



Familiennetzwerk Ybbs

www.kunterbunt-ybbs.at

Ankommen - Begegnen - Vernetzen



KURSPROGRAMM
Frühling/Sommer 2024





Unser Familiennetzwerk

Kunterbunt vernetzt Familien in Ybbs und Umgebung und ermöglicht Begegnung und Austausch mit einer bunten Vielfalt an Kursen und Angeboten in der Region rund um Ybbs an der Donau.

Bei uns findest du ein vielfältiges Programm zu den Themen: Gesundheit & Ernährung, Sport & Entspannung, Schwangerschaft & Baby, Schule & Elternbildung, Musik & Kreativität, Natur & Tiere und vieles mehr. Such dir das für dich passende Angebot raus, es ist für alle was dabei!

Bitte beachte den Kursort, da wir mehrere Kursstandorte haben und diese innerhalb von Ybbs und auch in den umliegenden Gemeinden variieren. Anmeldeschluss, Absagen und Stornobedingungen könnt ihr bei den jeweiligen Kontakten erfragen, die bei den Kursen angegeben sind.

Viel Freude wünscht das Kunterbunt-Team!



P.S. Wir freuen uns sehr, ab 2024 Marlene als neues Vorstandsmitglied bei uns im Team zu haben und bedanken uns sehr herzlich bei Julia für die tolle Unterstützung bisher!

Daniela



Verena



Stefanie



Petra



Sarah



Marlene





Die Themen im Überblick

GESUNDHEIT & ERNÄHRUNG 2

SPORT & ENTSPANNUNG 4

SCHWANGERSCHAFT & BABY 9

SCHULE & ELTERNBILDUNG 12

MUSIK & KREATIVITÄT 14

NATUR & TIERE 19

WEITERE ANGEBOTE 22

EINZELANGEBOTE NACH VEREINBARUNG 24



AROMAVORTRAG – NATÜRLICHE INNERE KÖRPERREINIGUNG MIT ÄTHERISCHEN ÖLEN

Wie kannst Du Deinen Körper zu mehr Gesundheit führen?

Eine sanfte Reinigung und Entschlackung des Organismus bringt nicht nur einen frühlingshaften Energiekick, sondern sorgt auch für eine dauerhafte Entlastung des Körpers. An diesem Abend geht es konkret um die Themen Zell-Wellness, gesunde Verdauung, Leber, Ballast loszuwerden und die Körpermitte wieder mit neuer Energie auffüllen. Du bekommst von mir Tipps und Infos mit nach Hause wie du die Ölanwendungen im Alltag mit Leichtigkeit umsetzen und integrieren kannst. Aber auch die richtige Anwendung von ätherischen Ölen und die verschiedenen Verwendungsmöglichkeiten. Der Abschluss dieses Vortrages wird noch mit einer Aromaübung abgerundet. Lass die ätherischen Öle dein Begleiter auf dem Weg deiner Gesundheit und Vitalität sein.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Maria Lahmer Ärztlich geprüfte Betriebs- und Berufsaromatologin |
| TERMIN | Mittwoch, 13. März 2024 19:00 – 20:30 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 14,- EURO pro Person inkl. Unterlagen |
| ANMELDUNG | Bis 11. März: Maria Lahmer 0680/14 17 266 aroma@maria-lahmer.at www.maria-lahmer.at |

WILD- & HEILKRÄUTER SPAZIERGÄNGE

Gemeinsam entdecken, erkennen und bestimmen wir saisonale Wildkräuter, Heilkräuter & Bachblüten an verschiedenen Standorten & du erfährst, was du alles mit dem Kräutl anfangen kannst – für Gesundheit & Kulinarik. Für Kräuter- Neulinge & Fortgeschrittene geeignet.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Anita Landstetter Dipl. FNL-Kräuterexpertin und Dipl. Bachblüten-Beraterin |
| TERMINE | 15. März 2024: 1. Kräuterspaziergang „erste Frühlingskräuter“ 15:00 Uhr 25,- EURO |
| UND | 19. April 2024: 2. Kräuterspaziergang „Vital & Entschlackungskräuter“ 15:00 Uhr 25,- EURO |
| KOSTEN | 24. Mai 2024: 3. Spaziergang „Moose & Flechten“ 15:00 Uhr 35,- EURO |
| | 23. August 2024: 4. Spaziergang „Sommerkräuter entlang der Donau“ 17:00 Uhr 25,- EURO |
| | Dauer: je nach Thema zwischen 2,5 – 3 Stunden |
| | Zusätzlich gibt es zu jeder Wanderung eine digitale Bildzusammenfassung per geschlossener WhatsApp Gruppe. |
| ORT | Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben – Rund um Hofamt Priel & Ybbs/Donau |
| ANMELDUNG | Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich: Oafoch aus der Natur 0680/20 80 790 office@oafoch.at www.oafoch.at/events |

Bäckerei | Konditorei
WEINBERGER

AROMAVORTRAG – NATÜRLICHE HAUSAPOTHEKE

Ätherische Öle helfen dir, deine körperliche und seelische Balance wieder in Einklang zu bringen und deine Gesundheit auf positive Weise zu beeinflussen. Bei diesem Vortrag nehmen wir 11 ätherischen Öle durch, damit du in jeder Lebenslage und Herausforderung natürliche Lösungen für die ganze Familie griffbereit zu Hause hast. Du bekommst von mir Tipps und Infos mit nach Hause wie du die Ölanwendungen im Alltag mit Leichtigkeit umsetzen und integrieren kannst. Der Abschluss dieses Vortrags wird noch mit einer Aromaübung abgerundet. Lass die ätherischen Öle dein Begleiter auf dem Weg deiner Gesundheit und Vitalität sein.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Maria Lahmer Ärztlich geprüfte Betriebs- und Berufsaromatologin |
| TERMIN | Mittwoch, 17. April 2024 19:00 – 20:30 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 14,- EURO pro Person inkl. Unterlagen |
| ANMELDUNG | Bis 15. April: Maria Lahmer 0680/14 17 266 aroma@maria-lahmer.at www.maria-lahmer.at |

WEBINAR „GESUNDE ERNÄHRUNG FÜR BABYS UND KLEINKINDER“

Gesunde Ernährung für Babys und Kleinkinder inklusive Rezeptideen. Erfahre in diesem Workshop was wichtig für die Ernährung deines Babys (ab ca. dem 6. Monat) und Kleinkindes ist.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Pamela Herzog Ernährungs- und Fitnesstrainerin |
| TERMIN | Donnerstag, 18. April 2024 20:00 - 21:15 Uhr |
| ORT | Online, bequem von zu Hause |
| KOSTEN | 25,- EURO |
| ANMELDUNG | Bis 16.04.: Pamela Herzog office@pamelaherzog.at 0664/92 60 295 www.pamelaherzog.at |

AROMAVORTRAG – REISEAPOTHEKE & ÄTHERISCHE ÖLE FÜR DEN SOMMER

Egal, ob du in die Ferne reist oder auf Balkonien bleibst, Ferien können die besten Erinnerungen ergeben. Ätherische Öle können gerade im Sommer eine super Unterstützung sein. Sei es bei kleinen Wehwehchen oder wenn man mal zu lange in der Sonne war und du deine Haut unterstützen möchtest. Welche Öle gehören in die Reiseapotheke? Du bekommst von mir Tipps und Infos mit nach Hause wie du die Ölanwendungen im Alltag mit Leichtigkeit umsetzten und integrieren kannst. Der Abschluss dieses Vortrages wird noch mit einer Aromaübung abgerundet. Lass die ätherischen Öle dein Begleiter auf dem Weg deiner Gesundheit und Vitalität sein.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Maria Lahmer Ärztlich geprüfte Betriebs- und Berufsaromatologin |
| TERMIN | Mittwoch, 15. Mai 2024 19:00 – 20:30 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 14,- EURO pro Person inkl. Unterlagen |
| ANMELDUNG | Bis 13. Mai: Maria Lahmer 0680/14 17 266 aroma@maria-lahmer.at www.maria-lahmer.at |

ZWARGERLTURNE**KINDER 1,5-2,9 JAHRE**

In dieser Stunde starten wir mit einem gemeinsamen Begrüßungslied und verschiedenen Bewegungsreimen und Liedern. Anschließend bauen wir gemeinsam einen Bewegungsparcours mit unterschiedlichen Stationen zum Springen, Rutschen, Klettern, Schwingen und vielem mehr auf. Die Kinder können dann frei nach Lust und Laune gemeinsam mit ihrer Begleitperson die Stationen erkunden, sich austoben und so spielerisch ihre motorischen Fähigkeiten weiterentwickeln.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Stefanie Steinberger Eltern-Kind-Gruppenleiterin |
| KURS 1 | Freitag, 8. März bis 19. April 2024 16:00 - 17:00 Uhr |
| KURS 2 | Freitag, 3. Mai bis 21. Juni 2024, ausgenommen Fenstertage 16:00 - 17:00 Uhr |
| ORT | Turnsaal VS Ybbs, Professor-Wirtinger-Gasse 1, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 30,- EURO pro Kurs, jeweils 6 Einheiten |
| ANMELDUNG | Stefanie Steinberger 0676/95 79 836 stefanie_steinberger@gmx.net |

BALLSCHULE ST. MARTIN**KINDER 3 -4 UND 5-6 JAHRE**

In unseren Kursen steht das gemeinsame Erlernen, Spielen und Entdecken im Vordergrund, nicht der Wettkampfgedanke. Die Übungen sind kindgerecht und fantasievoll, das heißt, die Kinder tauchen in unterschiedliche Erlebniswelten mit uns ein. Wir erleben beispielsweise abenteuerlichste Reisen, kämpfen uns durch Dschungelwelten, begegnen Dinosauriern, treffen Eisbären und mit dabei ist immer der Ball. Beim Aufbau unserer Stunden achten wir besonders auf Teamplay und ein soziales Miteinander.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Marlene Augl Ballschule Trainerin |
| TERMIN | Mittwoch, ab 14. Februar 2024 14 Einheiten 15:00 - 15:50 Uhr Mini (3-4 Jahre) 16:00 - 16:50 Uhr Maxi (5-6 Jahre) |
| ORT | Turnsaal VS St. Martin-Karlsbach, Lindenstr. 2, 3376 St. Martin am Ybbsfelde |
| KOSTEN | 115,- EURO pro Semester (130,- mit T-Shirt) Rabatt bei Geschwisterkindern |
| ANMELDUNG | Verena Höbinger 0650 73 57 520 www.ballschule-frey.at/standort-ybbs-st-martin-karlsbach |

BALLSCHULE YBBS**KINDER 4-6 JAHRE**

In unseren Kursen steht das gemeinsame Erlernen, Spielen und Entdecken im Vordergrund, nicht der Wettkampfgedanke. Die Übungen sind kindgerecht und fantasievoll, das heißt, die Kinder tauchen in unterschiedliche Erlebniswelten mit uns ein. Wir erleben beispielsweise abenteuerlichste Reisen, kämpfen uns durch Dschungelwelten, begegnen Dinosauriern, treffen Eisbären und mit dabei ist immer der Ball. Beim Aufbau unserer Stunden achten wir besonders auf Teamplay und ein soziales Miteinander.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Daniela Schütz und Matthias Luft Ballschule-Trainer |
| TERMIN | Freitag, 16. Februar - 07. Juni 2024 15:00 - 15:50 Uhr 14 Einheiten |
| ORT | ÖTB Turnhalle Ybbs/Donau, Schulring 3, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | € 115,- pro Semester (€ 130,- mit T-Shirt) Rabatt bei Geschwisterkindern |
| ANMELDUNG | Verena Höbinger 0650 73 57 520 www.ballschule-frey.at/standort-ybbs |

BEWEGUNGSTREFF

KINDER 3 -6 JAHRE

Wir erkunden den abwechslungsreichen Parcours, bewegen uns gemeinsam mit unserer Begleitung zu lustiger Musik oder haben Spaß bei gemeinsamen Bewegungsspielen. Für Kinder von 3-6 Jahren mit Begleitung.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Verena Höbinger Ballschule Trainerin |
| TERMINE | jeden letzten Freitag im Monat, jeweils 14:30 – 15:45 Uhr 23. Februar, 29. März, 26. April und 31. Mai 2024 |
| ORT | Turnsaal VS Ybbs, Professor-Wirtinger-Gasse 1, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 8,- EURO 5,- EURO für Kunterbunt-Mitglieder |
| ANMELDUNG | Verena Höbinger 0650/73 57 520 kunterbunt.ybbs@gmail.com www.kunterbunt-ybbs.at |

ZUMBA KIDS JUNIOR

KINDER 4 - 6 JAHRE

Bei Zumba Kids Junior lernen die Kinder spezielle Choreografien. Es steigert die Konzentration und das Selbstvertrauen, kurbelt den Stoffwechsel an und verbessert die Koordination. Spielerisch lernen die Kinder spanische Vokabeln und wichtige Werte wie Freundlichkeit und Höflichkeit.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Pamela Herzog Zumba & Zumba Kids Trainerin |
| TERMIN 1 | Dienstag, 05./12./19. März und 02./09./16. April 2024 |
| TERMIN 2 | Dienstag, 07./14./21./28. Mai und 04./11. Juni 2024 jeweils 15:00 - 16:00 Uhr |
| ORT | Studio Pamela Herzog, Leitengasse 12, 3252 Petzenkirchen |
| KOSTEN | 54- EURO pro Kurs 6 Einheiten |
| ANMELDUNG | bis 2 Tage vor Kurstart Pamela Herzog office@pamelaherzog.at 0664/92 60 295 www.pamelaherzog.at |

„LET´S DANCE“

KINDER 6 - 10 JAHRE

In den Einheiten „Let's dance“ lernst du als TänzerIn einfache Choreografien kennen. Starten darfst du mit einem „Warm-up“, bei dem dein Körper, dein „Bewegungsmotor“, in Schwung kommt. Bewegen fördert das Zusammenspiel beider Gehirnhälften und steigert somit unsere Konzentrationsfähigkeit und Aufmerksamkeit. Weiters geht es um den Muskelaufbau, die Motorik, die Koordination, um den Gleichgewichtssinn...und natürlich um kreatives & freudvolles Tanzen! „Let's dance“ and „Have fun“

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Ingrid Wagner-Karner Neural-und Psychokinesiologin, Sonder-und Sprachheilpädagogin |
| TERMIN | Mittwoch, 03./10. und 17. April 2024 16:00 – 17:50 Uhr |
| ORT | Alte Schule Gottsdorf, Kirchenstraße 34, 3680 Gottsdorf |
| KOSTEN | 60,- EURO 3 Einheiten |
| ANMELDUNG | Ingrid Wagner-Karner kreativebegegnungundbewegung@gmail.com 0676/37 79 099 |

BALLSCHULE POWER GAMES

KINDER 7 - 9 JAHRE

In "Power Games" bekommen die Kinder Fähigkeiten mit, die sie für jegliche anderen sportlichen Aktivitäten brauchen, sie beinhalten die wichtigsten Elemente der Ballschule, wie spielerisches, vielseitiges, altersgerechtes und unangeleitetes Lernen mit dem Ball. Wir kombinieren aufregende Parcours mit lustigen und verständlichen Spielen, die den Kindern zeigen, wie mutig sie eigentlich sind und wie ausgeprägt ihre tatsächlichen Möglichkeiten sind.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Daniela Schütz und Matthias Luft Ballschule-Trainer |
| TERMIN | Freitag, 16. Februar - 07. Juni 2024 16:00 - 16:50 Uhr 14 Einheiten |
| ORT | ÖTB Turnhalle Ybbs/Donau, Schulring 3, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 115,- EURO pro Semester (130,- mit T-Shirt) Rabatt bei Geschwisterkind |
| ANMELDUNG | Verena Höbinger 0650/73 57 520 www.ballschule-frey.at/standort-ybbs |

ZUMBA KIDS

KINDER 7 - 11 JAHRE

Bei Zumba Kids lernen die Kinder spezielle Choreografien. Es steigert die Konzentration und das Selbstvertrauen, kurbelt den Stoffwechsel an und verbessert die Koordination. Spielerisch lernen die Kinder spanische Vokabeln und wichtige Werte wie Freundlichkeit und Höflichkeit.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Pamela Herzog Zumba & Zumba Kids Trainerin |
| TERMIN 1 | Dienstag, 05./12./19. März und 02./09./ 16. April 2024 |
| TERMIN 2 | Dienstag, 07./14./ 21./ 28. Mai und 04./ 11. Juni 2024 jeweils 16:00 - 17:00 Uhr |
| ORT | Studio Pamela Herzog, Leitengasse 12, 3252 Petzenkirchen |
| KOSTEN | 54- EURO pro Kurs 6 Einheiten |
| ANMELDUNG | bis 2 Tage vor Kurstart Pamela Herzog office@pamelaherzog.at 0664/92 60 295 www.pamelaherzog.at |

WIR SIND DAS FACHGESCHÄFT FÜR DEINE FAMILIE

GEYRECKER
Schuhe & Orthopädie
www.geyrecker.com

*...da finden
wir alle was.*



QI GONG + STRÖMEN - ZWEI GUTE BEGLEITER DURCH DIE FASTENZEIT

Sanfte Bewegung, Strömen und Entspannung mit Duft und Klang helfen uns gestärkt und vital durch die Fasten- und Frühlingszeit zu kommen. Dieser Kurs richtet sich an alle, die die Fastenzeit nutzen möchten, um sich bewusst Zeit für sich zu nehmen und durch sanfte Bewegung und Ruhe zu mehr Vitalität zu gelangen. Egal ob du dich zu einer Fastenkur entschlossen hast, oder du bewusster auf deinen Körper hören möchtest und vitaler durch den Frühling kommen möchtest - mit Qi Gong und Strömen findest du gute Unterstützung!

In diesem Kurs lernen wir Qi Gong Übungen kennen, die die Verdauung und den Stoffwechsel auf natürliche Weise anregen und stärken. Strömen ist eine hilfreiche Ergänzung, um den Körper bei seinem „Frühjahrsputz“ zu unterstützen.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Barbara Kierberger Dipl. Qi Gong Übungsleiterin, Strömen Trainerin, Dipl. Mentaltrainerin |
| TERMIN | Dienstag, 20. Februar - 19. März 2024 19:00 - 20:15 Uhr |
| ORT | Entspannungsraum - Obereichen 10, 3254 Bergland |
| KOSTEN | 69,- EURO inkl. Getränke 5 Einheiten |
| ANMELDUNG | Barbara Kierberger 0650/34 58 336 barbara@kierberger.at www.kierberger.at |

YOGA

Genieße leichte Yogaübungen kombiniert mit Gymnastik und entspanne zwischendurch bei Meditationen und Atemübungen.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Regina Pfeiffer Dipl. Entspannungstrainerin, Dipl. Klangenergetikerin |
| TERMIN 1 | Donnerstag, 29. Februar - 21. März 2024 18:00 - 19:00 Uhr |
| TERMIN 2 | Donnerstag, 16. - 23. Mai und 06. - 13. Juni 2024 18:00 - 19:00 Uhr |
| ORT | Entspannungsraum, 3680 Persenbeug |
| KOSTEN | 44,- EURO 4er Block |
| ANMELDUNG | Regina Pfeiffer 0676/65 08 029 klaengeregina@gmail.com |

MIT MEDITATION ZU INNEREM FRIEDEN FINDEN

Ist Stille in unserer Zeit zu einem „Luxusgut“ geworden? In der Meditation nach benediktinischer Tradition üben wir das Zurückkehren zum inneren Frieden. Stille – die „Muttersprache Gottes“, ist eine „Weltsprache“, die alle nationalen, ethnischen und religiösen Grenzen überschreitet und uns mit allen Menschen verbindet.

Sie ist eine ordnende, heilende und schöpferische Lebenskraft und in allen Religionen ist die Stille ein Ort der Begegnung mit dem Heiligen.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Eva Maria Mayr Dipl. Erwachsenenbildnerin, Meditationsleiterin, Studium Spirituelle Theologie, Geistliche Begleitung i.A. im Europakloster Gut Aich, 23 Jahre eigene Meditationspraxis |
| TERMINE | Montag, 18. März, 15. April, 13. Mai 2024 19:00 - 20:30 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 10,- EURO pro Abend |
| ANMELDUNG | Eva Maria Mayr 07412/55 74 522 evamaria.mayr@aon.at |

YOGA

Gesundheit ist dein höchstes Gut. Yoga ist ein ganzheitliches System aktiver Gesundheitsvorsorge. Für Ausgeglichenheit und mehr Gesundheit lade ich dich herzlich ein, mit mir durch Körperübungen, Atemübungen und Meditationsübungen zu mehr Wohlbefinden zu kommen.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Maria Beneder Yogalehrerin |
| TERMIN | Dienstag, 05./ 12./ 19./ 26. März 2024 18:30-19:45 Uhr |
| ORT | Turnsaal VS Ybbs, Professor-Wirtinger-Gasse 1, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 48,- EURO 4 Einheiten |
| ANMELDUNG | Maria Beneder 0650/3870754 |

MAWIBA® SOLO KURS

MAWIBA® ist ein Tanzkonzept mit sanftem Beckenbodentraining für alle Frauen jeder Altersklasse. Ein gut trainierter Beckenboden führt zu mehr Gesundheit, Energie und Selbstbewusstsein. MAWIBA® bietet spezielle Choreografien zur Beckenbodenstärkung und Verbesserung der Körperhaltung.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Daniela Höller zert. Mawibatrainerin |
| TERMINE | laufend ab Dienstag, 05. März 2024 19:30 – 20:45 Uhr eine kostenlose Schnupperstunde ist jederzeit möglich |
| ORT | Turnsaal VS Ybbs, Professor-Wirtinger-Gasse 1, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 80,- EURO je 5 Einheiten |
| ANMELDUNG | Daniela Höller dhoeller@mawibatrainer.com 0664/99 68 489 www.feellife.at |

KLANGMEDITATION

Genieße eine geführte Meditation in Kombination mit den wohltuenden Klängen der Klangschalen, die dich in ein eigenes Traumreich begleiten. Die Klangschalen Meditation ist eine wunderschöne Methode, den Alltag loszulassen und tiefe Entspannung zu genießen.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Regina Pfeiffer Dipl. Entspannungstrainerin, Dipl. Klangenergetikerin |
| TERMIN | Donnerstag, 04.-25. April 2024 17:30 - 18:30 Uhr |
| ORT | Entspannungsraum, 3680 Persenbeug |
| KOSTEN | 33,- EURO 3er Block |
| ANMELDUNG | Regina Pfeiffer 0676/65 08 029 klaengeregina@gmail.com |

SELBSTVERTEIDIGUNGSKURS FÜR FRAUEN - WERDE DEIN EIGENER BODYGUARD

Bei diesem 3-teiligen Workshop lernst du dich effektiv zu verteidigen und dein Selbstbewusstsein zu stärken. Das Selbstverteidigungsprogramm von WingTsun basiert auf einer alten Kampfkunst, die von Frauen für Frauen entwickelt wurde und die natürlichen Bewegungsabläufe des Körpers anwendet.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | WingTsun Schule Ybbs |
| TERMIN | Mittwoch 03./10. und 24. April 2024 19:00 - 21:00 Uhr |
| ORT | wird bei Anmeldung bekannt gegeben |
| KOSTEN | 60,- EURO 3 x 2 Stunden Workshop |
| ANMELDUNG | Daniela Schütz 0650/71 52 815 kunterbunt.ybbs@gmail.com |

SCHWANGERENTREFF

Liebe werdende Mama, der Schwangerentreff ist ein Ort des Austauschs, Vernetzens und der gemeinsamen Vorfreude aufs kommende Glück! In entspannter Atmosphäre nehme ich mir als Hebamme Zeit, um Fragen zu beantworten, Ängste zu besprechen und Erfahrungen zu teilen.

Jedes Treffen wird unter einem bestimmten Thema stehen, welches als Input und Gesprächsanregung dienen kann. Im Mittelpunkt steht jedoch der Austausch untereinander.

Willkommen ist jede werdende Mama, ganz egal in welcher Schwangerschaftswoche. Ich freue mich auf dich!

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Sarah Schönhofer Hebamme |
| TERMINE | Donnerstag, 08. Februar, 14. März, 18. April, 16. Mai und 13. Juni 2024 jeweils 18:00 - 19:00 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 2,- EURO pro Termin |
| ANMELDUNG | Sarah Schönhofer 0650/93 02 123 info@hebamme-sarah.at www.hebamme-sarah.at |

HYPNOBIRTHINGKURS „VERTRAUENSVOLLE GEBURT

Der Kurs VERTRAUENSVOLLE GEBURT ist eine mentale Geburtsvorbereitung mit Hypnobirthing, Selbstcoaching und kreativen Übungen.

Du lernst dich zu entspannen und so zu atmen, dass du gut in deinen Gebärzustand findest und dein Körper dieses Wunder der Natur vollführen kann. Die zahlreichen Hypnosen bereiten dich auf die Geburt vor und kreieren ein positives Mindset, um vertrauensvoll auf deine Art und Weise zu gebären.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Birgit Schuster SoulBirth Doula, Yogalehrerin, Yoni Steaming Facilitator, Frauenkreisleiterin |
| TERMIN 1 | Donnerstag, 29. Februar, 07./ 14. und 21. März 2024 18:00 - 21:00 Uhr |
| TERMIN 2 | Donnerstag, 02./ 16./ 23. Mai und 06. Juni 2024 18:00 - 21:00 Uhr |
| ORT | Herzraum, Franz-Kirch-Straße 4/1, 3370 Ybbs |
| KOSTEN | 390,- pro Paar 4 Einheiten |
| ANMELDUNG | Birgit Schuster 0650/68 21 644 birgit@mahila.at www.mahila.at |

BABY-TREFF**BABYS BIS 18 MONATE**

Mütter, Väter und andere Bezugspersonen mit ihren Babys sind eingeladen „Gleichgesinnte“ kennenzulernen und sich auszutauschen. Mit einem kleinen Input zu Baby- und Kuschelspielen, freiem Spiel und Zeit für Austausch, Kaffee und Jause verbringen wir einen gemütlichen Vormittag. Einmal im Monat laden wir eine Expertin/einen Experten zu verschiedenen Themen in unser offenes Treffen ein. Da die zeitliche Planung mit Babys oft schwierig ist, ist keine Anmeldung nötig und es ist möglich jederzeit dazuzukommen.

| | |
|----------------|--|
| LEITUNG | Daniela Schütz Eltern-Kind-Gruppenleiterin |
| TERMIN | jeden Mittwoch, 06. März - 26. Juni 2024 09:30 - 10:30 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 2,- EURO pro Treffen |
| KONTAKT | Daniela Schütz 0650/71 52 815 schuetz03@gmail.com |

GEBURTSVORBEREITUNGSKURS

AB CA. 28. SSW

„Vorbereiten, Stärken und Vorfreude teilen“ – das ist das Motto des Geburtsvorbereitungskurses.

Unter anderem werden folgende Themen besprochen:

Wie kann ich mich auf die Geburt vorbereiten?

Wie erkenne ich den Geburtsbeginn, wann muss ich los?

Wie kann eine Geburt ablaufen?

Phasen der Geburt

Welche Möglichkeiten der Schmerzerleichterung gibt es?

Was, wenn es anders kommt als erwartet? (Komplikationen)

Wochenbett, Stillen und Babypflege

Übungen zur Entspannung und Stärkung des Körpergefühls

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Sarah Schönhofer Hebamme |
| TERMIN | Montag, 08. April (Fraueneinheit), 15./ 22./ 29. April und 06. Mai 2024 5 Abende + 1 Babytreff-Termin nach der Geburt Laufend weitere Kurstermine siehe Website |
| ORT | Hebammenordination Sarah Schönhofer, Gmeiner-Straße 14, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 160,- EURO pro Paar |
| ANMELDUNG | Sarah Schönhofer 0650/93 02 123 info@hebamme-sarah.at www.hebamme-sarah.at |

BABYMASSAGE-WORKSHOP

BABYS 0-7 MONATE

Du lernst dein Baby selber zu massieren und erlebst intensive Momente zu zweit! In einer kleinen Gruppe zeige ich dir die Grundtechniken der indischen Babymassage nach F. Leboyer. Eltern mit Babys im Alter von 0 – ca. 7 Monate sind herzlich willkommen!

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Beate Birringer-Zauner Kursleiterin für Babymassage |
| TERMIN | Samstag, 16. März 2024 09:30 - 11:00 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 25,- EURO pro Termin |
| ANMELDUNG | Beate Birringer-Zauner 0676/67 12 387 beate.birringer@gmx.at |

MAWIBA® BABY -TANZ

AB CA. 8-12 WOCHEN NACH DER GEBURT

MAWIBA® ist ein Tanzkonzept mit sanftem Beckenbodentraining für Mamas mit Babys in der Trage die Spaß am Tanzen haben. Es erwarten dich abwechslungsreiche Choreografien. Nach einem Rückbildungskurs ist MAWIBA® eine tolle Weiterführung um aktiv zu bleiben, den Körper auf sanfte Art und Weise fit zu halten und den Beckenboden zu stärken. **Kostenlose Schnupperstunde am Freitag, 16. Februar 2024 um 09:00 Uhr.**

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Daniela Höller zert. Mawibatrainierin |
| TERMIN | laufend ab Freitag, 23. Februar 2024 09:00 – 10:15 Uhr eine kostenlose Schnupperstunde ist jederzeit möglich |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 80,- EURO 5 Einheiten |
| ANMELDUNG | Daniela Höller dhoeller@mawibatrainier.com 0664/99 68 489 www.feellife.at |

MAMA BABY YOGA

Die Yogaeinheiten beinhalten Atem-, Meditations- und Entspannungsübungen, Yoga-Asanas, Beckenbodenübungen, Mantras sowie ein umfassendes Repertoire an Kinderliedern, Reimen und Fingerspielen. Wir praktizieren Yoga-Asanas für dich als Mama, beziehen teilweise die Babys mit ein und führen außerdem die Babys in sanfte Baby Yoga Übungen.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Birgit Schuster SoulBirth Doula, Yogalehrerin, Yoni Steaming Facilitator, Frauenkreisleiterin |
| TERMIN | Donnerstag, 11. April - 27. Juni 2024 09:00 - 10:15 Uhr |
| ORT | Herzraum, Franz-Kirch-Straße 4/1, 3370 Ybbs |
| KOSTEN | 160,- EURO 10 Einheiten |
| ANMELDUNG | Birgit Schuster 0650/68 21 644 birgit@mahila.at www.mahila.at |

ONLINE MAMA & BABY WORKOUT**BABYS AB 3 MONATE**

Bei Online Mama Workout trainieren wir bequem von zu Hause. Wir stärken unseren Beckenboden und Körper. Unser Baby/Kind können wir in die Übungen integrieren oder es darf uns von der Matte aus zusehen. Das Online-Workout ist nach einem Rückbildungskurs geeignet.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Pamela Herzog Ernährungs- und Fitnesstrainerin |
| TERMIN 1 | Donnerstag, 07./ 14./ 21./ 28.März und 04./ 18. April 2024 09:00 - 09:45 Uhr |
| TERMIN 2 | Donnerstag, 25. April, 02./ 16./ 23. Mai und 06./ 13. Juni 2024 09:00 - 09:45 Uhr |
| ORT | Online, bequem von zu Hause |
| KOSTEN | 40,- Euro 6 Einheiten |
| ANMELDUNG | Pamela Herzog office@pamelaherzog.at 0664/92 60 295 www.pamelaherzog.at |

The logo for HAFNERTEC features the brand name in a bold, red, sans-serif font. A stylized red square with a white diagonal line is positioned between the 'N' and 'T'.**SMART KACHELOFEN**

♥ ELTERN.TISCH: PAARLEBEN

Erzähl mir von dir... Gespräch über wichtige Ereignisse im Paarleben

Bei einer gemütlichen Gesprächsrunde steht die Paarbeziehung im Fokus. Eltern brauchen Netzwerke zum Reden, zur Unterstützung und einfach für das Gefühl dazugehören. Mit kleinem Input einer Moderatorin steigen wir gemeinsam ins Thema ein und erzählen von unseren Erfahrungen. Der eltern.tisch ist ein Angebot der Elternbildung, das sich unter anderem auch an Eltern aus anderen Sprach- und Kulturräumen wendet. Einfach mitmachen! „3 Impulse für die Liebe“ zum Mitnehmen.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Eva Maria Mayr Dipl. Erwachsenenbildnerin, Meditationsleiterin, eltern.tisch Moderatorin |
| TERMIN | Samstag, 16. März 2024 09:00 - 11:00 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | kostenlos |
| ANMELDUNG | Daniela Schütz 0650/71 52 815 kunterbunt.ybbs@gmail.com |

VORTRAG: MEIN KIND, DIGITALE MEDIEN UND ICH

Was, ab wann, wieviel? Was müssen Kinder wissen? Worauf muss ich achten? An wen kann ich mich wenden?

Themeninhalte:

- Digitale Medien und die Entwicklung
- Medienerziehung
- Gefahrenbewusstsein
- Informations- und Hilfestellen für digitale Anliegen

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Isabella Pitzl Dipl. Elternbildnerin, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin |
| TERMIN | Montag, 08. April 2024 19:00 -20:30 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 10,- EURO pro Person |
| ANMELDUNG | Isabella Pitzl 0677/64 36 72 57 info@herzundkopf.at www.herzundkopf.at |

GRENZEN SETZEN – WO UND WIE?

„Die tanzen dir doch sonst auf der Nase herum!“ Oder?

Wann ist es sinnvoll und wichtig Grenzen aufzuzeigen? Welche Bedürfnisse haben wir als Familie? Wie kann ich klar und respektvoll eine Grenze umsetzen?

Der Workshop bietet dir:

- Informationen zu den psychischen Bedürfnissen von Kindern
- Beispiele aus der Praxis
- Modelle für Zuhause
- Zeit für deine Fragen

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Isabella Pitzl Dipl. Elternbildnerin, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin |
| TERMIN | Freitag, 26. April 2024 8:30-11:30 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 18,- EURO pro Person |
| ANMELDUNG | Isabella Pitzl 0677/64 36 72 57 info@herzundkopf.at www.herzundkopf.at |

MAMA MENTALTRAINING - SCHNUPPERWORKSHOP

Das Mamasein ist ein großer Kraftakt und stellt hohe Anforderungen an dich. Hier kommt die gute Nachricht: Mit Mentaltraining kannst du mehr Resilienz und Leichtigkeit in deinen Alltag als Mama bringen, und zusätzlich Energie, Flexibilität und das Durchhaltevermögen stärken, die du brauchst.

Wir können lernen, besser mit dem Druck und dem Stress des Mama-Alltags umzugehen.

Mentaltraining kann dabei eine äußerst hilfreiche Unterstützung sein.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Gabi Denk, BEd. Dipl. Mentaltrainerin, Erwachsenenbildnerin mit Schwerpunkt Elternbildung |
| TERMIN | Freitag, 05. April 2024 15:00 -16:00 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | kostenlos |
| ANMELDUNG | Gabi Denk 0676 5708416 gabi.denk@gmx.at |

VORTRAG "MOTORISCHE ENTWICKLUNG IM 1. LEBENSJAHR"

Komm zum BabyTalk. Live: Bei meinem Vortrag bekommst du Informationen über die motorische Entwicklung im ersten Lebensjahr und wie Du dein Baby bestmöglich in den einzelnen Schritten begleiten und unterstützen kannst. Gibt es vielleicht auch etwas, was die Entwicklung Deines Babys verzögern kann? Und die Babyfüße dürfen zum Schluss nicht vergessen werden, auch dazu gibt es ein paar wichtige Tipps von mir.

Eure Babys könnt ihr gerne zur Veranstaltung mitnehmen.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Daria Seitl-Huber, BSc Physiotherapeutin www.physiofuergrossundklein.at |
| TERMIN | Montag, 03. Juni 2024 17:00 - 19:00 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 5,- EURO Kostenlos für Kunterbunt-Mitglieder |
| ANMELDUNG | Bis 30.5.: Daniela Schütz 0650/71 52 815 kunterbunt.ybbs@gmail.com |

SO KLEINE MENSCHEN – SO VIEL GEFÜHL

Ist das eigentlich noch normal? Warum bringt mich das so auf die Palme? Ich kann das doch nicht einfach durchgehen lassen, oder? Was kann ich tun, um uns diese Situation zu erleichtern?

Diese Workshopreihe greift die emotionale Entwicklung in der Autonomiephase („Trotzphase“) auf und bietet eine lebensnahe und praktische Möglichkeit damit umzugehen. Die Workshopthemen:

1. Mich und meine Gefühle verstehen
2. Das Kind und seine Gefühle verstehen
3. Alltagssituationen und Handlungsmöglichkeiten

Erleichternd. – Bereichernd. – Lebensnah.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Isabella Pitzl Dipl. Elternbildnerin, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin |
| TERMINE | Montag, 10./17. und 24. Juni 2024 15:00 -17:00 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 12,- EURO pro Termin |
| ANMELDUNG | Isabella Pitzl 0677/64 36 72 57 info@herzundkopf.at www.herzundkopf.at |

♥ FASCHINGSFEST FÜR DIE KLEINSTEN

Wir feiern Fasching! Ein kunterbuntes Fest für alle Familien mit Babys und Kleinkindern im Kindergartenalter. Wir spielen, tanzen und verbringen einen lustigen Nachmittag in geselliger Runde.

Wir freuen uns auf euch und auf eure tollen Verkleidungen!

| | |
|----------------|--|
| LEITUNG | Kunterbunt Familiennetzwerk Ybbs |
| TERMIN | Freitag, 09. Februar 2024 15:00 - 17:00 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | kostenlos |
| KONTAKT | Stefanie Steinberger 0676/95 79 836 oder Daniela Schütz 0650/71 52 815 |

SPIELKAFFEE

BABYS UND KLEINKINDER

Herzlich Willkommen sind alle Babys und Kleinkinder mit Mama, Papa, Oma, Opa oder anderen Bezugspersonen die gerne spielen und Spaß haben. Beim freien Spielen, Singen und Austoben der Kinder, machen wir es uns mit Kaffee und Kuchen gemütlich :) Gemeinsam verbringen wir einen netten Nachmittag. Einfach ohne Anmeldung vorbeikommen, wir sorgen für Kaffee, Kuchen und Obst. Wir freuen uns auf euch!

| | |
|----------------|--|
| LEITUNG | Stefanie Steinberger Eltern-Kind-Gruppenleiterin |
| TERMIN | Freitag, 26. April 2024 15:00 - 16:30 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | Pro Familie: 8,- EURO 5,- EURO für Kunterbunt-Mitglieder |
| KONTAKT | Stefanie Steinberger 0676/95 79 836 stefanie_steinberger@gmx.net |

ELTERN-KIND-SPIELGRUPPE

KLEINKINDER AB 12 MONATE

Die Spielgruppe "Bunter Schmetterling" der Pfarre Ybbs richtet sich an Eltern mit Kleinkindern ab 12 Monate bis zum Kindergartenalter. Mit Liedern, Finger- und Kreisspielen, Zeit für freies Spiel und einer gemeinsamen Apfeljause verbringen wir einen gemütlichen Vormittag. Mamas und Papas sowie Omas und Opas haben Zeit für den Austausch und ihre Kinder haben die Möglichkeit spielerisch vielfältige Sinneserfahrungen zu machen sowie erste Kontakte zu Gleichaltrigen zu knüpfen.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Stefanie Steinberger Eltern-Kind-Gruppenleiterin |
| KURS 1 | Donnerstag 07. März - 18. April 2024 09:00 - 10:30 Uhr |
| KURS 2 | Donnerstag, 02. Mai - 20. Juni 2024 09:00 - 10:30 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 30,- EURO pro Kurs 6 Einheiten |
| ANMELDUNG | Stefanie Steinberger 0676/95 79 836 stefanie_steinberger@gmx.net |

Ferienzeit ist Ausflugszeit: Die Eltern-Kind-Spielgruppe erkundet in den Sommerferien wieder die nähere Umgebung und trifft sich zu verschiedenen gemeinsamen Ausflügen am Bauernhof, bei der Feuerwehr, usw. Eltern und Großeltern sind herzlich eingeladen, mit ihren Kindern oder Enkelkindern bis 6 Jahre einen schönen Vormittag in gemütlicher Runde zu verbringen. Die Termine werden unter kunterbunt-ybbs.at ausgeschrieben.

KLANGMÄUSE - MUSIKALISCHE ELTERN-KIND-GRUPPE**KINDER 1,5 - 2,5 JAHRE**

In diesem Kurs erleben die Kinder und deren Eltern Musik mit allen Sinnen (hören, sehen, spüren). Die Beziehungsgestaltung zwischen Eltern und Kind steht in diesem Kurs im Mittelpunkt. Musikalische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Dagmar Kaliwoda Musiktherapeutin |
| TERMIN | Montag, 08. April 2024 – 13. Mai 2024 9:00 – 9:50 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 84,- EURO 6 Einheiten inkl. Unterlagen und Aufnahmen |
| ANMELDUNG | Dagmar Kaliwoda 0650/35 31 570 info@lebensklaenge.at www.lebensklaenge.at |

KLANGKNIRPSE - MUSIKALISCHE ELTERN-KIND-GRUPPE**KINDER 2,5 - 3,9 JAHRE**

In diesem Kurs erleben die Kinder und deren Eltern Musik mit allen Sinnen (hören, sehen, spüren). Die Beziehung zwischen Eltern und Kind steht weiterhin im Mittelpunkt. Die Gruppe dient als erweiterte Erlebniswelt der Kinder. Musikalische Vorkenntnis sind nicht erforderlich!

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Dagmar Kaliwoda Musiktherapeutin |
| TERMIN | Mittwoch, 03. April – 15. Mai 2024 (ausgenommen 1. Mai) 15:00 – 15:50 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 84,- EURO 6 Einheiten inkl. Unterlagen und Aufnahmen |
| ANMELDUNG | Dagmar Kaliwoda 0650/35 31 570 info@lebensklaenge.at www.lebensklaenge.at |

KREATIVTREFF**KINDER 3 - 6 JAHRE**

Gemeinsam machen wir uns auf eine Reise mit dem Erzähltheater "Kamishibai"

Das Kunterbunt-Kreativtreff ist ein offenes Gruppentreffen zu dem alle Kinder im Alter von ca. 3-6 Jahren herzlich eingeladen sind. Einmal im Quartal treffen wir uns zu einem bestimmten Thema, es wird vorgelesen, getanz, gespielt oder etwas Passendes zum Thema gebastelt. Die gemeinsame Zeit der Kinder unter sich steht hier im Vordergrund. Die Treffen sind ohne Anmeldung, einfach vorbei kommen und ins Thema eintauchen! Begleitpersonen können gerne dabei bleiben, je nach Belieben und Selbstständigkeit der Kinder.

| | |
|-----------------|--|
| LEITUNG | Daniela Schütz Eltern-Kind-Gruppenleiterin |
| TERMIN 1 | Dienstag, 12. März 2024 "Der Frühlingsgarten" 15:00 - 16:00 Uhr |
| TERMIN 2 | Dienstag, 11. Juni 2024 " Im Zoo" 15:00 - 16:00 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 8,- EURO 5,- EURO für Kunterbunt-Mitglieder |
| KONTAKT | Daniela Schütz 0650/71 52 815 schuetz03@gmail.com |

♥ KINDERCHOR

KINDER AB 3 JAHRE

Freude am gemeinsamen Singen, ausprobieren verschiedener Rhythmusinstrumente und einstudieren einfacher Bewegungen stehen auf dem Programm des Kinderchores der Pfarre Ybbs. Wir singen fröhliche Kinderlieder und christliche Loblieder. Bei den Familiengottesdiensten der Pfarre sind die kleinen Chorsänger*innen dann vorne dabei. Schnuppern und Einstieg ist jederzeit möglich. Eine kurze Voranmeldung ist jedoch hilfreich, falls ein Termin verschoben wird oder ausfallen sollte.

| | |
|----------------|---|
| LEITUNG | Pia Eder Theologin und Kirchenmusikerin und René Schütz |
| TERMIN | Mittwoch, 14./ 28.Februar, 13. März, 03./17. April, 08. und 22. Mai 2024 jeweils 16:30 - 17:15 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | kostenlos |
| KONTAKT | Pia Eder 0650/99 96 512 pia_eder@gmx.at oder René Schütz 0650/45 45 588 |

OSTERBASTELWERKSTATT

KINDER 5 BIS 12 JAHRE

Bei der Osterbastelwerkstatt für Kinder werden wir gemeinsam kreativ sein und auch kleine Ostergeschenke werden gezaubert. Außerdem gibt es für jedes Kind eine kleine Oster-Überraschung.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Nadine Enne Seminarbäuerin in Ausbildung |
| TERMIN | Montag 25. März 2024 15:00 – 16:00 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5,3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 15,- EURO pro Kind |
| ANMELDUNG | Nadine Enne 0660/76 11 643 nadine.enne@gmx.at |

MALATELIER FÜR KINDER – KREATIV IN DEN FRÜHLING

KINDER 5 - 13 JAHRE

Du möchtest malen, hast aber zu Hause nicht den Platz und dir Farben dazu? Dann bist du hier genau richtig.. Hier gibt es genügend Angebote an Farben, Malwerkzeugen und anderen kreativen Materialien. Hier zeige ich auch gerne neue Techniken her oder helfe Ideen zu verwirklichen. Du kannst eine Leinwand bemalen frei nach eigenen Vorstellungen oder Neues probieren!

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Maria Aigner Kreativwerkstatt- Kunsttherapie, Pädagogin |
| TERMIN 1 | Mittwoch, 20. März 2024 16:00 - 17:30 Uhr |
| TERMIN 2 | Dienstag, 14. Mai 2024 16:00 - 17:30 Uhr |
| ORT | Habichstraße 34, 3376 Ennsbach im Malraum |
| KOSTEN | 25,- EURO pro Termin inkl. Farben und einer Leinwand |
| ANMELDUNG | Maria Aigner 0664/54 10 944 maria.aigner1@gmx.net Anmeldeschluss jeweils 2 Tage vor dem Termin |

MAGISCHE ZAUBERSÄTZE - SELBSTVERTRAUEN STÄRKEN BEI KINDERN**KINDER 5 - 13 JAHRE**

„Mama, ich kann das nicht!“ Dein Kind lässt den Kopf hängen und gibt auf, genau da kommt Mentaltraining ins Spiel. Im Workshop entdecken die Kinder ihre Zauberkräfte, die ihnen helfen, ihr Selbstvertrauen zu stärken. Worte schaffen Wirklichkeit. Sie prägen unser Denken und wenn wir sie oft genug wiederholen, werden sie zu Glaubenssätzen, die uns ein ganzes Leben lang prägen. Die gute Nachricht: Im Workshop lernen die Kinder, wie sie sich durch positive Kraftsätze und Affirmationen stärken können.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Gabi Denk, BEd. Dipl. Mentaltrainerin, MemoMethode® Trainerin |
| TERMIN | Donnerstag, 23. Mai und 20. Juni 2024 15:00 -16:30 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 50,- EURO pro Kind für den 2-teiligen Workshop inkl. Materialien |
| ANMELDUNG | Gabi Denk 0676 5708416 gabi.denk@gmx.at |

KREATIVE WERKSTATT FÜR KINDER TEIL 2**KINDER AB 6 JAHRE**

Diese Werkstatt richtet sich an jene Kinder die schon mal einen Kurs bei mir absolviert haben. (Aber natürlich auch für neue Teilnehmer/innen) Bei der Kreativen Werkstatt für Kinder Teil 2 werden wir neue Sachen kreieren, basteln und sogar köcheln.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Nadine Enne Seminarbäuerin in Ausbildung |
| TERMIN | Mittwoch 19. Juni 2024 15:00 – 16:00 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 15,- EURO pro Kind |
| ANMELDUNG | Nadine Enne 0660/76 11 643 nadine.enne@gmx.at |

JUGENDBAND**JUGENDLICHE**

Ein Angebot für musikalische Jugendliche: Du singst gerne und/oder spielst ein Instrument? Komm mal zum Schnuppern vorbei bei einer Probe unserer Jugendband! Gemeinsam proben wir hauptsächlich für die Gestaltung der Jugendgottesdienste. Wir freuen uns auf dich!

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Pia Eder Theologin und Kirchenmusikerin |
| TERMIN | Freitag, 16. Februar / 15. März / 05. April und 17. Mai 2024 jeweils 19:00 – 20:30 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| ANMELDUNG | Pastoralassistent Christian Eder 0676/82 66 88 088 c.eder@dsp.at |

LUKS LIFE

APOTHEKEN YBBS & PERSENBEUG

BASTELTREFF FÜR JUNG UND ALT

Die Pfarre Ybbs lädt einmal im Monat dazu ein, im Pfarrzentrum Ybbs zusammenzukommen und miteinander kreative Ideen umzusetzen. Die Bastelideen sind so angelegt, dass für Jung und Alt etwas dabei ist. Dabei entstehen schöne Dekoartikel und Geschenke für Zuhause und für liebe Menschen, sowie für den guten Zweck. Damit wir wissen, wie viel Material benötigt wird, bitten wir um eine Voranmeldung bis eine Woche vor Veranstaltungsbeginn.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Michaela Braunsteiner Pfarre Ybbs |
| TERMINE | Samstag, 24. Februar, 23. März, 20. April, 25. Mai und 15. Juni 2024 jeweils 9:00 - 11:30 Uhr |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau, Peter-Rosegger-Promenade 5, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | Bastelbeitrag, der je nach Materialaufwand unterschiedlich hoch ist |
| ANMELDUNG | Michaela Braunsteiner 0670/55 80 140 familie.braunsteiner@gmail.com |

ABSTRAKTE BÄUME IN ACRYL MIT SPACHELTECHNIK (FÜR ERWACHSENE)

Hier geht es um darum, ein eigenes Bild mit Farben in Acryl zu entwerfen! Dabei werden zunächst Farben auf die Leinwand aufgetragen und dann mit der Spachtel verstrichen. In diese Landschaft können dann Bäume und Wälder gezeichnet gemalt werden. Mit der Spachteltechnik ist ein gelungener, abwechslungsreicher Malabend vorprogrammiert! Keine Vorkenntnisse erforderlich!

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Maria Aigner Pädagogin, Kreativwerkstatt- Kunsttherapie/Mal- und Gestaltungstherapie |
| TERMIN | Mittwoch, 24. April 2024 18:30 - 20:30 Uhr |
| ORT | Habichstraße 34, 3376 Ennsbach |
| KOSTEN | 28,- Euro inkl. kl. Leinwand, Material und Farben |
| ANMELDUNG | Maria Aigner 0664/54 10 944 maria.aigner1@gmx.net Anmeldeschluss jeweils 2 Tage vor dem Termin |

**Raiffeisen
Meine Bank**



TIERISCHER ZWERGENNACHMITTAG/VORMITTAG

AB BABYALTER

Gemeinsam mit meinen Tieren möchte ich auch kleineren Kindern die Welt der Tiere näher bringen. Wir werden Tiere füttern, streicheln, beobachten, bürsten und vieles mehr. Spiel, Spaß und Kreativität stehen in dieser wertvollen Zeit am Programm.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Magdalena Schild Fachkraft für Tiergestützte und Naturgestützte Pädagogik |
| TERMIN 1 | Samstag, 06. April 2024 15:00-16:30 Uhr |
| TERMIN 2 | Samstag, 27. April 2024 15:00-16:30 Uhr |
| TERMIN 3 | Donnerstag, 30. Mai 2024 09:00-10:30 Uhr |
| ORT | Hauptstraße 92, 3381 Golling |
| KOSTEN | 15,- EURO pro Kind + 1 Begleitperson (+10,- EURO Geschwister) pro Termin |
| ANMELDUNG | bis 1 Tag vor Termin: Magdalena Schild 0664/ 30 21 104 tierische.auszeit@gmail.com www.tierischeauszeit.at |

KUNTERBUNTER TIERISCHER MATSCHNACHMITTAG/VORMITTAG

AB BABYALTER

Kleinkinder lieben es verschiedenste Materialien zu erkunden. Die Kinder dürfen während dieser Einheit sich kreativ austoben, fühlen, erkunden und vieles mehr. Verschiedenste Materialien werden mit Händen und Füßen erkundet z.B. Rasierschaum, selbstgemachter Glibberschleim, Sand, Knete, Heu und vieles mehr. Nebenbei können noch viele Tiere entdeckt und gefüttert werden. Waschmöglichkeit ist vorhanden

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Magdalena Schild Fachkraft für Tiergestützte und Naturgestützte Pädagogik |
| TERMIN 1 | Freitag, 26. Juli 2024 15:00-17:00 Uhr |
| TERMIN 2 | Samstag, 24. August 2024 09:30 - 11:30 Uhr |
| ORT | Hauptstraße 92, 3381 Golling |
| KOSTEN | 25€ pro Kind (inkl. 1 Begleitperson bei den jüngeren Kindern) |
| ANMELDUNG | bis 1 Tag vor Termin: Magdalena Schild 0664/ 30 21 104 tierische.auszeit@gmail.com www.tierischeauszeit.at |

PONY-RÄTSELRALLYE ZU OSTERN

KINDER AB 4 JAHRE

Erlebe eine Osternest-Suche der besonderen Art! Am Ponyhof hat der Osterhase knifflige Rätsel versteckt, die gefunden und gelöst werden müssen. Erst dann kann das große Osterfest stattfinden. Sei dabei und hilf mit - gemeinsam mit den Ponys sind die Aufgaben bestimmt schnell gemeistert.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Carina Wurz FEBS Betreuerin, Daniela Schütz TRIK Reitpädagogin |
| TERMIN | Donnerstag, 28. März 2024 14:00 - 16:30 Uhr |
| ORT | Pferdehof Zottl & Co, Roßbergstraße 14, 3370 Ybbs |
| KOSTEN | 40,- EURO pro Kind |
| ANMELDUNG | Daniela Schütz 0650/71 52 815 schuetz03@gmail.com Carina Wurz 0664/ 52 53 234 carina.wurz@gmx.net |

TIERISCHE ERLEBNISSE

KINDER AB 4 JAHRE

Gemeinsam mit tierischer Begleitung erleben wir unterschiedliche Themen und erforschen die Natur und Tierwelt. Anschließend werden wir die Hühner, Ziegen, Meerschweinchen und Hasen versorgt und die Kinder bekommen eine kleine Stärkung.

| | |
|---------------------------|---|
| LEITUNG | Magdalena Schild Fachkraft für Tiergestützte und Naturgestützte Pädagogik |
| TERMINE UND KOSTEN | Ein tierisches Osterfest Samstag, 30. März 2024 14:00 - 16:00 Uhr 30,- EURO Tierisches Frühlingserwachen Samstag, 16. März 2024 14:00 - 16:00 Uhr 25,- EURO Kunterbunter tierischer Nachmittag Samstag, 13. April 2024 14:00 - 16:00 Uhr 25,- EURO Tierische Waldentdecker Donnerstag, 30. Mai 2024 14:00 - 16:00 Uhr 28,- EURO Tierische Schatzsuche Freitag, 21. Juni 2024 16:00 - 18:00 Uhr 30,- EURO Erlebnis mit Tier und Natur Donnerstag, 15. August 2024 10:00 - 12:00 Uhr 25,- EURO |
| ORT | Hauptstraße 92, 3381 Golling |
| ANMELDUNG | Bis 1 Tag vor Kursbeginn Magdalena Schild 0664/ 30 21 104 tierische.auszeit@gmail.com www.tierischeauszeit.at |

PONY - GESCHICKLICHKEITSPARCOURS

KINDER AB 4 JAHRE

Wie geschickt bist du mit dem Pony und auf dem Pferderücken? Beim Geschicklichkeitsparcours kannst du deine Fähigkeiten in Koordination, Gleichgewicht und Schnelligkeit testen. Dabei sammelst du Erfahrungen im Umgang mit dem Pferd, beim Führen und beim Reiten. Lustige Spiele und Aufgaben fördern Geschick, Genauigkeit und das Zusammenwirken als Team.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Carina Wurz FEBS Betreuerin, Daniela Schütz TRIK Reitpädagogin |
| TERMIN | Freitag, 10. Mai 2024 15:00 - 17:30 Uhr |
| ORT | Pferdehof Zottl & Co, Roßbergstraße 14, 3370 Ybbs |
| KOSTEN | 40,- EURO pro Kind |
| ANMELDUNG | Daniela Schütz 0650/71 52 815 schuetz03@gmail.com Carina Wurz 0664/ 52 53 234 carina.wurz@gmx.net |

ZIEGENWANDERUNGEN

KINDER AB 4 JAHRE

Nach einer kurzen Einführung und kennenlernen der Ziegen werden wir uns auf eine Wanderung durch Wald und Wiese begeben. Zum Abschluss werden noch die Hühner und Ziegen versorgt.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Magdalena Schild Fachkraft für Tiergestützte und Naturgestützte Pädagogik |
| TERMINE | Ziegenwanderung Samstag, 11. Mai 2024 10:00 - 11:30 Uhr 20,- EURO Ziegenwanderung mit Picknick Freitag, 05. Juli 2024 10:00 - 11:30 Uhr 22,- EURO |
| ORT | Hauptstraße 92, 3381 Golling |
| ANMELDUNG | Bis 1 Tag vor Kursbeginn Magdalena Schild 0664/ 30 21 104 tierische.auszeit@gmail.com www.tierischeauszeit.at |

WALDENTDECKER IM FRÜHLING/SOMMER GESUCHT!**KINDER 6-10 JAHRE**

Mit Spiel, Spaß und Bewegung erforschen wir gemeinsam den Lebensraum Wald in Ybbs auf der Marienhöhe. Was kann man aus dem Gehölz im Wald bauen? Was gibt es in den Jahreszeiten zu entdecken? Die Kinder machen sich gemeinsam auf eine spannende Reise im Naturraum Wald. Festes Schuhwerk erforderlich.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Beate Birringer-Zauner Waldpädagogin |
| TERMIN 1 | Frühling: Freitag, 19. April 2024 14:30 - 17:30 Uhr |
| TERMIN 2 | Sommer: Freitag, 14. Juni 2024 14:30 - 17:30 Uhr |
| ORT | Marienhöhe - Treffpunkt Hubertuskapelle, 3370 Ybbs /Donau |
| KOSTEN | 15,- EURO pro Termin |
| ANMELDUNG | Beate Birringer-Zauner 0676/67 12 387 beate.birringer@gmx.at |



2. KUNTERBUNTES JAHRESFEST



Sonntag, 02. Juni 2024

14:00 - 17:00 Uhr

**Pfarrzentrum Ybbs
Peter-Rosegger Promenade 5
3370 Ybbs/Donau**

KUNTERBUNT - FAMILIENNETZWERK YBBS

www.kunterbunt-ybbs.at

MUTTER-ELTERN-BERATUNG

Das Mutter-Eltern-Beratungsteam berät Sie gerne zu folgenden Fragen:

Entwicklung und Förderung Ihres Kindes, Erheben eines allgemeinen Status mit der motorischen Entwicklungen samt ihren Abweichungen, Tipps zur Frühförderung der motorischen Fähigkeiten, Verlaufsbeobachtung der sprachlichen Entwicklung und Beobachtung des psychosozialen Status (Eltern, Bezugspersonen)

| | |
|----------------|---|
| LEITUNG | Mutterberatungsteam Land Nö: Dr. Christian Kring und DGKS Doris Ringseis |
| TERMINE | Freitag, 16. Februar, 15. März, 19. April, 17. Mai und 21. Juni 2024 10:00 -11:00 Uhr |
| ORT | Gemeinde Ybbs/Donau, Eingang Sandtorgasse |
| KONTAKT | Gemeinde Ybbs www.ybbs.gv.at |

STILLGRUPPE

Im Rahmen der Mutter-Eltern-Beratung Pöchlarn findet einmal monatlich eine Stillgruppe mit AFS Stillberaterin DGKS Doris Ringseis statt. Die Teilnahme ist ohne Anmeldung möglich.

| | |
|----------------|--|
| TERMINE | Freitag, 23. Februar, 22. März, 26. April, 24. Mai und 28. Juni 2024 jeweils 08:45 - 10:45 Uhr |
| ORT | Lebenswelt Familie, Oskar-Kokoschka-Straße 15, 3380 Pöchlarn |

GOTTESDIENSTE MIT KINDGERECHTER GESTALTUNG

Bei den kindgerecht gestalteten Gottesdiensten gibt es in Ybbs und Säusenstein zwei Formate: Familienmessen und Messen mit Gedanken für Kinder.

Bei Familienmessen sind u.a. die Lieder, in Ybbs singt z.B. der Kinderchor, und inhaltliche Gestaltung der Predigt ganz auf Kinder und Familien zugeschnitten.

An besonderen Festen im Jahreskreis gibt es Messen mit Gedanken für Kinder, bei denen die Kinder während der Predigt den Inhalt des Festes separat vermittelt bekommen.

| | |
|----------------|---|
| TERMINE | Familienmessen in Säusenstein jeweils um 8:30 Uhr und in Ybbs um 10:00 Uhr: Sonntag, 18. Februar, 10. März, 07. April und 26. Mai 2024 Messen mit Gedanken für Kinder: Palmsonntag, 24. März und Pfingstsonntag 19. Mai 2024 |
| ORT | Pfarrkirche Ybbs und Säusenstein |
| KONTAKT | Pastoralassistent Christian Eder 0676/82 66 88 00 88 c.eder@dsp.at pfarre-ybbs.at |

KINDERFREUNDE GRUPPENSTUNDEN**KINDER AB 4 JAHRE**

In unseren Gruppenstunden bieten wir Kindern ab 4 Jahren ein sicheres Umfeld für Kreativität und Aktivität. Es wird gespielt, gebastelt, getanzt, gesungen, gekocht und vieles mehr.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Kinderfreunde Ortsgruppe Ybbs/Donau |
| TERMIN | Mittwoch, alle 14 Tage ab 06. März 2024 16:30 - 18:00 Uhr |
| ORT | Volksheim Ybbs, Schulring 13, 3370 Ybbs /Donau |
| ANMELDUNG | Dominic Schlatter ybbs@kinderfreunde.at kinderfreunde.at/veranstaltungen/gruppenstunde |

JUGENDMESSEN UND JUGENDTREFF

JUGENDLICHE

In der Pfarrkirche in Ybbs feiern wir monatlich Jugendmessen mit anschließendem Jugendtreff. Diese Messen werden musikalisch von der Jugendband der Pfarre Ybbs gestaltet und sind inhaltlich auf die Lebenswelt von Jugendlichen und jungen Erwachsenen abgestimmt. Im Anschluss an die Jugendmessen findet immer noch ein gemütlicher Jugendtreff in einer Wohnung neben der Kirche statt, wo wir gemeinsam etwas trinken und knabbern und uns über das Thema der Jugendmesse weiter austauschen.

| | |
|------------------|---|
| TERMIN | Samstag, 17. Februar, 16. März, 06. April und 25. Mai 2024 jeweils 18:30 – 20:30 Uhr |
| ORT | Pfarrkirche Ybbs |
| ANMELDUNG | Pastoralassistent Christian Eder 0676/82 66 88 088 c.eder@dsp.at |

ERSTE-HILFE-KINDERNOTFALLKURS (8H)

Inhalte sind:

- Grundlagen der Ersten Hilfe (Notruf, Basismaßnahmen)
- Leben retten (stabile Seitenlage, Wiederbelebung, Verschlucken, starke Blutung)
- Erkrankungen (Krupphusten, Fieberkrampf, Allergische Reaktion)
- Vergiftung
- Verletzungen (Wunden, Knochen- und Gelenksverletzungen)

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Österreichisches Rotes Kreuz Ybbs |
| TERMIN | Samstag, 27. April 2024 08:00 - 17:00 Uhr |
| ORT | Ybbsflußstraße 1, Lehrsaal RK-Ybbs, 3370 Ybbs/Donau |
| KOSTEN | 60,- EURO |
| ANMELDUNG | www.rotekreuz.at/niederoesterreich/kurse |

GLOW UP - VOM MÄDCHEN ZUR FRAU

MÄDCHEN 11 - 13 JAHRE

Mein Traum wäre, dass jede Frau / jedes Mädchen von Anfang an durch achtsame, liebevolle Aufklärung und Wissensvermittlung im Einklang mit ihrem Zyklus leben und den eigenen Körper und die Vorgänge besser verstehen lernt. Wieviel mehr Potential könnten wir als Frauen dann ausschöpfen, wieviel Stärke würden wir wieder zurückgewinnen? Soviel Kampf, Scham, negative Gefühle, Wut und Erschöpfung würden sich nicht nur in Luft auflösen, sondern in Selbstbewusstsein und Stärke verwandeln. Dies wünsche ich mir für meine Töchter und für alle Mädchen und Frauen auf der Erde.

| | |
|------------------|---|
| LEITUNG | Birgit Schuster, Jasmin Leikam, Katrin Lehner |
| TERMINE | Samstag, jeweils 09:00 - 12:00 Uhr 17. Februar 2024 "Zuhause in mir / Verbindung & Growing the roots" 16. März 2024 "Mein Zyklus" 20. April 2024 "Körperliebe und Anatomie" Optional: 18. Mai 2024 "Sexualität" |
| ORT | Holzhäuseln 5, 3250 Wieselburg Land, optionaler 4. Termin Herzraum Ybbs |
| KOSTEN | 180,- EURO optionaler 4. Termin 50,- EURO Aufpreis |
| ANMELDUNG | Birgit Schuster 0650/ 682 16 44 birgit@mahila.at www.mahila.at |

KREATIVWERKSTATT- KUNSTTHERAPIE / BEGLEITUNG MIT MALTHERAPEUT. METHODEN

Als Kunsttherapeutin begleite ich Menschen aller Altersgruppen in Workshops und Einzelsettings. Dabei geht es mir um den achtsamen Umgang und um die Freude am kreativen Schaffen. Durch das Malen und Gestalten öffnen wir unseren Zugang zu unseren Gefühlen und unbewussten Gedanken... das wirkt entlastend und erleichternd. Besonders auch Kindern hilft das kreative Tun, um Erfahrungen und Gefühlen Raum zu geben, ohne viele Worte zu verwenden. Durch Kreativität werden ihre Sinne angeregt, ihre Selbstwahrnehmung und der Handlungsspielraum verbessert. „Lass Farbe ins LEBEN und mach dein LEBEN wieder bunt“

| | |
|----------------|--|
| KONTAKT | Maria Aigner Kunsttherapeutin, Pädagogin 0664/54 10 944 maria.aigner1@gmx.net |
| ORT | Habichstraße 34, 3376 Ennsbach |
| KOSTEN | 45,- EURO 50 Minuten |

ERNÄHRUNG & GESUNDHEIT - 1:1 COACHING

Ernährungscoaching bei Kinderwunsch, in und vor der Schwangerschaft, in der Stillzeit
Im persönlichen Coaching erfährst du, wie du deine Ernährung gesund und individuell auf dich und dein Kind abstimmt, welche Vitamine und Nährstoffe wann besonders wichtig sind und vieles mehr - für einen guten Start ins Leben!

| | |
|----------------|--|
| KONTAKT | Isabella Zehetgruber Dipl. Personal- und Ernährungstrainerin 0664/46 55 880 info@bodyletic.at |
| ORT | Pfarrzentrum Ybbs/Donau oder Online via Zoom |
| KOSTEN | 49,- EURO 60 Minuten |

KLANGMASSAGEN

Durch den Einsatz der Klangschalen gerät Ihr gesamtes Körperwasser in Bewegung, in Schwingung. Sie kommen immer mehr in einen Zustand der tiefen Entspannung.

- Jede Zelle Ihres Körpers wird sanft massiert
- findet ihre ursprüngliche Ordnung wieder
- Blockaden können sich auflösen
- Ihre Selbstheilungskräfte werden aktiv

Es gibt unterschiedliche Anwendungsgebiete einer Klangmassage: Ganzkörper-Massage, in der Schwangerschaft, für Babys und Kleinkinder sowie Kinder zwischen 4 und 12 Jahren.

| | |
|----------------|---|
| KONTAKT | Regina Pfeiffer Dipl. Entspannungstrainerin, Dipl. Klangenergetikerin 0676/65 08 029 klaengeregina@gmail.com |
| ORT | Obere Bahnzeile 30, 3680 Persenbeug |
| KOSTEN | 25 - 52,- EURO 30-60 Minuten je nach Anwendung |

ERNÄHRUNGS COACHING

Du musst deine Ernährung aufgrund einer Unverträglichkeit oder einer Erkrankung umstellen? Dein Arzt oder Diätologe hat dir eine Anzahl an „Verboten/Vorschriften“ mitgegeben? - Ich helfe dir, diese nicht mehr als „Verbot“ zu sehen und deine NEUE ERNÄHRUNG in deinem Alltag umzusetzen.

Ich biete individuelle Coachingpakete, welche speziell auf deine Bedürfnisse und Ziele ausgerichtet sind. – Denn jeder Mensch isst anders!

Details zu meinen Coachingpaketen findest du auf meiner Homepage <https://lovewhatyoueat.at>

| | |
|----------------|--|
| KONTAKT | Doris Stadler Dipl. Ernährungstrainerin 0676/63 37 360 doris@lovewhatyoueat.at |
| ORT | nach Vereinbarung, auch online möglich |
| KOSTEN | individuelle Coachingpakete inkl. Einkaufsberatung ab 79,- EURO |

PSYCHOSOZIALE BERATUNG UND COACHING

Individuelle Begleitung bei Problemen und Herausforderungen des (Familien-) Lebens. Beispielt Themen sind: Überforderung, Partnerschaftsprobleme, Erziehungsfragen, Konflikte, Ängste, Mental (Over-) Load und gerechte Arbeitsteilung. Durch Gesprächstechniken und kreative Interventionen begleite ich euch hin zu eurem Ziel und eurer Lösung. Wir machen uns auf die Suche nach hinderlichen Handlungs- und Denkmustern und nutzen die systemische Perspektive, um die Ursache zu erkennen und genau da anzusetzen, wo es wirksam ist.

In einem kostenlosen Erstgespräch im Einzel- oder Paarsetting lernen wir uns kennen und ihr könnt das Thema einmal in Ruhe beschreiben. Ihr bekommt ein Gefühl für die Beratungssituation und könnt dann entscheiden, ob das für euch passt. Wir treffen uns je nach Situation und Thema in einem Beratungsraum in Purgstall, Pöchlarn, Ybbs oder online.

| | |
|----------------|---|
| KONTAKT | Herz & Kopf - Isabella Pitzl 0677/64367257 info@herzundkopf.at www.herzundkopf.at |
| ORT | nach Vereinbarung |
| KOSTEN | Kostenloses Erstgespräch (25 min) Beratung: 80,- EURO pro Einheit (50 min) |

1:1 LEARN FLOW SCHÜLERCOACHING

Das Learn Flow Coaching besteht aus Elementen der Lerntherapie, des Achtsamkeitstrainings, Gehirntraining und Persönlichkeitsstärkung nach dem Konzept der MemoMethode. Je nach den Bedürfnissen des Kindes passe ich mein Training individuell an. Dabei hilft dir das Coaching:

- Konzentrations- und Aufmerksamkeitsschwierigkeiten
- Prüfungsangst
- Lernmotivation
- Lernorganisation
- Lernblockaden
- Lernstrategie
- Selbstvertrauen

Das Learn Flow Coaching ist eine individuelle, professionelle Beratung und keine Nachhilfe.

| | |
|----------------|---|
| KONTAKT | Sonja Wagesreiter Pädagogin, Lerntherapeutin, Achtsamkeitstrainerin, Life Kinetik Coach Kostenlose Erstberatung vereinbaren unter 0650/98 20 084 oder sonja.wagesreiter@gmail.com |
|----------------|---|

PROFESSIONELLE BABLÜ-BACHBLÜTENBERATUNG & HEILKRÄUTERKUNDE

Ich helfe dir, deine körperliche & seelische Balance wieder in Einklang zu bringen.

Mein Angebot umfasst Original Bach-Blütentherapie nach Dr. Edward Bach für Erwachsene und Kinder (akute aber auch chronische, seelische Beschwerden), neue Therapien mit Bachblüten-Schienen nach Krämer, Bachblüten für Schwangere, Babys, Kinder & Jugendliche sowie Bachblüten Hautzonen, für Tiere (Katzen, Hunde, Pferde), Akupunkturmeridian-Mischungen auf Basis der TCM, neue Therapien mit ätherischen Ölen & Edelsteinen, Beratung & Arbeit mit Gemmomazeraten (Knopsenheilkunde) und Meisterkräuter-Beratung & Heilkräuterkunde

| | |
|----------------|---|
| KONTAKT | Anita Landstetter BaBlü Praxis Raum Melk 0680/2080790 office@oafoch.at https://www.die-bachbluetenpraxis.at/standorte/melk/ |
| ORT | Gemeindezentrum Hofamt Priel, Dorfplatz 1, 3681 Hofamt Priel |
| KOSTEN | 68,- EURO 1 Beratungs-Einheit á 45 min 25,- EURO Blitzberatung für bestehende Klienten & Klientinnen á 15 min kurzes Gespräch bei akutem Bedarf, telefonisch oder Vorort |

MUSIKTHERAPIE – MUSIK ALS BEGLEITERIN IM EINZELSETTING

In der Musiktherapie dient Musik als kreatives Ausdrucksmittel. Alle Gefühle können auf andere Art ausgedrückt werden und dadurch finden wir wieder Zugang zu unserem Körper mit all seinen Emotionen und Gedanken. Durch dieses kreative Tun werden Selbstwirksamkeit und Selbstvertrauen gestärkt. Die Stimme gehört hier ebenso als Ausdrucksmittel dazu wie leicht zu spielende Instrumente. Es ist nicht wichtig „singen zu können“ oder ein Instrument zu beherrschen. Spaß und Freude am musikalischen Tun stehen im Vordergrund! In der aktiven Musiktherapie spielen wir auf leicht spielbaren Instrumenten oder singen gemeinsam. In der rezeptiven Musiktherapie hören wir gemeinsam Musik über Tonträger oder die Therapeutin spielt für dich (Klangreise, Klangschalenthherapie, Imagination). Kinder als auch Erwachsene können in allen Lebenslagen (Schwangerschaft bis zum Lebensende) von Musiktherapie profitieren. Sie wird mittlerweile zur Behandlung von unterschiedlichen körperlichen und psychischen Erkrankungen sowie zur Vorbeugung/Prävention eingesetzt.

| | |
|----------------|--|
| KONTAKT | Dagmar Kaliwoda, MSc Musiktherapeutin 0650/3531570 info@lebensklaenge.at www.lebensklaenge.at |
| ORT | Hauptplatz 3/1, 3244 Ruprechtshofen |
| KOSTEN | 55,- EURO 45 Minuten |

OPEN YOUR HEART – RITUAL ZUR HERZÖFFNUNG ÜBER DEINE BRÜSTE (FÜR FRAUEN)

Frauenkreis mit angeleiteter Brustmassage - Unsere Brüste sind die Erweiterung unseres Herzens. Wenn wir sie berühren, berühren wir gleichzeitig unser Herz. Wir werden uns bei diesem Ritual absichtslos und liebevoll auf körperlicher, energetischer und emotionaler Ebene mit unseren Brüsten, unserem Herzen und unserer weiblichen Kraft verbinden.

| | |
|------------------|--|
| LEITUNG | Jasmin Leikam Dipl. Energetikerin, Trainerin für verbindende Kommunikation |
| TERMINE | Einmal pro Monat an einem Samstag 17:00 – 19:00 Uhr Aktuelle Termine sind unter: www.jasminleikam.at ersichtlich |
| ORT | Raum Yoniverse, Maierhofen 1a, 3253 Erlauf |
| KOSTEN | 30,- EURO pro Termin |
| ANMELDUNG | Jasmin Leikam jasmin.leikam1@gmail.com 0650/9850874 www.jasminleikam.at |

MENTALTRAINING

Als Dipl. Mentaltrainerin begleite und unterstütze ich Kinder, Jugendliche und Erwachsene, ihren Alltag selbstbewusst aufzubauen, ihre Resilienz zu stärken um gelassen ihre Herausforderungen des Lebens zu meistern, um ihr Leben lebenswert zu leben. Ich unterstütze Kinder und Jugendliche bei ihrer Entwicklung, der Entfaltung ihrer mentalen Stärke, ihres Selbstbewusstseins, bei Ängsten oder Unsicherheiten. Mentale Stärke ist erlernbar!

KONTAKT Gabi Denk, BEd. | Pädagogin, Dipl. Mentaltrainerin, Ärztl. geprüfte Aromafachberaterin, Erwachsenenbildnerin mit Schwerpunkt Elternbildung

0676/ 57 08 416 | gabi.denk@gmx.at

ORT Amstetten und Ybbs

KOSTEN Kostenloses Erstgespräch (30 Min) | 75,- EURO pro Einheit (60 Min)

NEURODINGS®

INeurodings® ist eine kreative Selbsthilfemethode, die man zu unterschiedlichen Themen einsetzen kann. Beispielsweise zur Stressbewältigung und Kreativitätsförderung, ebenso zur Trauerbegleitung, bei Ängsten oder Konflikten, aber auch als positive Unterstützung bei Projekten und Zielsetzungen. Als Neurodings®-Trainerin erstelle ich nach einem Erstgespräch den passenden Ablauf. Gemeinsam wird ein ätherisches Öl ausgewählt, welches zusätzlich das jeweilige Thema unterstützt. Schritt für Schritt begleite ich durch die neurokreative Zeichnung. Zeichenmaterial ist inklusive. Neurodings® kann JEDER – es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

KONTAKT Katharina Howanietz | Neurodings® Duftbalance, Zert. Neurodings®-Trainerin, Aromaberaterin
0650/ 49 77 026 | kreativefantasy@gmail.com | www.kreativefantasy.com

ORT nach Vereinbarung

KOSTEN 40,- EURO pro Stunde (60 min) | Einzelsitzungen dauern in der Regel 1-1,5 Stunden

NEURAL-UND PSYCHOKINESIOLOGIE

Die Neural-und Psychokinesiologie nach Dr.med. Klinghardt ist eine ganzheitliche Methode. Mit dieser werden Störungsfelder mittels Testung aufgezeigt und nach individuellen Lösungen gesucht.

KONTAKT Ingrid Wagner-Karner | Sonder- und Sprachheilpädagogin, Neural- und Psychokinesiologin nach Dr. med. Klinghardt, Multimodale Kunsttherapeutin i.A. (Expressive Arts), Psychosoziale Beraterin i.A.: 0676/3779099 | ingrid.wagner-karner@gmx.at

ORT nach Vereinbarung

KOSTEN Erwachsene: 60,- Euro | Kinder und Jugendliche: 30,- Euro

CHIBALANCING

Chibalancing ist eine wunderbare Anwendung, die uns dabei hilft Blockaden im Körper zu entdecken und aufzulösen und Lebensenergie wieder ins fließen zu bringen. Durch bewusstes Ausgleichen dieser Energie entsteht Harmonie und innerer Frieden. Das ist die perfekte Grundlage für Heilung. Das Kernstück dieser Behandlungstechnik bildet die Chakrenarbeit - speziell ausgewählte ätherische Öle bereichern diese wunderbare Arbeit.

KONTAKT Cornelia Schroll | 0660/ 37 67 812 | schroll.cornelia@gmail.com

ORT nach Vereinbarung

KOSTEN 60,- Euro | 90 Minuten

Werde Mitglied im Verein „Kunterbunt Familiennetzwerk Ybbs“!

Mit deiner Mitgliedschaft im Familiennetzwerk förderst du unser vielfältiges Angebot für Familien in der Region und genießt eine Menge toller Vorteile:

- breites Netzwerk an Familien und KursleiterInnen
- **10,- Gutscheine einzulösen auf das gesamte Kursangebot**
- Ermäßigungen und Goodies bei Kunterbunt-Events
- laufende News und Bildungsangebote
- Einblick ins Kursprogramm eine Woche vor Veröffentlichung :)

Beitrittserklärungen für eine Mitgliedschaft findet ihr unter:
www.kunterbunt-ybbs.at/mitglied-werden oder hier [QR-Code scannen ->](#)



Oder Anmeldeabschnitt gleich ausfüllen und Foto schicken!

Ich werde Mitglied im Verein "Kunterbunt - Familiennetzwerk Ybbs"

- 20,- Euro | Standard-Mitgliedschaft** (für Einzelpersonen und Familien)
- 50,- Euro | Unterstützende Mitgliedschaft** (für KursleiterInnen, KooperationspartnerInnen, Sponsoren)

Der Jahresbeitrag gilt pro Vereinsjahr von 01. April-31. März

Vorname* | Nachname*

E-Mail-Adresse*

Adresse

Telefonnummer

Ich überweise den Mitgliedsbeitrag an

„Verein Kunterbunt Familiennetzwerk Ybbs“: IBAN: AT80 3202 5000 0034 7427

Ich möchte eine jährliche Einzugsermächtigung erteilen

Ich möchte KEINE Mitgliederinformationen und Gutscheine per Email erhalten

DATUM* | UNTERSCHRIFT*

*verpflichtende Angabe. Alle angegebenen Daten werden nur für die vereinsinterne Abwicklung verwendet.

Verein Kunterbunt Familiennetzwerk Ybbs | ZVR-Zahl: 1143414816

kunterbunt.ybbs@gmail.com | www.kunterbunt-ybbs.at

Unsere KursleiterInnen



Magdalena Schild
Sozialpädagogin, Reitpädagogin



Dagmar Kaliwoda
Musiktherapeutin



Barbara Kierberger
Dipl. Qi Gong Übungsleiterin, Strömungen
Trainerin, Dipl. Mentaltrainerin



Isabella Zehetgruber
Dipl. Personal- und Ernährungstrainerin



Stefanie Steinberger
Eldern-Kind-Gruppenleiterin,
Sozialarbeiterin



Daniela Höller
Zert. MAWIBA-Trainerin



Pia Eder
Theologin und Kirchenmusikerin



Jasmin Leikam
Dipl. Energetikerin



Anita Landstetter
Dipl. FNL-Kräuterexpartin und
Dipl. Bachblüten-Beraterin



Isabella Pitzl
Beratung und Coaching



Katharina Howanietz
Zert. Neurodichtungs-Trainerin,
Aromaberaterin



Maria Aigner
Pädagogin, Kunsttherapie/Mal- und
Gestaltungstherapie



Verena Höbinger
Bewegungstreff,
Catch'n Serve Ball-Trainerin



Pamela Herzog
Dipl. Fitness- und Wellnesstrainerin,
dipl. Ernährungstrainerin



Marlene Augl
Ballschule Trainerin



Sonja Wagesreiter
Lerntherapeutin, Provokativpädagogin,
Life-Kinetik-Coach



Daniela Schütz
Eldern-Kind-Gruppenleiterin,
Reitpädagogin



Sarah Schönhofer
Hebamme



Cornelia Schroll
Chibalancing



Ingrid Wagner-Karner
Sonder- und Sprachheilpädagogin,
Neural- und Psychokinesiologin



Maria Lahmer
Ärztlich geprüfte Betriebs- &
Berufsaromatologin



Christian Eder
Pastoralassistent Pfarre Ybbs



Birgit Schuster
SoulBirth Doula & Yoga Trainerin



Beate Birringer-Zauner
Babymassage, Montessori-Pädagogin,
Kreativ- und Waldpädagogin



Regina Pfeiffer
Dipl. Entspannungstrainerin, Dipl.
Klangenergetikerin



Eva-Maria Mayr
Dipl. Erwachsenenbildnerin,
Meditationsleiterin, Spirituelle Theologie



Doris Stadler
Ernährungsberaterin



Nadine Enne
Seminarbauerin in Ausbildung



Maria Beneder
Yogalehrerin



Gabi Denk
Dipl. Mentaltrainerin,
Erwachsenenbildnerin

KUNTERBUNT - Familiennetzwerk Ybbs

Wir sind ein privater & unabhängiger Verein der 2022 neu gegründet wurde, um in Ybbs an der Donau regional wie überregional ein Angebot zu schaffen, das für Familien unterschiedliche Möglichkeiten für Begegnung und Austausch bietet und zum Wohlfühlen einlädt.

Der Vereins-Vorstand besteht aus sechs Müttern, denen es wichtig ist, ein transparentes und breit gefächertes Kursangebot für Familien in allen Lebensphasen zu schaffen.



**PFARRE
Ybbs/Donau**

Wir danken unseren
Unterstützern

*ybbs an der Donau
die Stadt*

