

EKIFAZ Jahres- programm

2026/2027



„Das Leben ist ein Abenteuer:
Lebe, fühle, liebe, lache, weine,
spiele, gewinne, verliere, stolpere,
doch stehe immer wieder auf und
gehe weiter.“



Liebe Eltern und Kinder, liebe Schwangere, liebe Omas und Opas, liebe FreundInnen!



Im E (Eltern) – Ki (Kind) – FA (Familien) – Z (Zentrum) schließt sich der Kreis immer wieder neu.

Familie beginnt schon bei der Familienplanung, über die Geburtsvorbereitung bis hin zu Babygruppen, Krabbelgruppen und Eltern-Kind-Spielgruppen.

Doch Familie geht weit darüber hinaus: Unser Programm umfasst auch Angebote zu religiösen Themen, Gesundheit, Fragen rund um die Pubertät, Eltern-Kind-Frühstücksrunden mit Erziehungsthemen sowie Eltern-Tisch-Treffen. All das möchten wir auch im kommenden Jahr weiterführen und weiterentwickeln.

„Kinder lernen nicht dadurch, dass man ihnen sagt, wie sie sein sollen, sondern dadurch, dass sie sehen, wie wir sind.“

(frei nach unbekannt)

Diese Aussage kann beruhigen, aber auch herausfordern. Denn Kinder lernen nicht nur von ihren Eltern, sondern auch von anderen Erwachsenen und Familien, wie wir miteinander umgehen und kommunizieren.

Und genau hier setzt das EKIFAZ an:

- ... EKIFAZ ist ein Ort für bewusste gemeinsame Zeit zwischen Eltern und Kindern.
- ... EKIFAZ zeigt: Du bist nicht allein – Austausch unter einander tut gut und stärkt.
- ... EKIFAZ bietet Raum für ehrliche Gespräche und gegenseitige Unterstützung.
- ... EKIFAZ hilft, neue Kontakte zu knüpfen und ein Netzwerk aufzubauen.
- ... EKIFAZ ist ein offenes Zentrum für Begegnung und gemeinsames Wachsen.

Wir sagen ein herzliches Danke an die Stadtgemeinde Haag, besonders an Herrn Lukas Michlmayr, dass wir die Räume im Sicherheitszentrum nutzen dürfen. So entsteht ein Ort, an dem Familien willkommen sind, sich wohlfühlen und neue Freundschaften entstehen können.

Wir – ein engagiertes Team – freuen uns sehr darauf, euch bei uns zu begrüßen und mit unserem Angebot zu begleiten.

Freundliche Grüße,

Veronika Ratzberger

Obfrau, für das gesamte engagierte EKIFAZ-Team

Allgemeine Informationen



Anmeldung zu Veranstaltungen

Für die Teilnahme an unseren Eltern-Kind-Spielgruppen ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich. Falls ihr einen gebuchten Termin nicht wahrnehmen könnt, gebt uns bitte rechtzeitig vor Kursbeginn Bescheid, damit der Platz weitergegeben werden kann.

Die Anmeldung erfolgt – sofern nicht anders angegeben – unter Angabe von Kursnummer, Name, Geburtsdatum und Adresse des Kindes bevorzugt per SMS an 0650 / 411 06 85 oder per E-Mail an info@ekifaz.at.

Für Veranstaltungen ist die Anmeldung – sofern nicht anders angegeben – ab Erscheinen des Programmheftes möglich.



Bezahlung der Kursbeiträge

Der Kursbeitrag ist bei Veranstaltungsbeginn bei der jeweiligen Spielgruppenleiterin oder –leiter zu bezahlen. Der Kursbeitrag der jeweiligen Veranstaltung ist bei den Angeboten im Programmteil zu finden. Als Bonus für Familien mit mehreren Kindern bieten wir einen Spielgruppenspezialpreis an: 1 Kind zahlt, die Geschwister kommen gratis mit!



Allgemeine Öffnungszeiten

Das EKIFAZ ist ausschließlich während der angebotenen Kurse und Veranstaltungen geöffnet. In den Schulferien und an Feiertagen finden keine Angebote statt.



Veranstaltungsort

Wenn nicht anders angegeben findet die Veranstaltung im EKIFAZ statt.



Organisatorisches

Unsere Handynummer 0650/ 411 06 85 ist der einfachste Weg mit uns Kontakt aufzunehmen. Alle unsere Mitglieder arbeiten ehrenamtlich, daher sind wir nicht rund um die Uhr erreichbar!



Email: info@ekifaz.at

Internet: www.ekifaz.at

Facebook: [EKIFAZ Eltern-Kind-Familienzentrum Haag](#)

Post: EKIFAZ Eltern-Kind-Familienzentrum,
Elisabethstraße 9, 3350 Stadt Haag



Überblick Eltern-Kind-Spielgruppen

Unsere Eltern-Kind-Spielgruppen sind das Herzstück des EKIFAZ und finden wöchentlich in unseren großzügigen Räumlichkeiten statt. In einer liebevollen und geschützten Atmosphäre sammeln Kinder – begleitet von Mama, Papa oder einer vertrauten Bezugsperson – erste Erfahrungen mit Gleichaltrigen. Gleichzeitig bietet die Spielgruppe Eltern die Möglichkeit, andere Familien kennenzulernen und sich auszutauschen.

Unsere Spielgruppenleiterinnen gestalten abwechslungsreiche, altersgerechte Gruppenstunden mit Liedern, Reimen, Finger-, Bewegungs- und Massagespielen, kreativem Gestalten sowie viel Freispiel. Bei der gemeinsamen Jause bleibt Zeit für Gespräche und neue Begegnungen.

Bitte mitbringen: Hausschuhe für euer Kind und eine kleine Jause.



Mitgliedschaft

Mit einer EKIFAZ-Mitgliedschaft unterstützt ihr unsere gemeinnützige Arbeit und helft mit, unser vielfältiges Angebot für Familien zu erhalten. Als Mitglied profitiert ihr von ermäßigten Teilnahmegebühren bei ausgewählten Veranstaltungen.

Mitgliedsbeitrag:

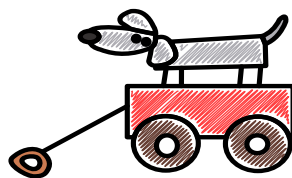
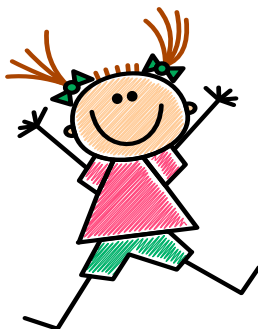
€ 20,- pro Vereinsjahr bzw. € 12,- ab dem Frühjahr. Die Mitgliedschaft endet automatisch mit Ablauf des Vereinsjahres.



Gutscheine schenken

Schenkt gemeinsame Zeit! Gutscheine für Kurse, Spielgruppen, Workshops und weitere Angebote aus unserem aktuellen Programm sind jederzeit erhältlich und zeitlich unbegrenzt gültig.

Bestellung: info@ekifaz.at



Eltern-/ Mutterberatung

Die Eltern-/ Mutterberatung findet jeden 1. Dienstag im Monat von 14:00 bis 15:30 Uhr statt.

Dieses Beratungsangebot des Landes NÖ ist kostenlos und ohne Anmeldung: Frau Dr. Bettina Hengst und Hebamme Frau Veronika Ratzberger beraten dich über die Entwicklung und Förderung deines Kindes, Ernährung (Stillen, Zufüttern, Beikost), Schlafen, Pflege, usw.

Außerdem wird dein Kind von der Hebamme abgewogen und abgemessen.

Frau Dr. Hengst untersucht die Kinder und berät in medizinischen Fragen.

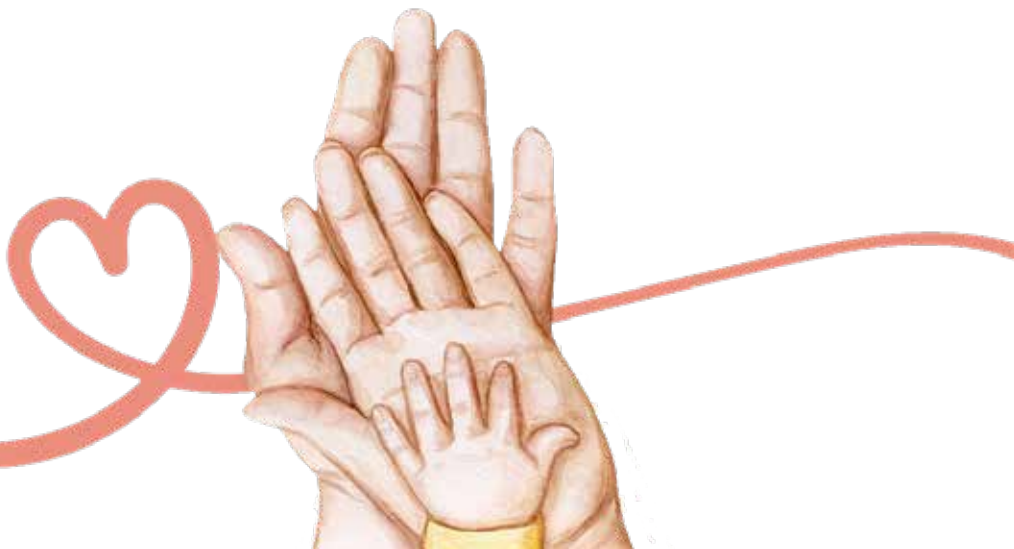


Gerne heißt jemand vom EKIFAZ Team euch willkommen um bei „Kaffee und Kuchen“ unser Angebot und unser Team kennen zu lernen und euch in gemütlicher Atmosphäre ganz ungezwungen auszutauschen mit Eltern von Kindern im gleichen Alter und gleichen Themen.



Die nächsten Termine:

- Dienstag, 01.09.2026
- Dienstag, 06.10.2026
- Dienstag, 03.11.2026
- Dienstag, 01.12.2026
- Dienstag, 12.01.2027
- Dienstag, 02.02.2027
- Dienstag, 02.03.2027
- Dienstag, 06.04.2027
- Dienstag, 04.05.2027
- Dienstag, 01.06.2027
- Dienstag, 06.07.2027



MONTAG**Eltern-Kind-Spielgruppe
Babygruppe**

Das Treffen der Babygruppe orientiert sich an den Bedürfnissen der Eltern und ihrer Babys. In entspannter Atmosphäre tauschen wir uns über Themen wie Stillen, Beikost, Tragen oder Entwicklung aus. Mit Liedern, Reimen und sanften Massagen wird die Eltern-Kind-Bindung gestärkt. Eine gemeinsame Pause bietet Zeit für Gespräche und neue Kontakte.

Alter: ab 0 Monate bis 12 Monate

Termin: Montag, 28.09. - 07.12.2026
jeweils von 10:15 bis 11:45 Uhr

Kosten: € 80,- (€ 70,-)

Max. Anzahl: 6 - 8 Babys in Begleitung eines Erwachsenen

Leiterin: Veronika Ratzberger, Hebamme, Eltern-Baby-Spielgruppenleiterin, Basic-Bonding-Leiterin i.A., Mama

MITTWOCH**Eltern-Kind-Spielgruppe
Marienkäfer**

Singen, Kniereiter, Bewegungsspiele und jahreszeitliche Angebote sorgen für abwechslungsreiche Stunden. Bei einer gemeinsamen Jause bleibt Zeit für Austausch, anschließend lädt das freie Spiel zum Entdecken und Ausprobieren ein.

Alter: ab 1 Jahr bis 3 Jahre

Termin: Mittwoch, 30.09. - 09.12.2026
jeweils von 08:30 bis 10:00 Uhr

Kosten: € 80,- (€ 70,-)

Max. Anzahl: 6 - 8 Kinder in Begleitung eines Erwachsenen

Leiterin: Sabine Hengst, Mama mit Spielgruppenerfahrung

DIENSTAG**Eltern-Kind-Spielgruppe
Sonnenschein**

Gemeinsames Singen, Bewegung und freies Spiel laden zum Entdecken und Mitmachen ein.

Alter: ab 1 Jahr bis 3 Jahre

Termin: Dienstag, 29.09. - 15.12.2026
jeweils von 08:30 bis 10:00 Uhr

Kosten: € 80,- (€ 70,-)

Max. Anzahl: 6 - 8 Kinder in Begleitung eines Erwachsenen

Leiterin: Monika Forstmayr & Miriam Gabriel, Spielgruppenerfahrene Mamas

MITTWOCH**Eltern-Kind-Spielgruppe
Musik-Kinder**

Kennenlernen von einfachen Liedern, Tänzen, Kniereiter, Fingerreime, Bewegungs- und Massagegeschichten

Alter: bis 18 Monate

Termin: Mittwoch, 07.10./14.10./21.10.
jeweils von 10:15 bis 11:45 Uhr

Kosten: 3 Einheiten zu € 24,- (€ 21,-)

Max. Anzahl: 8 Kinder in Begleitung eines Erwachsenen

Leiterin: Susanne Geiblinger, Pädagogin, Mama

Gemeinsam wachsen -
spielen, lernen, erleben

Unsere Spielgruppen bieten Raum für Austausch, Bewegung, Kreativität
und neue Freundschaften für Kinder und Eltern.

Weiterbildungen rund ums Kind

Eltern-Kind-Frühstück

Ein offener Treff mit einer Hebamme und Expertinnen für Familien mit Babys und Kleinkinder (bis 3 Jahre) zu einem bestimmten Thema (1 x im Monat.)

Termine: Montag, von 08:30–10:00 Uhr

Kosten: € 8,- (€ 6,50) / Person / Termin

Anmeldung: 0650 / 411 06 85



Wann	Was	Wer
12.10.2026	NER – Natürliche Empfängnisregelung Die hormonfreie Methode für natürliche Familienplanung.	Isabella Huber und Marlene Schausberger, MSc.
09.11.2026	Bindung durch Berührung - Eine besondere Form der Babymassage nach Eva Reich, die die Eltern-Kind-Bindung durch achtsame Berührung stärkt.	Veronika Ratzberger, Hebamme
07.12.2026	Nikolaus-Adventfeier - Der Nikolaus kommt ins Ekifaz	Veronika Ratzberger
11.01.2027	Chakren und Chakrablüten-Essenzen – Hilfestellungen für körperliche und seelische Herausforderungen	Eva Maria Wagner
08.02.2027	Natürliche Babypflege	Bianca Viertelmayr, Hebamme
08.03.2027	Tragen - Nähe, Geborgenheit und Alltagserleichterung – erfährt, wie Tragen die Entwicklung eures Babys unterstützt und den Familienalltag bereichert.	Maria Pambalk-Blumauer, Hebamme und zertifizierte Trageberaterin
12.04.2027	Omega 3 – ein Schlüssel für die gesunde Kindesentwicklung	Sarah Hammelmüller, BA – Dipl. Ernährungsberaterin nach TCM, Stoffwechselltypen und Magen-Darmgesundheit
10.05.2027	Alternative Monatshygieneprodukte	Miriam Ratzberger, Hebamme
14.06.2027	Beckenboden nach dem Rückbildungskurs	Iris Guger, Physiotherapeutin

Kreatives & Erlebnis



Lebendige Tiergeschichten

Interaktive Vorlesegeschichte mit echten Tieren!

- Warum hat die kleine Maus Jenny keine Angst vor Kater Lorenzo?
- Wie hat Hahn Henry seine Henne Hennriette gefunden?
- Und was steht wohl auf dem Panzer der königlichen Schildkröte Roswitha geschrieben?

Diese und weitere Fragen klären wir, wenn wir in die fantastische Welt der Bücher und Geschichten eintauchen. Meine Tiere begleiten uns durch diese Zeit und verleihen den Geschichten einen „lebendigen“ Charakter!

Alter: 3 Jahre bis 5 Jahre (in Begleitung eines Erwachsenen möglich)

Termin: Dienstag, 15.09./ 22.09./ 29.09.2026, jeweils von 15 bis 16 Uhr

Kosten: € 36,- (3er Block)

Max. Anzahl: 6 Kinder

Anmeldung: per SMS oder WhatsApp unter 0650 / 411 06 85

Leiterin: Barbara Hochbichler, zertifizierte Trainerin für natur- und tiergestützte Aktivitäten



Kamishibai-Erzähltheater

Passend zur Jahreszeit werden Geschichten erzählt. Im Anschluss kann gebastelt werden.

Alter: von 3 bis 7 Jahre

Termin: 07.10./ 04.11./ 02.12./ 13.01. jeweils von 14:30 bis 15:30 Uhr

Kosten: € 3,- (€ 2,-) pro Theater

Anmeldung: per SMS oder WhatsApp unter 0650 / 411 06 85

Leiterin: Susanne Geiblinger, Pädagogin, Mama



Herbst-Bastelstunde

Gemeinsam stimmen wir uns auf den Herbst ein und gestalten aus Naturmaterialien Windlichter, Laternen und Drachen. Mit Liedern, Tanz und viel Freude verbringen wir einen kreativen Vormittag. Beim ersten Termin wird gebastelt, beim zweiten werden die Kunstwerke fertiggestellt und bei einem stimmungsvollen Laternenumzug präsentiert.

Alter: bis 5 Jahre

Termin: Mittwoch, 04.11./ 11.11.2026 jeweils von 10:15 bis 11:45 Uhr

Kosten: 2 Einheiten zu € 16,- (€ 14,-)

Max. Anzahl: 8 Kinder in Begleitung eines Erwachsenen

Anmeldung: per SMS oder WhatsApp unter 0650 / 411 06 85

Leiterin: Susanne Geiblinger, Pädagogin, Mama



Tatü Tata – Eltern-Kind-Ausflug zur Polizei

Die Kinder besuchen die Polizei und erhalten einen kindgerechten Einblick in deren Arbeit. Dabei dürfen sie Fahrzeuge und Ausrüstung kennenlernen und erfahren, wie Polizei im Alltag hilft und für Sicherheit sorgt.

Alter: bis 7 Jahre

Termin: Samstag, 10.10.2026 um 10 Uhr

Kosten: freiwillige Spende

Anmeldung: per SMS oder WhatsApp unter 0650 / 411 06 85

Treffpunkt: hinter dem Gericht, am Parkplatz

Leiterin: Susanne Geiblinger



Kekse backen am Bauernhof

Wir backen gemeinsam weihnachtliches Gebäck, dabei kommt das Kneten, Formen und Ausstechen nicht zu kurz. Die selbstgebackenen Köstlichkeiten werden, samt der Rezepte zum Nachbacken, mit nach Hause genommen.

Alter: von 5 Jahre bis 12 Jahre

Termin: Freitag, 04.12.2026 von 14:00 bis 17:30 Uhr & Samstag, 05.12.2026 von 09:00 bis 12:30 Uhr

Kosten: € 39,- (Material, Rezepte, Kekse, Betreuung u. Verpflegung)

Anmeldung: per Whatsapp unter 0664 / 960 64 26

Ort: Schudutz 17, 3350 Stadt Haag

Leiterin: Katharina Pfaffeneder, Pädagogin



Advent-Bastelstunde

Wir gestalten aus selbstgemachtem Salzteig weihnachtliche Anhänger. Beim ersten Termin werden die Motive ausgestochen, beim zweiten liebevoll bemalt und dekoriert. Gemeinsam singen, spielen und genießen wir die Vorfreude auf Weihnachten.

Alter: bis 5 Jahre

Termin: Mittwoch, 02.12./ 09.12.2026 jeweils von 10:15 bis 11:45 Uhr

Kosten: 2 Einheiten zu € 16,- (€ 14,-)

Max. Anzahl: 8 Kinder in Begleitung eines Erwachsenen

Anmeldung: per SMS oder WhatsApp unter 0650 / 411 06 85

Leiterin: Susanne Geiblinger, Pädagogin, Mama

Ab einer Gruppe von acht Kindern, gibt es die Möglichkeit einen individuellen Termin für den Workshop zu vereinbaren!



Geburt & Babyzeit



Geburtsvorbereitungskurs ab der 26. SSW

In diesem Kurs kannst du das Vertrauen in deinen eigenen Körper, die Geburt und den Umgang mit dem Baby stärken.

Pack dir einen Rucksack mit Wertvollem (Hilfestellungen, Tipps) für die Zeit der Geburt, im Wochenbett, Elternschaft, Stillzeit durch verschiedene Körper-, Atem-, Entspannungs- und Paarübungen, Gespräche, Austausch und Informationen.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Decke, Polster, warme Socken, Gymnastikmatte

Termine: 6 Abende (lt. Kurs) jeweils von 18:00 bis 20:00 Uhr

Kosten: € 180,- /Paar

Teilnehmer: max. 8 Paare

Anmeldung: unter ratzberger.hebamio.at/kursliste

Leiterin: Miriam & Veronika Ratzberger, Hebammen

Termine:

Kurs 1	Kurs 2	Kurs 3	Kurs 4	Was	Wer
06.10.2026	12.01.2027	05.04.2027	07.06.2027	Pos. Kräfte unter der Geburt Beckenboden	nur Frauen
13.10.2026	19.01.2027	12.04.2027	14.06.2027	Atmung Tipps für Schwangerschaft/Geburt Checkliste für die Erstausrüstung	nur Frauen
20.10.2026	26.01.2027*	19.04.2027	21.06.2027	Geburtsbeginn (Blasensprung, Wehen) wann ins Krankenhaus fahren was mitnehmen, Begleitperson zur Geburt	Paar
27.10.2026	02.02.2027	26.04.2027	28.06.2027	Geburt Geburtsposition nach der Geburt	Paar
03.11.2026	09.02.2027	03.05.2027	05.07.2027	Wochenbett Eltern werden – Paar bleiben	Paar
10.11.2026	16.02.2027	10.05.2027	12.07.2027	Stillen Babypflege	Paar

* geänderte Kurszeiten - Kursbeginn: 20:00 bis 22:00 Uhr



Beckenbodentraining mit Baby

Du möchtest nach der Geburt wieder mehr Stabilität, Kraft und Körperbewusstsein entwickeln? In diesem Kurs widmen wir uns gezielt dem Beckenboden, der Körpermitte und einer gesunden Haltung im Alltag mit Baby.

Gemeinsam lernen wir, den Beckenboden wahrzunehmen, richtig zu aktivieren und nachhaltig zu kräftigen. Sanfte Übungen für Bauch, Rücken und Rumpf ergänzen das Training. Auch Entspannung und der Austausch mit anderen Müttern haben ihren Platz.

Babys dürfen selbstverständlich mitgebracht werden und sind herzlich willkommen.

Termin: Dienstag, 06.10./ 13.10./ 20.10./ 03.11./ 10.11.2026
jeweils von 10:15 bis 11:30 Uhr

Kosten: 5 Einheiten für € 150,-
(Teilkostenrückerstattung vom Kursbeitrag mit ärztlicher Verordnung möglich)

Anmeldung: telefonisch unter 0660 / 494 73 48

Leiterin: Maria Lehner, Physiotherapeutin

Auch Themen wie Blasengesundheit, Alltags-training und Entspannung finden ihren Platz.

Der Kurs eignet sich insbesondere für Frauen nach einer abgeschlossenen Rückbildung, zur Prävention oder bei dem Wunsch, die Körpermitte nachhaltig zu kräftigen.

Termin: Dienstag, 09.02./ 16.02./ 23.02./ 02.03./ 09.03.2027
jeweils von 10:15 bis 11:30 Uhr

Kosten: 5 Einheiten für € 150,-
(Teilkostenrückerstattung vom Kursbeitrag mit ärztlicher Verordnung möglich)

Anmeldung: telefonisch unter 0660 / 494 73 48

Leiterin: Maria Lehner, Physiotherapeutin



Rückbildungs-yoga mit Baby

Ziel ist es, den Beckenboden gezielt wieder ansteuern zu können, und ihn zu stärken. Ebenso stärken wir unsere Mitte (Bauch - und Rückenmuskulatur) sowie den Schulterbereich um nach der Schwangerschaft wieder die Stabilität der Muskulatur zu verbessern. Dein Baby kannst du dabei gerne mitnehmen.

Teilnahmebedingung: frühester Start ist nach dem Wochenbett möglich (ab 8 Wochen)



Beckenbodentraining für Frauen (ohne Baby)

Ein kräftiger Beckenboden sorgt für mehr Stabilität, eine starke Körpermitte und Wohlbefinden im Alltag. In diesem Kurs lernen wir, den Beckenboden gezielt wahrzunehmen, zu aktivieren und nachhaltig zu stärken.

Durch abwechslungsreiche Übungen für Beckenboden, Bauch, Rücken und Haltung verbessern wir Kraft, Beweglichkeit und Körperbewusstsein.

Termin: ab Dienstag, 16.03.2027,
jeweils von 10:30 bis 11:30 Uhr

Kosten: 6 Einheiten für € 85,-

Anmeldung: telefonisch unter 0699 / 10 32 05 95

Leiterin: Kathrin Schimbäck, zertifizierte Yogalehrerin

Eltern, Entwicklung und Erziehung



Beikost mit Bauchgefühl - sanft, individuell und nährstoffreich

Jedes Baby is(s)t einzigartig!

In diesem Workshop erhältst du fundiertes Wissen darüber, wie du die Beikost individuell an die Bedürfnisse deines Kindes anpassen kannst – basierend auf echter Nahrung, moderner Wissenschaft und traditioneller Weisheit.

Du erfährst, wie ein bedürfnisorientierter Beikoststart gelingt – vom ersten Bissen bis hin zum gemeinsamen Essen am Familientisch. Dabei erhältst du verständliches Wissen rund um den Beikostbeginn, die Darmgesundheit, eine optimale Nährstoffversorgung sowie die wichtigsten Grundlagen für eine gesunde Entwicklung im ersten Lebensjahr.

Der Workshop schenkt dir Sicherheit, Orientierung und Vertrauen in eine Ernährung, die dein Kind nährt, stärkt und einen wertvollen Grundstein für Gesundheit und Wohlbefinden legt.

Termin: Montag, 14.09./ 23.11.2026
jeweils von 08:30 bis 10:00 Uhr

Kosten: € 35,- pro Termin (inkl. Unterlagen und Kostproben)

Anmeldung: unter 0676 / 637 00 54 und www.naturalbalance.at

Vortragende: Sarah Hammelmüller, BA
- Dipl. Ernährungsberaterin nach TCM,
Stoffwechseltypen und Magen-Darmgesundheit



Gesund groß werden – was Kinder wirklich nährt

Mit dem Übergang vom Baby- zum Kleinkindalter verändern sich die Bedürfnisse deines Kindes – und oft auch die Herausforderungen am Familientisch.

In diesem Workshop erfährst du, wie du dein Kind auch nach der Beikostzeit bedürfnisorientiert und nährstoffreich begleiten kannst. Basierend auf moderner Ernährungswissenschaft, traditioneller Weisheit und einer typgerechten Betrachtung lernst du, welche Lebensmittel Wachstum, Entwicklung und Wohlbefinden optimal unterstützen.

Wir beschäftigen uns mit den wichtigsten Nährstoffen im Kindesalter, der Bedeutung einer gesunden Darmflora sowie der praktischen Umsetzung einer ausgewogenen Familiernahrung. Das Ziel des Workshops: Mehr Gelassenheit im Familienalltag, mehr Freude am gemeinsamen Essen und eine Ernährung, die Kinder langfristig stärkt und gesund aufwachsen lässt.

Termin: Montag, 28.09./ 30.11.2026
jeweils von 08:30 bis 10:00 Uhr

Kosten: € 35,- pro Termin (inkl. Unterlagen, Rezepte und Kostproben)

Anmeldung: unter 0676 / 637 00 54 und www.naturalbalance.at

Vortragende: Sarah Hammelmüller, BA
- Dipl. Ernährungsberaterin nach TCM,
Stoffwechseltypen und Magen-Darmgesundheit



Tränen, Trotz und Zähneputzen - Natürliche Entwicklung von Babys und Kleinkindern verstehen und begleiten

Warum weint mein Kind beim Abschied? Weshalb wird Zähneputzen plötzlich zum täglichen Kampf? Und wie kann ich liebevoll Grenzen setzen, ohne ständig in Konflikte zu geraten?

In diesem Workshop werfen wir einen Blick auf die natürliche Entwicklung von Babys und Kleinkindern. Gemeinsam betrachten wir, welche Fähigkeiten Kinder in den ersten Lebensjahren entwickeln, welche Verhaltensweisen altersgerecht sind und wie Eltern ihre Kinder einfühlsam begleiten können. Anhand alltäglicher Situationen – wie Trennungsmomenten, Abwehr beim Zähneputzen, Wutanfällen oder dem Setzen von Grenzen – erhalten Sie praktische Anregungen und ein besseres Verständnis für die Bedürfnisse Ihres Kindes.

Freuen Sie sich auf alltagsnahe Impulse, fachliches Hintergrundwissen aus der Ergotherapie und Raum für Ihre Fragen. Denn viele Herausforderungen werden leichter, wenn wir verstehen, was hinter dem Verhalten unserer Kinder steckt.

Termin: Mittwoch, 14.10.2026
von 19:00 bis 20:30 Uhr

Kosten: € 7,-

Max. Anzahl: 5 Personen

Anmeldung: per SMS oder WhatsApp
unter 0650 / 411 06 85

Vortragende: Johanna Losbichler, Lisa Tempelmayr, Sonja Dorfmayr (Ergotherapeutinnen, Gemeinschaftspraxis Lichträume, Seitenstetten)



Grundkurs: Natürliche Empfängnisregelung – nach Prof. Dr. Rötzer

Lernen Sie die Natürliche Empfängnisregelung (NER) nach Dr. Rötzer kennen – eine wissenschaftlich fundierte Methode, die Ihnen hilft, Ihren Zyklus besser zu verstehen und bewusst mit Ihrem Körper umzugehen. Im Kurs lernen Sie die Grundlagen der Methode kennen und erfahren, wie Sie sie sicher und selbstständig im Alltag anwenden können.

NER bietet:

- Hormonfreie und natürliche Familienplanung
- Sehr hohe Verlässlichkeit
- In allen Lebenslagen anwendbar – auch bei unregelmäßigen Zyklen, in der Stillzeit oder im Schichtdienst
- Wissenschaftlich erforscht und entwickelt seit 1951
- Natürliche Unterstützung bei Kinderwunsch und Familienplanung
- Mehr Vertrauen in den eigenen Körper
- Stärkt die Beziehung

Für Frauen und Paare ab 16 Jahre.

Termin: Mittwoch, 21.10. von 19:00 bis 22:00 Uhr & 18.11./ 16.12.2026 jeweils von 19:00 bis 21:00 Uhr

Kosten: € 140,- pro Person
€ 160,- pro Paar
(inkl. Buch und Unterlagen)

Anmeldung: unter info@ekifaz.at bis 15.10.2026

Infos: unter 0664 / 866 86 99

Leiterin: Marlene Schausberger (MSc) & Isabella Huber



Stark mit Lernstörung – Ein Abend für Eltern

Viele Eltern kennen die Situation: Das Kind kämpft mit Lesen, Rechnen oder Konzentration, und im Alltag wird aus Lernen schnell ein Streitthema. An diesem Abend sprechen Daniela Kothmiller und Bettina Langenfelder, beide Autorinnen des Ratgebers „Stark mit Lernstörung“ darüber, was hinter Lernstörungen wie LRS, Dyskalkulie oder ADHS steckt und wie Eltern ihr Kind im Alltag wirklich unterstützen können.

Im Mittelpunkt stehen drei Fragen:

- Was bedeutet eine Lernstörung tatsächlich, und woran erkenne ich sie?
- Wie stärke ich mein Kind, ohne zusätzlichen Druck aufzubauen?
- Wie gelingen Lernen und Alltag ohne Tränen und Streit, egal ob in der Volksschule oder kurz vor der Matura?

Der Abend richtet sich an Eltern jeder Altersstufe, unabhängig davon, ob bereits eine Diagnose vorliegt. Es bleibt Zeit für Fragen und Austausch.

Termin: Montag, 23.11.2026
von 19:00 bis 20:30 Uhr

Kosten: € 7,-

Anmeldung: unter 0650 / 411 06 85

Vortragende: Daniela Kothmiller, BEd, MSc – Volks- und Sonderschullehrende, ehem. Sonderschuldirektorin, ehem. Diversitätsmanagerin, Hochschullehrende, HEI Institut

Mag.^a Bettina Langenfelder – Klinische- und Gesundheitspsychologin, Kinder-, Jugend- und Familienpsychologie, Hochschullehrende, ehem. Schulpsychologin, eigene Praxis zur Unterstützung von Familien



In der Regel... Ist es Mädchensache

Dich beschäftigen Fragen zum Thema „Menstruation“ und möchtest sie nicht in Anwesenheit anderer (Jungs) stellen oder es ist dir unangenehm darüber zu sprechen? Ich nehme mir in vertrauensvoller Umgebung mit allen interessierten Mädchen Zeit, um mehr darüber zu erfahren. Du kannst aktiv teilnehmen, oder still beobachten – es ist alles erlaubt!

Für Mädchen ab 9 Jahren (ohne Eltern)

Termin: Samstag, 13.02.2027
von 9:00 bis 11:00 Uhr

Kosten: € 15,-

Anmeldung: unter 0680 / 310 97 86

Vortragende: Andrea Ratzinger





Mutwerkstatt - Stark gegen Mobbing

Kommt dein Kind nach der Schule nach Hause und wird ausgelacht oder ausgeschlossen? Traut es sich nicht, seine Meinung zu sagen oder zieht es sich zurück und reagiert plötzlich wütend?

Im 5-wöchigen Intensiv-Begleitpaket lernt dein Kind (6-15 Jahre), sicher aufzutreten, klar zu sprechen und sich zu behaupten - mit konkreten Werkzeugen für den Alltag.

Das verändert sich:

- sagt klar „Nein“ und setzt Grenzen
- weiß, wie es auf Gemeinheiten reagiert
- fühlt sich sicherer im Schulalltag
- spricht klarer und selbstbewusster

So arbeiten wir:

- Übungen zu sicherem Auftreten & klarer Kommunikation
- Training mit echten Alltagssituationen
- sofort umsetzbare Strategien gegen Mobbing

Im Paket enthalten:

- 2x Eltern-Kind Gespräch
- 3x Einzeleinheiten
- Eltern-Workbook
- WhatsApp-Begleitung

Termin: nach telefonischer Vereinbarung

Kosten: € 480,-

Erstgespräch: unter 0660 / 590 37 90

Leiterin: Kerstin Williams, BA

Dieses Angebot stellt keine therapeutische oder psychologische Behandlung dar.

Familienzeit & Gemeinschaft



Kinderartikel-Flohmarkt

Jeder kann mitmachen (außer gewerbliche Anbieter), alles kann angeboten werden, Kinder sind herzlich willkommen.

Wer vom Schauen und Feilschen hungrig geworden ist, kann sich an unserem Stand mit leckerem Kuchen und Kaffee stärken, für ganz hungrige auch Wurst- und Käsesemmeln.

NEU: Wer Sachen abzugeben hat und sie nicht selber verkaufen mag, kann sie gerne dem EKIFAZ spenden - wir werden zugunsten unseres Verein einen eigenen Verkaufsstand einrichten.

Spendenannahme: Mittwoch, 30. September, und Donnerstag, 1. Oktober, jeweils von 14:00 bis 18:00 Uhr in der Jubiläumsstraße 4.

Termin: Freitag, 02.10.2026
von 15:00 bis 18:00 Uhr

Ort: Mostviertelhalle, Sportplatzstraße 4,
3350 Haag

Kosten für Aussteller: Stand-/Tischgebühr
€ 10,--

Anmeldung: per SMS oder WhatsApp
unter 0650 / 411 06 85

Ansprechpartnerin: Veronika Ratzberger

Unterstützende und helfende Hände (Aufstellen der Tische, Verkauf von Kaffee und Kuchen, aufräumen nach dem Flohmarkt, Verkäufer für das EKIFAZ, ...) sind uns immer willkommen. Wenn du dich gerne ehrenamtlich engagieren möchtest, sind wir sehr dankbar. Nur wenn wir zusammenhelfen, kann der EKIFAZ-Flohmarkt auch weiterhin fixer Bestandteil unseres Programmes sein.

Bitte melde dich bei uns (EKIFAZ Telefon)!
Wir brauchen dich! Wir freuen uns auf deine Mithilfe!



Weihnachtsfotoshooting

Wenn der Duft von frischen Keksen in der Luft liegt, kleine Hände voller Staunen sind und das Herz ein bisschen leiser und wärmer schlägt – dann wissen wir: Die Weihnachtszeit ist da!

Und genau diese Augenblicke wollen wir festhalten. Für euch selber, zum Verschenken oder einfach als kleine Zeitkapsel, die euch noch Jahre später das Gefühl zurückbringt – von leuchtenden Augen, Nähe und Liebe.

im Paket enthalten:

- 10 min Fotoshooting
- Auswahlgalerie innerhalb von 10 Tagen
- 3 digitale Fotos inklusive

Termin: Sonntag, 08.11.2026
von 09:00 bis 14:00 Uhr

Kosten: ab € 42,-

Anmeldung: ab 01.10.2026 unter
www.christinar.at/ekifaz

Fotograf: Christina Rittmannsperger



Spielenachmittag für die ganze Familie

Herzliche Einladung zum Spielenachmittag für die ganze Familie.

Für viele Spiele braucht es mehrere Personen: nimm Mama und Papa, deine Geschwister, Freunde und natürlich deine Lieblingsspiele mit. So kann jeder mit anderen Familien Schnapsen, Lotti-Karotti, Zicke-Zacke-Hühnerkacke, Carcassonne, Die Siedler von Catan, DKT,uvm. ausprobieren.

Für die kleineren Kinder gibt es ein Bällebad, eine kleine Bewegungslandschaft, einen Bastel- und Maltisch, Klicksi, KAPLA-Steine, ...

Gerne kannst du einen Kuchen oder Kekse mitbringen!

Termin: Sonntag, 17.01.2027
von 14:00 bis 17:00 Uhr

Anmeldung: per SMS oder WhatsApp
unter 0650 / 411 06 85

Ansprechpartnerin: Veronika Ratzberger



Religion & Gemeinschaft



Familienmesse in der Pfarrkirche

Unterschiedliche kreative Teams gestalten die Messen inhaltlich und musikalisch. Jede und jeder ist willkommen, die Gottesdienste aktiv mitzugestalten.

Der Kirchen-Michl heißt alle Gläubigen an der Kirchentür willkommen. Er will alles verstehen und stellt daher Fragen zu Lesung und Evangelium. Er singt mit den Kindern das Vater Unser rund um den Altar, welches mit Bewegungen begleitet wird.

Termin: : jeden 2. Sonntag im Monat, um 9:45 Uhr (von September bis Juni)

Ort: in der Stadtpfarrkirche Haag

Interesse am Mitgestalten:
bitte beim Kinderliturgieteam melden



Sonntags-Festkreis

Religion für alle Sinne: Wir wollen mit euch durch das Kirchenjahr gehen.

Dazu treffen wir uns ca. 1 x im Monat für eine Stunde, um mit allen Sinnen Gott (be)greifbar zu machen: schmecken, hören, riechen, spüren und tasten. Dazu singen wir kindgerechte Lieder und hören Geschichten/Erzählungen über Gott und die Welt.

So wollen wir verstehen, was wir feiern und mit dem Herzen dabei sein!

Termine:

Erntedank	27.09.2026
Allerheiligen/Allerseelen	25.10.2026
Advent	22.11.2026
Fasching	24.01.2027
Fastenzeit	28.02.2027
Ostern	04.04.2027
Pfingsten	23.05.2027
Ferien	27.06.2027

Preisbox	Einzelpreis	8er Block	8er Block für EKIFAZ Mitglieder
1. Kind/Fam.	€ 8,00	€ 60,00	€ 50,00
2. Kind/Fam.	€ 6,00	€ 40,00	€ 30,00
ab 3. Kind/Fam.	gratis	gratis	gratis

Termin: : 1x im Monat, von 10:00 bis 11:00 Uhr

Ort: im Ekifaz

Kosten: siehe Preisbox

Anmeldung: per SMS oder WhatsApp unter 0650 / 411 06 85

Leitung: Sara Etzelsdorfer, Veronika und Martin Ratzberger

Unser Team



Auf Facebook und Instagram informieren wir euch regelmäßig über unsere Veranstaltungen und veröffentlichen aktuelle Termine sowie wichtige Hinweise. Folgt uns gerne, um immer auf dem Laufenden zu bleiben!



ekifaz



EKIFAZ Eltern-Kind-Zentrum

Weitere Infos findet ihr auf unserer Website www.ekifaz.at

Unsere Sponsoren



© 2026

Fotos Team: Thomas Ramel

Fotos Programmheft: Pixabay (<https://pixabay.com>)

ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN!