

# Programm

September 2022 -  
Februar 2023



Eltern-Kind-Zentrum Kössen-Schwendt

[www.ekiz-koessen-schwendt.at](http://www.ekiz-koessen-schwendt.at)  
[ekiz.koessenschwendt@gmail.com](mailto:ekiz.koessenschwendt@gmail.com)



## ALLGEMEINE INFORMATIONEN

---

### Kontakt:

Rebecca Mühlburger, Leiterin Eltern-Kind-Zentrum Kössen-Schwendt

Martina Gassner, Leiterin Eltern-Kind Zentrum Kössen-Schwendt

E-Mail: [ekiz.koessenschwendt@gmail.com](mailto:ekiz.koessenschwendt@gmail.com)

Homepage: [www.ekiz-koessen-schwendt.at](http://www.ekiz-koessen-schwendt.at)

### Kursanmeldung:

Für alle Kursangebote ist eine schriftliche Anmeldung per E-Mail notwendig. Nach dem Erhalt der Daten der Eltern und Kinder ist die Anmeldung fixiert.

Vorab ist die Kursgebühr per Überweisung an das Eltern-Kind-Zentrum zu bezahlen.

Änderungen zu den geplanten Kursangeboten werden rechtzeitig auf unserer Homepage und per E-Mail oder Telefon an alle Eltern weitergeleitet. Findet ein geplanter Kurs nicht statt, werden die Kosten rückerstattet.

Die Stornierung einer gebuchten Kurseinheit ist bis einen Tag vor Kursbeginn schriftlich per E-Mail möglich.

### Werde Mitglied in unserem EKIZ Kössen-Schwendt:

Der Mitgliedsbeitrag beträgt für ein Jahr € 20,- von September bis August. Die Mitgliedschaft erlischt nach einem Jahr automatisch und kann danach für ein weiteres Jahr verlängert werden.

Es lohnt sich bei uns Mitglied zu werden:

- Ermäßigte Preise bei allen Kursen und Veranstaltungen gültig für die gesamte Familie (Kinder, Eltern, Großeltern)
- Ermäßigung für Geschwister (25%) und Zwillinge (50% für 2. Kind)
- Vorreihung bei Wartelistenplätze
- Aktueller Flyer per Post zugestellt

### Bankverbindung:

Raiffeisenbank Kössen-Schwendt

IBAN: AT92 3626 4000 0002 3085 | BIC: RZTIAT22264



Liebe Eltern, Liebe Familien, liebe Interessierte!

*Hand in Hand gehen wir auf Entdeckungsreise.*

Wir möchten euch im Eltern-Kind-Zentrum Kössen-Schwendt recht herzlich begrüßen.

Das Eltern-Kind-Zentrum soll ein Ort der Begegnung sein, an dem sich (werdende) Eltern ungezwungen treffen, sich Tipps und Tricks rund um den Alltag holen und mit den Kindern gemeinsam Zeit verbringen können. In einer vorbereitenden Umgebung können die Kinder erste soziale Kontakte knüpfen.

Die Kurse sind vielfältig und richten sich an Schwangere, werdende Eltern, Eltern mit Kleinkindern und an alle Interessierte, die mit Kindern leben.

Alle weitere Information zum Eltern-Kind-Treff und weitere Kursangeboten findet ihr auf unsere Homepage:

[www.ekiz-koessen-schwendt.at](http://www.ekiz-koessen-schwendt.at)

Wir freuen uns euch kennenzulernen und auf eine schöne gemeinsame Zeit!

Martina Gassner

Elementar-  
pädagogin  
und Mama



Rebecca  
Mühlburger

Elementar-  
pädagogin, Früh-  
erzieherin und  
Mama



## GRUPPENANGEBOTE

---

### OFFENER SPIELPLATZTREFF

Beim Eltern-Kind-Treff freuen wir uns auf alle Eltern mit Babys/Kleinkinder und laden zum gemeinsamen Spielen, Kennenlernen und Austausch untereinander ein. Der Eltern-Kind-Treff bietet nicht nur für die Kinder eine willkommene Abwechslung, auch Eltern wird ermöglicht neue Kontakte zu knüpfen und Erfahrungen auszutauschen. Kinder können sich untereinander kennenlernen und erste soziale Kontakte knüpfen.

#### REFERENTINNEN:

Rebecca Mühlburger, Dipl. Kindergartenpädagogin, Leiterin EKIZ Kössen-Schwendt | Martina Gassner, Dipl. Kindergartenpädagogin, Leiterin EKZ Kössen-Schwendt

#### TERMINE:

Letzter Mittwoch im Monat | 15.00-16.30 Uhr

#### ORT:

28. Sept.: Pfarrpark Kössen  
19. Okt.: Spielplatz Schwendt  
30. Nov.: Eurocamp Kössen  
21. Dez.: Spielplatz Schwendt  
25. Jän.: Pfarrpark Kössen  
22. Feb.: Spielplatz Schwendt

#### ZIELGRUPPE:

Kinder mit ihren Begleitpersonen

#### BEITRAG:

Kostenlos

### MUSIKWERKSTATT

Kleinkinder erleben Musik immer in einer Einheit von Bewegung, Tanz, Stimme und Sprache. In der Musikwerkstatt können Kinder und Eltern Musik in all ihrer Vielfalt kennen lernen und gemeinsam erleben. Die Unterrichtsinhalte der Musikwerkstatt basieren auf dem Lehrplan der Elementaren Musikpädagogik.

Schwerpunkte sind unter anderem:

- Miteinander singen und tanzen
- Rhythmus mit allen Sinnen durch Sprechen, Patschen und Klatschen erleben
- Klänge bewusst wahrnehmen und hören
- Ausprobieren von Instrumenten und Klangobjekten

Wir wollen uns auf eine musikalische Reise begeben und freudig aufnehmen, was uns begegnet.

REFERENTINNEN: Renate Böhmer-Scharnagl, Elementare Musikpädagogin

#### TERMINE:

jeweils Donnerstag | 15.15-16.15 Uhr

Block 1: 22. / 29. Sept., 6. / 13. / 20. Okt., 3. / 10. / 17. Nov. 2022

Block 2: 24. Nov., 1. / 15. / 22. Dez. 2022, 12. / 19. / 26. Jän., 1. Feb. 2023

ORT: Turnsaal der Volksschule Kössen (seitlicher Eingang der VS - Keller)

#### ZIELGRUPPE:

Kinder von 2-4 Jahren mit Begleitung

BEITRAG: € 88,- für 8 Einheiten  
(€ 96,- für Nicht-Mitglieder)

### ELTERN-KIND-TURNEN

Unsere Kleinsten werden im freien Spiel mit einfachen, spielerischen Bewegungsübungen und Aktivitäten ermutigt, ihren Körper wahrzunehmen, zu entdecken und zu kräftigen. Jedes Kind ist in seinem eigenen Tempo unterwegs und macht nach Lust und Laune was ihm gefällt. Spaß und Freude an der Bewegung stehen bei uns an allererster Stelle.

Ganz automatisch lernen die Kinder dabei ihren Körper und ihre Bewegungsmöglichkeiten besser kennen und bekommen ein Gefühl für ihre Grenzen. Die Eltern bieten ihren Kindern dabei Unterstützung.

REFERENTINNEN: Rebecca Mühlburger, Dipl. Kindergartenpädagogin, Leiterin EKIZ Kössen-Schwendt | Martina Gassner, Dipl. Kindergartenpädagogin, Leiterin EKZ Kössen-Schwendt

#### TERMINE:

jeweils Freitag | 15.30-16.30 Uhr  
23. / 30. Sept., 7. / 14. / 21. / 28. Okt., 4. Nov. 2022

#### ORT:

Kindergarten Kössen

#### ZIELGRUPPE:

Kinder von 1,5-3 Jahren mit Begleitung

BEITRAG: € 56,- für 7 Einheiten  
(€ 70,- für Nicht-Mitglieder)

### BACK 2 FIT

Jede Mama weiß, wie schwierig es ist im Alltag neben den Kindern auch noch auf sich selbst zu achten. Daher laden wir Euch ein - zu einer sportlichen Auszeit NUR für euch. Aufgebaut ist die Trainingsstunde als funktionelles Ganzkörpertraining unter freiem Himmel. Bei abwechslungsreichen und spaßigen Mini-Workouts finden wir gemeinsam zurück zu einem besseren und stabilen Körpergefühl nach der Schwangerschaft und im Mama-Alltag.

Am Training kann man individuell teilnehmen, mit oder ohne Kinder, jede Woche oder mit Pause - spontane Zusagen sind möglich.

REFERENTIN: Kira Lüke, Sportwissenschaftlerin

#### TERMINE:

jeweils Montag | 9.30-10.30 Uhr  
ab Oktober | 15.30-16.30 Uhr

#### ORT:

Eurocamp Beachvolleyballplatz Kössen  
ab Oktober: Sporthalle der Volksschule Schwendt

#### ZIELGRUPPE:

Alle Mädls, mit oder ohne Kinder, die Freude an der Bewegung haben

BEITRAG: € 8,- pro Einheit (direkt zu bezahlen)  
(€ 10,- für Nicht-Mitglieder) | € 40,- für 5er-Block  
(€ 50,- für Nicht-Mitglieder) | € 80,- für 10er-Block  
(€ 100,- für Nicht-Mitglieder)

## LESEWERKSTATT „ES WEIHNACHTELT“

Gemeinsam erleben wir spannende Geschichten dem Jahreskreis entsprechend und verbringen einen angenehmen Nachmittag. Bei einer gemeinsamen Jause lassen wir den Nachmittag ausklingen.

### REFERENTINNEN:

Rebecca Mühlburger, Dipl. Kindergartenpädagogin, Leiterin EKIZ Kössen-Schwendt | Martina Gassner, Dipl. Kindergartenpädagogin, Leiterin EKZ Kössen-Schwendt

### TERMIN:

Freitag, 9. Dez. 2022 | 15.00-16.30 Uhr

### ORT:

Pfarrsaal Kössen

### ZIELGRUPPE:

Kinder von 2-5 Jahren mit Begleitung

**BEITRAG:** € 5,-

(€ 7,- für Nicht-Mitglieder)

## MAL- UND BASTELWERKSTATT „AUF DIE PINSEL, FERTIG, LOS“

Wir experimentieren mit verschiedenen Maltechniken, also Vorsicht: jede/r der dabei ist, könnte bunt werden. Wir malen, schnipseln und basteln mit den verschiedensten Materialien und Dingen passend zur Jahreszeit. Wir schaffen eigene kleine Kunstwerke aus alten und neuen Gegenständen und lassen unserer Kreativität freien Lauf. Wir freuen uns auf fleißige KünstlerInnen und einen schönen Nachmittag mit euch!

### REFERENTINNEN:

Rebecca Mühlburger, Dipl. Kindergartenpädagogin, Leiterin EKIZ Kössen-Schwendt | Martina Gassner, Dipl. Kindergartenpädagogin, Leiterin EKZ Kössen-Schwendt

### TERMIN:

Freitag, 16. Dez. 2022 | 15.00-16.30 Uhr

### ORT:

Pfarrsaal Kössen

### ZIELGRUPPE:

Kinder von 2-4 Jahren mit Begleitung

**BEITRAG:** € 5,-

(€ 7,- für Nicht-Mitglieder)

## ZWERGERLTREFF

In diesem Kurs finden Babys Freude am gemeinsamen Erleben und Entdecken. Ein vorbereiteten Spielraum und gleichbleibende Rituale geben den Kindern die nötige Sicherheit auf Entdeckungstour zugehen.

### REFERENTIN:

Rebecca Mühlburger, Dipl. Kindergartenpädagogin, Leiterin EKIZ Kössen-Schwendt

### TERMINE:

jeweils Dienstag | 9.00-10.30 Uhr  
10. / 17. / 24. / 31. Jän., 7. Feb. 2022

### ORT:

Pfarrsaal Kössen

### ZIELGRUPPE:

Babys von 0-1 Jahr mit Begleitung

**BEITRAG:** € 25,- für 5 Einheiten

(€ 30,- für Nicht-Mitglieder)

## BEWEGUNGSWERKSTATT „1,2,3 IM SAUSESCHRITT“

Unsere Kleinsten werden im freien Spiel mit einfachen, spielerischen Bewegungsübungen und Aktivitäten ermutigt, ihren Körper wahrzunehmen, zu entdecken und zu kräftigen.

Jedes Kind ist in seinem eigenen Tempo unterwegs und macht nach Lust und Laune was ihm gefällt. Spaß und Freude an der Bewegung stehen bei uns an allererster Stelle.

Ganz automatisch lernen die Kinder dabei ihren Körper und ihre Bewegungsmöglichkeiten besser kennen und bekommen ein Gefühl für ihre Grenzen. Die Eltern bieten ihren Kindern dabei Unterstützung.

### REFERENTINNEN:

Rebecca Mühlburger, Dipl. Kindergartenpädagogin, Leiterin EKIZ Kössen-Schwendt | Martina Gassner, Dipl. Kindergartenpädagogin, Leiterin EKZ Kössen-Schwendt

### TERMIN:

Samstag, 14. Jän. 2023 | 9.30-11.00 Uhr

### ORT:

Turnsaal der Volksschule Schwendt

### ZIELGRUPPE:

Kinder von 2-6 Jahren mit Begleitung

**BEITRAG:** € 8,-

(€ 10,- für Nicht-Mitglieder)

## WORKSHOPS UND VORTRÄGE

---

### TIPPS UND TRICKS FÜR EINEN GESUNDEN BECKENBODEN

Für Rückbildung ist es NIE zu spät! Workshop mit wertvollen Übungen für euren Beckenboden.

Egal ob ihr gerade schwanger seid oder die Geburt schon länger zurück liegt (mindestens aber 6 Wochen) – es kann jeder was für den Alltag mitnehmen und sich wertvolle Tipps holen!

### REFERENTIN:

Stephanie Obermoser-Trojer, Physiotherapeutin

### TERMIN:

Donnerstag, 22. Sept. 2022 | 9.30-10.30 Uhr

### ORT:

Pfarrsaal Kössen

### ZIELGRUPPE:

alle werdenden Mamas oder die bereits Mama sind

**BEITRAG:** € 8,-

(€ 10,- für Nicht-Mitglieder)

## ÄTHERISCHE ÖLE FÜR JEDEN TAG

Ätherische Öle haben vielfältige Eigenschaften und helfen bei verschiedensten Beschwerden. Von kleinen Wehwechen der Kinder bis hin zu Übelkeit und Verspannungen – es gibt viele Öle für Groß und Klein! An diesem Abend erfährst du, wie die wertvollen Young Living Öle dich dabei mit einfachen Mitteln unterstützen können.

### REFERENTIN:

Angelika Müller, Aromatherapeutin

### TERMIN:

Dienstag, 11. Okt. 2022 | 19.30 Uhr

### ORT:

Pfarrsaal Kössen

### BEITRAG: € 7,-

(€ 8,- für Nicht-Mitglieder)

## DIE ERZIEHUNGS-ERSTE-HILFE-BOX

### 10 praktische Übungen und Rituale zum Mit-nach-Hause-Nehmen

Dieser Abend dient der Anfertigung eines „Care-Paketes“. Was tun, wenn die Zweieinhalbjährige einen Wutanfall bekommt, die Sechsjährige Schulangst hat und der Zwölfjährige seinen ersten Liebeskummer? Ich öffne meine „Erste-Hilfe-Box“ und finde alles, was ich brauche. Die Materialien und Ideen, die die TeilnehmerInnen von diesem Abend mit nach Hause nehmen können, dienen dazu, den ganz normalen Erziehungsalltag leichter bewältigen zu können.

Hinweis: Bitte Schuhschachtel mitbringen.

### REFERENTIN:

Monika Kronberger, Dipl. Erwachsenenbildnerin

### TERMIN:

Donnerstag, 19. Jän. 2023 | 19.30 Uhr

(Dauer: ca. 2 Stunden)

### ORT:

Pfarrsaal Kössen

### ZIELGRUPPE:

Eltern, Erziehende

### BEITRAG: € 7,-

(€ 8,- für Nicht-Mitglieder)

---

Änderungen im Programm bleiben vorbehalten!

Bei den in diesem Programm angebotenen Veranstaltungen wird seitens des Eltern-Kind-Zentrum Kössen-Schwendt für eventuelle Unfälle keine Haftung übernommen.

### TRÄGER

Eltern-Kind-Zentrum Salzburg, F. W.-Raiffeisenstraße 2, 5061 Elsbethen,  
[www.bildungskirche.at](http://www.bildungskirche.at)

### IMPRESSUM

Eltern-Kind-Zentrum Salzburg, Raiffeisenstraße 2, 5061 Elsbethen  
F.d.l.v. Eltern-Kind-Zentrum Kössen-Schwendt