



FAMILIENBUND
NIEDERÖSTERREICH/ Hinterbrühl

Kursprogramm
Frühling/Sommer 2017

Kids & Co

Eltern-Kind-Zentrum Hinterbrühl
für Kids, Teens und Erwachsene



„Wir leben Familie!“

Obere Bachgasse 1, 2371 Hinterbrühl
www.kidsundco.at, 0680/1416138



bmfj BUNDESMINISTERIUM FÜR
FAMILIEN UND JUGEND



Bioresonanz

Nina Nüssel

dipl. Ernährungstrainerin

Bioresonanz Methode

Die Bioresonanz Methode ist eine sanfte und nebenwirkungsfreie Behandlungsmethode um verschiedene Alarmsignale des Körpers auszugleichen.

Bioresonanz kann unterstützend eingesetzt werden bei Baby und Kleinkind zum:

- Auflösen des Geburtstraumas
 - Nachbehandlung von Kaiserschnittgeburten als Impfvor- und -nachbereitung
 - bei Schlafproblemen sowie bei Zahnungsproblemen
 - bei Lernschwierigkeiten und Verhaltensauffälligkeiten
 - zur Abwehrsteigerung sowie zur Stärkung des Immunsystems
 - zum Austesten und Ausleiten von Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- unterstützt in allen Bereichen der klassischen Bioresonanz!



nina@bioresonanz-nuessel.at
www.bioresonanz-nuessel.at

Ich freue mich auf Ihre Kontaktaufnahme!

Dank meiner fundierten Ausbildung zur Dipl. Ernährungstrainerin unterstütze ich Sie auch gerne bei Fragen zur gesunden Ernährung, sowie bei ausgetesteten Unverträglichkeiten bei der Umsetzung der Ernährungsumstellung!



0664 370 17 24



Die Eltern-Kind-Zentren des NÖ Familienbundes

Familie ist unser Fels in der Brandung, unsere Zukunft, der kleinste gemeinsame Nenner unserer Gesellschaft. Geht es den Familien gut, geht es unserer Gesellschaft gut. Mir ist es ein großes Anliegen Familien und Familienfreundlichkeit noch stärker in den Köpfen der Niederösterreicherinnen und Niederösterreicher zu verankern. Um das Klima in unserem Land für Familien zu verbessern, sind wir alle gefordert. Die Politik kann nur den Rahmen dafür schaffen, ihn mit Leben zu füllen, liegt an uns. Der NÖ Familienbund ist eine tolle Plattform. Durch seine Eltern-Kind-Zentren ist er ganz nahe am Puls der Familien, an ihren Bedürfnissen, an ihrem Weg, den sie beschreiten wollen oder auch in Zukunft vorfinden wollen. Ein wichtiger Impulsgeber für die Politik in unserem Land. Mit der Mitgliedschaft im NÖ Familienbund unterstützen Sie die Familienanliegen in Niederösterreich.

Mehr Infos unter: Tel: 0680/2328614, www.noefamilienbund.at
oder: NÖ Familienbund, Buchbergerstraße 88, 3100 St. Pölten-Ratzersdorf



LAbg. Doris Schmidl
Obfrau des
NÖ Familienbunds



Irene Bamberger
Geschäftsführerin des
NÖ Familienbunds



Edith Bernhardt
Leitung Kids&co
Hinterbrühl



OTMAR KOLLER

Ihr unabhängiger
Versicherungsmakler
für Familie & Co

-  2371 Hinterbrühl, Badgasse 8
-  0699 17 05 05 17
-  02236 44 145 15
-  office@vorsorge-koller.at
-  www.vorsorge-koller.at



ANGEBOT	SEITE
Eltern-Kind-Café	10
Kindersachen-Flohmarkt	14
Kinder-Kino NEU!	24
Raum Miete	5
<u>Kurse Schwangerschaft, Geburt & Baby</u>	
Babymassage	8
Ganzheitliche Geburtsvorbereitung	7
Musikgarten	12
PEKIP	9
Rückbildungsgymnastik - Beckenboden NEU!	7
<u>Kurse Kleinkindalter</u>	
Floh & Co Bewegungsbaustelle	8
Malatelier nach Maria Montessori NEU!	10
Musikgarten	12
Spielgruppe nach Maria Montessori	11
<u>Kurse Kindergartenalter</u>	
Ballett	23
Lirum-Larum-Löffelstiel - Kinderkochen	13
Mal-Atelier	21
Musikgarten	12
<u>Kurse Volksschule und älter</u>	
Ballett	23
Englisch mit Native Speaker	14
Gips-Workshop NEU!	19
Lirum-Larum-Löffelstiel - Kinderkochen	13
Hip-Hop	22
Judo	20
Praxis-Workshop Kind und Hund	19
Tanz-Workshops	20
Teenie-Time Gesichtspflegeberatung	13
Tuchakrobatik NEU!	22
Zeichenkurs	21

Kurse für Erwachsene

Aerial-Hoop-Fitness	24
Feldenkrais für Senioren	26
Farb- und Stilberatung	27
Food & Brain	29
Make-up Beratung	28
Pilates	25
Verloren im Steuerdschungel?	27
Yoga	26
Zumba	25

RÄUMLICHKEITEN zu MIETEN

Die Kids&co Räumlichkeiten mit Garten können für Geburtstagsfeiern gemietet werden.

Raummiete: 40 € Vormittag, 55 € Nachmittag, 80 € ganzer Tag
+ 1 Stunde Reinigung 15 €

NEU ab Frühling:

Unsere Hüpfburg im Gartenstadl kann um 15 € für Eure Feier dazugemietet werden!

Gerne organisieren wir für Euch:

Getanzte Geburtstage/Musical - Tanzt mit einer Choreographin zu Eurer Lieblingsmusik oder zum Lieblingsmusical

Party - Betreuung (auf Wunsch auch nach Motto)
Schminken, Basteln, Spiele, ...

Nähere Infos gerne unter
0680/1416138 oder info@kidsundco.at

ANMELDUNG zu den Veranstaltungen

- Telephonisch:** 0680/1416138
E-Mail: info@kidsundco.at
Persönlich: direkt im Kids & co Hinterbrühl während des Eltern-Kind-Cafés -
von 9-11 Uhr bzw. von 15-17 Uhr (Termine im Programmheft)
Per Post: Kids & Co Hinterbrühl, Obere Bachgasse 1, 2371 Hinterbrühl

Manche Veranstaltungen sind direkt bei der Kursleiterin anzumelden. Alle Kontaktdaten finden Sie dazu bei der Kursbeschreibung. Für alle Veranstaltungen - auch für Vorträge - ist eine Anmeldung erforderlich. Ihre Anmeldung ist **sofort verbindlich** und wir reservieren Ihnen gerne Ihren Kursplatz. Wir möchten darauf aufmerksam machen, dass die Altersangaben bei den Kursen Richtwerte sind, die wir empfehlen. Wir bitten Sie, jüngere oder ältere Kinder persönlich mit uns abzuklären.

BEZAHLUNG

Wir bitten Sie, **den Kursbeitrag sofort** per Überweisung einzubezahlen. Die Kursgebühr gilt für ein Kind und eine Begleitperson, wenn nicht anders angegeben. Begleitende Geschwisterkinder müssen angemeldet werden, evtl muss auch für sie ein Beitrag (je nach Kurs) bezahlt werden. Die evtl. Möglichkeit von Schnupperstunden (kostenlos oder gegen Beitrag) ist direkt beim jeweiligen Kurs im Heft angegeben oder kann persönlich ausgemacht werden!

Inhaber: Niederösterreichischer Familienbund
IBAN: AT05 3225 0000 0401 1730 BIC: RLNWATWWGTD

STORNO

Eine **Abmeldung** hat bis **spätestens 1 Woche vor Kursbeginn** schriftlich oder telephonisch zu erfolgen.

Abmeldung zu einem späteren Zeitpunkt: 50 % Stornogebühren

Nichterscheinen ohne Abmeldung: 100 % Stornogebühren

Eine Abmeldung von laufenden Veranstaltungen ist nur dann möglich, wenn jemand von der Warteliste nachrückt bzw. wenn Sie einen Ersatz nennen. Für abgesagte Veranstaltungen retournieren wir selbstverständlich die Kursbeiträge in voller Höhe. Wir behalten uns evtl. Programm-, Preis-, und Terminänderungen vor und verständigen alle angemeldeten TeilnehmerInnen umgehend.

Auch wir haben FERIEN

Feiertage: 01.05.2017, 25.05.2017, 15.06.2017 **Osterferien:** So, 09.04. - Di, 18.04.2017

Pfingsten: So, 03.06. - Di, 06.06.2017

Beginn Sommerferien: Sa, 01.07.2017 (bitte extra SOMMERPROGRAMM beachten!)

an anderen schulfreien (autonomen) Tagen gelten individuelle Regelungen - siehe Kurprogramm

Ganzheitliche GEBURTSVORBEREITUNG



Anmeldung: Kids&co: 0680/1416138 oder info@kidsundco.at

Zielgruppe: ab der 20. Schwangerschaftswoche

Leitung: Christine Seidler (Doula, Elternbilderin in Geb.vorb. u. frühen Elternschaft)

Dauer: 6x, **Zeit:** 18.00 - 19.30 Uhr

Kosten: 130 €/Frau oder 200 €/Paar

Ab 2 Teilnehmerinnen individueller Start!

Hier wird alles thematisiert was wichtig ist, um die werdenden Eltern auf eine **selbstbestimmte Geburt und einen guten Start ins Familienleben** vorzubereiten.

Veränderungen in der Schwangerschaft, Atmen, entspannen, loslassen! Möglichkeiten des Umgangs mit dem Geburtsschmerz. Wo wird unser Kind geboren und wer wird dabei sein? Wie wird unser Kind geboren? Spontane Geburt und Kaiserschnitt. Stillen oder Flaschnahrung - was ist für mich richtig. Einführung in die Säuglingspflege, Vom Paar zur Familie Das Wochenbett und die erste Zeit als Familie.

KURSTAG: Montag - Einstieg jederzeit möglich

RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK - Beckenboden

NEU!

Beweglichkeit, Stärkung - nach Feldenkrais®



Zielgruppe: Mütter

Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder info@kidsundco.at

Leitung: Doris Wiche (Feldenkrais®Pädagogin)

Zeit: 13.00 - 14.00 Uhr

Dauer: 6x, **Kosten:** 75 €

Durch Schwangerschaft und Geburt verändert sich der weibliche Körper. Danach kommen vermehrt Aufgaben auf uns zu, wie z.B. Heben, Tragen und Bücken, die wir zuvor nicht in dieser Häufigkeit ausgeführt haben.

In dieser Reihe von Feldenkrais Stunden widmen wir uns mit viel **Ruhe und Achtsamkeit** der Rückbildung, **Beweglichkeit, Stärkung für die Aufrichtung und Entspannung im Schulterbereich.**

Gleichzeitig lernen wir die Bewegungsentwicklung unserer Babys besser verstehen.

Kurs 1463: Kursbeginn: Montag, 20.02.

Kurs 1464: Kursbeginn: Montag, 24.04.

BABYMASSAGE von 0-ca 8 Monate



Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder info@kidsundco.at

Leitung: Christine Seidler (Elternbildnerin in der Geburtsvorbereitung und frühen Elternschaft, Doula)

Zeit: 9.00 - 10.00 Uhr

Dauer: 1x, **Kosten:** 15 €

Die Babymassage ist liebevoller Körperkontakt und Zuwendung, die auch gleichzeitig die Eltern-Kind-Bindung stärkt. Die Berührungen sorgen für eine gesunde Entwicklung und verbessern die zwischenmenschliche Beziehung und befriedigen das Bedürfnis nach Wärme und Geborgenheit. Das Selbstbewusstsein und die Abwehrkräfte werden gestärkt, die Durchblutung, Atmung und Verdauung verbessert. Sie ist entspannend, schlaffördernd und Basis für ein gutes Körpergefühl. Die Babymassage kann als liebevolles Ritual oder zur Unterstützung bei Blähungen, leichten Erkrankungen oder Schlafstörungen angewandt werden und hier die Eltern hilfreich unterstützen.

Kurs 1025: Samstag, 01.04.

Kurs 1026: Samstag, 06.05.

Kurs 1027: Samstag, 10.06.

FLOH & CO erobern die BEWEGUNGSBAUSTELLE

Anmeldung: Kids&co: 0680/1416138 oder info@kidsundco.at

Leitung: Mag. Sonja Neulinger

Alter: 1-3 Jahre

Dauer: 17x, **Kosten:** 2 Teilbeträge á 85 €

Einstieg in laufende Kurse, bei freien Plätzen, möglich!



Kinder bewegen sich für ihr Leben gern. Bewegungslandschaften laden zum Laufen, Springen, Rutschen, Klettern, Balancieren, Verstecken, ... und zu ersten sozialen Kontakten ein. Verschiedenste Materialien regen zum Experimentieren an, beflügeln die Fantasie und fördern die Kreativität. Erleben mit allen Sinnen! Eine Kiste wird da schnell mal zum Fahrzeug. Das Kind kann sich nach seinen Bedürfnissen ganz individuell in den unterschiedlichsten Bewegungslandschaften frei und ungezwungen bewegen. Es bleibt viel Freiraum, damit die Kinder ihre Eigenkreativität mit Kleingeräten und Alltagsmaterialien entfalten können.

Kurs 2553: Kursbeginn: Donnerstag, 16.02. **Alter:** 1-2 Jahre, **Zeit:** 9.00 - 10.00

Kurs 2554: Kursbeginn: Donnerstag, 16.02. **Alter:** 1 ½ -3 Jahre, **Zeit:** 10.10 - 11.10

PEKIP**Spiel- und Bewegungsanregungen nach dem Prager Eltern-Kind-Programm****Anmeldung:** Kids&co 0680/1416138 oder info@kidsundco.at**Leitung:** Mag. Sonja Neulinger (zertifizierte PEKIP Gruppenleiterin)**Alter:** 4 Wochen bis zum sicheren Gehen**Beitrag:** 8x = 112 €, 9x = 126 €, 10x = 140 €**Einstieg in laufende Kurse, bei freien Plätzen, jederzeit möglich!**

In einem warmen, mit Spiel- und Bewegungsmaterialien ausgestatteten Raum hat die Begleitperson Zeit, sich intensiv mit ihrem Baby zu beschäftigen und es durch Spiel und Bewegung zu begleiten und zu fördern. Im individuellen Gespräch zeigt die Gruppenleiterin jedem Elternteil einzelne Anregungen, die dem laufenden Entwicklungsfortschritt ihres Babys entsprechen. Die Kontakte in der Gruppe ermöglichen es Ihnen, Ihre Erfahrungen auszutauschen. Die Babys erleben erste soziale Kontakte und regen sich gegenseitig zu Bewegung und Lautäußerungen an.
Die Babys sind während der Spielzeit nackt!

für Jän/Feb/März 2016 geborene Babys**Kurs 1371:** Kursbeginn: Freitag, 17.02. Dauer: 8x, Zeit: 9.00 - 10.30 Uhr**für April/Mai/Juni 2016 geborene Babys****Kurs 1372:** Kursbeginn: Dienstag, 14.02. Dauer: 8x, Zeit: 9.00 - 10.30 Uhr**Kurs 1373:** Kursbeginn: Dienstag, 25.04. Dauer: 9x, Zeit: 9.00 - 10.30 Uhr**für Juli/Aug/Sep 2016 geborene Babys****Kurs 1374:** Kursbeginn: Dienstag, 14.02. Dauer: 8x, Zeit: 11.00 - 12.30 Uhr**Kurs 1375:** Kursbeginn: Dienstag, 25.04. Dauer: 9x, Zeit: 11.00 - 12.30 Uhr**Kurs 1376:** Kursbeginn: Mittwoch, 15.02. Dauer: 10x, Zeit: 11.15 - 12.45 Uhr**Kurs 1377:** Kursbeginn: Mittwoch, 03.05. Dauer: 9x, Zeit: 11.15 - 12.45 Uhr**für Okt/Nov/Dez 2016 geborene Babys****Kurs 1378:** Kursbeginn: Donnerstag, 16.02. Dauer: 8x, Zeit: 11.40 - 13.10 Uhr**Kurs 1379:** Kursbeginn: Donnerstag, 20.04. Dauer: 9x, Zeit: 11.40 - 13.10 Uhr**für Dez 16 /Jän/Feb 2017 geborene Babys****Kurs 13710:** Kursbeginn: Freitag, 21.04. Dauer: 10x, Zeit: 9.00 - 10.30 Uhr

MALATELIER nach Maria MONTESSORI**NEU!****Anmeldung:** Kids&co: 0680/1416138 oder info@kidsundco.at**Leitung:** Mag. (FH) Daniela Brandl (dipl. Montessori-Pädagogin)**Alter:** 2-3 Jahre, **Zeit:** 9.15 - 10.15 Uhr**Dauer:** 18x, **Kosten:** 2 Teilbeträge á 108 €**Einstieg in den laufenden Kurs, bei freien Plätzen, möglich!**

Im Montessori Malatelier können bereits Kleinkinder ihre Kreativität entdecken und ausleben. Die vorbereitete Umgebung (Farben und Malwände) sowie die respektvolle Begleitung durch die Pädagogin bieten dabei den Rahmen, indem sich die Kinder frei von Animation, Bewertung und Interpretation malerisch bewegen können. Begleitpersonen

halten sich dabei im Hintergrund (gerne auch in der Kaffeküche).

Kurs 1431: Kursbeginn: **Freitag, 17.02.**

ELTERN-KIND-CAFÉ

Für Kaffee, Tee, Kuchen und Obst ist gesorgt!

... andere Eltern und Kinder treffen, plaudern, spielen, Informationen zum Programmangebot einholen, Kursanmeldungen, ...

Hier können auch Deine Kinder erste Kontakte in entspannter Umgebung knüpfen.

jeden 1. Montag im Monat von 9.00 bis 11.00 Uhr

Termine: 13.2., 6.3., 3.4., 8.5., 12.6.

jeden letzten Montag im Monat von 15.00 bis 17.00 Uhr

Termine: 27.2., 27.3., 24.4., 29.5., 19.6.

grau hinterlegte Termine sind ausnahmsweise Verschiebungen!

KEINE ANMELDUNG ERFORDERLICH !

für Kaffee, Tee, Obst und Kuchen bitten wir um einen Beitrag von 2 €

SPIELGRUPPE nach Maria Montessori von 1-3 Jahren

Selbständig werden mit Übungen des praktischen Lebens

Anmeldung: Kids&co: 0680/1416138 oder
info@kidsundco.at

Alter: 1-3 Jahre, **Zeit:** 9 - 10.30 Uhr

Leitung: Mag. (FH) Daniela Brandl (dipl. Montessori-
Pädagogin)

Dauer: 19x, **Beitrag:** 2 Teilbeträge á 123,50 €

Einstieg in laufende Kurse, bei freien Plätzen,
jederzeit möglich!



„Hilf mir, es selbst zu tun!“ (Maria Montessori)

Die Kinder machen, innerhalb der vorbereiteten Umgebung, vielfältige Sinneserfahrungen mit verschiedensten Materialien - **unterschiedliche Naturmaterialien**, welche zum Schütten, Schaufeln, Löffeln, ... einladen sowie altersgemäße klassische Montessori-Materialien wie **Steckzylinder** oder die **rosa Treppe**, mit denen die Kinder erste sinnliche Begegnung machen können. Die Kinder agieren dabei **selbsttätig, ohne Anleitung oder Zwang** und bestimmen selbst den Schwierigkeitsgrad ihrer Tätigkeit (z.B.: je nachdem, welches Werkzeug - Schöpfer, Löffel, Zange,... - sie verwenden). Dadurch erfahren sie sich selbst mit all ihren **Fähigkeiten und Grenzen**.



Sie werden dabei durch die Pädagogin begleitet, indem sie ihr Tun aufmerksam beobachtet und ihnen - bei Bedarf - entsprechende Rückmeldung (meist verbal, um ihnen das Gefühl zu geben, bei ihrer Erfahrung gesehen zu werden) oder Hilfestellung, wenn sie selbst keine Lösung finden, gibt. Die Begleitpersonen bleiben anwesend, können sich jedoch zurücknehmen, um ihr Kind zu beobachten und sich an der Entwicklung ihrer Fertigkeiten und Kreativität erfreuen. Das gemeinsame Spiel kann dann bei einer **gemeinsamen Jause** und einem anschließenden **Abschlussritual** ausklingen.

Kurs 1302: Kursbeginn: **Mittwoch, 15.02.**



MUSIKGARTEN

für Kinder von 4 Monaten bis 5 Jahre

Anmeldung: Kids&co: 0680/1416138 oder
info@kidsundco.atLeitung: Sabine Dissauer-Mohaupt und
Margot Schaschinger (ausgeb. Musikgarten Leiterinnen)

Beitrag: 15x = 2 Teilbeträge á 67,50 € 16x = 2 Teilbeträge á 72 €

Einstieg in den laufenden Kurs, bei freien Plätzen jederzeit möglich!

**Kinder von 4 - 18 Monate „Musikgarten Babys“**

Gemeinsames Musizieren und Musikhören in dieser frühen Phase ist für das Kind "Nahrung" für Körper, Geist und Seele.

Kurs 2224: Kursbeginn: Montag, 13.02.

Zeit: 9.00-9.45 Uhr, Leitung: Margot, Dauer: 16x

**Kinder ab 1 Jahr „Musikgarten Zwergerl“**

Dieser Kurs ist eine Mischung aus Baby- und Minikurs. Er eignet sich besonders für Kinder, die schon mobil sind und enthält die Hauptelemente aus beiden Kursen wie knierriten, musizieren, tanzen,...

Kurs 2224: Kursbeginn: Montag, 13.02.

Zeit: 10.50-11.35 Uhr, Leitung: Margot, Dauer: 16x

Kinder von 1 ½ - 3 Jahren „Musikgarten Minis“

Dieser Kurs geht auf den wachsenden Erlebnisraum der Kinder ein. Unser Themen: Zuhause, Tierwelt, Beim Spiel und Draußen.

Kurs 2225: Kursbeginn: Montag, 13.02.

Zeit: 9.55-10.40 Uhr, Leitung: Margot, Dauer: 16x

Kurs 2226: Kursbeginn: Montag, 13.02.

Zeit: 15.50-16.35 Uhr, Leitung: Sabine, Dauer: 15x

**Kinder von 3 - 5 Jahren „Musikgarten Maxis“**Die Themen orientieren sich an den Jahreszeiten und der Natur. Die Kinder lösen sich allmählich vom sicheren Schoß der Eltern und erproben ihre Unabhängigkeit. Das Gruppenerlebnis rückt in den Mittelpunkt. **Bitte anfangs mit Begleitperson!**Kurs 3223: Kursbeginn: Montag, 13.02.

Zeit: 15.00-15.45 Uhr, Leitung: Sabine, Dauer: 15x

LIRUM - LARUM - LÖFFELSTIEL**Ernährungskurs für Kinder**

Bildquelle: © unopaelell/PXELIO

Anmeldung: bei Heike: 0676/7340265
oder kinderkochen@gmx.at

Leitung: Heike Schläge (ausgebildete
Ernährungstrainerin)

Alter: 5-12 Jahre, ohne Begleitperson

Zeit: 15.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 15 € pro Termin (Geschwisterkinder 12 €)



Beim gemeinsamen Kochen lernen wir, dass wir unsere Speisen auch aus gesunden Zutaten zaubern können und dass alles Selbstgemachte viel besser schmeckt.

Kurs 3205: Dienstag, 21.02. „Bibi und Tina“

Kurs 3206: Montag, 13.03. „Harry-Potter“

Kurs 3207: Dienstag, 04.04. „Osterallerl-Ei“

Kurs 3208: Dienstag, 09.05. „Muttertag“

Kurs 3209: Montag, 12.06. „Bella Italia“

TEENIE-TIME für Mädchen**Make-up- und Gesichtspflegeberatung für Teenies**

Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder info@kidsundco.at

Zielgruppe: alle Mädchen von 12-15 Jahren, die mehr über altersgerechtes Make-up und Gesichtspflege erfahren wollen

Leitung: Dagmar Steiner (Visagistin)

Zeit: 10.30 - 12.00 Uhr, **Dauer:** 1x, **Beitrag:** 12 €



Ab einem gewissen Alter beginnt bei allen Mädchen ein natürliches **Interesse für Beauty- und Pflegeprodukte**. Altersgerecht eingesetzt, können sie den Mädchen ein **gesundes und selbstbewusstes Körpergefühl** vermitteln. In lockerer Atmosphäre zeige ich, welche **Produkte für junge Mädchen** gut geeignet sind, und welche **Grundregeln in der Hautpflege** zu beachten sind. Wir besprechen anhand eines Modells aus der Gruppe **altersgerechte Schminktipp**s - unter dem Motto "weniger ist oft mehr". Wichtig ist mir dabei den Mädchen ein **gutes Selbstverständnis für ihre eigene natürliche Schönheit** zu vermitteln, anstatt allgemeinen Beauty-Trends hinterher zu jagen.

Kurs 4492: Samstag, 25.03.

ENGLISCH mit Native Speaker

Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder info@kidsundco.at
Leitung: Mag. Jason Bunton (Native Speaker an Volksschulen, Bildender Künstler)

Alter: 1. - 4. Klasse Volksschule und Vorschule

Dauer: 17x **Kosten:** 2 Teilbeträge á 93,50 €

Einstieg in laufende Kurse, bei freien Plätzen, möglich!

1. + 2. Klasse Volksschule, Vorschule

Dieser Kurs ist für die jüngeren Kinder gedacht, die gerade anfangen, Englisch zu lernen. Wir beginnen die Stunde mit **Aktiv-Spielen**, **Geschichten** erzählen und schließen mit einem **Kunstprojekt** ab. Wir arbeiten zB mit Mal- und Wasserfarben, Bleistiften, Fimo und Ton. Ich baue den Wortschatz und Phrasen, nach den Grundschullehrplänen der Schule, in unseren Projekten ein.

Kurs 3101: Kursbeginn: **Dienstag, 14.02.**, **Zeit:** 14.00 - 15.00 Uhr

3. + 4. Klasse Volksschule

Dieser Kurs ist für ältere Kinder gedacht, die schon ein paar Jahre Erfahrung mit Englisch gemacht haben. Die Stunde beginnt mit einem **Aktiv-Spiel**, dann besprechen wir das Thema. Wir machen Masken, schnitzen Kürbisse, entwerfen Brettspiele, basteln Pinnatas, **schreiben und illustrieren** ein Kinderbuch, malen, zeichnen, arbeiten mit Ton und mehr!

Kurs 3102: Kursbeginn: **Dienstag, 14.02.**, **Zeit:** 15.10 - 16.10 Uhr

KINDERSACHEN - FLOHMARKT

Großer Flohmarkt im teilüberdachten Garten
mit **über 40 Stunden!**

Hier kannst Du Spielsachen, Kinderkleidung, Bücher, Umstandsmode usw. - alles rund ums Baby und Kleinkind verkaufen und erwerben.

Für eine Stärkung wird beim Buffet gesorgt.

Termin: 23. April 2017 von 9.30 bis 12.30 Uhr

Standgebühr: 15 € (inkl. 1 Heurigentisch + 2 Heurigenbänken)

Anmeldung und Wetterinfo:

Kids&co 0680/1416138 oder info@kidsundco.at

Wo sind Ihre Belastungsgrenzen?

Welche Beziehungsprobleme bestimmen Ihr Leben?

Welche Gaben schlummern noch?

Wenn die Haut zu dünn ist

Leichter leben auch wenn ich mehr spüre



Ulla Steinmetz

www.ullasteinmetz.at

KINESIOLOGIE • PSYCHOLOGIE • ASTROLOGIE

Mag. Ulla Steinmetz

Psychologin, Dipl. Kinesiologin, Astrologin
geb. 1973

Erreichbar unter:
0680 129 46 90

Sie finden mich hier:
Shakti Spirits
2340 Mödling,
Hauptstrasse 73

Drei Lehren - Ein Ziel

Mit Hilfe der Psychologie,
der Kinesiologie und der Astrologie
begleite ich Sie, um ihr Potential besser
kennen und verstehen zu lernen.

Ziel ist es, blockierte Glaubenssätze
aufzudecken, unterstützende Strategien
zu entwickeln um mit wachsender Achtsamkeit und
Selbstfürsorge IHRE BESONDERE GABE wertschätzend
leben zu können.

10 € GUTSCHEIN

auf entzückende Familien-, Kinder oder Babyfotos,
gültig bis 31.12. 2017 Telefonische Terminvereinbarung erbeten unter

06766154594



PHOTO | ATELIER

Lore Prendinger

2362 Biedermannsdorf
Siegfried Marcus Straße 16b
www.foto-prendinger.at

Dr. Christine Jahn

**Fachärztin für Kinder-
und Jugendheilkunde**

expert care for
the most important
generation

Terminvereinbarung

Mo-FR von 9.00-19.00h

Tel.: 02236 860 860

**Wienerstr.2 EG/ 3B
2340 Mödling**

**Dorotheergasse 9
1010 Wien**

www.powerkids.at

Fachkompetenz

für den wichtigsten Lebensabschnitt



Seit 1957



Wir bieten Anfängerschwimmkurse

fortführende Anfängerschwimmkurse

Nähere Informationen sowie
Termine finden Sie unter

www.sum.at/anfaengerschwimmen/

oder erhalten Sie telefonisch bei
Frau Doris Erhart: 0680 2160386

BABYSCHWIMMEN DER SCHWIMMUNION MÖDLING

Anmeldung: einmalige Anmeldung per Mail

an: info@sum.at oder 0680/4063439

Leitung: mehrere Trainerinnen, siehe www.sum.at

Kosten: 12 Euro pro Einheit, ab dem 2. Kind 6 Euro

Kursort: BSFZ Südstadt, Liese-Prokop-Platz 1, 2344 Maria Enzersdorf

Kurstag: immer SAMSTAG, offene Kurse, Einstieg jederzeit möglich

Von Klein auf lernen die Kinder bei uns auf spielerische Art und Weise den sicheren Umgang und das richtige Verhalten mit und im Wasser.

Wasserflöhe (ca. 8-12 Monate):

10:15-11:00 oder 12:00-12:45 Uhr

Frösche (ca. 1-2 ½ Jahre):

9.30-10.15 Uhr

Seepferdchen (ca. 2 ½ -4 Jahre):

11-12 Uhr

Der Unterwasser-Photograph Harald Slauschek kommt am

1.4.2017 von 10-12 Uhr



AUFTRAGSPORTRAITS • GEMALTE ERINNERUNGEN

Lassen Sie Ihr liebstes Erinnerungsfoto in ein handgemaltes Ölbild übertragen.

Dekoration • Geschenk • Erinnerung

Mehr Bilder unter:
www.schillerfalter.com

Kontakt:
Ana Kathryn Vinten
a.schillerfalter@gmail.com



Hundetraining, das Freude macht! Kind & Hund – Einzeltraining – Gruppentraining – Gewaltfrei!

CANISSIMO



HUNDETRAINING

Das Training mit dem Hund ist nicht für die Katz'

www.canissimo.at

info@canissimo.at

Sie haben Fragen zu Tupperwareprodukten?

Umtauschen? Party?... dann sind Sie bei mir genau richtig.



Rufen Sie mich einfach an, mailen Sie mir oder kommen Sie einfach vorbei. Bei mir finden Sie auch interessante Sachen für Ihren kleinen Liebling.

Michaela Buschek Tupperware Beratung

MACH!
PARTY



kontakt@michaela-buschek.at

0664/434 56 23

Strandstraße 54, A-2331 Vösendorf

Praxis-Workshop: KIND und HUND

Anmeldung: Kids&co 0680/1416138
oder info@kidsundco.at

Leitung: Mag. Claudia Haider-Kasztler
(Hundetrainerin)

Kursort: Hundeschule
Guntramsdorfer Str. 34, 2340 Mödling

Zeit: 10 - 12 Uhr, **Kosten:** 24 €

Alter: 7-12 Jahre (Kinder, die mit einem Hund zusammenleben)

bitte mitbringen: Brustgeschirr, Leine, Leckerlis und Lieblingsspielzeug



Heute stehen Spiel und Spaß für Kind und Hund auf dem Programm. Es geht mit Deinem Haustier hinaus auf den Trainingsplatz! Claudia zeigt Dir mit modernen, gewaltfreien Methoden, wie dein Hund Kommandos erlernt und Hindernisse bewältigt. Lerne das Ausdrucksverhalten deines Hundes beim Training kennen und wende das richtige Timing beim Setzen von Belohnungen an.

Kurs 3491: Sonntag, 21.05.

GIPS-Workshop

NEU!



Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder info@kidsundco.at
Leitung: Gabriele Gasperi (Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester)
Zeit: 9.30 - 12.00 Uhr, **Alter:** ab 6 Jahren
Dauer: 1x, **Kosten:** 21 € (inkl. Material)

Heute arbeiten wir mit Gipsbandagen und lernen dieses tolle Material genauer kennen. Wie wird ein Gips richtig angelegt und wie kann man sonst noch gebrochene Körperstellen ruhigstellen? Außerdem gestalten wir tolle Masken, die anschließend bemalt mit nach Hause genommen werden können! Wer möchte, kann sich auch seinen Unterarm eingipsen lassen - keine Angst, du wirst wieder davon befreit und darfst das Erinnerungsstück behalten!

Kurs 4541: Samstag, 20.05.

TANZ- WORKSHOPS



Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder
info@kidsundco.at

Leitung: Barbara Karolyi-Czar (Tänzerin und
Schauspielerin)

Zeit: 10 - 12 Uhr (mit kurzer Vorführung am
Sonntag um 12 Uhr)

Alter: 5-15 Jahre, **Kosten:** 30 €

Gemeinsam erlernen wir eine Choreographie und möchten das Ergebnis gerne am jeweiligen Sonntag allen Interessierten vortanzen.

Kurs 4403: Reinhard FENDRICH: „I am from Austria“

Datum: Samstag, 22.04. und Sonntag, 23.04.

Kurs 4404: CATS: „Mungojerry und Rumpelteaser“

Datum: Samstag, 10.06. und Sonntag, 11.06.

JUDO

Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder
info@kidsundco.at

Leitung: Fabian Trubrich (Judo-Trainer)

Zielgruppe: ab 7 Jahren

Dauer: 19x, **Kosten:** 2 Teilbeträge á 85,50 €



Einstieg in laufende Kurse, bei freien Plätzen, jederzeit möglich!

**Die 1. Stunde ist für Neuanfänger eine KOSTENLOSE Schnupperstunde -
bitte NUR mit Voranmeldung!**

Judo unterstützt die Persönlichkeitsentwicklung, indem soziale Werte wie Achtung, Disziplin, Hilfsbereitschaft und Gemeinschaft vermittelt werden.

Ob groß oder klein, dünn oder etwas stärker, Mädchen oder Junge, alle sind uns beim Judo-Training gleichermaßen willkommen!

Kurs 4452: Kursbeginn: Mittwoch, 15.02. Zeit: 16.30 - 18.00 Uhr

MAL-ATELIER



Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder info@kidsundco.at

Leitung: Marianne Krug (Spielgruppenleiterin, Keramikerin)

Alter: 4-7 Jahre

Zeit: 16.00 - 17.00 Uhr

Dauer: 19x, **Kosten:** 2 Teilbeträge á 114 € (inkl. Material)

Einstieg in den laufenden Kurs, bei freien Plätzen, jederzeit möglich!

Malen bunt gemischt! Wir arbeiten mit Stiften, Wachsmalkreiden, Pinsel, ... auf verschiedenen Oberflächen wie Papier, Glas, Holz, ... in vielen Techniken oder auch mal ganz frei! Ein heißer Stein zB wird da zu einem Kunstwerk und ein Holzbrett zur Bauernmalerei! Jeden Mittwoch ein bisschen anders und etwas Neues, aber immer mit viel Spaß und in angenehmer Atmosphäre.

Kurs 2432: Kursbeginn: Mittwoch, 15.02.

ZEICHENKURS für Kinder und Jugendliche

Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder info@kidsundco.at

Leitung: Ulli Ornauer (Grafikerin)

Alter: 8 - 16 Jahre

Zeit: 16.10 - 17.10 Uhr

Dauer: 17x, **Kosten:** 2 Teilbeträge á 93,50 € + einmalig Materialbeitrag nach den ersten 2 Stunden (Einkauf und Abrechnung direkt über die Kursleiterin)

Einstieg in den laufenden Kurs, bei freien Plätzen, jederzeit möglich!



Dieser Kurs richtet sich an alle, die gerne zeichnen und Grundlagen erlernen wollen. Wir werden mit verschiedensten Techniken wie Kohle, Kreide, Buntstift, Bleistift usw. arbeiten, uns mit dem genauen Schauen und Beobachten beschäftigen und Grundzüge der Perspektive erlernen.

Kurs 3431: Kursbeginn: Donnerstag, 16.02.

HIP HOP



Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder info@kidsundco.at

Leitung: Doris Ecker (Staatl. Dipl. Tänzerin, Tanzpädagogin BA & Choreografin, HipHop Trainerin)

Alter: 6-8 Jahre und ab 9 Jahren

Dauer: 17x, **Kosten:** 2 Teilbeträge à 76,50 €

Einstieg in den laufenden Kurs, bei freien Plätzen, jederzeit möglich!

Hip Hop, ursprünglich Rap, ist sportlich und akrobatisch. Die Tanzform, die bei uns schon die ganz Kleinen ausprobieren können, erhöht die Ausdauer und stärkt die Fitness. Der Tanz hat seinen Ursprung im Robotdance und Breakdance der 70er und 80er Jahre. Wir lernen einfache Schrittkombinationen und schulen damit sowohl unsere Koordination als auch das Gedächtnis. Der Einstieg ist jederzeit ohne Vorkenntnisse möglich.

Kurs 4591: Kursbeginn: **Dienstag, 14.02.** **Alter:** 6-8 Jahre, **Zeit:** 17.10-18.10 Uhr

Kurs 4592: Kursbeginn: **Dienstag, 14.02.** **Alter:** ab 9 Jahren **Zeit:** 18.15-19.15 Uhr

TUCHAROBATIK

NEU!

Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder info@kidsundco.at

Leitung: Andrea Rolfsmeier (Sport- und Gesundheitswissenschaftlerin, Lehrerin)

Alter: ab 11 Jahren

Zeit: 17.20 - 18.20 Uhr

Dauer/Kosten: 8x = 96 €, 10x = 120 €

Einstieg in den laufenden Kurs, bei freien Plätzen, jederzeit möglich!

Das Vertikaltuch ist ein von der Decke hängendes Tuch, an dem **akrobatische Figuren** geturnt werden.

Es fördert **Geschicklichkeit, Kraft, Körpergefühl und Beweglichkeit** und macht vor allem **sehr viel Spaß**.

Anfängerkurs: Akrobatik am Vertikaltuch, Einführung in das Klettern am Tuch, Fußknoten und erste Figuren am Tuch

Kurs 4261: Kursbeginn: **Mittwoch, 15.02.** **Dauer:** 8x

Kurs 4262: Kursbeginn: **Mittwoch, 19.04.** **Dauer:** 10x



BALLETT

Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder
info@kidsundco.at

Leitung: Doris Ecker (Staatl. Dipl. Tänzerin,
Tanzpädagogin BA & Choreografin)

Zielgruppe: 4 - ca. 12 Jahre

Dauer: 17x, **Kosten:** 2 Teilbeträge á 76,50 €

Einstieg in laufende Kurse, bei freien Plätzen,
jederzeit möglich!

**ANFÄNGER ab 4 Jahren: KREATIVER KINDERTANZ**

Die Kinder erlernen, sich spielerisch zu verschiedenen Rhythmen, Musik und Stilrichtungen fortzubewegen. Es geht darum, die natürliche Lust am Tanz zu fördern. Die Kinder forschen und experimentieren spielerisch mit den Bewegungsmöglichkeiten unseres Körpers. Wir verwandeln uns in Tiere, Pflanzen, Märchenfiguren, Feen und ganz viele andere Gestalten und geben Impulse, die die Phantasie anregen und die Kinder im Bewusstsein stärkt.

Kurs 3243: Kursbeginn: **Dienstag, 14.02.** Zeit: 16.20 - 17.05 Uhr

Kurs 3244: Kursbeginn: **Donnerstag, 16.02.** Zeit: 15.10 - 15.55 Uhr

Kurs 3245: Kursbeginn: **Donnerstag, 16.02.** Zeit: 17.10 - 17.55 Uhr

FORTGESCHRITTENE bis ca 12 Jahre: KINDERBALLETT

In dieser Stunde mache ich dich mit der Welt des Balletts vertraut. Wir werden spielerisch und mit viel Geduld die klassische Technik erlernen. Wir erlernen mit Hilfe von Bildern und kleinen Videos die Ballettpositionen von Arm, Fuß und der richtigen Kopfhaltung. Mit gezielten Bewegungen fördern wir die richtige Körperhaltung und die Auswärtsdrehung der Beine aus dem Hüftgelenk. Wir beginnen langsam mit Übungen an der Stange und Übungen in der Mitte. Je nach Können erweitern wir die Schritte und es folgen Pirouetten (Drehungen), Sprünge und Übungen aus der Diagonale.

Im Ballettunterricht werden über Jahre die Schritte wiederholt und ausgearbeitet und zu kleinen Tänzen verarbeitet :)

Kurs 4242: Kursbeginn: **Donnerstag, 16.02.** Zeit: 16.00 - 17.00 Uhr

KINDER-KINO**NEU!**

gerne auch für Begleitpersonen

Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder info@kidsundco.at**Alter:** freigegeben ohne Altersbeschränkung**Termin/Zeit:** Samstag, 8.04., 10.30 - 11.30 Uhr**Kosten:** 5 € (Beitrag für Popcorn und Getränk für die Kinder, 1 Glas Prosecco für die Erwachsenen; inkl. Urheberrechtsabgabe)**Bitte um Voranmeldung!**

Wenn Du Lust hast, bei uns im Kids&co mit Beamer und Leinwand einen netten Kinovormittag zu verbringen, freuen wir uns auf Dich. Gerne kannst Du auch Mama, Papa, Oma, Opa,... als Begleitpersonen mitbringen oder auch alleine kommen.



Inhalt: "Ru, das kleine Känguru, kann das Osterfest nicht mehr erwarten - leider hat Rabbit dafür gar kein Verständnis. Er ist nur am Frühjahrsputz interessiert. Zum Glück schafft es Tigger, Rabbit doch noch umzustimmen..."

AERIAL HOOP-FITNESS für Jugendliche und Erwachsene**"Life's a Circus!"****Zielgruppe:** Jugendliche und Erwachsene**Anmeldung:** Kids&co 0680/1416138 oder info@kidsundco.at**Leitung:** Monika Neubauer**Dauer:** 1x, **Zeit:** 10 -11.30 Uhr, **Kosten:** 21 €

Ganzkörpertraining mit hohem Spaßfaktor :-)

Aerial Hoop hat seinen Ursprung in der Zirkusakrobatik und entwickelt sich zu einer Trendsportart!

Im von der Decke hängenden Metallreifen können viele verschiedene Figuren und auch Choreographien vollführt/getanzt werden. Schon vorhandene körperliche Fitness ist von Vorteil, aber nicht Bedingung!

Bitte mitbringen: Leggings oder lange, enge Sporthose, enganliegendes T-Shirt, eventuell lange Legwarmers.

**Kurs 5261:** Samstag, 25.02.**Kurs 5262:** Samstag, 06.05.

ZUMBA

Fitness-Workout

Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene

Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder info@kidsundco.at

Leitung: Brenda Veintmilla (Zumba-Instructor)

Dauer: 17x, **Zeit:** 19.20 - 20.20 Uhr

Kosten: 2 Teilbeträge á 76,50 €

Einstieg in laufende Kurse, bei freien Plätzen, jederzeit möglich!



Zumba® ist ein lateinamerikanisch inspiriertes Tanz-Fitness Workout das sich aus lateinamerikanischer/ internationaler Musik und Tanzbewegungen zusammensetzt. Die Tanzbewegungen sind auf Konditionsverbesserung und Fettverbrennung ausgerichtet. Die Schritte sind einfach zu erlernen, und fördern den Muskelaufbau im Gesäßbereich, Beinen, Armen, Körpermitte, Bauch sowie den wichtigsten Muskel im ganzen Körper - das Herz. Zumba ist für jede/n geeignet. Egal welches Fitnessniveau, welches Alter - sofort einsteigen und mitmachen. Keinerlei Tanzkenntnisse erforderlich! **Was soll Ich mitbringen?** WASSER!!!! und eventuell ein Handtuch. Auch das Mitbringen von einer Freundin oder einem Freund kann Wunder bewirken, sei es für das Wohlfühl oder zur Motivation, dein Ziel zu erreichen.

Kurs 5472: Kursbeginn: Dienstag, 14.02.

PILATES

Anmeldung: bei Elke, 0664/4115427, elke.weiszemesz@gmail.com

Leitung: Elke Weisz-Emesz (Dipl. NFA Pilates Matwork Instructor)

Zeit: 20.00 - 21.00 Uhr

Kosten: pro Einheit 16 €; Zehnerblock 130 €, Fünferblock 70 €

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig, der Einstieg ist jederzeit möglich.



Pilates ist eine ideale Methode um den Körper fit und schön zu halten, den Beckenboden zu trainieren und Rückenproblemen vorzubeugen oder entgegen zu wirken. Regelmäßiges Pilatestraining erhöht außerdem die Beweglichkeit und Gelenkigkeit, hilft bei Stressabbau und erweitert die Koordinationsfähigkeit und Körperkontrolle.

Die Kurse werden in Kleingruppen abgehalten, sodass auf die persönlichen Bedürfnisse bzw. körperlichen Umstände der Teilnehmerinnen eingegangen werden kann. (Achtung: nicht für Schwangere geeignet!) Bei Interesse bietet die Kursleiterin auch Einzelstunden zur genauen Erlernung der Grundkenntnisse an (nach Absprache).

Ausrüstung: bequeme Sportbekleidung, evtl. ein Handtuch

Kurs 5562: ab Montag, 13.02.

FELDENKRAIS® für Senioren

Bewusstheit durch Bewegung®
Gesunder Rücken

Zielgruppe: Senioren

Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder info@kidsundco.at

Leitung: Doris Wiche (Feldenkrais®Pädagogin)

Kosten: 10 er Blöcke á 125 € (Partnerpreis: 105 €)

Einstieg in laufende Kurse, bei freien Plätzen, jederzeit möglich!



Über die bewusste Körperwahrnehmung bietet die Feldenkrais Methode sowohl Entspannung vom Alltag als auch Schmerzreduktion sowie Performance-Verbesserungen im sportlichen und künstlerischen Bereich. In den Stunden in „Bewusstheit durch Bewegung“ nach Moshé Feldenkrais handelt es sich nicht um Körperübungen im herkömmlichen Sinn. Durch das Spielen/Experimentieren laden diese Stunden zum Ausprobieren und Lernen ein. Dadurch können Sie Ihre bisherigen Handlungsmuster ändern bzw. erweitern.

„Alles Leben ist Bewegung. Beweglicher werden, heißt lebendiger werden, körperlich, geistig, seelisch“. Moshé Feldenkrais

Kurs 5462: Freitag, ab 17.02. Zeit: 11.00 - 12.00 Uhr

YOGA für Erwachsene

ENTSPANNUNG und ERHOLUNG vom Alltag!
Tanken Sie NEUE ENERGIE!

Anmeldung: bei Michaela: 0699/11038046, m@heidinger.co.at

Leitung: Michaela Heidinger (zert. Yoga-Instructor)

Zeit: 18.30 - 20.00 Uhr

Kosten: pro Einheit 17 €; Zehnerblock 148 €, Fünferblock 78 €

Yoga ist eine rund 5000 Jahre alte indische Philosophie und Übungssystem. Yoga verbindet **Körper, Geist** und **Seele** und ist ein Weg, Dich in Deiner Ganzheit, als Einheit, wahrzunehmen und zu spüren. Das Wort "Yoga" stammt aus dem Sanskrit und bedeutet "Vereinigung bzw. Verbindung" oder einfach "**Einheit, Harmonie**".

Keine Vorkenntnisse nötig. Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet! Durch **Kleingruppen** kann Michaela auf individuelle Bedürfnisse oder körperliche Umstände der TeilnehmerInnen eingehen.



Kurs 5442: ab Mittwoch, 15.02.

ELTERN: Info-Seminare-Workshops

FARB- und STILBERATUNG

NEU!



Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder info@kidsundco.at

Zielgruppe: Frauen

Leitung: Sabine Knopp (Dipl. Farb-, Stil- und Imageberaterin)

Zeit: 9.00 - 13.00 Uhr, **Dauer:** 1x, **Beitrag:** 40 €

Sehr oft bleibt im Alltag mit Kindern sehr wenig Platz für das eigene Styling. Durch die **Kurz-Austestung Ihres Farbtyps** lernen Sie die Farben kennen, die Ihnen besonders gut stehen und erfahren, wie sich diese gut kombinieren lassen. Wir erarbeiten gemeinsam, welche

Schnitte, Materialien und Muster für welchen **Figurtyp** vorteilhaft sind und wie sich kleine Problemzonen gut kaschieren lassen. Durch das Kennen der persönlichen Farben und individuell passenden Kleidungsstücke sparen Sie Zeit beim Einkaufen, Sie vermeiden Fehlkäufe und Ihre Garderobe lässt sich besser kombinieren.

Kurs 5494: Samstag, 11.03.

Verloren im STEUERDSCHUNDEL?

NEU!

Steuertipps für Familien und Alleinerziehende

Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder info@kidsundco.at

Leitung: Mag. Claus Bernhardt (Steuerberater, www.kurshalten.at)

Zielgruppe: Erwachsene, **Kosten:** 10 €, **Zeit:** 10.00-12.00 Uhr

Ich würde gerne selbständig etwas arbeiten. Was muss ich tun? Was ist eigentlich ein freier Dienstvertrag? Nach der Gehaltserhöhung verdiene ich aufgrund der Steuer weniger als vorher. Stimmt das? Was ist eine Arbeitnehmerveranlagung? Was ist eine Einkommenssteuererklärung? Was sind Geringfügigkeitsgrenzen? ...

Hier bekommen Sie Antworten auf alle gängigen Fragen rund um Steuer, Selbständigkeit und allen Vor- und Nachteilen. Auch stehe ich für individuelle Fragen zur Verfügung.

Kurs 5496: Samstag, 25.03.



MAKE-UP Beratung**für den stressigen Mama-Alltag**

Bildquelle: Luzanda ellis/ pixello.de

Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder
info@kidsundco.at

Zielgruppe: alle Mamas, die einfach ein bisschen mehr
aus sich machen wollen

Leitung: Dagmar Steiner (Visagistin, Lebens- und
Sozialberaterin i.A.u.S.)

Zeit: 10.00 - 12.30 Uhr, **Dauer:** 1x, **Beitrag:** 15 €

Sie wollen mal wieder **als Frau im Vordergrund** stehen und - trotz Mama-Stress - ein
bisschen mehr aus sich machen? Dann heiÙe ich sie herzlich Willkommen.

Mein Plan: an diesem Abend geht es um Sie und meine **Tipps & Tricks für ein
gelungenes Tages-Make-up**, das selbst im stressigsten Alltag mit Kindern gut
umzusetzen ist. Wir besprechen die unterschiedlichsten Make-up Materialien und ihre
richtige Anwendung anhand eines Models aus der Gruppe. Ich zeige Ihnen was in jede
Kosmetiktasche hineingehört und welche Fehlkäufe sie sich zukünftig ersparen
können. Ein typgerechtes Make-up ist für jede Frau erlern- und in wenigen Minuten
anwendbar.

Kurs 5493: Samstag, 01.04.

BilanzProfis **Mag. Claus Bernhardt ° Steuerberater ° Wirtschaftstreuhänder**

Kanzlei:
Grenzgasse 111, Obj 9/1 Tür 16a
2344 Maria Enzersdorf

fon:+43-(0)664-88 500.167
fax:+43-(0)2236-384844
mail:cb@bilanzprofis.at
web:http://www.kurshalten.at

**Die Steuern im Griff
bleiben Sie sicher auf Kurs!**

FOOD & BRAIN**NEU!****Gesund Schlemmen und Denken**

Anmeldung: Kids&co 0680/1416138 oder
info@kidsundco.at

Dauer: 6 x 90 Minuten,
sowie 2 Reflexionstreffen

Zeit: 19 - 20.30 Uhr

Leitung: Gabi Gürtler

(Ernährungsberaterin), Susanne Troger-
Ulrich (Lebens- und Sozialberaterin,

Mentaltrainerin), Christine Seidler (Lebens- und Sozialberaterin, Elternbildnerin)

Kosten: 35 € pro Abend (8 Termine)

Teilnehmer: mind. 6 - max. 12 Personen



In der Workshop Serie FOOD & BRAIN werden wir in dir gemeinsam zeigen:

- Warum normale "Diäten" in die Mottenkiste gehören
- Wodurch sich FOOD & BRAIN von üblichen Diäten unterscheidet
- Warum FOOD&BRAIN ein Konzept für mehr Vitalität & Energie ist
- Wie DU deine Lebensqualität steigern kannst
- Wie DU dich und deinen Körper in Balance bringst - mit den richtigen Gedanken und den richtigen Zutaten
- Wie DU dich gesund schlemmen und denken kannst
- Wie Essen und Gedanken unsere Lebensqualität und die unserer Familie nachhaltig beeinflussen
- Wie "gesunde Ernährung" und "gesunder Geist" aktiv zusammenhängen und wie es Dir gelingt, das für Dich und Deine Familie zu verinnerlichen
- Wie einfach und köstlich genussvoll gesundes Essen zuzubereiten ist
- Dass Gesundes Essen durchaus schmackhaft ist und auch von der ganzen Familie gerne gegessen wird
- Du durch gesundes Essen nachhaltig dein Gewicht reduzierst und im Gegensatz zu "Diäten" dieses Wohlfühlgewicht auch halten kannst.

Kurs 5495: Donnerstag, 23.02.

weitere Termine: 02.03., 09.03., 16.03., 23.03., 30.03.

1. Reflexionstreffen: 06.04.

2. Reflexionstreffen: 20.04.

SANFTE BLÜTEN

UM WIEDER IN BALANCE ZU FINDEN

Schwangerschaft und Geburt lassen die Gefühle oft Achterbahn fahren und bringen das seelische Gleichgewicht aus der Balance.

Bachblüten wirken bei Ängsten, Sorgen und Kummer beruhigend und bieten einen emotional stabilen Start in ein neues Leben.

Diese natürliche Behandlung hilft sowohl bei den Kleinsten als auch bei den Großen. Schlafprobleme, Alpträume, Anhänglichkeiten, lange Schreiphasen oder auch Konzentrationschwäche lassen sich mit Bachblüten sanft lösen. Das gibt den nötigen Halt und das Urvertrauen um die Herausforderungen des Lebens zu meistern.

Glücklich sein und sich rundum wohlfühlen ist unser höchstes Gut!



Berit GRÖBL - Dipl. Bachblütenberaterin

+43 699 170 807 90 | berit@bluetenpraxis.com | bluetenpraxis.com



für Babys und Kinder spielerisch und entspannt

Michaela Weiss

Gesundheitspraxis

- Diplom für Craniosacral Balancing
- silent•touch® Practitioner
- FreeSpirit® Training

Achsenaugasse 17
2340 Mödling

+43 699 1044 7947

praxis@michaela-weiss.at



Unterstützend bei:

- "Schreibabys"
- 3-Monats Kolliken
- Stillproblemen
- Frühgeburten
- schwierigen Geburten, etc.

- Schlafstörungen
- Skoliosen
- Kieferfehlstellungen
- Kopfschmerzen
- Kinderreuma etc.

www.michaela-weiss.at

"Das Kind in Ehrfurcht aufnehmen, in Liebe erziehen und in Freiheit entlassen."

Rudolf Steiner

WALDORF KINDERGARTEN MÖDLING

Hier ist ein Ort, wo Kinder...

- * in Geborgenheit bei **familiärer Atmosphäre** ihre Individualität entwickeln und die Welt entdecken
- * vom **Rhythmus** durch den Tag, durch die Woche, durch das Jahr getragen werden
- * durch **Nachahmung** lernen

Mehr Infos unter: www.waldorf-moedling.at,

Besichtigung und Beratung gerne nach Voranmeldung: Tel/Fax: 02236 - 257 44, Email:
office@waldorf-moedling.at, Hauptstraße 47, 2340 Mödling

Wir freuen uns über Ihr Interesse!

KINDERARZT

MOEDLING

DR. URSULA VALLAZZA
FA FÜR KINDER- UND JUGENDHEILKUNDE



Wiener Strasse 9
A-2340 Mödling

Tel.: +43 2236 28 668

Fax: +43 2236 28 668 11

Mobil: +43 676 6 430 432

PRIVAT UND ALLE KASSEN

E-Mail: office@kinderarzt-moedling.at

Ordinationszeiten:

MO + DI + DO	08:30 - 12:30 Uhr
MO + DO	14:00 - 16:30 Uhr
MI	13:30 - 16:30 Uhr
und nach Vereinbarung	

WWW.KINDERARZT-MOEDLING.AT