

PROGRAMM

Herbst/Winter 2026

INFOS:

- ANMELDUNG für sämtliche Veranstaltungen (außer MAWIBA):
Gudrun Ottoson-Ospald, Tel. 0699 88482520 oder kraeuter.klang.leben@gmail.com
- Anmeldung für Mawiba direkt bei Michelle Schuster, Tel. 0650 8154655
- VERANSTALTUNGSORT ist jeweils das Pfarrzentrum Rif

Für Unfälle bei den in diesem Programm angebotenen Veranstaltungen kann seitens des Eltern-Kind-Zentrums Rif und seiner MitarbeiterInnen keine Haftung übernommen werden.

TRÄGER:

Eltern-Kind-Zentrum Salzburg, F. W.-Raiffeisenstraße 2, 5061 Elsbethen, www.bildungskirche.at

IMPRESSUM: Katholisches Bildungswerk Salzburg, Eltern-Kind-Zentrum Salzburg, F. W.-Raiffeisenstraße 2, 5061 Elsbethen, 0662 8047-7560, office@bildungskirche.at, www.bildungskirche.at, ZVR: 709030756, F. d. I. V.: Eltern-Kind-Zentrum Rif, Almweg 19a, 5400 Hallein-Rif

Das Eltern-Kind-Zentrum Rif wird
unterstützt von

**Raiffeisenbank
Untersberg**



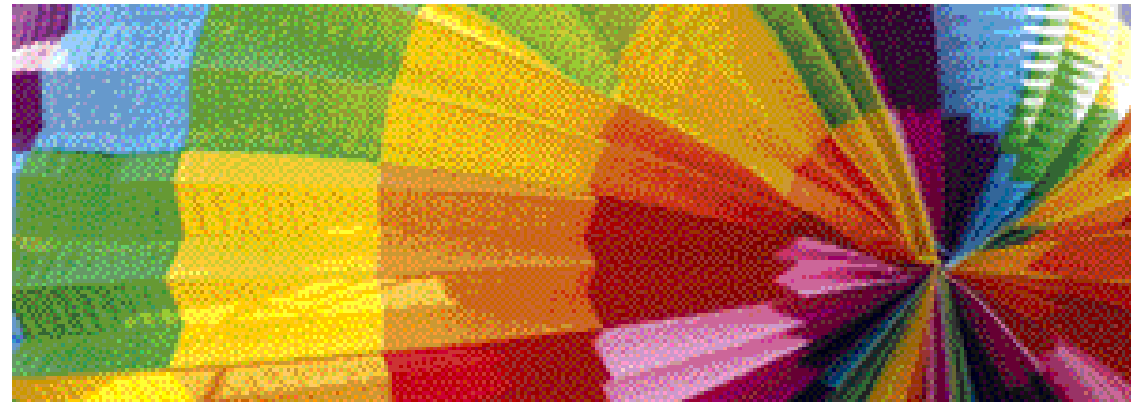
KONTAKTPERSON:

Mag. Gudrun Ottoson-Ospald

Almweg 19a, 5400 Hallein-Rif

Tel. 0699 88482520

E-Mail: kraeuter.klang.leben@gmail.com



MUSIKATER UND TANZMAUS

Eltern-Kind-Musikgruppen

Jedes Kind wird mit einem natürlichen Potential für Musik geboren. In diesen Gruppen können Kleinkinder gemeinsam mit ihren Eltern auf spielerische Weise ihre ersten Erfahrungen mit Musik, Rhythmus und Klängen sammeln. Wir wollen Musik mit allen Sinnen erfahren, denn alles, was ein Kind in den ersten Lebensjahren in sich aufnimmt, bildet die Grundlage für das, was es in seinem späteren Leben entfalten/gestalten wird. Neben dem gemeinsamen Singen, Tanzen und Spielen auf einfachen Orff-Instrumenten steht das Hören, Sehen und Spüren von Musik im Mittelpunkt.

GRUPPE 1: für Kinder ab ca. 1 Jahr

jeden Dienstag, 9.00-10.00 Uhr

GRUPPE 2: für Babys von ca. 6-18 Monaten

jeden Dienstag, 10.00-11.00 Uhr

GRUPPE 3: für Kinder ab ca. 1 Jahr

jeden Dienstag, 15.00-16.00 Uhr

START: Di, 29. September 2026

BEITRAG PRO SEMESTER: € 140,- (14 Treffen)



MAWIBA

Mama-Baby-Tanz mit sanftem Beckenbodentraining für Mamas mit Baby und Schwangere

Während die Mamas zu beckenbodenstärkenden Choreografien tanzen und dabei ihre Haltung und Fitness verbessern, kuscheln sich die Babys in einem Tragetuch oder einer Tragehilfe an sie. In der Schwangerschaft ist MAWIBA die perfekte Ergänzung zum Geburtsvorbereitungskurs. Neben dem Tanzen bleibt natürlich genug Zeit, um andere Mamas zu treffen, sich auszutauschen und eine gute Zeit miteinander zu erleben.

TERMIN: jeweils Donnerstags

UHRZEIT: 9.00-10.15 Uhr

START: Do, 8. Oktober 2026

BEITRAG: € 70,- (6er Block) / € 13,- Einzelstunde

HERZKLANG MEDITATION

In einer Tiefenentspannung, geführt und getragen von den Schwingungen und Klängen verschiedenster Instrumente, machen wir uns auf den Weg in die geheimnisvollen Räume unseres Unbewussten und begegnen dort uns selbst und dem Klang unseres Herzens. Nehmen wir die inneren Bilder und die Eindrücke dieser Reise wieder mit in unser Tagesbewusstsein, dann können wir der Welt mit einer veränderten Wahrnehmung über die Sinne hinaus begegnen.

TERMINE:

Donnerstag, 1. Oktober 2026

Mittwoch, 11. November 2026

Mittwoch, 2. Dezember 2026

Donnerstag, 14. Jänner 2027

UHRZEIT: 19.00-20.30 Uhr

BEITRAG: € 30,- pro Abend

NATURAPOTHEKE FÜR DIE FAMILIE

Lästige Erkältungen bleiben den wenigsten von uns erspart und begleiten uns oft den ganzen Winter lang. In den warmen Monaten ist die beste Zeit, um einen Vorrat an heilenden Pflanzen für den nächsten Winter zu sammeln, und auch im Herbst finden sich noch genügend Helfer in der Natur. Zum Mitnehmen stellen wir eine eigene kleine Naturapotheke her.

TERMIN: Donnerstag, 8. Oktober 2026

UHRZEIT: 19.00 Uhr

BEITRAG: € 15,- inkl. Materialkosten

RÄUCHERN IN DER STILLEN ZEIT

Räuchern ist eine uralte Tradition und wirkt auf Körper, Geist und Seele. An diesem Abend machen wir uns mit einigen Räuchermethoden und -ritualen vertraut und erfahren, mit welchen heimischen Kräutern und Harzen wir unsere seelische und körperliche Gesundheit unterstützen können.

TERMIN: Donnerstag, 26. November 2026

UHRZEIT: 19.30 Uhr

BEITRAG: € 20,-

DIE SÜSSE WEIHNACHTSBACKSTUBE

Für Kinder ab ca. 2 Jahren

Die Weihnachtszeit ist für Kinder eine besonders aufregende Zeit, und das traditionelle Kekserbacken gehört einfach dazu. Während die feinen Bäckereien im Ofen sind, singen wir weihnachtliche Lieder und hören eine Weihnachtsgeschichte. Bring bitte eine Schürze und eventuell einen eigenen Nudelwalker mit.

TERMIN: Montag, 30. November 2026

UHRZEIT: 15.00-17.00 Uhr

BEITRAG: € 20,- inkl. Materialkosten

WEIHNACHTLICHE FILZWERKSTATT

Für Kinder ab ca. 3 Jahren

Brauchst du noch ein besonderes Weihnachtsgeschenk oder ein schönes Stück für den Christbaum? Mit bunter Schafwolle, Wasser und Seife bzw. Filznadel gestalten wir einzigartige und kreative Filzstücke. Es ist lustig und viel einfacher, als du vielleicht denkst!

TERMINE: Donnerstag, 10. Dezember 2026

UHRZEIT: 15.00-17.00 Uhr

BEITRAG: € 20,- inkl. Materialkosten