

GUTSCHEIN
für eine
Jahresmitgliedschaft
bei Buchung eines Geburtsvorbereitungskurses am Abend oder am Wochenende



Genauere Infos zu
Kursen & Anmeldung unter

+43 5242/728 48

immer vormittags oder

ekiz-schwaz.at

Eltern-Kind-Zentrum Schwaz
Johannes-Messner-Weg 11
6130 Schwaz
info@ekiz-schwaz.at

EKiZ
Eltern-Kind-Zentrum
SCHWAZ

mit freundlicher Unterstützung von



dieLengenfelder

Hurra, das Baby ist da!

Ihr hattet neun Monate Zeit, euch darauf vorzubereiten. Doch was es bedeutet, ein Kind zu bekommen kann man sich erst vorstellen, wenn man eines hat. Dieses zauberhafte Wesen stellt euer Leben auf den Kopf. Überwältigendes Glück, Schlafmangel und der plötzliche Rollenwechsel vom Paar zum Eltern-Sein machen alles anders. Das EKIZ Schwaz hat zwar keine Gebrauchsanweisung aber jede Menge Angebote, die euch helfen, zueinander zu finden. Baby und Eltern können so entspannt und bewusst diese Zeit des ersten Lebensjahres genießen.



fitdankbaby ✓

Babys erstes Löffelchen ✓

Yoga mit Baby ✓



Babyschwimmen ✓



Rückbildungsgymnastik ✓

Buggy-Sport ✓

Babymassage ✓

PEKiP ✓

Offener-Baby-Treff
am Vormittag ✓



RUMBA

RUND UMS BABY



GEBURTSPREPARATION // SCHWIMMEN FÜR SCHWANGERE // STILLTREFF
SÄUGLINGSPFLEGEKURS // YOGA IN DER SCHWANGERSCHAFT // RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK // BUGGY-SPORT // FITDANKBABY // YOGA MIT BABY // BABYMASSAGE
BABY-TREFF // BABYSCHWIMMEN // PEKiP // BABYS ERSTES LÖFFELCHEN

EKiZ
Eltern-Kind-Zentrum
SCHWAZ

DAS IST RUMBA

Alles zu Schwangerschaft, Geburt und Baby

Es ist unbeschreiblich: Der Moment, in dem ihr erfährt, dass ein Baby euch als Eltern ausgesucht hat. Genau jetzt ist der richtige Zeitpunkt für euch, Teil der EKIZ Familie zu werden. Das Angebot für junge Familien RUMBA bietet euch den Austausch mit (werdenden) Papas und Mamas und Hilfe von Profis. Hier bekommt ihr Unterstützung von der Schwangerschaft bis zur Vollendung des ersten Lebensjahres eures Schatzes.



EKIZ



Intensiv-Wochenende
Geburtsvorbereitung ✓

Vorbereitung auf
die Geburt ✓

Schwimmen für
Schwangere ✓



Austausch & guter Rat beim EKIZ Schwaz



Stilltreff für Schwangere & Stillende ✓

Säuglingspflegekurs ✓



FIT MIT BABYBAUCH

Die Schwangerschaft beschreiben viele als schönste Zeit ihres Lebens. Für andere sind diese neun Monate ganz schön fordernd. In jedem Fall könnt ihr euch als Mama stärken: Körperliche Kraft und Ruhe holt ihr euch bei den Sportangeboten des EKIZ. Yoga, Schwimmen und nicht zuletzt der Austausch und das viele Lachen mit anderen Müttern bringt dir die seelische Ausgeglichenheit.

Yoga in der Schwangerschaft ✓



ÜBER GLÜCK UND ZWEIFEL

Bei all der Vorfreude über das, was nun kommen mag, bringt spätestens das Thema Geburt auch oft Zweifel mit sich: wie finde ich die richtige Hebamme, in welches Krankenhaus soll ich gehen, was, wenn das Baby dann da ist, Stillen oder Fläschchen, was muss ich als Papa alles wissen, ...? Viele Antworten auf diese Fragen findet ihr im umfassenden Angebot des EKIZ Schwaz. Infos unter ekiz-schwaz.at