

2025 Frühjahrs Programm JÄNNER - JUNI



Öffnungszeiten offener Treff

ELKI Ahrntal
DI + DO 9 - 11 Uhr
MI 15 - 17 Uhr
 (in den Wintermonaten)
 Steinhaus
 Maria Hilf 7
 visavis Vereinssaal



unsere Ferien:
Weihnachten: bis 06.01.2025
Fasching: 01. - 09.03.2025
Ostern: 17. - 22.04.2025
25.04.2025
01. - 04.05.2025
02.06.2025 + 09.06.2025

Papatreff's in Steinhaus:
 die genauen Termine werden in den sozialen Medien usw. bekannt gegeben
 jeweils von **09 - 11 Uhr**

ELKI Sand in Taufers
MO 9 - 11 Uhr
DO 14.45 - 17 Uhr
 Sand in Taufers
 Hugo von Taufers-Str. 5
 UG Tubriszentrum



Einmal pro Monat

Doula-Sprechstunde

Du bist schwanger und suchst nach einer Vertrauensperson mit der du über alles sprechen kannst? Du hast Zweifel oder fürchtest dich vor der Geburt? Oder du bist überwältigt von der Geburt, der großen körperlichen Umstellung und deiner neuen Rolle als Mutter? Als Doula stehe ich dir gern zur Seite! Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung, Stillberatung, Babypflege, Beikost uvm. erwarten dich.

Zielgruppe: Schwangere und Mütter | **Wo?** Elki Ahrntal, Grundschule Steinhaus | **Wer?** Simone Kirchler, Doula, Stillberaterin, Gesundheitspraktikerin für Sexualkultur, Ahrntal | **Kosten:** 15,00 € pro Beratung | **Anmeldung:** Simone Kirchler 349 3403566



Geburtstagsfeiern im Elki

Geburtstag feiert man nur einmal im Jahr... Im Elki können die Kinder mit ihren Freunden eine richtige Geburtstagsparty schmeißen.

Kosten für ELKI Mitglieder:
 20,00 Euro pro Feier

Reservierung:
 Tel. 377 5995436



Storchenverleih

Verleih von unserem Elki Storch

Kosten für 14 Tage Verleih:
10,00 € für Mitglieder
20,00 € für Nichtmitglieder
 jede weitere Woche **5,00 €**

Kautions **20,00 €**



Informationen bzw. Buchungen:
 Tel. 377 5995436

ELKI was ist das? ???

Das Eltern-Kind-Zentrum (ELKI) versteht sich als Treffpunkt für Eltern, Alleinerziehende, Großeltern und alle Interessierten mit ihren Kindern vom Baby- bis zum Schulkindalter.

Während die Kinder spielen, können die Erwachsenen in lockerer Atmosphäre Erfahrungen austauschen und neue Kontakte knüpfen. Kinder bekommen die Gelegenheit sich mit anderen Kindern zu treffen und an Gruppenerlebnissen teilzuhaben.

Der offene Treff kann unverbindlich von Jedem besucht werden. Bevor eine Mitgliedschaft abgeschlossen wird, sind ein oder zwei Schnuppertreffs möglich.



Neben den wöchentlichen Öffnungszeiten bietet das ELKI auch verschiedene Veranstaltungen und Kurse an, die das Leben junger Familien bereichern und erleichtern sollen. Jegliche Veranstaltungen sind nur für Mitglieder möglich.

Wir freuen uns über jedes neue Mitglied. Der jährliche Mitgliedsbeitrag beträgt 20,00 € und gilt für die ganze Familie. Dadurch ist jedes Mitglied versichert.



Für alle Kurse und Veranstaltungen ist die ELKI - Mitgliedschaft erforderlich!

NEU: Anmeldungen jeweils 14 Tage bzw. nach Veröffentlichung über das **Anmeldeportal**
<https://thomas.elki.bz.it/login>

Login Daten werden nach Abschluss der Mitgliedschaft via Mail verschickt.

AB MO 20.01.2025 - BOULDERN - 4 EINHEITEN

Bouldern ist das Klettern ohne Kletterseil und Klettergurt an Felsblöcken, Felswänden oder an künstlichen Kletterwänden bis zur Absprunghöhe. Absprunghöhe ist jene Höhe, aus der noch ohne wesentliches Verletzungsrisiko von der Wand zum Boden abgesprungen werden kann, meist nicht höher als vier Meter. Matthias zeigt den Kindern wie das Bouldern funktioniert und gibt ihnen wichtige Tipps und Tricks.

Zielgruppe: Grundschul Kinder im Alter von 6 - 8 Jahren | **Wann?** 4 Einheiten, MO 20., 27.01. + 03., 10.02.2025 - 16.00 - 17.15 Uhr | **Wo?** AVS Boulderhalle Sand in Taufers | **Wer?** Matthias Oberhuber | **Kosten:** 35,00 € pro Kind | **Mitzubringen:** weiche, angenehme Kleidung und eine Trinkflasche

AB DI 21.01.2025 - MUSIKBÄRCHEN MIT INGEBORG ZINGERLE - 4 EINHEITEN (WÄHLBAR EINZELEINHEIT ODER ALLE 4 EINHEITEN)

Lustige, pfiffige Lieder erwarten uns bei Ingeborg und dem Musikbären. Wir lernen rhythmische Reime zum Nachsprechen und singen unsere Lieblingslieder. Gemeinsam staunen wir was alles zu Musikinstrumenten gemacht werden kann.

Zielgruppe: Kleinkinder bis zum Kindergartenalter in Begleitung eines Erwachsenen | **Wann?** 21.01.2025 - Steinhaus/Ahrntal - 11.02.2025 - Sand in Taufers - 18.03.2025 - Steinhaus/Ahrntal - 15.04.2025 - Sand in Taufers - 09.00 - 09.50 Uhr | **Wo?** Bibliothek Steinhaus oder Untergeschoss Tubriszentrum Sand in Taufers - **Wer?** Ingeborg Zingerle - **Kosten:** freiwillige Spende | **Mitzubringen:** Freude am gemeinsamen Singen und Spielen und eine Trinkflasche

AB DO 30.01.2025 - KINDERTANZ – „LITTLE DANCING STARS“ – 5 EINHEITEN

Beim Kindertanz erlernen Kinder spielerisch Bewegungsformen zu verschiedenen Rhythmen und Musikrichtungen. Dabei wird das Bewusstsein für den Umgang mit dem eigenen Körper, Bewegungen und Rhythmus geschult.

Zielgruppe: Kinder von 4 - 6 Jahren | **Wann?** 5 Einheiten, DO 30.01., 06., 13., 20. + 27.02.2025 - 15.00 - 16.00 Uhr | **Wo?** Mensa Mittelschule St. Johann | **Wer?** Sandra Carboni | **Kosten:** 35,00 € pro Kind | **Mitzubringen:** Trinkflasche und Hallenturnschuhe

AB DO 30.01.2025 - BABYSCHWIMMEN – FRÜH ÜBT SICH! - 5 EINHEITEN

Babyschwimmen ist eine wundervolle Möglichkeit, die Bindung zwischen Eltern und Kind zu stärken und gleichzeitig die Entwicklung des Babys auf spielerische Weise zu fördern. Das Wasser ist für Babys ein vertrauter Ort, den sie aus dem Mutterleib bereits kennen. Euch erwarten erste Erfahrungen im Wasser, sanfte Bewegungsübungen und Spritzspiele.

Zielgruppe: Kinder im Alter von 4 - 15 Monate in Begleitung eines Erwachsenen | **Wann?** 5 Einheiten, DO 30.01., 06., 13., 20., 27.02.2025 - 09.00 - 10.00 Uhr | **Wo?** Hotel Adler, St. Johann | **Wer?** Dagmar Thaler | **Kosten:** 40,00 € pro Eltern-Kind Paar zzgl. Schwimmbadeintritt 50,00 € | **Mitzubringen:** Schwimmwindel für Babys und Schwimmsachen

FR 31.01.2025 - VORTRAG MIT MARIA LOBIS ZUM THEMA: NATÜRLICHE HAUSAPOTHEKE FÜR ALLE WEHWEHCHEN IM FAMILIENALLTAG (WUNDEN, STICHE, VERBRENNUNGEN, SCHMERZEN, ÜBELKEIT, LÄUSE ETC..)

Was sind die häufigsten Wehwehchen und Beschwerden im Familienalltag und wie kann ich diese natürlich begleiten? Wir lernen die natürliche Behandlung von Schürfwunden, einem angestoßenen Kopf, Insektenstichen, Verbrennungen, Bauch- oder Kopfschmerzen, sowie generelle Schmerzen bei Babys und Kindern. Diese und einige andere tägliche Situationen mit Babys und Kleinkindern erfordern oft ein SCHNELLES UND SICHERES Reagieren und Versorgen. Als Mutter von vier Kindern im Alter zwischen zwei und 12 Jahren und ausgebildete Naturheilkundlerin im Bereich Homöopathie, Aromatherapie und Wickel, TCM (traditionelle chinesische Medizin) und ganzheitliche Gesundheit gibt uns Maria Lobis ihr wertvolles Wissen weiter, um die wichtigsten natürlichen Helferchen zu Hause zu haben und möglichst ruhig und sicher zu reagieren.

Unterlagen werden per E-Mail verschickt

Zielgruppe: interessierte Eltern | **Wann?** FR 31.01.2025 - 09.30 - 12.00 Uhr | **Wo?** Elki Räumlichkeiten, bei der Grundschule in Steinhaus | **Wer?** Maria Lobis | **Kosten:** freiwillige Spende

MO 03.02.2025 - SCHNIPP SCHNAPP HAARE AB

Beim außerordentlichen offenen Treff besucht uns Friseurin Lissy Leiter. Die Kinder können sich im Elki ganz entspannt und ohne große Aufregung die Haare schneiden lassen.

Zielgruppe: Kinder im Alter von 1-7 Jahren mit ihren Mamis | **Wann?** Mo 03.02.2025 - 15.00 - 17.00 Uhr | **Wo?** Elki Räumlichkeiten, bei der Grundschule in Steinhaus | **Wer?** Lissy Leiter - Frisörin | **Kosten:** 9,00 € pro Kind

AB 03.03.2025 - SCHWIMMKURS FÜR ANFÄNGER – SPASS UND SICHERHEIT IM WASSER! 5 EINHEITEN

Unser Schwimmkurs für Kinder bietet eine abwechslungsreiche, spielerische und sichere Einführung in die Welt des Schwimmens.

Zielgruppe: Kinder ab 4 Jahre | **Wann?** 5 Einheiten, MO - FR 03. - 07.03.2025 - 09.00 - 10.30 Uhr | **Wo?** Hotel Fronza, Luttach | **Wer?** Dagmar Thaler | **Kosten:** 80,00 € pro Kind zzgl. Schwimmbadeintritt 40,00 € | **Mitzubringen:** Schwimmsachen + Schwimmbrille ohne Nase

DI 04.03.2025 - FASCHINGSFEIER

Ein verrückter Faschingsdienstag... Bist du bereit für eine bunte und fröhliche Faschingsparty? Wenn auch du Freude am Verkleiden hast, bist du bei unserer Faschingsfeier genau richtig! Für Groß und Klein, wir laden alle herzlich ein! 🎉

Zielgruppe: Kinder bis 7 Jahren | **Wann?** DI 04.03.2025 - 14.30 - 17.00 Uhr | **Wo?** Vereinsaal Steinhaus | **Kosten:** freiwillige Spende

AB MI 12.03.2025 - KINDERYOGA MIT RUTH - 4 EINHEITEN

Wir haben ein «Ohmmmm» für Kids! So geht Kinderyoga - brüllen wie ein Löwe, mit dem Schwanz wedeln wie ein Hund oder einen Buckel machen wie die Katze. Kinderyoga ist fantasievoll und tut dem Körper und der Seele gut. Auf geht's zur Fantasiereise mit Ruth.

Zielgruppe: Kindergartenkinder im Alter von 3-6 Jahren | **Wann?** 4 Einheiten, MI 12., 19., 26.03.2025 und 02.04.2025 - 15.30 - 16.30 Uhr | **Wo?** Elki Räumlichkeiten, Untergeschoss Tubriszentrum Sand in Taufers | **Wer?** Ruth Leimegger - Kinderyoga Trainerin | **Kosten:** 25,00 € pro Kind | **Mitzubringen:** weiche angenehme Kleidung, eine Matte oder Decke und eine Trinkflasche

AB DO 13.03.2025 - ELTERN-KIND-TURNEN - 5 EINHEITEN

Beim Eltern-Kind-Turnen wird getanzt, gekrabbelt, gespielt und geturnt. Im Vordergrund steht die Freude an der Bewegung und das Ausprobieren neuer Herausforderungen für Gleichgewicht, Koordination und Geschicklichkeit. Gemeinsam mit den Eltern und anderen Kindern macht das Turnen noch mehr Spaß!

Zielgruppe: Eltern/Großeltern mit ihren Kindern zwischen 2 - 3 Jahren | **Wann?** 5 Einheiten - DO 13., 20., 27.03. + 03., 10.04.2025 - 09.00 - 10.00 Uhr | **Wo?** Heinrich-Forer-Saal im Widum (Pfarre Taufers) | **Wer?** Christiane Willeit | **Kosten:** 50,00 € pro Eltern-Kind-Paar | **Mitzubringen:** weiche, angenehme Kleidung, Rutschsocken oder saubere Hallenturnschuhe und Trinkflasche

AB FR 14.03.2025 - KLEINKINDERTURNEN – 4 EINHEITEN

Kinderturnen fördert vielseitig alle wichtigen motorischen Grundfertigkeiten und –fähigkeiten wie laufen, springen, werfen, schwingen, hangeln, rollen und drehen. Spielerisch werden Koordination, Grobmotorik und Bewegungsabläufe trainiert. Dabei orientiert sich das Kinderturnen an den Bedürfnissen und Fähigkeiten der Kinder. Spiel und Spaß stehen im Vordergrund und ermöglicht den Kindern sich so richtig auszutoben.

Zielgruppe: Kindergartenkinder zwischen 4 und 6 Jahren | **Wann?** 4 Einheiten, FR 14., 21., 28.03. + 04.04.2025 - 14.30 - 15.30 Uhr | **Wo?** Turnhalle der Grundschule St. Johann | **Wer?** Sandra Niederkofler | **Kosten:** 25,00 € pro Kind | **Mitzubringen:** Trinkflasche und Rutschsocken oder saubere Hallenturnschuhe

AB FR 14.03.2025 - ELTERN-KIND-TURNEN – 4 EINHEITEN

Mit Matten, Bänken und verschiedenen Alltagsmaterialien lernen unsere Kleinsten sich spielerisch in einer Gruppe zu bewegen. Es wird getanzt, gekrabbelt, gespielt und geturnt. Hier machen Klein und Groß gemeinsame Sache! Im Vordergrund steht der Spaß an der Bewegung und das Ausprobieren neuer Herausforderungen gemeinsam mit den Eltern und gleichaltrigen Kindern.

Zielgruppe: Eltern/Großeltern mit ihren Kindern zwischen 1 ½ - 3 Jahren | **Wann?** 4 Einheiten, FR 14., 21., 28.03. + 04.04.2025 - 15.30 - 16.30 Uhr | **Wo?** Turnhalle der Grundschule St. Johann | **Wer?** Sandra Niederkofler | **Kosten:** 35,00 € pro Eltern-Kind-Paar | **Mitzubringen:** Trinkflasche und Rutschsocken oder saubere Hallenturnschuhe

SA 29.03.2025 - PAPATAG: SCHNEEERLEBNIS AM KLAUSBERG

Wer hat noch nicht davon geträumt, einmal in einer richtigen Schneekatze zu sitzen? Dieser Papatag macht es möglich! Matthias erzählt und zeigt uns alles über die Schneekatzen, Motorschlitten und Schneekanonen. Der Höhepunkt wird eine kurze Rundfahrt mit dem Klaus-Express.

Zielgruppe: Kinder mit ihren Papas | **Wann?** SA 29.03.2025 - Treffpunkt um 14.00 Uhr bei den Kassen | **Wo?** Skigebiet Klausberg beim Einstieg / Talstation der Skiarena Klausberg | **Wer?** Matthias Hofer mit Arbeitskollegen | **Gebühr:** freiwillige Spende

SA 12.04.2025 - FRISURFLECHTKURS FÜR MAMIS UND PAPIS MIT IHREN GIRLS

Leah zeigt uns einfache Flechtfrisuren und gibt wertvolle Tipps und Tricks wie solche sicher gelingen. Sowohl im Alltag als auch zu festlichen Anlässen sind Flechtfrisuren etwas ganz besonderes.

Zielgruppe: Mädchen ab 4 Jahren mit Begleitperson | **Wann?** SA 12.04.2025, um 14.00 Uhr | **Wo?** Elki Räumlichkeiten, bei der Grundschule in Steinhaus | **Wer?** Leah Maria Hofer | **Kosten:** freiwillige Spende

MI 16.04.2025 - ERSTE-HILFE-KURS: „LEBENSRETTENDE SOFORTMASSNAHMEN“

Akute Gefahren für Säuglinge bzw. Kinder zu erkennen und in Notfall Erste Hilfe zu leisten – all dies lernen wir bei dieser Weiterbildung! Zudem werden wir verschiedene Krankheitsbilder bei Kindern und die entsprechenden Maßnahmen dazu kennenlernen. Auch praktische Übungen der lebensrettenden Sofortmaßnahmen stehen auf dem Programm.

Zielgruppe: Eltern von Säuglingen oder Kleinkindern | **Wann?** MI 16.04.2025 - 18.00 - 22.00 Uhr | **Wo?** Bürgersaal Sand in Taufers | **Wer?** Mitarbeiter des Weißen Kreuzes | **Kosten:** 45,00 €

MO 05.05.2025 - SCHNIPP SCHNAPP HAARE AB

Beim außerordentlichen offenen Treff besucht uns Friseurin Lissy Leiter. Die Kinder können sich im Elki ganz entspannt und ohne große Aufregung die Haare schneiden lassen.

Zielgruppe: Kinder im Alter von 1-7 Jahren mit ihren Mamis | **Wann?** Mo 05.05.2025 - 15.00 - 17.00 Uhr | **Wo?** Elki Räumlichkeiten, bei der Grundschule in Steinhaus | **Wer?** Lissy Leiter - Frisörin | **Kosten:** 9,00 € pro Kind

AB FR 09.05.2025 - TRAINING MIT AARON FÜR KINDER ZWISCHEN 6 - 8 JAHRE (6 EINHEITEN)

In diesem Kurs steht die Freude an der Bewegung im Mittelpunkt! Spielerisch trainieren wir Gleichgewicht, Koordination, Reaktionsfähigkeit und Schnelligkeit. Durch abwechslungsreiche Übungen und Spiele werden Motorik und Körpergefühl gefördert - und der Spaß kommt dabei garantiert nicht zu kurz. Perfekt für alle Kinder, die sich gerne bewegen und Neues ausprobieren wollen!

Zielgruppe: Kinder im Alter von 6 - 8 Jahren | **Wann?** 6 Einheiten, FR 09., 16., 23., 30.05., 06. + 13.06.2025 - 14.30 - 15.30 Uhr | **Wo?** Turnhalle Schulzentrum Sand in Taufers | **Wer?** Aaron Leimgruber - Fitnesstrainer | **Kosten:** 60,00 € Kind

SA 24.05.2025 - PAPATAG BEIM BAGGERUNTERNEHMEN WEGER JOSEF

Dieser Papatag ist etwas für unsere Baggerfreunde. Uns werden die großen Maschinen erklärt, die gemeinsam mit den Papas entdeckt werden und wir sind uns sicher, dass so manches Kinder- und Papaherz an diesem Nachmittag höherschlagen wird.

Zielgruppe: Kinder zwischen 2 und 7 Jahren mit ihren Papas | **Wann?** SA 24.05.2025 - Start 14.00 Uhr | **Wo?** Baggerunternehmen Weger Josef in St. Jakob | **Wer?** Weger Josef mit Arbeitskollegen | **Kosten:** freiwillige Spende

WORKSHOP ZYKLUS

Dieser Workshop richtet sich an erwachsene Frauen, die die unterschiedlichen Qualitäten ihrer Zyklusphasen kennenlernen und in den Alltag integrieren wollen. Wir Frauen leben als zyklische Wesen in einer linearen Welt, in der es häufig nur darum geht zu funktionieren und das Beste jeden Tag auf gleichem Niveau zu geben. Doch vielleicht konntest du schon selbst an dir beobachten, dass du in bestimmten Phasen vor Energie und Lebensfreude sprühst und in anderen Phasen eher nach innen gekehrt bist und dir und deiner Umwelt kritisch gegenüberstehst? Die Ursache dafür liegt in deinem Zyklus und deinen Hormonen. Der Menstruationszyklus ist nämlich mehr als nur deine Periode. Im Abstand von zirka einem Monat durchläuft dein Körper unterschiedliche hormonelle Phasen, die nicht nur Veränderungen in deinem Körper, sondern auch Veränderungen in deiner Psyche mit sich bringen. Wenn du im Einklang mit deinem Zyklus lebst, wirst du viele innere Blockaden loslassen und mehr Verständnis für dich und deine Umwelt empfinden:

Inhalt des Workshops:

- Die Periode, die Gesellschaft und du.
- Die 4 Zyklusphasen und wie du ihre Qualitäten für dich nutzen kannst
- Kreatives Gestalten
- Yoga & Meditation bei Menstruationsbeschwerden.

Zielgruppe: interessierte Mütter, Frauen | **Wann?** genaue Infos folgen noch | **Wo?** genaue Infos folgen noch | **Wer?** Melanie Boschetti | **Kosten:** 40,00 €

LESUNG – DIE KLEINE SPINNE AGNES MACHT URLAUB

Josef Oberhollenzer hat die Buchreihe "Die kleine Spinne Agnes" verfasst. In einer Lesung wird er unseren Kindern dieses Buch vorstellen. Wir sind gespannt auf diese tolle Geschichte.

Zielgruppe: Eltern/Großeltern mit ihren Kindern zwischen 3 - 6 Jahren | **Wann?** genaue Infos folgen noch | **Wo?** Elki Sand in Taufers - Untergeschoss Tubriszentrum | **Wer?** Josef Oberhollenzer | Autor | **Kosten:** freiwillige Spende

PAPATAG IM REITSTALL

"Das Glück dieser Erde liegt auf dem Rücken der Perde"... ob das wohl so stimmt? Seht selbst... wir besuchen den Reitstall und kommen den Pferden und den alltäglichen Arbeiten ganz nah...

Zielgruppe: Kinder im Alter von 2-7 Jahren mit ihren Papis | **Wann?** an einem Freitag Anfang Mai - 14.00 Uhr | **Wo?** Reithof Uhle in Sand in Taufers | **Wer?** Arthur Oberhollenzer und Mitarbeiter des Reitstalles | **Kosten:** Freiwillige Spende

SA 21.06.2025 - MIT KIND, BUCH UND GITARRE

Gemeinsamer Spaziergang mit Kleinkindern, ihren Geschwistern und Begleitpersonen. Wir lesen zwischen Grashalmen und Baumstämmen und erleben spannende Geschichten im Buchstabenwald.

Zielgruppe: Kleinkinder bis zum Grundschulalter in Begleitung eines Erwachsenen | **Wann?** SA 21.06.2025 - Zeit wird noch mitgeteilt | **Wo?** Sand in Taufers | **Wer?** Ingeborg Zingerle | **Kosten:** freiwillige Spende | **Mitzubringen:** dem Wetter angepasste Kleidung, Sitzunterlage für die ganze Familie, kleine Jause und Wasser zum Trinken

Wer den Kursbeitrag (ab min. 10,00 €) überweisen möchte hier der IBAN: IT95Y060455906000005000558.

Nicht-Teilnahme oder Kursabsage

Falls jemand nicht am Kurs teilnehmen kann, bitten wir, sich bis fünf Tage vor Kursbeginn abzumelden; nur dann können wir dir nach Abzug einer Stornogebühr von Euro 20,00 den Kursbeitrag rückerstatten. Die Rückerstattung von Kursbeiträgen für nur z.T. wahrgenommene Kurseinheiten ist nicht möglich. Bei zu geringer Teilnehmerzahl behält sich das Elki vor, den Kurs abzusagen. In diesem Fall werden die bereits eingezahlten Gebühren zur Gänze zurückerstattet.