

Eltern-Kind-Zentrum Ebelsberg-Ennsfeld

Jahresprogramm 2024 – 2025



Eltern-Kind-Zentrum Ebelsberg-Ennsfeld



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!

Wir freuen uns, euch zum 29. 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, Babytreff, Treffen für Alleinerzieherinnen, ... die von Expert*innen zu den verschiedenen Themen geleitet werden.

In diesem Jahr neu im Programm findet ihr einen Spielenachmittag für Kinder im Kindergartenalter wo ihr neue Spiele kennen lernen und eure Lieblingsspiele mitbringen könnt. Zusätzlich findet heuer zum ersten Mal der Vortrag „Nur noch dieses eine Level“ zum Thema digitale Medien statt.

Besonders freuen wir uns auf die neue Veranstaltung „Babynächte – Müde bin ich, geh zur Ruh ...“ bei der uns Angela Maria Frantal Einblicke in das große Thema Schlafen bei Babys gibt. 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 Team
EKIZ Ebelsberg

Das Ekiz Team

Seite 7

Unser Leitbild Allgemeines Bürozeiten, Eltern- Mutterberatung, Beratungsangebot

Seite 8 – 13

Offener Treff

Seite 14

Stillen, Stillrunden, Kleinkind- Stilltreffen, Stilltreffen Online

Seite 16 – 23

Babytreff

Seite 26

Rückbildungsgymnastik Mama-Baby Yoga

Seite 34

Workshops in Kooperation mit der ÖGK

Babys erstes Löffelchen, Jetzt ess ich mit den Großen, Babykost selbst gemacht

Seite 38

Frühstückstreff

Seite 42

Treffen für Alleinerzieherinnen

Seite 45

Spielgruppen und Bewegungsrunden

Seite 50

Für Groß und Klein Spielenachmittag, Adventnachmittag, Lebkuchenhaus bauen

Seite 54

Fasching und Familienfest

Seite 60 – 61

Das Eltern- Kind Zentrum Ebelsberg

Steht für Offenheit gegenüber allen Menschen mit unterschiedlichen Lebensformen.

Wir bieten die Möglichkeit an verschiedenen Veranstaltungen teilzunehmen, den offenen Treff ohne Anmeldung zu besuchen und sich kostenlos beraten zu lassen.



Elke Schuster, DSA
Sozialarbeit
Leitung



Karina Koppenberger, MA
Sozialarbeit



Mag.ª Almut Dietrich
klinische Psychologie



Sabrina Koppler
Verwaltung

Unser Leitbild

**„Gebt mir Raum und lasst mir Zeit!“ –
„Hilf mir, es selbst zu tun!“**

Ein gewaltfreier und respektvoller Umgang ist für uns wesentlich. Wir leben eine Offenheit gegenüber allen Menschen mit unterschiedlichen Lebensformen. In unserem Haus ist uns eine wertschätzende Kommunikation sehr wichtig. Unser Team begleitet und unterstützt Familien mit Kindern in ihren Entwicklungs- und Bildungsprozessen. Regeln für das Zusammensein ermöglichen einen sicheren Ort. Unsere Arbeit lebt vom Dialog. Auf dieser Basis gestalten wir unsere Angebote.



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

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 Anmeldeschluss liegt eine Woche vor der Veranstaltung und Kursbeiträge müssen bis dahin 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. **Eine Rückerstattung bereits geleisteter Kursbeiträge ist nur möglich, wenn die Abmeldung bis spätestens eine Woche vor der Veranstaltung erfolgt.**

Kursabsage

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

Ton-, Film- und Fotoaufnahmen

Die Teilnehmenden erklären sich damit einverstanden, dass bei Großveranstaltungen des Ekiz Ebelsberg 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. Die Anwesenden sind für sich und ihre Kinder verantwortlich.

Sperrzeiten

Das Ekiz ist vom 23.12.2024 – 06.01.2025 und an folgenden Zwickeltagen: 02.05.2025, 30.05.2025, 20.06.2025 sowie eine Woche in den Sommerferien geschlossen.

Social Media

 facebook.com/EKIZ.Ebelsberg

 [ekiz_ebelsberg_der_stadt_linz](https://www.instagram.com/ekiz_ebelsberg_der_stadt_linz)



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 weitergeht

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 oder 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

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

Anmeldung und nähere Infos unter
0732 / 70 70 – 2830

Karina Koppenberger

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

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 mit euren Kindern spielen, den weitläufigen Garten benützen, mit anderen Familien Kontakte knüpfen sowie Informationen und Beratungen erhalten.

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



Stillen, ein guter Beginn

Stillen ist nicht nur Nahrung für den Körper, sondern auch Nahrung für die Seele – eine tiefe Verbindung zwischen Mutter und Kind.



Leitung

Angela Maria Frantal

Zielgruppe

für Mütter mit Babys bis etwa 10 Monate

Teilnahme kostenlos/

Anmeldung erforderlich

Anmeldung unter

0732 / 301056-23 oder

angela.frantal@mag.linz.at

Stillrunden

Stillen ist eines der natürlichsten Dinge auf der Welt, aber nicht immer ist es so einfach - viele Fragen tauchen auf. In der Stillrunde erhalten Mütter Information und kompetente Beratung und können mit anderen Frauen ihre Erfahrungen austauschen.

Die Teilnahme ist bereits in der Schwangerschaft sehr empfehlenswert!

Wer bestimmt den Stillrhythmus?

Di, 03.09.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Einschlafstillen - pro und contra

Di, 17.09.2024 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. Das heurige Thema lautet: „Lücken schließen – Stillunterstützung für Alle“ Es gibt ein buntes Frühstücksbuffet.

Di, 01.10.2024 10:00 – 12:00 Uhr

„Kangarooing“ für alle Babys - die beste Begleitung ins Leben

Di, 15.10.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Teilnahme 5,- Euro

Frühstücksbeitrag

Bitte um Anmeldung!

Stillen eine Investition für die Zukunft

Di, 05.11.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Was tun, wenn die Brust schmerzt?

Di, 19.11.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Nächtliches Stillen

Di, 03.12.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Die „stillste“ Zeit im Jahr

Di, 17.12.2024 10:00 – 12:00 Uhr

Zaubertrank Muttermilch

Di, 07.01.2025 10:00 – 12:00 Uhr

Stillen, einst und heute

Di, 21.01.2025 10:00 – 12:00 Uhr

Was tun bei zu wenig Muttermilch?

Di, 04.02.2025 10:00 – 12:00 Uhr

“Speikind - Gedeihkind” wenn das Baby dauernd spuckt

Di, 18.02.2025 10:00 – 12:00 Uhr

Sechs Monate stillen - wie gehts weiter?

Di, 04.03.2025 10:00 – 12:00 Uhr

Der Partner in der Stillbeziehung – eine wichtige Rolle

Di, 18.03.2025 10:00 – 12:00 Uhr

Was versteht man unter Ammenschlaf?

Di, 01.04.2025 10:00 – 12:00 Uhr

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

Di, 15.04.2025 10:00 – 12:00 Uhr

Stillen im Sommer und im Urlaub

Di, 06.05.2025 10:00 – 12:00 Uhr

Abstillen - aber wie?

Di, 20.05.2025 10:00 – 12:00 Uhr

Der Wert des Stillens für Mutter, Kind und Gesellschaft

Di, 03.06.2025 10:00 – 12:00 Uhr

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

Di, 17.06.2025 10:00 – 12:00 Uhr

Gewinnen und Aufbewahren von Muttermilch

Di, 01.07.2025 10:00 – 12:00 Uhr

Bedürfnisse im Wandel

Di, 15.07.2025 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, 22.07.2025 10:00 – 12:00 Uhr

Leitung

Angela Maria Frantal

Zielgruppe

für Mütter mit Kindern ab etwa 10 Monate

Teilnahme

Kostenlos/Anmeldung erforderlich

Anmeldung unter

0732 / 301056-23 oder angela.frantal@mag.linz.at

Kleinkind-Stiltreffen

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

Termine 2024

Di, 24.09.2024	10:00 – 12:00 Uhr
Di, 08.10.2024	10:00 – 12:00 Uhr
Di, 22.10.2024	10:00 – 12:00 Uhr
Di, 12.11.2024	10:00 – 12:00 Uhr
Di, 26.11.2024	10:00 – 12:00 Uhr
Di, 10.12.2024	10:00 – 12:00 Uhr

Termine 2025

Di, 14.01.2025	10:00 – 12:00 Uhr
Di, 28.01.2025	10:00 – 12:00 Uhr
Di, 11.02.2025	10:00 – 12:00 Uhr
Di, 25.02.2025	10:00 – 12:00 Uhr
Di, 11.03.2025	10:00 – 12:00 Uhr
Di, 25.03.2025	10:00 – 12:00 Uhr
Di, 08.04.2025	10:00 – 12:00 Uhr
Di, 13.05.2025	10:00 – 12:00 Uhr
Di, 27.05.2025	10:00 – 12:00 Uhr
Di, 10.06.2025	10:00 – 12:00 Uhr
Di, 24.06.2025	10:00 – 12:00 Uhr
Di, 08.07.2025	10:00 – 12:00 Uhr

Stiltreffen Online

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

Termine 2024

Mi, 04.09.2024	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 18.09.2024	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 02.10.2024	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 16.10.2024	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 06.11.2024	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 20.11.2024	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 04.12.2024	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 18.12.2024	10:00 – 11:30 Uhr

Termine 2025

Mi, 15.01.2025	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 05.02.2025	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 19.02.2025	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 05.03.2025	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 19.03.2025	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 02.04.2025	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 16.04.2025	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 07.05.2025	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 21.05.2025	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 04.06.2025	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 18.06.2025	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 02.07.2025	10:00 – 11:30 Uhr
Mi, 16.07.2025	10:00 – 11:30 Uhr

Leitung

Angela Maria Frantal

Zielgruppe

Stillende Mütter

Teilnahme kostenlos/
Anmeldung erforderlich

Anmeldung unter

0732 / 301056-23 oder angela.frantal@mag.linz.at

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

Die erste Zeit mit dem Baby

Die erste Zeit mit dem Baby

Die ersten Monate mit einem Baby sind eine kostbare Zeit, voller Staunen und Magie.



Leitung

Karina Koppenberger, MA

Zielgruppe

Eltern und Interessierte

Teilnahme kostenlos/

Anmeldung erforderlich

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.

Rituale geben Kindern Halt

Kindertage sind Erlebnistage - ständig gibt es etwas Neues zu entdecken. Zum Ausgleich brauchen Babys aber auch Ruheinseln - Rituale als liebevolle Gewohnheiten. Welche Rituale tun uns als Familie gut?

Fr, 11.10.2024 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, 25.10.2024 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? Womit überfordern wir unsere Kinder?

Fr, 08.11.2024 09:30 - 11:00 Uhr

Darf sich mein Kind langweilen?

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

Fr, 22.11.2024 09:30 - 11:00 Uhr

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 Familientraditionen unter einen Weihnachtsbaum?

Fr, 13.12.2024 09:30 - 11:00 Uhr

Spielen im Babyalter

Spielend lernen Kinder am schnellsten und nachhaltigsten - wie viel Förderung mithilfe gezielter Spielsachen ist notwendig? Ist weniger mehr?

Fr, 10.01.2025 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, 24.01.2025 09:30 - 11:00 Uhr

Impfungen, Allergien & Co

Häufige Fragen von Eltern rund um erste Notfallmedizin, Impfungen, Allergien, Medikamente für Babys, ... werden von Eltern-Mutterberatungsärztin, Dr.ⁱⁿ Eva Hiebinger, beantwortet. Auch aktuelle Fragen sind willkommen!

Fr, 14.02.2025 09:30 - 11:00 Uhr

Krabbelstube, Kindergarten und Co.

Welche Betreuungsform kann ich mir für mein Kind vorstellen? Ab wann möchte ich mein Kind in eine "externe" Kinderbetreuung geben?

Fr, 07.03.2025 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 einhergehen?

Fr, 04.04.2025 09:30 - 11:00 Uhr

Faszination Handy und Co.

Bereits Babys und Kleinkinder schauen mit großen Augen auf Handys, Tablets oder Fernbedienungen und versuchen mit aller Kraft diese Gegenstände zu erlangen. Wie wirkt sich Medienkonsum in diesem Alter auf die Entwicklung der Kinder aus?

Fr, 25.04.2025 09:30 - 11:00 Uhr

Zwischen "Mama, ich brauch dich!" und "Lass mich, Mama!"

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, 16.05.2025 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, 06.06.2025 09:30 - 11:00 Uhr

Leitung

Karina Koppenberger, MA

Zielgruppe

Eltern und Interessierte

Teilnahme kostenlos/
Anmeldung erforderlich

Leitung

Elke Schuster

Zielgruppe

Eltern mit Babys bis 18 Monaten

Teilnahme kostenlos/
Anmeldung erforderlich

Offener Babytreff

Willkommen sind alle Eltern mit Babys, um sich mit anderen über ihre Erfahrungen im Alltag auszutauschen. Gerne beantworte ich eure Fragen!

Fr, 04.10.2024	09:30 – 11:00 Uhr
Fr, 15.11.2024	09:30 – 11:00 Uhr
Fr, 06.12.2024	09:30 – 11:00 Uhr
Fr, 17.01.2025	09:30 – 11:00 Uhr
Fr, 07.02.2025	09:30 – 11:00 Uhr
Fr, 14.03.2025	09:30 – 11:00 Uhr
Fr, 18.04.2025	09:30 – 11:00 Uhr
Fr, 09.05.2025	09:30 – 11:00 Uhr
Fr, 13.06.2025	09:30 – 11:00 Uhr

Babynächte – Müde bin ich, geh zur Ruh...

Babys schlafen anders und haben auch nachts Bedürfnisse. Für manche Familien werden die Babynächte eine Grenzerfahrung, da die eigenen Schlafbedürfnisse zu kurz kommen.

Wir beschäftigen uns mit der kindlichen Schlafphysiologie und SIDS- Prophylaxe, mit Ritualen und Techniken zur Selbstregulation und dem Pro und Contra von Familienbett und Einschlafhilfen.

Fr, 18.10.2024	10:00 - 12:00 Uhr
Fr, 23.05.2025	10:00 - 12:00 Uhr

Leitung

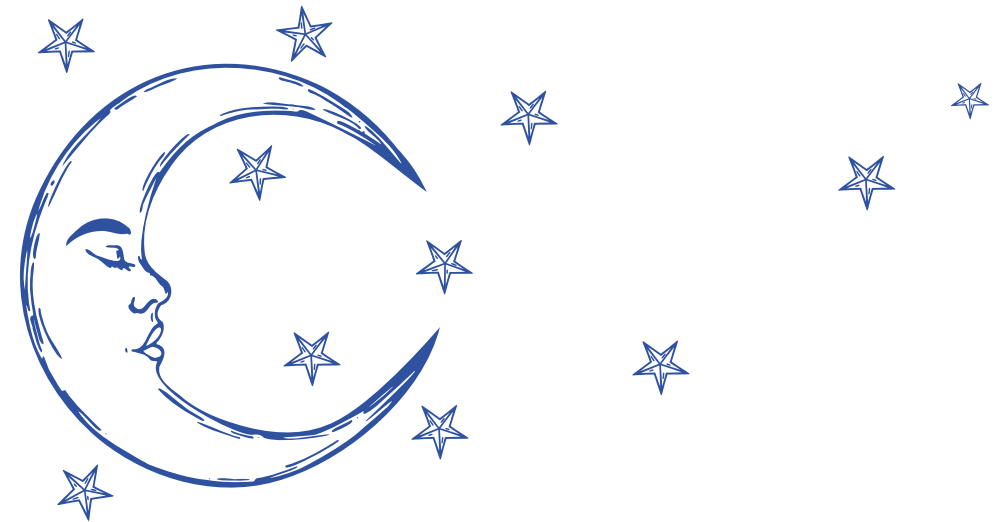
Angela Maria Frantal

Zielgruppe

Eltern und Interessierte

Teilnahme kostenlos/
Anmeldung erforderlich

La Le Lu -
 nur der Mann im Mond
 schaut zu -
 wenn die kleinen Babys schlafen -
 drum schlaf auch du.



Leitung

Angela Maria Frantal

Zielgruppe

für Babys im Alter von
7-11 Monaten

Teilnahme 63,- Euro/
Anmeldung erforderlich

Anmeldung unter
0732 / 301056-23 oder
angela.frantal@mag.linz.at

Babygruppe “Erste Kontakte”

Bindung und Autonomie

Dein Baby wird älter und mobiler und geht als Weltentdecker*in 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.

Erste Gruppe 10:00 - 11:30 Uhr
Zweite Gruppe 13:30 - 15:00 Uhr
Mo, 7-mal ab 09.09.2024
Mo, 7-mal ab 04.11.2024
Mo, 7-mal ab 13.01.2025
Mo, 7-mal ab 03.03.2025
Mo, 7-mal ab 05.05.2025

Kleinkindgruppe “Erste Begegnungen”

Bindung und Autonomie

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 mitgebracht werden. 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.

Mo, 7-mal ab 09.09.2024 15:15 bis 16:45 Uhr
Mo, 7-mal ab 04.11.2024 15:15 bis 16:45 Uhr
Mo, 7-mal ab 13.01.2025 15:15 bis 16:45 Uhr
Mo, 7-mal ab 03.03.2025 15:15 bis 16:45 Uhr
Mo, 7-mal ab 05.05.2025 15:15 bis 16:45 Uhr

Leitung

Mag.^a Angela Grassberger

Zielgruppe

Mütter ab 6 Wochen nach der Geburt (bzw. ab ärztlicher Freigabe bei schwierigen Geburten) gemeinsam mit ihren Babys

Teilnahme 49,- Euro

Anmeldung erforderlich

Rückbildungsgymnastik mit Baby

In diesem Kurs können sich Mütter in gemütlicher Atmosphäre körperlich und geistig stärken. In jeder Einheit verbinden wir kräftigende, sanft-stärkende Übungen, die wieder zur Kraft verhelfen mit entspannenden und ausgleichenden Übungen, die uns in den ersten Monaten mit Baby helfen, mit den neuen Herausforderungen besser umgehen zu können. Bei regelmäßigem Training können Mütter Verspannungen vermeiden und die Rücken- und Bauchmuskulatur wieder stärken, um Verletzungen vorzubeugen oder auch Langzeitfolgen nach der Geburt zu verhindern.

Do, 5-mal ab 19.09.2024 09:00 - 10:00 Uhr

Do, 5-mal ab 07.11.2024 09:00 - 10:00 Uhr

Do, 5-mal ab 16.01.2025 09:00 - 10:00 Uhr

Do, 5-mal ab 13.03.2025 09:00 - 10:00 Uhr

Do, 5-mal ab 08.05.2025 09:00 - 10:00 Uhr

Leitung

Mag.^a Angela Grassberger

Zielgruppe

Mütter ab 6 Wochen nach der Geburt (bzw. ab ärztlicher Freigabe bei schwierigen Geburten) gemeinsam mit ihren Babys

Teilnahme 49,- Euro

Anmeldung erforderlich

Kräftigendes Yoga für Mama und Baby

Do, 5-mal ab 19.09.2024 10:15 - 11:15 Uhr

Do, 5-mal ab 07.11.2024 10:15 - 11:15 Uhr

Do, 5-mal ab 16.01.2025 10:15 - 11:15 Uhr

Do, 5-mal ab 13.03.2025 10:15 - 11:15 Uhr

Do, 5-mal ab 08.05.2025 10:15 - 11:15 Uhr

Tragetuch-Workshop

Babys sind Traglinge! Ihr erfährt, wie ihr das Tragetuch unterschiedlich binden könnt und ob eure eigenen Tragen bzw. Tücher für euch und das Baby geeignet sind. Bitte in bequemer Kleidung kommen, ohne Reißverschluss und Knöpfe vorne. Für ältere Geschwister bitte einen Babysitter organisieren!

Mi, 29.01.2025

10:00 – 11:30 Uhr

Leitung

Angela Maria Frantal

Zielgruppe

Eltern und Interessierte

Teilnahme kostenlos/

Anmeldung erforderlich

Von Kopf bis Fuß auf Liebe eingestellt

Cranio Sakrale Therapie ist in aller Munde und sehr wirksam bei vielen Problemen rund um Babys Beschwerden wie Schlafproblemen, Koliken 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 erfahren kann, um schon mal mit den eigenen Händen "Erste Cranio Hilfe" leisten zu können. Babys bis zum Alter von 6 Monaten können mitgebracht werden.

Do, 13.03.2025

13:30 – 15:00 Uhr

Leitung

Angela Maria Frantal

Zielgruppe

Eltern und Interessierte

Teilnahme 5,- Euro

Anmeldung erforderlich

Selbstverständlich sind Beschwerden eurer Babys IMMER zuerst einer ärztlichen Abklärung zu unterziehen.

Ernährung bei Klein- kindern

Eine ausgewogene Ernährung in den ersten Lebensjahren legt den Grundstein für die Gesundheit und das Wohlbefinden eines Kindes



Leitung

Mag^a. Iris Huber

Zielgruppe

Eltern und Interessierte

Teilnahme kostenlos/
Anmeldung erforderlich!
Anmeldung bei der ÖGK:
05 0766 - 14103524
oder

erstesloeffelchen@oegk.at

Babys erstes Löffelchen

Ernährungsberatung im Beikostalter

Nach den ersten Lebensmonaten ist die Muttermilch oder das Fläschchen für das Baby nicht mehr ausreichend:

Die Zeit für den ersten Brei ist gekommen! In unserem Workshop erfährt ihr wichtiges rund ums Thema Beikost und erhaltet konkrete Tipps für die Zubereitung.

Diese und viele weitere Themen erwarten euch:

- Was ist Beikost?
- Der Geschmack entwickelt sich
- Was soll drin sein?
- Zubereitung
- Alternative Ernährungsformen
- Prävention
- Nahrung für die Seele
- Gesunde Zähnnchen

Mi, 16.10.2024 09:00 – 11:30 Uhr

Mi, 26.03.2025 09:00 – 11:30 Uhr

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 ihr euer Kleinkind gesund und abwechslungsreich ernähren könnt.

Mo, 25.11.2024 17:00 – 19:30 Uhr

Do, 24.04.2025 17:00 – 19:30 Uhr

Babykost selbst gemacht

Ein Kochkurs für alle, die zur herkömmlichen Gläschenkost zusätzlich selbstgemachte Alternativen anbieten möchten. Ihr bekommt praktische Tipps und einfache, schnelle Rezepte.

Mi, 25.09.2024 09:00 – 11:30 Uhr

Mi, 21.05.2025 09:00 – 11:30 Uhr

Leitung

Mag^a. Iris Huber

Zielgruppe

Eltern und Interessierte

Teilnahme kostenlos/
Anmeldung erforderlich!
Anmeldung bei der ÖGK:
05 0766 - 14103524
oder einsbisdrei@oegk.at

Leitung

Mag^a. Iris Huber

Zielgruppe

Eltern und Interessierte

Teilnahme kostenlos/
Anmeldung erforderlich!
Anmeldung bei der ÖGK:
05 0766 - 14103524
oder einsbisdrei@oegk.at

Bitte von zu Hause
Behälter für Kostproben
mitbringen.

Eltern- bildung

Bei Vorträgen, Workshops und Kursen erhalten Erziehungsverantwortliche Impulse für den Familien- und Erziehungsalltag vermittelt.



Leitung

Elke Schuster und
Karina Koppenberger, MA

Zielgruppe

Eltern mit ihren Kindern

Teilnahme 5,- Euro/

Anmeldung erforderlich

Frühstücks-Treff

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

Termine:

Mi, 09.10.2024	09:00 - 10:30 Uhr
Mi, 13.11.2024	09:00 - 10:30 Uhr
Mi, 11.12.2024	09:00 - 10:30 Uhr
Mi, 22.01.2025	09:00 - 10:30 Uhr
Mi, 12.02.2025	09:00 - 10:30 Uhr
Mi, 05.03.2025	09:00 - 10:30 Uhr
Mi, 02.04.2025	09:00 - 10:30 Uhr
Mi, 23.04.2025	09:00 - 10:30 Uhr
Mi, 14.05.2025	09:00 - 10:30 Uhr

Unsere Highlights beim Frühstückstreff:

Advent liegt in der Luft

Auch bei uns duftet es nach Nelken, Zimt und Tannenzweigen. Als besonderes Highlight lassen wir uns am 11.12.2024 beim Frühstück auch selbstgebackene Kekse schmecken.

Weltfrauentag

Am 08.03. ist Weltfrauentag! Das feiern wir! Als kleine Aufmerksamkeit gibt es am 05.03.2025, neben dem üblichen Frühstück, einen selbstgemachten Kuchen!

Weltfamilientag

Am 15. Mai ist Weltfamilientag! Als besonderes extra anlässlich diesen tollen Tages lassen wir uns am 14.05.2025 selbstgebackene Muffins schmecken!



Bananen Pancakes

Zutaten für 3 Portionen:

- 2 Eier
- 1 Banane (je reifer, desto süßer die Pancakes)
- 1 EL Vollkornmehl (normales Mehl geht genauso gut)
- optional 3 EL Haferflocken für eine Extraportion Eisen

Schritt 1 – Den Teig für die Pancakes stellst du ganz einfach her, indem du zuerst die Banane pürierst.

Schritt 2 – Gib dann die Eier und das Mehl sowie optional Haferflocken dazu und verrühre alles gut.

Schritt 3 – Nimm dann eine gute Antihaftpfanne und backe die Pancakes nacheinander aus. Das geht bei weniger Hitze besser als bei heißen Temperaturen.

Leitung

Elke Schuster

Zielgruppe

Eltern und Interessierte

Teilnahme kostenlos/
Anmeldung erforderlich

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.

Mo, 14.10.2024	14:00 – 16:00 Uhr
Mo, 03.02.2025	14:00 – 16:00 Uhr
Mo, 19.05.2025	14:00 – 16:00 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 sozialen Umfeld niemand in der gleichen Situation befindet bzw. 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.

Leitung

Karina Koppenberger, MA

Zielgruppe

Alleinerziehende Mütter

Teilnahme kostenlos/
Anmeldung erforderlich

“Alleinerziehend”

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, 10.10.2024	14:00 - 15:30 Uhr
----------------	-------------------

Gemeinsame vs. alleinige Obsorge und damit einhergehende Rechte und Pflichten

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, 21.11.2024	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, 13.02.2025 14:00 - 15:30 Uhr

Finanzielle Absicherung

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

Do, 24.04.2025 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, 05.06.2025 14:00 - 15:30 Uhr

Elternrunde

Unser Fachpersonal gibt zu den unterschiedlichen Themen Informationen und beantwortet aktuelle Fragen.

Trotzköpfe und Zornbinkerl

Do, 17.10.2024 10:00 - 11:30 Uhr

Weniger Schimpfen - mehr erreichen

Do, 21.11.2024 10:00 - 11:30 Uhr

Schlaf, Kindlein, schlaf

Do, 23.01.2025 10:00 - 11:30 Uhr

Windelabschied ohne Stress

Do, 27.02.2025 10:00 - 11:30 Uhr

Grenzen setzen - aber wie?

Do, 10.04.2025 10:00 - 11:30 Uhr

Gibt es Themen, die euch beschäftigen und die nicht angeführt sind? Hat euer 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.

Leitung

Mag.^a Almut Dietrich,
Karina Koppenberger, MA
und Elke Schuster

Zielgruppe

Eltern und Interessierte

Teilnahme kostenlos/
Anmeldung erforderlich

Terminvereinbarung unter
0732 301056

Leitung

Mag.^a Iris Steininger

Zielgruppe

für Eltern von Kindern im Alter von 3 bis 6 Jahren

Teilnahme kostenlos/
Anmeldung erforderlich

Wieviel Bildschirm braucht mein Kind

Fernsehen, Computer und Smartphone sind aus dem Alltag nicht wegzudenken. Was macht die Faszination dieser Medien aus? Wieviel ist zu viel? Wie können wir den Umgang mit Medien bewusst gestalten?

Mo, 11.11.2024

17:00 - 18:30 Uhr

Leitung

David Vogl, MSc

Zielgruppe

für Eltern von Kindern im Alter von 6 bis 10 Jahren

Teilnahme kostenlos/
Anmeldung erforderlich

Nur noch dieses eine Level

Wie begleite ich mein Kind in der Welt der digitalen Medien? Smartphone, Computer, Online-Spiele, Snapchat, WhatsApp, ... – digitale Medien sind aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken. Was macht die Faszination dieser Medien aus? Wieviel ist zu viel? Welche Gefahren gibt es? Wie können Eltern ihre Kinder unterstützen, einen bewussten und sicheren Umgang mit diesen Medien zu entwickeln?

Mo, 31.03.2025

17:00 - 18:30 Uhr

Selbstmedikation bei Babys und Kleinkindern

Was tun bei Erkältung, Bauchweh, Durchfall, oder anderen Erkrankungen.

Infos zu diesen Themen:

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

Mo, 04.11.2024

18:00 – 19:30 Uhr

Mo, 10.03.2025

18:00 – 19:30 Uhr

Leitung

Mag.^a Sabine

Ittensammer-Prinz

Zielgruppe

für Eltern von Kindern im Alter von 0 bis 6 Jahren

Teilnahme 3,- Euro
Einzeltarif/Anmeldung
erforderlich

Spiel- gruppen

Kreativität bei Kindern zu fördern bedeutet im Grunde, ihnen die Freiheit zu geben, einfach ihre Fantasie zu erkunden und ihre einzigartige Sicht auf die Welt auszudrücken.



Leitung

noch nicht bekannt

Zielgruppe

Eltern mit Kindern ab 10 Monaten

Teilnahme 30,- Euro pro Spielrunde/ Anmeldung erforderlich

Zeit 08:30 – 10:00 Uhr



Spielgruppe Flohzirkus

Raus aus dem Alltag! Wir verbringen gemeinsame Zeit mit unseren Kindern in gemütlicher Atmosphäre. Kinder lernen täglich, indem sie spielen, singen, tanzen, sich bewegen und Neues ausprobieren. Eltern kommen ins Gespräch und können Erfahrungen austauschen, während die Kinder erste Kontakte zu Gleichaltrigen knüpfen.

Di, 6-mal von 17.09. – 22.10.2024

Di, 6-mal von 12.11. – 17.12.2024

Di, 6-mal von 07.01. – 11.02.2025

Di, 6-mal von 04.03. – 08.04.2025

Di, 6-mal von 06.05. – 10.06.2025

Leitung

noch nicht bekannt

Zielgruppe

Eltern mit Kindern ab 18 Monaten

Teilnahme 30,- Euro pro Spielrunde/ Anmeldung erforderlich

Zeit 10:15 – 11:45 Uhr



Spielgruppe Rasselbande

Raus aus dem Alltag! Wir verbringen gemeinsame Zeit mit unseren Kindern in gemütlicher Atmosphäre. Kinder lernen täglich, indem sie spielen, singen, tanzen, sich bewegen und Neues ausprobieren. Eltern kommen ins Gespräch und können Erfahrungen austauschen, während die Kinder erste Kontakte zu Gleichaltrigen knüpfen.

Di, 6-mal von 17.09. – 22.10.2024

Di, 6-mal von 12.11. – 17.12.2024

Di, 6-mal von 07.01. – 11.02.2025

Di, 6-mal von 04.03. – 08.04.2025

Di, 6-mal von 06.05. – 10.06.2025

Bewegung macht Spaß

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

Di, 6-mal ab 05.11.2024 15:00 – 15:50 Uhr

Di, 6-mal ab 28.01.2025 15:00 – 15:50 Uhr

Zielgruppe

Kinder von 2-3 Jahren in Begleitung

Teilnahme 30,- Euro/ Anmeldung erforderlich



Bewegung macht Spaß

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

Di, 6-mal ab 05.11.2024 16:00 – 16:50 Uhr

Di, 6-mal ab 28.01.2025 16:00 – 16:50 Uhr

Zielgruppe

Kinder von 3-4 Jahren in Begleitung

Teilnahme 30,- Euro/ Anmeldung erforderlich



Für Groß und Klein

Für Groß und Klein

Kinder sind kleine Entdecker, deren
Neugier und Energie die Welt jeden Tag
ein Stückchen größer und bunter machen.



Leitung

Elke Schuster und
Karina Koppenberger, MA

Zielgruppe

Kinder von 4 bis 6 Jahren
und deren Begleitung

Teilnahme kostenlos/
Anmeldung erforderlich
Dieser Spaziergang
ist nicht kinderwagen-
tauglich.

Mitzubringen

Wetterangepasste
Kleidung, Jause für
Groß und Klein

Abenteuer Wald

An diesem Nachmittag werden die 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.

Montag, 02.06.2025 14:00 - 16:00 Uhr

Leitung

Elke Schuster und
Karina Koppenberger, MA

Zielgruppe

Kinder von 4 bis 6 Jahren
und deren Begleitung

Teilnahme kostenlos/
Anmeldung erforderlich

Spielenachmittag für kleine Kinder

Wir wollen mit euch spielen! Zeigt uns eure Lieblingsspiele und probiert bei uns auch Neues aus. Hierfür leihen wir uns auch tolle Spiele aus der Bibliothek Ebelsberg aus.

Dienstag, 22.10.2024 15:00 - 16:30 Uhr
Dienstag, 01.04.2025 15:00 - 16:30 Uhr

Spielenachmittag für große Kinder

Wir wollen mit euch spielen - Bekanntes, Neues, Lustiges, Spannendes, Einfaches oder auch Kniffliges. Hierfür leihen wir uns auch tolle Spiele aus der Bibliothek Ebelsberg aus.

Fr, 07.03.2025 15:00 - 16:30 Uhr

Lebkuchenhaus bauen

Mit dem Bauen eines Lebkuchenhauses läuten wir die Vorweihnachtszeit ein! Ihr bekommt von uns einen Fertigbausatz und dann geht es auch schon los. Mit Zuckerguss wird das Haus zusammengebaut und anschließend verziert. Prunkvoll oder schlicht - ganz so wie es euch gefällt. Eurer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Mo, 02.12.2024 15:30 - 17:00 Uhr

Adventnachmittag

Die Zeit vor Weihnachten ist besonders - es duftet nach Zimt und Vanille. Auch im Ekiz machen wir es uns gemütlich und holen uns die vorweihnachtliche Stimmung ins Haus. Wir bereiten als Leckerbissen Bratäpfel zu und während diese im Ofen bruzeln, wollen wir eine Kerze basteln.

Mo, 09.12.2024 14:30 - 16:00 Uhr

Leitung

Elke Schuster und
Karina Koppenberger, MA

Zielgruppe

Kinder von 7 bis 9 Jahren
ohne Begleitung

Teilnahme kostenlos/
Anmeldung erforderlich

Leitung

Elke Schuster und
Karina Koppenberger, MA

Zielgruppe

Kinder von 5 bis 6 Jahren
und deren Begleitung

Teilnahme 5,- Euro
zuzüglich Materialkosten/
Anmeldung erforderlich

Leitung

Elke Schuster und
Karina Koppenberger, MA

Zielgruppe

Kinder von 2,5 bis 4 Jahren
und deren Begleitung

Teilnahme 5,- Euro
Familientarif/Anmeldung
erforderlich

Leitung

Gis Kasperl

Zielgruppe

Kinder in Begleitung

Teilnahme 5,- Euro

Familientarif/Anmeldung erforderlich

Für den Kasperl muss eine Eintrittskarte im Ekiz gekauft werden. Verkaufszeitraum vom 04.11.2024 bis 18.11.2024

Kasperl und die Geburtstagsfeier

Tri tra tralalla, tri tra tralalla

Der Kasperl ist schon wieder da.

Die Gretel hat Geburtstag heut -

Der Kasperl sich ganz riesig freut.

Doch fast hätt er's vergessen:

Zähne putzen und vorher essen.

Später dann beim großen Fest - oh Schreck!

Ist das schönste Geschenk von Gretel weg.

Mo, 25.11.2024 15:00 Uhr

Leitung

Elke Schuster und Karina Koppenberger, MA

Zielgruppe

Kinder von 2,5 bis

4 Jahren und deren

Begleitung

Teilnahme 5,- Euro

Familientarif/Anmeldung erforderlich

Brötchen backen

An diesem Nachmittag bereiten wir gemeinsam einen

Brotteig zu und jedes Kind darf sich sein eigenes

kleines Brot formen, welches wir im Anschluss im

Rahmen einer Jause verspeisen.

Um die Wartezeit auf das fertige Weckerl zu verkürzen, spielen wir lustige Spiele.

Mo, 10.02.2025 14:30 - 16:00 Uhr

So ein Theater – Kamishibai

Erzähltheater

Mit verschiedenen Bildkarten, die in einen Holzrahmen gesteckt werden, können sehr anschaulich Geschichten erzählt werden.

Do, 03.10.2024 14:30 Uhr

Do, 12.12.2024 14:30 Uhr

Do, 27.03.2025 14:30 Uhr

Leitung

Mag.^a Christina Müller

Zielgruppe

Kinder ab 4 Jahren

Teilnahme kostenlos/Anmeldung erforderlich

Hello World Toolkit

Das Programm wurde ins Leben gerufen, um Kindern spielerisch die Welt der Technik näherzubringen und sie dazu zu ermutigen, kreativ zu werden.

Termine immer am 1. Mittwoch im Monat

Mi, 02.10.2024 14:00 – 17:00 Uhr

Mi, 06.11.2024 14:00 – 17:00 Uhr

Mi, 04.12.2024 14:00 – 17:00 Uhr

Mi, 05.02.2025 14:00 – 17:00 Uhr

Mi, 05.03.2025 14:00 – 17:00 Uhr

Mi, 02.04.2025 14:00 – 17:00 Uhr

Mi, 07.05.2025 14:00 – 17:00 Uhr

Mi, 04.06.2025 14:00 – 17:00 Uhr

Mi, 02.07.2025 14:00 – 17:00 Uhr

Zielgruppe

Kinder von 8 bis 12 Jahren

Teilnahme kostenlos/Anmeldung erforderlich

Veranstaltungsort Stadtbibliotheken Pichling

Anmeldung unter 0732 321173 oder bib.pichling@mag.linz.at

Keine Vorkenntnisse erforderlich!

Für Groß und Klein

Kinder Fasching

Für die Faschingsfeier
muss eine Eintrittskarte
um je 5,- Euro pro Familie
im Ekiz gekauft werden.

Verkaufszeitraum
vom 03.02.2025 bis
17.02.2025

Die Veranstaltung findet im
Volkshaus Ebelsberg statt!

Liebe Leute Groß und Klein,
wir laden euch zum Fasching ein!
Prinzessin, Clown und Pirat -
wer kann einen Spagat?
Für Unterhaltung ist gesorgt -
Krapfen gibt's vor Ort!

Mo, 24.02.2025 15:00 - 16:30 Uhr

Für Groß und Klein

Familien Fest

Feiert mit uns am Weltfamilienstag 2025 ein
fröhliches Familienfest. Freut euch auf ein
buntes Programm für Groß und Klein inklusive
einer Hüpfburg.

Teilnahme kostenlos/ Anmeldung erforderlich

Do, 15.05.2025

14:00 - 17:00 Uhr

Unsere Referent*innen

Elke Schuster

Diplomsozialarbeiterin
Leitung Ekiz

Mag.^a Almut Dietrich

klinische Psychologin

Mag.^a Iris Steininger

Pädagogin vom Institut Suchtprävention

Mag.^a Christina Müller, BEd

Bibliothekarin

Karina Koppenberger, MA

Sozialarbeiterin

Mag.^a Angela Grassberger

dipl. Fitness- und Gesundheitstrainerin
Yogalehrerin

David Vogl, MSc

Soziologe am Institut Suchtprävention
pro mente OÖ

Angela Maria Frantal

IBCLC-Stillberaterin
Tragetuch Beraterin und Emotionale
Erste Hilfe

Mag.^a Iris Huber

Ernährungswissenschaftlerin

Mag.^a Sabine Ittensammer-Prinz

Pharmazeutin

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

Impressum:

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

Für den Inhalt verantwortlich: Elke Schuster; Redaktion: Ekiz-Team

Titelbild: Daniel Koppler, Fotos: Stadt Linz, shutterstock.com, unsplash.com

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

Gefördert auch durch:

**Kinder- und
Jugendhilfe**
Oberösterreich 

Familie 

