

Programm Frühjahr 2025



Eltern-Kind-Zentrum St. Johann in Tirol

Tel. 0676 6779041
buero@ekiz-st-johann.tirol
www.ekiz-st-johann.tirol



Eltern-Kind-Zentrum St. Johann in Tirol

Elternschaft:

Die schönste und zugleich größte Aufgabe im Leben, ist es Kindern **Wurzeln und Flügel** zu geben. Mit sich selber in **Beziehung** zu bleiben, die neue Rolle zu finden und annehmen zu können.

Entwicklung gestalten.

Die eigene und die des Kindes.
Für einen zauberhaften Start ins Leben.

Vorstand

Ferienprogramm: Anna Weihs

Schriftführerin: Mag.phil. Christine Hörfarer-Bucher

Obfrau: Miriam Steiger, BSc

Obfrau-Stellvertreterin: Linda Teupel

Kassierin: Bianca Froidl

Kassaprüferin: Lisa Nissl, BA

Kassaprüfer: Gustav Steiner



Kursorte

Weltraum, Co-Working: Hauptplatz 11

JUZ Jugendzentrum: Salzburger Straße 17b

Homebase: Kaiserstraße 29a

Mediathek: Neubauweg 5 (Lift)

VS Volksschule: Neubauweg 5

Alte Gerberei: Lederergasse 5

Medicubus: Brauweg 13

Informationen, Termine und nähere Details sind auf unserer Homepage zu finden!

www.ekiz-st-johann.tirol

Mitgliedschaft

Vorteile für Mitglieder:

- verschiedenste Modelle von Babytragen können bei uns im Büro ausprobiert und ausgeliehen werden
- kostenlose Teilnahme aller ZOOM-Vorträge
- alle Infos zu den neuen Kursen vorab
- sofortige Kostenersparnis in Höhe von ca. 20% auf alle Kursbuchungen

BEITRAG: € 40,- für 12 Monate





Claudia Bergmann, Viktoria Scott

OFFENES TREFFEN - BABYCAFÉ

Austausch mit Gleichgesinnten (0-1 Jahr)

jeden 1. Donnerstag im Monat

TERMINE: 6. Feb., 6. März, 3. Apr., 5. Juni, 3. Juli 2025

ORT: Homebase

KEINE ANMELDUNG



Nika Lorber

FIT MIT BABY

Mama wird fit - Baby darf mit!

Dienstag, 9.00-10.00 Uhr

Block 1: 18. / 25. Feb., 4. / 11. / 18. März 2025

Block 2: 1. / 8. / 22. / 29. Apr., 6. Mai 2025

Block 3: 20. / 27. Mai, 3. / 10. / 17. Juni 2025

ORT: JUZ Jugendzentrum

BEITRAG: € 75,- pro 5er-Block



Nika Lorber

YOGA IN DER SCHWANGERSCHAFT

Yoga für Schwangere

Dienstag, 17.30-18.45 Uhr

Block 1: 18. / 25. Feb., 4. / 11. / 18. März 2025

Block 2: 1. / 8. / 22. / 29. Apr., 6. Mai 2025

Block 3: 20. / 27. Mai, 3. / 10. / 17. Juni 2025

ORT: JUZ Jugendzentrum

BEITRAG: € 90,- pro 5er-Block

Linda Teupel

GROOVE DANCE FÜR ERWACHSENE

Dienstag, 18.30-20.00 Uhr

TERMINE: 18. / 25. Feb., 4. / 11. / 18. / 25. März, 1. / 8. / 22. / 29. Apr., 6. / 13. / 20. / 27. Mai, 3. / 10. / 17. / 24. Juni, 1. Juli 2025

ORT: Alte Gerberei

BEITRAG: € 20,-



Miriam Steiger, Karin Dilger

OFFENER TREFF

Mittwoch, 16.00-18.00 Uhr

(3. Mittwoch im Monat = Alleinerziehendentreff)

TERMINE: 19. / 26. Feb., 5. / 12. / 26. März, 2. / 9. / 23. / 30. Apr., 7. / 14. / 21. / 28. Mai, 4. / 11. / 18. / 25. Juni, 2. Juli 2025

ORT: Mediathek

KEINE ANMELDUNG



Claudia Bergmann, Viktoria Scott

OFFENES TREFFEN - BABYCAFÉ

Austausch mit Gleichgesinnten (1-2 Jahre)

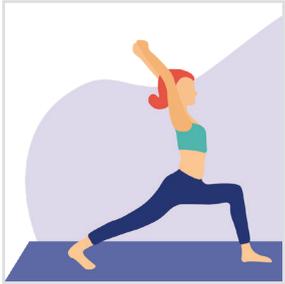
jeden 3. Donnerstag im Monat

TERMINE: 20. Feb., 20. März, 17. Apr., 15. Mai 2025

ORT: Homebase

KEINE ANMELDUNG





Nika Lorber

YOGA NACH DER GEBURT

Für Mütter in Begleitung ihres Babys & Kleinkinder

Donnerstag, 9.00–10.00 Uhr

Block 1: 20. / 27. Feb., 6. / 13. / 20. März 2025

Block 2: 3. / 10. / 24. Apr., 8. / 15. Mai 2025

Block 3: 22. Mai, 5. / 12. / 26. Juni, 3. Juli 2025

ORT: JUZ Jugendzentrum

BEITRAG: € 75,- pro 5er-Block



Antje Jähning

STARKE KINDER FÜR EINE STARKE ZUKUNFT – INFORMATIONENABEND

jeden 3. Mittwoch im Monat, 20.15–20.45 Uhr

TERMINE: 19. Feb., 19. März, 16. Apr., 21. Mai, 18. Juni,

16. Juli, 20. August 2025

ORT: Online via Zoom



Sieglinde Koidl

ELTERNBERATUNG MIT HEBAMME

Donnerstag, 13.00–15.00 Uhr

TERMINE: 20. Feb., 6. / 20. März, 3. / 17. Apr., 15. Mai, 5. Juni,

3. / 17. Juli 2025

ORT: JUZ Jugendzentrum

Linda Teupel

FAMILIENKURS – ENTSPANNT INS WOCHENENDE

Für Kinder (ab ca. 3 Jahren) und deren Eltern

Bewegungsgeschichte, Achtsamkeit, Yogaübungen, Klangreise

jeweils Freitag, 17.00–18.00 Uhr

Block 1: 21. / 28. Feb., 7. / 14. / 21. März 2025

Block 2: 11. / 25. Apr., 2. / 9. / 16. Mai 2025

Block 3: 23. Mai, 6. / 13. / 20. / 27. Juni 2025

ORT: VS Volksschule

BEITRAG: € 75,- pro 5er-Block



Linda Teupel

ACHTSAMER KLANG- UND BEWEGUNGSREISEN

Für Kinder von 6 bis 12 Jahre

Linda öffnet den Raum für die Kinder, in dem alles passieren darf, was an dem Tag gebraucht wird.

Von achtsamen Klangerfahrungen bis hin zu Spiel-Spaß, Tanz und Bewegungslandschaften...

jeweils Montag, 16.00–17.00 Uhr

Block 1: 24. Feb., 3. / 10. / 17. / 24. März 2025

Block 2: 31. März, 7. / 28. Apr., 5. / 12. Mai 2025

Block 3: 19. / 26. Mai, 2. / 16. / 23. Juni 2025

ORT: VS Volksschule

BEITRAG: € 75,- pro 5er-Block





Valentina Krug

STILLVORBEREITUNGSKURS

Dienstag, 17.00–19.00 Uhr

TERMINE: 25. Feb., 15. Apr., 17. Juni 2025

ORT: Weltraum

BEITRAG: € 25,-



Sabine Burger

AUSTAUSCH MAMA-GLÜCK STATT MAMA-DRUCK

Offener Treff

jeden 4. Donnerstag im Monat

TERMINE: 27. Feb., 27. März, 24. Apr., 22. Mai, 26. Juni 2025

ORT: Weltraum

KEINE ANMELDUNG



Lisa Nissl

BABYS IN BEWEGUNG

Freitagvormittag, 9.00–10.00 Uhr: 9–14 Monate

Freitagvormittag, 10.15–11.15 Uhr: 6–9 Monate

Block 1: 28. Feb., 7. / 14. / 21. / 28. März 2025

Block 2: 11. / 25. Apr., 2. / 9. / 16. Mai 2025

Block 3: 23. Mai, 6. / 13. / 27. Juni, 4. Juli 2025

ORT: JUZ Jugendzentrum

BEITRAG: € 75,- pro 5er-Block

Brigitte Hasslacher, Tamara Wortner

ENTWICKELT EUREN STÄRKEN-BALL

Schulkind und Elternteil

Selbstlob stinkt? Ganz im Gegenteil! Nur wer weiß, was er / sie gut kann und wo seine / ihre Stärken liegen, kann ein gutes Selbstwertgefühl entwickeln und selbstbewusst durchs Leben gehen. An diesem Nachmittag machen wir uns spielerisch und mit viel Spaß auf Schatzsuche und erkunden dabei die Stärken jedes einzelnen. Zum Schluss geht jedes Team mit einem GESTÄRKTEN Wir-Gefühl und einem Ball an Stärke, heim, der dort weiter wachsen darf.

TERMIN: Samstag, 1. März 2025 | 10.00–11.30 Uhr

ORT: Weltraum

BEITRAG: € 15,-

ERSTE-HILFE-KURS

Reanimation

TERMINE: 5. / 13. März 2025

ORT: Weltraum

BEITRAG: € 30,-

Miriam Steiger

REIZE, REIZREGULATION UND CO-REGULATION

Warum Kinder „auszucken“ und was wir dagegen tun können? Was hilft uns, dass wir selber ruhig bleiben können, um so für das Kind da zu sein?

TERMIN: Mi, 12. März 2025 | 17.00–18.00 Uhr

ORT: Mediathek

BEITRAG: € 10,-





Antje Jähmig

STARKE KINDER FÜR EINE STARKE ZUKUNFT

Für Kinder zwischen 6 und 10 Jahren

Umgang mit Beleidigungen, Festhalten, Entwenden von Gegenständen sowie Gewalt, Fokus auf das Positive, Umgang mit Gefühlen und warum es wichtig ist, auf sie zu hören

TERMINE: 14. / 15. / 18. März, 9. / 11. / 13. Mai, 13. / 14. / 17. Juni 2025

ORT: Weltraum
BEITRAG: € 69,-



Sabine Schäffer

KINDER BRAUCHEN GRENZEN! BRAUCHEN KINDER GRENZEN?

Eltern wollen das Beste für ihr Kind.

Doch was ist dieses „Beste“? Wie sieht der individuelle Rahmen aus, in dem sich ein Kind gut entwickeln kann?

Kinder brauchen einerseits Freiheit, um sich zu entfalten und selbstständig zu werden, andererseits benötigen sie auch Grenzen, die Orientierung geben. Hier eine altersadäquate Balance zu finden fällt oftmals schwer und ist für viele Eltern mit Unsicherheit behaftet.

Inhalt dieser ElternWerkstatt:

- Was heißt „Grenzen setzen“?
- Brauchen Kinder Grenzen?
- Wann und wie macht es Sinn, Grenzen zu setzen?
- Was tun, wenn's nicht funktioniert?

TERMIN: Mittwoch, 26. März 2025 | 19.30–21.30 Uhr

ORT: Mediathek
BEITRAG: € 10,-



Angelika Rettenbacher

KINDERSCHUTZ GEHT UNS ALLE AN

Als erwachsene Person hinschauen und hilfreich zur Seite stehen

Kinderrechte schützen unsere Kinder und die Rechtsgrundlage dient uns Erwachsenen als Orientierung zur Verantwortungsübernahme. Bezogen auf die neun wichtigsten Kinderrechte und die Entwicklungsstadien eines Kindes/Jugendlichen werden praktische Alltagshandlungen vorgestellt, mit denen positive Grundbotschaften altersgerecht vorgelebt und vermittelt werden können. Gleichzeitig wird eine hilfreiche Wachsamkeit zum möglichen Handlungsbedarf von Seiten der Erwachsenen sensibilisiert und bestärkt.

TERMIN: Freitag, 4. April 2025 | 15.00–18.00 Uhr

ORT: in Planung
BEITRAG: € 10,-

Sabine Kleinhofer

BINDUNG DURCH BERÜHRUNG

Babymassage

Dienstag, 10.15–12.15 Uhr

TERMINE: 8. / 15. / 22. / 29. Apr. 2025

ORT: JUZ Jugendzentrum
BEITRAG: € 120,-

Miriam Steiger

SCHREIBEN/MALEN–GRAPHMOTORIK

Was die Kinderhand alles lernen muss, bevor das Schreiben funktionieren kann

TERMIN: Mittwoch, 9. Apr. 2025 | 17.00–18.00 Uhr

ORT: Mediathek
BEITRAG: € 15,-



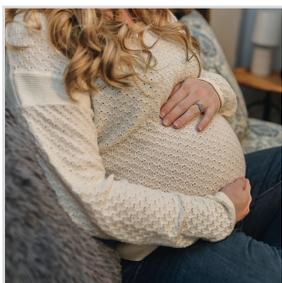


Antje Jähnig

STARKE KINDER FÜR EINE STARKE ZUKUNFT – VERTIEFUNGSKURS

TERMINE: Sa, 26. Apr. 2025 | 10.00–13.00 Uhr

ORT: Weltraum
BEITRAG: € 59,-



Valentina Krug

GEBURTSPREPARATIONSKURS

Gerne mit Partner

TERMINE: Sa, 26. Apr.–So, 27. Apr. 2025 | 14.00–19.00 Uhr

ORT: Mediathek
BEITRAG: € 200,-



Dr. Daniel Schöpf

AKUPRESSUR FÜR MÜTTER UND KINDER

Anleitung zur Selbstanwendung für sich und die eigenen Kinder

Bei der Akupressur handelt es sich also um eine sehr effektive Massagetechnik. Sie fördert die Durchblutung und Sauerstoffversorgung, unterstützt das Nervensystem und trägt durch die Freisetzung körpereigener Botenstoffe zur Linderung verschiedenster Beschwerden, einschließlich Schmerzen, bei.

TERMIN: Mittwoch, 30. April 2025 | 17.30–18.45 Uhr

ORT: Mediathek
BEITRAG: Dr. Daniel Schöpf spendet seine Wissen; freiwillige Geld-Spenden der Kursteilnehmerinnen kommen zu 100% dem EKiz zugute

Sabine Schäffer

SAUBERWERDEN ACHTSAM BEGLEITEN

Wie werden Kinder „windelfrei“? Die allermeisten unproblematisch. Aber so einzigartig jedes Kind ist, so verschieden verläuft auch der Prozess des Sauberwerdens. Die ganzheitliche Perspektive, Reifungsprozesse, die Körperwahrnehmung des Kindes sowie die Trotzphase spielen dabei eine Rolle. Wichtig ist die richtige Unterstützung und achtsame Begleitung dieses Entwicklungsschrittes.

- Wann soll eine Sauberkeitserziehung beginnen?
- Welche Schritte sind erforderlich und welche Maßnahmen können den Entwicklungsprozess verzögern?
- Was ist hilfreich für Eltern und Miterziehende?

TERMIN: Donnerstag, 15. Mai 2025 | 9.00–10.30 Uhr

ORT: Homebase
BEITRAG: Freiwillige Spende



Christine Hörfarther-Bucher

LESEFÖRDERUNG FÜR VORSCHULKINDER

Entwickle die Lesekompetenz bei deinem Kind, sodass es zu Schulbeginn gleich als Lesechecker(in) einsteigt. In diesem Kurs profitieren Eltern von wertvollen Möglichkeiten, wie sie wichtige Vorläuferfähigkeiten fürs Lesen bei ihrem Kindergartenkind spielerisch daheim trainieren.

TERMIN: Mittwoch, 21. Mai 2025 | 18.30–20.00 Uhr

ORT: Mediathek
BEITRAG: € 34,- Inkl. Material- und Ideenmappe





Miriam Steiger

TROCKENWERDEN WAHRNEHMUNG

Bettnässen, Trockenwerden – wie die Wahrnehmung der Kinder das beeinflusst.

TERMIN: Mittwoch, 28. Mai 2025 | 17.00–18.00 Uhr

ORT: Mediathek

BEITRAG: € 10,-



Miriam Steiger

REIZÜBERFLUTUNG UNSERER KINDER – BABY WEINEN

Ein Grund warum Babys und Kleinkinder weinen. Auch für Eltern geeignet, deren Kinder schnell „ausrasten“, überschießen, aus der Haut fahren.

TERMIN: Mittwoch, 11. Juni 2025 | 17.00–18.00 Uhr

ORT: Mediathek

BEITRAG: € 10,-



Miriam Steiger

ANGST BEI KINDER – FÜR ELTERN ERKLÄRT

Angst ist ein Überlebensinstinkt. Wenn sie uns übermannt, kann sie uns stark beeinträchtigen. Wenn man mehr über sie weiß, kann man besser mit ihr umgehen.

TERMIN: Mittwoch, 25. Juni 2025 | 17.00–18.00 Uhr

ORT: Mediathek

BEITRAG: € 10,-

ERSTE-HILFE-KURS BEI KINDERNOTFÄLLEN

8 Stunden

Im Zusammenleben und in der Zusammenarbeit mit Säuglingen und Kindern ist Sicherheit ein großes Thema. Das Themen-Spektrum reicht von Säuglingen über Kleinkinder bis hin zu Schulkindern. Ein besonderes Augenmerk wird in diesen Kursen auf die Unfallverhütung unserer kleinen Schützlinge gelegt.

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

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

TERMINE: 27. Juni, 4. Juli 2025

ORT: Medicubus

BEITRAG: € 110,-



ALLGEMEINES

Kontakt

Eltern-Kind-Zentrum St. Johann in Tirol

www.ekiz-st-johann.tirol

TRÄGER:

Eltern-Kind-Zentrum Salzburg, F. W.-Raiffeisenstraße 2, 5061 Elsbethen,
www.bildungskirche.at

IMPRESSUM:

Katholisches Bildungswerk Salzburg, Eltern-Kind-Zentrum Salzburg,
F. W.-Raiffeisenstraße 2, 5061 Elsbethen, 0662 8047-7560,
ekiz@bildungskirche.at, www.bildungskirche.at, ZVR: 709030756

F. d. I. v.: Eltern-Kind-Zentrum St. Johann in Tirol, Miriam Steiger