

Babybauch - von Anfang an in Verbindung sein

(Treffen für werdende Mütter und Väter)

Beziehungsaufbau beginnt im Mutterleib. Mit Hilfe von unterschiedlichen Ritualen und Übungen wird ein achtsames Kontaktaufnehmen und in Verbindung sein zum Baby unterstützt. Im Miteinander widmen wir uns den Gedanken und offenen Fragen zum bevorstehenden neuen Lebensabschnitt.

Kursleitung: Angelika Rettenbacher systemische Ehe- und Familienberaterin, Psychomotorikerin (MAS), SAFE-Mentorin und Kindergartenpädagogin

Start: jeden **Mittwoch**, ab 09.01.2019 von 09:00 - 10:00 Uhr oder 19:00 - 20:00 Uhr

Ort: EKIZ, Seniorenwohnhaus „Maria“, St. Gilgen

Kosten: € 120,00 (6 Einheiten)

Info und Anmeldung unter: 0664/1449881

Anmeldungsfrist: 04.01.2019



Mein Baby und Ich

(Spielgruppe für Kinder von 3 Monaten - 1 Jahr in Begleitung der Eltern)

Hören - spüren - staunen - erforschen - begreifen.

Durch Bewegungs-, Sinnes- und Spielanregungen wird die frühkindliche Entwicklung unterstützt und die Beziehung zwischen Kind und Eltern gestärkt. Weiters wird Raum für erste Sozialkontakte und gegenseitigen Erfahrungsaustausch geschaffen.

Kursleitung: Angelika Rettenbacher, (berufl. Qualifikationen- siehe Kurs Babybauch)

Start: jeden **Mittwoch**, ab 09. 01.2019 .von 10:15 - 11:15 Uhr

Ort: Seniorenwohnhaus Maria, St. Gilgen

Kosten: € 95,00 (8 Einheiten)

Info und Anmeldung unter: 0664/1449881

Anmeldungsfrist: 04.01.2019



Die WeltenentdeckerInnen

(Spielgruppe für Kinder von 1 - 5 Jahren in Begleitung der Eltern)

Ganz nach dem Motto „100 Sprachen hat das Kind“ gehen wir gemeinsam in einer pädagogisch angeleiteten und vorbereiteten Umgebung auf eine vielseitige, spielerische Entdeckungsreise, in der das „Kind-sein“ und „Eltern-sein“ gleichwertig Platz findet.

Kursleitung: Angelika Rettenbacher -(berufl. Qualifikationen - siehe Kurs Babybauch)
Marion Hantiger - Psychologin - Bindungsanalyse zur vorgeburtlichen Beziehungsförderung

Start: jeden **Dienstag**, ab 08.01. 2019 von 09:15 - 10:45Uhr

Ort: EKIZ -Seniorenwohnhaus „Maria“, St. Gilgen

Kosten: € 98,00 (13 Einheiten inkl. Jausensnack)

Info und Anmeldung unter: 0664/1449881

Anmeldungsfrist: 04.01.2019



Kanga Training

(für Kinder von 3 Monaten - 2,5 Jahren)

Kanga Training ist ein Workout für Mamas mit dem Baby im „Beutel“ und wird individuell an die Bedürfnisse des Babys und der Mutter angepasst. Im Intervalltraining werden die Grundlagenausdauer aufgebaut und die tief liegende Bauchmuskulatur, Rücken und Beckenbodenmuskulatur gekräftigt.

Eine Tragehilfe ist nicht zwingend vorausgesetzt und kann sich bei der Kursleitung ausgeben lassen.

Kursleitung: Veronika Mandl, zertifizierte Kanga Trainerin

Start: jeden **Donnerstag**, ab 10. 01.2019 von 09:30- 10:30 Uhr

Ort: EKIZ , Seniorenwohnhaus „Maria“, St. Gilgen

Kosten: € 95,00 (8 Einheiten)

Info und Anmeldung unter: 0680/2053838

Anmeldungsfrist: .04.01.2019

