



JAHRESPROGRAMM 2024

Eltern—Kind—Zentrum

Traun



Liebe Eltern und Freunde des Eltern-Kind-Zentrums Traun!

"Kinder sind Gäste, die nach dem Weg fragen."

Maria Montessori

...und unsere Aufgabe als Eltern und Erwachsene ist es, diese Fragen zu beantworten, unsere Kleinen ein Stück ihres Lebensweges zu begleiten und ihre Wünsche und Bedürfnisse bestmöglich zu erfüllen.



www.jochenlorenz.at

Als 2-facher Familienvater weiß ich, dass das manchmal nicht ganz einfach ist und es hilfreich sein kann, wenn man sich mit anderen Eltern austauscht. Hier bietet unser Eltern-Kind-Zentrum in zwangloser Atmosphäre viele Möglichkeiten. Ob Vorträge, offene Treffs und Spielgruppen oder Workshops – es ist sicherlich für jedes Bedürfnis etwas dabei.

Ich danke dem Verein Eltern-Kind-Zentrum Kunterbunt für ihre fast schon 30-jährige Tätigkeit zum Wohle unserer Familien.

Ich wünsche Ihnen nun viel Vergnügen mit dem neuen Programm und hoffe, dass es zahlreich genutzt wird.

Ihr Bürgermeister

Ing. Karl-Heinz Koll

Liebe Eltern, liebe Mitglieder, liebe Besucher des Eltern-Kind-Zentrums!



www.jochenlorenz.at

2012 wurde mir die Leitung vom Eltern-Kind-Zentrum Kunterbunt anvertraut.

An dieser Stelle möchte ich mich bei allen BesucherInnen unseres EKIZ, insbesondere aber natürlich bei den Wichtigsten, unseren kleinsten Teilnehmern, unseren Kindern, bedanken. Ohne euch würde es uns nicht geben!

DANKE

Meinem Team und mir ist ein Miteinander, ein wertschätzender Umgang, eine harmonische Atmosphäre und Freude am Tun, sehr wichtig. Für uns steht die persönliche Entwicklung und Entfaltung der Kinder an erster Stelle.

Es gibt nichts Schöneres als glückliche und lachende Kinder, sie sind unsere Zukunft. Auch die Eltern in Ihrer Elternrolle zu stärken, ist uns ein besonderes Anliegen.

Bedanken möchte ich mich auch bei der Gemeinde Traun und allen Subventionsgebern, bei meinem Team und allen freiwilligen Helfern.
DANKE

Annemarie Schimek

Obfrau des EKIZ Kunterbunt

Unser Team	Seite 6
Öffnungszeiten und Mitgliedschaft	Seite 9
Anmeldung und Information	Seite 10
Unser Leitbild	Seite 12
Danke	Seite 13
Rund ums Baby	Seite 14
Offener Treff	Seite 16
Stundenweise Kinderbetreuung	Seite 17
Spielgruppen	Seite 18
Klassische Spielgruppen	Seite 19
Spielgruppen mit Schwerpunkt	Seite 21
Themenspielgruppen	Seite 26
Feste im Jahreskreis	Seite 28
Einzelveranstaltungen	Seite 30
Kinder in Bewegung	Seite 42
Bewegung für Erwachsene	Seite 46
Vorträge und Workshops	Seite 49





Annemarie
Schimek



Barbara
Weilguny



Nicole
Rampitsch



Renate
Nimmervoll



Renate
Zwirlein



Stefanie Dörr



Yvonne Wöss



Carmen
Schurer



Anja Weber



Angelika
Minar



Brigitte
Einicher



Vorstand

Annemarie Schimek – Obfrau / **Barbara Weilguny** – Obfrau Stv.

Renate Nimmervoll – Kassierin / **Stefanie Dörr** – Kassierin Stv.

Nicole Rampitsch – Schriftführerin / **Renate Zwirlein** – Schriftführerin Stv.

Der Vorstand vertritt den Verein nach außen (Öffentlichkeitsarbeit, Haftung usw.), arbeitet ehrenamtlich und ist laut Vereinsstatuten jedes Jahr neu zu wählen.

Neben dem Vorstand gibt es bei uns aber auch noch das **sehr wichtige "Team"**. Dieser Arbeitskreis setzt sich mit den inhaltlichen Richtlinien auseinander, erarbeitet die Programme, steht aber auch für die diversen Feste und Repräsentationsarbeiten zur Verfügung. Kein Verein kann bestehen, wenn es nicht viele fleißige Hände gibt, die zur ehrenamtlichen Mithilfe bereit sind.

An dieser Stelle sei hier auch ein herzliches Dankeschön an unsere Teammitglieder

Weber Anja, Wöss Yvonne, Schurer Carmen

Minar Angelika und Einicher Brigitte

ausgesprochen.

Danke auch an unsere Rechnungsprüfer Herrn **Peter Nimmervoll** und Frau **Andrea Hoffmann** die ebenfalls ehrenamtlich die Buchhaltung überprüfen.



**DU HAST BOCK
AUF EINEN NEUEN JOB?**

www.jobfactory.at



**Aktuelle Jobs findest du
auf unserer Jobbörse**

Veranstaltungsort: EKIZ Kunterbunt Traun

Hackl-Straße 5, 4050 Traun

Telefon: 07229/69590

Mail: office@ekiz-traun.at

Internet: www.ekiz-traun.at

Bürozeiten: Mo—Mi und Fr von 8.30—11.30

EKIZ „Ferien“: Wir haben an allen staatlichen und kirchlichen Feiertagen, Zwickeltagen und den Schulferien geschlossen

Mitgliedschaft: Mitglieder sind durch ihre Unterstützung für die Aufrechterhaltung des Vereins und unserer Arbeit im Verein unverzichtbar.

Der jährlicher Mitgliedsbeitrag beträgt für Familien € 25,00 bzw. € 21,00 für Besitzer der Familienkarte.

Die Mitgliedschaft verlängert sich automatisch um ein Jahr, sofern Sie nicht bis zum Ende des Jahres schriftlich oder persönlich kündigen!

Anmeldeformulare finden Sie auf unserer Homepage:

<https://ekiz-traun.at/mitgliedschaft-im-eltern-kind-zentrum>

Wir freuen uns über jedes neue aktive Mitglied!

Für die Teilnahme an Veranstaltungen besteht kein Mitgliedszwang!

Vorteile als Mitglied:

verminderter Kursbeitrag bei Veranstaltungen

Zusendung des Programmheftes per Mail vor der Veröffentlichung

Anmeldung:

Per Email unter office@ekiz-traun.at

Persönlich bei uns im Büro

Kurs, Name, Geburtsdatum des Kindes, Adresse und TelNr angeben!

Anmeldeschluss ist, wenn nicht anders angegeben, **eine Woche vor Veranstaltungsbeginn.**

Die Anmeldung ist für uns sofort verbindlich!

Bei Angabe einer Email-Adresse erhalten Sie eine Anmeldebestätigung. Der Kursbeitrag ist binnen einer Woche ab Anmeldung zu bezahlen. Bei Nichteinzahlung können wir Ihre Anmeldung nicht fixieren!

Bei Anmeldung von Geschwistern erhält das 2. Kind 20% Ermäßigung auf den Kursbetrag, sofern die Kinder den selben Kurs besuchen.

Einzahlung:

Die Bezahlung der Kursbeiträge erfolgt per Überweisung, nur in Ausnahmefällen per Erlagschein oder als Barzahlung

Bankverbindung: Raiffeisenlandesbank Traun

IBAN: AT33 3400 0000 0614 4430

Elternbildungsgutscheine:



Bei Beantragung der OÖ Familienkarte erhalten Eltern OÖ Elternbildungsgutscheine in der Höhe von € 20,00 bei der Geburt, zum 3., 6., und 9. Geburtstag eines Kindes. Die Gutscheine können bei allen Veranstaltungen, die mit dem Elternbildungsgutschein gekennzeichnet sind, eingelöst und von der Teilnahmegebühr abgezogen werden.

Mindestteilnehmerzahl:

Das EKIZ Traun behält sich vor, bei zu geringer TeilnehmerInnenzahl einen Kurs abzusagen. Der Kursbeitrag wird in voller Höhe zurückerstattet.

Abmeldung:

Eine Abmeldung bis spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn ist kostenlos möglich. Bei Abmeldung bis zu einer Woche vor Kursstart wird eine Stornogebühr von 50% des Kursbeitrages verrechnet. Bei Abmeldung zu einem späteren Zeitpunkt ist keine Rückerstattung möglich—es wird der ganze Kursbeitrag verrechnet!

Bei Krankheit, oder wenn Sie den Kurs frühzeitig abbrechen müssen, können wir keine Kosten oder allfällige Teilbeträge zurückerstatten!

Haftung:

Bei allen Veranstaltungen und Kursen, die Eltern gemeinsam mit Kinder besuchen gilt: „Eltern haften für ihre Kinder“.

Fotorechte:

Die BesucherInnen erklären sich damit einverstanden, dass Fotos von unseren Veranstaltungen gedruckt wie auch elektronisch veröffentlicht werden können! Sofern nicht anders vermerkt, liegen die Veröffentlichungsrechte für abgedruckte Fotos beim Eltern-Kind-Zentrum Kunterbunt.

Datenschutz:

Mit Ihrer Anmeldung stimmen Sie der Datenverwendung Ihrer persönlichen Daten nach DSGVO sowie §38 Abs.2 Z 5 BWG zu und Sie können diese Zustimmung jederzeit schriftlich widerrufen.

Nähere Informationen zum Datenschutz finden Sie auf unserer Homepage: www.ekiz-traun.at

Unser Verein ist parteipolitisch und konfessionell unabhängig.

Wir sind eine Institution, in der persönliche Entwicklung und Entfaltung möglich ist und der Erwerb zusätzlicher Verantwortung gleichzeitig bei Kindern, Eltern, Mitarbeitern und der gesamten Organisation stattfindet.

In unserem Zentrum ist es für Frauen, Männer und Kinder möglich, Kontakte zu knüpfen und sich mit ihren Lebenssituationen, wie z.B. Veränderungen, Hoffnungen, Ängsten, aber auch Freuden auseinander zu setzen.

Wir begleiten und stärken Frauen und Männer in ihrer Elternrolle.

Der respektvolle Umgang mit Neugeborenen, Kindern, Jugendlichen, allen Erwachsenen und natürlich mit sich selbst ist uns wichtig.

Das Eltern-Kind-Zentrum Kunterbunt steht für Anerkennung und Wertschätzung der Arbeit, die in der Familie geleistet wird und trägt dazu bei, dass diese positiv und mit viel Freude erlebt werden kann.

Es ist uns ein Anliegen, die gesellschaftspolitische Entwicklung aufmerksam mitzuverfolgen und im Rahmen unserer Möglichkeiten mitzugestalten.



Wir bedanken uns für die finanzielle Unterstützung

BEI DER STADTGEMEINDE TRAUN



BEIM BUNDESKANZLERAMT

BUNDESKANZLERAMT  ÖSTERREICH

BEIM LAND OBERÖSTERREICH

ABTEILUNG, KINDER- UND JUGENDHILFE

ABTEILUNG, FAMILIENREFERAT

ABTEILUNG, BILDUNG UND GESELLSCHAFT

Kinderschutz 

Familie 



BEI ALL UNSEREN MITGLIEDERN

BEI ALLEN UNTERSTÜTZENDEN FIRMEN

Danke für die Unterstützung aller **Eltern, Großeltern und an alle freiwilligen Helfer**, die uns durch diverse Reparaturen und Instandsetzungen helfen, unser EKIZ in Ordnung zu halten.

Danke an alle, die uns immer wieder unterstützen, sei es finanziell oder durch Rat und Tat, wir freuen uns darüber.

Danke! Durch das Online-Portal von www.stifter-helfen.at war es uns möglich unsere gesamte EDV durch eine IT-Spende von Microsoft auf neuesten Stand zu bringen. Wir bedanken uns bei **Stifter-helfen.at, IT für Non-Profits für die Unterstützung und bei Microsoft** für die großzügige IT-Spende an unseren Verein.

Danke an **Florian Cisek (www.dein-webauftritt.net)**, der uns eine neue Homepage gestaltet hat.



Der Beckenboden nach Schwangerschaft und Geburt

Vortrag und Workshop

Schwangerschaft und Geburt bedeuten für den weiblichen Beckenboden eine enorme Belastung. Sie können sogar dafür sorgen, dass der Beckenboden nicht mehr adäquat seine Funktion ausüben kann. Leider wird ihm aber oft erst dann Aufmerksamkeit geschenkt, wenn er Probleme macht – eigentlich sollte ihm aber das ganze Leben lang Beachtung geschenkt werden, besonders nach Schwangerschaft und Geburt.

Was ist der Beckenboden, wo liegt er, wie funktioniert er? Welche Probleme kann er verursachen und welche Gründe und Risiken für Fehlfunktionen gibt es?

Der Vortrag soll Antworten auf diese und viele weitere Fragen geben. Ebenso werden praktische Tipps für den Alltag erklärt und einfache Wahrnehmungsübungen erarbeitet.

Leitung	Katharina Aigner—Pühringer
Kosten	€ 14,00 /€ 12,00
Termin	Dienstag, 23.01.2024 15.00—16.30
Ort	EKIZ Traun

Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Workshop

Bei diesem Workshop werden lebensrettende Sofortmaßnahmen bei Säuglings- und Kindernotfällen anschaulich erklärt und besprochen.

Leitung	DKS Maria Köberl
Kosten	€ 4,00
Termin	Dienstag, 19.03.2024 18.00—21.00
Ort	EKIZ Traun

Die Yogabären Yoga ist ICH sein.

Bei diesem Kurs tauchen wir ein in eine richtige Kinderyogastunde. Ich zeige dir wie du mit deinem Kind erste Yogaerfahrungen sammeln kannst. Wir werden dein inneres Kind wachrütteln, uns gemeinsam bewegen, laufen, schütteln, lachen, tanzen und spielerisch verschiedene Asanas kennenlernen.



Dein Yogabärenbaby/Yogabärenkind darf mitmachen, schlafen oder auch einfach zusehen. ... und ganz wichtig: Du darfst sein wie du bist, genau das möchten wir doch auch unseren Kindern vermitteln.

Der Kurs ist für Mamas, Papas, Omas, Opas, Tanten, Onkel mit Baby oder Kleinkind (ab ca. 6 Monaten; am besten ab dem Zeitpunkt wo sich das Kind alleine fortbewegt) gedacht.

Leitung	Stefanie Klapschi
Kosten	€ 42,00/ € 38,00 für 5x
Termin	F/S Mittwoch, ab 03.04.2024 16.00—17.00 H/W Mittwoch, ab 11.09.2024 16.00—17.00

Der Kurs ist nicht als Rückbildungskurs gedacht. Hierfür bitte unbedingt einen eigenen Kurs machen.

Termine für den Kinderbekleidungsbasar vom Pfarrheim Traun:

F/S: 14.—16.03. 2024

H/W: 26.—28.09.2024

Weitere Informationen bei Manuela Hörschläger

manuela.hoerschlaeger@liwest.at

Offene Schnupperspielgruppe für Kinder mit Begleitung

Die offene Spielgruppe ist für BesucherInnen gedacht die....

- * unverbindlich schnupfern wollen,
- * sich terminlich nicht binden wollen oder nur
- * gelegentlich vorbeikommen können,
- * keinen Platz in einer Spielgruppe bekommen haben oder ganz einfach mit Freunden gemeinsam die Zeit verbringen wollen

Wir freuen uns auf euch, es sind ALLE herzlich willkommen!

Alter	0—6 Jahre
Leitung	Spielgruppenleiterin
Kosten	freiwillige Spende
Termine	Dienstag, 16.01./06.02./05.03./09.04./07.05./04.06./17.09./ 08.10./12.11./03.12.2024 15.30—17.00

bezahlte Anzeige



Dr.-Knechtl-Straße 28, A-4050 Traun
Tel. 07229 / 73 4 60

Stundenweise Kinderbetreuung - STUKIB

Einmal wöchentlich verbringen die Kinder einen Vormittag ohne Mama/ Papa/Oma/Opa in unserer Stukib (Stundenweise Kinderbetreuung). Neue Kinder, neue liebevolle Bezugspersonen, teilweise neue Umgebung, viele neue Lieder und Fingerspiele, neue Rituale und ganz viel Spaß und Lachen—all das wird ihr Kind an diesem Vormittag kennenlernen.

Sei es als Vorbereitung für die Krabbelstube/Kindergarten oder weil man sich mal Zeit für sich nehmen will - wir sind uns dieser großen Verantwortung bewusst und freuen uns sehr auf gemeinsame Vormittage mit Ihrem Kind.

Alter	2—4 Jahre
Leitung	Barbara Weilguny
Kosten	€ 90,00 /€ 83,00 für 5x inkl. gesunder Jause
Termine	F/S ab Freitag, 12.01.2024 8.30—11.30 H/W ab Freitag, 20.09.2024 8.30—11.30 <i>Sanftes stundenweises Eingewöhnen!</i>



Sinn der Spielgruppe ist es, den Kindern und deren Begleitpersonen (Mutter, Vater, Großeltern usw.) Zeit und Anregung zum gemeinsamen Spiel zu geben. Bewusstes Zeit nehmen für die Kinder, Freude und Spaß miteinander haben, Kontakte knüpfen sowie Erleben und Beobachten der Kinder im Spiel sind uns wichtig. **Unser Ziel ist nicht allein der wichtige Austausch zwischen Eltern, sondern das gezielte Fördern von Kleinkindern. Alle unsere Spielgruppen haben ein Programm!**

Der **gleichbleibende Ablauf**, die **Rituale der Lieder und Spiele**, die das Kind schon bald kennt, und das **Erlernen neuer Lieder und Spiele** in den Spielgruppen **gibt den Kindern Sicherheit**. Es wird bald den Kontakt zu anderen Kindern suchen und sich auf die gemeinsamen Spielgruppenbesuche freuen. Die Anwesenheit der Bezugsperson ist für das kleine Kind sehr wichtig, denn so gewinnt es zusätzliche Sicherheit und Vertrauen, um auf „andere“ Kinder zuzugehen.

Kein Kind soll zur Teilnahme an vorbereiteten Spiel- oder Bastelangeboten gezwungen werden, das soll auf freiwilliger Basis erfolgen, den Bedürfnissen des Kindes und seinem eigenen Tempo entsprechend. Es lernt entweder durch mitmachen oder auch durch beobachten.

Spielgruppen sind fixe Gruppen, die mit einer Anzahl von 6 bis maximal 9 Mutter oder Vater-Kind Paaren geführt werden und über einen **Zeitraum von 6 Wochen bei 1,5 Stunden** (1 x in der Woche), je nach Alter der Kinder, stattfinden. Auf gemeinsamen Wunsch der Teilnehmer werden die Spielgruppen weitergeführt.



	Rasselbande	Schmetterlinge	Gänseblümchen	Marienkäfer	Bienchen	Igelchen
Alter	1,5–2 Jahre	2–2,5 Jahre	1,5–2 Jahre	6 Mon–1 Jahr	2–2,5 Jahre	0–ca. 6 Jahre
Wochentag	Montag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Donnerstag
Uhrzeit	8.20–09.50	10.00–11.30	10.00–11.30	9.00–10.30	9.00–11.00	15.00–16.30
Termine	F/S ab 08.01.2024 H/W ab 16.09.2024	F/S ab 08.01.2024 H/W ab 16.09.2024	F/S ab 09.01.2024 H/W ab 10.09.2024	F/S ab 10.01.2024 H/W ab 11.09.2024	F/S ab 11.01.2024 H/W ab 12.09.2024	F/S ab 11.01.2024 H/W ab 12.09.2024
Kosten	€ 45,00 / € 41,00 für 6x 1,5 Stunden					

Eine schriftliche Anmeldung ist unbedingt erforderlich! Ein Einstieg ist auf Anfrage bei Freiwerden eines Platzes bzw. nach Abschluss eines Turnus möglich. Wenn ein Turnus beendet ist, läuft automatisch die nächste Spielgruppe weiter. Bitte erkundigen Sie sich diesbezüglich im EKIZ!

Anmeldeschluss: 5 Tage vor Veranstaltungsbeginn



SPINNEREI

Cafe +
Bistro

#SPINNEREICAFETRAUN #SONNENTERRASSE
#FRÜHSTÜCKSBUFFET #MITTAGSMENÜ
#ITALIENISCHERKAFFEE:

UND DANN MUSS MAN JA
AUCH NOCH ZEIT HABEN
EINFACH DAZUSITZEN UND
VOR SICH HIN ZU SCHAUEN.



Spinnererei

- Unser Spinnererei Cafe befindet sich im neuen Kulturzentrum, in traumhafter Lage, mit überdachter Terrasse, direkt am Wassergraben neben dem Schloss Traun!
- Wir haben sieben Tage die Woche geöffnet, starten ab 9 Uhr mit einem reichlichen Frühstücksbuffet, bieten unseren Gästen täglich wechselnde Mittagsmenüs an und kredenzen herrliche Kuchen und Mehlspeisen! Der perfekte Platz, um bei einem Glas Prosecco oder selbst kreiertem Cocktail die Seele baumeln zu lassen!
- Wir haben auch Platz für Feiern jeglicher Art und verköstigen Sie nach Ihren individuellen Wünschen!

Science Kids—Spielgruppe für kleine Entdecker

Kleinkinder sind von Natur aus neugierig: sie beobachten genau, wollen Ihnen unbekannte Dinge angreifen, spielen liebend gerne mit weniger vertrauten Materialien und saugen die neu erworbenen Erkenntnisse förmlich auf.

Nach einer kurzen Begrüßung nehmen wir die Haushaltsartikel genauer unter die Lupe. Schließlich ist Backpulver nicht nur zum Backen da und Maizena liefert eine tolle Matschpampe.

Bitte entsprechende Kleidung anziehen bzw. Wechselgewand mitnehmen.



Alter	2,5—5 Jahre
Leitung	Anja Weber
Kosten	€ 49,00/ € 45,00 inkl. Material für 5x 
Termine	F/S : Montag, ab 08.04.2024 15.00—16.30 H/W: Montag, ab 14.10.2024 15.00—16.30

bezahlte Anzeige

www.bauernmarkt-traun.at

jeden Freitag
13-17 Uhr

im Stadtzentrum Traun

**BAUERN
MARKT
TRAUN**
...weil's besser schmeckt!

Englische Spielgruppe

A bit of everything: Mit viel Spaß, Bewegung und Musik wird in dieser Gruppe Englisch gesungen, gereimt und zu englischen Liedern getanzt. Die Kinder sammeln spielerisch erste Erfahrungen mit der Fremdsprache—mit all ihren Sinnen.



Alter	2 Jahre bis Kindergartenalter	
Leitung	Spielgruppenleiterin	
Kosten	€ 45,00/ € 41,00 für 6x Geschwisterrabatt—20%	
Termine	F/S	Freitag, ab 12.01.2024 15.00—16.30
	H/W	Freitag, ab 13.09.2024 15.00—16.30

bezahlte Anzeige



Türen in Bewegung.

Automatische und händische Schiebetüren aus Glas - auch für den privaten Bereich
Duschabtrennungen - Küchenrückwände - Balkonverglasungen - Glasgeländer - Glasdekor

Tel. +43 664 885 112 00 - eMail: office@danereder.at

w w w . d a n e r e d e r . a t

Bewegungsspielgruppe

In dieser Spielgruppe stehen Spiel, Spaß und Bewegung an erster Stelle. Spielerisch wird Freude an der Bewegung erlernt. Die Kinder dürfen sich selbst ausprobieren, können zeigen, was sie schon alles können und werden mit grob- und feinmotorischen Bewegungsabläufen gefördert.



Alter	Beginnendes Laufalter—2 Jahre
Leitung	Anja Weber
Kosten	€ 45,00/ € 41,00 für 6x Geschwisterrabatt—20%
Termine	F/S Dienstag, ab 09.01.2024 08.30— 09.45 H/W Dienstag, ab 10.09.2024 08.30— 09.45



Bezirkshauptmannschaft Linz - Land

4050 Traun, Schulstr. 3 a
Tel. 0732/69414 – 66601

IGLU ist eine Anlaufstelle für Familien mit Kindern bis zum 3. Lebensjahr für Fragen der Entwicklung, der Erziehung, der Förderung und zur Unterstützung in Alltagssituationen.

Mutterberatung jeden Dienstag – Nachmittag

Stillberatung jeden Donnerstag von 8.00—9.00 Uhr im IGLU.

Wald- und Wiesenzwerge

Der Wald und unser Garten ist eine große Einladung für freies Spiel und freie Bewegungsentwicklung. In unserer Wald- und Wiesenspielgruppe möchten wir gemeinsam spielen, die Natur erkunden und mit allen Sinnen erfahren. Wir werden Stöcke sammeln, Tiere finden, balancieren, Zapfen werfen und Kinder können ihren natürlichen Bewegungsdrang ausleben. Das Spielen in der freien Natur bietet vielseitige Sinneserfahrungen und stärkt den gesamten Bewegungsapparat, schon der Kleinsten.



Mitzubringen: Trinkflasche, Jause und wetterfeste **Kleidung, die schmutzig werden darf**, für Eltern und Kind!

Alter	1,5—2,5 Jahre
Leitung	Anja Weber
Kosten	€ 45,00/ € 41,00 für 6x Geschwisterrabatt—20%
Termine	F/S Donnerstag, ab 11.04.2024 09.30—11.00 H/W Donnerstag, ab 12.09.2024 09.30—11.00



Die Wald- und Wiesenzwerge finden nur bei trockenem Wetter statt!

Ort (EKIZ, Oedtersee, GablerPark) wird immer vorab bekannt gegeben.

Waldspielgruppe – mit offenen Sinnen in der Natur!

Gemeinsam mit unseren Kindern wollen wir Wald und Wiese entdecken, beobachten, spielen, Schätze sammeln und Spuren hinterlassen. Beim freien Spiel mit Materialien aus der Natur wird die Fantasie der Kinder gefördert und angeregt. Auch ihren natürlichen Bewegungsdrang können die Kinder hier ungehindert ausleben. Der Wald ist aber auch ideal, um Stille wahrzunehmen und zu erleben. Und ganz nebenbei stärkt die erholsame Umgebung des Waldes die körperlich-seelische Gesundheit.

Die Eltern sind dazu eingeladen, sich hier bewusst eine Auszeit vom Alltag zu nehmen, sich vollkommen auf ihr Kind einzulassen und mit ihm die Natur zu entdecken.

Mitzubringen: Trinkflasche, feste Schuhe und natürlich wetterfeste **Kleidung, die schmutzig werden darf.**

Alter	Ab 2,5 Jahre
Leitung	Anja Weber
Kosten	€ 45,00/ € 41,00 für 4x 
Termine	F/S Montag, ab 27.05.2024 15.30—17.00
	H/W Montag, ab 09.09.2024 15.30—17.00

Die Waldspielgruppe findet bei jeder Witterung statt!



In unseren Themenspielgruppen liegt das Augenmerk auf Umgang mit verschiedenen Materialien, der Natur, den Lebensmitteln und vielem mehr. Es steht im Vordergrund, den Eltern näher zu bringen, wie wichtig die Zeit und das Spiel mit den Kindern ist, um ihre Entwicklung zu fördern.

Thema: Kinderküche – Klein und Groß kocht und bäckt gemeinsam

An diesen drei Nachmittagen wollen wir gemeinsam Köstlichkeiten zaubern, die auch Kleinkinder mit etwas Hilfe schon selbst zubereiten können. Lasst uns gemeinsam den Kochlöffel schwingen, Gewürze riechen, Teig probieren und vielleicht auch schon erste Schnippelversuche wagen! Das gemeinsam zubereitete Mahl wird dann, wenn es die Zeit zulässt, gleich direkt verkostet oder kann mit nach Hause genommen werden.

Mitzubringen sind also Aufbewahrungsdosen für die zubereiteten Speisen!

Alter	3—6 Jahre
Leitung	Spielgruppenleiterin
Kosten	€ 45,00/ € 41,00 + € 6,00 Materialkosten
Termine	Montag, 15.01./22.01. und 29.01.2024 15.00—17.00

Thema: Frühling und Ostern

Der Frühling kündigt sich an und das Osterfest steht vor der Tür! Mit Liedern, Spielen und Basteleien für Ostern verbringen wir einen kunterbunten Nachmittag. Eierpecken und Osterjause gehören natürlich auch dazu.

Alter	2—5 Jahre
Leitung	Spielgruppenleiterin
Kosten	€ 23,00 /€ 20,00 + € 6,00 Materialkosten
Termine	Montag, 11.03. und 18.03.2024 15.30—17.00



Thema: Wir basteln und backen für Weihnachten

Lasst euch verzaubern von der vorweihnachtlichen Stimmung bei uns im EKIZ. Mit Weihnachtsliedern, Weihnachtsbasteleien und Bäckereien werden wir diese Nachmittage besinnlich gestalten. Ein bisschen Zeit, um sich gemeinsam auf Weihnachten einzustimmen und vom Alltag abzuschalten.

Alter	Ab 2 Jahre
Leitung	Spielgruppenleiterin 
Kosten	€ 35,00/€ 31,00 + € 6,00 Bastel- und Backmaterial
Termine	Montag, 02.12./09.12. und 16.12. 2024 16.00—17.30



Faschingsfest—für unsere kleinen Narren

... endlich ist es soweit—Faschingszeit! Was gibt es Schöneres, als einen Nachmittag lang in eine komplett andere Rolle zu schlüpfen und sein Verhalten der neuen Figur anzupassen.

An diesem Nachmittag laden wir euch alle gemeinsam ein, ein kunterbuntes Verkleidungsfest zu feiern. Es wird getanzt, gesungen und gelacht und einen Faschingsjause darf natürlich nicht fehlen.

Wir freuen uns auf viele Bienen, Hexen, Cowboys, Feuerwehrmänner, Zauberer, Katzen und vieles mehr!

Alter	1—5 Jahre
Leitung	Spielgruppenleiterin
Kosten	€ 12,00/€ 10,50
Termin	Dienstag, 13.02.2024 15.00—17.00

bezahlte Anzeige



So 21.01.	„Grille + Ameise“
So 25.02.	„Frederick - Eine Mäusegeschichte“
So 17.03.	„Tiger und Bär“
So 07.04.	„Für Hund und Katz ist auch noch Platz“
So 26.05.	„Pumuckl und der große Krach“

KULTUR.PARK.TRAUN
SCHLOSS

07229/62032
www.kulturpark.at

Laternenfest

Schon sind wir im November angekommen und das Fest des Hl. Martin steht ins Haus! Wenn es das Wetter zulässt, wollen wir mit den Laternen einen Umzug machen, ein bisschen singen, ein bisschen plaudern und bei gemütlichem Beisammensein ein wenig essen und trinken! Wir freuen uns schon sehr darauf!



Alter	Keine Beschränkung
Leitung	Team
Kosten	Freiwillige Spende
Termin	Donnerstag, 07.11.2024 ab 17.00

Nikolausfest

Lasst uns froh und munter sein....

Im Rahmen einer Adventfeier freuen wir uns auf den Besuch vom Nikolaus, der heute zu uns kommen wird.

Alter	Keine Beschränkung
Leitung	Nikolaus
Kosten	€ 8,00/€ 7,00
Termin	Freitag, 06.12.2024 9.15—10.15



Splish, Splash, Wasserspaß

Achtung, fertig und los geht's!

Plantschen, spritzen, rutschen schütteln, vieles mehr—und das alles mit Wasser! An diesem Nachmittag erwarten euch viele kunterbunte Wasserspiele.

Eine lustige Abkühlung ist garantiert. Also Wasser marsch!

Badesachen und Handtücher mitnehmen!



Alter	1,5 —6 Jahre mit einer Begleitperson
Leitung	Spielgruppenleiterin
Kosten	€ 10,00/€ 9,00
Termin	Dienstag, 18.06.2024 15.00—17.00 (Ersatztermin: Dienstag, 25.06.2023)

bezahlte Anzeige

Malereibetrieb
Niederleitner GmbH
Meisterbetrieb seit 1978

4050 Traun, Joh.-Roithner-Str.9, Tel. 07229 - 65081
office@malerei-niederleitner.at malerei-niederleitner.at

Jongleur, Artist und Zauberer

Staunen, lachen, Augen machen mit Frederick Fred Feuerschein

Ein lustiger Nachmittag für Kinder und Erwachsene.

Ein Programm, viel mehr ein Fest als eine Show, in der kindliche Kreativität, Spontanität, Staunen, Lachen und Mitmachen im Mittelpunkt stehen.

Mit Kunststücken, wie Jonglieren mit Keulen, Bällen und Feuerkeulen, Musik, Artistenleiter, Zauberei und Clownerie tauchen wir ins Traumland von Frederick Feuerschein ein. Die Kinder sind natürlich Teil des Programms und dürfen auch mitwirken!



Alter	2,5 —7 Jahre mit einer Begleitperson
Leitung	Manfred Oser alias Frederick Fred Feuerschein
Kosten	€ 10,00/€ 9,00
Termin	Dienstag, 12.03.2024 15.30—16.30

bezahlte Anzeige



Andrea & Michael Richter

Frühstücksbuffet, Minibar, Sat-TV, WLAN, Sauna, Infrarotkabine, hoteleigener Parkplatz

Hotel Almtalerhof ***

Leerwies 1 | 4050 Traun | Österreich

[t] +43 7229 73301-0

[f] +43 7229 73301-7

[e] hotel@almtalerhof.at

[w] www.almtalerhof.at



Kasperltheater

Kasperl und der Vitamindrache

Der kleine Knoblauch Knofi ist sehr traurig, weil alle Kinder lieber seine Freundin, die Erdbeere, wollen, nur ihn mag niemand und alle sagen, er stinke! Dabei riecht er doch so herrlich, das weiß aber nur der Vitamindrache Fridolin, sein Freund, zu schätzen! Wie der Vitamindrache mit Kasperls Hilfe dem Knofi zu mehr Anerkennung, Liebe und Wertschätzung verhilft, das bleibt noch ein kleines Geheimnis!

Kasperl will zum Laternenfest

Kasperl hat eine Laterne gebastelt und möchte ein Laternenfest machen— die Kinder und der Sepperl lernen ihm ein Laternenlied. Auch die Gans möchte dabei sein! Doch dann wird die Laterne gestohlen! Ob es Kasperl und seine Freunde doch noch schaffen ein Laternenfest zu machen?



Alter	2—5 Jahre mit einer Begleitperson
Leitung	Kasperl, Sepperl und ihre Freunde
Kosten	€ 8,00 /€ 7,00
Termin	Dienstag, 16.4.2024 Kasperl und der Vitamindrache Dienstag, 05.11.2024 Kasperl will zum Laternenfest
Uhrzeit	Gruppe 1: 15.00 Gruppe 2: 16.00

Pferdenachmittag mit den Pferden der Familie Poglits

„Deine Hufe geben den Takt vor, mein Herz singt das Lied“

An diesem Nachmittag lernen sich Kinder und Pferde ohne Druck und ohne Zwang in gemütlicher Atmosphäre kennen. Durch gemeinsames Putzen, Satteln und Beschnupern bilden wir den Grundstein des Nachmittags. Anschließend machen wir gemeinsam mit den Pferden eine kleine Wanderung durch den nahen Wald. Abwechselnd können die ersten Erfahrungen hoch zu Ross gesammelt werden, Aufsitzen ist aber kein MUSS! Bei einem kleinen Picknick im Wald stärken wir uns mit der selbst mitgebrachten Jause, bevor wir wieder zurück zum Pferdehof gehen. Nach dem Absteigen werden die Pferde gemeinsam gepflegt, gelobt und gestreichelt, bevor es Abschied nehmen heißt.

Die Veranstaltung findet nur bei Schönwetter statt—bitte auch den Ersatztermin vormerken!



Alter	2—5 Jahre mit einer Begleitperson
Leitung	Alina und Josef Poglits www.p-horses.at @alinas_reitpaedagogik
Kosten	€ 25,00/ € 23,00
Termin	Montag, 10.6.2024 (Ersatztermin: Freitag, 14.06.2024) Montag, 23.09.2024 (Ersatztermin: Freitag, 27.09.2024)
Uhrzeit	15.00—17.00
Ort	Lindach 19, 4511 Allhaming

Muttertagsfrühstück

An diesem Vormittag bereiten wir den Müttern ein Frühstück und wollen gemeinsam entspannt in den Tag starten. Gemeinsam können die Mamas mit ihren Kids gemütlich frühstücken. Anschließend haben die Kinder die Möglichkeit, mit der Spielgruppenleiterin ein kleines Geschenk für den Muttertag vorzubereiten oder tolle Bilder zu malen. Währenddessen können die Mütter entspannt quatschen und den Vormittag genießen!

Alter	ab 2 Jahre
Leitung	Stefanie Dörr
Kosten	€ 15,00/€ 13,00
Termin	Samstag, 04.05.2024 9.00—11.00

bezahlte Anzeige

Praxisgemeinschaft



Christian Pankotai
PHYSIOTHERAPIE & CHIROPRAKTIK

Rumaerstraße 45 | 4050 Traun | www.pankotai.at
office@pankotai.at | 0699 - 112 890 38

Christian Pankotai 0699 / 112 890 38
Physiotherapie, Chiropraktik, klinische Sexologie

Helga Miko 0664 / 231 3436
Massage, Energetik, Radionik & Cell-Communication

Renate Korec 0680 / 237 2974
Kosmetik und Fußpflege

Tanja Seifried 0660 / 370 9092
Massage

Isolde Greiner 0676 / 736 3136
Massage und Yoga

Birgitt Stöckl 0664 / 631 3582
ganzheitliche Kosmetik und Kinesiologie

Nicola Spitzer 0680 / 440 1984
Ganzheitliches Coaching, Yoga, Tanz, Integrative Körperarbeit

Wir freuen uns auf Sie!

Termin nach Vereinbarung!

Erlebnismittag in der Natur

Gemeinsam verbringen wir einen lustigen Nachmittag in der Natur. Wir gehen gemeinsam zu einem kleinen Biotop im Wasserschutzgebiet Oedt. Dort fangen wir uns einige Kaulquappen und werden zum Forscher und Entdecker: Wie sieht so eine Kaulquappe genau aus? Wie bewegen sie sich?

Nachdem wir die kleinen Tiere wieder in die Freiheit entlassen haben, basteln wir uns unsere eigene Kaulquappe. Zur Stärkung zwischendurch machen wir ein kleines Picknick – bitte eine kleine Decke und Jause mitnehmen!

Alter	2,5 – 6 Jahre
Leitung	Anja Weber
Kosten	€ 13,00/€ 11,00
Termin	Dienstag, 21.05.2024 15.00–17.00



Kleine und große Pfoten zu Besuch im EKIZ

Wir bekommen Besuch von der SK Voest Hundeschule! Die Trainer zeigen uns, wie man Hunden begegnet und was es beim Umgang mit den Vierbeinern zu beachten gibt. Spricht man die richtige Hundesprache, muss man nämlich auch keine Angst vor den Tieren haben! Außerdem erhalten wir Informationen, wie uns Hunde im Alltag und bei der Arbeit helfen können.

Nach diesem informativen Teil ist ein Spaziergang durch den kleinen Park neben unserem EKIZ geplant. Zum Abschluss dürfen die Hunde noch verwöhnt und mit Leckerli belohnt werden!

Alter	Ab 2 Jahre mit einer Begleitperson
Leitung	Alfred Hummer
Kosten	€ 10,00/€ 9,00
Termin	Dienstag, 11.06.2024 14.00—16.00 Dienstag, 24.09.2024 14.00—16.00

bezahlte Anzeige

ELEKTRO

WEILGUNS & **PARTNER**

...weil wir weiter wissen

ELEKTROINSTALLATIONEN - ELEKTROHANDEL
STÖRUNGSDIENST - STEUERUNGSTECHNIK
EDV - VERKABELUNG

4030 Linz, Franzosenhausweg 29
Tel. 0732-372903

...weil wir weiter wissen

ELEKTRO

Bitte lächeln—der Fotograf kommt

Jochen Lorenz ist Fotograf aus Traun und spezialisiert auf sämtliche Fotografie, die mit Menschen zu tun hat - also, in erster Linie Hochzeiten, Kinder-, Familien-, Paar- und Einzel-Shootings. In einer entspannten Atmosphäre versucht er auf jedes Kind individuell einzugehen.



Ob kleine oder große Kinder, Geschwister oder ganze Familien: Nutzen Sie die Gelegenheit für ein ungezwungenes und authentisches Fotoshooting! Perfekt als Erinnerung für die Familienchronik oder Sie machen Ihren Lieben ein tolles Geschenk. Die Fotos werden professionell bearbeitet und über einen Online-Shop bereitgestellt – die Auswahl und Bestellung erfolgt bequem von Zuhause aus. Die Fotos sind einzeln (Abzüge), als Sparset oder als digitaler Download erhältlich - kein Kaufzwang!

Alter	Keine Beschränkung
Leitung	Jochen Lorenz Photographic Am Vogeltenn 13, 4050 Traun www.jochenlorenz.at
Kosten	Anmeldegebühr € 10. Diese wird in Form eines € 10-Gutscheins rückerstattet, einzulösen im Online-Shop ab einem Bestellwert von € 28,00. Kosten für ein Fotoset Kids zB. € 28,00 Kosten für ein Fotoset Familie z.B. € 44,00
Termin	F/S Dienstag, 23.04.2024 15.00—18.00 H/W Dienstag, 19.11.2024 15.00—18.00

Ein Auszug aus der Preisliste für Fotosets, Downloads, Abzüge etc. liegt bei uns im Büro auf. Fragen Sie einfach danach!

Besuch bei der FF Traun

Das Phänomen „Feuer“ fasziniert besonders Kinder immer wieder. Bereits sehr kleine Kinder wollen es entdecken und ausprobieren und daher ist ein Besuch bei der FF Traun bestimmt sehr spannend. Gemeinsam mit den Mitgliedern der Feuerwehr kann das Feuerwehrhaus erkundet werden. Einzelne Ausrüstungsgegenstände können berührt werden und die Kinder können sich auch in ein Feuerwehrauto setzen. Nach diesem informativen Teil dürfen die Kinder selbst aktiv werden! Mit Spielen und Aktionen wird das Thema Feuer spielerisch aufgearbeitet.

Vorbehaltlich personeller Änderungen!

Alter	2,5 —6 Jahre mit einer Begleitperson
Leitung	Gokl Barbara
Kosten	€ 5,00
Termin	14.05.2024 14.30—16.00
Ort	FF Traun / 4050— Bahnhofstraße

bezahlte Anzeige

FÖDINGER
WWW.FOEDINGER.AT

VOLLES ROHR
FÜR SIE UNTERWEGS

HEIZUNG | SANITÄR | HAUSTECHNIK | SERVICE

Roko und das Jugendrotkreuz im EKIZ

ROKO ist die Figur des Jugendrotkreuzes, die unsere Kinder im EKIZ begleitet, wenn sie lernen, wie man Situationen sicher meistert. Den eigenen Namen kennen, die eigene Adresse sagen, Hilfe holen und in altersadäquater Form sagen, was passiert ist. Das und viele andere Tipps zum richtigen Helfen lernen Kinder bei uns im EKIZ! Die Kinder sollen ein Bewusstsein für Gefahren entwickeln und diesen mit Vorsicht begegnen.

Und was an diesem Nachmittag auch nicht fehlen wird: der Blick ins Rettungsauto!

Alter	3—6 Jahre	
Leitung	Asanger Werner, JRK Linz	
Kosten	€ 5,00	
Termin	Dienstag, 30.04.2023	15.00—16.30

Verkehrserziehung für unsere Minis

Achtsamkeit im Straßenverkehr ist wichtig! Aus diesem Grund erklärt die Stadtpolizei Traun schon unseren Kleinen wichtige Regeln und macht auf Gefahrenquellen aufmerksam. Unser schöner Garten wird zum Verkehrsknotenpunkt und spielerisch werden mit Bobbycar und Verkehrszeichen erste Regeln im Straßenverkehr erarbeitet. Natürlich kann auch die Ausrüstung der Polizei und das Polizeiauto genauer unter

Alter	3—6 Jahre	
Leitung	Stadtpolizei Traun	
Kosten	€ 5,00	
Termin	wird noch bekannt gegeben	

bunterMIX

BABY- UND KINDERARTIKEL

Neubauerstr. 20 | 4050 Traun

www.buntermix.at



auf den **GESAMTEN** Einkauf
direkt im Geschäft von

bunterMIX

-100%

Gutschein ausschneiden, gültig für einen Einkauf direkt im Geschäft bis 31.12.2024.
Keine Barablöse möglich. Nicht in Kombination mit anderen Gutscheinen einlösbar.

Workshop—Wir bauen ein Insektenhotel

Biene, Käfer, Ameise—sie alle suchen bereits im Spätherst ein geeignetes Quartier um den Winter zu überstehen. Neben Hohlräumen und Mauerritzen nehmen die kleinen Tierchen auch so genannte Insektenhotels sehr gut an!

Gemeinsam bauen wir an diesem Nachmittag einen Unterschlupf für Insekten! Wie basteln und malen und arbeiten dabei mit vielen Materialien aus der Natur!

Alter	3 —6 Jahre
Leitung	Anja Weber
Kosten	€ 10,00/€ 9,00 + € 5,00 Materialkosten
Termin	Montag, 07.10.2024 15.30—17.00

bezahlte Anzeige

SP
STEINER & PRASCHL
 Gebäudereinigung

Büro- & Unterhalt
 Wohn- & Grünanlagen
 Baureinigung
 Industrie & Hygiene
 Winterdienst
 Spezialreinigung
 Lüftungsreinigung

STEINER & PRASCHL
 GEBÄUDEREINIGUNG GMBH
 Eduard-Haas-Straße 29, 4060 Traun
 Tel: 0732/774787
 E-Mail: office@steiner-praschl.at

   

KinderTanzen

Kinder sind von Natur aus aufgeweckt und haben Spaß an der Bewegung und das sollten wir als Eltern fördern. Gemeinsames Tanzen zaubert unseren Kindern nicht nur ein Lächeln auf das Gesicht, sie werden auch ganzheitlich gefördert, wobei die Freude an der Bewegung im Vordergrund steht! Erste Choreographien zu lustigen Kinderliedern fördern die Entwicklung der Motorik und Koordination. Auch die Konzentrationsfähigkeit und das Selbstbewusstsein der Kleinen können wir so positiv beeinflussen.

Der Rhythmus der Lieder animiert zum Mitschwingen, Mitsingen, Tanzen und Spaß haben.

Alter	ca. 5 — 7 Jahre ohne Begleitung
Leitung	Lydia Szabo, staatlich geprüfte Lehrwartin für Kinderturnen
Kosten	€ 52,00/€ 48,00 für 6x Geschwisterrabatt—20%
Termin	F/S Mittwoch ab 10.01.2024 15.00—15.50 H/W Mittwoch ab 11.09.2024 15.00—15.50

bezahlte Anzeige



IRANECK
Mein persönlicher Schuh

4050 Traun, Schloßstraße 10, Tel.: 07229/73242, Fax: 07229/73242-0

Kinder-Turnen (ohne Begleitung)

Turnen heißt, mit Beharrlichkeit und Zielstrebigkeit an etwas zu üben.

Turnen heißt, Freude an kreativer Bewegung zu empfinden.

Turnen heißt, Verantwortungsbewusstsein zu entwickeln (beim Helfen und Sichern).

Turnen heißt, sich in eine Gruppe einfügen und gemeinsam etwas zu erreichen.

Vorrangiges Ziel: Spaß an der Bewegung!!!

Alter	5—7 Jahre ohne Begleitung
Leitung	Lydia Szabo, staatlich geprüfte Lehrwartin für Kinderturnen, bei einer größeren Gruppe mit einer zweiten Kursleiterin Die Einteilung der Turngruppen erfolgt lt. Fr. Szabo!
Kosten	€ 102,00/€ 95,00 für 12x
Termin	F/S Freitag ab 19.01.2024 14.30—15.20 H/W Freitag ab 20.09.2024 14.30—15.20



Eltern-Kind-Turnen

Mit viel Spaß und Freude „Bewegung“ erlernen.

Durch die Vorbildfunktion und das „Mitturnen“ der Eltern werden die Kinder motiviert sich selbst auszuprobieren und zu zeigen, was sie alles schon können. Indem die Eltern „turnen“, verwirklichen Sie ihre Vorbildfunktion und stärken somit ihr Kind. Beim Turnen werden entsprechende Wachstumsreize gesetzt.

Durch die Kräftigung der Muskulatur wächst gleichzeitig die Leistungsfähigkeit des Nervensystems. Geschicklichkeit, Reaktion, Konzentration und Ausdauer werden verbessert.

Die Turnstationen werden gemeinsam von den Kindern und den Eltern aufgebaut und abgebaut (Lernerfahrung: Was man herräumt muss man auch wieder wegräumen). Kinder helfen von Natur aus gerne, sie fühlen sich dabei gebraucht, aber auch groß und stark.

Bitte bequeme Kleidung für Kinder und Eltern wählen!



Eltern-Kind-Turnen

	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Alter	ab 2 Jahre mit Begleitung Aus Platzmangel ersuchen wir, dass pro Kind nur eine Begleitperson teilnimmt!		
Leitung	Lydia Szabo Staatlich geprüfte Lehrwar- tin für Kinderturnen	Jacqueline Riegler	Mag. ^a Jutta Drack
Kosten	€ 89,00/€ 80,00 für 12x Geschwisterkinder müssen ab dem 1. Geburtstag angemeldet werden! Geschwisterabbatt—20%		
Termine	F/S ab 16.01. 2024 H/W ab 17.09.2024	F/S ab 17.01.2024 H/W ab 18.09.2024	F/S ab 18.01.2024 H/W ab 19.09.2024
Uhrzeit	Gruppe 1: 15.00—15.50 16.00—16.50 15.00—15.50		
Ort	VS St.Dionysen Weidfeldstraße 104	VS Traun Turnsaal Musikschule	VS St.Martin Turnsaal Volksschule

Yogalates

Yogalates ist die effektive Kombination aus Yoga und Pilates, um den Körper beweglich zu machen und eine tiefe Entspannung zu erreichen.

Die hervorragenden Dehn- und Kräftigungsübungen aus dem Pilates-Konzept sind ein ideales Stärkungs-training für den Körper.

Die meditative Komponente aus Yoga sorgt dafür, dass man sich dabei gezielt erholen kann.



Leitung	Lydia Szabo, Dipl. psychosoz. Gesundheitstrainerin
Kosten	€ 120,00/€ 108,00 für 12x
Termin	F/S ab Donnerstag 11.01.2024 18.30—19.30 H/W ab Donnerstag 12.09.2024 18.30—19.30
Ort	EKIZ Traun

Pilates für Erwachsene

Pilates ist eine Sportart, die Kraft, Ausdauer und Haltung verbessert, mit Fokus auf die Körpermitte. Die Muskeln werden entspannt, gedehnt und trainiert.



Leitung	Doris Pernar, Pilates-Trainerin, Aerobic Instruktorin, Pädagogische Assistentin
Kosten	€ 120,00/€ 108,00 für 12x
Termin	F/S ab Dienstag 16.01.2024 19.00—20.00 H/W ab Dienstag 17.09.2024 19.00—20.00
Ort	EKIZ Traun

Yoga für Körper, Geist und Seele

Yoga nährt den ganzen Menschen, Körper, Geist und Seele!

Yoga ist ein Prozess der Selbstbeobachtung!

Er bietet einen praktisch anwendbaren Rahmen, um unser tägliches Leben ausgeglichen, gesund und in ständiger Selbstentwicklung zu führen! Durch die Körperhaltungen (Asanas) und Atemübungen (Pranayama) beeinflussen wir unsere Lebensenergie (Prana) und erhalten damit unseren Körper kraftvoll und gesund.

Yoga ist eine ganzheitliche Erfahrung - voller Entschleunigung, Stille, Achtsamkeit und Selbsterkenntnis!

Bitte eine Gymnastikmatte und eine Decke mitnehmen.

Leitung	Elisabeth Fersch, dipl. Yoga-Lehrerin, dipl. Entspannungstrainerin, Peter Hess Klangmassagepraktikerin, zert. Freedancelehrerin, Lehrerin für orientalischen Tanz
Kosten	€ 173,00/€ 156,00 für 12x
Termin	F/S Mittwoch ab 17.01.2024 10.00 — 11.30 H/W Mittwoch ab 18.09.2024 10.00— 11.30
Ort	Evangelische Pfarrgemeinde Traun





**IHR
ERFOLG
IN GUTEN
HÄNDEN.**



BUCHHALTUNG



STEUERBERATUNG



JAHRESABSCHLUSS



**BETRIEBSWIRTSCHAFTLICHE
BERATUNG**

Heschik Steuerberatung GmbH

Mag. (FH) Magdalena Heschik
Steuerberaterin
Wirtschaftstreuhänderin

Schärdinger Straße 6
4061 Pasching
07229 / 211 18 - 0
office@heschik.at
www.heschik.at

Wenn die Bewegung ausgeht Bewegungsmöglichkeiten in den eigenen vier Wänden schaffen

Wer kennt das nicht, man kann nicht raus und das Kind/die Kinder wird/ werden immer unruhiger und lauter.

- Dabei fällt einem schon mal “die Decke auf den Kopf”.
- Welche Möglichkeiten gibt es in den eigenen vier Wänden?
- Wie kann ich pädagogisch wertvolle Bewegungsmöglichkeiten schaffen?
- Wie viel Bewegung braucht ein Kind in welchem Alter?

Weiters widmen wir uns auch den verschiedensten Bereichen der Bewegung und ihrer positiven Auswirkung auf Körper und Geist, sowie der aktiven Bewegungsförderung.

Leitung	Mirjam Bimingstorfer
Kosten	€ 4,00 
Termine	Dienstag, 06.02.2024 von 18.00—21.00
Ort	EKIZ Traun



„ Happy Mama“

Zeit- und Selbstmanagement (nicht nur) für Mütter

Jeder Tag hat (leider oder glücklicherweise) nur 24 Stunden! In dieser Zeit sollten wir alles unterbringen, was von uns gefordert wird, bzw. was wir uns selbst abverlangen:

Kinder, Familie, Haushalt unter einen Hut zu bringen und dabei auch noch Freizeitaktivitäten, Sport und Sozialkontakte zu pflegen!

Es gilt in erster Linie, die eigene Energie zu managen und optimal einzusetzen, ohne uns dabei selbst auszusaugen. Zeitmanagement ist daher vor allem gutes Energie- und Selbstmanagement, was die Menschen letztlich auch zufriedener macht- und somit auch das Klima der ganzen Familie prägt! Geht es der Mutter gut, geht es allen gut!

Neben vielen Ideen und Methoden zu effizientem Zeitmanagement wird auch Platz sein für das Erlernen/Üben von kurzen Entspannungstechniken, die im Alltag rasch umgesetzt werden können!

Leitung	Brigitte Einicher—Pädagogin/Elternbildnerin	
Kosten	€ 4,00	
Termine	Dienstag, 09.04.2024 von 18.00—21.00	
Ort	EKIZ Traun	



Starke Kinder brauchen starke Eltern Eltern-aktiv Seminar 3-teilig

In der heutigen Leistungsgesellschaft müssen wir unsere Kinder rechtzeitig mit ganz besonderer Widerstandsfähigkeit ausstatten, damit sie den Anforderungen gewachsen sind und dabei glücklich und lebensfroh bleiben!

Wie wir als Eltern Vorbild für unsere Kinder sein können, das wollen wir an diesen 3 Abenden erarbeiten, denn Resilienz lässt sich auch lernen und trainieren!

- ◆ Mit kleineren und größeren Frustrationen in Schule, Hort, in der Nachmittagsbetreuung und zu Hause, unangenehmen Ereignissen, Rückschlägen u.ä. besser umgehen können
- ◆ Impulskontrolle: Gefühle und Emotionen gut managen und sich SELBST regulieren können (gilt gleichermaßen für Erwachsene und Kinder!)
- ◆ Was zeichnet STARKE Eltern aus?
- ◆ Selbstwert des Kindes stärken als Zauberformel
- ◆ Die Gratwanderung zwischen Fürsorge und Autonomiebestreben des Kindes gut bewältigen können!

In diesem Workshop lernen Sie die elementarsten Optionen kennen, wie wir unsere Kinder kräftigen und stärken können, um ihre Persönlichkeit zu festigen und sie vor Gefährdungen jeglicher Art zu schützen (Cybermobbing, sexuelle Übergriffe, Ausgrenzungen, Verspottungen,.....)

Leitung	Brigitte Einicher—Pädagogin/Elternbildnerin
Kosten	€ 10,90 
Termine	Mittwoch, 23.10. /06.11. und 20.11.2024 von 19.00—22.20
Ort	EKIZ Traun





Impressum:
Eigentümer, Herausgeber und Verleger: Verein Eltern-Kind-Zentrum Kunterbunt
ZVR-NR.: 743278796; Änderungen vorbehalten, 600 Stück
Für den Inhalt und die Auflage des Programmheftes ist das EKIZ-Team verantwortlich



Eltern Kind Zentrum Traun
Hackl-Straße 5, 4050 Traun
www.ekiz-traun.at