

ELTERN-KIND-ZENTRUM



EKIZ

WESTLICHES MITTELGEBIRGE

**PROGRAMM
WINTERSEMESTER
2019/2020**

www.ekiz-axams.at

Sylvester-Jordan-Straße 31 · 6094 Axams
Tel.: 0681/10 55 91 33 · Mail: ekiz.axams@gmx.at



Das **Eltern-Kind-Zentrum westliches Mittelgebirge** ist ein Treffpunkt für werdende Eltern und Familien mit Kleinkindern. Unser Ziel ist es, Mütter und Väter in ihrer Elternrolle zu begleiten und zu beraten, und ihnen, sowie ihren Kindern- Gruppenerlebnisse und soziale Kontakte zu ermöglichen.

Durch die **Einführung der neuen automatischen Mitgliedschaft** für alle nicht gesondert ausgewiesenen Kurse (€13.- pro Semester) unterstützen Sie die Arbeit unseres Vereins und haben folgende Vorteile:

- Einheitlich günstige Preise für alle Kurse trotz gestiegener Fixkosten für das Zentrum
- Bei mehreren Kursbesuchen pro Familie gewähren wir eine Ermäßigung von 10 % auf den günstigsten Kurs
- Die Mitgliedschaft gilt in allen Eltern-Kind-Zentren Tirols, die zur Plattform gehören

VORTRÄGE

DER TROTZ IN DER KINDLICHEN ENTWICKLUNG

Warum trotzen Kinder und wie können wir damit umgehen?

Mit dem Übergang ins Trotzalter geraten viele Eltern oft an ihre Grenzen. Plötzlich wird aus dem süßen Baby ein trotzendes Kleinkind. Neue Handlungsstrategien werden notwendig, um nicht das Familienleben völlig zu sprengen. Eltern sind verunsichert, wie sie richtig reagieren sollen, oft entsteht ein unnötiger, ja sogar gefährlicher Machtkampf, der die weitere Entwicklung des Kindes nachhaltig mitbestimmt.

Ort: Mehrzweckraum der Gemeinde Axams

Zeit: Donnerstag, 14.11. 19 um 20.00 Uhr.

Vortragende: Mag. Krall Alexandra, Psychologin

ELTERNBILDUNG TIROL
unterstützen
statt
belehren

WIE KINDER SPRACHE ENTDECKEN

Wie entwickelt sich Sprache und was ist Sprachförderung

Das Entdecken der Sprache reduziert sich nicht nur auf formale Aspekte der Sprachproduktion, sondern auch auf den Sprachgebrauch und das Sprachverständnis als Verbindung der Personen- und der Gegenstandswelt des Kindes. Es wird während der Gesprächsrunde auf folgende Fragen eingegangen: Wie entwickelt sich Sprache in den ersten Lebensjahren? Was hat Sprachentwicklung mit Spiel zu tun? Wann spricht man von einer Sprachstörung und was kann man tun? In dieser Fortbildung können wir entdecken welche Anknüpfungspunkte es in der Welt des Kindes gibt, um Sprache zu entwickeln und entfalten zu können.

Ort: Mehrzweckraum der Gemeinde Axams

Zeit: Donnerstag, 16.01.20 um 20.00 Uhr

Vortragende: Nadja Weigand, MSc, Logopädin

ELTERNBILDUNG TIROL
unterstützen
statt
belehren

VORTRÄGE

ALTBEKANNTES UND NEUES VON DER ERNÄHRUNG UNSERER KINDER Ernährung des Säuglings - Neue Richtlinien

Ort: Mehrzweckraum der Gemeinde Axams
Zeit: Donnerstag, 24.10.2019 um 15.00 Uhr
Vortragende: Gerti Grissenauer, Diätologin
Unkostenbeitrag: € 5.-
Wichtig: Anmeldung erbeten!
ekiz.axams@gmx.at oder 0664/73715703

„INS LEBEN TRAGEN“

Workshop für (werdende) Eltern, die verschiedene Trageweisen kennenlernen und ausprobieren wollen

Getragen sein entspricht einem der Grundbedürfnisse von Babys. Tragen schenkt Geborgenheit und Nähe und ermöglicht es den Traglingen die Welt aus einer sicheren Perspektive aus zu entdecken. Darüber hinaus kann euch das Tragen den Baby-Alltag erleichtern.

Der Workshop beinhaltet Informationen über die kindliche Anatomie und es werden verschiedene Trageweisen vorgestellt, damit jedes Tragepaar die passende Tragehilfe bzw. Trageweise, je nach den individuellen Bedürfnissen, findet.

Wer bereits eine Tragehilfe oder ein Tragetuch besitzt, kann diese gerne mitnehmen. Diverse Tragehilfen und Tücher werden für die Dauer des Workshops zur Verfügung gestellt. Die Babys können gerne mitgenommen werden.

Ort: Eltern-Kind-Zentrum, Axams
Zeit: Montag, 27.10.2019 oder 20.01.2020 um 14.00 Uhr
Leitung: Maria Töpfer, Trageberaterin
(ClauWi Trage- und Geschwisterschule), Erziehungswissenschaftlerin
Kosten: € 10.-

Anmeldung für alle Kurse ausgenommen Spielgruppe ab **Montag, den 16. September 2019**

mit folgenden Angaben: **Name, Adresse, Telefonnummer
Name und Geburtsdatum des Kindes sowie Kursname**

E-Mail: ekiz.axams@gmx.at
Telefon: 0681/10559133 von 9.00 - 11.00 Uhr

KURSE

ALLE KURSE BEGINNEN AB MONTAG, DEN 30. SEPTEMBER 2019

ausgenommen gesondert ausgewiesene Kurse

OFFENER TREFF - „KONTAKTKAFFEE“

Ein gemütlicher Nachmittag für Mütter, Väter und Kinder zum Kennenlernen, Plaudern und Spielen. Während dieser Zeit sind wir gerne für Anfragen unter der Telefonnummer 0681/10559133 erreichbar.

Zeit: Montag von 16.00 - 18.00 Uhr
Kosten: Unkostenbeitrag € 2.-

YOGA FÜR SCHWANGERE

Einfache, achtsam ausgeführte Körperübungen, Atemübungen und Tiefen-Entspannung bereiten Körper und Geist sanft auf die Geburt vor.
(während der gesamten Schwangerschaft).

Zeit: Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr, weitere Termine siehe Homepage
Leitung: Sabine Lukschandel
Kosten: € 55.- für 5 Abende, **keine Mitgliedschaft erforderlich**

RUND UM DIE GEBURT

Den Vorgang der Geburt aus der Sicht der Mutter und des Kindes kennen lernen, Wissenswertes über die Beckenbodenmuskulatur und Atmung, natürliche Geburtsstellungen, was mein Baby braucht, und vieles mehr.

Zeit: nach Vereinbarung
Leitung: Gabi Tonini, Dipl. Kinderkrankenschwester und
Doris Leitner, Hebamme
Kosten: € 60.-, **keine Mitgliedschaft erforderlich**

STILLBERATUNG

Stillen kann eine wunderbare und stärkende Erfahrung sein. Bei manchmal auftretenden Fragen bzw. Schwierigkeiten findet ihr bei uns Beratung und Unterstützung.
Mögliche Themen: Gewichtszunahme eures Babys, Schlafen, Beikost, Stillen und Partnerschaft, Empfängnisverhütung, Unterstützung beim Abstillen, ... Für Mütter mit Babys und gestillten Kleinkindern. Auch sinnvoll für Schwangere, die stillen wollen (ab der 20. SSW). Wir bitten um Verständnis, dass ältere Geschwisterkinder nicht mitgenommen werden können!

Zeit: am 2. Dienstag im Monat ab 16.00 Uhr, ab 08.10.2019
Leitung: Dr. med. Karin Hof, Stillberaterin
Kosten: € 7.-, **keine Anmeldung und Mitgliedschaft erforderlich**

ELTERN-KIND
GRUPPE

KURSE

RÜCKBILDUNG

Genieße deine Rückbildung im Yogaraum „Yovega“ in Grinzens. Schwangerschaft und Geburt verändern deinen Körper, ebenso Psyche, Emotionen und Hormonhaushalt. In der Rückbildung wird nicht nur dein Beckenboden trainiert, sondern dein gesamte Körper wird sanft gekräftigt und gedehnt. Entspannungs- und Atemübungen helfen dir zu mehr Ruhe, Gelassenheit und Stärke. Bitte nur nach Rücksprache mit dem Arzt. Babys können gerne mitgenommen werden.

Maximal 6 Teilnehmerinnen. Matten, Decken und Geräte sind vor Ort.

Zeit: Montag 18.15 - 19.15 Uhr, weitere Termine siehe Homepage
Leitung: Margareta Kramm-Nianias, zertifizierte Yogalehrerin,
Pilateslehrerin und Ernährungscoach
Kosten: € 35.- für 5 Abende, **keine Mitgliedschaft erforderlich**

BABYMASSAGE „BINDUNG DURCH BERÜHRUNG“

ab 2 Monate



Zufriedene Babys - zufriedene Eltern

Babymassage ist eine sanfte bis festere Streichmassage. Diese besondere Art der Zuwendung fördert das Kennenlernen und Erspüren dessen, was dein Baby gerne möchte und braucht. Gesundheit und Wohlbefinden werden auf natürliche Weise gefördert. In entspannter Atmosphäre wenden wir verschiedenste Massagebegriffe wie Schmetterlings-babymassage, F. Leboyer, V. Schneider, Fußreflexzonenmassage an.

Zeit: Donnerstag 09.45 - 11.15 Uhr, **ab 17.10.2019, 6x**
Leitung: Margit Lesky
Kosten: € 66.- für 6 Vormittage

MAMA BABY YOGA

ab 6 - 8 Wochen bis zum Krabbelalter



Durch gemeinsame Yogaübungen mit deinem Baby vertiefst du die Beziehung zu ihm, lernst die Körpersprache deines Kindes besser kennen, und gleichzeitig stärkst du deinen Körper auf sanfte Art und Weise. Nicht zu vergessen ist der gemeinsame Spaß beim Mama Baby Yoga!

Zeit: Mittwoch 10.15 - 11.30 Uhr, 5x Weitere Termine siehe Homepage
Leitung: Sabine Lukschandel
Kosten: € 45.- für 5 Vormittage

BABY-SCHWIMMEN

3 bis 9 Monate



Eine Stunde Spaß und Spiel, in der Babys Freude an der Bewegung im Wasser erleben können.

Leitung: Danielle Zacharias

Die Termine können aus organisatorischen Gründen erst ab Mitte September bekannt gegeben werden. Bitte auf der Homepage nachschauen.

KURSE

BAUCHBEUTELPO/FITNESS IN DER TRAGE ab 6 Monate - 2 Jahre

ELTERN-KIND
GRUPPE

Wir trainieren die Ausdauer, kräftigen die Muskeln mit angepassten Pilatesübungen und stärken Beckenboden und Körpermitte, während dein Baby in der Tragehilfe ist oder es auf der Matte liegt oder krabbelt. Vor der ersten Stunde werden die Tragehilfen eingestellt.

Termine: 04.10.2019 und am 29.11.2019 um 09.00 Uhr

(nach abgeschlossenem Rückbildungskurs, Tragehilfe bitte mitnehmen bzw. Leihtrage möglich).

Zeit: Freitag 09.00 - 10.00, **ab 11.10.2019 und ab 06.12.2019, 6x**

Leitung: Katharina Dominguez

Kosten: € 30.- für 6 Vormittage

BAUCHBUGGYGO/FITNESS IM KINDERWAGEN ab 6 Monate - 2 Jahre

ELTERN-KIND
GRUPPE

In der frischen Luft trainieren wir beim Powerwalken die Ausdauer, stärken die Muskeln, trainieren den Beckenboden und kurbeln die Fettverbrennung an, während dein Baby aus dem Kinderwagen zuschaut, schläft oder am Boden spielt.

(nach abgeschlossenem Rückbildungskurs, Kinderwagen bitte mitbringen)

Zeit: Montag 10.30 - 11.30, **ab 04.10.2019, 6x** **Treffpunkt EKIZ**

Leitung: Katharina Dominguez

Kosten: € 25.- für 6 Vormittage

KRABELLFREUNDE

ab ca. 8 Monate

ELTERN-KIND
GRUPPE

Gemeinsam spielen, krabbeln und kramen in einer vorbereiteten Umgebung mit vielen unterschiedlichen Materialien zum Hantieren. Ganz ungezwungen können wir unserem Bewegungsdrang und der Spielfreude nachgeben.

Zeit: Dienstag 09.00 - 10.00 Uhr oder 10.15 - 11.15 Uhr

Freitag 09.00 - 10.00 Uhr oder 10.15 - 11.15 Uhr

Leitung: Julia Saurer

Kosten: € 63.- für 15 Vormittage

FREIES SPIEL

ab 15 Monate

ELTERN-KIND
GRUPPE

In altersgerecht vorbereiteten Bereichen machen die Kinder verschiedenste Sinnes-, Lern- und Spielerfahrungen

Zeit: Mittwoch 08.30 - 10.00 Uhr, oder Mittwoch Nachm. nach Vereinbarung

Freitag 10.30 - 12.00 Uhr

Leitung: Evi Hloben

Kosten: € 90.- für 15 Vormittage/Nachmittage

KURSE

ERSTE SPIELE UND REIME

ab 1½ Jahre

ELTERN-KIND
GRUPPE

Sprachförderung, Bewegungskoordination und erste soziale Kontakte von Gleichaltrigen mittels Finger-, Kreis- und Bewegungsspielen

Zeit: Montag 09.00 - 10.00 Uhr oder
10.15 - 11.15 Uhr, 15x

Leitung: Evi Hloben

Kosten: € 63.- für 15 Vormittage

MUSIK ENTDECKEN - ELTERN-KIND-MUSIZIEREN

2 - 3 Jahre

ELTERN-KIND
GRUPPE

Begeisterung und Freude an Musik in der Gruppe erleben, entfalten und wahrnehmen; gemeinsames Singen, Tanzen und Bewegen zu verschiedenen musikalischen Rhythmen; Instrumente entdecken und Elemente der Musik kennen lernen.

Zeit: Mittwoch 09.00 - 10.00 Uhr

Leitung: Claudia Kofler

Kosten: € 63.- für 15 Vormittage

VORBEREITUNG AUF DIE SPIELGRUPPE

ab 2 Jahre

ELTERN-KIND
GRUPPE

Wir spielen, kneten, malen, singen, erzählen und bewegen uns gemeinsam, zuerst mit Mama/Papa, dann eventuell ohne.

Zeit: Mittwoch 10.00 - 12.00 Uhr oder Freitag 08.30 - 10.30 Uhr

Leitung: Dina Bucher und Evi Hloben

Kosten: € 116.- für 15 Vormittage

SPIELGRUPPE OHNE ELTERN

ab 2 Jahre

OHNE ELTERN

In der überschaubaren Gruppe (max. 12 Kinder, 2 Betreuerinnen) gibt es Raum für die Beschäftigung mit sich selbst (**Entwicklung von Ausdauer und Konzentration**), für das Spiel mit den anderen Kindern (**soziales Lernen**) sowie **Gruppenangebote**. Das altersgerechte Spielangebot fördert die Entwicklung der Basissinne als wichtige Grundlage der **Wahrnehmung**. Wir unterstützen die Kinder in ihrer **Selbstständigkeit** und geben ihnen damit die Chance, ihr **Selbstvertrauen** zu stärken.

Großes Raumangebot (150 qm verfügbare Spielfläche!)

Zeit: Montag und Dienstag 07.30 - 12.30 Uhr

Donnerstag 07.30 - 12.30 Uhr und 14.00 - 17.00 Uhr

Die Spielgruppe kann 1 - 3x pro Woche besucht werden

Leitung: Dina Bucher und Barbara Prader

Kosten: € 11.- pro Vormittag, € 9.- pro Nachmittag

Anmeldung: 0664/9130937

ELTERN-KIND-ZENTRUM



EKIZ

WESTLICHES MITTELGEBIRGE

Sylvester-Jordan-Straße 31 · 6094 Axams

Tel.: 0681/10 55 91 33 · Mail: ekiz.axams@gmx.at

RB Westliches Mittelgebirge BIC RZTIAT22209 · IBAN AT56 3620 9000 0005 5533

www.ekiz-axams.at



Wir laden alle Kursteilnehmer zum
MARTINSFEST
am Montag, den 11.11.2019 um 17.00 Uhr
recht herzlich ein.



Gefördert von



Das Eltern-Kind-Zentrum wird maßgeblich vom Land Tirol (Abt. Gesellschaft und Arbeit), der Landesgesundheitsdirektion, den Gemeinden Axams, Birgitz, Götzens und Grinzens, der RB Westliches Mittelgebirge, dem Elisabethinum Axams, und ganz besonders vom Haus Sebastian unterstützt.

Wir bitten um Verständnis, dass wir für nicht besuchte Kursstunden (z. B. auf Grund von Urlaub, Krankheit, ...) keine Preisnachlässe gewähren können.

Geschwisterkinder (Babys ausgenommen), die regelmäßig eine Gruppe mitbesuchen, leisten einen Unkostenbeitrag von € 2.- pro Gruppenstunde. Datenschutz: www.ekiz-axams/datenschutz

