 Uhr*
*Preis:* *15,00 € / Papa + 1 Kind, jedes weitere Kind 2,00 € (2 Termine)*

**Waldspielgruppe (ab ca. 1,5 Jahren)**

*Natur, frische Luft, andere Kinder...was will man mehr? In dieser Spielgruppe erfahren die Kindern - neben jeder Menge Spaß - auch viel Wissen über die Natur. Baumgesichter, Tierspuren,....nur ein kleiner Auszug was der große Spielplatz „Wald“ zu bieten hat.*

*Leitung:* *Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin*
*Termine:* *ab Donnerstag, 06.10.2022 von 09:30 – 11:00 Uhr*
*Treffpunkt:* *Parkplatz Lokalbahnhaltestelle Riedersbach*
*Preis:* *46,00 € / 4 Termine*

# Angebote für Kinder

**Musikgarten® (ab 3 Monate bis ca. 3,5 Jahren)**

*Durch Singen, Musizieren, Bewegen und Musikhören wird die natürliche musikalische Veranlagung der Kinder geweckt und entwickelt. Einfache Instrumente wie Klanghölzer, Glöckchen, Rasseln und Trommeln führen in die Welt der Klänge ein.*

*Leitung:* *Monika Hügel, lizenzierte Musikgartenlehrerin®*
*Termine:* *ab Mittwoch, 21.09.2022 von 10:45 – 11:20 Uhr*
*Preis:* *63,00 € (10 Termine)*

# Riedersbach

**Eltern-Kind-Turnen (ab ca. 1 Jahr)**

*Leitung:* *Maria Radics, Yoga-Lehrerin, Spielgruppenleiterin*
*Termine:* *ab Mittwoch 22.09.2022 von 15:00 - 16:00 Uhr & 16:00 – 17:00 Uhr*
*Wo:* *Turnsaal der ehemaligen VS Riedersbach*
*Preis:* *32,00 € (10 Termine)*

**MiniSigns® Weihnachtsstunde (ca. 7 – 18 Monate)**

*Wir laden euch ein, gemeinsam einen Perspektivwechsel einzunehmen und herauszufinden, wie die erwartungsvollste Zeit des Jahres gestaltet werden kann. Wir singen, basteln und tauschen uns über bedürfnisorientierte Weihnachten aus. Die Teilnahmegebühr enthält für dich ein Handout mit Liedtexten und Gebärden, das niedliche Bilderbuch Weihnachten von MiniSigns® und Bastelmaterial.*

*Leitung:* *Lisa Weber, MiniSigns® Trainerin*
*Termin:* *Samstag, 26.11.2022 von 15:00 – 16:15 Uhr*
*Preis:* *15,00 € / Eltern + Kind*

**Wir backen Weihnachtskekse (ab ca. 1,5 Jahren)**

*Kneten, ausrollen, ausstechen, verzieren, naschen - unbedingt Dose für die Kekse mitbringen!*

*Termin:* *Dienstag, 29.11.2022 von 15:00 – 17:00 Uhr*
*Preis:* *17,00 € inkl. Material*

**Christbaumschmuck basteln (ab ca. 2 Jahren)**

*Aus einfachen Materialien entsteht schöner Schmuck für den Christbaum!*

*Termin:* *Freitag, 16.12.2022 von 15:00 – 16:30 Uhr*
*Preis:* *12,00 € inkl. Material*

**MiniSigns® Frühling/Ostern (ca. 7 – 18 Monate)**

*Erlebe mit MiniSigns® eine gemütliche Osterstunde: Wir singen, basteln und lernen in gemeinsamen Interaktionen spielerisch Babygebärden zum Thema "Ostern/Frühling".*
*Die Teilnahmegebühr enthält für dich ein Handout mit Liedtexten und Gebärden, das niedliche Bilderbuch Ostern von MiniSigns® und Bastelmaterial.*

*Leitung:* *Lisa Weber, MiniSigns® Trainerin*
*Termin:* *Samstag, 25.03.2023 von 15:00 – 16:15 Uhr*
*Preis:* *15,00 € / Eltern + Kind*

# Riedersbach

**Wir färben Ostereier (ab ca. 2 Jahre)**
*Gemeinsam helfen wir dem Osterhasen bei der Arbeit und färben die Eier ganz bunt!*

*Termin: Montag, 03.04.2023 von 16:30 – 17:30 Uhr*
*Preis: 10,00 €*

**Osterbasteln (ab ca. 2 Jahre)**
*Bald ist Ostern und wir werden eine schöne Dekoration basteln!*

*Termin: Dienstag, 04.04.2023 von 15:00 – 16:30 Uhr*
*Preis: 12,00 €*

**Backen für Ostern (ab ca. 2 Jahre)**
*Die ganze Küche wird nach Gebäck duften! Wir kneten, rühren, backen und nehmen die Köstlichkeiten mit nach Hause!*

*Termin: Donnerstag, 06.04.2023, 15:00 – 17:00 Uhr*
*Preis: 15,00 €*

**Sports4Kids (3-5 Jahre)**
*Leitung: Maria Radics, Yoga-Lehrerin, Spielgruppenleiterin*
*Termin: ab Donnerstag 22.09.2022 von 14:00 - 15:00 Uhr*
*Veranstaltungsort: Turnsaal der ehemaligen VS Riedersbach*
*Preis: 32,00 € (10 Termine) / Förderung durch Elternverein möglich!*

**Spaß an Bewegung (5 – 9 Jahre)**
*Wenn du Spaß an Bewegung hast und andere Kinder treffen willst, dann bist du hier richtig.*

*Leitung: Maria Radics, Yoga-Lehrerin, Spielgruppenleiterin*
*Termin: ab Donnerstag 22.09.2022 von 17:00 - 18:00 Uhr*
*Veranstaltungsort: Turnsaal der ehemaligen VS Riedersbach*
*Preis: 32,00 € (10 Termine) / Förderung durch Elternverein möglich!*

# Riedersbach

**Kids Wing Tsun**

*Selbstverteidigung ist wie Schwimmen lernen: Damit wir im Notfall nicht untergehen!! Überlasse die Sicherheit deiner Kinder nicht dem Zufall. Unser Kids Wing Tsun Training stärkt das Selbstvertrauen und die Achtsamkeit. Themenschwerpunkte: Was ist Gewalt, was ist Wut? Umgang mit Fremden, Lass mich in Ruhe! Nein sagen lernen!, Gemeinsam sind wir stark!, Reden ist unsere stärkste Waffe! Weggehen ist nicht feige!, Hilfe holen, Was mache ich gegen Schubsen?*

*Leitung:* Thomas Höckner, Kids Wing Tsun Lehrer
*Termine:* ab Mittwoch, 05.10.2022 von 15:15 – 16:15 Uhr
*Preis:* 80,00 € (6 Termine) / Förderung durch den Elternverein möglich

**Herbst im Wald (ca. 5 – 10 Jahre)**

*Wie bereiten sich Tiere auf den Winter vor? Warum verlieren Bäume das Laub? Direkt im Wald beginnt euer Abenteuer!*

*Leitung:* Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin
*Termin:* Mittwoch, 12.10.2022 von 14:00 – 17:00 Uhr
*Veranstaltungsort: Treffpunkt Lokalbahnhaltestelle Riedersbach, Parkplatz*
*Preis:* 13,00 €

**Die Waldprofis sind unterwegs (ab ca. 5 Jahren)**

*Auf unseren Streifzügen durch den Wald erforschen wir die Zusammenhänge der Natur mit all unseren Sinnen. Wir beschäftigen uns mit Spuren lesen, Tarnung von Mensch und Tier, wir schnitzen Stöcke, machen Baumgesichter und bauen Behausungen für Zwerge! Wir treffen uns einmal in der Woche und erleben jedes Mal ein neues Abenteuer!*

*Leitung:* Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin
*Termine:* Mittwoch, 19.10./02.11./09.11./16.11.2022 von 14:00 – 17:00 Uhr
*Veranstaltungsort: Treffpunkt Lokalbahnhaltestelle Riedersbach, Parkplatz*
*Preis:* 44,00 € / 4 Termine

**Selbstverteidigung für 6 – 9-Jährige**

*Hier lernen Kinder bestimmte Selbstverteidigungstechniken, fördern das Selbstbewusstsein und unterstützen die Selbstbehauptung. Bewegungs- und Koordinationsfähigkeit werden geschult und die Kinder lernen den eigenen Körper besser kennen.*

*Leitung:* Thomas Höckner, Kids Wing Tsun Lehrer
*Termine:* Samstag, 05.11.2022 von 10:00 – 13:00 Uhr &
Samstag, 04.02.2023 von 10:00 – 13.00 Uhr
*Preis:* 46,00 € / Termin / Förderung durch den Elternverein möglich!

# Riedersbach

**Selbstverteidigung für 10 – 14-Jährige**

*Leitung: Thomas Höckner, Kids Wing Tsun Lehrer*
*Termine: Samstag, 05.11.2022 von 13:30 – 16:30 Uhr &*
*Samstag, 04.02.2023 von 13:30 – 16:30 Uhr*
*Preis: 46,00 € / Termin /Förderung durch den Elternverein möglich!*

**Wir umrunden den Holzöstersee (ca. 5 – 10 Jahre)**

*Wir wandern rund um den Moorsee. Wir entdecken die einzigartigen Pflanzen und Tiere, Maria hat lustige Spiele und viel Interessantes zu diesem Lebensraum dabei!*

*Leitung: Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin*
*Termin: Montag, 14.11.2022 von 14:00 – 17:00 Uhr*
*Veranstaltungsort: Treffpunkt Holzöstersee, Parkplatz*
*Preis: 13,00 €*

**Forschernachmittag im EKiZ (ca. 5 – 10 Jahre)**

*Wir lassen Strohhalme tanzen, Regenbogen wandern, Vulkane brodeln, Erbsen knallen und experimentieren mit Milch und Farbe! Seid gespannt!*

*Leitung: Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin*
*Termin: Dienstag, 22.11.2022 von 14:30 – 17:30 Uhr*
*Preis: 13,00 €*

**Wir backen Weihnachtskekse (ab 4 Jahre)**

*Kneten, ausrollen, ausstechen, verzieren, naschen - unbedingt Dose für die Kekse mitbringen!*

*Termin: Montag, 28.11.2022 von 14:30 – 16:30 Uhr*
*Preis: 17,00 € inkl. Material*

**Wir machen Bruchschokolade (ca. 4 - 10 Jahre)**

*Wir schmelzen Kuvertüre, verfeinern und verzieren sie – so entsteht „Bruchschokolade".*

*Termin: Mittwoch, 07.12.2022 von 14:00 – 15:30 Uhr*
*Preis: 12,00 €*

# Riedersbach

**Wir machen Bienenwachstücher (ca. 4 - 10 Jahre)**

*Wir machen unsere eigenen Tücher um Jause, Obst, Gemüse darin einwickeln zu können. Die plastikfreie und natürliche Verpackungsalternative hält Lebensmittel lange frisch und ist wiederverwendbar.*

*Termin: Dienstag, 17.01.2023 von 14:00 – 15:30 Uhr*
*Preis: 15,00 €*

**Winter im Wald (ca. 5 – 10 Jahre)**

*Wir begeben uns auf eine winterliche Waldschatzsuche und beschäftigen uns mit Fragen wie: Welche Tiere erwachen aus dem Winterschlaf? Welche Tierspuren finden wir? Welche Vögel kehren bereits zurück? Am Ende führen wir noch einige Experimente durch.*

*Leitung: Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin*
*Termin: Dienstag, 31.01.2023 von 14:00 – 17:00 Uhr*
*Veranstaltungsort: Treffpunkt Lokalbahnhaltestelle Riedersbach, Parkplatz*
*Preis: 13,00 €*

**Taekwondo Probetraining (ab ca. 5 Jahren)**

*In diesem Probetraining können Kinder herausfinden ob diese Sportart für sie die Richtige ist. Bei Gefallen können Kurse beim Taekwondo Verein in Bürmoos weiterbesucht werden.*

*Leitung: Silvia Bokori, Trainerin Taekwondo, 5.Dan*
*Termine: Mittwoch, 01.02.2023 & 08.02.2023 von 15:00 – 16:00 Uhr*
*Preis: 13,00 € / Termin, 25,00 € / beide Termine*

**Forschernachmittag im EKiZ (ca. 5 – 10 Jahre)**

*Wir stellen Grasköpfe her und können daheim beobachten wie sie sich verändern. Wir malen Baumbilder und noch einiges mehr!!*

*Leitung: Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin*
*Termin: Mittwoch, 15.02.2023 von 14:30 – 17:30 Uhr*
*Preis: 13,00 €*

# Riedersbach

**Kids Wing Tsun**

*Selbstverteidigung ist wie Schwimmen lernen: Damit wir im Notfall nicht untergehen!! Überlasse die Sicherheit deiner Kinder nicht dem Zufall. Unser Kids Wing Tsun Training stärkt das Selbstvertrauen und die Achtsamkeit.*
*Themenschwerpunkte: Was ist Gewalt, was ist Wut? Umgang mit Fremden, Lass mich in Ruhe! Nein sagen lernen! Gemeinsam sind wir stark!, Reden ist unsere stärkste Waffe! Weggehen ist nicht feige! Hilfe holen, Was mache ich gegen Schubsen?*

*Leitung: Thomas Höckner, Kids Wing Tsun Lehrer*
*Termine: ab Mittwoch, 01.03.2023 von 15:15 – 16:15*
*Preis: 100,00 € (8 Termine) / Förderung durch den Elternverein möglich!*

**Spaß mit der Farbschleuder (ab ca. 4 Jahren)**

*Mit der Farbschleuder könnt ihr tolle Effekte auf T-Shirts oder Stofftaschen erzielen!*

*Termin: Dienstag, 09.03.2023 von 14:00 – 15:30 Uhr*
*Preis: 18,00 € (inkl. Shirt und Tasche)*

**Osterhasen-Bastelwerkstatt (ca. 5 - 10 Jahre)**

*Lasst euch überraschen – wir basteln zum Thema Ostern.*

*Termin: Mittwoch, 05.04.2023 von 14:00 – 15:30 Uhr*
*Preis: 10,00 € (inkl. Material)*

**Schau mal wer da fliegt (ca. 4 – 10 Jahre)**

*Im Wald sehen und hören wir unseren Vögeln - Specht, Buchfink und Co zu. Nach dem Vogelbestimmungsspiel werden wir Eier verpacken, ein Nest bauen und uns die Brutplätze der einzelnen Singvögel ansehen. Als Abschluss malen und basteln wir unseren Lieblingsvogel*

*Leitung: Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin*
*Termin: Mittwoch, 12.04.2023 von 14:30 – 17:30 Uhr*
*Veranstaltungsort: Treffpunkt Lokalbahnhaltestelle Riedersbach, Parkplatz*
*Preis: 13,00 €*

**LoLa – Loslassgruppe (ab 1,5 Jahre)**

*Eltern und Kinder haben hier die Möglichkeit sich schrittweise voneinander zu lösen. Perfekte Gruppe um den Einstieg in die Krabbelstube/Kindergarten zu erleichtern.*

*Leitung: Petra Sieger, Spielgruppenleiterin*
*Termin: ab Mittwoch, 12.04.2023 von 15:00 – 17:00 Uhr*
*Preis: 88,00 € / 80,00 € (8 Termine)*

# Riedersbach

**Muttertagsbasteln (ca. 5 - 10 Jahre ohne Begleitung oder mit Papa/Oma)**
*Für die beste Mama der Welt machen wir ein schönes Geschenk.*

*Termin: Dienstag, 09.05.2023 von 14:00 – 15:30 Uhr*
*Preis: 12,00 € (inkl. Materialkosten)*

**Dinosaurier & Fossilien – Ein Ausflug in die Geschichte unsere Erde (ca. 5 – 10 Jahre)**
*Wir hören von der Geschichte der Dinos, von Ausgrabungen, wir basteln ein Dino Ei und stellen Knochen her!*

*Leitung: Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin*
*Termin: Freitag, 12.05.2023 von 14:30 – 17:30 Uhr*
*Preis: 13,00 €*

**Eiszeit & Steinzeit/Steinzeitmenschen - Ein Ausflug in die Geschichte unsere Erde (ca. 5 – 10 Jahre)**
*Wie sah der Alltag in der Steinzeit aus? Wie sah die Landschaft in der Eiszeit aus? Welche Werkzeuge gab es? Wir werden viel über diese Zeit erfahren!*

*Leitung: Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin*
*Termin: Freitag, 02.06.2023 von 14:30 – 17:30 Uhr*
*Preis: 13,00 €*

**Vatertagsbasteln (ca. 5 - 10 Jahre ohne Begleitung oder mit Mama)**
*Für den besten Papa der Welt machen wir ein schönes Geschenk.*

*Termin: Dienstag, 06.06.2023 von 14:00 – 15:30 Uhr*
*Preis: 12,00 € (inkl. Materialkosten)*

**Insekten – die heimlichen Herrscher der Erde (ca. 5 - 10 Jahre)**
*Wir helfen und unterstützen sie gerne dabei. Wir erkunden deren Lebensbereich und finden heraus was sie alles brauchen. Jeder kann sich das selbst gebaute Insektenhotel mit nach Hause nehmen und dann weiter betreuen.*

*Leitung: Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin*
*Termin: Montag, 26.06.2023 von 14:30 – 17:30 Uhr*
*Veranstaltungsort: Treffpunkt Lokalbahnhaltestelle Riedersbach, Parkplatz*
*Preis: 13,00 €, zzgl. Materialkosten 5,00 €*

# Riedersbach

**Auf der Pirsch im Wald (ca. 5 – 10 Jahre)**

*Mit Spielen wie dem Waldbodenfenster, Geruchsmemory und dem Waldquiz betrachten wir den Wald aus Sicht der Förster/Nationalpark-Ranger und Wald Detektive.*

*Leitung: Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin*
*Termin: Montag, 10.07.2023 von 14:30 – 17:30 Uhr*
*Veranstaltungsort: Treffpunkt Lokalbahnhaltestelle Riedersbach, Parkplatz*
*Preis: 13,00 €*

**Ausflug ins Weitwörther Auenland (ca. 6 – 10 Jahre)**

*Mit der Lokalbahn machen wir uns auf den Weg ins Naturschutzgebiet Weitwörther Auen, dort erkunden wir das Augebiet. Fernglas, Kescher, Becherlupe und eine Jause nicht fehlen.*

*Leitung: Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin*
*Termin: Mittwoch, 26.07.2023 von 09:00 – 15:00 Uhr*
*Preis: 28,00 €*

**Entdeckungsreise durch das Ibmer Moor (ca. 5 – 10 Jahre)**

*Wir begeben uns auf die Spuren seltener und geheimnisvoller Tiere und Pflanzen, wir erkunden gemeinsam die Geschichte und Mystik eines ganz bestimmten Lebensraumes.*

*Leitung: Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin*
*Termin: Mittwoch, 09.08.2023 von 08:30 – 11:30 Uhr*
*Veranstaltungsort: Treffpunkt Ibmer Moor, Parkplatz*
*Preis: 16,00 €*

# Riedersbach

## Angebote für die ganze Familie

**Fotoshooting**

*Mit viel Liebe zum Detail wirst du und deine Familie perfekt in Szene gesetzt.*
*Das Shooting dauert ca. 15 Minuten.*

*Leitung:* *Matthias Kreutzer, Fotograf*
*Termin:* *Samstag, 03.09.2022 & 10.09.2022 , ab 9:00 Uhr nach tel. Terminvereinbarung*
*Frühjahr/Anfang Sommer (Termin wird bekanntgegeben)*
*Veranstaltungsort: Bürmoos am See*
*Preis:* *4,00 € (einmalige Anmeldegebühr)*

**Familiencafé mit offenem Treff kostenlos – jeden Donnerstag**
**(Ausnahme: schulfreie Tage)**

*In gemütlicher Atmosphäre gemeinsam spielen, plaudern, Kaffee trinken, sich austauschen .... Freunde finden!*
*Termine:* *ab Dienstag, 13.09.2022 von 10:30 - 12:30 Uhr*

**Bilderbuchkino „Das schmetterlingbunte Ei“ (ca. 3 Jahre mit Begleitung)**

*Kommt vorbei und staunt wie eine Geschichte lebendig werden kann! Rund um das Erzählen gibt es allerlei Aktivitäten wie singen und bewegen.*

*Leitung:* *Brigitte Weiß, Kindergartenpädagogin*
*Termin:* *Freitag, 14.10.2022 ab 15:30 Uhr*
*Preis:* *7,00 € / Kind*

**Laternenumzug zum Tag der internationalen Kinderrechte**

*Termin:* *Freitag, 11.11.2022 von 17:00 – 18:30 Uhr*
*Ort:* *Treffpunkt vor dem Kindergarten Riedersbach*

**Bilderbuchkino „Wie Sprachedrachen groß und grün werden“ (ca. 3 Jahre mit Begleitung)**

*Kommt vorbei und staunt wie eine Geschichte lebendig werden kann! Rund um das Erzählen gibt es allerlei Aktivitäten wie singen und bewegen.*

*Leitung:* *Brigitte Weiß, Kindergartenpädagogin*
*Termin:* *Freitag, 10.03.2023 ab 15:30 Uhr*
*Preis:* *7,00 € / Kind*

# Riedersbach

**Ausflug ins Weitwörther Auenland (ca. 3 – 10 Jahre mit Begleitung)**

*Wir treffen uns in Weitwörth und machen uns gemeinsam auf den Weg ins Naturschutzgebiet Weitwörther Auen. Dort erkunden wir das Augebiet und werden viel über diesen Lebensraum erfahren. Picknickdecke, Jause und Getränke dürfen nicht fehlen!*

*Leitung:* *Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin*
*Termin:* *Samstag, 25.03.2023 von 09:00 – 13:00 Uhr*
*Veranstaltungsort: Treffpunkt Weitwörth, Lokalbahnhaltestelle*
*Preis:* *20,00 € / Erwachsener + Kind*

**Wir erschaffen Kunstwerke in der Natur - LandArt (ca. 4 Jahre mit Begleitung)**

*Aus Blumen, Blättern, Steinen, Rinde, Moos und was wir noch so finden lassen wir Natur-Mandalas, Baumgesichter, Moosgesichter, Steinmännchen und Blätterkränze entstehen. Diese Kunstwerke werden bestimmt den ein oder anderen Spaziergänger ein Lächeln ins Gesicht zaubern, den sie verbleiben im Wald oder Wegesrand.*

*Leitung:* *Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin*
*Termin:* *Mittwoch, 03.05.2023 von 14:30 – 17:30 Uhr*
*Preis:* *15,00 € / Erwachsener + Kind, jedes weitere Kind 3,00 €*

# Angebote für Erwachsene

**Kinderwarenbasar „Hits4kids“**

*Hier sind alle Verkäufer und Einkäufer richtig!*
*Nummernvergabe für Verkäufer über easyBasar: www.easybasar.de*
*Verkauf für Schwangere und 1 Begleitperson:*

- *Freitag, 16.09.2022, 14:00 – 15:00 Uhr*
- *Freitag, 03.03.2023, 14:00 – 15:00 Uhr*

*Allgemeiner Verkauf inkl. Basarcafe:*

- *Freitag, 16.09.2022, 15:00 – 19:00 Uhr*
- *Samstag, 17.09.2022, 10:00 – 13:00 Uhr*
- *Freitag, 03.03.2023, 15:00 – 19:00 Uhr*
- *Samstag, 04.03.2023, 10:00 – 13:00 Uhr*

# Riedersbach

**Ausgleichs- und Gesundheitstraining für Frauen**

*Leitung:* *Sissy Trifich, Übungsleiterin für Gesundheitssport*
*Termine:* *ab Mittwoch, 28.09.2022 von 19:30 - 20:30 Uhr*
*Veranstaltungsort: Turnsaal der ehemaligen VS Riedersbach*
*Preis:* *32,00 € (10 Termine)*

**Yoga für Anfänger & leicht Fortgeschrittene**

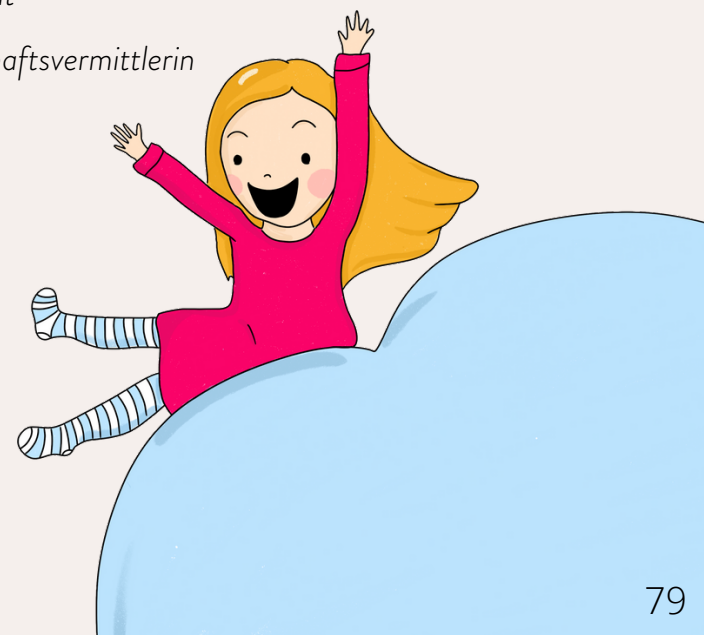
*Leitung:* *Maria Radics, Yoga-Lehrerin, Spielgruppenleiterin*
*Termine:* *ab Donnerstag, 22.09.2022 von 18:15 - 19:30 Uhr*
*Preis:* *50,00 € (5 Termine)*

**Kräuterwanderungen - Unsere heimischen Pflanzen im Jahreskreis**

*Wir hören die Geschichte des jeweiligen Jahreskreises, sammeln Pflanzen und Kräuter, Besprechen die Heilwirkungen und Mythologie, stellen ein Produkt her und erhalten Rezepte!*

- *Jänner/Februar – Imbolc:*
  *Giersch, Brennessel, Bärlauch, etc. perfekt für eine Frühjahrskur!*
  *Wir stellen eine Efeusalbe her – Anwendung bei Schmerzen, Cellulite, Wunden*
- *April/Mai – Beltane:*
  *Heilpflanze Brennessel, Hirtentäschel. Wir stellen eine Melissentinktur her – Anwendung bei Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit, Nervosität*
- *Juli/August: Lugnasad:*
  *Mädesüß, Johanniskraut. Wir stellen Schafgarbenöl her – Anwendung bei Akne, Verletzungen, Wunden, Krämpfe*
- *Oktober/November – Samhain:*
  *Nachtkerze, Wegerich Gewächse. Wir stellen eine Engelwurz Salbe her – Anwendung bei Stress, Burnout, Unruhe, Instabilität*

*Leitung:* *Maria Pixner, ausgeb. Natur- und Landschaftsvermittlerin*
*Termine:* *Samstag, 25.02.2023 – Imbolc*
*Samstag, 13.05.2023 – Beltane*
*Samstag, 26.08.2023 – Lugnasad*
*Samstag, 29.10.2023 – Samhain*
*jeweils 09:00 – 12:00 Uhr*
*Veranstaltungsort: Treffpunkt Parkplatz in Ibm*
*Preis:* *20,00 € / Termin*



# Riedersbach

## ELTERNBILDUNG

*Die geringen Beiträge sind möglich, da diese Veranstaltungen durch das Land OÖ gefördert werden. Nach Vorweis der OÖ-Familienkarte, muss der zweite Elternteil keinen Teilnehmerbeitrag zahlen.*
*Elternbildungsgutscheine können bei allen Veranstaltungen eingelöst werden!*

**Aufklärung – wie und wieviel brauchen unsere Kinder / Eltern-Aktiv-Seminar**
*Es geht sehr früh los mit dem Thema Kleinkinder aufklären??! – Was 0 – 6 Jährige über den Körper wissen/sollen. Ab wann ist Aufklärung möglich und notwendig?*
*Körper, Liebe und Sexualität – Wieviel Aufklärung brauchen Kinder im Volksschulalter? Welche Fragen sind „normal"? Wie gehen wir mit den Bildern aus den Medien um?*
*Körperhaare, Erste Male, Pornos und andere Krisen – Kinder in der Pubertät begleiten. Was passiert mit mir? Wie gehe ich damit um?*
*Wie kann ich mein Kind vor Übergriffen schützen? Um all diese Themen geht es im 3-teiligen Seminar, es gibt viel Zeit für eure Fragen.*

*Leitung:* *Mag. Kristina Botka, Sexualpädagogin, Krisen- u. Traumaberaterin, Krabbelstuben Kindergarten und Hortpädagogin*
*Termine:* *Donnerstag, 10.11./17.11./24.11.2022 von 19:00 – 22:20 Uhr*
*Preis:* *10,90 € (3 Termine)*

***Warum Babys weinen – auch kleine Kinder haben oft großen Kummer (Vortrag)***
*Warum weinen Babys? Es sind nicht immer Hunger, nasse Windeln oder Bauchschmerzen die Gründe, warum Babys weinen. Auch emotionaler Stress und Spannungen werden durch das Weinen ausgedrückt und oft auch gelöst. Das Weinen selbst tut nicht weh, sondern die Gefühle oder Schmerzen, die das Weinen beim Zuhörer auslösen.*
*Wir wollen bei diesem Vortrag versuchen, die unterschiedlichen Formen und Funktionen des Weinens zu erläutern und zu verstehen.*

*Leitung:* *Anna Baumann-Biribauer, Pikler Kleinkindpädagogin*
*Termin:* *Mittwoch, 30.11.2022 von 19:00 – 20:30 Uhr*
*Preis:* *2,00 €*

# Riedersbach

**Die Bedeutung des freien Spieles für Kinder von 0 – 3 Jahren**
**aus der Sicht Dr. Emmi Piklers (Workshop)**

*In diesem Workshop können Sie erfahren, warum das freie, nicht angeleitete Spielen so bedeutsam für Babys und Kleinkinder ist. Anhand von Videosequenzen kann die Spielentwicklung im Kleinkindalter gut nachvollzogen werden. Was bedeutet "freies Spiel" eigentlich?*
*Was sind geeignete Spielmaterialien?*
*Wie gehen wir mit auftretenden Konflikten in diesem jungen Alter um?*

*Leitung: Anna Baumann-Biribauer, Pikler Kleinkindpädagogin*
*Termine: Mittwoch, 07.12.2022 von 19:00 – 22:00 Uhr*
*Preis: 4,00 €*

**Die Kindergarten- und Schuljause (Vortrag)**

*Neben einem Frühstück zu Hause darf eine schmackhafte Jause für den Kindergarten oder die Schule nicht fehlen. Fällt das Frühstück kleiner aus, so muss für die Jause mehr eingepackt werden. Eine abwechslungsreiche Vormittagsmahlzeit ist eine gute Möglichkeit, um den Körper mit ausreichend Energie und Nährstoffe zu versorgen. Leistungshochs sind dadurch leichter erreichbar und zudem wirkt sich dieser Snack positiv auf das körperliche und geistige Wohlbefinden aus.In diesem Vortrag werden wir die Bestandteile einer Jause genauer beleuchten*

*Leitung: Christine Ellinger, Diätologin & Gesundheitswissenschafterin*
*Termin: Dienstag, 13.12.2022 von 19:30 – 21:00 Uhr*
*Preis: 2,00 €*

***Die autonome Bewegungsentwicklung des Kindes***
**aus der Sicht Dr. Emmi Piklers in den ersten Lebensjahren (Workshop)**

*Emmi Pikler vertrat die Überzeugung, dass ein gesundes Kind ohne Anleitung oder Unterstützung einer erwachsenen Person in seinem ihm eigenen Tempo die Entwicklungsstufen vom Liegen am Rücken bis zum freien Gehen allein bewältigt. Welche Stufen bzw. Übergangspositionen gibt es bei der autonomen Bewegungsentwicklung? Welche Bedingungen braucht es, damit eine autonome Bewegungsentwicklung gut gelingen kann?*
*Was sind die Vorteile der autonomen Bewegungsentwicklung?*

*Leitung: Anna Baumann-Biribauer, Pikler Kleinkindpädagogin*
*Termin: Mittwoch, 18.01.2023 von 19:00 – 22:00 Uhr*
*Preis: 4,00 €*

# Riedersbach

**Gemeinsame Mahlzeiten – Wenn Kinder nicht essen wollen (Vortrag)**
*Es herrscht Chaos am Tisch, die Kinder sind zwar sehr lieb und wir lachen zusammen, jedoch nach den Mahlzeiten sind alle komplett erschöpft. Ein Kind mag nur trockene Nudeln und das zweite Kind isst ebenfalls sehr ausgewählt und auch kein Obst und Gemüse. Kennen Sie diese oder eine ähnliche Situation? In diesem Vortrag geht es darum, wie man Mahlzeiten zu erfreulichen und gesunden Erlebnissen machen kann, ohne Kampf und frei von Konflikten.*

*Leitung:* *Christine Ellinger, Diätologin & Gesundheitswissenschafterin*
*Termin:* *Dienstag, 07.03.2023 von 19:30 – 21:00 Uhr*
*Preis:* *2,00 €*

**Hilfe, meine Kinder streiten (Vortrag)**
*Wie können wir Geschwistern helfen, einander zu respektieren? Wenn ein Geschwisterkind kommt, was macht das mit dem Erstgeborenen?*
*Das Dilemma des Vergleiches und der Rollenfestschreibung....*

*Leitung:* *Anna Baumann-Biribauer, Pikler Kleinkindpädagogin*
*Termin:* *Mittwoch, 22.03.2023 von 19:00 – 20:30 Uhr*
*Preis:* *2,00 €*

**Homöopathie für Kinder (Vortrag)**
*Klassische Homöopathie, eine der umfassendsten und tiefgreifendsten Therapieformen, gibt es seit über 200 Jahren.Das genau auf das Kind als einzigartiges Wesen abgestimmt Medikament verhilft ihm auf sanftem Wege und ohne Nebenwirkungen zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden.*

*Leitung:* *Dr. Barbara Lienbacher, Allgemeinmedizinerin, Homöopathie-Ausbildung*
*Termin:* *(wird bekanntgegeben), von 19:00 – 20:30 Uhr*
*Preis:* *2,00 €*

Service Service Service

Ihr Team vom Autohaus MOSER

STAMPFL Bau-GmbH

HOCHBAU - BAUSTOFFE
HOLZBAU - ZIMMEREI
PLANUNG - TROCKENBAU
SPENGLEREI - DACHDECKEREI

www.stampfl-bau.at

A-5120 St. Pantaleon, Gewerbepark Trimmelkam 1 • Telefon: 06277 / 20222, Fax: 06277 / 20222-8

prowin international

Seilinger Stefanie

4963 Sankt Peter am Hart

stefanie.seilinger@a1.net

+43699/11069535

Die Kinderfreunde
Innviertel

# JETZT MITGLIED WERDEN!

*Werde Mitglied und unterstütze unsere ehrenamtliche Arbeit in den Ortsgruppen, profitiere von Ermäßigungen bei Programmpunkten und setzte damit ein Zeichen für Deinen Einsatz im Interesse der Kinder.*
*Mit einem Jahresbeitrag von € 28,- ist die ganze Familie dabei!*

**Herausgeber**
*Familienakademie der OÖ Kinderfreunde Region Innviertel*
*Simone Schabetsberger, BSc, MSc*
*Stadtplatz 5*
*5230 Mattighofen*
*Tel.: 0699 168 866 00*
*innviertel@kinderfreunde.cc*
*www.kinderfreunde.cc/innviertel*
*ZVR: 154555776*

*Druck: Druck.at*
*Fotos: Junge Digitale / Canva / save-media*

Bundeskanzleramt

Familienakademie der Kinderfreunde Region Innviertel