

# Eltern-Kind-Zentren

der NÖ - kinderbetreuung

Albrechtsberg

# Programm

September 2021 - Jänner 2022

Ottenschlag

Bad Traunstein

Gföhl

Grafenschlag

Gutenbrunn

Martinsberg



Rastenfeld

Reingers

Sallingberg

Schönbach

Eltern-Kind-Gruppen

Familien-Cafés

Veranstaltungen für Eltern und werdende Eltern

und Vieles mehr, direkt in der Region!

Waldhausen

# Vorwort



Liebe Eltern, werdende Eltern, und alle Interessierten!

Voller Freude darf ich Ihnen das erste Programmheft der **Eltern-Kind-Zentren der NÖ-Kinderbetreuung** vorstellen!

Unsere Eltern-Kind-Zentren sind aus dem Verein NÖ-Kinderbetreuung entstanden, der 13 Tagesbetreuungseinrichtungen in und um das Waldviertel betreibt. Durch die Betreuung der Allerkleinsten und dem daraus entstehenden Kontakt zu den Eltern, ist in uns die Idee gewachsen, künftig nicht nur Angebote für Kinder, sondern auch für Erwachsene zu setzen. Dadurch möchten wir junge Familien in der Region bestmöglich unterstützen.

Ich bin voller Hoffnung, dass wir all unsere Veranstaltungen in diesem Semester auch wie geplant durchführen können. Sollten jedoch wieder Maßnahmen oder Programmänderungen aufgrund von Covid-19 nötig sein, finden Sie alle aktuellen Informationen auf unserer Homepage unter: www.ekiz-kinderbetreuung.at

Blättern Sie nun durch unsere vielfältigen Angebote und wählen Sie aus, was zu Ihnen passt. Ganz egal ob die Veranstaltung in Ihrer eigenen Gemeinde stattfindet oder in einer anderen. Sie sind überall willkommen!

Wir freuen uns auf Sie!

Cornelia Seper, Leitung Eltern-Kind-Zentren

Dipl. Kindergartenpädagogin, zert. Eltern-Kind-Gruppen Leiterin, Elternbildnerin i.A.

#### **Kontakt**

Eltern-Kind-Zentren der NÖ-Kinderbetreuung

Unterer Markt 10, 3631 Ottenschlag

Mail: ekiz@noe-kinderbetreuung.at

Tel.: 0680/3373007

Web: www.ekiz-kinderbetreuung.at

# Inhaltsverzeichnis

Eltern-Kind-Gruppen	4
Mutter-Eltern-Beratung & Familiencafé	6
Angebote für Eltern und werdende Eltern	8
Gut vorbereitet	8
Wickeln + Tragen	10
Gesundheit + Wohlbefinden	12
Körperbewusstsein + Sexualerziehung	13
Adressen	15
Impressum & Sponsoren	

Fehlt Ihnen etwas in unserem Programm?

Wünschen Sie sich eine bestimmte Expertin/einen bestimmten Experten?

Sind Sie selbst in der Elternbildung tätig und möchten ein Angebot bei uns setzen?

Wir sind offen für Neues und freuen uns über Ihre Ideen!

# Eltern-Kind-Gruppen

Bei unseren Eltern-Kind-Gruppen stehen das gemeinsame **Entdecken** und der gegenseitige **Austausch** im Vordergrund.

**Kinder im Alter von 0 bis 3 Jahren** treffen sich gemeinsam mit einer **Bezugsperson** zum gemeinsamen Singen, Spielen und Bewegen.

Begleitet werden die Treffen von einer pädagogischen Fachkraft.



Dauer: 5 Einheiten zu je 1,5 Stunden

Kosten: **45€ gesamt** 

Anmeldung: bis spätestens Do, 16. September 2021, unter:

www.ekiz-kinderbetreuung.at/veranstaltungen

# KW 38 - KW 42

Ö-Kinderbetreuung Albrechtsberg	Mittwochs, 9:30 - 11:00 Uhr	
	Start am 22. September 2021	
NÖ-Kinderbetreuung Bad Traunstein	Donnerstags, 9:00 - 10:30 Uhr	
	Start am 23. September 2021	
	·	
NÖ-Kinderbetreuung Gföhl	Dienstags, 14:30 - 16:00 Uhr	
	Start am 21. September 2021	
NÖ-Kinderbetreuung Grafenschlag	Montags, 9:30 - 11:00 Uhr	
	Start am 20. September 2021	
NÖ-Kinderbetreuung Gutenbrunn	Mittwochs, 10:00 - 11:30 Uhr	
NO-Kilidel beti edding datelibi dilli	Start am 22. September 2021	
	Start am 22. September 2021	
NÖ-Kinderbetreuung Martinsberg	Mittwochs, 09:00 - 10:30 Uhr	
	Start am 22. September 2021	
NÖ-Kinderbetreuung Ottenschlag	Donnerstags, 10:00 - 11:30 Uhr	
No kindersettedding Ottensenidg	Start am 23. September 2021	
NÖ-Kinderbetreuung Rastenfeld	Mittwochs, 14:00 - 15:30 Uhr	
	Start am 22. September 2021	
NÖ-Kinderbetreuung Reingers	Mittwochs, 9:30 - 11:00 Uhr	
5 5	Start am 22. September 2021	
NÖ-Kinderbetreuung Sallingberg	Dienstags, 9:00 - 10:30 Uhr	
	Start am 21. September 2021	
NÖ-Kinderbetreuung Schönbach	Montags, 8:30 - 10:00 Uhr	
	Start am 20. September 2021	
NÖ Kindaybatyayıng Waldbaysay	Freitogo 0:20 11:00 Uh::	
NÖ-Kinderbetreuung Waldhausen	Freitags, 9:30 - 11:00 Uhr Start am 24. September 2021	
	Start am 24. September 2021	

# Mutter-Eltern-Beratung

Bei der Mutter-Eltern-Beratung des Landes NÖ beantwortet einmal im Monat medizinisches Fachpersonal Ihre Fragen zur **medizinischen Vorsorge** (z.B. Impfungen), zur **Ernährung** und zur **Entwicklung Ihres Kindes**.



# Familiencafé



Bei Kaffee und Tee haben Eltern hier die Möglichkeit, sich auszutauschen und in gemütlicher Runde zu plaudern.

Währenddessen können die Kinder die Betreuungseinrichtung entdecken.

Beide Angebote kostenlos und ohne Anmeldung!

# Termine 2021 In den Einrichtungen der NÖ-Kinderbetreuung

Bad Traunstein:	Gutenbrunn:	Martinsberg:
Mutter-Eltern-Beratung: 12:15 Uhr  Do, 09. September Do, 14. Oktober Do, 11. November Do, 09. Dezember	Mutter-Eltern-Beratung: 9:45 Uhr  Do, 09. September Do, 14. Oktober Do, 11. November Do, 09. Dezember	Mutter-Eltern-Beratung: 8:30 Uhr Familiencafé: 8:30-9:30 Uhr  Do, 09. September Do, 14. Oktober Do, 11. November Do, 09. Dezember
Ottenschlag:	Rastenfeld:	Reingers:
Mutter-Eltern-Beratung: 10:15 Uhr *wichtige Info siehe unten! Mi, 15. September Mi, 20. Oktober Mi, 17. November Mi, 15. Dezember	Mutter- & Stillberatung: 13:30 Uhr Familiencafé: 13:30-14:30 Uhr  Do, 09. September Do, 14. Oktober Do, 11. November Do, 09. Dezember	Mutter-Eltern-Beratung: 15:00 Uhr Familiencafé: 15:00-16:00 Uhr  Di, 14. September Di, 12. Oktober Di, 09. November Di, 14. Dezember
Sallingberg:	Schönbach:	Waldhausen:
Mutter-Eltern-Beratung: 09:15 Uhr Familiencafé: 09:15-10:15	Mutter-Eltern-Beratung: 11:00 Uhr	Mutter-Eltern-Beratung: 9:45 Uhr Familiencafé: 9:45-10:45 Uhr
Mi, 15. September Mi, 20. Oktober Mi, 17. November Mi, 15. Dezember	Do, 09. September Do, 14. Oktober Do, 11. November Do, 09. Dezember	Do, 23. September Do, 28. Oktober Do, 25. November Do, 23. Dezember

Die Termine für das Jahr 2022 sind zeitgerecht auf unserer Homepage zu finden.

<sup>\*</sup>in Ottenschlag findet die Mutter-Eltern-Beratung derzeit aus Platzgründen im Gemeinschaftsraum (Bibliothek) statt. Sobald der Kindergarten in das Schulgebäude gezogen ist, wird die Mutter-Eltern-Beratung wieder in die NÖ-Kinderbetreuung verlegt. Dann wird es zeitgleich auch ein Familiencafé geben (10:15 - 11:15 Uhr). Aktuelle Infos unter www.ekiz-kinderbetreuung.at.

# Angebote für Eltern und werdende Eltern





## Gut Vorbereitet

## Geburtsvorbereitungskurs für Frauen

2-tägiger Kurs

Mit Sophia Pinky Müllauer BSc., Hebamme



NÖ-Kinderbetreuung Gföhl
Sa+So, 25.+26.Sep.2021, 8:30 - 11:30 Uhr
NÖ-Kinderbetreuung Waldhausen
Sa+So, 20.+21.Nov.2021, 8:30 - 11:30 Uhr
NÖ-Kinderbetreuung Ottenschlag
Sa+So, 22.+23.Jän.2022, 8:30 - 11:30 Uhr
Kosten: 90€

Anmeldung: bis Mi, 22.09. / 17.11. / 19.01. Unter www.ekiz-kinderbetreuung.at

Dieser 2-tägige Geburtsvorbereitungskurs, der sich an Schwangere ohne Begleitperson richtet, soll dir dabei helfen, bestmöglich in den neuen Lebensabschnitt zu gehen.

Damit du gut für die Zeit vor, während, aber auch nach der Geburt beraten bist, werden alle wichtige Themen zu den jeweiligen Abschnitten durchbesprochen.

Ich freue mich auf dein Kommen!

## Gut verbunden von Anfang an - Gut vorbereitet von Anfang an

Online!

## Bindungsorientierte Geburtsvorbereitung

4 Online Workshops

**Mit Mag.** <sup>a</sup> **Evelyn Lozej,** Familienbegleiterin, Stillberaterin, Elternbildnerin, Lebens- und Sozialberaterin i.A.u.S.



#### **Online via Zoom**

Mo, 04.Okt.2021, 19:00 - 20:30 Uhr Mo, 01.Nov.2021, 19:00 - 20:30 Uhr Mo, 13.Dez.2021, 19:00 - 20:30 Uhr Mo, 10.Jän.2021, 19:00 - 20:30 Uhr

Kosten: 20€/Person für eine Einheit 70€ für alle 4 Einheiten

Anmeldung: bis Samstag der Vorwoche Unter www.ekiz-kinderbetreuung.at

Einmal im Monat treffen wir uns online – in einem für Dich gemütlichen Rahmen. An jedem Abend wird - passend zur Jahreszeit - ein anderes Thema im Vordergrund stehen. Wissen macht sicher und stärkt uns im Tun. Abschließend begleite ich Euch mit einer angeleiteten Fantasiereise zu euren Kindern im Bauch, wo ihr Euch gemeinsam und doch jede für sich zu Hause entspannen und einkuscheln könnt.

#### Wir sprechen über:

- Sichere Bindung und wann beginnt die Bindung mit dem Kind?
- Vorstellungen und Erwartungen
- Wissen vs. Mythen
- Von der Frau zur Mutter Paare werden Eltern
- Stillvorbereitung

## Geburtsvorbereitungskurs für Paare

2-tägiger Kurs

Mit Veronika Pichler BSc., Hebamme



NÖ-Kinderbetreuung Martinsberg Fr, 08.Okt.2021, 18 - 21 Uhr und Sa, 09.Okt.2021, 09 - 14 Uhr

NÖ-Kinderbetreuung Grafenschlag Fr, 22.Okt.2021, 18 - 21 Uhr und Sa, 23.Okt.2021, 09 - 14 Uhr

Kosten: 130€/Paar

Anmeldung: bis Mo, 4.10. bzw. 19.10. Unter www.ekiz-kinderbetreuung.at Begrenzt auf 4 Paare je Kurs!

Geburt - ein Ereignis das absolut unplanbar und nicht vorstellbar ist. Um doch eine Idee davon zu bekommen, was in diesen besonderen Stunden passiert, wie man sich bei dieser überwältigenden Schmerzarbeit helfen kann und was in den ersten Minuten, Stunden und Tagen mit dem Neugeborenen auf euch zukommen wird, möchte ich euch einladen, als Paar meinen Kurs zu besuchen.

Ich freue mich auf euch!

## Stillvorbereitung

Vortrag & Austausch

Mit Stephanie Neuhauser BSc., Hebamme, IBCLC-Stillberaterin



NÖ-Kinderbetreuung Ottenschlag
Mi, 10.Nov.2021, 18:00 - 19:30 Uhr
NÖ-Kinderbetreuung Grafenschlag
Mi, 26.Jän.2022, 18:00 - 19:30 Uhr

Kosten: 19€/Person

<u>Anmeldung:</u> bis Fr, 05.11. bzw. 21.01. Unter www.ekiz-kinderbetreuung.at

Wir bereiten uns auf das Stillen vor mit Infos und Tipps rund um folgende Themen:

- Wie bildet sich Muttermilch?
- Wie funktioniert das Stillen in den ersten Tagen?
- Wann hat mein Baby Hunger, wann ist es satt?
- Wie kann ich wunden Mamillen und unzureichender Gewichtszunahme vorbeugen?
- Wie lege ich das Baby richtig an?





## Wickeln & Tragen

## **Moderne Stoffwindeln**

Workshop

Mit Julia Hahn, Wickelberaterin, bindungsorientierte Elternbegleiterin



NÖ-Kinderbetreuung Waldhausen

Do, 21.Okt.2021, 18:00 - 20:00 Uhr

Kosten: 25€/Person, 45€/Paar

Anmeldung: bis Mo, 18.10.

Unter www.ekiz-kinderbetreuung.at

Du möchtest dich über die vielen Möglichkeiten und Vorteile von modernen Stoffwindeln informieren?

Wir verschaffen uns einen Überblick über die verschiedensten Wickelsysteme und Stoffwindel-Hersteller. Außerdem gibt es Tipps rund um Lagerung, Waschen und Pflege.

## Mein Baby will getragen sein

Vortrag

Mit Carina Hartmann-Weber, zert. Trageberaterin, Kanga-Trainerin



**NÖ-Kinderbetreuung Sallingberg** 

Mi, 03.Nov.2021, 18:30 - 20:30 Uhr

Kosten: 25€/Person, 45€/Paar

Anmeldung: bis So, 31.10.

Unter www.ekiz-kinderbetreuung.at

Das Baby als typischer "Tragling" braucht die Nähe, Wärme und Bindung zu seinen Eltern.

Wir sprechen über:

- Warum Tragen?
- Anatomische Besonderheiten des Babys
- 4 Punkte zum sicheren Babytragen
- Die Vielfalt der Tragehilfen und Tragetücher (Stoffe, Besonderheiten,...)
- Vorteile einer Trageberatung
- Kurze Einführung: Anlegen einer Tragehilfe und Binden eines Tragetuchs

#### Windelfrei

Workshop

Mit Julia Hahn, Wickelberaterin, bindungsorientierte Elternbegleiterin



**NÖ-Kinderbetreuung Rastenfeld** 

Do, 20.Jän.2022, 18:30 - 20:00 Uhr

Kosten: 19€/Person, 33€/Paar

Anmeldung: bis Mo, 17.01.

Unter www.ekiz-kinderbetreuung.at

Hast du schon gewusst, dass ca. 80% der Weltbevölkerung ohne Windeln aufwächst? Durch Intuition, das Erkennen von Signalen und Beobachten von Zeitintervallen können Eltern auf das Ausscheidungsbedürfnis reagieren, indem sie das Baby z.B. über einem Töpfchen "abhalten", damit es sich außerhalb der Windel erleichtern kann.

Wir sprechen über "Windelfrei", bedürfnisorientierte Elternschaft und "Teilzeit-Windelfrei" in Kombination mit Stoffwindeln.



# Gesundheit & Wohlbefinden

## MAWIBA - Tanzen für Schwangere, Mamas mit Baby und Frauen jeden Alters

Kurs

Mit Isabella Kramer BSc., Mawiba-Trainerin, Diätologin



Mehrzweckhalle Waldhausen
Gratis Schnuppern: Mo, 20.Sep.2021
Anschließend 5 Einheiten,
jeden Montag 16 - 17 Uhr
NÖ-Kinderbetreuung Ottenschlag
Gratis Schnuppern: Do, 13.Jän.2022
Anschließend 5 Einheiten,
jeden Donnerstag 9:30 - 10:30 Uhr
Kosten: 75€ für alle 5 Einheiten

<u>Anmeldung:</u> bis Do, 16.09. / Mo, 10.01. unter www.ekiz-kinderbetreuung.at

Tanze, lache und lerne andere Frauen kennen
Werde fit nach der Geburt
Bleibe fit in der Schwangerschaft
Nimm dir eine Auszeit vom Alltag
Trainiere sanft deinen Beckenboden

MAWIBA ist ein Tanzkonzept für Schwangere, Mamas mit Babys (in der Tragehilfe/ im Tragetuch) und alle Frauen, die Spaß am Tanzen haben. Neben dem gemeinsam Spaß sind unsere Ziele die Beckenbodenaktivierung und die Verbesserung der Körperhaltung.

## **Baby- & Kinderschlaf**

Workshop

Mit Julia Hahn, Baby- & Kinderschlaf Beraterin, bindungsorientierte Elternbegleiterin



NÖ-Kinderbetreuung Grafenschlag

Do, 23.Sept.2021, 18:30 - 20:00 Uhr

NÖ-Kinderbetreuung Reingers

Do, 25.Nov.2021, 18:30 - 20:00 Uhr

Kosten: 19€/Person, 33€/Paar

Anmeldung: bis Mo, 20.09. bzw. 22.11. Unter www.ekiz-kinderbetreuung.at

Wir beschäftigen uns bei diesem Workshop unter anderem mit folgenden Fragen:

- Babys und Kinder schlafen anders als Erwachsene - aber warum ist das so?
- Was bedeutet "sicheres" Schlafen aus der Sicht eines Babys/ eines Kindes?
- Welche Schlafempfehlungen gibt es im ersten Lebensjahr und danach?
- Wie k\u00f6nnen wir unsere Babys und Kinder bed\u00fcrfnisorientiert in den Schlaf begleiten?

#### Tschüss Frau Schnupfnase, tschüss Herr Husten! - Hier kommt die Wieder-besser-Fee!

Wie wir ätherische Öle, gezielte Strömgriffe und bildhafte Fantasiereisen im Alltag einsetzen können, um das Immunsystem wieder aufzupäppeln.

Vortrag

**Mit Silvia Gierer,** Ärztl. Geprüfte Betriebs- & Berufsaromatologin, Impuls Master Practitioner



NÖ-Kinderbetreuung Martinsberg

Mi, 01.Dez.2021, 18:30 - 20:00 Uhr

Kosten: 19€/Person, 33€/Paar

Anmeldung: bis So, 28.11.

Unter www.ekiz-kinderbetreuung.at

Ätherische Öle können das körperliche und emotionale Wohlbefinden beeinflussen. In jedem einzelnen Tropfen steckt die geballte Kraft der Natur! Beim Strömen berühren unsere Hände gezielt bestimmte Bereiche des Körpers und aktivieren so unsere körpereigenen Ressourcen. In Verbindung mit bildhaften Geschichten können Gefühle von Geborgenheit, Vertrauen, Nähe, Zufriedenheit und Sicherheit entstehen und ausschlaggebend zur Genesung beitragen.



# Körpergefühl & Sexualerziehung

Babys Körperlichkeit und Selbst-Bewusstsein achtsam begleiten - Wie man Babys und Kleinstkinder dabei unterstützen kann, ihren Körper gut wahrzunehmen und zu bewohnen.

Vortrag

Mit Mag. <sup>a</sup> Sophie Herzog, Psychologin, Sexualpädagogin, Klin. Sexologin



NÖ-Kinderbetreuung Rastenfeld

Di, 21.Sept.2021, 19:00 - 21:00 Uhr

Kosten: 25€/Person, 45€/Paar

Anmeldung: bis Fr, 17.09.

 ${\sf Unter}\, {\color{blue} \textbf{www.ekiz-kinderbetreuung.at}}$ 

Durch die Art und Weise, wie der Körper des Babys berührt wird, seine Signale gespiegelt und in Worte gefasst werden, entwickelt es eine Vorstellung über den eigenen Körper und darüber, wie es von seinen Bezugspersonen wahrgenommen wird. Somit tragen wir unmittelbar dazu bei, wie sich das Körper- und Selbst-Gefühl des Kindes entwickelt und welche Glaubenssätze sich diesbezüglich dauerhaft etablieren.

## Mama, wie kommt das Baby in den Bauch? - Kindgerechte Aufklärung leicht gemacht!

Vortrag

Mit Sigrid Hahn, Dipl. Sozialpädagogin, Sexualpädagogin, Klin. Sexologin



NÖ-Kinderbetreuung Reingers

Di, 12.Okt.2021, 19:00 - 21:00 Uhr

Kosten: 25€/Person, 45€/Paar

Anmeldung: bis Fr, 08.10.

Unter www.ekiz-kinderbetreuung.at

Bei Interesse der Kinder an sexuellen Themen und Fragen wie "Mama, wie kommt das Baby in den Bauch? …und wie kommts wieder raus??" oder "Papa, was ist Sex?" gelangen Eltern manches Mal deutlich an ihre Grenzen.

Wie und wann sollen Eltern das Kind denn am besten aufklären? Welche Wörter soll man verwenden, um es nicht zu überfordern?

## Sexualerziehung im Alltag - Prävention Sexuelle Gewalt

Vortrag

Mit Sigrid Hahn, Dipl. Sozialpädagogin, Sexualpädagogin, Klin. Sexologin



NÖ-Kinderbetreuung Rastenfeld

Di, 16.Nov.2021, 19:00 - 21:00 Uhr

Kosten: 25€/Person, 45€/Paar

Anmeldung: bis Fr, 12.11.

Unter www.ekiz-kinderbetreuung.at

Wir werfen einen Blick auf die kindliche Sexualentwicklung von 0 - 10 Jahren und wie wichtig die Förderung eines guten Körpergefühls für die Prävention von sexuellem Missbrauch ist. Außerdem beschäftigen wir uns u.a. mit folgenden Fragen: Ist es normal, dass mein Kind dauernd an seinem Geschlechtsteil herumzupft? Welche Wörter soll ich für die Benennung der Genitalien der Kinder wählen?

# Adressen

# Hier sind wir zu finden:

NÖ-Kinderbetreuung Albrechtsberg: 3613 Albrechtsberg 62 (Volksschulgebäude)

NÖ-Kinderbetreuung Bad Traunstein: Wiegensteinstraße 2, 3632 Bad Traunstein (Gemeindeamt)

NÖ-Kinderbetreuung Gföhl: Kindergartengasse 2, 3542 Gföhl (Kindergartengebäude)

NÖ-Kinderbetreuung Grafenschlag: 3912 Grafenschlag 100 (Volksschulgebäude)

NÖ-Kinderbetreuung Gutenbrunn: 3665 Gutenbrunn 120 (Kindergartengebäude)

NÖ-Kinderbetreuung Martinsberg: Markt 14, 3664 Martinsberg

NÖ-Kinderbetreuung Ottenschlag: Michael Jank-Gasse 2, 3631 Ottenschlag

NÖ-Kinderbetreuung Rastenfeld: 3532 Rastenfeld 30a

NÖ-Kinderbetreuung Reingers: 3863 Reingers 81 (Gemeindeamt)

NÖ-Kinderbetreuung Sallingberg: Sportplatzstraße 3, 3532 Sallingberg (Kindergartengebäude)

NÖ-Kinderbetreuung Schönbach: 3633 Schönbach 95 (Kindergartengebäude)

NÖ-Kinderbetreuung Waldhausen: 3914 Waldhausen 40 (Pfarrhof)

Hast du uns schon auf Facebook entdeckt?



Eltern Kind Zentren der NÖ-Kinderbetreuung



# Meine Bank













# meisner

3631 Ottenschlag, Spitzer Straße 37 Telefon 02872/7292

www.meisner.at

#### Impressum

Herausgeber: Verein NÖ-Kinderbetreuung
Unterer Markt 10, 3631 Ottenschlag
Druck: Onlineprinters GmbH



NÖ - Kinderbetreuung