

ELTERN-KIND-ZENTRUM



**EKIZ**

WESTLICHES MITTELGEBIRGE

**PROGRAMM  
SOMMERSEMESTER  
2024**

**ANMELDUNG**

ab Montag, 29.01.2024 ab 9 Uhr  
nur mehr online auf unserer neuen Homepage

[www.ekiz-axams.at](http://www.ekiz-axams.at)

ELTERN-KIND-ZENTRUM



**EKIZ**

WESTLICHES MITTELGEBIRGE

## ANMELDUNG

**FÜR ALLE ANGEBOTE AB 29.01.2024 AB 9 UHR**

Wir haben eine neue Homepage:

**[ekiz-axams.at](http://ekiz-axams.at)**

Die Anmeldung ist nur mehr über die Homepage möglich,  
außer bei gesondert ausgewiesenen Kursen.

**BITTE BEI DER ANMELDUNG ZU EINER ELTERN KIND GRUPPE  
IMMER ZUERST DIE MITGLIEDSCHAFT ABSCHLIESSEN.**

**BEI „KUNDE“ DEN ELTERNTEIL ANGEBEN,  
BEI „TEILNEHMER“ BITTE DEN KINDERNAMEN ANGEBEN.**

Bei Fragen, bitte unter der Nummer 0677/645 622 35 anrufen

Wenn nicht anders angegeben, finden alle Angebote  
im Eltern-Kind-Zentrum, Stafflerweg 4, 6094 Axams statt.

### ÖFFNUNGSZEITEN

Montag	07.30 - 12.30 Uhr 15.00 - 17.00 Uhr
Dienstag	07.30 - 12.30 Uhr
Mittwoch	08.00 - 12.00 Uhr
Donnerstag	07.30 - 12.30 Uhr
Freitag	08.00 - 12.00 Uhr



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, 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 (€ 14.- 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

Gefördert von



 **Bundeskantleramt**

Das Eltern-Kind-Zentrum wird maßgeblich vom Land Tirol (Abteilung Gesellschaft und Arbeit), dem Bundeskanzleramt (Sektion Kinder- und Jugendhilfe), der Landessanitätsdirektion, den Gemeinden Axams, Birgitz, Götzens und Grinzens, der Raiffeisenbank Tirol Mitte West eGen, dem Elisabethinum Axams und vom Haus Sebastian unterstützt.

# ANGEBOTE

## ELTERNBILDUNG

Wie schlafen Babies wirklich?	Workshop	S. 5
Kinder in ihrer Bewegungsentwicklung achtsam begleiten	Vortrag	S. 5
Beikost Workshop	Workshop	S. 5
Essen mit Kindern	Vortrag	S. 6
Ist jede(r) seines Glückes Schmied?	Vortrag	S. 6
Erste-Hilfe-Kurs bei Kindernotfällen	Kurs	S. 7

## KINDERGRUPPEN

Malgruppe	Kurs	S. 8
Kinder Yoga	Kurs	S. 8

## SCHWANGERSCHAFT UND GEBURT

Yoga für Schwangere	Kurs	S. 9
Rund um die Geburt	Workshop	S. 9
Vorbereitung auf die Stillzeit	Workshop	S. 9
Die erste Zeit nach der Geburt	Vortrag	S.10
Babytragen für AnfängerInnen	Kurs	S.10
Stillberatung		S.11
Babymassage ‚Bindung durch Berührung‘	Kurs	S.11
Rückbildung HYBRID	Kurs	S.11
Rückbildung	Kurs	S.12
Mutter-Eltern-Beratung		S.12

## ELTERN-KIND-GRUPPEN

Offener Treff - ‚Kontakt-Kaffee‘		S.13
Mama-Baby-Yoga		S.13
Baby Shiatsu		S.13
Babyschwimmen		S.13
Erste Kontakte unter Gleichaltrigen		S.14
Krabbelfreunde		S.14
Freies Spiel		S.14
Loslösungsgruppe		S.15
Musik entdecken - Eltern-Kind-Musizieren		S.15
Spielgruppe - OHNE ELTERN		S.15

Wenn nicht anders angegeben, finden alle Angebote im Eltern-Kind-Zentrum, Stafflerweg 4, 6094 Axams statt.

# ELTERNBILDUNG

## „Wie schlafen Babies wirklich“

- Unterschiedliches Schlafverhalten Baby vs. Erwachsene
- Bedeutung REM / NON REM
- Schlafzyklusdauer
- Limbisches System / Cortex
- Schlafdruck
- Tag/Nacht Rhythmus
- Grundbedürfnisse vs. Gewohnheiten
- Verwöhnangst
- Cortisol
- Warum sollte kein Schlaftraining gemacht werden...

**Zeit: Dienstag, 05.03.2024 von 15.00 - 16.30 Uhr oder**

**Dienstag, 07.05.2024 von 15.00 - 16.30 Uhr**

Referentin: Marija Gruber, Schlafberaterin

Kosten: € 7,50

**ONLINE**

## Kinder in ihrer Bewegungsentwicklung achtsam begleiten

ELTERNBILDUNG TIROL  
unter-  
stützen  
statt  
belehren

Jedes Kind besitzt die Fähigkeit zur selbständigen motorischen Entwicklung. Bekommt ein Baby die Zeit, die es braucht, um selbständig vom Liegen ins Krabbeln zu kommen und vom Stehen zum freien Laufen, hat es ideale Startbedingungen für eine reife Persönlichkeitsentwicklung.

Ein Kind, das ohne Hilfe von Erwachsenen Laufen lernt, entwickelt ein gutes Körpergefühl, lernt mehr auf sich aufzupassen und dies erleichtert somit wesentlich den Alltag für die Eltern.

Geeignet für die Zeit der Schwangerschaft oder mit Kinder in den ersten 1,5 Jahren

**Zeit: Donnerstag, 07.03.2024 20.00 Uhr**

Referentin: Mag. Martina GITZL- ZECHA, Leitung Eltern-Kind-Gruppen;  
Kleinkind-Pikler, Pädagogin, Referentin für Früherziehung.

## BEIKOST WORKSHOP ... weil's frischgekocht am besten schmeckt!!!

Die Ernährung des Säuglings, neue Richtlinien

**Zeit: Freitag, 23.02.2024 oder 19.04.2024, jeweils von 09.00 - 10.30 Uhr**

Referentin: Bozana Stanojevic, Diätologin

Nkostenbeitrag: € 8,-

Bitte Aufbewahrungsdosen mitnehmen.

# ELTERNBILDUNG

ONLINE

## Essen mit Kindern.

### Wie kann ein Kind ein gesundes Essverhalten entwickeln.

ELTERNBILDUNG TIROL  
unterstützen  
statt  
belehren

Wem das Essverhalten des Kindes Sorgen bereitet, das Kind zu wenig oder zu viel isst. Was ist „normal“ und ab wann muss ich mir Sorgen machen? Dann ist dieser Vortrag genau das richtige für Sie!

Dieser Vortrag setzt sich mit folgenden Fragen und Themenschwerpunkte auseinander:

- Was ist gesunde Ernährung und wie viel „Ungesundes“ darf sein?
- Wie können wir Kindern dabei unterstützen sich gut zu ernähren und dabei wichtige Grundsteine für ihr weiteres Leben zu legen?
- Welche Regeln und Rituale sind ab welchem Alter sinnvoll?

Hierbei wird auf die individuellen Bedürfnisse der Teilnehmenden eingegangen, von Beikost bis Burger, von Babyalter bis Teenager, über Tischmanieren und Familienfeste.

**Zeit: Dienstag, 09.04.2024 um 20.00 Uhr**

Referentin: Mag.a Iur. Avelina Martinez-Löffler,  
Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Dipl. Ehe- und Familienberaterin,  
Erziehungsberaterin

ONLINE

## Ist jede(r) seines Glückes Schmied? Glückskompetenz von Kindern fördern.

ELTERNBILDUNG TIROL  
unterstützen  
statt  
belehren

### Wie können wir die Glücksfähigkeit unserer Kinder stärken?

Eng verbunden mit dem Erwerb „Emotionaler und sozialer Kompetenzen“ ist auch das Konzept der „Glückskompetenz“. Dies basiert auf Erkenntnissen der positiven Psychologie, der Resilienzforschung sowie der Lern- und Gehirnforschung. Im Rahmen des Vortrages beschäftigen wir uns mit folgenden Fragestellungen: Ist „Glücklichkeit“ erlernbar?

Wie können Kinder psychisch gestärkt werden und die Voraussetzungen erwerben zu resilienten, authentischen und eigenverantwortlichen Personen heranzuwachsen?

Welche Möglichkeiten haben wir sie im Alltag zu unterstützen sodass sie Gefühle wie „Glück“, „Zufriedenheit“, „Freude“ im Alltag bewusst wahrnehmen können und damit gestärkt werden.

**Zeit: Mittwoch, 15.05.2024 um 20.00 Uhr**

Referentin: MMag.a Flora Papanthimou  
Klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin,  
Erziehungswissenschaftlerin, Family Support Trainerin, Lebens- und  
Sozialberaterin, Diplomierte Expertin für Stress- und Burnout-Prävention

# ELTERNBILDUNG

## ERSTE-HILFE-KURS BEI KINDERNOTFÄLLEN

Gerade im Zusammenleben und in der Zusammenarbeit mit Säuglingen und Kindern ist Sicherheit ein großes Thema. Daher bietet das Rote Kreuz Innsbruck Erste-Hilfe-Kurse für Menschen an, die selbst Kinder haben, gerade Nachwuchs erwarten, Kinder betreuen oder anderweitig viel mit Kindern zu tun haben. Das Themen-Spektrum reicht von Säuglingen über Kleinkinder bis hin zu Schulkindern. Ein besonderes Augenmerk wird in diesen Kursen auf die Unfallverhütung unserer kleinen Schützlinge gelegt.

Kursinhalte Erste Hilfe Säuglings- und Kindernotfallkurs (8 Stunden):

- Unfallverhütung
- Grundlagen der Ersten Hilfe
- Versorgung von Wunden
- Regloser Notfallpatient - Säugling, Kind
- Unfälle im Straßenverkehr (Kindersitz, Fahrrad, etc.)
- Akute Notfälle (starke Blutung, plötzlicher Kindstod - SIDS, Erstickungsnotfall, kindliche Krampfanfälle, Asthmaanfall, Sonnenstich, Hitznotfall, usw.)

**Zeit:** · **Samstag, 20.04.2024 und 27.04.2024**  
**jeweils von 08.30 - 12.30 Uhr**

Kursleitung: Rotes Kreuz Innsbruck

Kosten: € 74,- für 8 Stunden

Stornierung bis 2 Tage vor Kursbeginn möglich.



Wenn nicht anders angegeben, finden alle Angebote im Eltern-Kind-Zentrum, Stafflerweg 4, 6094 Axams statt.

# KINDERGRUPPEN

## MALGRUPPE

ab 1 1/2 Jahre

In der Malgruppe steht den Kindern ein Raum zur Verfügung, in dem sie selbständig mit den 3 Grundfarben (angerührte Kleisterfarbe), Pinseln und Papier ihrer Neugierde nach Entdecken und Ausprobieren in einer erwartungsfreien Atmosphäre selbständig gestalten und mit anderen Kindern in Kontakt kommen können.

Wir beobachten die Kinder dabei in Ruhe und tauschen uns im anschließenden Gespräch über das Erlebte und Beobachtete aus.

**Zeit:** ab **Dienstag, 07.05.2024**  
jeweils von **15.00 -17.00 Uhr, 6x 120 min.**

**Im Praxisraum:** **Mitterweg 110a, 6020 Innsbruck**  
**Max. 5 Kinder mit Mama oder Papa**

Leitung: Margit Lesky  
Kosten: € 80,- für 6 Treffen

## Kinder Yoga

3-6 Jahre

Beim Kinderyoga hast du die Möglichkeit spielerisch deine Achtsamkeit zu schulen und deinen Körper noch besser kennenzulernen. Die Stunde enthält Elemente aus freier Bewegung, Tanz, Rhythmus und Entspannung.

Die Stunde eignet sich für Kinder zwischen 3 und 6 Jahren.

Du brauchst eine bequeme Leggings und ein Shirt, geturnt wird barfuß.

**Zeit:** ab **Mittwoch, 21.02.2024 um 15.30 - 16.30 Uhr, 10x**

Kosten: € 80,- für 10 Nachmittage

Leitung: Anna Heidegger

zertifizierte Kinderyoga Lehrerin und Hatha Yogalehrerin (BDY/EYU 800h)

**Bitte Yogamatte mitnehmen**



Wenn nicht anders angegeben, finden alle Angebote im Eltern-Kind-Zentrum, Stafflerweg 4, 6094 Axams statt.



# SCHWANGERSCHAFT & GEBURT

LAUFENDE  
KURSSTARTS

## 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:** ab Donnerstag, 29.02.2024  
von 18.00 - 19.30 Uhr, 5x

Leitung: Sabine Lukschandel

Kosten: € 61,- für 5 Abende

**keine Mitgliedschaft erforderlich**

## RUND UM DIE GEBURT

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

**Zeit:** nach Vereinbarung (Samstag, 6 Stunden)

Leitung: Maria Töpfer, Doula

Doris Leitner, Hebamme

Kosten: € 75,-

**keine Mitgliedschaft erforderlich**

## VORBEREITUNG AUF DIE STILLZEIT

Die beste Vorbereitung auf das Stillen beginnt schon während der Schwangerschaft! Stillen ist ein natürlicher Vorgang, doch passiert es nicht instinktiv. Richtiges Stillen muss gelernt sein und erfordert manchmal etwas Übung. Richtige Stillpositionen und die richtige Anlegetechnik können entscheidend zum Stillerfolg beitragen.

„Startschwierigkeiten“ können ganz normal sein. Je mehr Wissen zuvor gesammelt wird, desto gelassener und ruhiger kann mit solchen umgegangen werden.

In diesem Stillvorbereitungskurs möchte ich dich auf eine gelungene Stillzeit vorbereiten.

Egal, ob du schon über Still Erfahrung verfügst, oder ob dies dein erstes Kind ist, das du stillen möchtest, freue ich mich auf dein Kommen.

Gerne auch mit Partner.

**Zeit:** Montag, 22.04.2024 oder Dienstag, 03.06.2024  
jeweils von 15.30 - 17.30 Uhr

Leitung: Julia Prindl

BA, Logopädin, IBCLC Stillberaterin und Pädagogin

Kosten: € 16,-

**keine Mitgliedschaft erforderlich**

# SCHWANGERSCHAFT & GEBURT

## DIE ERSTE ZEIT NACH DER GEBURT UND WAS DIR BIS JETZT NIEMAND DARÜBER ERZÄHLT HAT

Du bereitest dich gerade auf deine Geburt vor und du hast schon (fast) alles für dein Baby zu Hause. Aber hast du dich eigentlich schon damit befasst, was dich nach der Geburt alles erwartet? Stell dir vor, ihr kommt nach der Geburt zu Hause an, niemand will das kuschelige, sichere Nest verlassen und du bemerkst, dass dein Körper noch Hilfe beim Verarbeiten und Abheilen der Geburt braucht. Welche Dinge solltest du zu Hause haben, um dir gut selbst helfen zu können?

In diesem Workshop erfährst du,

- Welche Telefonnummern und Erste-Hilfe-Kontakte dich übers Wochenende retten können.
- Warum es Sinn macht, dich schon vorher um deine Wochenbett-Mahlzeiten zu kümmern.
- Warum es sich lohnt, in Periodenunterwäsche und Rosenquarzroller zu investieren.
- Wie du mit Hausmitteln deine Wundheilung fördern kannst.
- Wie du in dieser Zeit gut für dich sorgen kannst.
- Warum Nestwärme jetzt so wichtig ist.
- Warum es richtig ist, wenn du auch mal einen Besuch ablehnst und vieles mehr.

**Zeit: Mittwoch, 20.03.2024 oder Montag, 13.05.2024**  
**jeweils von 19.00 - 21.00 Uhr**

**Dauer: 2 Stunden**

Vortragende: Maria Töpfer, Doula

Kosten: € 12,-

## BABYTRAGEN FÜR ANFÄNGER\_INNEN

In diesem Kurs lernst du die Grundlagen des Babytragens kennen. Wir reden über die Voraussetzungen des sicheren, gesunden und entwicklungsgerechten Tragens von Anfang an, räumen mit Mythen auf, sehen uns die Fakten an und erläutern die Vorteile des Babytragens. Der positive Einfluss des Tragens auf die Bindung und seine Wichtigkeit für eine beziehungs- und bedürfnisorientierte Erziehung wird vermittelt.

Wir lernen dabei die Vielfalt der verschiedenen Tragesysteme und deren Anwendungsmöglichkeiten kennen und ich lotse durch den Markt-Dschungel. Ich verrate euch wertvolle Tipps und Tricks und ihr seid eingeladen, euch frei durch mein umfangreiches Sortiment an Tragesystemen zu wühlen. Gern können auch eure eigenen Tragetücher und Tragehilfen mitgenommen werden.

**Der Kurs ist für Schwangere und deren Partner bzw. für frischgebackene Eltern gedacht.**

**Zeit: Freitag, 12.04.2024 oder Freitag, 14.06.2024, jeweils 10.00 - 11.30 Uhr**

Kursleiterin: Dr. Anastasia Blioumi, Doula Kugelrund, Still- und Trageberaterin

Kosten: € 12,-

# SCHWANGERSCHAFT & GEBURT

## STILLBERATUNG

Der Großteil der Mütter hat den Wunsch, ausschließlich zu stillen. Stillen kann eine schöne Erfahrung sein. Manchmal treten jedoch Fragen und Unsicherheiten auf, die in dieser Gruppe besprochen werden können. Egal ob es um Schwierigkeiten am Anfang geht, um Herausforderungen während der Stillzeit oder um das Abstillen und die Beikost. Hier haben alle Themen rund ums Stillen Platz. Schwangere, die sich auf das Stillen vorbereiten möchten, sind auch herzlich willkommen.

**Zeit:** am 2. Dienstag im Monat  
Wegen der Semesterferien eine Woche später.  
ab 20.02.2024, von 16.00 - 18.00 Uhr

Leitung: Julia Prindl, BA, Logopädin, IBCLC Stillberaterin und Pädagogin  
Kosten: € 8,-

## 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, Massage nach F. Leboyer und V. Schneider sowie Fußreflexzonenmassage an.

**Zeit:** ab Donnerstag, 22.02.2024, von 09.00 - 10.30 Uhr, 5x

Leitung: Margit Lesky  
Kosten: € 60,- für 5 Vormittage

**HYBRID**

## RÜCKBILDUNG

Eine Schwangerschaft verändert den ganzen Körper. Mit diesem Rückbildungskurs unterstützen wir den Körper sanft und achtsam mit praktischen Übungen und theoretischem Hintergrundwissen, um ihn stark und fit für den Mama-Alltag und den weiteren Sport zu machen.

Es besteht die Möglichkeit live im Eltern Kind Zentrum teilzunehmen oder als Online Kurs für Zuhause (Smartphone/Tablet/PC und gute Internetverbindung erforderlich), idealerweise währenddessen Babysitter organisieren!

Aufzeichnung des Kurses steht anschließend jeweils für 12 Tage zur Verfügung.

Start: Frühestens 6 Wochen nach der Geburt (Kaiserschnitt: nach 10 Wochen)

**Zeit:** ab Montag, 19.02.2024 oder ab Montag, 06.05.2024  
jeweils von 20.00 - 21.00 Uhr, 8x

Leitung: Katharina Dominguez  
Kosten: € 62,- für 8 Abende

# SCHWANGERSCHAFT & GEBURT

LAUFENDE  
KURSSTARTS

## 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 gesamter 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.

**Matten, Decken und Geräte sind vor Ort.**

**Zeit:** ab Dienstag, 27.02.2024, 17.45 - 18.45 Uhr, 5x

**Leitung:** Margareta Kramm-Nianias, zertifizierte Yogalehrerin,  
Pilateslehrerin und Ernährungscoach

**Adresse:** Loarental 13, 6095 Grinzens

**Kosten:** € 49,- für 5 Abende

mind. 3 Teilnehmerinnen, max. 5 Teilnehmerinnen

## MUTTER-ELTERN-BERATUNG

Wir beraten, begleiten und unterstützen Sie kostenlos ...

- wenn es um Fragen der medizinischen Vorsorge geht
- um das Thema Stillen und altersgemäße Ernährung
- die Babypflege
- die motorische Entwicklung Ihres Kindes
- Schlafprobleme sowie
- Entwicklung - Förderung - Erziehung

**Zeit:** jeweils am 3. Montag im Monat von 14.30 - 16.30 Uhr

**Leitung:** Karin Pompernigg, Hebamme



Wenn nicht anders angegeben, finden alle Angebote im Eltern-Kind-Zentrum, Stafflerweg 4, 6094 Axams statt.

# ELTERN - KIND - GRUPPEN

## OFFENER TREFF - „KONTAKTKAFFEE“

Ein gemütlicher Nachmittag für Mütter, Väter und Kinder zum Kennenlernen, Plaudern und Spielen.

**Zeit:** ab Montag, 19.02.2024, von 15.00 - 17.00 Uhr

**Anmeldung:** spätestens bis 14.00 Uhr am betreffenden Tag  
unter der Tel.: 0677/645 622 35 oder per Email: ekiz.axams@gmx.at

**Kosten:** Unkostenbeitrag € 2,-

LAUFENDE  
KURSSTARTS

## MAMA BABY YOGA

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:** ab Mittwoch, 28.02.2024, von 10.15 - 11.15 Uhr, 5x

**Leitung:** Sabine Lukschandel

**Kosten:** € 49,- für 5 Vormittage

## BABY SHIATSU

von 0 - 6 Monate

Baby Shiatsu ist eine Kombination aus der Entwicklungsphysiologie der westlichen Wissenschaft mit dem fernöstlichen Shiatsu und beeinflusst auf positive Weise die Gesundheit und das Wohlbefinden deines Babys. Mit einer sanften Drucktechnik lernst du gezielt, dein Baby zu unterstützen, etwa beim Einschlafen, Zahnen oder bei Blähungen. Baby Shiatsu fördert u.a. die Körperwahrnehmung, das Immunsystem und die Eltern-Kind-Bindung.

**Zeit:** ab Donnerstag, 04.04.2024, von 15.00 - 16.00 Uhr, 3x

**Leitung:** Julia Prindl

BA Aceki Baby Shiatsu Praktikerin, Logopädin,  
Stillberaterin, Pädagogin, Cranio Sacral Therapeutin

**Kosten:** € 30,- für 3 Nachmittage

**Mitbringen:** bequeme Kleidung, ein Handtuch oder eine Babydecke

## BABY-SCHWIMMEN

ab ca. 3 Monate

Eine Stunde Spaß und Spiel, in der Babys Freude an der Bewegung im Wasser erleben können. Wassertemperatur: 33 Grad.

**Zeit:** Freitag, ab 02.02.2024, 14.30 oder 15.50 Uhr 6x

oder Freitag, ab 22.03.2024, 14.30 oder 15.50 Uhr 6x

oder Freitag, ab 17.05.2024, 14.30 oder 15.50 Uhr 7x

**Kosten:** 66€ für 6x, 77€ für 7x inkl. Eintritt ins Schwimmbad

# ELTERN - KIND - GRUPPEN

## ERSTE KONTAKTE UNTER GLEICHALTRIGEN

von 6 - 10 Monate

### Bindung und Autonomie

Die Gruppe bietet die Möglichkeit, in entspannter Atmosphäre während einer Zeit der ruhigen Beobachtung dein Kind in seinen ersten Kontakten zu anderen Kindern zu begleiten und unspektakuläre, aber wichtige Fähigkeiten deines Kindes sehen zu lernen. Weiters kannst du erleben, wie Ruhe, Gewährenlassen und Vertrauen die Beziehung zu deinem Kind stärken und erfahren, wie sich vieles von selbst fügt und wie dein Baby seine Bedürfnisse selbst regulieren kann.

Der anschließende Austausch mit den anderen Eltern sowie kleine Impulse zu den Entwicklungsschritten der Kinder runden das Angebot ab.

**Zeit:** ab Donnerstag, 10.04.2024, 10x  
jeweils von 09.00 - 11.00 Uhr

Leitung: Margit Lesky

Kosten: € 99,- für 10 Vormittage

## KRABELFREUNDE

ab ca. 8 Monate

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

**Zeit:** ab Montag, 19.02.2024, 15x  
jeweils von 09.00-10.00 oder 10.05 - 11.05 Uhr

Leitung: Julia Haid

**Zeit:** ab Dienstag, 20.02.2024, 15x  
jeweils von 09.00-10.00 oder 10.05 - 11.05 Uhr

Leitung: Laura Dollinger

Kosten: € 69,- für 15 Vormittage

## FREIES SPIEL

ab 15 Monate

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

**Zeit:** · ab Mittwoch, 21.02.2024, jeweils von 08.30 - 10.00 Uhr, 15x  
· ab Mittwoch, 21.02.2024, jeweils von 15.00 - 16.30 Uhr, 15x  
· ab Freitag, 23.02.2024, jeweils von 10.30 - 12.00 Uhr, 15x

Leitung: Julia Haid (Mittwoch und Freitag Vormittag)

Janine Fallmann (Mittwoch Nachmittag)

Kosten: € 100,- für 15x

# ELTERN - KIND - GRUPPEN

## LOSLÖSUNGSGRUPPE

ab 1½ Jahre

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

**Zeit:** · ab **Mittwoch, 21.02.2024, jeweils von 10.00 - 12.00 Uhr, 15x**

**oder** · ab **Freitag, 23.02.2024, jeweils von 08.30 - 10.30 Uhr, 15x**

Leitung: Julia Haid / Dina Bucher / Laura Dollinger

Kosten: € 128,- für 15 Vormittage

## MUSIK ENTDECKEN - ELTERN-KIND-MUSIZIEREN ab 1½ bzw. 2 bzw. 2½ Jahre

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:** ab **Dienstag, 20.02.2024, 10x**

**jeweils von 14.00 - 15.00 Uhr (2½ - 3 jährige)**

**oder von 15.05 - 15.50 Uhr (1½ - 2 jährige)**

**oder von 16.00 - 17.00 Uhr (2 - 2½ jährige)**

Leitung: Stefan Hassl

Kosten: € 46,- für 10 Nachmittage

**Bitte unbedingt die Altersangaben beachten**

**OHNE  
ELTERN**

## SPIELGRUPPE OHNE ELTERN

ab 2 Jahre

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.

**Zeit:** **Montag 07.30 - 12.30 Uhr**

**Dienstag 07.30 - 12.30 Uhr**

**Donnerstag 07.30 - 12.30 Uhr**

**14.00 - 17.00 Uhr**

**ANMELDUNG  
JEDERZEIT  
MÖGLICH**

**Die Spielgruppe kann 1 - 3 x pro Woche besucht werden**

Leitung: Dina Bucher und Janine Fallmann

Kosten: € 11,50 pro Vormittag

€ 9,50 pro Nachmittag

**Anmeldung: unter 0664/913 09 37 jederzeit möglich**



# SOMMERFEST 2024



Wir laden alle KursteilnehmerInnen zum

# SOMMERFEST

in unserem Garten recht herzlich ein.

**FREITAG 28.06.2024 15.00 UHR**



Stafflerweg 4 · 6094 Axams · Tel.: 0677/64 56 22 35 · Mail: [ekiz.axams@gmx.at](mailto:ekiz.axams@gmx.at) · [www.ekiz-axams.at](http://www.ekiz-axams.at)  
Raiffeisenbank Tirol Mitte West eGen · BIC RZTIAT22209 · IBAN AT56 3633 6000 0225 5537

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](http://www.ekiz-axams/datenschutz)