

Liebe Harder Familien, Liebe Interessierte,

getreu dem Zitat von Astrid Lindgren freuen wir uns als Koordinationsstelle für das Harder Familiennest gemeinsam mit unseren vielen Systempartner:innen ein wunderbar abwechslungsreiches Angebot für Kinder und Familien von 0-6 Jahren in Hard anbieten zu dürfen.

Lass uns diesen Sommer nutzen, um frech zu sein, wild zu spielen und all die wunderbaren Aktivitäten und Angebote, die das Engagement aller Beteiligten widerspiegelt, zu genießen – für jede Familie ist bestimmt was dabei.

Einen guten Überblick verschafft euch unser Veranstaltungsfolder, der die vielfältigen Möglichkeiten dieses Sommers präsentiert. Lasst euch inspirieren und taucht ein in einen Sommer voller Freude und Abwechslung.

Wir wünschen euch einen Sommer, der ganz im Zeichen von „frech und wild und wunderbar“ steht!

Einsendeschluss für die Herbst Ausgabe: 23. August 2024

Kontakt: jasmin.fischer@sprengel.at



PURZELBAUM

Alter: 0-3 Jahre

Spiele | Lachen | Freunde finden!

Purzelbaum sind Eltern-Kind-Gruppen für Mütter/Väter mit Kindern bis 3 Jahren, die sich wöchentlich für zwei Stunden treffen. Die Purzelbaumgruppen bieten Abwechslung und neue Ideen für den Familienalltag. Es wird miteinander gespielt, gelacht, sich ausgetauscht und Neues entdeckt.

TERMINE

Purzelbaum-Gruppe Hard

- Start: 17. September 2024
jeweils Dienstag von 09:00 – 11:00 Uhr
in den Räumlichkeiten des
Harder Familiennests, Uferstraße 4

Kosten: 55 € Teilnahme-Beitrag für Mütter/Väter mit Kind(ern) für 10 Einheiten.

Materialkosten: 5 € und 2,50 € für jedes weitere Kind ab einem Jahr.

KONTAKT, INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

Purzelbaum Gruppe Hard
www.elternbildung-vorarlberg.at



WIRKUNGSRAUM

Alter: 0-3 Jahre

Du möchtest dein Kind manchmal nur beobachten und genießen? Du möchtest erleben, wie dein Kind interessiert seine Umgebung wahrnimmt und erstaunlich selbstständig dafür sorgt, dass es sich wohlfühlt? Dir ist ein achtsamer und liebevoller Umgang mit deinem Kind wichtig? Dann sei herzlich willkommen im Wirkungsraum für Eltern und Kinder nach den Grundsätzen von Emmi Pikler.

TERMINE

Info Stunde für Interessierte an der Spielzeit für Kinder

- 17. Juni 2024 | 15:00 – 16:00 Uhr

SpielZeit-Block

- Start: Anfang September
(umfasst 10 SpielZeit-Einheiten und 2 Gesprächskreise für Eltern)

KONTAKT, INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

Iris Willinger-Erhart
Am Sägenkanal 12
iris@wirkungsraum.at
www.wirkungsraum.at



Alter: für Eltern

FAMILIENVERBAND HARD

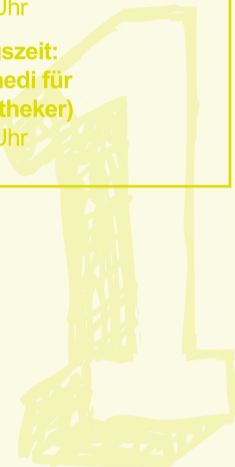
Der Familienverband Hard organisiert Vorträge, Workshops und vieles mehr. Diese Angebote sollen einen Beitrag zur Elternbildung und Vernetzung sein sowie einen Austausch für Familien leisten. Alle Angebote finden in den Räumlichkeiten des Harder Familiennests, Uferstraße 4, statt.

TERMINE FAMILIENCAFÉ

- Erste Hilfe für Säuglinge & Kleinkinder mit Petra Gebhard**
12. September 2024 | 09:30 – 11:30 Uhr
- Natürliche Schätze für die Erkältungszeit: Balsame, Düfte und Pflege von Homedi für Groß und Klein mit Tobias Gut (Apotheker)**
26. September 2024 | 09:30 – 11:30 Uhr

KONTAKT UND INFORMATIONEN

Familienverband, Ortsgruppe Hard
Teresa Hartmann
familienverband.hard@familie.or.at
www.familie.or.at



Sei frech und wild und wunderbar.

Astrid Lindgren

SANFTMUT ENERGETIK

Alter: alle

Energetisches Angebot! Sommer ist Ferienzeit und vielleicht auch für dich und deine Familie Zeit, um Themen anzuschauen, für die unterm Jahr nicht so viel Zeit war und Blockaden zu lösen.

Ganz neu: Energetische Begleitung deines Kinderwunsches.

Aroma Touch

Die Aroma Touch Anwendung ist eine Methode, die dem Körper hilft, ganzheitlich zu entspannen. Sie dient zur Stressreduktion, Stärkung des Immunsystems, zur Regeneration und Homöostase.
Nach Vereinbarung, Kosten: 80 € | 60 Minuten

Ätherische Öle & Kinder

Vorbereitung auf den bevorstehenden Kindergarten- bzw. Schulanfang. Mit meiner Kollegin Petra Meyer-Hammerer.
Wann: 23. August 2024 | 16:00 Uhr
Wo: Lässer's Schloßlehof
Kosten: was im Schloßlehof konsumiert wird / ansonsten ist der Nachmittag kostenlos

KONTAKT, INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

Sanftmut Energetik – Martina Tumler
Am Sägenkanal 12, Hard, +43 677 630 924 25
sanftmut.energetik@gmail.com
<https://sanftmut-energetik.jimdosite.com>
Instagram: sanftmutenergetik

Termine

Harder Familien Nest

Sommer
2024
Juli bis
September



Verein
Sozialsprengel
Hard

HARD
AM BODENSEE

KAMMGARN

Alter: für die ganze Familie

Das vielfältige Programm der Kammgarn Hard reicht von Kabarett, Musik und Kinderveranstaltungen über Poetry Slams, Kulturbars und Workshops bis hin zum jährlichen Kleinkunst-Festival „Kammgarn Summer Sessions“. Mit über 120 Veranstaltungen im Jahr ist die Kammgarn ein fester Bestandteil der Kulturszene Vorarlbergs und darüber hinaus.

TERMINE

- Lillilu lässt los – Lisa Suitner**
22. September 2024 | 15:00 Uhr | 7 €

KONTAKT UND TICKETS

Kulturwerkstatt Kammgarn
Spinnereistraße 10
+43 5574 82731
office@kammgarn.at
www.kammgarn.at



CONNEXIA ELTERNBERATUNG - GUTE ANTWORTEN RUND UM IHR BABY

Alter:
0 – 4 Jahre

Mit der Geburt Ihres Kindes beginnt ein neues Abenteuer. Erfahrene Hebammen und diplomierte Pflegefachkräfte sind in der „connexia Elternberatung“ für Sie da. Wir hören Ihnen zu – wir beraten Sie gerne in einem persönlichen Gespräch zu Themen wie Ernährung, Entwicklung, Pflege und Erziehung Ihres Kindes. Gerne bieten wir Ihnen auch ein Gespräch mit Terminvereinbarung an – außerhalb der Öffnungszeiten und auf Wunsch auch bei Ihnen zu Hause.

TERMINE

jeweils Mittwoch von 08:30 – 11:00 Uhr
kostenlos und ohne Voranmeldung

- 28. August 2024 ausnahmsweise geschlossen**
in den Räumlichkeiten des Harder Familiennests,
Uferstraße 4

KONTAKT, INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

connexia Elternberatung, Hard, Brigitte Bohle
Uferstraße 4, +43 664 2393190, brigitte.bohle@connexia.at
www.eltern.care

STRANDBAD **NEU**

LIEBE KINDER AUFGEPASST
PÜNKTLICH ZUM FERIE-
BEGINN **ERÖFFNET**
**DAS NEUE STRAND-
BAD** UND DER BADESPASS
KANN BEGINNEN ~ ~ ~ ~ ~

06. JULI 2024 | 10:00 UHR

+++ FREIER EINTRITT +++



STANDFEST YOGA

Alter: für alle

Erlebe Yoga im Einklang mit der Natur und stärke deinen Körper und Geist während du die atemberaubende Kulisse des Sees genießen kannst.

TERMINE

Yoga am See

- 08. Juli – 26. August 2024
jeweils Montag von 19:00 – 20:15 Uhr
(nur bei schönem Wetter)
Keine Vorkenntnisse und Anmeldung erforderlich.

Kosten: 11 € | je Einheit
Ort: Wiese bei der Hohentwiel

- Ab 12. September 2024
starten die neuen Herbstkurse

KONTAKT UND INFORMATIONEN

Standfest Yoga
Mirjam Burtscher
+43 660 4694373
mirjam@standfest-yoga.at



MUSIKSCHULE HARD

Alter: für alle

Der Unterricht für das kommende Schuljahr 2024/2025 wird von unseren Lehrer:innen in der Woche ab dem 09. September 2024 eingeteilt. Der Unterricht an der Musikschule startet nach den Stundeneinteilungen ab dem 16. September 2024!

KONTAKT, INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

Musikschule Hard am Bodensee, Kirchstraße 10
+43 5574 79397, musikschule.hard@me.com
www.musikschule-hard.at

LEIHOMA

Alter: für alle

Der Vorarlberger Familienbund verfügt über einen Leihoma-Dienst. Diese Einrichtung versteht sich nicht als Konkurrenz zu den örtlichen Babysitterdiensten, Betreuungs- oder Spielgruppen und Tagesmüttern, sondern als Ergänzung. Die Leihoma kommt zu den Familien, bastelt, spielt und geht mit den Kindern spazieren oder auf den Spielplatz!

Für Kinder ist es eine Bereicherung eine Oma zu haben. Auf der anderen Seite sucht vielleicht jemand eine Aufgabe. Wir suchen Leihomas!!! Wenn Sie gerne eine Leihoma werden wollen, dann kontaktieren Sie uns gerne. Wir freuen uns!

KONTAKT, INFORMATIONEN UND ANMELDUNG
Familienbund Vorarlberg, Römerstraße 12, Bregenz,
+43 650 4109360, info@leihoma.at, www.leihoma.at

HEBAMMEN HARD Für: werdende Eltern oder Mamas

Die Hebammen Ursula Lässer und Simone Bentele bieten ein vielseitiges Angebot rund um die Themen Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Familienzeit an.

TERMINE

Geburtsvorbereitungskurs

- 11. September – 23. Oktober 2024
jeweils Mittwoch von 18:00 – 19:30 Uhr

Rückbildung-/ Beckenbodenkurs

- 11. September – 23. Oktober 2024
jeweils Mittwoch von 09:00 – 10:30 Uhr

Babymassage

- 16. September – 07. Oktober 2024
- 11. November – 02. Dezember 2024
jeweils Montag von 10:00 – 11:30 Uhr

Tragesprechstunde

- 18. Juli 2024 | 09:30 – 11:30 Uhr

KONTAKT, INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

Ursula Lässer +43 699 18101540,
ursula@diehebamme-hard.at

Simone Bentele +43 699 18114801,
info@diehebamme-hard.at

www.laesser.hebamio.at

Alle Kurse finden in den Räumlichkeiten des Harder Familiennestes, Uferstraße 4, statt.

HARD MOVES - DAS BEWEGUNGSANGEBOT FÜR KINDER

Alter: 5-6 Jahre

Das beliebte Bewegungsangebot von **Hard Moves** wird auch im Schuljahr 2024/2025 wieder angeboten. Ab sofort ist die Anmeldung für die ersten 10 Einheiten online unter www.hardmoves.at möglich. Das Angebot richtet sich an Kinder im Alter von 5 Jahren (Pflichtkindergartenjahr) und 6 Jahren (1. Klasse Volksschule).

TERMINE

WAS Bewegungsschule für Kinder im Alter von 5 bis 6 Jahren

WANN Jeweils freitags. Ausgenommen schulfreie Tage.

WO 5-Jährige: In der Schulturnhalle am See
6-Jährige: In der Schulturnhalle am See

KOSTEN 60 € für 10 Einheiten á 60 Minuten

ZEITEN Gruppe 1 für 5-Jährige | 14:00 – 15:00 Uhr
Gruppe 2 für 5-Jährige | 15:00 – 16:00 Uhr
Gruppe 1 für 6-Jährige | 16:15 – 17:15 Uhr

KONTAKT, INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

Hard Moves
Seestraße 60
office@hchard.at
www.hardmoves.at

ALPHA HC HARD | FC HARD
TURNERSCHAFT HARD
HARD BULLS BASEBALL

YOGA UND HYPNOBIRTHING

Alter: für werdende Mamas und alle

Bei den Angeboten der zertifizierten Yoga- & HypnoBirthing-Kursleiterin Nadine Bischof geht es für Frauen und Paare darum, sich mit Bewegung, positivem Wissen, Entspannungstechniken & Atmung vom Alltag zu entspannen bzw. sich auf die Geburt vorzubereiten.

- Yoga – für Schwangere & sanftes Yoga nach der Geburt**
jeweils am Montag | 18:00 – 19:00 Uhr
Ein Einstieg ist nach Anmeldung jederzeit möglich.
- Deep Yoga – für Anfangende und Fortgeschrittene**
jeweils am Dienstag | 18:30 – 19:45 Uhr
Ein Einstieg ist nach Anmeldung jederzeit möglich.

Alle Kurse finden in den Räumlichkeiten des Harder Familiennestes, Uferstraße 4, statt.

- Outdoor – Yoga für Spontane**
Komm in meine Whats-App-Gruppe.
- Online-Kurs HypnoBaby – individuelle Vorbereitung auf die Geburt**

KONTAKT, INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

Dr. in Phil. Nadine Bischof +43 660 766 90 66,
nadine@hypnobirthingvorarlberg.at
www.hypnobirthingvorarlberg.at

VORTRÄGE VON MAG. STEPHANIE LAU Alter: Eltern von Babys bis ca. 7 Monate

Babyfreundliche Beikost: Dieser Vortrag von Stephanie Lau (Fachkraft für babyfreundliche & babygeleitete Beikost) soll Eltern helfen, der Beikost-Zeit entspannt entgegenzusehen und den für Ihre Familie passenden Weg zu finden. Gerne beantworte ich alle Fragen zum Thema Beikost.

<https://kikudoo.com/stephanie-lau/courses/EnqNxe>

- 14. September 2024 | 09:00 – 11:00 Uhr
Kosten: 25 € pro Person bzw. pro Elternpaar. Das Angebot findet in den Räumlichkeiten des Harder Familiennestes, Uferstraße 4, statt. Natürlich können Sie die Babys mitbringen, Sie können aber auch ohne kommen.

Picky Eaters – Wählerisches Essverhalten bei Kindern: Hintergrundwissen & Tipps für den Alltag und den Umgang mit wählerischen Essern.

- 03. Juli 2024 | 19:00 Uhr
Anmeldung bis spätestens 30. Juni 2024
Kosten: 25 € pro Person bzw. pro Elternpaar

KONTAKT, INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

Mag. Stephanie Lau
+43 681 81850731
stephanie.r.lau@outlook.com
www.stephanie-lau.at

PEKIP® Alter: im ersten Lebensjahr

Lust auf gemeinsames Spielen und dabei mit und von Deinem Baby zu lernen? Du möchtest Dir ganz bewusst Zeit für Dein Baby nehmen – abseits von Alltag und Stress? Du möchtest andere Eltern in ähnlichen Situationen kennenlernen und gleichaltrige Babys treffen?

TERMINE

Im Oktober starten die neuen Gruppen.

- 02. Oktober 2024 | 09. Oktober 2024 | 16. Oktober 2024 | 23. Oktober 2024 | 06. November 2024

Gruppe 1: 08:00 – 09:45 Uhr
(Oktober 2023 – Februar 2024 Geborene)

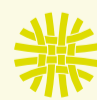
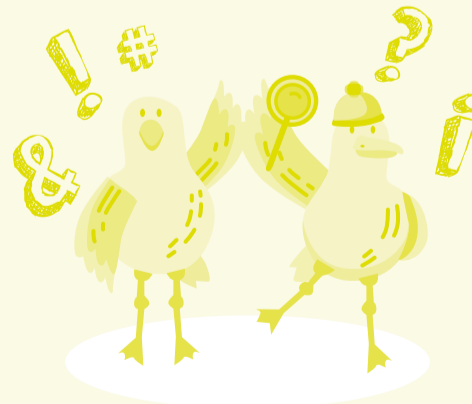
Gruppe 2: 10:15 – 11:30 Uhr
(März 2024 – Juli 2024 Geborene)

Kosten: 120 €

Ein Einstieg ist nach Anmeldung jederzeit möglich.

KONTAKT, INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

Melanie Nardin,
Kirchstraße 16, Hard
+43 699 17367895
praxis@melanienardin.at
www.melanienardin.at
www.pekip.at



Verein
Sozialsprengel
Hard

VEREIN SOZIALSPRENGEL HARD
Ankergasse 24

Mail: sozial@sprengel.at
Tel: +43 5574 74544

ÖFFNUNGSZEITEN
Mo – Fr 8 – 12 Uhr
oder nach terminlicher Vereinbarung.

www.sprengel.at