

EKiZ^{irl}
Eltern Kind Zentrum

PROGRAMM 2025



Ganzjahresprogramm

Unser Programm umfasst ein ganzes
Kalenderjahr von Jänner bis Dezember

Öffnungszeiten

von Montag bis Freitag
aktuell auf unserer Website
oder am Eingang des EKIZ



Wir ziehen um!

Wohin, werden wir euch so schnell wie möglich über unsere verschiedenen Kanäle mitteilen.



WhatsApp-Kanal



Website



Facebook



Instagram



Liebe Eltern,

im neuen Jahres-Programm 2025 präsentieren wir wieder ein vielfältiges und ansprechendes Programm für junge Familien, (werdende) Eltern, Kinder, Teenager, Alleinerziehende, Großeltern und Senioren.

Das Eltern-Kind-Zentrum (EKIZ) in der Bahnhofstraße 35 in Zirl war über die Jahre hinweg ein wertvoller Ort der Begegnung für alle Generationen in unserer Gemeinde und darüber hinaus mit der Möglichkeit, gemeinsam Zeit zu verbringen, Tipps und Anregungen zu erhalten, soziale Kontakte zu knüpfen und sich auszutauschen.



Martin Pardeller

Leider müssen wir bis zum Herbst 2025 einen neuen Standort finden, da unser Quartiergeber, die TIWAG, das Gebäude für eigene Zwecke benötigt. Herzlichen Dank an die TIWAG für die 12-jährige Möglichkeit die Räumlichkeiten zu nutzen.

Im vergangenen Jahr stellte die Sicherung der nötigen Förderungen eine große Herausforderung dar, um unser vielfältiges Angebot weiterhin aufrechtzuerhalten. Trotz dieser Hürden setzen wir unser hochwertiges Programm fort. Mein besonderer Dank gilt dabei den Mitarbeiterinnen des EKIZ, die durch ihr ehrenamtliches Engagement und den Einsatz ihrer Zeit maßgeblich dazu beitragen, den Betrieb aufrechtzuerhalten.

Ein herzliches Dankeschön an alle aktiven und ehemaligen Vereinsfunktionär:innen, die Kursleiter:innen sowie unsere Subventionsgeber, Sponsoren und Unterstützer:innen. Ihr Engagement, Ihre Zeit & Ihre Förderbeiträge, sei es in Form von Sach- oder Geldspenden, leisten einen unschätzbaren Beitrag für unsere Gemeinschaft und das Wohlergehen unserer Familien.

Die größte Belohnung und unser Antrieb ist es, wenn die Kinder bei uns Spaß haben und durch unsere Angebote positive Erlebnisse mit ins Leben nehmen. Lasst uns gemeinsam dafür sorgen, dass das EKIZ Zirl ein Ort bleibt, an dem sich alle Generationen wohlfühlen und entfalten können.

Martin Pardeller
OBMANN



Inhalt Programm 2025



Vorwort	3
----------------------	---

Allgemeines

Verein EKiz Kontakt Impressum	7
Unser Team Vorstand Kursleiter:innen	8
Unsere Spielregeln neue Bankdaten inkl. QR-Code	9
Mitgliedschaft	11
Kindergeburtstag im EKiz Storch ausleihen	12
Babysitterbörse Nachhilfebörse	20
EKiz Zirl Geschenkgutscheine Familienkalender	30

Übers Jahr	13
-------------------------	----

Psychosoziale Beratung & Begleitung	14
03.03.25 Faschingsfeier	15
08.03.25 Kinderflohmarkt im B4 anlässlich des Repair-Cafés	16
18.03.25 • 21.10. Musiktheater Saxophonmaus	17

Lernunterstützung	19
--------------------------------	----

ab 13.01.25 Deutschkurs mit Helga	21
16.01.25 Eltern-Kind-Wakigutu HÜ- und Lernalltag #406	22
07.03.25 Eltern-Kind-Evolutionspädagogik #230	23

Offene Treffpunkte	25
---------------------------------	----

NEU: Der Treffpunkt-Punktepass	24
--------------------------------------	----

Offene Treffs mit gesunder Jause ★★★★★ € 4,-	26
MO 09.00–11.00 Uhr MI 14.45–17.15 Uhr	

„Elternbildungscafé“ mit Betreuung & Elternbildung	27
DI 09.00–11.00 Uhr	

Erlebniswerkstatt ★★ € 2,-	28
MI 09.00–11.00 Uhr	

Freies Spielen	29
-----------------------------	----

Schwangerschaft & Geburt	31
---	----

Hebammen-Angebot	32
Hebammen-Sprechstunde #102	33
Stillgruppe #101	34
Rückbildung #104	35
Yoga in der Schwangerschaft #120	36

Eltern-Kind-Gruppen	37
Unsere Gruppenregeln	38
EKG für Kinder im Babyalter:	
Mama-Baby-Yoga #121	39
Babymassage #110	40
Baby-Osteopathie in der Gruppe #103	41
EKG für Kinder 1-3 Jahre:	
Windelmäuse #201, Wichtelzwerge #203	42
Musikgruppen #210, #211	43
Rambazamba Eltern-Kind-Tanzen #217	44
EKG für Kinder 3-6 Jahre:	
Eltern-Kind-Kreativkurs #240	45
Bewegung, Spiel und Spaß #213, #214	46
EKG für Kinder 4-6 Jahre:	
Eltern-Kind-Kochkurs #220	47
Zumba für Klein und Groß #135	48
Family-Hacks für den Erziehungsalltag #250	49
Naturerlebnis #408	50
Eltern-Kind-Kräuterkurs #409	51
EKG für die Familie:	
Upcycling für Groß und Klein #712	52
Familien-Shiatsu #524	53
Eltern-Teen-Yoga #123	54
Kurse für Kinder	55
Kinder-Yoga #122	56
Detektiv Rätsel-Abenteuer #700	57
ZUMBA Kids #215	58
Kinder-Selbstverteidigungskurs #124	59
Erste Hilfe Kurs für Kinder #521	60
Theaterpädagogik für Kinder #713 #714	61
Trommelworkshop #212	62
Kurse für Teenager	63
Sexual-Workshop für Jugendliche	64
Kochkurs für Teenager #221	65
Workshop Selbstverteidigung #125	66
ZUMBA für Teens #216	67



Kurse für Erwachsene	69
Shiatsukurs #523	70
Mental-Yoga-Workshop #127	71
Aquarell und Mixed-Media-Kurs #705	72
„Me-Time: Visionboard Workshop“ #312	73
Elternbildung	75
Information ★ 2+1	74
Elternkurs für liebevolle Erziehung #313	77
FAMILY SUPPORT Bildungsoffensive	78
Erste-Hilfe-Kurs inkl. Kindernotfälle #520	79
Vorträge/Workshops:	
EB-Café 28.01. / 04.11. Rainbows „Wenn der Wind...“ #308 ★	80
EB-Café 18.02. · 22.04. · 30.09. · 18.11. fit for family	81
EB-Café 25.02. / 05.05. kontakt+co „Suchtprävention“ #305	82
EB-Café 25.03. / 21.10. Rainbows „Trauer ist...“ #609 ★	83
EB-Café 20.05. / 16.10. Ernährung & Gesundheit...“ #310	84
EB-Café 29.04. · 13.05. · 11.11. · 25.11. „Umgang mit Geld“	85
16.01. · 13.03. „Selbstwert“ / „Mamaalltag“	86
21.01. „Naturheilkunde & Kinder“ #301 ★	87
29.01. · 08.10. „Safer Internet“ #304, #305	88
20.03. „Naturheilkunde & Allergien“ #302	89
21.03. „Kindliche sexuelle Entwicklung“ #307 ★	90
02.04 · 23.05. · 24.09. · 31.10. Schlafvorbereitungskurs #725	91
16.05. „Finanzielle Kompetenz für Eltern & Jugendliche“ #304	92
auf Anfr. „Kinder brauchen Rituale“ #407	93
22.05. „Ein guter Start in die Schule“ #306 ★	94
14.10. Schüsslersalze“ #303 ★	95

... und noch viel mehr:

Folgende Programmpunkte sind im Laufe des Jahres noch geplant:

- Märchenerzählungen
- Spaziertheater
- Vorlesungen
- Vorträge mit Kooperationspartnern uvm.

Infos dazu findest du auf unserer Homepage, im Newsletter, auf Facebook und Instagram sowie in unserem WhatsApp-Kanal.



EKiZ^{irl}

Eltern Kind Zentrum

Das Eltern-Kind-Zentrum Zirl ist ein
gemeinnütziger, nicht-gewinnorientierter Verein.



**Wir unterstützen (werdende) Eltern, Allein-
erziehende, Großeltern, Kinder und Jugendliche
und schaffen einen generationsübergreifenden
„Raum“, in dem gespielt, gesungen, getanzt,
gelernt und gefördert werden kann, wo aber vor
allem Freude und Spaß ganz viel Platz haben.**

Das macht unser EKIZ so lebendig –
das Kinderlachen und die entspannten,
glücklichen Erwachsenen.

Kontakt

Eltern-Kind-Zentrum Zirl
Bahnhofstraße 35, 6170 Zirl
Telefon 0660 54 318 58

www.ekiz-zirl.at, info@ekiz-zirl.at

 ElternKindZentrumZirl
 ElternKindZentrumZirl



**Bleib informiert mit
unserem monatlichen
Newsletter!**



Unser Tipp: 
WhatsApp-Kanal
abonnieren:
0660 54 318 58



An- und Abmeldung vom Newsletter ist stets unkompliziert per Mail möglich.

Impressum: Herausgeber Eltern-Kind-Zentrum Zirl, Bahnhofstraße 35, 6170 Zirl
ZVR 082240258, Bilder: EKIZ Zirl, freepik_pch.vector, iStock, Unsplash
(Coco Tafoya, Kyle Head, Wes Hicks), Palfrader, Pexels (Dobromir Dobrev,
Emma Bauso), pixabay, privat, Zumba® Fitness



Ein engagiertes Team, das den Grundgedanken des EKiz Zirl lebt und voll dahintersteht, ist die Voraussetzung für unseren Erfolg. Gemeinsam mit unseren Kursleiter:innen gestalten wir mit viel Freude und Begeisterung immer wieder aufs Neue ein buntes, vielseitiges und leistbares Programm, das bei der Schwangerschaft beginnt, Familien mit ihren Kindern jeglichen Alters begleitet und bis zum Seniorenalter reicht. Weiters bieten wir unseren Kursleiter:innen einen familienfreundlichen, sozialen Arbeitsplatz. Mit Hilfe unserer Förderer und Sponsoren können wir dies bewerkstelligen. Für Fragen und Anregungen sind wir immer offen und freuen uns über jede Unterstützung, die wir erhalten.

Unser Büro ist an mindestens 20 Wochenstunden geöffnet.

Die aktuellen Öffnungszeiten findet ihr auf unserer Homepage sowie auf Facebook. Diese gelten für alle Wochen, in denen normaler Kindergarten- und Schulbetrieb stattfindet, also ausgenommen in den Ferien sowie an Feier- und Feiertagen.

VORSTAND:

Martin Pardeller – Obmann

Mag.^a Dr. Helga Noflatscher-Posch – Obmann-Stv.

Martina Sterner – Geschäftsführerin

Agnes Preishuber MSC – Kassierin

Renate Peychaer – Kassierin-Stv.

Raphaela Knapp – Schriftführerin

Regine Allgäuer – Schriftführerin-Stv., Koordinatorin Administration

Claudia Schlesinger – Koordinatorin Öffentlichkeitsarbeit

Sandra Prantl – Beirat

MMag.^a Manuela Zeidler – Beirat

*Infos
zu unseren
Kursleitern:*



Unsere Spielregeln

Anmeldungen

Die Anmeldungen zu all unseren Veranstaltungen (ausgenommen Offene Treffpunkte) sind aus organisatorischen Gründen notwendig und verbindlich. Sofern nicht anders angegeben, bitte per E-Mail an info@ekiz-zirl.at unter Angabe von: Namen, Telefonnummer, E-Mail-Adresse, Alter der Kinder sowie die jeweilige Kursnummer. Telefonische Anfragen bitte während der Bürozeiten unter 0660 / 54 31 858.

Anmeldeschluss und Absage bzw. Stornierungen

Der Anmeldeschluss ist **2 Wochen vor** der Veranstaltung oder Kursbeginn. Wir behalten uns das Recht vor, die Veranstaltung bei zu wenig Anmeldungen zu verschieben. Ihr werdet über eine Absage spätestens 2 Tage vor der Veranstaltung informiert.

Storno: Bis 10 Tage vor Kurs-/Veranstaltungsbeginn kann kostenlos storniert werden.

Wurde der Kursbeitrag zuvor bereits eingezahlt, wird ein Gutschein in entsprechender Höhe ausgestellt. Bei Stornierungen zu einem späteren Zeitpunkt betragen die Stornokosten 40 % des Kursbeitrages. Bei Storno am selben Tag wird der gesamte Betrag verrechnet. Einzelne nicht besuchte Kurseinheiten können nicht ausgezahlt werden.

Terminänderungen

Terminänderungen vorbehalten. Genaue Infos bei Anmeldung bzw. auf der Website.

Bankverbindung/Kostenbeitrag/Materialbeitrag

Achtung: Betrifft nur die Kurse, die übers EKIZ abgerechnet werden!

Bitte überweist den Kostenbeitrag nach Erhalt einer Buchungsbestätigung unter Angabe der Kursnummer und des Namens der Teilnehmenden bis spätestens 1 Woche vor Veranstaltungs- oder Kursbeginn auf nachstehendes Konto:



IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777

Eltern-Kind-Zentrum Zirl

TIROLER SPARKASSE Bankaktiengesellschaft Innsbruck



Bankdaten

Bitte bringt zur Veranstaltung die Zahlungsbestätigung des Kursbeitrags und ggf. den Mitglieerausweis mit.

Eltern-Kind-Gruppen

Die Teilnahme von Geschwisterkindern ist nur nach vorheriger Absprache möglich. Generationenübergreifend: als Begleitpersonen gelten natürlich nicht nur die Eltern, sondern auch andere Bezugspersonen: Oma/Opa, Tante/Onkel, Paten etc. sind herzlich willkommen.

Damit alle Spaß an den Kursen haben können, bitten wir euch um einen respektvollen Umgang, seid pünktlich, verantwortungsvoll und kommt nur gesund zum Kurs. Beim gemeinsamen Aufräumen am Ende der Stunde können die Kinder viel über Teamgeist und Verantwortung lernen, wenn alle Erwachsenen als gute Vorbilder mithelfen.

Haftung und Sicherheit

Für Verluste und Schäden, die den Teilnehmenden durch den Besuch von Veranstaltungen entstehen, wird keine Haftung übernommen. Wir bitten euch, unsere Kurse im EKiz grundsätzlich nur gesund und mit gesunden Kindern zu besuchen. Eltern haften für ihre Kinder während des Aufenthaltes im EKiz. Es wird seitens der Mitarbeiter:innen und des EKiz keine Haftung übernommen.

Parksituation

Das Parken beim EKiz Zirl ist leider nicht mehr möglich. In der **Tiefgarage des B4** (in der Bahnhofstraße 4) könnt ihr 2 Stunden gratis parken, danach € 0,50 je ½ Stunde.

Datenschutz

Der Schutz eurer persönlichen Daten und eurer Privatsphäre sind uns ein großes Anliegen. Die personenbezogenen Daten verwenden wir ausschließlich, um euch über unsere Kurse und Veranstaltungen zu informieren und um diese abzuwickeln. Alle Daten werden vertraulich, gemäß den Richtlinien der DSGVO, behandelt. Die Einwilligung zur Verarbeitung eurer Daten könnt ihr jederzeit durch eine E-Mail an info@ekiz-zirl.at widerrufen.



Mit der Kursbuchung stimmen alle der Veröffentlichung der Fotos, die während der Kurse und Feste gemacht werden, bis auf Widerruf zu.

**Bitte beachte das
Schuhverbot im EKiz**

Es stehen Patschen bereit – oder du bringst deine eigenen mit.



Mitgliedschaft

Jahresmitgliedschaft

Der Mitgliedsbeitrag beträgt **NUR € 30,- pro Kalenderjahr**, gilt für die ganze Familie ab Einzahlung und erlischt automatisch mit Ende des Jahres. Durch eure Mitgliedschaft könnt ihr die Arbeit und die Angebote des EKiZ Zirl unterstützen und dabei viele Vorteile für euch in Anspruch nehmen. Die Mitgliedschaft gilt in allen Eltern-Kind-Zentren Tirols, die zur Plattform gehören.

Vorteile für Mitglieder des EKiZ Zirl

- Gratis-Familienkalender nach Bestellung am Ende des Jahres* (Abholung im Büro)
- Kindergeburtstage im EKiZ Zirl*
- Baby-Storch zum Ausleihen*
- Vorab-Anmeldung zu den Kursen* (nach Erhalt des Programmheftes)
- Ermäßigte Kurs- bzw. Veranstaltungsbeiträge
- Ermäßigung für Geschwisterkinder (teilweise möglich)
- Einladung zur Generalversammlung*
- Mitgliederausweis (gilt in allen Eltern-Kind-Zentren Tirols, die zur Plattform gehören)



Mitgliedsbeitrag 2025

Eine E-Mail mit euren Kontaktdaten an info@ekiz-zirl.at genügt und schon kommt ihr, nach Einzahlung des Mitgliedsbeitrages und Ausfüllen des Anmeldeformulars, in den Genuss der Vorteile. **Hinweis:** Die Mitgliedschaft läuft nach dem Kalenderjahr automatisch aus, wenn sie nicht erneuert wird.

*Diese Mitgliedervorteile gelten nur für Mitglieder des EKiZ Zirl.



Mitgliedervorteil 1:

Gratis EKiZ Familienkalender

Alle Mitglieder erhalten den EKiZ Familien-Jahreskalender auf Wunsch gratis. Dieser ist aus Gründen der Nachhaltigkeit und des Umweltschutzes vorher bei uns zu bestellen und während der Öffnungszeiten im EKiZ direkt abzuholen.

Zusätzliche Familienkalender, z. B. als Geschenk, können bei dieser Gelegenheit auch gerne **bis zum 30.9.2025** zum Preis von € 8,-/Stück bestellt werden.



Mitgliedervorteil 2: Kindergeburtstage im EKIZ Zirl

Die Räumlichkeiten des Eltern-Kind-Zentrums können von Mitgliedern für private **Kindergeburtstagsfeiern** genutzt werden. Dort haben Eltern, die Geburtstagskinder und ihre kleinen Gäste ausreichend Platz zum Kuchenessen, Singen, Tanzen und Spielen! Hinweise: Während der Ferien leider nicht möglich. Es gibt keine Parkmöglichkeit vor und hinter dem EKIZ!



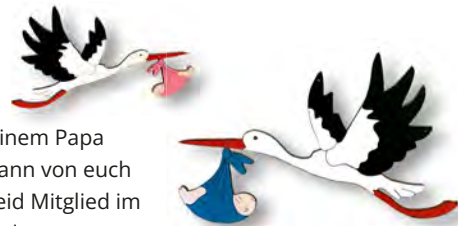
Kindergeburtstag

Nur an Wochenenden
Benutzungsgebühr € 50,-
Termine auf Anfrage per Mail an info@ekiz-zirl.at
Kaution € 50,- (falls Endreinigung unsererseits notwendig ist, wird diese einbehalten)

Zusatzangebote für Geburtstagsfeiern auf Anfrage (» Info Seite 18)

Mitgliedervorteil 3: Baby-Storch zum Ausleihen

In liebevoller Handarbeit wurde ein Storch von einem Papa aus Holz gebastelt und an uns verkauft. Dieser kann von euch kostenlos gemietet werden. Vorausgesetzt, ihr seid Mitglied im EKIZ, passt gut auf den Storch auf und bringt ihn dann nach 2-3 Wochen wieder heil zu uns zurück. Anfragen bitte direkt an info@ekiz-zirl.at richten.



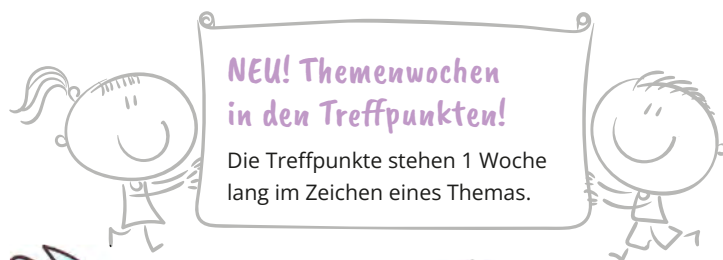
Mitgliedervorteil 4:
Ermäßigungen auf Kurse und für Geschwisterkinder auf Anfrage.





Übers Jahr

Psychosoziale Beratung & Begleitung	14
03.03.25 Faschingsfeier	15
08.03.25 Kinderflohmarkt im B4 anlässlich des Repair-Cafés	16
18.03.25 • 21.10. Musiktheater Saxophonmaus	17



Ostern
Themenwoche
KW 15 ab 07.04.25



Advent
Themenwoche
KW 48 ab 24.11.25

Terminänderungen vorbehalten. Genaue Infos bei Anmeldung bzw. auf der Website.



PSYCHOSOZIALE BERATUNG UND BEGLEITUNG

In unserer schnelllebigen Zeit, die von Eltern, Kindern und Jugendlichen sehr viel abverlangt, kann es häufig zu **herausfordernden Lebenssituationen** kommen. Damit du dich nicht alleine mit deinen Gedanken oder Problemen befassen musst, unterstütze ich dich auf der Suche nach möglichen **Lösungsansätzen und Perspektiven**. Gemeinsam, in einladender und anonymer Atmosphäre finden wir neue Blickwinkel, welche dich in deiner Persönlichkeitsentwicklung stärken und deinen Selbstwert festigen.

Themen:

- Rund um die Elternschaft
- Erziehungsfragen oder Familienkonflikte
- Scheidung oder Trennung
- Persönlichkeitsentwicklung
- Einfühlsame Begleitung von Kindern & Jugendlichen
- Teambuilding

Termine (45 Minuten):

- **DI, 10.00–11.30 Uhr im EKiz Zirl** (außer Ferien & Feiertage)
mit vorheriger Anmeldung unter info@ekiz-zirl.at
- **DO, 18.00–19.30 Uhr telefonisch** (außer Ferien & Feiertage)
ohne Anmeldung unter 0664 1365933



„Um klar zu sehen
genügt oft ein Wechsel
der Blickrichtung“

Mein Beratungsangebot ist vertraulich, anonym und kostenlos!
Freiwillige Beiträge zur Unterstützung des Angebotes werden gerne angenommen.

Maria Krase

Lebens und Sozialberaterin i.A.u.S, Elementarpädagogin, Früherzieherin

EKiz
Eltern Kind Zentrum

Eltern-Kind-Zentrum Zirl
Telefon 0660 54 318 58
www.ekiz-zirl.at
e-Mail: info@ekiz-zirl.at





FASCHINGSFEIER

am Rosenmontag mit Clownduo Dotti und Lotti

03.03.25, 15-17 Uhr

**Faschingsfeier mit Clownduo
Dotti und Lotti, Kinderdisco,
Zuckerwatte uvm.**

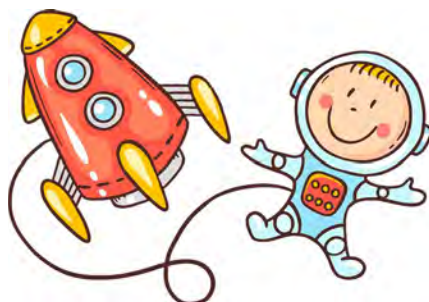
Clownduo Dotti und Lotti startet um 15.00 Uhr.
Im Anschluss gibt es Krapfen, Saft, Kaffee ...

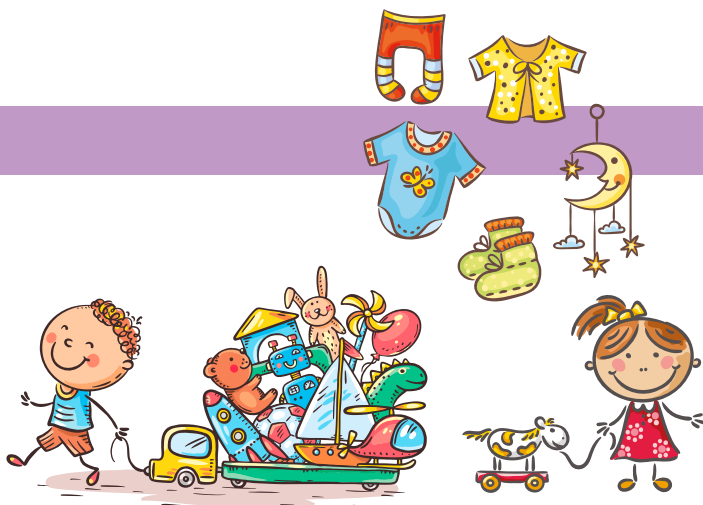
Kosten: € 7,- pro Person
(es zählen Erwachsene und Kinder)
Anmeldung erforderlich, **Anmeldeschluss: 20.02.25**



EKiz
irl
Eltern Kind Zentrum

Bahnhofstraße 35, 6170 Zirl
Telefon 0660 54 318 58
www.ekiz-zirl.at, info@ekiz-zirl.at





EKiZ Kinderflohmarkt im B4

Sa, 08.03.25, 14-17 Uhr

Für alle, die gerne stöbern, feilschen und nachhaltig einkaufen, bietet dieser Flohmarkt die perfekte Gelegenheit, tolle Artikel zu günstigen Preisen zu ergattern.

Kinder können zusammen mit ihren Eltern nicht mehr benötigte Spielsachen, Bücher oder Kleidung verkaufen – und vielleicht sogar ein neues Lieblingsstück entdecken! Ob kleine Händler oder große Schnäppchenjäger, hier ist für jeden etwas dabei.

Es geht darum, Platz im Kinderzimmer zu schaffen und gut erhaltene Dinge weiterzugeben, die anderen Kindern mehr Freude bereiten – ein bewusster Beitrag zur Nachhaltigkeit und eine Chance, neue Schätze zu finden!

Die Standgebühr beträgt € 3,- pro Tisch und kommt unserem gemeinnützigen Verein zugute.

Tischreservierungen gerne unter info@ekiz-zirl.at



EKiZ
Eltern Kind Zentrum

Bahnhofstraße 35, 6170 Zirl
Telefon 0660 54 318 58
www.ekiz-zirl.at, info@ekiz-zirl.at

Anlässlich des 9. Zirler Repaircafés
in Zusammenarbeit mit
Perspektiven für Kinder und
der Erwachsenenschule Zirl
www.repaircafe-tirol.at



DIE SAXOPHON-MAUS

Ein Musiktheaterstück von Hannah Lhotta und Flora Resl
für Kinder von 1 bis 6 Jahren mit einer erwachsenen Begleitperson



**Wie fühlen sich Freude, Wut,
Ruhe und Mut an?**

In der Geschichte der Maus wird eine spannende Reise durch die Welt der Gefühle unternommen. Durch Tanz, bunte Farben, Erzählungen und liebevoller Musik mit **Saxophon und Handpan** erleben die kleinen und großen Zuschauerinnen und Zuschauer, wie schön es ist, Gefühle zuzulassen.



715 | 📍 EKIZ Zirl | 🛒 EKIZ Zirl

Dienstag, 18.03. • 21.10., 15.00 Uhr, 1 Termin
Kosten: pro Termin € 7,- pro Kind

🛒 Anmeldung, EKIZ Zirl unter info@ekiz-zirl.at
Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**
IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)

Hinweise



Unser Angebot für Geburtstagsfeiern:

Unser Obmann Martin Pardeller stellte gerne ein Konzept mit Materialien für eine Schnitzeljagd gegen Aufpreis zur Verfügung:

- **Das Blumenmädchen Flora**
(Thema Pflanzen, Altersgruppe 3-4 Jahre)
- **Detektiv-Rätsel Abenteuer**
(Thema Detektive, Altersgruppe 5-10 Jahre)
- **Friedl mit der leeren Tasche**
(Thema Mittelalter, Altersgruppe 5-10 Jahre)

Zusätzlich können auch kleine „Give-away Geschenke“ bestellt werden.
Inhalt und Preis auf Anfrage.



In Kooperation mit den Zirler Vereinen sind wir auch bei verschiedenen Veranstaltungen im Dorf dabei:

- **Weihnachtswald im Äuele**
- **Spaziertheater**
- **Lesestunden/Märchenstunden**

Gerne unterstützt euch das EKiz bei Veranstaltungen.



NEU: Lernunterstützung für Groß und Klein

ab 13.01.25 Deutschkurs mit Helga	21
16.01.25 Eltern-Kind-Wakigutu HÜ- und Lernalltag #406.....	22
07.03.25 Eltern-Kind-Evolutionspädagogik #230	23



Terminänderungen vorbehalten. Genaue Infos bei Anmeldung bzw. auf der Website.



BABYSITTER-BÖRSE

Manchmal brauchen auch Eltern Zeit für sich selber. Um ihre Akkus aufzuladen, sich mit anderen auszutauschen, Fortbildungen zu besuchen usw.

Schön, dass es ausgebildete Babysitter gibt, bei denen der Nachwuchs gut aufgehoben ist. Nach der Vermittlung ist im Vorfeld ein Kennenlern-Treffen erforderlich.



Ob Eltern oder potenzielle Lernbuddies bzw. Babysitter:innen: Meldet euch im EKiz für weitere Infos:

Infos zu unseren
Babysittern



EKiz^{irl}
Eltern Kind Zentrum

Kontakt

Telefon 0660 54 318 58
info@ekiz-zirl.at

NACHHILFE-BÖRSE

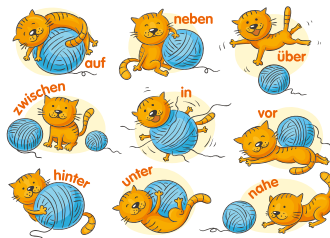
Hat Ihr Kind Schwierigkeiten bei den Hausübungen oder braucht es Unterstützung beim Lernen?

Unsere Lernbuddies helfen gern.

Infos zu unseren
Lernbuddies



Für unsere Nachhilfebörse sind wir auf der Suche nach Jugendlichen, die in ihrer Freizeit gerne andere Jugendliche bzw. Volks- und Mittelschulkinder beim Lernen unterstützen möchten.



Deutschkurs mit Helga

Ohne Anmeldung – für Erwachsene

Im Deutschkurs können Erwachsene mit nicht-deutscher Erstsprache die deutsche Alltagssprache über lebensnahe Themen wie Kindergarten, Schule, Erziehung, Beruf, Gesundheit, Behörden oder Wohnen lernen und festigen.

Zielniveau: A 1.1, Lehrwerk, das auf die Prüfung des ÖIF vorbereitet und sich an den Vorgaben des DTÖ (Deutsch-Test für Österreich) für Integrationskurse orientiert.

 EKiz Zirl | ohne Anmeldung

wöchentlich, **Montag, ab 13.01.25 • ab 15.09.25**

14.30–16.30 Uhr Fortgeschrittene

16.30–18.00 Uhr Anfänger

ausgenommen Ferien und Feiertage

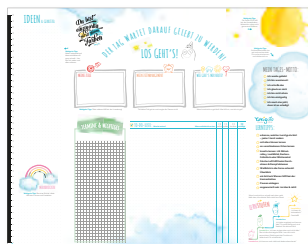
Ohne Anmeldung

Kostenlos

Leitung: **Mag. Dr.ⁱⁿ Helga Noflatscher-Posch**



Mag. Dr.ⁱⁿ Helga
Noflatscher-Posch



Eltern-Kind-Gruppe Hü- & Lernalltag

Hausübung machen ist nicht immer eine Freude und viele Kinder (und deren Eltern) zweifeln oft daran. Wie kann ich den Hü- und Lernalltag so strukturieren und umgestalten, damit es eine Erleichterung für alle wird? Wie kann ich richtig motivieren? Wie setze ich Grenzen, Regeln und auch die Freizeit richtig ein und entlaste dadurch das Kind und mich selbst?

Alle diesen Fragen stellen wir uns und erarbeiten das Thema Schule, Hausübung, Regeln und Grenzen mit geeigneten und individuellen Beispielen, Übungen und Plakaten für zuhause.

WAKIGUTU
Martina Sterner



Martina Sterner

406 | EKIZ Zirl | EKIZ Zirl

Donnerstag, 16.00–17.00 Uhr, 6 Termine,
Kurs 1 ab 16.01.25 • Kurs 2 ab 06.11.25
pro 6-teiligen Kurs: € 70,-/€ 65,- für Mitglieder

Leitung: **Martina Sterner**
Family Support Trainerin, Gründerin von Wakigutu

Anmeldung, EKIZ Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Eltern-Kind-Evolutionspädagogik

Für Eltern und ihre Kinder im Volksschulalter

Die Evolutionspädagogik hilft uns offen, frei, vernetzt und stressfrei zu denken, wodurch auch unsere Lernfreude geweckt werden kann. Durch entsprechende Bewegungsübungen wird unsere Persönlichkeit gestärkt und unsere Talente und Potenziale werden sichtbar.

Das Ziel ist es die Persönlichkeit und die Lernfreude zu stärken. Dieses Ziel wird erreicht, indem herausgefunden wird, welche Stufe blockiert ist. Durch Übungen kann die Blockade gelöst werden.

230 |  EKiz Zirl |  EKiz Zirl

Freitag, 16.00–17.00 Uhr, 6 Termine
Kurs 1 ab 07.03.25 • Kurs 2 ab 14.11.25
pro 6-teiligen Kurs: € 70,-/ für Mitglieder € 65,-

Leitung: **Raphaela Knapp, BA**
pädagogische Fachkraft, Evolutionspädagogin & Lernberaterin,
Kinder-Bewegungstrainerin, Lehrgang für Theaterpädagogik



Raphaela Knapp

 Anmeldung, EKiz Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



NEU: Der Treffpunkt-Punktepass!

Unser Angebot an Offenen Treffs ist jetzt noch größer, damit ihr und eure Kinder mehr Möglichkeiten zum Austausch und Spielen habt. Damit sich die Leitung des Treffs voll und ganz euch und den Kindern widmen kann, statt ständig kassieren zu müssen, haben wir den Treffpunkt-Punktepass eingeführt.

Mit dem Pass spart ihr nicht nur Zeit und administrativen Aufwand, sondern auch Geld. Für € 20,- bekommt ihr 20 Punkte **plus 4 Punkte gratis** – das entspricht einem Wert von € 24,-. Der Pass ist übertragbar und unbegrenzt gültig.

Je nach Treffpunkt variiert der Punktebedarf, zum Beispiel wenn eine gesunde Jause oder Bastelmaterialien inkludiert sind. Auch für einen Kaffee könnt ihr Punkte einlösen. So seid ihr flexibel und könnt ohne Kleingeld-Stress an den Offenen Treffs teilnehmen!



Offene Treffpunkte

NEU: Der Treffpunkt-Punktepass	24
Offene Treffs mit gesunder Jause ★★★★★ € 4,-	26
MO 09.00–11.00 Uhr MI 14.45–17.15 Uhr	
„Elternbildungscafé“ mit Betreuung & Elternbildung	27
DI 09.00–11.00 Uhr	
Erlebniswerkstatt ★★★ € 2,-	28
MI 09.00–11.00 Uhr	
Freies Spielen	29

	MO	DI	MI	DO	FR
Vormittag	Treff mit Jause 4x★	Elternbildungscafé	Erlebniswerkstatt 2x★	Freies Spielen	Freies Spielen
Nachmittag		Freies Spielen	Treff + Jause 4x★		

Terminänderungen vorbehalten. Genaue Infos auf der Website.



Offener Treff mit gesunder Jause

Ohne Anmeldung





Beim Offenen Treff mit gesunder Jause steht nicht nur das Spielen im Vordergrund, sondern auch das gemeinsame Genießen frischer, gesunder Köstlichkeiten. Am Jausenbuffet finden die Kleinen abwechslungsreiche Leckereien, die oft besonders gut ankommen, wenn sie sehen, dass ihre Freunde sie gerne essen.

Während die Kinder neue Spielkameraden finden und spielerisch gesunde Lebensmittel entdecken, haben die Eltern bei einer Tasse Kaffee Gelegenheit, neue Kontakte zu knüpfen und sich auszutauschen. Eine schöne Kombination aus Spiel, Gemeinschaft und gesunder Ernährung. Zum Schluss wird gemeinsam aufgeräumt.

 EKiz Zirl | ohne Anmeldung | Sammelpass     

jeden **Montag, 09.00–11.00 Uhr**
 jeden **Mittwoch, 14.45–17.15 Uhr**
ab 13.01.25 • ab 15.09.25
ausgenommen Ferien + Feiertage

Ohne Anmeldung

Bezahlung/Kosten:
 4 Sammelpunkte     oder € 4,-

Leitung: **Sabine Nilz** (Kindergartenpädagogin)
 und **Sandra Prantl** (familylab-Trainerin)



Sabine Nilz

Sandra Prantl



Elternbildungscafé

Ohne Anmeldung / gewisse Vorträge mit Anmeldung

Das Elternbildungscafé ist ein Treffpunkt für Schwangere sowie Eltern mit Kindern von 0 bis 6 Jahren. In entspannter Atmosphäre könnt ihr neue Kontakte knüpfen und euch austauschen. Zusätzlich bieten wir interessante **Vorträge unserer Kooperationspartner fit for family, FAMILY SUPPORT®, Gesund ins Leben und Rainbows** an.

Aus organisatorischen Gründen bitten wir für diese Vorträge um eine verbindliche Anmeldung unter info@ekiz-zirl.at.

Während der Vorträge werden die Kinder beaufsichtigt.

Die aktuellen Vortragsthemen findet ihr auf unserer Website oder als Aushang im EKiz.

Alle bis Redaktionsschluss fixierten EB-Café-Vorträge ab Seite 80 ►►

 **EKiz Zirl | teilweise mit Anmeldung | kostenlos**

jeden **Dienstag, 09.00–11.00 Uhr**

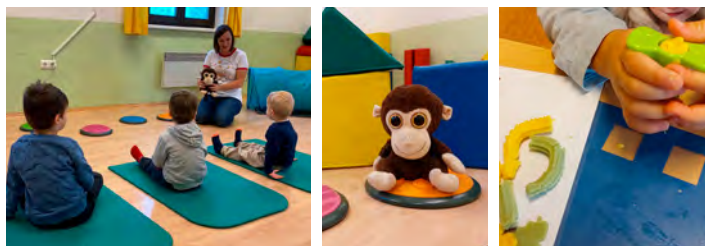
ab 14.01.25 • ab 16.09.25

ausgenommen Ferien und Feiertage

Ohne Anmeldung/gewisse Vorträge mit Anmeldung

Kosten: kostenlos / Kaffee: 1 Sammelpunkt  oder € 1,-

Leitung: **das EKiz Team**



Erlebniswerkstatt

Ohne Anmeldung

In der Erlebniswerkstatt variiert unser Angebot wöchentlich. Das eine Mal erkunden wir zusammen mit Äffchen Coco einen Bewegungsparcours, das andere Mal spielen und gestalten wir mit selbstgemachter Knetmasse. Passend zur Jahreszeit basteln und malen wir kleine, kreative Kunstwerke oder machen es uns in der Lesecke mit einem Märchenbuch gemütlich.

Der Programmpunkt nimmt dabei nur einen Teil der Zeit ein – davor und danach können die Kinder in unserer einladenden Spielumgebung weiterspielen, während sich die Eltern in entspannter Atmosphäre austauschen. Zum Schluss wird gemeinsam aufgeräumt.

 EKiz Zirl | ohne Anmeldung | Sammelpass 

jeden **Mittwoch, 09.00–11.00 Uhr**
ab 15.01.25 • ab 17.09.25
ausgenommen Ferien und Feiertage

Ohne Anmeldung

Bezahlung/Kosten:
2 Sammelpunkte  oder € 2,-

Leitung: **Regine Allgäuer**



Regine Allgäuer



Freies Spielen

Ohne Anmeldung

Ein Tipp für alle Kinder, die neue Spielkameraden finden möchten. Die Eltern lernen währenddessen andere Mütter und Väter kennen und können Erfahrungen austauschen.

Kurz gesagt: Beim „Freien Spielen“ kann man einfach vorbeischaun, wenn man in gemütlicher Atmosphäre Kaffee trinken und neue Kontakte knüpfen möchte.

Zum Schluss wird gemeinsam aufgeräumt.



 EKiz Zirl | ohne Anmeldung | kostenlos

jeden **Dienstag, 13.30–15.00 Uhr**

jeden **Donnerstag, 09.00–11.00 Uhr**

jeden **Freitag, 09.00–11.00 Uhr**

ab 14.01.25 • ab 16.09.25 ausgenommen Ferien und Feiertage

Bezahlung/Kosten: kostenlos / Kaffee: 1 Sammelpunkt  oder € 1,-

Leitung: **das EKiz Team**

EKiz - Gutscheine



Schenke gemeinsame Zeit...

... unvergessliche Erlebnisse und Erinnerungen

Gutscheine können gerne unter info@ekiz-zirl.at oder 0660 / 54 31 858 bestellt werden.

... oder den praktischen Familienkalender 2026

Bestellungen zum Preis von € 8,-/Stück sind nur **bis zum 30.9.2025** möglich.





Schwangerschaft und Geburt

<u>Hebammen-Angebot</u>	<u>32</u>
<u>Hebammen-Sprechstunde #102</u>	<u>33</u>
<u>Stillgruppe #101</u>	<u>34</u>
<u>Rückbildung #104</u>	<u>35</u>
<u>Yoga in der Schwangerschaft #120</u>	<u>36</u>
<u>Schlafvorbereitungskurs #725 (» unter Elternbildung)</u>	<u>91</u>

Babymassage #110 siehe
Eltern-Kind-Gruppen für Babys

ab Seite 40 ►►

Terminänderungen vorbehalten. Genaue Infos bei Anmeldung bzw. auf der Website.

Hebammen-Angebot

- Hebammenberatung im Rahmen des Mutter-Kind-Pass Gesprächs zwischen der 18. und 22. SSW. Die Kosten für dieses einstündige Gespräch werden zu 100 % von der Krankenkasse übernommen.
- Akupunktur bei Schwangerschaftsbeschwerden sowie zur Geburtsvorbereitung oder Geburtseinleitung
- Geburtsvorbereitungskurse auf Anfrage
- Hausbesuche im Wochenbett (bei Bedarf ein Besuch ab der 32. Schwangerschaftswoche bei Fragen und zum Kennenlernen für die kommende Nachbetreuung)

Hebammen in Zirl und Umgebung:



Patricia Gschliesser – 6170 Zirl
patricia.gschliesser@hotmail.com
Telefon 0699 11764952



Judith Hochenegger – 6401 Inzing
ju.hochenegger@gmail.com
Telefon 0660 9998007



Alisa Ponderfer – 6170 Zirl
hebamme.ponderfer@gmx.at
Telefon 0664 4662308



Hebammen-Sprechstunde

Für Schwangere und Mütter von Babys ab der 8. Lebenswoche bis zum 1. Lebensjahr

Themen wie Geburtsvorbereitung, Rückbildung, Stillen, Abstillen, Beikost und alle möglichen Fragen, die in der Schwangerschaft und im Alltag mit Baby auftauchen.

102 |  EKIZ Zirl |  EKIZ Zirl

1x im Monat, **Mittwoch, 09.30–11.00 Uhr**
15.01. • 19.02. • 12.03. • 23.04. • 14.05.
18.06. • 17.09. • 15.10. • 12.11. • 17.12.

Kosten: € 45,- / € 40,- für Mitglieder
Dauer: 30 Minuten pro Mutter/Kind

Leitung: **Alisa Pondorfer, BSc.**, Hebamme



Alisa Pondorfer

 Anmeldung, EKIZ Zirl unter **info@ekiz-zirl.at**

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Stillgruppe

Ein guter Start ins Leben



Durch das Stillen bietest du deinem Baby einen guten Start ins Leben. In seinen ersten Lebensmonaten ist es ganz besonders auf deine Nähe und Zuwendung angewiesen. Beim Stillen erlebt es Wärme und Geborgenheit, Behaglichkeit und die beruhigende Nähe der Mutter.

Wir wollen dir die emotionalen, gesundheitlichen und praktischen Vorteile des Stillens näherbringen.

Babys und Geschwisterkinder sind willkommen.

101 |  EKIZ Zirl |  EKIZ Zirl

1x im Monat, **Dienstag, 10.00–11.30 Uhr**

14.01. • 11.02. • 11.03. • 08.04. • 13.05.

10.06. • 09.09. • 07.10. • 11.11. • 09.12.

Kosten: € 3,50 / € 3,- für Mitglieder

Leitung: **Sandra Prantl**

Stillberaterin der LaLecheLiga



Sandra Prantl

 Anmeldung, EKIZ Zirl unter **info@ekiz-zirl.at**

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Rückbildung / Beckenbodenaktivierung

- Für Mütter ab mindestens 4–6 Wochen nach der Geburt
- Mütter, die seit einer Geburt Beschwerden haben
- jede Frau, die ein besonderes Augenmerk auf einen stabilen Beckenboden legen möchte

Kursinhalte:

- Kennenlernen der Bedeutung von Becken, Beckenboden sowie deren Veränderungen
- Zusammenhänge zum Rücken bzw. zu Nackenverspannungen und Kopfschmerzen
- Zusammenhänge mit dem Kontinenzmechanismus, der Verdauung sowie dem Hormonsystem
- Kräftigung für gute Stabilität und Beweglichkeit in Alltag und Sportphysiotherapie
- gute Rückbildung und stabiles Becken – Entspannung
- ganzheitliche Betrachtungsweise aus Sicht der Osteopathie

Babys sind herzlich willkommen!

erdreich

104 |  EKiz Zirl |  Referentin

Mittwoch, 10.30–11.20 Uhr

4 Termine: **15.01., 29.01., 12.02., 26.02.25**

Kosten pro 4-teiligem Kurs: € 100,-

Leitung: **Elisabeth Muigg, MSc D.O.**

Physiotherapeutin und Osteopathin



Elisabeth Muigg

 Anmeldung, Bezahlung bei der Referentin:

Telefon 0677 61051301, elisabeth.muigg@erdreich.at



Yoga in der Schwangerschaft

ab ca. 13. SSW bis zur Geburt

Yoga ist für Schwangere eine wundervolle Möglichkeit Ruhe im Alltag zu finden und sich liebevoll auf ihr Baby einzustimmen. Lerne Stress abzubauen und lindere mögliche Schwangerschaftsbeschwerden wie Rückenschmerzen, Verspannungen im Nacken, Müdigkeit oder Kurzatmigkeit. Beim Pränatal Yoga stehen vor allem die Entspannung, die Balance, sanfte Bewegung und Atemtechniken im Fokus.

Bitte halte Rücksprache mit deiner Hebamme/Arzt, ob Yoga in der Schwangerschaft für dich geeignet ist.

Mitzubringen: Decke/Handtuch, Wasserflasche

120 |  EKiz Zirl |  Referentin

Dienstag, 9.00–10.00 Uhr, 6 Termine

Kurs 1 ab 21.01.25 • Kurs 2 ab 01.04.25

Kurs 3 ab 20.05.25 • Kurs 4 ab 04.11.25

Kosten: € 66,-


Leitung: **Bettina Mayrl**

Zert. Pränatal & Postnatalyogalehrerin,

Zert. Mama-Baby-Yogalehrerin



Bettina Mayrl

 Anmeldung, Bezahlung bei der Referentin:
evanna.yoga@gmx.at oder **0676 9203051**



Eltern-Kind-Gruppen

Unsere Gruppenregeln	38
EKG für Kinder im Babyalter:	
Mama-Baby-Yoga #121	39
Babymassage #110	40
Baby-Osteopathie in der Gruppe #103	41
EKG für Kinder 1-3 Jahre:	
Windelmäuse #201, Wichtelzwerge #203	42
Musikgruppen #210, #211	43
Rambazamba Eltern-Kind-Tanzen #217	44
EKG für Kinder 3-6 Jahre:	
Eltern-Kind-Kreativkurs #240	45
Bewegung, Spiel und Spaß #213, #214	46
EKG für Kinder 4-6 Jahre:	
Eltern-Kind-Kochkurs #220	47
Zumba für Klein und Groß #135	48
Family-Hacks für den Erziehungsalltag #250	49
Naturerlebnis #408	50
Eltern-Kind-Kräuterkurs #409	51
EKG für die Familie:	
Upcycling für Groß und Klein #712	52
Familien-Shiatsu #524	53
Eltern-Teen-Yoga #123	54

Unsere Gruppenregeln

- Bitte komm **pünktlich** zum vereinbarten Zeitpunkt.
Falls es mal nicht klappt, gib uns bitte frühzeitig Bescheid.
- Bitte komm nur **gesund und mit gesunden Kindern** in den Kurs.
- Bei Eltern-Kind-Gruppen und Offenen Treffpunkten liegt die **Verantwortung für das eigene Kind**/die eigenen Kinder bei den anwesenden Eltern.
- Wir sorgen gemeinsam dafür, dass die Räume **sauber** bleiben und räumen nach dem Kurs zusammen auf.
- Persönliche Informationen bleiben **vertraulich**, und wir gehen **respektvoll** und unterstützend miteinander um.
- Wenn dein Kind **überfordert** ist (z.B. weint oder Angst hat), stehen weitere Räume zur Verfügung, damit es sich in einer angenehmen Umgebung beruhigen kann.
- Solltest du einmal **unzufrieden** sein, sprich uns bitte direkt an – wir finden gemeinsam eine Lösung. Das EKIZ-Team ist immer für dich da.
- **Wünsche, Anregungen und Ideen** sind bei uns willkommen!



Mama-Baby-Yoga

ab ca. 8-12 Wochen nach der Geburt
bis zum Krabbelalter (ca. 6 Monate)

Die speziellen Yogaübungen zur Rückbildung sowie das Training für den Beckenboden helfen dir sanft die Muskulatur wieder aufzubauen und dich fitter, voller Energie zu fühlen. Dein Baby wird dabei liebevoll in die Yogaübungen integriert und liegt nicht einfach nur so nebendran. Durch gezielte Atem- und Entspannungsübungen bringen wir Ruhe und Gelassenheit ins manchmal turbulente Mama-Leben.

Mitzubringen: Decke/Handtuch, Wasserflasche

121 | EKIZ Zirl | Referentin

Dienstag, 10.10–11.10 Uhr, 6 Termine
Kurs 1 ab 21.01.25 • Kurs 2 ab 01.04.25
Kurs 3 ab 20.05.25 • Kurs 4 ab 04.11.25
Kosten pro 6-teiligen Kurs: € 66,-

Leitung: **Bettina Mayrl**
Zert. Pränatal- & Postnatallyogalehrerin
Zert. Mama-Baby-Yogalehrerin



Bettina Mayrl

Anmeldung, Bezahlung bei der Referentin:
evanna.yoga@gmx.at oder **0676 9203051**



Mitgliederermäßigung für Geschwisterkinder
im selben Kurs auf Anfrage.



Babymassage

für Eltern & ihre Kinder ab ca. 4 Wo-6 Mo (Krabbelalter) und Schwangere (Übung mit der Puppe)

Babymassage ist Wellness für die Kleinsten, fördert die Körperwahrnehmung, gibt Geborgenheit, festigt die Bindung zur Bezugsperson, stärkt das Immunsystem und unterstützt die kindliche Entwicklung. Die Griffe und Berührungen helfen oft bei Problemen wie Zahnen, Blähungen, Schlafproblemen. In kleiner Gruppe werden die Massage-techniken an einer Puppe vorgezeigt und angeleitet, während du dein Baby selbst massierst. Anschließend gibt es die Möglichkeit zum Austausch in gemütlicher Atmosphäre. Inklusive Skript und Massageöl.

Mitzubringen: wasserdichte Unterlage, Babysöckchen, dünne Haube, Stoffwindeln, Handtuch, bei Unverträglichkeit eigenes Massageöl

110 | EKiz Zirl | EKiz Zirl

Termine im Herbst 2025 auf Anfrage

pro 6-teiligen Kurs: € 70,-/€ 65,- für Mitglieder

Leitung: **Sarah Niederkircher**

Kindergarten- und Kinderkrippenpädagogin,
Motopädagogin, Babymassage-Kursleitung



Sarah Niederkircher

Anmeldung, EKiz Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Baby Osteopathie in der Gruppe

Baby Osteo 1 (6–12 Monate)

Baby Osteo 2 (0–5 Monate)

Gemeinsame Übungen für die Kleinen durchgeführt von Mama/ Papa (unter Anleitung). Was wollen wir gemeinsam erreichen?

- eine gut funktionierende Verdauung
- symmetrische Entwicklung des Körpers
- sanfte Entspannung, problemloses Einschlafen und damit erholsamen Schlaf
- eine wunderVOLLE Bindung zwischen den Eltern und den Babys beginnend mit einfachen Ritualen

Was nehmt ihr mit?

- einfache Tipps für zu Hause
- Erklärung der körperlichen Zusammenhänge aus osteopathischer Sicht
- Erfahrungsaustausch und Kennenlernen der anderen Eltern
- Ruhe – kein Zeitstress, da vor und nach dem Kurs genügend Zeit zur Verfügung steht, um zu Stillen, zu Wickeln bzw. sich mit Fragen zu persönlichen Problemen an mich zu wenden

erdreich

103 |  EKiz Zirl |  Referentin

Baby Osteo 1 (6-12 Monate), **8.00–8.50 Uhr**

Baby Osteo 2 (0-5 Monate), **9.10–10.00 Uhr**

Mittwoch, 15.01., 29.01., 12.02., 26.02.25

Kosten pro 4-teiligem Kurs: € 100,-



Elisabeth Muigg

Leitung: **Elisabeth Muigg, MSc D.O.**

Physiotherapeutin und Osteopathin

 Anmeldung, Bezahlung bei der Referentin:

Telefon 0677 61051301, elisabeth.muigg@erdreich.at



Mitgliederermäßigung für Geschwisterkinder
im selben Kurs auf Anfrage.



Windelmäuse/Wichtelzwerge

für Eltern & ihre Kinder von 1 bis 3 Jahren

In dieser Gruppe wollen wir gemeinsam spielen, uns bewegen und kleine Übungen ausprobieren unter Rückgriff auf die Erziehungswissenschaft. Sie soll uns den theoretischen Input geben, um mehr über die Kinder und die Bindung zu ihnen zu lernen. Außerdem gibt es Raum für erste Begegnungen der Kleinen und Austausch unter den Eltern. Ihr braucht nur Kleidung, in der ihr euch wohl fühlt und Hauspatschen.

201 Windelmäuse |  EKiz Zirl |  EKiz Zirl

1–2 Jahre, **Donnerstag, 10.30–11.30 Uhr**, 6 Termine

Kurs 1 ab 06.03.25 • Kurs 2 ab 08.05.25

Kurs 3 ab 25.09.25 • Kurs 4 ab 13.11.25

pro 6-teiligen Kurs: € 70,-/€ 65,- für Mitglieder

203 Wichtelzwerge |  EKiz Zirl

2–3 Jahre, **Donnerstag, 14.00–15.00 Uhr**

Kurs 1 ab 06.03.25 • Kurs 2 ab 08.05.25

Kurs 3 ab 25.09.25 • Kurs 4 ab 13.11.25

pro 6-teiligen Kurs: € 70,-/€ 65,- für Mitglieder



Alexandra Merla

Leitung: **Alexandra Merla**, BA, Erziehungswissenschaftlerin

 Anmeldung, EKiz Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Musikkarussell und Sinneswelten

Für Eltern mit ihren Kindern von 18 Monaten bis 3 Jahren

Gemeinsam unternehmen wir eine spannende Reise in die Welt der Körperwahrnehmung und der Klänge! Wir experimentieren mit einfachen Klangquellen wie z.B. Trommeln und Rasseln genauso wie mit verschiedenen Materialien und Texturen. Dadurch werden die akustische und die taktile Wahrnehmung gefördert, die motorischen Fähigkeiten und das Wahrnehmungsvermögen aktiviert und somit die Entwicklung auf spielerische Weise unterstützt. Ein Kurs für kleine Entdecker, die sich gerne dreckig machen.

210 | EKIZ Zirl | EKIZ Zirl

Kurs 1 Donnerstag ab 24.04.25, 08.30–09.30 Uhr

Kurs 2 Dienstag ab 30.09.25, 14.30–15.30 Uhr

Kurs 3 Donnerstag ab 13.11.25, 08.30–09.30 Uhr

211 | EKIZ Zirl | EKIZ Zirl

Kurs 1 Donnerstag ab 24.04.25, 9.45–10.45 Uhr

Kurs 2 Dienstag ab 30.09.25, 15.45–16.45 Uhr

Kurs 3 Donnerstag ab 13.11.25, 9.45–10.45 Uhr

pro 6-teiligen Kurs: € 70,-/€ 65,- für Mitglieder

Leitung: **Bettina Lercher**, Elementarpädagogin

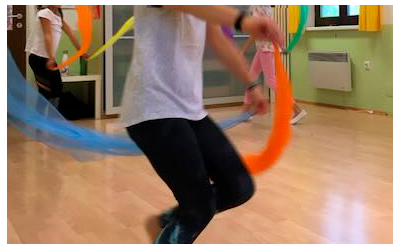


Bettina Lercher

Anmeldung, EKIZ Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



RAMBAZAMBA! Eltern-Kind-Tanzen

Für Eltern mit ihren Kindern von 2 bis 3 Jahren

Gemeinsam begeben wir uns hüpfend, springend und tanzend auf eine fantasievolle Entdeckungsreise ins Reich der Musik. Rhythmusgefühl und motorische Fähigkeiten sowie erste soziale Kompetenzen werden dabei entwickelt. Eltern bietet die Gruppe Austausch mit anderen.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Turnpatschen/Rutschsocken, Trinkflasche

Zumba für Klein und Groß auf Seite 48 »

Zumba für Kids auf Seite 58 »

Zumba für Teenager auf Seite 67 »

217 |  EKIZ Zirl |  EKIZ Zirl

Freitag, 09.00–10.00 Uhr, 6 Termine

Kurs 1 ab 07.03.25 • Kurs 2 ab 07.11.25

pro 6-teiligen Kurs: € 70,-/€ 65,- für Mitglieder

Leitung: **Doris Nawratil**
Groupfitness-Trainerin und
Zumbainstruktorin, ZIN



Doris Nawratil

 Anmeldung, EKIZ Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Eltern-Kind-Kreativkurs

Für Eltern und ihre Kinder ab 3 Jahren

Kunterbunt und vielseitig. Ausprobieren, entdecken, in einen guten Austausch miteinander gehen. Freude am Kreativsein, Kinderlachen und stolzes Elternschmunzeln. Das sind die Ziele dieses Kurses.

Gemeinsam wollen wir basteln, malen und Neues entdecken und unserer Künstler:Innen-Seite Ausdruck verleihen.

240 |  EKiz Zirl |  EKiz Zirl

Freitag, 09.00–10.30 Uhr,
6 Termine, ab 24.01.25

Montag, 14.30–16.00 Uhr,
6 Termine, ab 10.03.25

pro 6-teiligen Kurs: € 70,-/€ 65,- für Mitglieder

Leitung: **Mariam Jörer,**
Künstlerin, Pädagogin, Studium Bühnen- und Kostümbild



Mariam Jörer

 Anmeldung, EKiz Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Mitgliederermäßigung für Geschwisterkinder
im selben Kurs auf Anfrage.



Bewegung, Spiel und Spaß

Für Eltern mit ihren Kindern von 3 bis 6 Jahren

Im **Turnsaal der Mittelschule Zirl** können die Kinder verschiedenste Bewegungserfahrungen an unterschiedlichen Geräten sammeln. Im Vordergrund steht der Spaß am Spiel und der natürliche Bewegungsdrang der Kinder.

Gleichzeitig werden Körperbewusstsein, Koordinationsvermögen und der Gleichgewichtssinn gefordert und weiterentwickelt.

213 | Mittelschule Zirl | EKiz Zirl

Freitag, 14.30–15.30 Uhr, 6 Termine

Kurs 1 ab 21.02.25 • Kurs 2 ab 25.04.25

Kurs 3 ab 19.09.25 • Kurs 4 ab 14.11.25

pro 6-teiligen Kurs: € 70,-/ für Mitglieder € 65,-

214 | Mittelschule Zirl | EKiz Zirl

Freitag, 15.30–16.30 Uhr, 6 Termine

Kurs 1 ab 21.02.25 • Kurs 2 ab 25.04.25

Kurs 3 ab 19.09.25 • Kurs 4 ab 14.11.25

pro 6-teiligen Kurs: € 70,-/ für Mitglieder € 65,-

Leitung: **Michael Peer**, Diplompädagoge



Michael Peer

Anmeldung, EKiz Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Eltern-Kind-Kochkurs

Für Eltern und ihre Kinder ab 4 Jahren



Einfache Techniken für die tägliche Küche. Genießt die gemeinsame Zeit als Familie und freut euch über kreative Ideen für gesunde und kostengünstige Ernährung – teilweise nach Rezepten von Ernährungstrainerin Anna Linter.

Folgende Themenschwerpunkte warten auf euch:

Gesundes Frühstück, gesunde Jausenbox, Becherküche, Schüttel-Rezepte, gesunde Snacks, bekömmliches Abendessen.

Bitte Jausenbox oder Behälter mitbringen, damit das Gekochte auch mit nach Hause genommen werden kann.

220 | EKiz Zirl | EKiz Zirl

Dienstag, 14.30–16.30 Uhr, 6 Termine

Kurs 1 ab 11.03.25 • Kurs 2 ab 06.05.2025

Kurs 3 ab 16.09.25 • Kurs 4 ab 04.11.2025

pro 6-teiligen Kurs: € 80,- (inkl. Lebensmittelkosten)

Leitung: **das EKiz Team**

Anmeldung, EKiz Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Mitgliederermäßigung für Geschwisterkinder
im selben Kurs auf Anfrage.



ZUMBA® für Klein und Groß

Für Eltern/Bezugspersonen und ihre Kinder von 4-6 Jahren

Auf vielfachen Wunsch gibt es dieses Semester die Gelegenheit, gemeinsam mit Kind und Kegel Zumba-Spaß zu haben. Endlich können Mama/Papa/Oma/Goti etc. und die Kinder zusammen zur Musik abrocken.

Mitzubringen: Turnschuhe, Wasserflasche

Eltern-Kind-Tanzen auf Seite 44 ◀◀

Zumba für Kids auf Seite 58 ▶▶

Zumba für Teenager auf Seite 67 ▶▶

135 |  ASO Zirl |  EKiz Zirl

Freitag, 15.30–16.30 Uhr, 6 Termine
Kurs 1 ab 28.02.25 • Kurs 2 ab 07.11.25
pro 6-teiligen Kurs: € 70,-/€ 65,- für Mitglieder

Leitung: **Doris Nawratil**
Groupfitness-Trainerin und
Zumbainstruktorin, ZIN



Doris Nawratil

 Anmeldung, EKiz Zirl unter **info@ekiz-zirl.at**

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Family-Hacks für den Erziehungsalltag

Für Eltern und ihre Kinder ab 4 Jahren

Tauch ein in die Welt von Wakigutu und lass dich von ihm verzaubern. Erlerne einfache „Family Hacks“ für den Familienalltag und lerne dich und dein Kind ganz neu kennen. Lerne achtsam mit dir und deinem Gegenüber umzugehen und die Einzigartigkeit eurer Familie zu stärken.

Folgende Themenschwerpunkte warten auf euch:

- **wir basteln einen Wakigutu**
- **meine Emotionen**
- **ich bin ein Alltags-Superheld**
- **ich bin einzigartig**
- **Rituale**
- **Motivation**

250 | EKiz Zirl | EKiz Zirl

Donnerstag, 14.30-15.30 Uhr, 6 Termine
Kurs 1 ab 16.1.25 • Kurs 2 ab 06.11.25
pro 6-teiligen Kurs: € 70,-/€ 65,- für Mitglieder

Leitung: **Martina Sterner**
Family Support Trainerin,
Gründerin von Wakigutu



Martina Sterner

Anmeldung, EKiz Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Mitgliederermäßigung für Geschwisterkinder
im selben Kurs auf Anfrage.



Spaziergang in der Natur

Für Kinder ab 4 Jahren mit einer erwachsenen Begleitperson

Hast du Lust mit mir gemeinsam die Schätze der Natur zu entdecken und hautnah zu erleben, wie sich die Natur im Laufe des Jahres verändert? Dann lade ich dich auf eine spannende Entdeckungstour ein.

Treffpunkte werden bei Anmeldung bekanntgeben.

408 |  Zirl / Umgebung |  EKIZ Zirl

Dienstag, 14.30–17.00 Uhr, 1 Termin

20.5.2025 • 14.10.2025

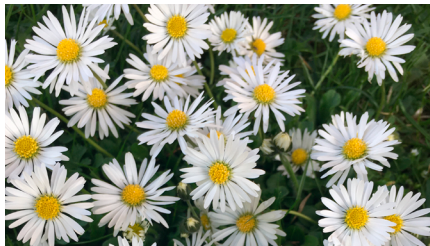
Kosten: freiwillige Zuwendung

Leitung: **Gerti Fatzi**

 Anmeldung, EKIZ Zirl unter **info@ekiz-zirl.at**

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Kräuterpädagogik

Für Kinder von 4 bis 6 Jahren mit ihren Eltern

„Gegen alles ist ein Kraut gewachsen“, so sagt der Volksmund. Unsere Wiesen und Wälder sind reich an Köstlichkeiten und heilenden Pflanzen. Allein der bewusste Gang in die Natur entspannt den Körper, beruhigt den Geist und lässt die Seele leuchten.

Inhalt des Kurses ist die Herstellung einfacher Produkte aus heimischen Pflanzen, wie z.B. Tinkturen, Salben, Kräutersalz usw., und genaue Erklärungen zu den einzelnen verwendeten Pflanzen. Wir werden gemeinsam einfache Kosmetikprodukte, wie Lippenpflegestifte, Cremes, Badezusätze, usw. herstellen, mit ausschließlich natürlichen Zutaten. Natürlich dürfen alle ihre selbst hergestellten Produkte mit nach Hause nehmen.

409 |  EKiz Zirl |  EKiz Zirl

Donnerstag, 14.30–15.30 Uhr, 6 Termine*

Kurs 1 ab 06.03.25 • Kurs 2 ab 22.05.25

Kurs 3 ab 18.09.25

pro 6-teiligen Kurs: € 70,-/€ 65,- für Mitglieder

* Kurs 2 findet als Doppelstunden statt



Simone Mayr

Leitung: **Simone Mayr**, Kräuterpädagogin, Kinesiologin

 Anmeldung, EKiz Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Mitgliederermäßigung für Geschwisterkinder
im selben Kurs auf Anfrage.



Upcycling für Groß und Klein

Eltern mit Kindern ab 6 Jahren

In diesem Workshop wollen wir gemeinsam Dinge reparieren, weiterverwenden, aufwerten, Neues basteln und zum Wachsen bringen. So können wir kreativ Spaß haben und ganz nebenbei bewusster mit unseren Ressourcen und der Umwelt umgehen.

Was wir konkret machen, hängt von der Jahreszeit ab, folgende Themen werden angeboten: Kleidung reparieren und aufwerten, Moos Terrarien gestalten, „Seed-bombs“ formen, Schmuck herstellen, Gemüseanzucht, Tetrapack aufwerten uvm.

712 |  EKiz Zirl |  EKiz Zirl

Donnerstag, 15.00-16.00 Uhr, 6 Termine

Kurs 1 ab 06.03.25 • Kurs 2 ab 08.05.25

Kurs 3 ab 25.09.25 • Kurs 4 ab 13.11.25

Kosten pro 6-teiligen Kurs: € 80,-
(inkl. Materialkosten)

Leitung: **Alexandra Merla**, BA, Erziehungswissenschaftlerin



Alexandra Merla

 Anmeldung, EKiz Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Familien-Shiatsu

Für Eltern und ihre Kinder ab 4 Jahren

Die traditionell japanische Behandlungsmethode am bekleideten Menschen in einfachen Sequenzen gemeinsam kennenlernen und als Hausmittel zur Anwendung mitnehmen.



524 |  EKiz Zirl |  EKiz Zirl

Mittwoch, 09.00–10.00 Uhr, 6 Termine
Kurs 1 ab 08.01. • Kurs 2 ab 26.03.
Kurs 3 ab 08.10.

Kosten: € 70,-/€ 65,- für Mitglieder

Leitung: **Mira Wizemann**, IOKAI Shiatsu Praktikerin



Mira Wizemann

 Anmeldung, EKiz Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Mitgliederermäßigung für Geschwisterkinder
im selben Kurs auf Anfrage.



Private
Yogastunde
ab 4 Personen
auf Anfrage.



Eltern-Teen-Yoga

Dieser Kurs bietet Eltern und Teenagern (ab 12 Jahren) eine wertvolle gemeinsame Auszeit und eine willkommene Abwechslung.

Er stärkt die Beziehung, fördert eine tiefe Verbundenheit und unterstützt einen offenen, ehrlichen Umgang miteinander. Zudem werden Konzentrations-, Entspannungs-, Achtsamkeits- und Atemübungen vermittelt, die in vielen Lebenssituationen hilfreich sein können.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, eventuell Yogamatte.

123 |  EKiz Zirl |  EKiz Zirl

Freitag, 18.45–19.45 Uhr, 4 Termine
Kurs 1 ab 07.03.25 • Kurs 2 ab 25.04.25
Kurs 3 ab 26.09.25

Kosten pro 4-teiligen Kurs: € 60,- (€ 40,- für den Erwachsenen, € 20,- für den Teenager)

Leitung: **Veronika Hochenegger**
Dipl. Yogalehrerin, Dipl. Mentaltrainerin



Veronika
Hochenegger

 Anmeldung, EKiz Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Kurse für Kinder

Kinder-Yoga #122.....	56
Detektiv Rätsel-Abenteuer #700.....	57
ZUMBA Kids #215	58
Kinder-Selbstverteidigungskurs #124.....	59
Erste Hilfe Kurs für Kinder #521	60
Theaterpädagogik für Kinder #713 #714	61
Trommelworkshop #212	62



Pünktlich

Bitte die Kinder pünktlich zum Kurs bringen und rechtzeitig abholen!

Gesund

Bitte die Kinder nur gesund zum Kurs schicken.



Terminänderungen vorbehalten. Genaue Infos bei Anmeldung bzw. auf der Website.



Mitgliederermäßigung für Geschwisterkinder
im selben Kurs auf Anfrage.



Kinder-Yoga

**Eine bunte, lustige und entspannte Yoga-Stunde
für Kinder von 4 bis 6 Jahren**

Werde laut wie ein Löwe und biegsam wie eine Kobra ...
lustig und entspannt mit Yoga. Hier lernen Kinder ihren Körper
mittels Yogaübungen, Fantasiereisen und viel Spaß spielerisch
wahrzunehmen.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Trinkflasche, barfuß oder
rutschfeste Socken, Kuscheltier (wenn du möchtest)

Yogamatten werden zur Verfügung gestellt

122 | EKiz Zirl | Referentin

Dienstag, 15.00–15.50 Uhr, 6 Termine

Kurs 1 ab 28.01.25 • Kurs 2 ab 01.04.25

Kurs 3 ab 16.09.25 • Kurs 4 ab 04.11.25

pro 6-teiligem Kurs: € 65,-



Nicole Csajka

Leitung: **Nicole Csajka**

Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Meditationslehrerin

Qualifizierte Assistentkraft für Kindergarten und Kinderkrippe

Anmeldung, Bezahlung bei der Referentin:

0680 5064117 oder **kontakt@nicolecsajka.at**, **www.nicolecsajka.at**



Detektiv Rätsel-Abenteuer

Schnitzeljagd für Kinder von 6 bis 12 Jahren

Im EKIZ Zirl passieren ungewöhnliche Dinge. In letzter Zeit verschwinden alle möglichen Gegenstände: Spielsachen, Stofftiere, Bastelsachen, Schuhe. Sogar die Klorolle war plötzlich weg.

Die Polizei ist ratlos. Wir suchen schlaue Detektive, die diesen kniffligen Fall für uns lösen. Willst du uns helfen?

Mitzubringen: Bei diesem Detektiv Rätsel-Abenteuer bewegen wir uns bei jedem Wetter im Freien (Zentrum von Zirl) – bitte zieht euch entsprechend an und nehmt genug zu trinken mit.

Zusatzangebot für Geburtstagsfeiern auf Seite 18 

700 |  EKIZ Zirl |  EKIZ Zirl

Samstag, 10.05.25 • 27.09.25

14.30 – ca. 15.30 Uhr

Kosten: € 20,-

Leitung: **Martin Pardeller**



Martin Pardeller

 Anmeldung, EKIZ Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Mitgliederermäßigung für Geschwisterkinder
im selben Kurs auf Anfrage.



Fotos: ZUMBA Fitness

ZUMBA® Kids für Kids von 7-9 Jahren

Bei voller Lautstärke mit seinen Freunden abrocken! Altersgemäße Musik und coole Bewegungsabläufe heizen den Kids auf der Tanzfläche ein. Dabei werden Koordination, Rhythmik, Ausdauer, Gleichgewicht und Raumgefühl geschult sowie die Muskeln gekräftigt. Improvisationen und Spiele fördern die Kreativität und soziale Kompetenz.

Mitzubringen: Turnschuhe, Wasserflasche

Eltern-Kind-Tanzen auf Seite 44 ◀◀

Zumba für Klein und Groß auf Seite 48 ◀◀

Zumba für Teenager auf Seite 67 ▶▶

215 Kids | EKiz Zirl | Referentin

Freitag, 14.30-15.25 Uhr, 6 Termine
Kurs 1 ab 10.01.25 • Kurs 2 ab 09.05.25
Kurs 3 ab 12.09.25

Kosten: € 70,-/€ 65,- für Mitglieder

Leitung: **Doris Nawratil**
Groupfitness-Trainerin und
Zumbainstruktorin, ZIN



Doris Nawratil

Anmeldung, Bezahlung bei der Referentin: **Telefon 0699 126 196 03**
ZUMBA® Kids ist ein Markenzeichen von ZUMBA Fitness, LCC und wird unter Lizenz verwendet



Kinder-Selbstverteidigungskurs

Workshop für Mädchen und Jungs von 6 bis 13 Jahre

Inhalte:

- Gefahrenerkennung und -vermeidung im Alltag
- Körpersprache, Mimik, Gestik und Stimmeinsatz
- Selbstbewusstsein
- Selbstbehauptung
- Umfangreiche Theorie zum Selbstschutz
- Realistische, einfache und effektive Selbstverteidigungstechniken – speziell für Kinder

Mitzubringen: Sportbekleidung, Hallenschuhe, etwas zum Trinken

Selbstverteidigung für Teenager auf Seite 66 ►►

124 | EKIZ Zirl | Referent

Samstag, 9.00–12.00 Uhr, 1 Termin
22.02.25

Kosten: € 50,- in bar beim Workshop

Leitung: **Christian Kopp**

Krav Maga Instruktor, Mastro Defence
System Instruktor, staatlich geprüfter
Kickboxtrainer, 2. Dan im Kickboxen

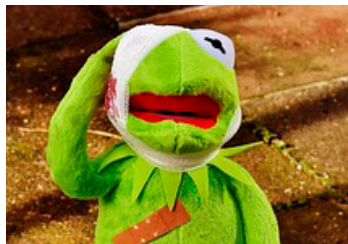


Christian Kopp

Anmeldung, Bezahlung beim Referenten: **christian@kopp.fit**



Mitgliederermäßigung für Geschwisterkinder
im selben Kurs auf Anfrage.



Ersthelfer von morgen

Einführung in die Erste Hilfe für Kinder von 6 bis 9 Jahren

Anderen im Notfall helfen zu können ist auch für Kinder wichtig und viele Kinder und Jugendliche haben dies Zuhause schon gelernt. In diesem Kurs wird zusätzlich spielerisch beigebracht, was im Ernstfall zu tun ist.

Mit geschulten Ausbilder:innen mit pädagogischer Erfahrung werden die Kinder über Maßnahmen sowie Tipps und Tricks wie man in Konfliktsituationen seine Gefühle in den Griff bekommt, informiert.

521 |  EKiz Zirl |  EKiz Zirl

Samstag, 22.03.25, 09.00–11.00 Uhr, 1 Termin

Kostenbeitrag: € 20,-/ € 15,- für Mitglieder

Leitung: **Die Johanniter**

 Anmeldung, EKiz Zirl unter **info@ekiz-zirl.at**

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



„Und wenn du den Eindruck hast,
dass das Leben ein Theater ist,
dann suche dir eine Rolle aus, die dir
so richtig Spaß macht.“

WILLIAM SHAKESPEARE

Theaterpädagogik für Kinder

Für Kinder und Jugendliche ab 6 Jahren

Hast Du Lust aufs Spielen, in verschiedene Rollen zu schlüpfen, mit deiner Sprache und deinem Körper Neues auszuprobieren?

Kindergruppe (6-10 Jahre): Spielerisches Erforschen von Gefühlen und Rollen. Voraussetzung: Grundkenntnisse im Lesen.

Jugendgruppe (ab 11 Jahren): Improvisationstheater, bei dem Szenen und Dialoge durch wenige Vorgaben spontan entwickelt werden.

713 Kinder | EKIZ Zirl | EKIZ Zirl

Freitag, 17.00–18.15 Uhr, 4 Termine
Kurs 1 ab 07.03.25 • Kurs 2 ab 14.11.25
Kosten: € 55,-/für Mitglieder € 50,-



714 Jugend | EKIZ Zirl | EKIZ Zirl

Freitag, 18.15–19.30 Uhr, 4 Termine
Kurs 1 ab 07.03.25 • Kurs 2 ab 14.11.25
Kosten: € 55,-/für Mitglieder € 50,-

Raphaela Knapp

Leitung: **Raphaela Knapp, BA**, pädagogische Fachkraft, Evolutionspädagogin und Lernberaterin, Kinder-Bewegungstrainerin, Lehrgang für Theaterpädagogik

Anmeldung, EKIZ Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Mitgliederermäßigung für Geschwisterkinder
im selben Kurs auf Anfrage.



Trommelworkshop

Für Kinder von 5 bis 8 Jahren

Taucht gemeinsam mit mir ein in die faszinierende Welt der Musik – und lasst euch von der Magie der Trommeln und der Vielfalt des Rhythmus begeistern! In entspannter Atmosphäre lernen wir spielerisch das Instrument kennen und entdecken gemeinsam, wie viel Spaß es macht, zu musizieren. Hier steht nicht Perfektion im Vordergrund, sondern die Freude am Ausprobieren und Erleben. Vorkenntnisse sind nicht nötig – nur eure Neugier und die Lust, euch von den Klängen und dem Rhythmus mitreißen zu lassen. Ich freue mich darauf, mit euch eine unvergessliche, rhythmische Zeit zu erleben und gemeinsam in den Beat einzutauchen!

212 |  EKiz Zirl |  EKiz Zirl

Samstag, 29.03.25, 10.00–11.00 Uhr, 1 Termin

Kosten: € 20,-

Leitung: **Jonas Lick**,
Instrumentalpädagoge, Musikpädagoge



Jonas Lick

 Anmeldung, EKiz Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Kurse für Teenager

Sexual-Workshop für Jugendliche	64
Kochkurs für Teenager #221	65
Workshop Selbstverteidigung #125	66
ZUMBA für Teens #216	67

Nähere Infos zu unseren
KursleiterInnen
 gibt's auf unserer Website!



Terminänderungen vorbehalten. Genaue Infos bei Anmeldung bzw. auf der Website.



Mitgliederermäßigung für Geschwisterkinder
im selben Kurs auf Anfrage.



**PRIVATER
ONLINE-
Workshop**

LET'S TALK ABOUT ...

Liebe, Sex, Verhütung und Pornografie

Sexualpädagogischer Online-Privat-Workshop für Jugendliche von 12-15 Jahren

In diesem Privat-Workshop erarbeiten wir die großen körperlichen und auch emotionalen Veränderungen in der Pubertät. Wir finden allgemeingültige Begriffe für die Geschlechtsteile, erarbeiten wie ein Kind denn genau entsteht, sprechen über die vielen Mythen rund um Pornografie und Verhütung, quizzten miteinander und haben einen möglichst ungezwungenen Austausch rund um das spannende Thema Sexualität.

 Online via Zoom |  Referentin

Kosten: € 30,-/für Mitglieder € 25,-
Online-Privatgespräch, Termin:
auf Anfrage direkt unter 0681/84270020

Leitung: **Mag. Rebecca Oberhuber**
Diplompädagogin, Sexualpädagogin
diplomierte Legasthenie- und Dyskalkulietrainerin
Traumapädagogin i. A.



Mag. Rebecca
Oberhuber

 Anmeldung, Bezahlung bei der Referentin:

0681 842 700 20 bzw. **sexualpaedagogin.oberhuber@chello.at**



Kochkurs für Teenager

Koch dich fit – Healthy Fastfood aus Instagram nachkochen

Du liebst Pizza, Pasta & Co. und möchtest aber trotzdem auf deine gesunde und ausgewogene Ernährung achten?

Gemeinsam kochen wir deine Lieblingsgerichte aus Instagram & Co. – teilweise nach Rezepten von Anna Linter, das du dann natürlich vor Ort verköstigen oder mit nach Hause nehmen kannst.

221 |  EKiz Zirl |  EKiz Zirl

Mittwoch, ab 18.00 Uhr, 1 Termin

14.05.25 • 24.09.25

Kosten pro Termin: € 30,- in bar beim Kurs
(+ zusätzliche Lebensmittelkosten)

Leitung: **das EKiz Team**

 Anmeldung, EKiz Zirl unter **info@ekiz-zirl.at**

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Mitgliederermäßigung für Geschwisterkinder
im selben Kurs auf Anfrage.



KOPPFIT

Workshop Selbstverteidigung

Workshop für Frauen und Mädchen ab 14 Jahren

Inhalte:

- Gefahrenerkennung & -vermeidung im Alltag und beim Ausgehen
- Körpersprache, Mimik, Gestik und Stimmeinsatz
- Selbstbewusstsein
- Selbstbehauptung
- Umfangreiche Theorie zum Selbstschutz
- Selbstverteidigungshilfsmittel
- Realistische, einfache und effektive Selbstverteidigungstechniken – speziell für Mädchen und Frauen

Mitzubringen: Sportbekleidung, Hallenschuhe, etwas zum Trinken

Selbstverteidigung für Kinder auf Seite 59 

125 |  EKiz Zirl |  Referent

Samstag, 13.30–16.30 Uhr, 1 Termin

22.02.25

Kosten: € 55,- in bar beim Workshop

Leitung: **Christian Kopp**

Krav Maga Instruktor, Mastro Defence System Instruktor,
staatlich geprüfter Kickboxtrainer, 2. Dan im Kickboxen



Christian Kopp

 Anmeldung, Bezahlung beim Referenten:

christian@kopp.fit



ZUMBA® für Teens für Teenager von 10 bis 14 Jahren

Bei voller Lautstärke mit seinen Freunden abrocken! Altersgemäße Musik und coole Bewegungsabläufe heizen den Kids auf der Tanzfläche ein. Dabei werden Koordination, Rhythmik, Ausdauer, Gleichgewicht und Raumgefühl geschult sowie die Muskeln gekräftigt. Improvisationen und Spiele fördern die Kreativität und soziale Kompetenz.

Mitzubringen: Turnschuhe, Wasserflasche

Eltern-Kind-Tanzen auf Seite 44 

Zumba für Kids auf Seite 58 

216 Kids |  EKIZ Zirl |  Referentin

Freitag, 15.30–16.30 Uhr, 6 Termine
Kurs 1 ab 10.01.25 • Kurs 2 ab 09.05.25
Kurs 3 ab 12.09.25

Kosten: € 70,-/€ 65,- für Mitglieder

Leitung: **Doris Nawratil**
Groupfitness-Trainerin und
Zumbainstruktorin, ZIN



Doris Nawratil

 Anmeldung, Bezahlung bei der Referentin: **Telefon 0699 126 196 03**

ZUMBA® Kids ist ein Markenzeichen von ZUMBA Fitness, LCC und wird unter Lizenz verwendet

Hinweise

Angebote in Zirl für Familien:



Gemeinde Zirl – Serviceleistung

- Beratungen (Mutter-Eltern-Beratung, Kinder- und Jugendangelegenheiten)
- Sprechstunden
- rechtliche Fragen
- soziale Anliegen



Bibliothek
Am Anger 14



Jugend-
zentrum



Erwachsenen-
schule



Elternverein



Kurse für Erwachsene

<u>Shiatsukurs #523</u>	<u>70</u>
<u>Mental-Yoga-Workshop #127.....</u>	<u>71</u>
<u>Aquarell und Mixed-Media-Kurs #705.....</u>	<u>72</u>
<u>„Me-Time: Visionboard Workshop“ #312</u>	<u>73</u>
<u>Workshop Selbstverteidigung #125 (Munter Teenager)</u>	<u>66</u>

Terminänderungen vorbehalten. Genaue Infos bei Anmeldung bzw. auf der Website.



Shiatsu-Kurs

Die traditionell japanische Behandlungsmethode am bekleideten Menschen in einfachen Sequenzen gemeinsam kennenlernen und als Hausmittel zur Anwendung mitnehmen.

Familien-Shiatsu auf Seite 53 ❧



523 |  EKiz Zirl |  Referentin


Freitag, 07.30–10.30 Uhr: 17.01. • 04.04.

**Mittwoch, 11.00–14.00 Uhr:
29.01. • 05.03. • 21.05. • 18.06. • 08.10. • 19.11. • 17.12.**

Mira Wizemann

Preis pro Termin, Kosten: € 45,- in bar beim Kurs

Leitung: **Mira Wizemann**, IOKAI Shiatsu Praktikerin

 Anmeldung, Bezahlung bei der Referentin:
mira@praxisfuershatsu.at



Private
Yogastunde
ab 4 Personen
auf Anfrage.




Mental-Yoga-Workshop

Im Einklang mit Körper, Geist und Seele

Für Anfänger geeignet, einfache Bewegungsabläufe, Atem- und Energieübungen, Entspannungstechniken. Gönn dir diese kurze Auszeit vom Alltag und komme in Einklang mit dir selbst!

Mitzubringen: bequeme Kleidung, eventuell Yogamatte

Eltern-Teen-Yoga auf Seite 54 

127 |  EKiz Zirl |  Referentin

Samstag, 09.00–10.30 Uhr, 1 Termin

15.03.25 • 10.05.25 • 08.11.25

Kosten: € 20,- pro Termin in bar beim Kurs

Leitung: **Veronika Hoehenegger**

Dipl. Yogalehrerin, Dipl. Mentaltrainerin



Veronika
Hoehenegger

 Anmeldung, Bezahlung bei der Referentin:

Telefon 0677 61720815 oder **v.hoehenegger@gmail.com**



Aquarell und Mixed-Media-Kurs

Für Erwachsene

In diesem Kurs wollen wir uns mit Aquarellmalerei auseinandersetzen. Ergänzt durch Mixed-Media (wie Bleistift, Black/White-Lettering, Maskier-Stifte, Papercut etc.) können wir unser Schaffen verfeinern und unserem kreativen Selbst Ausdruck verleihen.

Das Wichtigste ist jedoch, dass wir gemeinsam, in einer inspirierenden Atmosphäre Spaß haben.

705 |  EKiz Zirl |  EKiz Zirl

Donnerstag, 19.00–20.30 Uhr,
6 Termine, ab **20.02.25**

pro 6-teiligen Kurs: € 149,-
(inkl. Material)

Leitung: **Mariam Jörer,**
Künstlerin, Pädagogin, Studium Bühnen- und Kostümbild



Mariam Jörer

 Anmeldung, EKiz Zirl unter **info@ekiz-zirl.at**

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Me-Time: Visionboard Workshop

Ein Visionboard ist ein Werkzeug, die eigenen Träume zu visualisieren und der erste Schritt, sie im Außen sichtbar werden zu lassen. In diesem Workshop gestaltest du dein eigenes ganz persönliches Visionboard und gehst am Ende des Workshops nicht nur mit deinen visualisierten Träumen, sondern auch mit neuen Erkenntnissen nach Hause.

Wenn du Lust darauf bekommen hast in einer Kleingruppe mit meiner Begleitung dein Visionboard zu gestalten, dann freue ich mich auf deine Anmeldung. Komm gern in bequemer Kleidung. Getränke und kleine Knabberereien stehen für dich bereit.

312 |  EKiz Zirl |  Referentin

Samstag, 13.00–18.00 Uhr, 1 Termin
22.02.25 • 08.11.25
pro Termin: € 45,- (inkl. Materialien)

Leitung: **Nicole Csajka**

Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Meditationslehrerin
Qualifizierte Assistentkraft für Kindergarten und Kinderkrippe



Nicole Csajka

 Anmeldung, Bezahlung bei der Referentin:

0680 5064117 oder **kontakt@nicolecsajka.at**, **www.nicolecsajka.at**



Hol dir den kostenlosen Elternbildungs-Pass im EKiz Zirl!

Der Elternbildungs-Pass wird auf deine Familie ausgestellt. Jedes Mal, wenn ein Eltern- oder Großeltern teil an einer mit Stern markierten Elternbildung teilnimmt, wird ein Feld abgestempelt.

Der 3. Vortrag ist kostenlos (bitte bei Anmeldung bekannt geben).

Pro Jahr können mehrere Pässe ausgestellt werden.

Jetzt NEU: Bring zwei Leute mit und erhalte Rabatt!

Terminänderungen vorbehalten. Genaue Infos bei Anmeldung bzw. auf der Website.



Teilnahmebestätigung erhältlich: zählt als Weiterbildung

Elternbildung

Elternkurs für liebevolle Erziehung #313	77
FAMILY SUPPORT Bildungsinitiative	78
Erste-Hilfe-Kurs inkl. Kindernotfälle #520	79

Vorträge/Workshops:

EB-Café 28.01. / 04.11. Rainbows „Wenn der Wind...“ #308 ★	80
EB-Café 18.02. · 22.04. · 30.09. · 18.11. fit for family	81
EB-Café 25.02. / 05.05. kontakt+co „Suchtprävention“ #305	82
EB-Café 25.03. / 21.10. Rainbows „Trauer ist...“ #609 ★	83
EB-Café 20.05. / 16.10. Ernährung & Gesundheit...“ #310	84
EB-Café 29.04. · 13.05. · 11.11. · 25.11. „Umgang mit Geld“	85
16.01. · 13.03. „Selbstwert“ / „Mamaalltag“	86
21.01. „Naturheilkunde & Kinder“ #301 ★	87
29.01. · 08.10. „Safer Internet“ #304, #305	88
20.03. „Naturheilkunde & Allergien“ #302	89
21.03. „Kindliche sexuelle Entwicklung“ #307 ★	90
02.04. · 23.05. · 24.09. · 31.10. Schlafvorbereitungskurs #725	91
16.05. „Finanzielle Kompetenz für Eltern & Jugendliche“ #304	92
auf Anfr. „Kinder brauchen Rituale“ #407	93
22.05. „Ein guter Start in die Schule“ #306 ★	94
14.10. Schüsslersalze“ #303 ★	95

Hinweis: Bei den Präsenz-Vorträgen findet im Anschluss ein Austausch bei Kaffee, Tee und Saft statt.

Es gibt viele Wege im Erziehungsalltag. Wir schenken dir hilfreiche Tools für dein Eltern-Dasein.



BERUFSAUSBILDUNG / NEUES MODULSYSTEM

AUFBAUSEMINAR
FAMILY SUPPORT
Elterntainer*in für
liebvolle Erziehung

44 UE

FAMILY SUPPORT
DIPLOMLEHRGANG
Elterntainer*in

AUFBAUSEMINAR
FAMILY SUPPORT
Elterntainer*in für
liebvolles Begleiten
von Teenagern

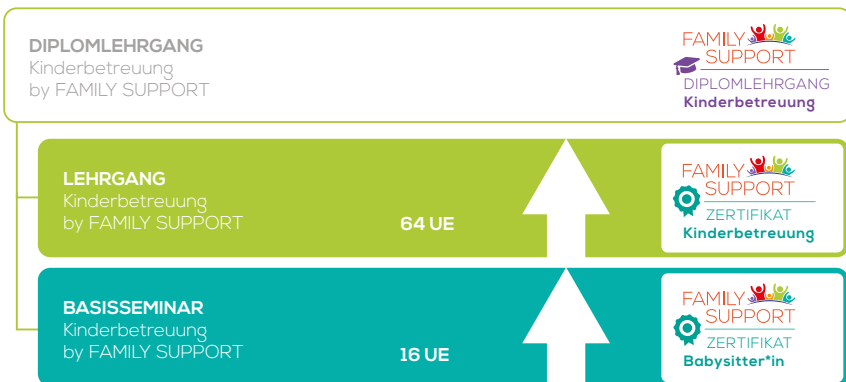
44 UE

FAMILY SUPPORT
DIPLOMLEHRGANG
Elterntainer*in

AUFBAUSEMINAR
FAMILY SUPPORT
Familienassistent
Manny*Nanny

44 UE

FAMILY SUPPORT
DIPLOMLEHRGANG
Familienassistent
Nanny *Manny



Alle Infos zum neuen Modulsystem sowie tagesaktuelle Infos zu allen Kursen und Ausbildungen findest du auf unserer neu gestalteten Website family-support.net





Suchst du eine frische
PERSPEKTIVE
im Erziehungsalltag?



FAMILY
SUPPORT 

Elternkurs für liebevolle Erziehung

Family Support Grundkurs „Tipps und Tricks für den Familienalltag – Was Kinder und Jugendliche von ihren Eltern brauchen“ für Eltern/Großeltern/Betreuungspersonen

Ein Familienalltag kann anstrengend sein. In diesen Elternkursen finden wir heraus, was EURER Familie guttut und bringen die Freude an der Erziehung wieder zurück. In gemütlicher Atmosphäre vermitteln wir im Elternkurs konkrete und leicht umsetzbare Methoden, die in vielen klassischen Alltagssituationen weiterhelfen und zeigen euch, was hilft und was schwächt.

So kann die liebevolle Beziehung zum Kind gestärkt, das Verhalten des Kindes verstanden und eine Balance für einen harmonischen Alltag geschaffen werden. Zusätzlich lernen wir voneinander und unterstützen uns gegenseitig.

313 |  EKIZ Zirl |  EKIZ Zirl

Termine auf Anfrage, Kosten: € 80,- (inkl. Elternhandbuch)

NEU: Als Freunde-Gruppe buchbar oder Familiengemeinschaft (generationsübergreifend).

Leitung: **FS Elterntainerin**

 Anmeldung, EKIZ Zirl unter **info@ekiz-zirl.at**

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Bildungsoffensive 2025


Wir möchten euch ganz herzlich zu unserer Bildungsoffensive in Kooperation mit FAMILY SUPPORT® einladen. Es warten interessante und informative Vorträge auf euch.

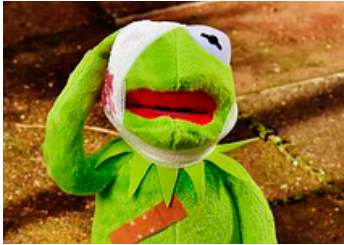
Die Vorträge sind kostenlos und inkl. Teilnahmebestätigung.

- 21.01.25** 19 Uhr, Anita Tschugg, Ort: EKiz Zirl,
Thema: „Die Bedeutung der Bindung für die kindliche Entwicklung“
- 04.03.25** 19 Uhr, Anita Tschugg, Ort: EKiz Zirl,
Thema: „Werte im Erziehungsalltag“
- 03.04.25** 19 Uhr, Anita Tschugg, Ort: EKiz Zirl,
Thema: „Lieben heißt nicht verwöhnen“
- 05.05.25** 19.30 Uhr, Sandra Brückl-Kleinhapp, Ort: Online
Thema „Vorsicht Explosionsgefahr – und plötzlich bist du die gemeinste Mama von allen“
- 13.10.25** 19.30 Uhr, Sandra Brückl-Kleinhapp, Ort: Online
Thema „Was tut sich im Pausenhof – wie soziale Themen den Schulerfolg deines Kindes beeinflussen“
- 12.11.25** 19 Uhr, MMag. Irmgard Ebenberger, Ort: Online
Thema: „Die übermüdete Gesellschaft“

Das EKiz Zirl in Kooperation mit FAMILY SUPPORT®

Weitere FAMILY SUPPORT® Vorträge, Workshops oder Elternkurse z.B. „Elternwissen to go online“ findet ihr auf www.family-support.net

 Anmeldung erforderlich unter verein.fs@gmail.com



Erste-Hilfe-Kurs inkl. Kindernotfälle

In diesem Erste-Hilfe-Kurs werden allgemeine Themen wie Lagerung, Reanimation, diverse Wundversorgungen besprochen sowie ein spezieller Fokus auf Notfälle bei Kindern gelegt.

Das Ziel dieses Erste-Hilfe-Kurses ist es, die Teilnehmenden mit dem richtigen Verhalten bei Unfällen oder krankheitsbedingten Notfällen (im Baby- und Kindesalter) so vertraut zu machen, dass sie selbstständig und sicher Erste Hilfe leisten können.

Dieser Kurs **dauert sechs Stunden** und ist **passend als Fortbildung im Bereich Kinder**.

520 |  EKIZ Zirl |  EKIZ Zirl

Samstag, 17.05.25, 9.00–15.00 Uhr, 1 Termin

Kostenbeitrag: € 75,-/ € 70,- für Mitglieder
(inkl. Teilnahmebestätigung und Stundennachweis)

Leitung: **Die Johanniter**

 Anmeldung, EKIZ Zirl unter **info@ekiz-zirl.at**

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Vortrag „Wenn der Wind ...“

... der Veränderung weht, bauen die einen Mauern und die anderen Windräder

Veränderungen gehören zum Leben dazu. Es gibt kleine und große Veränderungen, die uns oft so fordern. Wie können wir mit Veränderungen und Abschieden im Leben heilsam umgehen?

Vortrag im Rahmen des Elternbildungscafés:

Dienstag, **28.01.25**, 10 Uhr, Vortrag im Rahmen des Elternbildungscafés.

Während des Vortags werden die Kinder beaufsichtigt.

Dieser Vortrag im Rahmen des Elternbildungscafés ist kostenlos und inkl. Teilnahmebestätigung. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um eine verbindliche Anmeldung unter info@ekiz-zirl.at.

Kostenpflichtiger Vortrag am Abend:

308 | Online | EKiz Zirl

Dienstag, 04.11.25, 19.00 Uhr, 1 Termin,
Kosten € 10,-

Leitung: **Mag. Gertrud Larcher**
Erziehungswissenschaftlerin, Dipl. Lebens- und
Sozialberaterin, Sterbe- und Trauerbegleiterin



Mag. Gertrud Larcher

2+1

Anmeldung, EKiz Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Kostenlose Vorträge fit for family

Wir möchten euch ganz herzlich zu unseren Vorträgen in Kooperation mit fit for family einladen. Die Vorträge finden im Rahmen des Elternbildungscafés statt.

Die Vorträge sind kostenlos und inkl. Teilnahmebestätigung. Aus organisatorischen Gründen bitten wir für diese Vorträge um eine verbindliche Anmeldung unter info@ekiz-zirl.at.

Während der Vorträge werden die Kinder beaufsichtigt.

Es warten folgende interessante Themen auf euch:

Dienstag, **18.02.25**, 10 Uhr, Thema „Geschwisterliebe“

Dienstag, **22.04.25**, 10 Uhr, Thema „Wie viel Medien braucht ein Kind?“

Dienstag, **30.09.25**, 10 Uhr, Thema „Wut, Monster und Angsthase“

Dienstag, **18.11.25**, 10 Uhr, Thema „Aktuelle Entwicklungsschritte“

Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnahme.



Kostenlose Vorträge von Sabine Nilz

Dienstag, **04.02.25**, 10 Uhr, „Die 4 Persönlichkeiten – Der Familienzoo“

Dienstag, **06.05.25**, 10 Uhr, „Elternschaft – Aufbau starker Familien“

 Anmeldung erforderlich unter info@ekiz-zirl.at



Vortrag „Sucht beginnt im Alltag...“

... Suchtprävention auch. Wie schütze ich mein Kind vor Sucht?

Wie kann ich meine Kinder von klein auf stärken, damit sie später vor Suchtrisiken besser geschützt sind? Ausgangspunkt ist ein Blick auf die Konsumwelt, in der unsere Kinder aufwachsen.

Vortrag im Rahmen des Elternbildungscafés:

Dienstag, **25.02.25**, 10 Uhr, Vortrag im Rahmen des Elternbildungscafés.

Während des Vortrags werden die Kinder beaufsichtigt.

Dieser Vortrag im Rahmen des Elternbildungscafés ist kostenlos und inkl. Teilnahmebestätigung. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um eine verbindliche Anmeldung unter info@ekiz-zirl.at.

Kostenpflichtiger Vortrag am Abend:

305 |  EKiz Zirl |  EKiz Zirl

Montag, 05.05.25, 19.00–20.00 Uhr, 1 Termin,
im Rahmen der „Dialogwoche Alkohol“,
Kosten € 10,-

Leitung: **Mag. Armin Staffler**
Fachbereich Familie bei kontakt+co
Suchtprävention Jugendrotkreuz



Mag. Armin Staffler



 Anmeldung, EKiz Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)

2+1



Vortrag „Trauer ist angeboren ...“

... und ein Ausdruck der Seele und des Körpers auf Verlust und Trennung (Jorgos Canakakis)

Der Tod bedeutet für jeden etwas Anderes, da der Verstorbene für jeden eine andere Rolle innehatte – Jedem steht seine eigene Trauer zu – Verschiedene Trauerformen bei Eltern und Kindern – Heilsame Rituale.

Vortrag im Rahmen des Elternbildungscafés:

Dienstag, **25.03.25**, 10 Uhr, Vortrag im Rahmen des Elternbildungscafés.

Während des Vortrags werden die Kinder beaufsichtigt.

Dieser Vortrag im Rahmen des Elternbildungscafés ist kostenlos und inkl. Teilnahmebestätigung. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um eine verbindliche Anmeldung unter info@ekiz-zirl.at.

Kostenpflichtiger Vortrag am Abend:

609 | EKIZ Zirl | EKIZ Zirl

Dienstag, 21.10.25, 19.00 Uhr, 1 Termin,
Kosten € 10,-

Leitung: **Barbara Weitlaner**
Kindergartenpädagogin, Montessori-
und Naturpädagogin, Trauerbegleiterin



Barbara Weitlaner

2+1

Anmeldung, EKIZ Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Vortrag „Wie Ernährung die Gesundheit...

...deines Kindes positiv beeinflussen kann und warum
es heikle Kinder (eigentlich) gar nicht gibt

Ernährung ist ein wichtiger Baustein für die gesunde Entwicklung deines Kindes. Entdecke das Geheimnis der Wirkkraft der Nahrungsmittel. Warum ist das tägliche Essen die wichtigste Medizin? Dein Kind schläft besser und konzentriert sich besser mit der richtigen Ernährung.

Vortrag im Rahmen des Elternbildungscafés:

Dienstag, **20.05.25**, 10 Uhr, Vortrag im Rahmen des Elternbildungscafés.

Während des Vortrags werden die Kinder beaufsichtigt.

Dieser Vortrag im Rahmen des Elternbildungscafés ist kostenlos und inkl. Teilnahmebestätigung. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um eine verbindliche Anmeldung unter info@ekiz-zirl.at.

Kostenpflichtiger Vortrag am Abend:

310 | Online | EKIZ Zirl

Donnerstag, 16.10.2025, 19.00 Uhr, 1 Termin,
Kosten € 10,-

Leitung: **Marion Haas**
Dipl. 5-Elemente-Ernährungsberaterin,
Integrative Ernährungsexpertin, Ausgebildete Köchin



Marion Haas

Anmeldung, EKIZ Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Vortrag „Guter Umgang mit Geld für Groß und Klein“

Haushaltsgeld, Urlaubsgeld, Taschengeld, Kontoeröffnung – mit Geld richtig umgehen lernen ist enorm wichtig und kann gelernt werden. Bei diesem Workshop erhaltet ihr viele Tipps und Tricks, Listen und Hilfestellungen, damit der Umgang mit Geld gut funktionieren kann. Ihr lernt auch wie ihr euer/e Kind/er gut darauf vorbereiten könnt.

Der Vortrag ist nur für Erwachsene (die Kinder lernen dann in Folge über die Eltern).

Während des Vortrags werden die Kinder beaufsichtigt.

 EKIZ Zirl |  EKIZ Zirl

Dienstag, 10.00 Uhr, 1 Termin,
29.04.25 • 13.05.25 • 11.11.25 • 25.11.25
im Rahmen des Elternbildungscafés kostenlos

Leitung:

Agnes Preishuber MSc, Finanzbuchhalterin
Samuel Obeng, FG Finanzdienstleister



Agnes Preishuber MSc



Samuel Obeng

 Anmeldung erforderlich unter info@ekiz-zirl.at



fit for family
ELTERNBILDUNG

Selbstbewusst Eltern sein ist ein von fit for family kostenfreies, interaktives Online-Seminarangebot, das speziell für Eltern entwickelt wurde. Hier erhalten Sie umfassende Informationen zu verschiedenen Themen, die Möglichkeit, Fachleuten Fragen zu stellen, und die Gelegenheit zum interaktiven Austausch.

Jeden Monat ein neues Thema – ganz bequem von zuhause aus



Online-Seminarangebot



Weil du es dir SELBST WERT sein darfst!

„Ich mag mich.“ „Ich fühle mich wohl mit mir selbst.“ „Ich bin gut so wie ich bin.“

Herzlich Willkommen an alle, die sich beim Aussprechen dieser Sätze so ganz und gar nicht wohl fühlen. Warum dies so ist und wie man das (wieder) in den Griff bekommen kann, wird im Vortrag erläutert

 Online | ohne Anmeldung | kostenlos

Donnerstag, 16.01.25, 20.15 Uhr, 1 Termin, kostenlos

Leitung: **Cornelia Maschler**



Achtsam und gelassen im Mama-Alltag

Müde vom Mama-Alltag? Genervt vom eigenen Schimpfen? Gestresst vom Familien-Chaos? Als Mama stehst du tagtäglich vor neuen Herausforderungen. Die eigenen Bedürfnisse rücken dabei oft weit in den Hintergrund. Wie dir Achtsamkeit dabei helfen kann, erfährst du in diesem Vortrag.

 Online | ohne Anmeldung | kostenlos

Donnerstag, 13.03.25, 20.15 Uhr, 1 Termin, kostenlos

Leitung: **Natalie Föger**



Vortrag „Kranke Kinder naturheilkundlich behandeln“

Herzlich willkommen zum Vortrag über naturheilkundliche Ansätze bei Kinderkrankheiten.

Wir tauchen ein in die Welt der kleinen Herausforderungen, angefangen beim Zahnen über Windeldermatitis bis hin zu Dreimonatskoliken. Gemeinsam beleuchten wir, wie die Naturheilkunde auf sanfte Weise bei Erbrechen, Durchfall, Fieber, Husten, Schnupfen, Läusen und Insektenstichen unterstützen kann. Wir nehmen die kleinen Leiden ernst und zeigen auf, wie wir sie behutsam und naturverbunden behandeln können.

Freuen Sie sich auf einen informativen Abend mit einem Blick auf die heilsamen Möglichkeiten für unsere Kleinen.

301 |  EKIZ Zirl |  EKIZ Zirl

Dienstag, 21.01.25, 19.00–21.00 Uhr, 1 Termin,
Kosten: € 10,- (inkl. Skript)

Leitung: **Oliver Schumann**, Heilpraktiker



Oliver Schumann

2+1

 Anmeldung, EKIZ Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)

Saferinternet.at

Das Internet sicher nutzen!

fit for family
ELTERNBILDUNG

Digitale Medien haben längst unseren Alltag erobert. Fast täglich gibt es neue Apps, Trends oder Spiele. Vielen Eltern fällt es schwer den Überblick zu bewahren – das führt zu Unsicherheiten. Folgende Vorträge unterstützen Eltern beim sicheren, kompetenten und verantwortungsvollen Umgang ihrer Kinder mit digitalen Medien:

„Hilfe, mein Kind ist online!“: Für Kinder im Volksschulalter ist es verführerisch, nicht altersadäquate Spiele, die vielfach kostenlos zur Verfügung stehen, auf dem Smartphone herunterzuladen. Häufig sind auch nicht jugendgerechte Bilder im Umlauf.

„TikTok, Instagram & Snapchat!“: Sie gehören zu den beliebtesten Apps unter Jugendlichen. Dort werden speziell Videos und Fotos für die Onlinekommunikation erstellt und weiterverbreitet. Der sorglose Umgang mit Bildmaterial kann aber auch riskant sein und zu Problemen führen.

304 |  Online |  EKIZ Zirl

Volksschulalter, **Mi., 29.01.25, 19.00–20.30 Uhr**

1 Termin, € 10,-



305 |  Online |  EKIZ Zirl

Sandra Bergmann
BA MSc

Jugendliche, **Mittwoch, 08.10.25, 19.00–20.30 Uhr**, 1 Termin, € 10,-

Leitung: **Sandra Bergmann, BA MSc**, Zert. Saferinternet.at-Trainerin

 Anmeldung, EKIZ Zirl unter **info@ekiz-zirl.at**

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Kostenloser Vortrag „Allergien naturheilkundlich begleiten“

Herzlich willkommen zum Allergie-Zirkus!

Heute jonglieren wir nicht nur mit Pollen, Hausstaubmilben, sondern auch mit den Launen von Laktose, Gluten und Co. Mit in der Manege, als Dompteur der Allergien, die Naturheilkunde. Wir besprechen verschiedene Tricks, die die Naturheilkunde bei Allergien auf Lager hat.

Begeben wir uns gemeinsam auf eine abenteuerliche Vorstellung, in der wir den verschiedenen Tricks und Kniffen der Naturheilkunde beiwohnen können.

302 |  Online via Zoom |  EKIZ Zirl


Donnerstag, 20.03.25, 19.00–20.00 Uhr,

Online via Zoom, 1 Termin, Kostenlos

Leitung: **Oliver Schumann,**
Heilpraktiker



Oliver Schumann

 Anmeldung, EKIZ Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



WOHER KOMMEN DIE BABYS?

Kinder fragen – Erwachsene antworten

Elternvortrag über die kindliche sexuelle Entwicklung

Ab wann ist der Mensch ein sexuelles Wesen? Wie reagiere ich auf die Frage meines Kindes „woher kommen denn die Babys?“ und ab wann spreche ich mit meinem Kind über das 1. Mal? Fragen, die Eltern nur zu gut kennen. In diesem Vortrag geht es um die sexuelle Entwicklung von Kindern, Themen wie Gewaltprävention, Körperwahrnehmung, etc. Es gibt Bücherempfehlungen und dem wohl praktischsten Themenpunkt, den Kinderfragen bzw. Situationen des Alltages und wie man sie gut und sicher beantworten kann, rund um das Thema Sexualität und Körper.

307 |  Online |  EKiz Zirl

Freitag, 21.03.25 • 24.10.25, 19.00–20.30 Uhr,

1 Termin, Kosten pro Termin: € 10,-

Leitung: **Mag. Rebecca Oberhuber**
Diplompädagogin, Sexualpädagogin
diplomierte Legasthenie- und Dyskalkulietrainerin
Traumapädagogin i. A.



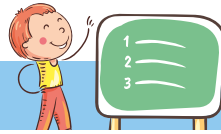
Mag. Rebecca
Oberhuber

 Anmeldung, EKiz Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)





Schlafvorbereitungskurs

Du bist hier richtig, wenn:

- du gerade schwanger bist oder dein Wunder schon in Händen halten darfst
- du gerne mehr zum Thema Babyschlaf im 1. Lebensjahr erfahren möchtest
- du Tipps wie „Schreien entfaltet die Lunge“ oder „Abstillen führt zum Durchschlafen“ nicht befolgen möchtest
- du eine liebevolle, starke Schlafbeziehung zu deinem Kind aufbauen möchtest.

Inhalte: Mythen, WHO-Empfehlungen. Was beeinflusst den Schlaf? Wie kann ich mein Kind von Anfang an unterstützen? Gibt es gute und schlechte Einschlafhilfen? Co-Regulation, altersgerechte Wachzeiten, Müdigkeitsanzeichen, Melatonin und vieles mehr.

725 |  EKiz Zirl |  EKiz Zirl

1 Termin, Kosten: € 20,-/Person, € 30,-/Paar

Mittwoch, 02.04.25 • 24.09.25, 15.00–17.00 Uhr

Freitag, 23.05.25 • 31.10.25, 9.00–11.00 Uhr



Lina Kostner

Leitung: **Lina Kostner**, Baby- und Kleinkindschlafexpertin

 Anmeldung, EKiz Zirl unter **info@ekiz-zirl.at**

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)

Kinderleicht
in die
Zukunft



Finanzielle Kompetenz für Eltern und jugendliche Kinder

Finanzielles Wissen will gelernt sein. Und da sind wir als Eltern gefragt, unseren Kindern bei Finanzfragen ein stabiles Fundament zu bieten.

Durch das Finanzcoaching für die ganze Familie, bieten wir eine umfassende Lösung für die Gesundheit, Vorsorge und die richtige Sparstrategie für Groß und Klein.

Spielerisch den Geldumgang erlernen und die Möglichkeit auf eine individuelle Finanzberatung nützen.



304 | EKIZ Zirl | EKIZ Zirl

Freitag, 16.05.25 und 12.12.25,
17.00–18.30 Uhr, 2 Termine,
Kosten: € 20,- pro Familie



Samuel Obeng

Leitung: **Samuel Obeng**, FG Finanzdienstleister

Anmeldung, EKIZ Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Privat-Workshop „Kinder brauchen Rituale“

Rituale sind für Familien ein sehr wichtiger Baustein in der liebevollen Erziehung. Sie strukturieren den Alltag, entlasten dadurch Eltern und Kind und geben Sicherheit. Im Familien- und Betreuungsalltag sind Rituale aber auch wichtig, um wertschätzend miteinander umzugehen.

Wakigutu kann dabei helfen, diese Wertschätzung zu stärken, eine Brücke zwischen Kind und Erwachsenen zu bauen und spielerisch Rituale im Familienalltag einzubauen.

Mit vielen Beispielen und Plakaten für zuhause.

Wakigutu
Martina Sterner



407 | EKiz Zirl | Referentin

Termine nach vorheriger Vereinbarung.

Dauer 2 Stunden, Kosten: € 50,- inkl.
Rituale-Mitmach-Box im Wert von € 30,-

Leitung: **Martina Sterner**
Family Support Trainerin, Gründerin von Wakigutu



Martina Sterner

Anmeldung, Bezahlung bei der Referentin:
martina.sterner1@gmail.com



Vortrag „Ein guter Start in die Schule“

Mit dem Übergang vom Kindergarten in die Volksschule beginnt für Kinder und deren Eltern ein neuer und aufregender Lebensabschnitt. Viele Eltern fragen sich schon vor dieser Zeit, wie sie ihr Kind in dieser wichtigen Lebensphase stärken und stützen und damit einen guten Start in die Schule begünstigen können.

In diesem Vortrag erhalten Eltern Antworten darauf, woran man Schulreife / Schulfähigkeit erkennt, was in dieser Umstellungsphase auf ihr Kind zukommen wird und wie sie ihm einen guten Start ins Schulleben erleichtern können.



306 |  Online via Zoom |  EKiz Zirl

Donnerstag, 22.05.25, 19.00–20.30 Uhr,

Online via Zoom, 1 Termin,

Kosten: € 10,-

Leitung: **Iris van den Hoeven, MA**

Erziehungs- und Bildungswissenschaft,

Systemische Beratung, Supervision,

Elementarpädagogische Fortbildung, Elternbildung



Iris van den Hoeven,
MA

2+1

 Anmeldung, EKiz Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)



Vortrag „Einführung in die Welt der Schüsslersalze“

Willkommen zur Entdeckungsreise in die faszinierende Welt der Schüsslersalze! Hier lernen wir, wie diese bei zahlreichen Erkrankungen ihre verblüffende Wirkung entfalten.

In unserem Kurs nehmen wir die ersten 12 Salze unter die Lupe und klären spannende Fragen: Wann ist welches Salz der Superheld in der Medizin-Truppe, und wie oft sollte es genommen werden. Zusätzlich tauchen wir in die Welt der Antlitz-diagnostischen Zeichen ein, als wären wir Detektive auf der Spur von gesundheitlichen Geheimnissen.

Seien Sie dabei, wenn wir die Tür zu einem gesünderen und humorvolleren Leben mit Schüsslersalzen öffnen!

303 |  Online via Zoom |  EKiz Zirl

Dienstag, 14.10.25, 19.00–21.00 Uhr,
Online via Zoom, 1 Termin,
Kosten: € 10,- (inkl. Skript)

Leitung: **Oliver Schumann**, Heilpraktiker



Oliver Schumann

2+1

 Anmeldung, EKiz Zirl unter info@ekiz-zirl.at

Bezahlung: Eltern-Kind-Zentrum Zirl, **Verwendungszweck: # + Name**

IBAN: AT62 2050 3033 0317 0777 (QR-Code mit Zahlungsdetails auf Seite 9)

