



OÖ FAMILIENBUND
Familienbundzentrum Gramastetten



Programm
Frühling/Sommer
2024

FAM Folge-Nr.1066, Ausgabe: Februar 2024 | Erscheinungsort Linz, Verlagspostamt 4020 Linz, Österreichische Post AG / Sponsoringpost, SP 02Z032550 N, FN 490633w

Familienbundzentrum Gramastetten
Linzerstraße 10, 4201 Gramastetten
0664 / 85 24 350
fbz.gramastetten@ooe.familienbund.at
www.ooe.familienbund.at/gramastetten



Betreuung | Bildung | Beratung | Begegnung



Mag. Thomas Stelzer
Landeshauptmann



Mag. Martin Hajart
Landesobmann OÖ Familienbund



Manuela Katzmaier
Leiterin FBZ Gramastetten

Liebe Eltern,

die Tage werden wieder länger und nicht nur die Jüngsten freuen sich über das Erwachen der Natur. Passend dazu finden Sie in unserem Frühling-Sommer-Programm viele tolle Veranstaltungen zum Thema: Umwelt erleben und Nachhaltigkeit leben. Darüber hinaus bieten wir ein vielseitiges Programm für Groß und Klein. Die Bandbreite reicht dabei von Schwangerschaftsyoga, Babyschwimmen, Spielgruppen und Erziehungs-Vorträgen über Bewegungskurse für 60+, Mentaltraining und Kreativ-Workshops bis hin zu Festen und Events für die ganze Familie.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen wertvolle Familienzeit, hochwertige Bildungszeit und positive Freizeit in unserem Familienbundzentrum.

Impressum:

Offenlegung gemäß §24 Mediengesetz:

Medieninhaber: Familienbund Oberösterreich GmbH, Hauptstraße 83-85, 4040 Linz, www.ooe.familienbund.at;

Redaktion: Familienbundzentrum Gramastetten, Linzerstraße 10, 4201 Gramastetten,
Tel.: 0664/8524350

Hersteller: Druckerei Haider Manuel e.U.

Herstellungsort: 4274 Schönau i.M:

Hinweis: Druckfehler und Programmänderungen vorbehalten.

Mit der Anmeldung bzw. Teilnahme an unseren Veranstaltungen akzeptieren Sie die **allgemeinen Geschäftsbedingungen** der Familienbund Oberösterreich GmbH. Diese finden Sie auf www.ooe.familienbund.at zum Download.

Es gelten die **Datenschutzbestimmungen** laut Datenschutzgrundverordnung (DSGVO). Informationen dazu finden Sie unter www.ooe.familienbund.at/datenschutz-kurs-buchen.



OÖ FAMILIENBUND

Familienbundzentrum Gramastetten

Herzlich Willkommen im Familienbundzentrum Gramastetten!

Kontakt:

Familienbundzentrum Gramastetten
Linzerstraße 10, 4201 Gramastetten

0664 / 85 24 350

fbz.gramastetten@ooe.familienbund.at

www.ooe.familienbund.at/gramastetten



Kontakt:

Außenstelle Pöstlingberg
Hohe Straße 190, 4040 Linz

0664 / 85 24 350

fbz.gramastetten@ooe.familienbund.at

www.ooe.familienbund.at/gramastetten



Bürozeiten:

Montag - Donnerstag: 8.00 - 12.00 Uhr oder nach Vereinbarung

An allen staatlichen und kirchlichen Feiertagen ist unser Zentrum geschlossen.

Bankverbindung:

Hypo Bank: IBAN: AT89 5400 0009 0371 3626, BIC: OBLAAT2L

Anmerkungen:

Veranstaltung im Zuge unseres Nachhaltigkeits-Schwerpunktes „**Natürlich Familie**“.

Mit * gekennzeichnete Preise beinhalten die Vergünstigung für **Familienbund-Mitglieder**.

Auf mit **EBG** gekennzeichnete Veranstaltungen sind **Elternbildungsgutscheine** einlösbar.



Vielen Dank für die Unterstützung!

 Bundeskanzleramt



Familie



Wir schaffen
mehr Wert.



Kinderschutz



PROGRAMM Frühling/Sommer 2024

Anmeldungen unter fbz.gramastetten@ooe.familienbund.at,
0664/852 43 50 oder www.ooe.familienbund.at/gramastetten



© New Africa/Shutterstock

Angebote für Schwangerschaft & Geburt

Mit unseren abwechslungsreichen Kursen möchten wir Sie in der Schwangerschaft unterstützen und Sie gut auf die Geburt sowie die Zeit danach vorbereiten.

Titel	Datum	Uhrzeit	Leitung	Kosten
Schwangerschafts-Yoga	Mi: 15.5. (6x)	18:30 - 19:30	Lena Lilith Schweiger	€ 72*/€ 75
Rückbildungsgymnastik	Di: 9.4. (6x)	19:00 - 20:00	Kerstin Siemens	€ 95*/€ 99
Mama-Baby-Yoga	Di: 30.4. (4x)	10:45 - 11:45	Sarah Zauner	€ 75*/€ 78



© Oksana Kuzmina/Shutterstock

Angebote für Babys & Kleinkinder (0-3 Jahre)

Entdecken Sie mit Ihren Kleinen die Welt, freuen Sie sich auf ein vielfältiges Programm und lernen Sie in entspannter Atmosphäre andere Familien kennen.

Titel	Alter	Datum	Uhrzeit	Leitung	Kosten
Eltern-Mutterberatung mit psychologischer Beratung	0 - 4 Jahre	Mo: 11.3., 8.4., 13.5., 10.6., 8.7., 12.8.	14:00 - 16:00	Kinder- und Jugendhilfe OÖ	kostenlos
Babyaktiv / Babymassage EBG	2 Wochen - 9 Monate	Do: 11.4., 18.4., 16.5. (3x)	9:00 - 10:00	Sandra Durstberger	€ 47*/ € 51
Baby Shiatsu EBG	6 Wochen - 6 Monate	Di: 30.4. (4x)	9:30 - 10:30	Sarah Zauner	€ 75*/ € 78
Eltern-Baby-Bewegungsgruppe EBG	12 - 36 Monate	Mo: 4.3. (7x) Mo: 6.5. (7x)	16:30 - 17:30	Brigitte Göttinger, Ivana Randl	€ 45*/ € 48

Ort: Turnsaal der MS Gramastetten

Titel	Alter	Datum	Uhrzeit	Leitung	Kosten
Eltern-Baby-Gruppe	4 - 12 Monate	Di: 12.3. (7x) Di: 7.5. (7x)	9:30 - 10:30	FBZ Gramastetten	€ 42*/ € 45
Eltern-Kind-Gruppe Wirbelwind EBG	ab 1 Jahr	Do: 7.3. (7x) Do: 2.5. (7x)	9:30 - 11:00	Romana Rocchetti	€ 46*/ € 49
Eltern-Kind-Gruppe Schmetterlinge EBG	ab 1,5 Jahren	Mo: 8.4. (6x) Mo: 27.5. (6x)	9:00 - 10:30	Ivana Randl	€ 39*/ € 42
Eltern-Kind-Gruppe Zwergerl EBG	ab 2 Jahren	Mi: 6.3. (8x) Mi: 15.5. (8x)	9:00 - 10:30	Marlene Aichbauer	€ 52*/ € 55
Offener Spieletreff	0 - 3 Jahre	Di: 5.3., 19.3., 2.4., 16.4., 28.5., 18.6., 2.7.	9:00 - 11:00	FBZ Gramastetten	€ 3



© Pressfoto/Freepix

Angebote für Kinder & Jugendliche (4-14 Jahre)

Ihre Kinder erwarten erlebnisreiche Kurse und Veranstaltungen mit unterschiedlichen Schwerpunkten wie Bewegung, Kreativität oder Musik.

Titel	Alter	Datum	Uhrzeit	Leitung	Kosten
Musikallala - Vorfreude auf Ostern	4 - 8 Jahre	Di: 27.2. (4x)	15:15 - 16:05	Karin Pargfrieder	€ 46*/€ 49
Musikallala	3 - 4 Jahre	Di: 9.3. (8x)	16:15 - 17:05	Karin Pargfrieder	€ 86*/€ 89
Musikallala	5 - 8 Jahre	Di: 9.3. (8x)	15:15 - 16:05	Karin Pargfrieder	€ 86*/€ 89
Hoop Dance Anfänger Ort: Gesundheitszentrum am Berg	ab 7 Jahren	Fr: 19.4. (5x)	16:30 - 17:30	Barbara Scheucher	€ 52*/€ 55
Hoop Dance Profi Ort: Gesundheitszentrum am Berg	ab 8 Jahren	Fr: 19.4. (5x)	18:30 - 19:30	Barbara Scheucher	€ 52*/€ 55
Hip Hop Dance Ort: Gesundheitszentrum am Berg	ab 6 Jahren	Fr: 19.4. (5x)	17:30 - 18:30	Barbara Scheucher	€ 52*/€ 55
Ballettminis Ort: KIGA Pöstlingberg	4 - 6 Jahre	Fr: 8.3. (5x) Fr: 19.4. (5x)	15:00 - 15:50	Leonora Schachenhofer	€ 52*/€ 55

Titel	Alter	Datum	Uhrzeit	Leitung	Kosten
Elementares Musizieren Ort: KIGA Pöstlingberg	4 - 6 Jahre	Fr. 8.3. (5x)	16:00 - 16:50	Leonora Schachenhofer	€ 55*/€ 58
Kinderyoga	6 - 9 Jahre	Di: 9. - 23.7. (3x)	15:00 - 16:00	Lena Lilith Schweiger	€ 27*/€ 30



© Rawpixel/Shutterstock

Angebote für Erwachsene

Machen Sie sich fit, leben Sie Ihre Kreativität aus oder holen Sie sich hilfreiche Erziehungstipps bei unserem Kursangebot für Mamas, Papas und Großeltern.

Titel	Datum	Uhrzeit	Leitung	Kosten	
Yoga Ort: Gramaphon Raum E5	Di: 5.3. (7x) Di: 30.4. (7x)	19:30 - 21:00	Heidi Linskeseder	€ 96*/€ 99	
Hula Hoop & Dance Ort: Gesundheitszentrum am Berg	Mo: 15.+22.4.	18:00 - 20:00	Barbara Scheucher	€ 40	
Workshop: Grenzen verbinden EBG	Do: 18.4.	18:30 - 21:30	Christine Pibinger	€ 4	
Workshop: Beikost EBG	Sa: 25.5.	9:00 - 12:00	Verena Burgstaller	€ 4	
Workshop: Babyschlaf EBG	Fr: 12.4.	14:30 - 17:30	Verena Burgstaller	€ 4	
Trageworkshop	Sa: 27.4.	9:00 - 10:30	Verena Burgstaller	€ 42*/€ 45	
Beziehung statt Erziehung EBG	Mi: 17.4.	19:00 - 20:30	FBZ Linz/Online	€ 2	
Das Verhalten von Kindern verstehen lernen EBG	Mo: 13.5.	19:00 - 20:30	FBZ Eferding/Online	€ 2	
Auch die beste Strafe taugt nichts EBG	Do: 16.5.	16:00 - 17:30	FBZ Regau/Vöcklabruck/Online	€ 2	
Mit gutem Gewissen Nein sagen EBG	Do: 6.6.	18:30 - 21:30	FBZ Kleinmünchen/Online	€ 4	
Taferlklassler, Tintenpatzer EBG	Mo: 1.7.	16:30 - 19:30	FBZ Neuhofen/Online	€ 4	



© New Africa/Shutterstock

Angebote für Familien

Verbringen Sie mit Ihren Liebsten viel unvergessliche Familienzeit bei unseren Veranstaltungen, Kursen und Ausflügen für die ganze Familie.

Titel	Datum	Ort	Kosten
Kindergeburtstagsfeier - Raummiete	nach Vereinbarung	Außenstelle Pöstlingberg + FBZ Gramastetten	€ 55
Lesefestival	18. + 19.4.	Pöstlingberg bei Linz	€ 0*/€ 5
Bewegungsfestival	1. + 2.6.	Horst-Lauss-Stadion in Pichling	kostenlos
Ritterfest	6.7.	Hauptplatz in Linz	kostenlos



Gleich anmelden!

Anmeldung und nähere Infos unter www.ooe.familienbund.at/gramastetten





© Andreas Schleifer/ÖÖ Familien

AUSBILDUNGEN *mit Herz*

Ausbildung pädagogische Assistentkraft

- ab 7. März in Linz
- ab 21. März in Eferding

Kombi-Lehrgang Tagesmutter/-vater
und pädagogische Assistentkraft

- Termine auf Anfrage!



Alle Infos unter
www.ooe.familienbund.at/bildung



KARRIERE *mit Herz*

Wir leben Familie. Freue dich auf eine sinn-
erfüllende, kreative Arbeit mit Kindern und
werde Teil unseres motivierten Teams, dem
Wertschätzung und Zusammenhalt wichtig
sind. Wir freuen uns auf dich!

Alle Infos unter
www.ooe.familienbund.at/jobs



Events für Familien

Lesefestival

18./19. April, Pöstlingberg bei Linz

Bewegungsfestival mit Kids-EM

1./2. Juni, Horst-Lauss-Stadion Pichling

Ritterfest

6. Juli, Linz (Hauptplatz, Altstadt, Schloss)

Alle Veranstaltungen unter
www.ooe.familienbund.at/events



© Oxana Kuzmina/Shutterstock

Spielgruppenleiter/-in gesucht!

Werde Teil eines motivierten Teams und gestalte
deine eigene Spielgruppe in unserem Familien-
bundzentrum. Wir freuen uns auf dich!



Nähere Infos findest du unter
ooe.familienbund.at/spielgruppenleiterin





erst recht

Information und Hilfe -

- kostenlos
- vertraulich
- anonym

☎ 0732 77 97 77

kija@ooe.gv.at www.kija-ooe.at



Kinder- & Jugend-
anwaltschaft 00



Gesundheitsthemen aus einer Hand

Ob Magazin, Homepage oder Newsletter – die Ärztekammer für Oberösterreich bietet Ihnen eine breite Palette, sich über die aktuellsten und spannendsten Themen rund um das Thema Gesundheit zu informieren:

Ihr kostenloses Abo: „human“, das Gesundheitsmagazin der Ärztekammer für Oberösterreich, hat zehntausende treue Stammleser. Viele kennen das Magazin aus der Arztpraxis oder aus der Spitalsambulanz. Aber auch Sie können das viermal jährlich erscheinende „human“ kostenlos bestellen. Dann erhalten Sie interessante, aktuelle und seriöse Informationen rund um die Themen Gesundheit und Medizin direkt nach Hause.



Hier sehen Sie Cover der letzten Ausgaben rund um die Themen „Bewegung“, „Herz“, „Schönheit“ und „Alter“. Schreiben Sie an die Ärztekammer für Oberösterreich, Dinghoferstraße 4, 4010 Linz, Stichwort „human“ oder senden Sie ein E-Mail an human@aekoee.at

Ihre umfangreiche Webseite: Ob aktuelle Gesundheitstipps, ein Ärzteblog, Links zu Gesundheitseinrichtungen in Oberösterreich oder seriösen Anbietern von Gesundheitsinformationen – www.gesund-in-ooe.at ist das Gesundheitsportal, das sich an eine breite Bevölkerung richtet. Die Vielfalt macht den Internet-Auftritt zu der idealen Startseite für die Recherche rund um Gesundheitsthemen. Die Seite wird in enger Zusammenarbeit mit Ärztinnen und Ärzten gestaltet.



Ihr kompakter Newsletter: Aktuelle Tipps rund um das Thema Gesundheit gleich direkt und bequem per E-Mail erhalten? Registrieren Sie sich für den Gesund in ooe-Newsletter und genießen Sie Neues und Interessantes mit nur einem Mausklick.

Alle Informationen rund um unser Angebot finden Sie auf www.gesund-in-ooe.at



© fctbeu/Shutterstock

Probleme in der Familie?

Unser Team der Familienberatungstelle steht Ihnen mit Rat und Tat zur Seite – vertraulich, kostenlos und anonym.



Infos zum Beratungsangebot unter www.ooe.familienbund.at/beratung



Mitglied werden zahlt sich aus!

Alle Vorteile um nur 20 Euro im Jahr:

- ermäßigte Eintritts- & Kursgebühren
- Räume für Kindergeburtstage mieten
- Rabatte bei unseren Partnern u.v.m.



Gleich online anmelden unter ooe.familienbund.at/mitgliedswelt



© Oknava Kuzmina/Shutterstock

Spielgruppenleiter/-in gesucht!

Werde Teil eines motivierten Teams und gestalte deine eigene Spielgruppe in unserem Familienbundzentrum. Wir freuen uns auf dich!



Nähere Infos findest du unter ooe.familienbund.at/spielgruppenleiterin



Events für Familien

Lesefestival

18./19. April, Pöstlingberg bei Linz

Bewegungsfestival mit Kids-EM

1./2. Juni, Horst-Lauss-Stadion Pichling

Ritterfest

6. Juli, Linz (Hauptplatz, Altstadt, Schloss)

Alle Veranstaltungen unter www.ooe.familienbund.at/events

