

# Eltern-Kind-Zentrum Mürztal



EKiZ Programm  
2022/2023



# Herzlich Willkommen im Eltern-Kind-Zentrum Mürztal!

Das **EKiZ-Mürztal** ist ein Ort der Begegnung für Eltern mit Kleinkindern.

Unser oberstes Ziel ist es, Eltern in ihrer Elternrolle zu unterstützen und zeitgemäße, abwechslungsreiche und saisonal angepasste Aktivitäten für Familien und Kinder anzubieten.

Sie sind mit Ihrer Familie ins Mürztal gesiedelt und suchen Kontakte zu anderen Eltern in Ihrer näheren Umgebung oder Spielgefährten für Ihr Kind? Im **EKiZ-Mürztal** finden Mamas und Papas verschiedenste Eltern-Kind-Spielgruppen, Workshops, Elterncafés u.a.m. Die Gruppenerlebnisse finden in einem geschützten Rahmen im Beisein der Eltern statt, das Kind kann erste soziale Erfahrungen sammeln.

Die monatliche Elternberatung in Zusammenarbeit mit dem ebz Bruck-Mürzzuschlag ist ein wertvoller Informationsaustausch für Eltern mit Babys und Kleinkindern. Das umfangreiche Angebot an Webinaren und Workshops zu unterschiedlichen pädagogischen Themenbereichen ergänzen unser Programm.

Bis bald im EKiZ.

Sabine Ellmeier, Katja Zampieri & Team

**Anschrift:** Stelzhamerstraße 5/1, 8662 St. Barbara

**Tel.:** 0664/80 55 329

**E-Mail:** ekiz-muerztal@kinderfreunde-steiermark.at

**Web:** www.famak.at

**Leiterin:** Sabine Ellmeier

Ihr erreicht uns persönlich im EKiZ-Mürztal oder telefonisch täglich von 8 bis 11.30 Uhr. Gerne könnt ihr uns eure Anliegen oder Wünsche per E-Mail übermitteln. Das EKiZ ist an Feiertagen und in Ferienzeiten geschlossen.



**EKiZ-Leitung**  
Sabine Ellmeier



**Büro**  
Katja Zampieri

## Besonderen Dank an:

- Gemeinde St. Barbara und Mürztaler Gemeinden
- Kindergärten, Schulen und Institutionen für die Mithilfe bei der Bewerbung unserer Angebote
- Sparmarkt Mitterdorf für Sachspenden
- alle Netzwerkpartner\*innen
- alle Bürgermeister\*innen, die uns Räumlichkeiten zur Verfügung stellen
- alle Sponsor\*innen, Spender\*innen und Inserent\*innen des EKiZ Mürztal
- Fördergeber Land Steiermark (Fachabteilungen Gesellschaft und Gesundheit), Sozialhilfeverband Bruck-Mürzzuschlag sowie Bundesministerium für Familien und Bundeskanzleramt
- und bei allen, die das EKiZ Mürztal immer so tatkräftig unterstützen

**Zahlungsmodalitäten:** Kursbeiträge sind vor Kursbeginn zu bezahlen! Bei Teilnahmeverhinderung wird nur dann der gesamte Betrag rückerstattet, wenn ein\*e Ersatzteilnehmer\*in gestellt wird. Ansonsten wird eine Stornogebühr verrechnet. Bis 8 Tage vor der Veranstaltung 50%, danach 100% Stornogebühr. **ACHTUNG:** Die meisten Kurse finden nur bei Mindestteilnehmer\*innenanzahl statt. Bei rechtzeitiger Anmeldung werden Teilnehmer\*innen über eine Absage informiert. Bei Unsicherheit bitte um Rückfrage beim EKiZ-Team.

**Impressum:** Familienakademie der Kinderfreunde Steiermark, Redaktion: Sabine Ellmeier, Christian Goriupp, Mag.<sup>a</sup> Barbara Romar, Katja Zampieri. Herausgeber und Medieninhaber (Verleger): Tel. 0316/82 55 12, www.kinderfreunde-steiermark.at · Produktion und Anzeigenredaktion: Kinderfreunde Steiermark, Schlossergasse 4/2, 8010 Graz. Irrtümer, Satz- und Druckfehler sowie Terminänderungen vorbehalten.

## Für alle Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich!

**Die Anmeldung für alle Spielgruppen (mit oder ohne Eltern) gilt für jeweils einen Block, ein Einstieg ist grundsätzlich jederzeit möglich. Bitte kontaktieren Sie uns, das EKiz-Team ist bemüht, einen geeigneten Platz für Sie und Ihr Kind zu finden.**

### Weitere Angebote im EKiz Mürztal

- Elternberatung (nach § 95 Abs. 1a Außerstreitgesetz)
- Besuchsbegleitung und Kinderbeistand

## Eltern-Café am Freitag Vormittag

**Für Mama, Papa, Oma, Opa, Baby, Kleinkind, Geschwister...**

Treffpunkt, Info und Austausch für alle Interessierten. In regelmäßigen Abständen geben Expert\*innen Tipps zu Erziehung, Gesundheit, Bildung und Kultur in der Familie. Wir lassen die Kinder spielen, plaudern, lehnen uns zurück und entspannen uns. An vielen Terminen finden im Anschluss Workshops zu verschiedenen jahreszeitlichen Themen statt.

**Termine mit der „Zahnputzfee“:**

14.10.2022, 27.01. und am 28.04.2023 jeweils um 9 Uhr

**Wann? FR 23.09.2022 bis 12.05.2023** jeweils von 8.30 bis 10 Uhr

**Wo?** Im EKiz Mürztal

**Wer?** EKiz-Team

**Preis?** kostenlos

## EKiz-Kasperlbühne on tour

Auf Wunsch kommt die EKiz-Kasperlbühne in die Kinderbetreuungseinrichtung aber auch zu Veranstaltungen wie Kindergeburtstag, Sommerfest oder ähnliches. Es steht eine Auswahl an verschiedenen Theaterstücken zur Verfügung.

**Wann?** Termine auf Anfrage, Dauer ca. 45 Minuten **Wer?** EKiz-Kasperlbühne **Preis?** Auf Anfrage

## Kinderbuch-Tauschbörse

Bücher sind Freunde – und lässt man Freunde am Dachboden verstauben? Viele Kinderbücher sind einfach so schön, so spannend und lustig, dass sie mehrere Kinder kennenlernen müssen! Deshalb richten wir in unserer EKiz-Garderobe eine Bücherecke ein. Im Sinne des Nachhaltigkeitsgedankens wollen wir mit der Büchertauschbörse das Tauschen und Teilen pflegen. Damit viele gute Kinderbücher viele nette Kinder finden – und umgekehrt! Bringt und holt Kinderbücher, damit schöne Gedanken und Geschichten in Umlauf kommen! Eltern/Großeltern mit Kindern sind willkommen. Bitte Bücher mitbringen/abholen/zurückbringen.



## Geburtstag im EKiz

**... und du kannst dir selbst ein Motto aussuchen!**

Im EKiz kannst du deinen Geburtstag mit einer tollen Themen-Geburtstagsparty feiern, z. B. als Prinzessin, Ritter, Pirat ... Wir schminken dich und deine verkleideten Freunde passend dazu. Mit lustigen Spielen, gemeinsamen Geschenke auspacken, Torte essen und einer Disco wird dein Geburtstag mit bis zu 9 Freunden zu einem Erlebnis.

**Wann? Termine auf Anfrage, Dauer 2,5 Stunden**

**Wo?** Im EKiz Mürztal

**Wer?** EKiz Team

**Preis? € 120,- inkl. Torte (ermäßigt € 115,- inkl. Torte)**



# Rund um Babys & Kleinkinder

## Elternberatung und Babytreff

**Für Eltern mit Kindern von 0 bis 36 Monaten**

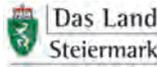
Elternberatung des ebz Bruck-Mürzzuschlag: Wachstums- und Gewichtskontrollen, Information und Beratung rund um Themen wie Stillen und altersgerechter Flaschenernährung, Beikost, Babypflege, kindliche Entwicklung, Schlafen, Schreien, Eltern-Kind-Bindung, Alltagsbewältigung, etc.

**Wann?** DI 20.09., 18.10., 15.11., 20.12.2022, 17.01., 14.02., 21.03., 18.04., 16.05. und 20.06.2023 jeweils von 15 bis 16.30 Uhr

**Wo?** Im EKiz Mürztal

**Wer?** Sabine Schmitz (Hebamme), Melanie Rohrhofer (Dipl. Sozialarbeiterin)

**Preis?** kostenlos



## Mama-Babymassage nach Ayurveda

**Für Eltern mit Babys von 0 bis 24 Monaten**

Die ayurvedische Babymassage dient der Erhaltung und Förderung der Gesundheit, der Beruhigung und Entlastung sowie der Linderung auftretender Beschwerden wie z.B. Blähungen. Wir lernen die individuellen Signale unseres Babys besser zu „erkennen“, sein Körperbewusstsein wird entwickelt, der Organismus wird gestärkt und der Geist angeregt.

**Wann?** FR 23.09., 14.10., 11.11., 9.12.2022, 20.01., 17.02., 17.03., 21.04., 26.05. und 23.06.2023 jeweils von 9 bis 10 Uhr

**Wo?** Im EKiz Mürztal

**Wer?** Joana Russ (ayurvedische Praktikerin und Masseurin)

**Preis?** Pro Treffen: € 15,- inkl. Sesamöl (erm. € 12,-) Babygutscheine einlösbar

## EKiZ-Gutscheine

Ob zur Geburt, Taufe oder zum Geburtstag für Mutter und/oder Kind... Was soll ich schenken? Es soll sinnvoll sein und vor allem zur individuellen Lebensphase passen. Die Angebote im EKiz-Mürztal sind für Familien attraktiv – die Gutscheine können für sämtliche Veranstaltungen eingesetzt werden. Der Betrag ist variabel wählbar. Wir stellen Ihnen gerne einen Geschenkgutschein aus. Kontaktieren Sie uns. Tel.: 0664/8055329 oder ekiz-muerztal@kinderfreunde-steiermark.at

## Mitgliedschaft zahlt sich aus!

Unter anderem:

- Ermäßigte Kursbeiträge für alle Eigenveranstaltungen
- Räume im EKiz Mürztal können nur von Mitgliedern gemietet werden – etwa für Kindergeburtstage
- Automatische Zusendung des Kinderfreunde-Magazins

# NEU! Zauberhafte Babyhände

## Für Eltern mit Babys von 5 bis 24 Monaten

Was möchte mir mein Baby/Kleinkind mitteilen, noch bevor es das erste Wort spricht? Verstehen und verstanden werden mit Babygebärden - plötzlich ist vieles leichter und stimmiger! Babyzeichensprache im Alltag integrieren ist der Schlüssel für gelungene Kommunikation.

**Herbstgruppe:** 10 Treffen ab **MI 28.09. bis 14.12.2022**

**Wintergruppe:** 10 Treffen ab **MI 18.01. bis 29.03.2023**

**Frühlingsgruppe:** 10 Treffen ab **MI 12.04. bis 21.06.2023**

jeweils von 15 bis 16 Uhr (Mindestteilnahme 5 Familien)

**Wo?** Im EKiz Mürztal

**Wer?** Anita Kammerhofer (Kursleiterin Zauberhafte Babyhände)

**Preis?** 10 Einheiten: € 80,- (erm. € 78,-)



# NEU! MAWIBA®



## Für Schwangere, Mamas mit Baby und alle Frauen

MAWIBA® ist ein Tanzkonzept mit sanftem Beckenbodentraining für Schwangere, Mamas mit Babys und alle Frauen, die Spaß am Tanzen haben. Die Kurse bieten spezielle, abwechslungsreiche Choreografien zur Beckenbodenaktivierung und Verbesserung der Körperhaltung. Bei MAWIBA steht der Spaß an der Bewegung und am Tanzen an erster Stelle.

**Herbstgruppe:** 6 Treffen ab **DI 20.09. bis 15.11.2022**

**Wintergruppe:** 6 Treffen ab **DI 06.12. 2022 bis 07.02.2023**

**Frühlingsgruppe:** 6 Treffen ab **DI 28.02. bis 11.04.2023**

**Sommergruppe:** 6 Treffen ab **DI 02.05. bis 13.06.2023**

Gruppe 1 von 9.30 bis 10.45 Uhr (MAWIBA Solo und MAWIBA Pre)

Gruppe 2 von 10.45 bis 12 Uhr (MAWIBA Baby, für Mamas mit Baby im Tragetuch)

**Wo?** Volksheim Wartberg, Volksheimstraße 3, 8661 St. Barbara

**Wer?** Rebecca Reiterer (Elementarpädagogin, MAWIBA®-Trainerin)

**Preis?** 6 Einheiten: € 20,- (erm. € 18,-)



# Workshops

## Kreative und Workshops

Für Eltern mit Kindern von 2 bis 4 Jahren

### LABUKA Farbenworkshop I+II

Mag.<sup>a</sup> Regine Höller-Rauch vom Lesezentrum Steiermark wird aus dem Kinderbuch „Herr Löwe trägt heute bunt“ vorlesen und passende Farbexperimente durchführen. Beim 2. Termin im Jänner 2023 steht ein anderes Bilderbuch im Mittelpunkt, welches mit allen Sinnen erarbeitet wird. Jedes teilnehmende Kind erhält als kleines Geschenk eine Buchstarttasche zur Leseförderung.

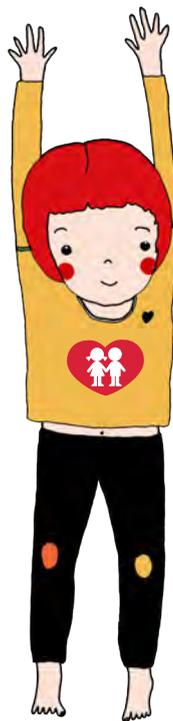
**Wann?** FR 07.10.2022 und FR 13.01.2023

jeweils von 9 bis 10 Uhr

**Wo?** Bücherei Wartberg, Dorfstr. 4, 8661 St. Barbara

**Wer?** Eveline Mautner, Sabine Ellmeier

**Preis?** Kostenlos - die Kosten übernimmt die Gemeinde St. Barbara



### Kürbiswerkstatt

**Wann?** FR 21.10.2022 von 10 bis 11.30 Uhr

### Laternenbasteln I+II

**Wann?** FR 04.11.2022

Gruppe 1: von 9 bis 10.30 Uhr

Gruppe 2: von 10.30 bis 12 Uhr

### Nikolausbasteln

**Wann?** FR 02.12.2022 von 10 bis 11.30 Uhr

### Weihnachtswerkstatt I+II – Geschenke für unsere Lieben

**Wann?** DO 09.12.2022

Gruppe 1: von 9 bis 10.30 Uhr

Gruppe 2: von 10.30 bis 12 Uhr

### Osterhasenwerkstatt I+II

**Wann?** FR 31.03.2023

Gruppe 1: von 9 bis 10.30 Uhr

Gruppe 2: von 10.30 bis 12 Uhr

### Muttertagsbasteln

**Wann?** SA 06.05.2023 von 10 bis 11.30 Uhr

### Vatertagsbasteln

**Wann?** FR 02.06.2023 von 10 bis 11.30 Uhr

### Die Raupe Nimmersatt

**Wann?** FR 16.06.2023 von 10 bis 11.30 Uhr

**Wo?** Im EKiz Mürztal

**Wer?** EKiz-Team

**Preis?** inkl. Material jeweils € 12,- (erm. € 10,-)



Sollten zu viele Teilnehmer\*innen bei einzelnen Workshops angemeldet sein, werden nach Bedarf 2 Gruppen angeboten, dadurch kann es zu Änderungen der Beginnzeit kommen.

# Kasperl, Theater & Party-Time

## Kasperltheater & Laternenumzug

**Wann?** MO 07.11.2022 um 17 Uhr Kasperltheater, um ca. 17.30 Uhr: Laternenumzug

**Wo?** Volksschule Mitterdorf oder EKiz

**Wer?** EKiz-Team

**Preis?** Kasperltheater pro Person: € 3,- (erm. € 2,50)

## Kasperltheater & Nikolaus

**Für Eltern mit Kindern von 2 bis 6 Jahren**

**Wann?** MO 28.11.2022 um 17 Uhr Kasperltheater, um ca. 17.30 Uhr: Besuch vom Nikolaus

**Wo?** Volksschule Mitterdorf oder EKiz

**Wer?** EKiz-Team

**Preis?** Kasperltheater pro Person: € 3,- (erm. € 2,50)



**Sie suchen einen  
Kinderbetreuungsplatz?  
Wir unterstützen Sie gerne!**

[www.kinderdrehscheibe.net](http://www.kinderdrehscheibe.net)  
[www.plattformferienbetreuung.at](http://www.plattformferienbetreuung.at)

E: [kinderdrehscheibe@stmk.volkshilfe.at](mailto:kinderdrehscheibe@stmk.volkshilfe.at)  
T: 0316 374044

## Kasperltheater & Christkind

**Für Eltern mit Kindern von 2 bis 6 Jahren**

**Wann?** MO 19.12.2022 um 17 Uhr: Kasperltheater  
um ca. 17.30 Uhr: Besuch vom Christkind

**Wo?** Volksschule Mitterdorf oder EKiz

**Wer?** EKiz-Team

**Preis?** pro Person € 3,- (erm. € 2,50)



## Party-Time

### CHRISTMASPARTY

**Für Eltern mit Kindern von 2 bis 4 Jahren**

**Wann?** DI 20.12.2022 von 10 bis 11.30 Uhr

**Wo?** Im EKiz Mürztal

**Wer?** EKiz-Team

**Preis?** € 5,- (erm. € 4,-)



## Faschings-Kasperltheater

**Für Eltern mit Kindern von 2 bis 6 Jahren**

**Wann?** MO 13.02.2023 um 17.30 Uhr

**Wo?** Volksschule Mitterdorf oder EKiz

**Wer?** EKiz-Team

**Preis?** pro Person € 3,- (erm. € 2,50)

## FASCHINGSPARTY

**Für Eltern mit Kindern von 2 bis 4 Jahren**

**Wann?** FR 17.02.2023 von 10 bis 11.30 Uhr

**Wo?** Im EKiz Mürztal

**Wer?** EKiz-Team

**Preis?** € 5,- (erm. € 4,-)



## Kasperltheater & Ostereiersuche

**Für Eltern mit Kindern von 2 bis 6 Jahren**

**Wann?** MO 27.03.2023 um 14.45 Uhr: Ostereiersuche  
um ca. 15 Uhr: Kasperltheater

**Wo?** Spielplatz Mitterdorf (Nähe Freibad)

Bei Schlechtwetter in der Volksschule Mitterdorf

**Wer?** EKiz-Team

**Preis?** Kasperltheater pro Person € 3,- (erm. € 2,50)

# Eltern-Kind-Spielgruppen

Für die Turnstunden in Krieglach, St. Barbara und Mürtzschlag bitte feste Schuhe anziehen. Geschwisterpreise (-10%) gelten bei Spielgruppen für Geschwisterkinder ab einem halben Jahr, bei den Turngruppen ab 1 Jahr. Aufgrund des großen Interesses ist eine rechtzeitige Anmeldung online über [www.famak.at](http://www.famak.at), per E-Mail [ekiz-muerztal@kinderfreunde-steiermark.at](mailto:ekiz-muerztal@kinderfreunde-steiermark.at) oder telefonisch unter 0664/8055329 empfehlenswert.

Bitte beachten Sie die unterschiedlichen Starttermine der Herbst-, Winter-, Frühlings- und Sommergruppen. Die Kosten für die Spielgruppen-Blöcke sind jeweils spätestens am 1. Veranstaltungstag zu entrichten! Sollte ein Termin nicht wahrgenommen werden, kann er bei freien Plätzen innerhalb des Blockes in einer anderen Spielgruppe oder Turngruppe nachgeholt werden.

**Herbstferien:** 27.10. bis 31.10.2022

**Weihnachtsferien:** 24.12.2022 bis 06.01.2023

**Semesterferien:** 20.02. bis 26.02.2023

**Osterferien:** 01.04. bis 10.04.2023

**Feiertage:** 26.10., 01.11., 08.12.2022, 01.05., 18.05., 29.05., 08.06.2023



## DIGITALER ELTERNKALENDER

### Ihre Begleitung durch Schwangerschaft, Karenz und Elternteilzeit



©ramonag - stock.adobe.com

Eltern, die sich registrieren, werden über SMS oder E-Mail rechtzeitig, persönlich und individuell an wichtige Termine, Untersuchungen und Fristen erinnert.

Zusätzlich gibt es eine übersichtliche Zeitleiste und Links zu Musterbriefen, Broschüren und relevanten Rechnern.

Mit dem digitalen Elternkalender wird die Elternschaft (fast) zum Kinderspiel.

Registrieren Sie sich unter

<https://elternkalender.arbeiterkammer.at>



[www.akstmk.at](http://www.akstmk.at)

# Montag:

## NEU! Pustebäumchen - eine Mama-Kind-Wohlfühlgruppe

Für Mamas mit Kindern von 3 bis 18 Monaten

„Das Leben ist wie eine Pustebume, wenn die Zeit gekommen ist, muss jede/r allein fliegen“. Der besondere Schwerpunkt dieser sehr persönlichen und bewusst klein gehaltenen Gruppe liegt im gegenseitigen Austausch der Mamas zu aktuellen, brennenden Themen unter Gleichgesinnten.

**Herbstgruppe:** 7 Treffen ab **MO 19.09. bis 14.11.2022**

**Wintergruppe:** 7 Treffen ab **MO 21.11.2022 bis 23.01.2023**

**Frühlingsgruppe:** 7 Treffen ab **MO 30.01. bis 20.03.2023**

**Sommergruppe:** 7 Treffen ab **MO 27.03. bis 05.06.2023**

jeweils von 9 bis 10 Uhr, Max. 8 teilnehmende Mamas

**Wo?** Im EKiz Mürtal

**Wer?** Julia Gaisrucker-Döllner (Sozialpädagogin, Kräuterpädagogin)

**Preis?** 7 Einheiten: € 42,- (erm. € 40,-)

## Musikwürmchen

Für (Groß-)Eltern mit Kindern von 1 bis 4 Jahren

Gemeinsame Finger-, Kreis-, und Tanzspiele, Bewegung zu Musik, großflächiges Malen, Spiegelmalen, Körpermassagen, musikalische Früherziehung und Austausch zu Erziehungsfragen.

**Herbstgruppe:** 7 Treffen ab **MO 19.09. bis 14.11.2022**

**Wintergruppe:** 7 Treffen ab **MO 21.11.2022 bis 23.01.2023**

**Frühlingsgruppe:** 7 Treffen ab **MO 30.01. bis 20.03.2023**

**Sommergruppe:** 7 Treffen ab **MO 27.03. bis 05.06.2023**

jeweils von 10 bis 11.30 Uhr

**Wo?** Im EKiz Mürtal

**Wer?** Sabine Ellmeier

**Preis?** 7 Einheiten: € 50,- (erm. € 48,-)



## Mutgruppe - erstmalig alleine in die Spielgruppe

Für Kinder von 2 bis 4 Jahren

In Kleingruppen schrittweise in Richtung Selbstständigkeit, damit der Einstieg in den Kindergarten erleichtert wird, denn „Loslassen“ ist für Kinder und Eltern ein wichtiger Lernprozess.

**Frühlingsgruppe:** 7 Treffen ab **MO 30.01. bis 20.03.2023**

**Sommergruppe:** 7 Treffen ab **MO 27.03. bis 05.06.2023**

jeweils von 10 bis 11.30 Uhr

**Wo?** Im EKiz Mürtal

**Wer?** EKiz Team

**Preis?** 7 Einheiten: € 65,- (erm. € 63,-)



## NEU! Tanzende Farbenhopper

Für (Groß-)Eltern mit Kindern von 6 Mo. bis 4 Jahren

Tanzen, singen und Bewegung mit Tüchern, Bändern, Reifen oder Bällen zu stimmungvoller Musik. Rhythmik-Einheiten mit Instrumenten, Bewegungslandschaften und verschiedenste Maltechniken sind Schwerpunkte dieser Gruppe.

**Herbstgruppe:** 7 Treffen ab **MO 19.09. bis 14.11.2022**

**Wintergruppe:** 7 Treffen ab **MO 21.11.2022 bis 23.01.2023**

**Frühlingsgruppe:** 7 Treffen ab **MO 30.01. bis 20.03.2023**

**Sommergruppe:** 7 Treffen ab **MO 27.03. bis 05.06.2023**

jeweils von 15 bis 16.30 Uhr

**Wo?** Im EKiz Mürtal

**Wer?** Nadja Spitzer (Elementarpädagogin)

**Preis?** 7 Einheiten: € 50,- (erm. € 48,-)

# Dienstag:

## NEU! Turn-Minis in Wartberg

Für (Groß-)Eltern mit Kindern von 1 bis 4 Jahren

In dieser Turngruppe wird gelaufen, gekraxelt, gehüpft, balanciert und die Freude an der Bewegung gefördert.

**Herbstgruppe:** 7 Treffen ab **DI 20.09. bis 15.11.2022**

**Wintergruppe:** 7 Treffen ab **DI 22.11.2022 bis 24.01.2023**

**Frühlingsgruppe:** 7 Treffen ab **DI 31.01. bis 21.03.2023**

**Sommergruppe:** 7 Treffen ab **DI 28.03. bis 23.05.2023**

jeweils von 8.30 bis 10 Uhr

**Wo?** Volksschule Wartberg/Turnsaal, Dorfstraße 42, 8661 St. Barbara

**Wer?** Sabine Ellmeier

**Preis?** 7 Einheiten: € 50,- (erm. € 48,-)



## NEU! Entdecker-Minis

Für (Groß-)Eltern mit Kindern von 1 bis 4 Jahren

Wir entdecken unsere Sinne, lernen unterschiedliche Materialien kennen, wecken die Fantasie und Neugierde. Das Vermitteln sensorischer Erfahrungen wie fühlen, riechen, schmecken und hören sind Schwerpunkte.

**Herbstgruppe:** 7 Treffen ab **DI 20.09. bis 15.11.2022**

**Wintergruppe:** 7 Treffen ab **DI 22.11.2022 bis 24.01.2023**

**Frühlingsgruppe:** 7 Treffen ab **DI 31.01. bis 21.03.2023**

**Sommergruppe:** 7 Treffen ab **DI 28.03. bis 23.05.2023**

jeweils von 10.30 bis 12 Uhr

**Wo?** Im EKIZ Müzztal

**Wer?** Sabine Ellmeier

**Preis?** 7 Einheiten: € 50,- (erm. € 48,-)



Was sich Kinder wünschen,  
finden Sie in unserem  
Spielwarenhandel!



**Stadtwerte**  
**MÜZZUSCHLAG**  
GMBH

[www.stwmz.at](http://www.stwmz.at)

## Mittwoch: Singmäuschen

**Für (Groß-)Eltern mit Kindern von 1 bis 4 Jahren**

Gemeinsam singen, tanzen und musizieren wir.

**Herbstgruppe:** 7 Treffen ab **MI 21.09. bis 16.11.2022**

**Wintergruppe:** 7 Treffen ab **MI 23.11.2022 bis 25.01.2023**

**Frühlingsgruppe:** 7 Treffen ab **MI 01.02. bis 22.03.2023**

**Sommergruppe:** 7 Treffen ab **MI 29.03. bis 24.05.2023**

jeweils von 8.30 bis 10 Uhr

**Wo?** Im EKiz Mürtal

**Wer?** Iris Pesl (Elementarpädagogin)

**Preis?** 7 Einheiten: € 50,- (erm. € 48,-)



## Turn-Piccolos 1+2 in Krieglach

**Für (Groß-)Eltern mit Kindern von 1 bis 4 Jahren**

In diesen Turngruppen werden unsere Piccolos turnen, hüpfen, Ballspielen und über Bewegungsbaustellen balancieren.

**Bei der Anmeldung bitte die Gruppe bekanntgeben!**

**Gruppe 1:** 8.30 bis 10 Uhr

**Gruppe 2:** 10 bis 11.30 Uhr

**Herbstgruppe:** 7 Treffen ab **MI 21.09. bis 16.11.2022**

**Wintergruppe:** 7 Treffen ab **MI 23.11.2022 bis 25.01.2023**

**Frühlingsgruppe:** 7 Treffen ab **MI 01.02. bis 22.03.2023**

**Sommergruppe:** 7 Treffen ab **MI 29.03. bis 24.05.2023**

**Wo?** Sporthalle Krieglach, Werkstraße 45, 8670 Krieglach

**Wer?** Ilse Wieland (Instruktorin für elementare Motorikförderung)

**Preis?** 7 Einheiten: € 50,- (erm. € 48,-)

## NEU! Snoezele-Schlümpfe 1+2 in Kindberg/Mürzhofen

**Für (Groß-)Eltern mit Kindern von 1 bis 4 Jahren**

Kinder brauchen Kinder! In dieser inklusiven Eltern-Kind-Gruppe sind ALLE willkommen, Kinder mit und ohne Beeinträchtigung. Wir wollen miteinander spielen, singen, turnen, tanzen basteln und ganz viel Spaß haben. Diese Gruppe ist eine absolute Bereicherung für ALLE Kinder und Eltern!

**Bei der Anmeldung bitte die Gruppe bekanntgeben!**

**Gruppe 1:** 8.30 bis 10 Uhr

**Gruppe 2:** 10 bis 11.30 Uhr

**Herbstgruppe:** 7 Treffen ab **MI 21.09. bis 16.11.2022**

**Wintergruppe:** 7 Treffen ab **MI 23.11.2022 bis 25.01.2023**

**Frühlingsgruppe:** 7 Treffen ab **MI 01.02. bis 22.03.2023**

**Sommergruppe:** 7 Treffen ab **MI 29.03. bis 24.05.2023**

**Wo?** Freizeitheim Mürzhofen, Sportgasse 17, 8644 Mürzhofen

**Wer?** Michaela Machhammer (Elementarpädagogin, integrative Klangpädagogin und Klangmassage-Master)

**Preis?** 7 Einheiten: € 50,- (erm. € 48,-)

## Windelrocker

**Für (Groß-)Eltern mit Kindern von 6 bis 24 Monaten**

Eine Spielgruppe speziell für unsere Kleinsten. Miteinander wachsen, spielen und bewegen sind Schwerpunkte.

**Herbstgruppe:** 7 Treffen ab **MI 21.09. bis 16.11.2022**

**Wintergruppe:** 7 Treffen ab **MI 23.11.2022 bis 25.01.2023**

**Frühlingsgruppe:** 7 Treffen ab **MI 01.02. bis 22.03.2023**

**Sommergruppe:** 7 Treffen ab **MI 29.03. bis 24.05.2023**

jeweils von 10 bis 11.30 Uhr

**Wo?** Im EKiz Mürtal

**Wer?** Iris Pesl (Elementarpädagogin)

**Preis?** 7 Einheiten: € 50,- (erm. € 48,-)

# Donnerstag:

## Rasselbande 1+2

**Für (Groß-)Eltern mit Kindern von 1 bis 4 Jahren**

Musizieren, tanzen und singen sind Schwerpunkte, aber auch basteln und kreatives Malen stehen auf dem Programm

**Bei der Anmeldung bitte die Gruppe bekanntgeben!**

**Gruppe 1:** 9 bis 10.30 Uhr

**Gruppe 2:** 10.30 bis 12 Uhr

**Herbstgruppe:** 7 Treffen ab **DO 22.09. bis 10.11.2022**

**Wintergruppe:** 7 Treffen ab **DO 17.11.2022 bis 26.01.2023**

**Frühlingsgruppe:** 7 Treffen ab **DO 02.02. bis 23.03.2023**

**Sommergruppe:** 7 Treffen ab **DO 30.03. bis 25.05.2023**

**Wo?** EKiz Mürztal

**Wer?** Sabine Ellmeier

**Preis?** 7 Einheiten: € 50,- (erm. € 48,-)



## NEU! Turn-Flöhe in Mürzzuschlag

**Für (Groß-)Eltern mit Kindern von 2 bis 5 Jahren**

Die Turn-Flöhe werden laufen, balancieren, ihre Geschicklichkeit trainieren, klettern und sehr viel Spaß haben, bis ihnen die Puste ausgeht.

**Herbstgruppe:** 7 Treffen ab **DO 29.09. bis 17.11.2022**

**Wintergruppe:** 7 Treffen ab **DO 24.11.2022 bis 26.01.2023**

**Frühlingsgruppe:** 7 Treffen ab **DO 02.02. bis 23.03.2023**

**Sommergruppe:** 7 Treffen ab **DO 30.03. bis 25.05.2023**

jeweils von 15 bis 16.30 Uhr

**Wo?** Kindergarten Regenbogen, Alleegasse 3a, 8680 Mürzzuschlag

**Wer?** Ilse Wieland (Instruktorin für elementare Motorikförderung)

**Preis?** 7 Einheiten: € 50,- (erm. € 48,-)

# Freitag:

## NEU! Bambini-Club

**Für (Groß-)Eltern mit Kindern von 1 bis 4 Jahren**

Wir singen, tanzen, musizieren und spielen miteinander. Kleine jahreszeitlich angepasste Bastelarbeiten und selbst gemalte Bilder fördern die Kreativität. Während der gemeinsamen Jause bleibt genug Zeit für die Eltern sich auszutauschen.

**Sommergruppe:** 7 Treffen ab **FR 24.03. bis 26.05.2023**

jeweils von 10 bis 11.30 Uhr

**Wo?** Im EKiz Mürztal

**Wer?** Jenny Winkler (Elementarpädagogin)

**Preis?** 7 Einheiten: € 50,- (erm. € 48,-)

## Springinkerl in Mürzzuschlag

**Für (Groß-)Eltern mit Kindern von 6 Mo. bis 2 Jahren**

Wir singen, tanzen und musizieren gemeinsam. Fingerspiele, rhythmisch musikalische Früherziehung und Austausch der Eltern sind Schwerpunkte dieser Gruppe.

**Herbstgruppe:** 7 Treffen ab **FR 23.09. bis 11.11.2022**

**Wintergruppe:** 7 Treffen ab **FR 25.11.2022 bis 27.01.2023**

**Frühlingsgruppe:** 7 Treffen ab **FR 03.02. bis 24.03.2023**

**Sommergruppe:** 7 Treffen ab **FR 31.03. bis 26.05.2023**

jeweils von 10 bis 11.30 Uhr

**Wo?** Hebammenpraxis, Grazer Str. 75a, 8680 Mürzzuschlag

**Wer?** Ilse Wieland (Elementarpädagogin)

**Preis?** 7 Einheiten: € 50,- (erm. € 48,-)

Diese Eltern-Kind-Gruppe findet in Kooperation mit den Kinderfreunden OG Mürzzuschlag statt, die dankenswerterweise die Raumkosten übernehmen!

# Kunterbuntes Sommerprogramm OUTDOOR!

## Fröhliche Spiel- & Spaß-Tage im Freien

**Für (Groß-)Eltern mit Kindern von 1 bis 4 Jahren**

Kunterbuntes Eltern-Kind-Spielgruppen-Programm im Freien mit viel Spiel, Spaß und Bewegung.

**Wann? Von 12.06. bis 23.6.2023** an unterschiedlichen Tagen vormittags

**Wo?** Auf den Spielplätzen in St. Barbara

**Wer?** EKiz-Team

**Preis?** je Einheit: € 10,-

**Details zum genauen Programminhalt und -ablauf werden zeitnah bekannt gegeben.**

## Bewegung & Tanz

### FIT, FUN & DANCE 1+2

**Für Kinder von 3 bis 10 Jahren**

Turnen, verschiedene (Ball-)Sportarten ausprobieren, Langsamlauf-Einheiten, Waldexkursionen, oder Tänze einstudieren sind Schwerpunkte dieser Bewegungsgruppe. Je nach Wetter, Lust und Laune finden die Fitness-Einheiten in der Halle oder im Freien statt. Die Gruppeneinteilung erfolgt bedürfnisorientiert!

**Wann?** ab Oktober 2022 nachmittags (Starttermin und Tag werden noch bekannt gegeben)

**Wo?** Treffpunkt Turnsaal, Kiga-Gebäude, u. Hauptstraße 1, 8663 Veitsch

**Wer?** Bianca Jance (Kinderbetreuerin)

**Preis?** 10 Einheiten: € 65,- (erm. € 60,-)



## NATUR-Elternbildung

### Kinderpflegeprodukte selbst herstellen

Babyfeuchttücher, Baby- und Kinderpflegeöle, Körpercremen selber herstellen.

**Wann? MO 30.01.2023 und 27.03.2023** jeweils von 19 bis 20.30 Uhr

**Wo?** Im EKiz Mürztal

**Wer?** Julia Gaisrucker-Döllerer (Dipl. Sozial- & Kräuterpädagogin)

**Preis?** inkl. Material € 15,- (erm. € 13,-) je Termin

### Hausmittel für Kinder

Husten, Schnupfen, Fieber...gegen alles ist ein Kraut gewachsen.

**Wann? MO 17.10.2022 und 08.05.2023** jeweils von 19 bis 20.30 Uhr

**Wo?** Im EKiz Mürztal

**Wer?** Julia Gaisrucker-Döllerer (Dipl. Sozial- & Kräuterpädagogin)

**Preis?** € 12,- (erm. € 10,-) je Termin





# Ernährungsworkshops

**Richtig essen von Anfang an! – Steiermark**

- Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit
- Ernährung im ersten Lebensjahr – Babys erstes Löffelchen
- Ernährung der Ein- bis Dreijährigen – Gemüsetiger

**Kostenloses  
Angebot**  
unabhängig vom  
Versicherungs-  
träger



Weil es um meine Gesundheit geht:  
[www.gesundheitskasse.at/richtigessen-15](http://www.gesundheitskasse.at/richtigessen-15)



## Termine und Anmeldung

Telefon: +43 5 0766 15 1131

(Mo-Fr, 8.00 – 12.00 Uhr)

E-Mail: [richtigessen-15@oegk.at](mailto:richtigessen-15@oegk.at).

Alle Termine finden Sie unter

[www.gesundheitskasse.at/revan](http://www.gesundheitskasse.at/revan)



# Buntes Papa/Opa-Kind-Programm

## „Auf die Plätze fertig los“

### Papa/Opa-Kind-Turnen mit Kindern von 1 bis 8 Jahren

Turnen, Spiel und Spaß mit Papa/Opa an Samstagvormittagen.  
(Mindestanzahl: 10 Kinder)

**Wann?** SA 01.10., 10.12.2022, 04.03. und 29.04.2023

jeweils von 9 bis 10.15 Uhr

**Wo?** Turnsaal der Volksschule Wartberg

**Wer?** EKiz-Team

**Preis?** Pro Kind und Treffen € 5,-



## Valentinstag mit Papa-Kind-Frühstück

### Für Papas/Opas mit Kindern von 2 bis 6 Jahren

Wir fertigen herzige Geschenke für unsere Mamas oder Omas.

**Wann?** SA 11.02.2023 von 10 bis 11.15 Uhr

**Wo?** Im EKiz Müritzal

**Wer?** EKiz-Team

**Preis?** € 12,- (erm. € 10,-)

## Muttertagsbasteln mit Papa-Kind-Frühstück

### Für Papas/Opas mit Kindern von 2 bis 6 Jahren

Gemeinsam basteln wir nette Geschenke für unsere Mamas oder Omas.

**Wann?** SA 06.05.2023 von 10 bis 11.15 Uhr

**Wo?** Im EKiz Müritzal

**Wer?** EKiz-Team

**Preis?** € 12,- (erm. € 10,-)



## Vater-Werkstatt -

### Aktive Vaterschaft von Anfang an

Die Vater-Werkstatt wendet sich an alle (werdenden) Väter, auch an „soziale“ Väter, Stiefväter, Pflegeväter oder solche in Regenbogenfamilien. Information und Austausch auf Augenhöhe stehen im Mittelpunkt. In den Workshops werden Infos und Werkzeuge zur Verfügung gestellt, die Männern dabei helfen, ihre Vater-Kompetenzen zu erweitern. Eine frühe Bindung zwischen Vater und Kind fördert die soziale wie auch die emotionale Entwicklung des Kindes. Ein gutes Team-Work fördert außerdem ein partnerschaftliches Familienleben. Es trägt zur Chancengleichheit der Geschlechter in Familie und Gesellschaft bei.

**Wann?**

**FR 21.10.2022** „Aktive Vaterschaft von Anfang an“

**FR 27.01.2023** „Wie kann ich mich gut um mein Kind kümmern“

**FR 24.03.2023** „Konflikte konstruktiv lösen“

**Wo?** Webinar

**Wer?** Wolfgang Obendrauf (Dipl. Systemischer Lebens- und Sozialberater, Ehe-, Familien- und Sexualberater)

**Preis?** kostenlos (EU Projekt Father Rocks - Gewaltprävention während der Schwangerschaft, frühe Kindheit)



# Dies und das

## Erste-Hilfe-Kurs bei Kindernotfällen 2-teilig

**Für Eltern mit Babys und Kleinkindern**

**Wann?** DI 04.10. und 11.10.2022 von 15 bis 18 Uhr

**Wo?** Kindergarten Mitterdorf

**Wer?** Rotes Kreuz und ebz Bruck-Mürzzuschlag

**Preis?** kostenlos

Max. 10 Teilnehmer\*innen.

**ebz**  
Bruck-Mürzzuschlag



## Kinderbuchausstellung

Entzückende Kinderbücher können schon früh die Begeisterung fürs Lesen entfachen. Bei der Buchausstellung der Firma Morawa darf in den neuesten Kinderbüchern geschmökert werden. Bücher sind ein ideales Geschenk für Weihnachten, Geburtstag, Ostern oder einfach so. Auch Elternratgeber und verschiedene Fachbücher zu Erziehungsthemen können erworben werden. Bestellung und Abholung direkt im EKiz.

**Wann?** 07.11. bis 21.11.2022 (X-mas Buchausstellung)

**Wann?** 06.03. bis 20.03.2023 (Frühlings-Buchausstellung)

**Wo?** Im EKiz Mürtal

**Wer?** MORAWA Buchhandlung Bruck/Mur



## „Bitte lächeln!“ – Unsere Fotografin kommt

Unsere Fotografin macht 4 individuelle Fotos von den Kindern in entspannter Atmosphäre. Ein nettes Geschenk für liebe Verwandte und Freunde!

**Wann?** MI 30.11.2022 „X-mas Shooting“ von 9 bis 16 Uhr

MI 29.03.2023 „Frühlings-Shooting“ von 9 bis 16 Uhr

**Wo?** Im EKiz Mürtal

**Wer?** Nixpixx (Nici Seiser und Team)

**Preis?** € 55,- je Shooting

**Anmeldung mit Terminvergabe erforderlich!**



**HANNES  
SCHWARZ**

# Für uns!

Eine Steiermark für alle.



Foto: Peter Drechsler



*Miteinander Mensch bleiben.*

[www.sozialhilfeverband.at](http://www.sozialhilfeverband.at)

**Pensionisten-  
und Pflegeheime** in  
Bruck, Kapfenberg, Kindberg,  
Krieglach, Mariazell, Mürzzuschlag  
**Tageszentren** in Kapfenberg, Bruck/Mur  
**Logistikzentrum** in Bruck/Mur

**Sozialhilfe**Verband  
BRUCK – MÜRZZUSCHLAG



**Geschäftsleitung** | Franz Gruber Gasse 7 | 8600 Bruck/Mur | Tel.: 03862 8910 | Fax: 03862 8910-610 | [office@sozialhilfeverband.at](mailto:office@sozialhilfeverband.at)

# Elternveranstaltungen

## Elternbildung und Expert\*innen-Workshops

Veranstaltungen für Mamas, Papas, Omas, Opas und Interessierte im EKiz Mürtal und als Online-Webinar. **Für alle Veranstaltungen ist eine Anmeldung unbedingt erforderlich.** Die Zoom-Zugänge werden 1 bis 2 Tage vor der Veranstaltung per Mail zugesendet. Mehr Webinare unter [www.famak.at](http://www.famak.at).

### NEU! Gesunde Eltern - gesunde Kinder!

An diesen fünf Mittwoch-Abenden beschäftigen wir uns mit verschiedensten Aspekten rund um Kinder- und Familiengesundheit: 5.10.: Auf einmal Eltern sein! Eltern-sein und Partner\*in bleiben; 19.10.: Unfälle sind keine Zufälle – Kindersicherheit von 0-6 Jahren; 9.11.: Familien in Bewegung - zu Bewegungsmangel, Übergewicht u.a.m. 23.11.: Unser

Familientisch als Anker! Nahrung ist mehr als Essen; 14.12.: Resilienz oder was unsere Psyche im Gleichgewicht hält. (Mehr Details zu den einzelnen Terminen unter [www.famak.at](http://www.famak.at).)

**Wann?** MI **05.10., 19.10., 09.11., 23.11.** und **14.12.2022**

jeweils von 20 bis 21.15 Uhr

**Wo?** Webinarreihe

**Wer?** Mag.<sup>a</sup> Sabine Rühl-Krainer, Klin. und Gesundheitspsychologin; Elisabeth Fanninger, BA – Verein GROSSE SCHÜTZEN KLEINE; Mag.<sup>a</sup> Karin Köberl, Ernährungswissenschaftlerin; Sabine Ellmeier, zert. Elternbildnerin

**Preis: € 10,- pro Termin / € 25,- für die gesamte Reihe**

*Anmeldung erforderlich!*

### Resilienz - was ist das?

Resilienz ist eine Fähigkeit, die hilft, mit Krisen besser umzugehen. Nicht nur in Covid-19-Zeiten erleben wir, dass manche Kinder, aber auch Erwachsene besser, manche aber weniger gut mit belastenden Situationen umgehen können. Resilienz, die seelische Widerstandsfähigkeit, lässt sich trainieren. Wir beschäftigen uns praxisorientiert

mit Fragen wie z. B. Was sind die Säulen der Resilienz bzw. wie kann man aus Krisen wachsen? Wie kann ich meine eigenen Ressourcen und die meiner Kinder herausfinden und stärken.

**Wann?** DI **18.10.2022** von 19 bis 20.30 Uhr

**Wo?** EKiz Mürtal, Stelzhammerstraße 5, 8662 St. Barbara

**Wer?** Sabine Ellmeier (Elementar- und Hortpädagogin, zert. Elternbildnerin, Mentaltrainerin)

**Preis: € 10,-**

*Anmeldung erforderlich!*

## Vater-Werkstatt - Aktive Vaterschaft von Anfang an

Die Vater-Werkstatt wendet sich an alle (werdenden) Väter, auch an „soziale“ Väter, Stiefväter, Pflegeväter oder solche in Regenbogenfamilien. Information und Austausch auf Augenhöhe stehen im Mittelpunkt. In den Workshops werden Infos und Werkzeuge zur Verfügung gestellt, die Männern dabei helfen, ihre Vater-Kompetenzen zu

erweitern. Eine frühe Bindung zwischen Vater und Kind fördert die soziale wie auch die emotionale Entwicklung des Kindes. Ein gutes Team-Work fördert außerdem ein partnerschaftliches Familienleben. Es trägt zur Chancengleichheit der Geschlechter in Familie und Gesellschaft bei.

### Wann?

FR **21.10.2022** „Aktive Vaterschaft von Anfang an“

FR **27.01.2023** „Wie kann ich mich gut um mein Kind kümmern“

FR **24.03.2023** „Konflikte konstruktiv lösen“

jeweils von 19 bis 21 Uhr

**Wo?** Webinar

**Wer?** Wolfgang Obendrauf (Dipl. Systemischer Lebens- und Sozialberater, Ehe-, Familien- und Sexualberater)

**Preis: kostenlos**

Anmeldung erforderlich!

(EU Projekt Father Rocks - Gewaltprävention während der Schwangerschaft, frühe Kindheit)

## „Die ersten drei Lebensjahre - Wie entwickelt sich mein Kind?“

Zahlreiche Informationen über die prägendsten Lebensjahre – ein Webinar ideal für frisch gebackene oder werdende Eltern. Der Blick geht weg von Tabellen und Normvergleichen hin zu dem individuellen Begleiten in dieser spannenden Zeit. Zudem werden Möglichkeiten vorgestellt, um die Bindung nachträglich zu stärken, falls der Start ins Leben nicht optimal war.

**Wann?** DI **15.11.2022** von 19 bis 20.30 Uhr

**Wo?** Webinar

**Wer?** Nathalie Kern (zert. Elternbildnerin)



**Preis: kostenlos**

Anmeldung erforderlich!

## Schlaf gut - Babys und Kleinkinder gut in den Schlaf und durch die Nacht begleiten

Manchmal fällt es Babys/Kleinkindern schwer zur Ruhe zu kommen, in den Schlaf zu sinken und „alleine“ einzuschlafen. Dieses Webinar bietet Informationen dazu, warum Babys und Kinder bis zum 2.Lebensjahr so schlafen wie sie schlafen und wie wir Eltern sie dabei gut in den Schlaf und durch die Nacht begleiten können.

**Wann?** MI **30.11.2022** von 19 bis 21 Uhr

**Wo?** Webinar

**Wer?** Mag.<sup>a</sup> Sabine Rühl-Krainer (Klinische und Gesundheitspsychologin)

**Preis: € 10,-**

Anmeldung erforderlich!

## Warum Babys weinen - mein Baby besser verstehen und begleiten

**K**eine Angst vor Babyschreien - Schreien ist die Sprache der Babys. Was brauchen Babys wenn sie weinen? Welches Bedürfnis steckt dahinter? Wie kann ich bindungsorientiert auf dieses Weinen, auf das Schreien reagieren? Warum ist es aber auch wichtig, dass Babys schreien? Dieser Workshop bietet Informationen, Austausch und vieles mehr um dein Baby gut zu begleiten.

**Wann?** DO **12.01.2023** von 19 bis 21 Uhr

**Wo?** Webinar

**Wer?** Mag.<sup>a</sup> Sabine Rühl-Krainer (Klinische und Gesundheitspsychologin)

**Preis: € 10,-**

*Anmeldung erforderlich!*

## Zuckersüße Liebe

**S**tudien zeigen, wie beliebt Kinderlebensmittel sind, die Werbung vermittelt, dass hier doch nur gute Zutaten verarbeitet werden und unsere Kinder verlangen sie sehr vehement. Doch viel zu oft enthalten genau diese zu viel Zucker und Inhaltsstoffe, die alles andere als gesund für unsere Kinder sind. An diesem Tag werden Argumente gegen die eigene Unsicherheit geliefert, versteckte Zuckerfallen (nicht nur) in den so vielgepriesenen Kinderlebensmitteln aufgedeckt und gesunde Alternativen aufgezeigt und Tipps gesund ins Jahr durchzustarten diskutiert.

**Wann?** MO **16.01.2023** von 19 bis 20.30 Uhr (Webinar)

MI **15.02.2023** von 19 bis 20.30 Uhr (in Präsenz)

**Wo?** Webinar bzw. EKIZ Mürztal

**Wer?** Sabine Ellmeier (Elementar- und Hortpädagogin, zert. Elternbildnerin, Kinderbeistand und Besuchsbegleiterin, Mentaltrainerin)

**Preis: € 10,-**

*Anmeldung erforderlich!*



### **Besuchsbegleitung & Elternberatung nach § 95**

Vom BMASK geförderte Besuchsbegleitung oder Elternberatung nach § 95 Außerstreitgesetz in den Regionen Graz, Mürztal, Feldbach und Murtal. Infos und Anfragen: [www.kinderfreunde-steiermark.at](http://www.kinderfreunde-steiermark.at) oder + 43 316 82 55 12-21

## Starke Eltern - Starke Kinder

In dieser achtteligen Reihe an Mittwoch-Abenden beschäftigen wir uns mit verschiedensten Themen wie z.B. Nein sagen, Streiten lernen, mit dem kindlichen Spiel, mit Trotz- und anderen Phasen, Ermutigung, Schulstart, Pubertät, Ängsten und Stress rund um Lernen und schlechte Noten u.a.m. (Mehr Details zu den einzelnen Terminen unter [www.famak.at](http://www.famak.at).)

**Wann?** MI 18.01., 08.02., 01.03., 22.03., 12.04., 24.05., 14.06.

und 05.07.2023 jeweils von 20 bis 21.15 Uhr

**Wo?** Webinarreihe

**Wer?** Mag.<sup>a</sup> Sabine Rühl-Krainer, Klin. und Gesundheitspsychologin und Sabine Ellmeier, Kindergarten- & Hortpädagogin, zert. Elternbildnerin, Mentaltrainerin

**Preis: € 10,- pro Termin / € 40,- für die gesamte Reihe**

Anmeldung erforderlich!

## „Wüten, toben, traurig und ängstlich sein - starke Gefühle, Ausdruck von Lebendigkeit“

Wir können Kinder nicht vor Angst, Enttäuschungen, Trauer und Wut schützen, doch können wir sie unterstützen und befähigen, mit diesen Gefühlen umzugehen, diese angemessen zu verarbeiten und sie zu bewältigen.

**Wann?** DO 19.01.2023 von 19 bis 20.30 Uhr

**Wo?** Webinar

**Wer?** Theresia Lesiak-Schwab (zert. Elternbildnerin)



**Preis: kostenlos**

Anmeldung erforderlich!

## Typisch Bub - typisch Mädchen

Geschlechtssensible Erziehung: Was brauchen Mädchen und Buben, unabhängig von ihrem Geschlecht, um gleiche Chancen im Leben zu haben? Welche Vorbildfunktion fällt uns Bezugspersonen dabei zu? Wie können wir bei der Raumplanung, Sprache und Umgangsart Kindern geschlechtssensibler begegnen?

**Wann?** MO 06.02.2023 von 19 bis 20.30 Uhr

**Wo?** Webinar

**Wer?** Sabine Ellmeier (Elementar- und Hortpädagogin, zert. Elternbildnerin, Kinderbeistand und Besuchsbegleiterin, Mentaltrainerin)

**Preis: € 10,-**

Anmeldung erforderlich!

## „Sprechen lernen – lernen durch sprechen!“ – über die kindliche Sprachentwicklung der 3 bis 6-Jährigen

Wie Eltern Wortschatz und Artikulation ihres Kindes bestmöglich fördern, Besonderheiten erkennen und richtig umgehen, damit das sprachliche Potenzial bis zum Schuleintritt optimal genutzt werden kann. Die Sprache ist ein wichtiges Zeichen von Reife, Intelligenz und Persönlichkeit auf allen Entwicklungsebenen.

**Wann?** DO **16.02.2023** von 19 bis 20.30 Uhr

**Wo?** Webinar

**Wer?** Mag.<sup>a</sup> Monika Stoiser-Berger (Psychologin, Elternbildnerin)



**Preis: kostenlos**

Anmeldung erforderlich!

## Die Bedeutung der Geschwisterkonstellation im Familienzoo

Warum streiten meine Kinder so viel und sind dann wieder ein Herz und eine Seele? Streit ist wichtig für die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder, aber wie kann ich meine Kinder gut begleiten und vor allem wie kann ich

**Wann?** DI **07.03. 2023** von 19 bis 20.30 Uhr

**Wo?** Webinar

**Wer?** Sabine Ellmeier (Elementar- und Hortpädagogin, zert. Elternbildnerin, Mentaltrainerin)

auf meine eigenen Ressourcen achten? In Patchworkfamilien wird die Geschwisterkonstellation neu gewürfelt was Probleme mit sich bringt. Wie ist es möglich einen guten Weg zu finden?

**Preis: € 10,-**

Anmeldung erforderlich!

## „Kinder und ihre Ängste“ – Kindern Halt geben im Umgang mit ihren Gefühlen

Kinder haben vielfältige Ängste, die für uns Erwachsene oft schwer nachvollziehbar sind. So fürchten sie sich im Dunkeln, haben Angst vor Neuem, vor Trennungen, vor Monstern und vielem mehr. Einschlafschwierigkeiten, Alpträume, Bauchweh, Klammern... Eltern und Bezugspersonen kommt eine wichtige Rolle zu Kinder und ihre Ängste achtsam zu begleiten.

**Wann?** MI **08.03.2023** von 19 bis 20.30 Uhr

**Wo?** Webinar

**Wer?** Mag.<sup>a</sup> Sabine Rühl-Krainer (Klinische und Gesundheitspsychologin)



**Preis: kostenlos**

Anmeldung erforderlich!

## NEU! Aufräumen lernen - Ordnung in das Chaos bringen

Die Aufforderung „Bitte aufräumen!“, eine scheinbar leichte Aufgabe, für viele aber eine große Herausforderung. Kinder brauchen unsere Unterstützung, wenn sie lernen Ordnung zu schaffen und vor allem auch zu halten.

**Wann?** MO 20.03.2023 von 19 bis 20.30 Uhr

**Wo?** Webinar

**Wer?** Mag.<sup>a</sup> Sabine Rühl-Krainer, Klin. und Gesundheitspsychologin, Kindergarten- und Hortpädagogin, Entwicklungs- und Schlafberaterin

Praktische Tipps, um das Chaos im Familienalltag in den Griff zu kriegen.

**Preis: € 10,-**

Anmeldung erforderlich!

## „Working Mum mit Familiensinn“

Ja, ich darf an meine berufliche Zukunft denken! Wie schaffe ich eine gute Balance aus Familie, Beziehung und Arbeit? Ich möchte wieder ins Berufsleben einsteigen. Wie entdecke ich meine Talente? Wohin soll meine berufliche

**Wann?** MO 17.04.2023 von 19 bis 20.30 Uhr

**Wo?** Webinar

**Wer?** DSA<sup>in</sup> Barbara Ertl (Eltern- und Erziehungsberaterin, Lebens- und Sozialberaterin)

Reise gehen? Ein erfüllender Job stärkt und schafft Freude und Energie für das Familienleben.



**Preis: kostenlos**

Anmeldung erforderlich!

## Mein Kind ist in der ...-Phase - wie gehe ich damit um?

Ein Kind durchläuft während seiner Entwicklung immer wieder unterschiedliche Phasen. Die Aufgabe der Betreuungs- und Bezugspersonen ist es, das Kind zu unterstützen und bestmöglich durch diese herausfordernde Zeit zu begleiten. Was braucht mein Kind, aber auch was brauchen wir als Eltern und welches Bedürfnis steckt hinter der

**Wann?** MO 24.04.2023 von 19 bis 20.30 Uhr

**Wo?** EKiz Mürtal, Stelzhamerstr. 5, 8662 St. Barbara

**Wer?** Sabine Ellmeier (Elementar- und Hortpädagogin, zert. Elternbildnerin, Mentaltrainerin)

Trotzphase, Wackelzahnphase, (Vor-)Pubertätsphase?

**Preis: € 10,-**

Anmeldung erforderlich!

## „Ich spüre was du nicht spürst - Hochsensibilität bei Kindern“

Es ist zu laut, zu schnell oder einfach nur zu viel. Ca. 15% der Menschen nehmen ihre Umwelt und sich selbst intensiver und detaillierter wahr und erleben dadurch häufig Überreizung und Überforderung. Stress ist die Folge dieser Reizoffenheit und auffällige Verhaltensweisen sowie Rückzug, Aggression oder Ängste. In diesem Workshop

soll der achtsame Blick für die Bedürfnisse besonders sensibler Kinder gestärkt und Impulse für deren Begleitung vermittelt werden.

**Wann?** DO **04.05.2023** von 19 bis 20.30 Uhr

**Wo?** Webinar

**Wer?** MA Melanie Hackl (Lebens- und Sozialberaterin, psychosoziale Beraterin)



**Preis: kostenlos**

Anmeldung erforderlich!

## Grenzen setzen

Regeln geben Halt im Alltag, sie können aber auch Spaß machen. Darüber hinaus geben Grenzen unseren Kindern Sicherheit und Geborgenheit. Dabei können wir unseren Kindern Wurzeln und Flügel geben.

**Wann?** MO **12.06.2023** von 19 bis 20.30 Uhr

**Wo?** EKiz Mürtal, Stelzhamerstr. 5, 8662 St. Barbara

**Wer?** Sabine Ellmeier (Elementar- und Hortpädagogin, zert. Elternbildnerin, Mentaltrainerin)

**Preis: € 10,-**

Anmeldung erforderlich!

## Expert\*innen-Workshops

Wertvolle Infos, Tipps und Tricks für Pädagog\*innen und Interessierte. Eine Anmeldung ist erforderlich. Mehr Webinare unter [www.famak.at](http://www.famak.at).

## Umgang mit Verhaltensauffälligkeiten in Betreuungseinrichtungen

Wir erleben im Betreuungsalltag verschiedenste Formen der Verhaltensauffälligkeiten: Von körperlichen wie z.B. Nägelkauen über psychische wie Angst oder Konzentrationsstörungen sowie soziale wie Aggressivität oder Schüchternheit. Wir werden allgemein auf Verhaltensauffälligkeiten und Strategien im Umgang mit diesen eingehen und anhand der Bedarfe der Teilnehmer\*innen konkrete (anonymisierte) Fallbeispiele erarbeiten.

**Wann?** MO **28.11.2022** von 18.30 bis 21 Uhr

**Wo?** Webinar

**Wer?** Sabine Ellmeier (Elementar- und Hortpädagogin, zert. Elternbildnerin, Mentaltrainerin)

**Preis: € 40,-**

Anmeldung erforderlich!

## NEU! „Use to Learn“ statt „Learn to Use“

Mediennutzung & schulischer Lernerfolg: Was gilt es zu beachten? Die Thematik „Digitale Medien in der Bildung“ bewegt die öffentliche Debatte schon seit Jahrzehnten. Ein moderneres, individuell angepasstes und selbstbestimmtes Lernen mit digitalen Medien scheint spätestens seit der Pandemie konkret eingeleitet – ein gewisses Maß an Skepsis ist dennoch angebracht. Wir behandeln die Themenfelder Lernfähigkeit und „Lernen lernen“, eLearning in der Schule: Potenziale, Herausforderungen und Erfolgskriterien und werfen einen Blick in den Schulalltag während COVID-19 und dessen Auswirkungen auf die psychische Gesundheit & Lernleistung.

**Wann?** DO **15.12.2022** von 18 bis 21 Uhr

**Wo?** Webinar

**Wer?** Mag.<sup>a</sup> Doris Reinwald und MMag.<sup>a</sup> Simone Friesacher, Klin. und Gesundheitspsychologinnen und Psycho- bzw. Traumatherapeutinnen

**Preis: € 55,-**

*Anmeldung erforderlich!*

## NEU! Trauma bei Kindern und Jugendlichen

Traumafolgen können sich zu Belastungen und Herausforderungen für betroffene Kinder und Jugendliche sowie Fachpersonen entwickeln. Traumatisierte Kinder und Jugendliche stehen wie „unter Strom“ und reagieren häufig mit unkonzentriertem, auffälligem Verhalten oder zeigen klinische Symptome. Die Zeichen der Posttraumatischen Belastungsstörung als Fachkraft richtig zu deuten und zu verstehen ist von enormer Bedeutung. Schwerpunkte in diesem praxisbezogenen Workshop sind: theoretische Grundlagen, Diagnostik, Behandlungsmöglichkeiten mit Psychodrama-Psychotherapie und EMDR, Fallbeispiele aus der Praxis.

**Wann?** DI **28.02.2023** von 18.30 bis 21.30 Uhr

**Wo?** Webinar

**Wer?** Dr.<sup>in</sup> Carina Gigler, Psychotherapeutin i.A., Säuglings-, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin i.A.

**Preis: € 50,-**

*Anmeldung erforderlich!*

## Einführung in Suchterkrankungen unter Miteinbeziehung der Auswirkungen der Corona-Pandemie

Suchterkrankungen werden gerne tabuisiert. Dieser Workshop vermittelt wichtiges Basiswissen über die häufigsten Suchterkrankungen inkl. Übergang von Genuss und Sucht, Suchttheorien und Modelle, Suchtverläufe und typische Dynamiken und Problemfelder im Umgang mit direkt und indirekt Betroffenen. Erfahren Sie außerdem, was Sie als Fachkraft, Führungskraft, Kolleg\*in oder Angehörige\*r tun können und was es dabei zu beachten gilt. Einen weiteren Schwerpunkt bilden die Auswirkungen der Corona-Pandemie auf veränderte Verhaltensweisen und damit einhergehende Suchtgefahren.

**Wann?** DO **02.03.2023** von 18 bis 21 Uhr

**Wo?** Webinar

**Wer?** Mag.<sup>a</sup> Jasmin Thamer, klinische und Gesundheitspsychologin, Mediatorin (ZivMediatG.)

**Preis: € 50,-**

*Anmeldung erforderlich!*

## Wahrnehmungsförderung bei Kindern von 1 bis 6 Jahren

Die Welt mit allen Sinnen wahrnehmen, sensomotorische Erfahrungen sammeln und im semantischen Lexikon abspeichern unterstützt Kinder in ihrem Entwicklungsprozess. Wie kann ich Kinder dabei altersadäquat begleiten und unterstützen. Wie kann ich den Bildungsrahmenplan miteinbeziehen und welche Bedeutung haben die didaktischen Prinzipien?

**Wann?** SA 25.03.2023 von 8.30 bis 11.30 Uhr

**Wo?** EKIZ Müritz (ggf. Webinar – wird noch bekannt geben)

**Wer?** Sabine Ellmeier, Kindergarten und Hortpädagogin, zert. Elternbildnerin, Kinderbeistand und Besuchsbegleiterin, Mentaltrainerin

**Preis: € 45,-**  
**Bei Ganztagesbuchung**  
**€ 75,-**  
*Anmeldung erforderlich!*

## Musik und Tanz mit Kindern von 1 bis 6 Jahren

In diesem Workshop wird die Bedeutung von verschiedenen Musikrichtungen, musikalischer Früherziehung, elementarem Tanzen und tanzen zu Tanzliedern in elementaren Bildungseinrichtungen in Verbindung mit dem Bildungsrahmenplan und praktischen Beispielen erarbeitet.

**Wann?** SA 25.03.2023 von 12.30 bis 15.30 Uhr

**Wo?** EKIZ Müritz (ggf. Webinar – wird noch bekannt geben)

**Wer?** Sabine Ellmeier (Elementar- und Hortpädagogin, zert. Elternbildnerin, Mentaltrainerin)

**Preis: € 45,-**  
**Bei Ganztagesbuchung**  
**€ 75,-**  
*Anmeldung erforderlich!*

## Ich schaffe das! – Wie Ermutigung gelingen kann

Die pädagogische Arbeit ist eine hochprofessionelle und herausfordernde Tätigkeit in der sich tagtäglich neue Probleme und Konflikte zeigen. Auf welcher Basis kann Ermutigung, Entlastung und Selbstwirksamkeit gelingen? Wie lernen Menschen? Was brauchen sie dabei und wie „gelingen“ Beziehungen im pädagogischen Alltag? Die individualpsychologische Pädagogik und die Arbeiten von Alfred Adler, Rudolf Dreikurs und Maria Montessori geben uns dabei, angepasst an Bedürfnisse und Herausforderungen unserer Zeit, wertvolles Rüstzeug.

**Wann?** MI 31.05.2023 von 18.30 bis 21 Uhr

**Wo?** Webinar

**Wer?** Sabine Ellmeier (Elementar- und Hortpädagogin, zert. Elternbildnerin, Mentaltrainerin)

**Preis: € 45,-**  
*Anmeldung erforderlich!*



# #FÜR*alle*KINDER

## Weitere Angebote der Kinderfreunde Steiermark

- **Feriencamps** für Kinder und Jugendliche im In- und Ausland, Ferienangebote für Familien
- **Projekt- und Ferienwochen** für Schulen und Jugendgruppen
- **Spielmobil** mit sozial- und spielpädagogischer Betreuung sowie mobiler Animation
- **Sommerbetreuungsangebote** für Gemeinden und Firmen
- **Kinderstädte** in Graz und steirischen Regionen
- **Nachmittagsbetreuungen** an steirischen Schulen
- **Kindergärten** und **Kinderkrippen**
- **Spielraum** Graz mit Eltern-Kind-Spielgruppen, flexibler Kinderbetreuung und Kindergeburtstagen
- **Eltern-Kind-Zentren**
- **Kinder- und Jugendhilfe** im Bereich Sozialraumorientierung und Flexible Hilfen sowie Interdisziplinäre Frühförderung
- **Betreuung** von **Wohngruppen** im Bereich der Grundversorgung sowie Kinder- und Jugendhilfe
- **Kinderschutzzentren** und **Familienberatungsstellen**
- **Ehrenamtliche** Aktivitäten mit Kindern und Jugendlichen

all together!  
SO VERANDERN WIR  
DIE WELT!

Solidarität

gleichheit

