

Programmheft

Februar bis

Juli 2024

ELTERN-KIND-ZENTRUM

Region Bad Radkersburg



*„Angebote mit Kompetenz und Herzlichkeit
für Familien“*



Spatzennest – Spielgruppe für Kinder ohne Eltern
Mittwochs 8.30-11.00 Uhr

Faschingsfeier

Dienstag 13. Februar 9.30 Uhr im Turnsaal des EKiz

Erste Hilfe Kindernotfallkurs

Montag 11. und 18. März,
jeweils von 17.30 - 21.30 Uhr

“Bauchzwergen-Treff”

New!

Der Treffpunkt für Schwangere

Dienstag 27.2., 19.3., 9.4., 30.4., 21.5., 11.6.,
jeweils von 18.00 - 19.30 Uhr



Anmeldung **ONLINE** unter
www.ekiz-radkersburg-elterntreff.at

Tel.: 0664-3430440

Mail: ekiz.radkersburg@aon.at

Persönlich bei uns in

Weixelbaum 51
8483 Deutsch Goritz



SCHWANGERSCHAFT- GEBURT- BABY



HEBAMMENSPRECHSTUNDE

Die Lebensphase, in der wir beschließen eine Familie zu gründen, ist eine sehr herausfordernde. Vieles verändert sich, ist unbekannt und es können Unsicherheiten und viele Fragen auftreten. Gerne begleite ich euch in dieser Zeit.

Hebamme: Dipl. Hebamme Carina Summer **Termine nach Vereinbarung in den Ordinationsräumen im Eltern-Kind-Zentrum.**

Carina Summer

Tel.: 0664-4177094

carina.summer@gmx.at

GEBURTSPREBEREITUNGSKURS - INTENSIVKURS

Eintägig mit Partner

Dieser Kurs richtet sich an Paare ab der 25. SSW zur ganzheitlichen Vorbereitung auf die Geburt und die erste gemeinsame Familienzeit. Wir sprechen über die Themen Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Stillen, ein Baby zu Hause und Elternschaft.

Referentin: Dipl. Hebamme Carina Summer

Freitag 5. April oder 14. Juni

jeweils 17.00 - 21.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 95 Euro pro Paar

BEWEGT UND AKTIV IN DER SCHWANGERSCHAFT

Ein an die Schwangerschaft angepasstes Workout.

Um sich rundum wohlfühlen und in Kontakt mit seinem Körper zu bleiben, ist Bewegung in der Schwangerschaft besonders gut. In diesem Kurs werden wir aktiv an unserem Körper arbeiten. Wir werden ihn bewegen, dehnen, kräftigen, entspannen, um das Wohlbefinden von Mama und Baby zu steigern. Schwangerschaftsbeschwerden werden damit vorgebeugt oder gelindert und dein Körper wird bestens auf die Geburt und die herausfordernde Zeit mit dem Baby vorbereitet.

Referentin: Dipl. Hebamme Carina Summer

Donnerstags wöchentlich

17.30 - 18.30 Uhr

Beginn: 1. Februar

6er Block mit 2 Monate

Gültigkeit wird angeboten

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 66 Euro für 6 EH

MAMA MACHT SICH FIT - RÜCKBILDUNGSKURS

Babys bis ca. 9 Monate sind willkommen!

Durch Schwangerschaft und Geburt hat sich dein Körper und die Wahrnehmung zu deinem Körper vielleicht verändert. In diesem Kurs wollen wir ganz behutsam wieder fit und aktiv werden. Ein besonderes Augenmerk liegt dabei auf der Kräftigung des Beckenbodens und der Bauchmuskulatur, aber wir stärken und aktivieren auch andere Muskelgruppen. Geeignet für Mamas ab 8 Wochen nach der Geburt, bei Kaiserschnitt nach 12 Wochen.

Referentin: Dipl. Hebamme Carina Summer

Do 10.00 - 11.00 Uhr

Kurs 1: 14.3., 21.3., 4.4.,
11.4., 18.4.

Kurs 2: 6.6., 13.6.,
20.6., 27.6., 4.7.

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 55 Euro für 5 EH

BAUCHZWERGEN-TREFF

Der Treffpunkt für Schwangere

Du erwartest ein Baby und möchtest dich gerne mit anderen werdenden Mamas austauschen oder neue Freundschaften knüpfen? Egal, in welcher Schwangerschaftswoche du dich gerade befindest, bist du herzlich willkommen! Die Schwangerschaft ist einfach eine aufregende, vordreudige Zeit, begleitet von sehr vielen Fragen, die plötzlich auftreten können. Deswegen kann es sehr hilfreich sein, sich mit anderen Frauen auszutauschen, die sich gerade in derselben Situation befinden. Jedes Treffen wird individuell gestaltet. Es erwarten dich Entspannungsübungen, spannende Informationen über die Gehirnentwicklung einer Mutter, Tipps und Tricks für die Zeit im Wochenbett, als auch darüber hinaus oder einfach nur ein gemütliches Beisammensein unter Frauen, um dir eine Auszeit zu gönnen.

Referentin: Maria Heigl, Mama, Sozialpädagogin, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin

27.2., 19.3., 9.4., 30.4.,
21.5., 11.6.

18.00 - 19.30 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 5 Euro pro Treff

ERNÄHRUNG IM ERSTEN LEBENSJAHR - WAS BRAUCHT MEIN BABY?

In diesem Vortrag gibt es praxisnahe Tipps zur richtigen Ernährung für dich als Mama und/oder Papa mit einem Baby bis zu einem Jahr - von den ersten Stilltagen bis zur Beikost Einführung. Lass uns gemeinsam erkunden, wie du die Gesundheit und Entwicklung deines Babys bestmöglich unterstützen kannst. Freu dich auf wertvolle Einblicke und einen informativen Austausch.

Referentin: Bettina Niederl, BSc, freiberufliche DGKKP für Stillberatung, Elternberatung, cranio.sacrale Kinderosteopathie, www.bettina-niederl.at

Dienstag 5. März

9.30 - 11.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 7 Euro
mit EKIZ Card 5 Euro

KANGA TRAINING FÜR PAPAS

Mit Babys im ersten Lebensjahr

Du bist junger Papa und möchtest in deiner Freizeit Sport machen UND Zeit mit deinem Baby verbringen? Dann komm mit deinem Baby zum PapaKanga. Gemeinsam stärken wir Muskelpartien, die du im Alltag brauchst, um dein Baby durch die Welt zu tragen. Dein Sprössling schlummert unterdessen liebevoll an dir und genießt deine Nähe. Ich freue mich sehr auf dich und dein Baby.

Referentin: Irina Gsellmann, BSc, Gesundheitswissenschaftlerin, zert. Trageberaterin

Samstag 23. März

9.30 - 10.30 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 10 Euro



ELTERN - KIND - SPIELGRUPPEN

Für Kinder von 0 bis ca. 4 Jahre

Auch Omas und Opas sind herzlich willkommen!

In einer liebevollen Umgebung lernt ihr andere Eltern und Kinder kennen. EKİ-Gruppen sind ein Ort, an dem Freundschaften entstehen und Gemeinschaft gelebt wird. Eltern reden über das Eltern-sein. Kinder spielen mit Kindern. Es erwartet Euch ein abwechslungsreiches Angebot mit singen, spielen, basteln, Geschichten hören, tanzen und gemeinsam jausnen. Durch Anwesenheit vertrauter Personen fühlen sich die Kinder sicher und können dabei beim Spielen Erfahrungen mit Gleichaltrigen sammeln. EKİ-Gruppen sind eine sanfte Vorbereitung auf Kinderkrippe und Kindergarten.

Mitzubringen: Eine kleine Jause und Hausschuhe

Kosten: 4 Euro pro Treffen, mit EKİZ Card kostenlos

Anmeldung ist nicht notwendig!



Eltern-Kind-Spielgruppe	Termine
Babycafe Freitag 9.30 - 11.00 Uhr im Eltern-Kind-Zentrum Leitung: Sabrina Pfleger, Jessica Walcher, Kindergartenpädagoginnen	wöchentlich
Springmäuse Dienstag 9.30 - 10.30 Uhr im Turnsaal des Eltern-Kind-Zentrums Leitung: Sabine Putz, dipl. Gesundheitspädagogin für Kinder	6.2., 27.2., 12.3., 2.4., 16.4., 30.4., 14.5., 28.5., 11.6., 25.6.
Musikkäfer Donnerstag 9.30 - 11.00 Uhr im Eltern-Kind-Zentrum Leitung: Bianca Trebitsch, Sonderpädagogin	wöchentlich
Lesemaus trifft Bibelmaus Mittwoch 9.30 - 11.00 Uhr Leitung: Claudia Haiden, Büchereileiterin, Religionspädagogin Ort: ehemalige Bücherei St. Peter a. O., Haus des Kindergartens	14.2., 6.3., 20.3., 3.4., 17.4., 8.5., 22.5., 5.6., 19.6., 3.7.
Spielmäuse Dienstag 9.30 - 11.00 Uhr im alten Gemeindehaus, 8342 Gnas 72 Leitung: Sabine Putz, dipl. Gesundheitspädagogin für Kinder	13.2., 5.3., 19.3., 9.4., 23.4., 7.5., 21.5., 4.6., 18.6., 2.7.
Minibärchen Freitag 9.30 - 11.00 Uhr im Haus der FF Mettersdorf a. S., 8092 Leitung: Maria Heigl, Sozialpädagogin, dipl. Lebens- und Sozialberaterin	16.2., 8.3., 12.4., 10.5., 7.6., 5.7.
Murnockerl Freitag 9.30 - 11.00 Uhr im Saal der FF Eichfeld 43, 8480 Leitung: Maria Heigl, Sozialpädagogin, dipl. Lebens- und Sozialberaterin	9.2., 1.3., 15.3., 5.4., 19.4., 3.5., 17.5., 31.5., 14.6., 28.6.
Radkersburger Familientreff Kunterbunt Donnerstag 15.00 - 16.30 Uhr Leitung: Sabine Putz, dipl. Gesundheitspädagogin für Kinder Ort: Haus der FF Laafeld 69, 8490 Bad Radkersburg	15.2., 14.3., 11.4., 16.5., 13.6., 4.7.

BABYCAFE

Das erste Babyjahr bringt beinahe täglich neue Erfahrungen und Herausforderungen mit sich. Das Babycafe bietet Müttern und Vätern mit ihren Babys die Möglichkeit Fragen zu stellen, neue Kontakte zu knüpfen und sich in einer ungezwungenen und gemütlichen Atmosphäre auszutauschen. Bei unseren wöchentlichen Treffen wird gesungen, gespielt und aktuelle Themen rund um das Baby werden behandelt.

Leitung: Sabrina Pfleger und Jessica Walcher, Kindergartenpädagoginnen

Freitag 9.30 - 11.00 Uhr
wöchentlich
Ort: Eltern-Kind-Zentrum
Kosten: 4 Euro
mit EKİZ Card kostenlos

ELTERNBILDUNG IN DEN ELTERN-KIND-SPIELGRUPPEN

Babycafe: Alles rund ums Abstillen | Freitag 5. April mit Dipl. Hebamme Carina Summer

Babycafe: Tragetuch Workshop | Freitag 3. Mai mit Irina Gsellmann, zert. Trageberaterin

Spielmäuse: Karies-Prophylaxe | Dienstag 13. Februar mit Andrea Olbrich, ZGE

Lesemaus: Spielen einmal anders | Mittwoch 22. Mai mit Barbara Meixner, Vivid

Murnockerl: Karies-Prophylaxe | Freitag 3. Mai mit Andrea Olbrich, ZGE



KINDERKURSE



„Zusammen ist man
weniger allein“

SPATZENNEST – Spielgruppe für Kinder ab ca. 2,5 Jahren ohne Begleitung

In dieser Kleingruppe finden Kinder Platz, die schon Kindergartenluft schnuppern und Erfahrungen im Umgang mit Gleichaltrigen sammeln wollen. Auf die Bedürfnisse und Interessen der Kinder abgestimmt, gibt es ein abwechslungsreiches Programm mit Liedern, Tänzen, Geschichten, Bewegungsspielen, malen oder basteln. Die Kinder werden langsam und sanft auf den Kindergartenalltag vorbereitet. Bitte Jause und Getränk, Hausschuhe, Windeln, Wechselkleidung mitgeben.

Leitung: Sabine Putz, dipl. Gesundheitspäd. f. Kinder, Jutta Mayer, Kinderbetreuerin u. Tagesmutter

Mittwochs 8.30 – 11.00 Uhr
laufender Einstieg ist möglich

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kostenlose Schnuppereinheit

Kosten: 65 Euro für 8 Einheiten

60 Euro mit EKiz Card

„BUNNIES“ ENGLISCHGRUPPE

Hello! How are you? My name is ... Yellow, blue...Cat, dog...One, two, three...

Und noch mehr! Englisch lernen mit Spaß, Bewegung und allen Sinnen!

Leitung: Maja Mavsar, VS-Pädagogin, Englischkursleiterin für Kinder

Die Einteilung in die Gruppen erfolgt zusätzlich noch nach den Vorkenntnissen.

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Montag ab 11. März

4-5 Jahre: 14.30 – 15.20 Uhr

Ab 5 Jahre: 15.30 – 17.20 Uhr

Kosten: 48 Euro für 6 Einheiten

45 Euro mit EKiz Card

ELTERN - KIND - TURNEN - MINIS (2 - 4 jährige)

Mit der Mama, Papa, Oma oder Opa den Turnsaal erkunden, klettern, rutschen, springen und schaukeln. All das können die Kinder erproben und ihrem Alter entsprechend erfahren. Mit allen Sinnen entdecken die Kinder ihre Möglichkeiten sich zu bewegen, stärken ihr Körpergefühl und knüpfen die ersten Kontakte in der Gruppe.

Dienstag ab 5. März

Minis: 15.00 – 15.45 Uhr

Maxis: 16.00 – 16.45 Uhr

TURNEN MAXIS (4,5 - 6 jährige) ohne Begleitung

Bewegungsspiele, Gerätelandschaften, Turnen mit verschiedenen Materialien oder Ballspiele werden vorbereitet und können von den Kindern entdeckt werden. Wir versuchen unsere Grenzen zu erweitern, Neues zu erproben und werden natürlich dabei auch eine Menge Spaß haben.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Turnpatscherl und Durstlöscher.

Leitung: Patrick Sackelschegg, Outdoorpädagogin, www.lernraum-natur.at

Ort: Turnsaal EKiz

Kosten: 48 Euro für 6 Einheiten

45 Euro mit EKiz Card

MINIDANCE - FUNDANCE Minidance: ab 4 Jahre, Fundance: von 6 - 9 Jahre

Bewegung, Musik, Tanz - und Rhythmusspiele stehen auf dem Programm. Entsprechend dem Alter werden wir die Tanzstunden abwechslungsreich und mit Elan gestalten.

Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Turnpatscherl, A5 Mappe und Durstlöscher

Leitung: Annemarie Seitz, VS- Pädagogin Kindertanzlehrerin (ADTV) **Ort:** Eltern-Kind-Zentrum

Freitag ab 1. März

Minidance: 14.30 – 15.15 Uhr

Fundance: 15.30 – 16.15 Uhr

Kosten: 48 Euro für 6 Einheiten

45 Euro mit EKiz Card

FIT FÜR DIE SCHULE SCHULANFÄNGER!?

Was kann helfen, um gut in die Schule zu starten?

Bewegung und Denken sind eins. Wenn man sich selbst die Frage stellt: Was war in der Entwicklung eines Menschen zuerst - Sprache oder Bewegung? Dann kann man das ganz eindeutig mit „die Bewegung“ beantworten. Darum können Denk- und Lernblockaden an der Bewegung erkannt und mit gezielten Übungen gelöst werden. Um optimal für den Schulanfang vorbereitet zu sein, ist ein inneres und äußeres Gleichgewicht wichtig. Mit der Evolutionspädagogik® und den gehirnvernetzenden Bewegungsübungen unterstütze ich bei den Kindern dieses Ziel. Alle Übungen verbessern die Voraussetzung für Lesen, Schreiben, Rechnen und den Alltag in der Schule.

Referentin: Kerstin Storm, Evolutionspädagogin, Kindergartenpädagogin, Montessoripädagogin

Montag 8.4., 15.4., 22.4.,
29.4., 6.5.

jeweils 15.00 – 16.30 Uhr

Alter: ca. 5 bis 6 Jahre

Ort: Turnsaal im

Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 80 Euro für 5 Einheiten

PAPA-KIND-FRÜHSTÜCK

Väter von heute wollen eine intensive Beziehung zu ihren Kindern aufbauen. Sie übernehmen einen aktiven Part in der Erziehung und sind bei wichtigen Aktivitäten dabei. Dieser offene Treffpunkt lädt alle Papas ein, mit ihren Kindern eine gemütliche Zeit zu verbringen und gleichzeitig Erfahrungen mit anderen Papas auszutauschen. Papas machen es anders und bereichern dadurch das Leben ihrer Kinder. Ein einfaches Frühstück ist vorbereitet.

Samstag 9.00 - 10.30 Uhr

17.2., 9.3., 6.4., 4.5., 1.6., 6.7.

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 4 Euro, mit EKiz Card

kostenlos



TREFFPUNKT GENERATIONEN

AUFBAUENDE BECKENBODENGYMNASTIK

5-teiliger Kurs für Frauen aller Altersgruppen

Mit gezielten Übungen und Informationen für den Alltag werden der Beckenboden, sowie unsere Rücken- und Bauchmuskulatur gestärkt. In diesem Kurs gehen wir auf ihre Fragen ein und erlernen gemeinsam Übungen, die sie regelmäßig anwenden und in ihren Alltag einbauen.

Mitzubringen: warme Socken, Gymnastikmatte

Leitung: Marlene Maier, Physiotherapeutin i. A.



Mittwoch ab 6. März
17.30 – 18.30 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 45 Euro für 5 EH

PALMBUSCHENBINDEN MIT OMA UND OPA

Einer der wichtigsten Bräuche vor Ostern ist das Palmbuschenbinden. Damit altes Brauchtum nicht in Vergessenheit gerät, laden wir vor allem Omas und Opas ein, gemeinsam mit ihren Enkelkindern einen Palmbuschen zu binden und zu gestalten. Gerne dürfen natürlich auch die Eltern mitkommen. Material ist vorhanden, kann aber auch gerne mitgebracht werden.

Leitung: Sabine Putz, dipl. Gesundheitspädagogin für Kinder

Montag 18. März
9.30 – 11.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 5 Euro pro Familie

“ACH DU DICKES EI” Kochworkshop für Eltern und Großeltern

Eier spielen rund um die Osterzeit eine besondere Rolle. Immerhin gilt das Ei als Symbol des Lebens. Und obwohl das Ei so unscheinbar und klein ist, ist es doch ein wahrer Künstler unter den Lebensmitteln, denn es versorgt uns mit Vitaminen und Mineralstoffen und außerdem ist es eine hervorragende Eiweißquelle. Im Kurs zaubern wir daraus viele köstliche Gerichte, die wir auch gemeinsam verkosten. Bitte Behälter in unterschiedlichen Größen für Kostproben mitbringen.

Referentin: Christine Schwarzenberger, dipl. Kindergesundheits- und Ernährungstrainerin

Montag 18. März
18.00 – 21.00 Uhr

Ort: Küche der MS Deutsch Goritz

Kosten: 15 Euro

VEGETARISCHE BURGERVERARIATIONEN FÜR JUNG UND ALT

Generationenkochen für Großeltern, Eltern und Kinder ab ca. 2 Jahren

Kinder lieben es in der Küche aktiv zu sein. Waschen, schneiden, kneten, rühren und ein bisschen kosten zwischendurch – jede Hilfe ist willkommen. Köche und Köchinnen aller Generationen unterstützen sich gegenseitig beim gemeinsamen Kochen und anschließend werden alle zubereiteten Speisen gemeinsam verkostet.

Leitung: Christine Schwarzenberger, dipl. Kindergesundheits- und Ernährungstrainerin

Montag 29. April
15.00 – 17.30 Uhr

Ort: Küche der MS Deutsch Goritz

Kosten: 15 Euro pro Familie

BUCHERLEBNISWORKSHOP für Kinder mit Eltern und/oder Großeltern

„Einkaufen macht Spaß“ von Leonora Leitl für Kinder von 2 bis 5 Jahren

Ort: Öffentliche Bücherei St. Peter a. O. (in der VS 8093 St. Peter a. O.)

„Was Bären über Bienen wissen müssen“ von Pip Cornell und Alex G. Griffiths

für Kinder von 4 bis 6 Jahren

Ort: Bücherei Bad Radkersburg, Neubaustraße 9

Referentin: Mag.^a Regine Höller-Rauch, Lesepädagogin, Lesezentrum Steiermark

Die Veranstaltungen sind in Kooperation mit dem Lesezentrum Steiermark.

St. Peter a. O.: Di 9. April

Radkersburg: Mi 24. April

jeweils 16.00 – 17.00 Uhr

Kosten: kostenlos



GENERATIONEN UNTERWEGS IM WALD

Kinder, Eltern und Großeltern entdecken den Wald als Spielraum

Freies Spielen im Wald schafft Erfahrung mit sich selbst und im Umgang miteinander. Es regt die Fantasie an und lässt Naturmaterialien zu täglichen Gebrauchsgegenständen werden. Wir sammeln Naturmaterialien, bauen aus Stöcken Behausungen und entspannen bei einer gemeinsamen Jause. Gemeinsam mit Mama, Papa, Oma, Opa macht das für die Kinder natürlich noch mehr Spaß und führt zu einem lustigen und lehrreichen Miteinander.

Leitung: Patrick Sakelschegg, Outdoorpädagoge, www.lernraum-natur.at

Mittwoch 24. April
15.00 – 17.00 Uhr

Treffpunkt: Eichfeld 90

Link für den Treffpunkt wird bei der Anmeldung zugeschickt.

Kosten: 5 Euro pro Familie

GROSSELTERN - ENKELKINDER - FRÜHSTÜCK

Wir laden Omas und Opas ein, gemeinsam mit ihren Enkelkindern das EKIZ kennenzulernen und beim gemeinsamen Frühstück eine schöne Zeit mit ihren Enkeln zu verbringen. Beim Austausch mit anderen Großeltern erfahren wir, wie es denn Oma und Opa so geht, wenn sie sich Zeit für ihre Enkelkinder nehmen und so Mama und Papa in ihrer Erziehungstätigkeit unterstützen.

Leitung: Sabine Putz, dipl. Gesundheitspädagogin für Kinder und Bettina Öttl

Samstag 25. Mai
9.00 – 10.30 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 5 Euro pro Familie



ELTERNBILDUNG

„Elternbildung
macht deine Familie stark“



BEWEGUNG MACHT SCHLAU

Warum Bewegung für das Denken und Lernen so wichtig ist! Was hilft Ihrem Kind, sich zu konzentrieren, sich vieles zu merken, Ordnung bei den Schulsachen zu halten? Wenn es Probleme beim Lesen, Schreiben, Rechnen oder bei der Konzentration gibt, beginnt die Problematik schon sehr oft bei vielen Grundfertigkeiten, wie ruhiges Sitzen, aufrechte Haltung...etc. Diese Grundfertigkeiten können nicht erzwungen werden. In diesem Vortrag lernen Sie die Zusammenhänge zwischen Bewegung und Sinneswahrnehmung sowie, denken und lernen kennen.

Referentin: Barbara Messner-Siegl, SI (sensorisch-integrative) Mototherapie, Sonderpädagogin

Montag 5. Februar

19.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 7 Euro

„KINDERSICHERHEIT VON A-Z“ für Kinder von 0 – 10 Jahren

In diesem Vortrag bekommen Sie die wichtigsten KinderSicherheitsTipps für zu Hause, Verkehr, Freizeit und Sport. Unfälle sind oftmals keine Zufälle – sie haben Ursachen! Je besser Sie diese Ursachen kennen, desto eher können Sie potenzielle Gefahren entschärfen und so das Unfallrisiko für Ihr Kind deutlich senken.

Referentin: Elisabeth Fanningner, BA, Verein GROSSE SCHÜTZEN KLEINE

Dienstag 27. Februar, 19.00 Uhr

Ort: online via ZOOM

Zwei und Mehr Elterntreff

Kostenlos



EVOLUTIONSPÄDAGOGIK®

Stressfrei durch den Familienalltag mit den 7 Sicherheiten

Lernschwierigkeiten, Mobbing, Einschlafprobleme, Verhaltensauffälligkeiten, Ängste, Konzentrationsprobleme, Aggressives Verhalten, Unruhe? Die Liste an Schwierigkeiten, mit denen viele Familien zu kämpfen haben, ist lang. Die kindliche Entwicklung folgt sieben naturgegebenen Evolutionsstufen. Dürfen Kinder diesen Entwicklungsweg ungestört durchlaufen, entfalten sie wie von selbst sieben Grundsicherheiten. Ist dies durch verschiedene Stressfaktoren nicht möglich, zeigen sich Auffälligkeiten im Verhalten und im Lernen. Statt kindliches Verhalten zu bewerten und zu beurteilen, gilt es zu beobachten und anzuleiten. Das ist mit Hilfe der Evolutionspädagogik®, einer Kombination aus Neurologie und praktischer Pädagogik, möglich. Dieser Vortrag hilft Eltern, das Verhalten ihrer Kinder zu verstehen und gibt eine kleine Auswahl an Übungen mit.

Referentin: Kerstin Storm, Evolutionspädagogin, Kindergartenpädagogin, Montessoripädagogin

Montag 4. März

19.00 Uhr

Ort: Kindergarten Bad Radkersburg

Südtirolerstraße 6a

Kosten: 7 Euro

MÜTTER SIND WIR NICHT - MÜTTER WERDEN WIR

Mama zu sein, kann sich wie eine intensive Gefühlsachterbahn anfühlen. Es ist nicht nur die Entwicklung einer neuen Identität, sondern auch eine Umstrukturierung des Gehirns, die sogenannte „Muttertät“. Frauen wird oft vorhergesagt, sie wissen automatisch, was ihr Baby braucht, denn sie besitzen ja diesen besagten „Mutterinstinkt“. Dieser wird aber nicht sofort „mitgeboren“, sondern entwickelt sich mit der Zeit. Das kann bei Mamas Druck, Unsicherheit oder Selbstzweifel auslösen. Solche und ähnliche Gefühle sind völlig normal und dürfen wahrgenommen werden. Dieser Workshop richtet sich an alle Mamas, die sich gerade in dieser spannenden Rolle neu kennenlernen, als auch an werdende Mamas, um präventiv über den „Mythos Mutterinstinkt“ aufzuklären. Es erwarten dich spannende Fakten und Aha-Momente über die Hirnforschung einer Mutter, interaktive Übungen, und ein geschützter Rahmen für den Erfahrungsaustausch.

Referentin: Maria Heigl, Sozialpädagogin, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin

Dienstag 12. März

oder Montag 10. Juni

18.30 – 21.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 32 Euro mit EKIZ Card

30 Euro

ERSTE HILFE KINDERNOTFALLKURS 2-teilig

In diesem 8 stündigen Kurs lernen Sie die Grundlagen und spezielle Maßnahmen bei Kindernotfällen, großen und kleinen Verletzungen kennen. Außerdem werden Sie in der Kinderreanimation mit und ohne Defibrillator geschult. **Referentin:** Dipl. Soz. Päd. Lore Neuhold, Rettungssanitäterin, Lehrbeauftragte für Erste Hilfe des Roten Kreuz, Bezirksstelle Radkersburg

Montag 11. und 18. März

jeweils von 17.30 - 21.30 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 97 Euro

AROMAANWENDUNGEN BEI KLEINKINDERN - WORKSHOP

Aromaanwendungen helfen Babys, Kindern & uns Eltern das Wohlbefinden zu steigern. Ätherische Öle mobilisieren die Selbstheilungskräfte und stärken das Immunsystem. Nutze die Kraft der Natur! Hier erfährst du eine sichere Anwendung von ätherischen Ölen & Hydrolaten bei Kindern zu Themen wie: Schnupfennase, Zahnen, Konzentrationsschwierigkeiten, Schlafproblemen uvm.

Referentin: Kerstin Niederl, MAScent (Master of Aromapractice), DGKP, Fußpflege

Mittwoch 13. März 15.30 - 17.00 Uhr

gerne auch mit Kind

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 17 Euro

DIE KUNST „NEIN“ ZU SAGEN MIT EINEM GUTEN GEWISSEN

Workshop

Wie können Eltern mit Konflikten umgehen und so „Nein“ sagen lernen, dass alle Beteiligten dadurch profitieren.

Referentin: Mag.ª Nina Sommer CBATI-KSA, DipCBST, familylab Trainerin

Mittwoch 20. März 18.30 - 21.30 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 35 Euro, für Paare 55 Euro

GEBORGEN – VERBUNDEN Eltern tragen ihre Kinder und geben ihnen Halt fürs Leben.

Hast du dich auch schon immer gefragt, warum dein Baby in deinem Arm gemütlich schläft und sobald du es ablegst wieder wach ist? Oder erwischst du dich auch oft dabei, dass du dein Baby trügst und den leeren Kinderwagen nach Hause schiebst? Und dann noch die unzähligen Stimmen in deinem Umfeld, die dich schon davor gewarnt haben, das Baby auf keinen Fall zu verwöhnen! Warum man heute wissenschaftlich vom Tragling spricht, weshalb Kinder gewisse Verhaltensmuster an den Tag legen und warum Zeit ein ganz wesentlicher Faktor ist, erfährst du in diesem Vortrag.
Referentin: Irina Gsellmann, BSc, Gesundheitswissenschaftlerin, zert. Trageberaterin

Mittwoch 3. April
19.30 Uhr
Ort: online via ZOOM
Kosten: 7 Euro

WEGWEISER DURCH DEN SPIELE-DSCHUNDEL:

Ausgewählte Brett- und Kartenspiele für Kinder im Kindergartenalter mit besonderem Augenmerk auf Spiele zur Sprachförderung und Wortschatzerweiterung

Es kommen jährlich unzählige Spiele auf den Markt und da fällt es schwer, den Überblick zu behalten. Manche Spiele passen nicht zur Spielerfahrung des Kindes und zum Spielverhalten der Familie und bleiben so ungespielt im Regal liegen. Bei unserem Impuls möchten wir für das Spielen im Familienverband passende empfehlenswerte Spiele vorstellen. Dabei legen wir ein besonderes Augenmerk auf die spielerische und freudvolle Sprachförderung und Wortschatzerweiterung. Nach der Vorstellung der Spiele bleibt noch genügend Zeit, diese selber anzuspielden und auszuprobieren.

Referentin: Mag.^a Katrin Pallauf, Mitarbeiterin Ludovico – Verein zur Förderung der Spielpädagogik

Donnerstag 4. April
19.00 Uhr
Ort: Kindergarten Lichendorf
Zwei und Mehr Elterntreff
Kostenlos



AROMAANWENDUNGEN FÜR DIE FRAU – WORKSHOP

Ätherische Öle können ein großartiger Begleiter sein, um die Herausforderungen in unserem Frauenleben zu meistern. Sie beeinflussen Körper und Seele gleichermaßen. Wir können Infektionen vorbeugen und die kleinen „Wehwehchen“ kurieren. Daher kann man mit echten ätherischen Ölen, Hydrolaten und fette Öl-Kuren bei Hautproblemen, PMS-Beschwerden, Stimmungs-Achterbahnen, Hitzewallungen und vielem mehr entgegenwirken und somit das Wohlbefinden steigern.

Referentin: Kerstin Niederl, MAScent (Master of Aromapractice), DGKP, Fußpflege

Mittwoch 17. April
19.00 Uhr
Ort: Eltern-Kind-Zentrum
Kosten: 17 Euro

LIEBEVOLL BEGLEITEN MIT HALTGEBENDEN GRENZEN

Kindern liebevoll STOPP sagen. Persönliche Grenzen wahrnehmen - wie geht das? Ist Fürsorge ohne Selbstfürsorge möglich? Was bedeutet wohlthuende Klarheit? Wie kann es gelingen, den Frust eines wütenden Kindes anzunehmen und zu begleiten? Wie kann es mir als Elternteil gelingen, mein klares und ehrliches Nein zu entdecken? Grenzen ohne Druck und Strafen - wie kann das gelingen?

Referentin: Doris Stangl, MSc., Psychologische Beraterin, Supervisorin, Kindergartenpädagogin

Mittwoch 24. April
19.00 Uhr
Ort: Kindergarten Klöch
Kosten: 7 Euro

„ABENDS IMMER DAS GLEICHE THEATER“

Erste Hilfe bei Schlafproblemen

Wenn Kindern, aber auch uns Erwachsenen, das (Ein)Schlafen schwerfällt, sich Gedanken im Kreis drehen, die Nächte sehr unruhig sind, ist das für alle sehr herausfordernd. Ein gesunder erholsamer Schlaf ist wichtig fürs Lernen, für die Konzentration, für Entwicklung und Wachstum, aber auch für unser emotionales Gleichgewicht. Inhalte: Schlaf verstehen, Schlafbedarf, Schlafrhythmus, Schlafhygiene. Was macht guten Schlaf aus? Tipps bei Schlafproblemen für Klein und Groß.

Referentin: Sabine Rühl-Krainer, Klin. und Gesundheitspsychologin, www.siebenschlaefer.at

Dienstag 7. Mai, 19.30 Uhr
Ort: online via ZOOM
Zwei und Mehr Elterntreff
Kostenlos



ZERO WASTE UND SEINE 5 FREUNDE

Zero Waste als Nachhaltigkeitsphilosophie hat in den letzten Jahren weltweite Bekanntheit und auch viele Anhänger*innen gewonnen, hauptsächlich als Reaktion auf den Klimawandel und die Umweltverschmutzung. Was steht hinter den Worten „Zero Waste“? Mehr dazu in einem aktiven Impulsvortrag mit Tipps und Ideen, die zum Nachdenken und Mitmachen anregen.

Gerne mitbringen: Einen Gegenstand, den du mit Zero Waste verbindest.

Referentin: Jutta Mayer, Zero waste Coach, Abfall Coach

Mittwoch 22. Mai
19.00 Uhr
Ort: Eltern-Kind-Zentrum
Kosten: 7 Euro

STÄRKE STATT MACHT – unser gemeinsamer Weg durch die Pubertät

Wenn uns Dinge entgleiten, ist die erste Reaktion der Versuch, die „Kontrolle“ zu erlangen, was meist nicht funktioniert. Es gibt jedoch andere, hilfreiche Wege, wie man mit negativem oder vielleicht sogar aggressivem Verhalten, Wutausbrüchen, Schweigen, „Schwindeln“ und fehlender Kooperation im Schul- oder Familienalltag besser umgehen kann. Die „Neue Autorität“ setzt auf Stärke, Beziehung und Bindung statt auf Kontrolle und Macht. Lernen Sie die hohe Wirksamkeit der Neuen Autorität im Familienalltag kennen und erhalten Sie Tipps, um den Weg durch diese stürmische Zeit gut zu meistern.

Referentin: Marion Deville, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin (Schwerpunkt Familie & Beruf) Mobbingpräventionstrainerin, www.mariondeville.at

Donnerstag 6. Juni, 19.30 Uhr
Ort: MS St. Peter a. O.
Kosten: kostenlos im Rahmen der Eltern-Kind-Bildung St. Peter a. O.

Online Anmeldung möglich!
www.ekiz-radkersburg-elterntreff.at

Komm ... schau bei uns vorbei!

EKIZ-CARD

Mit einem Mitgliedsbeitrag von **35 Euro pro Jahr** (mit dem steirischen Familienpass 32 Euro) ist die gesamte Familie inkl. Großeltern für 1 Jahr ab Einzahlung Mitglied im EKIZ. Sie können somit alle EKIZ-Gruppen für diesen Zeitraum

kostenlos besuchen. Ebenso gibt es Ermäßigungen bei verschiedenen anderen Kursen. Sie können die Mitgliedschaft im EKIZ Büro in Weixelbaum oder vor Ort bei den einzelnen Eltern-Kind-Spielgruppen abschließen.

ANMELDUNG UND INFORMATION IM ELTERN-KIND-ZENTRUM

EKIZ Büro: Bettina Öttl und Sabine Putz
Kontakt: Tel.: 0664-3430440
Mail: ekiz.radkersburg@aon.at
www.ekiz-radkersburg-elterntreff.at



Online Anmeldung zu allen Kursen ist auf unserer Homepage möglich!

DAS EKIZ BÜRO IST FÜR SIE WÄHREND DER KURSZEITEN GEÖFFNET

Wir sind gerne für Sie da!

Auch wenn wir nicht immer vor Ort sind, sind wir für Ihre Anliegen ganz Ohr und freuen uns auf telefonische Kontaktaufnahme auch außerhalb der Bürozeiten.

Sollten Sie uns nicht erreichen, so rufen wir gerne zurück!



**VORWÄRTS
INS LEBEN**

Gleichgewicht für Körper, Geist und Psyche für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Psychologische Praxis Anneliese Puntigam

0664 751 043 87
praxis@psychologin-steiermark.at
8430 Leibnitz | Leopold Figl Str. 1
Eingang 2 | Ebene 3
www.psychologin-steiermark.at

Klinische und Gesundheitspsychologin
Neuro- und Biofeedback-Therapeutin
Wahlpsychologin für alle Kassen

HEBAMME
CARINA SUMMER

LEISTUNGEN
Mutter-Kind-Pass Untersuchungen
Hebammensprechstunde
Akupunktur
Geburtsvorbereitung
Stillvorbereitung/-beratung
Gewichtskontrollen
Hausbesuche
Homöopathie

TERMINVEREINBARUNG UNTER
0664-4177094 oder
carina.summer@gmx.at

Bettina Niederl
Wahlfinden für dein Baby

- cranio-sacrale Kinderosteopathie
- Beratung bei fordernden Babys
- Schlafberatung
- Stillberatung
- Ernährungsberatung bei Babys

Tel: 0681/84 533 533 | 8341 Paldau 299
www.bettina-niederl.at | [diebabypraxis](http://diebabypraxis.at)

online Terminbuchung möglich!

Das Land Steiermark
→ Jugend, Frauen, Familie und Gleichstellung

Bundeskanzleramt
Bundesministerin für Frauen, Familien und Jugend

KATHOLISCHES BILDUNGSWERK KA

ZWEI & MEHR
ELTERN-KIND-ZENTREN STEIERMARK

Online Anmeldung möglich!
www.ekiz-radkersburg-elterntreff.at



Impressum:
Herausgeber Verein Elterntreff
Deutsch Goritz

Obfrau: Mag. Bettina Öttl
Weixelbaum 51,
8483 Deutsch Goritz

Grafische Gestaltung:
Studio 3:16 | www.studio316.si

Ihr Experte für Versicherung, Vorsorge und Vermögen.

Mario Maier

Allianz Kunden-Center Bad Radkersburg
Hauptplatz 32, 8490 Bad Radkersburg
Mobil: 0664/492 23 45, Tel/Fax: 03474/82 83

Hoffentlich Allianz.



www.allianz.at



Raiffeisenbank Mureck
www.rbmureck.at

