



# Eltern-Kind-Zentrum Kundl Breitenbach

Dr.-Franz-Stumpf-Straße 20, 6250 Kundl

☎ 05338 6383

🌐 [www.ekiz-kundl.at](http://www.ekiz-kundl.at) ✉ [ekiz@kundl.at](mailto:ekiz@kundl.at)

## Veranstaltungsprogramm Herbst 2018

### Montag

#### **Babytreff im EKIZ für Kinder bis zu 1½ Jahren MIT Geschwister**

mit DGKS [Barbara Oberhuber](#) oder mit Hebamme [Barbara Marksteiner](#)

Information und Beratung beim Stillen und bei Ernährungsfragen, Einführung von Beikost und Abstillen, Gewichtskontrolle, sowie Erfahrungsaustausch zwischen den Müttern.

Einzelberatung nach tel. Absprache: Barbara K. 0660 657 36 69 oder Barbara M. 0676 745 53 18

Termin: montags von 09:30–11:00 Uhr ( )Kosten: 1,- € für Mitglieder/ 3,- € für Nichtmitglieder  
ohne Anmeldung

#### **Zumba im EKIZ-Turnsaal mit [Claudia Welker](#)**

Termine: 8er Block ab dem 24.09.2018

von 17:30-18:20 Uhr ab 8 Jahren

Kosten: 40,- € für 8 Einheiten

Anmeldung: bei [Claudia Welker](#) 0660 767 51 59

#### **Geburtsvorbereitungskurs für Frauen und Paare**

mit Dipl. Hebamme [Veronika Rom-Erhard](#)

Schwangerschaft, Geburt, Stillen, Babypflege, Wochenbett und das Leben mit dem Baby

Termin: montags von 19:00–20:30 Uhr, Einstieg jederzeit möglich

Kosten: 60,- € für 5 Einheiten

Anmeldung: bei [Veronika](#) 0664 585 76 00

### Dienstag

#### **Offener Treffpunkt im EKIZ für 1½ - 4 Jährige**

mit Kinderkrippenerzieherin [Gitti Seebacher](#)

Termin: jeden Dienstag außer an Feier- und schulfreien Tagen von 14:30-16:30 Uhr (ohne Anmeldung)

### **Schwangerschaftsturnen ab der 20. Woche**

mit Dipl. Hebamme [Theresa Rinnergschwentner](#)

Termin: dienstags von 19:00 –19:50 Uhr

Kosten: 45,- € für Mitglieder/ 50,- € für Nichtmitglieder für je 10 Einheiten, Einzelstunde 8,- €

Anmeldung: bei Theresa 0650 527 20 05

### **Rückbildungsgymnastik und Beckenbodentraining**

mit Dipl. Hebamme [Theresa Rinnergschwentner](#)

unterstützt die Rückbildung nach Schwangerschaft bzw. Geburt und dient der Vorbeugung und Minderung von Inkontinenz und Rückenschmerzen

Termin: nur nach Vereinbarung von 18:00–18:50 Uhr

Kosten: 45,- € für Mitglieder/ 50,- € für Nichtmitglieder für je 5 Einheiten

Anmeldung: bei Theresa 0650 527 20 05

### **Babymassagekurs ab der Geburt bis zum 4. Monat**

mit Dipl. Hebamme [Theresa Rinnergschwentner](#)

Termin: nur nach Vereinbarung

Kosten: 45,- € für Mitglieder/ 50,- € für Nichtmitglieder für je 5 Einheiten

Kosten: 1,- € für Mitglieder/ 3,- € für Nichtmitglieder

Anmeldung: bei Theresa 0650 527 20 05

## **Donnerstag**

### **Offener Treffpunkt im EKIZ für 1½ – 4 Jährige**

mit Erzieherin in Kinderkrippen, Montessori und NLP Ausbildung [Gitti Seebacher](#)

Termin: jeden Donnerstag außer an Feier- und schulfreien Tagen von 9:30–11:30 Uhr

Kosten: 1,- € für Mitglieder/ 3,- € für Nichtmitglieder

Ohne Anmeldung

### **Mutter-Eltern-Beratung der Landessanitätsdirektion im EKIZ-Untergeschoß**

mit Dipl. Hebamme [Veronika Rom-Erhard](#)

Termin: jeden 4. Donnerstag im Monat von 14:00–16:00 Uhr

Kosten: gratis

ohne Anmeldung

## **Workshops**

### **Tipps für liebevolle Erziehung**

mit Kinderkrippenerzieherin und Trainerin für liebevolle Erziehung [Evi Steiner](#)

Sie erlernen konkrete Strategien und Tricks zur Bewältigung von Wutanfällen, Schlafproblemen, usw. Zudem besprechen Sie in einem Einzelgespräch Fragen zur Erziehung und Alltagsbewältigung.

Termin: nur nach Vereinbarung

Kosten: 30,- € für eine Stunde

Anmeldung: bei Evi 05338 6383-13

## Anonyme psychologische Beratung im EKiz

mit Psychologin Mag. **Viola Schenkenfelder**

Bei Problemen und Konflikten jeder Art (Scheidung, Schule, Drogen, Essstörungen, ...)

Termin: nur nach Vereinbarung

Kosten: Erstgespräch gratis

Anmeldung: Viola 0699 11 88 40 70

## Yoga mit Yogalehrerin **Caroline Demetz** (500 hrs RYT)

Termine: 2018: 7.+ 8. September, 5.+ 6. Oktober, 9.+ 10. November

2019: 8.+9. Februar, 15.+16. März, 12.+13. April, 7.+8. Juni, 6.+7. September, 4.+5. Oktober, 15.+16. November, 13.+14. Dezember

Freitag, 18:30 - 20 Uhr Flow YOGA mit Headsets

Samstag, 9 - 10:15 Uhr Flow YOGA Beginner und 10:45 - 12 Uhr Yin Yoga und Meditation

Ist es an der Zeit, sich mal wieder richtig zu entspannen? Körper und Geist in Balance bringen? Dann ist dieses Wochenende genau das Richtige! An beiden Tagen (freitags und samstags) finden wirkungsvolle Yoga Einheiten statt. Schaffen Sie sich eine wohltuende Auszeit um neue Inspiration und Energie zu tanken.

Kosten: Headset YOGA 20€ | Flow YOGA 17€ | Yin YOGA 17€

Anmeldung: bei Caroline Demetz 0699 171 981 26 oder office@mindful-yoga.at

## Erste-Hilfe-Kurs für Kleinkinder

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Termine: 15.10. + 17.10. im Sandoz Kids Schafotenau

und 05.11. + 07.11. im EKiz Kundl

jeweils von 18:00 – 22:00 Uhr

sowie am 20.10. und 03.11. im EKiz Kundl

von 08:30 – 12:30 Uhr

Kosten: 45,- €

Teilnehmer: mindestens 10 / maximal 16

Anmeldung: direkt im EKiz oder unter ekiz@kundl.at

**Öffnungszeiten für alle Gruppen: 7:00 – 17:00 Uhr mit Mittagstisch**  
Informationen zur Kinderbetreuung im Büro oder per Mail (ekiz@kundl.at)

Büro: Maria Frisch und Christine Hörhager

Montag bis Donnerstag von 08:00 - 12:00 Uhr

**Mitgliedsbeitrag für das Jahr: 22,- € (September – August)**

Bankverbindung: Raiffeisenbank Kundl

IBAN: AT84 3626 7000 0005 1441 BIC: RZTIAT 22267

**Wir bedanken uns für die Unterstützung bei der**  
Marktgemeinde Kundl, Gemeinde Breitenbach, Tiroler Landesregierung, Abt. IVa, Vc,  
dem Verein der Selbstorganisierten Kindergruppen und dem kath. Bildungswerk