

„Keep Cool“ Gelassenheit üben als Eltern

Kinder zu erziehen ist eine tägliche Herausforderung. Hohe Ansprüche, Leistungsdenken, Unsicherheiten und Zeitmangel setzen viele Eltern unter Druck. Oft sind Eltern überfordert und reagieren dann nicht gleich so, wie sie eigentlich möchten. Mit Gelassenheit erziehen heißt, auf mögliche Situationen vorbereitet zu sein, und ruhig, gefasst aber bestimmt zu reagieren. Und dies kann gelernt werden.

Referentin: Mag.a Drin Sabine Wirnsberger, Institut für Familienförderung Termin:
Mo 30. März, 19.00 Uhr

Ort: Pfarrheim St. Peter a. O. Kosten: Kostenlos Anmeldung bitte unter
www.elterntreff.steiermark.at

Erziehungswerkzeugkoffer 1. Und 2. Lebensjahr

Vom ersten Atemzug, zum ersten Lächeln, über die ersten Schritte und Worte hin zum Entdecken des eigenen „ICH“. Jeder Entwicklungsschritt bringt neue Herausforderungen für Eltern und Kinder mit sich. Dieser Abend bietet Eltern einen gut gefüllten Werkzeugkoffer entwicklungsfördernd reagieren zu können und ihr Kind so in seiner Entwicklung individuell zu unterstützen und zu begleiten.

Referentin: Mag.a Sabine Rühl, Klinische- und Gesundheitspsychologin,
Kindergartenpädagogin, zert. Elternbildnerin

Termin: Mi 29. April, 19.00 Uhr Ort: Pfarrheim St. Peter a. O. Kosten: 5 Euro

Elternbildung in den Eltern-Kind-Spielgruppen

„Ab in die Wildnis – Naturerfahrungen stärken“

Leitung: Christine Schwarzenberger, dipl. Kindergesundheitstrainerin

Mo 27. April bei den „Lesemäusen in St. Peter a. O. (öffentliche Bücherei St. Peter a. O.)

„Müllfrei durch das Baby und Kleindkindalter“, Claudia Wessely,
Kindergartenpädagogin

Termin: Mo 11. Mai bei den „Lesemäusen“ in St. Peter a. O. (öffentliche Bücherei St. Peter a. O.)

Für alle Termine gilt: Uhrzeit 9.30 bis 11.00 Uhr Kosten: Kostenlos Keine
Anmeldung notwendig!

„Babymassage Kurs oder Workshop“

Termin: Freitag 28. Februar, 10.00 - 11.15 Uhr Kosten: 10 Euro Ort: Pfarrheim St. Peter a. O.

„Babymassage Kurs“ Termin: Ab 6. März, 10.30 - 11.30 Uhr, 5 EH Ort: Eltern-Kind-Zentrum Kosten: 45 Euro (Mitglieder 42 Euro)

Leitung: Toktam Tavakolian Far, Hebamme Anmeldung notwendig!

„Rückbildungsgymnastikkurs mit Babys von 8 Wochen bis 9 Monate“

Keine Betreuung fürs Baby? Bring es einfach mit! Aber auch ohne Baby bist du herzlich willkommen! Der Bauch trägt nicht mehr so viel Gewicht, dafür werden die Wirbelsäule, sowie Arme und Schultern durch den zu tragenden Säugling stark beansprucht. Beine, Bauch und alle Muskelgruppen, die in der Schwangerschaft stark (oder zu wenig) beansprucht wurden, wollen auf richtige Weise trainiert werden. Der Beckenboden verlangt jetzt nach verstärkter Achtsamkeit und sorgfältiger Kräftigung für dein allgemeines Wohlbefinden.

Leitung: Toktam Tavakolian Far, Hebamme Termin: Fr ab 28. Feb., 8.30 - 9.45 h, 5 EH Ort: Pfarrheim St. Peter a. O. Kosten: 45 Euro (MG 42)

„Aufbauende Beckenbodengymnastik“ - die Kraft aus der Körpermitte

Mit gezielten Übungen und Informationen für den Alltag werden Beckenboden, sowie unsere Rücken- und Bauchmuskulatur gestärkt. In diesem Kurs gehen wir auf ihre Fragen ein und erlernen gemeinsam Übungen, die sie regelmäßig anwenden und in ihren Alltag einbauen können. Mitzubringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Matte wenn vorhanden Die Kurse sind für Frauen aller Altersgruppen!

Leitung: Sandra Schuldes, Dipl. Physiotherapeutin Termine: Do ab 5. März, 19.00 - 19.50 Uhr, 5 Einheiten

Ort: Eltern-Kind-Zentrum Kosten: 30 Euro für 5 Einheiten (27 Euro für Mitglieder) Anmeldung notwendig!

Termine: Mo ab 24. Feb., 18.00 -19.15 Uhr, 5 Einheiten Ort: Turnsaal VS Lichendorf

Termine: Mo ab 24. Feb. 19.45 - 21.00 Uhr, 5 Einheiten für Fortgeschrittene (und Anfänger) Ort: Pfarrheim St. Peter a. O.

Leitung: Toktam Tavakolian Far, Hebamme Kosten: 45 Euro (42Euro für Mitglieder) Anmeldung notwendig!

Bilderbuchkino

Beim Bilderbuchkino wird Kindern in spannender und spielerischer Weise die Welt der Bücher schmackhaft gemacht. Kreativität, Phantasie, sprachliche Ausdrucksfähigkeit und Konzentration der Kinder werden gefördert. Termine: Mittwochs 5.Feb., 4. März, 1. April, jeweils um 16 Uhr in der Bücherei St. Peter a. O.

Alter: Ca. 3 - 6 Jahre mit Begleitung Leitung: Claudia Haiden, Büchereileiterin

„Ausflug zum Walderlebnis Breitenfeld“

Den Spuren des Osterhasen folgen... und dabei gemeinsam den Wald erkunden, Spiele spielen, Tierspuren suchen, basteln im Wald, im Wald picknicken und vieles mehr...

Mit dem Walderlebnis Breitenfeld steht den Besuchern ein weitläufiger und gepflegter Mischwald zur Verfügung der ihnen Raum für freie Entfaltung und Abenteuer bietet. Kinder werden an diesem Platz altersentsprechend durch verschiedene Erlebnisstationen gefördert. Anmeldung erforderlich!

Termin: Donnerstag 2. April, 9.00-11.00 Uhr Treffpunkt für alle die gemeinsam fahren wollen: 8.30 Uhr im EKIZ

Ort: 8421 Breitenfeld am Tannenriegel, Plankenweg, www.walderlebnisbreitenfeld.at
Kosten: Kostenlos

„Palmbuschenbinden mit Oma und Opa“

Einer der wichtigsten Bräuche vor Ostern ist das Palmbuschenbinden. Diesmal laden wir vor allem Omas und Opas in die Eltern-Kind-Spielgruppe ein, damit altes Brauchtum für die Osterzeit nicht in Vergessenheit gerät. Oma, Opa sind eingeladen gemeinsam mit ihren Enkelkinder einen Palmbuschen zu binden und zu gestalten. Material ist vorhanden, kann aber auch mitgebracht werden.

Termine : Mi 1. April bei den Bastelzwerge im EKIZ und

Mo 30. März bei den „Lesemäusen“ im Pfarrheim St. Peter

Uhrzeit: jeweils 9.30 bis 11.00 Uhr Anmeldung notwendig!

Papa-Kind-Frühstück“

Väter von heute wollen eine intensive Beziehung zu ihren Kindern aufbauen. Sie übernehmen einen aktiven Part in der Erziehung und sind bei wichtigen Aktivitäten dabei. Im EKIZ haben Sie die Möglichkeit eine schöne Zeit mit ihren Kindern zu verbringen und sich gleichzeitig darüber auszutauschen - „Wie Vaterschaft heute gut gelingen kann“. Das Frühstück steht bereit, Spielmöglichkeiten für die Kinder sind vorhanden – also einfach vorbeischaun ... Anmeldung erforderlich!

Leitung: Moritz Theuretzbacher und Wolfgang Obendrauf (Verein für Männer und Geschlechterthemen Steiermark)

Termine: Sa 28. März im EKIZ und Sa 4. April in der öffentl. Bücherei St. Peter , jeweils 9.00-11.00 Uhr Kosten: Kostenlos