

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, 2. Oktober 2025

Mittwoch, 5. November 2025

Donnerstag, 4. Dezember 2025

Dienstag, 13. Jänner 2026

UHRZEIT: 19.00-20.30 Uhr

BEITRAG: € 30,- pro Abend

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. 0699 11357505

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**



PROGRAMM

Herbst/Winter 2025



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, 16.00-17.00 Uhr

START: Di, 30. September 2025

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

TANZWERKSTATT - KREATIVER KINDERTANZ

Für Kinder von 3 bis 6 Jahren

Tanzen ist Musizieren mit dem Körper im Raum. Ziel dieses Kurses ist, dass Kinder ihren Körper bewusst einsetzen lernen und ihre eigenen Bewegungsmöglichkeiten entdecken. Dies wird erreicht durch die Umsetzung kleiner Geschichten, Vorstellungsbilder etc. in Bewegung, sowie spielerische Koordinations- und Haltungsübungen.

TERMIN: jeden Dienstag, 15.00-16.00 Uhr

START: Di, 30. September 2025

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

MAWIBA

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 Mittwoch bis Februar 2026

UHRZEIT: 9.00-10.15 Uhr

START: Mi, 17. September 2025

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



KREATIVWERKSTÄTTEN

MAGIE DES BATIKENS

Für Kinder ab ca. 5 Jahren

Lust auf bunte Farben und spannende Muster? Hier lernt ihr die faszinierende Technik des Batikens, einer jahrhundertealten Kunstform, die mit Farben und Stoffen spielt. Gemeinsam gestalten wir bunte Taschen und neue Lieblingsstücke.

TERMIN: Mittwoch, 1. Oktober 2025

UHRZEIT: 15.00-17.00 Uhr

BEITRAG: € 20,- (inkl. Materialkosten)

STERNENWERKSTATT

Für Kinder ab ca. 5 Jahren

Möchtest du in die funkelnde Welt der Sterne eintauchen? Hier gestalten wir mit verschiedenen Materialien wunderschöne Sternen-Kunstwerke.

Mit Glas, Perlen und Draht kannst du deiner Fantasie freien Lauf lassen

TERMIN: Mittwoch, 3. Dezember 2025

UHRZEIT: 15.00-17.00 Uhr

BEITRAG: € 22,- (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: Mittwoch, 10. Dezember 2025

UHRZEIT: 15.00-17.00 Uhr

BEITRAG: € 20,- (inkl. Materialkosten)



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, 15. Oktober 2025

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, 13. November 2025

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, 24. November 2025

UHRZEIT: 15.00-17.00 Uhr

BEITRAG: € 20,- inkl. Materialkosten