

---

Programmheft September 2025 - August 2026

---

# ELTERN - KIND - ZENTRUM- BEZIRK VOITSBERG



Kinder brauchen Kontakte ...  
... Eltern auch !!

0664 / 738 55 139

[www.ekiz-voitsberg.at](http://www.ekiz-voitsberg.at)

---

Anmeldung für alle Veranstaltungen notwendig!

---

# Wichtige Infos

## WIR SIND GERNE FÜR DICH DA!

Auch wenn wir nicht immer vor Ort sind, sondern z.B. familienfreundlich im Homeoffice, so sind wir für dich ganz Ohr und freuen uns auf deine Kontaktaufnahme!

**INFORMATIONEN:** Bei Katrin Kraxner E-Mail: [office@ekiz-voitsberg.at](mailto:office@ekiz-voitsberg.at) oder per Telefon unter der Nummer 0664/ 738 55 139

**TELEFONZEITEN:** Montag bis Freitag: 8:00 - 12:00, Dienstag: 15:00 - 18:00 Uhr  
Die Bürozeiten vor Ort im EKIZ sind flexibel, daher bitten wir um telefonische Terminvereinbarung.

**ANMELDUNG:** Eine Anmeldung ist bei allen Kursen/Vorträgen unbedingt erforderlich. Melden Sie sich bitte spätestens drei Tage vor Beginn der Veranstaltung über unsere Homepage [www.ekiz-voitsberg.at](http://www.ekiz-voitsberg.at), per Mail oder telefonisch an. Sollte die Mindestteilnehmeranzahl einer Gruppe nicht erreicht werden, findet der Kurs leider nicht statt.

**BEITRÄGE:** Beiträge sind bis spätestens eine Woche vor Beginn des Kurses/Veranstaltung auf unser Konto zu überweisen.

**BANKVERBINDUNG:** Eltern-Kind-Zentrum Bezirk Voitsberg  
IBAN: AT75 2083 9000 0000 1867 BIC: SPVOAT21

**ABMELDUNG:** Die Abmeldung von einer Veranstaltung ist bis zum Anmeldeschluss möglich. Bei einer Abmeldung zu einem späteren Zeitpunkt fällt eine Stornogebühr in der Höhe von 30% an.

**RÜCKERSTATTUNG:** Bei unbegründetem Nichterscheinen zur Veranstaltung ist das EKIZ nicht verpflichtet, die Kursgebühren oder Teile davon zurückzuerstatten.

**EKIZ - MITGLIEDSCHAFT:** Mit einem Beitrag von € 20,00 bzw. € 18,00 bei Vorlage des Steirischen Familienpasses unterstützen Sie unseren Verein und erhalten bei diversen Veranstaltungen vom EKIZ Vergünstigungen. Gültigkeitsdauer: September 2025 - August 2026. Die Mitgliedschaft endet automatisch.

Alle Preise gelten pro Person bzw. pro Kind, außer es ist anders angegeben. Aus Qualitätsgründen ist die Anzahl der Teilnehmenden bei den meisten Gruppen begrenzt, jedes Kind zählt voll und zahlt daher auch voll.

**VEREIN:** Das EKIZ ist ein sozialer Verein, der zu einem großen Teil von Ehrenamtlichen unterstützt wird. Wir freuen uns über Ihre Spende auf unser Konto, damit wir auch weiterhin mit unserem Programm Familien begleiten können.

## WO SIND WIR ZU FINDEN?

Im Haus des Lebens (1. Stock),  
Conrad-von-Hötzendorf-Straße 25 b, 8570 Voitsberg  
0664 / 738 55 139

Homepage: [www.ekiz-voitsberg.at](http://www.ekiz-voitsberg.at);  
E-Mail: [office@ekiz-voitsberg.at](mailto:office@ekiz-voitsberg.at)



# Inhaltsverzeichnis

Schwangerschaft + Geburt + Baby	ab S. 05
Bazar	ab S. 11
Eltern/Großeltern + Kind	ab S. 12
Für Kinder	ab S. 25
Offene Treffen	ab S. 40
Elterntreff Digital + Regional (Kiga Krems)	ab S. 44
Vorträge + Seminare + Workshops	ab S. 52

---

Wir danken für die finanzielle Unterstützung:



 Bundeskanzleramt



Gemeinde  
Rosental

und den Firmen für ihre Werbeeinschaltungen,  
sowie allen Mitgliedern für ihren Beitrag!

# EKIZ-VOITSBERG-WOCHENPLAN

## 2025/2026

MONTAG

KINDERGRUPPE  
RAUPEN



08:30 – 11:30 UHR

DIENSTAG

ELTERN-KIND  
GRUPPE  
LÖWEN



09:00 – 11:00 UHR

MITTWOCH

KINDERGRUPPE  
SPATZEN



08:30 – 11:30 UHR

DONNERSTAG

ELTERN-KIND  
GRUPPE  
MARIENKÄFER



09:00 – 11:00 UHR

FREITAG

ELTERN-KIND-  
CAFÉ  
ABWECHSELND  
MIT DEM EBZ



09:30 – 11:00 UHR

LERNOASE



15:30 – 17:30 UHR

ELTERN-KIND  
GRUPPE  
IGEL



15:00 – 17:00 UHR

KINDERGRUPPE  
EULEN



15:00 – 17:00 UHR



CONRAD-VON-HÖTZENDORF-STRASSE 25.B,  
8570 VOITSBERG  
☎ 0664 / 738 55 139  
OFFICE@EKIZ-VOITSBERG.AT  
WWW.EKIZ-VOITSBERG.AT

**ZWEI & MEHR**  
ELTERN-KIND-ZENTREN STEIERMARK



Das Land  
Steiermark

→ Gesellschaft

# Vorbereitung auf die Geburt durch Yoga

## für werdende Mütter, 6-teilig

Wer gerne auch in der Schwangerschaft fit und beweglich bleiben möchte und dabei seinen Körper auf die Geburt vorbereiten will, der ist beim Schwangerschaftsyoga genau richtig!

Yoga in der Schwangerschaft verbessert die Haltung, kräftigt die Beine, fördert die Beckenbeweglichkeit und öffnet das Becken. Verspannungen und Blockaden werden gelöst, wodurch sich schwangerschaftsbedingte Beschwerden verbessern.

Die Atemübungen im Kurs bereiten auf die Geburt vor, fördern die bewusste Atmung, helfen zur Ruhe zu kommen und durchbrechen während der Geburt den Kreislauf aus Angst, Spannung und Schmerz.

Die Tiefenentspannung fördert das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, beruhigt das Nervensystem und hilft während der Geburt in den Wehenpausen optimal zu entspannen.

Schwangerschaftsyoga kann ab der 15. Schwangerschaftswoche praktiziert werden.

### Anmeldung erforderlich

Termine: 17. September - 22. Oktober 2025 von 19:00 bis 20:30 Uhr  
7. Jänner - 11. Februar 2026 von 19:00 bis 20:30 Uhr  
4. März - 8. April 2026 von 19:00 bis 20:30 Uhr

Wann: jeweils mittwochs (6x)

Leitung: Katharina Krapfenbauer (*Hebamme im LKH Deutschlandsberg*)

Ort: Gesundheitszentrum Ligist (*Ligistberg 20, 8563 Ligist*)

Beitrag: 120 €

The banner features a yellow background with a heart icon and the text "Familienzeit ...". Below this, it lists the website [www.familienpass.steiermark.at](http://www.familienpass.steiermark.at) and the Facebook page [www.facebook.com/zweiundmehrsteiermark](https://www.facebook.com/zweiundmehrsteiermark). In the center is a circular logo for "ZWEI & MEHR" with the text "WIR SIND EIN ZWEI & MEHR VORTEILSBETRIEB". To the right is the logo for "ZWEI & MEHR STEIRISCHER FAMILIENPASS" and the logo for "Das Land Steiermark".

# Geburtsvorbereitungskurs

für werdende Mütter/Eltern

„Ich / Wir bekommen ein Baby!“ – Eine spannende Zeit beginnt! Schwangerschaft und Geburt gehören zu den ganz besonderen Erlebnissen einer Frau bzw. Partnerschaft. Wir freuen uns, euch auf die Geburt eures Kindes vorzubereiten. Uns ist es wichtig, durch Information das Vertrauen der Schwangeren in sich selbst zu stärken und ein Gefühl der Sicherheit und Gelassenheit zu vermitteln. Bei diesem Kurs werdet ihr als werdende Mutter bzw. Eltern kompakt über die Geschehnisse rund um Schwangerschaft, Geburt, die erste Zeit mit eurem Baby sowie Veränderungen in der Partnerschaft informiert.

## KURSIHALTE

**FREITAG 18:00 - 21:00 Uhr und SAMSTAG 8:30 - 11:30 Uhr:**

*Leitung: Kerstin Groß, Katharina Krapfenbauer, Marlene Münzer*

- Schwangerschaft und Entwicklung des Babys
- Atem- und Entspannungsübungen mit Partner
- Rund um die Geburt: Geburtsposition und Demonstrationen
- Beratung zur Auswahl des individuell passenden Krankenhauses und Infos über das Hebammenzentrum und die Hebammenhotline
- Wochenbett

**DIENSTAG 18:00-20:00 Uhr**

*Für Frauen - Leitung: Melanie Neumann BSc*

- Gut versorgt durch Schwangerschaft und Stillzeit
- Die lieben Kilos: Figurfragen vor und nach der Geburt
- Tabus in der Ernährung: zwischen Genuss und Risiko

*Für Männer - Leitung: Wolfgang Obendrauf, Stefan Pawata*

- Was bedeutet es Vater zu sein?
- Familie und Partnerschaft leben, wie lässt sich beides vereinbaren und was kann ich dazu tun?

**Anmeldung erforderlich  
mind. 6 Teilnehmerpaare**

in Kooperation mit



Termine: 12. - 15. September 2025 (Freitag - Montag)  
28. November - 2. Dezember 2025  
16. - 20. Jänner 2026  
6. - 10. März 2026  
29. Mai - 2. Juni 2026  
31. Juli - 4. August 2026  
18. - 22. September 2026

Wann: Freitag, von 18:00 bis 21:00 Uhr  
Samstag, von 8:30 bis 11:30 Uhr  
Montag, von 17:00 bis 20:00 Uhr (EBZ)  
Dienstag, von 18:00 bis 20:00 Uhr

Leitung: Kerstin Groß, Katharina Krapfenbauer und Marlene Münzer (*Hebammen im LKH-Deutschlandsberg*)  
Melanie Neumann *BSc (Diätologin)*  
Stefan Pawata und Wolfgang Obendrauf (*Dipl. System. Lebens- u. Sozialberater*)

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: pro Paar 115 €

## Wir werden Eltern!

### Kostenlose Vorbereitung auf Elternschaft im Elternberatungszentrum

#### Montags von 17:00 bis 20:00 Uhr

Die Veranstaltungen können unabhängig vom Geburtsvorbereitungskurs des EKIZ und auch einzeln besucht werden.

Leitung: Petra Tatzer und Josefine Puntigam, EBZ

- Grundinformationen zu Obsorge und Wegen nach der Geburt
- Unterstützungsmöglichkeiten für Jungfamilien
- Wie entsteht eine gute Eltern-Kind-Bindung?
- Was ist in den ersten Wochen wichtig?
- Wie erkenne ich die Bedürfnisse meines Babys?

#### Anmeldung unter [bhvo-ebz@stmk.gv.at](mailto:bhvo-ebz@stmk.gv.at)

Nähere Auskünfte unter

**0676/866 40 282** (Petra Tatzer) oder

**0676/866 40 296** (Marion Kipperer) und auf

Facebook



[www.hebammenzentrum-voitsberg.at](http://www.hebammenzentrum-voitsberg.at)



## *Hebammenzentrum Voitsberg*

Das Hebammenzentrum Voitsberg ist die erste Anlaufstelle für alle Schwangeren und Mütter im gesamten Bezirk Voitsberg während Schwangerschaft, Wochenbett und Stillzeit.

***24 Stunden Hebammen Hotline***  
***+43 664 910 8000***

Mit Kassenvertrag, Direktverrechnung mit der Krankenkasse.

**Hebammenzentrum Voitsberg**  
Hauptplatz 46 | 8570 Voitsberg  
[info@hebammenzentrum-voitsberg.at](mailto:info@hebammenzentrum-voitsberg.at)

# Beckenboden- und Rückentraining

## für Frauen und Männer - Fortgeschrittenen-Gruppe, 8 - teilig

Eine gestärkte Körpermitte schenkt Bewegungsfreiheit und Leichtigkeit. Ziele dieses Trainings sind: Zurückfinden zur ursprünglichen Gut-Haltung, Kennenlernen der eigenen Beckenbodenmuskulatur und Vernetzung der Tiefenmuskulatur, Bauchatmung wieder anregen, Blasenschwäche und Inkontinenz entgegenwirken, richtiger Sitz auf der Toilette bei Wasserlassen und Stuhlentleerung, Haltungsmuster erkennen und verändern. Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung und Noppensocken. Kostenrückerstattung möglich, zum 1. Termin den Überweisungsschein mitbringen!

### Anmeldung erforderlich

Termine: **Kurs 1:** 24. September - 19. November 2025

**Kurs 2:** 14. Jänner - 18. März 2026

**Kurs 3:** 15. April - 10. Juni 2026

Wann: mittwochs (8x), von 18:00 bis 19:00 Uhr

Leitung: Sabrina Schmölzer-Nußbacher (*Physiotherapeutin*)

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 96 € (93 € für Mitglieder)

# Rückbildungsgymnastik

## für Frauen ab 6 Wochen nach der Geburt, 8-teilig

Aufgaben und Funktion des Beckenbodens sowie Kennenlernen der eigenen Beckenbodenmuskulatur, Zurückfinden zur ursprünglichen Gut-Haltung, Vernetzung der Tiefenmuskulatur und Wahrnehmung schulen, Umsetzung der vernetzten Tiefenmuskulatur in den Alltag, Bauchatmung wieder anregen, Blasenschwäche und Inkontinenz, richtiger Sitz auf der Toilette bei Wasserlassen und Stuhlentleerung, Haltungsmuster erkennen, Hilfe zur Selbsthilfe!

### Anmeldung erforderlich

Termine: **Kurs 1:** 25. September - 20. November 2025

**Kurs 2:** 15. Jänner - 12. März 2026

**Kurs 3:** 26. März - 28. Mai 2026

Wann: donnerstags (8x), von 09:30 bis 10:30 Uhr

Leitung: Sabrina Schmölzer-Nußbacher (*Physiotherapeutin*)

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 96 € (93 € für Mitglieder)

## Richtig essen ...

Schwangerschaft, Stillzeit,  
Babys und Kleinkinder



### Besuchen Sie die kostenlosen Ernährungsworkshops der ÖGK

Holen Sie sich praktische Tipps zu folgenden Themen:

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

Termine und Anmeldung:

[www.gesundheitskasse.at/revan](http://www.gesundheitskasse.at/revan)



# Baby- und Kinder-Bazar

## für Groß und Klein

Falls ihr Baby- und Kindersachen sowie Umstandsmode, Kinderwagen, Hochstühle, Spielzeug, Kinderspiele, Puzzle, Bücher, CDs, DVDs, Autositze und viele andere Dinge sucht oder hergeben wollt, bietet euch der Baby- und Kinder-Bazar die Möglichkeit dazu.

Wir verkaufen gerne eure sauberen, unbeschädigten bzw. funktionstüchtigen Sachen gegen einen Aufschlag.

**Termine:** 3. - 5. Oktober 2025 (Bitte nur Herbst / Winter Mode!)  
13. - 15. März 2026 (Bitte nur Frühjahr / Sommer Mode!)

**Wann:** **ANNAHME** (ALLES außer Bekleidung!) **UND VERKAUF**  
am **Freitag, 3. Oktober 2025**, von 18:00 bis 21:00 Uhr  
am **Freitag, 13. März 2026**, von 18:00 bis 21:00 Uhr

**ANNAHME UND VERKAUF** (ALLES inkl. Bekleidung)  
am **Samstag, 4. Oktober 2025**, von 8:00 bis 18:00 Uhr  
am **Samstag, 14. März 2026**, von 8:00 bis 18:00 Uhr

**VERKAUF**  
am **Sonntag, 5. Oktober 2025**, von 9:00 bis 12:00 Uhr  
am **Sonntag, 15. März 2026**, von 9:00 bis 12:00 Uhr

**ABHOLUNG DES VERKAUFSERLÖSES**  
am **Sonntag, 5. Oktober 2025**, von 13:00 bis 14:30 Uhr  
am **Sonntag, 15. März 2026**, von 13:00 bis 14:30 Uhr

**Ort:** Stadtsäle Voitsberg (*Schillerstraße 4, 8570 Voitsberg*)



# Eltern-Kind-Training beim Kraftpfad

für Kinder ab 3 Jahren und einen Elternteil ; 8-teilig

Eltern-Kind-Training bei Kraftpfad – Gemeinsam stark werden!

Erlebt eine ganz besondere Zeit gemeinsam mit eurem Kind – voller Bewegung, Spaß und wertvoller Inhalte!

In unserem Eltern-Kind-Training steht nicht nur die körperliche Aktivität im Mittelpunkt, sondern auch das Miteinander:

Gemeinsam übt ihr Bewegungen aus der Kampfkunst, stärkt euer Vertrauen, eure Kommunikation und lernt spielerisch wichtige Werte wie Respekt, Disziplin, Mut und Achtsamkeit.

Was euch erwartet:

- Spielerisches Aufwärmen & Bewegung für Groß und Klein
- Partnerübungen aus der Kampfkunst
- Stärkung von Körpergefühl und Selbstbewusstsein
- Gemeinsames Lernen mit Spaß und Herz
- Ein Training, das euch näher zusammenbringt

Lasst euch diese besondere Gelegenheit nicht entgehen – zusammen wachsen, gemeinsam lernen!

**Anmeldung erforderlich**

Termine: Donnerstag, 2. Oktober - 20. November 2025

Wann: 3- 6 Jahre + Eltern: 15 Uhr  
7-11 Jahre + Eltern: 16 Uhr

Leitung: Andreas Weitenthaler

Ort: Kraftpfad Training (*Knappenplatz 1-4, Rosental an der Kainach*)

Beitrag: 160 €

**kraftpfad.training**

Training, das stark macht.



# Mini Foto Session

## für Familien, Freunde & Co

Verzaubert eure Liebsten mit einem unvergesslichen Fotoshooting! Taucht in unsere magische Welt voller Festlichkeit ein und schafft bleibende Erinnerungen.

Wir bieten euch (bis zu 5 Personen, weitere Personen auf Anfrage) eine kleine und feine Foto-Session, bei der wir ein paar traumhafte Fotos für wundervolle Erinnerungen machen – ideal geeignet auch als Geschenk!

Die liebevolle Atmosphäre unseres festlichen Setups wird euch sofort ein Gefühl von Wärme und Geborgenheit vermitteln.

Die Shootings finden in einem Zeitfenster von 15 Minuten statt.  
Bitte um Terminreservierung telefonisch oder per Mail im EKIZ.

Eure 3 Lieblingsfotos könnt ihr auf der Homepage [www.petergoda.at](http://www.petergoda.at) mit eurem persönlichen Passwort, das ihr beim Shooting erhaltet, selbst auswählen. Dabei habt ihr auch die Möglichkeit, gegen Aufpreis weitere Fotos bzw. auch Fotogeschenke wie Tassen, Leinwände, Kalender, Puzzle zu bestellen.

Eure Fotos bekommt ihr digital bearbeitet und retuschiert in 13 x 18 cm Auflösung inkl. privater Nutzungsrechte garantiert rechtzeitig vor dem jeweiligen Fest!

## Anmeldung erforderlich

Termine: **Weihnachtsfotos:** 10. und 11. Oktober 2025  
**Frühlings- Osterfotos:** 13. und 14. Februar 2026

Wann: Freitag ab 15:00 Uhr  
Samstag ab 9:00 Uhr

Leitung: Peter Goda Fotografie

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 99 €



PETER GODA  
FOTOGRAFIE

# Bilderbuchkino

## Lesen, Lauschen, Basteln

für Kinder ab 1 ½ Jahren mit einer Begleitperson

Geschichten öffnen Welten – und wir laden euch ein, dabei zu sein! Beim gemütlichen Vorlese-Nachmittag der Bücherei Voitsberg tauchen wir gemeinsam in ein spannendes Kinderbuch ein. Wir lesen vor, lassen die Geschichte lebendig werden und wecken Fantasie und Kreativität.

Zum Abschluss können die Kinder passend zur Geschichte malen und basteln – ein rundum bunter Nachmittag voller Spaß und Magie!

### Anmeldung erforderlich

Termine: Freitag, 26. September 2025  
Freitag, 14. November 2025  
Freitag, 23. Jänner 2026  
Freitag, 20. März 2026  
Freitag, 22. Mai 2026

Wann: von 15:00 bis 16:30 Uhr

Leitung: MitarbeiterInnen des Eltern- Kind-Zentrums

Ort: Bildungs- und Begegnungszentrum Voitsberg (*Hauptplatz 3/1, 8570*)

Beitrag: freiwillige Spende



# Eltern-Kind-Musizieren

für Kinder ab 1 ½ Jahren mit einer Begleitperson, 10-teilig

Das Singen und Musizieren mit einer vertrauten Bezugsperson eröffnet dem Kind einen natürlichen und fröhlichen Zugang zur Musik.

Eltern, Omas oder Opas, Tanten oder Onkel singen, spielen und tanzen mit, so sind sie Vorbild und motivieren ihr Kind zum Nachahmen.

Die Kinder lernen einen reichen Schatz an Fingerversen, Knireiterspielen, alten und neuen Kinderliedern und Tänzen kennen. Verschiedene Instrumente kommen zum Einsatz.

Rituale und Wiederholungen geben den Kindern Sicherheit und steigern ihr Selbstvertrauen. Allerlei Materialien unterstützen die Kreativität und regen zu neuen Ausdrucksformen an.

Musik ist ein Teil unseres Lebens. Musik begeistert, tröstet, fördert und macht glücklich!

## Anmeldung erforderlich

Termine: **1. Semester:** 19. September - 28. November 2025  
**2. Semester:** 27. Februar- 15. Mai 2026

Wann: jeweils freitags (10x)  
Gruppe 1: von 8:30 bis 9:20 Uhr  
Gruppe 2: von 9:40 bis 10:30 Uhr

Leitung: MMag.<sup>a</sup> Tanja Stock (*Instrumentalpädagogin für Querflöte und Pädagogin für musikalische Früherziehung*)

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 100 €



# Fotos der Eltern - Kind - Gruppen



ELTERN/GROSSELTERN + KIND

# Eltern - Kind - Gruppen

für Kinder ab 8 Monate bis 3,5 Jahre mit einer Begleitperson

Gemeinsam spielen, singen und basteln können Kinder in Begleitung von Mama/Papa/Oma oder Opa in der Löwen- oder Igelkindergruppe.

Dem Jahreskreis entsprechend lernen wir lustige Finger- bzw. Bewegungsspiele und hören so manche spannende Geschichte. Auch das Forschen und Experimentieren mit unterschiedlichen Materialien kommt beim Treffen nicht zu kurz.

Nebenbei knüpfen die Kinder erste soziale Kontakte und auch die Erwachsenen können hier ihre Erfahrungen austauschen.

**Anmeldung erforderlich - mindestens 10 Eltern-Kind-Paare pro Gruppe**



## Löwenkinder

in Kooperation mit  
KATHOLISCHES  
BILDUNGSWERK KA

Termine: **1. Semester:** 23. September 2025 - 10. Februar 2026  
**2. Semester:** 24. Februar - 23. Juni 2026

Wann: jeweils dienstags, von 9:00 bis 11:00 Uhr (*außer an schulfreien Tagen*)

Leitung: MitarbeiterInnen des Eltern-Kind-Zentrums

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 160 € pro Semester - *inklusive Materialbeitrag*



## Igelkinder

in Kooperation mit  
KATHOLISCHES  
BILDUNGSWERK KA

Termine: **1. Semester:** 23. September 2025 - 10. Februar 2026  
**2. Semester:** 24. Februar - 23. Juni 2025

Wann: jeweils dienstags, von 15:00 bis 17:00 Uhr (*außer an schulfreien Tagen*)

Leitung: MitarbeiterInnen des Eltern-Kind-Zentrums

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 160 € pro Semester - *inklusive Materialbeitrag*

# Marienkäfertreff

**für Kinder ab 8 Monate bis 3,5 Jahre mit einer Begleitperson**

Gemeinsam spielen, singen und basteln können Kinder in Begleitung von Mama/Papa/Oma oder Opa beim Marienkäfertreff

Dem Jahreskreis entsprechend lernen wir lustige Finger- bzw. Bewegungsspiele und hören so manche spannende Geschichte. Auch das Forschen und Experimentieren mit unterschiedlichen Materialien kommt beim Treffen nicht zu kurz. Nebenbei knüpfen die Kinder erste soziale Kontakte und auch die Erwachsenen können hier ihre Erfahrungen austauschen.



**Anmeldung erforderlich -mindestens 10 Eltern-Kind-Paare**

**Termine:** 1. Semester: 25. September 2025 - 12. Februar 2026  
 2. Semester: 26. Februar - 25. Juni 2026

**Wann:** donnerstags, von 9:00 bis 11:00 Uhr (*außer an schulfreien Tagen*)

**Leitung:** MitarbeiterInnen des Eltern-Kind-Zentrums

**Ort:** Eltern-Kind-Zentrum

**Beitrag:** 160 € pro Semester- *inklusive Materialbeitrag*

# Ferienmäuse

**für Kinder ab 8 Monate bis 3,5 Jahre mit einer Begleitperson**

Heiß, heißer, Ferienzeit. Auch in den Sommerferien wollen wir aufs gemeinsame Spielen, Singen und Tanzen nicht verzichten. Einmal im Juli und dreimal im August sind Kinder ab 8 Monate herzlich eingeladen mit Mama/Papa oder Oma/Opa gemeinsam zwei lustige Stunden zu verbringen.



**Anmeldung erforderlich**

**Termine:** 1. Kurs: 21. u. 28. Juli 2026  
 2. Kurs: 11. u. 18. August 2026

**Wann:** dienstags (2x) von 9:00 bis 11:00 Uhr

**Leitung:** MitarbeiterInnen des Eltern-Kind-Zentrums

**Ort:** Eltern-Kind-Zentrum

**Beitrag:** 25 € - *inklusive Materialbeitrag*

# Eltern - Kind - Basteln

für Kleinkinder ab 1 bis 4 Jahre mit einer Begleitperson

Fleißige Bastlerinnen und Bastler aufgepasst: In der EKIZ Bastelwerkstatt erwartet euch ein bunter Nachmittag voller kreativer Möglichkeiten.

Mit Farben, Papier und allerlei Materialien können die Kinder eigene kleine Kunstwerke gestalten – begleitet von erfahrenen Betreuerinnen, die mit Rat und Tat zur Seite stehen. Spaß, Erfolgserlebnisse und jede Menge Kreativität sind garantiert!

**Anmeldung erforderlich**

Termin: **Adventbasteln:** 15. November 2025

**Frühlingsbasteln:** 28. Februar 2026

Wann: Samstag, von 9:30 bis 11:30 Uhr

Leitung: MitarbeiterInnen des Eltern-Kind-Zentrums

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 18 € (15 € für Mitglieder) - inklusive Materialkosten

# Backspaß für alle- Alte Rezepte, neue Deko

für Kinder ab 3 Jahren mit einer Begleitperson und für Kinder und Jugendliche ab 6 Jahren ohne Begleitperson

Alte Tradition, neuer Schwung: Wir backen gemeinsam Allerheiligen-Striezel! Während der Teig ruht, könnt ihr eure Kreativität bei der Bastelstation, beim Verzieren von Halloween-Muffins ausleben – bunt, schrill oder schaurig-süß, ganz wie ihr wollt. Bitte bringt eine Kochschürze mit – der Rest steht bereit!



**Anmeldung erforderlich**

Termin: Freitag, 24. Oktober 2025

Wann: von 14:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: Katrin Kraxner (EKIZ-Leiterin und Hobbybäckerin)

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 20 € (18 € für Mitglieder)

# Hexenküche

**Workshop für Kinder ab 3 Jahren mit einer Begleitperson und für Kinder und Jugendliche ab 6 Jahren ohne Begleitperson**

Du wolltest schon immer einmal wissen, wie es im Hintergrund einer Apotheke so abläuft? Dann komm doch einmal zu uns und fülle mit uns Tees ab, mische deine eigene Pflegesalbe zusammen und lerne auch noch einiges über den Apotheken-Alltag.



**Anmeldung erforderlich**

Termine: Dienstag, 4. November 2025  
Dienstag, 14. April 2026

Wann: von 15:00 bis 16:30 Uhr

Leitung: Mitarbeiter/innen der Apotheke Krems

Ort: Team Santé Apotheke Krems (*Grazer Vorstadt 152, 8570 Voitsberg*)

Beitrag: freiwillige Spende

# Adventkranz selbst gemacht - gemeinsam kreativ

**für Kinder, Jugendliche und Erwachsene von 7 bis 99 Jahren**

Advent liegt in der Luft – mach deinen Kranz einfach selbst!

Ob traditionell oder ganz individuell: Beim gemeinsamen Adventkranzbinden seid ihr mit euren Ideen genau richtig. Wir binden, plaudern und genießen die Vorfreude auf Weihnachten – ideal für alle Generationen. Kerzen und Deko bringt ihr mit, alles andere haben wir vor Ort.



**Anmeldung erforderlich**

Termine: Freitag, 21. November 2025

Wann: von 15:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: Katrin Kraxner (*EKiZ-Leiterin und Hobbybäckerin*) & Floristin vom Maschinenring

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 15 €

in Kooperation mit  
 **Maschinenring**

# Familien-Yoga

für Kinder von 3 bis 8 Jahren mit einer Begleitperson, 8-teilig

Alleine sind wir stark, gemeinsam unschlagbar. Das ist das Thema für unsere gemeinsamen Einheiten, in denen es darum geht, unserem Körper wertschätzend zu begegnen.

Kinder lernen von Großen und deshalb ist das Familien-Yoga optimal, um ihnen schon früh zu zeigen, wie wichtig Entspannung und auch Anspannung ist.

Wir lernen durch verschiedene Asanas nicht nur erste Yoga Positionen, auch unsere Beziehung zueinander bekommt durch gegenseitiges Stabilisieren, Haltgeben und Anlehnen können eine ganz neue Qualität.

Damit schaffen wir eine gestärkte Bindung und kommen in einen intensiven Austausch miteinander. In diesem geschützten Rahmen dürfen Kinder sich ausprobieren und es gibt keine Bewertung von außen.

**Anmeldung erforderlich - mindestens 5 Kinder**

Termine: **1. Semester:** 26. September - 21. November 2025

**2. Semester:** 27. Februar - 24. April 2026 (keine Einheit am 3.4.2026)

Wann: freitags (8x), von 16:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: Katharina Raffling (*Kindergartenpädagogin und Zertifizierte Kinder-Yoga Lehrerin*)

Ort: Kindergarten Schillerstraße (*Schillerstraße 12, 8570 Voitsberg*)

Beitrag: 85 € (80 € für Mitglieder) - für jeweils 8 Einheiten



# Vogelhaus bauen und bemalen

Workshop für Kinder ab 3 Jahren mit einer Begleitperson und für Kinder und Jugendliche ab 6 Jahren ohne Begleitperson

Gemeinsam werden wir kleine Vogelhäuser aus Holz bauen und diese bunt bemalen. Natürlich darf jedes Kind sein selbst gestaltetes Vogelhaus mit nach Hause nehmen und damit den Garten verschönern.



**Anmeldung erforderlich**

Termin: Freitag, 17. Oktober 2025

Wann: von 16:00 bis 17:30 Uhr

Leitung: MitarbeiterInnen von Vogl Baumarkt

Ort: Vogl Baumarkt (*Hauptstraße 8, 8582 Rosental an der Kainach*)

Beitrag: 19 €

# Insektenhotel basteln

Workshop für Kinder ab 3 Jahren mit einer Begleitperson und für Kinder und Jugendliche ab 6 Jahren ohne Begleitperson

Gemeinsam werden wir Insektenhotels aus natürlichen Materialien bauen und gestalten, um Bienen und anderen nützlichen Insekten ein Zuhause zu bieten. Natürlich darf jedes Kind sein selbst gestaltetes Insektenhotel mit nach Hause nehmen und damit den Garten noch lebendiger und vielfältiger machen.



**Anmeldung erforderlich**

Termin: Freitag, 6. März 2026

Wann: von 16:00 bis 17:30 Uhr

Leitung: MitarbeiterInnen von Vogl Baumarkt

Ort: Vogl Baumarkt (*Hauptstraße 8, 8582 Rosental an der Kainach*)

Beitrag: 19 €

# Tonmännchen für Muttertag

Workshop für Kinder ab 3 Jahren mit einer Begleitperson und für Kinder und Jugendliche ab 6 Jahren ohne Begleitperson

Aus Tontöpfen gestalten wir lustige Tonfiguren, bemalen sie und bepflanzen sie anschließend. Eine tolle Geschenkidee zum Muttertag oder als Gartendeko.



**Anmeldung erforderlich**

Termin: Freitag, 8. Mai 2026

Wann: von 16:00 bis 17:30 Uhr

Leitung: MitarbeiterInnen von Vogl Baumarkt

Ort: Vogl Baumarkt (Hauptstraße 8, 8582 Rosental an der Kainach)

Beitrag: 19 €

**VOGL**  
Mach's einfach!

hagebaumarkt  
gartencenter  
baustoffe



# Erlebnismittag

beim La Paca am Bio Schusterbauerhof

**für Familien mit Kindern ab 2 Jahren**

Erlebe die Weide aus nächster Nähe:

Füttere Alpakas und Esel, lausche lustigen Geschichten und erfahre Wissenswertes über Tiere, Natur und die Wollproduktion auf unserem Hof.

Im Anschluss gestalten wir gemeinsam ein Kunstwerk aus gesammelten Naturmaterialien – als Erinnerung zum Mitnehmen.

Deine Jause und ein Getränk solltest du mitbringen, so wird es wie ein Picknick im Grünen.

Ein Tag voller echter Begegnungen und handfestem Naturerlebnis.

**Anmeldung erforderlich**

Termine: Samstag, 18. Oktober 2025  
Samstag, 20. Juni 2026

Wann: von 14:30 bis 16:00 Uhr

Leitung: Familie Schlatzer - Schrotter

Ort: La Paca am Bio Schusterbauerhof  
(Södingberg 38, 8152 Geistthal-Södingberg)

Beitrag: je Termin 20 € (18 € für Mitglieder) - pro Familie



# Bastelwerkstatt für Kids

für Kinder von 3 - 10 Jahren, ohne Begleitung

Fleißige Bastlerinnen und Bastler aufgepasst:

In der EKIZ Bastelwerkstatt erwartet euch ein bunter Nachmittag voller kreativer Möglichkeiten.

Mit Farben, Papier und allerlei Materialien können die Kinder eigene kleine Kunstwerke gestalten – begleitet von erfahrenen Betreuerinnen, die mit Rat und Tat zur Seite stehen. Spaß, Erfolgserlebnisse und jede Menge Kreativität sind garantiert!

**Anmeldung erforderlich**

Termine: **Adventbasteln:** Samstag, 15. November 2025

**Frühlingsbasteln:** Samstag, 28. Februar 2026

Wann: von 14:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: MitarbeiterInnen des Eltern-Kind-Zentrums

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: pro Termin 18 € - *inklusive Materialkosten*



# Kindergruppen

## Wöchentliche Treffen für Kinder ab 2 Jahren

Bei gemeinsamen Finger-, Kreis- und Tanzspielen, beim Malen und Basteln rund um den Jahreskreis können die Kinder andere „kleine Raupen-, Spatzen- oder Schaferlinder“ kennenlernen und erstmals ein paar Stunden ohne ihre Eltern verbringen.

Die Kinder werden so langsam auf den Kindergartenalltag vorbereitet und können Neues entdecken und Sinneseindrücke sammeln.

**Anmeldung erforderlich - mindestens 10 Kinder pro Gruppe**



# Kindergruppen



## Raupentreffen

Termine: **1. Semester:** 22. September 2025 - 9. Februar 2026  
**2. Semester:** 23. Februar - 22. Juni 2026

Wann: montags, von 8:30 bis 11:30 Uhr (*außer an schulfreien Tagen*)

Leitung: MitarbeiterInnen des Eltern-Kind-Zentrums

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 290 € *pro Semester - inklusive Materialbeitrag*



## Spatzentreffen

Termine: **1. Semester:** 24. September 2025 - 11. Februar 2026  
**2. Semester:** 25. Februar - 24. Juni 2026

Wann: mittwochs, von 8:30 bis 11:30 Uhr (*außer an schulfreien Tagen*)

Leitung: MitarbeiterInnen des Eltern-Kind-Zentrums

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 290 € *pro Semester - inklusive Materialbeitrag*



## Eulentreffen

Termine: **1. Semester:** 24. September 2025 - 11. Februar 2026  
**2. Semester:** 25. Februar - 24. Juni 2026

Wann: mittwochs, von 15:00 bis 17:00 Uhr (*außer an schulfreien Tagen*)

Leitung: MitarbeiterInnen des Eltern-Kind-Zentrums

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 200 € *pro Semester - inklusive Materialbeitrag*

# Sommerangebote für Kinder

## für Kinder von 2 bis 7 Jahren

Sommer, Sonne, Ferienzeit. Der Sommer 2026 steht vor der Tür und mit ihm ein unterhaltsames Ferienangebot.

Wir werden uns die Ferienzeit mit lustigen Experimenten versüßen und auf Entdeckungsreise gehen. Bei schönem Wetter nutzen wir den Garten und sollte es mal regnen, machen wir es uns bei lustigen Spielen und Liedern drinnen gemütlich. Freut euch auf abwechslungsreiche und phantasievolle Stunden.



### Anmeldung erforderlich



## Ferienschnecken

Termine: Montag, 13. - Freitag, 17. Juli 2026

Wann: jeweils 1 Woche (5x), von 8:00 bis 12:00 Uhr

Leitung: MitarbeiterInnen des Eltern-Kind-Zentrums

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 110 € - inklusive Materialbeitrag



## Sommerfrösche

Termine: Montag, 3. - Freitag, 7. August 2026

Wann: jeweils 1 Woche (5x), von 8:00 bis 12:00 Uhr

Leitung: MitarbeiterInnen des Eltern-Kind-Zentrums

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 110 € - inklusive Materialbeitrag

# Sommerangebote für Kinder

für Kinder von 2 bis 7 Jahren



## Sommerbienen

Termine: Montag, 24. - Freitag, 28. August 2026

Wann: jeweils 1 Woche (5x), von 8:00 bis 12:00 Uhr

Leitung: MitarbeiterInnen des Eltern-Kind-Zentrums

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 110 € - inklusive Materialbeitrag

## Musicalwoche

für Kinder ab 5 Jahren

Du wolltest schon immer mal auf der großen Bühne stehen und Singen & Tanzen sind deine große Leidenschaft? Dann bist du hier genau richtig!

Theaterbegeisterte Kinder (ab 5 Jahren) haben die Möglichkeit, in die kunterbunte Theaterwelt einzutauchen und gemeinsam mit anderen Kindern ein Musical auf die Beine zu stellen.



**Anmeldung erforderlich**

Termine: Montag, 27. Juli - Freitag, 31. Juli 2026

Aufführung am 31. Juli 2026 um 18:00 Uhr

Wann: jeweils 1 Woche (5x), von 8:00 bis 13:00 Uhr

Leitung: Sonja Pöschl, Katrin Kraxner

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 190 € - inkl. Verpflegung

# Yoga für Kinder

für Kinder von 6 bis 10 Jahren, 8-teilig

Wir erlernen spielerisch verschiedene Asanas (Yoga Positionen) und machen mit ihnen lustige Geschichten für uns mit erlebbar.

Im Kinder-Yoga geht es nicht vorrangig um die genauen Ausrichtungen der einzelnen Positionen, sondern vielmehr um das Hören auf den eigenen Körper.

Hier kann sich jeder individuell entfalten und die eigenen Fähigkeiten und Grenzen erkennen. In unserer gemeinsamen Stunde erleben wir aktive und auch stille Momente und entdecken, wie unterschiedlich diese auf uns wirken.

Durch diese Auseinandersetzung mit uns selbst und der Gruppe lernen wir uns selbst und die anderen so wertzuschätzen wie sie sind.

**Anmeldung erforderlich -mindestens 5 Kinder**

Termine: **Kurs 1:** 26. September - 21. November 2025

**Kurs 2:** 27. Februar - 24. April 2026 (keine Einheit am 3.4.2026)

Wann: freitags, von 17:15 bis 18:00 Uhr

Leitung: Katharina Raffling (*Kindergartenpädagogin und Zertifizierte Kinder-Yoga Lehrerin*)

Ort: Kindergarten Schillerstraße (*Schillerstraße 12, 8570 Voitsberg*)

Beitrag: 85 € (80 € für Mitglieder) - für jeweils 8 Einheiten



## Ihr Treffpunkt für Familien!

Kennt Ihr Kind die Bilderbücher zu Hause schon auswendig?  
Dann ist es Zeit für einen Besuch im Bildungs- und  
Begegnungszentrum Voitsberg.

Wir sind der ideale Ort fürs Lesen, Spielen und Erkunden.

Entdeckt unsere vielfältigen Veranstaltungen, Vorträge und  
Aktivitäten für Jung & Alt. Unsere Angebote sind **kostenlos!**

### Unsere Öffnungszeiten

Montag	14 - 18
Dienstag - Freitag	09 - 18
Jeden 1. Samstag im Monat	10 - 16

### Jahresbeitrag in der Bibliothek

Kinder bis 15 J.	gratis
Jugendliche	10€
Erwachsene	20€

Hauptplatz 3/1, 8570 Voitsberg  
begegnungszentrum@voitsberg.at  
03142/930 30



# KALENDER

**DATUM** **VERANSTALTUNG** **SEITE**

## SEPTEMBER 2025

FREITAG, 12.	GEBURTSVORBEREITUNGSKURS	6
MITTWOCH, 17.	VORBEREITUNG AUF DIE GEBURT DURCH YOGA	5
FREITAG, 19.	ELTERN-KIND-MUSIZIEREN (START - 1. SEMESTER)	15
MONTAG, 22.	RAUPENTREFFEN (START - 1.SEMESTER)	27
DIENSTAG, 23.	LÖWENKINDER (START - 1. SEMESTER)	17
DIENSTAG, 23.	IGELKINDER (START - 1. SEMESTER)	17
MITTWOCH, 24.	BECKENBODEN- UND RÜCKENTRAINING	9
MITTWOCH, 24.	SPATZENTREFFEN (START - 1. SEMESTER)	27
MITTWOCH, 24.	EULENTREFFEN (START - 1. SEMESTER)	27
DONNERSTAG, 25.	RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK	9
DONNERSTAG, 25.	MARIENKÄFERTREFF (START - 1. SEMESTER)	18
FREITAG, 26.	BILDERBUCHKINO	14
FREITAG, 26.	FAMILIEN-YOGA (START, 8-TEILIG)	21
FREITAG, 26.	YOGA FÜR KINDER (START, 8-TEILIG)	30
FREITAG, 26.	FAMILIEN-CAFE (START)	41
SAMSTAG, 27.	PAPA-KIND-CAFE	40
MONTAG, 29.	LERNOASE (START)	39
DIENSTAG, 30.	„MOBBING - MOBBING IST GEWALT“ (VORTRAG)	44
DIENSTAG, 30.	SLOW DOWN YOGA (START)	39

## OKTOBER 2025

DONNERSTAG, 2.	ELTERN-KIND-TRAINING BEIM KRAFTPFAD	12
FREITAG, 3.	BABY-UND KINDER - BAZAR	11
SAMSTAG, 4.	BABY-UND KINDER - BAZAR	11
SONNTAG, 5.	BABY-UND KINDER - BAZAR	11
FREITAG, 10.	WEIHNACHTSFOTO MINI SESSION	13
SAMSTAG, 11.	WEIHNACHTSFOTO MINI SESSION	13
DONNERSTAG, 16.	AMOK, KRIEG, SUIZID - KINDERN IN AUSNAHMESITUATIONEN SICHERHEIT SCHENKEN (VORTRAG)	44
FREITAG, 17.	VOGELHAUS BAUEN	22
SAMSTAG, 18.	ERLEBNISNACHMITTAG	24
DONNERSTAG, 23.	WAS HEISST DENN PSYCHE? (VORTRAG)	45
FREITAG, 24.	BACKSPASS FÜR ALLE	19
FREITAG, 31.	HALLOWEENFEST	42

# KALENDER

DATUM	VERANSTALTUNG	SEITE
-------	---------------	-------

## NOVEMBER 2025

DIENSTAG, 4.	HEXENKÜCHE (WORKSHOP)	20
DONNERSTAG, 6.	SPIELIDEEN FÜR DRINNEN UND DRAUSSEN	46
SAMSTAG, 8.	LATERNENFEST	42
DONNERSTAG, 13.	„LEICHTER LERNEN“ (VORTRAG)	53
FREITAG, 14.	BILDERBUCHKINO	14
FREITAG, 14.	„BENSEBÄR UND GEIERPAPA“ (VORTRAG)	52
SAMSTAG, 15.	ELTERN-KIND-BASTELN (ADVENT)	19
SAMSTAG, 15.	BASTELWERKSTATT FÜR KIDS (ADVENT)	25
SAMSTAG, 15.	HANDLETTING	53
DIENSTAG, 18.	„TABLET, HANDYSPIELE UND CO“ (VORTRAG)	47
FREITAG, 21	ADVENTKRANZ SELBST GEMACHT	20
FREITAG, 28.	GEBURTSVORBEREITUNGSKURS	6

## DEZEMBER 2025

DONNERSTAG, 4.	NIKOLAUSFEIER	42
SAMSTAG, 6.	KASPERLTHEATER IM WEZ	37
MONTAG, 8.	KASPERLTHEATER IM WEZ	37
FREITAG, 12.	REZEPTTAUSCH UND PROBIERRUNDE	54
SAMSTAG, 13.	PAPA-KIND-CAFE	40

## JÄNNER 2026

MITTWOCH, 7.	VORBEREITUNG AUF DIE GEBURT DURCH YOGA	5
DONNERSTAG, 8.	„KINDERÄNGSTE“ (VORTRAG)	47
DIENSTAG, 13.	THEATER - WORKSHOP (START)	38
MITTWOCH, 14.	BECKENBODEN- UND RÜCKENTRAINING	9
DONNERSTAG, 15.	RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK	9
FREITAG, 16.	GEBURTSVORBEREITUNGSKURS	6
DONNERSTAG, 22.	KINDER VON ELTERN MIT PSYCHISCHEN ERKRANKUNGEN STÄRKEN	48
FREITAG, 23.	BILDERBUCHKINO	14
SAMSTAG, 24.	KINDER STÄRKEN MIT LÖWENMUT (WORKSHOP)	55
SAMSTAG, 24.	STARKE BILDER - EINFACH GEMACHT	56
FREITAG, 30.	REZEPTTAUSCH UND PROBIERRUNDE	54

# KALENDER

DATUM	VERANSTALTUNG	SEITE
-------	---------------	-------

## FEBRUAR 2026

DIENSTAG, 3.	DIGITALE MEDIEN UND SPRACHENTWICKLUNG (VORTRAG)	48
DONNERSTAG, 5.	BESSER SCHLAFEN (VORTRAG)	56
FREITAG, 6.	FASCHINGSFEST	42
SAMSTAG, 7.	PAPA-KIND-CAFE	40
FREITAG, 13.	FRÜHLINGSFOTO MINI SESSION	13
SAMSTAG, 14.	FRÜHLINGSFOTO MINI SESSION	13
MONTAG, 23.	RAUPENTREFFEN (START - 2.SEMESTER)	27
MONTAG, 23.	LERNOASE (START -2.SEMESTER)	39
DIENSTAG, 24.	LÖWENKINDER (START - 2. SEMESTER)	17
DIENSTAG, 24.	IGELKINDER (START - 2. SEMESTER)	17
DIENSTAG, 24.	SLOW DOWN YOGA (START - 2. SEMESTER)	39
MITTWOCH, 25.	SPATZENTREFFEN (START - 2. SEMESTER)	27
MITTWOCH, 25.	EULENTREFFEN (START - 2. SEMESTER)	27
DONNERSTAG, 26.	MARIENKÄFERTREFF (START - 2. SEMESTER)	18
DONNERSTAG, 26.	ENTWICKLUNG BRAUCHT RISIKO (VORTRAG)	49
FREITAG, 27.	ELTERN-KIND-MUSIZIEREN (START - 2. SEMESTER)	15
FREITAG, 27.	FAMILIEN-YOGA (START, 8-TEILIG)	21
FREITAG, 27.	YOGA FÜR KINDER (START, 8-TEILIG)	30
SAMSTAG, 28.	BASTELWERKSTATT FÜR KIDS (FRÜHLING)	25
SAMSTAG, 28.	ELTERN-KIND-BASTELN (FRÜHLING)	19

## MÄRZ 2026

SONNTAG, 1.	FAMILIEN-GOTTESDIENST	36
DIENSTAG, 3.	ALTERSENTESPRECHENDE RESILIENZFÖRDERUNG (VORTRAG)	49
MITTWOCH, 4.	VORBEREITUNG AUF DIE GEBURT DURCH YOGA	5
FREITAG, 6.	GEBURTSVORBEREITUNGSKURS	6
FREITAG, 6.	INSEKTENHOTEL BASTELN	22
FREITAG, 13.	BABY-UND KINDER - BAZAR	11
SAMSTAG, 14.	BABY-UND KINDER - BAZAR	11
SONNTAG, 15.	BABY-UND KINDER - BAZAR	11
DONNERSTAG, 19.	MIT VOLLER KRAFT IN DIE ZUKUNFT (VORTRAG)	50
FREITAG, 20.	BILDERBUCHKINO	14
DONNERSTAG, 26.	RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK	9
SONNTAG, 29.	OSTERNESTERLSUCHE	42

# KALENDER

DATUM	VERANSTALTUNG	SEITE
-------	---------------	-------

## APRIL 2026

SAMSTAG, 11.	BE COOL - MENTALSTARK DURCH DIE PUBERTÄT	57
DIENSTAG, 14.	HEXENKÜCHE (WORKSHOP)	20
MITTWOCH, 15.	BECKENBODEN- UND RÜCKENTRAINING	9
SAMSTAG, 18.	PAPA-KIND-CAFE	40
DIENSTAG, 21.	KLEINE WUTZWERGE (VORTRAG)	50
DIENSTAG, 28.	WISSEN SCHÜTZT - SEXUELLE GEWALT (VORTRAG)	51

## MAI 2026

FREITAG, 8.	MUTTERTAGSBASTELN	23
MONTAG, 18.	AGGRESSIONEN MIT ANDEREN AUGEN SEHEN (VORTRAG)	51
FREITAG, 22.	BILDERBUCHKINO	14
FREITAG, 29.	GEBURTSVORBEREITUNGSKURS	6

## JUNI 2026

SAMSTAG, 13.	SOMMERFEST	42
SAMSTAG, 20.	ERLEBNISNACHMITTAG	24
SAMSTAG, 20.	PAPA-KIND-CAFE	40

## JULI 2026

MONTAG, 13.	FERIENSCHNECKEN (1 WOCHE)	28
DIENSTAG, 21.	FERIENMÄUSE (2-TEILIG)	18
SAMSTAG, 25.	PAPA-KIND-CAFE	40
MONTAG, 27.	MUSICALWOCHE	29
FREITAG, 31.	GEBURTSVORBEREITUNGSKURS	6

## AUGUST 2026

MONTAG, 3.	SOMMERFRÖSCHE (1 WOCHE)	28
DIENSTAG, 11.	FERIENMÄUSE (2-TEILIG)	18
MONTAG, 24.	SOMMERBIENEN (1 WOCHE)	28

## SEPTEMBER 2026

FREITAG, 18.	GEBURTSVORBEREITUNGSKURS	6
--------------	--------------------------	---

# Familien-Gottesdienst

## für die ganze Familie

Herzliche Einladung an alle, die mit ihrem Kind/Jugendlichen gerne eine gemeinsame Messe gestalten wollen.

Wir möchten miteinander staunen, Lieder singen und feiern.

Erstkommunikationskinder und Firmlinge sind herzlich willkommen.

Anschließend wollen wir bei einer gemeinsamen Agape den Vormittag gemütlich ausklingen lassen.

## Wir freuen uns auf Sie/Euch!



Termine: Sonntag, 1. März 2026

Wann: 10:00 Uhr

Leitung: MitarbeiterInnen des Eltern-Kind-Zentrums und der Pfarre Voitsberg

Ort: Josefskirche, Voitsberg

Beitrag: kostenlos



# Kasperltheater

für Kinder ab 1 ½ Jahren

Vorhang auf ...

... für Kasperl und seine Freunde.

Gemeinsam mit seinen Freunden wird der Kasperl lustige, spannende, aufregende und vielleicht auch komische Geschichten erzählen.

Die Dauer ist auf jüngere Kinder abgestimmt.



Termine: Samstag, 6. Dezember 2025  
Montag, 8. Dezember 2025

Wann: 10:00 Uhr

Leitung: Stefanie Holzner, BEd. MA  
Tanja Goda (*Kindergarten- und Montessoripädagogin*)

Ort: Kindermode Abteilung - WEZ Bärnbach (*Packer Str. 18, 8582 Bärnbach*)

Beitrag: freiwillige Spende

in Kooperation mit  
**WEZ.**



# Theater - Workshop

für Kinder ab 5 Jahren

Theaterbegeisterte Kinder (ab 5 Jahren) haben die Möglichkeit, spielerisch ihre Talente zu entdecken und in die kunterbunte Theaterwelt einzutauchen.

Die Kinder erarbeiten Schauspielrollen, dürfen in Kostüme schlüpfen und gemeinsam mit anderen Kindern ein kleines Programm einstudieren, wo Gesang und Tanz im Vordergrund steht.

## Anmeldung erforderlich

Termine: 13., 20., 27. Jänner 2026  
3., 10., 24. Februar 2026  
2. März (Achtung, Montag!), 17. März 2026  
**Abschlussaufführung** am 20. März 2026

Wann: dienstags, von 16:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: Sonja Pöschl

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 100 €

**PARKETT**

**Prassl**

Wir stehen auf Qualität !!!

**Södingberg 31**

**8152 Stallhofen**

**Handy: 0664/4054611**

**E-mail: office@parkett-prassl.at**

**VERKAUF  
VERLEGEN  
SCHLEIFEN  
SANIEREN**

# Lernoase

## für Jugendliche im Alter von 10 bis 14 Jahren

Die Lernoase ist der Rückzugsort für Jugendliche von 10 bis 14 Jahren, die in Ruhe und ohne Druck lernen wollen. Mit individueller Unterstützung in verschiedenen Fächern fördern wir entspanntes, angstfreies Lernen und helfen dabei, Zusammenhänge besser zu verstehen. Hier können die Jugendlichen ihr eigenes Tempo finden, sich gegenseitig stärken und mit neuer Motivation an ihre Aufgaben gehen. In der Lernoase wächst nicht nur Wissen, sondern auch Selbstvertrauen!

### Anmeldung erforderlich

Termin:	ab 29. September 2025
Wann:	montags, von 15:30 bis 17:30 Uhr
Leitung:	Annemarie Sachernegg ( <i>Dipl. Pädagogin, Beratungslehrerin</i> )
Ort:	Eltern-Kind-Zentrum
Beitrag:	Die Einheit (2Std.) : 40 € 1. Semester von 29. September 2025 - bis 9. Februar 2026: 560 € 2. Semester von 23. Februar 2026 - 22. Juni 2026: 490 €

# Slow down - Yoga für ADHS Kids

## für Kinder von 6 bis 12 Jahren

In diesem Kurs lernen wir spielerisch einfache Techniken, die uns helfen, mehr Ruhe und Konzentration in den Alltag zu bringen.

Es geht nicht darum, Asanas perfekt auszuführen, sondern darum, in uns hineinzuhören und zu spüren, was wir gerade brauchen. Mit gezielten Übungen beruhigen wir unser Nervensystem und sammeln kleine Tricks, die auch in stressigen Momenten in Schule und Alltag unterstützen.

### Anmeldung erforderlich - mindestens 5 Kinder

Termine:	<b>1. Kurs:</b> 30. September - 25. November 2025 <b>2. Kurs:</b> 24. Februar - 21. April 2026
Wann:	dienstags, von 17:00 bis 18:00 Uhr
Leitung:	Martina Hohl (Kinderbetreuerin und zertifizierte Kinderyoga Trainerin)
Ort:	Eltern-Kind-Zentrum
Beitrag:	110 € (105 € für Mitglieder) - für jeweils 8 Einheiten

# Papa-Kind-Cafe

## für Papas mit Kindern von 0 bis 6 Jahren

Wir laden euch herzlich ein, gemeinsam mit euren Kindern eine entspannte Zeit zu verbringen.

In gemütlicher Atmosphäre nehmen wir uns Raum zum Spielen, Austauschen und Auftanken. Hier ist Platz für ehrliche Gespräche, gemeinsames Lachen und kleine Auszeiten vom Alltag.

### Anmeldung erforderlich

Termine: Samstag, 27. September 2025  
Samstag, 13. Dezember 2025  
Samstag, 7. Februar 2026  
Samstag, 18. April 2026  
Samstag, 20. Juni 2026  
Samstag, 25. Juli 2026

Wann: samstags, von 9:00 bis 11:00 Uhr

Leitung: MitarbeiterInnen des Eltern-Kind-Zentrums

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: freiwillige Spende

RAINBOWS - PÄDAGOGISCHE UNTERSTÜTZUNG FÜR  
KINDER UND JUGENDLICHE IN STÜRMISCHEN  
ZEITEN IN DER GANZEN STEIERMARK



RAINBOWS-Gruppen für Kinder von 4 – 12 Jahren nach  
Trennung/Scheidung der Eltern

RAINBOWS-YOUTH für Jugendliche von 13 – 17 Jahren

RAINBOWS-Trauerbegleitung nach Tod  
nahestehender Menschen

Teilnahmebeiträge abhängig vom Einkommen!

#### INFORMATION UND ANMELDUNG



Xenia Hobacher (Trauer)  
0664 882 422 08

Daniela Pospischill (Trennung)  
0664 882 42 373



office@stmk.rainbows.at  
www.rainbows.at/steiermark



# Familien-Café

## Offener Treffpunkt für Mütter, Väter, Omas oder Opas mit Kindern

Wir laden Euch und Euer Kind/ Eure Kinder herzlich ein, uns zu besuchen. In kindgerechter und gemütlicher Umgebung könnt Ihr bei uns Kaffee, Tee oder Saft trinken, neue Kontakte knüpfen und Freundschaften schließen. Dein Kind hat die Möglichkeit, neue Spielkameraden zu finden, und lernt dabei, sich in Auseinandersetzungen zu behaupten.

Es findet ein regelmäßiger Gedankenaustausch statt, indem Erfahrungen eingebracht und neue Anregungen mit nach Hause genommen werden können.

### Anmeldung erforderlich

Termine: Start im EKIZ: Freitag, 26. September 2026  
jeden Freitag, außer an schulfreien Tagen,  
alle 14 Tage im EKIZ, abwechselnd mit EBZ Voitsberg

Wann: freitags, von 9:30 bis 11:00 Uhr

Leitung: MitarbeiterInnen des Eltern-Kind-Zentrums

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: freiwillige Spende



## Weniger Zeit fürs Putzen, mehr Zeit für die Liebsten!

### Kennst du das?

Zwischen Kinderbeschäftigung, Arbeit und  
Windelwechsel bleibt der Haushalt einfach liegen...  
Oder du machst ihn spätabends – mit letzter Kraft.

Ich zeige Mamas wie dir, wie du im Alltag Zeit sparen  
kannst, ohne auf Sauberkeit zu verzichten.  
Ganz ohne Druck. Ganz ohne Stress.

☞ Du willst wissen, wie das geht?  
Dann schreib mir ganz unverbindlich:

0664 14 57 681

oder folge mir auf Instagram/Facebook:  
**zeiler\_katrin**

*Zeit ist der wertvollste Rohstoff den wir haben*



# Einladung zu unseren Festen

für Kinder und Begleitpersonen

Wir möchten euch herzlich zu unseren Festen im Laufe des Jahres einladen.

Halloweenfest - 31. Oktober 2025  
von 16:00 bis 18:00 Uhr

Laternenfest - 8. November 2025  
von 16:00 bis 18:00 Uhr

Nikolausfeier - 4. Dezember 2025  
16:00 Uhr

Faschingsfest - 6. Februar 2025  
von 15:00 bis 18:00 Uhr

Osternesterlsuche - 29. März 2026  
von 15:00 bis 18:00 Uhr

Sommerfest - 13. Juni 2026  
von 15:00 bis 18:00 Uhr



Danke für die neuen Zelte

**SCHNEE** BERGER

# „Mobbing“ - Mobbing ist Gewalt

digitaler ZWEI UND MEHR Elterntreff für alle am Thema Interessierten

„Mobbing“ – Mobbing ist Gewalt. Gewalt ist niemals tolerierbar.

„Was du nicht willst, das man dir tut, das füg' auch keinem andern zu!“ (Bibel)

Im Vortrag gehen wir auf die Kennzeichen des Themas ein, beleuchten Zusammenhänge und zeigen mögliche Wege zur Bewältigung auf.

## Anmeldung erforderlich

Termin: Dienstag, 30. September 2025

Wann: von 19:00 bis 20:30 Uhr

Leitung: Mag.<sup>a</sup> Monika Stoiser-Berger (*Psychologin, Entwicklungsdiagnostik, Elternbildung, Lernberatung*)

Ort: Online via Zoom

Beitrag: kostenlos



# Amok, Krieg, Suizid -

## Kindern in Ausnahmesituationen Sicherheit schenken

regionaler ZWEI UND MEHR Elterntreff für alle am Thema Interessierten

Das Leben der heutigen Kindergeneration ist mehr denn je unmittelbar mit Ausnahmesituationen konfrontiert: Kriege, Suizide, Amoktaten in räumlicher Nähe betreffen Erwachsene, wie auch Kinder. Kinder jeden Alters nehmen ihre Umgebung und das was passiert, wahr. Umso wichtiger ist es, als Elternteil mit Verständnis und Fürsorge auf Reaktionen und Fragen von Kindern zu reagieren: Wie spreche ich mit meinem Kind über belastende Ereignisse? Welche Tools gibt es, um Sicherheit in mir, meinem Kind und meiner Umgebung zu gewinnen? Wie kann ich als Eltern mein Kind behutsam durch schwierige Zeiten begleiten? Wann braucht es Hilfe von außen? Wie können wir trotz Krisen zuversichtlich in die Zukunft blicken?

Neben einem Vortragsinput gibt es ausreichend Zeit für Fragen und Erfahrungsaustausch.

## Anmeldung erforderlich

Termin: Donnerstag, 16. Oktober 2025

Wann: von 19:00 bis 20:30 Uhr

Leitung: Katharina Raffling

Ort: Kindergarten Krems (*Kremsergasse 7, 8570 Voitsberg*)

Beitrag: kostenlos



# Was heißt denn Psyche?

## digitaler ZWEI UND MEHR Elterntreff für alle am Thema Interessierten

Mit Kindern im Kindergarten- oder Volksschulalter über psychische Gesundheit und Erkrankung reden

Psychisch gesund zu sein und zu bleiben bedeutet, mit Problemen und Krisen umgehen zu können. Damit das gelingt brauchen Kinder:

das Wissen, was psychisch gesund und krank zu sein bedeutet

die Erfahrung, was guttut und was (die Psyche) schützt

das Wissen darüber, dass es Hilfe gibt, wenn es einem nicht gut geht

sichere und stabile Beziehungen in der Familie, zu FreundInnen, zu PädagogInnen

Manche Kinder erleben außerdem in ihrem familiären Umfeld psychische Erkrankungen. Sie können die Situationen oft nicht einordnen und brauchen Begleitung beim Umgang mit der Erkrankung. In diesem Vortrag soll aufgezeigt werden, wie das altersentsprechend gelingen kann.

### Anmeldung erforderlich



Termin:	Donnerstag, 23. Oktober 2025
Wann:	von 19:00 bis 20:30 Uhr
Leitung:	Julia Gressenberger
Ort:	online via Zoom
Beitrag:	kostenlos



# Spielideen für drinnen und draußen

„Spiele mit wenig Material bzw. mit Alltagsmaterial“

regionaler ZWEI UND MEHR Elterntreff für alle am Thema Interessierten

Wartezeiten überbrücken, ein Alternativprogramm für einen regnerischen Urlaubstag anzubieten, ein krankes Kind daheim zu beschäftigen oder einfach Zeit, mit dem Kind etwas kurz gemeinsam zu spielen - wir alle kennen diese Situationen aus dem Alltag. Viele haben dann schon „ihre“ passenden Spiele und sind auf der Suche nach neuen Ideen, anderen fehlen noch die Spielideen - für alle ist hoffentlich bei diesem Impuls etwas dabei. Wir stellen verschiedenste Spiele vor, Bewegungsspiele, Spiele im Sitzen,... und all diese Spiele haben gemeinsam, dass sie einerseits wenig Material bzw. nur Alltagsmaterial benötigen und andererseits auch gut für die verschiedenen Altersgruppen (Kindergartenalter, Volksschulalter) abgewandelt werden können. Und da Spielen den größten Mehrwert hat, wenn man es einfach tut, werden wir einen Großteil der Spiele vor Ort gemeinsam probieren. Als Erinnerungstütze gibt es dann im Nachhinein ein Handout mit den Spielen.

Zitat: „Der Mensch ist nur da ganz Mensch, wo er spielt.“ (Friedrich Schiller)

bullet Points:

Spielideen für Wartezeiten, für den Alltag, für regnerische Urlaubstage  
unterschiedliche Spiele, die mit wenig Material bzw. Alltagsmaterial spielbar sind  
Praktisches Ausprobieren der Spiele

**Anmeldung erforderlich**

Termin: Donnerstag, 6. November 2025

Wann: von 19:00 bis 20:30 Uhr

Leitung: Mag.<sup>a</sup> Kathrin Pallauf (Ludovico)

Ort: Kindergarten Krems (*Kremsergasse 7, 8570 Voitsberg*)

Beitrag: kostenlos



# „Tablet, Handyspiele und Co.“

Kleinkindliche Mediennutzung unter die Lupe genommen

digitaler ZWEI UND MEHR Elterntreff für alle am Thema Interessierten

Die Anziehungskraft, die Bildschirme auf kleine Kinder haben, lässt sich nicht von der Hand weisen. Und digitale Geräte verbringen als Ablenker und Ruhigsteller wahre Wunder. Aber ab wann und in welcher Form sind Handy- und Tabletspiele oder Plattformen wie YouTube für Kinder geeignet? Welche Auswirkungen haben sie auf die Entwicklung und die Fähigkeit, frei zu spielen? Und wie könnte ein gelungener Umgang mit ihnen innerhalb der Familie aussehen? Dieser Vortrag versucht, Antworten und Tipps zu geben und stellt diese anschließend zur Diskussion.

Anmeldung erforderlich

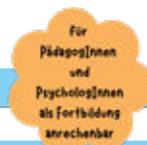
Termin: Donnerstag, 18. November 2025

Wann: von 19:00 bis 20:30 Uhr

Leitung: Mag. Dr. Harald Koberg (Ludovico)

Ort: online via Zoom

Beitrag: kostenlos



# „Kinderängste verstehen und damit umgehen“

digitaler ZWEI UND MEHR Elterntreff für alle am Thema Interessierten

Mut ist nicht, keine Angst zu haben, sondern die eigene Angst zu überwinden!“

Warum ist es für ein gesundes Selbstbewusstsein wichtig, unsere Kinder dabei zu unterstützen, diese Ängste zu bewältigen?

Was können wir tun, wenn Ängste übermächtig werden?

Welche Rolle spielen dabei unsere eigenen Ängste?

Anmeldung erforderlich

Termin: Donnerstag, 8. Jänner 2026

Wann: von 19:00 bis 20:30 Uhr

Leitung: Andrea Eder (*Dipl. Elternbildnerin, ISO zert. Fachtrainerin*)

Ort: Online via Zoom

Beitrag: kostenlos



# Kinder von Eltern mit psychischen Erkrankungen stärken

regionaler ZWEI UND MEHR Elterntreff für alle am Thema Interessierten und PädagogInnen

Unterstützungsmöglichkeiten im psychosozialen Kontext sichtbar machen

Ca. 60% der Kinder von Eltern mit psychischen Erkrankungen entwickeln selbst psychische Auffälligkeiten. Sie zeigen z.B. Ängste, Verhaltensauffälligkeiten und sind sozial isoliert, was im pädagogischen Kontext sichtbar wird.

Als (sozial-)pädagogische Bezugspersonen können Sie aktiv unterstützen, indem Sie Wissen über das Thema psychische Gesundheit/Erkrankung altersadäquat vermitteln, stabile, sichere Bezugsperson sind, Unterstützung zu passenden Angeboten vermitteln und gesunde Anteile der Kinder stärken.

**Anmeldung erforderlich**

Termin: Donnerstag, 22. Jänner 2026

Wann: von 17:30 bis 20:30 Uhr

Leitung: Julia Gressenberger

Ort: Kindergarten Krems (*Kremsergasse 7, 8570 Voitsberg*)

Beitrag: kostenlos



# Digitale Medien und Sprachentwicklung von 0 bis 6 Jahren

regionaler ZWEI UND MEHR Elterntreff für alle am Thema Interessierten

Digitale Medien – wie Smartphones, Tablets, soziale Netzwerke oder Lern-Apps – sind heute ein elementarer Bestandteil des Alltags. Kinder kommen bereits früh in Kontakt mit unterschiedlichen Bildschirmmedien. Eltern, Großeltern und Pädagogen haben in ihrer Rolle als Begleiter und Vorbild eine besondere Bedeutung. Im Vortrag wird der Zusammenhang zwischen digitalen Medien und der Sprachentwicklung im Alter von 0 bis 6 Jahren beleuchtet. Gemeinsam sollen eigene Ressourcen und Alternativen für einen medienreduzierteren Alltag entdeckt werden.

**Anmeldung erforderlich**

Termin: Dienstag, 3. Februar 2026

Wann: von 19:00 bis 20:30 Uhr

Leitung: Theresa Oswald (*Logopädin*)

Ort: Kindergarten Krems (*Kremsergasse 7, 8570 Voitsberg*)

Beitrag: kostenlos



# „Entwicklung braucht Risiko“ Wieviel Behütung braucht mein Kind?

digitaler ZWEI UND MEHR Elterntreff für alle am Thema Interessierten

„Kinder suchen zum Glück von Natur aus spannende und grenzwertige Herausforderungen in einer natürlichen Umgebung auf. Denn nur wenn wir etwas selbst erfahren und bewältigt haben, lernen wir und entwickeln uns zu selbstständigen und gesunden Erwachsenen.“

Spannungsfeld von Freiraum und Sicherheit – ist beides möglich?

Risiken von Überbehütung – wie wirkt sich das aus?

Vertrauensvoller, kompetenter Umgang mit Risiko – wie ist das umzusetzen?

## Anmeldung erforderlich

Termin: Donnerstag, 26. Februar 2026

Wann: von 19:00 bis 20:30 Uhr

Leitung: Mag.<sup>a</sup> Eva Maria Deutsch (*Styria Vitalis*)

Ort: Online via Zoom

Beitrag: kostenlos



# Altersentsprechende Resilienzförderung

„Was kann ich tun, damit mein Kind selbstsicher und gestärkt heranwächst?“

digitaler ZWEI UND MEHR Elterntreff für alle am Thema Interessierten

„Sind die Kinder klein gib ihnen Wurzeln, sind die Kinder groß gib ihnen Flügel.“

Alltagsstark durch innere Stärke. Ein gutes Selbstwertgefühl entwickeln. Selbstständigkeit mit Sicherheit.

## Anmeldung erforderlich

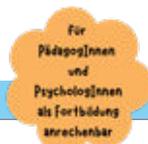
Termin: Dienstag, 3. März 2026

Wann: von 19:00 bis 20:30 Uhr

Leitung: MEd. Gerlinde Pletz (*Kinder-, Jugend- und Familiencoach, Pädagogin*)

Ort: Online via Zoom

Beitrag: kostenlos



# Mit voller Kraft in die Zukunft!

regionaler ZWEI UND MEHR Elterntreff für alle am Thema Interessierten

„Du kannst nicht verhindern, dass die Vögel des Kammers und der Sorge über deinem Kopf kreisen, aber dass sie Nester in deinen Haaren bauen...“ (Martin Luther)

Bedeutsamkeit Ursachen Wirkungen  
sinnvolles und unnötiges Sorgen unterscheiden  
Bewältigungsstrategien verbessern

## Anmeldung erforderlich

Termin: Donnerstag, 19. März 2026

Wann: von 19:00 bis 20:30 Uhr

Leitung: Mag.<sup>a</sup> Monika Stoiser-Berger (*Psychologin, Entwicklungsdiagnostik, Elternbildung, Lernberatung*)

Ort: Kindergarten Krems (*Kremsergasse 7, 8570 Voitsberg*)

Beitrag: kostenlos



# „Kleine Wutzwege verstehen, begleiten und entschärfen“

regionaler ZWEI UND MEHR Elterntreff für alle am Thema Interessierten

Babys und Kleinkinder werden oft von ihren Gefühlen überrannt und es fehlt ihnen noch an Strategien im Umgang mit kleinen und großen Gefühlen. In diesem Workshop bekommen Sie Informationen und Tipps wie Sie Ihr Kind gut dabei begleiten können seine Gefühle kennen zu lernen und damit umgehen zu lernen. Wichtig: alle Gefühle sind wichtig und richtig und gehören und die Basis im Umgang mit Gefühlen wird bereits in den ersten Lebensjahren gelegt.

Sie können Ihr Kind natürlich gerne mitbringen!

## Anmeldung erforderlich

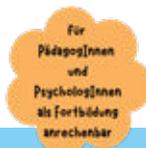
Termin: Dienstag, 21. April 2026

Wann: von 19:00 bis 20:30 Uhr

Leitung: Mag.<sup>a</sup> Sabine Rühl-Krainer (*Klinische und Gesundheitspsychologin*)

Ort: Kindergarten Krems (*Kremsergasse 7, 8570 Voitsberg*)

Beitrag: kostenlos



# Wissen schützt!

Informationsveranstaltung zur Prävention von sexueller Gewalt

digitaler ZWEI UND MEHR Elterntreff für alle am Thema Interessierten

## INHALTE

- Wie entwickelt sich kindliche Sexualität?
  - Inwiefern unterscheidet sich kindliche Sexualität von Erwachsenensexualität?
  - Wie kann alters- und entwicklungsgerechte sexuelle Bildung erfolgen?
  - Wie gehe ich mit Körperentdeckungsspielen um?
  - Welche Regeln gelten für kindliche Sexualität?
  - Was ist sexuelle Gewalt, wie kann ich mein Kind vor sexueller Gewalt schützen?
- Sexuelle Bildung ist ein wichtiger Baustein für den Schutz vor sexueller Gewalt! Die Informationsveranstaltung bietet Eltern und Bezugspersonen die Möglichkeit, Wissenswertes zu den Themen sexuelle Bildung und sexuelle Gewalt zu erhalten. Gerne werden auch Fragen der Teilnehmer:innen beantwortet.

## Anmeldung erforderlich

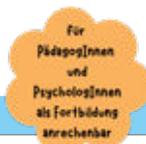
Termin: Dienstag, 28. April 2026

Wann: von 19:00 bis 20:30 Uhr

Leitung: Mag.<sup>a</sup> Christina Gotthardt (*Vereins Hazissa*)

Ort: Online via Zoom

Beitrag: kostenlos



## „Aggressionen mit anderen Augen sehen“ –

Besser Verstehen von „aggressivem“ Verhalten

regionaler ZWEI UND MEHR Elterntreff für alle am Thema Interessierten

„Jede/r ist im Leben mit Aggressionen konfrontiert – den eigenen und jenen der Anderen“

Wann und warum sind Kinder aggressiv? Wie teilen sich Kinder mit? Tipps für den Alltag.

## Anmeldung erforderlich

Termin: Montag, 18. Mai 2026

Wann: von 19:00 bis 20:30 Uhr

Leitung: Theresia Lesiak-Schwab

Ort: Kindergarten Krems (*Kremsergasse 7, 8570 Voitsberg*)

Beitrag: kostenlos



# „Bensebär und Geierpapa“

## Spracherwerb in den ersten drei Lebensjahren

**Vortrag für Eltern/Großeltern, Fachpersonal und alle am Thema Interessierten**

Dieser Vortrag soll einen Einblick in den Erwerb von Sprache und sprachlichen Vorläuferfähigkeiten in den ersten drei Lebensjahren geben.

Fast jedes fünfte Kind mit zwei Jahren ist ein „Late Talker“, das heißt, dass es noch keine 50 Wörter spricht und/oder noch nicht Wörter miteinander kombiniert. Dieser langsame Wortschatzerwerb kann ein frühes Zeichen für eine Sprachentwicklungsstörung sein.

Ein Drittel dieser Kinder kann den sprachlichen Rückstand bis zum dritten Geburtstag aufholen, mehr als die Hälfte dieser Kinder entwickelt jedoch eine Spracherwerbsstörung.

In engem Zusammenhang mit der Sprachentwicklung stehen das Funktions- und später das Symbolspiel des Kindes.

Im Rahmen des Vortrages werden Möglichkeiten zur Sprachförderung im Alltag durch Eltern, Großeltern, Bezugspersonen und pädagogisches Personal erklärt.

**Anmeldung erforderlich**

- Termin: Freitag, 14. November 2025
- Wann: von 10:00 bis 11:30 Uhr
- Leitung: Therese Oswald (*Logopädin*)
- Ort: Eltern-Kind-Zentrum
- Beitrag: freiwillige Spende



# „Leichter Lernen“

## Vortrag und Workshop für Erwachsene

In diesem Vortrag erhalten Sie einen kleinen Einblick in die Grundlagen der ätherischen Öle, Anwendungsmöglichkeiten und Vorsichtsgebote. Zusätzlich können spezielle ätherische Öle Kindern dabei helfen, sich besser zu konzentrieren und aktiver bei der Sache zu sein. Im Rahmen dieses Vortrages werden diese einzelnen Öle gezielt vorgestellt. Im Anschluss an den Vortrag kann unter Anleitung, nach eigenen Wünschen, ein Riechstift für Ihr Kind selbständig hergestellt werden.

### Anmeldung erforderlich

Termin:	Donnerstag, 13. November 2025
Wann:	von 18:30 bis 19:30 Uhr
Leitung:	Evelyn Pulko
Ort:	Eltern-Kind-Zentrum
Beitrag:	15 € (12 € für Mitglieder) - inkl. Riechstift



# Handlettering

## Workshop für Erwachsene - Lettering für EinsteigerInnen

Ob schwungvoll, verspielt oder elegant – beim Handlettering geht es darum, Buchstaben kunstvoll in Szene zu setzen. Du lernst die Grundlagen: verschiedene Schriftstile, Materialtipps, Gestaltungstricks und wie du kreative Effekte einsetzt. Im Mittelpunkt steht das Ausprobieren: Mit Stift und Papier entsteht aus Schrift kleine Kunst.

Egal ob du Anfänger:in bist oder einfach wieder einsteigen willst – hier zählt Spaß, nicht Perfektion.

### Anmeldung erforderlich - mindestens 5 TeilnehmerInnen

Termine:	Samstag, 15. November 2025
Wann:	von 14:00 bis 16:00 Uhr
Leitung:	Martina Hohl
Ort:	Eltern-Kind-Zentrum
Beitrag:	35 €



# Rezepttausch und Probierrunde

## Workshop für Jugendliche und Erwachsene

Gemeinsam neue Ideen entdecken, austauschen und probieren: In diesem Workshop stellen wir jedes Mal ein neues Rezept vor – von schnellen Brotbox-Ideen bis hin zu vollwertigen Mittags- und Abendgerichten.

Das Besondere: Gekocht wird zu Hause, verkostet wird gemeinsam. So entsteht eine reiche Sammlung an erprobten Rezepten – alltagstauglich, bunt und voller Inspiration. Der Austausch steht im Mittelpunkt – jede Erfahrung zählt!

### Anmeldung erforderlich

Termine: **Jausenbox:** Freitag, 12. Dezember 2025

**Rezepte:** Freitag, 30. Jänner 2026

Wann: von 15:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: MitarbeiterInnen des Eltern-Kind-Zentrums

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 15 € - inklusive Materialkosten



## Bandagist **LEDERHAAS** Sanitätshaus

### Alles für Mutter und Kind

Umstands- und Still-BH – Umstandsbandagen-Mieder  
Stützstrümpfe, Still- und Lagerungskissen, Bademoden...  
Die speziellen Produkte der Firma Lederhaas erleichtern  
Ihnen den Alltag und sorgen für Wohlbefinden.  
Fachlich, kompetente Beratung



Als besonderes Service für die Mütter bieten  
wir auch **Milchpumpen zum Verleih** an  
(Lieferant aller Krankenkassen)



**8570 VOITSBERG Hauptplatz 41**  
**Tel. 03142/25422**

# Kinder stärken mit Löwenmut

## Resilienz-Workshop mit Schwerpunkt Mobbingprävention für Kinder von 5-10 Jahren

In unserem Löwenmut Kurs lernen Kinder mit ganz viel Bewegung, Spiel und Spaß unter anderem:

- wie sie sich selbst behaupten, Grenzen setzen und im Ernstfall richtig Hilfe holen können
- dass alle Gefühle richtig und wichtig sind, was man mit unangenehmen Gefühlen macht und welche Möglichkeiten es gibt um wieder in den „grünen Bereich“ zu kommen
- wie sie mit Beleidigungen umgehen und das Herz davor schützen können
- zwischen einem guten und einem schlechten Geheimnis zu unterscheiden und richtig zu reagieren - auch bei Mutproben
- verschiedene Atemtechniken und somatische Übungen in Verbindung mit positiven Affirmationen

Wenn dir wichtig ist, dass deine Kinder mental stark durchs Leben gehen, dann sind sie in unserem Löwenmut Kurs genau richtig.

### Anmeldung erforderlich - begrenzte Teilnehmerzahl

Termin: Samstag 24. Jänner 2026

Wann: von 08:30 bis 12:00 Uhr

Leitung: Kathrin Jandl (*Mama von zwei wundervollen Kindern und Dipl. Kommunikations- & Ausdruckstrainerin, Zert. Resilienz-, Achtsamkeits- & Business Mentaltrainerin*)

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 59 € (*55 € für Geschwisterkinder und Mitglieder*)

# SCHNEEBERGER

## PLANT BAUT SANIERT

| [www.schneeberger-bau.at](http://www.schneeberger-bau.at)

# Starke Bilder - einfach gemacht

## Workshop für Erwachsene

Du willst mehr aus deinen Handyfotos machen? In diesem Workshop zeigen wir dir, wie du mit wenig Aufwand starke Bilder schießt.

Mit einfachen Kniffen zur Perspektive, zum Licht und zur Bildgestaltung entstehen Fotos, die echte Hingucker sind.

Alltagstauglich, kreativ – und ganz ohne Filterzwang.

### Anmeldung erforderlich

Termin:	Samstag, 24. Jänner 2026
Wann:	von 9:00 bis 12:00 Uhr
Leitung:	Martina Hohl
Ort:	Eltern-Kind-Zentrum
Beitrag:	30 €



# „Besser schlafen“

## Vortrag und Workshop für Erwachsene

In diesem Vortrag erhalten Sie einen kleinen Einblick in die Grundlagen der ätherischen Öle, Anwendungsmöglichkeiten und Vorsichtsgebote.

Zusätzlich können spezielle ätherische Öle Kindern dabei helfen, leichter zur Ruhe zu kommen und vor allem besser einzuschlafen. Im Rahmen dieses Vortrages werden diese einzelnen Öle gezielt vorgestellt. Im Anschluss an den Vortrag kann unter Anleitung, nach eigenen Wünschen, ein Roll-On für Ihr Kind selbständig hergestellt werden.

### Anmeldung erforderlich

Termin:	Dienstag, 5. Februar 2026
Wann:	von 18:30 bis 19:30 Uhr
Leitung:	Evelyn Pulko
Ort:	Eltern-Kind-Zentrum
Beitrag:	15 € (12 € für Mitglieder) - inkl. Roll-On



# Be cool - mentalstark durch die Pubertät

## Resilienz-Workshop mit Schwerpunkt Mobbingprävention für Kinder & Jugendliche von 11-15 Jahren

In unserem Be Cool Kurs bekommen Teenies verschiedene Werkzeuge in die Hand und wir vermitteln auf humorvolle Weise unter anderem:

- den Unterschied zwischen Meinung & Fakt und wie sie mit Beleidigungen umgehen können
- warum Angst wichtig ist und Unsicherheiten überwunden werden dürfen
- Selbstbehauptung - Grenzen setzen - Hilfe holen
- dass Mobbing ein System ist
- Gefühle verstehen und mit welchen Tools sie wieder in den „grünen Bereich“ kommen
- die (Schein-)Welt auf social media
- den Unterschied zwischen guten und schlechten Geheimnissen
- Augen auf bei Mutproben
- Energiefresser & Energiebooster zu erkennen
- sich selbst Ziele zu setzen, die Komfortzone zu verlassen und durchzuhalten
- Atemtechniken und somatische Übungen
- uvm...

Dein freundliches „Guten Morgen“ löst bei deinem Teenie einen Wutanfall aus? Geschlafen wird am Wochenende mindestens bis zu Mittag? Und das Wort „Aufräumen“ existiert im Vokabular deines Kindes quasi nicht mehr? Dann läuft alles nach Plan - denn das Gehirn der Jugendlichen ist in der Pubertät nun mal „wegen Umbauarbeiten geschlossen“. Gerade in dieser Zeit braucht es Klarheit, Verständnis, Führung und Unterstützung - Und genau das bietet unser BeCool Kurs.

### Anmeldung erforderlich - begrenzte Teilnehmerzahl

Termin: Samstag 11. April 2026

Wann: von 08:30 bis 12:00 Uhr

Leitung: Kathrin Jandl (*Mama von zwei wundervollen Kindern und Dipl. Kommunikations- & Ausdruckstrainerin, Zert. Resilienz-, Achtsamkeits- & Business Mentaltrainerin*)

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Beitrag: 59 € (55 € für Geschwisterkinder und Mitglieder)



Allerheiligenströzel backen



Steirischer Frühjahrsputz



Ostermarkt



Bilderbuchkino







**Impressum:** ZVR-Zahl: 621976035

**Herausgeber:** Eltern-Kind-Zentrum Bezirk Voitsberg,  
Conrad-von-Hötzendorf-Straße 25 b, 8570 Voitsberg

**Redaktion und Layout:** Katrin Kraxner, Tanja Goda

**Druck:** [www.moserdruck.at](http://www.moserdruck.at)