

Liebe Freundinnen und Freunde des Eltern Kind Zentrums Baden!

Hurra! Der Frühling ist endlich da und mit ihm die
Osterferien!

Von Mo, 29.März bis Di, 6.April 2010 ist das Kids & Co daher
geschlossen.

Ab Mi, 7.April sind wir wieder für Sie da
und
starten wieder mit einigen interessanten Workshops für Kinder
und/oder Erwachsene!

Anmeldungen sind telefonisch unter 0650/ 25 25 115
(Mo und Mi von 15:00- 18:00 Uhr und Fr von 15:00 - 17:00 Uhr)
und jederzeit per Email möglich!

Und für alle, die bereits Urlaubspläne für den Sommer machen
finden Sie im Anhang
ein Angebot speziell für Väter und ihre Kinder:

Papa und Ich! Vater-Kind-Wochenende des NÖ Familienbundes

Wir wünschen Ihnen viel Vergnügen beim
Durchlesen unseres Newsletter!

Ein umfassender **Geburtsvorbereitungskurs** mit kompetenter Beratung
beginnt wieder im April im Kids&Co:

Folgende Themen werden behandelt: Ernährung, Entspannungs-, Atemübungen und
Bewegungen zur Geburtserleichterung; Übungen und Positionen während der Wehen,
Geburt, Pressen, Stillen, Umgang mit Schmerzen bei der Geburt, Wochenbett,
Babypflege und Ätherische Öle...**Einstieg jederzeit möglich!**

Termin: jeden Mittwoch **ab 07.04.- 23.06.2010**, 18:05 - 19:05 Uhr

Leitung: je nach Thema: Elisabeth Reitner (Hebamme, IBCLC Stillberaterin), Edith
Böhm (Dipl. Kranken- u. Säuglingsschwester), Katharina Schlerka (Dipl.
Ernährungstrainerin)

Kosten: € 81,-/ 76,50 * - für den ganzen Kurs (= 9 Einheiten); € 10,-/€ 9,- * pro Abend
(*mit der Kids & Co Card)

Anmeldung: unter 0650/ 25 25 115 oder per Email:

kidsundco.baden@noe.familienbund.at

Yoga der Mitte startet auch am **07.04.**: Hier erfahren Sie, wie man durch **Meditation Entspannung, innere Balance und Energie** in den Alltag integrieren kann. Auch in der Schwangerschaft ideal um innere Ruhe und Gelassenheit für die Geburt zu erlernen!

Beginn: Mittwoch, **07.04.10**, 19:30 - 21:00 Uhr

Leitung: Bärbel Arestov (Yoga- und Meditationslehrerin, Mutter einer Tochter)

Kosten: Freie Spende

Anmeldung: unter 0650/ 25 25 115 oder per Email:

kidsundco.baden@noe.familienbund.at

Am **08.04.2010** beginnt wieder unser Rückbildungsgymnastik-Kurs: Effektive Übungen zur Stärkung des Beckenbodens, Rückens und der Bauchmuskulatur nach der Schwangerschaft finden unter dem Motto **Rückbildungsgymnastik – „die lebendige Mitte“** statt. Ein Beginn der Rückbildungsgymnastik ist schon ab der 6. Woche nach der Geburt möglich.

Termin: jeweils Donnerstag, 09:00 - 09:50 Uhr, 08.04., 15.04., 22.04., 06.05., 20.05.2010 (5 EH)

Kosten: € 53,-/€ 50,- * (*mit der Kids & Co Card)

Leitung: Claudia Oblasser M.A. (Hebamme im Landeskrankenhaus Thermenregion Baden sowie in der Freipraxis)

Anmeldung: unter 0650/ 25 25 115 oder per Email:

kidsundco.baden@noe.familienbund.at

Am Donnerstag, **08.04. und 22.04.2010** laden wir wieder zu unserem **Eltern-Kind-Café**: Von 0 - 100 Jahre!

Gemeinsames Singen und Spielen in der Gruppe, mit unterschiedlichen Materialien experimentieren, Erfahrungen austauschen, Eltern treffen Eltern - Kinder treffen Kinder ... dabei bei Tee und Kuchen einfach nur genießen!

Termine: Donnerstag, **08.04. und 22.04.2010**, 15:15 - 16:45 Uhr

Unkostenbeitrag: € 3

Offene Gruppe- ohne Anmeldung: Info unter 0650/ 25 25 115 oder per Email:

kidsundco.baden@noe.familienbund.at

Wir freuen uns über jede Altersgruppe!

Oma/Opa bitte kommen! Die Teilnahme an unserem **Pädagogikseminar** für Großeltern ermöglicht den Eltern die Kinderbetreuung durch die Großeltern von der Steuer abzusetzen! Dieser Kurs bietet Wissenswertes zu den wichtigsten Stationen der

kindlichen Entwicklung und typische Kinderthemen, wie zb Trotzen, Selbstständigkeit, Vorschulzeit...Und: wie können Großeltern mithelfen, das Selbstwertgefühl der Kinder zu stärken und so zu einer gesunden Entwicklung beitragen?

Dieser Kurs ist nicht nur für Großeltern sondern auch für andere Betreuungspersonen geeignet!

Termin: Freitag **09.04.10** und Samstag **10.04.10** jeweils 14:00-18:00 Uhr

Leitung: Ulrike Beschorner (dipl. Elterntrainerin, dipl. Erziehungsberaterin, Pädagogin, Waldpädagogin, Mutter)

Kosten: € 20,- / Tag

Anmeldung: ab sofort unter 0650/ 25 25 115 oder per Email:

kidsundco.baden@noe.familienbund.at

Kreativer Kindertanz-Workshop für Kinder von 4 - 7 Jahren

Kinder haben ein grundlegendes Bedürfnis sich zu bewegen. Durch Bewegung lernen sie sich selbst und ihre Umwelt kennen. Der Kreative Kindertanz fördert großzügiges, freudvolles und vielfältiges Entdecken neuer Bewegungsqualitäten, den Gleichgewichtssinn, die räumliche Wahrnehmung, das Ausdrücken von Emotionen, die Phantasie und Kreativität, soziale Kompetenzen - wie ein kreatives Miteinander und das Gefühl sich im eigenen Körper sicher und wohl zu fühlen. Neue Impulse werden mit allen Sinnen in der Bewegung aufgenommen, was dem kindlichen Lernen sehr entgegenkommt.

Termin: Samstag, **10.04.10**, **10:00-12:00 Uhr**

Thema: „Farben in Bewegung“ - Mit bunten Tüchern und anderen Bewegungsmaterialien wollen wir uns mit allen Sinnen auf den Frühling einstimmen - unterstützt von Klang- und Rhythmusmaterialien. Ein cooler Tanzvormittag!

Leitung: Patrizia Orlando, Integrative Tanzpädagogin, Montessoripädagogin

Preis: € 16,- / € 14,-* inkl. Materialkosten (*mit Kids&Co-Card)

Anmeldung: unter 0650/ 25 25 115 oder per Email:

kidsundco.baden@noe.familienbund.at

Anfang April lockt uns **Naturerlebnis mit allen Sinnen** (für Kinder ab 6 Jahren ohne Begleitung) hinaus in einen warmen, wunderschönen Frühlingstag! Diesmal werden wir uns am Sittendorfer Amphibienschutzprojekt aktiv beteiligen und Frösche und Kröten bei ihrer Wanderung zum Laichgewässer erforschen!

Termin: 10. und 11. April 2010 - früh um 8:00 Uhr (um diese Zeit sind die meisten Amphibien unterwegs)

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben! Dauer: ca. 2,5 Stunden

Preis: € 6,-

Anmeldung: unter 0650/ 25 25 115 oder per Email:

kidsundco.baden@noe.familienbund.at

Unser vierzehntägiger **Baby- und Krabbeltreff** findet im April jeden zweiten Dienstag statt und ist für **alle Mütter/Väter mit Kindern von 0 Monate bis 1 Jahr**

gedacht. Gemeinsame Fingerspiele, Reime und Lieder in der Gruppe, erste Kontakte mit Gleichaltrigen, Zeit fürs Ausatmen und zum Austausch. ☺
Hilfreiche und vertiefende Literatur zum Thema Kindererziehung und Mutter sein wird angeboten.

Neu: Einmal/Monat gibt es beim Babytreff die **Hebammensprechstunde** mit Tipps rund ums Baby von Hebamme Elisabeth Reitner!

Termine: Dienstag, **13.04.10**, 09:30 - 11:00 Uhr (**Babytreff**) und
Dienstag, **27.04.2010**, 09:30 - 11:00 Uhr (**Babytreff mit Hebammensprechstunde!**)

Leitung: Sylvia Schwarzenecker (Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester),
Elisabeth Reitner (Hebamme, IBCLC Stillberaterin)

Kosten: € 5,-/€ 4,50 * (*mit der Kids & Co Card)

Anmeldung: unter 0650/ 25 25 115 oder per Email:

kidsundco.baden@noe.familienbund.at

Das Leben neu genießen mit **Schüßler-Salzen** können **Sie und Ihre Kinder** am **17.04.2010:**

Schüßler Salze sind eine besondere Art von Mineralstoffen, die Ihr Körper optimal aufnehmen kann. Sie wurden 1870 von dem Mediziner Dr. Wilhelm Schüßler entwickelt. Schüßler Mineralstoffe stärken Ihr Wohlbefinden auf körperlicher Ebene und bieten Hilfe für Menschen und Tiere jeden Alters! Babys & Kinder, die gestillt werden, sind herzlich willkommen!

Seminar „Darf ich was Süßes?“ - Kinder und das Thema Essen

Häufig stoßen wir mit gesunder Ernährung bei unseren Kindern auf taube Ohren! Erfahren Sie Wissenswertes über Schüßler Salze und über die Hintergründe aus biochemischer Sicht! Mit Fragerunde.

Termin: Samstag, **17.04.10**, 09:30- 11:00 Uhr

Leitung: Claudia Weber, Zertif. Mineralstoffberaterin

Kosten: € 35,-/€ 30,- * (*mit der Kids & Co Card) inkl. Unterlagen

Anmeldung/Info: direkt bei Claudia Weber unter 0676|3761623 oder claudia.weber@mineralmental.net

Am **23.04.2010** gibt es einen interessanten Vortrag zum Thema: **Eltern werden - Partner bleiben:**

Kinder verändern das Leben und auch die Partnerschaft. Hier lernen Sie wie man durch Mediation den Grundstein für eine weiterhin glückliche Partnerschaft und Familie legen kann.

Termin: Freitag, **26.02.10**, 19:00 - 20:30 Uhr

Leitung: Dr. Elvira Hauska (eingetragene Mediatorin)

Kosten: freie Spende

Anmeldung: unter 0650/ 25 25 115 oder per Email:

kidsundco.baden@noe.familienbund.at

Am **24.04.2010** können Kinder ab 7 Jahren unseren **Kreativ-Workshop Nass-Filzen** besuchen:

Für alle Kinder, die gerne kreativ gestalten, basteln und neue Techniken ausprobieren möchten, gibt es an diesem Vormittag im Kids & Co die Möglichkeit die Technik des Nass-Filzens kennen zu lernen, Blüten, Bilder und Basteleien oder auch Schmuckperlen aus Wolle zu gestalten und Anregungen für eigene Filzideen mit nachhause zu nehmen! Bitte unbedingt eine Schürze mitnehmen, beim Nassfilzen können auch größere Kinder nass werden!

Termin: Samstag, **24.04.2010**, 10:00 - 12:00 Uhr

Teilnehmer: min. 4, max. 8 Kinder

Leitung: Elisabeth Jaskulski (Spielgruppenleiterin, Kunsthandwerkerin, Mutter von 4 Kindern)

Bitte Mitnehmen: gute Laune, Getränk und kleine Jause.

Preis: € 15,- / € 12,- * (*mit der Kids & Co Card), inkl. aller Materialien

Anmeldung: Unter 0650/ 25 25 115 oder per Email:

kidsundco.baden@noe.familienbund.at

Elternseminar: **Die Trotzphase - Wenn Kinder trotzen**

Ein Entwicklungsschritt oder erster Ausdruck von Erziehungsfehlern? Tipps zum Umgang mit trotzbenden Kindern.

Termin: Dienstag **20.04.10**, 19:00-20:30 Uhr

Leitung: Michaela Friedel (Elterntrainerin, Erziehungsberaterin, Mutter)

Kosten: € 12,- / € 10,-* (*mit der Kids&Co Card)

Anmeldung: ab sofort unter 0650/ 25 25 115 oder per Email:

kidsundco.baden@noe.familienbund.at

Veranstaltungen im Eltern-Beratungsstudio MIALAS:

Wie trägt man ein Baby? Beim **Tragekurs** am **22.04.2010** erfahren Sie alles über die Bedeutung des

Babytragens. Weiters bietet sich die Gelegenheit verschiedene Tragehilfen auszuprobieren und das Tragetuchbinden so lange zu üben, bis sich alle Teilnehmer mit der Tragehilfe wohl fühlen! Für alle, die an richtigem Babytragen interessiert sind - für Eltern mit Babys aber auch werdende Eltern, die sich vorab informieren möchten.

Termin: Donnerstag, 22.04.10, 09:00 - 11:00 Uhr

Leitung: Michaela Lehner (zertifizierte Beraterin „Die Trageschule ©“, Mutter von 2 Kindern)

KURSORT: NEU! Beratungsraum MIALAS **Josefsplatz 3/102**, 2500 Baden (siehe auch: www.trageberatung.at)

Kosten: € 20,-/€ 18,- * (*mit der Kids & Co Card) inkl. Kursunterlagen, kleinem Frühstück und Nachbetreuung!

Anmeldung: unter 0699/105 24 213 oder per Email: micha@mialas.com

Beim **Offenen Tragetreffen** ohne Anmeldung am **29.04.2010** können Sie bei einem kleinen Frühstück andere tragebegeisterte Eltern kennen lernen und sich austauschen...!

Termin: Donnerstag, 29.04.10, 09:00 - 11:00 Uhr

Leitung: Michaela Lehner (zertifizierte Beraterin „Die Trageschule ©“, Mutter von 2 Kindern)

KURSORT: NEU! Beratungsraum MIALAS **Josefsplatz 3/102**, 2500 Baden (siehe auch: www.trageberatung.at)

Kosten: FREIE SPENDE!

Ohne Anmeldung!

Infoabend zu Natural Parenting

mit Angela Cargnelli und Peter Paul King (Hypno- und Gestalttherapeut in USA)
Vortrag mit einfachen Übungen und Entspannungen.

KURSORT: „MIALAS“, 2500 Baden, Josefsplatz 3/102 (1. Stock, Lift)

Kosten: € 12,00/10,00* (*mit Kids & Co - Card)

Termin: 07.04.2010, 18:00 - 19:30 Uhr

Anmeldung: unter 0699/105 24 213 oder per Email: micha@mialas.com

Seminar zu Natural Parenting - Leben mit einem Neugeborenen

KURSORT: Raum Baden

Kosten: € 130,00/120,00* (*mit Kids & Co - Card)

Termin: 07.04.2010, 18:00 - 19:30 Uhr

Leitung: Angela Cargnelli

Anmeldung & Info: unter 0699/105 24 213 oder per Email: micha@mialas.com

Kangatraining

ist das ultimative Workout für Mamas + Babys. Das Spezielle daran ist, dass das Baby den Großteil der Zeit in seiner Tragehilfe (Tragetuch oder Babytrage) verbringt.

Termin: immer Dienstag, Eintreffen ab 09:00, Training 9:30 - 10:30 Uhr

KT 2: 20.04., 27.04., 04.05., 11.05., 18.05., 25.05., 01.06., 08.06.

Kursort: „Dance and Move“, 2353 Guntramsdorf, Kerngasse 1a

Kosten: € 15,00/12,00* pro Einheit bzw. € 95,00/90,00* 8er Block

Leitung: Michaela Lehner

Anmeldung: über www.kangatraining.at (-> Kursorte -> Michaela Lehner)

KangaOnWheel

Werden Sie fit mit dem Workout KangaOnWheel, während Ihr Baby oder Kleinkind im Kinderwagen die Unterhaltung genießt!

Termin: Montag, 12.04. - 28.06.2010, 15:00 - 16:00 Uhr

Kursort: Gutenbrunnerpark, Baden

Kosten: € 10,00/08,00* pro Einheit

Leitung: Michaela Lehner

Anmeldung: über www.kangatraining.at (-> Kursorte -> Michaela Lehner)

Und zum Abschluss noch einige Eindrücke aus unserem Kurs
„Babyzeichensprache“

Herzliche Grüße!

Das Team von **Kids & Co**

Eltern-Kind-Zentrum **Kids & Co Baden**

Johannesgasse 14

2500 Baden

T: 0650- 2525115

E: kidsundco.baden@noe.familienbund.at

<http://kidsundco.wordpress.com>

www.noefamilienbund.at