



Elternberatungszentrum  
**EBZ**  
Bruck -  
Mürzzuschlag

0676 866 43 585 oder [bhbm-ebz@stmk.gv.at](mailto:bhbm-ebz@stmk.gv.at)

Koloman Wallisch Platz 3 – 1. Stock 8600 Bruck an der Mur



# Vorbereitung auf Geburt und Elternschaft

Mit der Geburt eines Kindes beginnt  
eine aufregende Zeit!

Wir bieten **unkomplizierten Austausch** mit Fachleuten und anderen Eltern,  
medizinische Beratung und sozialarbeiterische Hilfestellung.  
Ein **kostenloses Angebot** des steirischen Sozialressorts für werdende Eltern und  
Eltern von Babys bis zum dritten Lebensjahr

Ein kostenloses Angebot des steirischen Sozialressorts für  
werdende Eltern und Babys bis zum dritten Lebensjahr



[www.soziales.steiermark.at](http://www.soziales.steiermark.at)  
Bezirkshauptmannschaft Bruck – Mürzzuschlag

 Das Land  
Steiermark  
→ Soziales, Arbeit  
und Integration



## Schwanger sein - ein Kind erwarten- sich auf die Geburt vorbereiten

Wir bieten fachkundige Information und Beratung für werdende Eltern, zur Vorbereitung auf die spannende Zeit mit Baby und die seelischen, körperlichen und partnerschaftlichen Veränderungen!

**Einstieg und Teilnahme an einzelnen Terminen ist möglich!**

Bitte um Anmeldung unter 0676-866 43 585 oder [bhbm-ebz@stmk.gv.at](mailto:bhbm-ebz@stmk.gv.at)

## EBZ Bruck

**Montag 17 Uhr**

**Geburt – Wochenbett**

**Sabine Schmitz** Hebamme

**Mo 19.5.2025 und 26.5.2025**

**Stillen – Babypflege**

**Sabine Schmitz** Hebamme

**Mo 2.6.2025**

**Rota Handling Workshop für Neugeborene**

**Mo 16.6.2025**

**Katharina Hussauf** Rota- & Ergotherapeutin

**Trageberatung**

**Mo 23.6.2025**

**Melanie Rohrhofer** Trageberaterin, Sozialarbeiterin, Rota – Prophylaxe Anwenderin

## FaWoZi Kapfenberg

**Montag 17 Uhr**

**Eine Bindung fürs Leben!**

**Mo 30.6.2025**

Wie entsteht der Bindungsaufbau bei Säuglingen

**Mag. <sup>a</sup> Isabella Kornberger** Klinische- Gesundheitspsychologin, **Björn Pichler, M. Rohrhofer** Sozialarbeiterin

## EBZ Bruck

**Montag 17 Uhr**

**Kinderbetreuungsgeld und Wochengeld**

**Mo 7.7.2025**

**Silke Klaus** AK Arbeiterkammer Bruck

**Behördenwege** **Melanie Rohrhofer** Sozialarbeiterin

**Mo 7.7.2025**

**Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit**

**Mo 14.7.2025**

**Julia Maierhofer** Diätologin ÖGK

## EBZ Bruck

**Mittwoch 17:30 Uhr**

**Geburt – Wochenbett**

**Viktoria Sabor** Hebamme

**Mi 3.9. und 10.9.2025**

**Stillen – Babypflege**

**Vitoria Sabor** Hebamme

**Mi 17.9.2025**

**BEWEGT durch die SCHWANGERSCHAFT** **Grabner Ursula** Hebamme

Mit der Geburt steht nicht nur ein emotional bewegtes Ereignis, sondern auch eine körperliche Höchstleistung an. Es werden Beckenlösungsübungen, spezielle Übungen für den Rücken, sowie Haltungsempfehlungen um Beschwerden vorzubeugen, aufgelockern und Entspannungsübungen vorgestellt und es gibt Inforunden, auch als Auffrischungsmöglichkeit für Zweitgebärende.

**Dienstag** 9:00 bis 10:00 Uhr

**Termine:** 30.9.2025, 7.10.25, 14.10.2025