Eltern-Kind-Zentrum
Innsbruck

Winterprogramm 2013/14

Innsbruck • Amraser Str. 5
Tel 0512/58 19 97-0
info@ekiz-ibk.at
www.ekiz-ibk.at

Inhaltsverzeichnis

Anmeldung / Infos 4

Winterprogramm 2013/14

Schwangerschaft & Geburt 9

Säuglingsalter 14

Eltern-Kind-Gruppen 17

Eltern-Kind-Gruppen ohne Anmeldung 19

Eltern-Kind-Gruppen mit Anmeldung 20

Kurse im Überblick 28

Spiel & Spaß im Wasser 34

Kinderkrippe 39

Familienberatung 40

Elternratgeber 41

Kleingruppenberatung 49

Selbstorganisierte Gruppen 50

Fortbildung 51

Themenblatt 52

Impressum:
Herausgeber: Eltern-Kind-Zentrum Innsbruck, Amraser Str. 5, 6020 Innsbruck
Für den Inhalt verantwortlich: Malina Klöppel & Sabine Mutschlechner; Illustration: Nina Hammerle
Grafik: Evelyn v. Mörl; Druck: Online Druck GmbH

Wir danken unseren UnterstützerInnen:
Stadt Innsbruck – Amt für Erziehung, Bildung und Gesellschaft; Land Tirol – Referat für Kinder- und Jugendbetreuung, Abteilung für Gesundheit, Familie und Jugend; Bundesministerium für Wirtschaft, Familie und Jugend; Raiffeisen Landesbank Tirol AG; Innsbrucker Kommunalbetriebe AG

Neuigkeiten & Spezialitäten

Ideencafé

Einstieg ins neue Semester mit gemütlichem Ideenaustausch für alle, die Lust haben, uns ihre Ideen, Rückmeldungen, Erwartungen und Wünsche zum EKiZ mitzuteilen. Dies gilt natürlich für Erwachsene und Kinder gleichermaßen. Im EKiZ-Garten (bei schlechtem Wetter im großen Raum) **am Donnerstag, 19. September, um 15 Uhr.**

NEU! Fototermin für Weihnachtskarten

Weihnachtsgrüße mit eurem eigenen Familien- oder Kinderfoto. Eine Fotografin kommt ins EKiZ und fertigt anschließend aus den Kinder- und Familienfotos eure persönlichen Weihnachtsbillets. Fototermin am **8. November**. Infos dazu auf Seite 18.

NEU! Kurse

Schwangerschaft & Geburt: Schwimm & Gym • Infoabend Kaiserschnitt **Eltern-Kind-Gruppen:** Bewegungskurse im großen Bewegungsraum in der Kapuzinergasse **Eltern-Kind-Workshops:** Knusper, knusper Knäuschen • Abenteuer Wald für Väter und Kinder **Elternratgeber:** Medien im Familienalltag • Liebevolle Erziehung • Sprachförderung • Kindergeburtstage gestalten • Großeltern-Abend • Erkältungsöl selbst gemacht • Obsorge & Co • Scheidungsberatung **Fortbildung:** Uwe Legahn – Babyschwimmen und was dann?

NEU! Frischer Kuchen im EKiZ-Café

Dank einer lieben Kuchenfee, die uns **donnerstags** nun regelmäßig einen Kuchen zaubert, können wir euch im EKiZ Café ab sofort mit frisch selbstgebackenem Kuchen verwöhnen.

NEU! Bücherecke auf unserer Homepage (Buy local!)

Ihr könnt ab sofort über unsere Homepage bei der Buchhandlung Tyrolia bestellen. Die Bücher werden euch umgehend versandkostenfrei direkt nach Hause zugestellt. Wir wollen damit auch den lokalen Buchhandel unterstützen.

Es freuen sich auf euch **Malina & Sabine**

Vorstand

Sabine Mutschlechner (Geschäftsführung)

Malina Klöppel (Geschäftsführung)

Sylvia Farnik

Petra Schöll-Hosp

Gerhild Heinz-Possert

Henrike Pletzer (Sekretariat)

Anmeldung zu den Kursen

1) Vorab-Anmeldung für Mitglieder:

Möglichkeit zur früheren Anmeldung als Vorteil Deiner Mitgliedschaft: Du kannst Dich telefonisch oder direkt vor Ort beim Journaldienst anmelden, sobald Du unsere Mail mit dem aktuellen Programmheft im pdf-Format erhalten hast (Anfang Juli)!

2) Online-Anmeldung für alle:

Ab 4. September kannst du dich jederzeit ganz bequem und ohne lästige Wartezeit online über unsere Homepage www.ekiz-ibk.at zu unseren Kursen anmelden. Während unserer Öffnungszeiten ist die Anmeldung außerdem ganztägig (telefonisch oder persönlich) beim Journaldienst möglich.
Die Kurse des Wintersemesters beginnen ab Montag, den23. September.

0512 / 58 19 97 - 0 **www.ekiz-ibk.at**

Die Anmeldung – sowohl zu unseren Kursangeboten als auch zu einmaligen Veranstaltungen wie Modulen, Seminaren und Workshops – ist verbindlich!
Wir bitten euch, den Kursbeitrag innerhalb von einer Woche nach der Anmeldung zu überweisen. Dies gilt auch für einmalige Veranstaltungen.

Achtung: Wir verschicken keine Zahlscheine!

IBAN: AT 9736 0000 0000 6701 41 BIC: RZTIAT22

Konto 670 141 BLZ 36000 RLB

Bitte die **Nummer des Kurses und den Namen der Teilnehmenden** bei der Überweisung unter „**Verwendungszweck**" vermerken!

Stornierungen

Stornierungen könnt ihr ausschließlich **telefonisch** oder **persönlich** während unserer Öffnungszeiten beim Journaldienst vornehmen. Bei Stornierungen innerhalb von einer Woche vor Beginn eines Kurses oder einer einmaligen Veranstaltung (bzw. innerhalb von zwei Wochen vor Beginn eines Geburtsvorbereitungskurses) erhältst Du den Kursbeitrag abzüglich einer Stornogebühr von € 15,– zurück.
Bei Stornierungen am Tag oder nach Beginn eines Kurses ist uns eine Rückerstattung des Kursbeitrages aus Kostengründen leider nicht möglich.

Öffnungszeiten und Ferien

Wir haben ab Montag, den 16. September wieder Mo – Do von 9 – 13 und 14 – 18 Uhr, sowie Fr von 9 – 13 Uhr für Euch geöffnet. An Feiertagen und während der Schulferien ist unser Zentrum geschlossen.

Unser Zentrum ist geschlossen:
Freitag, 1.11.2013 (Allerheiligen)
Montag, 23.12.2013 bis Montag, 6.01.2014 (Weihnachtsferien)
Montag, 10.02.2014 bis Sonntag, 16.02.2014 (Semesterferien)

Sicherheit

Wir sind sehr darum bemüht, dass es in unseren Räumlichkeiten möglichst wenige Gefahrenquellen für Babys und Kleinkinder gibt. Trotzdem möchten wir darauf hinweisen, dass in unserem Zentrum (außer in der Kinderkrippe) die Eltern für die Sicherheit ihrer Kinder zuständig sind und wir bei Unfällen nicht haften können.

Mitgliedschaft

Das Eltern-Kind-Zentrum Innsbruck ist ein Verein, der vom Engagement seiner Mitglieder getragen wird. Je mehr Menschen sich für das EKiZ verantwortlich fühlen, desto lebendiger ist es. Wir freuen uns daher über alle, die mit ihrer Mitgliedschaft unsere Ideen, Ziele und Werte unterstützen! Außerdem könnt ihr als Mitglied folgende Vorteile für euch in Anspruch nehmen:

- Eigene Vorab-Anmeldemöglichkeit am Ende des laufenden Semesters
- Anmietung unserer Räumlichkeiten zum Preis von € 40,– für Kindergeburtstage
- Nutzung unserer Räume für selbstorganisierte Gruppen (je nach Verfügbarkeit!)
- Verbilligte Kurstarife (rund 10 % Ermäßigung auf alle Tarife)
- Einladungen zu Vorträgen, Seminaren, Festen u.ä. per E-Mail

Die Mitgliedschaft kostet € 25,- pro Jahr und ist zwei Kurssemester ab Anmeldung gültig (die Kurssemester dauern vom 1. Feber bis 31. Juli bzw. vom 1. August bis 31. Jänner). Sie kann jedes Jahr verlängert werden oder erlischt formlos. Ein Anmeldeformular ist beim Journaldienst oder über unsere Homepage www.ekiz-ibk.at erhältlich.

Ohne Mitglieder gäbe es keinen Verein -
und ohne Verein kein Angebot für Eltern und Kinder!

Unsere KooperationspartnerInnen

PLATTFORM Eltern-Kind-Zentren Tirol

Dachverband der unabhängigen Eltern-Kind-Zentren Österreichs

Wir brauchen eure Unterstützung:

Spende einen Baustein für ein neues Haus in unserem Garten

Bausteine gibt´s ab 5 € beim Journaldienst

Ein offenes Haus

Unser Zentrum verstehen wir als offenes Haus, in dem sich Mütter, Väter, Omas, Opas, Freundinnen und Freunde mit Kleinkindern auch unabhängig von einem Kursbesuch in einem gemütlichen Ambiente treffen können. Wir bieten Raum für Begegnung und Austausch.
Unser Journaldienst-Team ist darum bemüht, für die BesucherInnen eine einladende Atmosphäre zu schaffen. Wir stehen für Informationen zur Verfügung und helfen bei der Auswahl von Büchern. Gerne nehmen wir uns Zeit für ein persönliches Gespräch, auch bei Problemen oder Unsicherheiten.

Unsere Geschenkidee

Wir sagen Danke

…unserer Kuchenfee Maria Sexl für die Bereicherung unseres EKiZ-Cafés und der Kaffeekassa

…unserem Computerhelden Gabriel für die blendenden Aussichten auf unsere Bildschirme

…der Tiroler Sparkasse für den großzügigen Griff in die Schatzkiste in Höhe von 5.000,– Euro

…der Initiative „Licht ins Dunkel" für die Erweiterung unseres Computerparks um einen Laptop

…allen, die unseren Flohmarkt mit vielen Spenden sowie tatkräftiger Hilfe zu einem großen Erfolg haben werden lassen. Wir konnten 1.197,68 Euro einnehmen ☺ ☺ ☺

Gefördert von tirol Unser Land
STADT INNSBRUCK
bmwfj Bundesministerium für Wirtschaft, Familie und Jugend

Der Journaldienst

Hinten v.l.n.r.: Lisi Engl, Antonia Prokop, Sabine Held, Karina Awecker
Vorne v.l.n.r.: Simone Dregelyvari, Gabi Stemberger, Anna Irmler
Es fehlt: Claudia Brugger

Die Räumlichkeiten

Unsere Räume stehen auch jenen offen, die sich gerne regelmäßig treffen möchten, um gemeinsam zu jausnen, zu lesen, zu plaudern, zu spielen etc.
Unsere Räumlichkeiten im Erdgeschoss sind auch für Menschen mit Behinderung gut zugänglich!

Offener Treffpunkt

Montags bis freitags seid ihr bei uns herzlich willkommen. Einfach im EKiZ vorbeikommen!
Der offene Treff hat **Mo – Do von 9 – 13** und **14 – 18 Uhr**, sowie **Fr von 9 – 13 Uhr** für Euch geöffnet. Hier könnt ihr ausruhen, wickeln, stillen, füttern, spielen, jausnen, reden, Kontakte knüpfen, Freundschaften schließen!

Jeden Donnerstag von 15.00 bis 17.30 Uhr „EKiZ-Café"!

Tragetuchverleih

Babytragetücher in verschiedenen Längen können zu € 2,– / Woche (Kaution € 40,–) beim Journaldienst ausgeliehen werden!
Information, Erklärung und Beratung zum Tragetuchbinden gibt´s auch auf Anfrage (Genaueres dazu siehe Seite 49).

Bibliothek

Zu Themen rund um Schwangerschaft, Geburt, Stillen, Kindererziehung, Partnerschaft, Sexualität etc. steht unseren BesucherInnen eine reiche Auswahl an Büchern zur Verfügung. Diese können für einen Betrag von € 1,– im Monat ausgeliehen werden.

bikebow.com
Viaduktbogen 46-48
6020 Innsbruck
Tel: 0512 57 39 90
Mo-Fr 09:00-12:00
14:00-18:00
Sa 10:00-12:00
www.bikebow.com

- Ausrüstung zum sicheren Radfahren
- Ausstattung eines verkehrssicheren Fahrrades
- Merkmale eines guten Radhelms
- Kindersitze und Mitnahme von Kindern auf dem Rad
- der richtige Kinderradanhänger

Defreggerstraße 19
6020 Innsbruck
Tel: 0512 36 01 01
Mo-Fr 09:00-13:00
14:00-18:00
Sa 09:00-12:00
www.radundtat.at

Anzeige

SPIELWAREN
IN BESTER QUALITÄT

SPIEL-ART
STIFTGASSE 6 6020 INNSBRUCK / ALTSTADT
T:0512-560407 spiel-art@aon.at www.spiel-art.com

Anzeige

Schwangerschaft & Geburt

Hier findest du sowohl Kurse, die sich über einen längeren Zeitraum erstrecken, als auch einmalige Veranstaltungen (Module). Für alle Veranstaltungen ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich!

V.l.n.r.: Lena Oberwalder, Monika Neyer, Patrizia Schneider, Eva Kindermann, Ursula Schoner, Michaela Arquillière, Claudia Brugger
Es fehlt: Wolfram Brugger

1 Yoga für Schwangere

Durch Entspannung sowie achtsam ausgeführte Körper-, Atem- und Konzentrationsübungen kann sich körperliches und geistiges Wohlbefinden einstellen. Dies wirkt sich positiv auf Schwangerschaft und Geburt aus. An einem der Kursabende wird eine Hebamme anwesend sein, die für allfällige Fragen zur Verfügung steht.

Mitbringen:	**bequeme Kleidung und evtl. Handtuch oder Decke!**
Leitung:	Monika Neyer – Yogalehrerin, BYO/EYU
Termine:	jeweils Mittwoch, 18.00 – 19.15 Uhr (6 Abende à 75 min) 1a) 1. Kursbeginn: 25. September 2013 1b) 2. Kursbeginn: 6. November 2013 1c) 3. Kursbeginn: 8. Jänner 2014
Kosten:	71,– pro Kurs / Mitgl. 64,–

2 Schwimm & Gym für Schwangere

Die Schwangerschaft bringt in kurzer Zeit viele körperliche Veränderungen mit sich, welche hohe Anforderungen an die Haltemuskulatur (v.a. im Rücken- und Beckenbodenbereich), das Herzkreislaufsystem, den Atemapparat und die geistige Ausgeglichenheit stellen. Wir werden gemeinsam das Element Wasser nutzen und unter Gewichtsentlastung diese Systeme schonend stärken, Verspannungen durch den massierenden Effekt des Wassers lockern und genießen.

Mitbringen: **Schwimmnudel**

Leitung: Benedikta Erlacher – Sportstundentin, Schwimmlehrerin

Termine: jeweils Donnerstag, 18 – 19 Uhr (8 x 60 min)
2a) 1. Kursbeginn: 3. Oktober 2013
2b) 2. Kursbeginn: 5. Dezember 2013

Ort: **Schwimmbad Höttinger Au, Fürstenweg 12, Innsbruck**

Kosten: 65,– / Mitgl. 59,– (zzgl. Schwimmbadeintritt, 10er Block für Sportlerinnen ist am günstigsten).

3 Schmetterlingsmassage für Schwangere

Modul

…ein Kurs zu zweit

Schmetterlingmassage ist eine sanfte Massage, die sich besonders gut in der Schwangerschaft, während der Geburt und bei Neugeborenen anwenden lässt. Sie trägt zu emotionalem und körperlichem Wohlbefinden bei. Es geht darum, mit sich selbst und dem/der Anderen in eine respekt- und liebevolle Berührung zu kommen, die Körperspannungen behutsam lösen kann. Dieser Kurs richtet sich an Schwangere und ihre PartnerInnen, die die Grundzüge der Massage kennenlernen und anwenden wollen.

Mitbringen: **bequeme Kleidung, Decke und Polster (evtl. Stillkissen)**

Leitung: Mag.ª Miriam Faber – Kursleiterin für Schmetterlingsmassage, Emotionelle Erste Hilfe für Eltern und Babys, Erziehungswissenschaftlerin
Mag.ª Ursula Schoner – Verhaltensbiologin, Emotionelle Erste Hilfe für Eltern und Babys, LLL-Stillberaterin, Lebens- u. Sozialberaterin

Termin: Samstag, 18. und 25. Jänner 2014, jeweils 10 – 13 Uhr (2 Vormittage à 3 Stunden)

Kosten: 50,– / Mitgl. 45,– (pro Person)

4 NEU! Bauchgeburt

Modul

…ein Abend für Kaiserschnittgebärende

An diesem Abend erkläre ich werdenden Eltern bzw. Müttern, denen ein geplanter oder notwendiger Kaiserschnitt bevorsteht, die Abläufe rund um eine solche Operation. Wir besprechen das etwas andere Wochenbett ebenso wie Ratschläge und unterschiedliche Techniken rund ums Stillen.

Leitung: Eva Kindermann – Hebamme

Termin: Donnerstag, 24. Oktober 2013, 19 – 21 Uhr

Kosten: 15,– / Mitgl. 13,50

5 Zwei Abende zur Geburtsvorbereitung für Zweit-, Dritt-, Viert-, ...gebärende

Für Schwangere und PartnerInnen

Dieser Kurs richtet sich an alle Frauen und Paare, die schon ein oder mehrere Kind(er) haben. Wir möchten an diesen Abenden euer Wissen rund um die Geburt auffrischen. Darüber hinaus gehen wir auf anliegende Fragen aus vorangegangenen Geburten und zum kommenden Kind ein. Damit die Einstimmung auf das nächste Kind auch seinen Platz findet, bieten wir Atem- und Entspannungsübungen an.

Leitung: Patrizia Schneider – Hebamme

Termin: Freitag, 8. und Samstag, 9. November 2013, jeweils 19.15 – 22.15 Uhr (2 Abende à 3 Stunden)

Kosten: 39,– pro Person / 66,– pro Paar
Mitgl. 35,– pro Person / 59,– pro Paar

6 Vorbereitungskurs auf Geburt und Elternschaft

Für Frauen, Paare, Bezugspersonen wie Freundin, Mutter, etc.
Die Kurse sind auch für Risikoschwangere geeignet!

Informationen über Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. In kleinen, geschlossenen Gruppen bieten wir neben theoretischen Themen auch Körper- und Entspannungsübungen angeboten. Dabei gehen wir auf die individuellen Bedürfnisse der TeilnehmerInnen ein. Eine Einheit zum Thema Stillen und Tragen des Babys, sowie der Babytreff nach der Geburt runden das umfassende Angebot ab.

Leitung: Patrizia Schneider – Hebamme
Michaela Arquillière – Hebamme
Eva Kindermann – Hebamme
Lena Oberwalder – Hebamme
Mag. Wolfram Brugger – Psychologe (Väterabend)
Mag.ª Ursula Schoner – LLL-Stillberaterin
Claudia Brugger – Trageberaterin

Termine: a) Abendkurse:
6 bzw. 7 Abende (insg. 16 Kursstunden) vor der Geburt
1 Treffen (2 Stunden) nach der Geburt mit den Babys

b) Wochenendkurse:
1 Wochenende (16 Kursstunden) vor der Geburt
1 Treffen (2 Stunden) nach der Geburt mit den Babys

Die Kurse finden laufend statt! Bitte informiere dich auf unserer Homepage www.ekiz-ibk.at oder melde dich beim Journaldienst, um den für dich passenden Termin zu erfahren. Falls du dich angemeldet hast und doch nicht am Kurs teilnehmen kannst, bitten wir dich um telefonische Abmeldung bis **zwei Wochen** vor Kursbeginn. Bei späterer Abmeldung fallen Stornogebühren an (Infos Seite 4).

Mitbringen: **eine Decke und dicke Socken!**

Kosten: 102,– pro Person / 162,– pro Paar
Mitgl. 92,– pro Person / 146,– pro Paar

7 Fit und entspannt nach der Geburt

... ab 6 Wochen nach der Geburt bzw. 8 Wochen nach einem Kaiserschnitt

Schwangerschaft und Geburt bedeuten eine große Veränderung für Körper und Seele. Beckenboden, Bauch- und Rückenmuskulatur sind geschwächt, teilweise verspannt und es kann zu Harninkontinenz kommen.
Diesen möglichen Folgebeschwerden werden wir durch gezielte Übungen zur Stärkung, Stabilisierung und Entspannung der betroffenen Muskelpartien entgegenwirken. Selbstverständlich können eure Babys mit dabei sein.

Mitbringen: **bequeme Kleidung!**

Leitung: Christiane Vogl-Fernheim – Dipl. Physiotherapeutin

Termine: jeweils Freitag, 9 – 10 Uhr (5 x 60 min)
7a) 1. Kursbeginn: 27. September 2013
7b) 2. Kursbeginn: 8. November 2013
7c) 3. Kursbeginn: 13. Dezember 2013

Kosten: 39,– pro Kurs / Mitgl. 35,–

Weitere Veranstaltungen, die nicht nur die Zeit rund um Schwangerschaft und Geburt betreffen, aber trotzdem für Schwangere und ganz „frische" Eltern interessant sind, findet ihr im Kapitel „Elternratgeber" (Seite 42ff).

Anzeige

„RICHTIG ESSEN VON ANFANG AN – TIROL"

avomed
ARBEITSKREIS FÜR VORSORGEMEDIZIN UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG IN TIROL

JETZT IM HERBST WIEDER KOSTENLOSE WORKSHOPS IN GANZ TIROL!

Von Anfang an hat die Ernährung der werdenden Mutter Einfluss auf die Entwicklung und das Wohlbefinden des Babys.

Viele Fragen stellen sich: muss ich jetzt für 2 essen? Darf ich bestimmte Lebensmittel nicht essen? Und wenn das Baby dann da ist? Wann soll ich mit der Beikost beginnen? Diese und viele andere wichtige Fragen werden in den kostenlosen Workshops des avomed „Ernährungsberatung in der Schwangerschaft" und „Beikost-Workshops – Ernährungsempfehlungen für Kleinkinder von 0-3 Jahren" besprochen.

Richtig essen von Anfang an!

Anmeldung und Informationen:
avomed · Katrin Krüger · Tel. +43 512 586063-29
E-Mail: k.krueger@avomed.at · www.avomed.at

Die nächsten Termine im Eltern-Kind-Zentrum Innsbruck:

Beikost-Workshops:
15.10.2013, 09:30-11:30 Uhr

Ernährungsberatung in der Schwangerschaft:
26.09.2013, 19:00-21:30 Uhr
21.11.2013, 19:00-21:30 Uhr

Eine Anmeldung für die Workshops ist unbedingt erforderlich!
Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen beschränkt!

KOSTENLOS in ganz Tirol !

Tiroler Gebietskrankenkasse TGKK » Die Gesundheitskasse «

Eine Maßnahme im Rahmen der österreichweiten Vorsorgestrategie. Finanziert aus Mitteln der Bundesgesundheitsagentur.

tirol Unser Land

Säuglingsalter

(Siehe auch Rubrik Spiel & Spaß im Wasser Seite 34ff)

V.l.n.r.: Margit Lesky, Christiane Vogl-Fernheim, Isolde Seiringer, Ursula Schoner
Es fehlt: Claudia Brugger

7 Fit und entspannt nach der Geburt

... ab 6 Wochen nach der Geburt bzw. 8 Wochen nach einem Kaiserschnitt

(genauere Informationen zu diesem Kurs findest du unter der Rubrik „Schwangerschaft und Geburt" Seite 12)

8 Bindung durch Berührung

0 – 3 Monate

Schmetterlingsmassage für die Allerkleinsten

In ruhiger, entspannter Atmosphäre lernt ihr eine besonders zarte und liebevolle Art der Babymassage kennen, die vor allem für Neugeborene gut geeignet ist. Wir üben und erfahren die verschiedenen Berührungsformen der Babymassage in kleinen Schritten, beobachten die Babys, um ihre Ausdruckssprache besser verstehen zu lernen, wollen euer Vertrauen in die eigene Intuition und Wahrnehmung stärken, sowie die Fähigkeit, eurem Baby auch bei Stress Sicherheit und Geborgenheit zu vermitteln.

Leitung: Mag.ª Ursula Schoner – Schmetterlingsmassagekursleiterin, LLL-Stillberaterin, Verhaltensbiologin, Emotionelle Erste Hilfe für Eltern und Babys, Lebens- und Sozialberaterin

Termin: jeweils Donnerstag, 11.00 – 12.30 Uhr (6 x 90 min)
Kursbeginn: 14. November 2013

Kosten: 75,– / Mitgl. 68,–

9 Mein Baby und ich

0 – 9 Monate

Das Kennenlernen des Babys bedeutet spüren zu lernen, was es von uns braucht und zu entdecken, was es schon selbst kann. Wir wollen aber auch uns selbst und unsere Fähigkeiten als Eltern besser kennenlernen, uns mit anderen Eltern austauschen, sowie Leichtigkeit und Freude in unserer Beziehung zum Baby erleben. Themen der Vormittage sind z.B. • „Intuitives" Elternsein • Wenn das Baby schreit • Muss ein Baby schlafen lernen? • Nähe und Distanz • Entwicklung des Säuglings.

Leitung: Mag.ª Ursula Schoner – Verhaltensbiologin, Emotionelle Erste Hilfe für Eltern und Babys, LLL-Stillberaterin, Lebens- u. Sozialberaterin

Termin: jeweils Donnerstag, 11.00 – 12.30 Uhr (5 x 90 min)
Kursbeginn: 3. Oktober 2013

Kosten: 63,– / Mitgl. 57,–

10 Babymassage

2 ½ – 10 Monate

Zufriedene Babys – zufriedene Eltern

Babymassage ist eine sanfte bis festere Streichmassage. Diese besondere Art der Zuwendung fördert das Kennenlernen und Erspüren dessen, was dein Baby gerne möchte und braucht. In meinem Kurs leite ich dich an, dein Baby zu massieren und dadurch die liebevolle Bindung zu stärken. Gesundheit und Wohlbefinden werden auf natürliche Weise gefördert. In entspannter Atmosphäre wenden wir verschiedenste Massagegriffe wie Schmetterlingsbabymassage, F. Leboyer, V. Schneider, Fußreflexzonenmassage an.

Mitbringen: **Babydecke, großes Handtuch, wasserfeste Unterlage, pflanzliches Massageöl, bequeme Kleidung!**

Leitung: Margit Lesky – Baby- und Kindermassagekursleiterin, „Basic Bonding" Beraterin, DGKS, Lebens- u. Sozialberaterin, Emotionelle Erste Hilfe Fachberaterin i.A.

Termine: jeweils Freitag, 14.00 – 15.30 Uhr (5 x 90 min)
10a) 1. Kursbeginn: 8. November 2013
10b) 2. Kursbeginn: 10. Jänner 2014

Kosten: 63,– / Mitgl. 57,–

11 Stillgruppe

ohne Anmeldung

Stillen kann eine wunderbare Erfahrung sein. Manchmal treten jedoch Fragen bzw. Schwierigkeiten auf. In der Stillgruppe findet ihr Beratung, Unterstützung und Erfahrungsaustausch mit anderen Frauen. Es werden auch Themen rund ums Stillen diskutiert, z.B. Schlafen, Beikost, Stillen und Partnerschaft usw. Es ist uns ein Anliegen, eure Kompetenz als Mutter zu stärken. Zu den Treffen sind Schwangere, Mütter mit Babys, Väter und alle am Stillen Interessierten eingeladen.

Leitung: Isolde Seiringer – Still- und Laktationsberaterin IBCLC, LLL-Stillberaterin
Mag.ª Ursula Schoner – LLL-Stillberaterin, Verhaltensbiologin, Emotionelle Erste Hilfe für Eltern und Babys, Lebens- und Sozialberaterin

Termine: jeweils Dienstag, 9.30 – 11.30 Uhr (vierzehntägig, ohne Anmeldung)
24.9. / 8.10. / 22.10. / 5.11. / 19.11. / 3.12. / 17.12. / 7.1. / 21.1. / 4.2.

Stillberatung in den Ferien Isolde Seiringer 05472/6340 und 0650/7306544; Ursula Schoner 0664/4014806

Kosten: 8,– pro Vormittag / Mitgl. 5,–

12 Kleinkind-Stillgruppe

ab 1 Jahr

Euer Kind ist über ein Jahr alt und ihr stillt noch. Über das Auf und Ab im Leben mit einem gestillten Kleinkind, über Themen wie Bindung und Selbstständigkeit, Vorteile des langen Stillens für Mutter und Kind, Stillen und Familientisch, Familie, Freundeskreis und Öffentlichkeit, Abstillen usw. wollen wir uns im Rahmen einer gemütlichen Gesprächsrunde unterhalten. Hier findet ihr Anregungen, Stärkung, Tipps und den Austausch mit Gleichgesinnten.

Leitung: Mag.ª Ursula Schoner – LLL-Stillberaterin, Verhaltensbiologin, Emotionelle Erste Hilfe für Eltern und Babys, Lebens- u. Sozialberaterin

Termine: jeweils Dienstag, 9.30 – 11 Uhr (mit Anmeldung)
12.11. / 26.11. / 10.12. (3 x 90 min)

Kosten: 28,– / Mitgl. 25,–

Eltern-Kind-Gruppen

Hinten v.l.n.r.: Silvia Bonazza, Sabine Held, Andrea Dick, Silvia Marcante, Claudia Brugger, Natalie Schwarz, Martina Gitzl-Zecha
Vorne v.l.n.r.: Maria Gärtner, Susanne Wagner, Maria Glatzl, Malina Klöppel

Bei allen Gruppen ist die Anwesenheit von euch Müttern und Vätern ein zentrales Element. Ihr gebt Sicherheit, die für eure Kinder Grundlage ist, die Welt zu erobern. Ihr könnt Freiraum für selbstbestimmtes Spielen ermöglichen, indem ihr euch zurücknehmt. Ihr könnt eure Kinder in Entwicklungsprozessen liebevoll begleiten, ohne Erwartungshaltung und Leistungsdenken.
Mit dieser sicheren Basis können eure Kinder in einer entspannten und anregenden Umgebung ihre eigenen Bedürfnisse erspüren, die Welt entdecken und begreifen und Kontakte knüpfen.
Im Anschluss an die Gruppe ist bei einer Jause, die zum ersten Termin die Gruppenleiterin mitbringt, Zeit für Gespräche und aktuelle Themen.
Integrationskinder sind in allen Gruppen willkommen! Unser Erdgeschoss ist rollstuhltauglich.

Familientarif:

Geschwister (die aktiv an der Gruppe teilnehmen) erhalten 30% Ermäßigung in allen gemeinsamen Kursen. Bitte gebt kleinere Geschwisterkinder auf jeden Fall bei der Anmeldung an! Ältere Geschwister könnt ihr in die Gruppe leider nicht mitnehmen, außer es ist extra erwähnt.

Fototermin für persönliche Weihnachtskarten

Versendet heuer Weihnachtsgrüße mit eurem eigenen Familien- oder Kinderfoto. In angenehmer und individueller Atmosphäre fotografiert euch eine ausgebildete Medienfotografin. Gern dürft ihr eure eigenen weihnachtlichen Requisiten mitbringen.

Kosten: pro Familie 15,– (Ihr erhaltet dafür 15 fertig ausgearbeitete Weihnachtsfotokarten)

Fotografin: Vanessa Weingartner

Wann: Freitag, 8. November 2013 ab 13 Uhr

Anmeldung: beim Journaldienst unter 0512 / 5819970 oder persönlich

Ideencafé

Wir laden euch zum gemütlichen Ideenaustausch und Einstieg ins neue Semester ein: alle, die Lust haben, uns ihre Ideen, Rückmeldungen, Erwartungen und Wünsche zum EKiZ mitzuteilen. Dies gilt für Erwachsene und Kinder natürlich gleichermaßen. Im EKiZ-Garten (bei schlechtem Wetter im großen Raum) am **Donnerstag, 19. September, um 15 Uhr**.

Eltern-Kind-Gruppen - ohne Anmeldung

- Keine Anmeldung erforderlich.
- Begrenzte TeilnehmerInnenzahl!
- Bei diesen Gruppen bitte jede/jeder selbst eine kleine Jause mitbringen!

13 Kleine Schritte - große Schritte

9 – 18 Monate

… erste Begegnungen und Kontakte knüpfen, in einer entspannten und anregenden Umgebung.

Leitung: Mag.ª Malina Klöppel – Pädagogin, Family-Support Trainerin

Termine: jeweils Donnerstag, 9.15 – 10.15 Uhr, anschließend ist Zeit zum Jausnen
Kursbeginn: 26. September 2013 (ohne Anmeldung)

Kosten: 7,– / Mitgl. 4,–

14 Rauf & runter…

1 ½ – 3 Jahre

Spielend, singend, tobend und manchmal auch „nur" als stille WegbegleiterInnen werden wir die kostbare Zeit mit unseren Kindern verbringen. Gemeinsam Neues entdecken, wahrnehmen, willkommen heißen und Spaß haben!

Leitung: Bianca Liedl – Kindergartenpädagogin, Frühförderung, Studium der Erziehungswissenschaften

Termine: jeweils Montag, 14.30 – 15.30 Uhr, anschließend ist Zeit zum Jausnen
Kursbeginn: 23. September 2013 (ohne Anmeldung)

Kosten: 7,– / Mitgl. 4,–

Eltern-Kind-Gruppen - mit Anmeldung

15 & 16 SpielRaum nach Emmi Pikler

7 – 13 Monate & 14 – 24 Monate

Dieser Spielraum ist so vorbereitet, dass dein Kind selbst entdecken und ausprobieren kann, wofür es sich gerade interessiert. Das Besondere daran ist, dass die Eltern ihr Kind „nur" aufmerksam beobachten und sich zurücklehnen, während die Leiterin die Kindergruppe achtsam begleitet. Zum Austausch untereinander treffen wir uns zusätzlich an zwei Abenden; vor Beginn findet ein Info-Abend statt.

Leitung: Mag.ª Martina Gitzl-Zecha – Diplompädagogin mit Zusatzausbildung in der Kleinkindpädagogik nach Emmi Pikler, Krippenpädagogin

Kosten: 105,– / Mitgl. 95,– (für Kurs + 3 Elternabende)

Kurs 15: 7 – 13 Monate
jeweils Mittwoch, 14.30 – 15.30 Uhr (11 x 60 min + anschließende gemeinsame Jause)

15a) 1. Kursbeginn: 25. September 2013
Info-Abend: Montag, 23. September 2013 um 19 Uhr

15b) 2. Kursbeginn: 8. Jänner 2014
Info-Abend: Dienstag, 7. Jänner 2014 um 19 Uhr

Kurs 16: 14 – 24 Monate
jeweils Mittwoch, 16 – 17 Uhr (11 x 60 min + anschließende gemeinsame Jause)

16a) 1. Kursbeginn: 25. September 2013
Info-Abend: Montag, 23. September 2013 um 20 Uhr

16b) 2. Kursbeginn: 8. Jänner 2014
Info-Abend: Dienstag, 7. Jänner 2014 um 20 Uhr

17 Wir entdecken die Welt

9 – 18 Monate

Fühlen, tasten, greifen, Spaß haben. Miteinander spielerisch auf Entdeckungsreise gehen und sich austauschen. Das Leben mit den ganz Kleinen genießen.

Leitung: Natalie Schwarz – Bildhauerin mit viel Kinderkurserfahrung

Termine: jeweils Mittwoch, 9 – 10 Uhr (11 x 60 min + anschließende gemeinsame Jause)
17a) 1. Kursbeginn: 25. September 2013
17b) 2. Kursbeginn: 8. Jänner 2014

Kosten: 87,– / Mitgl. 78,–

18 Italienisch singen und spielen für alle

1 ½ – 3 Jahre

Eine Spielgruppe für alle, die mit einfachen Liedern, Reimen und Spielen die ersten italienischen Wörter lernen möchten.

Leitung: Dr.in Silvia Marcante

Termine: jeweils Montag, 9 – 10 Uhr (11 x 60 min + anschließende gemeinsame Jause)
18a) 1. Kursbeginn: 23. September 2013
18b) 2. Kursbeginn: 13. Jänner 2014

Kosten: 87,– / Mitgl. 78,–

18 Giochiamo in italiano

1 ½ – 3 anni

Strega tocca color… (per tutti)
Un gruppo di gioco per cominciare ad imparare le prime parole in italiano con facili canzoni, filastrocche e giochi.

Organizzatrice: Dr.in Silvia Marcante

Incontri: Ogni Lunedì dalle 9 alle 10 h (11 x 60 min + merenda insieme)
18a) 1. Inizio corso: 23. Settembre 2013
18b) 2. Inizio corso: 13. Gennaio 2014

Costi: 87,– / Mitgl. 78,–

Anzeige

BAMBANI.com
unterwegsmitkids

Das Fachgeschäft für Kinderwägen, Radanhänger, Autositze, Laufräder, Roller, Babytragen, Helme, Spielzeug, Zubehör usw.

BAMBANI - unterwegs mit Kids
Dorf 5a
6071 Aldrans (direkt gegenüber dem MPREIS)
Telefon: 0512-209051
Email: info@bambani.com
Internet: www.BAMBANI.com

PARTNER-BETRIEB Familien Pass

TRUSTED SHOPS GUARANTEE

19 Wir entdecken unsere Sinne

1 ½ – 3 ½ Jahre

Lasst uns spielend suchen, fühlen, entspannen, hören, riechen, hüpfen, kriechen, unsere Welt mit allen Sinnen ertasten und erleben.

Leitung: Natalie Schwarz – Bildhauerin mit viel Kinderkurserfahrung

Termine: jeweils Freitag, 16 – 17 Uhr (11 x 60 min + anschließende gemeinsame Jause)
19a) 1. Kursbeginn: 27. September 2013
19b) 2. Kursbeginn: 10. Jänner 2014

Kosten: 87,– / Mitgl. 78,–

20 Experiment Klex & Co

2 – 3 Jahre

Wir werden gemeinsam malen, drucken, kleben, kleistern… Dabei sollen das experimentelle Ausprobieren und die Freude am schöpferischen Tun in einem wertschätzenden Umfeld im Vordergrund stehen. Spaß am spielerischen Ausdruck ohne Erfolgsdruck!

Mitbringen: **Malkleidung (z.B. alte Hemden auch für Mama, Papa, …) und ein altes Handtuch**

Ort: **Experiment-Klex-Raum, Maria-Theresien-Straße 13 / 4. Stock**

Leitung: Sabine Held – Dipl. Sozialpädagogin, Gestaltpädagogin

Termine: jeweils Dienstag, 9.15 – 10.15 Uhr (12 x 60 min + anschließende gemeinsame Jause)
Kursbeginn: 24. September 2013

Kosten: 98,– / Mitgl. 88,– (benötigte Materialien werden im Kurs gesondert verrechnet)

Für Kinder von 3 – 5 Jahren gibt es die Werkstatt Klex & Co auf Seite 26.

21 Obstsalat…

3 – 5 Jahre

Eine italienische Spielgruppe für alle!

Beim Spielen, Singen und Tanzen lernen wir erste italienische Worte, die im Urlaub, auf dem Spielplatz und am Strand nützlich sind. Wir vertiefen die Wortschatz-Kenntnisse von allen, die sich schon gut unterhalten können.

Leitung: Mag.ª Silvia Bonazza & Dr.in Silvia Marcante

Termine: jeweils Montag, 16 – 17 Uhr (11 x 60 min + anschließende gemeinsame Jause)
21a) 1. Kursbeginn: 23. September 2013
21b) 2. Kursbeginn: 13. Jänner 2014

Kosten: 87,– / Mitgl. 78,– (benötigte Materialien werden im Kurs gesondert verrechnet)

21 Giocando con le parole per tutti

3 – 5 anni

Lupo mangia frutta (per tutti i bimbi interessati ad imparare l'italiano)

Giocando, cantando e ballando insieme impareremo le prime parole in italiano utili per giocare durante le vacanze ed arricchiremo il vocabolario dei bimbi che già parlano correntemente.

Organizzatrici: Mag.ª Silvia Bonazza & Dr.in Silvia Marcante

Incontri: Ogni Lunedì dalle 16 alle 17 Uhr (11 x 60 min + merenda insieme)
21a) 1. Inizio corso: 23. Settembre 2013
21b) 2. Inizio corso: 13. Gennaio 2014

Costi: 87,– / Mitgl. 78,– (Il costo per il materiale utilizzato sará calcolato durante il corso)

Anzeige

22 & 23 Musik erleben

2 – 3 Jahre & 3 – 4 Jahre

Kinder und Eltern singen, tanzen, lauschen Musik, spielen mit Fingern und Sprache, experimentieren mit Klängen, kommen mit anderen in Kontakt und können das Erlebte zu Hause weiterleben.

Leitung: Maria Gärtner – Elementare Musikpädagogin

Kosten: 87,– / Mitgl. 78,–

Kurs 22: 2 – 3 Jahre
jeweils Dienstag, 16 – 17 Uhr (11 x 60 min + anschließende gemeinsame Jause)
22a) 1. Kursbeginn: 1. Oktober 2013
22b) 2. Kursbeginn: 7. Jänner 2014

Kurs 23: 3 – 4 Jahre
jeweils Dienstag, 14.20 – 15.20 Uhr (11 x 60 min + anschließende gemeinsame Jause)
23a) 1. Kursbeginn: 1. Oktober 2013
23b) 2. Kursbeginn: 7. Jänner 2014

Original Play™ - Ursprüngliches Spiel

3 – 6 Jahre

Kinder suchen immer wieder körperlichen Kontakt zu ihresgleichen und zu uns Eltern. Erwachsene sind oft zu beschäftigt, in Gedanken, nicht wirklich (an)greifbar. So kommt es zu Missverständnissen: Wenn Kinder balgen oder uns als Turngerät „missbrauchen", wird es ihnen oft verwehrt. O. Fred Donaldson, der seit 40 Jahren mit Kindern, Erwachsenen und wilden Tieren spielt, hat ein „Ursprüngliches Spiel" entdeckt. Kleinen Kindern bis etwa 3 Jahren ist es noch vertraut. Mit unseren Kindern können wir wieder eintauchen in dieses Spiel, das alles Leben auf Erden zu verbinden scheint: Kein Gewinnen oder Verlieren, kein (Wett)Kampf stört unser Miteinander. Nichts als ein paar Turnmatten und der geheimnisvolle Raum des Spiels dienen uns als Rahmen. Alle sind eingeladen, sich auf das einzulassen, was miteinander auf den Matten entsteht: Ob zart oder wild, körperbetontes Balgen oder behutsamer Kontakt. So können wir unsere Kinder neu erleben, ihr Bedürfnis ernst nehmen und unsere Beziehung zu ihnen stärken. Infos auch unter: www.originalplay.at. Ältere und jüngere Kinder nach Rücksprache mit dem Kursleiter.

Ort: **Lindenschule / Kinderwerkstatt Grätschenwinkel, Unterdorf 80, Sistrans**

Leitung: Mag. Steve Heitzer – Pädagoge, Theologe, Co-Leiter des freien Kindergartens "Kinderwerkstatt Grätschenwinkel" in Sistrans, Original Play™ Apprentice (Lehrling)

Termine: jeweils Dienstag, 16 – 17 Uhr (6 x 60 min + anschließende gemeinsame Jause)
1. Kursbeginn: 1. Oktober 2013
2. Kursbeginn: 26. November 2013

Anmeldung: **direkt bei Steve Heitzer unter steve.heitzer@lindenschule.at oder 0680/5525721**

Kosten: 44,– pro Kurs / Mitgl. 40,– **(Bezahlung direkt bei Steve Heitzer, weitere Infos bei der Anmeldung)**

24 Das große Krabbeln... kann beginnen!

1 ½ – 3 Jahre

Eine Bewegungsgruppe mit motopädagogischen Elementen

Kleine und große Menschen werden eingeladen, viel Raum lustvoll und selbstbestimmt zu erkunden. Bewegung ist Nahrung für die Sinne.

Ort: **Bewegungsraum Kindergarten Seraphisches Liebeswerk, Kapuzinergasse 4a, Innsbruck**

Leitung: Andrea Dick - Sozialpädagogin mit Ausbildung in Sensorischer Integration nach Ulla Kiesling, Motopädagogin

Termine: jeweils Dienstag, 15.15 – 16.15 Uhr (10 x 60 min, keine Jause)
24a) 1. Kursbeginn: 24. September 2013
24b) 2. Kursbeginn: 7. Jänner 2014

Kosten: 99,– / Mitgl. 89,–

25 NEU! ...und los geht's!

4 – 5 ½ Jahre

Eine motopädagogische Bewegungsgruppe

Ihr könnt den Raum durch verschiedenste Bewegungsangebote laufend, schaukelnd, rutschend, rollend, steigend, kletternd, ziehend erkunden. Die unterschiedlichen Spielformen regen das eigene Tun an und es gibt viel Zeit zum Experimentieren.

Ort: **Bewegungsraum Kindergarten Seraphisches Liebeswerk, Kapuzinergasse 4a, Innsbruck**

Leitung: Andrea Dick – Sozialpädagogin mit Ausbildung in Sensorischer Integration nach Ulla Kiesling, Motopädagogin

Termine: jeweils Dienstag, 16.30 – 17.30 Uhr (10 x 60 min, keine Jause)
25a) 1. Kursbeginn: 24. September 2013
25b) 2. Kursbeginn: 7. Jänner 2014

Kosten: 99,– / Mitgl. 89,–

26 Werkstatt Klex & Co

3 – 5 Jahre

Ein Kurs in drei Modulen, die einzeln oder alle zusammen gebucht werden können.
Wir tauchen gemeinsam in spielerische Materialerlebnisse ein!
Pro Modul wird jeweils ein bestimmter Themenschwerpunkt vertieft. Um auf das elementare Bedürfnis der Kinder, sich mit Spaß auszudrücken, einzugehen, werden verschiedene Werkstattstationen angeboten.

Mitbringen: **Malkleidung (z.B. alte Hemden auch für Mama, Papa…) und ein altes Handtuch!**

Ort: **Experiment-Klex-Raum, Maria-Theresien-Straße 13 / 4. Stock**

Leitung: Sabine Held – Dipl. Sozialpädagogin, Gestaltpädagogin

Kosten: 15,– pro Modul / Mitgl. 13,50 (benötigte Materialien werden im Kurs gesondert verrechnet)

26a) Modul 1: FARBIMPROVISATION

Spielerische Experimente mit einer Fülle an Farbmaterialien.

Termin: Dienstag, 24. September 2013, 14.30 – 16.00 Uhr
plus ½ Stunde Möglichkeit zu Gespräch und Jause (Jause bitte selbst mitbringen)

Abholtermin für eure Werke: Dienstag, 1. Oktober 2013 um 11 Uhr

26b) Modul 2: KLEISTERMEISTEREI

Vielfältige Erfahrungen mit dem Kleistermeister! Gatschig-matschig!!

Termin: Dienstag, 22. November 2013, 14.30 – 16.00 Uhr
plus ½ Stunde Möglichkeit zu Gespräch und Jause (Jause bitte selbst mitbringen)

Abholtermin für eure Werke: Dienstag, 29. November um 11 Uhr

26c) Modul 3: PAPIERWERKSTATT

Papierschöpfen, erste Faltversuche, Papierideen entwickeln.

Termin: Dienstag, 19. November 2013, 14.30 – 16.00 Uhr
plus ½ Stunde Möglichkeit zu Gespräch und Jause (Jause bitte selbst mitbringen)

Abholtermin für eure Werke: Dienstag, 26. November um 11 Uhr

Anzeige

Zum Heraustrennen und Aufhängen!

Kurse im Überblick

www.ekiz-ibk.at

0512 / 58 19 97 - 0

Anmeldung unter:
(siehe auch Seite 4)

Beginn der Kurse: ab 23. September 2013

MONTAG – FREITAG

Offener Treffpunkt

MONTAG

09.00 - 10.00 18 EK-Gruppe: Italienisch singen und spielen für alle - Giochiamo in italiano (1 ½ – 3 Jahre)
09.00 - 10.15 33a & 33c Babyschwimmen Hochrum - „Hm, hm macht der kleine Frosch“ (6 – 12 Monate)
10.15 - 11.30 32a & 32c Säuglingsschwimmen Hochrum (3 – 6 Monate)
14.30 - 15.30 14 EK-Gruppe: Rauf & runter... (1 ½ – 3 Jahre, ohne Anmeldung)
16.00 - 17.00 21 EK-Gruppe: Lupo mangia frutta - Obstsalat (3 – 5 Jahre)

DIENSTAG

09.15 - 10.15 20 EK-Gruppe: Experiment Klex & Co (2 – 3 Jahre)
09.30 - 11.00 12 Kleinkind-Stillgruppe (ab 1 Jahr, mit Anmeldung)
09.30 - 11.30 11 Stillgruppe (ohne Anmeldung)
14.20 - 15.20 23 EK-Gruppe: Musik erleben (3 – 4 Jahre)
14.30 - 16.00 26 EK-Gruppe: Werkstatt Klex & Co (3 – 5 Jahre)
15.15 - 16.15 24 EK-Gruppe: Das große Krabbeln... kann beginnen (1 ½ – 3 Jahre)
16.00 - 17.00 22 EK-Gruppe: Musik erleben (2 – 3 Jahre)
16.00 - 17.00 EK-Gruppe: Original PlayTM - Ursprüngliches Spiel (3 – 6 Jahre)
16.30 - 17.30 25 EK-Gruppe: ...und los geht's! (4 – 5½ Jahre)

MITTWOCH

09.00 - 10.00 17 EK-Gruppe: Wir entdecken die Welt (9 – 18 Monate)
09.45 - 11.00 32b Säuglingsschwimmen Höttinger Au (3 – 6 Monate)
11.00 - 12.15 33b Babyschwimmen Amraser Straße - „Hm, hm macht der kleine Frosch“ (6 – 12 Monate)
11.00 - 12.15 35 Schwimmen Amraser Straße - Spiel & Spaß im Wasser (1 – 2 Jahre)
14.30 - 15.30 15 EK-Gruppe: Emmi Pikler SpielRaum (7 – 13 Monate)
15.30 - 16.30 36 Schwimmen Amraser Straße - Pitsch, patsch Pinguin (2 – 4 Jahre)
16.00 - 17.00 16 EK-Gruppe: Emmi Pikler SpielRaum (14 – 24 Monate)
17.00 - 18.00 37 Schwimmen Amraser Straße - Mit allen meinen Entlein (1 – 4 Jahre)
18.00 - 19.15 1 Yoga für Schwangere
19.30 - 20.30 Zumba mit Paulo dos Santos

DONNERSTAG

09.15 - 10.15 13 EK-Gruppe: Kleine Schritte - große Schritte (9 – 18 Monate, ohne Anmeldung)
11.00 - 12.30 8 Bindung durch Berührung (0 – 3 Monate)
11.00 - 12.30 9 Mein Baby und ich (0 – 9 Monate)
15.00 - 17.30 EKiZ-Café
18.00 - 19.00 2 Schwimm & Gym für Schwangere

FREITAG

09.00 - 10.00 7 Fit und entspannt nach der Geburt
11.00 - 12.15 34 Schwimmen Höttinger Au - Spiel & Spaß im Wasser (1 – 2 Jahre)
13.00 - 14.15 31 Säuglingsschwimmen Höttinger Au (3 – 6 Monate)
14.00 - 15.30 10 Babymassage (2 ½ – 10 Monate)
16.00 - 17.00 19 EK-Gruppe: Wir entdecken unsere Sinne (1 ½ – 3 ½ Jahre)

Elternratgeber, Module, Kleingruppenberatung, Eltern-Kind-Workshops, Frühstücke, Fortbildungen:
Vorbereitungskurse auf Geburt und Elternschaft (siehe Programmheft Nr. 4 bis 6)
Verschiedene Module zur Geburtsvorbereitung (siehe Programmheft Nr. 3)
Eltern-Kind-Workshops (siehe Programmheft Nr. 27-30)
Elternratgeber zu verschiedenen Themen (siehe Programmheft Nr. 38 bis 49)
Kleingruppenberatung zu verschiedenen Themen (siehe Programmheft Nr. 50 und 51)
Frühstück und Austauschtreffen für Alleinerziehende (siehe Programmheft S. 50f)
Fortbildung (siehe Programmheft S. 51)

EK-Gruppe = Eltern-Kind-Gruppe

SPIELEECKE IM CAMMERLANDER
SPIELPLATZ IM LÖWENHAUS
SPIELEZIMMER IN DER GEISTERBURG

CAMMERLANDER
cafe · bar · restaurant

restaurant
cammerlander
am marktplatz/innrain 2
6020 innsbruck
tel.: 0512/586398

www.cammerlander.at

löwenhaus

restaurant
löwenhaus
rennweg 5
6020 innsbruck
tel.: 0512/585479

www.loewenhaus.at

die Geisterburg in Hall

restaurant
geisterburg
stadtgraben 18
6060 hall
tel.: 5223/ 41910

www.geisterburg.at

Anzeige

27 NEU! Abenteuer Wald für Väter und Kinder

ab 4 Jahre

Ein Kurs in zwei Modulen, die einzeln oder zusammen gebucht werden können.
Ein Vormittag für alle, die Lust auf Entdeckungen im Wald haben. Gemeinsam werden wir den Lebensraum Wald erforschen. Aktiv und spielerisch wollen wir uns im Wald bewegen, der Natur lauschen und selbst handfest anpacken.

Mitbringen: **Warme Kleidung, warme Schuhe, warmes Getränk, Jause und Sitzmatte!**

Treffpunkt: **Endhaltestelle Bus Linie A in Sadrach**

Leitung: Carsten Löb – Dipl. Sozialpädagoge, Bergwanderführer, Waldpädagoge, Natur- und Wildnistrainer, Jagdprüfung

Kosten: 18,– pro Modul / Mitgl. 16,–

27a) Modul 1: **HERBSTSPAZIERGANG MIT SPIELEN**
Termin: Samstag, 5. Oktober 2013, 9 – 12 Uhr (3 Stunden inklusive Zeit zum Jausnen)

27b) Modul 2: **WINTERSPAZIERGANG MIT SPURENSUCHE**
Termin: Samstag, 25. Januar 2014, 9 – 12 Uhr (3 Stunden inklusive Zeit zum Jausnen)

Freie Waldorfschule Innsbruck

Infoabend für Eltern der zukünftigen 1. Klasse
DI, 22.10.2013, 19.30 Uhr

Hospitation im Unterricht mit anschl. Besprechung
FR, 14.11.2013, 8 - 9.40 Uhr

Bazar - Begegnung zum Advent
SA, 30.11.2013, 11-19 Uhr

www.waldorf-innsbruck.at
6020 IBK, Jahnstr. 5, Tel: 0512-56 34 50

Anzeige

28 NEU! Knusper, knusper Knäuschen…

(1-malig) 3 – 5 Jahre

…wer knuspert an meinem Häuschen?

Wir dekorieren gemeinsam eure eigenen Lebkuchenhäuschen und verzieren den Garten - der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Jedes Kind darf sich sein Kunstwerk dann mit nach Hause nehmen.

Mitbringen: **Schürze für die ZuckerbäckerInnen!**

Leitung: Mag.ª Silvia Bonazza

Termin: Montag, 16. Dezember 2013, 16.00 – 17.30 Uhr (1,5 Stunden inklusive Jause)

Kosten: 12,– / Mitgl. 11,–

29 Mit Moroni im Land der Gefühle

3 ½ – 6 Jahre

Ein Kurs in zwei Modulen, die einzeln oder zusammen gebucht werden können.

Auf spielerische Weise lernen Kinder ihre Emotionen zu erkennen, zu benennen und auszudrücken. Der Hase Moroni nimmt uns mit auf eine Reise in das Land der Gefühle, wo gilt: "Jedes Gefühl ist erlaubt, aber nicht jedes Verhalten!" An zwei Nachmittagen werden wir uns mit Hilfe von Spielen, Liedern, Präsentationen, Handpuppen usw. mit verschiedenen Emotionen beschäftigen.

Mitbringen: **Eigene Jause für zwischendurch!**

Leitung: MMag.ª Flora Papanthimou – Psychologin, Pädagogin, Family Support Trainerin, Klinische Psychologin i.A.

Kosten: 17,– pro Modul / Mitgl. 15,–

29a) Modul 1: **LIEBE - EIFERSUCHT - ANGST**

Termin: Samstag, 30. November 2013, 14.30 – 17 Uhr (2,5 Stunden inklusive Zeit zum Jausnen)

29b) Modul 2: **FREUDE - TRAURIGKEIT**

Termin: Samstag, 25. Januar 2014, 14.30 – 17 Uhr (2,5 Stunden inklusive Zeit zum Jausnen)

30 Tanzen mit Groß und Klein

(1-malig) 3½ – 5 Jahre

Ein Nachmittag voller Bewegung!

Von der freien Bewegung im Raum zum Kreistanz! Kinder und Eltern kommen in Kontakt und erfahren neue Impulse für ihr Raum-Zeitgefühl und für verschiedene Raumebenen. Angeregt durch Materialien wie z.B. Pinsel, Tücher und Bälle können Groß und Klein nach Herzenslust tanzen.

Mitbringen: **Bequeme Kleidung anziehen!**

Leitung: Maria Gärtner – Elementare Musikpädagogin

Termin: Samstag, 23. November 2013, 15 – 17 Uhr (2 Stunden + anschließende gemeinsame Jause)

Kosten: 17,– / Mitgl. 15,–

Spiel & Spaß im Wasser

Vom Urelement zum Bewegungselement. Wir geben den Kindern ihrem Alter entsprechend die Möglichkeit, das Wasser und seine positive und wohltuende Wirkung zu erleben. Genaue Informationen zum Konzept der Schwimmkurse findest du in unserem Themenblatt auf Seite 52ff.

ACHTUNG! Für alle Wasserkurse gilt:
Wir treffen uns immer umgezogen am Schwimmbecken.
Mitzubringen sind: Badehose oder Schwimmwindel, Handtücher, Getränke und Jause für Eltern und Kinder.

31 & 32 Säuglingsschwimmen — 3 – 6 Monate

Eine Stunde in der Woche nur für euch und euer Baby. Die Beziehung und das Vertrauen zueinander vertiefen und sich füreinander intensiv Zeit nehmen. Die angeborenen Schwimmreflexe treffen auf Wasser.

Kurzkurs 31:

Ort: **Schwimmbad Höttinger Au, Fürstenweg 12, Innsbruck**

Leitung: Susanne Wagner – Babyschwimmlehrerin, Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester, Studium der Erziehungswissenschaften

Termine: jeweils Freitag, 13 – 14.15 Uhr (5 x 75 min inklusive Jausenzeit)
Kursbeginn: 27. September 2013

Kosten: (zzgl. Badeintritt, 10er Block ist am günstigsten) 41,– / Mitgl. 37,–

32a) Kurs 1:

Ort: **Sanatorium Hochrum, Lärchenstraße 41, Rum**

Leitung: Claudia Brugger – Babyschwimmlehrerin, Trageberaterin, Family Support Trainerin für liebevolle Erziehung

Termine: jeweils Montag, 10.15 – 11.30 Uhr (10 x 75 min inklusive Jausenzeit)
Kursbeginn: 30. September 2013

Kosten: (Schwimmbadeintritt ist bereits im Preis enthalten) 113,– / Mitgl. 102,–

32b) Kurs 2:

Ort: **Städtisches Schwimmbad, Amraser Straße 3, Innsbruck**

Leitung: Susanne Wagner – Babyschwimmlehrerin, Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester, Studium der Erziehungswissenschaften

Termine: jeweils Mittwoch, 9.45 – 11 Uhr (10 x 75 min inklusive Jausenzeit)
Kursbeginn: 13. November 2013

Kosten: (zzgl. Badeintritt, 10er Block ist am günstigsten) 82,– / Mitgl. 74,–

32c) Kurs 3:

Ort: **Sanatorium Hochrum, Lärchenstraße 41, Rum**

Leitung: Claudia Brugger – Babyschwimmlehrerin, Trageberaterin, Family Support Trainerin für liebevolle Erziehung

Termine: jeweils Montag, 10.15 – 11.30 Uhr (10 x 75 min inklusive Jausenzeit)
Kursbeginn: 16. Dezember 2013

Kosten: (Schwimmbadeintritt ist bereits im Preis enthalten) 113,– / Mitgl. 102,–

33 „Hm, hm macht der kleine Frosch am Teich…" — 6 – 12 Monate

Spielerisch das Element Wasser und den eigenen Körper kennenlernen. Dreidimensionales Bewegen in einer Zeit, in der selbstständiges Fortbewegen an Land erst eingeschränkt möglich ist.

33a) Kurs 1:

Ort: **Sanatorium Hochrum, Lärchenstraße 41, Rum**

Leitung: Claudia Brugger – Babyschwimmlehrerin, Trageberaterin, Family Support Trainerin für liebevolle Erziehung

Termin: jeweils Montag, 9 – 10.15 Uhr (10 x 75 min inklusive Jausenzeit)
Kursbeginn: 30. September 2013

Kosten: (Schwimmbadeintritt ist bereits im Preis enthalten) 113,– / Mitgl. 102,–

33b) Kurs 2:

Ort: **Städtisches Schwimmbad, Amraser Straße 3, Innsbruck**

Leitung: Susanne Wagner – Babyschwimmlehrerin, Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester, Studium der Erziehungswissenschaften

Termine: jeweils Mittwoch, 8.30 – 9.45 Uhr (10 x 75 min inklusive Jausenzeit)
Kursbeginn: 13. November 2013

Kosten: (zzgl. Badeintritt, 10er Block ist am günstigsten) 82,– / Mitgl. 74,–

33c) Kurs 3:

Ort: **Sanatorium Hochrum, Lärchenstraße 41, Rum**

Leitung: Claudia Brugger – Babyschwimmlehrerin, Trageberaterin, Family Support Trainerin für liebevolle Erziehung

Termine: jeweils Montag, 9 – 10.15 Uhr (10 x 75 min inklusive Jausenzeit)
Kursbeginn: 16. Dezember 2013

Kosten: (Schwimmbadeintritt ist bereits im Preis enthalten) 113,– / Mitgl. 102,–

BAUERNKISTE

Frisches Tiroler Gemüse und viele Bauernprodukte zum Aussuchen ins Haus geliefert.

Innsbruck 05238/88188
Oberland 0650/8889412
Osttirol 04852/73473

www.bauernkiste.at

Anzeige

34 & 35 Spiel & Spaß im Wasser

1 – 2 Jahre

Die Inhalte Wasserlage, Vertrauen sowie sicheres und selbstständiges Fortbewegen werden in altersentsprechende, kurze Spieleinheiten eingebettet. Auch wollen wir andere Kinder kennenlernen, Spaß haben und uns wohlig wohlfühlen.

Leitung: Susanne Wagner – Babyschwimmlehrerin, Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester, Studium der Erziehungswissenschaften

Kurzkurs 34:

Ort: **Schwimmbad Höttinger Au, Fürstenweg 12, Innsbruck**

Termin: jeweils Freitag, 11 – 12.15 Uhr (5 x 75 min inklusive Jausenzeit)
Kursbeginn: 27. September 2013

Kosten: (zzgl. Badeintritt, 10er Block ist am günstigsten) 41,– / Mitgl. 37,–

Kurs 35:

Ort: **Städtisches Schwimmbad, Amraser Straße 3, Innsbruck**

Termine: jeweils Mittwoch, 11 – 12.15 Uhr (10 x 75 min inklusive Jausenzeit)
Kursbeginn: 13. November 2013

Kosten: (zzgl. Badeintritt, 10er Block ist am günstigsten) 82,– / Mitgl. 74,–

APOTHEKE BOZNERPLATZ

Bozner Platz 7 6020 Innsbruck
Tel: 0512/585817 Fax: DW3
www.apo-boznerplatz.at office@apo-boznerplatz.at

Sie finden bei uns kompetente Beratung und viele ausgewählte Produkte für Mutter und Kind!

Schwangerschafts- und Stilltees
Aromatherapie
homöopathische Mittel
Bachblüten
Spezialnahrung für allergiegefährdete Babys
Schüssler-Salze
Produkte der Hebamme Ingeborg Stadelmann
TCM (traditionelle chinesische Medizin)

Anzeige

kaluno

kaluno.myshopify.com

Die stylischen Kinderwagentaschen aus Wien

Anzeige

36 Pitsch, patsch Pinguin

2 – 4 Jahre

Wie die Pinguine können wir uns im Wasser bewegen, springen, schwimmen, gleiten, auf Eisschollen schaukeln und vieles mehr.

Ort: **Städtisches Schwimmbad, Amraser Straße 3, Innsbruck**

Leitung: Benedikta Erlacher – Schwimmlehrerin, Studium Lehramt Bewegung & Sport und Biologie

Termine: jeweils Mittwoch, 15.30 – 16.30 Uhr (10 x 60 min + anschließende gemeinsame Jause)
Kursbeginn: 20. November 2013

Kosten: (zzgl. Badeintritt) 82,– / Mitgl. 74,–

37 Mit allen meinen Entlein

1 – 4 Jahre

Geschwisterschwimmen

Bewegungsfreude, Spiel und Schwimmvorbereitung mit den Schwerpunkten Wasserlage, sicheres und selbstständiges Fortbewegen in einer altersgemischten Gruppe. Der Kurs richtet sich an Eltern mit mehreren Kindern oder KinderfreundInnen. Geschwister werden bei der Anmeldung bevorzugt. Für Geschwisterkinder darf gerne eine weitere Begleitperson kostenlos am Kurs teilnehmen! (Eintritt ist extra zu zahlen.)

Ort: **Städtisches Schwimmbad, Amraser Straße 3, Innsbruck**

Leitung: Benedikta Erlacher – Schwimmlehrerin, Studium Lehramt Bewegung & Sport und Biologie

Termine: jeweils Mittwoch, 17 – 18 Uhr (10 x 60 min + anschließende gemeinsame Jause)
Kursbeginn: 20. November 2013

Kosten: (zzgl. Badeintritt) 90,– / Mitgl. 81,– (Geschwisterermäßigung 30%!)

Kinderkrippe

Wir bieten Kindern im Alter von 1 ½ bis 3 Jahren eine vorbereitete Umgebung, in der sie sich eigenständig und ihrem Tempo entsprechend entfalten können. Unsere Schwerpunkte sind Bewegungs- und Sprachentwicklung, wobei alle Sinne mit einbezogen werden. Bedürfnisorientiertes Arbeiten ist Voraussetzung, um Kinder in ihren Entwicklungsprozessen zu begleiten. Die Gruppengröße ist auf zwölf Kinder (bei mindestens zwei BetreuerInnen) begrenzt.

1. Gruppe:

Leitung: Michaela Piegger – Kindergartenpädagogin, Früherzieherin, Mobile Sprachförderpädagogin

Pädagogische Assistentinnen: Franziska Aigner, Karin Nairz

Stützkraft: Mag.ª Stefanie Kraft

2. Gruppe:

Leitung: Sigrid Sporer – Kinderkrippenerzieherin

Pädagogische Assistentinnen: Ingrid Bischofer, Bettina Raschhofer

Öffnungszeiten: Montag – Freitag: 7 – 14 Uhr

Information & Anmeldung: direkt bei Michaela Piegger (Leiterin der Kinderkrippe) zwischen 7.30 und 9.00 Uhr

0512 / 58 19 97 - 11

V.l.n.r.: Michaela Piegger, Ingrid Bischofer, Stefanie Kraft, Karin Nairz, Sigrid Sporer, Franziska Aigner
Vorne: Bettina Raschhofer

Familienberatung

Bei Fragen und Problemen bietet die Familienberatung soziale, pädagogische, psychologische und rechtliche Beratung an.

Wir beraten Sie

zur Schwangerschaft sowie rund um die Geburt
in der Erziehung
bei Problemen mit sog. „Schreibabys“
in Fragen für Alleinerziehende
bei Paar- und Familienkonflikten
bei Trennung und Scheidung
bei psychischen Problemen
zur Vereinbarung von Beruf und Familie
bei interkulturellen Konflikten
bei spezifischen Problematiken von asylsuchenden Familien
als Eltern behinderter Kinder - in Zusammenarbeit mit dem Tiroler Landesverband der Gehörlosen
nach dem Tod eines (ungeborenen) Kindes

Die Angebote der Familienberatung sind anonym und kostenlos!
Freiwillige Beiträge zur Unterstützung des EKiZ werden gerne entgegengenommen!

V.l.n.r.: Melanie Madlung, Sonja Steixner,
Barbara Nagele-Fritz, Katharina Oberbichler, Brigitte Hattinger

Wir bitten um telefonische Terminvereinbarung

0512 / 58 72 70

Unsere barrierefreie Homepage:
http://familienberatung.ekiz-ibk.at

Wir sind erreichbar:

Mag.ª Katharina Oberbichler
Juristin, Familien- und
Paarberaterin, Mediatorin
Montag 9 – 14 Uhr

Dr.in Barbara Nagele-Fritz
Pädagogin, Dipl. Sozialarbeiterin,
Psychotherapeutin
Dienstag 9 – 15 Uhr

Dr.in Melanie Madlung
Psychologin, Psychotherapeutin
Mittwoch 9 – 12 Uhr

Dr.in Sonja Steixner
Pädagogin, Dipl. Sozialarbeiterin,
Psychotherapeutin, Mediatorin
Mittwoch 15 – 20 Uhr

Mag.ª Brigitte Hattinger
Psychologin
Donnerstag 9 – 12 Uhr

NEU! Wir trennen uns

Beratung zur einvernehmlichen Scheidung

Seit der Änderung des Kindschaftsrechtes per 1.2.2013 ist als Voraussetzung für eine einvernehmliche Scheidung vor Gericht eine Bescheinigung vorzulegen, dass sich die Eltern über die psychischen Auswirkungen von Trennung/Scheidung auf ihre Kinder haben beraten lassen. Wir bieten derartige Beratungen an.

Beraterin: Mag.ª Brigitte Hattinger

Termine: nach Vereinbarung, Anmeldung unter 0512/587270

Kosten: 28,– pro Elternteil

NEU! Zumba-Kurs mit Paulo dos Santos

Ohne Anmeldung, ohne Bindung können alle mitmachen, die Spaß an Bewegung haben!

Geboren in Salvador da Bahia, lernte Paulo das Tanzen bei den in Brasilien und inzwischen international bekannten Tänzern Jorge Silva und Marilza Oliveira, sowie Jorge Vazquez, Stacey Printz und Brian Bullard. Es folgten internationale Engagements u.a. in Venezuela, Kolumbien, Afrika, Spanien, Miami und der Türkei, bis es ihn schließlich im März 2010 der Liebe wegen nach Innsbruck verschlug. Dort absolvierte er die Ausbildung zum Zumba-Instructor. Seitdem unterrichtete er sehr erfolgreich u.a. an der Volkshochschule in Igls und Innsbruck und am Alfa Fitness Studio. Seine bevorzugten Tanzstile sind Contemporary, Jazz, Modern, Afro und klassisches Ballett.

Leitung: Paulo dos Santos

Termine: jeweils Mittwoch, 19.30 – 20.30 Uhr
Kursbeginn: 17. Juli 2013 (ohne Anmeldung)

Kosten: 6,– pro Abend, oder im Zehnerblock um 54,–

Die Waldorf-Kinderkrippen und -Kindergärten Innsbrucks stellen sich vor

Kinder in das Leben begleiten – ein Infoabend für Eltern und Interessierte

Zwei Kindergärtnerinnen geben einen Einblick in das Wesen der Waldorf-Pädagogik für Kinder im Alter von eineinhalb Jahren bis zum Schulalter. Im Alltag von zwei Kleinkindgruppen und drei Kindergärten des Waldorf-Vereins Innsbruck finden die Kinder Geborgenheit und Entfaltungsmöglichkeiten wie im häuslichen Rahmen.

Veranstalterin: Waldorf-Verein Innsbruck

Termin: Donnerstag, 23. Jänner 2014, 19.30 – 21.00 Uhr

Anmeldung: **direkt unter evelyn_kubik@yahoo.de oder 0699/11936252**

Kosten: gratis!

Abende zur Geburtsvorbereitung für Mehrgebärende
Infos Seite 11

Infoabend Bauchgeburtkurs
Infos Seite 11

38 NEU! Medien im Familienalltag

„Schatz, warte kurz, das Handy....“

So, oder so ähnlich endet manche Kommunikation in der Familie von heute. Wir nehmen uns nicht die Zeit, den Satz zu beenden und Kinder der Jetztzeit wissen, was diese Kurzmitteilung bedeutet: „Bitte warten, der von ihnen gewählte Teilnehmer telefoniert gerade.“

Eine Vielzahl an Medien dominiert inzwischen unser Zusammenleben und die Beziehungsarbeit, die wir jeden Tag leisten. PC, Handy, Fernsehen, Radio und Internet sind aktive Teile des Familienlebens und fordern ihren Tribut.

Dieser Abend soll einen neuen Blickwinkel auf die Auswirkungen der Medien auf Familien mit Kindern im Alter von 0 – 6 Jahren ermöglichen. Gemeinsam versuchen wir, uns bewusst zu machen, was auf der Strecke bleibt, wenn die Medien in den Mitttelpunkt des Familienlebens rücken. Es geht um einen bewussten Umgang mit Medien in der Erziehung und im täglichen Zusammenleben und um die Ermutigung dazu, das Handy einfach einmal läuten zu lassen.

Referentin: Birgit Haller-Glettler – Lehrerin für Didaktik und Praxis an der Bundesbildungsanstalt f. Kindergartenpädagogik u. Früherziehung und Referentin der Erwachsenenbildung am BFI

Termin: Donnerstag, 17. Oktober 2013, 19.30 – 21.30 Uhr

Kosten: 15,– / Mitgl. 13,50 (Anmeldung notwendig!)

39 NEU! Liebevolle Erziehung in den ersten Lebensjahren

Kinder brauchen Wurzeln und Flügel, deshalb benötigen sie unsere vertrauensvolle Begleitung für ihre Entwicklung. Was sind die Säulen liebevoller, entwicklungsfördernder Erziehung? Über welche Fähigkeiten verfügen Babys und Kleinkinder? Was fördert bzw. hemmt die kindliche Entwicklung? Wie können wir mit Stresssituationen umgehen? An diesem Abend werden wir uns mit Idee der liebevollen Erziehung durch Beziehung beschäftigen und uns unsere eigenen Fähigkeiten als Eltern bewusst machen.

Referentin: Mag.ª Malina Klöppel – Erziehungswissenschaftlerin, Kommunikationsberaterin, Family Support Trainerin

Termin: Freitag, 15. November 2013, 19.30 – 21.30 Uhr

Kosten: 15,– / Mitgl. 13,50 (Anmeldung notwendig!)

40 NEU! Sprachförderung im Kleinkindalter

Sprechen ist eine Fähigkeit, die zahlreiche sensumotorische Funktionen erfordert. Dementsprechend beginnt die Sprachförderung bei den sogenannten Basissinnen, der Haut, dem Gleichgewicht und der Tiefenwahrnehmung und nicht erst bei der eigentlichen Sprache. Ausreichende Wahrnehmungs- und Bewegungserfahrungen sind also eine wichtige Voraussetzung für eine positive Sprachentwicklung.

Dieser Abend ermöglicht einen Einblick in die Bedeutung von Wahrnehmung und Sprache. Um Kinder in ihrer sprachlichen Entwicklung zu unterstützen und zu begleiten, werden zahlreiche Beispiele und Angebote vorgestellt, die sich leicht im Alltag umsetzen lassen.

Referentin: Michaela Piegger – Kindergartenpädagogin, Früherzieherin, Mobile Sprachförderpädagogin, Leiterin der Kinderkrippe des EKiZ

Termin: Donnerstag, 12. Dezember 2013, 19.30 – 21.30 Uhr

Kosten: 15,– / Mitgl. 13,50 (Anmeldung notwendig!)

Anzeige

41 NEU! Kindergeburtstag feiern - leicht gemacht!

Kindergeburtstag feiern, FreundInnen einladen, Kuchen backen – das klingt anstrengend! Es geht auch an-ders: An diesem Abend bekommt ihr Ideen und Anregungen, die wir auch gemeinsam ausprobieren, um den Geburtstagsnachmittag eures Kindes zu einem schönen Erlebnis für Groß und Klein werden zu lassen – und ihn selber auch noch zu genießen!

Mitbringen: **3,– Materialbeitrag für die Gestaltung eines kleinen Instrumentes**

Leitung: Claudia Bauer – Lehrerin für Musik und Bewegungserziehung, Sozialarbeiterin

Termin: Freitag, 22. November 2013, 19.30 – 21.30 Uhr

Kosten: 15,– / Mitgl. 13,50 (Anmeldung notwendig!)

42 NEU! Großeltern-Abend

Wie können wir unsere Kinder und Enkel gut unterstützen?

Wenn ein Kind geboren wird, dann wird aus der Tochter oder Schwiegertochter eine Mutter, aus den Eltern werden Oma und Opa. Die Freude über das neue Familienmitglied ist meist riesengroß. Gerade die erste Zeit bringt große Veränderungen mit sich, die junge Familie braucht viel Unterstützung, Hilfe und Zuspruch. Nicht immer kommt der gutgemeinte Rat richtig an. Vieles ist anders, als wir es bei den eigenen Kindern selbst erlebt haben. Dabei wollen doch alle nur das Beste. An diesem Abend wollen wir Strategien suchen, um die neue Rolle in diesem neuen Abschnitt im Leben der Familie gut ausfüllen zu können, und die Bindung zur Tochter oder Schwiegertochter noch zu stärken.

Referentin: Isolde Seiringer – Großmutter, Stillberaterin

Termin: Donnerstag, 9. Jänner 2014, 19.30 – 21.30 Uhr

Kosten: 15,– / Mitgl. 13,50 (Anmeldung notwendig!)

43 NEU! Erkältungsöl selbstgemacht

Einführung in die Aromapflege

Ihr lernt in diesem Kurs verschiedene ätherische und fette Öle kennen, die ihr zur Pflege im Alltag oder bei diversen Problemen wie Erkältungen, Verspannungen etc. anwenden könnt. Im Workshop werden wir mindestens ein Öl für euren persönlichen Bedarf mischen und mit nach Hause nehmen.

Mitbringen: **10,– für den Materialbedarf**

Referentin: Patrizia Schneider – Hebamme

Termin: Freitag, 11. Oktober 2013, 19.30 – 21.30 Uhr

Kosten: 15,– / Mitgl. 13,50 (Anmeldung notwendig!), für das selbstgemischte Öl werden am Abend 10,– pro Person eingesammelt.

44 NEU! Obsorge & Co

Das neue Familienrechtspaket 2013

Das Familienrechtsänderungsgesetz, das seit Feber 2013 in Kraft ist, hat u.a. wichtige Änderungen in Bezug auf elterliche Obsorge, den Kontakten der Kinder zu beiden Eltern nach Trennungen und hinsichtlich des Namensrechts gebracht. Nach einem Überblick über die neuen Bestimmungen beleuchten wir deren praktische Umsetzung und die konkreten Fragestellungen der TeilnehmerInnen.

Referentin: Mag.ª Katharina Oberbichler – Juristin, Mediatorin, dipl. Ehe- und Familienberaterin im EKiZ

Termine: Montag, 4. November 2013, 14.00 – 15.30 Uhr

Kosten: 12,– / Mitgl. 11,–

Kinderbetreuung: Es besteht die Möglichkeit, Kinder ab 3 bis 7 Jahren im Kinderparadies neben der Familieninfo Tirol im benachbarten Sillpark für 1,– pro Stunde betreuen zu lassen.

Anzeige

danner Boutique
anichstr. 11 • 6020 innsbruck
t. 0512/59628-26
www.danner-gesund.at

Höchste Qualität aus Naturtextilien
für das Wohlbefinden
Ihres Baby`s

bei Ihrer Danner-Boutique

Made by Engel

DDr. Marie-Kathrin Philipp
Zahnärztin für Kinder

Behaimstraße 2 • 6060 Hall in Tirol
Tel. 05223 / 20 49 09
www.zahnaerztin-fuer.kinder.at

Unser Angebot: Zahnputzschule, Mundhygiene, Füllungstherapie und Milchzahnkrönchen, Platzhalter, Behandlung in Sedierung und Vollnarkose.

Anzeige

45 Jedes Kind kann schlafen... in Geborgenheit

... für Eltern mit Kindern zwischen 0 und 4 Jahren

Probleme beim Einschlafen und Durchschlafen können Eltern verunsichern. Theoretisches und praktisches Wissen hilft individuelle Lösungen zu finden.
Bei Bedarf ist weiterführende Beratung in der Familienberatung möglich.

Referentin: Dr.in Barbara Nagele-Fritz – Pädagogin, Psychotherapeutin, Familienberaterin im EKiZ

Termin: Dienstag, 8. Oktober 2013, 14.00 – 15.30 Uhr

Kosten: 12,– / Mitgl. 11,– (Anmeldung notwendig!)

Kinderbetreuung: Es besteht die Möglichkeit, Kinder ab 3 bis 7 Jahren im Kinderparadies neben der Familieninfo Tirol im benachbarten Sillpark für 1,– pro Stunde betreuen zu lassen.

46 Family Support - Training für eine liebevolle Erziehung

Workshop für Eltern und andere Bezugspersonen

Eltern zu sein, bedeutet viel Freude und Glück. Es bedeutet aber auch, in manchen Situationen Fragen zu haben, die nicht immer leicht zu beantworten sind. Dieser Workshop soll Bezugspersonen von Kindern dabei unterstützen, herauszufinden, welcher Erziehungsstil zu ihrer Familie passt und ihnen helfen, Antworten auf gegebene Erziehungsfragen zu finden. Ziel des Kurses ist ein liebevoller, respektvoller Umgang zwischen Eltern und Kind.

Anzeige

Der Kurs besteht aus 6 Gruppenterminen und, wenn erwünscht, wird er durch 3 darauffolgende telefonische oder persönliche Gesprächstermine ergänzt, um persönlichen Fragestellungen Raum zu geben.

Die **6 Gruppentermine** haben folgende thematische Schwerpunkte:

1. Meine Familie und ich
2. Grundlagen liebevoller Erziehung
3. Ursachen von Verhaltensproblemen bei Kindern
4. Fördern und Stärken der kindlichen Entwicklung sowie seiner Persönlichkeit
5. Strategien, um Problemen entgegenzuwirken
6. Tipps und Tricks für den Familienalltag

Einige Inhalte des Elterntrainings

Stressbewältigung • Kinder am Esstisch • Aufräumen • Förderung der kindlichen Entwicklung • Umgang mit Fremdeln und Trennungsängsten • Wutanfälle und aggressives Verhalten • Elterliche Autorität anerkennen • Jammern • Stören • Hausaufgaben machen • Wie motiviere ich mein Kind?

Referentin: Claudia Brugger – Family Support Trainerin für liebevolle Erziehung, Babyschwimmlehrerin, Trageberaterin

Termine: jeweils Dienstag, 19.30 – 21.30 Uhr (6 x 2 Std. + 3 persönliche oder telefonische Gesprächstermine à 20 Minuten)
Kursbeginn: 5. November 2013
Kurstermine: 5.11. / 12.11. / 19.11. / 26.11. / 3.12. / 10.12.

Kosten: 107,– pro Person / 137,– pro Paar
Mitgl. 96,– / 126,– pro Paar (inklusive Handbuch als pdf-Datei! Anmeldung notwendig!)

47 Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Ein praxisorientierter Vortrag mit Tipps für eine möglichst gute Vorbereitung auf einen Notfall (z.B. Checklisten, Leitlinien usw.). Die wichtigsten Maßnahmen zur Überbrückung der Zeit vom Eintreten des Notfalles bis zum Eintreffen der Notärztin oder des Notarztes werden vorgestellt und genau erläutert.

Referent: Thomas Widerin – leitender Flugretter ÖAMTC Notarzthubschrauber C1, Notfallsanitäter und Alpinpolizist

Termin: Donnerstag, 6. Feber 2014, 19.00 – 21.30 Uhr

Kosten: 19,- / Mitgl. 17,– (Anmeldung notwendig!)

48 Naturheilkundliche Behandlung von Kinderkrankheiten

Homöopathie & Schüßlersalze für Babys und Kleinkinder

Ein Vortrag über verschiedene naturheilkundliche Behandlungsmöglichkeiten von kranken Kindern (Schüßlersalze, Homöopathie und Bachblüten), die die Entwicklung des Kindes unterstützen. Daneben

werden auch altbewährte Hausmittel vorgestellt. Auf die Behandlung folgender Beschwerden und Erkrankungen wird näher eingegangen: • Kinderkrankheiten (Mumps, Röteln, Scharlach, Schafplattern oder Windpocken) • Ängste, Nervosität, Schlafstörungen • Blasenbeschwerden • Husten, Erkältung • Ohrenentzündungen • Zahnungsbeschwerden • Verdauungsbeschwerden wie Erbrechen, Durchfall, Verstopfung und Blähungen.
Der Vortrag richtet sich an alle, die ihre Kinder gerne sanft und ganzheitlich behandeln.

Referent: Oliver Schumann – Heilpraktiker

Termin: Donnerstag, 16. Jänner 2014, 19.30 – 21.30 Uhr

Kosten: 15,– / Mitgl. 13,50 (Anmeldung notwendig!)

49 Kinderbetreuungsgeld und Familienbesteuerung

Dieser Vortrag soll auf verständliche Art die Vor- und Nachteile der verschiedenen Kinderbetreuungsgeld-Bezugsmodelle (inkl. der Neuerungen) und das Problem „Zuverdienstgrenze" erklären. Weitere Themen sind die steuerlichen Förderungen und Vorteile für Kinder/Familien/Alleinerziehende, die Familienbeihilfe, das Tiroler Kindergeld plus… Fragen sind gerne willkommen!

Leitung: Mag.ª Petra Schöll-Hosp – Steuerberaterin in Innsbruck

Termin: Freitag, 24. Jänner 2014, 19.30 – 21.00 Uhr

Kosten: 12,– / Mitgl. 11,- (Anmeldung notwendig!)

WKO WIRTSCHAFTSKAMMER TIROL

WIFI WKO

Top-Ausbildungen im Bereich Pädagogik

Ausbildung zum Kindergartenassistent
Lehrgangsstart im WIFI Schwaz: 09.09.13
Lehrgangsstart im WIFI Innsbruck: Frühjahr 2014

Lehrgang Jugend-Coach
Infoabend: 03.09.13, 18.00 Lehrgangsstart: 13.09.13

Ausbildung zum Family Support Trainer®
Infoabend: 04.11.13, 18.00 Lehrgangsstart: 22.11.13

Information und Anmeldung
Marion Bilek | t: 05 90 90 5-7255 | e: marion.bilek@wktirol.at

tirol.wifi.at **WIFI Tirol**

Anzeige

Kleingruppenberatung

Hier findest du Themen, die wir in der persönlichen Atmosphäre von Kleinstgruppen anbieten. Sobald zwei Anmeldungen vorliegen, wird ein individueller Termin vereinbart.

Anmeldung unter:

0512 / 58 19 97 - 0

Kinderbetreuung: Es besteht die Möglichkeit, Kinder von 3 bis 7 Jahren im Kinderparadies neben der Familieninfo Tirol im benachbarten Sillpark für 1,– pro Stunde betreuen zu lassen.
Öffnungszeiten: Mo – Mi 9 –19 Uhr; Do + Fr 9 – 20 Uhr; Sa 9 – 18 Uhr

50 Tragetuchbinden

Tragen schenkt Kindern Geborgenheit und erleichtert den Eltern den Alltag! Es ist mehr als eine Technik – aber die könnt ihr hier lernen. Das richtige Aufbinden des Babys – ab der Geburt bis über das Krabbelalter hinaus – wird erklärt und geübt. Auch für Zwillinge!

Leitung: Claudia Brugger – Trageberaterin, Family Support Trainerin, Mutter von Zwillingen

Termin: individuelle Terminvereinbarung auf Anfrage im EKiZ

Kosten: 11,– / Mitgl. 10,– (für 1 Stunde)

51 Kaiserschnitt - ein Tabu?

Für Frauen, die Unterstützung nach einem Kaiserschnitt suchen und sich mit anderen Frauen austauschen möchten, die Fragen klären wollen oder Hilfestellungen brauchen.
Diese Treffen bieten die Möglichkeit, unter Anleitung in angenehmer Atmosphäre mit Gleichgesinnten das besondere Geburtserlebnis zu verstehen. Es ist ein Angebot in der Kleingruppe, um Verständnis zu erleben, Erleichterung und gegenseitige Unterstützung zu erfahren, den Blick zu weiten und die Beziehung zum eigenen Kind zu stärken.

Leitung: Margit Lesky – Baby- und Kindermassagekursleiterin, „Basic Bonding" Beraterin, DGKS, Lebens- u. Sozialberaterin, Emotionelle Erste Hilfe Fachberaterin i.A.

Termin: individuelle Terminvereinbarung auf Anfrage im EKiZ

Kosten: 20,– / Mitgl. 18,– (für 1½ Stunden)

Selbstorganisierte Gruppen

Hier findest du Gruppen, die von Eltern selbst organisiert werden. Wenn du an der Gruppe teilnehmen möchtest, wende dich an die unten genannte Kontaktperson.

Frühstück für Alleinerziehende mit Kind/ern

Gemeinsam wollen wir gemütlich frühstücken, plaudern, spielen, Kontakte knüpfen – einen feinen Vormittag miteinander verbringen!
Das EKiZ bietet dafür vor allem Familien mit Kindern von 0 – 6 Jahren einen guten Rahmen, aber auch größere Kinder können gerne mitkommen, wenn sie das möchten.

Kontakt: Judith Urban 0699/11993515 und judith.urban@gmx.net

Anmeldung: nicht erforderlich

Termine: einmal monatlich, jeweils Sonntag von 9 – 13 Uhr
29.9. / 27.10. / 1.12. / 26.1. / 23.2.

Kosten: keine! **Bitte bringt aber etwas zum Essen für unser Frühstücksbuffet mit, für Kaffee und Tee ist gesorgt.**

Die Kosten für den Raum werden von der Tiroler Plattform für Alleinerziehende übernommen – Vielen Dank dafür! Eine Mitgliedschaft im EKiZ ist nicht nötig, aber wir freuen uns natürlich immer über Eure Unterstützung unserer Arbeit. (Infos zur Mitgliedschaft auf Seite 5)

Austauschtreffen für Alleinerziehende

Wir wollen uns bei diesen Treffen Raum und Zeit nehmen, um uns über unsere Lebens- und Familiensituation auszutauschen, Informationen und Wissen weiter zu geben, Kontakte zu knüpfen, Ideen zu entwickeln und uns zu stärken!
Diese Treffen finden ohne Kinder statt.

Kinderbetreuung: Es besteht die Möglichkeit, Kinder von 3 bis 7 Jahren im Kinderparadies neben der Familieninfo Tirol im benachbarten Sillpark für 1,– pro Stunde betreuen zu lassen.
Öffnungszeiten: Mo – Mi 9 –19 Uhr; Do + Fr 9 – 20 Uhr; Sa 9 – 18 Uhr
Für kleinere Kinder kann bei Bedarf eine Betreuung organisiert werden, Kosten nach Vereinbarung.

Anmeldung: bei Judith Urban unter 0699/11993515 oder
judith.urban@gmx.net

Termine: jeweils Samstag von 10.30 – 12.30 Uhr
12.10. / 16.11. / 11.1. / 8.2.

Kosten: Die Kosten für den Raum werden von der Tiroler Plattform für Alleinerziehende übernommen – Vielen Dank dafür! Eine Mitgliedschaft im EKiZ ist nicht nötig, aber wir freuen uns natürlich immer über Eure Unterstützung unserer Arbeit. (Infos zur Mitgliedschaft auf Seite 5)

Fortbildung

52 NEU! Uwe Legahn - Babyschwimmen und was dann?

Ein Konzept für Schwimmkurse, die ans Babyschwimmen anschließen.
Kindersicherheit im Wasser lässt sich entscheidend steigern: Aquapädagogik macht´s möglich! Bildet euch eure eigene Meinung. Seid neugierig und auch gern skeptisch. Der „Erfinder" der Aquapädagogik, Uwe Legahn erklärt die besonderen Inhalte und Ziele, sowie die daraus entstehenden Vorteile seines Konzeptes, welches Kindern frühes, sicheres und vielseitiges Schwimmen ermöglicht – bereits ab drei Jahren. Auszüge aus seinem neuen Lehrfilm untermauern den Vortrag. Alles wurde vom Praktiker für Praktiker entwickelt – und ist seit Jahren bewährt. Infos auch unter: http://www.aquapaedagogik.org

Leitung: Mag. Uwe Legahn – Sportpädagoge, Gründer und Leiter der DELPHIN-Akademie für Aquapädagogik (DAAP) in Hamburg, Initiator und Präsident des Bundesverbandes für Aquapädagogik (BvAP)

Termin: Montag, 16. September 2013, 10 – 13 Uhr und 14 – 17 Uhr

Kosten: 90,– / Mitgl. 80,- (Anmeldung notwendig!)

Anzeige

Anzeige

BABYSCHWIMMEN

Babyschwimmen entwickelte sich in den 1970er Jahren. Bereits 1981 initiierte Gerhild Heinz-Possert als Mitarbeiterin der ersten Stunde des Eltern-Kind-Zentrums Säuglingsschwimmkurse in Innsbruck.

Zielsetzungen & Effekte des Babyschwimmens

Regelmäßiges Babyschwimmen hat folgende positive Effekte:

- Förderung der motorischen und geistigen Entwicklung
- Kräftigung der Muskeln und Atemwege
- Anregung des Kreislaufs
- Vergrößerung des Aktionsradius
- Training des Gleichgewichtes
- Stärkung des Selbstvertrauens

Vertrautheit mit dem Wasser und frühes Schwimmen lernen
Zudem unterstützen wir ganz bewusst die Eltern-Kind-Beziehung.
Folgende Faktoren und Reize, die im Wasser ihre Wirkung entfalten, berücksichtigen wir in unseren Kursen:

- **Den Wasserwiderstand:** Durch die Bremswirkung des Wassers ist ein erhöhter Kraftaufwand nötig, was zu einer verbesserten Körperwahrnehmung führt. Muskeln werden gekräftigt.
- **Den Wasserdruck:** Durch den erhöhten Druck auf den im Wasser eingetauchten Brustkorb wird die Atmung erschwert und damit die Atemmuskulatur trainiert.
- **Den statischen Auftrieb:** Der statische Auftrieb im Wasser lässt den Körper nahezu schwerelos werden! Es ist also möglich, mit geringstem Kraftaufwand eine Fortbewegung zu erzielen. Jeder Mensch besitzt eine eigene statische Schwimmlage – das sollte später bei der Benutzung von Schwimmhilfen berücksichtigt werden.
- **Optische Reize:** Die wellige Wasseroberfläche reflektiert das Licht und bildet einen flimmernden Teppich. Dieser Reiz kann für ganz kleine Babys zu stark sein, dann sollten sie so getragen werden, dass sie nicht ständig damit konfrontiert sind.
- **Akustische Reize:** Der Schall reflektiert an den glatten Wänden. Deshalb ist der Geräuschpegel in Schwimmbädern sehr hoch!

Zielgruppe

Wir empfehlen Babyschwimmen ab dem vollendeten dritten Lebensmonat und bieten ab diesem Alter Kurse im Eltern-Kind-Zentrum an. Für unsere Kurse sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Die Teilnahme an einem Babyschwimmkurs empfehlen wir auch

- frühgeborenen Kinder
- Kindern mit Sinneswahrnehmungsdefiziten
- Kindern mit Stoffwechselkrankheiten
- Kindern mit Muskelerkrankungen
- Kindern mit Defiziten am Stützsystem (z.B. Schiefhals, Skoliose, Hüftdysplasie, Sichelfuß)
- Kindern mit psychomotorischen Entwicklungsverzögerungen

Die Babys/Kleinkinder werden im Kurs von einer erwachsenen Bezugsperson (Mama, Papa, Oma…) direkt im Schwimmbecken begleitet.

Häufig gestellte Fragen rund ums Babyschwimmen

Muss mein Baby tauchen?

Babys sind mit einem Atemschutzreflex ausgestattet, der das Baby davor schützt, Wasser in die Lunge zu bekommen. Dieser verschwindet mit ca. vier bis fünf Monaten. Für das Tauchen ist es jedoch nicht wichtig, so früh wie möglich mit einem Säuglingsschwimmkurs zu beginnen – das Tauchen muss später neu und bewusst erlernt werden!
Das Tauchen steht in den EKiZ-Kursen auch nicht im Zentrum. Die Priorität bilden das Vertrauen zum Wasser, die Bewegungsfreude sowie Spiel und Spaß! Ein spielerischer Babyschwimmkurs – frei von Leistungsdruck – ist eine wunderbare Familienaktivität, die den Eltern auch den sicheren Umgang mit ihrem Baby im Wasser vermittelt.
Wenn nach einigen Stunden der Wassergewöhnung und -erfahrung die Sicherheit und das Vertrauen gefestigt sind, kann auch untergetaucht werden. Es wichtig, dem Baby Zeit und Anleitung zu geben. Wir richten uns nach der Reaktion des Babys! Gibt es Protest, verschluckt sich oder weint das Kind im Anschluss, dann beenden wir vorerst das „Projekt Tauchen" und starten einen neuerlichen Versuch in zwei bis drei Wochen bzw. probieren andere Methoden der Wassergewöhnung. Sollte das Baby Gefallen dran finden, können wir das Tauchen ausbauen. Dabei ist sehr vertrauensbildend, wenn ein Elternteil mit auf Tauchstation geht.
Wenn die Erwachsenen nicht gerne untertauchen, weshalb sollten es dann die Kinder unbedingt müssen?

Ist Vorbereitung möglich?

Ab der neunten Woche ist es für Babys meist sehr angenehm, mit einem Elternteil in der Badewanne zu baden. Dabei sollte auf jeden Fall immer Körperkontakt gehalten werden. Sprechen und Singen geben dem Baby zusätzlich ein Gefühl der Geborgenheit. Die Badewassertemperatur kann dann langsam von 37° C auf ca. 31° C abgesenkt werden, um dem Baby die Möglichkeit zu geben, sich an die Hallenbadtemperaturen zu gewöhnen.

Was ist mitzubringen?

Für das Baby:

- Schwimmwindel/dichte Badehose – Eine qualitativ hochwertige Schwimmwindel/Badehose lohnt sich. Sie ist waschbar, angenehm weich zu tragen, wieder verwendbar und der Popo des Babys hat nicht zu viel Auftrieb im Wasser.
- Badetuch
- Windel für danach
- Getränk! Die Babys sind nach dem Schwimmen sehr durstig!
- Nahrung

Für die Erwachsenen:

- Badekleidung
- Badetuch
- Badeschlapfen sind empfehlenswert

Wann ist es besser nicht zum Kurs zu kommen:

- Mit fieberhaften Infekten
- Mit ansteckenden Kinderkrankheiten oder ansteckenden Hauterkrankungen
- Bei Magen-Darmerkrankungen mit Durchfall und/oder Erbrechen
- Direkt nach Impfungen

Dürfen auch beide Elternteile am Kurs teilnehmen?

Ja, eine zweite Begleitperson ist im Kurs herzlich willkommen! Er/Sie muss nur an der Kassa den gültigen Eintrittspreis zahlen.

Erkältet sich das Baby häufiger, wenn es an einem Babyschwimmkurs teilnimmt?

Durch die strengen Hygienekontrollen der Bäder haben Krankheitskeime im chlorhaltigen Wasser keine Chance. Ansteckungsgefahr besteht hauptsächlich durch den Kontakt mit anderen Menschen in den Umkleidekabinen oder beim Aufenthalt rund ums Becken.

Tipps um Erkältungen zu vermeiden:

- Ein zweites Handtuch mitnehmen! Nach dem Abtrocknen ist es schön, wenn das Baby noch nackig im Warmen strampeln kann. Wenn es dabei auf einem feuchten Tuch liegen muss, besteht Erkältungsgefahr!
- Das Kind zum Schluss anziehen! Babys, die im Schianzug auf ihre Eltern warten, die sich noch föhnen und anziehen müssen, leiden sehr unter der Hitze. Von über 30° Wärme im Bad (im Schianzug!!) nach draußen in den Winter zu kommen, ist nicht gesund!

Wird das Baby anfälliger für Mittelohrentzündungen?

Das Mittelohr ist über die Eustachische Röhre direkt mit dem Nasen-Rachenraum verbunden. Bei Schnupfen können durch diese Verbindung Keime sehr leicht aufsteigen. Die Keime können aber nicht durch Wasser von außen ins Mittelohr gelangen, da dieses durch das Trommelfell geschützt ist. Daher besteht durch das Babyschwimmen keine erhöhte Gefahr, an Mittelohrentzündung zu erkranken.

Ist das Chlor im Wasser schädlich?

Jedes Schwimmbadwasser muss chemisch aufbereitet sein, um Krankheitskeime abtöten zu können. Die Chemikalien verursachen einen typischen „Schwimmbadgeruch", der auch von den Babys identifiziert wird. Chlorwasser ist unbedenklich, auch Kinder mit trockener Haut oder Neurodermitis haben keine Nachteile, wenn nach der Stunde abgeduscht wird!

Ist besondere Pflege notwendig, wenn mein Kind Neurodermitis hat?

Wenn ein Kind an Neurodermitis erkrankt ist, ist auf die Haut besonders zu achten. Es ist wichtig, das Baby sorgfältig abzutrocknen und gut einzucremen. Neurodermitisschübe können durch die austrocknende Wirkung von Chlor verstärkt auftreten. Man kann die Haut etwas schützen, indem man sie vor dem Schwimmen leicht mit Mandelöl o.ä. einölt. Dadurch bildet sich ein leichter Schutzfilm auf der Haut.

Verfasserinnen
Claudia Brugger, Maria Glatzl, Susanne Wagner,
Benedikta Erlacher
EKiZ-Babyschwimmkursleiterinnen

kind&kegel
2nd hand kinder boutique
Tirol´s größtes Kinder 2nd Hand Geschäft auf 200 m²!
Seit 10 Jahren in Innsbrcuk
Ausgewählte Second Hand
Kinderartikel in Top-Zustand!
- Kinderbekleidung bis ca. 10 Jahre
- Spielwaren
- Sportartikel
- Babyartikel
Kontakt:
0664 / 312 456 8
office@kind-und-kegel.com
www.kind-und-kegel.com
Eduard Bodem Gasse 6 / Gebäuderückseite
Innsbruck
Kinderspielecke
kostenlose Parkplätze

Strom | Wasser | Abwasser | Abfall | Telekommunikation | Krematorium | Bäder | Contracting

ACC

Für Sie erreichbar unter:
Tel. 0800 500 502
kundenservice@ikb.at
www.ikb.at

Gut versorgt. Tag für Tag!

Die IKB versorgt uns verlässlich rund um die Uhr. Sie entsorgt schnell und gründlich und bietet viel Komfort. So fühlen wir uns wohl in Innsbruck.

Für Sie erreichbar unter:
Tel. 0800 500 502 · kundenservice@ikb.at · www.ikb.at

IKB