

Veranstaltungen Frühling 2020

NUAD Thai

Tiefenentspannung – ein wahrer Jungbrunnen für mehr Energie und Beweglichkeit des Muskel- und Bewegungsapparates, auch für Kinder und Jugendliche bestens geeignet.

Schnuppertage zum Kennenlernen 3. Februar, 6. April und 8. Juni 2020
jeweils Montag 8 – 12 Uhr

Erni Wöss, Dipl. NUAD-Praktikerin DGKS
Kosten: 15,- pro halbe Stunde
Anmeldung in der Praxis unter 07942/72727

Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg Selbsthilfeübungsgruppe

Echtes Verstehen und „herzliche Verbindung“ sind hilfreich für mich selber, in der Partnerschaft, mit meinen Kindern, in der Arbeit.

Termin zum Kennenlernen der GFK: 12. März 19.30 bis ca. 22.00 Uhr

Infos und Anmeldung unter 0664/4771278

„Vom Kindergartenkind zum Schulkind“

Workshop für Eltern von Kindern im Alter von 4 - 7 Jahren

Termine: jeweils Donnerstag von 19 bis 21:30 Uhr
23. u. 30. Jan., 6. Februar 2020
Kosten: 12.- pro Familie

Leitung: Maria Mitterlehner
(Kindergarten Pädagogin, ADHS Trainerin und Pikler Pädagogin i.A.)
in Zusammenarbeit mit Schetz

Veranstalter, Anmeldung und Ort: Eltern-Kind-Treff Purzelbaum,
Schlosshof 1, 4240 Freistadt www.elternkindtreff.at , 07942/74181

in Zusammenarbeit mit der Gesunden Gemeinde Freistadt

St. Peterstraße 9, 4240 Freistadt, Tel. 07942 / 72727



Stillbeginn und Wochenbett

Vortragsabend für werdende Eltern
mit wertvollen Infos für die wundervolle erste Zeit mit dem Baby.

Termine: jeweils Mittwoch 19.00 – 21.00 Uhr

11. März; 6. Mai und 8. Juli 2020

Kosten: 15,-€, Paare 25,-€

Leitung und Anmeldung:

Ingrid Gugel-Wackerle Hebamme und Stillberaterin 0664/4771278

Geburtsvorbereitung für Paare

Individuelle Geburtsvorbereitung für einzelne oder wenige Paare nach
Vereinbarung jederzeit möglich

Yoga für Schwangere

- * Zeit ganz für dich und dein Baby
- * Kraft und Ausdauer stärken
- * Entspannung vertiefen
- * Selbstwahrnehmung und Atmung verbessern
hilft zur Vorbereitung auf die Geburt

Kurs 1. Beginn 10. März 2020

Kurs 2. Beginn 19. Mai 2020 jeweils 8x Dienstag von 18 – 19.30 Uhr

Leitung: **Ingrid Gugel-Wackerle** Hebamme und 4-fache Mutter

Kosten: 120,-€ für einzelne Abende 20,-€

Veranstalter, Anmeldung und Ort: **Eltern-Kind-Treff Purzelbaum,**
Schlosshof 1, 4240 Freistadt www.elternkindtreff.at , 07942/74181

in Zusammenarbeit mit der Gesunden Gemeinde



„Leben mit dem Baby“-Treff

für Schwangere und Eltern mit Baby

Das Hineinwachsen in die wundervolle, herausfordernde Rolle als Mutter/Vater wird erleichtert im Zusammensein mit anderen Eltern. Erfahrungsaustausch und Infos zu all den auftauchenden Themen wie Stillen, Ernährung, Unruhe, Entwicklung, Gesundheit, eigene Ressourcen,.... gibt zusätzliche Sicherheit

Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat von 14 bis 16 Uhr

Leitung: **Ingrid Gugel-Wackerle** Hebamme und 4-fache Mutter

Veranstalter und Ort:

Eltern-Kind-Treff Purzelbaum,

Schlosshof 1; 4240 Freistadt www.elternkindtreff.at

keine Anmeldung

in Zusammenarbeit mit der Kinder und Jugendhilfe

Beikost selbst gekocht

Von der Brust/Flasche zum Familientisch:
Kochen, Kosten und Infos zu Babys Essen

Mittwoch, 29. April 2020, 15.00 – 17.30 Uhr

Kosten: 15,- € / Paare 22,-€; Elternbildungsgutscheine einlösbar

Leitung: **Ingrid Gugel-Wackerle** Hebamme, Stillberaterin

Veranstalter, Anmeldung und Ort: **Eltern-Kind-Treff Purzelbaum,**
Schlosshof 1, 4240 Freistadt, www.elternkindtreff.at , 07942/74181

in Zusammenarbeit mit der Gesunden Gemeinde Freistadt

St. Peterstraße 9, 4240 Freistadt, Tel. 07942 / 72727

