

Programm 2024/25

1. Semester * September 2024 bis Februar 2025



ekiz-silz.info

AB SOFORT ALLE KURSE ONLINE BUCHEN



Gut zu wissen

 **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:** Bitte um Überweisung laut Rechnungslegung nach Online-Anmeldung unter Angabe des Verwendungszwecks.

Bank-Konto

IBAN: AT37 3631 6000 0042 5686

BIC: RZTIAT22316 Raika Silz

 Markierte Kurse bitte vor Ort bezahlen.

 **Anmeldung erforderlich:**
online unter ekiz-silz.info

Kontakt

EKIZ Silz, Schulstraße 4, 6424 Silz

Telefon +43 664 54 355 77

hallo@ekiz-silz.info, ekiz-silz.info

Einladung

JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG

des Eltern-Kind-Zentrums Silz

Fr, **06.09.24**, 19.30 Uhr, AIDA's Sportcafé

Alle sind herzlich eingeladen!



Hallo aus dem EKIZ Silz!

Pünktlich zum Schulstart starten wir wieder unser umfangreiches Programm für Kinder und Familien. Wie jedes Jahr haben wir ein buntes Angebot an Aktivitäten und Kursen zusammengestellt, das sowohl Altbewährtes als auch spannende Neuerungen umfasst.

Digitale Anmeldung - einfacher und bequemer

In diesem Jahr setzen wir auf Digitalisierung! Das gesamte Programm ist einerseits wieder in einer gedruckten Version verfügbar, aber diesmal auch vollständig digital unter ekiz-silz.info abgebildet. Ab sofort erfolgt die Anmeldung für die Aktivitäten und Kurse ganz bequem online unter ekiz-silz.info. Diese Neuerung erleichtert nicht nur die Anmeldung, sondern bringt auch für uns als ehrenamtliche Organisation eine große Entlastung in der Verwaltung des umfangreichen Kursangebots.

Das EKIZ-Team freut sich auf einen ereignisreichen Herbst mit vielen schönen Momenten und Begegnungen.





Sandra Leitner

NEU
ab Oktober:
Nachmittags-
Treffpunkt



Verena Larcher



Offene Treffpunkte

für Kinder von 0 bis 5 Jahren mit Begleitperson

Die Eltern-Kind-Treffs sind ein Ort der Begegnung und des Austausches für Eltern und Kinder und sind ohne Anmeldung frei zugänglich.

Gemeinsam wird gespielt, gesungen, gemalt und bei schönem Wetter auch gemeinsam im Pfarrgarten getollt.

Beim Vormittags-Treffpunkt gibt eine gesunde Jause und Kaffee für die Erwachsenen.

Beim Nachmittags-Treffpunkt bitte eigene Jause mitbringen!

🛒 Ohne Anmeldung | 📍 Jugendheim Silz | ☕ bar

Vormittags-Treffpunkt: Leitung: Sandra Leitner
Jeden Mittwoch ab 18.09.24 außer Ferien + Feiertage, **Uhrzeit:** 09.00-11.30 Uhr
Kosten für Jause: € 2,-/Mitgliedspreis kostenlos

Nachmittags-Treffpunkt: Leitung: Verena Larcher
Jeden Montag ab 07.10.24 außer Ferien + Feiertage, **Uhrzeit:** 14.30-16.30 Uhr
kostenlos

BABY-TREFF 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!

🛒 Ohne Anmeldung | 📍 Jugendheim Silz | ☕ bar

Leitung: Verena Kocher, DGKP,
Still- und Laktationsberaterin IBCLC
Termin: Jeden Di ab 17.09.24, 09.00-11.00 Uhr,
außer Ferien + Feiertage
Kosten: pro Einheit € 5,-
5er-Block € 25,-/Mitgliedspreis € 20,-
„Unlimited“ € 45,-/Mitgliedspreis € 40,-



SILZER SPORTTAG '24

mit allen Zweigvereinen
und Sektionen des SV Silz

Ein Sportfest für die ganze Familie

Sa, 28.9.24
ab 13.00 Uhr
am Sportplatz
im Pirchet



Ausweichtermin bei
Schlechtwetter: **5.10.24**

13-16 Uhr: Stationsbetrieb inkl.
Überraschungs-Stationen
EKIZ-Station für die Kleinsten

ca. 16 Uhr: Preisverleihung „Tirol radelt“

bis 18 Uhr: Musikalischer Ausklang

MITMACHEN LOHNT SICH:

Die Gemeinde
Silz spendet pro
Teilnehmer
an das Rote
Kreuz!

Für die Station vom Biketeam bitte
die eigenen Fahrräder mitbringen!



PETER PAN



LANDES JUGEND THEATER

EKIZ Silz
Mitglieder
Event

Gemeinsame Fahrt
zum Landesjugendtheater

Musical "Peter Pan" für Kinder ab 4 Jahren

So, 10.11.24, Treffpunkt Parkplatz Mittelschule Silz
Abfahrt 14.00 Uhr (Aufführung 15.00–16.30 Uhr mit Pause)

Kinder und Eltern erleben den liebevoll und schwungvoll inszenierten Klassiker "Peter Pan" auf der Bühne des Landesjugendtheaters Innsbruck. Das Stück nach dem Kinderbuch von James M. Barrie entführt euch in eine fabelhafte Welt von elfenhaften Wesen, furchterregenden Piraten und einem gefährlichen Krokodil.

Kosten: Tickets € 15,- pro Nase | Die Kosten für den Bus werden vom EKIZ Silz übernommen. Das EKIZ-Team begleitet gerne eure Kids.

Anmeldung erforderlich unter ekiz-silz.info, Infos bei Claudia, 0664 75048968.

Achtung!
Begrenzte
Teilnehmer-
zahl!



Fotos: Heinz Hanuschka

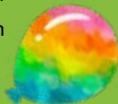
HURRA! Der Kasperl kommt!

Kasperltheater „LeLui“

Sa, **02.11.24,**

Zwei Vorstellungen mit Beginn um

15.00 und 16.00 Uhr,
Jugendheim Silz



Ohne Anmeldung. Eintritt freiwillige Spenden!

„Kraut und Ruibn“

HERBERT & MIMI

Freitag, **17.01.25**
15.00 Uhr, Jugendheim Silz

Achtung!
Begrenzte
Tickets!

Ein Sammelsurium aus bewährten alten und schönen neuen Clown-Nummern.
Für Menschen ab 3 Jahren, Dauer: ca. 50 Minuten

Bei Herbert und Mimi ist großer Putztag angesagt. Von oben bis unten und von hinten bis vorne soll alles blitzblank sauber sein! Also, rauf in den Dachboden und Action!

Aber die beiden haben nicht damit gerechnet, dass sie beim Saubermachen auf alte und neue „Geister“ stoßen, mit denen sie sich dann rumschlagen müssen. Was liegen bleibt ist der Plan vom sauber machen! Na, macht nichts. Morgen ist ein neuer Tag ...

Kosten: € 5,- pro Nase, Anmeldung erforderlich unter ekiz-silz.info

Mit freundlicher Unterstützung des Kulturausschusses der Gemeinde Silz



Spielend ins Reich der Musik

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

In der Gruppe machen wir viele verschiedene, gemeinsame, musikalische Erfahrungen. Beim Singen, Bewegen, Explorieren und Musizieren steht sowohl die individuelle Entwicklung der Kinder als auch die Beziehung Kind und Bezugsperson im Vordergrund.

Mit Anmeldung | Jugendheim Silz | → EKIZ

Leitung: Musikpädagogin Christian Nagele, 6 Einheiten
Kurs 1 ab Mo, 07.10.24 | **Kurs 2** ab Mo, 09.12.24
Uhrzeit: 10.00–11.00 Uhr
Kosten pro Kurs € 48,-/Mitgliedspreis € 42,-

Die Musikwerkstatt

für Kinder von 4 bis 6 Jahren

Durch Inhalte der Methode GANZ in der Musik® und der elementaren Musikpädagogik erwerben und trainieren die Kinder mit Freude wichtige musikalische Fertigkeiten wie Pulsgefühl, Inneres Hören und einfache Rhythmusprache.



Mit Anm. | Jugendheim | → EKIZ

Leitung: Musikpädagogin Christian Nagele
14 Einheiten, ab Mo, 07.10.24
Uhrzeit: 15.00–16.00 Uhr
Kosten € 112,-/Mitgliedspreis € 98,-

Kreatives Musiktheater



für Kinder von 8 bis 14 Jahren

Wir erarbeiten in der Gruppe ein kleines Musiktheaterstück, das wir im Rahmen der Adventfensteraktion aufführen werden. Im Zentrum des Kurses steht die Freude am gemeinsamen Theaterspielen, Kreativsein, Bewegen und Musikmachen.

Mit Anm. | Jugendheim | → EKIZ

Leitung: Musikpädagogin Christian Nagele
10 Einheiten, ab Mo, 07.10.24
Uhrzeit: 17.00–18.00 Uhr
Kosten € 80,-/Mitgliedspreis € 70,-



English playgroup

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.

 Mit Anmeldung |  Jugendheim Silz |  → EKIZ

Leitung: Native Speaker Nara DEA
Termine ab Oktober 2024



NEU!

Let's go! English with Veronique

für Volksschulkinder

In diesem interaktiven Englischkurs entdecken wir gemeinsam die englische Sprache – ganz spielerisch und mit jeder Menge Spaß. Unter der Anleitung von Veronique Santeler, einer erfahrenen Native Speakerin, werden die Kinder in eine bunte Welt voller Spiele, Geschichten und Lieder entführt. Sie lernen, sich in einfachen englischen Sätzen auszudrücken, erweitern ihren Wortschatz und entwickeln ein Gefühl für die englische Sprache. Let's go!

 Mit Anmeldung |  Jugendheim Silz |  → EKIZ

Leitung: Native Speaker Veronique Santeler
10 Einheiten, 60 Minuten, ab Mi, 06.11.24
Uhrzeit: 14.30–15.30 Uhr
Kosten € 80,- /Mitgliedspreis € 70,-



Durch das Jahr Advent

Christbaumweg

Wir laden alle Familien wieder herzlich ein, ab dem 1. Adventsonntag im Silzer Pirchet den Christbaumweg zu gestalten und zu besuchen.

Bitte kein Lametta!

Tipp:

Bitte beachtet auch unseren Advent-Folder, der Ende November erscheinen wird.



Fototermin für persönliche Weihnachtskarten

mit Bernhard Stelzl Photography

In ungezwungener Atmosphäre fotografiert euch ein professioneller Fotograf für eure Weihnachtsgrüße mit eurem eigenen Familien- oder Kinderfoto.

Wir bitten um Verständnis, dass wir diesen Programmpunkt aufgrund der großen Nachfrage ausschließlich für EKIZ-Mitgliedsfamilien anbieten.

EKIZ Silz
Mitglieder
Event



🛒 Mit Anmeldung | 📍 Jugendheim Silz | 📧 → EKIZ

Leitung: Bernhard Stelzl Photography
Termin: Fr, 15.11.24, ab 13.30 Uhr
Kosten: € 30,-/Familie
(Versand der digitalen Bilder per Mail)

Adventkranz binden

Gemeinsam gestalten wir mit verschiedenen Naturmaterialien unseren Adventkranz.

Bitte gewünschte Deko (Kerzen, Bänder, alternative Naturmaterialien ...) und Werkzeug (Baumschere, ev. Heißklebe-Pistole) selber mitbringen.



🛒 Mit Anm. | 📍 Mittelschule | 📧 → EKIZ

Leitung: Melanie Randolf
Termin: Mi, 27.11.24, 15.00 Uhr
Kosten: € 20,- inkl. Strohrömer ø 30 cm
Ort: Werkraum Mittelschule Silz



Thomasradln backen

für Kinder von 2 bis 6 Jahren
mit Begleitperson

Kneten, formen, backen.

Julie Hanni bäckt mit den kleinen
HelferInnen schon traditionell
Thomasradln – selbstgemacht schmecken
sie einfach noch besser!

Achtung!
Begrenzte
Teilnehmer-
zahl!



Dorfwichteln

Heuer wird wieder gewichtelt!

ALLE Silzer:innen sind herzlich eingeladen,
beim Silzer Dorfwichteln mitzumachen!
Eine neue Art der Begegnung und Verbin-
dung über alle Generationen hinweg.

Alle Infos kommen per Postwurf zeitgerecht
im November an alle Silzer Haushalte.

Anmeldungen sind auch unter ekiz-silz.info
möglich.

Silzer Adventfenster

Das EKIZ organisiert seit vielen Jahren
die Silzer Adventfenster.

Auch heuer möchten wir die zur Tradition
gewordenen „Fensterlen“ wieder öffnen.
Ihr möchtet als Familie, Verein,
Nachbarschaft (alle Konstellationen
willkommen) ein Fenster gestalten?

Unverbindliche Infos bei Claudia Hirn-
Gratl, 0664 75048968.

Mit Anm. | Silzer Mühle | EKIZ

Termin: Mi, 04.12.24, 14.00 Uhr
Kosten: € 5,- pro Kind

Wieder
erhältlich!



Der praktische DIN-A3-Familien-
kalender 2025 mit 6 Spalten
und lustigen Motiven!
Erhältlich beim JS' Gschäftle.
Achtung: Limitierte Auflage!

Advent





Eltern-Kind-Turnen

Eltern-Kind-Gruppe 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.

 Mit Anmeldung |  Turnsaal, MS Silz |  → EKIZ

Leitung: Nicole Neurauder BEd + Tanja Kutmon

10 Einheiten, ab Mi, 02.10.24

Uhrzeit: 14.30–15.30 Uhr

Kosten € 80,-/Mitgliedspreis € 70,-



Kinderturnen

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.

 Mit Anmeldung |  Turnsaal, MS Silz |  → EKIZ

Leitung: Lisa Randolph BEd

Termine ab Oktober 2024

Gruppe 1: 4–5 Jahre

Gruppe 2: 6–8 Jahre



Let's dance!

BELLY
DANCE

LINE-
DANCE

ZUMBA
kids

Hey Kids und Teens!

Habt ihr Lust, die Tanzfläche zum Beben zu bringen und neue coole Moves zu lernen? Dann seid ihr bei uns genau richtig! Egal, ob ihr schon ein bisschen Tanzerfahrung habt oder einfach nur neugierig seid – bei unseren Tanzkursen ist für jede*n was dabei.

Im Herbst/Winter starten unsere angesagten Tanzkurse und Workshops und wir haben richtig coole Sachen für euch geplant:

Freut euch auf energiegeladenes Zumba mit Doris, exotischen orientalischen Tanz mit Mercedesz oder coole Linedance-Moves!

Mehr Infos folgen bald! Bis dahin: Haltet eure Tanzschuhe bereit und seid gespannt – es wird fantastisch!



ZUMBA® Kids

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. Beim 10. Mal gibt's eine kleine Aufführung für die Mamas.

🛒 Mit Anmeldung | 📍 Turnsaal, MS Silz | 📄 → EKIZ

Leitung: ZIN Doris Nawratil, Groupfitness-Trainerin, Zumbainstruktorin
10 Einheiten, ab Di, 05.11.24

Uhrzeit: 15.30–16.30 Uhr

Kosten € 80,- /Mitgliedspreis € 70,-



Hula Hoop

Fitness für Anfänger zu cooler Musik

Du möchtest Ausdauer, Koordination, Beckenboden, Beweglichkeit, Körperhaltung, Bindegewebe und dein Körpergefühl verbessern und dabei auch noch Spaß haben? Dann bist du bei diesem Ganzkörpertraining für Arme, Beine, Rücken und Bauch genau richtig! Wir starten mit der grundlegenden Technik und steigern uns zu einem Mix aus Kräftigungsübungen und Fitness-Choreografien. Mitzubringen: Sportbekleidung, Trinkflasche. Reifen sind vorhanden!

🛒 Mit Anmeldung | 📍 Turnsaal, MS Silz | 📄 → EKIZ

Leitung: Mag. Verena Hofer, zert. HoopDance-Trainerin
8 Einheiten, ab Di, 01.10.24

Uhrzeit: 18.30–19.30 Uhr

Kosten € 60,-/Mitgliedspreis € 50,-



Passend
dazu:
kostenloser
Vortrag auf
Seite 19!

Mindful Mama Morgen Achtsam & gelassen in den Tag

Der Mindful Mama Morgen ist deine Auszeit vom Mama-Alltag

Neben kurzen theoretischen Inputs zu den Themen Achtsamkeit, Selbstmitgefühl und Selbstfürsorge stehen entspannende Meditationen, Selbsterfahrungs- und Achtsamkeitsübungen im Mittelpunkt dieses Kurses. Damit du zukünftig trotz der täglichen Herausforderungen als Mama innerlich gestärkt, gelassen und gut gewappnet für stressige Situationen durch den Tag gehen kannst.

Weitere Infos zu Natalie: einfachmamasein.com

🛒 Mit Anmeldung | 📍 Jugendheim Silz | 📄 → EKIZ

Leitung: Mag. Natalie Föger, zertifizierte Achtsamkeitstrainerin
6 Einheiten, ab Di, 15.10.24, **Uhrzeit:** 09.00–10.00 Uhr

Kosten: € 60,-/Mitgliedspreis € 50,-

inkl. Audiodateien für zuhause

einfach.mama.sein



Kinderyoga

für Kinder von 4 bis 8 Jahren in 2 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

🛒 Mit Anmeldung | 📍 Turnsaal, MS Silz | 📄 → EKIZ

Leitung: Julia Plattner, Zertifizierte Yoga-Lehrerin
5 Einheiten, ab Di, 24.09.24

4-5 Jahre: 14.00-15.00 Uhr, 6-8 Jahre: 15.00-16.00 Uhr

Kosten € 55,- /Mitgliedspreis € 45,-



Klangvolle Nachmittage

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.

🛒 Mit Anmeldung | 📍 Jugendheim Silz | 📄 → EKIZ

Leitung: Dipl. Päd. Silvia Walder, Klangschalenpraktikerin
Termine im Jänner 2025



NEU!



Achtung!
Begrenzte
Teilnehmer-
zahl!

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.

Auf den Spuren der Silzer Sagen

Wald-Abenteuer-Nachmittag für Kinder von 4 bis 7 Jahren

Taucht ein in die Welt des Waldes und erlebt einen Nachmittag voller Abenteuer und Geschichten! Mit eurem Papa/einem männlichen Begleiter begeben ihr euch auf eine Sagenwanderung vom Silzer Wasserfall über den mystischen „Poppeledruck“ bis zum „Kochlig“. Unterwegs lauschen wir alten Wolfsgeschichten, und entdecken dabei die Geheimnisse der Natur, die sich in jedem Baum und jedem Pfad verstecken. Zurück am Wasserfall lassen wir das Abenteuer mit Spiel und Spaß ausklingen.

🛒 Mit Anmeldung | 📍 Silzer Eilet | 📄 → EKIZ

Kleine Füchse: Do, 16.01.25 | **Waldbaumläufer:** Do, 23.01.25
Leitung: Waldpädagogin Lisa Brugger, **Uhrzeit:** je 14.30–17.00 Uhr

Waldentdecker: Mi, 25.09.24 | **Spurensucher:** Mi, 02.10.24,
Leitung: Alexandra Heinz + Pamela Neurauder, **Uhrzeit:** je 15.00–17.30 Uhr

Kosten pro Termin € 14,-/Mitgliedspreis € 12,-

🛒 Mit Anmeldung | 📍 Silzer Wasserfall | 📄 → EKIZ

Leitung: Michael Decristoforo
Termin: Fr, 20.09.24
Uhrzeit: 15.30–17.00 Uhr
Kosten € 10,- pro Familie

Mitzubringen: Jause, Trinkflaschen und gutes Schuhwerk bzw. geeignete Kleidung für ein Waldabenteuer



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 für Kinder von 6 bis 10 Jahren

Mi, **16.10.24** Fingerspitzenmalerei

Mi, **06.11.24** Sternenreich

Mi, **11.12.24** Emaille-Werkstatt

Mi, **22.01.25** Liebe & Glück

Infos zu den einzelnen Workshops online.



NAWL wär's?

Workshop für Kinder von 5 bis 8 Jahren
mit oder ohne Begleitperson

Die Welt der Naturwissenschaften ist faszinierend und überraschend zugleich. Kinder sollten die Chance haben diese Wissenschaften kennenzulernen, allerdings nicht durch trockene Formeln und Gleichungen, sondern durch spannende Experimente einfach erklärt.

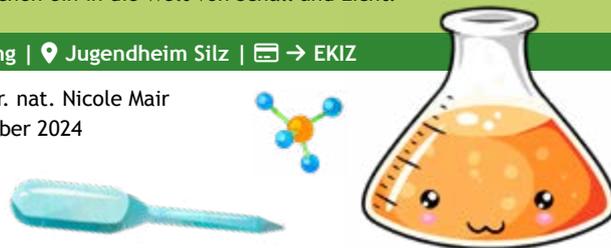
Freut euch auf spannende Nachmittage voller Experimente aus den Bereichen Chemie, Biologie und Physik. Gemeinsam lassen wir es krachen, überschäumen, explodieren, sehen uns das Leben durch ein Mikroskop an, lassen Samen wachsen und tauchen ein in die Welt von Schall und Licht.

🛒 Mit Anmeldung | 📍 Jugendheim Silz | 📧 → EKIZ

Leitung: Sandra Mair
weitere Infos zu Sandra: farbenreich.co.at
Termine einzeln buchbar
Uhrzeit jeweils 14.30–16.30 Uhr
Kosten pro Termin € 17,- inkl. Material

🛒 Mit Anmeldung | 📍 Jugendheim Silz | 📧 → EKIZ

Leitung: Mag. rer. nat. Nicole Mair
Termine ab Oktober 2024





mit Verena Kocher, DGKP, Still- und Laktationsberaterin IBCLC
Telefon 0699 17228433

Babymassage

ideal für Babys ab ca. 6 Wochen bis 5 Monate

In angenehmer Atmosphäre in kleinen Gruppen lernt ihr eure Babys mit einer wohltuenden ganzheitlichen Massage zu verwöhnen.

Die liebevollen Berührungen wirken beruhigend und fördern die Bindung zu eurem kleinen Schatz. Regelmäßiges Massieren beugt Koliken vor und regt den Stoffwechsel an.



Säuglings-Pflegekurs

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!



🛒 Mit Anmeldung | 📍 Jugendheim Silz | 📄 → EKIZ

🛒 Mit Anmeldung | 📍 Jugendheim Silz | 📄 → EKIZ

Leitung: Verena Kocher, DGKP, Still- und Laktationsberaterin IBCLC
2 Kurse, jeweils 4 Einheiten
Kurs 1 ab Do, 03.10.24 | **Kurs 2** ab Do, 09.01.25
Uhrzeit: 09.00–10.15 Uhr, **Ort:** Jugendheim Silz
Kosten € 60,-/Mitgliedspreis € 50,-

NEU!
Tragetuch- und
Stillkissenverleih
ab sofort bei
Verena

Leitung: Verena Kocher DGKP, Still- und Laktationsberaterin IBCLC
Termin: Mo, 07.10.24 | Mo, 13.01.25
Uhrzeit: 19.00–21.00 Uhr
Ort: Jugendheim Silz
Kosten pro Kurs € 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!



🛒 Mit Anm. | 📍 Jugendheim Silz | 📄 → EKIZ

Leitung: Barbara Oberwalder, DGKS, Stillberaterin
Ort: Jugendheim Silz
Termine: Fr, 04.10.24 | Fr, 06.12.24 | Do, 06.02.25
Uhrzeit: 09.30 Uhr
Kosten pro Einheit € 12,-

🛒 Mit Anm. | 📍 Jugendheim | 📄 → EKIZ

Leitung: Barbara Oberwalder, DGKS, Stillberaterin
Ort: Jugendheim Silz
Termin: Do, 14.11.24 | Do, 16.01.25
Uhrzeit: 18.30 Uhr
Kosten pro Abend € 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.



Lernen begleiten

Ein bunter Werkzeugkasten für Daheim

In diesem Workshop erhältst du wertvolle Tipps und Tricks um deine Kinder im Volksschulalter beim Lernen und den Hausübungen daheim zu unterstützen. Theorie und Praxis werden verknüpft und du kannst lernen, wie du eine förderliche Lernumgebung schaffst, die Motivation deiner Kinder steigerst und erfolgreiches Lernen begleitest. Gefüllt mit tollen Ideen, Impulsen und Materialien ist dein Werkzeugkoffer ohne viel Aufwand sofort im Alltag einsetzbar. Zielgruppe: Eltern von Kindern im Volksschulalter

🛒 Mit Anmeldung | 📍 Jugendheim Silz | 📄 → EKIZ

Leitung: Maria Schöpf, Logopädin, Kinderkrippenpädagogin, Lern- und Gedächtniscoachin
Termin: Sa, 21.09.24, **Uhrzeit:** 09.00 Uhr bis ca. 12.00 Uhr
Kosten € 30,-/Mitgliedspreis € 20,- inkl. Material und Snacks



Die 7 Sicherheiten, die Kinder brauchen

**Kostenloser Vortrag mit Tipps und Wissenswertem
aus der Evolutionspädagogik®**

Sicherheit zu erfahren und zu schenken sind Grundbedürfnisse des Menschen und Voraussetzungen einer gesunden Bindungsfähigkeit und einer optimalen Entwicklung. Als Eltern sind wir bemüht, unsere Kinder bestmöglich in ihrem Aufwachsen zu begleiten. In diesem Vortrag erfährst du, wie die Evolutionspädagogik® an diese Themen herangeht.

🛒 Mit Anmeldung | 📍 Jugendheim Silz | 📄 kostenloser Vortrag

Leitung: Dipl.-Päd. Katja Reisenbauer, Mittelschullehrerin und Evolutionspädagogin
Termin: Mi, 20.11.24
Uhrzeit: 19.30 Uhr



Passend dazu:
Mindful Mama
Workshop auf
Seite 12



Achtsam & gelassen im Mama-Alltag

Müde vom Mama-Alltag? Genervt vom eigenen Schimpfen? Gestresst vom Familien-Chaos? Das Leben mit Kindern ist selbst unter optimalen Bedingungen stressbelastet und als Mama stehst du tagtäglich vor neuen Herausforderungen. Die eigenen Bedürfnisse rücken dabei oft weit in den Hintergrund.

- Was ist Achtsamkeit und wozu brauchen wir sie?
- Wie laufen Stressreaktionen im Gehirn ab?
- Wie kann ich achtsamer werden und gelassener reagieren?

🛒 Mit Anmeldung | 📍 Jugendheim Silz | kostenloser Vortragsabend

Leitung: Mag. Natalie Föger, zertifizierte Achtsamkeitstrainerin
Termin: Do, 03.10.24, Uhrzeit: 19.30 Uhr

einfach.mama.sein

fit for family
ELTERNBILDUNG

Elternbildung



Adamgasse 4/4.St
6020 Innsbruck

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



neuer Termin!

Von der Hilflosigkeit zur Selbstwirksamkeit in herausfordernden Zeiten



Jugendliche verstehen, begleiten, unterstützen

Junge Menschen haben wichtige Entwicklungsaufgaben zu bewältigen. Sie durchlaufen vielfach unsichtbare Phasen der Gehirnentwicklung, die mit dem Schulabschluss noch nicht beendet sind. In engem Zusammenhang damit steht die Entwicklung des Selbst, das Entdecken von Selbstwirksamkeit, Selbstvertrauen und Selbstwert. Aufgrund der psychosozialen Belastungen in den vergangenen Jahren war eine gesunde Entwicklung manch junger Menschen nur erschwert

möglich. Laut Univ.-Prof. Dr. Christoph Pieh von der Donau Uni Krems hat sich die Anzahl der Jugendlichen mit depressiver Symptomatik, Angstsymptomen, Essstörungen, selbstverletzendem Verhalten und Schlafstörungen in den vergangenen drei Jahren deutlich erhöht – Herausforderungen mit denen viele Eltern konfrontiert sind. Welchen Beitrag können wir als Eltern leisten? Wie können wir unsere Kinder/Jugendlichen bestmöglich begleiten und unterstützen?



🛒 Mit Anmeldung | 📍 Jugendheim Silz | kostenloser Vortragsabend

Leitung: Mag.^a Marion Gasser, Vorstand des Tiroler Landesverbandes für Psychotherapie, Systemische Psychotherapeutin, Weiterbildung in Säuglings-, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie, Klinische und Gesundheitspsychologin

Termin: Do, 24.10.24 | **Uhrzeit:** 18.30 Uhr





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

**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 Babysitter-Börse 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** 

Raiffeisenbank
Silz-Haiming und Umgebung 

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:** Kautio € 50,- und € 3,- Wochengebühr.
Kontakt: Verena Kocher, DGKP, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, 0699 17228433
- **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, e-Mail: hallo@ekiz-silz.info. Änderungen vorbehalten.

GRAFIK: Grafikpanda.at

FOTOS: AdobeStock, EKIZ Silz, Foto Mario, Heinz Hanuschka, iStock, Pexels (Ksenia Chernaya, Yan Krukau), Pixabay, Unsplash (Chris Anderson, Katie Gerrard 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 Mitgliedspreis 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



Stand Jänner 2024

Team

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 widerrufen.

Wir freuen uns auch 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!

Mitgliedschaft / Datenschutzhinweis

September

Oktober

November

Dezember

Jänner

Februar

1 So		1 Di	BT	1 Fr		1 So	Start Christbaumweg	1		1 Sa		
2 Mo		2 Mi	OT	2 Sa	Kasperltheater	2 Mo	OT	2		2 So		
3 Di		3 Do	VT Achtsamkeit	3 So		3 Di	BT	3		3 Mo	OT	
4 Mi		4 Fr	IV Beikost	4 Mo	OT	4 Mi	OT Thomasradln	4		4 Di	BT	
5 Do		5 Sa		5 Di	BT	5 Do		5		5 Mi	OT	
6 Fr	Jahreshauptvers.	6 So		6 Mi	OT KF	6 Fr	IV Beikost	6		6 Do	IV Beikost	
7 Sa		7 Mo	OT Säuglingspflege	7 Do		7 Sa		7	Di	BT	7 Fr	
8 So		8 Di	BT	8 Fr		8 So	Anmeldebschluss Wichteln	8	Mi	OT	8 Sa	
9 Mo		9 Mi	OT	9 Sa		9 Mo	OT	9	Do		9	Abkürzungen: BT Babytreff EB Eltern Beratung IV Infvormittag KF Kreatives Farbenreich OT Offener Treffpunkt VT Vortrag WS Workshop Für eine bessere Übersicht wurden die Blockkurse nicht im Kalender aufgelistet.
10 Di		10 Do		10 So	Peter Pan	10 Di	BT	10	Fr		10	
11 Mi		11 Fr		11 Mo	OT	11 Mi	OT KF	11	Sa		11	
12 Do		12 Sa		12 Di	BT	12 Do		12	So		12	
13 Fr		13 So		13 Mi	OT	13 Fr		13	Mo	OT Säuglingspflege	13	
14 Sa		14 Mo	OT	14 Do	Stillen	14 Sa		14	Di	BT	14	
15 So		15 Di	BT	15 Fr	Fototermin	15 So	Start Wichteln	15	Mi	OT	15	
16 Mo		16 Mi	OT KF	16 Sa		16 Mo	OT	16	Do	Stillen	16	
17 Di	BT	17 Do		17 So		17 Di	BT	17	Fr	Herbert & Mimi	17	
18 Mi	OT	18 Fr		18 Mo	OT	18 Mi	OT	18	Sa		18	
19 Do		19 Sa		19 Di	BT	19 Do		19	So		19	
20 Fr	Sagenwanderung	20 So		20 Mi	OT VT Evo-Päd.	20 Fr		20	Mo	OT	20	
21 Sa	WS Lernen	21 Mo	OT	21 Do		21 Sa		21	Di	BT	21	
22 So		22 Di	BT	22 Fr		22 So		22	Mi	OT KF	22	
23 Mo		23 Mi	OT	23 Sa		23 Mo	OT	23	Do	EB	23	
24 Di	BT	24 Do	EB VT Psychologie	24 So		24 Di		24	Fr		24	
25 Mi	OT	25 Fr		25 Mo	OT	25 Mi		25	Sa		25	
26 Do	EB	26 Sa		26 Di	BT	26 Do	EB	26	So		26	
27 Fr		27 So		27 Mi	OT Kranzbinden	27 Fr		27	Mo	OT	27	
28 Sa	Silzer Sporttag	28 Mo		28 Do	EB	28 Sa		28	Di	BT	28	
29 So		29 Di		29 Fr		29 So		29	Mi	OT		
30 Mo		30 Mi		30 Sa		30 Mo		30	Do			
		31 Do				31 Di		31	Fr			

