

# Familienzentrum Pichling



# Familienzentrum Pichling



Karin Hörzing  
Vizebürgermeisterin

## 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.

## Liebe Eltern und Kinder!

Das FamiZ ist ein Ort für Kinder, junge Menschen, Frauen, Männer, Eltern, Mütter, Väter, Erziehungsberechtigte, Bindungspersonen und Familienangehörige.

Ein Platz für Menschen mit oder ohne Sorgen, in Krisen oder einfach zum Reden, Spielen und Informieren. Gleichstellung sowie ein respektvoller, gewaltfreier Umgang sind uns wichtig.

Wir begleiten bei den Herausforderungen des Alltags. Wir beraten professionell und lösungsorientiert bei Wandel, Veränderung und Krisen. Wir unterstützen das Gelingen von ElternSein, MenschSein und Familienleben in all seinen Variationen.



## Wir unterstützen und beraten Sie

### Bei der Erziehung unseres Kindes weiß ich im Moment nicht mehr weiter

- am liebsten würde ich ...
- der Alltag ist oft ziemlich schwierig
- was kann ich tun

### In unserer Beziehung haben wir zurzeit Probleme

- wir reden wenig miteinander
- wir streiten viel
- wie können wir weiter machen

### Trennung/Scheidung

- unsere Beziehung ist am Ende
- wie kann ich unserem Kind die Situation - erleichtern
- ich möchte Klarheit finden

### Gewalt verhindern/beenden

- Ich befürchte, dass mir beim nächsten Mal die „Hand ausrutscht“.
- Ich habe bereits ein- oder mehrmals zugeschlagen.
- wie komme ich da raus

## Angebot

Psychosoziale Einzel-,  
Paar- und Familienberatung.

Persönlich, telefonisch, per Email oder  
online via Teams, Skype,...

Vereinbaren Sie einen Termin - wir entwickeln  
gemeinsam mit Ihnen Lösungsansätze.

0732 / 32 00 71

[familienzentrum.pichling@mag.linz.at](mailto:familienzentrum.pichling@mag.linz.at)



## Das FAMIZ Team



**DSA Sylvia Sophia Assmann**  
Dipl. Sozialarbeiterin,  
Gewaltberaterin, Mediatorin  
Tel. 0732 / 32 00 71 – 24  
sylvia.assmann@mag.linz.at



**Mag.ª Nikola Bürger-Affenzeller**  
Klinische- und Gesundheitspsychologin,  
Systemische Familientherapeutin  
Tel. 0732 / 32 00 71  
nikola.buerger-affenzeller@mag.linz.at



**DSA Gudrun Kröpl**  
Dipl. Sozialarbeiterin,  
Dipl. Resilienztrainerin  
Tel. 0732 / 32 00 71 – 47  
gudrun.kroepf@mag.linz.at



**DSA Martina Ly, MA**  
Dipl. Sozialarbeiterin,  
Systemischer Coach  
Tel. 0732 / 32 00 71 – 44  
martina.ly2@mag.linz.at



**Silke Graml, BA**  
Leitung  
Sozialarbeiterin  
Tel. 0732 / 32 00 71 – 23  
silke.graml@mag.linz.at



**Christoph Korlath**  
Verwaltung  
Tel. 0732 / 32 00 71 – 16  
christoph.korlath@mag.linz.at



**Dominik Schatz, MA**  
Sozialarbeiter,  
Sexualpädagoge  
Tel. 0732 / 32 00 71 – 22  
dominik.schatz@mag.linz.at



**Stephanie Flebus, BA MA**  
Elementarpädagogin  
Tel. 0732 / 32 00 71  
stephanie.flebus@mag.linz.at

## Das FAMIZ Team

### Bürozeiten

Die Mitarbeiter\*innen des Familienzentrums Pichling stehen Ihnen persönlich, telefonisch und per Mail für Anmeldungen, Informationen, Terminvereinbarungen und Auskünfte gerne zur Verfügung:

Heliosallee 84, 4030 Pichling  
Mo, Di und Do 08:00 – 12:00 Uhr  
Di 14:00 – 17:00 Uhr

Telefon: 0732 / 32 00 71  
familienzentrum.pichling@mag.linz.at  
Besuchen Sie uns auch online unter: [linktr.ee/teamzukunftlinz](https://linktr.ee/teamzukunftlinz)



### Preise und Anmeldung

Sie können sich persönlich, telefonisch oder per E-Mail anmelden. Die jeweiligen Preise und Materialkosten (pro Kind) sind im Programmheft bei den einzelnen Angeboten angeführt. Eine Anmeldung kann bis eine Woche vor der Veranstaltung vorgenommen werden.

Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ können bei den vom Familienreferat des Landes OÖ ausgewählten Kursen bzw. Veranstaltungen eingelöst werden ([www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at)). Diese sind mit dem Logo gekennzeichnet.



Veranstaltungen mit diesem Symbol werden auch online via MSTEams angeboten. Anmeldung erforderlich. Ein Zugangslink wird Ihnen fristgerecht zugesandt.



### Anmeldeschluss

Jeweils eine Woche vor der Veranstaltung, wenn laut Programmheft eine Anmeldung erforderlich ist. Später eintreffende Anmeldungen können berücksichtigt werden, wenn die Veranstaltung stattfindet und noch Plätze frei sind.

### Abmeldung / Storno

Bis eine Woche vor der Veranstaltung möglich. Bereits erfolgte Zahlungen werden zur Gänze rückerstattet. Die Teilnahmeberechtigung kann auch übertragen werden.

### Kursabsage

Der Veranstalter behält sich vor, bei zu geringer Teilnehmer\*innenzahl die Veranstaltung abzusagen. Bei Absage eines Kurses durch das Familienzentrum werden bereits eingezahlte Beträge zur Gänze rückerstattet.

### Ton-, Film- und Fotoaufnahmen

Die Teilnehmenden erklären sich damit einverstanden, dass bei Großveranstaltungen des Familienzentrum Pichling Tonaufnahmen, Filmaufnahmen und Videos gemacht werden können, die veröffentlicht werden sollen. Sowohl die Teilnehmenden, als auch die Erziehungsberechtigten von teilnehmenden Kindern stimmen zu, dass die während oder im Zusammenhang mit dem Besuch von Großveranstaltungen entstandenen Aufnahmen ohne Entschädigung und ohne zeitliche oder räumliche Einschränkung veröffentlicht werden dürfen.

### Haftung

Eine Haftung im Rahmen der gesetzlichen Möglichkeiten wird ausgeschlossen. Teilnehmer\*innen und Besucher\*innen sind grundsätzlich eigenverantwortlich.

### VHS, ÖGK und andere Anbieter\*innen

Für Kurse der Volkshochschule im FamiZ gelten die Bedingungen lt. VHS-Programm – [www.vhs.linz.at](http://www.vhs.linz.at) Bei der ÖGK und den Privaten Initiativen gelten die mit den Anbieter\*innen vereinbarten Bedingungen.

## Eltern-, Mutterberatung

### Soziales, Jugend und Familie, Jugendgesundheit und Schulsozialarbeit

Sie erhalten Informationen zum Verlauf der kindlichen Entwicklung, Ernährung, gesundheitlichen und sozialen Fragen, Impfungen.

**Dr.<sup>in</sup> med.univ. Martina Edinger B.A.**

**Mag<sup>a</sup> (FH) Rosa Edlmayr**

0664 / 784 27 099

Dienstag 14:00 – 16:30 Uhr

Tel. 0732 / 32 00 71 – 31 – zu oben angeführten Zeiten

## Stillberatung und emotionelle Erste-Hilfe

am 1., 3. und 5. Dienstag im Monat  
von 14:00 – 16:30 Uhr

**Angela Maria Frantal,**

IBCLC-Stillberaterin

(international bord certified lactation consultant)

Tragetuch-Beratung und Emotionelle Erste Hilfe  
nach Terminvereinbarung

**Kontakt:**

0732 / 30 10 56 – 23

angela.frantal@mag.linz.at



## Weitere Angebote zum Thema Stillen

Tel. 0732 / 30 10 56, [www.linz.at/ekiz-ebelsberg.asp](http://www.linz.at/ekiz-ebelsberg.asp)

### Stillhotline

Montag - Freitag 08:30 – 09:30 Uhr unter

Tel. 0732 / 30 10 56 – 23

### Offene Stillrunde und Kleinkind-Stilltreffen

Anmeldung per Email an [angela.frantal@mag.linz.at](mailto:angela.frantal@mag.linz.at)

Termine und Informationen unter

[linz.at/ekiz-ebelsberg.asp](http://linz.at/ekiz-ebelsberg.asp)

## Kooperationspartner\*innen



Die wertvolle Zeit mit dem Baby

# Offener Treff

In vertrauensvoller Atmosphäre können Sie jede Woche gemeinsam mit Ihrem Kind Kontakt- und Gesprächsangebote der anwesenden Sozialarbeiter\*innen nutzen und werden über Angebote und Beratungsmöglichkeiten informiert. Sie können unsere vielfältigen Spielangebote nutzen, es gibt Platz zum Wickeln und zum Stillen.

Der offene Treff ist für Kinder, Eltern und erwachsene Begleitpersonen da, um Kontakt mit anderen Eltern/ Erwachsenen und Kindern zu knüpfen und Erfahrungen auszutauschen.

Di 08:30 – 12:00 Uhr  
13:30 – 17:30 Uhr  
Do 08:30 – 12:00 Uhr



# Die wertvolle Zeit mit dem Baby

Die Schwangerschaft markiert den Beginn einer aufregenden Reise voller Veränderungen. Mit der Geburt des Babys startet eine intensive Phase der Bindung und des Wachstums.

Eltern erleben die Herausforderung, sich an neue Rollen und Verantwortungen anzupassen. Jede Phase bringt neue Erlebnisse und wertvolle Momente des gemeinsamen Wachstums.



**Leitung**

Angela Maria Frantal

**Teilnahme** 28,- Euro

Anmeldung erforderlich

50% Ermäßigung für

Inhaber\*innen

des Linzer Aktivpasses.

Anmeldung bis spätes-

tens zwei Wochen vor

Kursbeginn direkt bei der

Service-Line.

Tel.: 0732 / 7070-0 oder

[www.vhs.linz.at](http://www.vhs.linz.at)

## Gebären - kraftvoll und selbstbestimmt

Geburt findet nicht im Kopf statt! Es geht nicht ums „Lernen“, sondern um das tiefe Vertrauen zu gewinnen, selbst aktiv gebären zu können.

Selbstanbindungsmethoden wie „Sichere Nabelschnur“ und „Leuchtturmatmen“, aus der Emotionellen Ersten Hilfe nach Thomas Harms, tragen dazu bei, die werdende Familie auf mehr „high touch“ einzuschwingen, damit weniger „high tech“ bei der Geburt nötig ist. Der Kurs ist für Erst- und Mehrgebärende gleichermaßen geeignet.

Hinweis: auch mit Begleitperson ist nur eine Gebühr fällig, allerdings bitte unbedingt beide anmelden!

Mitzubringen: bequeme Kleidung (Jogginghose, Socken).

**VHS-Kurs Nr. 24.16010**

Do, 03.10.2024 16:00 – 19:00 Uhr

**VHS-Kurs Nr. 24.16020**

Do, 23.01.2025 16:00 – 19:00 Uhr



## Schmetterlingsmassage für Schwangere

Die streichelzarte „Schmetterlingsmassage“ nach Eva Reich ist nicht nur für Babys eine Wohltat, sie wird auch von Erwachsenen sehr genossen. Diese Form der achtsamen Berührung fördert die Entspannungsfähigkeit und Körperwahrnehmung, wirkt bindungsstärkend für die werdende Familie, ist eine liebevolle Kommunikation mit dem Ungeborenen und eine Bereicherung für die Paarbeziehung.

Ein Genuss für schwangere Frauen mit einer Begleitperson (Partner, Mutter, Schwester, Freundin, Doula, ...).

Hinweis: auch mit Begleitperson ist nur eine Gebühr fällig, allerdings bitte unbedingt beide anmelden!

Mitzubringen: bequeme Kleidung (Jogginghose, Socken), Kissen, Nackenrolle, Decke

**VHS-Kurs Nr. 24.16030**

Do, 17.10, 24.10.2024 16:00 – 17:30 Uhr

**VHS-Kurs Nr. 24.16040**

Do, 20.02, 27.02.2025 16:00 – 17:30 Uhr



### Leitung

Angela Maria Frantal

**Teilnahme** 23,- Euro

Anmeldung erforderlich

50% Ermäßigung für Inhaber\*innen des Linzer Aktivpasses. Anmeldung bis spätestens zwei Wochen vor Kursbeginn direkt bei der Service-Line. Tel.: 0732 / 7070-0 oder [www.vhs.linz.at](http://www.vhs.linz.at)

## Babypflege und Bedürfnisse

Viele werdende Eltern haben vor der Geburt noch nie ein Baby im Arm gehabt und möchten sich bereits in der Schwangerschaft mit den Grundlagen der Babypflege vertraut machen.

Die Bedürfnisse eines Babys sind vielfältig und die Signale eines Neugeborenen zu verstehen, ist für frischgebackene Eltern oft eine Herausforderung. Wie erkennt man, wann das Baby Hunger hat, es ausscheiden muss, es tragebedürftig oder müde ist und wie handhabt man Tragetuch, Wickelzubehör, Stillkissen, Badekübel und Co?

Hinweis: der Kurs ist für Eltern in der Schwangerschaft gedacht. Auch mit Begleitperson ist nur eine Gebühr fällig, allerdings bitte unbedingt beide anmelden!

### **VHS-Kurs Nr. 24.16050**

Do, 07.11.2024 16:00 – 18:30 Uhr

### **VHS-Kurs Nr. 24.16060**

Do, 06.03.2025 16:00 – 18:30 Uhr



## Bindung durch Berührung – „Basic Bonding“

Eine zarte Unterhaltung zwischen Eltern und Baby, die sich auf die Signale des Kindes bezieht. Wir staunen über die Körpersprache des Kindes, die uns zeigt, wann es bereit ist für schmetterlingsleichte Berührungen, wo es gestreichelt und gehalten werden möchte und wann es Pausen zum Verarbeiten braucht.

Der Kurs ist sehr gut für Babys geeignet, die oft angespannt sind und viel weinen. Eltern werden unterstützt, das Weinen ihres Babys so zu begleiten, dass ein lösender und heilsamer Prozess entstehen kann.

### **Termine:**

**jeweils 4-mal von 13.30 – 15.00 Uhr**

Do, 12.09.2024 + 19.09.2024 + 26.09.2024 + 03.10.2024

Do, 07.11.2024 + 14.11.2024 + 21.11.2024 + 28.11.2024

Do, 06.02.2025 + 13.02.2025 + 20.02.2025 + 27.02.2025

Do, 08.05.2025 + 15.05.2025 + 22.05.2025 + 05.06.2025

### Leitung

Angela Maria Frantal

**Zielgruppe** für Eltern und

Babys 0 - 4 Monate

**Teilnahme** 20,- Euro

Anmeldung erforderlich



**Leitung**

Mitarbeiter\*innen der ÖGK

**Teilnahme** kostenfrei/  
Anmeldung erforderlich

**Anmeldung**

revan-14@oegk.at /

+43 5 0766 – 14103524

**Ernährung von Kindern im  
ersten Lebensjahr**

Ernährung von Kindern im ersten Lebensjahr:

Unser Baby lernt essen! Um das 6. Lebensmonat reichen Muttermilch und Säuglingsnahrungen alleine nicht mehr aus, damit ein Kind gut gedeihen kann. Doch wie geht es jetzt am besten weiter? Diese und viele weitere Fragen rund um die bunte Babykost werden in diesem kostenlosen Workshop praxisnah beantwortet.

Do, 12.09.2024

09:00 – 11:30 Uhr

**Leitung**

Mitarbeiter\*innen der ÖGK

**Teilnahme** kostenfrei/  
Anmeldung erforderlich

**Anmeldung**

revan-14@oegk.at /

+43 5 0766 – 14103524

**Ernährung von ein- bis  
dreijährigen Kindern**

Damit unsere “Kleinen” gesund groß werden, ist es von Bedeutung, sie schon früh für ein vielfältiges Nahrungsangebot zu begeistern, ihnen die Freude an einer gesunden Ernährung und die Lust am Ausprobieren schmackhaft zu machen. Hilfreiche und praxisnahe Tipps geben Antworten auf zahlreiche Ernährungsfragen und helfen bei der Umsetzung im Familienalltag.

Do, 14.11.2024

17:00 – 19:30 Uhr



**Leitung**

Gudrun Kröpl, Martina Ly

**Teilnahme** kostenfrei/

Anmeldung erforderlich

## Baby- und Kleinkindrunde

Die Baby- und Kleinkindrunde ist für alle Eltern und Bindungspersonen mit Babys und Kleinkinder bis zum 3. Lebensjahr. Elternsein braucht Austausch, fachliche Inputs, offene Ohren, tröstenden Zuspruch, kreative Ideen, Abwechslung im Babyalltag und neue Kontakte.

### Wem glaube ich? Insta, Podcast und Co

In der Social-Media-Welt tummeln sich viele, auch selbsternannte, Expert\*innen. Was macht eine\*n Expert\*in aus? Wie kann ich zwischen hilfreichen und schlechten Informationsquellen unterscheiden lernen?

Do, 05.09.2024 09:00 – 10:30 Uhr

### Eltern sein und Paar bleiben

Unsere Kinder fordern uns rund um die Uhr. Häufig funktionieren wir nur noch. Wie kann Zeit und Energie für uns als Paar bleiben?

Do, 03.10.2024 09:00 – 10:30 Uhr

### Wie können Kinder Entwicklungsaufgaben, aktuelle Anforderungen und Krisen bewältigen

6 Schutzfaktoren aus der Resilienzforschung werden vorgestellt und anhand alltagstauglicher Beispiele diskutiert.

Do, 07.11.2024 09:00 – 10:30 Uhr

### Familiendition- Segen oder Fluch?!

Wie geht man als Eltern mit familiären Traditionen, Wünschen und Erwartungen um?

05.12.2024 09:00 – 10:30 Uhr

### Wege zu einem guten Schlaf

Mein Kind schläft schlecht. Die Einschlafsituationen sind kräftezerrend. Ich will gar nicht an die nächste Schlafenszeit denken. Ich bin müde. Was kann ich tun?

Do, 09.01.2025 09:00 – 10:30 Uhr

### Schluss mit Vergleich

Entwicklungspsychologie der ersten 2 Jahre  
Übersicht über die Meilensteine in den ersten zwei Lebensjahren.

Do, 06.02.2025 09:00 – 10:30 Uhr

### Bedürfnisorientierung am Kind - Bedürfnisse der Eltern

Kindliche Bedürfnisse wollen möglichst sofort erfüllt werden. Dies in Einklang mit eigenen Bedürfnissen als Mutter und Vater bringen zu können, ist herausfordernd. Wie kann dies gelingen?

Do, 06.03.2025 09:00 – 10:30 Uhr

## Baby- und Kleinkindrunde

### **Wir als Team – Elternschaft entwickeln**

Vom Paar zu Eltern – diese Entwicklung kann durchaus mit vielen Fragen und Unstimmigkeiten einhergehen. Wie schafft man es als Paar, ein gutes Elternteam zu werden?

Do, 03.04.2025                      09:00 – 10:30 Uhr

### **Mein Kind isst nicht**

Wie kann es gelingen, Mahlzeiten so zu gestalten, dass Essen positiv besetzt ist und mein Kind isst?

Do, 08.05.2025                      09:00 – 10:30 Uhr

### **Stärkende Rituale- was ist ein Ritual, wozu dient es?**

Was sich als Ritual eignet, welches Bedürfnis sie erfüllen und wie vielfältig diese eingesetzt werden können, wird in dieser Runde besprochen.

Do, 05.06.2025                      09:00 – 10:30 Uhr



# Familie im Mittelpunkt

Eltern zu sein bedeutet, sich der Herausforderung der Erziehung zu stellen und dabei eine starke Bindung zu den Kindern aufzubauen. Dieser Weg ist oft nicht einfach, doch die Freude über die kleinen und großen Erfolge macht jede Mühe wert. Durch offene Dialoge und gemeinsamen Austausch kann voneinander gelernt werden, um miteinander zu wachsen.



**Leitung** Sophia Assmann,  
Gudrun Kröpl

**Teilnahme** kostenfrei/  
auch Online möglich  
Anmeldung erforderlich



## Elternwerkstatt

Erziehung leichtgemacht – Tipps und Tricks für den Alltag. Die Elternwerkstatt richtet sich an Eltern und Menschen, die Elternfunktionen ausüben.

### Immer dieses Grenzen setzen

Grenzen setzen ist ein notwendiges „Übel“ der Erziehung. Grenzen setzen ist anstrengend und niemand tut es gern. Kann Grenzen setzen auch einfach sein? Und wenn ja, wie geht das? Wo endet Grenzen setzen und wo beginnt Gewalt? Antworten auf diese Fragen liefert diese Elternwerkstatt.

Mo, 28.10.2024 18:00 – 19:30 Uhr

### Anti-Ärger-Training für Eltern

Das kennen alle Menschen, die Kinder erziehen: Trotzanfälle an der Supermarktkassa, Kinder, die nicht hören, wenn man ruft oder morgens trödeln, wenn man eigentlich schon aus dem Haus muss, ... Wie klingt folgende Vorstellung: Immer ruhig und gelassen, wenn das Kind bummelt, sich auf den Boden wirft oder nicht einschlafen will. Wie das gelingen kann, ist Thema des Anti-Ärger-Trainings dieser Elternwerkstatt.

Mo, 25.11.2024 18:00 – 19:30 Uhr

## Nein sagen als Superkraft der Gewaltprävention

Nein, nein, nein. Eines der wichtigsten Wörter, die Kinder lernen. Ab diesem Zeitpunkt wird Erziehung anstrengend, sofern die Wichtigkeit dieser Superkraft nicht erkannt wird. Kinder, deren Nein akzeptiert und respektiert wird, wenn z. B. ein Großelternanteil unbedingt ein Busserl will, lernen, dass ihr Körper ihnen gehört und nur mit Zustimmung berührt werden darf. Wo aber ist die Grenze des Selbstbestimmungsrechtes und der Notwendigkeit von Erziehung, die ja durchaus Grenzen setzen muss? Diese Frage beantwortet die Elternwerkstatt.

Mo, 27.01.2025 18:00 – 19:30 Uhr

## Hilfe! Mein pubertierendes Kind tut was es will!

Seit mein Kind in der Pubertät ist, hört es nicht mehr auf mich. Außerdem macht es Dinge, die gegen unsere Familienregeln sind. Ich stoße mit meinen bisherigen Erziehungsmethoden an meine Grenzen. Was kann ich tun?

In dieser Elternwerkstatt wird das Konzept der Neuen Autorität vorgestellt. Hier geht es vor allem darum, wie Eltern mit ihrem herausfordernden Kind in Beziehung bleiben können. Zudem bekommen Eltern klare Handlungsideen, wie sie u.a. mit Beharrlichkeit und wachsamer Sorge ihre Kinder zur Einhaltung der Familienregeln bewegen können.

Mo, 10.02.2025 18:00 – 19:30 Uhr

### **Tod und Trauer. Jedem Abschied gebührt Ehre**

Kleine und große Abschiede gehören zum Alltag. Täglich erleben Kinder den abendlichen Abschied beim Einschlafen, den morgendlichen Abschied im Kindergarten oder wenn ein Elternteil zur Arbeit geht. Manchmal kommt ein großer Abschied hinzu: Trennung, Scheidung, Umzug, Krankheit, Tod. Abschied nehmen ist schwer. Kindern Abschied zu erklären und sie dabei zu begleiten ist Thema dieser Elternwerkstatt.

Mo, 17.03.2025 18:00 – 19:30 Uhr

### **Trotz und Streit - Deeskalation im Kinderzimmer**

Trotzig sein und streiten gehört zur Kindheit und ist wichtig. Wichtig ist auch zu lernen Streit zu schlichten und sich wieder zu versöhnen und zu vertragen. Eltern und Bezugspersonen sind die wichtigsten Vorbilder für konstruktives Streiten und Versöhnung. Mit den Deeskalationsstrategien dieser Elternwerkstatt bekommen Sie jede Streiterei in den Griff.

Mo, 28.04.2025 18:00 – 19:30 Uhr

### **Wut, Zorn, Frustration**

Unterstützung der Emotionsregulierung von Kindern. Babys und Kinder leben positive und negative Gefühle im Moment und direkt aus. Im Babyalter ist dies akzeptiert und wird mitunter auch belächelt. Kinder sollen keine Weicheier oder Heulsusen werden, sondern groß und stark. Um dieses Ziel zu erreichen, ist es wichtig, die Emotionen und Gefühle von Kindern ernst zu nehmen. Eltern und Bindungspersonen sind die wichtigsten Vorbilder für das Wahrnehmen und Benennen positiver und negativer Emotionen und Gefühle.

Mo, 19.05.2025 18:00 – 19:30 Uhr

### **Abakadabra, Simalabim**

Zauberworte für Bindung und Erziehung. Was muss ich sagen, damit mein Kind versteht was ich will? Diese Frage stellen sich alle Menschen, die mit Kindern zu tun haben. Kinder brauchen Bindung. Bindung entsteht durch Zeit, Nähe und bestimmte Worte. Bindungsorientierte Kommunikation nimmt Rücksicht auf das kindliche Gehirn und verwendet bevorzugt bestimmte Worte, während sie andere Worte weglässt. So entstehen andere Bilder im Kopf der Kinder und Kommunikation und Erziehung gelingen leichter.

Mo, 23.06.2025 18:00 – 19:30 Uhr

### Leitung

Martina Ly

**Teilnahme** 5,- Euro pro Familie, Anmeldung erforderlich

## Gemeinsam Genießen

Gemeinsam essen dient nicht nur dem Sattwerden, es ist vielmehr ein wichtiger Teil des Familienalltags. Durch das gemeinsame Frühstück erfahren Kinder, dass Essen keine Nebensache ist und Freude macht. In Gesellschaft schmeckt es einfach besser und es ist interessanter, Neues auszuprobieren.

Das Frühstück beginnt und endet mit einem gemeinsamen Ritual. Ein fröhliches und lebendiges Miteinander mit Tee, Kakao, Kaffee, Brot, Marmelade, Obst und Aufstrichen. Bei Nahrungsunverträglichkeiten bitte die speziellen Nahrungsmittel selbst mitnehmen.

Mi, 18.09.2024	09:00 – 11:00 Uhr
Mi, 20.11.2024	09:00 – 11:00 Uhr
Mi, 18.12.2024	09:00 – 11:00 Uhr
Mi, 15.01.2025	09:00 – 11:00 Uhr
Mi, 19.02.2025	09:00 – 11:00 Uhr
Mi, 19.03.2025	09:00 – 11:00 Uhr
Mi, 16.04.2025	09:00 – 11:00 Uhr
Mi, 21.05.2025	09:00 – 11:00 Uhr
Mi, 18.06.2025	09:00 – 11:00 Uhr
Mi, 16.07.2025	09:00 – 11:00 Uhr



**Leitung**

Sophia Assmann

**Teilnahme** kostenfrei,  
Anmeldung erforderlich

## Sternenkinder

Wenn die Geburt der Abschied ist. Ein Baby während der Schwangerschaft oder rund um die Geburt zu verlieren ist eine schreckliche Situation. Diese Situation trifft nicht nur die Mutter, sie trifft die ganze Familie: Vater, Geschwister, Großeltern und nahestehende Personen.

Der Schock und die Verunsicherung sind groß: Wie geht man damit um? Was sagt man? Wie kann man helfen? Wie kann man den Abschied gestalten? Wie kann man weiterleben? Wie nicht daran zerbrechen.... Der Verlust eines – ungeborenen – Kindes belastet oft noch Jahre später.

Wir machen ein totgeschwiegenes Thema sichtbar und erst damit bewältigbar. Wir klären Fragen, tauschen Gedanken aus, geben der Trauer Raum und helfen mit bewährten Bewältigungsstrategien für Betroffene und Angehörige, egal wie lange der Verlust zurückliegt.

Hinweis: Sie können, unabhängig von dieser Veranstaltung, zu diesem Thema jederzeit einen Beratungstermin vereinbaren.

**Termine Donnerstag 18:00 – 19:30 Uhr**  
12.09.2024, 13.03.2025 oder 03.07.2025

## Schauen, wischen, klicken

Schon kleine Kinder begeistern sich für die Bilder, die ihnen von Fernseher, Smartphone oder Tablet entgegenleuchten.

Wie können wir den Umgang mit Medien möglichst verantwortungsvoll gestalten? Eingeladen sind alle interessierten Eltern und Erziehenden. Eltern können ihre Kleinkinder mitbringen, der Vortrag findet in lockerer Runde, ohne technische Geräte statt.

Mi, 11.02.2025 15:00 – 16:30 Uhr

**Leitung**

Andrea Schrattenecker  
Institut Suchtprävention

**Teilnahme** kostenlos,  
Anmeldung erforderlich

# Gewalt- prävention in aller Munde

Unter Stress und Überforderung verlieren Menschen die Übersicht über mögliche Belastungen. Daher ist ein wichtiger Schritt zur Stressbewältigung oft ein Hinschauen und Hinfühlen – ein achtsamer Umgang mit uns selbst.

Meist sind es eigene Erwartungshaltungen, persönliche Einstellungen, Ängste und Befürchtungen, die uns in herausfordernde Situationen bringen. Damit Menschen ihr volles Potential entfalten können, braucht es das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und die Strategie eigenes Verhalten und Emotionen steuern zu können.



### Leitung

Sophia Assmann,  
Angela Maria Frantal

**Teilnahme** kostenfrei,  
Anmeldung erforderlich

### WIR – Gemeinsam für Gewaltfreiheit

In dieser Workshopreihe beschäftigen wir uns mit verbalen und nonverbalen Techniken und Tools zur Deeskalation und ein aktiv gewaltfreies Leben. Jeder Workshop besteht aus einer Mischung aus Theoriespots, Erfahrungsaustausch, Diskussion und Übungen zum Transfer des Gelernten in den Alltag zu folgenden Schwerpunkten:

- Grundlagen gewaltfreier Kommunikation.
- Schlagfertigkeit als Gewaltprävention.
- Gewaltfreie Nähe und Distanz.
- Unworte der Kommunikation.
- Körpersprache als Deeskalationsmethode.

Die Termine sind einzeln buchbar, die Teilnahme an mehreren Terminen ist empfehlenswert.

Fr, 20.09.2024	15:00 – 18:00 Uhr
Fr, 08.11.2024	15:00 – 18:00 Uhr
Fr, 21.03.2025	15:00 – 18:00 Uhr
Fr, 16.05.2025	15:00 – 18:00 Uhr
Fr, 18.07.2025	15:00 – 18:00 Uhr

### Leitung

Sophia Assmann,  
Angela Maria Frantal

**Teilnahme** kostenfrei,  
Anmeldung erforderlich

### Ich+Du – Die etwas andere Gewaltprävention

Gewaltprävention beginnt in den ersten Lebensjahren eines Menschen. Kinder, die Nähe und Liebe erleben und von den Eltern durch die eigenen Gefühle begleitet werden, lernen Selbstregulation und Selbstwirksamkeit. Dies und eine sichere Bindung zu den Bezugspersonen sind wichtige Voraussetzungen der Gewaltprävention. Was, wenn dies nicht so gut funktioniert hat? Welche Auswirkungen hat dies auf mein heutiges Verhalten?

Fehlende Selbstregulation und Bindungsfähigkeit führen leicht zu gewalttätigen Handlungen, die vielfältig sind: beleidigen, schreien, schubsen, schlagen, ...

Was kann ich für mich und meine Kinder verändern und „besser machen“? Denn die gute Nachricht ist: Der Mensch kann diese Dinge auch später noch lernen.

Inhalt des 3-teiligen Kurses: Theoriespots, Erfahrungsaustausch und Diskussion, Übungen zum Transfer des Gelernten in den Alltag. Der Kurs eignet sich auch als individuelle Vorbereitung auf eine Paarberatung.

### Termine Donnerstag 16:00 – 19:00 Uhr

- 1 Kurs: 14. 11.2024, 21.11.2024, 28.11.2024
- 2 Kurs: 30.01.2025, 06.02.2025, 13.2.2025
- 3 Kurs: 03.04.2025, 10.04.2025, 17.04.2025
- 4 Kurs: 05.06.2025, 12.06.2025, 26.06.2025

### Leitung

Martina Ly

**Teilnahme** 3,- Euro pro

Termin, Anmeldung erforderlich

### Achtsamkeit – deine neue Superkraft

In dieser vierteiligen Workshopreihe wirst du erfahren, wie es sich anfühlt ganz in Kontakt mit dir zu kommen. Dadurch ist es dir besser möglich mehr auf dich selbst zu achten, mehr davon zu tun, was dir wirklich guttut. Achtsamkeit führt dich in eine neue, kraftvolle Art dein Leben zu gestalten.

**Termine Donnerstag 17:30-19.30 Uhr , auch einzeln buchbar**

#### Die Kraft der Worte

Do, 31.10.2024 17:30 - 19:30 Uhr

#### Die Kraft der Atmung

Do, 09.01.2025 17:30 - 19:30 Uhr

#### Die Kraft der Stille

Do, 06.03.2025 17:30 - 19:30 Uhr

#### Die Kraft der eigenen Mitte

Do, 08.05.2025 17:30 - 19:30 Uhr

### Leitung

Gudrun Kröpl

**Teilnahme** 3,- Euro pro

Termin, Anmeldung erforderlich

### Dem Leben standhalten

Wie kann ich Herausforderungen des Alltags gut meistern? Resilienz – die psychische Widerstandskraft – ist in aller Munde. Aber was ist Resilienz genau? Wie kann ich meine Resilienz stärken, um meinen Alltag gut meistern zu können? Wie kann ich mit Krisen und Herausforderungen umgehen? In dieser 3 teiligen Workshopreihe beschäftigen wir uns gemeinsam mit diesen Fragen. Es erwartet Sie ein Mix aus Information, Diskussion und freiwilligen Übungen.

**Termine Montag 18:00 – 20:00 Uhr**

03.03.2025, 10.03.2025, 24.03.2025

### Miteinander reden ist gut – Einander verstehen noch besser

Da wir nicht Gedanken lesen können, reden wir in Paarbeziehungen in manchen Situationen aneinander vorbei. Wie Sie dieses aneinander vorbei reden in Zukunft mit einem Zwinkern im Auge und wohlwollend verändern können, lernen Sie mit Theorieinputs und praktischen Übungen.

Ein Tag für Paare oder einzelne Personen in Paarbeziehung. Das gemeinsame Kommen als Paar ist keine Voraussetzung für die Teilnahme.

**Termine Samstag 09:00 – 16:00 Uhr**

23.11.2024 oder 05.04.2025

### Leitung

Silke Graml, Sophia

Assmann

**Teilnahme** 5,- Euro pro

Termin, Anmeldung erforderlich

# Bewusst Frau Sein

Sich als Frau zu fühlen bringt zahlreiche Herausforderungen mit sich, die oft in gesellschaftlichen Erwartungen, Berufsleben und persönlichen Beziehungen verwurzelt sind. Daraus können Ambivalenzen entstehen, bei denen es wichtig ist, sich gemeinsam auszutauschen und gegenseitig zu stärken.

Frauen  
büro **L<sub>♀</sub>nz**



**Leitung**

Sophia Assmann

**Teilnahme** kostenfrei,  
auch Online möglich,  
Anmeldung erforderlich



## Womens Talk

Im miteinander reden und austauschen sich gegenseitig stärken und voneinander lernen. Eine kurzweilige Vortragsreihe mit Theoriespots, Erfahrungsaustausch und Übungen. Die Vorträge sind einzeln buchbar.

### Nicht nur Blicke können töten.

Gewalt durch Sprache. Verbale Gewalt und Abwertung begegnen uns immer und überall in Alltag und Berufsleben. Dieser Vortrag klärt über sprachliche Gewalt und deren unterschiedliche Wahrnehmung der Geschlechter auf. Sie erfahren, was Nähe und Distanz mit verbaler Gewalt zu tun haben und wie sie auf sprachliche Gewalt souverän reagieren.

Fr, 29.11.2024 15:00 - 18:00 Uhr

### Nein sagen – leicht gemacht

Wieder einmal Ja gesagt, obwohl Nein gemeint. Kennen Sie das? Wenn sie dennoch Nein sagen, haben sie oft ein schlechtes Gewissen. Möchten Sie freundlich Nein sagen und Ihr Gegenüber dabei nicht vor den Kopf stoßen? Wertschätzendes Nein sagen ist möglich und leichter als wir oft glauben.

Fr, 17.01.2025 15:00 - 18:00 Uhr

## Das war doch nur ein Kompliment. Oder doch Sexismus?

Was fällt in den Bereich Sexismus? Betrifft es alle Geschlechter? Wie können wir auf Sexismus aufmerksam machen? Ein Womens Talk mit Theorie und Diskussion zu einem umfassenden Thema. Danach begegnen Sie Sexismus bewusster.

Fr, 07.02.2025 15:00 - 18:00 Uhr

### Keine Lust auf Konflikte?!

Konflikte sind Konfrontationen. Konflikte und Streit lösen unterschiedliche Reaktionen aus: Angst, Unbehagen, Verteidigung, Kopf in den Sand. Die wenigsten Menschen freuen sich über Konflikte und Streit. Da beide im Leben immer wieder auftauchen macht es Sinn, sich mit dem eigenen Konfliktverhalten auseinanderzusetzen.

Fr, 28.03.2025 15:00 - 18:00 Uhr

### Ein Blick sagt mehr als tausend Worte.

Körpersprache, Distanzzonen und Proxemik. Nonverbale Kommunikation ist die erste und älteste Ausdrucksweise des Menschen. Wir senden ständig nonverbale Signale und „lesen“ diese. Frauen werden nach wie vor dazu erzogen unauffällig zu sein, wenig Raum für sich zu beanspruchen. Ein Nachmittag mit Experimenten der persönlichen Körpersprache, Dominanzgesten und Distanzzonen.

Fr, 09.05.2025 15:00 - 18:00 Uhr

### **Beziehungsworte. Worte machen Beziehung.**

Wer Beziehung möchte, sollte Beziehungsaussagen machen. Doch wie geht das? „Unworte“ der Kommunikation, Frames und Beziehungsaussagen beeinflussen die Beziehung und Bindung zwischen Menschen. Es macht einen Unterschied einen Vorwurf zu formulieren oder einen Wunsch zu äußern. Ein Womens Talk, der aufdeckt, welche unterschiedlichen Wirkung Worte auf Menschen haben und wie Sie diese Wirkung verändern können.

Fr, 13.06.2025

15:00 - 18:00 Uhr

## **Rechtsvorträge für Frauen**

Online Vortragsreihe

Frauen stehen in ihrem Leben vor vielen Entscheidungen, bei denen rechtliche Informationen wichtig sind. Deshalb bietet das Frauenbüro der Stadt Linz drei kostenlose Online-Informationsvorträge durch Rechtsexpertinnen des Autonomen Frauenzentrums und der AK OÖ zu folgenden Themen an:

### **Karenz und Wiedereinstieg in den Beruf**

Meldefristen, Wochen- und Kinderbetreuungsgeldbezug, Kündigungsschutz etc.

24.09.2024 von 16:30 – 18:00 Uhr

### **Lebensgemeinschaft, Ehe und eingetragene Partner\*innenschaft**

Unterschiede bei Rechten und Pflichten, sowie Auswirkungen im Fall der Trennung.

01.10.2024 von 16:30 – 18:00 Uhr

### **Staatliche Pension und Hürden für Frauen**

Pensionskonto, Pensionssplitting und Möglichkeiten der Pensionsvorsorge

Wir empfehlen diesen Vortrag besonders jungen Frauen!

08.10.2024 von 16:30 – 18:00 Uhr

**Teilnahme** kostenfrei,  
Wir bitten um Anmeldung  
bis einen Tag vor dem  
jeweiligen Vortragstermin  
unter  
frauenbuero@mag.linz.at  
oder +43 732/7070 1191



# Allerlei Väter

Mit „Vater sein“ bzw. „Vater zu werden“ startet meist ein ungefragtes Gedankenkarusell aus eigenen Erfahrungen, gesellschaftlichen Zuschreibungen und persönlichen Ziele.

Der gemeinsamen Reflexion über Sorgen, Wünsche, Ängste Platz zu geben, ist oft eine Möglichkeit, sich auf die Gefühle des „Vater-Seins“ bzw. „Vater-Werdens“ einzulassen.



**Leitung**

Dominik Schatz

**Teilnahme** kostenfrei,  
Anmeldung erforderlich

## Challenge: Vaterrolle

Was gefällt mir am Vater-sein? Was ist meine Superkraft als Vater? Was verstehe ich unter einem guten Vater? Was ist mir in der Erziehung wichtig? Solche oder ähnliche Gedanken beschäftigen viele Männer und Bindungspersonen, die Vaterschaft leben oder aktiv gestalten möchten.

In dieser angeleiteten Runde für alle, auch werdende, Väter steht Zeit und Raum zur Verfügung, um sich über eigene Geschichten, Erfahrungen, Freuden, Sorgen und Visionen auszutauschen.

Diese Treffen bieten den Rahmen, sich durch offene Diskussionen und fachliche Impulse mit der eigenen Rolle als Elternteil bewusst auseinander zu setzen.

Di, 10.09.2024	17:30 - 19:30 Uhr
Di, 01.10.2024	17:30 - 19:30 Uhr
Di, 05.11.2024	17:30 - 19:30 Uhr
Di, 03.12.2024	17:30 - 19:30 Uhr
Di, 07.01.2025	17:30 - 19:30 Uhr
Di, 04.02.2025	17:30 - 19:30 Uhr
Di, 04.03.2025	17:30 - 19:30 Uhr
Di, 01.04.2025	17:30 - 19:30 Uhr
Di, 06.05.2025	17:30 - 19:30 Uhr
Di, 03.06.2025	17:30 - 19:30 Uhr
Di, 01.07.2025	17:30 - 19:30 Uhr

## Vater sein und bleiben

Treffen für Väter in oder nach Trennung – Information und Austausch mit fachlicher Unterstützung.

Im Familienzentrum Pichling finden regelmäßige Treffen für Väter und Bindungspersonen in Konflikt- und Trennungssituationen statt. Unter Anleitung erfahrener Familienberater\*innen haben Sie die Möglichkeit, eigene Fragen und Erfahrungen einzubringen und Lösungsansätze zu erarbeiten.

Mögliche Fragestellungen der Treffen: Wie gehe ich mit Konflikten bei unterschiedlichen Vorstellungen in Erziehungsfragen um? Welche Auswirkungen haben die verschiedenen Betreuungsformen auf die Kinder? Welche Konfliktlösungsstrategien für den Umgang mit der (Ex-) Partner\*in kann ich nutzen? Wie können wir gemeinsam Eltern bleiben und egalitäre Elternschaft leben?

Die Treffen gliedern sich in Erfahrungsaustausch, Theoriespots und Diskussion und sind offen für biologische und soziale Väter, Großväter und Bindungspersonen.

Di, 24.09.2024	18:00 - 20:15 Uhr
Di, 29.10.2024	18:00 - 20:15 Uhr
Di, 26.11.2024	18:00 - 20:15 Uhr
Di, 21.01.2025	18:00 - 20:15 Uhr
Di, 25.02.2025	18:00 - 20:15 Uhr
Di, 25.03.2025	18:00 - 20:15 Uhr
Di, 29.04.2025	18:00 - 20:15 Uhr
Di, 27.05.2025	18:00 - 20:15 Uhr
Di, 24.06.2025	18:00 - 20:15 Uhr
Di, 29.07.2025	18:00 - 20:15 Uhr

**Leitung**

Sophia Assmann

**Teilnahme** kostenfrei und  
Online möglich, Anmeldung erforderlich



**Leitung**

Zauberünstler Maguel  
**Zielgruppe** Kinder ab 8 Jahren in Begleitung eines männlichen Erwachsenen  
**Teilnahme** 5,- Euro pro Familie, Anmeldung erforderlich

## Zauberkurs mit Maguel

Maguel erklärt im Zauberworkshop Zauberkunststücke, die ohne großen Aufwand und mit Alltagsgegenständen garantiert für ungläubiges Staunen sorgen werden! Egal ob mit Gummiringen, Münzen oder Gläsern, egal ob Jung oder Alt – hier können alle in die Welt des Zauberns hineinschnuppern.

Fr, 14.03.2025 15:00 – 17:00 Uhr

**Leitung** Silke Graml, Sophia Assmann

**Zielgruppe** Kinder zwischen 6 und 10 Jahren in Begleitung eines männlichen Erwachsenen  
**Teilnahme** 5,- Euro pro Familie, Anmeldung erforderlich

## Heute kochen wir

Kochen macht nicht nur Spaß, es trainiert auch eine Menge Fähigkeiten. Eier müssen gezählt, Mengen abgemessen und Gemüse geschnitten werden. Gleichzeitig lernen die Kinder den bewussten Umgang mit Nahrungsmitteln. Kochen schärft die Sinne: sehen, fühlen, riechen und schmecken machen Lust darauf neue Lebensmittel zu probieren. Erwachsene und Kinder kneten Topfenblätterteig selbst und machen daraus Sesamstangerl und Marmeladentascherl. Zum Mitnehmen bereiten wir Overnight Oats für das Frühstück am Samstag zuhause vor.

Bitte mitbringen: kochtaugliche Kleidung, ein 250 ml - Schraubglas für jedes Familienmitglied das am nächsten Morgen zum Frühstück zuhause mit isst.

Fr, 22.11.2024 15:00 – 18:00 Uhr  
 Fr, 04.04.2025 15:00 – 18:00 Uhr

## Alle Mann an Bord

Spannende Kanutour auf der Traun nahe der Solarcity für Väter und Opas mit ihren Kindern von 5 - 10 Jahren. Gemeinsam mit dem Papa oder Opa im selben Boot zu sitzen, ist ein einprägsames, verbindendes Erlebnis. Nach einer kurzen Einschulung rund ums Paddeln und über die Sicherheitsmaßnahmen machen wir uns mit den Kanus vertraut und wagen uns auf Wasser. Wir erforschen die Ufer, beobachten Tiere und vielleicht überqueren wir sogar den Fluss.

Gepaddelt wird in Kanus (Kanadier) für jeweils 2-3 Personen. Boote, Paddel, wasserdichte Säcke sowie Schwimmwesten werden zur Verfügung gestellt. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Sicherheitshalber werden immer zwei Boote, mit Holzstangen, zu einem Katamaran zusammengebunden.

Mitnehmen (jeder Teilnehmer für sich): Jause, Getränke, Sonnenschutz (Kappe, Hut, Sonnenbrille mit Schnur zum Befestigen), Sonnencreme, Regenschutz (Jacke, wenn möglich auch Hose), Reservekleidung (eine komplette Garnitur).

Die Veranstaltung findet bei fast jeder Witterung statt (ausgenommen Gewitter oder Hochwasser). Eine eventuelle Absage wird per SMS durchgegeben.

Treffpunkt: Parkplatz direkt am Ufer der Traun, Ende der Weikerlseestraße, Solar City, Linz

Sa, 31.5.2025 13 – 17 Uhr  
 (ev. bis 18 Uhr) Je nach Wetter und Motivation

**Leitung**

Robert Meißl, Dipl. Lebens- und Sozialberater, Leiter der Kanuschule „Dis Cover Me“, geprüfter OKV  
**Teilname** 38,- Euro pro Familie (1 Mann + 1 Kind), weiterer Erw. + 30,- Euro weiteres Kind + 8,- Euro

Weitere Information und Anmeldung: direkt bei Kanuschule Dis Cover Me (Robert Meißl)  
 Tel: 0650/3510037 oder paddelschule@gmail.com  
 Fahrtenleiter

# Spiel, Spaß und Bewegung

Nichts ist verbindender als gemeinsam Zeit zu verbringen. Dadurch entstehen Erinnerungen und Emotionen, die durch die Wiederholung vertieft werden und Kinder bis ins Erwachsenenalter begleiten. Oft ist die Herausforderung im ausgefüllten Alltagsleben diese gemeinsamen „Zeitinseln“ zu finden. Aber wir wissen alle – sie lohnen sich!



### 20 Jahre FAMiZ

Das FamiZ wird 20 Jahre und alle feiern mit! Geboten wird an diesem Tag ein Programm für Jung und Alt. Neben den zahlreichen Spielangeboten vom offenen Treff gibt es um 15:00 Uhr ein Kasperltheater. Außerdem können sich die Besucher\*innen einen Überblick über die neuen Veranstaltungen machen und die Beratungsräume erkunden.

Di, 15.10.2024 14:00 Uhr

#### Leitung

Christa Schneider

**Teilnahme** 5,- Euro pro Familie, Anmeldung erforderlich

### Das traurige Häschen Hoppelchen

Kasperl freut sich schon auf Ostern und sucht ein Nest. Häschen Hoppelchen ist sehr fleißig beim Ostereier verstecken. Dabei wird es von Räuber Jaromir gefangen. Er sperrt Hoppelchen ein. Natürlich rufen die Kinder den Kasperl und mit deren Hilfe wird dem traurigen Häschen geholfen.

Mo, 07.04.2025 15:00 Uhr

### Familien-Leonardowerkstatt

Rund um Werke und Geschichte von Leonardo da Vinci Auf den Spuren von Leonardo da Vinci wird unter anderem die Leonardobrücke ohne Verbundmaterialien gebaut und ausprobiert. Wie baut man mit diesen Grundlagen nach Leonardo eine Brücke als Gartenpavillon oder eine Geodesische Kuppel, und warum ist für Konstruktionen aber auch für Malen und Zeichnen der Goldene Schnitt praktisch?

Sa, 19.10.2024 14:30 – 18:00 Uhr

Sa, 19.04.2025 14:30 – 18:00 Uhr

### Faszination Feuer

Feuer übt, seit seiner Entdeckung, große Faszination auf die Menschen aus. Ein Nachmittag der durch die Geschichte des Feuers und all seiner Facetten führt. Als Spender von Wärme und Geborgenheit und gleichzeitig vernichtender Gefahr. Ein bewusster Umgang mit dem Element Feuer ist überlebenswichtig. Unser Referent erzählt in einem Experimentalvortrag über das Feuer und zeigt uns wie Feuer machen und Feuer löschen funktionieren.

Fr, 13.06.2025 14:00 – 16:30 Uhr

#### Leitung

Franz Wieser

**Teilnahme** 25,- Euro pro Familie, Anmeldung erforderlich

Anmeldung direkt bei:

Franz Wieser

franz@wieser.at

www.leonardowerkstatt.at

oder 0660 7336620

**Leitung** Herr Casta, BVS-Brandverhütungsstelle für OÖ

**Zielgruppe** Kinder in Begleitung eines Erwachsenen

**Teilnahme** kostenfrei/Anmeldung erforderlich

# Spiel- gruppen

Kinder sind von Grund auf neugierig und interessiert – diese Grundausrüstung ist sozusagen der „Motor der Entwicklung“. Sie lieben es zu spielen, sich zu bewegen, zu singen, sich auszuprobieren, einander zu beobachten und voneinander zu lernen. Ohne Erwartungshaltungen, sondern mit viel Freude und Begeisterung funktioniert der „Motor“ am Besten.



## Spielgruppen

### Leitung

Stephanie Flebus

### Zielgruppe

6 Monate – 1 Jahr

**Teilnahme** 30,- Euro pro Block, Anmeldung erforderlich



### Spielgruppe Krabbelzwerge

In dieser Spielgruppe steht das Hören, Fühlen, Sehen und Tasten im Vordergrund. Unsere Kinder lieben einfache Massagespiele, Streichellieder und Knireiterspiele. Hier finden Sie einen geschützten Raum ohne Erwartungshaltungen an das Kind und die Möglichkeit für Erfahrungsaustausch.

#### Termine jeweils von 10:00 – 11:00 Uhr

6 x ab Mi, 22.01.2025, 6 x ab Mi, 05.03.2025,  
6 x ab Mi, 30.04.2025

### Spielgruppe Laufzwerge

In dieser Spielgruppe wird gesungen, gelesen, geturnt. Die Kreis- und Fingerspiele mit unterschiedlichsten Materialien ermöglichen Kindern Erfahrungen mit sich und ihrem Körper zu machen.

#### Termine jeweils von 08:30 – 09:30 Uhr

6 x ab Mi, 22.01.2025, 6 x ab Mi, 05.03.2025,  
6 x ab Mi, 30.04.2025

### Leitung

Stephanie Flebus

### Zielgruppe

1 – 2 Jahre

**Teilnahme** 30,- Euro pro Block, Anmeldung erforderlich



### Kreativität und Bewegung

Für alle Kinder in Begleitung ihrer Eltern, die Freude an Bewegung, kreativem Gestalten und Musik haben. Spaß steht hier im Vordergrund!

#### Termine für 3-4-jährige jeweils von 13:30 – 14:30 Uhr für 2-3-jährige jeweils von 15:00 – 16:00 Uhr

6 x ab Mi, 22.01.2025, 6 x ab Mi, 05.03.2025,  
6 x ab Mi, 30.04.2025

### 4 Jahreszeiten erleben

Wir wollen gemeinsam die Besonderheit der jeweiligen Jahreszeit erleben und mit all unseren Sinnen entdecken. Auf die Kinder in Begleitung ihrer Eltern warten kreative Angebote.

#### Termine jeweils von 15 - 16:00 Uhr

06.11.2024, 27.02.2025, 23.04.2025, 02.07.2025

### Leitung

Stephanie Flebus

**Teilnahme** 30,- Euro pro Block, Anmeldung erforderlich



### Leitung

Stephanie Flebus

**Teilnahme** 5,- Euro pro Termin, Anmeldung erforderlich



Gefördert auch durch:



**Impressum:**

Herausgeber und Verleger: Landeshauptstadt Linz, Kinder- und Jugend-Services Linz

Für den Inhalt verantwortlich: Silke Graml; Redaktion: FamiZ-Team

Titelbild: Anna (8 Jahre), Fotos: Stadt Linz, shutterstock.com, unsplash.com

Layout: Kommunikation und Marketing; Druck: Personal und Zentrale Services, Linz, 07/2024

