

Familien- und Sozialzentrum

Begegnung • Bildung • Beratung



PROGRAMM

JÄNNER 2025 – SEPTEMBER 2025





Manuel Hötzeneder

Allianz Agentur I & H
Passauer Straße 47, 4780 Schärding
0699/112 922 72
manuel.hoetzeneder@allianz.at

Ihr Experte für **Versicherung,**
Vorsorge und Vermögen.

SPARKASSE 
Oberösterreich

Nähe.

Wir glauben an die
Kraft des Miteinanders.
#glaubandich

www.sparkasse-ooe.at



LEITBILD

Soziale Verantwortung aus Überzeugung

- qualitativ und wertschätzend
- für (werdende) Familien und ältere Menschen
- für alle Gemeinden des Bezirks

WERTE, DIE UNS LEITEN:

- Wertschätzung
- Authentizität
- Weiterentwicklung
- Qualität
- Verantwortung



Familien- und Sozialzentrum

Begegnung • Bildung • Beratung



INHALT

Highlights 07

Rund um die Geburt 09

Spielgruppen 17

Kinder & Jugendliche 27

Elternbildung 38

Bewegung & Gesundheit 44

Entspannung & Kreativität 51

Junggebliebene 57

Beratung & Selbsthilfe 58

Allgemeines 59

FIM on Tour

Das FIM kommt in deine Gemeinde!
Es besteht der Wunsch, dass eine Veranstaltung bei euch vor Ort stattfindet?
Wir organisieren sehr gerne – jede*r darf sich melden!

Näheres unter:
Tel. 0664-3979 606
e-mail: fim-andorf@shv-schaerding.at
Mo – Do: 8.00 – 12.00 Uhr



FIM Andorf

Schulgasse 2, 4770 Andorf
Tel. 0664-3979 606
e-mail: fim-andorf@shv-schaerding.at

telefonische Erreichbarkeit
Mo – Do: 8.00 – 12.00 Uhr



FIM Schärding

Tummelplatzstraße 7, 4780 Schärding
Tel.: 0664-3979 303
e-mail: fim-schaerding@shv-schaerding.at

telefonische Erreichbarkeit
Mo – Do: 8.00 – 12.00 Uhr



www.familienzentrum.at

FIM – Familien- und Sozialzentrum

[fim_familienzentrum](https://www.instagram.com/fim_familienzentrum)



GEBURT

SPIEL-GRUPPEN

KINDER JUGENDLICHE

ELTERNBILDUNG

BEWEGUNG GESUNDHEIT

ENTSPANNUNG KREATIVITÄT

JUNG- GEBLIEBENE

BERATUNG SELBSTHILFE

ALLGEMEINES

VORWORT

Sehr geehrte Damen und Herren!

Der Sozialhilfeverband Schärding ist ein Gemeindeverband aller 30 Gemeinden des Bezirks Schärding. Als regionaler Anbieter sozialer Dienstleistungen bieten wir für Menschen jeden Alters und für viele Lebenslagen individuelle Beratung, Hilfe und Unterstützung an und bemühen uns damit um die soziale Sicherheit im Bezirk.



Dazu zählen unter anderem

- persönliche Hilfe und Betreuung, Unterstützung und Beratung Hilfebedürftiger durch Soziale Dienste (Mobile Altenhilfe, Hauskrankenpflege, Familienhilfe, Sozialberatung und -planung,..)
- Tagesbetreuungscentren und alternative Wohnformen (Vitales Wohnen)
- Hilfe in stationären Einrichtungen (Alten- und Pflegeheime in Andorf, Esternberg, Schärding und Zell/Pram)
- Geld- und Sachleistungen an Hilfebedürftige (Hilfe zum Lebensunterhalt, zu Erziehung und Erwerbsbefähigung und bei Krankheit)
- Hilfe zur Arbeit

Die Familienzentren in Andorf und Schärding bilden einen wichtigen Teil unseres Leistungsportfolios. Mit einem bunten Mix an unterschiedlichen Kurs- und Beratungsangeboten wollen wir zielgruppenorientierte Unterstützungsangebote zur Verfügung stellen. Gerade im Bereich der Gesundheit und Vorsorge setzen wir bewusst Akzente. Aber auch die Förderung des Miteinanders und integrativer Maßnahmen sind uns hier ein wichtiges Anliegen. Das FIM beschäftigt derzeit 5 hauptamtliche Teilzeit- und freiwillige Mitarbeiter:innen, ist Mitglied der Plattform der OÖ Eltern-Kind-Zentren und somit eines von zwölf Zentren, die miteinander vernetzt sind. Die Plattform vertritt die Interessen der öö. Familien gegenüber politisch Verantwortlichen und anderen Organisationen und steht seit mehr als 25 Jahren für Qualität in der Elternbildungsarbeit, die durch Qualitätssiegel gewährleistet ist!

Bezirkshauptmann Dr. Florian Kolmhofer
Obmann des Sozialhilfeverbandes





MITARBEITER*INNEN-BONUS

SHV-Mitarbeiter*innen erhalten 20% Rabatt und OÖG-Mitarbeiter*innen erhalten 10% Rabatt bei allen Veranstaltungen ab einem Betrag von € 10,-- .

ANMELDUNG und ABMELDUNG:

Die Anmeldung für unsere Veranstaltungen ist bis 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn telefonisch, per E-Mail, SMS oder WhatsApp möglich.

Ihre Teilnahme ist bindend und verpflichtend. Falls Sie aus persönlichen Gründen nicht teilnehmen können, kann die Teilnahme natürlich per Mail, telefonisch oder persönlich abgesagt werden. Bis 24 Stunden vor Kursbeginn bekommen Sie die gesamte Kursgebühr rückerstattet. Einen Tag vor Kursstart ist eine Rückerstattung der Kurskosten nicht mehr möglich und auch bei Nichtteilnahme der volle Kursbeitrag zu bezahlen, es sei denn, es wird ein*e Ersatzteilnehmer*in genannt.

DATENSCHUTZ:

Mit der Anmeldung für eine Veranstaltung stimmen Sie zu, dass Ihre personenbezogenen Daten gem. Art. 6 Abs. 1 lit. a und b DSGVO zum Zweck der Organisation der Veranstaltung vom FIM/SHV gespeichert und verarbeitet werden und wiederkehrende oder gleichartige Veranstaltungen zu informieren.

Für den Fall, dass dritte Personen zu einer Veranstaltung angemeldet werden, erklärt die anmeldende Person hiermit ausdrücklich für die Anmeldung und die Einwilligung in Verarbeitung persönlicher Daten bevollmächtigt zu sein. Soweit für die Abwicklung der Veranstaltung erforderlich, werden Ihre Daten an Dritte (z.B. Kooperationspartner und Referenten) weitergegeben. Bei der Nutzung von WhatsApp für die Übermittlung von Daten werden Daten an WhatsApp übermittelt. Der SHV Schärding hat keine Möglichkeit, die Verarbeitung von Daten durch WhatsApp zu beeinflussen. Wichtige Entscheidungen, wie etwa Art und Umfang der durch WhatsApp verarbeiteten Daten, die Art der Verarbeitung und Nutzung oder die Weitergabe der Daten an Dritte, obliegen allein WhatsApp. Es bestehen für den SHV Schärding diesbezüglich keine wirksamen Kontrollmöglichkeiten. Die Speicherung der Daten bei WhatsApp findet in einem Drittland statt.

Weitere Informationen zum Datenschutz finden Sie unter:

<https://www.shv-schaerding.at/impressum/>

FOTOAUFNAHMEN:

Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass bei Veranstaltungen Fotos und Videoaufnahmen angefertigt werden. Diese dienen der Dokumentation und können für Berichterstattungen veröffentlicht werden. Sollte dies nicht gewünscht sein, teilen Sie uns das bitte mit.

BILDNACHWEIS:

Die Bilder, die im Programmheft Verwendung finden, stammen von Bilddatenbanken bzw. wurden von uns selbst fotografiert oder vom Referenten/von der Referentin zur Verfügung gestellt. Somit werden fremde Rechte nicht berührt.

WIR SUCHEN ...

- **Neue Ideen und Kursangebote:** Wir freuen uns jederzeit über neue Ideen und Angebote für unser Programm! Einfach im Büro melden, wenn du dein Wissen, dein Talent und/oder deine Fähigkeiten weitergeben möchtest.

Liebe FIM-Besucher*innen, liebe Interessierte!



Familien- und
Sozialzentrum
Begegnung • Bildung • Beratung

Bilder sagen mehr als tausend Worte...



Wir freuen uns auf zahlreiche Besucher*innen und vielfältige Angebote ...
Karin Neiss für das gesamte FIM-Team



MARTINA



NIKY



MARION



KARIN



CLAUDIA



Freitag,
24. Jänner 2025



„FUCHS UND RABE“ UND ANDERE FABELN H01 TISCHPUPPENTHEATER FÜR FAMILIEN NEU nach Äsop und Phaedrus

Wer kennt sie nicht, die Fabel vom Fuchs, der den eitlen Raben austrickst, um an sein Stück Käse zu kommen, vom Frosch, dem sein Größenwahn zum Verhängnis wird oder jene, die von der Gefahr des Lügens erzählt, wenn sich der Wolf letzten Endes tatsächlich heranschleicht.

Babelart Theater inszeniert drei altbekannte Fabeln pointenreich und mit guter Beobachtungsgabe für die Eigenheiten der tierischen Hauptdarsteller. Professionelle Spieltechnik, charmante Figuren und musikalische Einlagen machen „Fuchs und Rabe“ und andere Fabeln zu einem Figurentheatergenuss für die ganze Familie.

✦ **Zielgruppe:** Kinder ab 4 Jahren und für die ganze Familie

🕒 **Uhrzeit:** um 15.30 Uhr (Dauer ca. 45 Minuten)

👤 **Leitung:** Andra & Manfredi, Theater babelart

🎫 **Kosten:** Vorverkauf: € 8,- pro Person
Tageskasse: € 10,- pro Person

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!



Montag,
27. Jänner 2025



AUSTAUSCHGRUPPE VON ELTERN H02 FÜR ELTERN NEU

Wachsen unsere Kinder aus dem Kleinkindalter heraus, so beginnt für die ganze Familie ein neuer Lebensabschnitt. Der Eintritt in Kindergarten oder Schule findet statt, das Schuljahr in der Volksschule oder Neuen Mittelschule will positiv bewältigt werden. Wir stehen vor neuen Herausforderungen, es gilt neue Situationen zu meistern: Stress in Schule und Alltag, Konflikte mit Anderen, das Einfügen in eine neue Gruppe oder das schrittweise Loslösen von Mama und Papa, all diese Herausforderungen stellen unsere sozialen und emotionalen Kompetenzen auf den Prüfstand.

Gemeinsam wollen wir uns an diesem Abend „von Eltern für Eltern“ Zeit nehmen, um diese herausfordernden Zeiten zu reflektieren und uns darüber auszutauschen. Wie können wir unsere Kinder in diesen herausfordernden Zeiten stärken, wie können wir positiv als Familie mit Belastungen umgehen und diesen entgegenreten und was braucht es, um Kinder zu starken und widerstandsfähigen Persönlichkeiten zu erziehen.

Gemeinsam machen wir uns auf die Suche nach Tipps und Tricks aus dem Erziehungsalltag und überlegen, wie wir trotz herausfordernder äußerer Einflüsse ein positives Familienleben und das „Großwerden“ unserer Kinder unterstützen können. Bei Bedarf werden weitere Termine angeboten.

✦ **Zielgruppe:** für Eltern mit Kindern von 3 bis 14 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** um 19.00 Uhr

👤 **Leitung:** Kerstin Mühlböck, Dipl. Sozialpädagogin und zertifizierte Resilienztrainerin, Dipl. Mobbing- und Gewaltpräventionstrainerin

🎫 **Kosten:** € 7,- pro Person

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!



Montag,
3. Februar 2025



KASPERL, SEPPEL UND DAS H03 DÜSENFAHRRAD NEU

Kasperl ist stolz auf sein neues, selbstgebautes Fahrrad mit echtem Düsenantrieb. Alle wollen damit fahren: der Seppel, die Mandragora und der etwas trottelige Zauberer Gagaballa. Aber als dann die böse, hinterlistige Hexe Morchula Stink unbedingt das schnellste Fahrrad der Welt klauen möchte, muss der Kasperl der Schlauste sein.

🕒 **Uhrzeit:** um 14.30 Uhr

👤 **Leitung:** FIM Schärading

🎫 **Kosten:** € 3,- pro Person & freier Eintritt für Kinder unter 2 Jahren

im FIM
Schärading

Anmeldung
erforderlich!



8



Sonntag,
16. März 2025

TANZKURS FÜR BRAUTPAARE UND HOCHZEITSGÄSTE

H04



Dieser Kurs ist für alle künftigen Hochzeitspaare, aber auch für Hochzeitsgäste gedacht, die ihre Tanzkenntnisse noch etwas auffrischen möchten. Unterrichtet werden die wichtigsten Tänze für die Hochzeit: Langsamer Walzer, Wiener Walzer, Foxtrott, Discofox und Blues.

Die Brautpaare erhalten natürlich viele nützliche Tipps für den Brautwalzer, Ehrentänze etc.! Auch können auf Wunsch kleine Eingänge und Figuren für den Walzer unterrichtet werden.

im FIM
Andorf

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 20.15 bis 21.55 Uhr

📅 **Termine:** Sonntag, 16.3., 23.3. und 30.3.2025

👤 **Leitung:** Markus und Judith Linsmeier, beide betreiben eine moderne, junge Tanzschule mit Kursen im gesamten südostbayerischen Raum. Judith Linsmeier ist geprüfte Tanzlehrerin im ADTV (Allgemeiner Deutscher Tanzlehrerverband).

💰 **Kosten:** € 60,-- pro Person/3 Termine (à 100 Minuten)

Anmeldung
erforderlich!

📍 **Veranstaltungsort:** FIM Andorf



Donnerstag,
24. April 2025

VORTRAG

NEU
H05

HUMOR IST, WENN MAN TROTZDEM LACHT



Ao. Univ. Prof. em. Dr. Johann Kinzl wird uns in seinem Vortrag die Wichtigkeit des Humors für unser Leben näherbringen.

Weg vom oft belastenden Problemdenken, hin zu mehr Leichtigkeit, die uns der Humor - oft verbunden mit Lachen - im Alltag, besonders aber in schwierigen Lebenssituationen, bringen kann.

Humor macht vieles möglich!

Wir freuen uns auf einen ernstzunehmenden und humorvollen Abend.

🕒 **Uhrzeit:** um 19.00 Uhr

👤 **Leitung:** Ao. Univ.-Prof. em. Dr. med. Johann Kinzl, Psychiater

💰 **Kosten:** kostenlos

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!



Montag,
23. Juni 2025

FAMILIENFEST IM ZUGE UNSERES OFFENEN FAMILIENCAFÉS

H06



Wir laden dich und deine Familie zu einem gemütlichen Nachmittag zu uns ins FIM Schärding ein. Wir werden unseren Garten (bei Schönwetter) bzw. unsere Räume (bei Schlechtwetter) öffnen, um mit euch eine schöne Zeit zu verbringen.

Wir freuen uns auf euer Kommen.

im FIM
Schärding

🕒 **Uhrzeit:** von 14.00 bis 16.30 Uhr

👤 **Leitung:** FIM Schärding

💰 **Kosten:** kostenlos



Jeden
1. Montag im Monat

ANDORF



BERATUNG

ELTERN- / MUTTERBERATUNG

Die Eltern-/Mutterberatung ist ein präventives Angebot der Kinder- und Jugendhilfe. Die ersten Lebensjahre sind für die Entwicklung eines Kindes ganz entscheidend. Als Eltern wollen wir alles richtig machen und nur das Beste für unser Kleines. Was ist richtig? Was ist falsch? Viel Neues, das uns oft verunsichert ...

Wir helfen ganz unbürokratisch weiter, messen und wiegen euer Kind und beantworten gerne eure Fragen – zum Beispiel zu:

- Entwicklung und Förderung des Kindes
- Erziehungsfragen
- Ernährung, Stillen, Gesundheit
- Allgemeine familiäre Fragen
- Rechtliche Fragen und finanzielle Ansprüche (z. B.: Unterhalt, Vaterschaft, Besuchsrecht, Beihilfen)

im FIM
Andorf

✦ **Mitzubringen ist eine kleine Decke oder Stoffwindel als Unterlage**

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 9.00 bis 11.00 Uhr

📅 **Termine:** Montag, 3.2., 3.3., 7.4., 5.5., 2.6., 7.7. und 1.9.2025

👤 **Leitung:** Karin Neiss, Sozialarbeiterin; Verena Riske, Kinderpsychologin; Elisabeth Kasamas, Stillberaterin, Klinische- und Gesundheitspsychologin

🌟 **Kosten:** kostenlos

Anmeldung
erforderlich!



Jeden
3. Montag im Monat

SCHÄRDING

✦ **Mitzubringen ist eine kleine Decke oder Stoffwindel als Unterlage**

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 9.00 bis 11.00 Uhr

📅 **Termine:** Montag, 20.1., 17.2., 17.3., 19.5., 16.6., 21.7. und 15.9.2025

👤 **Leitung:** Karin Neiss, Sozialarbeiterin und Verena Riske, Kinderpsychologin

🌟 **Kosten:** kostenlos

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!



Dienstag,
7. Jänner 2025

ANDORF



BABY-ZEITRAUM

NEU
★ G01

Im Baby-Zeitraum sind Mütter gemeinsam mit ihren Babys im Alter von 0 bis 6 Monaten herzlich willkommen.

In einer gemütlichen Atmosphäre können Mütter und ihre Babys zusammenkommen, Erfahrungen austauschen, Fragen stellen und bekommen pädagogische Inputs zu verschiedenen Themen, wie:

- Pflege
- Spielmaterial für Babys
- Bewegungsentwicklung
- vorbereitete Umgebung Zuhause
- das freie Spiel
- Gespräche mit Babys, ...

im FIM
Andorf

🕒 **Uhrzeit:** jeweils um 8.30 Uhr

📅 **weitere Termine:** Freitag, 7.2.2025 - wird je nach Bedarf monatlich stattfinden

👤 **Leitung:** Tina Michael, Kindergartenpädagogin, Früherzieherin, Zusatzqualifikation Sensorische Integration, Kybernetische Methode, Pikler® Grundkurs & Pikler® Praxisbegleitung

🌟 **Kosten:** € 18,- pro Mama & Baby/Termin

Anmeldung
erforderlich!





Mittwoch,
8. Jänner 2025

ANDORF



YOGA FÜR SCHWANGERE

G02

Mit Yoga durch die Schwangerschaft!

Eine Schwangerschaft bringt körperliche und seelische Veränderungen mit sich. Yoga hilft, Abstand vom Alltag zu erreichen und sich bewusst auf das zu konzentrieren, was gerade im Körper passiert. Durchs Yoga kommst du zur Ruhe, kannst Vertrauen und Gelassenheit entwickeln und dadurch Kraft für die Geburt sammeln.

Yoga wirkt auf allen Ebenen, körperlich – geistig – seelisch und fördert eine positive Lebenseinstellung.

Gönne dir die Zeit zu entspannen und Energie zu sammeln.

Ich freu mich auf Dich.

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 19.30 bis 20.30 Uhr

📅 **Termine:**

Block 1: Mittwoch, 8.1., 15.1., 22.1., 29.1., 19.2. und 26.2.2025

Block 2: Mittwoch, 30.4., 7.5., 14.5., 21.5., 28.5. und 4.6.2025

Sommerkurs: Mittwoch, 16.7., 23.7., 30.7., 6.8. und 13.8.2025

👤 **Leitung:** Angela Adjan, geprüfte AYA-Yogalehrerin, QI GONG-Lehrerin, Heilpraktikerin

👉 **Kosten:** € 73,-- pro Person/6 Termine bzw. € 61,-- pro Person/5 Termine



An einem Montag
im Monat,
Montag,
13. Jänner 2025

SCHARDENBERG



MUTTER-/BABYTREFF

G03

Komm mit deinem Baby/Kleinkind zu einem kleinen Frühstück. Dort kannst du andere Mütter kennenlernen und neue Kontakte knüpfen.

Nebenbei gibt es die Möglichkeit, Fragen über Pflege, Ernährung, Stillen, Schlaf, Beikost, ... zu klären und das aktuelle Gewicht deines Kindes zu ermitteln.

Ich freue mich auf euer Kommen.

in
Schardenberg

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 9.00 bis 11.00 Uhr

📅 **Termine:** Montag, 13.1., 3.2., 3.3., 7.4., 5.5., 2.6. und 7.7.2025

👤 **Leitung:** Claudia Jell, Kinderkrankenschwester, Still- und Laktationsberaterin (IBCLC)

👉 **Kosten:** € 7,-- pro Person/Termin inkl. Frühstück

📍 **Veranstaltungsort:** Zwergerlraum
Mittelschule, Kubingerstraße 11, 4784 Schardenberg

Anmeldung
im FIM Schärding oder
Andorf erforderlich!



Montag,
13. Jänner 2025

SCHÄRDING



KURS

KÖRPERARBEIT FÜR SCHWANGERE

G04

Bestens vorbereitet für die Geburt

Durch zielgerichtete Übungen bleibst du während der Schwangerschaft stark und beweglich und bereitest dich zudem optimal auf die Geburt vor. Viele typische Schwangerschaftsbeschwerden lassen sich mit gezielten Übungen sanft und natürlich „behandeln“, bzw. beugen ihnen vor. Zudem ist Zeit für Empfehlungen, Fragen und Tipps in der Schwangerschaft und rund um die Geburt.

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 17.30 bis 18.30 Uhr

📅 **Termine:** Montag, 13.1., 20.1., 3.2., 10.2., 24.2. und 3.3.2025

👤 **Leitung:** Eva Rauber, Physiotherapeutin & Regina Pichler, Physiotherapeutin

👉 **Kosten:** € 84,-- pro Person/6 Termine



KURS

G05

GEBURT & BABY

„Geburt & Baby“ ist aufgeteilt in verschiedene Themenbereiche, die auch einzeln besucht werden können. Zusammen mit deinem/deiner Partner*in oder einer Vertrauensperson, aber auch ohne Begleitperson, steht ein ganzheitliches Einstimmen auf die Schwangerschaft, die Geburt und die erste Zeit mit dem Baby im Mittelpunkt.

Partner*innen sind bei allen Modulen herzlich willkommen!

**Termine:**

Montag, 13.1., 10.3., 2.6.
und 22.9.2025

Modul 1**So startet die Geburt –
so erleichtere ich mir die Geburt**

Entspannen – Phasen der Geburt

**Termine:**

Montag, 20.1., 17.3.,
16.6. und 29.9.2025

Modul 2**Sich gemeinsam
auf die Geburt einstellen**

Atmung, Partner*innenaufgaben während der Geburt

**Termine:**

Montag, 27.1., 24.3.,
23.6. und 6.10.2025

Modul 3**Lust aufs Stillen**

- Muttermilch – Energie für Babys
- Erfolgreiches Stillen von Anfang an

Vater sein 

- Welche Veränderungen kommen auf mich als Mann zu, in diesem neuen Lebensabschnitt? – als Partner, Vater...
- Infos und Tipps für Erledigungen rund um die Schwangerschaft, Geburt und frühe Kindheit

**Termine:**

Montag, 3.2., 31.3.,
30.6. und 13.10.2025

Modul 4**Babypflege – miteinander vertraut werden**

- Natürliche Pflege bis zum 6. Monat
- Babys Bedürfnisse
- Einführung von Beikost

im FIM
Schärding

***+ Teilnahme ab der 25. Schwangerschaftswoche.
Mitzubringen sind eine eigene Matte, Socken und auf Wunsch ein
eigener Polster.**

🕒 Uhrzeit: jeweils von 19.00 bis 20.30 Uhr

👤 Leitung: Mirjam Holper, Hebamme; Marlene Dietrich, DGKS; Johannes Wagner BA, Sozialarbeiter und Sonja Schmidseher, DGKS und Kinderkrankenschwester (vom Klinikum Schärding),

💰 Kosten: € 10,-- pro Person/Modul

Anmeldung
erforderlich!



Freitag,
17. Jänner 2025

MAMA-BABY YOGA

G06

Mama-Baby-Yoga möchte dich und dein Baby in der Zeit der Rückbildung unterstützen, deinen Körper stärken, entspannen, eure Bindung stärken und dein Körpergefühl wieder zurückgewinnen. Es bleibt auch Zeit sich mit anderen Mamas auszutauschen. Die Yoga-stunde ist speziell für frisch gebackene Mamas aufgebaut. Wir stärken den Beckenboden, die Bauchmuskulatur und entspannen Nacken- und Schulterbereich. Es ist auch genug Zeit für Entspannung und Ruhe da. Dein Baby kann dabei mitmachen, zusehen oder schlafen - genießt die Zeit, wie es für euch passt!

>>>>

im FIM
Schärding✂+ **Mitzubringen ist bequeme Kleidung für dich und dein Baby.**✂+ **Zielgruppe:** Babys ab 8 Wochen nach der Geburt bis ins Krabbelalter🕒 **Uhrzeiten:** jeweils von 9.00 bis 9.45 Uhr📅 **Termine:** Freitag, 17.1., 24.1., 31.1. und 7.2.2025👤 **Leitung:** Stephanie Lehner, Dipl. Kindergesundheitstrainerin, Kinderyogalehrerin💰 **Kosten:** € 48,-- pro Elternteil/4 TermineAnmeldung
erforderlich!Freitag,
17. Jänner 2025© www.freepik.com/
author/cookie-studio

VORTRAG

G07

ICH HÄTTE ES MIR ANDERS GEWÜNSCHT ... GEBURTS-TRAUMA statt TRAUM-GEBURT

Ungewollter Kaiserschnitt, unerträgliche Schmerzen, Angst um das eigene Leben oder das des Babys, das Gefühl von Ohnmacht und Fremdbestimmung – eine Geburt, die anders verlaufen ist, als man es sich gewünscht hat, kann tiefe seelische Narben hinterlassen. Psychische Nachwehen können das eigene Wohlbefinden, die Beziehung zum Kind und auch zum Partner oder auch eine zweite Schwangerschaft sehr belasten. Diplom Lebens- und Sozialberaterin Jessica Hirthe hat sich auf Unterstützung bei der Bewältigung von belastenden Geburtserfahrungen spezialisiert. In ihrem Vortrag gibt sie einen Überblick über mentale Krisen rund um die Geburt, Einblicke in die Phasen der Verarbeitung und erste Inputs, wie diese gut gelingen kann.

Es gibt in weiterer Folge auch einen 3-teiligen Workshop – *siehe G10*

Der Vortrag und die Workshop-Reihe können auch unabhängig voneinander besucht werden.

🕒 **Uhrzeit:** von 17.30 bis ca. 19.30 Uhr📅 **weitere Termine – ONLINE:**

Montag, 7.4.2025 von 9.00 bis 10.30 Uhr

Freitag, 11.4.2025 von 19.00 bis 20.30 Uhr

👤 **Leitung:** Jessica Hirthe, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin,
Diplom Humanenergetikerin💰 **Kosten:** € 12,-- pro Person/Terminim FIM
AndorfAnmeldung
erforderlich!Freitag,
24. Jänner 2025

BABYMASSAGE-KURS

G08

„Berührt, gestreichelt und massiert werden, das ist Nahrung für das Kind.“

(Leboyer, 1997, S.17)

Berührungen tragen wesentlich zur Gesundheit und zum Wohlbefinden deines Babys bei. Im Kurs lernst du Schritt für Schritt die traditionelle Kunst der indischen Babymassage.

Babymassage ...

- ... fördert den Aufbau einer sicheren emotionalen Bindung
- ... fördert das körperliche und seelische Wohlbefinden
- ... fördert die Entwicklung des Nervensystems
- ... verbessert die Sinneswahrnehmung
- ... kann Kolik-Symptome verringern

✂+ **Zielgruppe:** Babys im ersten Lebensjahr🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 10.00 bis 11.00 Uhr📅 **Termine:****Block 1:** Freitag, 24.1., 31.1., 7.2. und 14.2.2025**Block 2:** Freitag, 16.5., 23.5., 6.6. und 13.6.2025👤 **Leitung:** Anna-Katharina Hraschan, M.A. BEd., Zertifizierte Baby-
massage-Kursleiterin & Entspannungspädagogin💰 **Kosten:** € 44,-- pro Baby mit Begleitung/4 Termine inkl. Tee, Skript,
Massageöl bei den Terminenim FIM
AndorfAnmeldung
erforderlich!



Dienstag,
28. Jänner 2025



ANDORF

MAMA-BABY-YOGA

G09

Du suchst Bewegung und ein wenig Entspannung im Baby-Alltag?

Beim Mama-Baby-Yoga Kurs bekommst du beides und noch viel mehr:

- Du kräftigst sanft deinen ganzen Körper nach der Schwangerschaft.
- Ein besonderer Fokus wird auf die Beckenbodenmuskulatur gelegt.
- Du machst Übungen für dich alleine und mit Baby.
- Die Übungen mit Baby stärken eure Verbindung auf Herzesebene.
- Du lernst eine liebevolle Babymassage kennen und anwenden.
- Die Motorik deines Kindes wird mit Baby-Yoga Übungen geschult.
- Du kannst dich mit anderen yogaaffinen Mamas austauschen.
- Entspannung und Achtsamkeitsübungen.
- Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

✂ **Mitzubringen sind Yogamatte, Decke, Spielzeug für das Baby und bequeme Kleidung für Mama und Baby!**

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 10.15 bis 11.15 Uhr

📅 **Termine:**

Block 1: Dienstag, 28.1., 4.2., 11.2., 25.2. und 4.3.2025

Block 2: Dienstag, 11.3., 18.3., 25.3., 1.4. und 8.4.2025

Block 3: Dienstag, 22.4., 29.4., 6.5., 13.5. und 20.5.2025

👤 **Leitung:** Jessica Hirthe, Yogalehrerin BDY/EYU, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Diplom Humanenergetikerin

💰 **Kosten:** € 60,-- pro Mama mit Baby/5 Termine



Freitag,
31. Jänner 2025



ANDORF

3-teiliger Workshop

G10

ICH HÄTTE ES MIR ANDERS GEWÜNSCHT ... GEBURTS-TRAUMA statt TRAUM-GEBURT

In der 3-teiligen Workshop-Reihe lernen die Teilnehmerinnen ihre Geburtsgeschichte behutsam Schritt für Schritt anzunehmen, sich mit ihren seelischen und eventuell auch körperlichen Narben zu versöhnen und neurogenes Zittern, das dem Körper hilft, sich von angesammelter muskulärer Anspannung zu befreien, die besonders nach belastenden Ereignissen wie einem Schock oder Trauma entstehen können.

Ein geschützter Raum für ein sensibles Thema darf entstehen.

Der Vortrag (siehe G07) und die Workshop-Reihe können auch unabhängig voneinander besucht werden.

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 17.30 bis ca. 19.30 Uhr

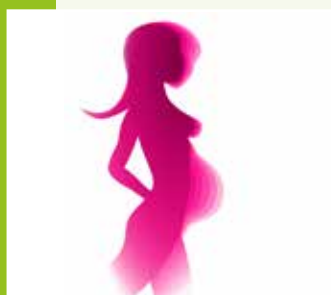
📅 **Termine:** Freitag, 31.1., 14.2. und 28.2.2025

👤 **Leitung:** Jessica Hirthe, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Diplom Humanenergetikerin

💰 **Kosten:** € 77,-- pro Person/3 Termine



Dienstag,
4. Februar 2025



KURS

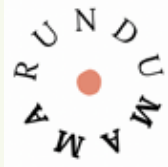
G11

RÜCKBILDUNGSKURS

In der Schwangerschaft und während der Geburt werden die Bänder, der Beckenboden und die Muskulatur sehr beansprucht. Durch gezielte Übungen kann die Körpermitte gestärkt, das Körpergefühl verbessert und Beckenbodenschwächen, Inkontinenz, Rectusdiastasen und Organsenkungen optimal in ihrer Heilung unterstützt werden. Der Rückbildungskurs ist ab der 4. Woche nach vaginaler Entbindung und 6. Woche nach einer Kaiserschnitt-Geburt empfehlenswert. Die Funktion des Beckenbodens und der tiefen Bauchmuskulatur wird mittels Ultraschallgerät in einem kurzen Check-Up kontrolliert.

Nach der Geburt spielt die passende Ernährung, sowohl für das Wohlbefinden der Mutter als auch für das Kind eine wesentliche Rolle, weshalb eine Einheit des Kurses ganz im Zeichen der Ernährung in dieser besonderen Lebensphase steht. Christina ist Diätologin und wird darüber informieren, wie die Ernährung in der Rückbildungs- und Stillzeit gestaltet werden kann.

>>>>



Ca. 80% (variiert je nach Krankenkasse) der Kurskosten können dir von deiner Krankenkasse rückerstattet werden. Für nähere Informationen diesbezüglich bitte mit FIM Kontakt aufnehmen.

im FIM
Schärding

✂+ **Mitzubringen sind eine eigene Matte und bequeme Kleidung.**

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 17.15 bis 18.45 Uhr

Anmeldung
erforderlich!

📅 **Termine:**

Block 1: Dienstag, 4.2., 11.2., 18.2., 26.2. (MITTWOCH!), 4.3., 11.3. und 18.3.2025

Block 2: Dienstag, 13.5., 20.5., 27.5., 3.6., 10.6., 17.6. und 24.6.2025

👤 **Leitung:** Anna Hamedinger, Physiotherapeutin & Christina Süß, Diätologin

💰 **Kosten:** € 150,-- pro Person/7 Termine



Freitag,
14. Februar 2025



IN BEWEGUNG MIT BABY

G12

Bauch - Beutel - Po nach dem superMAMAFitness Konzept

Du möchtest nach deiner Geburt wieder sicher und effektiv sporteln und das BESTE ist, dein Baby ist mit dabei. Du brauchst keinen extra Babysitter, dein Baby schläft oder ist auch wach - ganz entspannt in einer Tragehilfe (ich habe jede Menge Tragehilfen zum kostenlosen Verleih).

Bauch - Beutel - Po ist für Mamas nach der Rückbildung, frühestens 10 bis 12 Wochen nach Geburt. Wir sporteln mit dem Baby in der Trage. Das Hauptaugenmerk ist unser POWERHOUSE - der Schlüssel für sooo Vieles. (Starker BeBo, aufrechte Haltung, weniger Rückenschmerzen, weniger Bauchschmerzen ...)

im FIM
Schärding

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 10.15 bis 11.15 Uhr

Anmeldung
erforderlich!

📅 **Termine:**

Block 1: Freitag, 14.2., 21.2., 28.2., 14.3., 21.3., 28.3., 4.4., 11.4. und 2.5.2025

Block 2: Freitag, 9.5., 16.5., 23.5., 30.5., 6.6., 27.6., 4.7., 11.7. und 18.7.2025

Block 3: Freitag, 19.9., 26.9., 10.10., 24.10., 31.10., 14.11., 21.11., 28.11. und 5.12.2025

👤 **Leitung:** Bernadette Tomandl, Ausbildung zur superMAMA Fitness Trainerin, Trageberaterin, Kinderkrankenschwester

💰 **Kosten:** € 95,-- pro Person/9 Termine

Wenn du Fragen zu Babytragen hast, können wir uns gerne einen Termin im FIM Schärding vereinbaren. In dieser Stunde bekommst du als Mama oder werdende Mama einen Überblick was alles möglich ist. Ich freue mich auf Dich!

💰 **Kosten:** € 20,-- pro Person/Termin



Mittwoch,
5. März 2025



AVIVA RÜCKBILDUNGSKURS

G13

Für frisch gebackene Mütter ist es besonders wichtig, auf ihren Körper zu achten und durch zielgerichtete Bewegungen wieder in einen stabilen Zustand zu kommen.

Nach den neun Monaten der Schwangerschaft, in denen sich der Körper so sichtbar und spürbar verändert hatte, braucht der Körper wieder Zeit, um zu regenerieren.

Die Aviva Rückbildungsübungen unterstützen dabei, die Stabilität im Becken wiederzuerlangen sowie Muskulatur in Bauch- und Beckenregion zu stärken.

Es wird empfohlen, erst mit den Rückbildungsübungen zu beginnen, sobald eine Kontrolluntersuchung beim Gynäkologen/einer Gynäkologin bzw. einer Hebamme gemacht wurde.

Gerne können Babys mitgebracht werden.

im FIM
AndorfAnmeldung
erforderlich!✚ **Mitzubringen ist eine große Decke**🕒 **Uhrzeit:** jeweils um 9.00 Uhr📅 **Termine:****Block 1:** Mittwoch, 5.3., 12.3., 19.3. und 26.3.2025**Block 2:** Mittwoch, 28.5., 4.6., 11.6. und 18.6.2025👤 **Leitung:** Mag.^a Katharina Reiterer, AVIVA Kursleiterin💰 **Kosten:** € 44,-- pro Person/4 TermineMontag,
17. März 2025

G14



Positive Birth

POSITIVE BIRTH® –

Deine mentale Vorbereitung auf eine Geburt in Freude und Vertrauen!

4-teiliger Kurs + 1 Partnerabend

Positive Birth® ist dein geschützter Wohlfühlraum in der Schwangerschaft, um dich auf eine kraftvolle Geburt ohne Angst und in Freude vorzubereiten!

Bei einem Positive Birth® Kurs sind wir ganz unter uns.

Die Methoden sind leicht zu erlernen und einfach umsetzbar.

Mithilfe der Positive Birth® Geburtsspirale bekommst du anschauliche Informationen über den Geburtsverlauf.

Weil jede Frau und jede Geburt verschieden sind, lernst du wie du deine ganz einzigartigen Ressourcen für die Geburt nutzen kannst.

Mit Meditationen und Übungen für eine tiefere Atmung verbessert sich deine Fähigkeit im aktuellen Augenblick präsent zu sein, loszulassen und dich zu entspannen.

Durch Übungen und Gespräche wirst du dir klar darüber, wie du deine Geburt erleben und gestalten möchtest.

Mithilfe von Techniken aus dem Mentalen Training – Affirmationen, Visualisierung und Anker – wird deine positive Einstellung, deine Intuition und dein Urvertrauen gestärkt und du gewinnst Selbstvertrauen und Zuversicht für die Geburt und die Zeit danach.

Wir sprechen auch darüber, was du in unerwarteten Situationen tun kannst und wie du dabei deinen positiven Fokus beibehalten kannst.

im FIM
AndorfAnmeldung
erforderlich!🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 18.30 bis 20.30 Uhr📅 **Termine:** Montag, 17.3., 24.3., 31.3. und 7.4.2025 und ein Paarabend (Termin wird gemeinsam festgelegt)👤 **Leitung:** Mag.^a Angelika Wirth-Zauner, Doula, psychologische Beraterin und Familienmentorin, Positive Birth® Trainerin💰 **Kosten:** € 250,-- pro Person/5 Termine inkl. Skript, Affirmationskarten, Snacks & Getränke

ANDORF

Mittwoch,
19. März 2025

G15

Österreichische
Gesundheitskasse

WORKSHOP

ERNÄHRUNG VON KINDERN IM ERSTEN LEBENSJAHR

Anfangs ist es einfach: Stillen ist die natürlichste und praktischste Art, Ihrem Kind alles zur Verfügung zu stellen, was es benötigt. Doch es kommt der Zeitpunkt, an dem Ihr Baby seine Bereitschaft signalisiert, dass es mehr braucht. Jetzt gilt es, das Kind nach und nach mit einzelnen Lebensmitteln vertraut zu machen, um so den Grundstein zu seiner Gesundheit zu legen. In kostenlosen Workshops gibt Ihnen die ÖGK wertvolle Tipps für die Beikosteinführung.

Workshop-Themen:

- Wie Beikost den Geschmack des Babys beeinflusst
- Wann Beikost eingeführt werden soll
- Geeignete Lebensmittel für die Beikosteinführung
- Wie man Allergien verhindert
- Lebensmittel, die fürs Baby noch nicht geeignet sind
- Vermeidung von Nuckelkaries
- Alles rund ums Stillen
- Eltern-Kind-Bindung ist wichtig

>>>>

SCHÄRDING

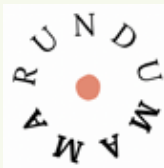
im FIM
SchärdingAnmeldung
erforderlich!

- 🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 9.00 bis 11.30 Uhr
- 📅 **weiterer Termin:** Mittwoch, 25. Juni 2025
- 👤 **Kosten:** kostenlos

**Anmeldung erforderlich unter revan-14@oegk.at
oder Tel. 050766-14103524**



**Dienstag,
25. März 2025**



RUND UM MAMA – FÜR DICH

G16

Nach der Rückbildung wollen viele Mamas wieder in einen sportlichen Alltag zurück, ein paar Extrakilos verlieren oder einmal eine Stunde Auszeit nur für sich alleine haben. Dies gelingt am besten, wenn man gezielt an die Sache herangeht. In diesem Kurs kannst du einfach mal abschalten und etwas für dich selbst machen. Wir kräftigen mit geeigneten Übungen deinen Körper und sorgen mit etwas Entspannung für neue Energie im Ma-maalltag.

- 🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 17.15 bis 18.15 Uhr

RUND UM MAMA – SCHWANGERSCHAFT

G17

Mit etwas Bewegung kannst du dir und deinem Baby viel Gutes tun. Aktivität in der Schwangerschaft steigert neben den positiven Aspekten auch das Wohlbefinden mit Babybauch und bringt dir Kraft und Energie für die Geburt. Zudem wirkt Bewegung unterstützend auf die Zeit danach, indem sie die Rückbildung fördert. Im Kurs bietet sich auch Zeit und Raum für Entspannung und den Austausch mit anderen werdenden Mamas.

- 🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 18.30 bis 19.30 Uhr

im FIM
SchärdingAnmeldung
erforderlich!

✂️ **Mitzubringen sind eine eigene Matte und bequeme Kleidung.**

📅 **Termine:** Dienstag, 25.3., 1.4., 8.4., 22.4., 29.4. und 6.5.2025

👤 **Leitung:** Anna Aigner, MEd., Dipl. Gesundheits- und
Fitnesstrainerin, Prä- und Postnataltrainerin

👤 **Kosten:** € 80,- pro Person/6 Termine

SCHÄRDING



**Donnerstag,
24. April 2025**



FUßREFLEXZONENMASSAGE

NEU
G18

Schwerpunkt KLEINKINDER UND SÄUGLINGE

Man geht davon aus, dass jedes Organ, jeder Muskel und jeder Knochen über Reflexbahnen mit den Füßen in einer Beziehung steht. Neben der Erläuterung aller bekannten Nervenendpunkte richten wir unser Hauptaugenmerk in diesem Kurs auf die Behandlung von Kleinkindern und Säuglingen.

Durch eine Fußreflexmassage kann bei Obstipation, Zahnen oder Erkältungen beschwerdelindernd eingewirkt werden.

Sie erlernen in dem Kurs, wie sie durch einfache Anwendungen die Beschwerden bei ihrem Säugling/Kleinkind lindern können.

im FIM
AndorfAnmeldung
erforderlich!

✂️ **Mitzubringen sind bequeme Kleidung, Leintuch,
Handtuch, Decke und Schreibzeug**

- 🕒 **Uhrzeit:** von 18.00 bis 22.00 Uhr

👤 **Leitung:** Sabine Zaglmaier, Med. Masseurin, Heilmasseurin und
Dipl. Lehrbeauftragte

👤 **Kosten:** € 45,- pro Person

ANDORF



Dienstag,
7. Jänner 2025

BABY-ZEITRAUM

NEU *siehe G01*

Im Baby-Zeitraum sind Mütter gemeinsam mit ihren Babys im Alter von 0 bis 6 Monaten herzlich willkommen. – **Leitung:** Tina Michael



Donnerstag,
9. Jänner 2025

MUSIKGARTEN FÜR BABYS/KLEINKINDER

S01



Gemeinsam musizieren – von Anfang an!

Alle Kinder sind musikalisch. Sie haben eine angeborene Fähigkeit zum Singen und zur rhythmischen Bewegung. Je früher das Kind an Musik herangeführt wird, desto nachhaltiger wird es gelingen, die natürliche, musikalische Veranlagung zu wecken und zu entfalten.

Langzeitstudien bestätigen inzwischen den positiven Einfluss von musikalischer Förderung auf die ganzheitliche Entwicklung des Kindes, auf die musikalische Begabung, das Sozialverhalten und das Lernen.

Der Unterricht ist für Quereinsteiger möglich!

im FIM
Andorf

🕒 Uhrzeit:

Gruppe 1 für Kleinkinder von 18 bis 40 Monaten mit Begleitung

jeweils ab 8.45 Uhr

Gruppe 2 für Babys von 0 bis 12 Monaten mit Begleitung

jeweils ab 9.30 Uhr

📅 Termine:

Block 1: Donnerstag, 9.1., 16.1., 23.1., 30.1., 6.2., 13.2., 27.2. und 6.3.2025

Block 2: Donnerstag, 3.4., 10.4., 24.4., 8.5., 15.5., 22.5., 5.6. und 12.6.2025

👤 **Leitung:** Corinna Voglmair, Elementare Musikpädagogin & Instrumentalpädagogin

💰 **Kosten:** € 65,-- pro Kind mit Begleitung/8 Termine

Anmeldung
erforderlich!



ANDORF



Montag,
13. Jänner 2025

SPIELRAUM NACH EMMI PIKLER®



Eine Spielgruppe für max. 8 Kinder im Alter von 7-28 Monaten, in Begleitung eines Elternteils nach den pädagogischen Vorstellungen von Emmi Pikler®.

Der Spielraum bietet Kindern die Möglichkeit, in einer entsprechend vorbereiteten Umgebung sich nach ihrem eigenen Tempo, Interesse und Bedürfnis auf Entdeckungsreise zu machen.

Die Eltern werden dabei eingeladen ihr Kind bei seinem „Tun“ zu beobachten, ihre Interessen und Fähigkeiten wahrzunehmen und für das Kind da zu sein, wenn es nötig ist. Dies gibt dem Kind Sicherheit und es kann sich somit neugierig und ausdauernd der Erkundung seiner Umgebung widmen, Kontakte mit anderen Kindern aufnehmen und sich in Ruhe mit dem Material und den vorbereiteten Bewegungselementen vertraut machen. Die Elternabende sind ein wesentlicher Bestandteil des Spielraums. In diesen gemütlichen Gesprächsrunden reflektieren wir das Erlebte und es ist Platz für Fragen aus dem Alltag und rund um die Erziehung.

„Wesentlich ist, dass das Kind möglichst viele Dinge selbst entdeckt ...“
(Emmi Pikler)

Begrenzte Teilnehmerzahl – max. 8 Kinder pro Gruppe – Einstieg ist jederzeit möglich, solange Plätze verfügbar sind!



FÜR KINDER VON 10 bis 14 MONATEN

S02

- 🕒 **Gruppe 1:** jeweils von 8.15 bis 9.15 Uhr
- 📅 **Elternabende:** Montag, 13.1. und 10.3.2025 jeweils 17.30 bis 18.45 Uhr
- Spielraum:** Montag, 13.1., 20.1., 27.1., 3.2., 10.2., 24.2., 3.3., 10.3., 17.3. und 24.3.2025

FÜR KINDER VON 13 bis 18 MONATEN

S03

- 🕒 **Gruppe 2:** jeweils von 9.30 bis 10.30 Uhr
- 📅 **Elternabende:** Montag, 13.1. und 10.3.2025 jeweils von 19.00 bis 20.15 Uhr
- Spielraum:** Montag, 13.1., 20.1., 27.1., 3.2., 10.2., 24.2., 3.3., 10.3., 17.3. und 24.3.2025

FÜR KINDER VON 15 bis 22 MONATEN

S04

- 🕒 **Gruppe 3:** jeweils von 10.45 bis 11.45 Uhr
- 📅 **Elternabende:** Montag, 13.1. und 10.3.2025 jeweils von 20.15 bis 21.30 Uhr
- Spielraum:** Montag, 13.1., 20.1., 27.1., 3.2., 10.2., 24.2., 3.3., 10.3., 17.3. und 24.3.2025



FÜR KINDER VON 10 bis 13 MONATEN

S05

- 🕒 **Gruppe 4:** jeweils von 8.15 bis 9.15 Uhr
- 📅 **Elternabende:** Dienstag, 7.1. und 11.3.2025 jeweils von 17.30 bis 18.45 Uhr
- Spielraum:** Dienstag, 14.1., 21.1., 28.1., 4.2., 11.2., 25.2., 4.3., 11.3., 18.3. und 25.3.2025

FÜR KINDER VON 16 bis 20 MONATEN

S06

- 🕒 **Gruppe 5:** jeweils von 9.30 bis 10.30 Uhr
- 📅 **Elternabende:** Dienstag, 7.1. und 11.3.2025 jeweils von 19.00 bis 20.15 Uhr
- Spielraum:** Dienstag, 14.1., 21.1., 28.1., 4.2., 11.2., 25.2., 4.3., 11.3., 18.3. und 25.3.2025

FÜR KINDER VON 20 bis 28 MONATEN

S07

- 🕒 **Gruppe 6:** jeweils von 10.45 bis 11.45 Uhr
- 📅 **Elternabende:** Dienstag, 7.1. und 11.3.2025 jeweils von 20.15 bis 21.30 Uhr
- Spielraum:** Dienstag, 14.1., 21.1., 28.1., 4.2., 11.2., 25.2., 4.3., 11.3., 18.3. und 25.3.2025



FÜR KINDER VON 7 bis 13 MONATEN

S08

- 🕒 **Gruppe 7:** jeweils von 8.15 bis 9.15 Uhr
- 📅 **Elternabende:** Mittwoch, 8.1. und 19.3.2025 jeweils von 17.30 bis 18.45 Uhr
- Spielraum:** Mittwoch, 15.1., 22.1., 29.1., 5.2., 12.2., 26.2., 5.3., 12.3., 19.3. und 26.3.2025



👤 **Leitung:** Tina Michael, Kindergartenpädagogin, Früherzieherin, Zusatzqualifikation Sensorische Integration, Kybernetische Methode, Pikler® Grundkurs & Pikler® Praxisbegleitung

💰 **Kosten:** € 162,-- pro Kind mit Begleitung/12 Termine

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!



Montag,
13. Jänner 2025



SCHÄRDING

SPIELRAUM NACH EMMI PIKLER® für Kinder von 10 bis 18 Monaten

Die besondere Gestaltung und Ausstattung des Spielraumes ermöglicht es Ihrem Kind, seine Umwelt und die anderen Kinder, seinem Alter und seinen Fähigkeiten entsprechend, zu erfahren und zu begreifen. Spezielle Spiel- und Bewegungsmaterialien helfen ihm dabei. Durch aktives Beobachten lernen Sie einerseits Ihr Kind, seinen Forscherdrang, seine natürlichen Instinkte besser kennen und andererseits darauf zu vertrauen, dass Ihr Kind sich vieles selbst aneignen kann. Auf diese Weise respektieren Sie seine Persönlichkeit, sein Tempo und seine Ausdauer. Wertvolle Aspekte, die Ihr Kind in seiner Entwicklung fördern. Sie als Eltern möchte ich einladen, die Entwicklung ihres Kindes auf neue Art und Weise wahrzunehmen und zu erleben. Seine sinnliche „Entdeckungsreise“ aufmerksam, wach und achtsam zu begleiten, ihm vertrauensvoll zu begegnen und es entsprechend zu unterstützen.

Für Kinder von 12 bis 18 Monaten
🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 9.00 bis 10.00 Uhr

S09

Für Kinder von 10 bis 15 Monaten
🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 10.25 bis 11.25 Uhr

S10

📅 **Elternabende:** Montag, 24.2. und 7.4.2025

📅 **Spielraum Termine:** Montag, 13.1., 20.1., 27.1., 3.2., 10.2., 24.2., 3.3., 10.3., 24.3., 31.3. und 7.4.2025

👤 **Leitung:** Sandra Gillesberger, Pikler®-Pädagogin, Kleinstkind- und Kindergartenpädagogin, Familienmentorin & psychologische Beraterin

💰 **Kosten:** € 175,- pro Kind mit Begleitung/13 Termine

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

SPIEL-
GRUPPEN

19



Montag,
13. Jänner 2025



SCHÄRDING

NEU AUS DER PIKLER® PÄDAGOGIK, NACH EINER IDEE VON UTE STRUB ... SANDSPIELRAUM für Kinder von 24 Monaten bis 7 Jahren

S11

In einem vorbereiteten Raum finden die Kinder verschiedene Gefäße, Holzkisten und Körbe gefüllt mit feinstem trockenem Sand. Schöpfer, Löffel, kleine Schaufelchen, antike Küchengeräte laden die Kinder zum ausdauernden, lustbetonten Schütten, Rühren, Sieben, Reiben und noch vieles mehr. Im Sandspielraum darf der Sand zu Boden rieseln, dürfen am Boden wundervolle Sandbilder entstehen. Eltern haben die Möglichkeit, das intensive Spiel ihres Kindes zu beobachten und wahrzunehmen. Erfreut euch an Sand-Kuchen und Sand-Kaffee und genießt das friedvolle und selbstbestimmte Spiel eures Kindes.

🕒 **Spielraum Uhrzeit:**
jeweils von 15.00 bis 16.30 Uhr

📅 **Spielraum Termine:**
Montag, 13.1., 10.2., 10.3., 7.4. und 5.5. 2025

👤 **Leitung:** Sandra Gillesberger, Pikler®-Pädagogin, Kleinstkind- und Kindergartenpädagogin, Familienmentorin & psychologische Beraterin

💰 **Kosten:** € 18,- pro Kind/Termin & € 16,- pro Geschwisterkind/Termin
Termine sind einzeln buchbar!

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!



Dienstag,
14. Jänner 2025



© Victoria Haas



SPIELRAUM NACH EMMI PIKLER® für Kinder von 6 bis 26 Monaten

Dieser Spielraum bietet den Kindern die Möglichkeit, in einer vorbereiteten Umgebung, sich zu entwickeln und an ihren Entwicklungsbedürfnissen zu wachsen. Das freie Spiel und die angepassten Bewegungsmaterialien ermöglichen dem Kind, sich selbstständig und frei zu entfalten und dadurch seiner Phantasie freien Lauf zu lassen. Ein wichtiger Aspekt ist der soziale Kontakt zu gleichaltrigen Kindern, auch die achtsame Begleitung von uns Erwachsenen beim Entdecken und Erforschen. Sein eigenes Kind aus einem anderen Blickwinkel zu sehen und es zu beobachten - um dann ein besseres Verständnis für so manche Handlungen zu entwickeln - das ist meine Einladung an dich. Gerne auch für Kinder mit besonderen Bedürfnissen, die dem Entwicklungsstand der aktuellen Gruppe entsprechen.

Für Kinder von 20 bis 26 Monaten

S12

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 8.30 bis 9.30 Uhr

Für Kinder von 16 bis 26 Monaten

S13

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 10.00 bis 11.00 Uhr

Für Kinder von 6 bis 15 Monaten

S14

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 11.20 bis 12.20 Uhr

📅 Elternabende:

Gruppe 1: Mittwoch, 15.1. und 19.3.2025 von 18.00 bis 19.30 Uhr

Gruppe 2: Montag, 13.1. und 17.3.2025 von 19.30 bis 21.00 Uhr

Gruppe 3: Mittwoch, 15.1. und 19.3.2025 von 19.30 bis 21.00 Uhr

📅 Spielraum Termine:

Dienstag, 14.1., 21.1., 28.1., 4.2., 11.2., 25.2., 11.3., 18.3., 25.3., 1.4. und 8.4.2025

👤 **Leitung:** Martina Buchinger, Montessori-Pädagogin, Pikler®-Pädagogin, Energetikerin

💰 **Kosten:** € 175,- pro Kind mit Begleitung/13 Termine

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!



Dienstag,
14. Jänner 2025



ANDORF



SPIELGRUPPE – „RAUPEN-BANDE“

S15

Dein Kind ist an mehr Angeboten interessiert - du am Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern? Dann seid ihr in der Spielgruppe – „Raupen-Bande“ genau richtig! In entspannter Atmosphäre Lieder, Fingerspiele und Kniereiter kennenlernen. Im eigenen Tempo Erfahrungen mit unterschiedlichen Materialien sammeln, basteln und gemeinsames Spielen ausprobieren. Spaß ist dabei das Wichtigste.

✂️ **Zielgruppe:** Kinder von 18 bis 24 Monaten mit Begleitung

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 8.30 bis 9.30 Uhr

📅 Termine:

Block 1: Dienstag, 14.1., 21.1., 28.1., 4.2. und 11.2.2025

Block 2: Dienstag, 25.2., 4.3., 11.3., 18.3., 25.3. und 1.4.2025

Block 3: Dienstag, 8.4., 22.4., 29.4., 6.5., 13.5. und 20.5.2025

Block 4: Dienstag, 27.5., 3.6., 10.6., 17.6., 24.6. und 1.7.2025

👤 **Leitung:** Carina Klaffenböck, Tagesmutter, Päd. Assistentkraft

💰 **Kosten:** € 50,- pro Kind mit Begleitung/5 Termine (à 60 Minuten) bzw. € 60,- pro Kind mit Begleitung/6 Termine (à 60 Minuten) exkl. Materialkosten (pro Kind ca. € 5,- je Block)

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!



Mittwoch,
15. Jänner 2025

SCHÄRDING



SPIELRAUM NACH EMMI PIKLER® für Kinder von 6 bis 20 Monaten

Für Kinder von 10 bis 20 Monaten

S16

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 9.00 bis 10.00 Uhr

Für Kinder von 6 bis 9 Monaten

S17

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 10.25 bis 11.25 Uhr

📅 **Elternabende:** Mittwoch, 26.2. und 9.4.2025

📅 **Spielraum Termine:** Mittwoch, 15.1., 22.1., 29.1., 5.2., 12.2., 26.2., 5.3., 12.3., 26.3., 2.4. und 9.4.2025

👤 **Leitung:** Sandra Gillesberger, Pikler®-Pädagogin, Kleinstkind- und Kindergartenpädagogin, Familienmentorin & psychologische Beraterin

💰 **Kosten:** € 175,- pro Kind mit Begleitung/13 Termine

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

SPIEL-
GRUPPEN

21



Mittwoch,
15. Jänner 2025

ANDORF



ZWERGENSPIELRAUM

Ein Spielraum für Kinder im Alter von ca. 2,5 bis 4 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen. In einer dem Alter angepassten vorbereiteten Umgebung dürfen sich die Kinder nach ihrem eigenen Interesse, Tempo und Bedürfnis auf Entdeckungsreise machen.

Der Raum ist dabei mit wertvollem Spielmaterial und Pikler®-Bewegungselementen gestaltet. Anschließend helfen alle in der Aufräumzeit zusammen und sortieren das Material und in einem gemeinsamen Kreis singen wir dann ein paar Lieder und machen Fingerspiele.

Zum Abschluss findet eine kleine Jause mit Butterbroten, Obst und Gemüse statt, währenddessen können sich die Eltern (ca. 15 Minuten) im Nebenraum bei einer Tasse Kaffee/ Tee austauschen.

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

✦ **Zielgruppe:** Kinder von ca. 2,5 bis 4 Jahren mit Begleitung

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 9.45 bis 11.00 Uhr

📅 **Block 1:**

S18

Elternabende: Mittwoch 8.1. und 19.3.2025 jeweils von 19.00 bis 20.15 Uhr

Spielraum: Mittwoch, 15.1., 22.1., 29.1., 5.2., 12.2., 26.2., 5.3., 12.3., 19.3. und 26.3.2025

📅 **Block 2:**

S19

Elternabende: Mittwoch 7.5. und 25.6.2025 jeweils von 19.00 bis 20.15 Uhr

Spielraum: Mittwoch, 2.4., 9.4., 30.4., 7.5., 14.5., 21.5., 28.5., 4.6., 18.6. und 25.6.2025

👤 **Leitung:** Tina Michael, Kindergartenpädagogin, Früherzieherin, Zusatzqualifikation Sensorische Integration, Kybernetische Methode, Pikler® Grundkurs & Pikler® Praxisbegleitung

💰 **Kosten:** € 204,- pro Kind mit Begleitung/12 Termine (à 75 Minuten) inkl. Jause



Donnerstag,
16. Jänner 2025



ANDORF

SPIELGRUPPE – „SPITZMÄUSE“

NEU **S20**

! MÄUSEALARM!

Du bist eine kleine Spitzmaus, dann komm mit Begleitung in meine Spielgruppe. Wir werden singen, tanzen, spielen und am Basteltisch erste Kunstwerke schaffen. Mit Spaß werden wir in kleinen Mäuseschritten, auf leisen Tatzen tappen, dabei neues Spielmaterial erkunden und laut brüllen wie ein Löwe. Deine Mama kann sich austauschen und du wirst neue Freunde kennenlernen. Ich freue mich auf euch.

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

✂ **Zielgruppe:** Kinder von 12 bis 18 Monaten mit Begleitung

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 9.30 bis 10.30 Uhr

📅 **Termine:**

Block 1: Donnerstag, 16.1., 23.1., 30.1., 6.2. und 13.2.2025

Block 2: Donnerstag, 27.2., 6.3., 13.3., 20.3. und 27.3.2025

Block 3: Donnerstag, 3.4., 10.4., 24.4., 8.5. und 15.5.2025

Block 4: Donnerstag, 22.5., 5.6., 12.6., 26.6. und 3.7.2025

👤 **Leitung:** Carina Klaffenböck, Tagesmutter

💰 **Kosten:** € 50,-- pro Kind mit Begleitung/Block exkl. Materialkosten
(pro Kind ca. € 5,-- je Block)

SPIEL-
GRUPPEN

22



Donnerstag,
23. Jänner 2025



SCHÄRDING

ZAPPELSTUNDE AM VORMITTAG – BEWEGUNG MACHT SPASS

S21

Das Wetter ist schlecht und die Lust auf "Indoorbewegung" wird zunehmend mehr... Deshalb erwartet euch im Familienzentrum die Zappelstunde für Mama/Papa und Kleinkind.

Wir singen, tanzen, turnen und lernen spielerisch erste kleine Turngeräte kennen!

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

✂ **Zielgruppe:** Kinder von 10 bis 24 Monaten

🕒 **Uhrzeiten:** von 9.00 bis 10.00 Uhr

📅 **Termine:**

Block 1: Donnerstag, 23.1., 30.1., 6.2. und 13.2.2025

Block 2: Donnerstag, 6.3., 13.3., 20.3. und 27.3.2025

👤 **Leitung:** Stefanie Kreindl, Spielgruppenleiterin

💰 **Kosten:** € 44,-- pro Kind/Block



Jeden 4. Donnerstag
im Monat

Donnerstag,
23. Jänner 2025



ANDORF

FAMILIENTREFF „FARBENFROH“

NEU **S22**

Hereinspaziert und herzlich willkommen beim offenen Treffpunkt im FIM Andorf! Suchst du Kontakt zu anderen Familien?

Möchtest du ein entspanntes Treffen mit deinen Freund*innen oder Bekannten?

Du interessierst dich für das FIM und möchtest es kennenlernen?

Dann freuen wir uns auf einen Besuch von dir bzw. euch.

Die Kinder können andere Kinder treffen, während die Großen gemütlich plaudern und Kaffee trinken. Wir schaffen für euch eine einladende Atmosphäre, in der ihr auch die Möglichkeit habt, unser Haus besser kennen zu lernen. Gerne nehmen wir uns bei offenen Fragen Zeit für ein persönliches Gespräch.

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 9.00 bis 11.00 Uhr

📅 **Termine:** Donnerstag, 23.1., 27.2., 27.3., 24.4., 22.5. und 26.6.2025

👤 **Leitung:** Martina Reitinger-Uitz, Kindergartenpädagogin, Spielgruppenleiterin, Früherzieherin, Elternbildnerin

💰 **Kosten:** freiwillige Spende



Mittwoch,
12. Februar 2025

ANDORF



SPIELRAUM – DATE FÜR EHEMALIGE

NEU S23

Noch einmal ...
... in den Spielraum kommen?
... in dieser wunderbaren Umgebung spielen?
... all die Lieder vom Spielraum singen?
... Tina treffen?

An diesem Nachmittag haben alle ehemaligen Spielraum Kinder die Möglichkeit, noch einmal zurück in den Spielraum zu kommen.

Die Umgebung ist für die Kinder altersentsprechend vorbereitet, welche sie nun noch einmal neu entdecken dürfen.

Die Eltern, manche kennen sich vielleicht noch vom Spielraum, können sich austauschen oder noch einmal die besondere Atmosphäre genießen und ihr Kind bei seinem Tun beobachten.

Wir singen nochmal alle bekannten Spielraum Lieder und lassen im Anschluss den Nachmittag mit gemeinsamen Gesprächen gemütlich ausklingen.

🕒 **Uhrzeit:** von 15.30 bis 17.00 Uhr

👤 **Leitung:** Tina Michael, Kindergartenpädagogin, Früherzieherin, Zusatzqualifikation Sensorische Integration, Kybernetische Methode, Pikler® Grundkurs & Pikler® Praxisbegleitung

💰 **Kosten:** € 20,-- pro Kind mit Begleitung

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

SPIEL-
GRUPPEN

23



Montag,
24. Februar 2025

ANDORF



GESPRÄCHSRAUM

S24

An diesem Abend haben wieder alle ehemaligen Spielraum-Eltern die Möglichkeit, sich über entwicklungsbezogene Fragen und herausfordernde Situationen im Alltag auszutauschen.

🕒 **Uhrzeit:** um 19.00 Uhr

👤 **Leitung:** Tina Michael, Kindergartenpädagogin, Früherzieherin, Zusatzqualifikation Sensorische Integration, Kybernetische Methode, Pikler® Grundkurs & Pikler® Praxisbegleitung

💰 **Kosten:** € 20,-- pro Person mit Begleitung

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!



Dienstag,
11. März 2025

ANDORF



BEWEGTE SPIELGRUPPE FÜR ALLE – EIN INKLUSIVER ERFAHRUNGSRaum

NEU S25

In dieser Gruppe wird Kindern im Alter von 3 bis 6 Jahren die Möglichkeit geboten, gemeinsam zu spielen, zu lernen und sich zu bewegen – unabhängig von ihren individuellen Fähigkeiten.

Was erwartet euch?

- **Vielfältige Bewegungsangebote:** Durch Spiele, Tänze und kreative Bewegungsformen werden die motorischen Fähigkeiten und die Freude an der Bewegung gefördert.
- **Sensorische Integration:** Es werden gezielte Aktivitäten angeboten, die die Sinne ansprechen und die Kinder dabei unterstützen, ihre Umwelt besser wahrzunehmen und zu verarbeiten. Durch verschiedene Wahrnehmungsübungen und Spiele stärken wir die Körperwahrnehmung und das Gleichgewicht der Kinder.
- **Die Angebote** zielen darauf ab, die psychomotorische Entwicklung zu fördern, indem Bewegung, Spiel und Wahrnehmung miteinander verbunden werden.
- **Inklusive Atmosphäre:** Es sind alle Kinder willkommen! Es wird großer Wert auf ein respektvolles Miteinander und die Akzeptanz von Vielfalt gelegt.
- **Gemeinsames Lernen:** Die Kinder haben die Möglichkeit, soziale Kompetenzen zu entwickeln, Freundschaften zu schließen und voneinander zu lernen.

>>>>

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

ANDORF

🕒 **Zielgruppe:** Kinder von 3 bis 6 Jahren mit Elternteil

Uhrzeit: jeweils von 15.30 bis 16.30 Uhr

📅 **Termine:**

Elternabende: Dienstag, 11.3. & Donnerstag, 10.4.2025 jeweils um 19.30 Uhr

Spielgruppe: Donnerstag, 13.3., 20.3., 27.3., 3.4. und 10.4.2025

👤 **Leitung:** Maria Oberndorfer, Hochschullehrgang Bildung in der frühen Kindheit BA (Pädagogik), Kindergarten- und Früherziehungspädagogin, Montessori-Pädagogin, Sensorische Integration

👉 **Kosten:** € 70,-- pro Kind mit Begleitung/5 Termine + 2 Elternabende

SPIEL-
GRUPPEN

24



Montag,
31. März 2025



SPIELRAUM NACH EMMI PIKLER®

Eine Spielgruppe für max. 8 Kinder im Alter von 6 Monaten bis 40 Monaten, in Begleitung eines Elternteils nach den pädagogischen Vorstellungen von Emmi Pikler.

Der Spielraum bietet Kindern die Möglichkeit, in einer entsprechend vorbereiteten Umgebung sich nach ihrem eigenen Tempo, Interesse und Bedürfnis auf Entdeckungsreise zu machen.

Die Eltern werden dabei eingeladen ihr Kind bei seinem „Tun“ zu beobachten, ihre Interessen und Fähigkeiten wahrzunehmen und für das Kind da zu sein, wenn es nötig ist. Dies gibt dem Kind Sicherheit und es kann sich somit neugierig und ausdauernd der Erkundung seiner Umgebung widmen, Kontakte mit anderen Kindern aufnehmen und sich in Ruhe mit dem Material und den vorbereiteten Bewegungselementen vertraut machen. Die Elternabende sind ein wesentlicher Bestandteil des Spielraums. In diesen gemütlichen Gesprächsrunden reflektieren wir das Erlebte und es ist Platz für Fragen aus dem Alltag und rund um die Erziehung.

„Wesentlich ist, dass das Kind möglichst viele Dinge selbst entdeckt ...“
(Emmi Pikler)

Begrenzte Teilnehmerzahl – max. 8 Kinder pro Gruppe – Einstieg ist jederzeit möglich, solange Plätze verfügbar sind! Bei Interesse einfach im FIM Andorf melden, ihr werdet dann in die passende Altersgruppe zugeteilt.

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

ANDORF

GRUPPEN AM MONTAG

🕒 **Uhrzeiten:**

Gruppe 1: jeweils von 8.15 bis 9.15 Uhr

Gruppe 2: jeweils von 9.30 bis 10.30 Uhr

Gruppe 3: jeweils von 10.45 bis 11.45 Uhr

S26

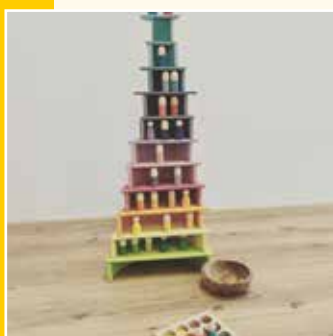
S27

S28

📅 **Termine:**

Elternabende: Montag, 28.4. und 16.6.2025

Spielraum: Montag, 31.3., 7.4., 28.4., 5.5., 12.5., 19.5., 26.5., 2.6., 16.6. und 23.6.2025



GRUPPEN AM DIENSTAG

🕒 **Uhrzeiten:**

Gruppe 4: jeweils von 8.15 bis 9.15 Uhr

Gruppe 5: jeweils von 9.30 bis 10.30 Uhr

Gruppe 6: jeweils von 10.45 bis 11.45 Uhr

S29

S30

S31

📅 **Termine:**

Elternabende: Dienstag, 29.4. und 17.6.2025

Spielraum: Dienstag, 1.4., 8.4., 29.4., 6.5., 13.5., 20.5., 27.5., 3.6., 17.6. und 24.6.2025



>>>>



GRUPPE AM MITTWOCH

🕒 **Uhrzeit:**

Gruppe 7: jeweils von 8.15 bis 9.15 Uhr

S32

📅 **Termine:**

Elternabende: Mittwoch, 7.5. und 25.6.2025

Spielraum: Mittwoch, 2.4., 9.4., 30.4., 7.5., 14.5., 21.5., 28.5., 4.6., 18.6. und 25.6.2025

👤 **Leitung:** Tina Michael, Kindergartenpädagogin, Früherzieherin, Zusatzqualifikation Sensorische Integration, Kybernetische Methode, Pikler® Grundkurs & Pikler® Praxisbegleitung

💰 **Kosten:** € 162,-- pro Kind mit Begleitung/12 Termine



**Donnerstag,
3. April 2025**

ELTERN-KIND-SINGEN

*nähere Infos findet ihr
auf unserer Homepage*

25



**Montag,
28. April 2025**

SPIELRAUM NACH EMMI PIKLER®



Für Kinder von ... Gruppen werden nach Entwicklungsstand eingeteilt **S33**

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 9.00 bis 10.00 Uhr

Für Kinder von ... Gruppen werden nach Entwicklungsstand eingeteilt **S34**

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 10.25 bis 11.25 Uhr

📅 **Elternabende:** Montag, 26.5. und 30.6.2025

📅 **Spielraum Termine:** Montag, 28.4., 5.5., 12.5., 19.5., 26.5., 2.6., 16.6., 23.6., und 30.6.2025

👤 **Leitung:** Sandra Gillesberger, Pikler®-Pädagogin, Kleinstkind- und Kindergartenpädagogin, Familienmentorin & psychologische Beraterin

💰 **Kosten:** € 149,-- pro Kind mit Begleitung/11 Termine

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!



**Dienstag,
29. April 2025**

SPIELRAUM NACH EMMI PIKLER®



© Victoria Haas



Für Kinder von ... Gruppen werden nach Entwicklungsstand eingeteilt **S35**

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 8.30 bis 9.30 Uhr

Für Kinder von ... Gruppen werden nach Entwicklungsstand eingeteilt **S36**

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 10.00 bis 11.00 Uhr

Für Kinder von ... Gruppen werden nach Entwicklungsstand eingeteilt **S37**

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 11.20 bis 12.20 Uhr

📅 **Elternabende:**

Gruppe 1: Mittwoch, 7.5. und 25.6.2025 von 18.00 bis 19.30 Uhr

Gruppe 2: Montag, 5.5. und 23.6.2025 von 19.30 bis 21.00 Uhr

Gruppe 3: Mittwoch, 7.5. und 25.6.2025 von 19.30 bis 21.00 Uhr

📅 **Spielraum Termine:** Dienstag 29.4., 6.5., 13.5., 20.5., 27.5., 3.6., 10.6., 17.6., 24.6. und 1.7.2025

👤 **Leitung:** Martina Buchinger, Montessori-Pädagogin, Pikler®-Pädagogin, Energetikerin

💰 **Kosten:** € 162,-- pro Kind mit Begleitung/12 Termine

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!



Mittwoch,
30. April 2025

SCHÄRDING



SPIELRAUM NACH EMMI PIKLER®

Für Kinder von ... Gruppen werden nach Entwicklungsstand eingeteilt **S38**
⌚ **Uhrzeit:** jeweils von 9.00 bis 10.00 Uhr

Für Kinder von ... Gruppen werden nach Entwicklungsstand eingeteilt **S39**
⌚ **Uhrzeit:** jeweils von 10.25 bis 11.25 Uhr

📅 **Elternabende:** Mittwoch, 28.5. und 2.7.2025

📅 **Spielraum Termine:** Mittwoch, 30.4., 7.5., 14.5., 21.5., 28.5., 4.6., 11.6., 18.6., 25.6. und 2.7.2025

👤 **Leitung:** Sandra Gillesberger, Pikler®-Pädagogin, Kleinstkind- und Kindergartenpädagogin, Familienmentorin & psychologische Beraterin

💰 **Kosten:** € 162,-- pro Kind mit Begleitung/12 Termine

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!



Montag,
19. Mai 2025

SCHÄRDING



DRAUßEN SPIELRAUM NACH EMMI PIKLER® für Kinder von 1 bis 5 Jahren

S40

Erde, Wiese, Sand und Wasser – was braucht das Kind mehr zum Spielend-Sein! Im Draußen-SpielRaum lädt die vorbereitete Umgebung zum Entdecken und vertieftem Spiel ein. Die Eltern haben Zeit, ihre Kinder zu beobachten und sich zu erfreuen an ihrem Tätig-Sein!

⌚ **Spielraum Uhrzeit:**
jeweils von 15.00 bis 16.30 Uhr

📅 **Spielraum Termine:**
Montag, 19.5., 16.6. und 30.6.2025

👤 **Leitung:** Sandra Gillesberger, Pikler®-Pädagogin, Kleinstkind- und Kindergartenpädagogin, Familienmentorin & psychologische Beraterin

💰 **Kosten:** € 20,-- pro Kind/Termin & € 18,-- pro Geschwisterkind/Termin
Termine sind einzeln buchbar!

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!



Freitag,
27. Juni 2025

ANDORF



SCHNUPPER-SPIELRAUM NACH EMMI PIKLER®

S41

Im „Schnupper-SpielRaum“ entdecken Kinder im Alter von 6 bis 24 Monaten die Welt in ihrem eigenen Tempo. In einer vorbereiteten Umgebung kann das Kind seinem Interesse nach Bewegung, Spiel und Ruhe nachkommen.

Interessierte Eltern sind an diesem Tag eingeladen den Spielraum mit ihrem Kind zu besuchen, um einen Eindruck in diese besondere Form der Spielgruppe zu bekommen. Es gibt an diesem Tag die Möglichkeit die Spielmaterialien, die pädagogische Haltung und den Ablauf kennen zu lernen und eine wertvolle Zeit gemeinsam mit dem Kind zu verbringen.

✦ **Zielgruppe:** Kinder von 6 bis 24 Monaten mit Begleitung

⌚ **Uhrzeit:** von 8.30 bis 9.45 Uhr

👤 **Leitung:** Tina Michael, Kindergartenpädagogin, Früherzieherin, Zusatzqualifikation Sensorische Integration, Kybernetische Methode, Pikler® Grundkurs & Pikler® Praxisbegleitung

💰 **Kosten:** € 18,-- pro Kind mit Begleitung

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!



Donnerstag,
16. Jänner 2025

SCHÄRDING



ELTERN-KINDYOGA

K01

Tauch ein ins lustige und spannende Eltern-Kindyoga. Lerne mit deinem Kind alle Facetten des Yogas kennen. Übungen, in denen wir lustig und laut herumtoben bis hin zu Übungen, in denen wir gemeinsam entspannen und uns auf uns selbst konzentrieren. Yoga stärkt unser eigenes Körpergefühl, es stärkt unser Immunsystem und fördert auch die Eltern-Kind-Beziehung. Da es schon für die Kinder im Kleinkindalter geeignet ist, laufen die Stunden sehr spielerisch und fantasievoll ab. Hier dürfen gerne auch Mamas und Papas wieder zum Kind werden. Die Übungen unterstützen, dass aus stillen und schüchternen „Mäuschen“ selbstbewusste starke „Löwen“ werden. Und aufgeweckte rastlose „Frösche“ werden zu entspannten „Yogis“. Ich freue mich auf lustige, schöne Stunden mit euch und euren Kindern!

✦ **Mitzubringen sind bequeme Kleidung für Mama/Papa und Kind. Die Übungen werden barfuß ausgeübt.**

✦ **Zielgruppe:** Mamas/Papas mit Kindern von 2 bis 4 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 15.00 bis 16.00 Uhr

📅 **Termine:** Donnerstag, 16.1., 23.1., 30.1. und 6.2.2025

👤 **Leitung:** Stephanie Lehner, Dipl. Kindergesundheitstrainerin, Kinderyogalehrerin

🌟 **Kosten:** € 48,-- pro Kind mit Begleitung/4 Termine

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!



Freitag,
17. Jänner 2025

SCHÄRDING



MUT-MACH-GESCHICHTEN FÜR STARKE KIDS

K02

Anhand von inhaltlich wertvollen Kindergeschichten setzen wir uns spielerisch mit verschiedenen Alltagsthemen auseinander und verarbeiten unsere gemeinsamen Erfahrungen kreativ. Workshop für Kinder im Volksschulalter zur Förderung von Selbstwirksamkeit, Problembewältigungskompetenzen und Ressourcen.

✦ **Zielgruppe:** Kinder von 6 bis 10 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** von 15.00 bis 17.30 Uhr

👤 **Leitung:** Lisa Schachner, Psychosoziale Beraterin & Mal- und Gestaltungstherapeutin mit Schwerpunkt Kinder, Jugendliche und Menschen mit Behinderung, Sozialbetreuerin

🌟 **Kosten:** € 20,-- pro Kind

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!



14-tägig am Montag
Montag,
20. Jänner 2025

SCHÄRDING



OFFENES FAMILIENCAFÉ Das Café für die ganze Familie

K03

Suchst du Kontakt zu anderen Familien?

Möchtest du ein entspanntes Treffen mit deinen Freund*innen oder Bekannten?

Du interessierst dich für das FIM und möchtest es kennenlernen?

Dann freuen wir uns auf einen Besuch von dir bzw. euch.

Die Kinder können andere Kinder treffen, während die Großen gemütlich plaudern und Kaffee trinken. Wir schaffen für euch eine einladende Atmosphäre, in der ihr auch die Möglichkeit habt, unser Haus besser kennen zu lernen. Gerne nehmen wir uns bei offenen Fragen Zeit für ein persönliches Gespräch.

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 14.00 bis 16.30 Uhr

📅 **Termine:** Montag, 20.1., 3.2., 17.2., 3.3., 17.3., 31.3., 28.4., 12.5., 26.5., 23.6., 7.7., 1.9. und 15.9.2025

👤 **Leitung:** Karin Neiss, Sozialarbeiterin

🌟 **Kosten:** freiwillige Spende



Freitag,
24. Jänner 2025

„FUCHS UND RABE“ UND ANDERE FABELN – TISCHPUPPENTHEATER FÜR FAMILIEN nach Äsop und Phaedrus

siehe H01



Freitag,
31. Jänner 2025

JEDE*R KANN KUNST Thema: Vincent van Gogh

K04



In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit einem Künstler sehr intensiv. Wir lernen ihn und seine Geschichte durch Bilder, Gestaltarbeiten, Malspiele und vieles mehr kennen.

Portrait Malerei ...

... und vor allem sich selbst darzustellen, war eine der liebsten Beschäftigungen Van Goghs. Wir versuchen uns in der Portraitmalerei mit verschiedenen und sehr lustigen Möglichkeiten, sich selbst darzustellen.

✂+ **Mitzubringen ist bequeme Kleidung, die schmutzig werden darf.**

✂+ **Zielgruppe:** Kinder von 10 bis 14 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** von 15.00 bis 17.30 Uhr

👤 **Leitung:** Elisabeth Birgeder, MA, Elementarpädagogin, Kreativtrainerin, Mal- und Gestaltungstherapeutin, LSB

💰 **Kosten:** € 28,-- pro Kind

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

SCHÄRDING

KINDER
JUGENDLICHE

28



Montag,
3. Februar 2025

KASPERL, SEPPEL UND DAS DÜSENFAHRRAD

siehe H03



Samstag,
8. Februar 2025

GSPIDA DI – MIT JEDEM SCHRITT ZU MEHR KÖRPERGEFÜHL!

NEU K05



Ein Workshop zur Förderung der Körperwahrnehmung. Mit kreativen Übungen und Spielen aus dem Bereich Bewegung und Körperwahrnehmung versuchen wir an diesem Vormittag eine Reise durch unseren Körper zu gestalten und alle Körperregionen einmal bewusst wahrzunehmen und in diese hinein zu spüren.

Dem Bewusstsein für den eigenen Körper und die eigenen Empfindungen und Fähigkeiten, sowie dem Erkennen der eigenen Grenzen und Bedürfnisse wird auf spielerische Art und Weise Raum gegeben.

✂+ **Zielgruppe:** Kinder von 7 bis 12 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** von 9.30 bis 12.30 Uhr

👤 **Leitung:** Kerstin Mühlböck, Dipl. Sozialpädagogin und zertifizierte Resilienztrainerin, Dipl. Mobbing- und Gewaltpräventionstrainerin

💰 **Kosten:** € 30,-- pro Kind

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

ANDORF



Dienstag & Mittwoch,
18. und 19. Februar
2025

FORSCHUNGSWERKSTATT FÜR KINDER

Kinder erforschen und entdecken den ganzen Tag! In unserer Forschergruppe sollen die Kinder mittels vieler unterschiedlicher und vielseitiger Experimente zum Staunen kommen. Dabei muss es nicht immer zischen und knallen, aber wenn doch, dann umso lauter. Die Kinder sollen mit allen Sinnen erforschen und Experimente selbst ausführen, sowie diese hinterfragen.

Magischer Winter

Wir kreieren unseren eigenen Schnee und probieren unterschiedliche Experimente mit Schnee und Eis aus. Dabei darf ein Schneeslimy nicht fehlen.

📅 **Termin:** Dienstag, 18.2.2025

K06

ANDORF

>>>>



Wasser und Eiskristalle

Wir stellen gemeinsam Eiskristalle her und versuche selbst Schnee zu kreieren. Befreien Figuren aus dem Eis und bringen das Eis zum Schmelzen.

Termin: Mittwoch, 19.2.2025

K07

im FIM
AndorfAnmeldung
erforderlich!

Zielgruppe: Kinder ab 6 Jahren

Uhrzeit: jeweils von 9.00 bis 16.00 Uhr

Leitung: Stefanie Dobrowsky MA, Elementarpädagogin

Kosten: € 60,-- pro Kind/Tag inkl. Mittagessen



Montag,
24. Februar 2025



Tanzstudio Schritt für Schritt:

„SUPERGIRLS“

für Mädchen/Frauen ab 12 Jahren

Show-Dance, Hip-Hop, Cheer-Dance (ohne Akrobatik) & Orientalische Tänze, internationale Gruppentänze (italienische, spanische, chinesische, indische, russische, irische etc.)

K08

im FIM
AndorfAnmeldung
erforderlich!

Uhrzeit: jeweils von 19.00 bis 20.00 Uhr

Termine: ab Montag, 24.2.2025 wöchentlich mit Ausnahme schulfreier Tage

Leitung: Veronika Huber, Choreografin, Kinderpsychologin und Pädagogin

Kosten: € 116,-- pro Person/Semester



Donnerstag,
27. Februar 2025

SINGSPAß

für Kids zwischen 4 und 7 Jahren

*nähere Infos findet ihr
auf unserer Homepage*



Freitag,
28. Februar 2025



Tanzstudio Schritt für Schritt:

„SUPERKIDS“

für Kinder ab 6 Jahren

Stretching, Ballett-Übungen, Kindertänze, Easy-Dance-Choreografien

K09

im FIM
AndorfAnmeldung
erforderlich!

Uhrzeit: jeweils von 17.00 bis 18.00 Uhr

Termine: ab Freitag, 28.2.2025 wöchentlich mit Ausnahme schulfreier Tage

Leitung: Veronika Huber, Choreografin, Kinderpsychologin und Pädagogin

Kosten: € 116,-- pro Kind/Semester



Donnerstag,
6. März 2025



KONZENTRATIONSTRAINING

K10

Ein Kind hat Konzentrationsschwierigkeiten, wenn es ihm schwerfällt, sich einer Sache gezielt zuzuwenden, dabei zu bleiben, Unwichtiges auszublenden und die Aufgabe in angemessener Zeit zu bearbeiten. In einer Vielzahl von Spielen zielt das Training darauf ab, genau diese Fähigkeiten zu fördern. Auch lernen die Kinder, mehr Zutrauen in ihr eigenes Können zu haben.

Sie üben beim Arbeiten planvoll und systematisch vorzugehen. Neben den Gruppenspielen lernen die Kinder auch erste Methoden der Entspannung kennen. Da die Eltern-Kind-Beziehung in vielen Fällen durch Konzentrationsschwierigkeiten sehr belastet wird, hat die Elternarbeit hier auch einen sehr wichtigen Stellenwert.

im FIM
AndorfAnmeldung
erforderlich!

Zielgruppe: Kinder von 6 bis 12 Jahren

Informationelternabend: Donnerstag, 6.3.2025 um 20.00 Uhr
Training: Freitag, 7.3., 14.3., 21.3. und 28.3.2025

Uhrzeit: jeweils von 15.00 bis 16.30/16.45 Uhr

Leitung: Mag.^a Verena Riske, Psychologin, Lerntherapeutin und Dipl. Legasthetietrainerin

Kosten: € 66,-- pro Kind/4 Termine und Elternabend





Dienstag,
11. März 2025

BEWEGTE SPIELGRUPPE FÜR ALLE – EIN INKLUSIVER ERFAHRUNGSRAUM

siehe S25



Samstag,
22. März 2025

MÄRCHEN MIT ALLEN SINNEN ERLEBEN

K11



Gemeinsam eine märchenhaft magische Zeit im Wald verbringen - mit fröhlichen Märchen, spannenden gemeinsamen Aktivitäten, spielerischer Naturvermittlung und so manch magischer Überraschung ...

Wir treffen uns beim FIM und wandern dann in den nahegelegenen Wald am Kirchenberg. Bei Regenwetter sind wir etwas kürzer draußen, und anschließend findet das magische Programm im Raum statt. Eine erlebnisreiche gemeinsame Zeit, die euch sicher noch lange in schöner Erinnerung bleiben wird!

„Riesenklein und Klitzgroß“

Freche Wichtel- und polternde Riesengeschichten, ein phänomenales gemeinsames Waldkonzert ... und vieles mehr ...

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

✂+ **Zielgruppe:** für Kinder ab 5 Jahren mit Mama, Papa, Oma, Opa, ...
(kleinere Geschwisterkinder sind herzlich willkommen)

🕒 **Uhrzeit:** von 15.00 bis 17.00 Uhr

👤 **Leitung:** Sabrina Mader, Natur- und Erlebnispädagogin, Geschichten-
erzählerin

💰 **Kosten:** € 16,-- pro Kind mit Begleitung bzw. € 10,-- pro Geschwisterkind

ANDORF



Samstag,
5. April 2025

OHNE STREIT MACHT'S MEHR SPAß

NEU K12



Spielerisch und kindgerecht aufbereitet lernen die Kinder erste Begriffe aus der Mobbingprävention kennen. Was sind die Unterschiede zwischen Ärgern, Streiten, Hänkeln, ... und macht's ohne nicht mehr Spaß?

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

✂+ **Zielgruppe:** Kinder von 6 bis 8 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** von 9.30 bis 11.30 Uhr

👤 **Leitung:** Kerstin Mühlböck, Dipl. Sozialpädagogin und
zertifizierte Resilienztrainerin, Dipl. Mobbing- und Gewaltpräventionstrainerin

💰 **Kosten:** € 24,-- pro Kind

ANDORF



Samstag,
5. April 2025

KREATIVE AUSZEIT

NEU K13



Gerade bei kaltem Wetter ist es wunderschön, drinnen kreativ zu werden. Wir machen gemeinsam Regen, tauchen ein in eine Fantasiegeschichte, basteln und malen Kunstwerke mit Uhu, Schere, Buntpapier und vielen verschiedenen Farben und machen lustige Gruppenspiele.

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

✂+ **Zielgruppe:** Menschen von 8 bis 99 Jahren mit/ohne
Beeinträchtigung willkommen

🕒 **Uhrzeit:** von 9.30 bis 12.00 Uhr

👤 **Leitung:** Mag.^a Verena Riske, Psychologin, Lerntherapeutin und
Dipl. Legasthetie-trainerin

💰 **Kosten:** € 20,-- pro Person inkl. Materialkosten

**Anmeldung unter michaela.bangerl@fab.at oder unter 0664/889 574 91
oder über das FIM**



Angebote, die mit diesem Logo gekennzeichnet sind, werden in Kooperation mit Eule, FAB Organos veranstaltet. Kurse für alle – offen für Vielfalt! Diese Kurse werden für Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen angeboten. Falls Sie Hilfe im Kurs brauchen, bietet Eule kostenlose Unterstützung für Menschen mit Beeinträchtigungen an. Bei Bedarf geben Sie dies bitte bei der Anmeldung bekannt.

SCHÄRDING



Donnerstag,
17. April 2025

SCHÄRDING



TRADITIONELLES OSTERBACKEN und Verteilen von Osternestern im Pflegeheim

K14

Ostern ist ein wichtiges Brauchtumsfest in der ganzen Familie. Damit unsere Kinder das Brauchtum erlernen, später einmal ausüben und auch an die nächste Generation weitergeben können, wird ihnen an diesem Nachmittag gezeigt, was zu einem richtigen Osterfest gehört. Vom süßen Germosterhasen, Osternest, Frühlingsschokolade bis zum Eierfärben ist alles dabei!

Um unseren „älteren“ Mitbewohner*innen auch eine kleine Freude zu machen und sie an unserem Osterfest teilhaben zu lassen, werden wir sie gemeinsam im Anschluss besuchen und unsere extra gebackenen Köstlichkeiten bei ihnen verteilen.

im FIM
Schärding

✂+ **Mitzubringen** sind eine Schürze und eine große Jausenbox

✂+ **Zielgruppe:** für Kinder von 6 bis 12 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** von 9.00 bis 12.00 Uhr

👤 **Leitung:** Manuela Schneiderbauer, Seminarbäuerin, Dipl. Kräuterpädagogin

💰 **Kosten:** € 30,-- pro Kind inkl. Lebensmittelkosten

Anmeldung
erforderlich!



Dienstag,
22. April 2025

RAINBACH



TÖPFERN FÜR DEN MUTTERTAG

K15

Es gibt praktisch kein Material, an das man sich so frei herantasten kann, wie an Ton. Die Kinder können die Masse durchkneten, formen, ausstechen, stempeln um speziell zum Muttertag mit etwas Selbstgemachtem zu überraschen.

An diesem gemütlichen Nachmittag werden wir gemeinsam schöne Unikate herstellen, welche dann verschenkt werden können.

in
Rainbach

✂+ **Zielgruppe:** Kinder ab 6 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 16.00 bis 18.00 Uhr

📅 **Termine:**

Töpfern am Dienstag, 22.4.2025

Glasieren am Dienstag, 29.4.2025

👤 **Leitung:** Manuela Schneiderbauer, Seminarbäuerin, Dipl. Kräuterpädagogin

💰 **Kosten:** € 33,-- pro Kind/2 Termine inkl. Material

📍 **Veranstaltungsort:** 4791 Rainbach im Innkreis, Haselbach 5

Anmeldung
erforderlich!



Freitag,
9. Mai 2025

SCHÄRDING



BACKEN MIT LIEBE

NEU K16

Du willst deiner Mama, Oma oder jemandem, den du gerne hast, eine süße Überraschung bereiten? Dann bist du an diesem Nachmittag genau richtig im FIM!

Wir wollen nicht zu viel verraten, aber deine Liebsten werden Augen machen, was du Leckeres zaubern kannst und die Überraschung ist geritzt.

im FIM
Schärding

✂+ **Zielgruppe:** Kinder ab 6 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** von 15.00 bis 18.00 Uhr

👤 **Leitung:** Manuela Schneiderbauer, Seminarbäuerin, Dipl. Kräuterpädagogin

💰 **Kosten:** € 30,-- pro Kind inkl. Lebensmittelkosten

Anmeldung
erforderlich!



Montag,
23. Juni 2025

FAMILIENFEST IM ZUGE UNSERES OFFENEN FAMILIENCAFÉS

siehe H06

ERLEBNISPÄDAGOGISCHE WOCHE

EGGERDING

EGGERDING

KOPFING

ZELL AN DER PRAM

THAL

Montag,
14. Juli 2025



PIRATENABENTEUER

K17

Mach mit bei unserem aufregenden Piratenabenteuer am See! Gemeinsam bauen wir unser eigenes Floß, das wir zu Wasser lassen und testen. Freu dich auf Spiel und Spaß am Ufer, fantastische Team-Challenges und auf ein spannendes Baderlebnis. Zwischendurch erzählen wir uns lustige Geschichten am Lagerfeuer, grillen Stockbrot und genießen das Abenteuer!

- 🕒 **Uhrzeit:** von 9.00 bis 16.00 Uhr
- 💰 **Kosten:** € 60,-- pro Kind
- 📍 **Veranstaltungsort:** Badesee in Eggerding

in Eggerding **Anmeldung erforderlich!**

Dienstag,
15. Juli 2025



WALDABENTEUER

K18

Hier erleben Kinder die Natur hautnah und mit allen Sinnen. Wir sammeln Naturmaterialien, basteln fantasievolle Kunstwerke und entdecken spielerisch die Geheimnisse des Waldes. Mit spannenden Teamaktionen, kreativen Aufgaben und kleinen Abenteuern lernen die Kinder die Natur auf eine ganz besondere Weise kennen.

- 🕒 **Uhrzeit:** von 9.00 bis 16.00 Uhr
- 💰 **Kosten:** € 60,-- pro Kind
- 📍 **Veranstaltungsort:** wird bei Anmeldung bekanntgegeben

Anmeldung erforderlich!

Mittwoch,
16. Juli 2025



HOCHSEILGARTEN UND ABENTEUER AM BAUMKRONENWEG

NEU K19

Gemeinsam bewegen wir uns in luftigen Höhen zwischen den Baumkronen. Im Hochseilgarten stellen die Kinder ihr Geschick und ihren Mut unter Beweis und probieren sich an den aufregenden Hindernissen aus. Es warten spannende Kletterpassagen und knifflige Aufgaben auf die Teilnehmer. Den restlichen Tag lassen wir mit einer Wanderung über den Baumkronenweg und eine Erkundungstour durch den Wald ausklingen.

- 🕒 **Uhrzeit:** von 9.00 bis 16.00 Uhr
- 💰 **Kosten:** € 60,-- pro Kind
- 📍 **Veranstaltungsort:** Baumkronenweg Kopfing

in Kopfing **Anmeldung erforderlich!**

Donnerstag,
17. Juli 2025



DETEKTIVABENTEUER – DIE ETWAS ANDERE SCHNITZELJAGD

NEU K20

Ausgestattet mit GPS Geräten reisen die Kinder durch die Zeit und erleben als Detektive spannende Abenteuer. Nur gemeinsam als Team lassen sich die spannenden Fälle auch lösen. Natürlich bleibt zwischen den spannenden Rätseln immer wieder Zeit um die Natur zu erkunden. Abgerundet wird das Programm mit einem Lagerfeuer und Stockbrot grillen.

- 🕒 **Uhrzeit:** von 9.00 bis 16.00 Uhr
- 💰 **Kosten:** € 60,-- pro Kind
- 📍 **Veranstaltungsort:** Zell an der Pram

in Zell an der Pram **Anmeldung erforderlich!**

Freitag,
18. Juli 2025



KLETTERABENTEUER

NEU K21

Hier dürfen die Kinder hoch hinaus, sich abseilen und an den Herausforderungen wachsen. Spielerisch und in sicherem Rahmen setzen sie sich mit ihren eigenen Grenzen auseinander und entdecken ihre Stärken. Mit jeder Aufgabe wachsen der Mut und das Vertrauen in sich selbst. Abgerundet wird das Programm mit tollen erlebnispädagogischen Spielen.

- 🕒 **Uhrzeit:** von 9.00 bis 12.00 Uhr
- 💰 **Kosten:** € 20,-- pro Kind
- 📍 **Veranstaltungsort:** Thal Klettergarten

in Thal **Anmeldung erforderlich!**

✦ **Zielgruppe:** Kinder von 7 bis 12 Jahren
 👤 **Leitung:** Daniel Rachbauer, Dipl. Sozialpädagoge, Dipl. Natur- und Erlebnispädagoge, Traumapädagoge und traumazentrierter Fachberater, Outdoortrainer, Übungsleiter Sportklettern, Hochseilgartentrainer mobile Elemente, Tourenführer beim ÖAV, Ersthelfer Outdoor



SOMMERFERIEN HITS



Dienstag,
15. Juli 2025

ANDORF



VORBEREITUNG AUF DIE SCHULE

K22

Es dauert nicht mehr lange und Ihr Kind beginnt die Schule. Eine wundervolle, spannende Zeit wird beginnen, in der Ihr Kind auch viel Neues kennenlernen wird. Um gut in diese neue Zeit zu starten, werden wir spielerisch bereits jetzt schon in verschiedene Schulthemen hineinschnuppern. Der erste Umgang mit Buchstaben, Zahlen und Mengen, aber auch verschiedene Konzentrationsübungen werden Teil dieses Kurses sein. Natürlich ist auch genug Zeit mit den Kindern über verschiedene Ängste in dieser neuen Phase zu sprechen und sich gemeinsam zu überlegen, wie man am besten damit umgeht.

im FIM
Andorf

✂ **Zielgruppe:** Kinder im letzten Kindergartenjahr – SCHULANFÄNGER

📅 **Termine:** Dienstag, 15.7., Mittwoch, 16.7. und Donnerstag, 17.7.2025

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 15.00 bis 16.30 Uhr

👤 **Leitung:** Mag.^a Verena Riske, Psychologin, Lerntherapeutin und Dipl. Legasthetie-Trainerin

💰 **Kosten:** € 35,-- pro Kind/3 Termine inkl. Material

Anmeldung
erforderlich!



Montag,
14. Juli 2025

SCHÄRDING



GRÜNE HELDEN – KLEINE TATEN, GROßE WIRKUNG

NEU K23

An diesem Vormittag überlegen wir uns, was Nachhaltigkeit bedeutet und warum es so wichtig ist für unseren Planeten auf Müllreduktion und Wiederverwertung zu achten. Um diese Nachhaltigkeitsgedanken mit spielerischen und kreativen Inhalten zu festigen, basteln wir Musikinstrumente aus Abfällen und Utensilien aus der Natur.

im FIM
Schärding

✂ **Zielgruppe:** Kinder von 7 bis 12 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** von 9.00 bis 12.00 Uhr

👤 **Leitung:** Kerstin Mühlböck, Dipl. Sozialpädagogin, Dipl. Mobbing- und Gewaltpräventionstrainerin, Zert. Spiel- und Erlebnispädagogin, Zert. Resilienztrainerin

💰 **Kosten:** 25,-- pro Kind

Anmeldung
erforderlich!



Dienstag,
15. Juli 2025

SCHÄRDING



KINDERKOCHKURS - BUNTE PASTA PARTY

K24

Entdecke die Welt der bunten Pasta! In unserem Kinderkochkurs lernen kleine Köch*innen, wie man frische, farbenfrohe Nudeln aus natürlichen Zutaten zaubert. Gemeinsam kneten, rollen und färben wir den Teig in natürlichen fröhlichen Farben. Diese werden dann mit leckerer Soße und süßem Dessert genossen. Für alle zwischen 6 und 12 Jahren, die Spaß am Kochen und Kreativsein haben.

im FIM
Schärding

✂ **Mitzubringen sind eine Schürze und eine große Jausenbox**

✂ **Zielgruppe:** Kinder zwischen 6 und 12 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** von 9.00 bis 12.00 Uhr

👤 **Leitung:** Manuela Schneiderbauer, Seminarbäuerin, Dipl. Kräuterpädagogin

💰 **Kosten:** € 30,-- pro Kind inkl. Lebensmittelkosten

Anmeldung
erforderlich!



Dienstag,
15. Juli 2025

SCHÄRDING



DENKDICHSTARK: SUPERKRÄFTE FÜR DEINEN KOPF

K25

Entdecken wir gemeinsam die Kraft positiver Gedanken! Bei diesem Workshop lernen die Kinder und Jugendlichen, wie sie ihre Gedanken positiv beeinflussen können und ihre mentale Stärke aufbauen. Durch spannende Übungen und kreative Techniken unterstützen wir die Teilnehmer dabei, all ihre Gefühle und Gedanken zu verstehen und auch ausdrücken zu können. Das Training fördert ein starkes Selbstbewusstsein und eine positive Grundeinstellung.

im FIM
Schärding

✂ **Zielgruppe:** Kinder und Jugendliche von 6 bis 12 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** von 13.00 bis 16.00 Uhr

👤 **Leitung:** Marie-Therese Wimeder, Dipl. Kinder- & Jugendmentaltrainerin

💰 **Kosten:** € 17,-- pro Kind bzw. Jugendliche

Anmeldung
erforderlich!



Mittwoch,
16. Juli 2025

SCHÄRDING



NÄHKURS

K26

An diesem Tag dürfen kreative Stücke entstehen. Wir nähen tolle Dinge für den Alltag. Von Mützen, Stirnbändern, kleinen Taschen und Haarbändern, bis hin zum Reißverschluss und Knopfloch nähen, es erwartet dich ein abwechslungsreicher Tag an der Nähmaschine. Leichte Näherfahrung sollte vorhanden sein. Bringe bitte deine eigene Nähmaschine mit!

im FIM
Schärding

✂ **Zielgruppe:** Kinder ab 8 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** von 9.00 bis 16.00 Uhr

👤 **Leitung:** Martina Klaffenböck, Schneiderin, Tagesmutter

💰 **Kosten:** € 45,-- pro Kind inkl. Stoffpaket und Mittagessen

Anmeldung
erforderlich!

Donnerstag,
17. Juli 2025

SCHÄRDING



EVOPACOURS

K27

Ganz gleich, welche Schwierigkeiten wir im Leben haben, immer haben wir einen Mangel an Gleichgewicht. Lern- und Verhaltensprobleme lassen sich sehr gut am körperlichen Ungleichgewicht erkennen. Im Evopäd®-Trainingsparcours werden sieben Stationen errichtet, bei denen das jeweilige Ungleichgewicht schnell, locker, spielerisch und mit Freude trainiert werden kann. Sieben Bewegungsstationen helfen bei Konzentrationsproblemen, Konflikten, Lern- und Verhaltensproblemen sowie Unsicherheit und Ängsten.

✦ **Zielgruppe:** Kinder von 6 bis 12 Jahren (ab VS möglich)

🕒 **Uhrzeit:** von 8.30 bis 10.00 Uhr

👤 **Leitung:** Viktoria Pillinger

💰 **Kosten:** € 24,-- pro Kind

im FIM
SchärdingAnmeldung
erforderlich!Donnerstag,
17. Juli 2025

SCHÄRDING



KINDERYOGA

K28

Tauch ein ins lustige und spannende Kinderyoga. Lerne alle Facetten des Yogas kennen. Übungen, in denen wir lustig und laut herumtoben bis hin zu Übungen, in denen wir gemeinsam entspannen und uns auf uns selbst konzentrieren.

Yoga stärkt unser eigenes Körpergefühl und es stärkt unser Immunsystem.

Die Übungen unterstützen, dass aus stillen und schüchternen „Mäuschen“ selbstbewusste starke „Löwen“ werden. Und aufgeweckte rastlose „Frösche“ werden zu entspannten „Yogis“. Ich freue mich auf lustige, schöne Stunden mit euren Kindern!

✦ **Mitzubringen ist bequeme Kleidung. Die Übungen werden barfuß ausgeübt.**

✦ **Zielgruppe:** Kinder ab 6 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** von 10.30 bis 12.00 Uhr

👤 **Leitung:** Stephanie Lehner, ausgebildete Kinderyoga- und Eltern-Kindyogalehrerin

💰 **Kosten:** € 17,-- pro Kind

im FIM
SchärdingAnmeldung
erforderlich!Donnerstag,
17. Juli 2025

SCHÄRDING



REZEPTE-ALLERLEI

K29

Wir kreieren Fingerfarben, stellen selbstgemachten Schleim und Kreide aus eigener Rezeptur her. Mit Nachmachgarantie!

✦ **Mitzubringen sind Marmeladengläser/Aufbewahrungsboxen**

✦ **Zielgruppe:** Kinder ab 8 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** von 13.00 bis 16.00 Uhr

👤 **Leitung:** Elisabeth Birgeder, MA, Elementarpädagogin, Kreativtrainerin, Mal- und Gestaltungstherapeutin, LSB, Traumafachberaterin und Traumapädagogin i.A.

💰 **Kosten:** € 33,-- pro Kind

im FIM
SchärdingAnmeldung
erforderlich!Donnerstag,
17. Juli 2025

SCHÄRDING



ZAUBERWORKSHOP

K30

ZAUBERN WIE HARRY POTTER

Wir werden an diesem Nachmittag gemeinsam Zauberkunststücke einüben und präsentieren. Gefördert werden dabei die Feinmotorik, die Konzentration, das Selbstvertrauen, die Präsentationsfähigkeit und die Fantasie! Du brauchst keine speziellen Vorkenntnisse!

✦ **Zielgruppe:** Kinder von 6 bis 10 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** von 16.00 bis 17.45 Uhr

👤 **Leitung:** Bernhard Woldan, Zauberkünstler

💰 **Kosten:** € 10,-- pro Kind

im FIM
SchärdingAnmeldung
erforderlich!Freitag,
18. Juli 2025

SCHÄRDING



SCHACH MACHT SPAß

K31

An diesem Vormittag können interessierte Kinder jeden Alters das „königliche Spiel“ Schach kennenlernen bzw. wer Schach spielt, findet hier Spielpartner*innen. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

✦ **Zielgruppe:** ohne Altersbegrenzung

🕒 **Uhrzeit:** von 10.00 bis 12.00 Uhr

👤 **Leitung:** Trainer vom Schach-Klub Taufkirchen

💰 **Kosten:** kostenlos

im FIM
SchärdingAnmeldung
erforderlich!



Freitag,
18. Juli 2025

SCHÄRDING



KUNSTPROJEKT IM FIM GARTEN - BODYPAINTING

K32

Wir tauchen von Kopf bis Fuß in die Welt der Farben ein. Und erlernen die Kunst des Bodypaintings. Bitte kleide dich dementsprechend in eine kurze Hose und ein Oberteil, das gerne schmutzig werden darf.

✂ **Zielgruppe:** Jugendliche ab 12 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** von 13.00 bis 16.00 Uhr

👤 **Leitung:** Elisabeth Birgeder, MA, Elementarpädagogin, Kreativtrainerin, Mal- und Gestaltungstherapeutin, LSB, Traumafachberaterin und Traumapädagogin i.A.

💰 **Kosten:** € 33,-- pro Person

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!



FORSCHER WOCHE



Montag bis Donnerstag,
21. bis 24. Juli 2025

SCHÄRDING



FORSCHUNGSWERKSTATT FÜR KINDER

Kinder erforschen und entdecken den ganzen Tag! In unserer Forschergruppe sollen die Kinder mittels vieler unterschiedlicher und vielseitiger Experimente zum Staunen kommen. Dabei muss es nicht immer zischen und knallen, aber wenn doch, dann umso lauter. Die Kinder sollen mit allen Sinnen erforschen und Experimente selbst ausführen, sowie diese hinterfragen.

DAS MEER UND SEINE FISCH

K33

Wir reisen gemeinsam in die Meereswelt und erforschen mit unterschiedlichen Experimenten die Tiefe des Meeres. Dabei wird es voller bunter Fische.

📅 **Termin:** Montag, 21.7.2025

SCHAUMPARTY

K34

Wir erstellen aus unterschiedlichen Materialien Schaum und versuchen dabei selbst Seifenblasen herzustellen. Ein selbst gemachtes Schaumtier testet alle Schaumarten aus und darf nach diesem Tag bei dir einziehen.

📅 **Termin:** Dienstag, 22.7.2025

DIE DINOS UND DER VULKAN

K35

Lasst uns gemeinsam auf Dinosuche gehen und dabei unterschiedliche Vulkane explodieren lassen. Wir befreien Dinosaurier aus Eiern und entdecken dabei verschiedene Experimente.

📅 **Termin:** Mittwoch, 23.7.2025

RAKETENWUNDER

K36

1,2,3 die Raketen sind los. Gemeinsam starten wir hoch und entdecken dabei verschiedene Raketen. Zum Abschluss bekommst du eine Rakete für zu Hause.

📅 **Termin:** Donnerstag, 24.7.2025

✂ **Zielgruppe:** Kinder ab 6 Jahren

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 9.00 bis 16.00 Uhr

👤 **Leitung:** Stefanie Dobrowsky MA, Elementarpädagogin

💰 **Kosten:** € 60,-- pro Kind/Tag inklusive Mittagessen

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

SOMMERFERIEN HITS



ANDORF



ANDORF



ANDORF



ANDORF



ANDORF

Montag, 21. Juli 2025



STUNDEN IN EINER ANDEREN WELT MIT SCHATZSUCHE

NEU K37

Um sich ganz wie in einer anderen Welt zu fühlen, werden wir uns gleich zu Beginn verkleiden und – wer will – schminken. Danach gibt es Spiele in den verschiedenen Welten: Märchenwelt, Tierwelt, Piratenwelt, Superheldenwelt und der „Was-ich-mal-werden-will – Welt“
Anschließend geht es, die Piraten voran, auf Schatzsuche in den nahegelegenen Wald. Der Vormittag endet dann mit der Bergung des Schatzes und Gruppenspielen im FIM-Garten.

- ✂+ Zielgruppe: Kinder ab 6 Jahren
- 🕒 Uhrzeit: von 9.00 bis 12.00 Uhr
- 👤 Leitung: Mag.^a Verena Riske, Psychologin, Lerntherapeutin und Dipl. Legasthietrainerin
- 💰 Kosten: € 25,-- pro Kind inklusive Material

im FIM Andorf
Anmeldung erforderlich!

Montag, 21. Juli 2025



AUSBILDUNG ZUM DETEKTIV MIT FALLBEARBEITUNG

NEU K38

Zuerst werden wir unsere detektivischen Fähigkeiten in Form von Sinnesspielen schulen. Wir erlernen verschiedene Geheimschriften, werden üben, wie man Fingerabdrücke nimmt, Spuren sicherstellt und Indizien sammelt. Vielleicht haben wir auch die Möglichkeit unseren ersten echten Fall zu bearbeiten und gemeinsam zu lösen. Natürlich gibt es auch allerhand Spiele rund um die Detektive. Am Ende des „Ausbildungstages“ erhält jeder einen eigenen Detektivausweis.

- ✂+ Zielgruppe: Kinder ab 6 Jahren
- 🕒 Uhrzeit: von 13.00 bis 16.00 Uhr
- 👤 Leitung: Mag.^a Verena Riske, Psychologin, Lerntherapeutin und Dipl. Legasthietrainerin
- 💰 Kosten: € 25,-- pro Kind inklusive Material

im FIM Andorf
Anmeldung erforderlich!

Montag, 21. Juli 2025



ZAUBERWORKSHOP ZAUBERN WIE HARRY POTTER

K39

Wir werden an diesem Nachmittag gemeinsam Zauberkunststücke einüben und präsentieren. Gefördert werden dabei die Feinmotorik, die Konzentration, das Selbstvertrauen, die Präsentationsfähigkeit und die Fantasie! Du brauchst keine speziellen Vorkenntnisse!

- ✂+ Zielgruppe: Kinder von 6 bis 10 Jahren
- 🕒 Uhrzeit: von 16.00 bis 17.45 Uhr
- 👤 Leitung: Bernhard Woldan, Zauberkünstler
- 💰 Kosten: € 10,-- pro Kind

im FIM Andorf
Anmeldung erforderlich!

Dienstag, 22. Juli 2025



EIN FRÖHLICH MAGISCHER ERLEBNIS-AUSFLUG IN DEN WALD

NEU K40

Dich erwartet eine erlebnisreiche Wanderung durch den Zaubewald, fröhliche Märchen, die dir vielleicht bekannt vorkommen, und doch wieder nicht ... Außerdem lustige Spiele und so manche magische Überraschung ...

- ✂+ Zielgruppe: für Kinder von 5 bis 10 Jahren
- 🕒 Uhrzeit: von 9.00 bis 12.00 Uhr
- 👤 Leitung: Sabrina Mader, Natur- und Erlebnispädagogin, Geschichtenerzählerin
- 💰 Kosten: € 20,-- pro Kind/€ 15,-- pro Geschwisterkind

im FIM Andorf
Anmeldung erforderlich!

Dienstag, 22. Juli 2025



DENKDICHSTARK: SUPERKRÄFTE FÜR DEINEN KOPF

NEU K41

Entdecken wir gemeinsam die Kraft positiver Gedanken! Bei diesem Workshop lernen die Kinder und Jugendlichen, wie sie ihre Gedanken positiv beeinflussen können und ihre mentale Stärke aufbauen. Durch spannende Übungen und kreative Techniken unterstützen wir die Teilnehmer dabei, all ihre Gefühle und Gedanken zu verstehen und auch ausdrücken zu können. Das Training fördert ein starkes Selbstbewusstsein und eine positive Grundeinstellung.

- ✂+ Zielgruppe: Kinder und Jugendliche von 6 bis 12 Jahren
- 🕒 Uhrzeit: von 13.00 bis 16.00 Uhr
- 👤 Leitung: Marie-Therese Wimeder, Dipl. Kinder- & Jugendmentaltrainerin
- 💰 Kosten: € 17,-- pro Kind bzw. Jugendliche

im FIM Andorf
Anmeldung erforderlich!

**Mittwoch,
23. Juli 2025**

ANDORF



NÄHKURS

K42

An diesem Tag dürfen kreative Stücke entstehen. Wir nähen tolle Dinge für den Alltag. Von Mützen, Stirnbändern, kleinen Taschen und Haarbändern, bis hin zum Reißverschluss und Knopfloch nähen, es erwartet dich ein abwechslungsreicher Tag an der Nähmaschine.

Leichte Näherfahrung sollte vorhanden sein. Bringe bitte deine eigene Nähmaschine mit!

im FIM
AndorfAnmeldung
erforderlich!

- ✦ **Zielgruppe:** Kinder ab 8 Jahren
- 🕒 **Uhrzeit:** von 9.00 bis 16.00 Uhr
- 👤 **Leitung:** Martina Klaffenböck, Schneiderin, Tagesmutter
- 💰 **Kosten:** € 45,- pro Kind inkl. Stoffpaket und Mittagessen

**Donnerstag,
24. Juli 2025**

ANDORF



WOHLFÜHLHELDEN – KLEINE SCHRITTE ZU EINEM GROßEN LÄCHELN

NEU K43

In diesem Selbstfürsorge-Workshop überlegen wir gemeinsam, was es braucht, um sich im Leben gut zu fühlen.

Was kann ich selbst tun, um mich gut zu fühlen?

Was brauche ich, wenn es mir einmal nicht so gut geht?

Was braucht mein Körper, um gesund zu bleiben und was kann ich selbst dazu beitragen? Spiele, Übungen und Tools aus dem Resilienz- und Achtsamkeitstraining werden ausprobiert und jedes Kind hat die Möglichkeit eine persönliche Schatzkiste mit Selbstfürsorge-Inhalten für zuhause zu basteln.

im FIM
AndorfAnmeldung
erforderlich!

- ✦ **Zielgruppe:** Kinder von 7 bis 12 Jahren
- 🕒 **Uhrzeit:** von 9.00 bis 12.00 Uhr
- 👤 **Leitung:** Kerstin Mühlböck, Dipl. Sozialpädagogin, Dipl. Mobbing- und Gewaltpräventionstrainerin, Zert. Spiel- und Erlebnispädagogin, Zert. Resilienztrainerin
- 💰 **Kosten:** € 25,- pro Kind

**Freitag,
25. Juli 2025**

ANDORF



SCHACH MACHT SPAß

K44

An diesem Vormittag können interessierte Kinder jeden Alters das „königliche Spiel“ Schach kennenlernen bzw. wer Schach spielt, findet hier Spielpartner*innen. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

im FIM
AndorfAnmeldung
erforderlich!

- ✦ **Zielgruppe:** ohne Altersbegrenzung
- 🕒 **Uhrzeit:** von 10.00 bis 12.00 Uhr
- 👤 **Leitung:** Trainer vom Schach-Klub Taufkirchen
- 💰 **Kosten:** kostenlos

**Freitag,
29. August 2025**

ANDORF



SEI COOL, MACH SPORT!

K45

Grundzüge der Leichtathletik kennenlernen!

Probiere die Grundsportarten Laufen, Springen und Werfen auf vielfältige und spielerische Art und Weise aus. Im Vordergrund stehen aber Spaß und Spiel: Tobe dich aus bei Sprint-, Sprung-, Wurf- und Laufspielen; lerne deine Grenzen kennen; verbessere deine Geschicklichkeit und Koordination.

Zum Abschluss erhalten die Sporthelden eine kleine Stärkung. Sei dabei und mach mit!

in
AndorfAnmeldung
erforderlich!

- ✦ **Mitzubringen sind Sportschuhe und Sportbekleidung.**
- ✦ **Zielgruppe:** Kinder von 6 bis 12 Jahren
- 🕒 **Uhrzeit:** von 9.30 bis 11.00 Uhr
- 👤 **Leitung:** Natascha Gierlinger, staatlich geprüfte Leichtathletik-Trainerin
- 💰 **Kosten:** € 6,- pro Kind
- 📍 **Veranstaltungsort:** Stadion Andorf, Hans-Holz-Straße 5, 4770 Andorf





nach Vereinbarung



JUGENDLICHE: LÖSUNGSSUCHE IN DER KRISE SCHMERZ HAT VIELE GESICHTER

Trauer, Schmerz und Angst haben viele Gesichter und zeigen sich in vielen Formen und zu unterschiedlichen Zeiten. Vor allem in jungen Jahren, wo Umbruch, Aufbruch und Abgrenzung bereits herausfordernde Themen sind, können diese überwältigenden Gefühle eine enorme Belastung im Alltag werden.

Durch Gespräche, kreative Mittel und individuell angepasste Methoden bringen wir gemeinsam Unausprechliches an die Oberfläche und suchen einen guten Weg diese Dinge zu integrieren. Wir geben Gefühlen Platz und geben Trauer, Angst und Schmerz ein Gesicht. Wenn diesen großen Themen Raum gegeben wird ist wieder Leben und Entwicklung möglich.

Melde dich gerne für ein kostenloses Erstgespräch!

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

✘ **Zielgruppe:** Jugendliche ab 14 Jahren m/w/d

👤 **Leitung:** Elisabeth Birgeder, MA, Elementarpädagogin, Kreativtrainerin, Mal- und Gestaltungstherapeutin, LSB, Traumafachberaterin und Traumapädagogin i.A.

📍 **Kosten:** kostenloses Erstgespräch – anschließend € 25,- pro Termin
Anmeldung unter 0681-20718120 oder direkt im FIM unter 0664-3979303

SCHÄRDING

KINDER
JUGENDLICHE

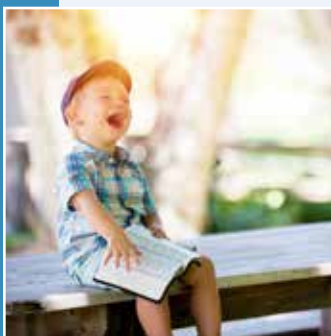
ELTERNBILDUNG

38

ELTERNBILDUNG



Donnerstag,
16. Jänner 2025



DIE 7 SICHERHEITEN, DIE (NICHT NUR) KINDER BRAUCHEN

EB01

„Wenn Sprache versagt, hilft Bewegung!“
Leitsatz der Evolutionspädagogik®

Die kindliche Entwicklung folgt sieben naturgegebenen Entwicklungsstufen. Dürfen Kinder diesen Entwicklungsweg ungestört durchlaufen, entfalten sie wie von selbst sieben Grundsicherheiten. Lernen Sie an diesem Abend die **Evolutionspädagogik®** kennen und bekommen Sie einen kleinen Einblick in die Köpfe Ihrer Kinder.

Der Vortrag hilft, das Verhalten und die „Sprache“ von Kindern, aber auch von Jugendlichen und Erwachsenen grundsätzlich und tiefer zu verstehen.

Mehr Bewegung für eine stressfreie Lern- und Lebenssituation!



🕒 **Uhrzeit:** um 19.00 Uhr

👤 **Leitung:** Sabrina Haidinger, Sozialpädagogin, Evolutionspädagogin®, Trauerbegleiterin & Petra Bauer, Kindergartenpädagogin, Evolutionspädagogin®, Kinesiologin, Mentaltrainerin, Eltern- und Erwachsenenbildnerin

📍 **Kosten:** € 12,- pro Person

📍 **Veranstaltungsort:** Gemeindeamt Esternberg, Hauptstraße 33, 4092 Esternberg

in
Esternberg

Anmeldung
erforderlich!

ESTERNBERG



Donnerstag,
16. Jänner 2025

ONLINE WORKSHOP SWEET DREAMS

EB02

ONLINE



Wie wir den Schlaf unserer Kinder und unsere eigene Erholung unterstützen können! Einschlafstillen, Familienbett oder Co-Sleeping – was brauchen unsere Kinder, um gut in den Schlaf zu finden? Welche Rolle spielen wir Erwachsene dabei? Und kann wirklich jedes Kind selbständig einschlafen? Wieviel Schlaf braucht ein Kind überhaupt? Ein interaktiver Workshop für die ganze Familie!



Anmeldung erforderlich!

🕒 **Uhrzeit:** von 19.00 bis 22.00 Uhr

👤 **Leitung:** Sandra Gillesberger, Pikler®-Pädagogin, Kleinstkind- und Kindergartenpädagogin, Familienmentorin & psychologische Beraterin

💰 **Kosten:** € 4,-- pro Person bzw. Paar

📍 **Veranstaltungsort:** Online



Donnerstag,
23. Jänner 2025

WORKSHOP

EB03

SELBSTSTÄNDIG UND SELBSTBEWUSST? JA, DAS SOLL MEIN KIND WERDEN

ANDORF



Kinder brauchen Mut, Stärke und Orientierung für ein gelingendes Leben. Eltern auch, um es vorleben zu können. Sie brauchen selbst Ermutigung, um Vertrauen in sich zu gewinnen. Grundprinzipien einer stärkenden förderlichen Erziehungsarbeit sind konstruktive Regeln/Vorgaben der Erwachsenen, um das soziale Miteinander zu erlernen. Das gibt Stabilität und Orientierung und Kinder erfahren so ihren Platz in der Familie/Kindergarten/Gesellschaft. Dadurch entwickeln Kinder ihre eigenständige Wesensart und es eröffnen sich immer weiter werdende Verantwortungsräume für das Kind. Das hat zum Zweck, als Mensch selbstständig und entscheidungsfähig zu werden. An diesem Abend geht es darum, zu verstehen, dass wir aktiv dazu beitragen können, unsere Kinder zu stärken und ihnen dennoch Grenzen zu setzen. Kinder als gleichwertig aber dennoch nicht immer gleichberechtigt anzusehen.

im FIM
Andorf

Anmeldung erforderlich!

🕒 **Uhrzeit:** von 18.00 bis 21.00 Uhr

👤 **Leitung:** Mag.^a Barbara Fetz, Lebens- und Sozialberaterin, psychologische Beraterin

💰 **Kosten:** € 4,-- pro Person bzw. Paar



Montag,
27. Jänner 2025

AUSTAUSCHGRUPPE VON ELTERN FÜR ELTERN

siehe H02



Dienstag,
28. Jänner 2025

SCHÄRDING



OÖ FAMILIENBUND
Behütung/Erziehung/Beiratung/Begegnung



WORKSHOP

NEU
EB04

WENN KINDER NICHT ZUR RUHE KOMMEN

Ein Workshop über Hyperaktivität, ADHS-Merkmale und Möglichkeiten, wie Eltern gut mit unruhigen Kindern umgehen können. Hyperaktivität und ADHS - nur ein neues Modewort für etwas, das es schon immer gab? Ganz so ist es sicher nicht. Es gab zwar schon immer „unartige“ Kinder, aber nicht jedes laute und wilde Kind ist hyperaktiv. Was ist eigentlich genau mit diesem Begriff gemeint? Wie kommt es, dass sich immer mehr Kinder hyperaktiv verhalten? Welche Rolle spielen dabei seelische Probleme, Umweltgifte, Ernährung etc.?

Was Eltern tun können, um Kindern in dieser inneren Unruhe zu helfen, wird Thema dieses Workshops sein.

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

Uhrzeit: von 18.30 bis 21.30 Uhr

Leitung: Monika Sturmair, Kindergartenpädagogin,
Gordontrainerin, Akad. Kommunikationstrainerin

Kosten: € 4,- pro Person bzw. Paar



Donnerstag,
6. Februar 2025

ANDORF



SchEz
Vereinsheute lernen. Miteinander leben.



SO GROßE GEFÜHLE

EB05

Kinder durch Freude, Wut und Traurigkeit begleiten

Gerade in emotional herausfordernden Situationen fällt es uns Erwachsenen oftmals schwer, Kinder zu verstehen, was sie in dem Moment wirklich brauchen. Ganz plötzlich werden auch in uns tiefe Gefühle freigesetzt und die vorgenommene Gelassenheit verfliegt schnell. Gefühle wie Wut, Ärger, Traurigkeit, uvm. möchten gesehen werden, genauso wie die Freude auch! Im ersten Schritt geht es im Workshop darum, diese Gefühle zu verstehen: Woher kommen sie? Welche Gründe und Ursachen stecken dahinter?

Der Workshop basiert unter anderem auf dem Buch von Kathrin Hohmann „Gemeinsam durch die Wut“. Die Autorin zeigt Wege für einen gewaltfreien und konstruktiven Umgang mit Kindern in Konfliktsituationen auf. Gemeinsam beschäftigen wir uns im Workshop damit, wie wir Kinder durch die Wut achtsam und auf Augenhöhe begleiten können – nämlich, gewaltfrei und bestärkend!

Mit wertvollen Strategien aus dem Alltag und reich an praktischen Tools, um Kinder und auch uns in herausfordernden Situationen bedürfnisorientiert zu begleiten.

Methoden:

- Impulsvortrag untermauert mit Praxisbeispielen
- Austausch in Kleingruppen
- Raum für Fragen

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

Uhrzeit: von 19.00 bis 22.00 Uhr

Leitung: Iris Wölflingseder, BEd., Pädagogin & Kindergartenleiterin, Referentin (u.a. Bildungsdirektion OÖ), Fachkraft für Kinderperspektiven, Akademische Expertin für frühkindliche Bildung, Studium Elementarpädagogik

Kosten: € 4,- pro Person bzw. Paar



Montag,
24. Februar 2025

GESPRÄCHSRAUM

siehe S24



Dienstag,
25. Februar 2025

SCHÄRDING



WORKSHOP

NEU **EB06**

WAS BRAUCHT EIN HOCHSENSITIVES KIND IN DER JEWEILIGEN ENTWICKLUNGSSTUFE?

Das hochsensitive Kind als Kleinkind, im Vorschulalter, in der Pflichtschule und als Teenager hat spezielle Eigenheiten und Bedürfnisse.

Auch in der Familie zeigt es altersgemäße Besonderheiten. Ist das eine Kind sehr introvertiert und zurückhaltend, so kann ein anderes Kind äußerst gefühlsbetont und wütend auf Reize oder Situationen reagieren. In diesem Workshop geht es darum, wie das hochsensitive Kind als Individuum im jeweiligen Entwicklungsstadium gut verstanden, begleitet und gestärkt werden kann. Dazu erläutern wir die vier Formen der Selbstachtung nach Elaine N. Aron. Praktische und altersadäquate Übungen für den Alltag runden den Workshop ab. Es wird auch eine Gelegenheit für Erfahrungsaustausch und Diskussion geben.

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

🕒 **Uhrzeit:** von 18.30 bis 21.30 Uhr

👤 **Leitung:** DSA Monika Gumpoltsberger, Lebens- und Sozialberaterin – psychosoziale Beratung, Expertin für Hochsensitive Personen (HSP), Dipl. Sozialarbeiterin, Dipl. Kindergartenpädagogin

💰 **Kosten:** € 4,- pro Person bzw. Paar



Montag,
17. März 2025

SCHÄRDING



MIR IST LANGWEILIG ...

EB07

Beschäftigung für Schlechtwettertage im Frühjahr

Jeder kennt die Tage, wo der Nachwuchs in den „mir ist sooooo langweilig“ Modus kippt. Sofort verwandeln sich ruhige Tage in Stress mit Beschäftigung für sie zu finden. Mehr Mut zum Müßiggang! Langeweile wirkt eigentlich stresslindernd und fördert die Eigeninitiative. Sie ist Nährboden für Kreativität und unterstützt kindliche Entwicklung. Sie lenkt den Fokus auf Interessen, Stärken und Fähigkeiten und sie hilft Erkenntnisse sacken zu lassen. Der Erwachsene kann in diesen Situationen als Impulsgeber handeln. Durch kleine Anregungen schaffen wir Situationen, in denen die Kinder wieder ins Spiel kommen und weitere Schritte selber setzen.

Regentage März

Einfache Rezepte und Anleitungen für Knete, Schleim, Kreide und Kleber und kleine Impulse für Drinnen und regnerische Tage.

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

✂️ **Mitzubringen sind Marmeladengläser/Aufbewahrungsboxen**

🕒 **Uhrzeit:** von 19.00 bis 21.00 Uhr

👤 **Leitung:** Elisabeth Birgeder, MA, Elementarpädagogin, Kreativtrainerin, Mal- und Gestaltungstherapeutin, LSB, Traumafachberaterin und Traumapädagogin i.A.

💰 **Kosten:** € 27,- pro Person inkl. Material



Freitag,
28. März 2025

ANDORF



IMPULSWORKSHOP

EB08

SELBSTFÜRSORGE FÜR BERUFSTÄTIGE MAMAS

Berufstätige Mütter haben oftmals viele Rollen zu erfüllen. Dabei ist es wesentlich, das Gleichgewicht zwischen Job und Familienleben zu halten. In diesem Workshop beschäftigen wir uns damit, wie uns dies gut gelingen kann und wie wir gut für uns selber sorgen können.

Der Workshop ist eine Kombination aus theoretischen Impulsen sowie interaktiven Methoden, um auch den wertvollen Austausch innerhalb der Gruppe zu nutzen, um neue Perspektiven zu gewinnen.

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

🕒 **Uhrzeit:** von 8.30 bis 11.30 Uhr

👤 **Leitung:** Mag.^a (FH) Anja Augustin, Business Coach

💰 **Kosten:** € 40,- pro Person



Mittwoch,
9. April 2025

ANDORF



DAS HOCHSENSITIVE KIND FORDERT UNS ERWACHSENE

EB09

Das hochsensitive Kind und dessen Temperamentsmerkmale und Besonderheiten können für uns Erwachsene manchmal richtig fordernd sein. Besonders auch auf der Paar-/Elternebene. Aber egal ob man als Mutter, Vater oder eine Betreuungs- oder Lehrperson mit einem HSK in Kontakt steht, wenn man den richtigen Umgang miteinander finden, kann die gemeinsame Zeit um einiges entspannter verbracht werden. Dies kann bei der Gestaltung von Räumen, Ritualen und Tagesabläufen, was für hochsensitive Kinder ganz wichtig ist, beginnen und kann bei Entspannungsübungen und Wegen zur Reizreduzierung enden. Unsere eigene Haltung gegenüber dem Thema Hochsensitivität und wie wir damit umgehen, werden wir in diesem Workshop ebenfalls beleuchten. Dazu gibt es gesammelte Erkenntnisse und Tipps für Eltern und Pädagog*innen. Was ist, wenn man selbst hochsensitiv ist? Dann ist man doppelt gefordert und muss ganz besonders auf ein gesundes Selbstmanagement achten. Auch diesbezüglich sprechen wir und tauschen unsere Erfahrungen und Strategien aus.

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

🕒 **Uhrzeit:** von 18.30 bis 21.30 Uhr

👤 **Leitung:** DSA Monika Gumpoltsberger, Lebens- und Sozialberaterin – psychosoziale Beratung, Expertin für Hochsensitive Personen (HSP), Dipl. Sozialarbeiterin, Dipl. Kindergartenpädagogin

💰 **Kosten:** € 4,-- pro Person bzw. Paar



Donnerstag,
10. April 2025

ST. ROMAN



WORKSHOP

ABSCHIED VON DER WINDEL - IN MEINEM TEMPO

NEU
EB10

Die Kontrolle der Blase und des Schließmuskels ist ein individueller Prozess.

- Welche Haltung und Unterstützung ist dabei von uns Erwachsenen hilfreich, um das Kind zu unterstützen?
- Wie kann ich die ersten Anzeichen erkennen und mein Kind ohne Töpfchentaining begleiten?
- Was heißt es eigentlich „sauber“ zu werden? Ohne Druck und Plan...geht das? JA!!!

in
St. Roman

Anmeldung
erforderlich!

🕒 **Uhrzeit:** von 19.00 bis 22.00 Uhr

👤 **Leitung:** Sandra Gillesberger, Pikler®-Pädagogin, Kleinstkind- und Kindergartenpädagogin, Familienmentorin & psychologische Beraterin

💰 **Kosten:** € 4,-- pro Person bzw. Paar

📍 **Veranstaltungsort:** Gemeindesaal im Gemeindeamt St. Roman, 2. Stock, Altendorf 5, 4793 St. Roman



Dienstag,
22. April 2025

ANDORF



3-TEILIGER WORKSHOP

WEIL ICH ES MIR WERT BIN

EB11

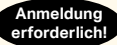
als Mama zur Powerfrau gut gestärkt durch den Familienalltag

Gerade Frauen müssen vieles gleichzeitig leisten: Job, Haushalt, Familie, Kinder, Schule. Sie sollen scheinbar Übermensch sein, die alles schaffen, selten bis nie an sich selbst denken und dabei noch wenig schlafen. In diesem 3-teiligen Workshop geht es darum, die eigenen Bedürfnisse zu erkennen, sich in seiner Persönlichkeit weiterzuentwickeln und einen Ausgleich zu all den Aufgaben im Familienalltag zu finden. Es geht um Resilienz, Stressabbau und die Kunst, positiv gestärkt an jede Herausforderung heranzugehen. Das gelingt durch positive Selbstwahrnehmung und Selbstwirksamkeit. Es ist Zeit - Zeit, sich zu gestatten, rundum glücklich zu sein - weil sie es sich wert sind!

>>>>



- 🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 18.00 bis 21.00 Uhr
- 📅 **Termine:** Dienstag, 22.4., 6.5. und 20.5.2025
- 👤 **Leitung:** Mag.^a Barbara Fetz, Lebens- und Sozialberaterin, psychologische Beraterin
- 💰 **Kosten:** € 4,-- pro Person bzw. Paar


Samstag,
10. Mai 2025



MAMA, ENTSPANN DICH!

Ein Nachmittag „Zeit für dich“ inklusive Mehrwert für die ganze Familie!



Im chaotischen Familienalltag die Nerven zu behalten und mit Gelassenheit und Leichtigkeit den Haushalt, Kinder und womöglich noch Job unter einen Hut bringen, das ist wahrlich nicht leicht. Gönn dir einen Nachmittag AUSZEIT.

Denn nur wenn du gut für dich sorgst und in deiner Mitte und Kraft bist, kannst du gut für deine Lieben sorgen!

Was dich erwartet:

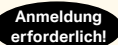
- leichte und sanfte Yoga-Übungen und Handout für Zuhause
- Erste Hilfe Übungen gegen Erschöpfung und Überforderung
- eigene Ressourcen erkennen und abrufbar machen
- warum uns der mentale Säbelzahn tiger überhaupt jagt und warum Stress nie mit unserem Umfeld oder unseren Aufgaben zu tun hat
- Wir sind VIELE: lernen von anderen Mamas im ehrlichen Austausch



🕒 **Uhrzeit:** von 14.00 bis 18.00 Uhr

👤 **Leitung:** Jessica Hirthe, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Diplom Humanenergetikerin, Yogalehrerin BDY/EYU

💰 **Kosten:** € 48,-- pro Mama


Montag,
12. Mai 2025



MIR IST LANGWEILIG ...

Beschäftigung für Sonnentage im Sommer



Jeder kennt die Tage, wo der Nachwuchs in den „mir ist sooooo langweilig“ Modus kippt. Sofort verwandeln sich ruhige Tage in Stress mit Beschäftigung für sie zu finden. Mehr Mut zum Müßiggang! Langeweile wirkt eigentlich stresslindernd und fördert die Eigeninitiative. Sie ist Nährboden für Kreativität und unterstützt kindliche Entwicklung. Sie lenkt den Fokus auf Interessen, Stärken und Fähigkeiten und sie hilft Erkenntnisse sacken zu lassen. Der Erwachsene kann in diesen Situationen als Impulsgeber handeln. Durch kleine Anregungen schaffen wir Situationen, in denen die Kinder wieder ins Spiel kommen und weitere Schritte selber setzen.

Sonnentage

Einfache Rezepte und Anleitungen für Spiele im Garten, Park und Umgebung.



✂️ **Mitzubringen sind Marmeladengläser/Aufbewahrungsboxen**

🕒 **Uhrzeit:** von 19.00 bis 21.00 Uhr

👤 **Leitung:** Elisabeth Birgeder, MA, Elementarpädagogin, Kreativtrainerin, Mal- und Gestaltungstherapeutin, LSB, Traumafachberaterin und Trau-
mapädagogin i.A.

💰 **Kosten:** € 27,-- pro Person inkl. Material






Mittwoch,
11. Juni 2025

SCHÄRDING



WORKSHOP

EB14

SANFTE EINGEWÖHNUNG

Wege zur außerfamiliären Betreuung

Was braucht es, um dem Kind eine sanfte Eingewöhnung zu ermöglichen? Welche Haltung von uns Erwachsenen notwendig ist, um eine Brücke für das Kind zu bauen von den Eltern zu den Pädagog*innen, Tagesmüttern, ...

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

- 🕒 **Uhrzeit:** von 19.00 bis 22.00 Uhr
- 👤 **Leitung:** Sandra Gillesberger, Pikler®-Pädagogin, Kleinstkind- und Kindergartenpädagogin, Familienmentorin & psychologische Beraterin
- 💰 **Kosten:** € 4,- pro Person bzw. Paar

BEWEGUNG & GESUNDHEIT



Mittwoch,
8. Jänner 2025

ANDORF



YOGA

BG01

Yoga ist für mich eine Erfahrung von Achtsamkeit und Bewusstsein, von Veränderung und Neuorientierung.

Yoga ist wie eine Reise. In meinem Unterricht geht es darum, eine Verbindung zwischen Körper, Geist und Seele mit Fröhlichkeit und Freude/Leichtigkeit herzustellen. Ich vermittele dir über die Freude an der Bewegung dein SEIN, deinen MOMENT IM ATEM, deine VERBINDUNG ZU DIR UND DEINER UMWELT.

Meine Yogastile sind vielseitig abgestimmt auf die Bedürfnisse meiner SchülerInnen.

Meine Unterrichtsstile reichen von kraftvollem, dynamischem Yoga bis zum therapeutischen Yoga.

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

- 🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 18.00 bis 19.15 Uhr
- 📅 **Termine:**
 - Block 1:** Mittwoch, 8.1., 15.1., 22.1., 29.1., 19.2. und 26.2.2025
 - Block 2:** Mittwoch, 5.3., 12.3., 19.3., 26.3., 2.4. und 9.4.2025
 - Block 3:** Mittwoch, 30.4., 7.5., 14.5., 21.5., 28.5. und 4.6.2025
 - Block 4:** Mittwoch, 11.6., 18.6., 25.6., 2.7. und 9.7.2025
 - Sommerkurs:** Mittwoch, 16.7., 23.7., 30.7., 6.8. und 13.8.2025
- 👤 **Leitung:** Angela Adjan, QI GONG-Lehrerin, geprüfte AYA-Yogalehrerin, Heilpraktikerin
- 💰 **Kosten:** € 86,- pro Person/6 Termine bzw. € 72,- pro Person/5 Termine



Donnerstag,
9. Jänner 2025

ANDORF



HATHA YOGA MIT YIN- UND VINYASA ELEMENTEN

BG02

Diese Yoga-Stunden sind ein harmonisierender Mix aus dem klassischen Hatha-Yoga, Yin-Yoga und Flow-Yoga im Vinyasa-Stil. Die Einheiten kräftigen dich zum einen und bringen dich zum anderen ganz sanft und mit Tiefenwirkung zu dir selbst. Jede Einheit ist zudem umrahmt von Meditation, Atmung und einer Endentspannung.

Für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene. Schnuppern jederzeit unverbindlich möglich.

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

- 🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 17.00 bis 18.00 Uhr
- 📅 **Termine:**
 - Block 1:** Donnerstag, 9.1., 16.1., 23.1., 30.1., 6.2., 13.2. und 27.2.2025
 - Block 2:** Donnerstag, 6.3., 13.3., 20.3., 27.3., 3.4., 10.4. und 24.4.2025
 - Block 3:** Donnerstag, 8.5., 15.5., 22.5., 5.6., 12.6., 26.6. und 3.7.2025
- 👤 **Leitung:** Manuela Gassner, Yoga-Lehrerin, Mentaltrainerin nach Kurt Tepperwein
- 💰 **Kosten:** € 70,- pro Person/7 Termine



Freitag,
10. Jänner 2025

SCHÄRDING



YOGA-KURS

BG03

Yoga unterscheidet sich von Gymnastik und Sport durch die Ganzheitlichkeit des Übens: Wir bewegen und trainieren nicht nur unseren Körper, wir schulen auch unsere Aufmerksamkeit durch bewusstes Atmen und die bewusste Wahrnehmung der Muskel-tätigkeit. Durch diese einfache Form der Konzentration wird eine tiefe Entspannung der Nerven und des Gehirns gefördert.

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

✦ **Mitzubringen sind Gymnastikmatte, Decke und bequeme Bekleidung**

📅 **Termine und Uhrzeiten:** jeweils von 19.00 bis 20.30 Uhr

🕒 **Block 1:** Freitag, 10.1., 17.1., 24.1., 31.1., 7.2. und 14.2.2025

Block 2: Freitag, 28.2., 7.3., 14.3., 21.3., 28.3. und 4.4.2025

Block 3: Freitag, 11.4., 25.4., 2.5., 9.5., 16.5. und 23.5.2025

👤 **Leitung:** Hildegard Ebeleseder, Dipl. Yogalehrerin, Dipl. Yogatherapeutin

💰 **Kosten:** € 85,- pro Person/6 Termine



Mittwoch,
15. Jänner 2025

SCHÄRDING



JUMPING FITNESS

BG04

Jumping Fitness ist ein Ausdauer-, Kraft- und Balancetraining auf dem Trampolin, dass durch coole Beats zu einem schweißtreibenden Workout mit Spaßeffect wird und Glückshormone freisetzt.

Keine Vorkenntnisse nötig. Allerdings nicht geeignet für Schwangere, Menschen mit Bandscheibenvorfällen oder mit schwachem Beckenboden.

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

✦ **Zielgruppe:** Erwachsene

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 17.30 bis 18.30 Uhr

📅 **Termine:** Mittwoch, 15.1., 22.1., 29.1., 5.2. und 12.2.2025

👤 **Leitung:** Simone Zauner

💰 **Kosten:** € 55,- pro Person/5 Termine



Mittwoch,
15. Jänner 2025

SCHÄRDING



Jackpot.fit - BEWEGUNG LEICHTGEMACHT!

BG05

Kostenloses Gesundheitssportangebot in Schärding!

Jackpot.fit ist ein Gesundheitssportangebot für erwachsene Sporteinsteiger- und Wiedereinsteiger*innen, welches von der Sozialversicherung in Kooperation mit den Sportdachverbänden ins Leben gerufen wurde. Gerade Personen im Alter von 30 bis 65 Jahren, die von Übergewicht und/oder Diabetes betroffen sind, sowie Kurabsolvent*innen sind in diesem Programm genau richtig. Jackpot.fit-Einheiten finden in Gruppen von Gleichgesinnten statt und beinhalten Kraft-, Ausdauer- und Motivationstraining. Der Spaß und die Freude an der Bewegung sind vorprogrammiert! Das erste Semester ist für Versicherte aller Kassen kostenlos und ein Schnuppertraining ist jederzeit möglich!

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 19.00 bis 20.00 Uhr & 20.00 bis 21.00 Uhr

📅 **Termine:** Mittwoch, 15.1., 22.1., 29.1., 5.2., 12.2., 26.2., 5.3., 12.3., 19.3., 26.3., 2.4. und 9.4.2025

👤 **Leitung:** Anna Zallinger / SPORTUNION Schärding

💰 **Kosten:** kostenlos

Informationen und Anmeldung: Mag.^a Uta Karl-Gräf
Tel.: 050 808 9406 / E-Mail: oberoesterreich@jackpot.fit





Donnerstag,
16. Jänner 2025

SCHÄRDING



ENTSPANNT AM ABEND MIT YIN YOGA

BG06

Lass mich dir dabei helfen, dich nach einem YANG-lastigen Tag, wieder in Balance zu bringen. Dieser ruhige, fast schon meditative Yogastil gewinnt in einer auf Leistung getrimmten Zeit immer mehr an Bedeutung. Wir dürfen wieder lernen, Ruhe zuzulassen und den Fokus nach innen zu lenken.

Zugleich lösen wir durch das lange Verweilen der Haltungen im Liegen und Sitzen, die Verklebungen an unseren Muskeln und dem Bindegewebe (Faszien). Eine weitere wichtige Rolle spielt das Meridiansystem nach den Grundlagen der Traditionellen Chinesischen Medizin. Yin Yoga kann auch hier Stagnationen lösen und das Qi wieder ins Fließen bringen.

Der Kurs ist für Anfänger*innen und Geübte. Für alle, die sich Ruhe, Regeneration, mehr Flexibilität und wieder mehr Nähe zu sich selbst wünschen.

im FIM
Schärding

✂+ **Mitzubringen sind Gymnastikmatte, Decke und Yogakissen**

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 17.30 bis 18.30 Uhr

📅 **Termine:**

Block 1: Donnerstag, 16.1., 23.1., 30.1., 6.2. und 13.2.2025

Block 2: Donnerstag: 27.2., 6.3., 13.3., 20.3. und 27.3.2025

👤 **Leitung:** Simone Ernst, Zertifizierte Yogalehrerin YAA 300, Yin Yoga Lehrerin

💰 **Kosten:** € 61,- pro Person/5 Termine

Anmeldung
erforderlich!



Donnerstag,
16. Jänner 2025

SCHÄRDING



FIT MIT SCHLAGER

BG07

Du bewegst dich gerne und Schlagermusik versetzt dich in gute Stimmung? Dann bist du hier genau richtig! Eine Fitness-Dance-Stunde mit Musik, die gute Laune verbreitet kombiniert mit Aerobic das dich fit hält.

Melde dich an und tanze mit uns durch den Frühling ...

im FIM
Schärding

✂+ **Zielgruppe:** jede*r der/die Lust auf Schlager hat

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 19.00 bis 19.50 Uhr

📅 **Termine:**

Block 1: Donnerstag, 16.1., 23.1., 30.1., 6.2., 13.2. und 20.2. 2025

Block 2: Donnerstag, 6.3., 13.3., 20.3., 27.3., 3.4. und 10.4.2025

👤 **Leitung:** Daniela Stockinger, Fitness Instructor

💰 **Kosten:** € 73,- pro Person/6 Termine

Anmeldung
erforderlich!



Freitag,
17. Jänner 2025

ANDORF



AVIVA BASISKURS

BG08

AUS DEM BECKEN KOMMT DIE KRAFT

Die Aviva Methode verbindet Elemente aus Tanz und dynamischen Bewegungen. Die Methode basiert auf einer Serie von 18 Übungen, die in einem präzisen Rhythmus zu Musik geübt werden. Die Beckenregion wird vermehrt durchblutet, die natürliche Regeneration der Organe angeregt und hormonelle Disbalancen werden ausgeglichen. Die Aviva-Methode kann gezielt eingesetzt werden bei: Menstruationsbeschwerden jeglicher Art (Schmerzen, starke Blutungen, zu kurzer, unregelmäßiger oder zu langer Zyklus, etc.), verschlossene Eileiter, Kinderwunsch, Vorbereitung auf eine IVF, Rückbildung/Stärkung des Beckenbodens, in den Wechseljahren (Hitzewallungen, Schlafstörungen, etc.), zum Stressabbau, Inkontinenz, Übergewicht u.v.m.! Bei diesem Intensivseminar werden die 18 Übungen der Aviva-Basismethode erlernt und können danach eigenständig zu Hause oder in einer Übungsgruppe genutzt und geübt werden.

„Ein Medikament kann durch Bewegung ersetzt werden, aber Bewegung kann nicht durch ein Medikament ersetzt werden“

(Aviva Steiner)

im FIM
Andorf

✂+ **Mitzubringen sind bequeme Kleidung und eine eigene Matte (falls vorhanden)**

🕒 **Uhrzeit:** von 14.00 bis 18.00 Uhr

📅 **weiterer Termin:** Freitag, 16.5.2025 von 14.00 bis 18.00 Uhr

👤 **Leitung:** Katharina Reiterer, Diplomierte AVIVA-Lehrerin

💰 **Kosten:** € 70,- pro Person/Termin

Anmeldung
erforderlich!



Samstag,
18. Jänner 2025

ANDORF



WORKSHOP

BG09

MENTAL FIT TO GO

Du interessierst dich für das Mentaltraining, möchtest aber keine ganze Ausbildungsreihe machen? Dann bist du in diesem Workshop genau richtig, vor allem, wenn auch dich die Kraft der Gedanken fasziniert und du erfahren möchtest, was die gängigsten Praxis-Anwendungen sind. Hier werden die verschiedenen Techniken aus dem Mentaltraining präsentiert, die du direkt mit nach Hause nehmen kannst, in deinem Alltag anwenden und vor Ort gleich ausprobieren.

🕒 **Uhrzeit:** von 8.30 bis 11.30 Uhr

👤 **Leitung:** Mag.^a Manuela Gassner, Dipl. Mentaltrainerin nach Kurt Tepperwein

💰 **Kosten:** € 36,-- pro Person inkl. Skript

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!



Donnerstag,
23. Jänner 2025

ANDORF



MASSAGE – GENUSS UND ENTSPANNUNG FÜR DEN HAUSGEBRAUCH

NEU
BG10

Durch Stress, Hektik, falsche Haltung und wenig Zeit für Ausgleich im Leben, nehmen Verspannungen und Schmerzen am Rücken immer mehr zu. Dieses Seminar führt Sie in die 5 Grundbegriffe der klassischen Massage ein. Lösen Sie mit einfachen, gezielten Techniken Verspannungen bei sich selbst oder Ihren Freunden/Familie.

Hauptaugenmerk liegt in diesem Seminar auf die praxisbezogenen Grifftechniken, um die Muskulatur von Verspannungen zu lösen und somit positiven Einfluss auf Kopfschmerzen, Nackenschmerzen und Rückenprobleme zu nehmen.

✚ **Mitzubringen sind bequeme Kleidung, Massageöl, Leintuch, Handtuch und Decke**

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 18.00 bis 22.00 Uhr

📅 **Termine:** Donnerstag, 23.1. und 30.1.2025

👤 **Leitung:** Sabine Zaglmaier, Med. Masseurin, Heilmasseurin und Dipl. Lehrbeauftragte

💰 **Kosten:** € 89,-- pro Person/2 Termine

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!



Donnerstag,
23. Jänner 2025

SCHÄRDING



YOGA FLOW

BG11

Zeit für Yoga - Zeit für dich! Wir kommen gemeinsam durch aufeinander abgestimmte Yoga-Positionen (Vinyasa) in den Flow. Wir verbinden Atmung und Bewegung und genießen die anregende und stärkende Wirkung. Beats und Musik helfen uns dabei, den Körper so richtig zu spüren und anschließend zu entspannen. Bei Schönwetter im Garten. Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene geeignet.

✚ **Mitzubringen sind eine Yogamatte und bequeme Kleidung**

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 19.15 bis 20.15 Uhr

📅 **Termine:** Donnerstag, 23.1., 30.1., 6.2., 13.2., 27.2., 6.3.2025

👤 **Leitung:** Judith Andlinger, Dipl. Yogalehrerin, Ausbildung bei Dagmar Shorny nach T. Krishnamacharya

💰 **Kosten:** € 66,-- pro Person/6 Termine

📍 **Veranstaltungsort:** Bezirksalten- und Pflegeheim Schärding, Ernst-Fuchsig Straße 2, 4780 Schärding

in
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

SCHÄRDING

✚ **Mitzubringen sind eine Yogamatte und bequeme Kleidung**

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 19.15 bis 20.15 Uhr

📅 **Termine:** Donnerstag, 8.5., 15.5., 22.5., 5.6., 12.6. und 26.6.2025

👤 **Leitung:** Judith Andlinger, Dipl. Yogalehrerin, Ausbildung bei Dagmar Shorny nach T. Krishnamacharya

💰 **Kosten:** € 66,-- pro Person/6 Termine

📍 **Veranstaltungsort:** FIM Schärding

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!



Dienstag,
28. Jänner 2025

ANDORF



© Elina Fairytale



YIN YOGA FÜR INNERE RUHE UND GELASSENHEIT

NEU **BG12**

Yin Yoga, auch als Faszien-Yoga bekannt, ist eine liebevolle und tiefgehende Arbeit mit deinem Körper. Dabei wird großer Wert auf Achtsamkeit und Konzentration auf das Hier und Jetzt gelegt. Entspannung und die sanfte, aber fortschreitende Dehnung des Körpers stehen im Mittelpunkt. Sanft bedeutet allerdings nicht, dass Yin Yoga nicht anstrengend sein kann.

- Sanfte Dehnung und tiefe Entspannung mit dem Faszien-Yoga
- Klassisches Asanas (Körperübungen) werden 3 bis 7 Minuten lang gehalten, vorwiegend liegend und sitzend
- Atemtechniken und Meditation für innere Ruhe und Gelassenheit
- Raum um Kraft zu tanken, zum Spüren und Loslassen

**Im Fokus steht das Yin, das Loslassen, das Leben im „Jetzt“ und das Annehmen aller im Moment erlebten Empfindungen.
Keine Vorkenntnisse erforderlich!**

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 18.30 bis 20.00 Uhr

📅 **Termine:** Dienstag, 28.1., 4.2., 11.2., 25.2. und 4.3.2025

👤 **Leitung:** Helga Buchegger, zertifizierte Hatha, Yin und Flow-Yogalehrerin

💰 **Kosten:** € 85,-- pro Person/5 Termine



Mittwoch,
29. Jänner 2025

ANDORF



© Elina Fairytale



YOGA DER FREUDE – RAUM ZUM GANZ WERDEN

NEU **BG13**

Beim wahren Yoga geht es nicht um die Form deines Körpers, sondern um die Form deines Lebens. Wenn man auf sich selbst hört, kommt alles von selbst. Es kommt von innen, wie eine Art Wille, etwas zu tun.

„Die Inspiration, die du suchst, ist bereits in dir, sei still und lausche.“ (Rumi)

- Ganzheitliches Hatha-Yoga nach Sivananda Methode
- Klassische Asanas (Körperübungen) und Yoga Flows und Yin Elementen
- Durch Pranayamas (Atemtechniken) können Energieblockaden in Körper und Geist gelöst werden
- Entspannung und Meditation
- Mantra und Klänge – Yoga in seiner ganzen Bandbreite

Dein Neustart!

Du hast Lust auf einen Neubeginn? Yoga kann dir dabei helfen, Reset zu drücken und in ein wunderbares neues Ich zu starten.

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 18.30 bis 20.00 Uhr

📅 **Termine:** Mittwoch, 29.1., 5.2., 12.2., 26.2., 5.3. und 12.3.2025

👤 **Leitung:** Helga Buchegger, zertifizierte Hatha, Yin und Flow-Yogalehrerin

💰 **Kosten:** € 102,-- pro Person/6 Termine



Samstag,
1. Februar 2025

ANDORF



WORKSHOP FASZINATION YOGA KENNENLERNEN

BG14

Yoga ist längst auch im Westen bei uns angekommen. Hatha, Yin – Kundalini & Co – Was ist was und vor allem: Was passt zu mir?

In diesem Workshop wird dir in zwei Hälften Yoga nähergebracht. In der ersten Hälfte gehen wir auf die wunderbare Philosophie, Tradition und Theorie des Yoga ein. In der zweiten Hälfte dieses Workshops gehen wir in die Praxis, sprich, auf die Matte und probieren in einer sanften Stunde die verschiedenen Stile aus.

>>>>

✦ **Mitzubringen ist eine Matte – falls vorhanden!**

✦ **Zielgruppe:** Interessierte, Anfänger*innen oder bereits Yoga-Liebhaber*innen.

🕒 **Uhrzeit:** von 9.30 bis 11.30 Uhr

👤 **Leitung:** Mag.^a Manuela Gassner, Zert. Yoga Lehrerin

💰 **Kosten:** € 36,-- pro Person

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!



Dienstag,
4. Februar 2025



LATINO & ROCK AND ROLL

BG15

Für mehr Lebensfreude im Alltag - eine Kombination aus Latin Musik, Rock and Roll und Bewegung, Lachen, spanische Vokabeln, Mentaltraining und mehr...

Lebensfreude, positive Energie und Spaß durch Tanzen. Nebenbei bleibst du körperlich und geistig fit und gesund. Gesundheit auf allen Ebenen. Körper, Geist und Seele kombiniert mit Spaß und spanischen Vokabeln.

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 19.00 bis 20.00 Uhr

📅 **Termine:** Dienstag, 4.2., 11.2., 25.2., 4.3., 11.3.2025

👤 **Leitung:** Jazmin Muñoz-Häupl, Zumba Trainerin, gebürtige Südamerikanerin, psychosoziale Beraterin

💰 **Kosten:** € 66,-- pro Person/5 Termine

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!



Mittwoch,
5. März 2025



QI GONG

BG16

Qi Gong ist ein bewährtes Übungssystem aus China. Hier kommen Körper, Geist und Seele durch die sanften Bewegungen schnell ins Gleichgewicht.

Qi Gong wirkt positiv auf:

- Gesundheit und Wohlbefinden
- Beweglichkeit
- Blut-, Lymph- und Energiefluss im Körper
- Konzentrationsfähigkeit bei gleichzeitiger Entspannung
- Nervensystem
- Immunsystem
- Zivilisationskrankheiten (Rückenschmerzen, Bluthochdruck, Rheuma etc.)

Die Übungen sind eine harmonische Verbindung von Achtsamkeit, Atmung und Bewegung.

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 19.30 bis 20.30 Uhr

📅 **Termine:**

Block 1: Mittwoch, 5.3., 12.3., 19.3., 26.3., 2.4. und 9.4.2025

Block 2: Mittwoch, 11.6., 18.6., 25.6., 2.7. und 9.7.2025

👤 **Leitung:** Angela Adjan, QI GONG-Lehrerin, geprüfte AYA-Yogalehrerin, Heilpraktikerin

💰 **Kosten:** € 73,-- pro Person/6 Termine bzw. € 61,-- pro Person/5 Termine

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!



Sonntag,
16. März 2025

DISCOFOX FÜR FORTGESCHRITTENE für Paare und Singles

BG17

In diesem Kurs kann jeder mitmachen, der schon mal irgendwo einen Disco-Fox-Kurs besucht hat oder über gute Tanzkenntnisse verfügt. Am Anfang werden alle Paare auf das gleiche Niveau gebracht um anschließend weiterführendes Figurenmateriale und interessante Wickelfiguren zu erlernen. Der Spaß an der Bewegung steht auch

>>>>



Tanzschule
Linsmeier
a d t v

✦ **Zielgruppe:** Mitmachen kann jeder im Alter von 9 bis 99 Jahren. Egal ob als Paar oder als Single.

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 19.00 bis 20.00 Uhr

📅 **Termine:** Sonntag, 16.3., 23.3. und 30.3.2025

👤 **Leitung:** Markus und Judith Linsmeier, beide betreiben eine moderne, junge Tanzschule mit Kursen im gesamten südostbayerischen Raum. Judith Linsmeier ist geprüfte Tanzlehrerin im ADTV (Allgemeiner Deutscher Tanzlehrerverband).

💰 **Kosten:** € 40,-- pro Person/3 Termine (à 60 Minuten)

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!



Sonntag,
16. März 2025

TANZKURS FÜR BRAUTPAARE UND HOCHZEITSGÄSTE

siehe H04



Dienstag,
18. März 2025

RÜCKENFIT – STARK UND SCHMERZFREI DURCH DEN ARBEITSALLTAG

BG18



Dieser Kurs zielt auf eine Stärkung der Rumpf- und Rückenmuskulatur ab, um die Wirbelsäule im stressigen und oft körperlich sehr fordernden Arbeitsalltag optimal zu schützen und stützen. Die Übungen sind mit wenig Trainingsequipment bzw. rein mit dem Körpergewicht durchführbar, das heißt sie können auch nach Kursende selbständig zuhause weitergemacht werden.

Ziel ist das Erlernen und die praktische Umsetzung eines regelmäßigen und nachhaltigen Trainings für eine gesunde und starke Wirbelsäule.

✦ **Zielgruppe:** Einzelpersonen und Paare

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 19.30 bis 20.30 Uhr

📅 **Termine:** Dienstag, 18.3., 25.3., 1.4., 8.4., 15.4. und 22.4.2025

👤 **Leitung:** Christiane Reinsprecht, BSc, Physiotherapeutin

💰 **Kosten:** € 99,-- pro Person/6 Termine

📍 **Veranstaltungsort:** Bezirksalten- und Pflegeheim Schärding, Ernst- Fuchsig Straße 2, 4780 Schärding

in
Schärding

Anmeldung
erforderlich!



Donnerstag,
20. März 2025

FUßREFLEXZONENMASSAGE FÜR DAHEIM

NEU BG19



Mit dieser leicht erlernbaren Massagetechnik lernen Sie die wichtigsten Zonen der Füße und verschiedene Griffe kennen, die einen positiven Einfluss auf Ihr Wohlbefinden haben. Fußreflexzonenmassage hat sich bei unterschiedlichen körperlichen als auch seelischen Unausgeglichheiten bewährt, z.B. bei Unruhe, Schlafstörungen, Verspannungen, Verdauungsprobleme uvm.!

Nach diesem Seminar können Sie sich am Fuß orientieren und die Zonen genau lokalisieren, um an sich oder anderen eine hilfreiche, entspannende Fußreflexmassage durchzuführen.

✦ **Mitzubringen sind bequeme Kleidung, Leintuch, Handtuch, Decke und Schreibzeug**

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 18.00 bis 22.00 Uhr

📅 **Termine:** Donnerstag, 20.3. und 27.3.2025

👤 **Leitung:** Sabine Zaglmaier, Med. Masseurin, Heilmasseurin und Dipl. Lehrbeauftragte

💰 **Kosten:** € 89,-- pro Person/2 Termine

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!



Samstag,
26. April 2025

ANDORF



GET TOGETHER BEIM YOGA-DATE

BG20

Du bist Yoga-Lehrer*in und möchtest dich gerne mit Gleichgesinnten austauschen oder connecten, neue Ideen sammeln, Chancen und Herausforderungen in der Praxis besprechen?

🕒 **Uhrzeit:** von 9.00 bis 11.00 Uhr

👤 **Leitung:** Mag.^a Manuela Gassner, zert. Yoga-Lehrerin, Yoga im Innviertel

🚫 **Kosten:** kostenlos

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!



Donnerstag,
8. Mai 2025

ANDORF



INDIVIDUELLE MASSAGETHERAPIE FÜR DEN HAUSGEBRAUCH

NEU
★ BG21

Schröpfungsmassage, Tapen, Fußreflexpunkte

- Lernen Sie in diesem Kurs, wie Sie Tapes richtig anlegen.
- Schröpfungsmassage für den Hausgebrauch!
- Verschiedene Grifftechniken der klassischen Massage um Verspannungen zu lösen.
- Nehmen Sie einen positiven Einfluss auf unterschiedliche Probleme durch Griff-techniken der Fußreflex (wie z.B. Verstopfung, Kopfschmerzen, Rückenschmerzen, ...)

✚ **Mitzubringen sind bequeme Kleidung, Massageöl, Leintuch, Handtuch und Decke**

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 18.00 bis 22.00 Uhr

📅 **Termine:** Donnerstag, 8.5. und 15.5.2025

👤 **Leitung:** Sabine Zaglmaier, Med. Masseurin, Heilmasseurin und Dipl. Lehrbeauftragte

🚫 **Kosten:** € 89,- pro Person/2 Termine

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

ENTSPANNUNG & KREATIVITÄT



2x im Monat
Freitag,
17. Jänner 2025

SCHÄRDING



INTERNATIONALER FRAUENTREFF

EK01

Und wie ist das bei euch? Wie werden in eurem Land Feste gefeiert, Kinder erzogen, Konflikte gelöst, Traditionen weitergegeben...? Bei einer Tasse Kaffee oder Tee tauschen Frauen aus verschiedenen Nationen ihre Erfahrungen aus. Und kommen darauf: Oft sind es sehr ähnliche Fragen, Probleme, Gedanken, die sie beschäftigen. „Wir reden über das, was uns verbindet, nicht immer darüber, was uns trennt“, bringt es eine Teilnehmerin auf den Punkt. Zu verschiedenen Themen, wie Aus- und Weiterbildung, Sprache, Tanz oder Arbeitssuche werden Expert*innen eingeladen. Der Frauentreff bietet Gelegenheit zum gegenseitigen Kennenlernen.

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 9.00 bis 11.00 Uhr

📅 **Termin:** Freitag, 17.1., 31.1., 14.2., 28.2., 14.3., 28.3., 11.4., 25.4., 9.5., 23.5., 6.6., 20.6., 4.7.2025

👤 **Leitung:** Atena Jedinejad, Praxiserfahrung in Familienbegleitung und Kindergarten

🚫 **Kosten:** kostenlos

im FIM
Schärding



Jeden
3. Freitag im Monat

FRAUENCAFÉ – EIN TREFFPUNKT VON FRAUEN FÜR FRAUEN

EK02

ANDORF



Du magst neue Leute kennenlernen, andere Kulturen entdecken, dich bei einer Tasse Kaffee austauschen...?

Komm zum Frauencafe, jeden 3. Freitag im Monat, von 15.00 bis 17.00 Uhr im FIM Andorf! Wir sind eine Gruppe von internationalen und österreichischen Frauen und treffen uns einmal im Monat bei Kaffee und Kuchen, um uns über unser Leben, unser Heimatland und über Frauenthemen auszutauschen: Wir teilen, was uns bewegt!

Du kannst gerne mit deinen Kindern kommen.
Alle Frauen sind willkommen!

Mach mit!
Joins- toi à nous!
دسشاب ام اب

to sangana elongo
sende katil
ان يلى ماضناً

Join us!
Будьмо Разом!

im FIM
Andorf

🕒 **Uhrzeit:** jeweils um 15.00 Uhr

📅 **Termine:** Freitag, 17.1., 21.2., 21.3., 11.4., 16.5., 20.6. und 18.7.2025

👤 **Leitung:** Marion Désauté

🚫 **Kosten:** kostenlos



Montag,
20. Jänner 2025

THEMENABENDE: TRAUER BEGEGNEN

NEU EK03

„Wenn der Tod ans Fenster klopft, ist plötzlich nichts mehr, wie es vorher war.“



Trauer tut weh und sie kommt ohne Gebrauchsanleitung.

Jedoch ist Trauer eine gesunde Reaktion unserer Seele. Sie zu durchleben hilft uns, um die Trennung und den Verlust einer Beziehung zu verarbeiten. Wie genau dieser Weg aussieht, ist unterschiedlich. Denn jeder Mensch hat eine eigene Art und Weise, mit dem Verlust eines geliebten Menschen umzugehen.

Leider gibt es dafür kein Patentrezept und auch wir haben keine bestimmten Ratschläge für Sie. Jedoch möchten wir Sie ein kleines Stück auf der Suche nach Ihrem Weg begleiten und unterstützen.

Dafür gestalten wir 3 Themenabende, an denen ausreichend Raum für bereichernde Erfahrungen und Selbsterkenntnis, aber auch für Austausch, Gefühle und Kreativität sein wird.

Die Termine sind einzeln und voneinander unabhängig buchbar:

📅 **Termine:**

Montag, 20. Jänner 2025 – **Thema:** „Begreifen“

Montag, 24. Februar 2025 – **Thema:** „Fühlen“

Montag, 17. März 2025 – **Thema:** „Verändern“

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 19.00 bis 21.00 Uhr

👤 **Leitung:** Mobiles Hospiz, Rotes Kreuz Schärding

🚫 **Kosten:** kostenlos

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

Die Termine sind einzeln und voneinander unabhängig buchbar:

NEU EK04

📅 **Termine:**

Mittwoch, 23. April 2025 – **Thema:** „Begreifen“

Mittwoch, 21. Mai 2025 – **Thema:** „Fühlen“

Mittwoch, 25. Juni 2025 – **Thema:** „Verändern“

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 19.00 bis 21.00 Uhr

👤 **Leitung:** Mobiles Hospiz, Rotes Kreuz Schärding

🚫 **Kosten:** kostenlos

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

SCHÄRDING

ENTSPANNUNG
KREATIVITÄT

52



Donnerstag,
23. Jänner 2025

RAINBACH



KURS

TÖPFERN FÜR ERWACHSENE

EK05

Bei der Töpferei spielen die Elemente Erde, Wasser, Luft und Feuer zusammen. Beim ersten Termin werden Gegenstände aus Ton geformt. Die Kunstwerke werden bis zum zweiten Termin getrocknet und gebrannt, damit sie dann glasiert werden können.

🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 19.00 bis 22.00 Uhr

📅 **Termine:**

- Block 1:** Töpfern am Donnerstag, 23.1.2025
Glasieren am Donnerstag, 30.1.2025
- Block 2:** Töpfern am Donnerstag, 5.6.2025
Glasieren am Donnerstag, 12.6.2025

👤 **Leitung:** Manuela Schneiderbauer, Seminarbäuerin, dipl. Kräuterpädagogin

💰 **Kosten:** € 38,-- pro Person/2 Termine (Material wird individuell verrechnet)

📍 **Veranstaltungsort:** 4791 Rainbach im Innkreis, Haselbach 5

in
Rainbach

Anmeldung
erforderlich!



Freitag,
24. Jänner 2025

ANDORF



SCHICHTWERK ACRYL-MALKURS

EK06

Der ideale Einstieg für alle, die sich für eine einfache und flotte Technik interessieren. Nicht nur auf Leinwand, sondern auch auf Papier und Karton wollen wir mit unterschiedlichen Materialien experimentieren. Ein Acrylgrund dient uns als Fundament. Darauf werden verschiedene Schichten mit Pasten, Tuschen, Kaffee, Kreide und Marmormehl aufgebaut.

Durchsichtige weiße Schattierungen werden mit der Walze aufgetragen und nur das Wesentliche bleibt bestehen, denn jede einzelne Schicht trägt zum Gesamtwerk des Bildes bei.

✂️ **Zielgruppe:** JEDE* R

🕒 **Uhrzeit:** von 15.00 bis 20.00 Uhr

👤 **Leitung:** Brigitte Lehner, Künstlerin

💰 **Kosten:** € 32,-- pro Person

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!



Freitag,
7. März 2025

ANDORF



RAUM DER FRAU

NEU EK07

Im heiligen Kreis der Frauen kommen wir nach alter Tradition zusammen, verbinden uns in der Gemeinschaft und genießen eine nährnde Zeit zum Auftanken und Entspannen. Tauche ein in die intuitiv weibliche Art zu trommeln, erlebe die heilsame Kraft von Klang und Rhythmus, und lass uns anlässlich des bevorstehenden Weltfrauentages wertvolle Gedanken mit einfließen – über das FRAU-SEIN in der heutigen Zeit. Du brauchst dazu keine Trommel-Vorkenntnisse.

🕒 **Uhrzeit:** von 18.00 bis 20.00 Uhr

👤 **Leitung:** Sabrina Mader, Natur- und Erlebnispädagogin, Human-energetikerin, Trommel- und Klangpädagogin

💰 **Kosten:** € 25,-- pro Person/Leihtrommel gegen Voranmeldung zum Preis von € 5,--

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!



Mittwoch,
12. März 2025

SCHÄRDING



WORKSHOP FÜR ANFÄNGER*INNEN – SCHNUPPERN

TROMMELN MACHT GLÜCKLICH

Trommeln ist eine wunderbare Möglichkeit, um völlig ins Hier und Jetzt zu kommen, abzuschalten, aufzutanken. Trommeln ist Lebensfreude pur. Neben coolen Grooves hat das Trommeln also noch ganz viel mehr zu bieten.

Nach einer Einführung in die Grundtechnik der afrikanischen Djembe erarbeiten wir uns spielerisch gemeinsame Grooves. Bodypercussion und verschiedenste Übungen lassen uns Rhythmus ganzkörperlich erfahren, um mit Freude und Leichtigkeit immer sicherer im eigenen Trommelspiel zu werden.

Neueinsteiger sind herzlich zum Schnupperworkshop am 12.3.2025 eingeladen, und dann geht's rhythmisch weiter mit dem 4-teiligen Trommelworkshop.

>>>>

Schnupperworkshop für Anfänger*innen

EK08

- 📅 **Termin:** Mittwoch, 12.3.2025
- 🎧 **Kosten:** € 20,-- zzgl. € 5,-- Leihtrommel

Weiterführender 4-teiliger Trommelkurs

EK09

- 📅 **Termine Kurs:**
Mittwoch, 19.3., 26.3., 2.4. und 9.4.2025 jeweils 17.15 bis 18.45 Uhr

im FIM
SchärdingAnmeldung
erforderlich!

- ✂️ **Zielgruppe:** Erwachsene
- 🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 17.15 bis 18.45 Uhr
- 👤 **Leitung:** Sabrina Mader, Integrative Trommel- und Rhythmuspädagogin, Natur- und Erlebnispädagogin
- 🎧 **Kosten:** € 80,-- pro Person/4 Termine, Leihtrommel einmalig € 25,-- (bitte bei der Anmeldung bekanntgeben)

Donnerstag,
13. März 2025**KOCHKURS**

EK10

**BACKEN – ZUCKERFREI BEI
100-PROZENTIGEM GENUSS**

Ob Kuchen, Kekse, Schokolade oder Gummibärchen – die Möglichkeiten an süßen Köstlichkeiten sind beinahe endlos. Wer allerdings auf die schlanke Linie achtet oder seinen Kindern die zuckerhaltigen Kalorienbomben ersparen möchte, steht oft vor einem Problem. Wie wäre es mit Süßigkeiten voller Nährstoffe und Vitamine, ohne Nachteile für unsere Gesundheit? Dank vieler toller Zuckeralternativen sowie reiner Obstsüße aus Datteln oder Bananen ist es kein Problem, dem Industrie-Zucker aus dem Weg zu gehen. Es erwarten Sie viele interessante Ernährungs-Hintergrundinformationen, besondere Rezepte und hochwertige Zutaten. Freuen Sie sich auf die Verkostung von natürlich gesüßten Naschereien.

im FIM
Schärding

- 🕒 **Uhrzeit:** von 18.00 bis 21.00 Uhr
 - 👤 **Leitung:** Dagmar Feichtl, Dipl. Ernährungsberaterin und Konditorin
 - 🎧 **Kosten:** € 32,-- pro Person/Ermäßigung AK-Mitglied: € 28,80
- Anmeldung erforderlich unter schaerding@vhsooe.at,
0676/84 55 00 341 oder www.vhsooe.at**

Anmeldung
erforderlich!Samstag,
15. März 2025**BEGEGNE DIR SELBST -
AUFSTELLUNGSWORKSHOP**

NEU EK11



Wieso habe ich in Beziehungen immer wieder ähnliche Konflikte? Was ist der wahre Grund hinter meinem Stress? Bei solchen und vielen anderen Fragen kann Aufstellungsarbeit wertvolle Inputs, Antworten und neue Perspektiven liefern – egal ob bei familiären, beruflichen oder persönlichen Themen. Diplom Lebens- und Sozialberaterin Jessica Hirthe arbeitet hauptsächlich mit der sogenannten Anliegenmethode. Selbst für diejenigen ohne Erfahrung bietet sie eine einzigartige Möglichkeit, eine tiefere Einsicht in Themen zu gewinnen. Dafür wird ein Raum geschaffen, in dem die Anliegen symbolisch mit anderen Teilnehmern als Stellvertreter dargestellt werden. Dadurch werden oft verborgene Dynamiken und Zusammenhänge sichtbar. Teilnahme mit eigenem Anliegen oder nur als Stellvertreter möglich.

im FIM
AndorfAnmeldung
erforderlich!

- 🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 14.00 bis ca. 19.00 Uhr
- 👤 **Leitung:** Jessica Hirthe, Dip. Lebens- und Sozialberaterin, Dipl. Humanenergetikerin, Yogalehrerin BDY/EYU
- 🎧 **Kosten:** mit Aufstellung € 110,-- bzw. als Stellvertreter € 50,--



Mittwoch,
26. März 2025

SCHÄRDING



NÄHKURS

EK12

Wir nähen an diesem Abend ein Basic Shirt in verschiedenen Varianten Gr.34-44. Für Nähanfänger*innen und Einsteiger*innen geeignet. Nähmaschine und Zubehör bitte selber mitbringen. Für nähere Infos dazu, einfach im FIM melden.

- 🕒 **Uhrzeit:** von 18.00 bis 21.00 Uhr
- 👤 **Leitung:** Martina Klaffenböck, Schneiderin, Tagesmutter
- 💰 **Kosten:** € 22,-- pro Person

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!



Donnerstag,
10. April 2025

SCHÄRDING



KOCHKURS

EK13

KOCHEN – GESUNDE VEGANE ALLTAGSKÜCHE

Gemeinsam kochen wir einfache, gesunde, vegane Gerichte, die sich perfekt jederzeit in den Alltag integrieren lassen und die zum Nachkochen einladen. Der Verzicht auf tierische Produkte bedeutet nicht, auf Genuss zu verzichten, ganz im Gegenteil. Freuen Sie sich auf Rezepte, die Abwechslung und Nährstoffe in Ihre Küche bringen und durch interessante Ernährungs-Hintergrundinformationen ergänzt werden.

- 🕒 **Uhrzeit:** von 18.00 bis 21.00 Uhr
- 👤 **Leitung:** Dagmar Feichtl, Dipl. Ernährungsberaterin und Konditorin
- 💰 **Kosten:** € 32,-- pro Person/Ermäßigung AK-Mitglied: € 28,80

Anmeldung erforderlich unter schaerding@vhsooe.at,
0676/84 55 00 341 oder www.vhsooe.at

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!



Freitag,
11. April 2025

ANDORF



DEINE NATURTANKSTELLE

NEU
★ EK14

Erlebe die Natur ganz bewusst mit all deinen Sinnen und genieße diese Auszeit - nur für dich. Lerne einfache und alltagstaugliche Methoden um in und mit der Natur zu entspannen und neue Energie zu tanken. Dabei dürfen zu jedem Termin andere Aspekte mit einfließen, je nachdem was es für die Gruppe und dich individuell gerade braucht. Dieser Kurs kann dir sehr nachhaltig zeigen, wie einfach du später auch für dich die Natur als Kraftquelle nutzen kannst.

- 🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 16.00 bis 18.00 Uhr
- 📅 **weiterer Termin:** Freitag, 25.4.2025 von 8.30 bis 10.30 Uhr
- 👤 **Leitung:** Sabrina Mader, Natur- und Erlebnispädagogin, Humanenergetikerin, Trommel- und Klangpädagogin
- 💰 **Kosten:** € 20,-- pro Person/Termin

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!



Samstag,
12. April 2025

ANDORF



FILZEN. LAUSCHEN. FÜHLEN.

EK15

Du liebst das Filzen, oder wolltest es schon immer mal ausprobieren?

Tauche ein in DEINEN kreativen Prozess, raus aus dem Kopf, rein in den Körper. Lerne die Grundtechnik des Nassfilzens und während deine Hände intuitiv an einem Filzstück arbeiten, begleiten dich inspirierende Geschichten und Klänge auf einer sehr persönlichen Reise zu dir selbst. Welche Farbe oder Form dein Objekt am Ende haben wird ... lass dich überraschen ☺

Die Kombination aus sensibler Handarbeit, magischen Klängen und berührenden Geschichten bringt dich in einen wundervoll entspannten Zustand. Gleichzeitig kommst du dir ganz nah, gibst allem Raum was ist. In diesem geschützten Rahmen begleiten wir dich energetisch, und es können blockierende Energien wieder in den Fluss kommen. Ein Abend, der sicher noch sehr nachhaltig und wundervoll in dir nachklingen darf!

- 🕒 **Uhrzeit:** von 18.00 bis 21.00 Uhr
- 👤 **Leitung:** Katrin Falkensteiner, Filzerin und Natur- und Erlebnispädagogin & Sabrina Mader, Natur- und Erlebnispädagogin, Humanenergetikerin, Trommel- und Klangpädagogin
- 💰 **Kosten:** € 65,-- pro Person exkl. Materialkosten (€ 15,--)

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!



Dienstag,
22. April 2025

ANDORF



AUTOGENES TRAINING - KURS

NEU EK16

Autogenes Training ist eine leicht erlernbare und äußerst wirksame Entspannungsmethode. Diese seit Jahrzehnten von Jung bis Alt erprobte Entspannungsmethode wirkt auf allen Ebenen (Körper – Geist – Seele). Gerade in unserer schnelllebigen Zeit wird es immer wichtiger sich selbst Entspannungs- und Regenerationsphasen zu gönnen. Dabei kann das Autogene Training ein nützliches Werkzeug sein.

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

- 🕒 **Uhrzeit:** jeweils von 18.00 bis 19.00 Uhr
- 📅 **Termine:** Dienstag, 22.4., 29.4., 6.5., 13.5., 20.5. und 27.5.2025
- 👤 **Leitung:** Philipp Feichtinger, BEd., Naturheiltherapeut, Dipl. Lebens- und Sozialberater
- 💰 **Kosten:** € 80,-- pro Person/6 Termine inkl. Skript



Samstag,
26. April 2025

WIEN



MUSICALFAHRT NACH WIEN MUSICAL: „DAS PHANTOM DER OPER“

NEU EK17

Ein Phänomen ist zurück: Neuproduktion von Andrew Lloyd Webbers DAS PHANTOM DER OPER

Nach dem großen Erfolg von CATS haben die Vereinigten Bühnen Wien Andrew Lloyd Webbers DAS PHANTOM DER OPER nach Wien zurückgebracht. Erleben Sie Cameron Mackintoshs spektakuläre Neuproduktion von Andrew Lloyd Webbers DAS PHANTOM DER OPER, die noch nie im deutschsprachigen Raum zu sehen war, jetzt im Raimund Theater.

Die neue Inszenierung war bereits in Großbritannien, den USA und Australien, wo sie im bedeutenden Sydney Opera House zu sehen war, restlos ausverkauft.

Der legendäre Kronleuchter, packende Leidenschaft und weltbekannte Melodien Internationale Kritiker*innen schwärmen, die Neuproduktion von Cameron Mackintosh sei „größer und besser als je zuvor“. Die Inszenierung beeindruckt mit vielen spektakulären Spezialeffekten - darunter der legendäre Kronleuchter -, der beliebten Geschichte und der atemberaubend romantischen Musik von Andrew Lloyd Webber, mit allen weltbekanntesten Songs wie u.a. „Die Musik der Dunkelheit“, „Denk an mich“, „Das Phantom der Oper“, „Mehr will ich nicht von dir“ oder „Maskenball“ – mit einem großen Ensemble, selbstverständlich begleitet vom VBW-Orchester ebenfalls in großer Besetzung. Die VBW präsentieren im Raimund Theater einen aufwändig inszenierten und in jeder Hinsicht außergewöhnlichen Musical-Abend, den man keinesfalls verpassen sollte.

in
Wien

Anmeldung
erforderlich!

- 🕒 **Abfahrt:** um 7.30 Uhr beim Volksfestgelände, 4770 Andorf
- 💰 **Kosten:** wir haben Karten in 2 unterschiedlichen Preiskategorien:
€ 66,-- pro Person (sichteingeschränkter Sitzplatz inkl. Busfahrt)
€ 94,-- pro Person (Sitzplatz inkl. Busfahrt)
- 📍 **Veranstaltungsort:** RAIMUNDTHEATER WIEN



Samstag,
26. April 2025

RAINBACH



WILDKRÄUTERWANDERUNG IM FRÜHLING

EK18

Lust auf frische Luft und spannende Kräuter-Entdeckungen? Komm mit auf eine spannende Wanderung und lerne die wilden Kräuter vor deiner Haustür kennen! Gemeinsam entdecken wir, was essbar ist und wie du die Natur in der Küche nutzen kannst.

in
Rainbach

Anmeldung
erforderlich!

- ✂️ **Mitzubringen sind witterungsabhängige Kleidung und Schuhe, Schreibzeug!**
- 🕒 **Uhrzeit:** von 14.00 bis 17.00 Uhr
- 👤 **Leitung:** Manuela Schneiderbauer, Seminarbäuerin, Dipl. Kräuterpädagogin
- 💰 **Kosten:** € 25,-- pro Person + evtl. Materialkosten
- 📍 **Veranstaltungsort:** 4791 Rainbach im Innkreis, Haselbach 5



Freitag,
16. Mai 2025

SCHARDENBERG



INTUITIVES BOGENSCHIEßEN FÜR FRAUEN – ENTDECKE DIE POWER IN DIR!

EK19

Intuitives Bogenschießen entstresst, steigert dein Selbstbewusstsein, richtet dich auf, macht unglaublich viel Spaß! Dich erwartet eine Einführung in die Grundtechnik des Bogenschießens, eine anregende Zeit in der Natur, und eine kraftvolle Zeit mit dir selbst. Bogenschießen bringt Körper und Geist in Einklang, denn jeder Schuss beginnt bei dir, mit deiner Präsenz und Aufrichtung. Erlebe wie sich Frieden und Klarheit in dir einstellt wenn du ganz im Moment bist. Eine Körpererfahrung, die dich auch im Alltag stärkt und unterstützt.

in
Schardenberg

Anmeldung
erforderlich!

✂+ Zielgruppe: Frauen

⌚ Uhrzeit: von 16.30 bis 19.30 Uhr

👤 Leitung: Sabrina Mader, Natur- und Erlebnispädagogin

💰 Kosten: € 60,- pro Person + Leihausrüstung € 10,- + Parcoursgebühr € 10,-

📍 Veranstaltungsort: 3D-Pacours Ubsv, Turmstraße 2, 4784 Schardenberg

JUNGGEBLIEBENE



1. Dienstag im Monat
Dienstag,
7. Jänner 2025

SCHÄRDING



CAFÉ FÜR JUNGGEBLIEBENE

J01

Warum den Nachmittag allein zu Hause verbringen? Zwanglose Unterhaltung und anregende Gespräche finden Sie in unserem Café für Junggebliebene. Dort haben Sie die Gelegenheit alte Kontakte zu pflegen, aber auch Neue zu knüpfen. Hier finden Sie möglicherweise Personen mit gleichen Interessen. Schauen Sie doch einfach mal vorbei!

im FIM
Schärding

⌚ Uhrzeit: jeweils von 14.00 bis 16.00 Uhr

📅 Termine: Dienstag, 7.1., 4.2., 4.3., 1.4., 6.5., 3.6., 1.7. und 2.9.2025

👤 Leitung: Hildegard Ebeleseder & Edith Kumpfmüller

💰 Kosten: freiwillige Spende



Donnerstag,
9. Jänner 2025

ANDORF



TREFFPUNKT: TANZ BEWEGUNG UND GESELLIGKEIT MIT MUSIK

J02

Tanzen ab der Lebensmitte – die etwas andere Art zu tanzen – für Körper, Geist und Seele
Körper: Wir bewegen uns
Geist: Wir merken uns die Bewegungsabläufe
Seele: Wir hören Musik und sind in Gesellschaft
Das Wichtigste: Es macht Spaß!

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

⌚ Uhrzeit: jeweils von 17.00 bis 19.00 Uhr

📅 Termine:

Block 1: Donnerstag, 9.1., 16.1., 23.1., 30.1., 6.2. und 13.2.2025

Block 2: Donnerstag, 27.2., 6.3., 13.3., 20.3., 27.3. und 3.4.2025

👤 Leitung: Elisabeth Huemer, Seniorentanzausbildung

💰 Kosten: € 66,- pro Person/6 Termine bzw. € 44,- pro Person/4 Termine

ENTSPANNUNG
KREATIVITÄT

JUNG-
GEBLIEBENE

57



Montag,
13. Jänner 2025

SCHÄRDING



YOGA-KURS

J03

Yoga unterscheidet sich von Gymnastik und Sport durch die Ganzheitlichkeit des Übens: Wir bewegen und trainieren nicht nur unseren Körper, wir schulen auch unsere Aufmerksamkeit durch bewusstes Atmen und die bewusste Wahrnehmung der Muskeltätigkeit. Durch diese einfache Form der Konzentration wird eine tiefe Entspannung der Nerven und des Gehirns gefördert.

im FIM
Schärding

Anmeldung
erforderlich!

✚ **Mitzubringen sind Gymnastikmatte, Decke und bequeme Bekleidung**

🕒 **Termine und Uhrzeiten:**

📅 **Montag:** jeweils von 9.00 bis 10.30 Uhr

Block 1: Montag, 13.1., 20.1., 27.1., 3.2., 10.2., 24.2.2025

Block 2: Montag, 3.3., 10.3., 17.3., 24.3., 31.3. und 7.4.2025

Block 3: Montag, 28.4., 5.5., 12.5., 19.5., 26.5., und 2.6.2025

👤 **Leitung:** Hildegard Ebeleseder, Dipl. Yogalehrerin, Dipl. Yogatherapeutin

💰 **Kosten:** € 85,-- pro Person/6 Termine



Dienstag,
25. Februar 2025

ANDORF



VORTRAG

J04

STRESS IST KEINE FRAGE DES ALTERS

Wirksame und einfache Methoden für mehr Leichtigkeit!

Stress betrifft uns alle, unabhängig unseres Alters. Nach der Pensionierung sind Körper, Geist und Seele anderen Herausforderungen ausgesetzt, die es zu bewältigen gilt. Seien es Schmerzen, Erkrankungen wie Bluthochdruck oder nachlassende Mobilität. In diesem Vortrag widmen wir uns dem Thema Stress aus unterschiedlichsten Perspektiven und betrachten vielfältigste Maßnahmen, um einfach und wirksam mehr Leichtigkeit in den eigenen Alltag zu bringen.

im FIM
Andorf

Anmeldung
erforderlich!

🕒 **Uhrzeit:** von 16.30 bis 18.00 Uhr

👤 **Leitung:** Philipp Feichtinger, BEd., Naturheiltherapeut, Dipl. Lebens- und Sozialberater

💰 **Kosten:** € 15,-- pro Person

BERATUNG & SELBSTHILFE



ALLE ANGEBOTE ZU
BERATUNG & SELBSTHILFE
FINDEST DU HIER



KATEGORIE-FOLDER

**BERATUNG &
SELBSTHILFE**





ELTERNBILDUNGSGUTSCHEINE

ELTERNBILDUNGSGUTSCHEINE

Da die Wichtigkeit einer qualitativ hochwertigen Unterstützung der Eltern in Erziehungsfragen unbestreitbar ist, stellt das Land Oberösterreich mit Ausstellung der OÖ Familienkarte (Antrag ab der Geburt möglich) Elternbildungsgutscheine im Wert von € 20,-- zur Verfügung. Weitere € 20,-- Elternbildungsgutscheine erhalten OÖ Familienkarten-Inhaber*innen automatisch zum 3., 6. und 10. Geburtstag eines Kindes.

Sie können die OÖ Elternbildungsgutscheine auch in einem persönlichen „Digitalen Elternbildungskonto“ verwalten. Die Gutscheine sind somit überall und jederzeit ONLINE verfügbar! Hierbei wird das jeweilige Guthaben automatisch aufgebucht.



KINDERBETREUNGSBONUS

OÖ Kinderbetreuungsbonus – Online-Antrag



Ab sofort kann der OÖ Kinderbetreuungsbonus auch mittels Online-Antrag (zu finden auf www.land-oberoesterreich.gv.at bzw. www.familienkarte.at) gestellt werden.

Der wesentliche Vorteil besteht darin, dass keine Beilagen mehr mitgesendet werden müssen.

Fördervoraussetzung: Jene, die das Angebot des beitragsfreien Kindergartens nicht in Anspruch nehmen.

Beantragt werden kann die Förderung mit dem 3. Geburtstag (37. Lebensmonat) eines Kindes bis maximal zum Beginn des verpflichtenden Kindergartenjahres. Dieses beginnt mit dem auf den 5. Geburtstag folgenden Kindergarten-Arbeitsjahr.

Förderhöhe: € 960,-- pro Jahr. Die errechnete Förderhöhe wird auf zwei Teilbeträge ausbezahlt. <https://www.land-oberoesterreich.gv.at/21201.htm>

FERIEN

Die Büros der Zentren sind in den Ferien wie folgt geschlossen:

Semesterferien: 17.2. – 21.2.2025

Osterferien: 14.4. – 21.4.2025

Sommerpause: August 2025

Bestimmte Sprechtage, Gruppen finden aber statt. (Beachten Sie dies bei Ihren Anmeldungen)



Familien- und Sozialzentrum

Begegnung • Bildung • Beratung

ORGANISATION

Aus organisatorischen Gründen ersuchen wir bei Kursen und Seminaren um eine frühzeitige Anmeldung bis spätestens eine Woche vor Veranstaltungsbeginn. Schriftliche Anmeldungen können auch per E-Mail, SMS und WhatsApp erledigt werden.

FIM Andorf
0664-3979 606
fim-andorf@shv-schaerding.at

FIM Schärding
0664-3979 303
fim-schaerding@shv-schaerding.at

IMPRESSUM

Satz- und Druckfehler vorbehalten.

Herausgeber:

Sozialhilfeverband Schärding
Bezirkshauptmannschaft Schärding
Ludwig-Pfliegl-Gasse 11 – 13

4780 Schärding

Tel. 07712-3105 70303

UID-Nr. ATU37697300

Inhaber/Verleger: FIM Familien- und Sozialzentrum Schärding

Tummelplatzstraße 7, 4780 Schärding

Gestaltung: www.direttissima.at

Verlagsort: 4780 Schärding

Verlagspostamt: 4780 Schärding

Zulassungsnummer: Sponsoring Post GZ 02Z034107 S

Herstellungsort: 4780 Schärding, Programm erscheint 2 x jährlich



Sozialberatungsstellen

KOSTENLOS • VERTRAULICH • ANONYM



Die Sozialberatungsstellen sorgen als kostenlose Beratungs- und Informationsstellen dafür, dass Sie das vorhandene soziale Netz bestmöglich nutzen können. Wir unterstützen Sie bei der Lösung Ihrer Probleme, indem wir gemeinsam Ihren Hilfebedarf abklären und Sie über geeignete regionale und überregionale Angebote informieren.

Sozialberatungsstelle Andorf

Erreichbarkeit: Mo: 8 – 12 Uhr + 13 – 16 Uhr und Di – Do: 8 – 12 Uhr

Terminvereinbarung unter 07766-3999-601

Sozialberatungsstelle Esternberg

Erreichbarkeit: Mo – Fr: 8 – 12 Uhr und Di: 13 – 16 Uhr

Terminvereinbarung unter 07714-50980-601

Sozialberatungsstelle Schärディング

Erreichbarkeit: Mo – Fr: 8 – 12 Uhr

Terminvereinbarung unter 07712-20034-483

Sozialberatungsstelle Zell/Pram

Erreichbarkeit: Mi – Fr: 8 – 12 Uhr und Do: 13 – 17 Uhr

Terminvereinbarung unter 07764-60333

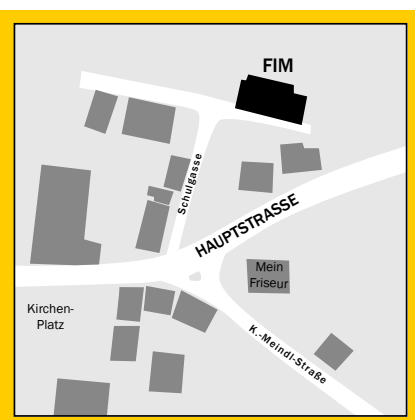
**DIE BERATUNG
IST AUCH NACH
INDIVIDUELLER
TERMIN-
VEREINBARUNG
MÖGLICH.**

Geschäftsstelle des
Sozialhilfeverbandes Schärディング
Bezirkshauptmannschaft Schärディング

4780 Schärディング
Ludwig-Pfleigl-Gasse 11-13

07712-3105 70303
SHV.BH-SD.Post@ooe.gv.at

www.shv-schaerding.at



FIM Andorf

Schulgasse 2, 4770 Andorf

Tel.: 0664-3979 606

e-mail: fim-andorf@shv-schaerding.at

telefonische Erreichbarkeit

Mo – Do: 8.00 – 12.00 Uhr

FIM Schärディング

Tummelplatzstraße 7, 4780 Schärディング

Tel.: 0664-3979 303

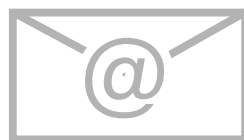
e-mail: fim-schaerding@shv-schaerding.at

telefonische Erreichbarkeit

Mo – Do: 8.00 – 12.00 Uhr

Du möchtest regelmäßig
unsere interessantesten
Newsletter
zu unseren
Veranstaltungen

UND / ODER



zweimal jährlich unser
Programmheft
per Post erhalten



Österreichische Post AG Info.Mail Werbung Entgelt bezahlt
[FIM Schärディング, Tummelplatzstraße 7, 4780 Schärディング](http://FIM_Schaerding_Tummelplatzstrasse_7_4780_Schaerding)



Dann melde dich per
Telefon, E-Mail oder
persönlich in einem
unserer Zentren!

FIM – Familien- und Sozialzentrum
 [fim_familienzentrum](https://www.instagram.com/fim_familienzentrum)

www.familienzentrum.at