



Dein

Jahres- Programm

im Eltern-Kind-Zentrum Kramsach u. Umgebung

2026 & 2027

EKiZ - weil gemeinsam alles mehr Freude macht!

- > Kurse für Schwangere und werdende Eltern
- > „Offene Treffs“
- > Eltern-Baby/Kind-Gruppen
- > Kinderbetreuung
- > Kurse für Kinder
- > ElternWerkstätten
- > Vorträge & Workshops
- > Online-Kurse



EKiZ
ELTERN-KIND-ZENTRUM

KRAMSACH UND UMGEBUNG

6233 Kramsach, Voldöpp 37

T: 0650/5650020 und

0660/3163146

E: office@ekiz-kramsach.at

I: www.ekiz-kramsach.at



Pro Person nur 1 Gutschein möglich
GUTSCHEIN
für 1x Stilltreff oder
1x Schwangeren -
gymnastik



Liebe Familien, liebe Eltern!
Sehr geehrte Damen und Herren!

Ein Eltern-Kind-Zentrum ist weit mehr als ein Ort für Begegnung und gemeinsame Aktivitäten. Es ist ein wertvoller Treffpunkt für Familien, ein Raum für Austausch, Unterstützung und Gemeinschaft. Gerade in einer Zeit, in der die Anforderungen an Eltern und Familien vielfältig sind, ist es wichtig, Angebote zu schaffen, die Familien begleiten, stärken und miteinander verbinden.

Das Eltern-Kind-Zentrum leistet dazu einen ganz wichtigen Beitrag in unserer Region. Es bietet Kindern Raum zum Spielen, Entdecken und Lernen und ermöglicht Eltern, Erfahrungen auszutauschen, neue Kontakte zu knüpfen und wertvolle Impulse für den Familienalltag mitzunehmen. Aus diesen Begegnungen entstehen auch Freundschaften und Netzwerke, die Familien trägt.

Als Bürgermeister und Obmann des Planungsverbandes weiß ich, wie wertvoll Einrichtungen sind, die das Miteinander über die Gemeindegrenzen hinaus stärken und dazu beitragen, dass sich Menschen in ihrer Region gut aufgehoben fühlen.

Auch das diesjährige EKiZ Programm zeigt wieder einmal eindrucksvoll, wie abwechslungsreich und engagiert das Angebot gestaltet ist. Von gemeinsamen Aktivitäten über informative Veranstaltungen bis hin zu kreativen und geselligen Angeboten ist für unterschiedliche Interessen und Altersgruppen etwas dabei. Damit zeigt das engagierte Team einmal mehr, wie sehr es bei der Planung die Bedürfnisse der jungen Familien berücksichtigt und damit eine kontinuierliche Weiterentwicklung gewährleistet.

Mein besonderer Dank gilt daher den engagierten MitarbeiterInnen des EKiZ. Mit viel Herz, Kreativität und persönlichem Einsatz gestalten sie die zahlreichen Angebote und schaffen eine Atmosphäre, in der sich Familien willkommen und gut aufgehoben fühlen.

Ich wünsche allen Familien viel Freude beim Entdecken und Nutzen des abwechslungsreichen Jahresprogramms, viele schöne Begegnungen und unvergessliche gemeinsame Momente im EKiZ Kramsach.

Herzlichen Dank für dieses wertvolle Engagement!

Bürgermeister Ing. Rudi Puecher

Das Eltern-Kind-Zentrum Kramsach u. Umgebung ist Mitglied der Vereine

PLATTFORM
Eltern-Kind-Zentren Tirol

Dachverband
Selbstorganisierte Kinderbetreuung Tiro

Dachverband der unabhängigen Eltern-Kind-Zentren Österreichs



Herzlichen Dank unseren Förderern!

Wie man auf dieser Seite sehen kann, halten uns alle Gemeinden der Region die Treue und unterstützen das Angebot des EKIZ auch finanziell. Wir sind sehr dankbar dafür, denn damit können wir weiterhin die Herausforderungen angemessen bewältigen!

„Vereinsmitglied sein“ zahlt sich aus!

Ein Verein lebt vor allem für und von seinen Mitgliedern! Mit deinem Beitrag unterstützt du uns, unsere Aktivitäten zu erhalten, zu verbessern und auszubauen. Der Mitgliedsbeitrag beträgt für ein Kalenderjahr € 25,00 und gilt ab Einzahlungsdatum. Die Mitgliedschaft kann jedes Jahr verlängert werden oder erlischt formlos. Du musst nicht Mitglied bei uns sein, um unser Angebot zu nutzen, aber du genießt einige Vorteile:

- Ermäßigte Preise bei allen Veranstaltungen, Kursen etc.
- Gültig für die ganze Familie (Kinder, Mama, Papa, Großeltern)
- Gültig in allen anderen Eltern-Kind-Zentren Tirols

Anmeldung zu Gruppen & Kursen:

Eine Anmeldung ist für **alle** Kursangebote notwendig, da nur dann ein Angebot abgehalten werden kann, wenn sich rechtzeitig genügend TeilnehmerInnen dazu anmelden. Bei Kursen mit zu wenigen Anmeldungen besteht die Möglichkeit, diese als Kleingruppenkurse mit erhöhtem Kursbeitrag oder bei gleichem Beitrag verkürzt anzubieten.

Für einige Gruppen und Kurse führen wir Wartelisten und sobald genug Anmeldungen da sind, starten wir! Also einfach im EKIZ Büro anfragen.

Auf unserer Homepage www.ekiz-kramsach.at kannst du dich von 0-24 Uhr anmelden und telefonisch unter 0650/5650020 von **Montag bis Freitag von 8:00 bis 12:00 Uhr**.

Der **Kursbeitrag** ist mit **Anmeldung bzw. spätestens 3 Tage vor Start fällig** und kann auf unser Konto bei der Sparkasse Rattenberg einbezahlt werden.

Bitte bei Verwendungszweck die **Rechnungsnummer** oder **deinen Vor- und Nachnamen** eintragen - nur so können wir eindeutig zuordnen.

Unsere Bankverbindung: **IBAN: AT37 2050 8000 0141 4101, BIC: SPRTAT21XXX**

Storno: Bis jeweils **3 Tage vor Kursbeginn** kannst du kostenlos stornieren. Nach dieser Frist wird eine Stornogebühr in Höhe von 50% des Beitrages, bei Nichterscheinen am Kurstag der volle Beitrag in Rechnung gestellt.

Versäumte Kurstage können nicht in Abzug gebracht werden.

Wir bitten dafür um euer Verständnis.

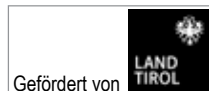
Räume und Garten im EKIZ:

Es besteht die Möglichkeit für unsere Mitglieder, die EKIZ Räumlichkeiten inkl. Garten samt Inventar für Geburtstagsfeiern (oder andere Feste), Seminare oder ähnliche Veranstaltungen gegen einen Unkostenbeitrag zu nutzen. Für genauere Informationen (Beitrag, Nutzungsbestimmungen, Kaution) bitte im Büro nachfragen.

Denkt bitte daran, euch rechtzeitig anzumelden!

Thema Sicherheit: Wir sind sehr darum bemüht, unsere Räumlichkeiten so sicher wie möglich für die Babys und Kleinkinder zu gestalten, möchten aber darauf hinweisen, dass in unserem Zentrum (ausgenommen Kinderbetreuungsgruppen) die Eltern für die Sicherheit ihrer Kinder verantwortlich sind und wir für Unfälle nicht haften.

Alle aktuellen Termine findet ihr immer rechtzeitig auf www.ekiz-kramsach.at



Gefördert von



Anmeldungen für alle Kurse! T: 0650 - 56 500 20

E: office@ekiz-kramsach.at und www.ekiz-kramsach.at



4



Offener Treff – DAS EKiZ Cafè am Nachmittag (0 bis 4 J.)

mit Elaine Innerbichler, Nativespeaker Englisch, Krippenerzieherin, Montessori

Ausbildung, Kinesiologin

Ort: bei Schönwetter im Garten,

bei Schlechtwetter und im Winter im EG Gruppenraum

Öffnungszeiten: jeden Donnerstag von 15:00 bis 16:30 Uhr, ab 17.09.26

Ausnahme: an Feiertagen und Schulferien

Beitrag: Freiwillige Spenden

SMS Anmeldung bis 12:00 Uhr im Büro 0650 56 500 20

EKiZ-Café

Willkommen im EKiZ! Der erste Schritt ist oft schwer, darum steht unser Haus für ALLE offen, die das EKiZ einfach mal kennen lernen wollen oder sich mit ihren Kindern, auch unabhängig von einem Kursbesuch, in einer gemütlichen Runde treffen bzw. kennenlernen möchten.

Wir bieten Raum für Begegnung, Austausch, neue Freunde finden und vieles mehr.

Die Kinder spielen, die Babys erkunden, wir tauschen uns aus und genießen die gemeinsame Zeit bei einer Tasse Kaffee.

Wir sind darum bemüht, eine einladende Atmosphäre zu schaffen. Gerne nehmen wir uns Zeit für ein Gespräch, informieren und helfen bei der Auswahl von Beratungen und Kursen. Traut euch und kommt einfach vorbei – wir freuen uns auf Euch!

Offener Treff – EKiZ Cafè mit der Bücherei

mit dem Team aus der Bücherei Kramsach

Ort: in der Bücherei Kramsach

Termine: jeden 3. Dienstag im Monat von 15:00 bis 16:00 Uhr, 15.09.26, 20.10.26,

17.11.26, 15.12.26, 19.01.27, 16.02.27, 16.03.27, 20.04.27, 18.05.27, 15.06.27

Beitrag: Freiwillige Spenden

SMS Anmeldung bis 12:00 Uhr im Büro 0650 56 500 20 oder in der Bücherei



Ein Koffer voller Geschichten

„Patzblitz! Was ist denn da passiert?“ oder doch lieber „Es war einmal...“? Anna und ihr Team schnappen ihren Koffer vollgepackt mit Geschichten über Tiere, Feen, Zauberer, Dinosaurier, Ritter und vielem mehr ins EKiZ Kramsach oder laden in die Bücherei Kramsach ein. Es wird vorgelesen, gebastelt, erzählt, gemalt, geratscht ...



Öffnungszeiten

DI 09:00 – 12:00 Uhr und 16:00 – 19 Uhr

MI 16:00 – 19:00 Uhr

FR 15:00 – 18:00 Uhr

Sonn- und Feiertage geschlossen

Wusstest du, dass es **mitten in Kramsach** im Erdgeschoss vom
Gemeindeamt **DIE Bücherei** gibt?

Ob Romane, Sachbücher, **Kinder- und Jugendliteratur**, **Tenise**, Hörbücher oder Filme:
Bei uns findest du unter den über 7.000 Medien bestimmt etwas für dich!

Unser Grundsatz: Alle sind willkommen, um sich zu begegnen, da zu sein und um sich
eventuell auszutauschen. Miteinander füllen wir die Bücherei mit Ideen, Wissen und
Abenteuern.

Wir freuen uns auf dich! – das Team der Bücherei Kramsach

Neu zu aktuellen Veranstaltungen, Medienkatalog und weiteres findest du unter: www.kramsach.bvnet.at
oder auf Instagram: @bucherei_kramsach

Anmeldungen für alle Kurse! T: 0650 – 56 500 20

Offener Treff „Elterncafé“ – einmal im Monat

mit dem Team von Gesund ins Leben

- Termine: jeweils Donnerstag von 09:00 bis 11:00 Uhr
Themen:
- 17.09.26: Babys Entwicklungsschritte im ersten Jahr
 - 15.10.26: Baby weinen – Eltern begleiten
 - 19.11.26: Schlafverhalten von Babys
 - 17.12.26: Konflikte gut begleiten
 - 21.01.27: Sauber werden, trocken bleiben
 - 18.02.27: Spiel und Förderung im Alltag
 - 18.03.27: Klare Kommunikation – Regeln finden ohne Tränen
 - 22.04.27: Achtsamer Umgang als Grundlage von Erziehung
 - 20.05.27: Partnerschaft & Familie im Wandel
 - 17.06.27: Rituale, Regeln und Tagesabläufe



Ein Ort des Austauschs

In einer ungezwungenen Atmosphäre findet ein kurzer Vortrag (15 Minuten) mit einer Gesprächsrunde statt. Bei Kaffee und Tee können die TeilnehmerInnen gerne ihre eigenen Erfahrungen einbringen und austauschen. Kinder sind herzlich willkommen.

In Kooperation mit GIL

5

Beratung

„Einzel-/Paar-/Familienberatung“

Beratung

mit Monika Pöll, Mama-Workout-, Fitness- und Pilatestrainerin, Family Counselor und psychosozialer Berater in Ausbildung, unter Supervision

Termine: auf Anfrage

Beitrag: Erstgespräch € 50,00/ Einzelberatung € 60,00/ Paare und Familien € 90,00



In Beziehung zu sein, sei es als Paar, familiär, freundschaftlich oder im beruflichen Kontext kann unglaublich bereichernd sein – es kann jedoch auch Quelle von Konflikten, Herausforderungen und Verwirrung sein. Wenn du vor großen Herausforderungen stehst, dich belastet oder überfordert fühlst, oder vielleicht sogar eine Krise erlebst, oder einfach mal reden willst ...

Dann meld dich für ein unverbindliches Gespräch!

Im Rahmen meiner Ausbildung am Lehrgang "Family Counseling – Beziehungsorientierte Beratung und Familientherapeutische Interventionen" bei der Internationalen Gesellschaft für Beziehungskompetenz in Familie und Organisation (IGfB), biete ich zu einem geringen Unkostenbeitrag Beratungen in Ausbildung, unter Supervision an.



„Emotionelle Erste Hilfe“

Elternberatung vor und nach der Geburt

mit **Maria Rabl**, Fachberaterin für Emotionelle Erste Hilfe (EEH), Basic Bonding Gruppenleiterin, DGKS, Kommunikationstrainerin

Termine: nach Vereinbarung mit **Maria Tel 0676 63 12 842**

Beitrag: für 50 Minuten € 55,00 / für 90 Minuten € 75,00

Aber was tun, wenn das Anstrengende überwiegt?

- Euer Baby weint viel, kommt schwer zur Ruhe?
- Euch macht der Start ins Elternleben müde, zehrt an euren Kräften?
- Ihr fühlt euch als Eltern erschöpft und hilflos?
- Ihr hattet eine schwierige Geburt?
- Was ist Schlaf? Wenn schlafen zur Belastung wird.

Wir finden individuelle Wege für Dich und Dein Baby!

„Elternberatung Kramsach“

Beratung

mit einer Hebamme

Termine: jeden 3. Donnerstag im Monat von 14:30 bis 16:30 Uhr

17.09. / 15.10. / 19.11. / 17.12.2026 und

21.01. / 18.02. / 18.03. / 15.04. / 20.05. / 17.06. / 15.07. / 19.08.2027

Beitrag: kostenlos und ohne Anmeldung

Die Mutter-Eltern-Beratung der Öffentlichen Gesundheit Tirol bietet für Mütter und Väter mit Säuglingen und Kleinkindern bis zum 4. Lebensjahr:

- Wiegen und Messen
- Beratung zu Fragen der medizinischen Vorsorge
- Stillen und die altersgemäße Ernährung
- Babypflege
- motorische Entwicklung
- Schlafprobleme
- Entwicklung-Förderung-Erziehung

Auch schwangere Frauen sind herzlich willkommen!



6



**REGIONAL
EINFACH
NACHHALTIG
VIELFÄLTIG**

www.tiroler.gemuesekiste.at



05337-64 563

tiroler@gemuesekiste.at

www.tiroler.gemuesekiste.at

Schwangerschaft und Geburt

Ein Baby kommt! Und du hast 1.000 Fragen?

Eine Schwangerschaft ist weit mehr als die Zeit bis zur Geburt. Sie ist der Beginn einer neuen Lebensphase, in der Vertrauen wächst, Bindung entsteht und wichtige Weichen für die Zukunft gestellt werden. Neben Freude und Vorfreude bringen diese Monate oft auch Fragen, Unsicherheiten und Veränderungen mit sich.

Unsere Angebote begleiten werdende Eltern mit fachlicher Kompetenz, persönlicher Beratung und wertvollem Austausch.

Bewegung, Entspannung, Information und Begegnung schaffen Raum, um den eigenen Weg mit Zuversicht zu gehen, die Verbindung zum werdenden Baby aufzubauen und sich gut auf Geburt und Familienleben vorzubereiten. Denn eine starke Begleitung in der Schwangerschaft legt den Grundstein für einen guten Start ins Familienleben.



Für die **fortlaufenden Kurse** Schwangerschafts-, Rückbildungs- und Beckenbodengymnastik und für Qi Gong gibt es einen **5er BLOCK oder 10er BLOCK**, die eine flexible Teilnahme ermöglichen.

Beiträge: 5 Termine | 5er Block € 65,00 Mitglieder / € 70,00 Nicht-Mitglieder
10 Termine | 10er Block € 120,00 Mitglieder / € 130,00 Nicht-Mitglieder



7

Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit

mit Diätologin | in Kooperation der ÖGK

Termine: Montag 22.02.2027, von 15:00 bis 17:00 Uhr

Beitrag: kostenlos

Ich werde Mama! - Eine spannende Zeit beginnt!

Damit Mutter und Kind von Anfang an optimal versorgt sind, ist eine bewusste Ernährung jetzt besonders wichtig. Wie diese im Alltag am besten umgesetzt werden kann und worauf noch zu achten ist, erfahren Sie in diesem kostenlosen Workshop.

Themen: Muttermilch und Säuglingsanfangsnahrungen

Tipps bei Schwangerschaftsbeschwerden

Lebensmittelinfektionen - besser vorbeugen

Nährstoffbedarf - Gut versorgt in Schwangerschaft und Stillzeit

Veränderungen des Körpers - Welche Wunder unser Körper vollbringt

Ein Angebot für werdende Eltern und deren Angehörige, ideal zu Beginn der Schwangerschaft.

 **Richtig essen**
von Anfang an!

 **Österreichische**
Gesundheitskasse



Anmeldungen für alle Kurse! T: 0650 - 56 500 20

E: office@ekiz-kramsach.at und www.ekiz-kramsach.at



„Schwangerschaftsgymnastik“

fortlaufender Kurs

mit Monika Pöll, Mama-Workout-, Fitness- und Pilatetrainerin, Prä- und Postnatale Trainerin, Family Counselor und psychosozialer Beraterin in Ausbildung unter Supervision

Termine: jeden Dienstag von 17:55 bis 18:55 Uhr

Beitrag: € 15,00 oder 1 Termin vom 5er Block, 10er Block

Mitzubringen: Gymnastikmatte oder Handtuch, bequeme Kleidung!

Wir stehen den Frauen beratend zur Seite und zeigen Bewegungen zur Mobilisation von Brustwirbelsäule, Becken und Hüftgelenken sowie Übungen zur Vertiefung der Atmung, welche dann unmittelbar positiven Einfluss auf den Geburtsverlauf haben. Der Austausch mit anderen werdenden Müttern in vertrauter Atmosphäre ist wesentlicher Teil unserer Treffen.



„Schwangerenyoga – Kraft & Ruhe für dich und dein Baby“

fortlaufender Kurs - Einstieg jederzeit möglich

mit Belinda Marksteiner, Int. geprüfte Yogalehrerin, Dipl. Shiatsu Praktikerin,

Ausbildung in Schwangerenyoga & schamanischer Bewusstseinsarbeit

Termine: jeden Montag von 17:30 bis 18:45 Uhr, Start: 14.09.2026

Energieausgleich für 5 Treffen á 75 Minuten: € 95,00 (kein Mitgliederpreis)

Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Matte und Decke

Anmeldung bei Belinda: belindam@gmx.at | 0650 61 22 666

Sanfte Bewegungen, gezielte Atemübungen und achtsame Auszeiten begleiten dich und dein Baby durch diese besondere Zeit. Schwangerenyoga unterstützt dich körperlich und emotional – zum Beispiel bei Rücken- und Ischiasschmerzen, Wasseransammlungen oder Sodbrennen.

Keine Vorkenntnisse nötig.



8



ACHEN-APOTHEKE
KRAMSACH

STADT-APOTHEKE
RATTENBERG

Achen-Apotheke Kramsach KG

Zentrum 36
6233 Kramsach

Tel 05337 64617

Pfarrgasse 9
6240 Rattenberg

Tel 05337 62318

Wir sind gerne für Sie da:

Mo-Fr	8.30-12.30h 14.30-18.30h
Sa	8.30-12.30h



Druckerei Aschenbrenner · 6330 Kufstein
Tel. 05372/65200-0 · www.aschenbrenner.at

Schwangerschaft und Geburt

„Achtsamkeit & Entspannung QiGong für Schwangere“

mit Sabine Montibeller, ganzheitliche Entspannungstrainerin, QiGong Übungsleiterin

Termine: jeden Dienstag von 19:00 bis 20:15 Uhr

Block 1: 13.10.26, Block 2: 12.01.27, Block 3: 30.03.27

Beitrag: für 8 Treffen Mitglieder € 110,00 / Nicht-Mitglieder € 152,00

Mitzubringen: Gymnastikmatte, bequeme Kleidung und Decke mitnehmen!

Anmeldung im EKIZ oder direkt bei Sabine 0660 1227294



Gerade in der Schwangerschaft ist es wichtig auf seinen eigenen Körper zu hören, sich Entspannung zu gönnen und die Selbstachtsamkeit zu stärken. Denn geht es der werdenden Mama gut, dann geht es auch dem Baby gut! Neben Achtsamkeit und Entspannung stärken wir durch spezielle Übungen aus dem QiGong die wichtige Verbindung zum Baby schon in der Schwangerschaft. Zusätzlich können wir durch diese sanfte Bewegungsform unseren Rücken entlasten, die Lunge befreien (im Brustkorb Platz schaffen) und unsere Nierenenergie stärken.



„Geburtsvorbereitungskurs INTENSIV Wochenende“

mit Judith Steingruber, Hebamme und

mit Maria Rabl, Basic Bonding Gruppenleiterin, EEH Fachberaterin, DGKS

Beitrag: Mitglieder € 138,00 je Paar bzw. Mama, jeweils mit je 30 Min. Pause

Termine: 24.+25.09.2026, 19.+ 20.11.2025, jeweils von 15:00 bis 19:00 Uhr

weitere Termine siehe Homepage

inkl. kostenlose Schnupperstunde für Schwangerschaftsgymnastik

9

Geburtsvorbereitung INTENSIV TAG 1 | Teil 1:

Nicht nur die Entwicklung des Kindes im Mutterleib – auch die Geburt und die anschließende Umstellung der Frau auf „nicht schwanger“ ist ein kleines Wunderwerk der Natur. So wie jede Frau und jedes Kind eine einzigartige Person sind, verläuft auch jede Geburt anders. Deshalb wird in diesem Kurs Wert daraufgelegt, die Abläufe einer Geburt zu kennen und sich auf die eigene Version von Geburt einzulassen. Ein weiteres Thema des Kurses ist das Wochenbett. Diese ersten Wochen nach der Geburt sind für eine junge Mutter eine Zeit voller körperlicher und seelischer Umstellungen, in denen sich die Familie neu zusammenfinden muss.

Diese Art der Geburtsvorbereitung ist für all jene besonders gut geeignet, die wenig Zeit oder nur ein paar Fragen rund um das letzte Schwangerschaftsdrittel, die Geburt und das Wochenbett haben.

In diesen Stunden werden unter anderem Dinge besprochen wie: Vorbereitungen und Anzeichen der Geburt, Klinikoffen, wann ins Krankenhaus, natürliche Geburt, Geburtsablauf, Geburtsmechanik, Kaiserschnitt, Geburtsinterventionen, Wehenarten, Geburt als Bergtour, Schmerzmittel, Umgang mit Schmerz, Atmung, wie kann der Partner bei der Geburt unterstützen, Stillen und Wochenbett.

PAUSE: Bitte nehmt euch kleine Jause mit! :-)



Teil 2:

EEH (Emotionelle Erste Hilfe) / Basic Bonding im Rahmen der Geburtsvorbereitung für Eltern

und Babys: Ein Bewahren und Stärken der emotionalen Bindung zwischen Eltern und Kind von Beginn an. Wir lernen kennen:

- <3 Übungen zur eigenen Körperwahrnehmung
- <3 Entspannungsfördernde Körperübungen
- <3 Ressourcen für die Zeit nach der Geburt
- <3 Bindungsfördernde Körperberührungen
- <3 Handling eines Neugeborenen aus Sicht der EEH



Geburtsvorbereitung INTENSIV TAG 2 | Fortsetzung Geburtsvorbereitung

Anmeldungen für alle Kurse! T: 0650 – 56 500 20

E: office@ekiz-kramsach.at und www.ekiz-kramsach.at



„Milchgeflüster – Dein Stillvorbereitungskurs

Stillwissen kompakt & liebevoll vermittelt“ fortlaufendes Angebot

mit Susanne Walzer, Familienbandl, Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin,
BFB bindungsorientierte Familienbegleiterin ®

Termine: ab 3 Anmeldungen, jeweils Samstag von 9:00 bis ca. 12:00 Uhr
17.11.26 / 06.03.27 / 03.07.27

Beitrag: € 45,00 Mitglieder / € 50,00 Nicht-Mitglieder,

SMS Anmeldung bis Vortag 18 Uhr bei Susanne 0677 61835446 od. über Homepage!

Du bist schwanger und möchtest stillen? Oder du bist dir noch nicht ganz sicher, ob das der richtige Weg für dich ist? Im Stillvorbereitungskurs bekommst du wertvolles Wissen, das dir hilft, mit Selbstvertrauen und Klarheit in die Stillzeit zu starten.

Denn Wissen schenkt Sicherheit und kann dir helfen, viele Herausforderungen von Anfang an zu verstehen, zu vermeiden oder gelassen zu meistern. **Auch Papas sind herzlich willkommen und dürfen sich über das Stillen informieren.** Alles Wichtige bekommst du nach dem Workshop bequem per Mail als Handout zugeschickt.

„Gut vorbereitet auf einen geplanten Kaiserschnitt“

mit Maria Egger, Hebamme

Termine: auf Anfrage; als Abendveranstaltung Dauer: ca. 2 bis 2,5 Stunden

Beitrag: € 95,00 Mitglieder / € 99,00 Nicht-Mitglieder,



Eine gute Vorbereitung auf einen geplanten Kaiserschnitt kann helfen, den Ablauf der Geburt und die erste Zeit mit eurem Baby bewusster zu erleben. In dieser Veranstaltung bekommt ihr Informationen rund um den Kaiserschnitt und Raum für eure persönlichen Fragen. Wir sprechen über die Vorbereitung auf den Operationstag, den Ablauf im Krankenhaus, die erste Zeit nach der Geburt sowie über Wochenbett, Bonding und die Ernährung eures Neugeborenen. Der Austausch steht dabei ebenfalls im Mittelpunkt, damit ihr gut informiert und mit Vertrauen in die Geburt und die erste Zeit mit eurem Baby starten könnt.

„Zeit für eure Geburtserfahrung“

mit Maria Egger, Hebamme

Termine: auf Anfrage; Das Angebot findet in einem persönlichen Rahmen bzw. in einer kleinen Gruppe statt. Als Einzelgespräch oder auch für 2 bis 3 Personen (Paare)
Dauer ca. 1,5 Stunden

Beitrag: € 45,00 Mitglieder / € 49,00 Nicht-Mitglieder,



Die Geburt eines Kindes ist ein prägendes Erlebnis. Manchmal so, wie man es sich vorgestellt hat, manchmal anders als erwartet. Im Rahmen dieses Angebots habt ihr die Möglichkeit, eure Geburtserfahrung in Ruhe zu erzählen, Erlebtes einzuordnen und offene Fragen zu besprechen. Gemeinsam schauen wir auf eure Geburt zurück und geben Raum für Gedanken, Gefühle und persönliche Wahrnehmungen. Dabei geht es nicht um eine Bewertung von Abläufen oder Entscheidungen, sondern darum, eure eigene Geburtserfahrung besser zu verstehen und einzuordnen. Als Hebamme begleite ich euch mit fachlichem Wissen, einem offenen Ohr und Zeit für eure ganz persönlichen Fragen.

WiR

WIRTSCHAFT IN DER REGION

alp
bach
tal



Schenken, was Freude macht!

WiR-Einkaufsschecks

regional denken, regional einkaufen!

WiR-Einkaufsschecks erhalten Sie bei den Raiffeisenbanken und Sparkassen in der Region.

Alpbach | Brandenburg | Brixlegg | Kramsach
Münster | Radfeld | Rattenberg | Reith i. A.

info@wir-alpbachtal.at



„Still-Treff (Stillberatung)“

offene Treffen / Fragerunde / Vortrag

mit Susanne Walzer, Familienbandl, Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin,
BFB bindungsorientierte Familienbegleiterin ®

Termine: ab 3 Anmeldungen! Montags von 09:30 bis 11:30 Uhr

21.09. / 19.10. / 23.11. / 14.12.26 und

18.01. / 22.02. / 15.03. / 19.04. / 24.05. / 21.06. / 19.07.27

Beitrag: € 3,00 Mitglieder / € 5,00 Nicht-Mitglieder, 5er oder 10er Block erhältlich!

SMS Anmeldung bis Vortag 18 Uhr bei Susanne 0677 618 35 446

Die erste Zeit mit Baby kann wirklich herausfordernd sein.

In unserem Stilltreff bekommst du neben Informationen, Unterstützung und kompetenter Beratung bei Problemen auch die Möglichkeit vom Erfahrungsschatz anderer Mamas zu profitieren.

Wir quatschen nicht nur über das Stillen, sondern auch über Babyschlaf, Beikost und vieles mehr. Zu unseren monatlichen Treffen laden wir alle Schwangeren, stillende und nichtstillende Mütter mit ihren Babys ganz herzlich ein.



Baby und Kleinkind

12

„Beikost – Kochworkshop“

Kochworkshop

mit Florina Prosch, BSc Diätologin

Termine: 30.11.26 / 14.01. und 25.03.27

Beitrag: € 8,00 Lebensmittelbeitrag; Bitte Vorort BAR entrichten; Behälter mitbringen

Bitte um verlässliche Absage, wenn der Termin kurzfristig nicht wahrgenommen werden kann!

Kochen für Babys – klingt kinderleicht und bringt doch so viele Fragen mit sich.

Ich bin selbst Mutter und kenn diese Fragen daher aus eigener Erfahrung. „Selber Kochen, Gläser, Fingerfood, Brei, Allergene, ...?“ Gerne wird nun bei vielen Eltern „Dr. Google“ befragt. Im Internet findet man zwar eine Fülle an Informationen zum Thema Beikost, doch sind viele dieser Infos kritisch zu hinterfragen. Welche Lebensmittel du deinem Schatz anbieten kannst und welche du im ersten Lebensjahr meiden solltest, werde ich dir in diesem Kochworkshop zeigen. Gemeinsam bereiten wir saisongerechte Breie und Fingerfood zu, welche wir natürlich auch verkosten werden.

Du hast Interesse aber keinen Babysitter? Dann bring dein Kind doch einfach mit!



Anmeldungen für alle Kurse! T: 0650 – 56 500 20

E: office@ekiz-kramsach.at und www.ekiz-kramsach.at

„Workshop Abenteuer Beikost“

Ernährungsworkshop

mit Susanne Walzer, Familienbandl, Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin,
BFB bindungsorientierte Familienbegleiterin ®

Termine: jeweils von 09:30 bis 11:30 Uhr
12.10.26 / 08.02. und 07.06.27

Beitrag: € 30,00 pro Person inkl. Handout | auch Papas, Omas und Opas sind herzlich willkommen.

SMS Anmeldung bis Freitag 12 Uhr im EKIZ oder bei Susanne 0677 618 35 446



Ist mein Kind schon bereit für die Beikost? Muss es denn immer der Karotten- oder Pastinakenbrei sein? Mein Kind isst nicht viel – bekommt es denn genügend Nährstoffe?

Mit dem Thema Beikost sind viele Unsicherheiten und Ängste verbunden. Um dir und deinem Kind eine entspannte Beikostzeit zu ermöglichen, besprechen wir gemeinsam folgende Themen:

- Wann beginnt man mit der Beikost? | • Brei, Baby - Led Weaning oder was gibt es noch?
- Welche Sicherheitsregeln gilt es zu beachten? | • Welche Lebensmittel sind geeignet?
- Beikost statt Anstattkost- benötigt mein Kind noch Milch?
- Worauf kommt es noch an? ... und viel Raum für persönliche Fragen



„Ernährung von Babys und Kleinkindern“

Ernährungswshops

mit Diätologin ÖGK

Beitrag: Kostenlos

Anmeldung: EKIZ www.ekiz-kramsach.at

Weitere Termine und Infos online auf www.ekiz-kramsach.at

Termine: Montag 28.09.26 / 01.03.27 von 15:00 bis ca. 17:00 Uhr

„Ernährung von Kindern im 1. Lebensjahr“

- Alter bei der Einführung der Beikost • Zeitpunkt der Beikostgabe
- Auswahl der Lebensmittel für die Einführung der Beikost • Beginn der Getränkegabe

Termin: Montag 16.11.26 / 08.03.27 von 15:00 bis ca. 17:00 Uhr

„Ernährung von ein- bis dreijährigen Kindern“

Wie viele Mahlzeiten braucht mein Kleinkind? Welche Lebensmittel sind besonders wichtig für das Wachstum und die Entwicklung meines Kindes? Wie kann ich Gemüse muffel zum Gemüse kosten bewegen? Diese Informationen und viele mehr erfahren Sie im Workshop. Am Ende bleibt noch genügend Zeit für Fragen. In Kooperation mit der ÖGK

 **Richtig essen**
von Anfang an!

 **Österreichische**
Gesundheitskasse

13



EINLADUNG ZUM SUMSI SPAREN

27. - 30 Oktober 2026

Fleißige Sumsi-Sparer:innen werden belohnt.
Schau mit deinen Eltern bei uns vorbei und sicher dir

- ein kleines Geschenk für dein Ersparnis
- ein tolles Gewinnspiel
- attraktive Verzinsung
- Ermäßigung bei zahlreichen Sumsi-Partnern

Ich freu mich auf dich! Deine Sumsi.

**Raiffeisen Bezirksbank
Kufstein**





„Schlaf schön! Baby- und Kleinkinderschlaf verstehen“

offene Treffen / Fragerunde / Vortrag

mit Susanne Walzer, Familienbandl, Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin,
BFB bindungsorientierte Familienbegleiterin ®

Termine: ab 3 Anmeldungen! Montag von 09:30 bis 11:30 Uhr

28.09.26 / 11.01.27

Beitrag: € 30,00 incl. Handout, weitere Begleitpersonen zahlen € 10,00

SMS Anmeldung bis Vortag 18 Uhr bei Susanne 0677 618 35 446 oder Homepage

Schlaf bei Babys – klingt erstmal einfach, aber ist oft ein echtes Abenteuer!

In diesem Vortrag bekommst du verständliches Wissen, praktische Tipps und vor allem: realistische, liebevolle Perspektiven auf das Thema Babyschlaf.

Für entspanntere Nächte und weniger Druck im Familienalltag.

Alles Wichtige bekommst du nach dem Workshop bequem per Mail als Handout zugeschickt.



„Shiatsu Babymassage – Glücksgriffe für entspannte Baby-Momente“

2-teilige Eltern-Baby-Gruppe

mit Belinda Marksteiner, Int.geprüfte Yogalehrerin, Dipl. Shiatsu Praktikerin

Termine: Donnerstag von 09:00 bis 10:00 Uhr

08.+15.10.2026, 25.02. + 04.03.27

Beitrag: für 2 Treffen € 84,00 (kein Mitgliederpreis)

Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Handtuch

Anmeldung bei Belinda: belindam@gmx.at | 0650 61 22 666

In diesem liebevollen Kurs lernst du einfache, aber wirkungsvolle Shiatsu-Griffe zur Unterstützung deines Babys und zur Stärkung eurer Bindung.

Die **Shiatsu-Babymassage** bietet mehr als Entspannung:

Sie **beruhigt dein Baby**, **stärkt das Immunsystem**, **fördert Beweglichkeit** und unterstützt die **gesunde Entwicklung** in den ersten Lebensmonaten. Gleichzeitig hilft sie in **akuten Stresssituationen**, bei **Unruhe** oder **Unwohlsein** - mit sofort spürbarer Wirkung.

Du bekommst ein wertvolles Handwerkzeug an die Hand, das dich in besonderen Momenten zu zweit stärkt - für achtsame Berührung und tiefe Verbindung im Alltag.



Anmeldungen für alle Kurse! T: 0650 - 56 500 20

E: office@ekiz-kramsach.at und www.ekiz-kramsach.at

„MAMA ZEIT – Schmetterlingsmassage nach Eva Reich – Basic Bonding“

6 teilige Mutter-Baby-Gruppe mit **Babys von 0 bis 6 Monaten**
mit Maria Rabl, Basic Bonding Gruppenleiterin, EEH Fachberaterin,
DGKS, Kommunikationstrainerin

Termine: jeden Montag von 09:00 bis 11:00 Uhr

Block 1: 14.09.26, Block 2: 09.11.26, Block 3: 11.01.27,

Block 4: 08.03.27, Block 5: 24.05.27

Beitrag: für 6 Treffen € 90,00 Mitglieder / € 96,00 Nicht-Mitglieder

Durch angeleitete Körperberührungen wird eine liebevolle Verbindung mit dem Baby aufgebaut. Im Laufe des Kurses werden die verschiedenen Berührungselemente vorgestellt und erprobt, die Babys dabei in ihrer Körperwahrnehmung unterstützt. Die Mütter bauen über ihre Hände eine Verbindung zu ihren Babys auf und lernen die verschiedenen Bedürfnisse und Körperbotschaften ihrer Säuglinge besser zu verstehen. Ein Üben und Erfahren der Massage in kleinen Schritten.

Ziele des Kurses: Erlernen der Massage und der Fähigkeit, dem Baby auch bei Stress Sicherheit und Geborgenheit vermitteln zu können. Entspannung für Mutter und Kind, die Freude am Kontakt zum Baby und der Austausch mit anderen Müttern. In Absprache ist es auch möglich, dass die Papas bei einem Treffen dabei sind oder selbst eine zusätzliche Einheit machen.



„BABY Zeit – Babymassage mit Mama, Papa, Elternpaare ...“

Babymassage nach Eva Reich - für Babys ab der Geburt bis zu 6 Monaten
mit Maria Rabl, Basic Bonding Gruppenleiterin, EEH Fachberaterin,
DGKS, Kommunikationstrainerin

Termine: Freitag von 16:00 bis 18:00 Uhr oder Samstag von 09:00 bis 11:00 Uhr
auf Anfrage

Beitrag: für 2 Treffen mit 2 TN € 63 Mitglieder / € 65 Nicht-Mitglieder,
ab 3 TN € 45 Mitglieder / € 47 Nicht-Mitglieder | Preis wird vor Start korrigiert!

Durch angeleitete Körperberührungen kann eine liebevolle Verbindung mit dem Baby aufgebaut werden. Im Laufe des Kurses werden die verschiedenen Berührungselemente vorgestellt und erprobt, die Babys dabei in ihrer Körperwahrnehmung unterstützt. Mama, Papa, Elternpaare oder andere Bezugsperson (über die Treffen immer die gleiche Person!) bauen über ihre Hände eine Verbindung zu ihren Babys auf und lernen die verschiedenen Bedürfnisse und Körperbotschaften ihrer Säuglinge besser zu verstehen. Ein Üben und Erfahren der Massage in kleinen Schritten.

Ziele des Kurses: Erlernen der Massage und der Fähigkeit, dem Baby auch bei Stress Sicherheit und Geborgenheit vermitteln zu können. Entspannung für Mutter und Kind, die Freude am Kontakt zum Baby und der Austausch mit anderen Müttern. In Absprache ist es auch möglich, dass die Papas bei einem Treffen dabei sind oder selbst eine zusätzliche Einheit machen.





„Der kleine Yoga-Bär“

fortlaufender Eltern-Baby|Kind-Kurs

mit Belinda Marksteiner, Int.geprüfte Yogalehrerin, Dipl. Shiatsu Praktikerin

Termine: jeden Mittwoch von 09:15 bis 10:30 Uhr

16.09. / 21.10. / 02.12.26 und 20.01. / 03.03. / 14.04. / 19.05.27

Energieausgleich € 95,00 für 5 Treffen á 75 Minuten

Fortlaufender Kurs - Einstieg jederzeit möglich

Mitzubringen: Decke, Matte und warme Socken

Anmeldung bei Belinda: belindam@gmx.at | 0650 61 22 666

Mama-Baby-Yoga zur Rückbildung & Entspannung

Für Mamas mit Babys ab 8 Wochen bis ca. 1,5 Jahre

In diesem liebevoll begleiteten Kurs findest du als frischgebackene Mama Raum für Bewegung, Entspannung und bewusste Zeit mit deinem Baby.

Sanfte Rückbildungs- und Yogaübungen stärken Beckenboden, Bauch und Rücken, lösen Verspannungen und unterstützen dich in deiner körperlichen und emotionalen Regeneration.

Dein Baby – dein kleiner Yoga-Bär – darf in die Übungen einbezogen werden, beobachten, kuscheln oder einfach schlafen. Die gemeinsame Praxis fördert eure Bindung und schenkt Ruhe und Kraft im Mama-Alltag.

16

„Beckenboden | Rückbildung“

fortlaufendes Angebot

mit Monika Pöll, Mama-Workout-, Fitness- und Pilatetrainerin, Prä- und Postnatale Trainerin, BeBo-Fachfrau

Termine: jeden Dienstag von 16:45 bis 17:45 Uhr

Beitrag: € 15,00 oder 1 Termin vom 5er Block, 10er Block

Mitzubringen: Gymnastikmatte oder Handtuch, bequeme Kleidung!

SMS Anmeldung bei Monika 0660 4603399

Kennenlernen und Sensibilisieren des Beckenbodens. Kräftigung der Bauch- und Rückenmuskulatur. Gezielte Übungen zur Förderung der Rückbildung nach der Schwangerschaft, um späteren Beschwerden vorzubeugen. Entspannung zur seelischen Ausgeglichenheit und die Möglichkeit zum Austausch mit anderen Müttern.

Natürlich darf das Baby gerne mitkommen und die Kurstage können gewechselt werden! Frühestens 6 Wochen nach Spontangeburt, frühestens 8 Wochen nach Kaiserschnitt!



Anmeldungen für alle Kurse! T: 0650 – 56 500 20
E: office@ekiz-kramsach.at und www.ekiz-kramsach.at

„Mama Power – Beckenbodenfreundliches Training für mehr Kraft und Ausdauer“

fortlaufender Kurs

mit Monika Pöll, Mama-Workout-, Fitness- und Pilatestrainerin, Prä- und Postnatale Trainerin, BeBo-Fachfrau

Termine: jeden Dienstag von 16:50 bis 17:50 Uhr

Beitrag: € 15,00 oder 1 Termin vom 5er Block, 10er Block

Mitzubringen: Gymnastikmatte oder Handtuch, bequeme Kleidung!

SMS Anmeldung bei Monika 0660 460 3399

Dieser Kurs richtet sich an alle Mamas, die nach der Rückbildung weiter in ihre Kraft kommen möchten. Du hast bereits einen Rückbildungskurs abgeschlossen und willst jetzt dranbleiben? Dann bist du hier genau richtig. In „Mama Power“ kräftigen wir gezielt deine Körpermitte, stabilisieren den Beckenboden und steigern deine Ausdauer. Die Übungen werden intensiver, bleiben aber immer auf die besonderen Bedürfnisse im ersten Jahr nach der Geburt abgestimmt. Begleitet von funktionellen Ganzkörperübungen baust du deine Fitness Schritt für Schritt auf – sicher, effektiv und in einem Rahmen, der dir und deinem Körper gut tut. Für mehr Energie im Alltag. Für dich. Für dein Körpergefühl. Für deine Power. 5er oder 10er Block kann für diesen Kurs verwendet werden. Natürlich darf das Baby gerne mitkommen!



„Dein Weg zur Stabilen Mitte – 6 Wochen Programm – bei Bauchwand-Schwäche, Rektusdiastase“

6 teilige Kurse

mit Monika Pöll, Mama-Workout-, Fitness- und Pilatestrainerin, Prä- und Postnatale Trainerin, BeBo-Fachfrau

Termine: auf Anfrage

Beitrag: für 6 Treffen bis 5 TN: € 171,00 Mitglieder / € 177,00 Nicht-Mitglieder

ab 5 TN: € 145,00 Mitglieder / € 151,00 Nicht-Mitglieder

inkl. Handout und Begleitung

SMS Anmeldung bei Monika 0660 460 3399

Wenn du das Gefühl hast, dass deine Körpermitte nicht stabil ist, dein Bauch aussieht, als wärst du noch schwanger, du Schmerzen oder Probleme im Bauch- oder Beckenbereich und in weiterer Folge Rückenschmerzen plagen UND du folgendes ändern möchtest:

- Babybauch sanft zurück zur Funktionalität und Stabilität führen
- deinen Bauch, deine Taille im Zusammenspiel mit Atem, Becken und Beckenboden wahrnehmen und spüren
- UND du aktiv bereit bist dafür was zu tun - dann bist du in diesem Kurs genau richtig!!

Die Rückbildung soll zu Workshop-Beginn bereits abgeschlossen sein!

Bei Fragen vorab könnt ihr euch gerne an Monika unter der Tel. Nr. 0660 4603399 wenden.



17



• Hofladen mit vielen Alpakaprodukten für Babys, Kinder und Erwachsene

• Hofführungen

• Kindergeburtstage ab 6 Jahre

• Spazieren mit Lamas und Alpakas

Öffnungszeiten:
Freitag 15:00-17:00 Uhr

Fachental 19
6233 Kramsach

Tel: 0660 – 125 15 01
karoline@freifusshof.at
www.freifusshof.at

„Stressfrei für Mama & Baby - Entspannt im neuen Alltag ankommen“ (0 bis 12 Monate)

6 teilige Eltern-Baby-Gruppen

mit Nathalie Moser, Elementarpädagogin, akute Trauma- und Notfallpädagogin im Bildungskontext, Legasthenie- & Dyskalkulietrainerin, Reflexintegrationstrainerin, Studentin Elementarpädagogik

Termine: jeden Mittwoch von 09:00 bis 10:15 Uhr,

Block 1: 07.10.26, Block 2: 25.11.26, Block 3: 27.01.27, Block 4: 17.03.27

Block 5: 05.05.2027 (jeweils 6 Treffen)

Beitrag: für 6 Treffen á 75 Min. € 95,00 Mitglieder / € 101,00 Nicht-Mitglieder

Die Zeit nach der Geburt verändert das Leben von Grund auf. Zwischen Schlafmangel, neuen Aufgaben und den Bedürfnissen des Babys bleibt oft wenig Raum, selbst anzukommen. Viele Mamas erleben Stress, Erschöpfung oder das Gefühl, ständig funktionieren zu müssen. Dieser Kurs richtet sich bewusst an die Mama. In einem geschützten Rahmen schaffen wir Zeit zum Durchatmen, Ankommen und Auftanken. Mit sanften Übungen aus der Reflexintegration nach Doreen Schäfer sowie einfachen Entspannungs- und Körperwahrnehmungsübungen unterstützen wir das Nervensystem dabei, mehr Ruhe und innere Balance zu finden. Eine entspannte Mama kann gelassener auf die Bedürfnisse ihres Babys eingehen. So entsteht mehr Sicherheit, Leichtigkeit und Verbundenheit für Mama und Kind.

„Wenn das Nervensystem der Mama zur Ruhe kommt, profitiert die ganze Familie.“

Neben den Übungen bietet der Kurs auch Raum für Austausch mit anderen Mamas.

Ziel des Kurses:

- Das eigene Nervensystem beruhigen und regulieren
- Stress abbauen und neue Kraft schöpfen
- Mehr Gelassenheit und innere Sicherheit im Alltag entwickeln
- Beziehung zum Baby durch die eigene innere Stabilität positiv unterstützen
- Austausch mit anderen Mamas in einer wertschätzenden Atmosphäre

„Krabbelkäferlein“ (ca.6 bis 12 Monate)

6 teilige Eltern-Baby/Kind-Gruppen

mit Bernadette Scheidnagl, Elementarpädagogin, Eltern-Baby-Coach i.A

Termine: jeden Dienstag von 08:30 bis 09:45 Uhr,

Block 1: 22.09.26, Block 2: 10.11.26, Block 3: 12.01.27, Block 4: 02.03.27,

Block 5: 20.04.27, Block 6: 01.06.27

Beitrag: für 6 Treffen € 60,00 Mitglieder / € 66,00 Nicht-Mitglieder

Schnuppern nach Anmeldung möglich. Beitrag für 1 Treffen € 12,00

Der Alltag mit Kindern ist ein spannendes Abenteuer, das viel Freude und auch Herausforderungen mit sich bringt. Rituale bilden einen wichtigen Baustein, um die Kinder liebevoll durch den Tag zu begleiten und um ihnen Sicherheit zu vermitteln. Die „Krabbelkäferlein“ knüpfen erste Kontakte. Wir lernen Reime, Kniereiter, Sing- und Fingerspiele, Rassel- und Bewegungslieder, welche dann zu Hause bei vielen täglichen Gelegenheiten umgesetzt werden können.

Die Kinder können außerdem mit verschiedenen Materialien experimentieren, Krabbelwiesen erkunden, ins Bällebad tauchen und vieles mehr. Der Austausch unter den Eltern stellt ebenfalls eine große Bereicherung dar!



„Ein Kind ist ein Buch, aus dem wir lesen und in das wir schreiben sollen.“



„Kleine Spatzen“ (12 bis 20 Monate) 10 teilige Eltern-Kind-Gruppen mit Elaine Innerbichler, Nativespeaker Englisch, Krippenerzieherin, Montessori Ausbildung, Kinesiologin

Termine: jeden Mittwoch von 9:00 bis 10:30 Uhr

Block 1: 23.09.26, Block 2 : 20.01.27, Block 3: 14.04.27

Beitrag: für 10 Treffen € 103,00 Mitglieder / € 113,00 Nicht-Mitglieder, inkl. Bastelbeitrag
Schnuppern nach Anmeldung möglich. Beitrag für 1 Treffen € 12,00



Der Alltag mit Kindern ist ein spannendes Abenteuer, das viel Freude und auch Herausforderungen mit sich bringt.

Rituale bilden einen wichtigen Baustein, um die Kinder liebevoll durch den Tag zu begleiten und um ihnen Sicherheit zu vermitteln. Die „kleinen Spatzen“ knüpfen erste Kontakte.

Wir lernen Reime, Kniereiter, Sing- und Fingerspiele, Rassel- und Bewegungslieder, welche zu Hause bei vielen täglichen Gelegenheiten umgesetzt werden können.

Die Kinder können außerdem mit verschiedenen Materialien experimentieren, Krabbelwiesen erkunden, ins Bällebad tauchen und vieles mehr. Der Austausch unter den Eltern stellt ebenfalls eine große Bereicherung dar!



„Schmusekätzchen“ (12 bis 24 Monate) 6 teilige Eltern-Kind-Gruppen mit Sonja Hotter, Obfrau, Eltern-Kids-Coach i.A.

Termine: jeden Freitag von 10:15 bis 11:45 Uhr, Block 1: 06.11.26,
Block 2 : 05.02.27 (jeweils 6 Treffen)

Beitrag: für 6 Treffen € 63,00 Mitglieder / € 69 Nicht-Mitglieder, inkl. Bastelbeitrag
Schnuppern nach Anmeldung möglich. Beitrag für 1 Treffen € 12,00

Wir schaffen uns eine vertraute Umgebung für uns und unsere Kinder. Wiederholte Reime, Lieder, Fingerspiele, aber auch spannendes Experimentieren mit unterschiedlichen Materialien, die unsere Wahrnehmung schulen, füllen unseren gemeinsamen Vormittag. Wir nehmen uns ganz bewusst Zeit füreinander und es wird alles ganz auf die Bedürfnisse der Kleinen abgestimmt. Anschließend runden wir die Stunde mit einer gemeinsamen Jause ab. Dabei haben die Eltern die Möglichkeit, sich über aktuelle Themen auszutauschen, die Kinder können freispielen und erkunden, bis wir uns mit einem Bewegungslied, bis zum nächsten Mal, verabschieden. Besonders in der Zeit, wo die Kinder noch klein sind, ist es eine große Bereicherung einmal aus den eigenen vier Wänden raus zu kommen und neue Menschen kennen zu lernen mit ähnlicher Lebenssituation.





„Tanzmäuse Minis“ (ca. 12 bis 20 Monate) 6 teilige Eltern-Kind-Gruppen mit Sonja Hotter, Obfrau, Eltern-Kids-Coach i.A.

Termine: jeden Freitag von 09:00 bis 10:00 Uhr, Block 1: 25.09.26, Block 2: 13.11.26
Block 3: 15.01.27, Block 4: 05.03.27, Block 5: 23.04.27

Beitrag: für 6 Treffen € 48,00 Mitglieder / € 54,00 Nicht-Mitglieder

Mitzubringen: rutschfeste Socken für Mama und Kind

Schnuppern nach Anmeldung möglich. Beitrag für 1 Treffen € 12,00



„Tanzmäuse“ (12 bis 24 Monate) 6 teilige Eltern-Kind-Gruppen mit Sonja Hotter, Obfrau, Eltern-Kids-Coach i.A.

Termine: jeden Donnerstag von 09:00 bis 10:00 Uhr, Block 1: 24.10.26,
Block 2: 12.11.26, Block 3: 14.01.27, Block 4: 04.03.27, Block 5: 22.04.27

Beitrag: für 6 Treffen € 48,00 Mitglieder / € 54,00 Nicht-Mitglieder

Mitzubringen: rutschfeste Socken für Mama und Kind

Schnuppern nach Anmeldung möglich. Beitrag für 1 Treffen € 12,00

Wir begeben uns in entspannter Atmosphäre auf eine gemeinsame musikalische Entdeckungsreise. Die Kinder knüpfen erste Kontakte zu Gleichaltrigen und es gibt viel Neues zu entdecken. Der Ablauf ist immer gleich: Freies Spiel, Begrüßungslied mit Maus Tilda, Fingerspiele, tanzen und singen zu Bewegungsliedern, Rassellieder, experimentieren mit verschiedenen Instrumenten. Kniereiter mit Gymnastikbällen und Spiele mit dem großen Schwungtuch sind Teil unserer gemeinsamen Stunde. Alles wird oft wiederholt und gibt so Sicherheit und Vertrauen. Im letzten Teil der Stunde baden wir mal in Bällen, Kastanien, Nudeln, Sand, Stroh, Papierschnitzel ... und machen alles, was uns Spaß macht. Die Eltern haben die Möglichkeit sich auszutauschen, bis wir uns mit einem Lied bis zum nächsten Treffen verabschieden.

„Springflöhe“ Bewegungsspielgruppe (12 bis 24 Monate)

6 teilige Eltern-Kind-Gruppen

mit Elaine Innerbichler, Nativespeaker Englisch, Krippenerzieherin,
Montessori Ausbildung, Kinesiologin

Termine: jeden Montag, Gruppe 1 von 09:00 bis 10:00 Uhr | Gruppe 2 von 10:15 bis 11:15 Uhr
Block 1: 14.09.26, Block 2: 02.11.26, Block 3: 18.01.27, Block 4: 08.03.27,
Block 5: 03.05.27

Beitrag: für 6 Treffen € 48,00 Mitglieder / € 54,00 Nicht-Mitglieder

Hinweis: Voraussetzung ist, dass die Kinder bereits laufen können!

Mitzubringen: Rutschfeste Socken für Mama und Kind

Schnuppern nach Anmeldung möglich. Beitrag für 1 Treffen € 12,00



Im kindgerechten Turnsaal können die Kleinen ihren großen Bewegungsdrang entfalten. Gemeinsam wird mit verschiedenen Bewegungsliedern und Spielen gestartet. Durch selbstständiges Erkunden der vorbereiteten Bewegungslandschaften können sich die Kinder durch Kletten, kriechen, rutschen usw. richtig austoben und dabei auch experimentieren. Gleichzeitig erleben die Kleinen ihre ersten Erfahrungen unter Gleichaltrigen. Die Eltern stehen den Kindern dabei unterstützend zur Seite.



Eltern-Baby/Kind-Gruppen

„Rauf und runter“ Bewegungsgruppe (2 bis 3,5 Jahre)

6 teilige Eltern-Kind-Gruppen

mit Elaine Innerbichler, Nativespeaker Englisch, Krippenerzieherin,
Montessori Ausbildung, Kinesiologin

Ort: KIGA Kramsach, Bewegungsraum, 2. Stock

Termine: jeden Mittwoch von 15:00 bis 16:00 Uhr, Block 1: 16.09.26, Block 2: 04.11.26,
Block 3: 20.01.27, Block 4: 10.03.27, Block 5: 28.04.27

Beitrag: für 6 Treffen € 48,00 Mitglieder / € 54,00 Nicht-Mitglieder

Mitzubringen: Rutschfeste Socken für Mama und Kind

Schnuppern nach Anmeldung möglich. Beitrag für 1 Treffen € 12,00

Kinder benötigen Bewegung für die körperliche, motorische, geistige, soziale und emotionale Entwicklung. In unserem kindgerechten Bewegungsraum können die Kleinen entsprechend ihrer Fähigkeiten und Interessen die unterschiedlichsten Bewegungslandschaften ausprobieren. Die Eltern stehen den Kindern dabei unterstützend zur Seite. Das eine oder andere Bewegungsspiel ist natürlich auch mit dabei!



„Watschelentchen“ (18 bis 24 Monate) 6 teilige Eltern-Kind-Gruppen

mit Bernadette Scheidnagl, Elementarpädagogin, Eltern-Baby-Coach i.A

Termine: jeden Dienstag von 10:00 bis 11:30 Uhr, Block 1: 22.09.2026 Block 2: 10.11.2026
Block 3: 12.01.2027 Block 4: 02.03.2027 Block 5: 20.04.2027 Block 6: 01.06.2027

Beitrag: für 6 Treffen € 63,00 Mitglieder / € 69,00 Nicht-Mitglieder

Schnuppern nach Anmeldung möglich. Beitrag für 1 Treffen € 12,00



Bei unseren Watschelentchen entdecken die Kinder gemeinsam mit einer vertrauten Bezugsperson die Welt und soll die Bindung zwischen Eltern und Kind stärken. In einer liebevollen und entspannten Atmosphäre haben die Kinder die Möglichkeit, Kontakte zu Gleichaltrigen zu knüpfen, ihre Neugier auszuleben, die Sinne anhand von verschiedensten Materialien zu schulen und neue Erfahrungen zu sammeln.

Diese Eltern-Kind-Gruppe ist ein Zusammenspiel aus gemeinsamen Singen von Liedern, Erleben von immer wiederkehrenden Fingerspielen und Kreisspielen, Kreativem Ausprobieren, freiem Spiel und das Entdecken altersgerechter Spiel- und Bewegungsangeboten.

Ich würde mich freuen, euch und eure kleinen Entdecker ein Stück auf eurem gemeinsamen Lebensweg begleiten zu dürfen.



21



Heiseler's Hofladen



Öffnungszeiten

Dienstag	16.00 - 19.00 Uhr
Freitag	15.00 - 19.00 Uhr
Samstag	8.00 - 11.00 Uhr





„Eltern-Kind-Musikgruppe“ (2 bis 4 Jahre) 6 tlg Eltern-Kind-Gruppen

mit Caterine Rohregger, studiert Primärpädagogik und elementar Musikpädagogik

Termine: werden im Frühjahr bekanntgegeben

Beitrag: für 6 Treffen € 48,00 Mitglieder / € 54,00 Nicht-Mitglieder

Schnuppern nach Anmeldung möglich. Beitrag für 1 Treffen € 12,00



Die Eltern-Kind-Musikgruppe lädt dazu ein, Musik gemeinsam spielerisch zu entdecken.

Kinder im Alter von 2 bis 4 Jahren sollen durch Singen, Bewegen, gemeinsames Musizieren und den Einsatz einfacher Instrumente Musik intuitiv und freudvoll erleben.

Durch kurze, abwechslungsreiche Impulse und wiederkehrende Rituale entsteht ein sicherer Rahmen, in dem sich Kinder frei entfalten können und Eltern aktiv am musikalischen Lernprozess teilnehmen.

„Bauchfreunde“ (1,5 bis 3 Jahre)

Eltern-Kind-Gruppe

mit Nadine Hinterholzer, Fitnesstrainerin, Mawiba@Trainerin, Ernährungscoach

Ort: EKiZ Kramsach, Gruppenraum EG

Termine: jeden Dienstag von 15:00 bis 17:00 Uhr

Beitrag: € 39,00 Mitglieder / € 42,00 Nicht-Mitglieder, inkl. Lebensmittelbeitrag

Mitzubringen: Jausenbox



Gemeinsam kochen, entdecken und genießen!

In den saisonalen *Bauchfreunde-Workshops* erleben Kinder gemeinsam mit einer vertrauten Begleitperson, wie viel Freude gesunde Ernährung machen kann. Spielerisch lernen die kleinen Köchinnen und Köche saisonale Lebensmittel kennen, dürfen schnippeln, rühren, kneten und gemeinsam einfache, kindgerechte Gerichte zubereiten.

Jeder Workshop orientiert sich an der jeweiligen Jahreszeit und greift passende Zutaten, Farben und Themen auf – von fruchtigen Spätsommer-Rezepten über herbstliche Köstlichkeiten bis hin zu wärmenden Wintergerichten.

Neben dem gemeinsamen Kochen stehen Bewegung, Sinneserfahrungen und das neugierige Entdecken neuer Lebensmittel im Mittelpunkt. Ganz ohne Druck dürfen Kinder verschiedene Geschmäcker ausprobieren und ihre Freude am Essen entwickeln.

Eltern erhalten dabei ganz nebenbei alltagstaugliche Tipps rund um eine ausgewogene Kinderernährung, den entspannten Umgang mit wählerischem Essen sowie praktische Ideen für gesunde Familienmahlzeiten.

Die Workshops richten sich an Kinder ab ca. 2 bis 5 Jahren mit einer Begleitperson und laden dazu ein, wertvolle gemeinsame Zeit zu verbringen.

Gewohnheiten spielerisch wachsen zu lassen.

Termine und Themen:

- 22.09.26 „Pausenhelden“
- 13.10.26 „bunter Herbst“
- 10.11.26 „Vitaminexpress“
- 01.12.26 „In der Weihnachtsbäckerei“



Eltern-Kind-Gruppen

Waldgruppe „Wurzelpurzel“ in Münster (ab 2,5 Jahre)

5 teilige Eltern-Kind-Gruppe

mit Christiane Schranzhofer, Dipl. Eltern-Kind-Gruppen-Leiterin

Ort: Münster „Gams“

Termine: Tag wird noch bekanntgegeben, jeweils von 09:00 bis 10:30 Uhr
Start Anfang April 2027

Beitrag: für 6 Treffen € 63,00 Mitglieder / € 69,00 Nicht-Mitglieder

Sonne, Erde, Wasser, Wind – und mittendrin ein Menschenkind.

Spielplatz Natur – durch die Kraft der Natur KRAFT schöpfen.

Gemeinsam erforschen wir die Natur und all ihre Geheimnisse.

Durch das Miteinander-Spielen und Erforschen im Wald lernen wir unsere eigenen Stärken besser kennen. Körpererfahrung, Gleichgewichts- und Koordinationsübungen sollen viel Platz haben und ermöglichen uns einen bewussteren Umgang mit der Natur und all ihren Lebewesen, gleichzeitig begünstigt die spielzeugfreie Zone vielfältige Sinneserfahrungen zu machen und die Kreativität in hohem Maße zu fördern. **WICHTIG:** Die Eltern sind für ihre Kinder selbst verantwortlich! Dem Wetter angepasste Kleidung! Zeckenkontrolle!



23

KNIRPSKRAM

einzigartig, persönlich, liebevoll

Das kleine bunte Baby, Kinder- und Geschenkelädchen.

Auf unseren Regalen findet ihr viele von uns handgemachte Produkte. Die meisten unserer Produkte können personalisiert, teilweise sogar komplett nach Wunsch hergestellt werden. Umso persönlicher das Geschenk, umso schöner. Egal ob Geschenk zur Geburt oder Kindergeburtstag – hier werdet ihr bestimmt fündig.

In unserem Onlineshop findet ihr unsere "handmade" Produkte. Alle anderen Produkte findet ihr auf unseren Regalen – wir freuen uns schon auf euren Besuch!

+43 664 46 88 544

HALLO@KNIRPSKRAM.AT

KIRCHFELD 1

6235 REITH I.A.

WWW.KNIRPSKRAM.AT



Erweiterung ab August

Ab August dürfen wir euch noch mehr Kinderkleidung anbieten (Größe 56–140), Matschkleidung und Skianzüge. In unserer Kreativstube finden spannende Workshops für Groß und Klein statt – Anmeldung über unsere Website.

Eine kleine Kinderspielecke wartet darauf erkundet zu werden, damit Mama mal ganz gemütlich durch die Regale stöbern kann.



ÖFFNUNGSZEITEN

DI 8:30 – 11:30 UHR

MI 8:30 – 11:30 UHR & 15 – 18 UHR

DO 8:30 – 11:30 UHR

FR 8:30 – 11:30 UHR & 15 – 18 UHR

Private Kinderkrippe Brandenburg "BALU"

Halbtagesbetreuung ohne Mittagstisch für Kinder von 1,5 bis 3 Jahren

Team: **Christin Rofner**, Leitung, gruppenführende päd. Fachkraft, Früherzieherin, Führungsmanagement, Naturpädagogin, Eltern-Kids-Coach, Erste-Hilfe-Kurs

Daniela Atzl, päd. Fachkraft, Assistentin, Früherzieherin, Eltern-Kids-Coach, Erste-Hilfe-Kurs

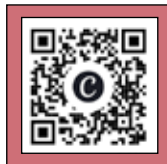
Dunja Kop, Assistentin, Früherzieherin in Ausbildung, Erste-Hilfe-Kurs

Ort: 6234 Brandenburg, HNr 20 (Seiteneingang Volksschule)
Öffnungszeiten: täglich von Montag bis Freitag von 07:00 bis 13:00 Uhr
Ferien: Herbst-, Weihnachts-, Semester-, Osterferien, im Sommer abweichende Öffnungszeiten möglich.

Anmeldung und nähere Informationen täglich von 11:30 bis 12:30 Uhr
T: 0680 5021558 oder Mail: kinderkrippen@ekiz-kramsach.at

Allgemeines und Kosten:

EKiZ Mitgliedschaft ist Voraussetzung und kostet € 25,00 pro Jahr!
Die Unfallversicherung von € 9,00 pro Jahr ist verpflichtend.
Materialbeitrag € 15,00 pro Halbjahr (September und Feber fällig)
Geschwisterkinder in derselben Gruppe: 25 % Rabatt.
Der erste Schnupperhalbtage ist kostenlos.



Monatliche Betreuungskosten:

2 Tage pro Woche	€ 95,00 pro Monat
3 Tage pro Woche	€ 138,00 pro Monat
4 Tage pro Woche	€ 179,00 pro Monat
5 Tage pro Woche	€ 219,00 pro Monat

Frühbuchertarif | gültig bei Buchung im September
oder bei Start: 3 Tage pro Woche € 117,00 pro Monat

Ferien bzw. Urlaub und Krankheitstage der Kinder sowie Feiertage sind in den Tarifen bereits berücksichtigt. Flexibler Tag zusätzlich zum Modell nach dem Belegungsplan: pro Tag € 10,00

In einer vorbereiteten Umgebung und in harmonischer Atmosphäre wagen die Kinder ab 18 Monaten erste Schritte ohne Mama/Papa und sie finden bei uns einen Raum, der ihrem "Kind-sein" entspricht.

Unbeschwertes Spiel, ausgelassene Bewegungsmöglichkeiten, kreative Kleckereien wechseln sich ab mit gemeinsamen Jausentisch, konzentrierten Lernspielen sowie gemeinsamen Liedern und Fingerspielen beim Morgenkreis. Auch fixe Regeln, wie z.B. vor dem Essen Hände waschen und nach dem Spielen aufräumen, lernen die Kleinsten in der liebevollen Begleitung, im Tun und im Abschauen von den anderen.

Daneben entlastet unser erfahrenes Betreuerinnen-Team die Eltern in ihren Erziehungsaufgaben und begleitet Kinder und Eltern behutsam im Loslösungsprozess und durch die einzelnen Phasen der Kinder in diesem Alter (Trotzphase, Sauberwerden etc). Zu speziellen Erziehungsthemen planen wir ein exklusives Elternbildungsangebot, wo wir auch auf die Anregungen der Eltern eingehen werden.

Die Gruppengröße ist auf 6 bis 12 Kinder pro Tag bei 2 Betreuerinnen begrenzt.

Balu Kontaktinfo T: 0680 5021558
E: kinderkrippen@ekiz-kramsach.at



24



Kinder im Wald - Kurse für Kinder von 4 bis 12 Jahren

„Tiere im Wald“

Kurse für Kinder OHNE Eltern

mit Melanie Schmiederer, Tiroler Natur- und Bergwanderführerin, Dipl. Ernährungstrainerin

Ort: Treffpunkt Hochseilgarten Parkplatz

Termin: Freitag, 09.10.2026 von 14:00 bis 17:00 Uhr

Dauer ca. 3 Stunden mit anschließendem Ausklang am Lagerfeuer

Beitrag: 35,00 Mitglieder / € 37,00 Nicht-Mitglieder



Ein tierischer Entdeckungsgeburtstag für Naturfreunde

Wer streift nachts durchs Unterholz? Welche Spuren hinterlässt ein Reh? Und wie leben Marmeltier, Gams & Co. im Gebirge? Gemeinsam machen wir uns auf Spurensuche, lauschen Tiergeschichten, spielen spannende Bewegungsspiele und lernen die tierischen Bewohner unserer heimischen Wälder und Berge besser kennen. Mit etwas Glück entdecken wir sogar echte Fährten! Diese Tage sind auch als Geburtstagsfeier buchbar! Meldet euch dazu direkt bei Melanie :-)

„Wilde Waldabenteuer für Groß & Klein“

Kurs für Eltern und Kinder

mit Melanie Schmiederer, Tiroler Natur- und Bergwanderführerin, Dipl. Ernährungstrainerin

Ort: Treffpunkt Hochseilgarten Parkplatz

Termine: Donnerstag, 17.10.2026 von 14:00 bis 17:00 Uhr

Dauer ca. 3 Stunden mit anschließendem Ausklang am Lagerfeuer

Beitrag: 35,00 Mitglieder / € 37,00 Nicht-Mitglieder



25

Raus aus dem Alltag – rein ins Abenteuer!

Der Wald wird zu unserem Spielplatz: Wir bauen, entdecken, balancieren, forschen und lassen unserer Fantasie freien Lauf. Kinder folgen ihrer Neugier, Eltern tauchen mit ein – gemeinsam entstehen kleine und große Naturabenteuer.

Und ganz nebenbei wächst auch dein Blick fürs Kind:

Was bewegt mein Kind gerade? Was stärkt es gerade in seiner Entwicklung? Und wie kann ich mit einfachen Ideen die Natur als Erlebnisraum im Alltag nutzen?

Ein Angebot für alle, die mehr wollen als nur „rausgehen“ – nämlich echte gemeinsame Zeit, neue Impulse und strahlende Kinderaugen.

Machen wir den Wald zu unserer gemeinsamen Entdeckungs- und Wunderwelt!



„Erste Hilfe KINDERkurs – für Ersthelfer von Morgen (5 – 9 Jahre und/oder 9 –12 Jahre)“

mit Johanner Lehrbeauftragte:r für Ersthelfer von Morgen

Termine: jeweils Samstag, 10.10.2026 oder 13.03.2027

Kinder 5 bis 9 Jahre von 13:30 bis 15:30 Uhr

Kinder 9 bis ca. 12 Jahre von 16:00 bis 18:00

Beitrag: € 25,00 Mitglieder / € 27,00 Nicht-Mitglieder



Spielerisch lernen, wie man bei kleinen Unfällen hilft. Mit spannenden Übungen und praktischen Beispielen entdecken Kinder, wie einfach Helfen sein kann. Der Kurs stärkt Selbstvertrauen, fördert Verantwortungsbewusstsein und nimmt die Angst vor Notsituationen.

Anmeldungen für alle Kurse! T: 0650 – 56 500 20

E: office@ekiz-kramsach.at und www.ekiz-kramsach.at

„Ballettzauber“ – Wo Träume tanzen lernen – Kinderballett und Gehirntraining

mit Tatjana Liehl, Ballettpädagogin

Kursstart 21.08.2026

Beitrag pro Semester: 1 x 60 Minuten/Woche € 150,00

jede weitere 30 Minuten/Woche + € 25,00

Beispiel: 2 x 45 Min. = € 175,00; 2 x 75 Min. = € 225,00

Anmeldung bitte per SMS unter: 0680 3053545 oder ballettzauber@icloud.com



Termine Kinderballett 5 bis 6 jährige: MO 13:45 bis 14:30 Uhr

Kinderballett ab 7 Jahren: MI 14:00 bis 16:30 Uhr

Ein Ort voller Fantasie, Bewegung und Ausdruck. Im Unterricht nach der Vaganova-Methode stehen Technik, Haltung und Eleganz im Mittelpunkt. Hier können Kinder träumen, sich entfalten und mit jedem Tanz ein Stück über sich hinauswachsen.

Termine Gehirntraining für Schulkinder: MO 14:30 bis 15:30 Uhr

Ein Ort voller Neugier, Bewegung und Freude am Lernen. Beim Gehirntraining fördern wir Konzentration, Koordination und mentale Stärke. Hier können Kinder ohne Leistungsdruck und mit viel Spaß ihre Stärken entdecken und Selbstvertrauen entwickeln.

Termine Musical, Tanz, Gesang, Schauspiel für 7-12 jährige werden noch bekannt gegeben



Ballettzauber *Wo Träume tanzen lernen*

Kinderballett & Gehirntraining für Schulkinder

Kinderballett

Ein Ort voller Fantasie, Bewegung und Ausdruck. Im Unterricht nach der Vaganova-Methode stehen Technik, Haltung und Eleganz im Mittelpunkt. Hier können Kinder träumen, sich entfalten und mit jedem Tanz ein Stück über sich hinauswachsen.

Gehirntraining für Schulkinder

Ein Ort voller Neugier, Bewegung und Freude am Lernen. Beim Gehirntraining fördern wir Konzentration, Koordination und mentale Stärke. Hier können Kinder ohne Leistungsdruck und mit viel Spaß ihre Stärken entdecken und Selbstvertrauen entwickeln.

📍 EKiZ Kramsach

Weitere Kinderballett-Kurse in

Brixlegg • Alpbach • Wildschönau • Buch bei Jenbach

Kurse mit Tatjana Liehl, Ballettpädagogin

Anmeldung & Informationen

☎ 0680 3053545 📧 info@ballettzauber.at 🌐 www.ballettzauber.at

SPORTAEROBIC & AERODANCE
Bewegung, die begeistert!

SAISON 2026/27
MACH MIT UND WERDE TEIL UNSERES TEAMS!

Tanz, Gymnastik und Aerobicsschritte zu schwungvollen Choreografien mit Musik. Spielerisch verbessern Kinder ihre Koordination, Kraft und ihr Rhythmusgefühl – in einer motivierenden Gruppe mit viel Spaß!

 FREUDE Mit Musik, Spaß und kreativen Chores bleibt die Motivation immer hoch.	 BEWEGUNG Fördert Ausdauer, Kraft, Koordination und Körpergefühl.	 TEAMGEIST Gemeinsam üben, sich unterstützen und Erfolge feiern.	 SELBSTVERTRAUEN Kinder wachsen über sich hinaus und sind stolz auf ihre Fortschritte.	 ANERKENNUNG Zusätzlich sorgen Dance- und Step-Aerobic Einheiten für nochmal Action!
---	--	---	---	---

TRAINING MÖGLICH IN:
SÖLL WÖRGL KUNDL KRAMSACH BRIXLEGG REITH

Mach mit! ❤️
ENTDECKE, WAS IN DIR STECKT!
WIR FREUEN UNS AUF DICH!

JETZT ANMELDEN & DURCHSTARTEN!
Sportaerobic & Aerodance – Saison 2026/27

Anmelden unter:
aerobic.gymnastics.tirol@gmail.com

Oder Tel.-Nr.
+43 699 19590177
Helga Galvan

„Sportaerobic“ für Kinder ab 6 Jahren

mit Helga Galvan, Landestrainerin für Sportaerobic, Dance und Step und ihren Mädels

Termine: ab September 2026

Anmeldung per SMS **0699 19590177** oder E-mail aerobic.gymnastics.tirol@gmail.com
(Name, Vorname, Geburtsdatum des Kindes / Name, Vorname Elternteil / Telefonnummer)

Tanz, Gymnastik und Aerobicsschritte zu schwungvollen Choreografien mit Musik. Spielerisch verbessern Kinder ihre Koordination, Kraft und Rhythmusgefühl – in einer motivierenden Gruppe mit viel Spaß!

Ihr Kind bewegt sich gern, hat Freude an Musik und probiert gerne etwas Neues aus?
Dann ist dieser Kurs die ideale Möglichkeit, sportlich aktiv zu werden.
Ergänzt wird das Training durch abwechslungsreiche Dance- und Step-Aerobic Einheiten im Inbive Brixlegg.

Kooperation mit dem Verein „Aerobic Gymnastics Tirol“ und Zweigverein „SAB Brixlegg“

Angebote zur Mobbingprävention, Kinder stärken und Cybermobbing auf unserer Homepage ersichtlich!





„Achtsames Abstillen“

ElternWerkstatt ONLINE

Termin: Montag, 21.09.2026 von 20:00 bis 21:30 Uhr

Beitrag: € 10,00 Mitglieder / € 12,00 Nicht-Mitglieder

Abstillen ist ein großer Schritt für Mutter und Kind. In diesem Vortrag erfährst du, wie ein liebevoller und bedürfnisorientierter Übergang gelingen kann und erhältst Antworten auf die häufigsten Fragen rund ums Tag- und Nachtabstillen.

In Kooperation mit dem EKiZ Salzburg

„Immer diese Streiterien!!“ Kinderkonflikte regeln

Vortrag ONLINE

Termin: Donnerstag, 24.09.2026 von 20:15 bis 21:30 Uhr

Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Überall, wo Kinder zusammenkommen, fliegen schnell auch mal „die Fetzen“, was für Eltern auf Dauer sehr nervenzehrend ist. Wozu ist es hilfreich, gut und fair streiten zu lernen? Was können Eltern zur Konfliktlösungskompetenz ihrer Kinder beitragen?

In Kooperation mit fit for family

„Kratzen, treten, beißen!“

Vortrag ONLINE

Termine: Montag, 05.10.2026 von 18:00 bis 19:30 Uhr

09.03.2027 von 18:00 bis 19:30 Uhr

Beitrag: € 10,00 Mitglieder / € 12,00 Nicht-Mitglieder

Aggressives Verhalten im Kleinkindalter verunsichert viele Eltern.

Gemeinsam schauen wir auf die Ursachen und zeigen, wie Kinder liebevoll und sicher durch diese Entwicklungsphase begleitet werden können.

In Kooperation mit dem EKiZ Salzburg

„KINDERSCHUTZ geht uns ALLE an!“

2-teilige ElternWerkstatt geblockt im EKiZ

Termin: Montag, 12.10.2026 von 18:00 bis 21:30 Uhr

Beitrag: € 20,00 Mitglieder / € 24,00 Nicht-Mitglieder

Kinder haben das Recht auf Schutz und eine gewaltfreie Kindheit. Der Vortrag vermittelt Grundlagen zu Kinderrechten und zeigt, wie wir Kinder im Alltag stärken und schützen können.

In Kooperation mit dem EKiZ Salzburg



Kurse für Erwachsene * Elternbildung

„KI im Kinderzimmer“

Vortrag ONLINE

Termin: Donnerstag, 15.10.2026 von 20:15 bis 21:30 Uhr
Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Künstliche Intelligenz wird Teil des Familienalltags. Erfahre, welche Chancen und Risiken sie mit sich bringt und wie Kinder sicher und kompetent im Umgang mit digitalen Medien begleitet werden können.
In Kooperation mit fit for family



„Von Anfang an stark – Soziale Kompetenzen & Empathie fördern“

Vortrag ONLINE - Für Eltern von Kindern von 0 bis 3 Jahren

Termin: Donnerstag, 22.10.2026 von 19:15 bis 20:15 Uhr
Beitrag: € 15,00 für Mitglieder / € 17,00 für Nicht-Mitglieder

Selbstvertrauen, Empathie und soziale Kompetenzen entwickeln sich von Beginn an. Der Vortrag zeigt, wie Eltern ihre Kinder im Alltag liebevoll stärken und begleiten können.



„Erste Hilfe Kurse“ bei Säuglingen u. Kleinkindern“

2 teilige Kurse im EKiz

Termine: jeweils Samstag von 08:30 bis 12:30 Uhr, Kurs 1: 17.+24.10.2026,
Kurs 2: 23.+30.01.2027, Kurs 3: 11.+18.04.2027, Kurs 4: 13.+20.06.2026
Beitrag: € 86,00 Mitglieder / € 96,00 Nicht-Mitglieder

Unfälle, Verletzungen, plötzliche Erkrankungen, Vergiftungen, aber auch schwere Störungen von Bewusstsein, Atmung und Kreislauf, versetzen Eltern oftmals in große Angst. In diesem Kurs lernt ihr mit all diesen Situationen richtig und sicher umzugehen. Ihr könnt dann die wertvolle Zeit, die bis zum Eintreffen der Rettung oder des Arztes vergeht, überbrücken.

Kursdauer: 2 Vormittage, gesamt 8 Stunden
In Zusammenarbeit mit dem Roten Kreuz, Ortsstelle Kramsach



ÖSTERREICHISCHES
ROTES KREUZ

29



Amerling 148 | 6233 Kramsach
E-Mail: office@zeindl.cc



ERDBAU & TRANSPORTE
-KRAMSACH-



„Medienzeit ohne Streit“ 2-teilige ElternWorkstatt geblockt ONLINE

Termin: Montag, 20.10.2026 von 18:00 bis 21:00 Uhr

Beitrag: € 20,00 für Mitglieder / € 24,00 für Nicht-Mitglieder

Wie viel Bildschirmzeit ist sinnvoll? Gemeinsam besprechen wir altersgerechte Mediennutzung und finden Wege für einen entspannten Umgang mit Smartphone, Tablet & Co. in der Familie.

In Kooperation mit dem EKiZ Salzburg

„Was brauchen die großen Geschwister jetzt“

ElternWorkstatt ONLINE

Termin: Montag, 02.11.2026 von 20:00 bis 21:30 Uhr

Beitrag: € 10,00 für Mitglieder / € 12,00 für Nicht-Mitglieder

Ein neues Baby verändert das Familienleben. Erfahre, wie du ältere Geschwister liebevoll begleitest, ihre Bedürfnisse erkennst und die neue Familiensituation positiv gestalten kannst.

In Kooperation mit dem EKiZ Salzburg

30



„Klare Eltern – starke Kinder“

Vortrag ONLINE

Termin: Montag, 16.11.2026 von 19:30 bis 20:45 Uhr

Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Kinder brauchen Liebe, Orientierung und Sicherheit. Lerne, wie klare Grenzen und eine wertschätzende Haltung das Selbstvertrauen und die Resilienz deines Kindes stärken.

In Kooperation mit Elternbildung Tirol

„Gemeinsam Sprache entdecken“

Vortrag ONLINE

Termin: Donnerstag, 19.11.2026 von 20:15 bis 21:30 Uhr

Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Sprache entwickelt sich im Alltag – beim Spielen, Singen und gemeinsamen Erleben. Du erhältst einfache Anregungen, wie du die Sprachentwicklung deines Kindes spielerisch fördern kannst.

In Kooperation mit fit for family



Kurse für Erwachsene * Elternbildung

„Stärkung der psychosozialen Resilienz vor der Geburt“

Vortrag ONLINE

Termin: Donnerstag, 26.11.2026 von 19:15 bis 20:15 Uhr

Beitrag: € 15,00 für Mitglieder / € 17,00 für Nicht-Mitglieder

Schon in der Schwangerschaft werden wichtige Grundlagen für die Entwicklung des Kindes gelegt. Erfahre, wie du deine eigene Stärke und die Bindung zu deinem Baby von Anfang an fördern kannst.



„Mein Wahrnehmungsmuster und Ich“

ElternWerkstatt im EKiz

Termin: Montag, 30.11.2026 von 18:00 bis 19:30 Uhr

Beitrag: € 10,00 für Mitglieder / € 12,00 für Nicht-Mitglieder

Jeder Mensch nimmt Situationen unterschiedlich wahr. Lerne deine eigenen Verhaltens- und Wahrnehmungsmuster kennen und nutze dieses Wissen für einen bewussteren Umgang mit dir selbst und anderen.

In Kooperation mit dem EKiz Salzburg



„Babys und Kleinkinder richtig fördern“

Vortrag ONLINE

Termin: Montag, 14.12.2026 von 19:30 bis 20:45 Uhr

Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Kinder lernen am besten durch Spiel und gemeinsame Erlebnisse. Erfahre, wie du die Entwicklung deines Kindes im Alltag altersgerecht und ohne Leistungsdruck unterstützen kannst.

In Kooperation mit Elternbildung Tirol

31

„Liebevoll Grenzen setzen“

ElternWerkstatt ONLINE

Termin: Donnerstag, 25.09.2025 von 20:15 bis 21:30 Uhr

Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Grenzen geben Kindern Orientierung und Sicherheit. Der Vortrag zeigt, wie liebevolle Konsequenz und eine wertschätzende Begleitung den Familienalltag erleichtern können.

In Kooperation mit fit for family



Kinderbetreuung
JETZT NEU



www.gundis-fitness.com

info@gundis-fitness.at

Tel: +43(0) 5337 / 63 5 93

E: office@ekiz-kramsach.at und www.ekiz-kramsach.at

„Care-Arbeit fair teilen – aber wie?“ ElternWerkstatt ONLINE

Termin: Donnerstag, 25.09.2025 von 20:15 bis 21:30 Uhr

Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Familienalltag gelingt leichter, wenn Verantwortung gemeinsam getragen wird. Gemeinsam schauen wir auf praktische Wege, Care-Arbeit und Mental Load partnerschaftlich zu gestalten.

In Kooperation mit fit for family

„Windeln, Töpfchen & Co“

Vortrag ONLINE

Termin: Montag, 18.01.2027 von 19:30 bis 20:45 Uhr

Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Wann ist der richtige Zeitpunkt zum Sauberwerden? Du erhältst alltagstaugliche Tipps und erfährst, wie du dein Kind ohne Druck auf diesem Entwicklungsschritt begleiten kannst.

In Kooperation mit Elternbildung Tirol

„Routinen als Anker im Familienalltag“

Vortrag ONLINE

Termin: Montag, 18.01.2025 von 18:00 bis 19:30 Uhr

Beitrag: € 10,00 für Mitglieder / € 12,00 für Nicht-Mitglieder

Rituale schenken Kindern Geborgenheit und geben dem Alltag Struktur. Erfahre, wie kleine Gewohnheiten für mehr Ruhe und Gelassenheit in der Familie sorgen können.

In Kooperation mit dem EKIZ Salzburg

„Mama Selfcare Happy Hour“

Ein Online-Treff für Mamas

Termine: jeweils Mittwoch, 20.01. / 17.02. / 17.03. / 14.04. / 19.05. und 16.06.2027
von 20:15 bis 21:15 Uhr

Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Schenke dir bewusst Zeit zum Auftanken und Durchatmen. Freue dich auf Austausch, Entspannung und neue Impulse für mehr Leichtigkeit im Mama-Alltag.

In Kooperation mit fit for family

„Und dann kam die (Mama-)Wut ...“

Vortrag ONLINE

Termin: Montag, 25.01.2027 von 19:00 bis 20:15 Uhr

Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Wut gehört zum Elternsein dazu und darf sein. Erfahre, wie du deine Gefühle besser verstehen und in herausfordernden Situationen gelassener reagieren kannst.

In Kooperation mit dem EKIZ Salzburg

Anmeldungen für alle Kurse! T: 0650 – 56 500 20

E: office@ekiz-kramsach.at und www.ekiz-kramsach.at



Kurse für Erwachsene * Elternbildung

„Essen mit Kindern“

Vortrag ONLINE

Termin: Montag, 01.02.2027 von 19:30 bis 20:45 Uhr

Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Gemeinsame Mahlzeiten sollen Freude machen und nicht zum täglichen Konflikt werden. Du erhältst praktische Tipps für einen entspannten und genussvollen Familienalltag.

In Kooperation mit Elternbildung Tirol



„Gut gerüstet durch die Babyzeit“

ElternWerkstatt ONLINE

Termine: Montag, 08.02.2027 von 20:00 bis 21:30 Uhr

Beitrag: € 10,00 für Mitglieder / € 12,00 für Nicht-Mitglieder

Die erste Zeit mit einem Baby bringt viele Veränderungen mit sich. Dieser Vortrag vermittelt hilfreiches Wissen und stärkt dich für einen entspannten Start ins Familienleben.

In Kooperation mit dem EKiz Salzburg

„Richtig schimpfen“ - Achtsame Kommunikation mit Kindern

ElternWerkstatt ONLINE

Termine: Donnerstag, 11.02.2027 von 20:15 bis 21:03 Uhr

Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Wie können Grenzen gesetzt werden, ohne die Beziehung zum Kind zu belasten? Lerne, wie eine wertschätzende Kommunikation Kinder stärkt und Konflikte entschärfen kann.

In Kooperation mit fit for family

33

„Wenn Geschwister streiten“

Vortrag ONLINE

Termin: Montag, 08.03.2027 von 19:30 bis 20:45 Uhr

Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Geschwisterkonflikte gehören zum Familienleben.

Erfahre, wie du Kinder dabei begleiten kannst, Konflikte selbstständig und respektvoll zu lösen.

In Kooperation mit Elternbildung Tirol



SALZBURGER
Interieur & Design

*Modern living
- forward thinking*

Exklusive Hoteleinrichtungen



„Deine Rechte – meine Rechte!“

ElternWerkstatt ONLINE

Termin: Donnerstag, 11.03.2027 von 20:15 bis 21:30 Uhr

Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Kinderrechte begleiten Familien jeden Tag. Der Vortrag zeigt, wie diese im Alltag gelebt werden können und warum sie für ein respektvolles Miteinander wichtig sind.

In Kooperation mit fit for family



„Achtsamer Umgang mit Kindern als Grundlage von Erziehung“

Vortrag ONLINE

Termin: Dienstag, 06.04.2026 von 19:30 bis 20:45 Uhr

Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Eine vertrauensvolle Beziehung ist die Grundlage für eine gesunde Entwicklung. Entdecke, wie Achtsamkeit und Wertschätzung den Familienalltag bereichern können.

In Kooperation mit Elternbildung Tirol

34



„Gut gerüstet durch die Kleinkindzeit“

ElternWerkstatt ONLINE

Termin: Montag, 12.04.2026 von 20:00 bis 21:30 Uhr

Beitrag: € 10,00 für Mitglieder / € 12,00 für Nicht-Mitglieder

Die Kleinkindzeit ist voller spannender Entwicklungsschritte. Du erhältst hilfreiche Impulse für einen gelassenen und liebevollen Familienalltag.

In Kooperation mit dem EKiZ Salzburg



„Schluss mit den Schuldgefühlen“

ElternWerkstatt ONLINE

Termin: Montag, 12.04.2027 von 18:00 bis 19:30 Uhr

Beitrag: € 10,00 für Mitglieder / € 12,00 für Nicht-Mitglieder

Viele Eltern stellen hohe Ansprüche an sich selbst. Erfahre, wie du mit mehr Selbstmitgefühl und Gelassenheit durchs Familienleben gehen kannst.

In Kooperation mit dem EKiZ Salzburg

Kurse für Erwachsene

„Let's talk about Games“

Vortrag ONLINE

Termin: Donnerstag, 15.04.2027 von 20:15 bis 21:30 Uhr
Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Gaming gehört für viele Kinder und Jugendliche zum Alltag. Erfahre, wie du dein Kind sicher begleiten und einen gesunden Umgang mit digitalen Spielen fördern kannst.
In Kooperation mit fit for family



„Zwischen Fürsorge und Überlastung gut für sich selbst sorgen“

Vortrag ONLINE

Termin: Donnerstag, 20.05.2027 von 20:15 bis 21:30 Uhr
Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Für andere da sein, beginnt bei einem selbst. Der Vortrag zeigt, wie Selbstfürsorge im Familienalltag gelingen kann und warum sie so wichtig ist.
In Kooperation mit fit for family



„Willkommen im Abenteuer Trotzphase!“ ElternWerkstatt ONLINE

Termin: Donnerstag, 10.06.2026 von 20:15 bis 21:30 Uhr
Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Die Trotzphase ist ein wichtiger Entwicklungsschritt. Erfahre, was hinter dem Verhalten deines Kindes steckt und wie du diese Zeit gelassen begleiten kannst.
In Kooperation mit fit for family

35



**Autohaus
GERTL**

Reparaturen aller Marken
Pickert-Prüfstelle
für alle Kraftfahrzeuge
vom Moped bis zum LKW

AUTOMATO GERTL GmbH
Anzing 114E
A-4233 Kramsach
Tel. 03327 64325-0
info@gertl.at
www.gertl.at



HOLOSAN bioresonanz



Bettina Klingler
Termine unter 0675-4 149740 oder
bettina.klingler.kund@gymn.at

**HOLOSAN
bioresonanz**
Energiemedizin am
neuesten Stand
der Technik.

Allergien aller Art
Erkrankungen der Atemwege / Heuschnupfen
Autismenverhaltensstörungen
Burnout und Stressbedingte Beschwerden
Erkrankungen des Magen-Darmtraktes
Verdauungsstörungen / Bluthochdruck
Hals-Krankheiten / Stoffwechselerkrankungen
Hormonelle Störungen
Infektbewegung / Impulsivität
Immunschwäche, Komplexionsstörungen und Lernschwäche
Migräne und Kopfschmerzen
Nahrungsmittelunverträglichkeiten / AZD / Histamin - Gluten - Laktose
Rheumatische Erkrankungen (Arthritis, Polyarthritis, Arterien)
Schleier, Gelenk- und Rückenleiden, Auswertung
Sportverletzungen - Stressmanagement / Tinnitus
Trennungserkrankungen - Begleitschulung
Umwelt - Toxin- und Schwermetallausleitung, Elektrosmogaktivität
Verhaltens- / Bewegungsstörungen - Verletzungen, Brüche, Zerrungen usw.

*Gedankliche Weltum
für
Erkrankung*



„Kunterbunte Kindernächte, Kinder liebevoll in den Schlaf und durch die Nacht“

Vortrag ONLINE

Termin: wird auf der Homepage bekanntgegeben

Beitrag: Freiwillige Spenden an AT37 2050 8000 0141 4101

Kinderschlaf wirft oft viele Fragen auf. Du erhältst wertvolle Informationen und praktische Tipps für entspanntere Nächte und einen liebevollen Umgang mit den Schlafbedürfnissen deines Kindes.

In Kooperation mit Elternbildung Tirol



Neues im EKiZ



„Mama's Kraftquelle“ Ein Raum zum Auftanken. Endlich Zeit für dich.

Auszeit ONLINE

mit Sabine Burger, info@highmamaenergy.at

Termin: Mittwoch, 19:00 Uhr – live per Zoom

Beitrag: für 1 Stunde nur für dich € 12,00 | 5er Block € 55,00

- den Körper spüren und aktivieren
- Impulse für ein harmonisches Familienleben
- Entspannen und Energie generieren
- eine Schnupperstunde kostenfrei!

„Kasperltheater“

Familien Event

Termine: werden auf der Homepage und den SocialMedien bekanntgegeben

Beitrag: € 5,00 pro Kind

Wenn der Kasperl die Bühne betritt, sind Abenteuer, Spannung und jede Menge Spaß garantiert. Mit liebevoll erzählten Geschichten, bekannten Figuren und viel Humor werden Kinder zum Mitmachen, Mitdenken und Mitlachen eingeladen.

Gemeinsam mit ihren Familien erleben sie unvergessliche Theatermomente, die Fantasie wecken und noch lange in Erinnerung bleiben.

Ein fröhliches Ereignis für Groß und Klein.



Anmeldungen für alle Kurse! T: 0650 – 56 500 20

Kurse für Erwachsene

„Neu ab 2027: PEKiP® – Prager-Eltern-Kind-Programm“

Wir freuen uns sehr, unser Angebot ab 2027 um das bewährte Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP®) erweitern zu können. Möglich wird dies, weil wir eine Mitarbeiterin für die zertifizierte PEKiP®-Ausbildung gewinnen konnten. Damit schaffen wir ein weiteres qualitätsvolles Angebot für Familien in einer besonders prägenden Lebensphase.

PEKiP® begleitet Eltern und ihre Babys im ersten Lebensjahr und unterstützt sie dabei, die Entwicklung des Kindes aufmerksam zu begleiten und die Eltern-Kind-Bindung von Anfang an zu stärken. Im Mittelpunkt stehen die individuellen Fähigkeiten und Bedürfnisse jedes Babys sowie die Freude am gemeinsamen Entdecken und Wachsen.

In den regelmäßigen Gruppentreffen erhalten Eltern altersgerechte Spiel- und Bewegungsanregungen, wertvolle Informationen zur Entwicklung ihres Kindes und die Möglichkeit, sich mit anderen Familien auszutauschen. So entstehen Vertrauen, Sicherheit und ein unterstützendes Netzwerk für den Familienalltag.

Mit PEKiP® erweitern wir unser Angebot um einen wichtigen Baustein der frühen Begleitung und freuen uns darauf, Familien künftig noch umfassender in ihrem ersten gemeinsamen Lebensjahr begleiten zu dürfen.



Feiern im EKiz Haus ...

Ein besonderer Tag braucht einen besonderen Ort!

Ob Babyparty, Kindergeburtstag, Taufe oder Familienfeier – unsere EKiz-Räume können von Mitgliedern für eine ganz persönliche Feier genutzt und nach individuellen Wünschen gestaltet werden.

Für Kindergeburtstage bieten wir außerdem betreute Geburtstagsfeiern an: Mit kreativen Ideen, Spielen und einem passenden Programm wird der Geburtstag eures Kindes zu einem schönen Erlebnis – und die Erwachsenen dürfen sich entspannt zurücklehnen. Neugierig? Wir beraten euch gerne zu unseren Räumen, Möglichkeiten und Angeboten.



37



Lebendiges Sein
ANGELIKA PETER

Praxis für energetisch essenzielle Kinesiologie

+43 664 7506 7103
www.angelikapeter.com

Hilft bei:

emotionalem Stress
Ängsten und Panikattacken
Lernstörungen und Lernschwierigkeiten
Traum/Schocks, Geburtstrauma, Mutter-Kind-Balance
Integration frühkindlicher Reflexe
Sprachschwierigkeiten und Entwicklungsverzögerung
Stärkung des Selbstvertrauens uvm.



E: office@ekiz-kramsach.at und www.ekiz-kramsach.at

& noch ein paar Infos

Unsere Bürozeiten sind von Montag bis Freitag von 8:00 bis 12:00 Uhr und nach Vereinbarung. Tel: 0650 56 500 20, www.ekiz-kramsach.at, office@ekiz-kramsach.at.

Das EKiZ Kramsach ist ein privater Verein und ein Ort der Begegnung, wo es viele Möglichkeiten der Beteiligung gibt, wo auch ihr eure Ideen anbringen und eure Potenziale einbringen könnt.

Der Verein lebt von und für die Gemeinschaft, es ist ein öffentlicher Raum, den jede:r mitgestalten darf, damit Neues entstehen kann.

Vor allem für die Organisation von Festen und Feiern sind wir auf die ehrenamtliche Arbeit unserer Mitarbeiterinnen, Familien, Freunde und freiwilligen Helfer:innen angewiesen und schätzen jedesmal sehr dankbar jede Hilfe und Unterstützung!

Die vielen Vorträge und ElternWorkstätten, die nur „freiwillige Spenden“ kosten, sind aufgrund der Kooperationen mit dem EKiZ/KBW Salzburg, der Elternbildung Tirol, dem KBW Innsbruck und mit den Förderungen für Elternbildung von Bund, Land Tirol und den Gemeinden der Region möglich - auch dafür ein herzliches Danke!

Am 14.11.2026 ab 16:00 Uhr laden wir euch wieder herzlich zu unserem traditionellen **„Martinsfest mit Laternenumzug“** in unseren schönen EKiZ Garten ein und vielleicht besucht ihr uns auch am Kramsacher-Christkindmarkt - wir freuen uns!

42



Unsere KooperationspartnerInnen im Bereich Elternbildung



Eltern-Kind-
Zentrum
Salzburg



fit for family
ELTERNBILDUNG

ELTERNBILDUNG TIROL
unter-
stützen
statt
behindern

Aktuelle Infos sind immer auf unserer Homepage: www.ekiz-kramsach.at

Impressum: Verein Eltern-Kind-Zentrum Kramsach und Umgebung
6233 Kramsach, Voldöpp 37, ZVR: 144 39 35 55

Anmeldungen für alle Kurse! T: 0650 – 56 500 20
E: office@ekiz-kramsach.at und www.ekiz-kramsach.at

HAPPYHOPP®

hüpfen, klettern, laufen, toben



Fun und Action für Kids

Öffnungszeiten siehe
www.happyhopp.at



Tirols INDOOR-Spielpark

2.000 m² Kinderspielparadies

... Kindergeburtstagspartys feiern

Wi-Fi
FREE



- Klettervulkan
- Trampolinanlagen
- 3D Klettergerüst
- Gokart-Bahn
- Funshooter
- Riesenrutschen
- SB-Restaurant
- Kleinkinderbereich
- Schnappi-Hüpfburg
- Fußballfeld
- Boulderwand
- Wellenrollenrutsche
- Bällebecken



6134 Vomp, Mooswinkl 7 www.happyhopp.at

www.sparefroh.at



Sparen. Für die Zukunft.

Fang heute
damit an.

SPARKASSE 
Rattenberg