

# Programm 2024

2. Semester ° Februar bis Juli 2024





## Jetzt registrieren und Vorteile genießen!

- Aktuelles aus und rund ums EKIZ
- Online-Anmeldungen für Kurse
- Mitgliedsfamilie werden
- Kundenkonto mit Terminverwaltung
- Gutscheine online bestellen
- **coming soon:** Newsletter





Es freut uns, dass du unser neues Programmheft in den Händen hast, das wieder vollgepackt ist mit spannenden und bereichernden Aktivitäten für die ganze Familie. Eine bunte Mischung aus kreativen Workshops, Bildungsangeboten, Treffpunkten, Festen und vielem mehr.

Unsere Veranstaltungen und Programme wurden sorgfältig ausgewählt, um die verschiedenen Bedürfnisse und Interessen von Familien abzudecken. Wir freuen uns immer über Anregungen, Tipps und Ideen zum Programm. Vielleicht hast auch du eine Leidenschaft, eine Profession oder ein Herzenthema, das du gerne in einem Workshop oder einem Kurs für Kinder und/oder Erwachsene weitergeben möchtest? Dann melde dich bei uns!

Wir danken allen, die zu diesem abwechslungsreichen Programm beitragen – sei es durch ehrenamtliches Engagement, Ideenreichtum oder finanzielle Unterstützung.

Wir laden euch herzlich ein, das vielfältige Angebot unseres Eltern-Kind-Zentrums zu entdecken. Alle Informationen rund um das EKIZ Silz findet ihr ab sofort auch auf unserer neuen Website unter [ekiz-silz.info](http://ekiz-silz.info). Ab Herbst werden wir diesen Bereich weiter ausbauen und schrittweise alle Kursanmeldungen digitalisieren. Bereits jetzt könnt ihr euch auf der Website registrieren und von vielen Vorteilen profitieren. Auch die Mitgliedschaft kann digital beantragt werden.

Wir freuen uns auf euch!

Für das EKIZ-Team

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Claudia Hirn-Gratl'.

Claudia Hirn-Gratl, Obfrau Eltern-Kind-Zentrum Silz



save the date

JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG  
des Eltern-Kind-Zentrums Silz

Fr, **06.09.24**, 19.30 Uhr  
Ort: AIDA's Sportcafé, Silz

Alle sind herzlich eingeladen!



Fotos

Bei Veranstaltungen

des Ekiz Silz werden Fotos gemacht. Bitte beim Referenten Bescheid geben, wenn eine Veröffentlichung der Bilder (z. B. auf Facebook) nicht gewünscht ist.



Kurskosten

Sofern nicht anders angegeben, bitte VOR Kursbeginn (+Angabe Kurs und Name) auf folgendes Konto überweisen:

Bank-Konto

IBAN: AT37 3631 6000 0042 5686

BIC: RZTIAT22316 Raika Silz



Markierte Kurse bitte vor Ort bezahlen.



Anmeldung erforderlich: je nach Kurs entweder telefonisch oder ONLINE unter [ekiz-silz.info](http://ekiz-silz.info)



Mamas entlasten,  
Beziehung zum Kind  
stärken – als volljährige  
**Begleitperson:**  
Oma, Opa, Tante, Goti...  
Ihr seid herzlich  
willkommen!



wieder  
da!

# Offener Treffpunkt

**Eltern-Kind-Treff am Mittwoch von 9 bis 11.30 Uhr**  
für Kinder von 0 bis 5 Jahren mit Begleitperson, ohne Anmeldung

Der Eltern-Kind-Treff ist ein Ort der Begegnung und des Austausches für Eltern und Kinder und ist ohne Anmeldung frei zugänglich. Gemeinsam wird gespielt, gesungen, gemalt und bei schönem Wetter auch im Pfarrgarten getollt. Es gibt eine gesunde Jause und Kaffee für die Erwachsenen.

ohne Anmeldung | Jugendheim Silz | bar

**Leitung:** Andrea Haßlwanger und Sandra Leitner  
**Termin:** Jeden Mittwoch ab 21.02.24 außer Ferien + Feiertage  
**Uhrzeit:** 09.00-11.30 Uhr  
**Kosten für Jause:** € 2,-/für Mitglieder kostenlos

# Zwergentreff

**„Wir entdecken unser Dorf“**  
für Kinder ab 3 bis 6 Jahren mit erwachsener Begleitperson

- „Nettthof“, Familie Föger, Eavelerweg 7 | Fr, 26.04.24
- Bio-Imkerei Gritsch, Pirchetweg 10 | Fr, 17.05.24
- Feuerwehrhalle Silz | Fr, 14.06.24

ONLINE | vor Ort | → EKIZ

**Uhrzeit:** jeweils 14.30-16.00 Uhr  
**Unkostenbeitrag:** € 7,- pro Familie und Termin  
Eltern haften für ihre Kinder. **Tipp:** Bitte Kleidung, die auch schmutzig werden darf, auswählen!



# spielplatz fest



Samstag, 14–17 Uhr  
**08. Juni 24**

„Golf-Spielplatz“ bei Aidas Sportcafé

Findet nur bei Schönwetter statt



mit buntem  
Programm  
für die ganze  
Familie!



HURRA!  
Der Kasperl kommt!

Kasperltheater „LeLui“

Termin wird rechtzeitig  
bekannt gegeben

Zwei Vorstellungen mit Beginn um

**15.00 und 16.00 Uhr,**  
Jugendheim Silz

Ohne Anmeldung. Eintritt freiwillige Spenden!





## 🎵 Spielend ins Reich der Musik

Eltern-Kind-Gruppe mit Musikpädagogin Christian Nagele  
für Kinder zwischen 18 und 36 Monaten mit Begleitperson

Gemeinsam wollen wir in der Gruppe Musik variantenreich mit allen Sinnen erleben. Beim Singen, Bewegen, Explorieren und Musizieren steht sowohl die ganzheitliche Entwicklung des Kindes als auch die Beziehung zwischen Kind und Bezugsperson im Vordergrund.

🛒 0660 5802021, Christian | 📍 EG KIGA alt | 📄 → EKIZ

**Leitung:** Musikpädagogin Christian Nagele  
6 Einheiten, Kurs 1 ab Mo, 26.02.24 | Kurs 2 ab Mo, 13.05.24  
**Uhrzeit:** 10.00–11.00 Uhr  
**Kosten pro Kurs für Mitglieder** € 42,-/€ 48,-

## Kreatives Musiktheater

mit Musikpädagogin Christian Nagele  
für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Gemeinsam erarbeiten wir in der Gruppe ein kleines Musiktheaterstück. Dabei fließen neben theaterpädagogischen auch viele elementare Musikelemente ein. Wir werden gemeinsam singen, uns zur Musik bewegen, mit Bodypercussion und Musikinstrumenten (gerne auch mit den eigenen) Stücke begleiten, Szenen musikalisch gestalten und in verschiedene Rollen schlüpfen. Als Abschluss wollen wir ein gemeinsam erarbeitetes kleines Theaterstück aufführen.

🛒 0660 5802021, Christian | 📍 EG KIGA alt | 📄 → EKIZ

**Leitung:** Musikpädagogin Christian Nagele  
10 Einheiten, ab Mo, 26.02.24  
**Uhrzeit:** 17.00–18.00 Uhr  
**Kosten für Mitglieder** € 70,-/€ 80,-



**Hello,**

Ich heiße Nara Dea, bin 20 Jahre alt und studiere derzeit in Innsbruck.

Ich bin zweisprachig aufgewachsen (deutsch und english) und habe 10 Jahre in Melbourne in Australien gewohnt.

Ich freue mich auf euch!

# ENGLISH playgroup

mit Native Speaker Nara DEA  
für Kinder von 4 bis 6 Jahren

Songs, rhymes, games, stories and lots of fun!

Spielerisch mit der englischen Sprache vertraut werden, erste Begriffe (Formen, Farben, Zahlen, Tiere, Körper, Kleidung, ...) lernen und gemeinsam mit Native Speaker Nara den Umgang mit der englischen Sprache vertiefen.

**Leitung:** Native Speaker Nara DEA

Termine werden bekannt gegeben!

**NEU**  
ab April



# THANK YOU, Lynne!

Unsere Lynne Praxmarer hat sich dazu entschieden, mit der English Playgroup mit diesem Semester in „Rente“ zu gehen. Lynne hat seit 1997 (!) mit ungebrochener Begeisterung zahlreichen Kindern ihre Muttersprache mit viel Hingabe, Herzblut & mehr vermittelt.

Wir ziehen unseren Hut vor deinem langjährigen Einsatz bei uns im EKIZ Silz. Von Herzen alles Liebe und Gute, vor allem Gesundheit.

Thank you, Lynne!



Wir freuen uns auf euch!



# Durch das Jahr Fasching



## Schleifeisen-Fasching

Kinderfasching mit toller Musik in der Eisarena Silz

Gratis Krapfen und Tee für die Kinder! Zur Sicherheit der Kinder: Helmpflicht!

📍 Eisarena Silz | Eintritt frei

**Termin:** So, 04.02.24  
**Uhrzeit:** ab 13.30 Uhr

## Fasching im offenen Treffpunkt

Im Rahmen des Offenen Treffpunkts gibt es eine kleine Faschingsfeier für die Kleinsten.

**Leitung:** Andrea Haßlwanger und Sandra Leitner  
**Ohne Anmeldung.**

📍 Jugendheim Silz | 🍷 bar

**Termin:** Mi, 07.02.24  
**Uhrzeit:** 09.00–11.30 Uhr  
**Kosten für Jause:** € 2,-/  
für Mitglieder kostenlos

## Faschingsdienstag in Silz

Wir treffen uns um 13.45 Uhr bei der Mittelschule Silz und ziehen zum Josef-Tiefenthaler-Platz.

Alle Kinder und Erwachsenen sind herzlich eingeladen, maskiert am Umzug teilzunehmen! Anschließend lustiges Kinderprogramm mit dem Ekiz-Team.

🛒 ohne Anmeldung | 📍 Mittelschule Silz

**Termin:** Di, 13.02.24  
Kinderprogramm von 14.00–16.00 Uhr (nur bei Schönwetter)

# Ostern



## Palmlatten binden

Ekiz Silz  
Mitglieder  
Event

für Kinder mit erwachsener Begleitperson

Wir treffen uns bei der Silzer Mühle, um gemeinsam Palmbüschen oder Palmlatten zu binden. Dort können unter Mithilfe vom Mühlenteam auch die eigenen Palmbrezeln gebacken werden.

Materialien werden zur Verfügung gestellt, Stecken sind (falls gewünscht), selbst mitzubringen. Bitte beachten: Nur für Mitglieder des Ekiz Silz

🛒 0664 75048968, Claudia | 📍 Mühle Silz | 🍷 bar

**Termin:** Sa, 23.03.24

**Uhrzeit:** 14.00 Uhr

**Kosten:** € 20,-/Kind inkl. Kosten für Naturmaterialien und Backen (5 Stk. Brezel/Kind)

# Frühling



## Kräuterwanderung

für Erwachsene mit Kräuterpädagogin Elke König

Bei einem gemütlichen Spaziergang entdecken wir mit der Expertin Pflanzen, die zu dieser Jahreszeit gerade wachsen und erfahren, was man daraus Nützliches machen kann.

Nach der Wanderung gibt es eine Kostprobe aus den Schätzen, die uns die Natur bietet.

🛒 0676 9201794, Birgit | 📍 Schießstand Silz | 🍷 bar

**Leitung:** Kräuterexpertin Elke König

**Termin:** Mi, 22.05.24

**Uhrzeit:** 14.00 Uhr

**Unkostenbeitrag** für Mitglieder € 8,-/€ 10,-



## Eltern-Kind-Turnen

Eltern-Kind-Gruppe mit Nicole Neurauder BEd + Tanja Kutmon  
für Kinder von 2 bis 4 Jahren mit Begleitperson

Die Vermittlung von Freude an der Bewegung und die Schulung der motorischen Fähigkeiten kann nicht früh genug beginnen: Der Turnsaal wird zu einem breiten Erfahrungs- und Spielraum, den es zu erobern gilt. An der sicheren Hand von Mama oder Papa fällt es auch ein wenig leichter, sich auf die faszinierenden Abenteuer einzulassen.

Bitte mitnehmen: bequeme Kleidung, rutschfeste Socken.

🛒 0660 1580403, Nicole | 📍 Turnsaal, MS Silz | 📞 → EKIZ

**Leitung:** Nicole Neurauder BEd + Tanja Kutmon  
10 Einheiten, ab Mi, 21.02.24  
**Uhrzeit:** 15.00–16.00 Uhr  
**Kosten** für Mitglieder € 70,-/€ 80,- pro Familie

## Kinderturnen

mit Lisa Randolf BEd  
für Kinder von 4 bis 8 Jahren in 2 Gruppen

Kinder brauchen Bewegung, damit sie sich gesund entwickeln und wohlfühlen können. In keinem anderen Lebensalter spielt Bewegung eine so entscheidende Rolle.

In unseren Einheiten wird spielerisch die Freude an Bewegung, am Rennen, Balancieren, Klettern, Hüpfen und Toben gefördert und geschult.

🛒 0699 10447836, Lisa | 📍 Turnsaal, MS Silz | 📞 → EKIZ

**Leitung:** Lisa Randolf BEd  
8 Einheiten, ab Mi, 21.02.24  
4–5 Jahre: 14.30–15.30 Uhr, 60 Min: für Mitgl. € 50,-/€ 60,-  
6–8 Jahre: 15.30–17.00 Uhr, 90 Min: für Mitgl. € 60,-/€ 70,-



## ZUMBA® Kids

mit ZIN Doris Nawratil  
für Kinder von 6 bis 11 Jahren

Bei voller Lautstärke mit seinen Freunden abrocken! Altersgemäße Musik und coole Bewegungsabläufe heizen den Kids auf der Tanzfläche ein. Dabei werden Koordination, Rhythmik, Ausdauer, Gleichgewicht und Raumgefühl geschult sowie die Muskeln gekräftigt.

Improvisationen und Spiele fördern die Kreativität und soziale Kompetenz.

🛒 0699 12619603, Doris | 📍 Kleiner Saal, MS Silz | 📄 → EKIZ

**Leitung:** ZIN Doris Nawratil, Groupfitness-Trainerin,  
Zumbainstruktorin  
6 Einheiten, ab Di, 27.02.24, **Uhrzeit:** 15.30–16.30 Uhr  
**Kosten** für Mitglieder € 55,-/€ 65,-



## Bauchtanz

mit Mercedesz Öri  
für Mädchen ab 6 Jahren

Tanzen, toben, spielen - zur orientalischen Musik tanzen wir mit und aus dem Bauch heraus. In diesem Bauchtanzkurs für Anfängerinnen bei Mercedesz lernen die Kids die Grundlagen, Techniken und die verschiedenen Stile des Tanzes kennen und stärken dabei Körpergefühl und Selbstbewusstsein. Am Wichtigsten aber ist die Freude am Rhythmus und der Spaß am Tanzen.

🛒 0676 9330959, Evelyn | 📍 Turnsaal, VS Silz | 📄 → EKIZ

**Leitung:** Mercedesz Öri | weitere Infos: [www.mercedesz.at](http://www.mercedesz.at)  
5 Einheiten, ab Do, 22.02.24  
**Uhrzeit:** 15.00 Uhr  
**Kosten** für Mitglieder € 60,-/€ 70,-



## Hula Hoop "Mix"

Spaß und Fitness mit den bunten Reifen  
ab 16 Jahren mit HoopDance-Trainerin Verena Hofer

Stärke Ausdauer, Fitness, Koordination und deinen Beckenboden mit Hula-Hoop-Fitness- und Dance-Choreografien zu mitreißender Musik und verbessere nebenbei deine Körperhaltung! Dich erwarten alle notwendigen Basics fürs Bauch-Hooping, Fitness-Hooping und einfache Off-Body-Tricks (Handspin, Würfe etc.). Egal ob AnfängerIn oder FortgeschritteneR – erlebe ein Ganzkörpertraining mit dem Hula-Hoop-Flow! Reifen sind vorhanden oder du bringst deinen eigenen mit.



**DU BIST DER  
GOLD STANDARD**

## ZUMBA® Gold

Low-Impact Tanzfitness zum Wohlfühlen  
ab 14 Jahren mit ZIN Doris Nawratil

Für Fitness-Einsteiger, Senioren, Personen mit Rücken- und Gelenksproblemen, Personen mit Bluthochdruck. Die Bewegungen und das Tempo werden den TeilnehmerInnen angepasst. Ein lebendiger Tanzfitnesskurs in Gesellschaft, um in Bewegung zu bleiben und dabei Spaß zu haben. Bitte halte Rücksprache mit deinem Arzt, ob aerobes Training für dich geeignet ist.



 ONLINE |  Turnsaal, MS Silz |  → EKIZ

**Leitung:** Mag. Verena Hofer, zertifizierte HoopDance-Trainerin  
8 Einheiten, ab Di, 20.02.24

**Uhrzeit:** 18.30 Uhr

**Kosten für Mitglieder** € 55,-/€ 60,-

 0699 12619603, Doris |  Jugendheim Silz |  → EKIZ

**Leitung:** ZIN Doris Nawratil, Groupfitness-Trainerin,  
Zumbainstruktorin

6 Einheiten, ab Do, 07.03.24, **Uhrzeit:** 09.00–10.00 Uhr

**Kosten für Mitglieder** € 50,-/€ 60,-



## Kinderyoga

NEU!



mit Julia Plattner  
für Kinder und Teens von 4 bis 11 Jahren in 3 Gruppen

In jeder Yogastunde begeben wir uns auf eine kleine Reise. Wir werden ausgiebig toben, spielerisch Yogaübungen kennenlernen und genussvoll entspannen. Wir üben, uns gut wahrzunehmen sowie achtsam zu sein.

Kinderyoga unterstützt nachweislich das körperliche sowie psychische Gleichgewicht und verbessert die Wahrnehmungs- und Lernfähigkeit.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Trinkflasche

🛒 0660 4133236, Julia | 📍 Kleiner Saal, MS Silz | 📄 → EKIZ

**Leitung:** Julia Plattner, Zertifizierte Yoga-Lehrerin

8 Einheiten, 50 Minuten, ab Di, 07.05.24

4–6 Jahre: 14.00 Uhr, 6–8 Jahre: 15.00 Uhr, Teens 9–11 Jahre: 16.00 Uhr

**Kosten** für Mitglieder € 55,-/€ 65,-



## Klangvolle Nachmittage

mit Klangschalenpraktikerin Silvia Walder  
für Kinder ab 5 Jahren ohne Begleitperson

Klangschalen-Spiele fördern spielerisch die seelische und geistige Stärke von Kindern. Denn Klänge und Töne dringen sanft in die Innenwelt der Kinder vor und erzeugen eine harmonische Balance zur Außenwelt. So sensibilisieren Klanginstrumente einerseits den Hörsinn und stärken andererseits das Vertrauen in sich selbst und andere.

🛒 0650 4902020, Silvia | 📍 Jugendheim Silz | 🍷 bar

**Leitung:** Dipl. Päd. Silvia Walder

3 Einheiten, Mo, 19.02.24, 26.02.24, 04.03.24

**Uhrzeit:** 16.00–17.00 Uhr

**Kosten** für Mitglieder € 20,-/€ 25,-



Achtung!  
Begrenzte  
Teilnehmer-  
zahl!

NEU!

## Wald-Nachmittage

### KLEINE FÜCHSE

ab 3 Jahren ohne Begleitperson

### WALDENTDECKER

ab 3 Jahren ohne Begleitperson

### WALDBAURLÄUFER

für Volksschulkinder ohne Begleitperson

### SPURENSUCHER

für Volksschulkinder ohne Begleitperson

Mitzunehmen: Jause, wetterfeste Kleidung. Die Treffen finden bei jeder Witterung statt.

**Organisatorisches:** Manchmal ist es sinnvoll, kurzfristig örtlich auszuweichen (etwa bei Hochwasser am Inn), wir informieren euch darüber telefonisch.

## Kräuter-Kids

Kräuterwanderung für Kinder ab 6 Jahren ohne Begleitung in der Kleingruppe

Auf dem Weg zum Wasserfall werden wir Kräuter mit Lupen und all unseren Sinnen sammeln und bestimmen. Wir bereiten uns einen leckeren Kräuteraufstrich zu, den wir uns bei einem gemütlichen Picknick mit einem „löwenstarken“ Sirup schmecken lassen. Dazu hören wir die Geschichte von der Blumenfee.

Mitzubringen: angepasste Kleidung und Schuhe, Trinkflasche, Stofftasche zum Sammeln der Kräuter

🛒 ONLINE | 📍 Silzer Eilet | 📄 → EKIZ

🛒 0676 9201794, Birgit | 📍 VS Silz | 📄 → EKIZ

**Kleine Füchse:** Di, 09.04.24 | **Waldbaumläufer:** Di, 16.04.24

**Leitung:** Waldpädagogin Lisa Brugger, **Uhrzeit:** je 14.30–17.00 Uhr

**Waldentdecker:** Do, 16.05.24 | **Spurensucher:** Do, 23.05.24,

**Leitung:** Alexandra Heinz + Pamela Neurauter, **Uhrzeit:** je 15.00–17.30 Uhr

Kosten pro Termin für Mitglieder € 12,-/€ 14,-

**Leitung:** Nicole Aue, Dipl. Kräuterpädagogin

**Termin:** Mi, 29.05.24

**Uhrzeit:** 14.00–17.00 Uhr

**Kosten** für Mitglieder € 25,-/€ 30,-

In den Workshops werden die verschiedenen Themen kreativ und spielerisch bearbeitet, dazu wird gebastelt und gemalt. Termine einzeln buchbar, bitte mit „Bastelkleidung“ kommen.



## Kreatives Farbenreich

Kreativ-Workshops mit Sandra Mair für Kinder von 6 bis 10 Jahren

Mi, **24.04.24**

Farbenreiche Melodien

Haben Töne Farben? Wie kann eine Melodie farbig werden? Wir fertigen Musikinstrumente aus Upcycling- und weiteren Materialien, damit wir bunte Melodien zaubern können!

Mi, **15.05.24**

Kind ärgere dich nicht!

Wir begeben uns in die Welt der Spiele und gestalten unsere eigene Spielsammlung für unterwegs! Mitzubringen: kleinere Steine (als Spielsteine) und das eigene (analoge) Lieblingsspiel.

Mi, **26.06.24**

Meerestiere

Wir tauchen ein in die Welt der Meere, gestalten unser eigenes Aquarium aus einem Schuhkarton und lassen uns von den Meeresbewohnern zu kreativen Mustern inspirieren.



## Happy Texti Painting

Spezial-Workshop mit Sandra Mair für Kinder von 8 bis 13 Jahren

Bei diesem Workshop lernen wir den Weg von der Zeichnung bis zum Textildruck kennen. Im ersten Schritt gestalten wir Bilder und/oder Texte, im zweiten Schritt wird das Bild fotografiert und im Photoshop bearbeitet.

T-Shirts werden online ausgesucht. Im 2. Teil des Workshops werden die Shirts bedruckt.

🛒 0664 1654411, Franziska | 📍 Jugendheim Silz | 🍷 bar

**Leitung:** Sandra Mair | weitere Infos: [farbenreich.co.at](http://farbenreich.co.at)

Termine einzeln buchbar

**Uhrzeit** jeweils 14.30–16.30 Uhr

**Kosten** pro Termin für Mitglieder € 14,-/€ 16,- inkl. Material



🛒 0664 1654411 | 📍 Jugendheim | 🍷 bar

**Leitung:** Sandra Mair

**Termin 1:** Mi, 05.06.24, 14.30–16.30 Uhr

**Termin 2:** Mi, 26.06.24, 16.30–17.50 Uhr

**Kosten** für Mitglieder € 30,-/€ 32,- inkl. Material



mit Verena Kocher, DGKP, Still- und Laktationsberaterin IBCLC

# BABYTREFF

für Mamas/Eltern mit Babys bis 1,5 Jahre

Gemütliche Gruppe für Mütter mit Babys im ganzen ersten Lebensjahr, unabhängig davon, ob die Kinder gestillt oder mit der Flasche gefüttert werden.

Tolle Möglichkeit, sich Tipps zu holen und sich mit anderen Müttern auszutauschen. Speziell in den ersten Wochen nach der Geburt sind Unsicherheiten normal – es bringt Erleichterung, diese Gefühle in geschütztem Rahmen anzusprechen und zu sehen, dass es anderen genauso geht. Der Babytreff ist als zwangloses Treffen gedacht – kein Stress betreffend Pünktlichkeit!

# Babymassage

ideal für Babys  
ab ca. 6 Wo. bis 5 Mo.

In angenehmer Atmosphäre in kleinen Gruppen lernt ihr eure Babys mit einer wohltuenden ganzheitlichen Babymassage zu verwöhnen. Die liebevollen Berührungen wirken beruhigend & fördern die Bindung zu eurem kleinen Schatz. Regelmäßiges Massieren beugt Koliken vor und regt den Stoffwechsel an.

# Säuglingspflegekurs

Alles Wissenswerte über die Pflege eines Babys (Baden, Nabelpflege etc.) und vieles mehr, was werdende oder frischgebackene Eltern wissen sollten.

Papas und Großeltern herzlich willkommen!

ohne Anmeldung | Jugendheim Silz | bar      0699 17228433, Verena | bar      0699 17228433, Verena | bar

**Leitung:** Verena Kocher  
**Termin:** Jeden Di ab 20.02.24 außer Ferien + Feiertage  
**Uhrzeit:** 09.00–11.00 Uhr  
**Kosten:** pro Einheit € 5,-  
5er-Block für Mitglieder € 20,-/25,-  
„Unlimited“ für Mitglieder € 40,-/45,-

**Leitung:** Verena Kocher  
**Termin:** 4 Einheiten, ab Do, 11.04.24  
**Uhrzeit:** 09.00–10.15 Uhr  
**Ort:** Jugendheim Silz  
**Kosten für Mitglieder** € 50,-/€ 60,-

**Leitung:** Verena Kocher  
**Termin:** Mo, 15.04.24 | Mo, 17.06.24  
**Uhrzeit:** 19.00–21.00 Uhr  
**Ort:** Jugendheim Silz  
**Kosten pro Kurs** € 10,-/für Paare € 15,-



mit Stillberaterin Barbara Oberwalder, DGKS

## Stillwissen kompakt für Schwangere



Stillprobleme müssen nicht sein.

Frühzeitige Information und Begleitung garantieren eine harmonische Stillzeit. Mach es dir nicht schwerer als nötig. Hol dir rechtzeitig die wesentlichen Infos!

## Info- Vormittage

Beikost – Jetzt gehts los

Vom ersten Löffelchen  
bis zur Familienkost

Babys, Kinder willkommen!



🛒 0664 2627171, Barbara | 🍷 bar

**Leitung:** Barbara Oberwalder

**Ort:** Jugendheim Silz

**Termine:** Beikost Do, 21.03.24 | Do, 13.06.24

**Uhrzeit:** 09.30 Uhr

**Kosten:** pro Einheit € 12,-

🛒 0664 2627171, Barbara | 🍷 bar

**Leitung:** Barbara Oberwalder

**Ort:** Jugendheim Silz

**Termin:** Do, 16.05.24

**Uhrzeit:** 18.30 Uhr

**Kosten:** pro Abend € 30,-/für Paare € 35,-



entspannt stillen

Stillberaterin Barbara Oberwalder DGKP  
Absolventin des Europäischen Instituts für Stillen und Laktation



# STILL PROBLEME

lassen sich immer  
lösen!

95 % der Stillprobleme meiner Klientinnen konnte ich mit nur 1 Beratung lösen. Die restlichen 5 % benötigten 2-3 Beratungen.

**Hol dir kompetente Hilfe!**

Hausbesuche, 7 Tage die Woche telefonisch erreichbar von 8 bis 22 Uhr: 0664 26 27 171.



## Mut tut gut!

Wie ermutige ich Kinder?

Damit Kinder Selbstvertrauen entwickeln können und gerne neue Herausforderungen annehmen, ist es wichtig sie zu ermutigen. Die ermutigenden Qualitäten nach Theo Schoenaker helfen uns dabei.

Wie fühlt es sich an, wenn uns jemand Mut macht?

Was können wir dadurch alles erreichen?

*Kostenloser Vortragsabend in Zusammenarbeit mit fit for family*

 ONLINE |  Jugendheim Silz | kostenlos

**Leitung:** Claudia Neuwirth-Lechleitner, Elternbildnerin

**Termin:** Do, 20.06.24

**Uhrzeit:** 19.30 Uhr



## Ein guter Start in die Schule

Mit dem Übergang vom Kindergarten in die Volksschule beginnt für Kinder und deren Eltern ein neuer und aufregender Lebensabschnitt. Viele Eltern fragen sich schon vor dieser Zeit, wie sie ihr Kind in dieser wichtigen Lebensphase stärken und stützen und damit einen guten Start in die Schule begünstigen können.

In diesem Vortrag erhalten Eltern Antworten darauf, woran man Schulreife/Schulfähigkeit erkennt, was in dieser Umstellungsphase auf ihr Kind zukommen wird und wie sie ihm einen guten Start ins Schulleben erleichtern können.

 ONLINE |  MS Silz (Eingang PTS) |  → EKIZ

**Leitung:** Iris van den Houven, MA

**Termin:** Mi, 06.03.24

**Uhrzeit:** 19.00 Uhr

**Kosten:** € 10,-





## SINNvoll wachsen

Unkonzentriert. Zappelig. Empfindlich. Ungeschickt.  
Ängstlich oder sehr impulsiv.

Wenn Kinder Schwierigkeiten in der Reizverarbeitung haben, kommt es schnell zu Problemen im Familienalltag. Je besser die Bezugspersonen über die Wahrnehmung des Kindes Bescheid wissen, desto feinfühlicher können sie das Kind begleiten und in seiner Entwicklung fördern. Dieser Vortrag gibt einen Überblick über das sensorische Erfassen des Kindes und die damit verbundenen Schwierigkeiten. Leicht umsetzbare Tipps für den Alltag helfen, die Kinder besser zu verstehen und zeigen Möglichkeiten zur sinnvollen Förderung auf.

 ONLINE |  Jugendheim Silz | kostenlos

**Leitung:** Beate Santer, Ergotherapeutin, Case-Managerin, Kindergartenpädagogin, Family-Support-Trainerin und Familienbegleiterin

**Termin:** Mi, 24.04.24

**Uhrzeit:** 19.30 Uhr



Elternbildung 



Adamgasse 4/4.St  
6020 Innsbruck

[www.gesundinsleben.at](http://www.gesundinsleben.at)

## Familienbegleitung

für werdende Eltern und Familien mit  
Kindern von 0-3 Jahren

### Wir helfen kostenlos, tirolweit und unbürokratisch, wenn...

- ...in der Schwangerschaft unerwartete Veränderungen und Stress auftreten.
- ... wenig Unterstützung von Partner:in oder familiären Umfeld da ist.
- ...das Kind mehr Aufmerksamkeit braucht, als sie geben können.
- ... finanzielle oder soziale Schwierigkeiten auftreten.
- ...sie sich psychisch belastet, erschöpft und ausgelaugt fühlen.
- ...wenn sie Hilfe benötigen.



**+43(0)664/604 6630 480**



## Die Macht der Gedanken

Workshop für Erwachsene mit  
Dipl. Neuromentaltrainerin Nicole Ennemoser

Unterschätze nicht die Macht der Gedanken! Tauch ein in die faszinierende Welt des Neuromentaltrainings.

Durch leicht anwendbare Methoden lernen Kinder ihre Ressourcen kennen und steigern somit ihr Selbstwertgefühl. Hol dir deinen passenden „Werkzeugkoffer“, um dir in anspruchsvollen Situationen bestmöglich selbst zu helfen und die Kinder langfristig für ihr Leben zu stärken.

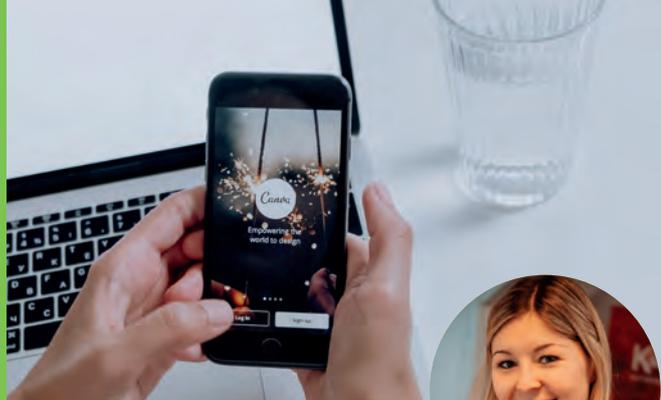
ONLINE | Jugendheim Silz | → EKIZ

**Leitung:** Nicole Ennemoser | weitere Infos: [www.denkwurzel.at](http://www.denkwurzel.at)

**Termin:** Mi, 10.04.24

**Uhrzeit:** 19.00–21.00 Uhr

**Kosten:** € 20,-



## CANVA kann was!

Grußkarten, Einladungen, Bilder oder Flyer schnell erstellt – Basis-Workshop für AnfängerInnen

Mit dem in der Basisversion kostenlos nutzbaren Tool CANVA lassen sich auf einfache Weise Einladungen, Grußkarten, Plakate, Posts für WhatsApp, Signal & Co in wunderschönen Designs erstellen, unabhängig vom grafischen Können und ohne aufwendige Grafikdesign-Software. Christina zeigt euch in diesem Workshop das Basiswissen und die Möglichkeiten, die Canva für persönliche kreative Projekte bietet.

ONLINE | MS Silz (Eingang PTS) | → EKIZ

**Leitung:** Christina Feilmayr, MA

Marketing & Social Media Expertin

**Termin:** Mi, 13.03.24, **Uhrzeit:** 19.00 Uhr

**Kosten:** 10,-



KOSTENLOSE

## Eltern-Beratung

Die kostenlose Eltern-Beratung der Landes-sanitätsdirektion Tirol hilft bei allen Fragen, die junge Familien beschäftigen, wie z.B.

- Babypflege
- Fragen der medizinischen Vorsorge
- altersgemäße Ernährung und Stillen
- die motorische Entwicklung des Kindes
- Schlafprobleme
- Entwicklung Förderung Erziehung

 **Jeden 4. Donnerstag im Monat**

Terminvergabe nach Anmeldung

Ort: Ekiz-Raum im UG Jugendheim Silz

Hebammen Petra Frischmann und Sabine Grüner  
Anmeldung 0699 11970134

## BABYSITTER-BÖRSE

NEU!

Kinoabend mit Freundinnen? Restaurantbesuch mit dem Partner?  
Elternbildungsveranstaltung? Yoga?  
Klingt toll, aber leider ist kein Babysitter zu finden ...

Eine Betreuung für die Kinder außerhalb der institutionellen Formen zu finden, kann sich zu einer aufwendigen Angelegenheit entwickeln. Und wenn die Oma auch keine Zeit hat, wird es schwierig.

Gerne würden wir als EKIZ Silz wieder eine funktionierende Babysitterbörse aufbauen. Wir suchen daher engagierte, motivierte, liebevolle und verantwortungsbewusste Menschen ab 16 Jahren mit Zeit und Freude im Umgang mit Kindern.

Du suchst nach einem Babysitter oder einem Babysitterjob?  
BabysitterInnen aller Altersstufen ab 16 Jahren als auch Eltern, die die Babysitterbörse in Anspruch nehmen wollen, sind herzlich eingeladen, sich bei uns zu melden.

Alle Infos bei Aline Kluibenschädl, 0650 6140000.

Wir danken unseren Sponsoren:



Gemeinde **SILZ** 



**JS`GSCHÄFTLE**

Papier, Büro, Schreibwaren  
Tabak und Pyroartikel



Wir sagen  
**Danke!**

Allen, die mit ihren  
Ideen & ihrer  
Zeit unsere Arbeit  
unterstützen



## Ekiz Serviceangebot

- **Party-Equipment-Verleih:** Kids-Biergarnituren, Luftballon-Aufblasmaschine, Buttonmaschine, XL-Malwände, Monster-Zielwurfwände, uvm.  
Leihgebühr: € 20,- Kontakt: Claudia Hirn-Gratl, 0664 75048968.
- **Tragetücher- und Stillkissenverleih:** Kaution € 50,- und € 3,- Wochengebühr.  
Kontakt: Barbara Oberwalder DGKP, 0664 2627171
- **Für MitbürgerInnen mit türkischer Muttersprache:**  
Infos und Unterstützung bei allen Belangen des alltäglichen Lebens wie z. B. Anträge für Visa, Familienbeihilfe, Schule ... Kontaktperson: Ezgi Ünal, 0650 4223474.

**IMPRESSUM:** Herausgeber und für den Inhalt verantwortlich: Eltern-Kind-Zentrum Silz, 6424 Silz, Jugendheim, Schulstraße 4, Telefon +43 664 54 355 77, [www.ekiz-silz.info](http://www.ekiz-silz.info), e-Mail: [hallo@ekiz-silz.info](mailto:hallo@ekiz-silz.info). Änderungen vorbehalten.

**GRAFIK:** Grafikpanda.at

**FOTOS:** AdobeStock, Ekiz Silz, Foto Mario, Pexels (Andrea Piacquadio, Cottonbro Studio, Karolina Grabowska, Ksenia Chernaya, Miri Řeháčková, Polina Tankilevitch, Yan Krukau), Pixabay, Unsplash (Chris Anderson, Allen Taylor), Zumba Fitness®.



# mitglied werden

So geht's:  
Online registrieren,  
Mitgliedschaft buchen,  
Mitgliedsbeitrag  
überweisen



Unterstützt unsere Arbeit als Mitglied im Verein Eltern-Kind-Zentrum Silz.

**Kein Muss, aber jede Menge Vorteile:**

- Ermäßigte Kursbeiträge
- Bevorzugung von Mitgliedern auf Wartelisten
- Kostenlose Jause im Offenen Treffpunkt
- Exklusiv-Events für Mitglieder des Ekiz Silz
- Mitgliedstarif in den anderen EKIZen in Tirol

Mitgliedschaft pro Familie und Vereinsjahr € 25,-  
Vereinsjahr: September bis Ende Juni

**Bankverbindung:** IBAN: AT37 3631 6000 0042 5686  
BIC: RZTIAT22316, Raika Silz



scan  
me

oder Link auf  
[ekiz-silz.info](http://ekiz-silz.info)



## Team

Stand Jänner 2024

Obfrau	Claudia Hirn-Gratl
Obfrau-Stv.	Evelyn Zoller
Kassierin	Martina Mareiler
Kassierin-Stv.	Franziska Neurauder
Schriftführerin	Birgit Schöpf
Beiräte	Martina Egg
	Stephanie Huber
	Aline Kluibenschädl
	Marion Wilhelm
Ehrenmitglied	Brunhilde Walser



Du hast Lust,  
bei uns im Team zu sein?  
Wir freuen uns auf dich!

### DATENSCHUTZ:

Der Schutz eurer persönlichen Daten und eurer Privatsphäre sind uns ein großes Anliegen. Die personenbezogenen Daten verwenden wir ausschließlich, um euch über unsere Kurse

und Veranstaltungen zu informieren und um diese abzuwickeln. Alle Daten behandeln wir vertraulich gemäß den Richtlinien der DSGVO. Die Einwilligung zur Verarbeitung eurer Daten könnt ihr jederzeit durch ein Email an [hallo@ekiz-silz.info](mailto:hallo@ekiz-silz.info) widerrufen.

## Kontakt

Ekiz Silz, Schulstraße 4, 6424 Silz  
Telefon +43 664 54 355 77  
[hallo@ekiz-silz.info](mailto:hallo@ekiz-silz.info), [ekiz-silz.info](http://ekiz-silz.info)

## Februar

## März

## April

## Mai

## Juni

## Juli

1 Do		1 Fr		1 Mo	Ostermontag	1 Mi	Staatsfeiertag	1 Sa		1 Mo	
2 Fr		2 Sa		2 Di	BT	2 Do		2 So		2 Di	BT
3 Sa		3 So		3 Mi	OT	3 Fr		3 Mo		3 Mi	OT
4 So	Schleifeisenfasching	4 Mo		4 Do	Wald	4 Sa		4 Di	BT	4 Do	
5 Mo		5 Di	BT	5 Fr		5 So		5 Mi	OT   KF	5 Fr	
6 Di		6 Mi	OT   VT: Schulstart	6 Sa		6 Mo		6 Do		6 Sa	
7 Mi	OT Faschingsfeier	7 Do		7 So		7 Di	BT	7 Fr		7 So	Sommerferien
8 Do		8 Fr		8 Mo		8 Mi	OT	8 Sa	Spielplatzfest	8 Mo	
9 Fr		9 Sa		9 Di	BT	9 Do	Christi Himmelfahrt	9 So	Vatertag	9	<b>Abkürzungen:</b> BT Babytreff EB Eltern Beratung IV Infvormittag KF Kreatives Farbenreich OT Offener Treffpunkt VT Vortrag ZT Zwergentreff  Für eine bessere Übersicht wurden die Blockkurse nicht im Kalender aufgelistet.
10 Sa		10 So		10 Mi	OT   VT: Gedanken	10 Fr		10 Mo		10	
11 So	Semesterferien	11 Mo		11 Do		11 Sa		11 Di	BT	11	
12 Mo		12 Di	BT	12 Fr		12 So	Muttertag	12 Mi	OT	12	
13 Di	Faschingsdienstag	13 Mi	OT   VT: Canva	13 Sa		13 Mo		13 Do	IV: Beikost	13	
14 Mi		14 Do		14 So		14 Di	BT	14 Fr	ZT Feuerwehr	14	
15 Do		15 Fr		15 Mo	Säuglingspflege	15 Mi	OT   KF	15 Sa		15	
16 Fr		16 Sa		16 Di	BT   Wald	16 Do	Wald   Stillen	16 So		16	
17 Sa		17 So		17 Mi	OT	17 Fr	ZT Imkerei	17 Mo	Säuglingspflege	17	
18 So		18 Mo		18 Do		18 Sa		18 Di	BT	18	
19 Mo		19 Di	Josefitag	19 Fr		19 So	Pfingstsonntag	19 Mi	OT	19	
20 Di	BT	20 Mi	OT	20 Sa		20 Mo	Pfingstmontag	20 Do	VT: Mut	20	
21 Mi	OT	21 Do	IV: Beikost	21 So		21 Di	BT	21 Fr		21	
22 Do	EB	22 Fr		22 Mo		22 Mi	OT   Kräuterwandern	22 Sa		22	
23 Fr		23 Sa	Palmlatten binden	23 Di	BT	23 Do	EB   Wald	23 So		23	
24 Sa		24 So	Osterferien	24 Mi	OT   KF   VT: Sinne	24 Fr		24 Mo		24	
25 So		25 Mo		25 Do	EB	25 Sa		25 Di	BT	25	
26 Mo		26 Di		26 Fr	ZT Bauernhof	26 So		26 Mi	OT   KF	26	
27 Di	BT	27 Mi		27 Sa		27 Mo		27 Do	EB	27	
28 Mi	OT	28 Do	EB	28 So		28 Di	BT	28 Fr		28	
29 Do		29 Fr		29 Mo		29 Mi	OT   Kräuter-Kids	29 Sa	Peter & Paul	29	
		30 Sa		30 Di	BT	30 Do	Fronleichnam	30 So		30	
		31 So	Ostersonntag			31 Fr				31	

