



EKIZ

ELTERNKINDZENTRUM
STAINZ



Programm
Herbst/Winter
2025/2026



HAUPTPLATZ 11

8510 STAINZ

www.EKIZ-STAINZ.AT





DAS TEAM DES EKIZ STAINZ
DANKT DEN
SUBVENTIONSGEBERN



Dachverband der unabhängigen Eltern-Kind-Zentren Österreichs

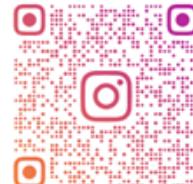


ZWEI & MEHR
ELTERN-KIND-ZENTRUM STEIERMARK

 familienfreundliche Gemeinde STAINZ



Auf Instagram
findet ihr
tagesaktuelle
Infos



WER WIR SIND

Bei uns stehen Eltern und Kinder im Mittelpunkt!

- Begleitung durch die magische Zeit der Schwangerschaft und Geburt
- Beratung und Begleitung in der frühen Elternschaft
- Anlaufstelle für Fragen aller Art rund ums Eltern-Sein
- Vernetzung und Austausch in unseren offenen Treffen
- Spielegruppen für Kleinkinder mit und ohne Eltern als Vorbereitung für den sanften Kindergartenstart
- Bedarfsorientierte Angebote zur Elternbildung
- Theater-, Kreativ- und Freizeitangebote für die ganze Familie

Für viele ist das Eltern-Kind-Zentrum einer der schönsten Treffpunkte, wo man Unterstützung und Beratung und vor allem Stärkung und Bestätigung erfährt.

Wir freuen uns auf Euch am Hauptplatz 11, 8510 Stainz!

www.ekiz-stainz.at

team@ekiz-stainz.at

0650/3030444



BABY- UND KINDER FLOHMARKT

4. OKTOBER 2025

VON 14:00-17:00 UHR



Bahnhofpark Stainz
bei Schlechtwetter in der Festhalle
Rassach



SCHWANGERSCHAFT UND GEBURT

Hypnosereisen für werdende Mamas - für deine selbstbestimmte, angstfreie Geburt

*jeden Montag von 18:30 - 20:00
ab 15. September, Einstieg jederzeit möglich*

Yoga und Klang in der Schwangerschaft

*jeden Mittwoch von 18:00 - 19:30
ab 17. September, Einstieg jederzeit möglich*

Vorbereitung auf Geburt und Elternschaft

*19./20. September - 18:00 - 21:00/9:00 - 12:00
21./22. November - 18:00 - 21:00/9:00 - 12:00
23./24. Jänner - 18:00 - 21:00/9:00 - 12:00*

Vorbereitung auf Geburt und Elternschaft für Mehrfach-Eltern inkl. Geschwisterkurs

6. Dezember - 9:00-12:00

Hypnobirthing

*25. September - 16. Oktober - 18:00 - 20:30
15. Jänner - 5. Februar - 18:00 - 20:30*



FÜR BABYS -
EINFACH OHNE ANMELDUNG VORBEIKOMMEN!

Mittwoch, 10.30-12 Uhr

**Offenes Babytreffen (0-1 Jahr) mit wöchentlichen
Impulsthemen, Austausch und Vernetzung,
Stillberatung bei Bedarf**

ZUSÄTZLICH

**jeden zweiten Montag in jeder GERADEN Kalenderwoche
Regionale Elternberatung des Landes Steiermark
von 9:00-11:00
mit Hebamme Katharina Högl**

- Wiegen und Messen von Säuglingen und Kleinkindern
- Ernährungsberatung
- Allgemeine Information für junge Familien
- Kontrolle des Entwicklungsverlaufes und Impfberatung
- Möglichkeit mit anderen Müttern in Kontakt zu treten
- Erfahrungen auszutauschen



ALLES RUND UMS BABY

Mama-Baby-Yoga

jeden Freitag von 11:00 - 12:00

ab 19. September, Einstieg jederzeit möglich

Babymassage

jeden Montag von 11.15-12.15

ab 15. September, Einstieg jederzeit möglich

Bedürfnisorientierter Beikostworkshop - gelassen am Familientisch mit und ohne Brei

10. Oktober, 16:30-17:30 Uhr

9. Jänner, 16:30-17:30 Uhr

Kinderkrankheiten natürlich lindern

24. Oktober, 16:30-17:30 Uhr

6. Februar, 16:30-17:30 Uhr

Trageberatung und Stoffwindelberatung

auf Anfrage! 0650/3030444



Sommerfest für Kinder und Familien

**18. Juli 2026 10-16 Uhr
Bahnhofpark Stainz**





FÜR BABYS UND KLEINKINDER -
OFFENES TREFFEN IM SPIELEZIMMER -
EINFACH OHNE ANMELDUNG VORBEIKOMMEN!

Offenes Baby- und Kleinkindtreffen (0-4 Jahre)

Mittwoch, 8:30-10:00 Uhr

Freitag, 9:00-10:30 Uhr

Lernt unverbindlich unser EKiZ kennen, verabredet euch bei uns zum Spielen, trefft euch mit Gleichgesinnten, während eure Kleinen erste soziale Kontakte knüpfen.

DIE OFFENEN TREFFEN FINDEN WÖCHENTLICH STATT, AUSSER AN SCHULFREIEN TAGEN.

FÜR UNSERE OFFENEN TREFFEN IST EIN UNKOSTENBEITRAG VON 5€ VOR ORT BAR ZU BEZAHLEN.



FÜR KLEINKINDER VON 1-4 JAHREN - SPIELEGRUPPE

In Begleitung ausgebildeter PädagogInnen beschäftigen sich Eltern und Kinder altersgemäß zu verschiedenen Schwerpunkten im Jahreskreis. Sing- und Fingerspiele, Geschichten, kreative Versuche mit verschiedenen Materialien und freie Spielphasen im vorbereiteten Spielraum sind Inhalte dieser Gruppe. Bei einer gemeinsamen Jause bleibt Zeit zum Plaudern und Kontakte knüpfen.

Durch die Anwesenheit vertrauter Personen fühlt sich das Kind sicher und kann Erfahrungen beim Spielen mit Gleichaltrigen sammeln.

Bärenkinder: Donnerstag Vormittag, 9:00-11:00

Kurs 1: Herbstzeit 11.09.26 – 7 Einheiten € 84,- (70 für MG)

Kurs 2: Lichterglanz 06.11.25 – 7 Einheiten € 84,- (70 für MG)

Kurs 3: Wintermärchen 08.01.26 – 6 Einheiten € 72,- (60 für MG)

Kurs 4: Frühlingszauber 26.02.26 – 5 Einheiten € 60,- (50 für MG)



ENGLISCHGRUPPE FÜR FAMILIEN (2-6 JAHRE) IM EKIZ MIT NATIVE SPEAKER SONJA

In dieser Englischgruppe werden Kinder und Eltern gemeinsam in die englische Sprache eingeführt – spielerisch und interaktiv. Die Gruppe wird von Sonja, einer erfahrenen Native Speakerin, geleitet, die mit ihrer warmen und einfühlsamen Art dafür sorgt, dass sowohl die Kinder als auch die Eltern sich wohl und sicher fühlen.

Kursziele:

- Förderung des Sprachverständnisses: Kinder verstehen und erkennen erste englische Wörter und einfache Sätze.
- Interaktive Kommunikation: Kinder und Eltern sprechen einfache Wörter und Sätze nach, um ihre Aussprache zu üben.
- Kulturelle Vielfalt erleben: Kinder bekommen ein erstes Gefühl für die englische Kultur und die internationale Sprache.

English playgroup: Dienstag Nachmittag, 15:00-16:30

Kurs 1: Autumn playtime 09.09.26 – 7 Einheiten € 84,- (70 für MG)

Kurs 2: Little Foggy Gnomes 04.11.25 – 7 Einheiten € 84,- (70 für MG)

Kurs 3: Winter fairy tales 13.01.26 – 5 Einheiten € 60,- (50 für MG)

Kurs 4: Little Blooming Gnomes 24.02.26 – 5 Einheiten € 60,- (50 für MG)



FÜR KLEINKINDER AB 2 JAHREN - SPIELEGRUPPEN OHNE ELTERN ALS VORBEREITUNG AUF DEN KINDERGARTEN

Spiel, Spaß, Bewegung und erste Gruppenerfahrungen werden den Kindern zwischen 2 und 4 Jahren in einer Kleingruppe ermöglicht.

Das Besondere daran ist, dass diese Spielgruppe ohne Eltern geführt wird und den Kindern damit eine Vorbereitung in den Kindergartenalltag bietet. Wenn es das Wetter zulässt wird ein Spielplatz in der Nähe besucht oder der Innenhof vom EKiZ zum Spielen im Freien genutzt.

Erziehungsberechtigte profitieren von einem Vormittag zur freien Verfügung. (Es besteht hier bei Bedarf die Möglichkeit, einen zeitgleich stattfindenden Yogakurs im selben Haus zu besuchen oder in Stainz gemütliche Stunden zu verbringen).

**Dienstag Vormittag: 8.30-11.30
(die Kinder sollten spätestens um 8.45 anwesend sein)**

Diese Gruppe ist im Block von 6 Einheiten buchbar (135€ bzw. 120€ für Mitglieder).
Achtung: begrenzte Teilnehmerzahl - 5 Kinder!



FÜR KLEINKINDER AB 2 JAHREN

Spielegruppen mit und ohne Eltern

Spielgruppe ohne Eltern, *Dienstag, 8:30-11:30 Uhr*
English playgroup, *Dienstag, 15:00-16:30 (mit Eltern)*
Bärenkinder *Donnerstag, 9:00-11:00 (mit Eltern)*

Offene Baby- und Kleinkindtreffen (0-4 Jahre)

Mittwoch, 8:30-10:00
Freitag, 9:00-10:30

Papa/Kind Treffen (mit Anmeldung!)

27.9., 25.10., 29.11., 20.12., 31.1., 28.2.
Samstag, 9:00-11:00

Green Care und nature:art

Förderung der Resilienz durch gemeinsame Flow- Erlebnisse im Wald

Eltern / Kind bis 5 Jahre (2 Termine zu je ca. 2,5 Stunden)



FÜR KINDERGARTENKINDER UND SCHULKINDER

**Konzentration leichtgemacht -
mit kleinen Übungen stark durchstarten**
Montag, 25. August 2025, 17:00 - 18:30 Uhr

**Spielend schlau
Rätseln, Rechnen, Reden - gemeinsam Lernen im Spiel
für Kinder ab der zweiten Klasse - ca. 12 Jahre**

*Freitag, 14:30-16:00 Uhr, 6 Einheiten
19. September - 24. Oktober
7. November - 12. Dezember*

Bewegte Geschichten (für Kinder von 3-8 Jahren in Begleitung)
Gemeinsam zur Ruhe kommen - Tiergeschichten lauschen,
Kindermassage, Kinderyoga und andere Entspannungstipps
30. September, 4. November, 9. Dezember, 13. Jänner, 10. Februar
jeweils Dienstag, 17:00-18:00 Uhr

ThorTraining in den Herbstferien
27./28. Oktober 2025, 8:30 - 12:00



FÜR KINDERGARTENKINDER UND SCHULKINDER

Familienyoga für Kinder von 3-7 Jahren mit Begleitung

Montag, 3. November - 1. Dezember 2025, 16:00-17:00

Musicalkurs für Kinder ab 6 Jahren (mit SingSangSonja) und abschließender Aufführung

Mittwochs, Termine: 14. Jänner - 25. März, jeweils von 15-16 Uhr
25. März 16 Uhr - abschließende Theateraufführung im
Dachbodentheater Stainz

Green Care und nature:art Förderung der Resilienz durch gemeinsame Flow- Erlebnisse im Wald

Eltern / Kind ab 5 Jahre (2 Termine zu je ca. 2,5 Stunden)

Die Schwerpunkte liegen auf dem Experimentieren und Modellieren in, mit und im Rhythmus der Natur. Der Körper und die Naturmaterialien dienen als Ausdrucksmittel, es findet ein gemeinsames Spielen und Gestalten mit Naturmaterialien statt. Achtsamkeitsübungen und Natur- Gestaltung ermöglichen Menschen, sich selbstwirksam zu erfahren und in den FLOW zu kommen.

mit Anna Maria Zanol MSc

Familien-, Eltern- und Erziehungsberaterin

Zert. Glückspädagogin

Zert. Anwenderin für Positive Psychologie



Musicalkurs für Kinder ab ca. 6 Jahren

Singen, Tanzen, Spielen – werde Teil unserer Musicalwelt!

Du liebst Musik, Tanz und Theater? In unserem **Musicalkurs** kannst du all das erleben und dich auf der Bühne ausprobieren. Gemeinsam entwickeln wir eine kleine Musicalaufführung, die Spaß macht und die Fantasie zum Leben erweckt!

Wann?

Mittwochs, 15-16 Uhr

Termine: 14. Jänner - 25. März, jeweils von 15-16 Uhr
25. März 16 Uhr - abschließende Theateraufführung im Dachbodentheater Stainz

Was erwartet Dich?

Tanz- und Bewegungs-Choreografien
Theaterspiele und Szenenproben

Eine abschließende Aufführung für Familie und Freunde

Leitung:

Sonja Pöschl, Sängerin, Schauspielerin

Lass die Bühne erstrahlen und entdecke den Musical-Star in dir – wir freuen uns auf dich!



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.

Termine: Montag, 06. Oktober 2015 und Montag, 13. Oktober 2025, jeweils von 15:30 bis 17 Uhr

Leitung: Michaela Weinberger, Mama, Zertifizierte Resilienztrainerin mit Schwerpunkt Mobbingprävention

Beitrag: € 55,- (€ 50,- für Geschwisterkinder)



Laternenumzug

Liebe Eltern und Kindern, wir laden Euch
herzlich zum Laternenumzug ein!

WANN

9. November 2025
um 17:00 Uhr

TREFFPUNKT

Stainz Hauptplatz

★ Wir freuen uns auf Euch! ★





EMPOWER YOUR CYCLE –
FÜR MÄDCHEN VON 10-18 JAHREN
VERSTEHE DEINEN KÖRPER. FEIERE DEINE NATÜRLICHE
KRAFT.

Zyklusworkshop für Mädchen - dein Körper, deine Superkraft

11.10.2025, 14-18 Uhr

Verhütungssprechstunde: Dein Körper, deine Entscheidung

8.11.2025, 17-19 Uhr

**Körpergeflüster: Zyklus und Empfängnis mit der Natürlichen
Empfängnisregelung (NER) verstehen**

15.11.2025, 17-19 Uhr

Referentin:

MMag. Tanja Blanck-Kremser

Biologin und Zyklus-Coach, vereint ganzheitliche Frauenheilkunde, Natürliche Empfängnisregelung (NER) und traditionelle chinesische Medizin (TCM), um hormonisches Gleichgewicht und weibliches Körperbewusstsein zu stärken.

Aktuelle Termine für die Workshops: www.ekiz-stainz.at



BE COOL - MENTAL STARK DURCH DIE PUBERTÄT

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

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.

Termine: Donnerstag, 16. Oktober 2025 und Donnerstag 23. Oktober 2025, jeweils von 16:00 bis 17:30 Uhr

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

Beitrag: € 55,- (€ 50,- für Geschwisterkinder)

ZWEI & MEHR-Elterntreffs finden laufend an vielen Orten der Steiermark in Präsenz sowie auch online für (werdende) Eltern und Bezugspersonen zu verschiedensten Themen des Familienalltags statt.

Interessierte Personen erhalten hierbei die Gelegenheit, wichtige und aktuelle Themen für Familien zu besprechen, sich Tipps für den Familienalltag zu holen und Erfahrungen auszutauschen, um so die Selbstkompetenz zu stärken.

Die Veranstaltungen sind **kostenfrei** und werden nach angemeldetem Bedarf in Gebärdensprache übersetzt. Darüber hinaus werden auch Online Veranstaltungen durchgeführt.

Nähere Infos, Termine sowie Anmeldemöglichkeiten befinden sich zeitnah auf unserer Homepage: www.ekiz-stainz.at

ONLINE "Ein weiteres Baby kommt" - 8.10., 19 Uhr

ONLINE "Familie im Gleichgewicht" - Gleichberechtigte und gleichverpflichtete Elternschaft

ONLINE "Mein Körper ist liebenswert" – Selbstakzeptanz als Basis für ein glückliches Leben - 21.11., 18 Uhr

ONLINE "Kindheit im Gepäck" – Wie alte Muster uns als Eltern steuern und wir die Richtung ändern - 21.10., 18.30 Uhr

ONLINE "Eltern sein – Paar bleiben" - Gemeinsam statt einsam - 11.11., 19.30 Uhr

„Abends immer das gleiche Theater“ – Erste Hilfe bei Schlafproblemen - 13.10., 15.30 Uhr, EKiZ Stainz



FÜR ELTERN -

PIKLERPÄDAGOGISCHE BEGLEITUNG FÜR FAMILIEN

**ONLINE Dein Baby achtsam begleiten - Das Basiswissen für die
erste Zeit als Eltern**

16. und 23. Oktober, 17 Uhr

ONLINE Grenzen setzen ohne Belohnung und Bestrafung

27. November 2025, 17 Uhr

ONLINE Worte wirken - GfK im Alltag

15. Jänner 2026, 17-18:30 Uhr

ONLINE Freude beim Wickeln von Anfang an

12. Februar 2026, 17-18 Uhr

Referentin:

Dimitra Zancolo

Kindergartenpädagogin, Piklerpädagogin, GfK-Trainerin, Mama



FÜR MAMAS

FrauenRaum -

Übungen zur Regulation des Nervensystems, Yoga, Meditation, Selbstfürsorge, verbundener Austausch

4. Oktober, 8. November, 13. Dezember, 17. Jänner, 7. Februar
Samstag, 9-12 Uhr

Yoga - sanft und fließend - loslassen, atmen, auftanken
jeden zweiten Dienstag in jeder geraden Kalenderwoche
Einstieg laufend möglich!

ab 16. September, jeden zweiten Dienstag, 19:00-20:00 Uhr

MANNEA-Methode (Ganzheitliche Frauenheilmassage)
Andrea Loibner, 0664/9147157

energetische Behandlung von Reflexzonen und Nervenpunkten
Harmonisierung der Organe, die für hormonelle Prozesse verantwortlich sind, wie z.B. Nieren, Nebennieren,
Schilddrüse, Leber, Milz, Pankreas, Herz und Eierstöcke/Gonaden
sanfte Behandlung des Bauches, um funktionale Störungen positiv zu beeinflussen
energetische Repositionierung von Gebärmutter und Blase
Emotionale Speicherpunkte lösen und korrigieren
Narbenstörfelder energetisch behandeln

Nuad Thai – Traditionelle Thai-Yoga-Massage
Heilsame Berührung · Tiefe Entspannung · Energie in Fluss bringen
Kathrin Edler - 0660/5990800



Kindergeburtstag im EKIZ feiern! Ein besonderer Ort für einen besonderen Tag

Du suchst einen liebevollen, kindgerechten Ort für den nächsten Kindergeburtstag?

In unseren EKIZ-Räumen kannst du den Ehrentag deines Kindes in geschützter, gemütlicher Atmosphäre feiern – ganz entspannt und ohne Stress zu Hause.

Was wir bieten:

- 🎈 Helle, großzügige Räume zum Spielen, Feiern und Beisammensein
- 🧸 Kindgerechte Ausstattung inkl. Spielsachen, Matten, Tischen & Stühlen
- 🍴 Küche zur Mitbenutzung
- ✿ Optional: Begleitung oder Programm (z.B. Spielimpulse, kreative Angebote) auf Anfrage

Rahmenbedingungen:

- 📅 Buchbar an Wochenenden und ausgewählten Nachmittagen
- ⌚ Flexible Zeitfenster (z.B. 3-4 Stunden)
- 🕒 Mietbeitrag: 50€ (mit Begleitung auf Anfrage)

Für Kinder von ca. 1 bis 6 Jahren – gemeinsam mit ihren Familien.
Mach den Geburtstag deines Kindes zu einem unvergesslichen Erlebnis in
liebevoller Umgebung!

- ✉️ Anfragen & Buchung: 0650/3030444
- 📍 Ort: Hauptplatz 11, 8510 Stainz



HERZLICHEN DANK AN UNSERE SPONSOREN DIE UNS
IMMER BEI UNSEREN FESTEN UNTERSTÜTZEN!



 **Judith Rainer GmbH**
SAT • TV • HAUSHALTSGERÄTE
Leibenfelderstraße 17
8530 Deutschlandsberg
Tel. (03462) 6138
office@rainer-gmbh.at





MITGLIEDSCHAFT

Wir sind ein gemeinnütziger Verein, der Familien zusammenbringt und auf Fördergelder und Unterstützungen angewiesen ist, um weiterhin bestehen zu können. Unsere Angebote werden sehr gut angenommen und genutzt und so können unsere Programmpunkte stetig erweitert werden.

Wenn auch Ihnen dieser Verein mit seinen vielen Facetten rund um das Thema "Familie" am Herzen liegt, freuen wir uns auf eine Unterstützung mittels einer Mitgliedschaft.

Zudem bekommen EKIZ-Vereinsmitglieder bei so manchen Veranstaltungen natürlich tolle Vergünstigungen.

All unsere Kurse können aber auch ohne Mitgliedschaft besucht werden!

Du bist selbstständig und möchtest dich in unseren Verein einbringen? Bitte schicke uns ein E-Mail an team@ekiz-stainz.at mit deinem Angebot!