

# Jahresprogramm 2025/2026

## ELTERN-KIND-ZENTRUM



Online & Live  
in Gleisdorf

**Dr. Rogge**

9.+10. Juni 2026

Seite 34



### EKiZ für ALLE

*Wir sind für dich da:  
gemeinsam live im  
EKiZ und auch wenn  
wir uns online sehen.*

### Oma & Opa

*Großeltern sind  
eine Bereicherung  
und im EKiZ  
herzlich willkommen!*

### Schulkids

*Englisch und Yoga.  
Für Schulstarter:  
Fit für die Schule!*

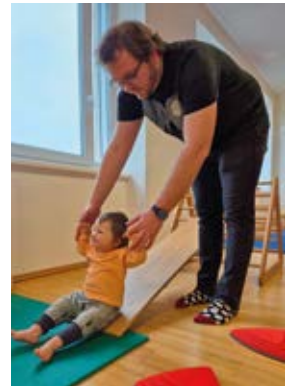
**Ab Seite 15**

### Wann & was?

*Finde deinen  
Lieblingskurs und  
melde dich online an.*

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









## Viele Tropfen machen einen Ozean

*Liebe EKiZ-Freundinnen und -Freunde,  
liebe Familien!*

Was uns Menschen verbindet, mag oftmals in Vergessenheit geraten: Wie sehr wir einander zugetan sind, wie sehr die Familie und der Freundeskreis unser gesamtes Leben prägen. Wie wichtig diese Verbundenheit für uns alle ist, hat unser fröhliches Jubiläumsfest gezeigt. Im Jänner 2025 durften wir 30 Jahre Eltern-Kind-Zentrum Gleisdorf feiern – mit unzähligen inspirierenden, motivierenden und positiven Menschen, die in all den Jahren mit Herzenswärme und persönlichem Einsatz das EKiZ mitgestaltet haben. Ein wunderschöner Anlass, um darüber nachzudenken, was uns trägt und an welcher Idee wir mit aller Kraft festhalten wollen. Was vor 30 Jahren als kleiner Tropfen mit zwei Gruppen begann, ist nun ein Ozean für die Familien in unserer Region geworden. Mittlerweile haben wir mehr als 50 Gruppen pro Woche und verzeichnen eine Frequenz von 23.600 kleinen und großen Besuchenden. Es ging uns immer darum, dass es sich kuschelig und familiär bei uns anfühlt. Aus diesem Grund haben unsere Gruppen eine begrenzte Teilnehmer:innenzahl. Wir möchten eine vertrauensvolle Atmosphäre mit Wohlfühlfaktor, einen qualitätsvollen Ort der Begegnung schaffen, an dem man sich persönlich gesehen und wahrgenommen fühlt. Viele sind uns seit Jahrzehnten treu und besuchen bereits mit ihren Enkelkindern unsere Gruppen. Unsere berührendsten Rückmeldungen:

„Im EKiZ haben sowohl unsere Kinder als auch wir Eltern Lebensfreundschaften geschlossen, wir treffen uns noch heute!“

„Eure Informationen waren so eine große Hilfe in anstrengenden Situationen, eure Gruppen eine ganz wichtige Begleitung für uns, die uns vieles leichter gemacht haben und wir haben unzählige schöne Stunden im EKiZ verbracht!“

Ein Netzwerk, das Familien Kraft gibt und Menschen verbindet, damit Kinder in Freude und Leichtigkeit aufwachsen können, ist Gold wert und trägt unsere Gesellschaft. Wer selbst erlebt, wie wir gemeinsam aktiv unsere Lebensräume gestalten und unser Zusammenleben positiv prägen können, blickt hoffnungsvoll und gestärkt in die Zukunft. Wie schön, dass auch du ein bereichernder Tropfen in dem Ozean bist, der uns alle verbindet!

**HERZENSgrüße**

**vom Team des Eltern-Kind-Zentrum Gleisdorf**

**Unsere Spielregeln  
findest du auf  
unserer Website!**

**Bankverbindung:  
Eltern-Kind-Zentrum Gleisdorf**

**IBAN:  
AT11 3810 3000 0013 5822**



**Follow us @**



## EKiZ Gleisdorf im Haus des Kindes

Eltern-Kind-Zentrum Gleisdorf  
Dr.-Hermann-Hornung-Gasse 31, 2. Stock, 8200 Gleisdorf  
[www.ekiz-gleisdorf.at](http://www.ekiz-gleisdorf.at)



**Parkplätze:** Die mit einem Kinderwagen gekennzeichneten Parkplätze direkt vor dem Haus des Kindes dürfen von 6 bis 18 Uhr NICHT benutzt werden! Die Parkplätze P10, P11 und P12 stehen dir in unserer Nähe zur Verfügung. Diese sind am Nachmittag gebührenfrei!

### Wir sind gerne für dich da!

Auch wenn wir nicht immer vor Ort sind, sondern z. B. familienfreundlich im Homeoffice, so sind wir für dich ganz Ohr und freuen uns auf deine Kontaktaufnahme!

**Anmeldungen online auf [www.ekiz-gleisdorf.at](http://www.ekiz-gleisdorf.at)  
oder unter Tel.: 0664/333 8200.**

**Informationen bei Ulli Tavs, Tanja Mahr oder  
Andrea Prem**

**E-Mail: [kontakt@ekiz-gleisdorf.at](mailto:kontakt@ekiz-gleisdorf.at)**

**Telefonzeiten:** Mo–Fr, 8:00–12:00 Uhr und  
Mo+Mi, 15:00–18:00 Uhr

Die Bürozeiten vor Ort im EKiZ sind flexibel, daher bitten wir um telefonische Terminvereinbarung.



## UNSER TEAM



**Mag.ª Susanna Stohandl**  
Obfrau



**Veronika Timischl**  
Kassierin



**Eva Rosenberger**  
Schriftführerin,  
Lesefestival Buchfink



**Ulli Tavs**  
Geschäftsführerin



**Tanja Mahr**  
Büro,  
Eltern-Kind-Turnen:  
Motorik-Minis (10–24 Monate)



**Andrea Prem**  
Büro,  
Stöpseltreffen (1–5 Jahre),  
Öffentlichkeitsarbeit



**Theresia Lesiak-Schwab**  
Stv. Obfrau,  
Eltern- und Weiterbildung,  
Lesefestival Buchfink



**Mag.ª Katrin Fischer**  
Stv. Kassierin



**Mag.ª Claudia Taucher**  
Newsletter, Lektorat



**Maria Salzger-Aichhorn**  
Geburtsvorbereitung



**Michaela Kayer, Bakk. phil.**  
Geburtsvorbereitung,  
Babytreffen, Babymassage,  
Mama-Baby-Yoga, Eltern-Kind-  
Turnen, Meditation mit Klängen,  
(Groß-)Eltern feiern mit Kindern



**DSA Anton  
Schaumberger**  
Geburtsvorbereitung  
(Väter)



**Sandra Rosenberger**  
Stv. Schriftführerin,  
Schwangerengymnastik



**Mag.ª Kathrin Loder**  
Schwangerengymnastik



**Daniela Chau**  
Rückbildung mit Baby



**Mag.ª Andrea Walenta**  
Yoga für Schwangere,  
Yoga für Frauen



**Christine Schwarzenberger**  
Zwergensprache®-Babyzeichen,  
(Groß-)Eltern kochen mit Kindern  
(2–14 Jahre),  
Eltern- und Weiterbildung



**Dr.ª Clivia Steinberger**  
Musikgruppe Minis  
(2–18 Monate),  
Musikgruppe Maxis  
(1,5–4 Jahre)



**Mag.ª Manuela Fink**  
Spielraum nach Emmi Pikler  
(7 Monate–2,5 Jahre)



**Ulrike Lederer-Perl**  
Spielraum nach Emmi Pikler,  
Marte Meo® Goldminenzeit,  
SinnSorik Sinnesreise  
(beide 2,5–5 Jahre)



**Sarah Isajlovic**  
Eltern-Kind-Turnen:  
Basic-Maxis (2–5 Jahre),  
Motorik-Maxis (2–5 Jahre)



**Claudia Einfalt**  
Spielgruppe (2,5–5 Jahre),  
Büro, Lesefestival Buchfink



**Alexandra Hadolt**  
Spielgruppe (2,5–5 Jahre)



**Gitti Rudolf**  
Spielgruppe (2,5–5 Jahre)



**Nathalie Vondrak**  
Spielgruppe (2,5–5 Jahre),  
(Groß-)Eltern singen mit  
Kindern



**Stefanie Öllinger, BEd**  
Englisch für Kinder (3–6 Jahre),  
Englisch für Volksschulkids  
(6–10 Jahre)



**Katrin Fuchs, BEd, MBA**  
Yoga für Kinder (3–6 Jahre),  
Yoga für Schulkids (6–12 Jahre)



**Julia-Anna Lammer**  
Schulstarter: Fit für die Schule  
(5–7 Jahre),  
Eltern- und Weiterbildung



**Mag.ª Beate Schabl**  
Mama-Treffen International



**MMag.ª Christine Wilhelm**  
Yoga für Frauen und Männer:  
Yoga für Rücken und Gelenke,  
Vielfältige Welt des Yoga



**Philipp Adelwöhrer**  
Papa-Kind-Frühstück  
(0–9 Jahre)



**Maik Rösenberger**  
Papa-Kind-Frühstück  
(0–9 Jahre)



**Diana Ibrahim**  
Teamverstärkung



**Mag.ª Elke Janser**  
Bilanzbuchhaltung



**Stefanie Zimmermann**  
Layout Programmheft

**Birgit Haider**

Rückbildung mit Baby

**Manuela Maitz**

Still- und Babypflege



## UNSERE REFERENT:INNEN



### Margarete Edelsbrunner-Pretterhofer

„ATEM-Pausen“ im (Erziehungs-)Alltag Seite 27



### Dagmar Hennecke, Bakk. phil. MSc

Autismus: Was ist das eigentlich? Seite 31



### Julia-Anna Lammer

Die Kraft der Bachblüten Seite 26

Schulreife:  
„Ich komme bald in die Schule!“ Seite 31



### Ulrike Lederer-Perl

Wie Kinder die Welt wahrnehmen:  
Lernen durch Körpererfahrung! Seite 24  
Marte Meo® – aus eigener Kraft Seite 25



### Theresia Lesiak-Schwab

Eingewöhnung: Bei Veränderungen  
Halt und Geborgenheit geben Seite 24

Wüten, toben, traurig sein: Starke Gefühle  
als Ausdruck von Lebendigkeit Seite 26

Herzensbildung und Werte Seite 28

Ängste machen Kinder stark Seite 29

Wenn Kinder ständig Nein sagen Seite 31

Kinder lieben Rituale Seite 32

Aggressionen mit anderen Augen sehen Seite 33



### Mag. Dominik Paleczek

Starke Väter für starke Kinder:  
Eine Bindung fürs Leben Seite 27



### Mario Pösinger

Kindernotfallkurs Seite 23



### Mag. Sabine Rühl-Krainer

Einschlafrituale bedürfnis- und  
bindungsorientiert verändern Seite 25

Meilensteine in der Entwicklung:  
1.+2. Lebensjahr Seite 26

Langeweile und Frust aushalten Seite 27

„Familienmitglied“ Smartphone?

Wie Medienerziehung ab der frühen

Kindheit gelingen kann Seite 28

Wutzwerg und Klammeräffchen:

Kinder im Umgang mit ihren Gefühlen

gut begleiten Seite 30

Mein ICH entdecken:

Das Geheimnis der Trotzphase Seite 32



### Mag. Dr. Simone Scheiner-Posch, MA

Geschlechterbewusste Erziehung  
von Anfang an Seite 30

Neugierde wecken, Interessen entdecken:  
Kinder bei der Entwicklung begleiten Seite 33



### Christine Schwarzenberger

Fingerspiele, Kniereiter und Kinderlieder –  
Inspirationen für (Groß-)Eltern und Fachpersonen Seite 26

Achtsamkeit liegt in den kleinen Dingen Seite 29

Was hat denn die Oma/der Opa?

Kindern Demenz erklären Seite 30

Positive und wertschätzende Sprache mit

Kindern (und anderen Mitmenschen) Seite 32



### Mag. Monika Stoiser-Berger

Nein sag ich, weil ich dich lieb hab! Seite 25

Raus aus dem Machtkampf! Seite 27

Verhaltensauffällig: Kinder, die Probleme  
machen, sind Kinder, die Probleme haben Seite 28

Wie geht es dir? Psychische Belastungen  
bei Kindern erkennen Seite 30

Sichere Bindung:

Halt mich, bis ich sicher bin Seite 31

Das Beste wollen und das Falsche tun?

Suchtprävention von Anfang an Seite 33



### Anja Tlapak

Konflikte unter Kindern achtsam begleiten Seite 25



### Dr. Peter Zach

Kindernotfallkurs Seite 23

## Dr. JAN-UWE ROGGE



### Kinder brauchen Grenzen, Grenzen geben Halt

(Seminar)

Termine für Fachpersonen und (Groß-)Eltern:

Dienstag, 09.06.2026, 16:00-19:00 Uhr

Mittwoch, 10.06.2026, 15:00-18:00 Uhr

(siehe Seite 34)



### „Zauberformeln“ für Humor, Vertrauen und klare Orientierung

Gelassen erziehen und stark begleiten

(Vortrag)

Termin für Fachpersonen und (Groß-)Eltern:

Mittwoch, 10.06.2026, 19:00-21:30 Uhr

(siehe Seite 34)





Vorfreude

Sichtbare  
Liebe

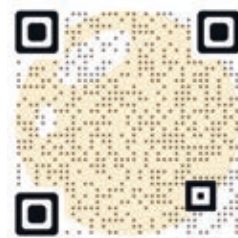
Voller  
Erwartung

Helle  
Aufregung

In guter  
Hoffnung

Neues  
Leben

# Schwangerschaft und Geburt



## Yoga für Schwangere

Mithilfe einfacher Körperübungen, von Entspannung und Meditation können sich Frauen in ganz besonderer Weise auf die Geburt vorbereiten. Diese Übungen fördern auch das Wohlbefinden während der Schwangerschaft. Zusätzlich findet eine Partnereinheit statt, die Terminabsprache erfolgt in der jeweiligen Gruppe.




### Termin:

jeweils **Mittwoch, 19:00–21:00 Uhr**

1. Kurs: ab **10.09.2025** (8x)
2. Kurs: ab **19.11.2025** (8x)
3. Kurs: ab **04.02.2026** (8x)
4. Kurs: ab **06.05.2026** (8x)

### Kosten:

€ 130,- (€ 125,- )  
für die 7 Abende  
plus eine Einheit  
mit dem Partner  
(zu 3 Stunden).

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Andrea Walenta, Geburtsvorbereiterin,  
Yogalehrerin, Heilmasseurin

**Info:** Die erste Einheit kann als Schnuppereinheit  
um € 15,- gebucht werden.

## Schwangerengymnastik

vom Beginn der Schwangerschaft an!



Während der Schwangerschaft verändert sich viel im Körper der Frau, er vollbringt wahre Höchstleistungen! Mit Übungen zu den Schwerpunkten Atmung, Beckenboden, Körperwahrnehmung, ... wollen wir schwangerschaftsbedingten Beschwerden entgegenwirken, unser Wohlbefinden fördern und uns entspannt der Geburt nähern.

### Termin:

jeweils **Montag**

Gruppe 1: **18:00–18:50 Uhr**

Gruppe 2: **19:00–19:50 Uhr**

Gruppe 3: **Online-Videokurs**

1. Kurs: ab **15.09.2025** (6x)

2. Kurs: ab **03.11.2025** (6x)


3. Kurs: ab **12.01.2026** (6x)

4. Kurs: ab **02.03.2026** (6x)

5. Kurs: ab **27.04.2026** (6x)

6. Kurs: **Sommerkurstermin auf Anfrage**

### Kosten:

€ 63,- (€ 61,- )

**Leitung:** Sandra Rosenberger, Physiotherapeutin,  
Osteopathin, Mama von vier Kindern  
Mag.<sup>a</sup> Kathrin Loder, Physiotherapeutin,  
Mama von zwei Kindern





## Geburtsvorbereitung – Abenteuer Neuland

### Wochenendkurs für Paare und Frauen zur Vorbereitung auf Geburt und Elternschaft

Diese besondere Zeit ist geprägt von vielen Fragen und intensiven Empfindungen. Der Kurs bereitet mit vielen unterschiedlichen Themen auf die Geburt und die Zeit mit dem Baby vor. Wir besprechen, wie eine Geburt ablaufen kann (vaginale Geburt und Kaiserschnitt), wie wir mit Wehen umgehen können und wie dich deine Begleitung während der Geburt unterstützen kann. Wir lernen Positionen und Massagen kennen und üben Atemtechniken. Außerdem beschäftigen wir uns mit den ersten Tagen nach der Geburt (Wochenbett), dem Thema Stillen bzw. Ernährung und den Veränderungen in der Partnerschaft. Alle Fragen und persönlichen Themen finden ebenso Platz, damit ihr euch für diesen besonderen Lebensabschnitt gut vorbereitet fühlt.

- **Bei einer Einheit wird eine Hebamme anwesend sein.**
- **DSA Anton Schaumberger (Vater von 2 Kindern) wird für eine Gesprächsrunde unter werdenden Vätern zur Verfügung stehen.**
- **Maria Salzger-Aichhorn** stellt in ihren Kursen Techniken aus Hypnobirthing vor und geht auf die beziehungsvolle Pflege und die freie Bewegungsentwicklung nach Emmi Pikler ein.
- **Michaela Kayer** gibt in ihren Kursen Tipps aus der TCM und stellt Aromäole, Akupressurpunkte und Visualisierungsübungen vor.

#### Termin:

jeweils **Samstag und Sonntag, 10:00–17:00 Uhr**

1. Kurs: **27./28.09.2025**
2. Kurs: **15./16.11.2025**
3. Kurs: **10./11.01.2026**
4. Kurs: **07./08.03.2026**
5. Kurs: **25./26.04.2026**
6. Kurs: **20./21.06.2026**
7. Kurs: **Sommerkurstermin auf Anfrage**

#### Kosten:

€ 114,-/Person  
€ 173,-/Paar

**Leitung:** Maria Salzger-Aichhorn, Geburtsvorbereiterin, Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester, Pikler-Pädagogin, Mama von vier Kindern  
Michaela Kayer, Bakk. phil, Pädagogin, Dipl. Kindergesundheitstrainerin, Dipl. Elternbildnerin, Humanenergetikerin und TCM Coach, Mama von vier Kindern  
DSA Anton Schaumberger, Dipl. Sozialarbeiter, Papa von zwei Kindern

## Still- und Babypflege-Workshop

Termine und weitere Infos auf [www.ekiz-gleisdorf.at](http://www.ekiz-gleisdorf.at)

### Klangschalenmassage für Schwangere

Termine können auf Anfrage gebucht werden.

Weitere Infos auf [www.ekiz-gleisdorf.at](http://www.ekiz-gleisdorf.at)



**Richtig essen ...**  
Schwangerschaft, Stillzeit,  
Babys und Kleinkinder

Österreichische Gesundheitskasse  
**Richtig essen von Anfang an!**

... von Anfang an!

**Besuchen Sie die kostenlosen Ernährungsworkshops der ÖGK**  
Holen Sie sich praktische Tipps zu folgenden Themen:  
• Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit  
• Ernährung von Kindern im ersten Lebensjahr  
• Ernährung von ein- bis dreijährigen Kindern  
Termine und Anmeldung:  
[www.gesundheitskasse.at/revan](http://www.gesundheitskasse.at/revan)

**GESUNDHEITSFÖRDERUNGSFONDS STEIERMARK**  
Weil es um meine Gesundheit geht:  
[www.gesundheitskasse.at](http://www.gesundheitskasse.at)







Liebe,  
neu  
entdeckt

Neuland

Kuschelzeit

Rückzug  
und Ruhe

Minis

Freude

# Rund ums Baby



## Babytreffen

für Babys ab dem 1. Monat bis ca. 1,5 Jahren

OHNE  
Anmeldung

Das erste Babyjahr bringt beinahe täglich neue Erfahrungen, Herausforderungen und Fragen mit sich. Das Babytreffen möchte Müttern, Vätern und Großeltern die Möglichkeit bieten, diese Fragen zu stellen, in dieser aufregenden Zeit neue Kontakte mit Gleichgesinnten zu knüpfen und sich in einer ungezwungenen und gemütlichen Atmosphäre austauschen zu können. Beim gemeinsamen Spielen und Singen können auch eure Babys erste Freundschaften schließen. Babys mit besonderen Bedürfnissen sind ebenso herzlich willkommen. Hier bekommst du auch Anregungen für verschiedene Spiele (z. B.: Fingerspiele, Massagespiele, Bewegungsspiele), Lieder, Reime und Verse sowie Babyspielzeug zum Nulltarif.

**Eine Babywaage ist vorhanden.**

### Termin:

jeden **Mittwoch, 10:00–11:30 Uhr**  
genaue Termine entnimm bitte  
unserem **Kalender** auf der Website

### Kosten:

€ 5,- (€ 4,50 )  
pro Treffen

**Leitung:** Michaela Kayer, Bakk. phil, Pädagogin, Dipl. Kinder-  
gesundheitstrainerin, Dipl. Elternbildnerin, Human-  
energetikerin und TCM Coach, Mama von vier Kindern

### Wir stellen im Rahmen der Gruppe vor:

Zahnhygienepädagogin: Edith Schneller am **05.11.2025**

Regionale Elternberatung am **12.11.2025, 15.04.2026**

Zwergensprache®-Babyzeichen: Christine Schwarzenberger am  
**10.12.2025, 08.04.2026**

Frühe Hilfen: Monika Rodler am **14.01.2026**

## Rückbildungsgymnastik mit Baby



**Fitness für junge Mütter – ab 6 Wochen nach der  
Geburt, für Babys bis 9 Monate**

In diesem Kurs machen wir auf Matten und mit großen Gymnastikbällen kräftigende, die Beweglichkeit fördernde Übungen und dazu gibt's natürlich viele g'sunde Tipps für den Alltag! Keine Betreuung fürs Baby? Bring es einfach mit! Du bist aber auch ohne Baby herzlich willkommen! Der Bauch trägt nicht mehr so viel Gewicht, dafür werden die Wirbelsäule sowie Arme und Schultern durch den „einen Stock höher“ zu tragenden Säugling stark beansprucht. Beine, Bauch und alle Muskelgruppen, die in der Schwangerschaft stark (oder zu wenig) beansprucht wurden, wollen auf richtige Weise trainiert werden. Der Beckenboden verlangt jetzt nach verstärkter Achtsamkeit und sorgfältiger Kräftigung für dein allgemeines Wohlbefinden.

### Termin:

jeweils **Montag**

Gruppe 1: **15:30–16:30 Uhr**

Gruppe 2: **16:45–17:45 Uhr**

Gruppe 3: **Online-Videokurs**

**1. Kurs:** ab **15.09.2025** (8x)


**2. Kurs:** ab **17.11.2025** (8x)

**3. Kurs:** ab **23.02.2026** (8x)

**4. Kurs:** ab **04.05.2026** (8x)

**5. Kurs:** **Sommerkurstermin auf Anfrage**

### Kosten:

€ 85,- (€ 83,- )

**Leitung:** Birgit Haider, Physiotherapeutin,  
Mama von zwei Kindern  
Daniela Chau, Physiotherapeutin,  
Mama von zwei Kindern





## Babymassage

für Mamas, Papas und Babys  
von ca. 1 bis 10 Monaten



Eine Berührung sagt oft mehr als tausend Worte, sie ist der erste Sinneseindruck, den wir in dieser Welt wahrnehmen. Über die Haut erfahren Babys den liebevollen Kontakt zu ihren Eltern und die sanfte Berührung ist ein wunderbarer Weg, um eine vertrauensvolle, sichere Bindung aufzubauen und zu stärken. Mit der Babymassage schaffen wir kleine Ruheinseln im Alltag für unser Baby und uns selbst. Die sanften Berührungen sorgen beim Baby für einen friedlichen Schlaf, stärken das Immunsystem, fördern die Verdauung und lindern Beschwerden wie Verstopfung und Koliken.

**1.** Beine und Füße, Bauch, Brust **2.** Arme und Hände, Rücken, Gesicht **3.** Ganzkörpermassage **4.** Drehen und Strecken, Beschwerden lindern **5.** Einheit für Elternpaare

### Termin:

jeweils **Mittwoch, 8:45–9:45 Uhr** (4x)  
sowie eine Einheit für Elternpaare  
am **Wochenende**

**1. Kurs:** ab **17.09.2025**

**2. Kurs:** ab **05.11.2025**

**3. Kurs:** ab **07.01.2026**

**4. Kurs:** ab **25.02.2026**

**5. Kurs:** ab **15.04.2026**

**6. Kurs:** ab **27.05.2026**

**7. Kurs:** **Sommerkurstermin auf Anfrage**

### Kosten:

€ 69,- für den  
5-teiligen Kurs



## Mama-Baby-Yoga

für Mamas und Babys von  
ca. 2 bis 12 Monaten



Gemeinsam Energie tanken, Spaß haben und zusammen wachsen! Alle Übungen sind spielerisch und abwandelbar. Dazwischen ist genügend Zeit zum Stillen, Kuscheln und Plaudern. Die Rückbildung sowie die körperliche Stärkung der frischgebackenen Mama stehen ebenso im Vordergrund wie die Beziehung zum Baby. Das gemeinsame Bewegungserlebnis, Atem- und Entspannungsübungen bereichern den Familienalltag.

Vorteile für dich und dein Baby:

- festigt die Mutter-Kind-Beziehung
- sorgt für mehr Körperbewusstsein
- stärkt eure Zusammengehörigkeit ebenso wie eure Unabhängigkeit
- fördert Selbstfürsorge, Gelassenheit und das Vertrauen zueinander
- formt und kräftigt deinen Körper auf sanfte Weise und trägt zur Rückbildung bei

### Termin:

jeweils **Mittwoch, 13:00–14:00 Uhr**

**1. Kurs:** ab **17.09.2025** (9x)

**2. Kurs:** ab **26.11.2025** (9x)

**3. Kurs:** ab **11.02.2026** (9x)

**4. Kurs:** ab **29.04.2026** (10x)

### Kosten:

€ 113,-

€ 113,-

€ 113,-

€ 125,-

**Leitung:** Michaela Kayer, Bakk. phil, Pädagogin, Dipl. Kinder-  
gesundheitstrainerin, Dipl. Elternbildnerin, Human-  
energetikerin und TCM Coach, Mama von vier Kindern





## Musikgruppe Minis

für Kinder von ca. 2 bis 18 Monaten in Begleitung



Eltern tauchen gemeinsam mit den Babys und Krabbelkindern sanft in die Welt der Musik ein. Bei Schaukel- und Wiegenliedern werden Klänge erforscht, mit der eigenen Stimme und verschiedenen Instrumenten können anregende Eindrücke gestaltet werden. Das gemeinsame Bewegen zur Musik stärkt den liebevollen Körperkontakt und die Kinder werden in ihrem Körperbewusstsein und beim Entdecken ihrer eigenen Beweglichkeit begleitet. In gemütlicher Atmosphäre gibt es dann Gelegenheit, sich ungezwungen auszutauschen und neue Freundschaften zu schließen. Auch Großeltern sind herzlich willkommen!

### Termin:

jeweils **Montag, 10:30–11:20 Uhr**

- |                                      |       |         |
|--------------------------------------|-------|---------|
| <b>1. Kurs:</b> ab <b>15.09.2025</b> | (9x)  | € 77,-  |
| <b>2. Kurs:</b> ab <b>24.11.2025</b> | (11x) | € 94,-  |
| <b>3. Kurs:</b> ab <b>09.03.2026</b> | (15x) | € 128,- |

### Kosten:

**Leitung:** Dr.<sup>in</sup> Clivia Steinberger, Musikerin, Leiterin vieler E-Ki-Gruppen, Lehrtätigkeit an der Musikschule Gleisdorf und an der Kunstuniversität Graz, Mama von zwei Kindern

**Ort:** Musikschule Gleisdorf, Rathausplatz 4, Gleisdorf

### Zusatzkurs:

Unter Berücksichtigung der Nachfrage bieten wir die Musikgruppe Minis auch am Dienstag von 9:30 bis 10:20 Uhr an.

## Eltern-Kind-Turnen: Motorik-Minis

für Kinder von ca. 10 bis 24 Monaten in Begleitung



In dieser Kleingruppe werden die Kleinsten im freien Spiel und mit einfachen, spielerischen Bewegungsübungen und Aktivitäten ermutigt, ihren Körper wahrzunehmen, zu entdecken und zu kräftigen. Der Turnsaal wird ein breiter Erfahrungs- und Bewegungsraum mit verschiedensten Materialien und Alltagsgegenständen, der gemeinsam mit Mama oder Papa erobert wird. Diese Gruppe fördert die körperliche Entwicklung, stärkt die Eltern-Kind-Bindung und ermöglicht den Austausch untereinander. Auch Großeltern sind herzlich willkommen!

### Termin:

jeweils **Donnerstag**

Gruppe 1: **9:30–10:15 Uhr**

Gruppe 2: **10:30–11:15 Uhr**

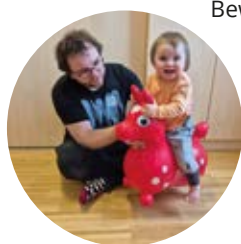
- |                                      |       |                   |
|--------------------------------------|-------|-------------------|
| <b>1. Kurs:</b> ab <b>18.09.2025</b> | (9x)  | € 86,- (€ 83,-)   |
| <b>2. Kurs:</b> ab <b>27.11.2025</b> | (12x) | € 114,- (€ 111,-) |
| <b>3. Kurs:</b> ab <b>12.03.2026</b> | (14x) | € 133,- (€ 130,-) |

**Leitung:** Tanja Mahr, Kindergartenpädagogin, Übungsleiterin Kindersport, Mama von zwei Kindern



## Eltern-Kind-Turnen: Basic-Minis

für Kinder von ca. 1 bis 2,5 Jahren in Begleitung



Beim Eltern-Kind-Turnen haben die Kinder die Möglichkeit, den Bewegungsraum mit ihrem ganzen Körper zu erkunden: Wir klettern über Mattenberge, rutschen, springen und lassen uns schaukeln. All das können die Kleinen frei erproben und ihrem Alter entsprechend erfahren. Mit allen Sinnen entdecken alle ihre Möglichkeiten, sich zu bewegen und stärken ihr Körpergefühl. Die Kleingruppe bietet den Kindern Raum, um miteinander in Kontakt zu treten und gibt den Eltern einen angenehmen Rahmen zum Austausch. Auch Großeltern sind herzlich willkommen!

### Termin:

jeweils **Mittwoch**

Gruppe 1: **15:30–16:15 Uhr**

Gruppe 2: **16:30–17:15 Uhr**

- |                                      |       |                   |
|--------------------------------------|-------|-------------------|
| <b>1. Kurs:</b> ab <b>17.09.2025</b> | (9x)  | € 77,- (€ 74,-)   |
| <b>2. Kurs:</b> ab <b>26.11.2025</b> | (12x) | € 102,- (€ 99,-)  |
| <b>3. Kurs:</b> ab <b>11.03.2026</b> | (16x) | € 136,- (€ 132,-) |

### Kosten:

**Leitung:** Michaela Kayer, Bakk. phil, Pädagogin, Dipl. Kindergesundheitsrainerin, Dipl. Elternbildnerin, Humanenergetikerin und TCM Coach, Mama von vier Kindern





## Spielraum nach Emmi Pikler

für Kinder von ca. 7 Monaten  
bis 2,5 Jahren in Begleitung

Der Spielraum nach E. Pikler bietet sowohl Kindern als auch Eltern freudvolle, spannende und erkenntnisreiche Stunden. Im Mittelpunkt steht die Eigeninitiative des Kindes. Selbstbestimmt kann das Kind seinen eigenen Ideen und Spielimpulsen nachgehen – sich selbst mit seinen Fähigkeiten und Interessen erleben. In der vorbereiteten Spielumgebung findet das Kind unterschiedliches, unstrukturiertes Material, das zum Spielen, Bewegen, Entdecken und Ausprobieren einlädt. Die Eltern/Begleiter:innen sind hierbei eingeladen, eine Beobachterrolle einzunehmen, mit der Aufmerksamkeit beim Kind zu sein und dabei u. a. ihren Blick für die vielen kleinen – oft unbeachteten – Entwicklungsschritte zu schärfen. In Eltern-Gesprächsabenden werden die Grundsätze der Pikler-Pädagogik erläutert sowie Fragen und Herausforderungen des Alltags besprochen.



### Termin:

jeweils **Freitag sowie Elternabende**  
Gruppe 1: **10:15–11:30 Uhr**  
(ab dem freien Gehen bis ca. 2,5 Jahre)  
Gruppe 2: **12:00–13:15 Uhr**  
(ab 7 Monate bis zum freien Gehen)

**1. Kurs:** ab **03.10.2025** (10x)

**2. Kurs:** ab **09.01.2026** (10x)

**3. Kurs:** ab **10.04.2026** (10x)

### Kosten:

€ 160,- für 8 Einheiten mit Kind  
und 2 Einheiten  
NUR für Eltern

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Manuela Fink, Pikler-Pädagogin i. A., Sozialpädagogin, Systemischer Coach, Gewaltpräventions-Trainerin, Mama eines Kindes  
Ulrike Lederer-Perl, Diplompädagogin, Pikler-Pädagogin i. A., Marte Meo® Therapist/Colleague Trainer, Sensorische Integration im Dialog nach Ulla Kiesling®, Mama von zwei Kindern



## Zwergensprache®-Babyzeichen

für Kinder von ca. 6 Monaten bis 2,5 Jahren  
in Begleitung

Stellen wir uns das einmal vor: Kein Rätselraten mehr, denn unsere Kleinkinder können uns bereits durch Handzeichen vermitteln, was sie brauchen oder gerne hätten. Das hört sich doch fantastisch an! Und das Schöne ist, dass Eltern mit ihrem Baby diese Babyzeichen (Zwergensprache®) gemütlich und spielerisch erlernen, um mit ihrem Kind kommunizieren zu können, bevor es spricht. Kinderlieder, Spaß und Fingerspiele ergänzen das Programm.

**Kurs 1** Themen: Essen, Baden, Schlafen, Zuhause, Tiere 1, Im Garten

**Kurs 2** Themen: Fahrzeuge, Oma & Opa, Anziehen, Großer Elefant, Tiere 2, Am Wasser



### Termin:

jeweils **Donnerstag, 10:15–11:15 Uhr**

**1. Kurs:** ab **18.09.2025** (6x)

ab **08.01.2026** (6x)

ab **16.04.2026** (6x)

**2. Kurs:** ab **06.11.2025** (6x)

ab **26.02.2026** (6x)

ab **18.06.2026** (6x)

### Kosten:

€ 90,-

**Leitung:** Christine Schwarzenberger, zertifizierte Kursleiterin für Dunstan-Babysprache und Zwergensprache®-Babyzeichen, Ernährungs- und Dipl. Kindergesundheitstrainerin, LIMA-Trainerin, Mama von zwei Kindern

**Info:** Kostenlose Online-Kurzschuppereinheiten finden für alle Interessierten am 10.09.2025, 10.12.2025 und 25.03.2026 jeweils von 18:00–18:30 Uhr statt.



**Christine SCHWARZENBERGER**

Homepage: [www.die-chri.at](http://www.die-chri.at)

Mail: [chri.schwarzenberger@a1.net](mailto:chri.schwarzenberger@a1.net)

Mobil: 0664 1412678



Die Welt  
entdecken

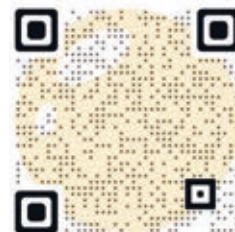
Aktive  
Stöpsel

Zusammen-  
sein

„Was ist  
das?!“

Aben-  
teuer

Energie-  
bündel



# Eltern-Kind-Gruppen

## Aktivitäten mit Kindern von ca. 1 bis 12 Jahren

### Stöpseltreffen

für Kinder von ca. 1 bis 5 Jahren  
in Begleitung von (Groß-)Eltern

OHNE  
Anmeldung

Ein gemütlicher Ort zum Spielen, Singen, Basteln und Zusammensein! Hier können Kinder mit ihren (Groß-)Eltern in entspannter Atmosphäre neue Freunde finden, sich austauschen und gemeinsam Spaß haben. Für die Kinder gibt es biologischen Saft, für die Erwachsenen steht Kaffee bereit. Eine kleine Jause darf gerne mitgebracht werden. Am Ende des Treffens begeistert unser fröhlicher KIZI-Maus-Abschlusskreis viele Kinder. Die Teilnahme ist ohne Anmeldung möglich. Auch Großeltern sowie Kinder mit besonderen Bedürfnissen sind herzlich willkommen!

#### Termin:

jeden **Dienstag, 9:00-10:30 Uhr**  
genaue Termine entnimmt bitte  
unserem **Kalender** auf der Website

#### Kosten:

€ 5,50 (€ 5,- )  
pro Treffen

**Leitung:** Andrea Prem, Übungsleiterin Eltern-Kind-Turnen,  
Mama von zwei Kindern

#### Wir stellen im Rahmen der Gruppe vor:

- 07.10.2025** Monika Rodler, Frühe Hilfen
- 04.11.2025** Edith Schneller, Zahnhygienepädagogin
- 09.12.2025** Sabine Prettenhofer, Tagesmütter Steiermark
- 20.01.2026** Esther Loidl, Frühförderstelle Chance B
- 14.04.2026** Birgit Ferstl, Stadtbücherei
- 21.04.2026** Claudia Einfalt, Bibliothek Nestelbach:  
Kamishibai – Ein Erzähltheater mit Bildkarten zur  
Stärkung des Selbstvertrauens (siehe Seite 20)



### Musikgruppe Maxis

für Kinder von ca. 1,5 bis 4 Jahren in Begleitung

Wie gut kennst du noch die Lieder deiner Kindheit? Wir holen diesen riesengroßen Schatz an Kinderliedern, Kniereitern, Fingerspielen und Auszählreimen wieder an die Oberfläche und in Kleingruppen finden die Kinder einen spielerischen Zugang zur Musik. Das gemeinsame Musizieren von Groß und Klein unterstützt die musikalische und sensomotorische Entwicklung der Kinder und auch ihre beginnende Sprachentwicklung. Und: Es macht ganz einfach Riesenspaß! Auch Großeltern sind herzlich willkommen!



#### Termin:

jeweils **Montag, 9:30-10:20 Uhr**

- |  |         |
|--|---------|
| <b>1. Kurs:</b> ab <b>15.09.2025</b> (9x)  | € 86,-  |
| <b>2. Kurs:</b> ab <b>24.11.2025</b> (11x) | € 105,- |
| <b>3. Kurs:</b> ab <b>09.03.2026</b> (15x) | € 143,- |

#### Kosten:

**Leitung:** Dr.<sup>in</sup> Clivia Steinberger, Musikerin, Leiterin vieler  
E-Ki-Gruppen, Lehrtätigkeit an der Musikschule  
Gleisdorf und an der Kunstuniversität Graz,  
Mama von zwei Kindern

**Ort:** Musikschule Gleisdorf, Rathausplatz 4, Gleisdorf

#### Zusatzkurs:

Unter Berücksichtigung der Nachfrage bieten wir die Musik-  
gruppe Maxis auch am Dienstag von 10:30 bis 11:20 Uhr an.



## Eltern-Kind-Turnen: Basic-Maxis

für Kinder von ca. 2 bis 5 Jahren in Begleitung

Bewegung macht nicht nur fit, sondern auch Spaß – besonders dann, wenn (Groß-)Eltern und Kinder gemeinsam aktiv sind! In dieser Gruppe stehen grundlegende Turnelemente wie Klettern, Balancieren, Rollen und Springen im Mittelpunkt. Diese stärken spielerisch die Bewegungssicherheit und das Körpergefühl der Kinder. Zusätzlich zu den Turnübungen gibt es Musik, Tanz und lustige Kreisspiele, die das Rhythmusgefühl fördern. Das gemeinsame Auf- und Umbauen stärkt das soziale Miteinander.

### Termin:

jeweils **Dienstag**

Gruppe 1: **15:00-15:45 Uhr**

Gruppe 2: **16:00-16:45 Uhr**


Gruppe 3: **17:00-17:45 Uhr**


**1. Kurs:** ab **16.09.2025** (9x)


**2. Kurs:** ab **25.11.2025** (11x)

**3. Kurs:** ab **10.03.2026** (16x)

### Kosten:

€ 86,- (€ 83,- )

€ 105,- (€ 102,- )

€ 152,- (€ 148,- )

**Leitung:** Sarah Isajlovic, Kindergarten- und Hortpädagogin,  
Mama eines Kindes



## Eltern-Kind-Turnen: Motorik-Maxis

für Kinder von ca. 2 bis 5 Jahren in Begleitung

Kinder entdecken sich selbst und die Welt durch Bewegung und entwickeln dabei Mut, Selbstvertrauen und soziale Fähigkeiten. Die spannenden und abwechslungsreich aufgebauten Bewegungslandschaften laden ein zum Ausprobieren, Entdecken und Sammeln von körperlichen Erfahrungen – und das mit allen Sinnen. Jedes überwundene Hindernis und jede gemeisterte Herausforderung stärken das Vertrauen in sich selbst und in andere. Gemeinsam mit (Groß-)Eltern zu spielen und zu lachen macht stark!

### Termin:

jeweils **Donnerstag**

Gruppe 1: **15:00-15:45 Uhr**

Gruppe 2: **16:00-16:45 Uhr**


Gruppe 3: **17:00-17:45 Uhr**


**1. Kurs:** ab **18.09.2025** (9x)


**2. Kurs:** ab **27.11.2025** (12x)

**3. Kurs:** ab **12.03.2026** (14x)

### Kosten:

€ 104,- (€ 101,- )

€ 138,- (€ 135,- )

€ 161,- (€ 158,- )

**Leitung:** Sarah Isajlovic, Kindergarten- und Hortpädagogin,  
Mama eines Kindes

## SinnSorik- Sinnesreise

für Kinder von ca. 2,5 bis 5 Jahren  
in Begleitung



Dein Kind wird in seiner Körperwahrnehmung und seinem Selbstbild durch das freie Spiel in einer vorbereiteten Umgebung unterstützt und macht wertvolle Erfahrungen im Haut-, Tiefen- und Gleichgewichtssinn. Es wählt die Sinnesnahrung, die es gerade braucht, um zu festigen, nachzuholen und Sicherheit im eigenen Körper zu finden. Neben bekannten Bewegungsangeboten wie etwa Klettern, Schaukeln oder Rollen kann dein Kind außergewöhnliche Sinneserfahrungen in Bohnenbädern, mit Schaum oder Knete und der Cremerutsche sammeln. Mamas und Papas sind als sicherer Hafen eingeladen zu beobachten oder auch selbst in die Welt der Sinnesangebote einzutauchen, damit sie die Signale ihres Kindes noch besser wahrnehmen und verstehen können.

### Termin:

jeweils **Freitag, 16:30-17:45 Uhr**

sowie ein **Elternabend**

**1. Kurs:** ab **03.10.2025** (7x)

**2. Kurs:** ab **16.01.2026** (7x)

**3. Kurs:** ab **17.04.2026** (7x)

### Kosten:

€ 165,-

**Leitung:** Ulrike Lederer-Perl, Diplompädagogin, Pikler-Pädagogin i. A., Marte Meo® Therapist/Colleague Trainer, Sensorische Integration im Dialog nach Ulla Kiesling®, Mama von zwei Kindern





## Marte Meo® – Goldminenzzeit

für Kinder von ca. 2,5 bis 5 Jahren in Begleitung

Mit Marte Meo® kannst du dein Kind ganz bewusst in seiner sozial-emotionalen Entwicklung begleiten. Jedes Kind trägt eine Goldmine in sich, darin sind all seine Talente, Fähigkeiten und Stärken angelegt. Um diese Schätze zur Entfaltung zu bringen, kann sich dein Kind in der „Goldminenzzeit“ als wertvoll und selbsttätig erleben und wird dabei von Mama oder Papa bindungsorientiert und aufmerksam unterstützt. In einer vorbereiteten Bewegungs- und Spielumgebung und bei einer gemeinsamen Jause als Gruppenabschluss lernt dein Kind Neues über sich selbst und seine Fähigkeiten kennen und kann sein starkes Ich verbunden mit vielen Kompetenzen wahrnehmen. Eltern erfahren bei den Elternabenden Marte Meo®-Unterstützungselemente für freie Spielsituationen und positives Leiten in strukturierten Situationen.

### Termin:

jeweils **Freitag, 14:30-15:45 Uhr**

**1. Kurs:** ab **07.10.2025** (5x)

**2. Kurs:** ab **13.01.2026** (7x)

**3. Kurs:** ab **10.04.2026** (7x)

### Kosten:

€ 103,-

€ 144,-

€ 144,-

**Leitung:** Ulrike Lederer-Perl, Diplompädagogin, Pikler-Pädagogin i. A., Marte Meo® Therapist/Colleague Trainer, Sensorische Integration im Dialog nach Ulla Kiesling®, Mama von zwei Kindern

**Info:** Für Teilnehmende besteht die Möglichkeit zusätzlich das Marte-Meo® Elterneinladungsprogramm mit einer videogestützten Einheit und einer Nachbesprechung zu buchen.



## Englisch für Kinder

von ca. 3 bis 6 Jahren in Begleitung

Auf spielerische Art und Weise bringen wir gemeinsam mit Mama oder Papa den Kindern die englische Sprache näher. Ob durch Bewegungsspiele, englische Lieder, einfache Fingersprüche oder Bilderbücher – Hauptsache, die Freude und der Spaß kommen nicht zu kurz und ganz nebenbei werden die Kinder mit dem Klang einer neuen Sprache vertraut und erwerben einen Grundstock an englischen Wörtern.

### Termin:

jeweils **Mittwoch, 15:45-16:30 Uhr**

**1. Kurs:** ab **17.09.2025** (9x)

**2. Kurs:** ab **26.11.2025** (12x)

**3. Kurs:** ab **11.03.2026** (15x)

### Kosten:

€ 86,-

€ 114,-

€ 143,-

**Leitung:** Stefanie Öllinger, BEd, Dipl. Pädagogin Volksschule, 1 Jahr Aufenthalt in den USA, Mama von zwei Kindern

## Yoga für Kinder

von ca. 3 bis 6 Jahren in Begleitung

Kinder planen nichts voraus und probieren alles aus. Sie leben im Moment, sind neugierig, experimentieren und spüren sehr genau, was ihnen guttut – Kinder leben Yoga! Damit sie sich diese Leichtigkeit erhalten, wollen wir dieser Fähigkeit Raum geben. Wir setzen Energien frei durch Bewegungsspiele, verwandeln uns in Löwen, Katzen, Mäuse, Hunde, Elefanten, Spinnen und Bäume. Wir erlernen einfache Atemtechniken und besuchen unseren Kraftort und unser Krafttier in Gedanken und verabschieden uns mit einem gemeinsamen Oooooomm.

### Termin:

jeweils **Dienstag, 15:45-16:30 Uhr**

**1. Kurs:** ab **16.09.2025** (9x)

**2. Kurs:** ab **25.11.2025** (11x)

**3. Kurs:** ab **10.03.2026** (15x)

### Kosten:

€ 86,-

€ 105,-

€ 143,-

**Leitung:** Katrin Fuchs, BEd, MBA, Kinderyogalehrerin, Ernährungspädagogin, Dipl. Resilienztrainerin, Mama von zwei Kindern

Durch den Winter mit der Rundum-Sorglos Saison-Miete

## Pistenflitzer-Miete

### Pistenflitzer aufgepasst,

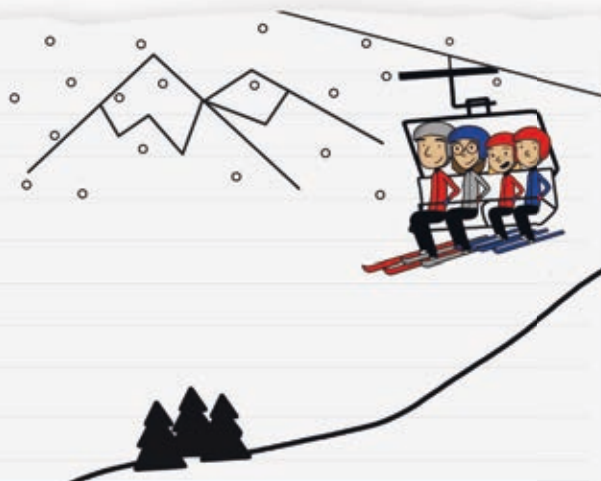
wähle eines von 2 Kinderski-Modellen und/oder Skischuhe und flitze die ganze Saison die Pisten hinunter.

**inkl. Pistenflitzer-Schutz gegen Bruch und Diebstahl**

**inkl. Pistenflitzer-Pass mit vielen Vorteilen**



Für nähere Informationen QR-Code scannen.



DEUTSCHLANDSBERG | FELDBACH | FÜRSTENFELD | GLEISDORF | HARTBERG | LEIBNITZ | WEIZ |  
KLAGENFURT NORD | KLAGENFURT OST | SPITTAL | VILLACH | WOLFSBERG | LIENZ | OBERWART

**INTERSPORT**  
PILZ



## Englisch für Volksschulkids

für Kinder von ca. 6 bis 10 Jahren,  
Begleitung auf Wunsch

Mit viel Spaß und Freude bringen wir den Kindern die englische Sprache näher und der vorhandene Wortschatz wird vertieft. Ob bei Bewegungsspielen, englischen Liedern, mit einfachen Arbeitsblättern oder Bilderbüchern – die Kinder erwerben einen Grundstock an englischem Basiswissen und erweitern Gelern-tes aus der Volksschule.

### Termin:

jeweils **Mittwoch, 16:45–17:30 Uhr**

- |   |        |
|---|--------|
| <b>1. Kurs:</b> ab <b>01.10.2025</b> (7x) | € 81,- |
| <b>2. Kurs:</b> ab <b>26.11.2025</b> (8x) | € 92,- |
| <b>3. Kurs:</b> ab <b>04.02.2026</b> (8x) | € 92,- |
| <b>4. Kurs:</b> ab <b>15.04.2026</b> (8x) | € 92,- |

### Kosten:

**Leitung:** Stefanie Öllinger, BEd, Dipl. Pädagogin Volksschule,  
1 Jahr Aufenthalt in den USA, Mama von zwei Kindern

## Yoga für Schulkids

von ca. 6 bis 12 Jahren, Begleitung auf Wunsch

Namasté – ich sehe das Besondere in mir, ich sehe das Besondere in dir! In unseren Yogastunden wird gemeinsam gespielt, gespürt, entspannt und ausprobiert. Miteinander reisen wir ins Land der Fantasie und begegnen unseren Krafttieren. Unser Körper ist unser Zuhause und genauso wunderbar, wie er ist! Bei lustigen Bewegungsspielen, Körpergeschichten und Atemübungen entdecken wir mit unseren Sinnen, was uns guttut und lernen uns selbst noch besser kennen und wertschätzen. So können wir uns immer besser spüren, konzentrieren und zur Ruhe kommen.

### Termin:

jeweils **Dienstag 16:45–17:30 Uhr**

- |  |         |
|--|---------|
| <b>1. Kurs:</b> ab <b>30.09.2025</b> (7x)  | € 67,-  |
| <b>2. Kurs:</b> ab <b>25.11.2025</b> (11x) | € 105,- |
| <b>3. Kurs:</b> ab <b>10.03.2026</b> (15x) | € 143,- |

### Kosten:

**Leitung:** Katrin Fuchs, BEd, MBA, Kinderyogalehrerin,  
Ernährungspädagogin, Dipl. Resilienztrainerin,  
Mama von zwei Kindern



## Schulstarter: Fit für die Schule



für Kinder von ca. 5 bis 7 Jahren,  
Begleitung auf Wunsch

Der Schulstart ist ein aufregendes Abenteuer! Neue Freunde, spannende Entdeckungen und eine ganz neue Welt warten auf die Kinder. In diesem Workshop werden Kinder spielerisch und mit ganz viel Spaß auf die Schule vorbereitet. Auch Kinder, die bereits die 1. Klasse besuchen, sind herzlich willkommen! Durch interaktive Spiele, Bewegung und kreative Übungen werden wichtige Fähigkeiten, die den Schulstart erleichtern, gefördert. Dabei steht eines im Mittelpunkt: „**Ich kann das!**“ – denn mit Selbstvertrauen und Freude fällt der Einstieg in den Schulalltag viel leichter!

Seminar  
**Ich komme bald in die Schule**  
Seite 31

### Was dein Kind in diesem Workshop lernt:

- Feinmotorik stärken** – damit Stifthaltung, Schneiden und Malen Spaß machen
- Konzentration spielerisch fördern** – für aufmerksames Zuhören und Mitmachen
- Selbstbewusstsein entwickeln** – mutig vor anderen sprechen und neue Freunde finden
- Bewegung und Koordination** – für eine sichere Körperwahrnehmung
- Ängste nehmen und Freude wecken** – denn Schule ist ein tolles Abenteuer!

### Termin:

jeweils **Montag, 15:30–17:30 Uhr**

- |   |  |
|---|--|
| <b>1. Kurs:</b> ab <b>12.01.2026</b> (4x) |  |
| <b>2. Kurs:</b> ab <b>13.04.2026</b> (4x) |  |

### Kosten:

€ 70,-

**Leitung:** Julia-Anna Lammer, Elementarpädagogin,  
Bachblütenberaterin, Kindermentaltrainerin,  
Lerncoach, Hochsensibilitätstrainerin, Autorin,  
Mama von drei Kindern





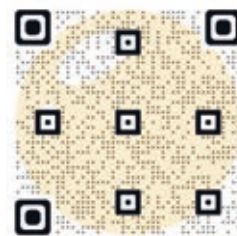
Lachen  
und  
lernen

Frühe  
Freund-  
schaft

Neues  
entdecken

# Spielgruppen ohne Eltern

## Sanfte Vorbereitung auf den Kindergarten für Kinder von 2,5 bis 5 Jahren



Spiel  
mit mir!

Bei gemeinsamen Finger-, Kreis- und Tanzspielen, beim Malen und Basteln können kleine Leute Kontakte zu Gleichaltrigen aufbauen und fröhliche Stunden ohne ihre Eltern verbringen. Die Kinder werden langsam und sanft auf den Kindergartenalltag vorbereitet. Die Spielgruppen sind verbindlich ab Anmeldung zu bezahlen. Bei Krankheit oder Nichterscheinen können keine Beträge gutgeschrieben werden.

**Leitung:** Mitzubringen sind rutschfeste Socken/Patschen, Jausenrucksack mit gesunder Jause, eine eigene Trinkflasche, bequeme Kleidung für dein Kind

**Träger:** JUKi GmbH

**Anmeldung und Informationen für alle Spielgruppen bei Tanja Mahr, Tel.: 0664/88 27 86 87 oder**

**Ulli Tavs, Tel.: 0664/ 333 8200 sowie**

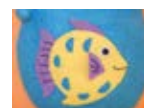
**tanja@ekiz-gleisdorf.at oder online auf [www.ekiz-gleisdorf.at](http://www.ekiz-gleisdorf.at)**



Los-  
lassen

Mutig  
sein

### Die Blubber-Fische



**Termin:**

jeweils **Mittwoch, 8:30–11:00 Uhr**

**1. Block:** ab **17.09.2025** (9x)

**2. Block:** ab **26.11.2025** (12x)

**3. Block:** ab **11.03.2026** (16x)

**Kosten:**

€ 93,- (€ 90,- )

€ 124,- (€ 121,- )

€ 165,- (€ 161,- )

**Leitung:** Alexandra Hadolt, Kindergartenpädagogin, Pikler-Pädagogin i. A., Mama von zwei Kindern  
Gitti Rudolf, Eltern-Kind-Gruppenleiterin, Mama von drei Kindern

### Die Ringel-Raupen



**Termin:**

jeweils **Donnerstag, 8:30–11:00 Uhr**

**1. Block:** ab **18.09.2025** (9x)

**2. Block:** ab **27.11.2025** (12x)

**3. Block:** ab **12.03.2026** (14x)

**Kosten:**

€ 93,- (€ 90,- )

€ 124,- (€ 121,- )

€ 145,- (€ 141,- )

**Leitung:** Michaela Kayer, Bakk. phil, Pädagogin, Dipl. Kindergesundheitstrainerin, Dipl. Elternbildnerin, Humanenergetikerin und TCM Coach, Mama von vier Kindern  
Claudia Einfalt, Logopädin, Mama von zwei Kindern

### Die Brumm-Bären



**Termin:**

jeweils **Montag, 8:30–11:00 Uhr**

**1. Block:** ab **15.09.2025** (9x)

**2. Block:** ab **24.11.2025** (10x)

**3. Block:** ab **09.03.2026** (14x)

**Kosten:**

€ 93,- (€ 90,- )

€ 103,- (€ 101,- )

€ 145,- (€ 141,- )

**Leitung:** Claudia Einfalt, Logopädin, Mama von zwei Kindern  
Gitti Rudolf, Eltern-Kind-Gruppenleiterin, Mama von drei Kindern

### Die Schmuse-Schnecken



**Termin:**

jeweils **Freitag, 8:30–11:00 Uhr**

**1. Block:** ab **19.09.2025** (9x)

**2. Block:** ab **28.11.2025** (12x)

**3. Block:** ab **13.03.2026** (13x)

**Kosten:**

€ 93,- (€ 90,- )

€ 124,- (€ 121,- )

€ 134,- (€ 131,- )

**Leitung:** Nathalie Vondrak, Kindergartenpädagogin  
Claudia Einfalt, Logopädin, Mama von zwei Kindern





Hand  
in Hand

# Speziell für Papas



Papas sind  
bei ALLEN  
Veranstaltungen  
herzlich  
willkommen!

Aktiv  
dabei

Kuscheln,  
Papa!

Spannende  
Seminare  
ab Seite 24



## Papa-Kind-Frühstück

für Kinder von ca. 0 bis 9 Jahren  
in Begleitung

OHNE  
Anmeldung

Bei uns geht es rund! Am Samstagvormittag findet dieser offene Treffpunkt speziell für Väter und ihre Kinder statt. Spielen, bauen und aktiv oder gemütlich sein im größten Spielzimmer Gleisdorfs. Dazu gibt es frisches Gebäck, Marmelade, Saft und (für die Großen) Kaffee. Papas machen es anders und bereichern dadurch das Leben ihrer Kinder. Die Väter haben Gelegenheit, Kontakte mit Gleichgesinnten zu knüpfen und ihre Erfahrungen auszutauschen und natürlich sind auch Opas herzlich willkommen!

**Termin:**

jeweils **Samstag, 9:00–10:30 Uhr**

1. Termin: **11.10.2025**
2. Termin: **08.11.2025**
3. Termin: **13.12.2025**
4. Termin: **17.01.2026**
5. Termin: **28.02.2026**
6. Termin: **28.03.2026**
7. Termin: **02.05.2026**
8. Termin: **13.06.2026**

**Kosten:**

€ 5,50 pro Person



**Leitung:** Maik Rösenberger, Papa von drei Kindern  
Philipp Adelwöhrer, Papa von zwei Kindern

## Starke Väter für starke Kinder: Eine Bindung fürs Leben

**ZWEI & MEHR**  
ELTERN TREFF

Väter sind wichtig für ihre Kinder. Aber wie sind die „modernen Väter“, was benötigen sie und welche wichtige Rolle kommt ihnen zu? Wie kann es gelingen, ein „guter“ Vater zu sein und mit Kindern eine Bindung fürs Leben aufzubauen? All das wollen wir an diesem Abend gemeinsam herausfinden!

**Online-Termin:**

**Mittwoch, 14.01.2026,  
18:30–20:00 Uhr**



**Kosten:**

€ 0,-

**Leitung:** Mag. Dominik Paleczek,

Familien.Kompetenz.Zentrum.Graz

**Info:** Gefördert von A6/Land Steiermark im Rahmen von „Elterntreff regional und digital“





Zeig  
mir das!

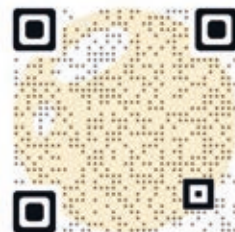
Jung  
und Alt

Gemein-  
sam

Groß  
und  
Klein

Zusammen  
kochen

# Treffpunkt: Familie und mehr



## EKiZ-Kinderflohmarkt

Wir veranstalten zwei Mal im Jahr unseren bewährten Kinderflohmarkt. Eltern, Großeltern und Interessierte können einen Standplatz mieten und dort gebrauchte Umstands- und Kindermode, Bilderbücher, Spielzeug und Kinderutensilien verkaufen. Nachhaltig, sinnvoll und kostengünstig finden schöne Sachen neue Menschen, die Freude daran haben! Unser Kinderflohmarkt findet wetterunabhängig INDOOR statt. Ein Tisch mit einer Länge von ca. 1,40 Metern wird vom forumKLOSTER zur Verfügung gestellt.

### Termin:

jeweils **Samstag, 8:00–11:30 Uhr**  
**Herbsttermin: 27.09.2025**  
**Frühlingstermin: 14.03.2026**

### Kosten:

€ 20,- pro Tisch

**Ort:** forumKLOSTER Gleisdorf, Rathausplatz 5  
**Info:** Die Standgebühr ist VORAB binnen fünf Tagen ab Anmeldung auf das EKiZ-Konto zu überweisen, ansonsten verfällt die Reservierung.



## (Groß-)Eltern kochen mit Kindern



### Kinder von ca. 2 bis 14 Jahren kochen gemeinsam mit Eltern und/oder Großeltern

Kinder lieben es, in der Küche aktiv zu sein. Zu waschen, schneiden, kneten, rühren, ein bisschen kosten zwischendurch ... Im Kurs findest du Anregungen, Ideen sowie viele praktische Möglichkeiten, mit deinem Kind gemeinsam zu kochen. Wer zwischendurch eine kleine Pause benötigt, erholt sich beim Spielen. Beim gemeinsamen Kochen und gemütlichen Essen tauchen wir auch in die Kindheitserinnerungen der Generationen ein, tauschen uns über Gemeinsamkeiten und Unterschiede aus und erfahren Wissenswertes über gesunde Lebensmittel. Außerdem lernen wir einander (noch) besser kennen – Essen ist (Beziehungs-)Kultur, erzeugt Nähe und verbindet Generationen.



### Termin:

jeweils **Freitag** oder **Samstag**

### Kosten:

€ 32,-/Familie  
Materialkosten:  
€ 9,-/Erwachsener  
€ 4,-/Kind

#### 1. Kurs: 03.10.2025, 15:00-18:00 Uhr

Gesunde Jause für Kindergarten, Schule und zuhause

#### 2. Kurs: 22.11.2025, 9:30-12:30 Uhr oder 14:00-17:00 Uhr

Weihnachtsbäckerei

#### 3. Kurs: 21.03.2026, 9:30-12:30 Uhr

Osterbäckerei

#### 4. Kurs: 19.06.2026, 15:00-18:00 Uhr

Italienischer Sommer

**Leitung:** Christine Schwarzenberger, zertifizierte Kursleiterin für Dunstan-Babysprache und Zwergensprache®-Babyzeichen, Ernährungs- und Dipl. Kindergesundheitstrainerin, LIMA-Trainerin, Mama von zwei Kindern

**Info:** Bitte mitbringen:  
Behälter für Kostproben, eventuell Schürze

Nach Möglichkeit verwenden wir biologische, regionale und saisonale Produkte.

DER TELEKOMMUNIKATIONS-PROFI

ALARM- & SICHERHEITSTECHNIK  
VERKAUF & SERVICE VON TV-GERÄTEN  
»REPARATUR VON E-GERÄTEN«  
COMPUTER  
TELEFONIE  
INTERNET  
MOBILFUNK  
HAUSSTEUERUNG

SERVICE-HOTLINE:  
**03112 / 5997**

Neugasse 119 · 8200 Gleisdorf  
**schoegler.at**

**REPARATUR  
BONUS**

Repariert statt ausrangiert.

TV/RADIO  
NOTEBOOK  
HANDY



## EKiZ-Laternenfest

„Ich gehe mit meiner Laterne ...“ – wer kennt nicht das alljährliche Lichterfest, das die dunkle und kalte Jahreszeit mit Licht und Wärme erfüllt? Wir laden alle herzlich zu unserem Laternenfest, das wie immer in emsiger und begeisterter Vorarbeit die Kinder unserer Spielgruppen gestalten. Sie haben Laternen gebastelt, die schönsten Lieder zum Fest des heiligen Martin geprobt und mit leuchtenden Augen der Geschichte vom Teilen gelauscht. Eine kleine Jause für Groß und Klein bildet den Schlusspunkt unseres Laternenfestes. Komm auch du mit deiner Familie zum Laternenfest und bring bitte eine Laterne mit. Wir freuen uns auf alle Kinder, Eltern und Großeltern!



### Termin:

**Montag, 10.11.2025, 17:30-18:30 Uhr**

### Kosten:

€ 0,-

**Ort:** Eltern-Kind-Zentrum Gleisdorf - Parkplatz; bei Regenwetter treffen wir uns direkt bei der Stadtpfarrkirche

## MONIKA LEITNER

Sanfte Unterstützung  
in der **SCHWANGERSCHAFT**,  
für **BABYS, KINDER**,  
**TEENAGER & ERWACHSENE**

### Beratungen in den Bereichen...

- Dipl. BaBlü® Bachblüten sowie den Neuen Therapien nach Dietmar Krämer®
- Integrale Entwicklungspädagogik®
- R.E.S.E.T. TMJ® Kieferbalance



### KONTAKT

Monika Leitner  
Neugasse 55  
8200 Gleisdorf

+43 (0)664 54 35 939  
[www.sonnenstrahl-mondgesicht.at](http://www.sonnenstrahl-mondgesicht.at)



MEHR INFOS



OHNE  
Anmeldung

## (Groß-)Eltern feiern mit Kindern Advent

Für alle von 0 bis 99

In der Vorweihnachtszeit möchten wir Familien einen Raum für besinnliche und freudvolle Momente bieten. Mehrere Generationen lauschen den Klängen von Glockenspiel und Klangschalen, schnuppern weihnachtliche Düfte, fühlen Naturmaterialien und wir stimmen uns miteinander ein. Durch Achtsamkeitsübungen und kreative Aktivitäten inspiriert vom Kartenset „Achtsam durch die Weihnachtszeit“ und den Austausch über Rituale von einst und jetzt, erleben wir wertvolle Zeit, lernen voneinander und stärken die Verbindung untereinander.

### Termin:

jeweils **Freitag, 15:00-16:30 Uhr** (1x)

**1. Termin: 28.11.2025**

**2. Termin: 05.12.2025**

**3. Termin: 12.12.2025**

**4. Termin: 19.12.2025**

### Kosten:

€ 15,-/Familie



**Leitung:** Michaela Kayer, Bakk. phil, Pädagogin, Dipl. Kinder-  
gesundheitstrainerin, Dipl. Elternbildnerin, Human-  
energetikerin und TCM Coach, Mama von vier Kindern



## (Groß-)Eltern singen mit Kindern

Für alle von 0 bis 99

Gemeinsam singen verbindet Generationen! Ob traditionelle Kinderlieder, bekannte Klassiker oder moderne Melodien – das gemeinsame Musizieren bringt Jung und Alt zusammen. Lieder erzählen Geschichten, wecken Erinnerungen und schaffen unvergessliche Momente voller Freude. Unsere Kursleitung sorgt für die musikalische Begleitung und stellt Liedertexte zur Verfügung, damit alle mitsingen können. Freut euch auf eine entspannte und fröhliche Zeit, bei der nicht nur die Musik im Mittelpunkt steht, sondern auch der Austausch mit Oma, Opa, Eltern und Kindern.

### Termin:

**Sonntag, 14:30-16:30 Uhr**

### Kosten:

€ 18,-/Familie

**Weihnachtslieder: 30.11.2025**

**Frühlingslieder: 22.03.2026**

**Leitung:** Nathalie Vondrak, Kindergartenpädagogin





## Kinderbuch-Tauschbörse

Bücher sind Freunde – und lässt man Freunde am Dachboden verstauben? Viele Kinderbücher sind einfach so schön, so spannend und so lustig, dass sie mehrere Kinder kennenlernen müssen! Deshalb richten wir ab März 2026 im Rahmen des Lesefestivals „Buchfink“ im EKiz 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! Bring und hol dir Kinderbücher ab, damit schöne Gedanken und Geschichten in Umlauf kommen! Eltern/Großeltern mit Kindern sind willkommen. Bitte Bücher mitbringen/abholen/zurückbringen.



### Termin:

**23.03.2026 bis 04.07.2026**

während des regulären Gruppenbetriebs

**Ort:** Eltern-Kind-Zentrum Gleisdorf – Garderobe

### Kosten:

€ 0,- im Rahmen des „Lesefestival Buchfink“



## Bücherbastelwurm und starke Schnecke



**für Kinder von ca. 2 bis 6 Jahren in Begleitung**

Was gibt es für Kinder Schöneres, als gemütlich zu kuscheln und aus einem Buch vorgelesen zu bekommen? Genau! Erst aus dem Buch vorgelesen bekommen UND dann noch, passend zur Geschichte, etwas zu basteln, das auch nach Hause mitgenommen werden kann. Wir schenken einander Zeit, teilen Gefühle, bereiten Freude und erschaffen gemeinsame Erinnerungen. Die Geschichte ist farbenfroh und ein bisschen abenteuerlich. Sie bringt für die kleinen und großen Zuhörenden pfiffige Weisheit und Werte fürs Leben mit.

### Termin:

**Sonntag, 19.04.2026, 10:15-11:45 Uhr**

### Kosten:

€ 0,- im Rahmen des „Lesefestival Buchfink“

**Leitung:** Theresia Lesiak-Schwab, zertifizierte Elternbildnerin, Kindergartenpädagogin, Mama von 2 Kindern, Oma Eva Rosenberger, Kindergartenpädagogin, Mama von drei Kindern

**Ort:** Eltern-Kind-Zentrum Gleisdorf – Gruppenraum  
**Info:** Keine Anmeldung erforderlich!



## Mein Buchtipps für Familien:



Was haben eine Lotusblume, ein Krug und eine Türklinke mit Glück zu tun? Auf den ersten Blick nicht viel, aber da kennt ihr dieses Buch mit seinen zauberhaften Weisheitsgeschichten noch nicht!



Enthalten sind 25 Geschichten, mit denen wir Kinder ein Leben lang stark und glücklich machen.

Ich bin von diesem Buch verzaubert und werde in Zukunft Tag für Tag mehr Glück in unser Leben und das meiner Kinder einbauen!

Macht auch mit!



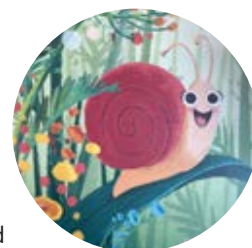
Sparkassenplatz 2, 8200 Gleisdorf | buch@plautz.at  
Unser Onlineshop: www.plautz.at | Tel.: 03112/2485

## Ohne dich wär' die Welt nur halb so schön!



**Kamishibai: Ein Erzähltheater mit Bildkarten zur Stärkung des Selbstvertrauens**

In jedem von uns steckt etwas Besonderes. Mit Selbstvertrauen und guten Freunden können wir es herauskitzeln. Diese Erfahrung macht die kleine Schnecke Emma. Sie geht auf Entdeckungsreise in den Wald, auf der Wiese und in den Hecken und trifft marschierende Ameisen, zirpende Grillen und zaubernde Raupen. Und sie begegnet sich selbst und ihrer besonderen Begabung.



### Termin:

**Dienstag, 21.04.2026, 9:00-10:00 Uhr**

### Kosten:

€ 5,50 (€ 5,- )

**Leitung:** Claudia Einfalt, Logopädin, Mitarbeiterin öffentliche Bibliothek Nestelbach

**Ort:** Eltern-Kind-Zentrum Gleisdorf – Gruppenraum  
**Info:** Dieses Vorlesevergnügen findet im Rahmen des Stöpseltreffens (siehe Seite 12) statt. Keine Anmeldung erforderlich!









Tu dir  
Gutes!

Zur Ruhe  
kommen

Ich schenk  
mir was

Zeit für  
mich

Kraft  
schöpfen

# Fitness, Wellness und Gesundheit



## Yoga für Rücken und Gelenke

Für Frauen UND Männer!



Erlebe diese „yogische“ Wohltat für deinen Körper: In diesem Kurs kräftigen wir alle Bereiche, die im Alltag oftmals zu kurz kommen und mehr Aufmerksamkeit verdienen, als sie üblicherweise von uns erhalten. Mit therapeutischen Übungen stabilisieren wir die gesamte Wirbelsäule – diese wichtige Achse deines Körpers – und mobilisieren unsere Gelenke (Fuß, Knie, Hüfte, Schulter, Hand), damit sie langfristig gesund und vital sind bzw. bleiben. Yoga-Anfänger:innen und -Fortgeschrittene sind herzlich willkommen!

### Termin:

jeweils **Dienstag 18:30–19:45 Uhr**

- |                                      |       |                   |
|--------------------------------------|-------|-------------------|
| <b>1. Kurs:</b> ab <b>16.09.2025</b> | (9x)  | € 99,- (€ 95,-)   |
| <b>2. Kurs:</b> ab <b>25.11.2025</b> | (11x) | € 121,- (€ 116,-) |
| <b>3. Kurs:</b> ab <b>10.03.2026</b> | (16x) | € 176,- (€ 169,-) |

### Kosten:

**Leitung:** MMag.<sup>a</sup> Christine Wilhelm, Yogalehrerin, Pädagogin



## Vielfältige Welt des Yoga

Für Frauen UND Männer!

Tauche ein in die bunte Vielfalt der Yoga-Stile! In diesem Kurs widmen wir uns zahlreichen Yoga-Einflüssen aus verschiedenen Richtungen. Ob Flow-Yoga, Vinyasa oder Yin Yoga – für Abwechslung ist garantiert gesorgt. Es geht darum, unseren Körper und Geist für neue Aspekte zu öffnen, die uns auch in unserem fordernden Alltag unterstützen können. Der Fokus liegt dabei gleichermaßen auf Körperübungen – Kräftigen und Dehnen – wie auch auf Atem- und Meditationstechniken. Yoga-Anfänger:innen und -Fortgeschrittene sind gleichermaßen herzlich willkommen, eine Vorerfahrung ist dennoch von Vorteil.

### Termin:

jeweils **Dienstag 20:00–21:15 Uhr**

- |                                      |       |                   |
|--------------------------------------|-------|-------------------|
| <b>1. Kurs:</b> ab <b>16.09.2025</b> | (9x)  | € 99,- (€ 95,-)   |
| <b>2. Kurs:</b> ab <b>25.11.2025</b> | (11x) | € 121,- (€ 116,-) |
| <b>3. Kurs:</b> ab <b>10.03.2026</b> | (16x) | € 176,- (€ 169,-) |

### Kosten:

**Leitung:** MMag.<sup>a</sup> Christine Wilhelm, Yogalehrerin, Pädagogin



## Yoga für Frauen

Jongoma-Yoga für Frauen

Jongoma bedeutet in Senegal/Westafrika: „Schöne, kluge Frau mit aufrechtem Gang.“ In einer mündlichen Überlieferung aus Afrika heißt es: „Ziel unserer Reise und Suche ist es, das Geheimnis unseres Lebens zu ergründen.“ Yoga ist eine Reise zu meiner inneren Kraft, die mich aufrichtet und voll Vertrauen meinen Weg gehen lässt. Und Jongoma-Yoga ist eine Kombination von Körperhaltung aus Hatha-Yoga, freiem Bewegen und sich bewegen lassen, Ritualen zum Frausein und der Auseinandersetzung mit den weiblichen Urbildern. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Sowohl Anfängerinnen als auch Fortgeschrittene sind herzlich willkommen.

### Termin:

jeweils **Donnerstag, 19:00–21:00 Uhr**

- |                                      |       |         |
|--------------------------------------|-------|---------|
| <b>1. Kurs:</b> ab <b>18.09.2025</b> | (11x) | € 150,- |
|--------------------------------------|-------|---------|

### Kosten:

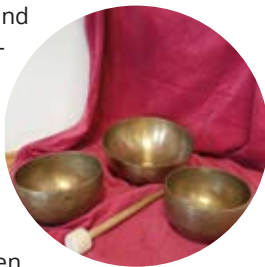
**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Andrea Walenta, Geburtsvorbereiterin, Yogalehrerin



## Meditation mit sanften Klängen



Tauche ein in die Welt der Klänge und spüre, wie sanfte Schwingungen deinen Körper und Geist in tiefe Entspannung versetzen. An diesem Meditationsabend begleite ich dich mit den harmonischen Tönen von Klangschalen, Gong und dem Koshi-Klangspiel auf einer inneren Reise. Die Einheit beginnt mit einer angeleiteten Entspannungsphase, um im Hier und Jetzt anzukommen. Anschließend ermöglichen rhythmische Klänge eine tiefe Regeneration. Zum Abschluss erfolgt eine sanfte Aktivierung, um gestärkt und ausgeglichen in den Abend zu gehen.



### Termin:

jeweils **Freitag, 19:15-20:15 Uhr**

**1. Kurs:** ab **19.09.2025** (4x)

**2. Kurs:** ab **07.11.2025** (4x)

**3. Kurs:** ab **09.01.2026** (4x)

**4. Kurs:** ab **27.02.2026** (4x)

**5. Kurs:** ab **10.04.2026** (4x)

**6. Kurs:** ab **12.06.2026** (4x)

### Kosten:

€ 60,-

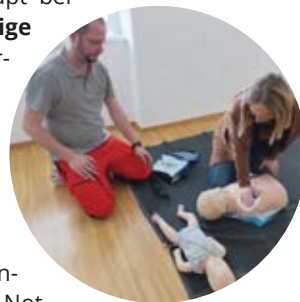
**Leitung:** Michaela Kayer, Bakk. phil, Pädagogin, Dipl. Kindergesundheitstrainerin, Dipl. Elternbildnerin, Humanenergetikerin und TCM Coach, Mama von vier Kindern

**Info:** Die erste Einheit kann als Schnuppereinheit um € 15,- gebucht werden.

## Kindernotfallkurs



Was mache ich, wenn mein Säugling plötzlich zu krampfen beginnt? Mein Kind hat Spielzeug verschluckt, was ist zu tun? Und welche Informationen sind überhaupt bei einem Notruf wichtig? Der **8-stündige Kurs** soll den Teilnehmenden Sicherheit geben, um Kindern/Säuglingen in Akutsituationen bzw. bei Verletzungen oder Erkrankungen entsprechend Erste Hilfe leisten zu können. Es werden unter anderem die Kontrolle der lebenswichtigen Funktionen, das Retten aus Gefahrenzonen sowie die richtige Ersthilfe bei Notfällen wie etwa die Verlegung der Atemwege, Vergiftungen oder allergische Reaktionen besprochen und die Wiederbelebung am Phantom geübt.



### Termin:

jeweils **Samstag, 9:00-17:30 Uhr**

**1. Kurs:** **15.11.2025**

**2. Kurs:** **24.01.2026**

**3. Kurs:** **21.03.2026**

**4. Kurs:** **18.04.2026**

**5. Kurs:** **23.05.2026**

### Kosten:

€ 100,-

**Leitung:** Mario Pösinger, Notfallsanitäter, Lehrbeauftragter für Erste Hilfe und Kindernotfälle  
DI Dr. Peter Zach, Rettungssanitäter, Lehrbeauftragter für Erste Hilfe und Kindernotfälle

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark.  
Bitte Jause für die Mittagspause mitbringen.

**A** APOTHEKE  
ST. MARGARETHEN



**www.apostm.at**  
**Tel.: 03115 22065**

**Biozertifiziert AT-BIO-301**  
**Markt 330 8321 St. Margarthen an der Raab**



# Vorträge und Seminare für (Groß-)Eltern und Fachpersonen



FÜR ALLE, DIE MIT  
KINDERN LEBEN UND  
ARBEITEN

## BEZAHLUNG

Bitte um Überweisung  
der Kosten bis FÜNF Tage  
vor der Veranstaltung!

IBAN:

AT11 3810 3000 0013 5822

Verwendungszweck: Bitte  
Seminartitel angeben



Seminarraum  
im Haus des Kindes,  
2. Stock

## Weiterbildung

für Pädagog:innen und  
Fachpersonen in der  
Kinderbetreuung

Viele unserer Veranstaltungen  
werden als **Weiterbildung gemäß  
A6/Land Steiermark** sowie zum  
Thema **Kinderschutz**  
anerkannt.



Digitale Elternbildung zu  
Hause oder dort, wo es für dich  
angenehm ist mit Laptop,  
PC oder Smartphone.

Für eine Veranstaltung, die  
via **Online-Livestream**  
stattfindet, bekommst du  
am Tag der Veranstaltung  
einen Link, mit dem du  
kurz vor dem Start bei-  
treten kannst.



## Wie Kinder die Welt wahrnehmen: Lernen durch Körpererfahrung

Was sind die Grundvoraussetzungen fürs Lernen? Was haben Bewegung, Motorik und Körperwahrnehmung damit zu tun? Wie können Eltern und Erziehende Kinder dabei unterstützen, ein gesundes Körpergefühl – und somit auch Selbstwertgefühl – zu entwickeln? Was braucht mein Kind, um ausreichende Konzentration, Aufmerksamkeit und Bereitschaft für ein soziales Miteinander zu erwerben? Antworten zu diesen Fragen, Informationen zur Sensorischen Integration, Wahrnehmungsförderung und der kindlichen Entwicklung sind Inhalte dieser Veranstaltung.

**Online-Termin:**

**Mittwoch, 01.10.2025,  
18:30–20:00 Uhr**



**Kosten:**

€ 14,-

## Eingewöhnung: Bei Veränderungen Halt und Geborgenheit geben

Schritt für Schritt von zu Hause in die Spielgruppe, die Kinderkrippe, zur Tagesmutter, in den Kindergarten. Der Übergang von daheim in die Fremdbetreuung und jeder weitere Wechsel sind Zeiten der Trennung und des Neubeginns. Ängste und Befürchtungen, aber auch Stolz und Freude begleiten diese Phasen. Welche Entwicklungsaufgaben und Herausforderungen kommen auf das Kind zu? Wie können Eltern und Erziehende in dieser Zeit gut begleitend und unterstützend wirken?

**Online-Termin:**

**Mittwoch, 24.09.2025,  
18:30–20:00 Uhr**



**Kosten:**

€ 14,-

**Leitung:** Theresia Lesiak-Schwab, zertifizierte Elternbildnerin,  
Kindergartenpädagogin

**Leitung:** Ulrike Lederer-Perl, Diplompädagogin, Pikler-  
Pädagogin i. A., Marte Meo® Therapist/Colleague  
Trainer, Sensorische Integration im Dialog nach  
Ulla Kiesling®, [www.sinnsorik.at](http://www.sinnsorik.at)

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark





## Nein sag ich, weil ich dich lieb hab!

Grenzen zu setzen gibt Sicherheit, Halt und Geborgenheit. Von Eltern und Erziehenden braucht es Strategien, liebevoll und konsequent die natürlichen Freiheits- und Unabhängigkeitsbestrebungen des Kindes an die tatsächlichen Entwicklungsbedürfnisse anzupassen. Klare Kommunikation und verlässliche Rahmenbedingungen unterstützen Kinder, damit sie sich zu stabilen und widerstandsfähigen Persönlichkeiten entwickeln können.

### Online-Termin:

**Mittwoch, 08.10.2025,  
18:30–20:00 Uhr**



### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Monika Stoiser-Berger, Psycholog. Beratung, Erwachsenenbildung, Lernberatung

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

## Marte Meo® – aus eigener Kraft

Was ist Marte Meo® eigentlich? Was steht hinter dieser Methode zur Entwicklungsunterstützung? Wie und wo kann diese angewendet werden? Eltern erfahren, wie Marte Meo® den Alltag mit ihrem Kind bereichert und auch bei anderen Begegnungen hilfreich sein kann. Fachpersonen können ihr Berufsfeld mit wertvollen Inputs bereichern und sich mit der Marte Meo®-Ausbildung vertraut machen. Videos bzw. Bilder gewähren Einblick wie in sozialen Settings mit dieser Methode gearbeitet wird.

### Präsenz-Termin:

**Dienstag, 14.10.2025,  
19:00–21:00 Uhr**



### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Ulrike Lederer-Perl, Diplompädagogin, Pikler-Pädagogin i. A., Marte Meo® Therapist/Colleague Trainer, Sensorische Integration im Dialog nach Ulla Kiesling®, [www.sinnosorik.at](http://www.sinnosorik.at)

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark



## Einschlafrituale bedürfnis- und bindungsorientiert verändern



Einschlafen ist eine sensible Zeit. Körper und Geist „fahren runter“, wir entspannen und lassen uns fallen. Einschlafrituale – Tragen, Stillen, Schnuller, Kuscheln, Singen und Co. – dienen als Brücken in den Schlaf. Manchmal werden Rituale anstrengend, kompliziert, dauern lange oder passen einfach nicht mehr. Wissenswertes rund ums Ein- und Durchschlafen, bedürfnis- und bindungsorientierte Rituale und wie man sie verändern kann, damit Kinder gut in den Schlaf finden, erfahren Eltern und Erziehende an diesem Abend.

### Online-Termin:

**Mittwoch, 15.10.2025,  
18:30–20:00 Uhr**



### Kosten:

€ 0,-

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Sabine Rühl-Krainer, Klinische und Gesundheitspsychologin, zertifizierte Elternbildnerin, Entwicklungs- und Siebenschläfer-Schlafberaterin, Kindergartenpädagogin

**Info:** Gefördert von A6/Land Steiermark im Rahmen von „Elterntreff regional und digital“  
Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

## Konflikte unter Kindern achtsam begleiten

Konflikte unter Kleinkindern können in vielen Situationen auftreten, sei es zu Hause, auf dem Spielplatz oder in der Kinderbetreuungseinrichtung. Was tun? Um diesen Konflikten achtsam zu begegnen, ist es wichtig, die Hintergründe zu verstehen. Kinder sind nicht von Natur aus „böse“, sondern sie können sich in diesen Momenten (noch) nicht sozial verträglich mitteilen. Ein Kind ist nicht gegen uns, es braucht Halt, Begleitung und Aufmerksamkeit. Durch einfühlsame Konfliktbegleitung lernen Kinder ihre Bedürfnisse auszudrücken, erlernen Lösungsstrategien und stärken ihr Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Der Vortrag bietet die Möglichkeit, diese Haltung im eigenen Alltag zu integrieren.

### Präsenz-Termin:

**Dienstag, 21.10.2025,  
19:00–21:00 Uhr**



### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Anja Tlapak, Elementarpädagogin, Pikler-Pädagogin i. A., Fachkraft für Reggio Kreativ Pädagogik i. A.

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark





## Die Kraft der Bachblüten

### Sanfte Unterstützung für Babys und Kinder

Eltern stehen immer wieder vor Situationen, in denen Kinder mit Stress, Ängsten, Unsicherheiten oder starken Emotionen kämpfen. Schlafprobleme, Trennungsängste, Wutanfälle oder Anpassungsschwierigkeiten sind in vielen Familien oft große Themen. Bachblüten sind eine sanfte, natürliche Möglichkeit, um Kinder in ihren Emotionen zu unterstützen. In diesem Online-Vortrag erfährst du:

- Was Bachblüten sind und wie sie wirken
- Welche Blüten sich für typische Herausforderungen im Kindesalter eignen
- Wie du sie sicher und gezielt einsetzen kannst
- Praktische Tipps zur Anwendung und Dosierung

#### Online-Termin:

**Mittwoch, 22.10.2025,  
18:30–20:00 Uhr**



#### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Julia-Anna Lammer, Elementarpädagogin, Bachblütenberaterin, Kindermentaltrainerin, Lerncoach, Hochsensibilitätstrainerin, Autorin

## Wüten, toben, traurig sein: Starke Gefühle als Ausdruck von Lebendigkeit

Gefühle spielen eine bedeutende Rolle in der kindlichen Entwicklung. Wir Eltern und Erziehende können Kinder nicht vor Angst, Enttäuschungen, Trauer und Wut schützen, doch wir können sie befähigen, mit diesen Gefühlen umzugehen, diese angemessen zu verarbeiten und sie zu bewältigen. Mit emotionalen Herausforderungen altersgemäß umgehen zu können, macht Kinder stark und lebendig.

#### Online-Termin:

**Mittwoch, 05.11.2025,  
18:30–20:00 Uhr**



#### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Theresia Lesiak-Schwab, zertifizierte Elternbildnerin, Kindergartenpädagogin

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

## Meilensteine in der Entwicklung: 1.+2. Lebensjahr

„Jeder Tag bringt etwas Neues!“ Die Entwicklung in den ersten Lebensjahren verläuft so rasant, dass es uns da oft schwerfällt, Schritt zu halten. Der Abend bietet einen Überblick über wichtige Entwicklungsmeilensteine – Motorik, Sprache, Gefühle – sowie Tipps und Tricks für Eltern und Erziehende, um Babys und Kinder entwicklungsfördernd zu begleiten.

#### Online-Termin:

**Mittwoch, 12.11.2025,  
18:30–20:00 Uhr**



#### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Sabine Rühl-Krainer, Klinische und Gesundheitspsychologin, zertifizierte Elternbildnerin, Entwicklungs- und Siebenschläfer-Schlafberaterin, Kindergartenpädagogin

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

## Fingerspiele, Kniereiter und Kinderlieder

### Inspirationen für (Groß-)Eltern und Fachpersonen



Spiele, Sprüche und Lieder sind mehr als nur ein netter Zeitvertreib und die meisten Kinder lieben sie von Anfang an. Doch was fasziniert Kinder so daran? Haben sie neben dem Spaß einen weiteren Nutzen? Wir erfahren nicht nur wertvolle Fakten, sondern üben auch praktische Beispiele.

#### Präsenz-Termin:

**Dienstag, 18.11.2025,  
19:00–21:00 Uhr**



#### Kosten:

€ 0,-

**Leitung:** Christine Schwarzenberger, zertifizierte Kursleiterin für Dunstan-Babysprache und Zwergensprache®-Babyzeichen, Ernährungs- und Dipl. Kindergesundheitstrainerin, LIMA-Trainerin

**Info:** Gefördert von A6/Land Steiermark im Rahmen von „Elterntreff regional und digital“  
Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark



*bringt die Zahlen auf den Punkt*

Mag.<sup>a</sup> Elke Janser Bilanzbuchhaltung anerkannt nach BibuG  
Schillerstraße 3 A 8200 Gleisdorf Tel 0676 84 19 74 233  
bilanz@janser.co.at www.janser.co.at UID: ATU 6557 9616





## Raus aus dem Machtkampf

Unsere Kinder können und wissen heute so viel wie nie zuvor. Die Entwicklungsaufgaben sind in unserer schnelllebigen Zeit im Vergleich dazu sehr konservativ geblieben. Eltern und Erziehende sind für Kinder die beste Begleitung, wenn sie sich den Erziehungsherausforderungen stellen. Das bedeutet einerseits unseren Kindern die größtmögliche Entfaltung ihrer Autonomie zu ermöglichen und Anregungen zur Verfügung zu stellen, damit sie sich gesund entwickeln können, andererseits ist es ebenso wichtig, dass unsere Kinder lernen, Grundkompetenzen, Regelbewusstsein und Fehlertoleranz zu entwickeln. Soziale Verhaltensformen, Rücksichtnahme und Einfühlungsvermögen zu lernen, ist nicht immer leicht. Was bedeutet liebevolles, authentisches und klares Konflikt- und Kommunikationsmanagement von uns Erwachsenen im Gegensatz zu einem Kampf, bei dem der Stärkere siegt?

### Online-Termin:



**Mittwoch, 19.11.2025,  
18:30-20:00 Uhr**

### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Monika Stoiser-Berger, Psycholog. Beratung, Erwachsenenbildung, Lernberatung

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

## „ATEM-Pausen“ im (Erziehungs-)Alltag

### Stressregulation und Burnout-Prävention

Der „ganz normale Alltag“ mit Kindern – ob im Beruf oder in der Familie – bringt vielfältige Herausforderungen. Uns bleibt manchmal im wahrsten Sinne des Wortes „die Luft weg“ und wir können „nicht mehr richtig durchatmen“. Damit solche Herausforderungen nicht zu gesundheitsschädlichem Dauer-Stress führen, können wir durch bewusste „ATEM-Pausen“ unsere Stress- und Selbstregulation stärken. „ATEM-Pausen“ mit atempädagogischen Übungen helfen präventiv in oder nach herausfordernden Situationen Spannungen abzubauen, (wieder) zu Ruhe und Gelassenheit und in eine achtsame Präsenz sowie Verbindung zu uns selbst zu kommen. Darüber hinaus bilden eine gut entwickelte Selbstwahrnehmung und Selbstregulation die Basis dafür, dass wir Kinder in ihrer eigenen Regulationsfähigkeit und sozial-emotionalen Entwicklung gut begleiten können. Durchatmen statt atemlos!

### Online-Termin:



**Mittwoch, 26.11.2025,  
18:30-20:00 Uhr**

### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Margarete Edelsbrunner-Pretterhofer, akad. Atempädagogin, dipl. Frühförderin und Familienbegleiterin, SE®-Practitioner, Marte-Meo-Practitioner®, Montessori- und Moto-Pädagogin

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark



## Langeweile und Frust aushalten

„Mir ist sooooo langweilig!!!“ Quengeln, am „Rockzipfl“ hängen, bespaßt werden wollen, all das kann ganz schön herausfordernd sein für Eltern und Erziehende. Langeweile ermöglicht Kindern aber viele wichtige Kompetenzen zu üben und Erfahrungen zu sammeln: Eigenmotivation, Handlungsplanung, Kreativität, Selbstwirksamkeit, warten zu können u. v. m. Der Abend bietet Informationen und konkrete Tipps, um mit Kindern von klein auf gemeinsam zu üben, sich auch alleine zu beschäftigen und gut mit Frust umgehen zu können.

### Online-Termin:



**Mittwoch, 03.12.2025,  
18:30-20:00 Uhr**

### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Sabine Rühl-Krainer, Klinische und Gesundheitspsychologin, zertifizierte Elternbildnerin, Entwicklungs- und Siebenschläfer-Schlafberaterin, Kindergartenpädagogin

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

## Starke Väter für starke Kinder: Eine Bindung fürs Leben



Väter sind wichtig für ihre Kinder. Aber wie sind die „modernen Väter“, was benötigen sie und welche wichtige Rolle kommt ihnen zu? Wie kann es gelingen, ein „guter“ Vater zu sein und mit Kindern eine Bindung fürs Leben aufzubauen? All das wollen wir an diesem Abend gemeinsam herausfinden!

### Online-Termin:



**Mittwoch, 14.01.2026,  
18:30-20:00 Uhr**

### Kosten:

€ 0,-

**Leitung:** Mag. Dominik Paleczek, Familien.Kompetenz.Zentrum.Graz

**Info:** Gefördert von A6/Land Steiermark im Rahmen von „Elterntreff regional und digital“

Die  
**BERATUNGS**  
Spezialisten  
für Klein-  
und Mittelbetriebe

- Umgründungen
- Sanierungen
- steuerliche,  
betriebswirtschaftliche  
und sozialversicherungs-  
rechtliche Beratung

Pilz + Rath,  
Steuerberatung

A-8200 GLEISDORF  
FLORIANIPLATZ 12  
T 03112 / 2581  
F 03112 / 2581 - 23  
E office.gld@pilz-rath.at

A-8280 FÜRSTENFELD  
AUGUSTINERPLATZ 5  
T 03382 / 52513  
F 03382 / 52513 - 17  
E office.ff@pilz-rath.at

[www.pilz-rath.at](http://www.pilz-rath.at)



## Herzensbildung und Werte



Vorbild sein heißt nicht, perfekt zu sein.

Erziehung braucht authentische Erwachsene, die klar und deutlich sind und zugleich liebevoll handeln. Erziehung bietet die gute Gelegenheit, die eigenen Werte bewusst zu überdenken, denn die Kinder nehmen das auf, was sie vorgelebt bekommen. Eine wohlwollende Atmosphäre in der Familie und in Betreuungseinrichtungen sowie herzliche Beziehungen untereinander tun

nicht nur den Kindern, sondern uns allen gut! Gemeinsam spielen und lachen stärkt die Beziehung zueinander und sollte für Erziehende immer wieder eine Kraftquelle sein, damit die Freude an den Kindern immer wieder von Neuem aufleben kann.

### Präsenz-Termin:

**Dienstag, 20.01.2026,  
19:00–21:00 Uhr**



### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Theresia Lesiak-Schwab, zertifizierte Elternbildnerin, Kindergartenpädagogin

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

## „Familienmitglied“ Smartphone?

### Wie Medienerziehung ab der frühen Kindheit gelingen kann

Was macht es mit unseren Babys und Kindern, wenn wir beim Stillen, Spazieren oder Spielen unsere Aufmerksamkeit dem Smartphone schenken? Wenn wir neben statt mit unseren Kindern sind? Nicht nur der aktive Handy-Konsum der Kleinen – etwa, wenn wir während einer Wartezeit dem Kleinkind das Handy mit einem Video in die Hand drücken –, sondern auch wie wir als Erwachsene im Beisein unserer Kinder digitale Medien nutzen, hat Auswirkungen auf unsere Beziehung und unsere Bindung. Mit Smartphone in der Hand sind Eltern und Erziehende für Kinder schlicht unerreichbar – wir sind „abwesend“. In diesem Sinn beginnt Medienerziehung bereits im Babyalter, denn wir sind Vorbilder!

- Welchen Nutzen und welche Gefahren bringen Bildschirmmedien in der frühen Kindheit?
- Wie wirken sich digitale Medien auf die sprachliche, soziale, emotionale und kognitive Entwicklung aus?
- Worauf sollten wir als Multiplikator:innen, Bezugspersonen und Eltern achten?

### Online-Termin:

**Mittwoch, 21.01.2026,  
18:30–20:00 Uhr**



### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Sabine Rühl-Krainer, Klinische und Gesundheitspsychologin, zertifizierte Elternbildnerin, Entwicklungs- und Siebenschläfer-Schlafberaterin, Kindergartenpädagogin

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

## Verhaltensauffällig: Kinder, die Probleme machen, sind Kinder, die Probleme haben

Verhaltensauffälligkeiten sind Signale, die wir wahrnehmen und die uns helfen, die dahinterliegenden Bedürfnisse zu erkennen. Wenn wir wissen, welche Erziehungsherausforderungen mit welchen Entwicklungsaufgaben einhergehen, dann können wir kindliches Verhalten in einem wesentlich klareren Licht sehen. Dieses Verständnis bietet gute Möglichkeiten, Eltern, Erziehende und Kinder bei der Bewältigung von herausfordernden Situationen zu unterstützen.

### Online-Termin:

**Mittwoch, 28.01.2026,  
18:30–20:00**



### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Monika Stoiser-Berger, Psycholog. Beratung, Erwachsenenbildung, Lernberatung

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark



# SPAREFROH CLUB



**SPAREFROH CLUB**

Vorname: *Pauli*

Nachname: *Habermann*

Steiermärkische SPARKASSE

sparefrohclub.at/stmk

Jetzt Mitglied im Sparefroh Club werden und die vielen Vorteile genießen. Alle Infos zum Sparefroh Club gibt's auf [sparefrohclub.at/stmk](https://sparefrohclub.at/stmk)



## Achtsamkeit liegt in den kleinen Dingen

Achtsamkeit im Umgang mit Kindern bedeutet nicht immer große Gesten oder aufwendige Rituale – oft sind es die kleinen, unscheinbaren Momente im Alltag, die den größten Einfluss auf unsere Beziehung haben. In diesem Vortrag werfen wir einen Blick darauf, wie bewusste Aufmerksamkeit, echtes Zuhören und liebevolle, authentische Präsenz den Alltag mit Kindern nachhaltig prägen können. Anhand konkreter Beispiele und alltagsnaher Impulse wird im Vortrag gezeigt, wie wir durch kleine Dinge Großes bewirken – und Kindern das Gefühl geben, wirklich gesehen und gehört zu werden.

### Online-Termin:

**Mittwoch, 04.02.2026,  
18:30–20:00 Uhr**



### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Christine Schwarzenberger, zertifizierte Kursleiterin für Dunstan-Babysprache und Zwergensprache®-Babyzeichen, Ernährungs- und Dipl. Kindergesundheitstrainerin, LIMA-Trainerin

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

## Ängste machen Kinder stark

Angst gehört zu den Grundgefühlen des menschlichen Daseins. Kinder gehen oft eigene Wege in der Bewältigung ihrer Ängste. Gemeinsam wollen wir uns überlegen, wie wir Kinder entsprechend unterstützen können. Wie können Ängste dabei helfen, uns stark zu machen?

### Online-Termin:

**Mittwoch, 11.02.2026,  
18:30–20:00 Uhr**



### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Theresia Lesiak-Schwab, zertifizierte Elternbildnerin, Kindergartenpädagogin

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

## Wie geht es dir? Psychische Belastungen bei Kindern erkennen



Was ist eine „normale“ Phase, wann ist die gefühlte Belastung problematisch und „stört“ die gesunde Entwicklung bzw. „fällt aus dem Rahmen“? Die Anzeichen als Signale richtig zu erkennen und frühzeitig unterstützend einzugreifen, liegt in der Verantwortung der Eltern und Betreuungspersonen und ist der hilfreichste Weg, ein Kind gut aufzufangen.

### Online-Termin:

**Mittwoch, 25.02.2026,  
18:30–20:00**




### Kosten:

€ 0,-


**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Monika Stoiser-Berger, Psycholog. Beratung, Erwachsenenbildung, Lernberatung

**Info:** Gefördert von A6/Land Steiermark im Rahmen von „Elterntreff regional und digital“. Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark





# WE PROCESS THE FUTURE

Täglich sorgt Binder+Co mit intelligenter Technologie für die optimale Nutzung von Roh- und Recyclingstoffen. Mit Präzision, Effizienz und Verlässlichkeit werden Rohstoffwerte gesteigert und damit höchste Qualitätsansprüche erfüllt. Als innovativer Vordenker setzt Binder+Co Maßstäbe in den Bereichen Nachhaltigkeit und Umweltschutz und liefert so einen kreativen Beitrag zum effizienten und nachhaltigen Umgang mit den knappen Ressourcen unserer Welt. [www.binder-co.at](http://www.binder-co.at)

binder+co



## Wutzwerg und Klammeräffchen

### Kinder im Umgang mit ihren Gefühlen gut begleiten

Kinder werden häufig von ihren Gefühlen überflutet – sie explodieren wie ein Vulkan, verwandeln sich in Klammeräffchen. Dabei fehlt es ihnen noch an Strategien im Umgang mit kleinen und großen Gefühlen. Auch für uns Erwachsene ist das Begleiten dieser Gefühle mitunter sehr herausfordernd. Mit unserer Unterstützung lernen Kinder ihre Gefühle kennen und wie sie damit umgehen können. Alle Gefühle sind wichtig und richtig! Die Basis im Umgang mit Gefühlen wird bereits in den ersten Lebensjahren gelegt.

#### Online-Termin:

Mittwoch, 04.03.2026,  
18:30–20:00 Uhr



#### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Sabine Rühl-Krainer, Klinische und Gesundheitspsychologin, zertifizierte Elternbildnerin, Entwicklungs- und Siebenschläfer-Schlafberaterin, Kindergartenpädagogin

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

## Geschlechterbewusste Erziehung von Anfang an

Neugierig erkunden Kinder ihre Lebenswelt mit all ihren Facetten. Doch diese ist nach wie vor eine zweigeteilte, die scheinbar klar zwischen den Geschlechtern differenziert. Nicht nur Spielzeug, Kleidung und Farben sehen unterschiedlich aus, sondern Kinder nehmen auch wahr, dass Männer und Frauen oft nicht die gleichen Aufgaben übernehmen. Die Geschlechterrolle beeinflusst die Entwicklungsmöglichkeiten maßgeblich und prägt den weiteren Lebensweg. Starre Rollenbilder mit unterschiedlichen Erwartungen halten sich oft sehr hartnäckig – sie wirken so vertraut und es fällt oft schwer, diese im Alltag zu erkennen. Wir beleuchten, wie wir die Geschlechterzuschreibungen erkennen, ihnen bewusst begegnen und sie aufbrechen können, damit Kinder bestärkt werden und selbstbestimmt ihren eigenen Weg gehen, ihre Persönlichkeit entwickeln und ihr eigenes Ich leben.



#### Online-Termin:

Mittwoch, 11.03.2026,  
18:30–20:00 Uhr



#### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Simone Scheiner-Posch MA, Elementarpädagogin, Erwachsenenbildnerin, Lehrbeauftragte an pädagogischen Hochschulen

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

## Was hat denn die Oma/der Opa? Kindern Demenz erklären



Demenz ist eine unsichtbare Krankheit, deren Auswirkungen jedoch in der ganzen Familie stark spürbar sind. Kinder erkennen Veränderungen bei Oma/Opa schnell und sollten deshalb über das Thema informiert werden. Wir betrachten die Symptome und zeigen, wie wir gemeinsam mit Empathie und Freude den Alltag mit einem demenzerkrankten Familienmitglied gestalten können.

#### Präsenz-Termin:

Dienstag, 17.03.2026,  
19:00–21:00 Uhr



#### Kosten:

€ 0,-

**Leitung:** Christine Schwarzenberger, zertifizierte Kursleiterin für Dunstan-Babysprache und Zwergensprache®-Babyzeichen, Ernährungs- und Dipl. Kindergesundheitstrainerin, LIMA-Trainerin

**Info:** Gefördert von A6/Land Steiermark im Rahmen von „Elterntreff regional und digital“, Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark



TAGES  
MÜTTER  
VÄTER  
Steiermark

## Ausbildungsstart Tagesmutter\*vater und Kinderbetreuer\*in



**Termine:**  
Kalsdorf 2.10.2025  
Gleisdorf 5.11.2025  
Graz 12.1.2026

[www.tagesmuetter.co.at](http://www.tagesmuetter.co.at)





## Wenn Kinder ständig Nein sagen

Kinder, die immer Nein sagen, machen das Leben für Erziehende oft schwer. Das kindliche Nein ist aber besser als sein Ruf und sogar richtig wertvoll! Kinder lieben dieses Wort und es gibt viele Gelegenheiten, bei denen ein Nein sogar sehr wichtig ist, auch wenn es den Erwachsenen nicht gefällt. Geschichten, Bilderbücher und Spiele können eine hilfreiche Unterstützung sein, um Ja und Nein sagen zu können. Wie soll man mit kleinen „Nein-Sagern“ am besten umgehen? Welche Qualität verbirgt sich im Neinsagen für das Kind auch für das spätere Leben?

### Online-Termin:

**Mittwoch, 18.03.2026,  
18:30–20:00 Uhr**



### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Theresia Lesiak-Schwab, zertifizierte Elternbildnerin, Kindergartenpädagogin

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark  
(nur für Kinderbetreuer:innen)

## Sichere Bindung: Halt mich, bis ich sicher bin

Die Verbundenheit eines Kindes zu seinen Bezugspersonen ist wichtig für seine gesunde Entwicklung. Erleben Kinder zuerst in ihrer Familie und dann auch von Erziehenden in Kinderbetreuungseinrichtungen verlässliche Erwachsene, so wird ihr natürliches Bedürfnis nach Sicherheit, Geborgenheit und Nähe erfüllt. Umso wichtiger ist es, dass wir Erwachsene uns feinfühlig dieser Verantwortung stellen, indem wir unsere eigenen Beziehungsmuster reflektieren und bewusst Strategien entwickeln, damit wir unsere Wahrnehmung in prägenden Situationen ganz auf das Kind richten können.

### Online-Termin:

**Mittwoch, 25.03.2026,  
18:30–20:00 Uhr**



### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Monika Stoiser-Berger, Psycholog. Beratung, Erwachsenenbildung, Lernberatung

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark



## Schulreife: „Ich komme bald in die Schule!“

### Kinder sanft und stark begleiten

Der Übergang in die Schule ist ein großer Schritt – sowohl für Kinder, als auch für Eltern und Bezugspersonen, die sie auf diesem Weg begleiten. Freude, Neugier, aber auch Unsicherheiten prägen diese besondere Zeit. Wie können wir Kinder in diesem Prozess bestmöglich unterstützen? Welche Fähigkeiten sind wichtig, damit sie den Schulstart mit Freude und Selbstvertrauen meistern? Dieser Vortrag gibt wertvolle Impulse, wie Kinder spielerisch und sanft auf den neuen Alltag vorbereitet werden können – mit Geduld, Achtsamkeit und der richtigen Balance zwischen Förderung und Freiraum.

- Welche Kompetenzen sind für einen gelungenen Schulstart entscheidend?
- Spielerische Ansätze zur Förderung von Feinmotorik und Konzentration



### Online-Termin:

**Mittwoch, 08.04.2026,  
18:30–20:00 Uhr**



### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Julia-Anna Lammer, Elementarpädagogin, Bachblütenberaterin, Kindermentaltrainerin, Lerncoach, Hochsensibilitätstrainerin, Autorin

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

## Autismus: Was ist das eigentlich?

Autismus gilt als Entwicklungsstörung des zentralen Nervensystems, die primär genetisch verursacht ist und mit strukturellen und funktionellen Veränderungen des Gehirns einhergeht. Dadurch haben autistische Menschen vielfältige Herausforderungen in ihrem Alltag zu bewältigen, bei denen sie aber gut unterstützt werden können. Das betrifft vor allem ihre Wahrnehmung, soziale Interaktion und Kommunikation, ihre Denk- und Lernprozesse sowie ihre Verhaltensweisen. Autismus ist ein großes Spektrum. Das bedeutet, dass die Ausprägungen der autistischen Merkmale unterschiedlich stark ausfallen können und autistische Menschen sehr verschieden in ihrer Wesensart sind, aber auch gemeinsame Merkmale haben, die schlussendlich zu einer Diagnose führen. Der Vortrag gibt Informationen über allgemeine Wissenswerte zu diesem Thema, über die Diagnosekriterien, die neuropsychologischen Ansätze zur Erklärung von Autismus sowie Tipps zur Unterstützung im Umgang mit und zur Förderung von autistischen Kindern und Jugendlichen.

### Online-Termin:

**Mittwoch, 15.04.2026,  
18:30–20:00 Uhr**



### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Dagmar Hennecke Bakk. phil. MSc, Inklusionspädagogin, Montessoripädagogin, Autismustrainerin

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark



## Kinder lieben Rituale



Mit Kindern kommt im Tagesablauf vieles anders als geplant. Feste Rituale beim gemeinsamen Essen in der Familie und in der Kinderbetreuung, beim Morgenkreis und beim Schlafengehen, beim Vorlesen und Spielen helfen Kindern, den Tag zu strukturieren. Bewusst miteinander verbrachte, liebevolle Momente und sich wiederholende Abläufe dienen als Kraftquelle, geben Orientierung und Halt und es entsteht Zugehörigkeitsgefühl.

### Präsenz-Termin:

**Dienstag, 21.04.2026,  
19:00-21:00 Uhr**



### Kosten:

€ 0,-

**Leitung:** Theresia Lesiak-Schwab, zertifizierte Elternbildnerin, Kindergartenpädagogin

**Info:** Gefördert von A6/Land Steiermark im Rahmen von „Elterntreff regional und digital“, Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark (nur für Kinderbetreuer:innen)

## Positive und wertschätzende Sprache mit Kindern (und anderen Mitmenschen)

Im Umgang und im Sprechen mit unseren Mitmenschen, speziell mit unseren Kindern, ist uns oft nicht klar, auf welche Art wir kommunizieren. Im Kurs üben wir Achtsamkeit, sowohl beim Zuhören als auch für Formulierungen, um positiv und bejahend, aufbauend und zustimmend von unseren Kindern und anderen Mitmenschen verstanden zu werden.

### Online-Termin:

**Mittwoch, 22.04.2026,  
18:30-20:00 Uhr**



### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Christine Schwarzenberger, zertifizierte Kursleiterin für Dunstan-Babysprache und Zwergensprache®-Babyzeichen, Ernährungs- und Dipl. Kindergesundheitstrainerin, LIMA-Trainerin

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

## Das Beste wollen und das Falsche tun?



### Die Balance zwischen Überfürsorge und zu viel Freiraum

Wir wünschen das Beste für unsere Kinder. Die Ursachen für Überfürsorge sind erklärbar, die Folgen für unsere Kinder jedoch für ihre Lebenskompetenz nicht hilfreich. Umso wichtiger ist es, sich mit dem eigenen Erziehungsverhalten auseinanderzusetzen und die tatsächlichen Bedürfnisse der Kinder wahrzunehmen sowie Bedingungen und Strategien für eine gesunde Entwicklung zu schaffen.

### Online-Termin:

**Mittwoch, 29.04.2026,  
18:30-20:00 Uhr**



### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Monika Stoiser-Berger, Psycholog. Beratung, Erwachsenenbildung, Lernberatung

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

## Mein ICH entdecken: Das Geheimnis der Trotzphase

Die Autonomiephase – auch Trotzphase genannt – stellt einen entscheidenden Abschnitt der Entwicklung im Kleinkindalter dar. In dieser Phase entdecken die Kinder ihr Ich und machen einen großen Schritt in Richtung Selbstständigkeit. Der Abend bietet entwicklungspsychologische Hintergründe, um zu verstehen, was in den Kindern vorgeht sowie Tipps und Tricks, wie Eltern und andere Bezugspersonen die Kinder in dieser manchmal sehr herausfordernden Phase unterstützen können.

### Online-Termin:

**Mittwoch, 06.05.2026,  
18:30-20:00 Uhr**



### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Sabine Rühl-Krainer, Klinische und Gesundheitspsychologin, zertifizierte Elternbildnerin, Entwicklungs- und Siebenschläfer-Schlafberaterin, Kindergartenpädagogin

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark



Ausbildungen Gesundheitsberufe

**TRAUMBERUF**

Masseur:in / Physiotherapeut:in

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

**BEI UNS BIST DU RICHTIG**



**ELTERNBILDUNG,**  
die an den täglichen Familienalltag anknüpft.

KATHOLISCHES BILDUNGSWERK

**MEHR INFOS**  
0316/8041-345  
kbw@graz-seckau.at  
bildung.graz-seckau.at





## Neugierde wecken, Interessen entdecken

### Kinder bei der Entwicklung begleiten

Schon kleine Kinder setzen sich im Spiel über einen längeren Zeitraum hinweg mit bestimmten Themen und Handlungen auseinander. Sie wollen ihre Umgebung und das Leben darin entdecken und aktiv mitgestalten. Dabei entwickeln sich erste Interessen bzw. Vorläufer von Interessen – und diese prägen die weitere kindliche Entwicklung.



#### Online-Termin:

**Mittwoch, 13.05.2026,  
18:30–20:00 Uhr**



#### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Simone Scheiner-Posch MA,  
Elementarpädagogin, Erwachsenenbildnerin,  
Lehrbeauftragte an pädagogischen Hochschulen  
**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

## Aggressionen mit anderen Augen sehen

Wir alle sind im Leben mit Aggressionen konfrontiert – den eigenen und jenen der anderen. Im gemeinsamen Gespräch und Erfahrungsaustausch wollen wir versuchen, die Hintergründe und das Verhalten von Kindern besser zu verstehen, die wir als „aggressiv“ empfinden. Wie können wir konstruktive Teile der Aggression, des Forschungsdranges und Gestaltungswillens fördern und zerstörerische Elemente begrenzen? Eine Begleitung beim Umgang mit allen Formen der Aggression ist eine immerwährende Erziehungsaufgabe.

#### Online-Termin:

**Mittwoch, 20.05.2026,  
18:30–20:00 Uhr**



#### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Theresia Lesiak-Schwab, zertifizierte Elternbildnerin,  
Kindergartenpädagogin  
**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark



### Ich suche ein Geschenk für ...

... (frischgebackene) Eltern oder auch Patenkinder?  
Verschenke Freude, Wissen und Gesundheit!



## Suchtprävention von Anfang an



Vorbeugen statt Nachsorgen – Suchtprävention beginnt beim Kleinkind. Selbstachtung, Selbstwert, Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein sind die Grundlage für eine starke Persönlichkeit. Dann können sich Eigenverantwortung und auch die Wertschätzung für andere entwickeln. Je sensibler Eltern und Erziehende sich selbst in ihren eigenen Bedürfnissen wahrnehmen, umso klarer können sie Kindern den für eine gesunde Persönlichkeitsentwicklung so wichtigen Rahmen geben. Authentizität im Fühlen, Denken und Handeln ist die Basis für Suchtprävention.

#### Online-Termin:

**Mittwoch, 27.05.2026,  
18:30–20:00 Uhr**



#### Kosten:

€ 14,-

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Monika Stoiser-Berger, Psycholog. Beratung,  
Erwachsenenbildung, Lernberatung  
**Info:** Weiterbildung zum Thema „Kinderschutz“  
Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark



**VOLKSBANK STEIERMARK**

**Dein Leben  
Deine Welt**

HAUSBANK-WELT

Mehr Wissen, mehr Freiheit – Lass uns über Geld sprechen. Mit finanzieller Bildung nimmst du deine Zukunft selbst in die Hand.

[www.volksbank-stmk.at/hausbank-welt](http://www.volksbank-stmk.at/hausbank-welt)

VOLKSBANK. Vertrauen verbindet.



## Dr. ROGGE-Seminar: „Kinder brauchen Grenzen, Grenzen geben Halt“

Partnerschaftliche Erziehung gelingt nur auf der Grundlage von gegenseitigem Respekt und Achtung. Anhand vieler Situationen aus dem Alltag werden Fragen beantwortet und Beispiele gezeigt, wie diese Art der Erziehung aussehen und gelingen kann. Zugleich hat die Beziehung zu Kindern immer auch mit Humor und Lachen zu tun. Ein Aspekt, dem in diesem Seminar ebenso Rechnung getragen wird. Versprochen ist also allen Teilnehmer:innen eine ebenso informative wie vergnügliche Veranstaltung!



**Präsenz-Termin  
für (Groß-)Eltern  
und Fachpersonen:**

**Dienstag, 09.06.2026,  
16:00–19:00 Uhr**

ODER

**Mittwoch, 10.06.2026,  
15:00–18:00 Uhr**



**Kosten:**

€ 52,- (€ 50,- )

**Leitung:** Dr. Jan-Uwe Rogge, freiberuflicher Familien- und Kommunikationsberater, Buchautor, Vater und Großvater aus Hamburg

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

## Dr. ROGGE-Vortrag: „Zauberformeln“ für Humor, Vertrauen und klare Orientierung

### Gelassen erziehen und stark begleiten

Erziehung ist kein perfektes Konzept, sondern ein lebendiger Prozess voller Herausforderungen und Wachstum. Der bekannte Hamburger Familienberater Jan-Uwe Rogge zeigt mit seinen sieben Zauberformeln, wie Vertrauen, Humor und Klarheit den Alltag erleichtern. Kinder brauchen Raum, um sich zu entfalten, Zeit zum Wachsen und Orientierung, die Sicherheit gibt, ohne einzuengen. Dieser Vortrag lädt dazu ein, gelassen zu erziehen, loszulassen, wo es nötig ist, und Halt zu geben, wo er gebraucht wird – für eine Erziehung, die stärkt, verbindet und Freude macht.



**Live im forumKLOSTER UND online via Livestream.  
Damit alle dabei sein können!**

**Präsenz-Termin:**

**Mittwoch, 10.06.2026,  
19:00–21:30 Uhr**



**Kosten:**

**VORVERKAUF  
IM EKIZ Gleisdorf:**  
€ 20,-

**KARTEN-  
RESERVIERUNG:**  
€ 22,-

**ABENDKASSE:**  
€ 22,-

**Ort:** forumKLOSTER Gleisdorf,  
Rathausplatz 5

**Online-Termin:**

**Mittwoch, 10.06.2026,  
19:00–21:30 Uhr**



**Kosten:**

€ 28,-

**Ort:** Überall mit Computer oder Smartphone

**Leitung:** Dr. Jan-Uwe Rogge, freiberuflicher Familien- und Kommunikationsberater, Buchautor, Vater und Großvater aus Hamburg

**Info:** Weiterbildung gemäß A6/Land Steiermark

**Bezahlung:** Die Kosten für die Kartenreservierung sowie für die Teilnahme am Online-Vortrag sind innerhalb von 5 Tagen ab Anmeldung zu überweisen.

**IBAN:** AT11 3810 3000 0013 5822

**Verwendungszweck:** Rogge Vortrag Juni

Plakate  
Flugblätter  
Einladungen

Prospekte  
Bücher  
Zeitungen  
Briefpapier  
Kuvert  
Visitenkarten  
Speisekarten  
Etiketten  
Blöcke  
Eintrittskarten  
Grafik  
Digitaldruck

90 JAHRE **grafik & druck**  
**Zimmermann**  
...mehr als nur drucken

**UMWELT  
BEWUSST  
GEDRUCKT**

Für Druckprodukte werden keine  
**NATURWÄLDER**  
gerodet.



8200 Gleisdorf | Tel. 031 12/24 33  
service@zimmermann-druck.at | www.zimmermann-druck.at





**ERZIEHUNGSKABARETT**

**Pubertäts-Docs Jan-Uwe Rogge und Matthias Jung**

**„Chill mal!“ – Am Ende der Geduld ist noch viel Pubertät übrig**

**Di., 14.10.2025, 19.00 Uhr, *forum*KLOSTER, Gleisdorf**

Der Familienberater Jan-Uwe Rogge und der Diplom-Pädagoge und Pubertätsexperte Matthias Jung, beide Bestseller-Autoren, kommen mit ihrem Erziehungs-Kabarett „Chill mal!“ Erwachsenen und Eltern zur Hilfe. Sie liefern Antworten auf Fragen, die Eltern bewegen. Und dies in einer einzigartigen Mischung aus Sachverstand und Humor.

Karten: Info-Büro Gleisdorf, 0800/312512, alle Raiffeisenbanken Stmk, Ö-Ticket

1. Kat. VVK € 26,- / AK € 29,-, Kulturpass VVK € 23,- / AK € 26,-, ACard VVK € 23,- / AK € 26,-, Behinderte VVK € 21,- / AK € 24,-,  
2. Kat. VVK € 23,- / AK € 26,-, Kulturpass VVK € 20,50 / AK € 23,-, ACard VVK € 20,50 / AK € 23,-, Behinderte VVK € 18,- / AK € 21,-

**SOLARSTADT GLEISDORF**

## Wir bedanken uns herzlich!

- Stadtgemeinde Gleisdorf
- Gemeinden der Kleinregion (Albersdorf-Prebuch, Hofstätten, Ludersdorf-Wilersdorf)
- Marktgemeinden: Markt Hartmannsdorf, Sinabelkirchen, St. Margarethen, St. Ruprecht



Albersdorf-Prebuch • Gleisdorf • Hofstätten • Ludersdorf-Wilersdorf



Bundeskanzleramt

Bundesministerin für Frauen,  
Familien und Jugend



→ Gesellschaft

Mitglied bei:



NETZWERK ELTERNBILDUNG

Stöpsel- und Babytreff gefördert von:



Gesundheit für die Steiermark!

Die Elternberatung im Rahmen  
des neuen Eltern-Kind-Passes wird gefördert von:



FAMILIE  
Familienberatung  
Psychotherapie



Bundeskanzleramt

Alle intergenerativen Veranstaltungen  
werden gefördert von:



→ Gesellschaft



„Elterntreff regional und digital“ sowie das Projekt  
„Mama International“ im Rahmen des Innovationscalls  
„Impuls: Elternbildung“ werden gefördert von:



→ Gesellschaft



ELTERNBILDUNG



## Elternberatung zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf

### Für (werdende) Mütter/Paare und Eltern mit Kind/ern bis zum 1. Geburtstag

Wie können sich Eltern gut auf die Zeit mit ihrem Baby vorbereiten? Wie können Aufgaben und Verantwortung fair verteilt werden? Wie können Paare ihre Beziehung wertschätzend, liebevoll und auf Augenhöhe gestalten? Was bedeutet mental load und Chancengleichheit?

Wir informieren in dieser Gruppe über Themen wie:

- Finanzielle Leistungen rund um die Geburt
- Partnerschaftliche Aufteilung der Elternzeit
- Karenzmodelle und Elternteilzeit
- Wiedereinstieg in den Job
- Pensionssplitting

#### Termin:

siehe bitte unter  
[www.ekiz-gleisdorf.at](http://www.ekiz-gleisdorf.at)

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Renate Heine-Mernik,  
Mag.<sup>a</sup> Teresa Promitzer

**Info:** Gefördertes Beratungsangebot aus dem Budget des Bundeskanzleramtes, Sektion Familie und Jugend im Rahmen des „Eltern-Kind-Passes NEU“

## Regionale Elternberatung Gleisdorf



### Für Eltern mit Kindern im Alter von 0 bis 3 Jahren

Sozialarbeiter\*innen der Bezirkshauptmannschaft beraten Sie gemeinsam mit einer Hebamme zu Themen rund um Schwangerschaft und die ersten drei Lebensjahre:

- Vorbereitung auf die Geburt
- Wiegen und Messen Ihres Babys
- Still- und Ernährungsberatung
- Begegnung und Austausch mit anderen Eltern
- Sozialarbeiterische Beratung

**Zeit:** 1. und 3. Montag im Monat von 9:00–11:00 Uhr

**Ort:** Haus des Kindes, Dr.-Hermann-Hornung-Gasse 31

Bei Interesse melden Sie sich gerne bei Ilse Harrer:

**0676/866 40 239** oder Elisabeth Seidl: **0676/866 40 750**.

E-Mailadresse: [bhwz-elternberatung@stmk.gv.at](mailto:bhwz-elternberatung@stmk.gv.at)

Haben Sie Unsicherheiten, ob sich Ihr Kind gut und altersgemäß entwickelt?

Haben Sie Fragen zu Fördermöglichkeiten für Ihr Kind?

**Chance B – Frühförderung – Therapeutisches Institut**  
**Kontakt: 03112/4911 [office@chanceb.at](mailto:office@chanceb.at)**

Ein Projekt der

**CHANCE B GRUPPE**

## Vieles kommt zu kurz? Hilfe auf Zeit für Familien.

Familienpatenschaften unterstützen Eltern, wenn im Alltag nicht alles rund läuft. Freiwillig Engagierte ermöglichen als Patinnen und Paten planbare Pausen – sie schenken Eltern etwas Zeit zum Krafttanken und Kindern ihre ungeteilte Aufmerksamkeit.

Familienpatenschaften ist ein Projekt der Chance B

Ihr Kontakt zur Familienpatenschaft:  
**0664 60 409 700**  
[freiwillig@chanceb.at](mailto:freiwillig@chanceb.at)  
[www.chanceb.at](http://www.chanceb.at)

Weil gemeinsam vieles leichter fällt.

familien  
patenschaften



## Hebammen beraten

Jede schwangere Frau in Österreich hat Anspruch auf ein kostenloses einstündiges Beratungsgespräch mit einer Hebamme. Die Beratung findet zwischen der 18. und der 22. Schwangerschaftswoche statt. Die Themen der Beratung sind beispielsweise: Ernährung und Bewegung in der Schwangerschaft, Rauchen, Stillförderung, Angst vor der Geburt, die Wahl des Geburtsortes, optimale Geburtsvorbereitung und vieles mehr. Natürlich wird auch Raum für individuelle und persönliche Anliegen geschaffen.

Für weitere Informationen und zur Hebammensuche steht die Website der steirischen Hebammen zur Verfügung:  
**[www.hebammen.at](http://www.hebammen.at)**

## PENSIONSSPLITTING – was ist das?

Kommt ein Kind auf die Welt, übernimmt meist ein Elternteil die Betreuung und legt dafür die Erwerbsarbeit auf Eis, was sich negativ auf die Höhe der späteren Pension auswirkt. Daher ist es möglich, dass der im Berufsleben verbleibende Elternteil seine Kontogutschrift mit der Partnerin/dem Partner teilt. Damit soll der durch die Kindererziehung entstehende finanzielle Nachteil zumindest teilweise reduziert werden. Dies ist möglich von der Geburt bis zum siebenten Lebensjahr des Kindes.

**Mehr auf: [www.pv.at](http://www.pv.at)**







# MAMA INTERNATIONAL



- ♥ WILLKOMMEN bei „MAMA INTERNATIONAL“! ♥  
 ♥ MAMA INTERNATIONAL! ♥  
 ♥ DOBRODOŠLI u „MAMA INTERNATIONAL“! ♥  
 ♥ Bun venit la MAMA INTERNATIONAL! ♥  
 ♥ MAMA INTERNATIONAL'A HOŞGELDİNİZ! ♥  
 ♥ Ласкаво просимо до MAMA INTERNATIONAL! ♥  
 ♥ ÜDVÖZÖLJÜK a MAMA INTERNATIONAL-NÁL! ♥  
 ♥ WELCOME to MAMA INTERNATIONAL! ♥

Was Mütter auf der ganzen Welt verbindet: Kinder! Wir freuen uns, wenn unsere Kleinen Spaß miteinander haben und Freundschaften schließen. Es ist schön, sich mit anderen Mamas zu unterhalten und sich über den Alltag in einer neuen Heimat und einer neuen Sprache auszutauschen.

Gemeinsam sind wir Mamas noch stärker!  
 Deshalb laden wir ganz besonders herzlich Mamas mit nicht deutscher Muttersprache ein.

## MAMA-KIND-TREFFEN INTERNATIONAL

OHNE  
Anmeldung

Was dich erwartet:

- regelmäßiges Treffen mit anderen Müttern und Kindern (0–5 Jahre)
- gemeinsames Plaudern und Spielen in kindgerechter Umgebung
- über Muttersein, Kinder und Erziehung sprechen



**Termin:**

**Kosten:**

genaue Termine und Kosten auf unserer **Website**

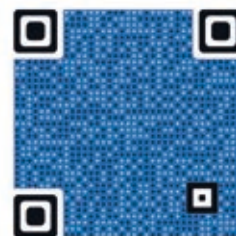
**Info:** Gefördert im Rahmen des Innovationscalls „Impuls: Elternbildung“



## MAMA-TREFFEN INTERNATIONAL

Was dich erwartet:

- regelmäßiges Treffen mit anderen Müttern (ohne Kinder)
- über Muttersein, Kinder und Erziehung sprechen
- Tipps für das Leben mit Kind in Gleisdorf, den Gemeinden in der Region, in der Steiermark



**Termin:**

jeden **Montag und Freitag**,  
genaue Termine auf unserer **Website**

**Kosten:**

€ 2,-/Treffen

**Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Beate Schabl, AHS-Pädagogin für Deutsch, Mama von drei Kindern

**Info:** Gefördert im Rahmen des Innovationscalls „Impuls: Elternbildung“





# Mit Sicherheit bestens beraten.



**Christian Weingerl**

+43 50 350 - 57915  
+43 664 399 22 05



**Jan Weingerl**

+43 50 350 - 57917  
+43 664 307 66 20



**Christian Hanke**

+43 50 350 - 58602  
+43 680 231 96 87



**Maximilian Prem**

+43 50 350 - 57924

**Team Weingerl & Partner**

office.weingerl-partner@wienerstaedtische.at  
Business Park 4, 8200 Gleisdorf

#einesorgeweniger

**Ihre Sorgen möchten wir haben.**

**WIENER  
STÄDTISCHE**  
VIENNA INSURANCE GROUP





**JERICH**   
INTERNATIONAL



 **Autohaus Fritz**   
GmbH & Co KG CITROËN  
8200 Gleisdorf - [www.autohausfritz.at](http://www.autohausfritz.at)

## *Gesundheit ist mehr als die Abwesenheit von Krankheit*

  
**Mohren = Apotheke**  


**DIE**  
**ELTERN • KIND**  
**APOTHEKE**

Südtirolerplatz 7, 8020 Graz (vis à vis Kunsthaus)  
[www.mohren-apotheke.at](http://www.mohren-apotheke.at)

- Mama Aua • Weleda • Hauschka • Medela
- Mam • Anfertigungen nach Stadelmann • Noreia • Bio-Tees • Natracare-biologische Frauenhygiene
- Babywaagenverleih • Milchpumpenverleih

**Impressum:** Herausgeber: Eltern-Kind-Zentrum Gleisdorf | **Fotos:** Ulli Tavs, Tanja Mahr, Andrea Prem, Christine Schwarzenberger, Team und Referent:innen EKIZ Gleisdorf, Anna Lisa Kiesel, Susanne Posch, Tina Szabo, Studio Alexandra, [www.babyzeit.cc](http://www.babyzeit.cc), Conny Leitgeb Photography, Dagmar Frühauf [www.df-fotografie.at](http://www.df-fotografie.at). Für alle Fotos besteht ein Urheberrecht! | **Grafik:** Stefanie Theres Zimmermann, Gleisdorf | **Druck:** Zimmermann-Druck, Gleisdorf | **Druckfehler:** Wir bitten um Nachsicht, wenn das „Fehlerteufel“ zugeschlagen hat.







**FEINKOST  
MÖRATH**  
AM HAUPTPLATZ GLEISDORF



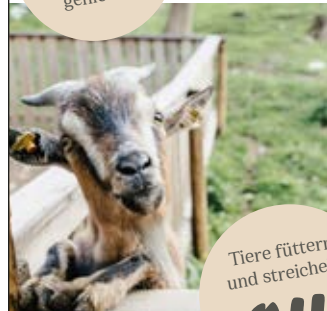
- Eigene Babylinie
- Milchpumpen zum Verleih
- Chakren Essenzen
- Exklusives Teehaus und Drogerie
- Traditionelle Europäische Medizin
- Aromatherapie, Bachblüten
- Schüssler u.v.m.

STADTAPOTHEKE GLEISDORF · Florianiplatz 8 · 8200 Gleisdorf  
Tel.: +43 3112 2469 Fax -76 · [www.stadtapotheke-gleisdorf.at](http://www.stadtapotheke-gleisdorf.at)



**WALDPARK HOCHREITER**

Wald und ganz viel **wow**



**WO?**

An der Teichalmstraße  
im Naturpark Almenland.

**OH!**

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