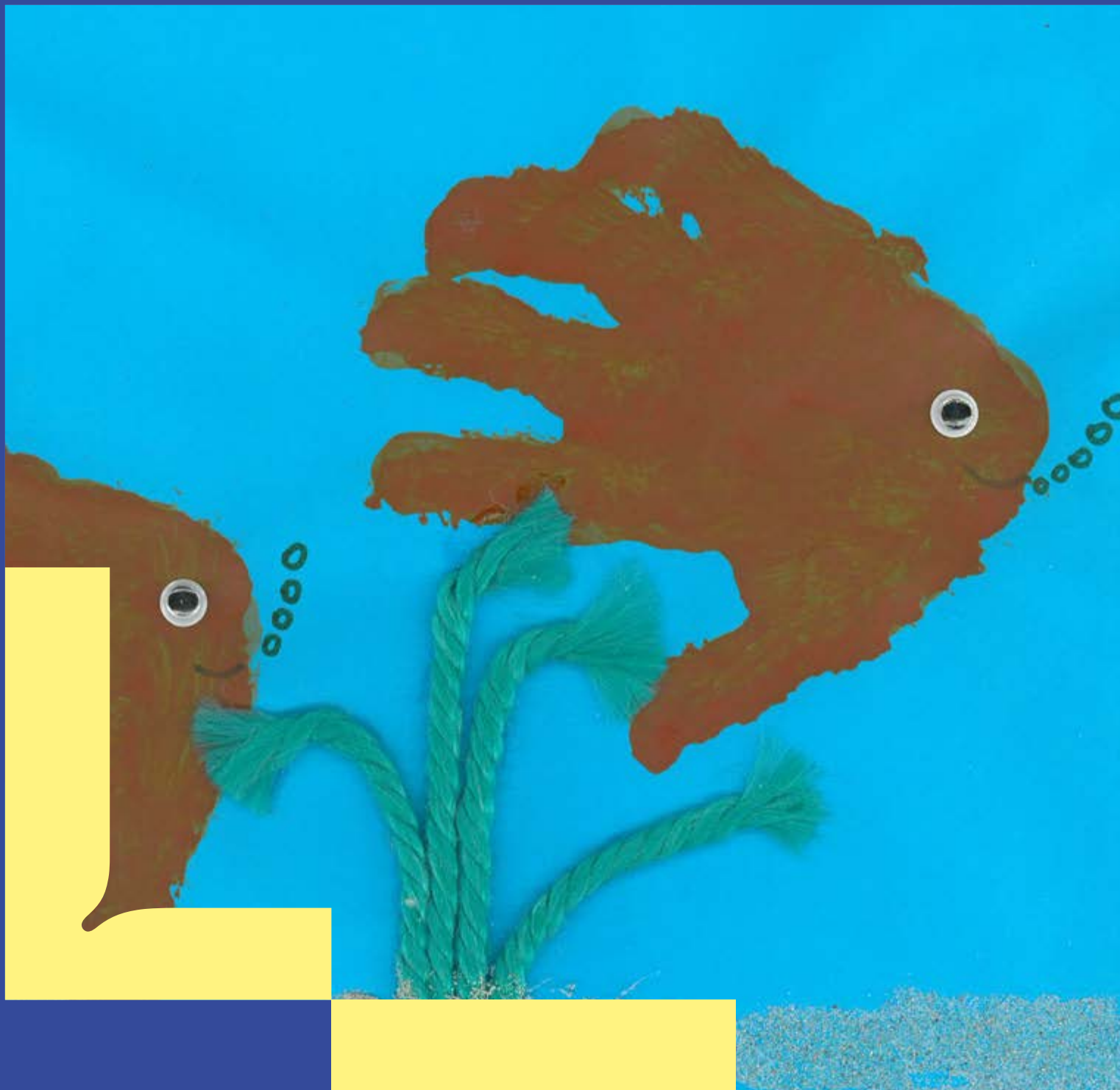


Jahresprogramm 2023 – 2024



Eltern-Kind-Zentrum Ebelsberg-Ennsfeld

Liebe Eltern!

In Ebelsberg und Pichling stehen Ihnen mit dem Eltern-Kind-Zentrum und dem Familienzentrum zwei zentrale Anlaufstellen für alle Fragen rund um die Themen Elternschaft und Erziehung zur Verfügung. Die kompetenten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter vor Ort bieten Unterstützung und Beratung und sind für Sie da, wenn Sie eine Ansprechperson brauchen. Mit den zahlreichen Seminaren, Kursen, Vorträgen und anderen Informationsveranstaltungen wird Ihnen ein vielfältiges und interessantes Leistungspaket geboten.

In der Stadt Linz steht Familien ein breites Angebot zur Verfügung. Von der flächendeckenden Kinderbetreuung über Eltern-Kind-Zentren bis hin zu zahlreichen Beratungs- und Unterstützungsleistungen können Sie darauf vertrauen, für alle Lebenslagen und Situationen die passende Leistung zu finden.

Ich bedanke mich bei den Teams vor Ort für das Engagement und den Einsatz und freue mich, wenn Sie eines oder mehrere unserer Angebote in Anspruch nehmen.

Karin Hörzing
Vizebürgermeisterin



Liebe Eltern! Liebe Kinder!

Wir freuen uns, euch zum 28. Jahresprogramm wieder im Eltern-Kind-Zentrum Ebelsberg-Ennsfeld begrüßen zu dürfen.

*Das aktuelle Programm beinhaltet ein umfangreiches Angebot rund um das Thema Familie mit Baby und Kleinkindern wie z.B. Stillrunden, Babytreffs, Treffen für Alleinerzieherinnen, ... die von Expert*innen zu den verschiedenen Themen geleitet werden.*

Heuer neu im Programm findet ihr das kräftigende Mama – Baby Yoga, bei dem ihr mit eurem Baby Zeit verbringen könnt und etwas Gutes für eure Gesundheit macht. Für etwas größere Kinder bieten wir heuer zum 1. Mal einen Spielesachmittag an, bei dem die Lieblingsspiele anderen vorgestellt werden können.

Außerdem schaut der Kasperl mit einer spannenden Geschichte vorbei und zur Faschingsfeier verkleiden wir uns. Besonders beliebt ist unser Offener Treff bei dem ohne Anmeldung das Indoor- wie Outdoor-Spielangebot genutzt werden kann.

Das Beratungsangebot, die Bürozeiten und alle Infos rund um das Ekiz findet ihr auf den nächsten Seiten.

*Wir freuen uns auf viele neue und bekannte Besucher*innen, regen Austausch und eure Ideen und Rückmeldungen.*

Das EKiz-Team!

INHALTSVERZEICHNIS

Allgemeines/ Angebot/ Beratung	
Das EKIZ Team	5
Bürozeiten, Preise und Anmeldung	6
Ständiges Angebot	7
Beratungsangebot	8
Die erste Zeit mit dem Baby	
Offener Treff	9
Stillrunden	10
Kleinkind-Stilltreffen	13
Stilltreffen Online	14
Babytreff	15
Rückbildungsgymnastik, Mama-Baby Yoga	17
Babygruppe „Erste Kontakte“	18
Kleinkindgruppe „Erste Begegnungen“	19
Tragetuch-Workshop, Cranio Sakral-Workshop	19
Workshops in Kooperation mit der ÖGK	
Ernährungsberatung in Beikost-/ Kleinkindalter	20
Elternkurse- Erfahrungsaustausch	
Frühstückstreff	20
Guten Appetit, Kunterbuntes Buffet	21
Treffen für Alleinerzieherinnen	22
Vorträge zum Thema Medienkonsum	23
Elternrunden mit Psychologin	24
Selbstmedikation bei Babys und Kleinkindern, Erste Hilfe Kindernotfall Kurs	25
Workshops in Kooperation mit der Volkshochschule Linz	
Spielgruppen	26
Für Groß und Klein	
Bewegung macht Spaß, Abenteuer Wald, Spielenachmittag	27
Adventveranstaltungen, Kasperlvorstellung, Brötchen backen	28
Vorlesestunde „Kuh Lieselotte“	29
Fasching im EKIZ	30

DAS EKIZ TEAM



Elke Schuster, DSA
Sozialarbeit
Leitung



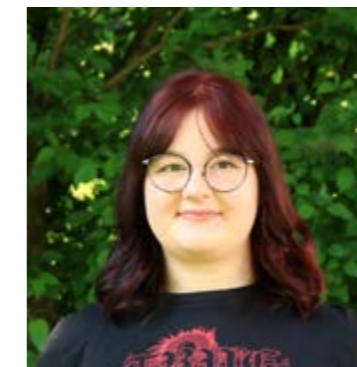
Karina Mayer, MA
Sozialarbeit



Mag.a Almut Dietrich
klinische Psychologie



Sabrina Koppler
Verwaltung



Vanessa Brandmayer
Lehrling Verwaltung

BÜROZEITEN

Montag	08:30 – 14:00 Uhr
Dienstag	08:30 – 14:00 Uhr
Mittwoch	08:30 – 14:00 Uhr
Donnerstag	08:30 – 14:00 Uhr
Freitag	08:30 – 12:00 Uhr

Telefon: 0732 30 10 56
E-Mail: ekiz@mag.linz.at

PREISE UND ANMELDUNG

Anmeldung

Die Anmeldung ist persönlich, telefonisch oder per Mail möglich. Die jeweiligen Preise und Materialkosten sind bei den einzelnen Angeboten angegeben und werden pro Person verrechnet. Wenn die Verrechnung eines Familientarifes möglich ist, kann dieser von Elternteilen, die gemeinsam mit dem Kind eine Veranstaltung besuchen, genutzt werden. **Der Kursbeitrag muss spätestens 1 Woche vor der Veranstaltung beglichen werden, damit die Anmeldung gültig ist.**

Elternbildungsgutscheine

Das Einlösen der Elternbildungsgutscheine ist bei Veranstaltungen mit dem Gutschein Symbol möglich. Die Ausstellung der Elternbildungsgutscheine erfolgt nach Registrierung der OÖ. Familienkarte.



Abmeldung

Wenn eine Teilnahme an einer Veranstaltung aus diversen Gründen nicht möglich ist, bitten wir um zeitgerechte Abmeldung. **Die Rückerstattung bereits geleisteter Kursbeiträge ist nur bei Abmeldung bis 1 Woche vor der Veranstaltung möglich.**

Kursabsage

Der Veranstalter behält sich vor, Veranstaltungen aus diversen Gründen abzusagen. Bereits geleistete Beiträge werden zur Gänze rückerstattet.

Haftung

Eine Haftung im Rahmen der gesetzlichen Möglichkeiten wird ausgeschlossen. Die Teilnehmer*innen bzw. Besucher*innen sind für sich und ihre Kinder verantwortlich!

Sperrzeiten

Das Ekiz ist vom 24.12.2023 bis 05.01.2024 und an folgenden Zwickeltagen: 27.10.2023, 10.05.2024, 31.05.2024, 16.08.2024 sowie eine Woche im Sommer geschlossen.

Social Media

 facebook.com/EKIZ.Ebelsberg

 ekiz_ebelsberg_der_stadt_linz

STÄNDIGES ANGEBOT

Eltern, Mutterberatung

(Soziales, Jugend und Familie, Abt. JGS)

Sie erhalten Informationen über Ernährung, Verlauf der kindlichen Entwicklung, gesundheitliche Fragen, Impfungen und Soziales.

Montag 09:00 – 11:30 Uhr

Dr.ⁱⁿ Eva Hiebinger, Ärztin
Wilbirg Koller-Entlicher,
dipl. Säuglings- und Kinderkrankenschwester

Mittwoch 14:00 – 16:30 Uhr

Wilbirg Koller-Entlicher,
dipl. Säuglings- und Kinderkrankenschwester

Telefon: 0732 / 30 10 56 – 30

Nur zu den oben angeführten Zeiten



Stillberatung und „Stillhotline“

Montag bis Freitag
08:30 – 09:30 Uhr und auf Anfrage

Angela Maria Frantal,

IBCLC-Stillberaterin
(international board certified lactation consultant)
Tragetuch-Beratung und Emotionelle Erste Hilfe
nach Terminvereinbarung

Kontakt:

0732 / 30 10 56 – 23
angela.frantal@mag.linz.at



UNSER BERATUNGSANGEBOT ZU FOLGENDEN THEMEN

Alltag

- Wenn es gerade recht anstrengend ist
- Wenn man jemanden zum Reden braucht
- Wenn man nicht weiß, wie es weitergehen kann

Erziehung der Kinder

- Wenn die Nacht zum Tag wird
- Wenn Grenzen setzen schwierig wird
- Wenn das Kind einen wütend macht

Probleme in der Beziehung

- Wenn man weniger miteinander redet/ viel streitet
- Wenn man nicht mehr an einem Strang zieht
- Wenn man als Eltern Klarheit braucht

Trennung oder Scheidung

- Wenn die Beziehung am Ende ist
- Wenn man sich fragt, wie man dem Kind die Situation erleichtern kann
- Wenn man trotz Trennung gute Eltern bleiben will

KONTAKTDATEN ZUR TERMINVEREINBARUNG

Elke Schuster

Diplomsozialarbeiterin
elke.schuster@mag.linz.at
0732/ 30 10 56 – 15

Mag^a Almut Dietrich

klinische Psychologin
almut.dietrich@mag.linz.at
0732/ 30 10 56
jeden Donnerstag von 08:00 – 15:00 Uhr
nach telefonischer Terminvereinbarung

Besuchscafé – Begleitender Besuchskontakt

Kostenpflichtig!
Anmeldung und nähere Infos unter
0732 / 70 70 - 2830

Karina Mayer

Sozialarbeiterin, MA
karina.mayer@mag.linz.at
0732/ 30 10 56 – 21

BILY Sprechstunde

Zu den Themen
Beziehung - Sexualität - Identität.
jeden 1. Donnerstag im Monat von 15:00 – 18:00 Uhr
Terminvereinbarung unter 0732/77 04 97 oder
beratung@bily.info

Beratungsstelle des Institutes Familien- und Jugendberatung Außenstelle Ebelsberg

Psychologische Beratung, Diagnostik, Therapie, ...
nach telefonischer Terminvereinbarung zu den Bürozeiten
unter 0732 / 30 10 56

OFFENER TREFF

In angenehmer Atmosphäre könnt ihr und eure Kinder spielen und mit anderen Familien Kontakte knüpfen, Informationen und Beratungen erhalten und den weitläufigen Garten benützen!

Egal ob bei Schön- oder Schlechtwetter, die Spielmöglichkeiten sind riesig.

Ihr seid zu folgenden Zeiten ohne Anmeldung bei uns herzlich willkommen:

Mo	08:30 – 12:00 Uhr
Mi	13:30 – 17:00 Uhr
Fr	08:30 – 12:00 Uhr



STILLRUNDEN

für Mütter mit Babys bis etwa 10 Monate
Viele Mütter möchten gerne stillen. Nicht immer ist das so einfach, einige Fragen tauchen auf. In der Stillrunde habt ihr die Möglichkeit, Information und kompetente Beratung zu erhalten, sowie sich mit anderen auszutauschen. Die Teilnahme ist bereits in der Schwangerschaft sehr empfehlenswert!

Leitung: Angela Maria Frantal, IBCLC – international geprüfte Stillberaterin, Fachberaterin Emotionelle Erste Hilfe

Termin: am 1. und 3. Dienstag im Monat

Anmeldung an der Hotline 301056-23 oder angela.frantal@mag.linz.at

Wer bestimmt den Stillrhythmus?

Soll man nun nach Plan anlegen, nach Uhrzeit füttern oder doch die Signale des Babys beachten?

Wie erkennt man Hungerzeichen und wann zeigt das Baby an, dass es satt ist?

Di, 05.09.2023 10:00 – 12:00 Uhr

„Kangarooing“ für alle Babys – die beste Begleitung ins Leben!

Frühgeborene entwickeln sich mit der sogenannten Kangarooopflege, also am besten am Körper der Eltern. Auch gesunde, reif geborene Babys sehnen sich nach intensiven Körperkontakt und profitieren davon.

Di, 19.09.2023 10:00 – 12:00 Uhr

Weltstillwochen Frühstück

Die Weltstillwoche wird jedes Jahr unter ein bestimmtes Motto gestellt, um auf die Wichtigkeit der Stillförderung aufmerksam zu machen.

Es gibt ein buntes Frühstücksbuffet. Bitte um Anmeldung! Beitrag: 5,-

Di, 03.10.2023 10:00 – 12:00 Uhr

Stillen eine Investition für die Zukunft

Anfangs investieren Mütter oft viel Zeit ins Stillen bis es gut läuft. Diese Zeit ist gut investiert! Es profitieren die Babys, die Mütter und die ganze Gesellschaft.

Di, 17.10.2023 10:00 – 12:00 Uhr

Einschlafstillen – pro und contra

Babys brauchen Hilfe und Begleitung beim Einschlafen. Wir unterhalten uns übers Stillen als Einschlafhilfe, Angebote von Nähe und Sicherheit und wie man Einschlafrituale verändern kann.

Di, 07.11.2023 10:00 – 12:00 Uhr

Nächtliches Stillen

Warum Babys nachts die Brust brauchen, hat viele Gründe. Wir sprechen über die nächtlichen Bedürfnisse der ganzen Familie und wie sie unter einen Hut zu bringen sind.

Di, 21.11.2023 10:00 – 12:00 Uhr

Was tun, wenn die Brust schmerzt

Wie man Milchstau, Brustentzündung und andere Probleme vermeiden bzw. früh erkennen kann.

Di, 05.12.2023 10:00 – 12:00 Uhr

Die „stillste“ Zeit im Jahr

Über Prioritäten und Traditionen rund um die Weihnachtstage, damit es der jungen Familie mit dem Stillkind unterm Christbaum gut geht.

Di, 19.12.2023 10:00 – 12:00 Uhr

„Zaubertrank Muttermilch“

Muttermilch ist ein unnachahmlicher Wundercocktail, über den wir nur staunen können! Kleiner Ausflug in die Biochemie der Muttermilch.

Di, 16.01.2024 10:00 – 12:00 Uhr

„Stillen einst und heute...“

Jahrtausende hat die Menschheit mit Stillen überlebt, fast aber wäre das Wissen über den Wert der Muttermilch verloren gegangen. Wir sammeln die Ammenmärchen rund ums Stillen und beleuchten sie.

Di, 06.02.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Zuwenig Muttermilch?

Zuwenig Milch zu haben, ist für viele Mütter eine große Sorge. Wir sprechen darüber, wie man Milchmangel erkennt, wie man die Milchmenge steigert und wie man die Zeit bis zur reichlichen Milchmenge überbrücken kann.

Di, 20.02.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Sechs Monate stillen – wie geht es weiter?

Beikostreife erlangt die ganze Familie und das passiert um den sechsten Lebensmonat. Mit dem Beginn der festen Kost verändern sich die Stillgewohnheiten. Information zu den Beikostreifezeichen bis zum Heranführen an den gesunden Familientisch unter dem Schutz der Muttermilch.

Di, 05.03.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Der Wert des Stillens für Mutter, Kind und Gesellschaft

Für jeden ist etwas Anderes wichtig, wenn man überlegt, warum man gerne stillt. Wir sammeln die vielen wertvollen Gedanken, die Mütter bewegen, wenn sie über den Wert des Stillens nachdenken.

Di, 19.03.2024 10:00 – 12:00 Uhr

„Speikind – Gedeihkind“ – wenn das Baby dauernd spuckt

Aufstoßen ja oder nein? Öfter anlegen oder doch lieber seltener? Über den Umgang mit Babys, die häufig spucken.

Di, 02.04.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Der Stillbeginn ist nicht immer einfach, denn Saugen will gelernt sein!

Die Saugtechnik ist leider nicht angeboren, sondern erlernt und kann deswegen manchmal durcheinanderkommen. Wie man eine gute Saugtechnik erkennt bzw. unterstützen kann und wie man Anfangsschwierigkeiten gut meistert.

Di, 16.04.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Stillen im Sommer und im Urlaub

Mit dem Baby unterwegs zu sein, ist gerade mit Stillkindern wunderbar einfach und unabhängig. Über Stillen in der Öffentlichkeit, Verreisen u.v.m.

Di, 21.05.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Der Partner in der Stillbeziehung – eine wichtige Rolle!

Wie das Nähren und Versorgen des Babys zwischen den Eltern gut bewerkstelligt werden kann, wenn die Mutter stillt.

Di, 04.06.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Wie die Muttermilch gebildet wird – die weibliche Brust ist ein Wunderwerk

Wir staunen über die Fähigkeiten des weiblichen Körpers und tauschen aus, was alle schon an sich selbst beobachtet haben.

Di, 18.06.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Gewinnen und Aufbewahren von Muttermilch

Manchmal nötig, manchmal einfach erwünscht; Muttermilch bereitstellen, wenn die Mama einmal ohne Kind weg ist. Mit ein bisschen Übung, Vorbereitung und Organisation geht es ganz einfach.

Di, 02.07.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Bedürfnisse im Wandel

Kaum verstehen wir die Bedürfnisse des Babys gut zu deuten, reagiert das Kind anders als wir es kennen gelernt haben. Das Babyfäustchen im Mund ist plötzlich nicht mehr ein Hungerzeichen und das Tragebedürfnis nicht mehr immer ein Ruf nach Sicherheit.

Di, 16.07.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Stillpicknick für Alle

Jede Familie kommt mit Essenskörperl und Picknickdecke zum Auflegen in der Wiese. Nehmt eure Freundinnen, Omas, Tanten etc. mit und lasst uns übers Stillen und die unterschiedlichen Stillverfahren plaudern. (Bei Regenwetter im Haus)

Di, 23.07.2024 10:00 – 12:00 Uhr



KLEINKIND-STILLTREFFEN

Die Empfehlung, Kinder bis zum 2. Lebensjahr hinein zu stillen, ist mittlerweile gut bekannt. Wie der Alltag mit einem gestillten Kleinkind aussehen kann, stellt Mütter oft vor viele Fragen. Wir sprechen über die ganz alltäglichen Herausforderungen, die das Stillen eines bereits mobilen Kindes so bringt.

Nächtliches Stillen verändern, Abstillen, Stillen und Familienkost, stillend in die nächste Schwangerschaft, ...

Leitung: Angela Maria Frantal, IBCLC-Stillberaterin, Fachberaterin Erste Emotionelle Hilfe

Termine: am 2. und 4. Dienstag im Monat

Termine 2023

- Di, 12.09.2023 10:00 – 12:00 Uhr**
- Di, 26.09.2023 10:00 – 12:00 Uhr**
- Di, 10.10.2023 10:00 – 12:00 Uhr**
- Di, 14.11.2023 10:00 – 12:00 Uhr**
- Di, 28.11.2023 10:00 – 12:00 Uhr**
- Di, 12.12.2023 10:00 – 12:00 Uhr**

Termine 2024

- Di, 09.01.2024 10:00 – 12:00 Uhr**
- Di, 23.01.2024 10:00 – 12:00 Uhr**
- Di, 13.02.2024 10:00 – 12:00 Uhr**
- Di, 27.02.2024 10:00 – 12:00 Uhr**
- Di, 12.03.2024 10:00 – 12:00 Uhr**
- Di, 26.03.2024 10:00 – 12:00 Uhr**

Di, 09.04.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Di, 23.04.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Di, 14.05.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Di, 28.05.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Di, 11.06.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Di, 25.06.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Di, 09.07.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Stillpicknick für Alle

Jede Familie kommt mit Essenskörperl und Picknickdecke zum Auflegen in der Wiese. Nehmt eure Freundinnen, Omas, Tanten etc. mit und lasst uns übers Stillen und die unterschiedlichen Stillverfahren plaudern. (Bei Regenwetter im Haus)

Di, 23.07.2024 10:00 – 12:00 Uhr

STILLTREFFEN ONLINE

Damit sich Mütter austauschen und ihre Fragen rund ums Stillen klären können, gibt es auch die Möglichkeit einer Online Stillrunde.

Die Onlinegruppe findet jeden 1. + 3. Mittwoch im Monat statt.

Leitung: Angela Maria Frantal, IBCLC Stillberaterin
Anmeldung erforderlich!

Mi, 06.09.2023 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 20.09.2023 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 04.10.2023 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 18.10.2023 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 15.11.2023 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 06.12.2023 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 20.12.2023 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 17.01.2024 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 07.02.2024 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 21.02.2024 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 06.03.2024 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 20.03.2024 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 03.04.2024 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 17.04.2024 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 15.05.2024 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 05.06.2024 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 19.06.2024 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 03.07.2024 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 17.07.2024 10:00 – 11:30 Uhr

Stillpicknick für Alle

Jede Familie kommt mit Essenskörberl und Picknickdecke zum Auflegen in der Wiese. Nehmt eure Freundinnen, Omas, Tanten etc. mit und lasst uns übers Stillen und die unterschiedlichen Stillverfahren plaudern. (Bei Regenwetter im Haus)

Di, 23.07.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Rezept für Energy-Balls

- 80 g Haferflocken
- 80 g Nussmus oder Sesammus
- 20 g geschroteter Leinsamen
- 40 g Nüsse
- 40 g Datteln oder andere Trockenfrüchte
- 20 g Honig – alternativ Dattelsirup oder Agavendicksaft
- optional Sesam, Chia-Samen, Kokosflocken, Roh-Kakao-Pulver oder ähnliche Zutaten für eine köstliche Ummantelung

So werden die Energy-Balls zubereitet

1. Nüsse und Trockenfrüchte zerkleinern.
2. Zusammen mit Haferflocken und Leinsamen in eine Schüssel geben und vermengen.
3. Honig und Nussmus hinzugeben und alles gründlich vermischen.
4. Daraus mundgerechte Kugeln formen.
5. Die Kugeln nach Wunsch in Kokosflocken, Sesam etc. wälzen. Die Kugeln etwas anfeuchten, damit die Ummantelung besser haftet.
6. Die fertigen Kugeln im Kühlschrank aufbewahren. Sie sind einige Tage haltbar.



BABYTREFF

Ein Baby bringt meist eine große Veränderung und neue Herausforderungen im Leben eines Paares/ einer Familie mit sich. Theorie und Praxis verlaufen oft unterschiedlich und werfen viele Fragen auf. Ihr bekommt fachliche Informationen zu Themen rund um das Leben mit Baby und Kleinkind und habt die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern.

Maximal 8 Teilnehmer*innen mit ihren Babys
Leitung: Karina Mayer, MA – Sozialarbeiterin

Rituale geben Kindern Halt

Welche Rituale lassen sich im Alltag leicht umsetzen? Kindertage sind Erlebnistage – ständig gibt es etwas Neues zu entdecken.

Zum Ausgleich brauchen Babys aber auch Ruheinseln – Rituale als liebevolle Gewohnheiten.

Fr, 22.09.2023 09:30 – 11:00 Uhr

Verwöhnte Kinder – gibt es ein zu viel?!

Werden verwöhnte Babys zu kleinen Tyrannen oder entwickeln sie sich zu starken Persönlichkeiten?

Fr, 13.10.2023 09:30 – 11:00 Uhr

Mein Kind hört nicht zu

Kinder beobachten ihre Eltern und lernen von ihnen – sie ahmen auch die Sprache nach. Was versteht mein Kleinkind und womit überfordern wir unsere Kinder?

Fr, 03.11.2023 09:30 – 11:00 Uhr

Darf sich mein Kind langweilen? „Fördern ohne zu überfordern“

Kreative Ideen entstehen oft, wenn Kinder Zeit haben, um sich in ihr freies Spiel zu vertiefen. Dabei gilt es Balance zu finden, um Kinder nicht zu über- bzw. unterfordern.

Fr, 24.11.2023 09:30 – 11:00 Uhr

Das erste Weihnachtsfest mit dem Baby

Advent – die stillste Zeit im Jahr?

Welche Erwartungen haben wir als Eltern an das erste Weihnachtsfest mit unserem Baby? Wie passen die Bedürfnisse von Baby, Eltern, Großeltern und die unterschiedlichen Familientraditionen unter einen Weihnachtsbaum?

Fr, 15.12.2023 09:30 – 11:00 Uhr



Spielen im Babyalter

Spielend lernen Kinder am schnellsten und nachhaltigsten – wieviel Förderung mithilfe gezielter Spielsachen ist notwendig? Ist weniger mehr?

Fr, 12.01.2024 09:30 – 11:00 Uhr

Als Eltern gesund bleiben

Was tut mir gut?
Eltern sein ist ein Job rund um die Uhr – ohne Urlaub, wenig Pausen und Schlaf nach Gelegenheit. Dementsprechend brauchen Eltern „Tankstellen“, um ihre Energiereserven aufzufüllen. Denn: wenn es mir als Mutter/Vater gut geht, geht vieles leichter.

Fr, 02.02.2024 09:30 – 11:00 Uhr

Impfungen, Allergien & Co

„Medizinische Fragestunde“
Häufige Fragen von Eltern rund um erste Notfallmedizin, Impfungen, Allergien, Medikamente fürs Baby, ...werden von unserer Eltern-Mutterberatungsärztin, Dr.in Eva Hiebinger, beantwortet. Auch aktuelle Fragen sind willkommen!

Fr, 16.02.2024 09:30 – 11:00 Uhr

Kinderbetreuung

„Krabbelstube, Kindergarten & Co.“
Welche Betreuungsform kann ich mir für mein Kind vorstellen? Ab wann möchte ich mein Kind in eine „externe“ Kinderbetreuung geben?

Fr, 08.03.2024 09:30 – 11:00 Uhr

Bewegung von Anfang an

Welche Rolle spielt Bewegung in der kindlichen Entwicklung?

Fr, 05.04.2024 09:30 – 11:00 Uhr

Familie, Freunde, Bekannte, Nachbarn

Wann sind Unterstützungsangebote in Bezug auf die Kindererziehung hilfreich? Welchen Umgang pflegt man mit gut gemeinten Ratschlägen, welche nicht mit der eigenen Vorstellung von Kindererziehung einher gehen?

Freitag, 26.04.2024 09:30 – 11:00 Uhr

Bindungsverhalten und Autonomieentwicklung

Babys folgen ihrem inneren Antrieb, selbständig zu werden. Die Eltern bilden die sichere Basis, von der sich das Kind hinauswagt, die Welt zu erkunden und soziale Kontakte zu knüpfen. Wo braucht mein Baby Schutz, wann braucht es Hilfe – wie können wir Eltern sicherer Hafen sein, ohne einzuschränken?

Fr, 17.05.2024 09:30 – 11:00 Uhr

Sommer, Sonne – Babyschutz?

Wie kann ein Sommertag/Sommerurlaub mit Baby entspannt gelingen? Welcher Schutz ist richtig für die zarte Babyhaut? Wo hilft uns die Konsumindustrie mit sinnvollen neuen Babyprodukten und was ist nicht erforderlich?

Fr, 07.06.2024 09:30 – 11:00 Uhr

RÜCKBILDUNGS- GYMNASTIK MIT BABY

In diesem Kurs können sich Mütter ab 6 Wochen nach der Geburt (bzw. ab ärztlicher Freigabe bei schwierigen Geburten) gemeinsam mit ihren Babys in gemütlicher Atmosphäre körperlich und geistig stärken, erholen und ausgleichen. Der Fokus liegt dabei auf den Mamas. In jeder Einheit verbinden wir sowohl kräftigende, sanft – stärkende Übungen – die wieder zur Kraft, besonders in der Körpermitte, verhelfen. Mit entspannenden und ausgleichenden Übungen, welche uns besonders in den anstrengenden ersten Monaten mit kleinem Baby helfen, mit den neuen Herausforderungen besser umgehen zu können. Eine regelmäßige Übung kann hierbei helfen Verspannungen zu vermeiden, die Rücken – und Bauchmuskulatur wieder zu stärken um Verletzungen vorzubeugen oder auch Langzeitfolgen nach der Geburt zu verhindern. Gleichzeitig können die Mütter den Austausch mit anderen genießen, Babys knüpfen erste soziale Kontakte und schauen sich dabei auch Bewegungsimpulse ab.

Leitung: Mag. Angela Grassberger, dipl. Fitness- und Gesundheitstrainerin, Yogalehrerin
Preis: 49,- Euro

Do, 5-mal ab 21.9.2023 09:00 – 10:00 Uhr

Do, 5-mal ab 09.11.2023 09:00 – 10:00 Uhr

Do, 5-mal ab 18.01.2024 09:00 – 10:00 Uhr

Do, 5-mal ab 04.04.2024 09:00 – 10:00 Uhr

Do, 5-mal ab 23.05.2024 09:00 – 10:00 Uhr

KRÄFTIGENDES MAMA – BABY YOGA

Leitung: Mag. Angela Grassberger, dipl. Fitness- und Gesundheitstrainerin, Yogalehrerin
Preis: 49,- Euro

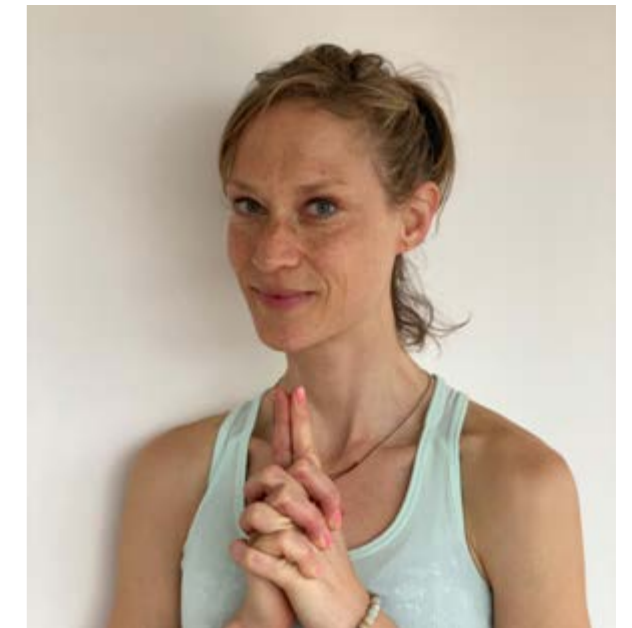
Do, 5-mal ab 21.09.2023 10:15 – 11:15 Uhr

Do, 5-mal ab 09.11.2023 10:15 – 11:15 Uhr

Do, 5-mal ab 18.01.2024 10:15 – 11:15 Uhr

Do, 5-mal ab 04.04.2024 10:15 – 11:15 Uhr

Do, 5-mal ab 23.05.2024 10:15 – 11:15 Uhr



BABYGRUPPE „ERSTE KONTAKTE“

Bindung und Autonomie

für 4 - 8 Babys im Alter von 7 bis 12 Monaten

Dein Baby wird älter und mobiler und geht als Weltentdecker auch in Kontakt mit anderen Kindern. Oft sind wir als Eltern verunsichert, wie weit wir eingreifen müssen, wenn Babys miteinander auf Tuchfühlung gehen, was wir Babys schon zutrauen dürfen, was sie schon alleine regeln können und wo sie Hilfe und Rückhalt brauchen.

Die Gruppe „Bindung und Autonomie“ besteht aus 2 Teilen: Die ersten 45 Minuten bieten einen freien Spielraum für die Babys, wo sie sich begegnen, berühren, begreifen, beklettern und miteinander in Kontakt kommen. Dabei schauen wir den Kindern zu und staunen über deren Kompetenzen. Im zweiten Teil reflektieren

wir über die gemachten Erfahrungen, wann Impulse kommen, einzugreifen, zu regeln, zu erklären und wann diese elterliche Hilfe notwendig ist. Daraus entwickelt sich ein tiefes Vertrauen in die kindlichen Kompetenzen und deren Entwicklung im sozialen Miteinander.

Leitung: Angela Maria Frantal, IBCLC – international geprüfte Stillberaterin, Fachberaterin Emotionelle Erste Hilfe

Preis: 60,- Euro

Anmeldung und weitere Info direkt bei Angela Maria Frantal unter angela.frantal@mag.linz.at

Mo, 7-mal ab 04.09.2023 13:30 – 15:00 Uhr

Mo, 7-mal ab 06.11.2023 13:30 – 15:00 Uhr

Mo, 7-mal ab 15.01.2024 13:30 – 15:00 Uhr

Mo, 7-mal ab 04.03.2024 13:30 – 15:00 Uhr

Mo, 7-mal ab 03.06.2024 13:30 – 15:00 Uhr



KLEINKINDGRUPPE „ERSTE BEGEGNUNGEN“

Bindung und Autonomie

für 4 - 8 Babys im Alter von 12 – 15 Monaten

Dein Kleinkind wird immer entdeckungsfreudiger und bewegt sich schon eigenständig von dir weg, um in Kontakt mit der Umwelt zu kommen.

Oft sind wir als Eltern verunsichert, wie weit wir den Entdeckungsradius schon zulassen können, wann wir eingreifen müssen, was wir ihnen beim „in Kontakt kommen“ schon zutrauen dürfen, was sie schon alleine regeln können und wo sie Hilfe und Rückhalt brauchen.

Das Treffen besteht aus 2 Teilen:

Die ersten 45 Minuten bieten einen freien Spielraum für die Kinder. Es befinden sich einige ausgewählte Spielsachen im Raum, eigenes Spielzeug kann gerne dazu kommen. Wir schauen den Kindern zu und staunen über deren Kompetenzen. Im zweiten Teil reflektieren wir die gemachten Erfahrungen, wann Impulse kommen einzugreifen, zu regeln, zu erklären und wann diese elterliche Hilfe notwendig ist.

Daraus entwickelt sich ein tiefes Vertrauen in die kindlichen Kompetenzen und deren Entwicklung im sozialen Miteinander.

Leitung: Angela Maria Frantal, IBCLC – international geprüfte Stillberaterin, Fachberaterin Emotionelle Erste Hilfe

Preis: 60,- Euro

Anmeldung und weitere Info direkt bei Angela Maria Frantal unter angela.frantal@mag.linz.at

Mo, 7-mal ab 04.09.2023 15:15 – 16:45 Uhr

Mo, 7-mal ab 06.11.2023 15:15 – 16:45 Uhr

Mo, 7-mal ab 15.01.2024 15:15 – 16:45 Uhr

Mo, 7-mal ab 04.03.2024 15:15 – 16:45 Uhr

Mo, 7-mal ab 03.06.2024 15:15 – 16:45 Uhr

TRAGETUCH- WORKSHOP

Babys sind Traglinge! In diesem Workshop beleuchten wir, was eine gute Tragehilfe ausmacht. Außerdem könnt ihr verschiedene Bindevarianten mit dem Tragetuch ausprobieren. Bitte in bequemer Kleidung kommen, ohne Reißverschluss und Knöpfe vorne. Für ältere Geschwister bitte einen Babysitter organisieren! Gerne können eigene Tragen und Tücher mitgebracht werden zum Ausloten, ob sie geeignet sind.

Weitere Termine und Anmeldung unter 0732 301056 23 oder unter angela.frantal@mag.linz.at

Leitung: Angela Maria Frantal, IBCLC – international geprüfte Stillberaterin, Fachberaterin Emotionelle Erste Hilfe

Mi, 29.11.2023 10:00 – 11:30 Uhr

Mi, 29.05.2024 10:00 – 11:30 Uhr

„VON KOPF BIS FUSS AUF LIEBE EINGESTELLT“

Cranio Sakrale Berührungsarbeit für zu Hause

Cranio Sakrale Therapie ist in aller Munde und sehr wirksam bei vielen Problemen rund um Babys Beschwerden wie Koliken, Schlafproblemen etc. Wir beschäftigen uns in diesem Workshop mit den Ansätzen der Cranio Sakral Therapie, wie man einen guten Practitioner findet, und was man selber aus der „Craniowelt“ erlernen und erfühlen kann, um schon mal mit den eigenen Händen „Erste Cranio Hilfe“ leisten zu können. (Selbstverständlich sind Beschwerden eurer Babys IMMER zuerst einer ärztlichen Abklärung zu unterziehen!) Babys bis zum Alter von 6 Monaten können mitgebracht werden.

Leitung: Angela Maria Frantal, IBCLC – international geprüfte Stillberaterin, Fachberaterin Emotionelle Erste Hilfe

Preis: 5,- Euro

Anmeldung erforderlich!

Do, 28.03.2024 13:30 – 15:00 Uhr

BABYS ERSTES LÖFFELCHEN

Ernährungsberatung im Beikostalter

Anfangs ist es einfach: Stillen ist die natürlichste und praktischste Art Ihrem Kind alles zu geben, was es benötigt. Doch es kommt der Zeitpunkt, an dem Ihr Baby mehr braucht. Jetzt geht es darum, das Kind nach und nach mit einzelnen Lebensmitteln vertraut zu machen und den Beikostbeginn erfolgreich zu gestalten.

Leitung: Mag. Iris Huber, Ernährungswissenschaftlerin

Mi, 11.10.2023 09:00 – 11:00 Uhr

Anmeldung direkt bei der ÖGK:
Telefon: 05 0766-14103524 oder
E-Mail: erstesloeffelchen@oegk.at

„JETZT ESS ICH MIT DEN GROSSEN“

Ernährungsberatung im Kleinkindalter

Unsere Kinder sollen gesund aufwachsen. Eine richtige Ernährung ist ein wichtiger Baustein. Dieser Workshop richtet sich an Eltern mit Kindern vom 1. bis zum 3. Lebensjahr und ist Hilfestellung beim Übergang zur Familienkost. Die Inhalte sollen Sicherheit vermitteln, wie Sie Ihr Kleinkind gesund und abwechslungsreich ernähren.

Leitung: Mag. Iris Huber, Ernährungswissenschaftlerin

Do, 16.11.2023 17:00 – 19:00 Uhr

Anmeldung direkt bei der ÖGK:
Telefon: 05 0766-14103524 oder
E-Mail: einsbisdrei@oegk.at

FRÜHSTÜCKS-TREFF

Wir starten in netter Runde mit einem leckeren Frühstück in den Tag. Die Kinder können anschließend auch das vielfältige Spielangebot entdecken und bespielen, während sich die Eltern unterhalten und austauschen können.

Maximal 10 Teilnehmer*innen mit ihren Kindern

Leitung: Elke Schuster, Diplomsozialarbeiterin und Karina Mayer, MA – Sozialarbeiterin

Preis: 5,- Euro

Mi, 20.09.2023 09:00 – 10:30 Uhr

Mi, 25.10.2023 09:00 – 10:30 Uhr

Mi, 29.11.2023 09:00 – 10:30 Uhr

Mi, 31.01.2024 09:00 – 10:30 Uhr

Mi, 06.03.2024 09:00 – 10:30 Uhr

Mi, 03.04.2024 09:00 – 10:30 Uhr

Mi, 15.05.2024 09:00 – 10:30 Uhr

Weltkindertag

Anlässlich des Weltkindertages verwöhnen wir am 20.09.2023 alle Frühstücksgäste, neben dem üblichen Frühstück, mit selbstgemachten Pancakes.

Weltfrauentag

Am 08.03. ist Weltfrauentag! Das feiern wir am 06.03.2024 beim Frühstück! Als kleine Aufmerksamkeit gibt es einen selbstgemachten Kuchen!

Weltfamilientag

Am 15.05. ist Weltfamilientag! Als besonderes extra für diesen tollen Tag lassen wir uns selbstgebackene Muffins schmecken.

GUTEN APPETIT

Gemeinsam Essen in netter Gesellschaft stärkt Körper und Seele. Für Mütter ist es eine kleine Auszeit im stressigen Alltag, wenn sie sich einfach zu Tisch setzen und genießen können – ohne vorher kochen und danach abwaschen zu müssen.

Unsere vegetarischen Gerichte mit vorwiegend regionalen und saisonalen Produkten schmecken gut und sind eine Anregung für die gesunde Küche zu Hause.

Leitung: Elke Schuster, Diplomsozialarbeiterin und an diesem Tag „eure Köchin“

Preis: 5,- Euro Lebensmittelbeitrag

Anmeldung eine Woche vorher erforderlich!

Mo, 16.10.2023 12:00 – 13:00 Uhr

Mo, 26.02.2024 12:00 – 13:00 Uhr

Mo, 06.05.2024 12:00 – 13:00 Uhr

KUNTERBUNTES BUFFET

Jede*r nimmt etwas Selbstgemachtes mit und es wird gemeinsam verkostet. Egal ob Vor-, Haupt- oder Nachspeise. Bei schönem Wetter können wir uns in den Garten setzen.

Leitung: Elke Schuster, Diplomsozialarbeiterin

Mo, 18.09.2023 14:00 – 15:30 Uhr

Mo, 13.05.2024 14:00 – 15:30 Uhr



TREFFEN FÜR ALLEINERZIEHERINNEN

Der Kopf von alleinerziehenden Müttern ist oft ziemlich voll und das Nervenkostüm manchmal ganz schön strapaziert, wenn man für Kinder alleine verantwortlich ist. Dabei kann es sein, dass sich im Familien-/Freundes-/Bekanntenkreis niemand in der gleichen Situation befindet bzw. vom sozialen Umfeld die Sorgen, Ängste und Belastungen betroffener Mamas nicht wahrgenommen sowie nachvollzogen werden können. Im Rahmen der nachstehenden Termine werden zu bestimmten Themen Informationen geteilt und ein offener Erfahrungsaustausch gepflegt, um für den Alltag gestärkt zu sein.

Maximal 8 Teilnehmer*innen

Leitung: Karina Mayer, MA Sozialarbeiterin

Alleinerziehend – Was bedeutet das für mein Kind? Welche Begleitung braucht mein Kind?

Alleinerziehende Mütter werden im Alltag mit ihren Kindern immer wieder mit Herausforderungen konfrontiert. Doch was bedeutet dieses Familienmodell für betroffene Kinder? Brauchen Kinder während/nach der Trennungssituation eine besondere Begleitung? Was sollte man im Umgang mit den Kindern beachten?

Do, 12.10.2023 14:00 – 15:30 Uhr

Gemeinsame vs. alleinige Obsorge und damit einhergehende Rechte und Pflichten – Welche Regelung ist gut für uns und unser Kind?

Eine Trennung/Scheidung von Eltern bringt zahlreiche Fragen in Bezug auf die weitere Pflege und Erziehung minderjähriger Kinder mit sich. Die Obsorge und daran gekoppelte Rechte und Pflichten wie etwa die Ausübung des Kontaktrechtes oder der Informationspflicht sind dabei große Themen.

Do, 23.11.2023 14:00 – 15:30 Uhr

Ich tu meiner Gesundheit etwas Gutes – Umgang mit Alltagsstress und verschiedenen Belastungen

Alleinerziehend zu sein bringt meist eine dementsprechende Mehrbelastung für die Mutter mit sich, da sie sämtlichen Betreuungsaufwand sowie organisatorischen Aufwand alleine bewältigt. Dabei ist es von besonderer Bedeutung, immer wieder Energie zu tanken, um den Alltag managen zu können. Gemeinsam sammeln wir Anregungen wie entspannen und Kraft tanken gut gelingen kann.

Do, 15.02.2024 14:00 – 15:30 Uhr

Finanzielle Absicherung – Was steht mir zu? Welche Unterstützung kann ich bei einer finanziellen Notlage geltend machen?

Manchmal fehlt das benötigte Kleingeld. Wohin kann ich mich in welcher Situation wenden, um eine finanzielle Unterstützung zu beantragen?

Do, 25.04.2024 14:00 – 15:30 Uhr

Kinder stark machen

Kinder werden in ihrem Alltag mit Situationen konfrontiert, welche bei ihnen verschiedene Gefühle von Angst über Freude bis hin zu Ärger oder Wut auslösen können. Für Kinder ist es hilfreich, wenn sie über Strategien verfügen, wie sie in solchen Situationen bzw. mit damit einhergehenden Gefühlen umgehen können. Wir erarbeiten Möglichkeiten, wie man Kinder bei ihrer Entwicklung zu starken Persönlichkeiten unterstützen kann.

Do, 06.06.2024 14:00 – 15:30 Uhr

SCHAUEN, WISCHEN, KLICKEN

Elternvortrag für Kinder von 0-3 Jahren
Schon kleine Kinder begeistern sich für die Bilder, die ihnen von Fernseher, Smartphone und Tablet entgegenleuchten.

Was macht die Faszination dieser Medien aus?
Wie harmlos, entwicklungsfördernd oder schädlich sind sie?

Leitung: Mag. Andrea Schrattenecker vom Institut Suchtprävention
Teilnahme kostenlos, Anmeldung erforderlich

Mo, 27.11.2023 15:00 – 16:00 Uhr

WIEVIEL BILDSCHIRM BRAUCHT MEIN KIND

Elternabend zum Thema digitale Medien im Kindergartenalter. Fernsehen, Computer und Smartphone sind fester Bestandteil im Alltagsleben vieler Familien und damit auch der Kinder.

Was macht die Faszination dieser Medien aus?
Warum fällt es Kindern oft schwer auszuschalten?
Wieviel ist zu viel? Ab wann spricht man von einem problematischen Umgang?
Wie können wir den Umgang mit Medien möglichst verantwortungsvoll gestalten?

Leitung: Mag. Iris Steininger, Pädagogin vom Institut Suchtprävention
Teilnahme kostenlos, Anmeldung erforderlich

Montag, 04.03.2024 17:00 – 18:30 Uhr



ELTERNRUNDE MIT PSYCHOLOGIN

Kinder können bei den EKIZ-Elternrunden mitgebracht werden. Aber wenn möglich, organisieren Sie sich für Ihr Kind eine Kinderbetreuung, um mit voller Aufmerksamkeit an den Runden teilnehmen zu können.

Leitung: Mag. Almut Dietrich, Psychologin und Psychotherapeutin
Maximal 10 Teilnehmer*innen

„Trotzköpfe und Zornbinker!“

Erste Hilfe bei einem Wutanfall
Alle kennen sie, die Trotzphasen der Kinder, niemand will sie – und trotzdem sind sie notwendig, damit aus einem Winzling eine Persönlichkeit wird.

Do, 19.10.2023 10:00 – 11:30 Uhr

Weniger Schimpfen – mehr erreichen

Vom Reden, Zuhören, gegenseitigem Verstehen und realisierbaren Lösungen! Wie können wir unsere Kinder dazu bringen, dass sie zuhören? Wie können wir Erwachsene kindgerecht vermitteln, was wir wollen und erwarten.

Do, 23.11.2023 10:00 – 11:30 Uhr



Schlaf, Kindlein, schlaf!

In vielen Familien lassen Kinder die Nacht zum Tag werden. Manche Eltern sind verzweifelt, weil ihr Baby auch mit einem halben Jahr noch nicht durchschläft. Oder weil es plötzlich, nachdem es mit dem Schlafen schon so gut klappte, wieder Nacht für Nacht aufwacht. Die Sache ist „einfach“ – Schlafen muss ein Kind erst lernen.

Do, 25.01.2024 10:00 – 11:30 Uhr

Windelabschied ohne Stress

Für manche Erwachsene spielt das Thema „Sauberkeitserziehung“ schon früh eine wichtige Rolle. Wie, wann, wo, wie lange noch...? Viele Fragen, Stress und Unsicherheiten und unterschiedliche Meinungen wirken auf uns ein.

Do, 29.02.2024 10:00 – 11:30 Uhr

Grenzen setzen – aber wie?

Erziehung bedeutet auch das Festlegen von Regeln und Handlungsspielräumen. Wo und wann soll ich meinem Kind Grenzen setzen? Und wie kann „konsequent sein“ durchgehalten werden?

Do, 18.04.2024 10:00 – 11:30 Uhr

Gibt es Themen, die Sie beschäftigen und die nicht angeführt sind? Hat Ihr Kind Angst im Dunkeln? Sind Kinder grob zu Gleichaltrigen oder sehr schüchtern? Gibt es Probleme in Kindergarten oder Schule?
Wir bieten die Möglichkeit zur kostenlosen Einzelberatung bei unserer Psychologin. Wenden Sie sich an uns zur Terminvereinbarung für Unterstützung im manchmal schwierigen Erziehungsalltag!

SELBSTMEDIKATION BEI BABYS UND KLEINKINDERN

Was tun bei Erkältung, Bauchweh, Durchfall, ...
Infos zu diesen Themen:

- * Wie gehe ich richtig mit Arzneimitteln um
- * Homöopathische Unterstützung
- * Schüssler Salze
- * Unterstützende Pflanzen wie Tees und Naturmittel
- * Wickel wie zB. Essigpatscherl, Halswickel und Zwiebeläckchen

Leitung: Mag.^a Pharm. Sabine Ittensammer-Prinz
Preis: 3,- Euro Einzeltarif

Do, 09.11.2023 18:00 – 19:30 Uhr

Do, 14.03.2024 18:00 – 19:30 Uhr

ERSTE HILFE SÄUGLINGS-& KINDERNOTFALL-KURS

Lebensrettende Sofortmaßnahmen für Säuglinge, Klein- und Schulkinder, Unfallverhütung, akut auftretende Erkrankungen im Kindesalter etc. Sie erlernen bei Kindern aller Altersstufen richtig Erste Hilfe anzuwenden, Kinderunfälle zu vermeiden und gefährliches Spielzeug zu erkennen.

12 – 20 Teilnehmer*innen

Leitung: Lehrbeauftragte*r Rotes Kreuz
Preis: 45,- Euro pro Person
Anmeldung direkt auf der Homepage des Roten Kreuzes:
www.rotekreuz.at/ooe/kurse



Freitag, 09.02.2024 13:00 – 19:00 Uhr



SPIELGRUPPE FÜR KLEINE ENTDECKER*INNEN

Spiel und Spaß mit allen Sinnen ab 10 Monaten

Gemeinsames Spielen macht Spaß. Wir singen, tanzen, lernen Lieder und Fingerspiele. Eltern tauschen Erfahrungen aus, während die Kleinen erste Kontakte zu Gleichaltrigen knüpfen. Es werden Experimente mit diversen Materialien interessant: die Sinne werden geschärft, die Motorik gefördert und wir sind kreativ! Es bleibt Zeit für freies Spiel und um einander kennen zu lernen.

Preis: 63,- Euro pro Spielrunde
32,- Euro mit dem Linzer Aktivpass
Elternbildungsgutscheine werden von der VHS eingelöst!

Leitung: Esra Ustaalioglu
Anmeldung direkt bei der Service-Line Tel. 0732/7070-0 oder unter www.vhs.linz.at



Di, 7-mal ab 26.09.2023 10:15 – 11:45 Uhr

VHS Kurs: 23.16080

Di, 7-mal ab 05.12.2023 10:15 – 11:45 Uhr

VHS Kurs: 23.16090

Di, 7-mal ab 27.02.2024 10:15 – 11:45 Uhr

VHS Kurs: 23.16100

Di, 7-mal ab 07.05.2024 10:15 – 11:45 Uhr

VHS Kurs: 23.16110

SPIELGRUPPE FÜR GROSSE FORSCHER*INNEN

Spiel und Spaß mit allen Sinnen ab 18 Monaten

Gemeinsames Spielen macht Spaß. Wir singen, tanzen, lernen Lieder und Fingerspiele. Eltern tauschen Erfahrungen aus, während die Kleinen erste Kontakte zu Gleichaltrigen knüpfen. Es werden Experimente mit diversen Materialien interessant: die Sinne werden geschärft, die Motorik gefördert und wir sind kreativ! Es bleibt Zeit für freies Spiel und um einander kennen zu lernen.

Preis: 63,- Euro pro Spielrunde
32,- Euro mit dem Linzer Aktivpass
Elternbildungsgutscheine werden von der VHS eingelöst!

Leitung: Esra Ustaalioglu
Anmeldung direkt bei der Service-Line Tel. 0732/7070-0 oder unter www.vhs.linz.at



Di, 7-mal ab 26.09.2023 08:30 – 10:00 Uhr

VHS Kurs: 23.16130

Di, 7-mal ab 05.12.2023 08:30 – 10:00 Uhr

VHS Kurs: 23.16140

Di, 7-mal ab 27.02.2024 08:30 – 10:00 Uhr

VHS Kurs: 23.16150

Di, 7-mal ab 07.05.2024 08:30 – 10:00 Uhr

VHS Kurs: 23.16160

BEWEGUNG MACHT SPASS

von 2-3 Jahren und von 3 – 4 Jahren

Für alle, die lieber herumhüpfen als stillsitzen! Wir lernen lustige Bewegungsspiele kennen und schulen so unsere motorischen Fähigkeiten.

Leitung: Mag. Angela Grassberger, dipl. Fitness- und Gesundheitstrainerin, Yogalehrerin

Preis: 30,- Euro



Kinder von 2 – 3 Jahren

Mi, 6-mal ab 18.10.2023 15:00 – 15:50 Uhr

Am 01.11.23 findet der Kurs nicht statt

Mi, 6-mal ab 31.01.2024 15:00 – 15:50 Uhr

Am 21.02.24 findet der Kurs nicht statt

Kinder von 3 – 4 Jahren

Mi, 6-mal ab 18.10.2023 16:00 – 16:50 Uhr

Am 01.11.23 findet der Kurs nicht statt

Mi, 6-mal ab 31.01.2024 16:00 – 16:50 Uhr

Am 21.02.24 findet der Kurs nicht statt

ABENTEUER WALD

für Familien mit Kindern im Alter von 4-6 Jahren

An diesem Nachmittag werden Kinder gemeinsam mit ihrer Begleitung ein paar Stunden in der Natur verbringen. Gemeinsam Aufgaben lösen, mit allen Sinnen den Wald erforschen, spielen, Spaß haben – ein Abenteuer erleben!

Der Wald am Schiltenberg, gleich oberhalb des Ekiz, mit seiner reichhaltigen Tier- und Pflanzenwelt ist der optimale Platz für unsere Abenteuerwanderung und bietet auch für Ortskundige immer wieder Überraschungen.

Dieser Spaziergang ist nicht kinderwagentauglich.
Mitzubringen: Wetterangepasste Kleidung, Jause für Groß und Klein

Leitung: Elke Schuster & Karina Mayer, Sozialarbeiterinnen

Mo, 10.06.2024 14:00 – 16:00 Uhr

SPIELNACHMITTAG

für 8 Kinder im Alter von 7 bis 9 Jahren

Wir wollen mit euch am Nachmittag spielen - Bekanntes, Neues, Lustiges, Spannendes, Einfaches oder auch Kniffliges. Was macht euch am meisten Spaß? Ihr könnt auch gerne eure Lieblingsspiele mitnehmen und uns vorstellen. Wir sind schon neugierig, was ihr am liebsten spielt.

Leitung: Elke Schuster & Karina Mayer, Sozialarbeiterinnen

Fr, 10.11.2023 15:00 – 16:30 Uhr

Fr, 08.03.2024 15:00 – 16:30 Uhr

ADVENTKRANZBINDEN

Zur Einstimmung in die Weihnachtszeit basteln wir einen Adventkranz.

Mitzubringen:

Grundkranz aus Stroh oder Styropor,
Tannenzweige, Efeu, Buchsbaumästchen, ...,
eine Gartenschere, fester Draht zum Binden
Dekoration: Kerzen, Zapfen, Schleifen, Kugeln, ...

Leitung: Elke Schuster, Diplomsozialarbeiterin

Preis: 3,- Euro

Do, 23.11.2023 14:00-16:30 Uhr

„KINDER, KOMMT UND RATET, WAS IM OFEN BRATET“

Advent-Nachmittag für max. 8 Kinder von 2,5 - 4 Jahren in Begleitung

Die Zeit vor Weihnachten ist besonders, es riecht und schmeckt nach Zimt und Vanille. Alles ist festlich und die Kinder in gespannter Erwartung. Wir bereiten als Leckerbissen Bratäpfel zu - während diese im Ofen bruzeln, wollen wir eine Kerze basteln.

Leitung: Elke Schuster Diplomsozialarbeiterin

Preis: 5,- Euro

Mo, 04.12.2023 14:30 - 16:00 Uhr

KASPERL UND DER WALDTROLL FUSSEL

**Tri tra tralalla, tri tra tralalla
Der Kasperl ist schon wieder da!**

Der Kasperl war im Wald zum Lesen, sein Buch ist plötzlich weg gewesen. Die Milchkanne von der Omama, war auch auf einmal nicht mehr da. Wer macht Unfug hier im Wald, mit der Hilfe der Kinder erfährt es der Kasperl bald!

Leitung: Gis Kasperl

Für den Kasperl muss eine Eintrittskarte um je € 5,- pro Familie im Ekiz gekauft werden.
Verkaufszeitraum vom 19.02.2024 bis 04.03.2024

Mo, 11.03.2024 15:00 Uhr

BRÖTCHEN BACKEN

für max. 6 Kinder von 2,5 - 4 Jahren in Begleitung

An diesem Nachmittag bereiten wir gemeinsam einen Brotteig zu und jedes Kind darf sich sein eigenes kleines Brot formen, dass wir dann im Anschluss im Rahmen einer Jause verspeisen.

Um die Wartezeit auf das fertige Weckerl zu verkürzen, machen wir je nach Wetter Spiele im Freien oder drinnen.

Leitung: Elke Schuster & Karina Mayer, Sozialarbeiterinnen

Preis: 3,- Euro

Mo, 27.05.2024 14:30 - 16:00 Uhr

VORLESESTUNDE „DIE KUH LIESELOTTE“

für Kinder ab 3 Jahren und deren Begleitung

Die Kuh Lieselotte ist eine sehr beliebte Bilderbuchserie. Lieselotte lebt mit ihren Freunden, den Hühnern, den Schweinen, dem Hund, dem Pony und einer Ziege auf einem Bauernhof. Dort gibt es viel zu entdecken und es geht immer sehr turbulent zu. Lieselotte hält alle auf Trab, egal ob der Frühling kommt, eine Geburtstagsfeier ansteht, das Weihnachtsfest vor der Tür steht, es ist immer etwas los. Und das alles nebenbei, denn am liebsten hilft sie dem Briefträger die Pakete auszutragen. Jedes Bilderbuch steckt voller Abenteuer.

Wenn ihr jetzt so neugierig wie Lieselotte seid und in ihre Welt eintauchen wollt, dann kommt zu einer Vorlesestunde zu uns! In jeder Vorlesestunde geht es um ein anderes Buch, das wir uns von der Bücherei Ebelsberg ausleihen werden.

Leitung: Elke Schuster, Diplomsozialarbeiterin
Teilnahme kostenlos
Anmeldung erforderlich!

Do, 19.10.2023 15:00 - 16:00 Uhr

Do, 14.12.2023 15:00 - 16:00 Uhr

Do, 08.02.2024 15:00 - 16:00 Uhr

Do, 11.04.2024 15:00 - 16:00 Uhr





NOTIZEN

Impressum:
Herausgeber und Verleger: Landeshauptstadt Linz, Kinder- und Jugend-Services Linz
Für den Inhalt verantwortlich: Elke Schuster; Redaktion: Ekiz-Team
Titelbild: Lina Haberecker, Fotos: Ekiz, Bibliothek Ebelsberg, Esra Ustaalioglu, Pixabay, Pexels, Shutterstock
Layout: Kommunikation und Marketing; Druck: Personal und Zentrale Services, Linz, 07/2023





Familienzentrum Pichling

Eltern-Kind-Zentrum
Ebelsberg-Ennsfeld

Sie erreichen uns mit den Verkehrsmitteln der Linz Linien GesmbH,
Straßenbahnlinie 2, Haltestelle Ennsfeld.

Social Media

-  facebook.com/EKiZ.Ebelsberg
-  ekiz_ebelsberg_der_stadt_linz

Eltern-Kind-Zentrum Ebelsberg-Ennsfeld
A-4030 Linz, Hofmannsthalweg 8
Tel. 0732 / 30 10 56
E-Mail: ekiz@mag.linz.at
linz.at/ekiz-ebelsberg.asp



Gefördert auch durch:

