

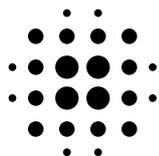
ELTERN - KIND - ZENTRUM GUNTRAMSDORF

ELKIZ Eltern-Kind-Zentrum
Guntramsdorf



KURSPROGRAMM

Herbst - Winter 2025/2026



Rathaus Viertel 2/Stg 2/ Lokal 2/1
2353 Guntramsdorf

0660/9037605

guntramsdorf@noe.familienbund.at

www.ekiz-guntramsdorf.at



HERZLICH WILLKOMMEN

Liebe Familie!

„Werte sind Qualitäten, die wir bei anderen gerne sehen“ - Zitat Dalai Lama.

Der NÖ Familienbund hat das Jahr 2025 unter den Themenschwerpunkt „Werte leben - Werte vermitteln“ gestellt. Gerade in Familien ist Werte zu vermitteln das „A & O“, welches Kindern Sicherheit gibt. Respekt vor anderen Menschen, Toleranz bei anderen Meinungen, Gerechtigkeit und Liebe, das alles sind Werte, die wichtig sind für ein gutes Miteinander. Um diese Werte zu leben braucht es Rituale, wie gemeinsames Essen, Grüßen, einander Zuhören, Zeit miteinander verbringen, Interesse an den Lebenswelten der Kinder zu haben,...

Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht, Eltern dabei zu stärken, ihre Werte ihren Kindern mitzugeben. Deshalb sind die NÖ Familienbund Eltern-Kind-Zentren prall gefüllt mit vielseitigen Angeboten: Eltern-Kind-Gruppen sind in jedem, Zentrum zu finden. Dabei werden Erfahrungen ausgetauscht, Ideen zu einem vielseitigen Spielangebot gegeben oder Hilfestellungen bei Erziehungsproblemen gefunden. Darüber hinaus gibt es Eltern-Kind-Cafés mit großartigen Referenten und Referentinnen, die Tipps geben zu den Schlafgewohnheiten von Babies, zu Beikost, zu den Selbstregulierungsphasen oder generell Ernährung und vieles mehr. Auch Bewegungsangebote sind natürlich in unseren Zentren zuhause, genauso wie kreative Angebote oder Forscherprojekte für größere Kinder.

Ein Blick ins Programm zahlt sich aus. Genauso wie die Familienbund-Mitgliedschaft. Denn damit kann bares Geld gespart werden.

Viel Freude
wünscht

Doris Schmidl
Landtagsabgeordnete
und Obfrau NÖ Familienbund



Doris Schmidl
Obfrau



Irene Bamberger
Geschäftsführerin



Angelica Traxler
Leitung ELKiZ



HERZLICH WILLKOMMEN

Herzlich willkommen zu unserem kunterbunten Angebot für das neue Semester. Unser Ziel ist es, euch in allen Phasen des Familienlebens zu begleiten – von der Schwangerschaft über die ersten Schritte eurer Kinder bis hin zu den Herausforderungen der Schulzeit.

Neben Spiel- und Entwicklungsangeboten für Kinder (von 0 - ca 10 Jahre) bieten wir auch zahlreiche Elternbildungskurse an, die euch in eurer Rolle als Eltern stärken. Dabei stehen nicht nur die Bedürfnisse der Kinder, sondern auch eure eigene Selbstfürsorge als Eltern im Mittelpunkt. Ob Themen wie Erziehung, Bindung oder Alltagsorganisation – unsere ExpertInnen stehen euch mit Rat und Tat zur Seite.

Das Eltern-Kind-Zentrum ist ein Ort der Begegnung, des Austauschs und der Unterstützung. Wir sind gerne für euch da und freuen uns darauf, euch und eure Familie auf eurem Weg zu begleiten.

Das Team vom EKIZ Guntramsdorf



www.ekiz-guntramsdorf.at

Gerne kann unser Raum genutzt werden für:

- Kindergeburtstage
- Spielenachmittage
- Kreativangebote
- Workshops f. Kinder
- Workshops f. Erwachsene





INHALTSVERZEICHNIS

| | | | |
|---------------------|-----|--------------------------|----|
| Willkommen im ELKIZ | 3 | Sponsoren | 10 |
| Unser Team | 6 | Rund um die Geburt | 11 |
| Allgemeines & FAQ | 7-8 | Kinder von 0 - 2 Jahren | 14 |
| Bankverbindung | 7 | Kinder von 2 - 10 Jahren | 18 |
| Flohmarkt | 9 | Erwachsene | 21 |



Die Karriere-Fee

COACHING FÜR FRAUEN IM BERUF

Beruflich wachsen - stärken - aufblühen!

- Bewerbung
- Jobwechsel
- Neuorientierung
- Wiedereinstieg
- Gehaltsgespräche
- Karriereberatung
- Frauen in Führung
- Vorträge & Lampenfieber
- Motivation & Sinn
- mentale Stärke & Resilienz
- Stress- & Energiemanagement



Mag. Sandra EDELHOFER
Coaching | Training | Beratung

TIZ-Guntramsdorf
Hauptstraße 45, 2353 Guntramsdorf
+ 43 676 930 50 22
info@sandra-edelhofer.com
www.sandra-edelhofer.com



DAS TEAM



Angelica Traxler
Leitung, ELKiGruppenleiterin
0660/9037605



Anja Wagner-Ahmed
fitdankbaby, Babymassage
0660/7004462



Margot Schaschinger
Liedergarten
0650/2756678



Elisabeth Rössler
BeeWell Yoga
0699/19260622



Martina Ecker
BabyShiatsu, Samurai
0699/17078217



Maria Bitter-Foramitti
Ginastica Natural
0650/5672727



Lena Spies & Sarah Skok
Erste Hilfe Kurs
0664/1706873
0664/7871035



Lisa Heiligenbrunner
6ELKi Gruppenleiterin
0664/5360757



Ursula Doppler Dell'Olio
Forscherlabor
0650/3925747



Florian Heumayer
Labyrinth, EFT
0699/14900325



Tanja Scheder
Stillberaterin
0664/4522586



Lisa Klauber-Laursen
Stillberatung
0699/11088125



Dr. Thomas Benoni
Familienberatung
0680/3366473



Besuche uns auf Facebook



unter www.facebook.com/ekizentrum



MITGLIEDSCHAFT ZUM FAMILIENBUND

Für einen **Jahresbeitrag** von nur € 20 erhalten Sie zahlreiche Vergünstigungen:
4 x jährlich die Zeitschrift „familie“ und die Zeitschrift „Familienbundinfo“

- Ermäßigter Eintritt bei NÖ Familienbund-Veranstaltungen
- Ermäßigte Kursbeiträge für Veranstaltungen des EKIZ Guntramsdorf (mit * gekennzeichnet)
- Ermäßigungen in Kinderhotels und bei Familienurlaube

Alle Infos dazu gibt es auf unserer Webseite und unter
<https://www.familienbund.at/cms/2/mitglied-werden>

ANMELDUNG ZU DEN VERANSTALTUNGEN

Sie können sich telefonisch oder per E-Mail anmelden. Für alle Veranstaltungen – auch für Workshops und Vorträge – ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich. Bei unseren Angeboten mit dem Vermerk „per Überweisung“ sind die Kursgebühren nach Anmeldung bis längstens 7 Tage vor Kursstart auf unser Konto zu überweisen.

Bankverbindung:

NÖ Familienbund Eltern-Kind-Zentrum Guntramsdorf

IBAN: AT68 3225 0000 0001 5263 / BIC/SWIFT: RLNWATWWGTD

Hinweis: Bitte Kurs- und Teilnehmernamen bitte angeben!

Alle anderen Kurse werden direkt mit dem jeweiligen Kursleiter abgewickelt. Bei Krankheit oder vorzeitiger Beendigung durch die/den KursteilnehmerIn, werden keine Kosten rückerstattet! Wird eine Veranstaltung unsererseits abgesagt, erhalten Sie natürlich umgehend Ihre Beiträge rückerstattet.

Wir behalten uns Programm-, Preis- und Terminänderungen vor und verständigen alle angemeldeten TeilnehmerInnen umgehend. Es kommt immer wieder auch vor, dass ein Vortrag verschoben werden muss. Neue Termine stehen auf der Homepage oder im Newsletter. Einige Kursangebote werden auch online angeboten und ersetzen gegebenenfalls eine Präsenzveranstaltung.



ABMELDUNG/STORNO

Wir wissen, dass es leider nicht immer möglich ist, auch bereits fix geplante Termine einzuhalten. Wir ersuchen um Ihr Verständnis, dass aus organisatorischen Gründen Kosten anfallen, die wir – je nach Stornierungsdatum in Rechnung stellen müssen. Bitte finden Sie nachstehend unsere Stornogebühren:

Abmeldungen bis 14 Kalendertage vor Termin: kostenfrei

Abmeldungen bis 7 Kalendertage vor Termin: 50% der Teilnahmekosten

Abmeldungen bis zum Termin: 100% der Teilnahmekosten

Nichterscheinen zu einem gebuchten Termin: 100% der Teilnahmekosten

HINWEIS ZUM DATENSCHUTZ

Wir weisen an dieser Stelle darauf hin, dass Vervielfältigungen von Bild- und Tonaufnahmen in sozialen Foren wie WhatsApp und Facebook nicht gestattet sind. Bitte beachten Sie, dass auf Aufnahmen oftmals neben Ihrem Kind oder Ihren Kindern auch andere Kinder zu sehen sind. Unter Berücksichtigung auf die Privatsphäre aller ersuchen wir um Einhaltung.

Details zu unseren Datenschutzrichtlinien entnehmen Sie bitte unserer Website.

RÄUME MIETEN

Wir vermieten unsere Räumlichkeiten für eine gelungene Party und andere Anlässe. Es steht ein großer Raum zur Verfügung, der ausreichend Platz für Spiele aller Art bietet.

Kosten: € 80 für 4 Stunden inkl. Vorbereitungszeit und Aufräumen, jede weitere Stunde € 10.

Anmeldung: guntramsdorf@noe.familienbund.at bzw. 0660 903 76 05



FLOHMARKT

TERMIN: 6.9.2025 von 9 - 13 Uhr

im Rathauspark

Flohmarkt für Spielsachen, Kinderkleidung, Bücher, Umstandsmode etc.

Standgebühr: € 18/Tisch (Heurigentisch + Bank),

Anmeldung: 0660/9037605, guntramsdorf@noe.familienbund.at

BESUCHSBEGLEITUNG

Die Besuchsbegleitung dient der Neu- oder Wiederanbahnung des persönlichen Kontakts zwischen dem getrennt lebenden Elternteil und der/des Minderjährigen. Dies geschieht im Rahmen einer geschützten Atmosphäre mit professionellen BetreuerInnen. Die Eltern werden dabei unterstützt, langfristig zum Wohle des Kindes in ihrer Eigenschaft als Eltern zu agieren.

Kontakt: Niederösterreichischer Familienbund, Tel: 0681 209 05 189

Mail: besuchsbegleitung@noe.familienbund.at

FERIENREGELUNG

Herbstferien: 27.10. - 31.10.2025

Weihnachtsferien: 24.12. - 6.1.2026

Semesterferien: 2.2. - 8.2.2026

NEWSLETTER

Sie möchten immer alle aktuellen Informationen über unsere Veranstaltungen, Kurse, Workshops, Vorträge erhalten? Dann können Sie sich einfach auf unserer Webseite www.ekiz-guntramsdorf.at dazu anmelden.



SPONSOREN

Ein herzliches Dankeschön an unsere Sponsoren!

Durch die Unterstützung von Sponsoren, ist es uns möglich u.a. folgendes anzubieten:

- * kostengünstige Eltern Kind Gruppen
- * Elternbildung mit ExpertInnen-Wissen zum kleinen Preis
- * Besuchscafé als Hilfe für Familien
- * Eltern- und Familienberatung



Du möchtest dein Unternehmen bewerben?



Wir - das Eltern Kind Zentrum Guntramsdorf - haben noch viel Platz für deine Werbung in unserem Programmheft. Gerne kannst du dein Inserat - ganzseitig oder halbseitig - in unserem Programmheft schalten. Damit unterstützt du unsere Arbeit & wir unterstützen dich in deinem Wirken. Eine Win-Win-Situation also.

Für alle Details melde dich gern

Tauchen Sie ein in die Welt der Entspannung!

um Körper, Geist und Seele in gesunder Balance zu halten und Energie zu tanken! Mit echten naturreinen ätherischen Ölen für die Seele und pflegenden Ölen für die Haut.

Berührungen sind wichtig!

Entspannungsbehandlung

- am ganzen Körper
- Füße
- oder Rücken

Unterstützend bei:

- Anspannung
- Erschöpfung
- Niedergeschlagenheit
- Seelenschmerz
- sanfte Baby- und Kleinkindpflege

MAScent® | PROFESSIONAL
VAGA-ZERT. DIPL. AROMAPRAKTIKERIN



BEATRIX
EBINGER

Zur Steigerung der Lebensfreude

Termine nach Vereinbarung!

Großschopfstr. 9a
2353 Guntramsdorf
☎ 0650 529 45 78
www.salonbea.at



DIESE BEHANDLUNGEN ERSETZEN
KEINEN ARZT!

Die Karriere-Fee

COACHING FÜR FRAUEN IM BERUF

Beruflich wachsen - stärken - aufblühen!

- Bewerbung
- Jobwechsel
- Neuorientierung
- Wiedereinstieg
- Gehaltsgespräche
- Karriereberatung
- Frauen in Führung
- Vorträge & Lampenfieber
- Motivation & Sinn
- mentale Stärke & Resilienz
- Stress- & Energiemanagement



Mag. Sandra EDELHOFER
Coaching | Training | Beratung

TIZ-Guntramsdorf
Hauptstraße 45, 2353 Guntramsdorf
+43 676 930 50 22
info@sandra-edelhofer.com
www.sandra-edelhofer.com



Ing. Maria Bitter-Foramitti
Motopädagogin
Ginastica Natural Instructorin

+43 650 567 2727
mariabf@gmx.at

druck at



FITDANKBABY RÜCKBILDUNG

Ab 6 Wochen nach der Schwangerschaft!

RÜCKBILDUNG ist die beste Basis für jede weitere sportliche Aktivität! Du lernst, deine Beckenboden- und Bauchmuskulatur zu spüren und richtig anzusteuern. Das Beste daran: Denn dein Baby ist mit dabei und du bekommst Tipps und Tricks für den Umgang mit deinem Baby. Weiterführende Informationen und Übungen für zuhause runden das Kurskonzept ab.

Termine: jeweils von 11:00 – 11:50 Uhr

Kurs 1: 9.9., 16.9., 23.9., 30.9., 7.10., 14.10. 2025

Kurs 2: 4.11., 11.11., 18.11., 25.11., 2.12., 9.12.2025

Kurs 3: 13.1., 20.1., 27.1., 10.2., 17.2., 24.2.2026

Kosten: € 115 für 6 EH

Leitung: Anja Wagner-Ahmed, www.fitdankbaby.at/anja_wagner_ahmed

Anmeldung: Tel. 0660/7004462 , anja.wagner-ahmed@fitdankbaby.at

BABYMASSAGE

Babymassage ist eine wunderbare Art und Weise deinem Baby zu zeigen, wie sehr du es liebst. Unter Anleitung der Kursleiterin streichelst du sanft und rhythmisch mit den Händen über den Körper deines Babys. Zusätzlich bekommst du auch praktische Tipps zu Themen wie Erkältung, Bauchweh, Zahnen und ähnlichem. Die aktive Massagezeit beträgt 30 Minuten.

Termine: jeweils von 16:30 - 17:15 Uhr

Kurs 1: 25.9., 2.10., 9.10.2025

Kurs 2: 20.11., 27.11., 4.12.2025

Kurs 3: 8.1., 15.1., 29.1.2026

Leitung: Anja Wagner-Ahmed, www.mum-and-me.at

Kosten: € 79 für 3 Einheiten

Anmeldung: Tel. 0660/7004462, anja@mum-and-me.at



WINDELFREI WORKSHOP



Bis 6 Monate versuchen Babys mit uns über ihre Ausscheidungen zu kommunizieren. Im Vortrag erfährst du, wie eine Ausscheidungskommunikation von Geburt bis 6 Monate aufgebaut werden kann, welche Rahmenbedingungen wir benötigen und wie ein Tagesablauf mit einem Windelfrei Baby aussehen kann. Bei Bedarf kann auch auf die Sauberkeitserziehung ab 2,5 Jahren eingegangen werden.

Termine: 20.10.2025 und 26.1.2026 von 14 - 15:15 Uhr

Kosten: € 25 pro Person/ Pro Paar 35 und Termin

Leitung: Lisa Heiligenbrunner, BA, www.babyfeeling.at

Anmeldung: 0664/5360757 | lisa@babyfeeling.at

STOFFWINDELWORKSHOP



Ökonomisch, ökologisch, gesund, vielfältig und bunt! Brauchst du noch mehr Gründe, um mit Stoff zu wickeln? Dann komm zum Stoffwindel-Workshop! Lerne verschiedene Stoffwindelsysteme und ihre Vor- und Nachteile kennen, aus welchen Materialien sie bestehen, wie sie gepflegt werden und wie viel sie kosten. Dazu gibt es nützliche Tipps und Tricks für den Alltag. Auch Minimalwindeln für „windelfrei“ können angesehen werden.

Termine: 20.10.2025 und 26.1.2026 von 15:30 - 17:30 Uhr

Kosten: € 25 pro Person/ Pro Paar 35 und Termin

Leitung: Lisa Heiligenbrunner, BA, www.babyfeeling.at

Anmeldung: 0664/5360757 | lisa@babyfeeling.at

BABYGRUPPE RAUPENNEST

vom Land NÖ
geförderte Elternbildung

Für Babys 6 - 13 Monate

Die Eltern-Kind-Gruppe beginnt mit einer Begrüßungsrunde, wiederholenden Liedern und Fühlgeschichten. Im Anschluss wird dem Alter entsprechendes Spielmaterial, für freies Spielen, zur Verfügung gestellt. Eltern dürfen sich entspannt in der Runde austauschen. Schwerpunkt: Bei Interesse mit Themenschwerpunkten (Babyschlaf, Beikost)

Termine: jeweils **Donnerstag 10:30 - 11:30 Uhr**

1. Block: 11.9., 18.9., 25.9., 2.10., 9.10., 16.10.2025
2. Block: 23.10., 6.11., 13.11., 20.11., 27.11., 4.12.2025
3. Block: 11.12., 18.12.2025 , 8.1., 15.1., 22.1., 29.1.2026

Kosten: € 54 für 6 Einheiten (€ 49 für Mitglieder Familienbund)

Leitung: Lisa Heiligenbrunner, BA, www.babyfeeling.at

Anmeldung: 0660/9037605, guntramsdorf@noe.familienbund.at

SCHMETTERLINGSGRUPPE

vom Land NÖ
geförderte Elternbildung

Eltern Kind Gruppe für Kinder von 12 - 24 Monaten

Wir beginnen mit einer Begrüßungsrunde, wiederholenden Liedern und Fühlgeschichten. Im Anschluss wird dem Alter entsprechendes Spielmaterial, für freies Spielen, zur Verfügung gestellt. Eltern dürfen sich entspannt in der Runde austauschen. Schwerpunkt: Bewegungs- und Feinmotorikspiele

Termine: jeweils **Donnerstag 9 - 10 Uhr**

1. Block: 11.9., 18.9., 25.9., 2.10., 9.10., 16.10. 2025
2. Block: 23.10., 6.11., 13.11., 20.11., 27.11., 4.12. 2025
3. Block: 11.12., 18.12.2025 , 8.1., 15.1., 22.1., 29.1.2026

Kosten: € 54 für 6 Einheiten (€ 49 für Mitglieder Familienbund)

Leitung: Lisa Heiligenbrunner, BA, www.babyfeeling.at

Anmeldung: 0660/9037605, guntramsdorf@noe.familienbund.at



WICHTELGRUPPE (MONTESSORIENTIERT)

Eltern Kind Gruppe für Kleinkinder ab ca 13 Monaten

Die vorbereitete Umgebung lädt die Kinder dazu ein, mit allen Sinnen die Welt zu erfahren. Wir Eltern sind da und beobachten. Lustige Kniereiter- und Bewegungsspiele runden das Programm gut ab. Weiters werden in dieser Gruppe auch regelmäßige Inputs zum Thema Mini Mint für unsere Kleinsten vermittelt.

Termine: jeweils **Mittwoch 9 - 10:30 Uhr**

1.Block: 10.9., 17.9., 24.9., 1.10., 8.10.+ 15.10.2025

2.Block: 22.10., 5.11., 12.11., 19.11., 26.11., 3.12.2025

3.Block: 10.12., 17.12., 7.1., 14.1., 21.1., 28.1.2026

Kosten: € 72 für 6 Einheiten (€ 67 für Familienbund Mitglieder)

Leitung: Angelica Traxler, Montessoripädagogin

Anmeldung: 0660/9037605, guntramsdorf@noe.familienbund.at

ELTERN-KIND-TREFF - GEMEINSAM WACHSEN

vom Land NÖ
geförderte Elternbildung

Offener Eltern-Kind-Treff. Für Eltern von Kindern von 1- 4 Jahren.

Hier ist Raum für deine Themen rundum Erziehung, Alltag, Familie u.v.m. Während die Eltern sich austauschen, können die Kinder die vorbereitete Umgebung entdecken. In jeder Stunde widmen wir uns einem speziellen Thema und erarbeiten gemeinsam neue Ansätze, damit Familie gut gelingt. Dieser Austausch stärkt uns als Eltern und lässt uns voneinander lernen.

Themen: Bindung stärken, Rollenbilder, Rituale, Stressbewältigung, Werte u.v.m.

Termine: ab **10.9.2025** jeden **Mittwoch** von **11 - 12 Uhr (Bitte um Anmeldung bis spätestens 48 Std vorher)**

Kosten: € 54 für 6 Einheiten (€ 49 für Familienbund Mitglieder), € 10 Einzeleinheit

Leitung: Angelica Traxler

Anmeldung: 0660/903 76 05 oder guntramsdorf@noe.familienbund.at



BABY SHIATSU: DRÜCK MICH, ABER RICHTIG



für Babys ab ca 6 Monaten

Durch BabyShiatsu kannst du dein Baby behutsam auf seinem Lebensweg begleiten und die Bindung stärken. Wenn das Baby zärtlich berührt wird, fühlt es sich behütet und geborgen. Ein besonders kostbares Geschenk für die Kleinsten!

In diesem Kurs wird auch den Müttern gebührend Aufmerksamkeit geschenkt! Es werden wohltuende Entspannungstechniken vermittelt. Die erlernten Griffe sind nicht nur bei Babys anwendbar, sondern können auch älteren Kindern von Nutzen sein, beispielsweise wenn sie Probleme beim Einschlafen haben.

Termine: 8., 15., 29.9. + 6.10.2025 jeweils von 9:00 -10:00 Uhr

Kosten: Preis € 90 (inkl. Skripten), 4 Termine je 60 Minuten, Einzeltermine auf indiv.

Anfrage möglich

Leitung: Martina Ecker, www.shiatsu-martina.at

Anmeldung: 0699/17078217, praxis@shiatsu-martina.at

RICHTIG ESSEN VON ANFANG AN

Während der Schwangerschaft und der ersten Lebensjahre eines Kindes haben Eltern viele Fragen zur Ernährung: Soll ich in der Schwangerschaft für zwei essen? Wann beginnt mein Baby mit der Beikost? Wie gelingt es, dass mein Kind auch gerne Gemüse isst? Das Programm „Richtig essen von Anfang an!“ liefert Antworten und familientaugliche Praxistipps auf diese Fragen.

Die ÖGK unterstützt Sie mit kostenlosen Workshops zu folgenden Themen:

- Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit
- Ernährung von Kindern im ersten Lebensjahr
- Ernährung von ein- bis dreijährigen Kindern

Termin Ernährung im 1.LJ.: 17.11.2025 von 9 - 11:30 Uhr

Termin Ernährung der 1-3jährigen: 24.11.2025 von 9 - 11:30 Uhr

KOSTENFREI!

Anmeldung: +43 5 0766-126214 bzw. ernaehrung-12@oegk.at



MARGOTS LIEDERGARTEN (MUSIKGARTEN)

BABY: 4 - 18 Monate

Der Baby-Liedergarten ist der erste Einstieg in die Welt der musikalischen Frühförderung. Gemeinsam mit Mama, Papa... stehen das Wahrnehmen des Körpers als allererstes Instrument und das Knüpfen sozialer Kontakte im Vordergrund.

Kursstart: 26.9.2025 jeden Freitag von 9:00 – 9:45 Uhr

MINIS: 1,5 - 3 Jahre

In diesem Kurs gehen wir auf den wechselnden Erlebnisraum der Kinder ein. Themen wie „Zu Hause“, „Tierwelt“, „Beim Spiel“ und „Draußen“ werden erarbeitet. Elemente wie Musizieren, Singen, Spiel auf Einzelinstrumenten, Tänze,... sind Teil des Kurses.

Kursstart: 26.9.2025 jeden Freitag von 10 – 10:45 Uhr

Kosten: EUR 132 für 12 EH

Leitung: Margot Schaschinger, www.margot-schaschinger.at

Anmeldung: 0650/2756678, office@margot-schaschinger.at

ERSTE HILFE KURS

Erste-Hilfe Crash Kurs für Säuglinge und Kleinkinder

Sicherheit geht vor – besonders, wenn es um unsere Kleinsten geht! Wir laden Eltern, werdende Eltern, Großeltern, Onkel, Tanten, Babysitter*innen und alle, die mit Kindern zu tun haben, herzlich zu unserem Erste-Hilfe-Crashkurs ein.

Im diesem kompakten Kurs lernst du lebensrettende Sofortmaßnahmen und wichtige Techniken für den Notfall – etwa bei speziellen Kinderkrankheiten, Ertrinken, Kopfverletzungen, Verbrennungen, Verschlucken von Fremdkörpern und vielem mehr. Mit unserer medizinischen Erfahrung zeigen wir dir, wie du in kritischen Situationen ruhig, sicher und effektiv handeln kannst. Du wirst mit praktischen Fähigkeiten ausgestattet, die dir helfen, im Notfall richtig zu reagieren.

Termin: 1.9.25 von 9 - 11 Uhr, 5.12.25 von 17 - 19Uhr

Kosten: € 50 pro Person inklusive Handout und Beatmungstuch

Leitung: Lena Spies und Sarah Skok

Anmeldung & Info: 0660/9037605 bzw. guntramsdorf@noe.familienbund.at

RASSELBANDE

Eltern Kind Gruppe für Kinder von 18 - 36 Monaten

Diese Gruppe beginnt mit einer Begrüßungsrunde, wiederholenden Liedern und Fühlgeschichten. Im Anschluss wird dem Alter entsprechendes Spielmaterial, für freies Spielen, zur Verfügung gestellt. Eltern dürfen sich entspannt in der Runde austauschen, während die Kursleiterin die Kinder in ihrer Entwicklung beobachtet sowie für Fragen der Eltern zur Verfügung steht. Schwerpunkt: Kreatives Spiel, Schüttspiele, Bewegungs- und Feinmotorikspiele

Termine: jeweils von 14 - 15 Uhr

1. Block: 11.9., 18.9., 25.9., 2.10., 9.10., 16.10. 2025

2. Block: 23.10., 6.11., 13.11., 20.11., 27.11., 4.12. 2025

3. Block: 11.12., 18.12.2025 , 8.1., 15.1., 22.1., 29.1.2026

Kosten: € 54 für 6 Einheiten (€ 49 für Mitglieder Familienbund)

Leitung: Lisa Heiligenbrunner, BA, www.babyfeeling.at

Anmeldung: 0660/9037605, guntramsdorf@noe.familienbund.at

FREISPIELEREI (MONTESSORIENTIERT)

Eltern Kind Gruppe für Kinder ab 2 Jahren

In der Freispielerei lädt eine vorbereitete Umgebung Kinder dazu ein mit allen Sinnen die Welt zu be-greifen. Ein Begrüßungs- und Abschiedskreis bieten wiederkehrende Fixpunkte der Orientierung. Dazwischen können die Kinder eine vorbereitete Umgebung entdecken, ihre Grenzen erfahren und erweitern. Wir Erwachsenen dürfen sie bewusst beobachtend begleiten.

Termine: ab 9.9.2025 jeden 2. + 4. Dienstag von 9 - 10:30 Uhr

9.+23.9.,14.+28.10., 18.+25.11.,9.+23.12.2025, 13.+27.1.2026

Kosten: 6 EH zu € 72 (€ 67,- für Familienbund Mitglieder), bzw. Semesterkurs € 108 (€ 103 für Familienbund Mitglieder)

Leitung: Angelica Traxler

Anmeldung: 0660/9037605, guntramsdorf@noe.familienbund.at

PUPPENTHEATER GOLONDRINA

Für Kleinkinder ab 2 Jahren

Das Puppentheater spielt für euch mit Live Musik durch das ganze Jahr. Hier werden Eltern und Kindern Bräuche & Rituale im Jahreskreislauf spielerisch nähergebracht. Es spielen, singen, tanzen und lachen die Puppen zu lustigen, fröhlichen Melodien. Die Handlungen sind einfach. Die Kinder können die Puppen hautnah erleben. Interaktion, Bewegung, Musik & Spaß stehen am Programm. Für Groß & Klein ein Erlebnis.

Termine: 19.9.2025 und 23.1.2026 jeweils von 15:00 – 16:00 Uhr

Kosten: € 9 pro Familie

Leitung: Eva Wassertheurer (Puppenspielerin), Christoph Pfeiffer (Musiker)

Anmeldung: 0660/9037605 oder guntramsdorf@noe.familienbund.at

NEU!!!

FAMILIENBERATUNG

vom Land NÖ
geförderte Elternbildung



Gemeinsam neue Wege finden

Elternsein bringt viele schöne, aber auch herausfordernde Momente mit sich. In der Familienberatung erhalten Sie Unterstützung bei Themen wie Erziehung, Partnerschaft, Trennung, Rollenverteilung oder belastenden Lebenssituationen. Im vertrauensvollen Gespräch entwickeln wir gemeinsam neue Perspektiven und entlastende Lösungen für den Familienalltag.

Termine: jeden 2.+4. Montag im Monat zw. 15 - 16:30 - 30 Min. Zeitslot

15. + 29.9., 13. + 27.10., 14. + 24.11., 15.12.2025 + 12.1.2026

nach vorheriger Terminvereinbarung!!!

Kosten: freie Spende

Leitung: Dr. Thomas Benoni MSc, www.thomas-benoni.at

Anmeldung: 0680/3366473 bzw. kontakt@thomas-benoni.at



MARGOTS LIEDERGARTEN (MUSIKGARTEN)

MAXIS: 3 -5 Jahre

Der musikalische Jahreskreis und das langsame Loslösen von der Begleitperson kennzeichnen den Kurs. Viele spezielle Instrumente und Materialien kommen zum Einsatz.

MUSIKKIDS: 4 - 6 Jahre

Der MusikKids-Kurs hat den Schwerpunkt in der musikalischen Früherziehung und bietet Kindern, die mehr in die Welt der Musik eintauchen wollen, erste Erfahrungen mit dem Notieren, der Tonleiter und mehr Spiel auf Einzelinstrumenten. Ohne Begleitperson!

MAXIS Kurs I: 15:00 – 15:45 und **Kurs 2:** 16:00 – 16:45, **Kursstart:** 24.9.2025 (Mi)

MUSIKKIDS 17:00 – 17:45 Uhr

Kosten: € 132 (12 Einheiten)

Leitung: Margot Schaschinger, www.margot-schaschinger.at

Anmeldung: 0650/2756678, office@margot-schaschinger.at

MOTOPÄDAGOGISCHES TURNEN & TANZEN

für Mädchen und Buben von 6-12 Jahren

Wir wärmen spielerisch auf mit einfachen Lauf -oder Ballspielen.

Danach werden Übungen aus dem Ginastica Natural angeleitet und erlernt, die das Körperbewusstsein, Kraft, Koordination, Kondition, Konzentration, Atmung und Gleichgewicht verbessern. Aus diesem Bodenturnen entwickeln die Kinder ihre eigenen Bewegungen zur Musik, wobei Tücher oder andere Materialien zum Einsatz kommen können. Zum Schluss wird entspannt durch sanftes Dehnen und Atmen.

Im **Turnsaal der VS2 Guntramsdorf**, Rennerstr. 27., – ab **30.9.2025** jeweils Dienstag von **16:15 bis 17:15 Uhr**

Kosten: € 130 für 10 Einheiten

Leitung: Maria Bitter-Foramitti Motopädagogin, GinasticaNatural Trainerin

Anmeldung: 0650 5672727, mariabf@gmx.at



FORSCHERLABOR MINI-FOKIS & MAXI-FOKIS

In meinem Forscherkurs für Kinder im Alter von 4,5 bis 9 Jahren erleben die kleinen Forscher*innen aufregende Experimente, die nicht nur den Wissensdurst stillen, sondern auch jede Menge Spaß machen!

Unter fachkundiger Anleitung tauchen die Kinder in die Welt der Naturwissenschaften ein und dürfen mit spannenden Experimenten selbst aktiv werden.

Themen: Regenbogen, Salz & Pfeffer, Mehl & Stärke, Wasser 2, Schall & Klang, Seife & Spülmittel, Druck & Luft, optische Täuschung, Papier 2, Kunterbunt, Naturgewalten, Eis, Zitrone, Schall & Klang 2

Termine: 13.9., 20.9., 27.9., 4.10., 11.10., 18.10., 25.10., 8.11., 15.11., 22.+29.11.2025
2026: 10.1., 17.1.+ 24.1.2026

MINI FOKIS für Kinder von **4 -6 Jahren** jeweils von **9:30-10:20 Uhr**

MAXI FOKIS für Kinder von **6 -9 Jahren** jeweils von **11 - 11:50 Uhr**

Kosten: € 25 für 1 EH, € 69 für 3 EH, € 84 für 4 EH inklusive Materialkosten, Urkunde, Forscherpass

Leitung: Ursula Doppler-Dell'Olio

Anmeldung: forscherkids@gmx.at bzw. 0650/3925747



SCIENCE AFTERNOON - WASSERFLOH & CO - DIE MIKROWELT IM WASSERTROPFEN

Für Kinder von 5 - 12 Jahren

Betrachte Kleinstlebewesen ganz groß und lerne die Artenvielfalt unserer Gewässer und deren Bedeutung als Lebensraum kennen: Der Blick durchs Mikroskop ermöglicht uns einen Einblick in die faszinierende Welt des Planktons.

Welche Lebewesen, die mit dem freien Auge (fast) unsichtbar sind, wohnen in unseren Teichen und welche Rolle spielen diese Mikroorganismen im Ökosystem? Was haben Algen mit dem Fischotter zu tun und warum sind sie auch für uns Menschen wichtig? Welche Rolle spielt Plankton in Zeiten des Klimawandels? Diesen und weiteren Fragen gehen wir auf den Grund, während wir Wasserproben mit dem Mikroskop untersuchen. Wer möchte, kann eine eigene Wasserprobe aus einem Gewässer in der Umgebung mitbringen (in einem Glas mit Deckel).

Bei dieser Veranstaltung ist die Teilnahme der ganzen Familie möglich!

Termin: 26.9.2025 von 15 - 17 Uhr - **Kostenfrei!**

Anmeldung: <https://sciencecenter.noe.gv.at/>

SCIENCE AFTERNOON - DER URKNALL

Die Entstehung des Universums - Für Kinder ab 10 Jahren

Materie, Raum und sogar die Zeit nahmen im Urknall ihren Anfang. Seitdem sind mehr als 13,5 Milliarden Jahre vergangen und das Universum hat zu seiner heutigen Form gefunden. Sterne und Galaxien sind entstanden und haben teilweise in gewaltigen Supernovae und Gammastrahlenausbrüchen geendet. Wie könnte die weitere Entwicklung unseres Universums aussehen und was verbirgt sich hinter dunkler Materie und dunkler Energie? Ist unser Universum das einzige, oder gibt es vielleicht noch andere Universen? Diese Fragen, aber auch Grundlagen zu Schwarzen Löchern, Wurmlöchern und Zeitreisen werden wir in diesem Workshop diskutieren.

Termin: 28.11.2025 von 15:30 – 18 Uhr - **kostenfrei!**

Anmeldung: <https://sciencecenter.noe.gv.at/>



GINASTICA NATURAL - WORKSHOP



Die natürlichen Bewegungsabläufe von Ginastica Natural verbessern deine Beweglichkeit, Atmung, Kraft, Kondition und Gleichgewicht. Viele Bewegungen erinnern uns daran, wie wir uns schon als Kind spielerisch naturnah bewegt haben. Der fließende Wechsel von kräftigenden, dehnenden, mobilisierenden und stabilisierenden Übungen ist nicht nur eine Wohltat für den Körper, sondern auch für das innere Gleichgewicht. Spannungen werden spielerisch gelöst und Stress abgebaut. Ein Workshop für Körper, Geist & Seele.

Einzelstunde - Termin & Preis auf Anfrage

Termin: 17.10.2025 und 16.1.2026 von 17 - 19 Uhr

Kosten: € 42

Leitung: Maria Bitter-Foramitti

Anmeldung: +43 (0)660/903 76 05 oder guntramsdorf@noe.familienbund.at

BEEWELL YOGA



BeeWell-Yoga ist klassisches therapeutisches Yoga, ein sinnvolles Yoga mit dem Ziel der Gesunderhaltung und Verbesserung. Es erwartet dich kein „akrobatisches“ oder dogmatisches Yoga! Therapeutisches Yoga ist bei jeder Konstitution möglich! Lass uns mit positivem Gruppenspirit mehr Kraft, Flexibilität und Gleichgewicht in dein Leben bringen!

Termine: jeden Montag, 18 – 19 Uhr, Einstieg jederzeit möglich

Kosten: € 17 pro Einzelstunde, Block zu 10 EH € 150, Einzeltermine auf individuelle Anfrage möglich, Tut-Gut Mitglieder förderbar!

Leitung: Elisabeth Rössler, www.beewell-yoga.at

Anmeldung: +43/699/19260622 bzw. lisi@beewell-yoga.at



ENTSPANNUNG - ERHOLUNG - INNERE REISE

Lass dich fallen und tauche ein in eine Welt der Klänge.

Trommeln, Rasseln und Klangschalen begleiten dich auf deiner Reise zu innerer Ruhe und Gelassenheit.

Termine: jeweils Mittwoch 18:45 - 19:45 Uhr

24.9., 8.10., 5.11., 17.12., 31.12. + 14.1.2026

Kosten: freie Spende - ANMELDUNG ERFORDERLICH!!!

Anmeldung: Florian Heumayer, www.florian-heumayer.at, +43 699 14900325 bzw. condorman@gmx.at

ELTERNVORBEREITUNG - BABYFEELING METHODE



Der Kurs unterstützt Eltern dabei, sich mental auf die Geburt und die neue Rolle als Eltern vorzubereiten. Zudem beinhaltet er praktische Übungen für einen liebevollen und bedürfnisorientierten Umgang mit dem Baby. Themen wie das Stillen, die Säuglingspflege in den ersten Wochen sowie das richtige Anlegen des Babys – auch mit verschiedenen Tragehilfen – werden ebenfalls behandelt. So entsteht ein rundum gelungenes Babyfeeling-Konzept, das Eltern Sicherheit und Freude im Umgang mit ihrem kleinen Schatz vermittelt.

Termine: 10.10.2025 und 9.1.2026 von 17 – 20 Uhr

Kosten: 120,- pro Paar

Leitung: Lisa Heiligenbrunner, BA, www.babyfeeling.at

Anmeldung: Tel. 0664/5360757 | lisa@babyfeeling.at



FRAUENRAUM - ZEIT FÜR DICH

Du wünschst dir einen Raum, in dem du dir selbst wieder näher kommst? Einen Ort, wo entspannt loslässt und auch mal alle Verantwortung abgeben darfst? Einen Platz, an dem du dir deiner Bedürfnisse wieder klar wirst? Dann bist du hier richtig. Hier kannst du dich nähren, empfangen und/oder geben. Ganz wie du es gerade brauchst.

Themen: Hooponopono, Mini Aufstellung, Beziehungen, Frausein, Bewegung, Dankbarkeitsritual, Chakrenarbeit, Meditation, Stressmanagement

Termine: 22.9., 13.10., 10.11., 15.12.25 +12.1.26 - jeweils 9 - 11 Uhr

Kosten: € 25 pro Termin

Leitung: Angelica Traxler, psychosoziale Beraterin, www.angelicatraxler.at

Anmeldung: guntramsdorf@noe.familienbund.at bzw. 0660/9037605

FAMILIENAUFSTELLUNG

Familienaufstellungen sind ein gutes Mittel, Unbewusstes sichtbar zu machen. Wir spüren vielleicht ein unbestimmtes Gefühl von: „Da passt was nicht.“, „Das fühlt sich fremd an“, „Ich stehe hier komplett an.“ Aufstellungen sind hilfreich unsichtbare Gefühle sichtbar zu machen und sie bringen Ordnung ins gesamte System. So können sich die Dinge neu ordnen und Hindernisse auflösen.

Termine: 3.10.2025 + 5.12.2025 - jeweils 17 - 21 Uhr

Kosten: € 200 als AufstellerIn (nikl. Vorgespräch) bzw. € 50 für RepräsentantInnen

Leitung: Angelica Traxler, psychosoziale Beraterin, www.angelicatraxler.at

Anmeldung: +43 (0)660/903 76 05 oder guntramsdorf@noe.familienbund.at



BEWUSSTE ELTERNCHAFT

Raum geben, statt lenken

Wie oft möchten wir eingreifen, lenken, korrigieren – aus Liebe, aus Fürsorge, aus Gewohnheit?

Doch wahre Stärke in der Elternschaft zeigt sich manchmal im Nicht-Tun.

Im Raum-Geben.

Im Da-Sein – ohne zu dirigieren.

Dein Kind malt mit Hingabe ein Bild. Du siehst sofort, wie man es „besser“ machen könnte. Aber kannst du den Drang, zu verbessern, loslassen – und stattdessen das Schöne im Unperfekten sehen?

Dein Kind streitet sich. Kannst du innehalten, bevor du schlichtest – und ihm zutrauen, selbst eine Lösung zu finden?

Bewusste Elternschaft bedeutet nicht, immer alles richtig zu machen.

Es bedeutet, wach zu sein. Achtsam.

Den eigenen Impuls zu hinterfragen: Handle ich aus Angst – oder aus Vertrauen?

Es ist ein tägliches Üben. Ein immer wieder Zurückkehren in die Haltung:

Ich bin da. Ich sehe dich. Ich traue dir zu, deinen Weg zu finden.

Nicht perfekt. Aber präsent.

Nicht kontrollierend. Sondern begleitend.

Denn was Kinder am meisten stärkt, ist nicht unser Handeln – sondern unsere Haltung.

Was bedeutet „Bewusste Elternschaft“ für dich?

Gerne kann unser Raum für deine **Veranstaltung** genutzt werden.

Unser Raum ist mit ca 90m² bestens geeignet für:

- Kindergeburtstage
- Spielenachmittage
- Kreativangebote (für Kinder und/oder Erwachsene)
- Workshop für Kinder
- Workshop für Erwachsene (Gruppenübungen, Aufstellungen)

Ausstattung:

- sehr gute Erreichbarkeit
- heller, schlichter aber trotzdem freundlicher Raum
- pflegeleichter Boden (Teppiche können gern zur Seite gelegt werden)
- 2 Tische für Erwachsene
- 5 Tische für Kleinkinder
- ca 25 Sessel für Erwachsene
- ca 15 Sessel für Kleinkinder
- Gymnastikmatten
- ca 15 Pölster
- Kaffeemaschine/Teekoher

Anfrage an guntramsdorf@noe.familienbund.at bzw. 0660/9037605



Tauchen Sie ein in die Welt der Entspannung!

um Körper, Geist und Seele in gesunder Balance zu halten und Energie zu tanken! Mit echten naturreinen ätherischen Ölen für die Seele und pflegenden Ölen für die Haut.

Berührungen sind wichtig!

Entspannungsbehandlung

- am ganzen Körper
- Füße
- oder Rücken

Unterstützend bei:

- Anspannung
- Erschöpfung
- Niedergeschlagenheit
- Seelenschmerz
- sanfte Baby- und Kleinkindpflege



DIESE BEHANDLUNGEN ERSETZEN

Zur Steigerung der Lebensfreude

Termine nach Vereinbarung!

MAScent® | PROFESSIONAL
VAGA-ZERT. DIPL. AROMAPRAKTIKERIN



BEATRIX
EBINGER

Großschopfstr. 9a
2353 Guntramsdorf
☎ 0650 529 45 78



Ing.ⁿ Maria Bitter-Foramitti
Motopädagogin
Ginastica Natural Instructorin

+43 650 567 2727
mariabf@gmx.at