



# **VERANSTALTUNGEN**

## **Gesunde Gemeinde &**

### **Kath. Bildungswerk**

#### **Arbesbach**

## **Programm 2025**

### **2. Halbjahr**

**Auskünfte und Anmeldungen unter Tel. 02813/7000**  
**oder persönlich am Gemeindeamt**



# Inhaltsverzeichnis

<b>Mit Kraft in den Alltag (Anfänger) .....</b>	<b>3</b>
<b>Bleib Fit (Fortgeschritten).....</b>	<b>3</b>
<b>Bunter Nachmittag .....</b>	<b>4</b>
<b>Wild-Kräuterwanderung Wildfrüchte.....</b>	<b>4</b>
<b>Baum-Heilkunde und Wald-Räucherwerke für die kühle Jahreszeit .....</b>	<b>5</b>
<b>Bewegung im Alter .....</b>	<b>6</b>
<b>Fit für den Alltag – Kraft und Ausdauer für Alle .....</b>	<b>6</b>
<b>Wirbelsäulengesundheit AKTIV – Rückentraining mit Physiotherapeutin.....</b>	<b>7</b>
<b>Ätherische Öle – in der Erkältungszeit.....</b>	<b>8</b>
<b>Mooriges für deine Gesundheit.....</b>	<b>8</b>
<b>Wild-Kräuterwanderung Wurzelkräuter .....</b>	<b>9</b>
<b>Kammerhofer: AMOI OIS – das ganz neue BEST OF .....</b>	<b>10</b>
<b>KI-Künstliche Intelligenz – Chancen und Herausforderung .....</b>	<b>10</b>
<b>Wild-Kräuterwanderung Waldschätze, Moose und Flechten.....</b>	<b>11</b>
<b>Konzert „Original DON-Kosaken CHOR“ in Arbesbach .....</b>	<b>12</b>
<b>Yoga Themenabend: Yoga mit Klangschalen .....</b>	<b>13</b>
<b>Tagesstätte <i>Immergrün</i> – Ein Ort zum Wohlfühlen für ältere Menschen .....</b>	<b>13</b>
<b>Elternkindgruppe im Gemeinschaftshaus Arbesbach .....</b>	<b>14</b>

## Mit Kraft in den Alltag (Anfänger)

Dieses 60-minütige Training richtet sich an alle, die nach einer Pause wieder aktiv werden möchten. In angenehmer Atmosphäre trainieren wir gezielt Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit. Mit einfachen, effektiven Übungen stärken wir den ganzen Körper und verbessern die Koordination – für mehr Stabilität, Mobilität und Wohlbefinden im Alltag.

Trainer: **Markus Katzenschlager (dipl. Gesundheits- & Fitnesstrainer)**  
**Termin:** ab Donnerstag, 28.08.2025, 18.00 – 19.00 Uhr  
**Ort:** Turnsaal MS Arbesbach, Arbesbach 109  
**Kosten:** € 60,-- für 8 Einheiten  
**(Förderung der Gesunden Gemeinde Arbesbach)**

Teilnehmerzahl: maximal 14 Teilnehmer

Mitzubringen: Gymnastikmatte und Trinkflasche

Information & Anmeldung bei Herrn Markus Katzenschlager – 0664/1281327

---

## Bleib Fit (Fortgeschritten)

Dieses 60-minütige Training ist für alle, die mehr wollen: mehr Kraft, mehr Beweglichkeit, mehr Ausdauer. Im durchdachten Zirkeltraining steigern wir systematisch die Leistungsfähigkeit. Verschiedene Techniken und ein motivierender Trainingsaufbau sorgen für ein effektives und abwechslungsreiches Workout.

Trainer: **Markus Katzenschlager (dipl. Gesundheits- & Fitnesstrainer)**  
**Termin:** ab Donnerstag, 28.08.2025, 19.15 – 20.15 Uhr  
**Ort:** Turnsaal MS Arbesbach, Arbesbach 109  
**Kosten:** € 60,-- für 8 Einheiten  
**(Förderung der Gesunden Gemeinde Arbesbach)**

Teilnehmerzahl: maximal 14 Teilnehmer

Mitzubringen: Gymnastikmatte und Trinkflasche

Information & Anmeldung bei Herrn Markus Katzenschlager – 0664/1281327

## Bunter Nachmittag

Wir möchten Geselligkeit, Lebensfreude und Abwechslung in den Alltag bringen. Pflegende Angehörige können auch so an einem Nachmittag entlastet werden. Bei Kaffee und Kuchen führt ein Bewegungsprogramm für Geist und Seele durch den Nachmittag. Das Angebot ist vielfältig und jahreszeitlich geprägt, es ist den Bedürfnissen, Neigungen und Möglichkeiten der Gäste angepasst. Dabei stehen Spaß, kleine Erfolgserlebnisse und das Miteinander im Mittelpunkt.

# Caritas

Diözese St. Pölten

**Termin:** Donnerstag, 11.09.2025, 14.00 – 17.00 Uhr  
**weitere Termine:** 09.10., 13.11., 11.12.2025  
**Ort:** Pfarrzentrum, Arbesbach 11

---

## Wild-Kräuterwanderung Wildfrüchte

Die ersten Wildfrüchte sind/werden reif. Holunderbeeren, Vogelbeeren, Hagbutten, und Schlehen sind nur ein paar der vitaminreichen Pflanzenschätze, die dein Wohlbefinden bereichern können. Entdecke mit mir wertvolle Wildfrüchte und lerne deren Verarbeitung und Heilkraft kennen.

### Erfahre, wie du:

- Wilde Herbstkräuter sicher bestimmen kannst
- Wildkräuter im Herbst richtig erntest und verarbeitest
- Kräuter richtig trocknen und haltbarmachen kannst
- Kräuterauszüge wie Kräuteröl oder eine Tinktur herstellst
- mit frisch gepflückten Wildfrüchten ein haltbares Mus herstellst

Entdecke die verborgenen Kräfte, die in den wilden Pflanzen schlummern. Auf einem Streckenabschnitt am Bärentrail durch Wald und Wiese nehmen wir die heimischen Wildkräuter genau unter die Lupe. Im Anschluss setzen wir gemeinsam einen Sauerhonig mit Kräutern als Mitbringsel an.

Kursleiterin: **Gerda Holzmann**

**Termin:** Samstag, 13.09.2025, 14.00 – 18.00 Uhr  
**Ort:** Treffpunkt: Parkplatz Burgruine Arbesbach  
**Kosten:** € 55,- (inkl. Material)  
**Für dich:** GrünKraft Notizblick, selbst gemachtes Mitbringsel

Mindestens 6 – maximal 20 Teilnehmer

Weitere Informationen und Anmeldung bei Frau Gerda Holzmann –  
0676/3344671 oder per E-Mail: [post@gruen-kraft.at](mailto:post@gruen-kraft.at)

---

## **Baum-Heilkunde und Wald-Räucherwerke für die kühle Jahreszeit**

Komm mit in den Wald, wir entdecken uralte Volksweisheiten und alte Heilmittel unter anderem über Baumrinden und erfahren, welche Räucherstoffe der Wald für unser Wohlbefinden bereithält.

### **Folgende Themen warten:**

- Warum sind Aufenthalte im Wald so heilsam?
- Baum-Heilkunde: welche Unterstützung bietet der Wald für die kühle Jahreszeit
- Welche Räucher-Stoffe finden wir am Waldboden und wie können wir sie nutzen, inkl. Rezeptideen für Räuchermischungen

Leitung: Michaela Auer

**Termin:** Freitag, 19.09.2025, 14.00 – 17.00 Uhr  
**Treffpunkt:** Tannermoor, Moortreff Rubenerteich, 4252 Liebenau-  
**Kosten:** € 20,- / € 10,- pro Kind ab 13 Jahren  
**Strecke:** ca. 6 Kilometer

Geeignet für Erwachsene und gerne „gehlustige“ und naturbegeisterte Kinder und Jugendliche.

Anmeldung unbedingt bis 2 Tage vor der Veranstaltung erbeten bei Michaela Auer unter 0680/3119234 oder E-Mail: [michiauer@gmx.at](mailto:michiauer@gmx.at)

Veranstaltung in Kooperation mit dem Bärentrail – [www.baerentrail.at](http://www.baerentrail.at)

## Bewegung im Alter

Mobilisations-, Kräftigungs- und Koordinationsübungen für Seniorinnen und Senioren.

Ziel dieser Gruppentherapie ist es, fit zu bleiben (oder zu werden) – vorrangig körperlich, aber auch geistig.

Die Übungen werden am Sessel sitzend und teilweise stehend ausgeführt.

Kursleiterin: **Vanessa Huber, BSc (Sportphysiotherapeutin)**

**Termin:** ab Dienstag, 23.09.2025. 16.45 - 17.45 Uhr

**Ort:** Pfarrzentrum, Arbesbach 11

**Kosten:** € 45,-- für 6 Einheiten  
(Förderung der Gesunden Gemeinde Arbesbach)

Teilnehmerzahl: max. 15 TeilnehmerInnen

Anmeldung und Rückfragen bei Frau Vanessa Huber - 0680/5062552

---

## Fit für den Alltag – Kraft und Ausdauer für Alle

In dieser 60-minütigen Einheit steht der ganze Körper im Fokus: Mit einer Kombination aus Mobilisation, Kräftigung und Dehnung wird der Kreislauf angeregt, die Muskulatur gestärkt und die Beweglichkeit gefördert. Mit abwechslungsreichen Übungen, die leicht angepasst werden können, steht der Spaß an der Bewegung im Vordergrund.

**„Du musst nicht perfekt sein – du musst nur anfangen. Beweg dich mit, spür die Power und genieß das gute Gefühl danach. Let’s go!“**

Trainerin: **Michaela Buxbaum (Gesundheits- u. Rückentrainerin)**

**Termin:** ab Montag, 29.09.2025, 19.00 – 20.00 Uhr

**Ort:** Turnsaal der MS, Arbesbach 109

**Kosten:** € 50,-- für 6 Einheiten  
(Förderung der Gesunden Gemeinde Arbesbach)

Teilnehmerzahl: maximal 10 Teilnehmer

Mitzubringen: Gymnastikmatte u. Trinkflasche

Information und Anmeldung bei Frau Michaela Buxbaum – 0664/4200885

---

# Wirbelsäulengesundheit AKTIV – Rückentraining mit Physiotherapeutin

Schmerzen verhindern – Schmerzen lindern

Die Wirbelsäule als zentrale Achse des menschlichen Körpers steht im Zentrum des aktiven Trainings zur Stärkung und Mobilisation unserer Körpermitte und deren angrenzender Gelenke. Optimieren von Körperwahrnehmung und Erlernen von Entlastungs- u. Entspannungspositionen begleiten das aktive Kräftigen gelenksstabilisierender Muskulatur.

Abgerundet wird das Training mit nicht zu vernachlässigbarer Entspannung durch Dehnung und durch das Arbeiten mit der Faszienrolle, neben Empfehlungen und Ideen für einen „wirbelsäulengesunden“ Alltag.

Trainerin: **Rafaela Mühleher (Physiotherapeutin)**

**Termin:** ab Dienstag 30.09.2025, 19.00 – 20.00 Uhr

**Ort:** Gemeinschaftshaus, Arbesbach 63

**Kosten:** € 75,- für 10 Einheiten  
**(Förderung der Gesunden Gemeinde Arbesbach)**

Teilnehmerzahl: mindestens 6 Teilnehmer – maximal 13 Teilnehmer

Mitzubringen: Gymnastik- oder Yogamatte (wenn vorhanden), gemütliche Kleidung

Anmeldung und Rückfragen bei Frau Rafaela Mühleher – 0699/11719300

---

## Ätherische Öle – in der Erkältungszeit

In der Erkältungszeit kann man mit den ätherischen Ölen vorbeugend und unterstützend einiges tun. Mit verschiedenen Möglichkeiten angefangen von Raumbeduftung, Einreibungen, Inhalation und Badezusätzen kann man sich in der Erkältungszeit selbst helfen. Anhand von Steckbriefen werden ätherische Öle, Hydrolate und fette Pflanzenöle erklärt und die Anwendungsmöglichkeiten vorgestellt.

Vortragende: **DGKP Karin Penz, BSc (Dipl. Aromapraktikerin)**

**Termin:** **Freitag, 03.10.2025, 19.00 Uhr**

**Ort:** **Gemeinschaftshaus, Arbesbach 63**

**Kosten:** **€ 25,--/Teilnehmer**

**Duftkoffer mit über 140 ätherischen Ölen ist mit dabei**

**(Förderung der Gesunden Gemeinde Arbesbach)**

Teilnehmer: 10 bis max. 30 Personen

Anmeldung und Rückfragen bei Frau Karin Penz – 0664/9180775

---

## Mooriges für deine Gesundheit

Die Meloner Au ist ein einzigartiger Moorkomplex, der vielen noch unbekannt ist. Wir erkunden gemeinsam den Moor-Wanderweg mit seinen urigen Ausblicken. Wir erfahren, welche Aufgaben Moore für uns alle haben und wie wir sie schützen können. Am Rande der Fichtenbacher Au unterhalten wir uns ausführlich darüber, welche moorigen Wald-Früchte, Wald-Kräuter und Baumbestandteile wir für unsere Gesundheit nutzen können. Du wirst staunen, was da alles dabei ist für dein Wohlbefinden!

Leitung: **Michaela Auer**

**Termin:** **Samstag, 04.10.2025, 13.30 – 16.30 Uhr**

**Treffpunkt:** **Parkplatz Halterberg, Meloner Au, 3925 Altmelon**

**Kosten:** **€ 20,-- / € 10,- pro Kind ab 13 Jahren**

Anmeldung unbedingt bis 2 Tage vor der Veranstaltung erbeten bei Michaela Auer - 0680/3119234 oder E-Mail: [michiauer@gmx.at](mailto:michiauer@gmx.at)

Veranstaltung in Kooperation mit dem Bärentrail – [www.baerentrail.at](http://www.baerentrail.at)

---

# Wild-Kräuterwanderung Wurzelkräuter

(Kirchbach)

Es beginnt die Zeit des Wurzelgrabens. Beinwell, Engelwurz, Beifuß und Löwenzahn sind nur ein paar der Wurzelkräuter, die dein Wohlbefinden bereichern können. Auch der Wald hat mit aromatischen Nadeln und Harzen einiges zu bieten. Entdecke mit mir wertvolle Wurzelkräuter und lerne deren Verarbeitung und Heilkraft kennen. Die gesammelten Wurzeln und Harze verarbeite ich gerne zu Heilsalben. Der Herbst ist bei mir deshalb Salbenzeit.

## Erfahre, wie du

- wilde Wurzelkräuter sicher bestimmen kannst
- Wildkräuter und Waldschätze im Herbst richtig erntest und verarbeitest
- Kräuter richtig trocknen und haltbar machen kannst
- Kräuterauszüge wie Kräuteröl oder eine Tinktur herstellst
- Mit frisch gegrabenen Wurzeln eine Kräutersalbe herstellst

Entdecke die verborgenen Kräfte, die in den wilden Pflanzen schlummern. Auf einer Strecke durch Wald und Wiese nehmen wir die heimischen Wildkräuter genau unter die Lupe. Im Anschluss stellen wir gemeinsam eine Kräutersalbe als Mitbringsel her.

Kursleiterin:

**Gerda Holzmann**

**Termin:**

**Samstag, 11.10.2025, 14.00 – 18.00 Uhr**

**Ort:**

**Treffpunkt: Kirchbochstal, 3911 Kirchbach**

**Kosten:**

**€ 55,-- (inkl. Material)**

**Für dich:**

**GrünKraft Notizblock, selbst gemachtes Mitbringsel**

Mindestens 6 Teilnehmer – maximal 20 Teilnehmer

Weitere Informationen und Anmeldung bei Frau Gerda Holzmann –  
0676/3344671 oder per E-Mail: [post@gruen-kraft.at](mailto:post@gruen-kraft.at)

---

## Kammerhofer: AMOI OIS – das ganz neue BEST OF

Walter hat sich monatelang durchgekämpft, durch jedes einzelne seiner Programme. Und jetzt ist er bereit für eine beispiellose Zwerchfellmassage mit vollem Körpereinsatz. Der Kammerhofer kommt mit einem riesigen Bauchladen voller Sahnestückchen aus seinem kompletten Repertoire, von süß über scharfsinnig bis zartbitter. Es ist eine aberwitzige Komposition für jeden Geschmack, mit einer großen Prise Selbstironie und charmantem Chaos auf der Bühne.



AMOI OIS ist die Essenz von „Lachen rein und Alltag raus“. Das neue BEST OF mit einem Kammerhofer wie er leibt und bebt. Es ist sein Höhepunkt, sein persönlicher Kabarettgipfel, es ist einmal alles an einem Abend.

**Termin:** Samstag, 08.11.2025, 19.30 Uhr  
**Ort:** Turnsaal der MS, Arbesbach 109

**Karten zu € 23,-- sind am Gemeindeamt erhältlich!**

---

## KI-Künstliche Intelligenz – Chancen und Herausforderung



Der zunehmende Einfluss von KI auf nahezu alle Bereiche des öffentlichen und privaten Lebens stellt uns vor eine Reihe an ethischen Fragen und praktischen Herausforderungen, die kritisch reflektiert werden sollten.

Referent: Dipl.-Ing. Bernhard Thaler, Zwettl  
**Termin:** Donnerstag, 13.11.2025, 19.30 Uhr  
**Ort:** Pfarrzentrum, Arbesbach 11

Freiwillige Spenden!

Informationen und Anmeldung bei Frau Magarete Harrauer – 0676/3247141

---

## **Wild-Kräuterwanderung Waldschätze, Moose und Flechten (Pretrobruck und Wiesensfeld)**

In den schattigen Winkeln unserer Wälder entfalten sich wahre Wunder: Moose und Flechten sind stille Helden der Natur. Sie spielen eine entscheidende Rolle in unserem Ökosystem. Ihr stilles Wachstum und ihre bemerkenswerte Anpassungsfähigkeit sind ein faszinierendes Zeugnis für die Kraft der Natur. Während Kräuter, Sträucher und Bäume sich großer Beliebtheit erfreuen, laden uns diese unscheinbaren Pflanzen ein, in eine ganz neue Welt einzutauchen.

Auch wenn die Anwendung von Moosen und Flechten nicht so bekannt ist, sie haben dennoch einen Platz in der alten Volksheilkunde. Mach gemeinsam mit mir einen Streifzug durch die Waldviertler Natur und entdecke die Heilkraft des Waldes.

### **Du lernst:**

- Die häufigsten Moose und Flechten bestimmen
- Die enorme Leistung von Moosen und Flechten in unserem Ökosystem kennen
- Wie du Moose und Flechten vermehren kannst
- Waldschätze wie Nadeln und Harze richtig ernten und verarbeiten
- Pflanzenauszüge wie Kräuteröl oder eine Tinktur herzustellen
- Aus Moosen und Harzen eine Kräutersalbe herzustellen

Entdecke die verborgenen Kräfte, die in den wilden Pflanzen schlummern. Auf einer Strecke durch Wald und Wiese nehmen wir die Moose, Flechten und Bäume genau unter die Lupe. Im Anschluss stellen wir gemeinsam eine Moossalbe als Mitbringsel her.

Kursleiterin:

**Gerda Holzmann**

**Termin:**

**Samstag, 15.11.2025, 14.00 – 18.00 Uhr**

**Treffpunkt:**

**Wiesensfeld, GrünKraft e.U., 3920 Wiesensfeld 33**

**Kosten:**

**€ 55,- (inkl. Material)**

**Für dich:**

**GrünKraft Notizblock, selbst gemachtes Mitbringsel**

Mindestens 6 Teilnehmer – maximal 10 Teilnehmer

Weitere Informationen und Anmeldung bei Frau Gerda Holzmann –  
0676/3344671 oder per E-Mail: [post@gruen-kraft.at](mailto:post@gruen-kraft.at)

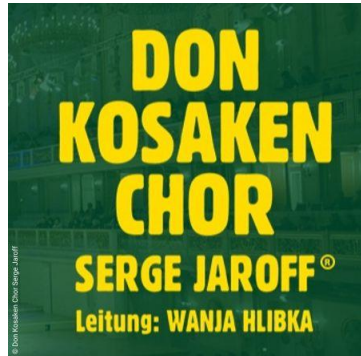
---

## Konzert „Original DON-Kosaken CHOR“ in Arbesbach

Der Original Don Kosaken Chor Serge Jaroff war wohl der berühmteste Chor weltweit und das über fast sechs Jahrzehnte von 1921 bis 1979.

Seit vielen Jahren ist der Chor nun wieder unter der künstlerischen Leitung von Wanja Hlibka, dem ehemals jüngsten Solisten Serge Jaroffs mit unverminderter Popularität in den großen Konzerthallen und Kathedralen in Europa und seit 2007 auch im fernen Osten zu hören.

Weitere große Tourneen durch Amerika und Australien sind in Vorbereitung.



Bemerkenswert ist, dass der Chor in allen Ländern und fremden Kulturen mit derselben Euphorie und Begeisterung aufgenommen wird, was auch wieder bestätigt, dass Musik Menschen und Völker verbinden kann, auch wenn die Sprache nicht von allen verstanden wird. Die Art der Interpretation der Gesänge, sowie die stimmlichen Möglichkeiten der Sänger, die ausnahmslos auch als Solisten in Erscheinung treten, sind ebenfalls Garant dafür, dass die typischen klanglichen Besonderheiten dieses Chores erhalten bleiben.

Seit 2001 führt Wanja Hlibka den rechtlich geschützten Namen DON KOSAKEN CHOR SERGE JAROFF® Leitung: WANJA HLIBKA.

<b>Termin:</b>	<b>Donnerstag, 20.11.2025, 19.30 Uhr</b>
<b>Ort:</b>	<b>Pfarrkirche Arbesbach</b>
<b>Karten:</b>	<b>€ 20,-- sind am Gemeindeamt erhältlich</b>

---

## Yoga Themenabend: Yoga mit Klangschalen

An diesem Abend verbinden wir unsere Yogapraxis mit der Schwingung der Klangschale. Dadurch wirst du eingeladen noch tiefer in deine Asana (Yoga-Haltung) hinein zu entspannen.

Unser Körper besteht zu rund 80 % aus Wasser, weshalb sich die Schwingung der Klangschale bis in das Tiefengewebe ausbreitet und sich dadurch unser Körper noch mehr entspannen kann.

Kursleiterin:

**Michaela Pfeiffer (ausgeb. Yogalehrerin)  
Karin Leutgeb (ausgeb. Klangtherapeutin/Klang-  
praktikerin)**

**Termin:**

**Mittwoch, 03.12.2025, 19.00 – 20.30 Uhr**

**Ort:**

**Gemeinschaftshaus, Arbesbach 63**

**Kosten:**

**€ 10,--**

Mitzubringen: Matte, Decke, ev. Kissen und bequeme Kleidung

Anmeldung bei Frau Michaela Pfeiffer – 0664/2500360

---

## Tagesstätte *Immergrün* – Ein Ort zum Wohlfühlen für ältere Menschen

Die Tagesstätte Immergrün, initiiert von Frau Birgit Dawa, ist mit 1. Juli 2025 in Arbesbach in Betrieb gegangen.

Suchen Sie eine liebevolle Betreuung für Ihre Angehörigen oder wünschen sich selbst mehr Gemeinschaft und Abwechslung im Alltag?

Die Tagesstätte **Immergrün in Arbesbach 1** bietet Seniorinnen und Senioren einen sicheren und herzlichen Ort für gemeinsame Aktivitäten, professionelle Pflege und soziale Kontakte – tagsüber gut umsorgt, abends wieder zu Hause.



**Was Sie bei mir erwartet:**

- Individuelle Betreuung durch Diplomiertes Gesundheits- und Krankenpflegepersonal
- Gemeinsame Mahlzeiten, Aktivitäten und Ausflüge
- Entlastung für pflegende Angehörige
- Ein freundliches Umfeld in zentraler Lage

**Besuchen Sie mich – ich freue mich auf Sie!**

Mehr Informationen unter: [www.pflege-immergruen.at](http://www.pflege-immergruen.at) oder telefonisch bei Frau Birgit Dawa – 0664/1221297

---

## **Elternkindgruppe im Gemeinschaftshaus Arbesbach 2-mal im Monat (ausgenommen Schulferien)**

Singen – gemeinsam jausnen – spielen, eine kurze Auszeit vom Alltag nehmen. Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat von 9 bis 11 Uhr treffen wir uns im Gemeinschaftshaus Arbesbach und genießen die Zeit mit unseren Kindern. In den Schulferien pausiert die Spielgruppe. Ihr begegnet Eltern, die sich gerade im gleichen Lebensabschnitt befinden und könnt euch mit ihnen austauschen. So manche Tipps und Tricks rund um das Leben mit Kindern konnten da schon mit nach Hause genommen werden!

Mit einem Guten-Morgen-Lied und Knireiter-, Streichel- oder Massagespielen starten wir gemeinsam die Spielgruppe. Danach wird eine gesunde Jause aufgetischt und gemeinsam gegessen und geplaudert. Nach der Stärkung werden unterschiedliche Spielmaterialien angeboten, welche die Kinder zum Spielen einladen (Bällebad, Schüttmaterialien, Bausteine, Puppen, Bälle, Bücher, Fahrzeuge usw.). Nach ca. 2 Stunden beenden wir den Spielevormittag mit einem Abschiedslied und räumen gemeinsam die Spielsachen zurück.

Mir ist wichtig, dass die Spielgruppe einfach und unkompliziert für alle wahrgenommen wird, um somit eine kleine Insel der Entspannung und Freude für Eltern und Kinder zu erschaffen.

Jeden Vormittag ist eine Mama oder ein Papa für die gesunde Jause (Obst, Gemüse, Milch, Brot, Aufstrich, Joghurt, Müsli) zuständig. Auch hier gilt: einfach halten, außer man möchte etwas Besonderes zaubern. Alle anderen zahlen 3 Euro pro Spielgruppenbesuch. Es sind alle Eltern oder betreuenden Personen mit Kindern bis 3 Jahren willkommen. Auch mit jungen Babys dürft ihr gerne kommen, solange ihr euch beide dabei wohl fühlt.

Ich bin Karin Kamleitner, Elternkindgruppenleiterin und leite die Gruppe.

Bei Fragen und Anregungen unter 0650/590 99 81 melden

---



*Kinder lehren  
uns,  
die Welt mit  
anderen Augen  
zu betrachten.*