



# Programm Herbst 2024 bis Winter 2025



**FLOHMARKT FÜR  
BABY- U. KINDERSACHEN**  
12. und 13. Oktober 2024  
im Rathaus Böheimkirchen

## TREFFS

<b>Zwergertreff</b>	<b>Dienstag u. Freitag</b>	<b>9.00 bis 11.00 h</b>	wöchentlich
<b>Babytreff</b> mit Hebamme und Stillberaterin Isabella Kain am: 18. Sept., 23. Okt., 13. Nov., 18. Dez., 29. Jän., 26. Feb.	<b>Mittwoch</b>	<b>9.00 bis 11.00 h</b>	wöchentlich
<b>Nachmittagstreff</b>	<b>Mittwoch</b>	<b>15.30 bis 17.30 h</b>	14-tägig
<b>Vater Kind Treff</b>	<b>Samstag</b>	<b>9.00 bis 11.00 h</b>	21. Sept., 19. Okt., 23. Nov., 14. Dez., 18. Jän., 22. Feb.
<b>Basteltreff mit Ulli &amp; Lara</b>	<b>Samstag</b>	<b>9.30 bis 11.30 h</b>	28. Sept., 7. Dez., 1. Feb.

## AUGUST/SEPTEMBER 2024

<b>Mama-Baby-Yoga</b> Yoga-Übungen, die dir und deinem Baby gefallen und nebenbei deinen Körper kräftigen und entspannen.	<b>Samstag</b>	9.00 bis 10.00 h	<b>ab 31. August</b>
<b>Schwangerengymnastik</b> Du lernst mit Gymnastik mögliche Schwangerschaftsbeschwerden zu mildern oder vorzubeugen.	<b>Mittwoch</b>	18.30 bis 19.30 h	<b>ab 4. September</b>
<b>Boekiz Outdoor – Wir besuchen den Reiterhof</b> Bei unserem Besuch auf dem Reiterhof werden wir Pferde, Schweine, Hasen und Hühner kennenlernen.	<b>Mittwoch</b>	15.00 bis 17.00 h	<b>4. September</b>
<b>Pop Dance – ab 3 Jahren (Einstieg jederzeit mögl.)</b>	<b>Donnerstag</b>	16.00 bis 16.50 h	<b>ab 12. September</b>
<b>Pop Dance – ab 6 Jahren (Einstieg jederzeit mögl.)</b>	<b>Donnerstag</b>	17.00 bis 17.50 h	<b>ab 12. September</b>
<b>Boekiz Outdoor – Waldexpedition</b> Wir erkunden gemeinsam den Wald und erforschen wie er entsteht und wozu wir ihn brauchen.	<b>Samstag</b>	15.00 bis 17.00 h	<b>21. September</b>
<b>Babymassage &amp; Craniotechniken</b> Im Kurs lernst du dein Baby auf verschiedenste Weise zu massieren.	<b>Donnerstag</b>	9.00 bis 10.00 h	<b>ab 26. September</b>
<b>Hypnoreisen für Schwangere</b> In diesem Kurs erfährst du, wie du durch Visualisieren von eigenen, inneren Kraftquellen leichter in einen Entspannungszustand kommst und Ängste und Sorgen losgelassen werden können.	<b>Donnerstag</b>	9.00 bis 10.00 h	<b>ab 26. September</b>

## OKTOBER 2024

<b>Familien-Minishooting mit Marie-Lena</b> Jeder Moment ist es wert, festgehalten zu werden. Ein guter Grund um Familienfotos machen zu lassen.	<b>Samstag</b>	10.00 bis 12.00 h	<b>5. Oktober</b>
<b>Ätherische Öle und Hausmittel</b> Gemeinsam erarbeiten wir eine kleine Hausapotheke mit welcher wir unser Immunsystem stärken können.	<b>Montag</b>	18.00 bis 20.00 h	<b>7. Oktober</b>
<b>Wildkräuterspaziergang für Kinder</b> Bei einem Spaziergang lernen wir etwas über Kräuter und verarbeiten diese zum Abschluss gemeinsam.	<b>Freitag</b>	14.30 bis 17.00 h	<b>11. Oktober</b>
<b>Rückbildung – Entdecke deine frauenkraft!</b> mit Physiotherapeutin Dagmar Cappel, BSc, 6. Termine	<b>Montag</b>	16.30 bis 17.30 h	<b>ab 14. Oktober</b>
<b>Beckenboden trifft Yoga – Entdecke deine frauenkraft!</b> mit Physiotherapeutin Dagmar Cappel, BSc, 6. Termine	<b>Montag</b>	17.45 bis 18.45 h	<b>ab 14. Oktober</b>

<b>Du bleibst in meinem Herzen – Sternenkinderltern über Wut, Schmerz und Liebe:</b> Hier findet ihr einen geschützten Raum um euch auszutauschen und bekommt Inputs zur Trauerbewältigung. Du bist nicht alleine.	<b>Dienstag</b>	18.30 bis 20.30 h	<b>22. Oktober</b>
<b>Halloweenparty</b> Gemeinsam wollen wir eine schaurig-schöne Halloweenparty feiern.	<b>Mittwoch</b>	15.30 bis 17.30 h	<b>30. Oktober</b>

## NOVEMBER 2024

<b>Begegne deinen Superkräften!</b> <b>Persönliche Kraftquellen (wieder) entdecken und aktivieren</b> In diesem Workshop entdecken wir - mit Hilfe von kreativen Methoden - unsere Ressourcen.	<b>Dienstag</b>	18.30 bis 20.30 h	<b>5., 12. und 19. November</b>
<b>Vortrag: Kindernotfälle – wie handle ich richtig</b> Die Kinderärztin Dr. Julia Kubinger erklärt uns wie man richtig reagiert bei Kinderkrankheiten und kleineren Verletzungen.	<b>Mittwoch</b>	18.00 bis 20.00 h	<b>6. November</b>
<b>Geburtsvorbereitungskurs</b> Alle Themen rund um die Schwangerschaft, Geburt und das Wochenbett werden mit Hebamme Isabelle Kain besprochen.	<b>Samstag</b>	9.00 bis 12.00 h	<b>9. u. 30. Nov. 2024</b>
<b>Martinsfest</b> Gemeinsam basteln wir eine tolle Laterne und lassen diese bei unserem kleinen Umzug erstrahlen.	<b>Montag</b>	15.00 bis 17.30 h	<b>8. u. 15. März 2025</b>
<b>Sprich mit mir – Sprachförderung (0 bis 2 J.)</b> Ihr lernt die Sprachförderung in den Alltag zu integrieren und erhält Tipps für die praktische Umsetzung.	<b>Samstag</b>	9.30 bis 11.30 h	<b>16. November</b>
<b>Lebkuchen verzieren</b> Unter der Anleitung von Konditormeisterin Birgit verzieren wir gemeinsam Lebkuchen.	<b>Mittwoch</b>	14.30 bis 17.00 h	<b>20. November</b>
<b>Kinderdisco</b> Es ist wieder Kinderdiscozeit! Werft euch in euer coolstes Outfit und tanzt im Licht der Discokugel mit.	<b>Freitag</b>	15.00 bis 17.30 h	<b>22. November</b>
<b>Stillvorbereitungskurs</b> In diesem Kurs gibt es viele interessante Informationen rund um das Thema Stillen.	<b>Dienstag</b>	18.00 bis 20.00 h	<b>26. November</b>

## DEZEMBER 2024

<b>Der Nikolaus kommt</b> Seid dabei wenn uns der Nikolaus im Boekiz besuchen kommt.	<b>Freitag</b>	14.30 bis 17.00 h	<b>6. Dezember</b>
<b>Weihnachtstreff</b> Wir öffnen zu Weihnachten unsere Türen um die Wartezeit bis zum Christkind zu verkürzen.	<b>Mittwoch</b>	9.00 bis 12.00 h	<b>24. Dezember</b>

## JÄNNER 2025

<b>Ich kann helfen wenns weh tut – Kinder leisten Erste Hilfe:</b> Workshop für Kinder rund ums Thema Erste Hilfe.	<b>Samstag</b>	9.00 bis 11.30 h	<b>25. Jänner</b>
--	----------------	------------------	-------------------



Weitere Infos zu unseren Treffs und Angeboten  
unter [www.boekiz.at](http://www.boekiz.at) oder 0677/641 023 99