

Veranstaltungen Bezirk Mai 2025 im Bezirk Bruck-Mürzzuschlag

<p>Mo 5.5. 14 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u></p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Christine Maier <i>Still- Laktationsberaterin IBCLC Dipl.Kinderkrankenschwester</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin</i></p>	<p>Babytreff mit Still-, Ernährungs- & Trageberatung Vieles hat sich verändert, seid Ihr Kind auf der Welt ist. Viele Fragen tun sich auf, manchmal auch Unsicherheiten. Da tut es gut, wenn man in einer entspannten Atmosphäre kennenlernen, Kontakte knüpfen und Erfahrungen austauschen kann und Beratung rund um Stillen, Stillschwierigkeiten, Flaschnahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege, Tragen, emotionale Bindung, Alltagsbewältigung, etc. bekommt. Gerne können die Babys auch gewogen und gemessen werden.</p>
<p>Mo 5.5. 17:00 Uhr <u>Bitte um</u> <u>Anmeldung</u> 0650 - 4428340</p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Mag.a Isabella Kornberger Klinische- u. Gesundheitspsychologin Björn Pichler, BA Sozialarbeiter Melanie Rohrhofer <i>Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Vorbereitung auf Elternschaft Eine Bindung fürs Leben! Starke Eltern für starke Kinder Ohne menschliche Nähe, Schutz und Zuwendung kann ein Baby nicht gedeihen, ein Neugeborenes braucht Liebe, Geborgenheit, Sicherheit und Schutz um neugierig ihre Welt entdecken zu können. Wie sieht ein guter und sicherer Bindungsaufbau aus? Was erwartet uns bei der Geburt und wie können wir trotz den Veränderungen Paar bleiben, gemeinsam in die Elternschaft wachsen und gleichzeitig die Paarbeziehung weiter stärken. Behördenwege Die Geburt eines Kindes ist notwendigerweise mit einigen Behördenwegen verbunden, wir bieten einen Überblick was Sie benötigen um die wichtigsten Dokumente für ihr Kind zu erhalten</p>
<p>Di 6.5. 9:00 Uhr <u>Begrenzte</u> <u>Teilnehmerzahl</u> <u>Bitte</u> <u>Anmeldung unter</u> 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Ursula Grabner <i>Hebamme</i></p>	<p>Bewegt durch die Schwangerschaft Mit der Geburt steht nicht nur ein emotional bewegtes Ereignis, sondern auch eine körperliche Höchstleistung an. In 3. Terminen können Sie Beckenlösungsübungen, spezielle Übungen für den Rücken, sowie Haltungsempfehlungen um Beschwerden vorzubeugen, aufgelockert durch Entspannungsübungen und Info-Runden. Die Gymnastik kann auch als Auffrischung für Zweitgebärende besucht werden.</p>
<p>Di 6.5. 9:30 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u></p>	<p>Mürzzuschlag <u>Elternberatungsstelle</u> Grazer Straße 4. mit Maria Obermeier <i>Elementar- & Hortpädagogin</i> Melanie Rohrhofer <i>Dipl. Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Singen & Spielen mit allen Sinnen Eltern – Kind – Treffen Unsere Kinder entdecken ihre Welt spielerisch und mit allen Sinnen! Beim gemeinsamen Singen, Spielen und Basteln erleben und lernen wir voneinander und miteinander! In einem geschützten Rahmen können Kinder ihre ersten Erfahrungen in ihrer Selbstwirksamkeit erleben! Eltern können sich austauschen und erhalten Informationen zu allen wichtigen Entwicklungsthemen. Für Eltern und Betreuungspersonen mit ihren Kindern ab Krabbelalter bis 3 Jahre.</p>
<p>Di 6.5. 10:15 Uhr <u>Begrenzte</u> <u>Teilnehmerzahl</u> <u>Anmeldung</u> <u>erforderlich</u> 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Ursula Grabner <i>Hebamme</i></p>	<p>Rückbildungsgymnastik In 3. Terminen werden kräftigende, die Beweglichkeit fördernde Übungen vorgestellt. Nach der Geburt verlangt der Beckenboden nach verstärkter Achtsamkeit und gezielter Kräftigung der Beckenbodenmuskulatur. Unter fachkundiger Anleitung werden Bauchmuskulatur und Beckenboden gezielt trainiert und das dazugehörige theoretische Wissen vermittelt. Bei gemeinsamen Übungen mit den Babys kommt der Spaß dabei auch nicht zu kurz. Im Anschluss können die Babys auf Wunsch gewogen und gemessen werden und die Sozialarbeiterin steht für Fragen und Anliegen zur Verfügung</p>

<p>Mi 7.5. 9:00 Uhr 10:30 Uhr</p> <p><u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Angelika Macher Zert. Babyzeichensprache & artgerecht® Kursleiterin Melanie Rohrhofer Dipl. Sozialarbeiterin</p>	<p>Singen & Spielen mit allen Sinnen Eltern – Kind – Treffen Unsere Kinder entdecken ihre Welt spielerisch und mit allen Sinnen! Beim gemeinsamen Singen, Spielen und Basteln erleben und lernen wir voneinander und miteinander! Die Handgesten der Zwergensprache® begleiten das Spielen und erleichtert so die Kommunikation mit unseren Kindern. In einem geschützten Rahmen können Kinder ihre ersten Erfahrungen in ihrer Selbstwirksamkeit erleben! Eltern können sich austauschen und erhalten Informationen zu allen wichtigen Entwicklungsthemen. Für Eltern und Betreuungspersonen mit ihren Kindern ab Krabbelalter bis 3 Jahre.</p>
<p>Mi 7.5. 9:30 Uhr</p> <p><u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Kapfenberg <u>ISGS Kapfenberg</u> Grazer Str. 3 mit Elisabeth Eichkitz Hebamme</p>	<p>Mama*Papa Café Ein wohltuender Treff für Jungeltern mit ihren Babys bis zum ersten Lebensjahr! Du kannst dich auszutauschen und bekommst Beratung rund um Stillen, Stillschwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege. Gerne kannst du dein Baby wiegen und messen lassen.</p>
<p>Mi 7.5. 11:30 Uhr</p> <p><u>Begrenzte Teilnehmerzahl Anmeldung erforderlich</u></p> <p>0676 - 86643585</p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Angelika Macher Zert. Babyzeichensprache & artgerecht® Kursleiterin</p>	<p>Babymassage Einfühlsame Begleitung unseres Babys – Ein offenes Treffen mit Babymassage und Raum für Fragen an Trage-, Still- und Schlafberatung, sowie Wissensaustausch um Babyweinen und -sprache. Damit gelingt es Babys und ihr Verhalten besser zu verstehen und den Alltag mit Baby entspannter zu gestalten. Sich in der Gruppe auszutauschen und dank Babymassage Wohlbefinden, Geborgenheit und Sicherheit zu bieten. Die Babys können auch gerne gewogen und gemessen werden und die Sozialarbeiterin steht für Fragen und Anliegen zur Verfügung.</p>
<p>Do 8.5. 9:30 Uhr</p> <p><u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Thörl <u>Elternberatungsstelle</u> Palbersdorf 86 neben Freizeithaus mit Grabner Ursula Hebamme</p>	<p>Eltern - Treff mit Elternberatung bietet für Mamas und Papas ab der Geburt die Möglichkeit sich in einer entspannten Atmosphäre zu treffen und Erfahrungen auszutauschen. Die Hebamme informiert und berät die Eltern zu den Themen: Stillen, Stillschwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege, kindliche Entwicklung, Alltagsbewältigung uvm. Gerne können die Babys auch gewogen und gemessen werden.</p>
<p>Do 8.5. 9:30 Uhr</p> <p><u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Mariazell <u>Elternberatungsstelle</u> Grazer Str. 25 mit Irene Hinterhofer Hebamme Melanie Rohrhofer Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin</p>	<p>Elternrunde mit Elternberatung – mit Rückbildungsgymnastik Mamas und Papas treffen sich mit ihren Babys und Kindern um Erfahrungen auszutauschen und erhalten Beratung rund um Stillen, Ernährung, Babypflege, Tragen, Bindung, Entwicklung und Alltagsbewältigung bis zum 3. Lebensjahr auf. Gerne können die Babys auch gewogen und gemessen werden und die Mamas können Übungen zur Rückbildungsgymnastik kennenlernen. Außerdem spielen, singen und basteln wir gemeinsam - lernen voneinander und miteinander. So können Kinder im geschützten Rahmen ihre ersten Erfahrungen in ihrer Selbstwirksamkeit machen.</p>
<p>Do 8.5. 11:00 Uhr</p> <p><u>Bitte um Anmeldung</u></p> <p>0676 - 86643585</p>	<p>Mariazell <u>Elternberatungsstelle</u> Grazer Str. 25 mit Irene Hinterhofer Hebamme</p>	<p>Vorbereitung Geburt und Elternschaft Schwanger und ihre Partner können sich auf ihre Rolle als Mama und Papa vorbereiten und erhalten alle wichtigen Informationen rund um Schwangerschaft, Geburt, Atem- und Entspannungsübungen, Wochenbett, Stillen, Babypflege, Tragen, Behördenwege nach der Geburt d. Kindes, Entwicklung d. Kindes, Bindung zum Kind und Stärkung der Elternrolle.</p>

<p>Fr 9.5. ab 8:00 Uhr <u>Terminvergabe</u> <u>Anmeldung</u> <u>erforderlich</u> 0676 - 86643585</p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3 mit Mag.^a Isabella Kornberger <i>Klinische- und Gesundheitspsychologin</i></p>	<p>Psychologische Sprechstunde für Mütter, Väter, Großeltern und Bezugspersonen von Kindern in den ersten drei Lebensjahren. Vor und nach der Geburt eines Kindes ergeben sich für Familien oft viele Fragen. Wir wollen Familien rasch und unkompliziert Einzelberatung in der herausfordernden Zeit anbieten. In einer ruhigen, gemütlichen Atmosphäre bieten wir Beratung und Begleitung bei all Ihren Fragen von kindlicher Entwicklung, Schrei- Schlaf- und vieles mehr an.</p>
<p>Mo 12.5. 9:30 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3 mit Julia Maierhofer <i>Diätologin</i></p>	<p>ÖGK – Workshop Gemüsetigeralarm! Ernährung von 1 bis 3 Jahren Damit aus unseren Kleinsten keine Naschkatzen, sondern richtige Gemüsetiger werden, muss man sie schon früh für unser vielfältiges Nahrungsangebot begeistern. Dieser kostenlose Workshop behandelt Themen wie: Mahlzeitenhäufigkeit und –verteilung; Spinat und Co - was Kinder jetzt brauchen; Gaumenkitzel - so kommen Kinder auf den Geschmack; Süßes oder Saures? - Tipps für das richtige Maß; Kinderlebensmittel unter der Lupe.</p>
<p>Mo 12.5. 14 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u></p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin</i></p>	<p>Babytreff mit Eltern- & Trageberatung Vieles hat sich verändert, seid Ihr Kind auf der Welt ist. Viele Fragen tun sich auf, manchmal auch Unsicherheiten. Da tut es gut, wenn man in einer entspannten Atmosphäre kennenlernen, Kontakte knüpfen und Erfahrungen austauschen kann und Beratung rund um Stillen, Stillschwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege, Tragen, emotionale Bindung, Alltagsbewältigung, etc. bekommt. Gerne können die Babys auch gewogen und gemessen werden.</p>
<p>Di 13.5. 9:00 Uhr <u>Begrenzte</u> <u>Teilnehmerzahl</u> <u>Bitte</u> <u>Anmeldung unter</u> 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Ursula Grabner <i>Hebamme</i></p>	<p>Bewegt durch die Schwangerschaft Mit der Geburt steht nicht nur ein emotional bewegtes Ereignis, sondern auch eine körperliche Höchstleistung an. In 3. Terminen können Sie Beckenlösungsübungen, spezielle Übungen für den Rücken, sowie Haltungsempfehlungen um Beschwerden vorzubeugen, aufgelockert durch Entspannungsübungen und Info-Runden. Die Gymnastik kann auch als Auffrischung für Zweitgebärende besucht werden.</p>
<p>Di 13.5. 10:15 Uhr <u>Begrenzte</u> <u>Teilnehmerzahl</u> <u>Anmeldung</u> <u>erforderlich</u> 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Ursula Grabner <i>Hebamme</i></p>	<p>Rückbildungsgymnastik In 3. Terminen werden kräftigende, die Beweglichkeit fördernde Übungen vorgestellt. Nach der Geburt verlangt der Beckenboden nach verstärkter Achtsamkeit und gezielter Kräftigung der Beckenbodenmuskulatur. Unter fachkundiger Anleitung werden Bauchmuskulatur und Beckenboden gezielt trainiert und das dazugehörige theoretische Wissen vermittelt. Bei gemeinsamen Übungen mit den Babys kommt der Spaß dabei auch nicht zu kurz. Im Anschluss können die Babys auf Wunsch gewogen und gemessen werden und die Sozialarbeiterin steht für Fragen und Anliegen zur Verfügung</p>
<p>Di 13.5. 14 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0650 – 4364640 0676 – 866 43 585</p>	<p>Mürzzuschlag <u>Mürzer Hebammen</u> Grazer Str. 75 mit Jennifer Strebinger <i>Hebamme</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin</i></p>	<p>Mama - Babytreff Vieles hat sich verändert, seid Ihr Kind auf der Welt ist. Viele Fragen tun sich auf, manchmal auch Unsicherheiten. Da tut es gut, wenn man in einer entspannten Atmosphäre kennenlernen, Kontakte knüpfen und Erfahrungen austauschen kann und Beratung rund um Stillen, Stillschwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege, Tragen, emotionale Bindung, Alltagsbewältigung, etc. bekommt. Gerne können die Babys auch gewogen und gemessen werden.</p>

<p>Mi 14.5. 8:30 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0650 - 4428340</p>	<p>Kapfenberg <i>ISGS Kapfenberg</i> Grazer Str. 3 mit Elisabeth Eichkitz <i>Hebamme</i></p>	<p>Hebammensprechstunde für schwangere Frauen Inhalte: alle Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Stillen, Babypflege, etc.</p>
<p>Mi 14.5. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Kapfenberg <i>ISGS Kapfenberg</i> Grazer Str. 3 mit Elisabeth Eichkitz <i>Hebamme</i></p>	<p>Mama*Papa Café Ein wohltuender Treff für Jungeltern mit ihren Babys bis zum ersten Lebensjahr! Du kannst dich auszutauschen und bekommst Beratung rund um Stillen, Stillschwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege. Gerne kannst du dein Baby wiegen und messen lassen.</p>
<p>Mi 14.5. 9:00 Uhr 10:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Angelika Macher <i>Zert. Babyzeichensprache & artgerecht® Kursleiterin Melanie Rohrhofer Dipl. Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Singen & Spielen mit allen Sinnen Eltern – Kind – Treffen Unsere Kinder entdecken ihre Welt spielerisch und mit allen Sinnen! Beim gemeinsamen Singen, Spielen und Basteln erleben und lernen wir voneinander und miteinander! Die Handgesten der Zwergensprache® begleiten das Spielen und erleichtert so die Kommunikation mit unseren Kindern. In einem geschützten Rahmen können Kinder ihre ersten Erfahrungen in ihrer Selbstwirksamkeit erleben! Eltern können sich austauschen und erhalten Informationen zu allen wichtigen Entwicklungsthemen. Für Eltern und Betreuungspersonen mit ihren Kindern ab Krabbelalter bis 3 Jahre.</p>
<p>Mi 14.5. 19:00 Uhr <u>Anmeldung mit E-Mailadresse</u></p>	<p>ONLINE mit Mag.^a Ingrid Reinhalter <i>Psychologin, GFK Multiplikatorin, systemischer Familien Coach</i> <u>Anmeldung mit E-Mailadresse</u> 0676 – 866 43 585 bhbm-ebz@stmk.gv.at</p>	<p>ONLINE Bedürfniswahrnehmung <i>Vortrags- & Gesprächsreihe Freiheit von Gewalt</i> Alle Menschen haben dieselben Bedürfnisse. In Kontakt mit unseren Bedürfnissen zu sein schafft Entspannung und Frieden. Wenn wir um diese Kraft in uns wissen und unsere Bedürfnisse bewusst wahrnehmen und nähren, so erreichen wir eine vollkommen neue Qualität der Selbstfürsorge.</p>
<p>Do 15.5. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Thörl <i>Elternberatungsstelle</i> Palbersdorf 86 neben Freizeithaus mit Grabner Ursula <i>Hebamme</i></p>	<p>Eltern-Treff mit Elternberatung bietet für Mamas und Papas ab der Geburt die Möglichkeit sich in einer entspannten Atmosphäre zu treffen und Erfahrungen auszutauschen. Die Hebamme informieren und beraten die Eltern zu den Themen: Stillen, Stillschwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege, kindliche Entwicklung, Alltagsbewältigung uvm. Gerne können die Babys auch gewogen und gemessen werden.</p>

<p>Do 15.5. ab 9:30 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0676 - 86643585</p>	<p>Mariazell <i>Elternberatungsstelle</i> Grazer Str. 25 mit Julia Maierhofer ÖGK Diätologin Melanie Rohrhofer Sozialarbeiterin</p>	<p>Richtig Essen von Anfang an! Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit Damit Mutter und Kind von Anfang an optimal versorgt sind, ist eine ausgewogene und gesunde Ernährung eine wichtige Basis bereits in der Schwangerschaft und dann auch in der Stillzeit! Babys erstes Löffelchen - Ernährung im Beikostalter Unser Baby lernt essen! Um den 6. Lebensmonat reichen Muttermilch und Säuglingsnahrung alleine nicht mehr aus, damit ein Kind gut gedeihen kann. Alle Fragen rund um die bunte Babykost werden praxisnah für einen erfolgreichen Umstieg zur Beikost beantwortet. Gemüsetigeralarm! Ernährung von 1 bis 3 Jahren Damit aus unseren Kleinsten keine Naschkatzen, sondern richtige Gemüsetiger werden, muss man sie schon früh für unser vielfältiges Nahrungsangebot begeistern. Was brauchen Kinder jetzt? Mahlzeitenhäufigkeit und – verteilung, Süßes oder Saures? - Tipps für das richtige Maß und die Kinderlebensmittel unter der Lupe.</p>
<p>Fr 16.5. 9:00 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Frühe Hilfen Steiermark Nadine Kerschbaum <i>Frühförderin, Sonderkindergartenpädagogin</i> Katharina Hussauf <i>Rota- & Ergotherapeutin</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin</i></p>	<p>Ich bin EINZIGARTIG Eltern – Kind – Treffen Treffen für Familien von Kindern mit besonderen Bedürfnissen Rota Handling Workshop Das Rota-Handling ist ein einfaches, erprobtes und gut durchdachtes Prinzip, welches mit etwas Übung im Alltag leicht umzusetzen ist. Durch die erlernten Handgriffe können wir die sensomotorische Entwicklung unseren Säuglingen und Kleinkindern gut unterstützen: die Regulation der Körpergrundspannung vom Gehirn aus lässt frühkindlichen Reflexen regelhafte Entwicklung zu, genauso können Wahrnehmungserfahrungen gut integriert werden. Bitte ein Handtuch oder eine kleine Decke mitbringen.</p>
<p>Mo 19.5. 9:00 Uhr <u>Anmeldung erforderlich!</u> 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Thomas Kammerhofer <i>Dipl. Gesundheits- und Krankenpfleger</i></p>	<p>Richtig reagieren bei Säuglings- & Kindernotfällen Dieser 3-stündige Kurs soll Sicherheit geben, um Kindern/Säuglingen in Akutsituationen bzw. bei Verletzungen oder Erkrankungen entsprechend Erste Hilfe leisten zu können. Sie können Ihre Kinder gerne mitnehmen</p>
<p>Mo 19.5. 14 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Christine Maier <i>Still- Laktationsberaterin IBCLC Dipl. Kinderkrankenschwester</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin</i></p>	<p>Babytreff mit Still-, Ernährungs- & Trageberatung Vieles hat sich verändert, seid Ihr Kind auf der Welt ist. Viele Fragen tun sich auf, manchmal auch Unsicherheiten. Da tut es gut, wenn man in einer entspannten Atmosphäre kennenlernen, Kontakte knüpfen und Erfahrungen austauschen kann und Beratung rund um Stillen, Stillschwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege, Tragen, emotionale Bindung, Alltagsbewältigung, etc. bekommt. Gerne können die Babys auch gewogen und gemessen werden.</p>

<p>Mo 19.5. 17:00 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Sabine Schmitz Hebamme</p>	<p>Vorbereitung auf Geburt und Elternschaft Schwangerschaft – Geburt – Stillen – Wochenbett – Babypflege 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! Unserer Hebamme informiert Sie über alle Fragen rund um die Schwangerschaft, Geburt, Gebärpositionen, Wochenbett, Stillen besprochen und auch Atmungs- und Entspannungsübungen kommen nicht zu kurz.</p>
<p>Di 20.5. 9:00 Uhr <u>Begrenzte Teilnehmerzahl</u> <u>Bitte Anmeldung unter</u> 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Ursula Grabner Hebamme</p>	<p>Bewegt durch die Schwangerschaft Mit der Geburt steht nicht nur ein emotional bewegtes Ereignis, sondern auch eine körperliche Höchstleistung an. In 3. Terminen können Sie Beckenlösungsübungen, spezielle Übungen für den Rücken, sowie Haltungsempfehlungen um Beschwerden vorzubeugen, aufgelockert durch Entspannungsübungen und Info-Runden. Die Gymnastik kann auch als Auffrischung für Zweitgebärende besucht werden.</p>
<p>Di 20.5. 10:15 Uhr <u>Begrenzte Teilnehmerzahl</u> <u>Anmeldung erforderlich</u> 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Ursula Grabner Hebamme</p>	<p>Rückbildungsgymnastik In 3. Terminen werden kräftigende, die Beweglichkeit fördernde Übungen vorgestellt. Nach der Geburt verlangt der Beckenboden nach verstärkter Achtsamkeit und gezielter Kräftigung der Beckenbodenmuskulatur. Unter fachkundiger Anleitung werden Bauchmuskulatur und Beckenboden gezielt trainiert und das dazugehörige theoretische Wissen vermittelt. Bei gemeinsamen Übungen mit den Babys kommt der Spaß dabei auch nicht zu kurz. Im Anschluss können die Babys auf Wunsch gewogen und gemessen werden und die Sozialarbeiterin steht für Fragen und Anliegen zur Verfügung</p>
<p>Di 20.5. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Mürzzuschlag <u>Elternberatungsstelle</u> Grazer Straße 4. mit Maria Obereier <i>Elementar-& Hortpädagogin</i> Melanie Rohrhofer <i>Dipl. Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Singen & Spielen mit allen Sinnen Eltern – Kind – Treffen Unsere Kinder entdecken ihre Welt spielerisch und mit allen Sinnen! Beim gemeinsamen Singen, Spielen und Basteln erleben und lernen wir voneinander und miteinander! In einem geschützten Rahmen können Kinder ihre ersten Erfahrungen in ihrer Selbstwirksamkeit erleben! Eltern können sich austauschen und erhalten Informationen zu allen wichtigen Entwicklungsthemen. Für Eltern und Betreuungspersonen mit ihren Kindern ab Krabbelalter bis 3 Jahre.</p>
<p>Di 20.5. 15:00 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0664 – 80 55 329</p>	<p>St. Barbara im Mürztal <u>EKIZ</u> Untere Berggasse 4 mit Sabine Schmitz Hebamme</p>	<p>Elternberatung - Baby & Kleinkind Runde für Eltern mit Babys von 0 bis 36 Monaten Mütter-/ Elternberatung des EBZ Bruck/Mur Information und Kurzberatung rund um Stillen, Stillschwierigkeiten, Brustprobleme, Abstillen, altersgerechte Flaschenernährung, Beikost, Babypflege, kindliche Entwicklung, Schlafen, Schreien, Eltern-Kind-Bindung, Alltagsbewältigung, etc., auf Wunsch auch Wachstums- und Gewichtskontrollen.</p>
<p>Mi 21.5. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Kapfenberg <u>ISGS Kapfenberg</u> Grazer Str. 3 mit Elisabeth Eichkitz Hebamme</p>	<p>Mama*Papa Café Ein wohlthuender Treff für Jungeltern mit ihren Babys bis zum ersten Lebensjahr! Du kannst dich auszutauschen und bekommst Beratung rund um Stillen, Stillschwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege. Gerne kannst du dein Baby wiegen und messen lassen.</p>

<p>Mi 21.5. 9:00 Uhr 10:00 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Angelika Macher Zert. Babyzeichensprache & artgerecht® Kursleiterin Melanie Rohrhofer Dipl. Sozialarbeiterin</p>	<p>Singen & Spielen mit allen Sinnen Eltern – Kind – Treffen Unsere Kinder entdecken ihre Welt spielerisch und mit allen Sinnen! Beim gemeinsamen Singen, Spielen und Basteln erleben und lernen wir voneinander und miteinander! Die Handgesten der Zwergensprache® begleiten das Spielen und erleichtert so die Kommunikation mit unseren Kindern. In einem geschützten Rahmen können Kinder ihre ersten Erfahrungen in ihrer Selbstwirksamkeit erleben! Eltern können sich austauschen und erhalten Informationen zu allen wichtigen Entwicklungsthemen. Für Eltern und Betreuungspersonen mit ihren Kindern ab Krabbelalter bis 3 Jahre.</p>
<p>Mi 21.5. 14:30 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0650 - 6905694</p>	<p>Kapfenberg <u>ISGS Kapfenberg</u> Grazer Str. 3 mit Mag.^a Isabella Kornberger Klinische- u. Gesundheitspsychologin</p>	<p>Gesprächsrunde: Wie lerne ich mit Ängsten umzugehen Wenn Ängste, Unsicherheiten, Stress Kinder begleiten, zeigen sich diese in den unterschiedlichsten Formen: Bauchschmerzen, Anhänglichkeit, Nervosität, Reizbarkeit, Ein-/Durch-Schlafschwierigkeiten.... Wie wirken sich Ängste bei Kindern aus? Wie können wir unsere Kinder dabei begleiten und einen guten Umgang damit entwickeln? Erhalte Tipps, um Anzeichen zu erkennen und Kinder zu stärken.</p>
<p>Do 22.5. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Thörl <u>Elternberatungsstelle</u> Palbersdorf 86 neben Freizeithaus mit Grabner Ursula Hebamme</p>	<p>Eltern-Treff mit Elternberatung bietet für Mamas und Papas ab der Geburt die Möglichkeit sich in einer entspannten Atmosphäre zu treffen und Erfahrungen auszutauschen. Die Hebamme informieren und beraten die Eltern zu den Themen: Stillen, Stillschwierigkeiten, Flaschnahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege, kindliche Entwicklung, Alltagsbewältigung uvm. Gerne können die Babys auch gewogen und gemessen werden.</p>
<p>Do 22.5. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Mariazell <u>Elternberatungsstelle</u> Grazer Str. 25 mit Irene Hinterhofer Hebamme Melanie Rohrhofer Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin</p>	<p>Elternrunde mit Elternberatung – mit Rückbildungsgymnastik Mamas und Papas treffen sich mit ihren Babys und Kindern um Erfahrungen auszutauschen und erhalten Beratung rund um Stillen, Ernährung, Babypflege, Tragen, Bindung, Entwicklung und Alltagsbewältigung bis zum 3. Lebensjahr auf. Gerne können die Babys auch gewogen und gemessen werden und die Mamas können Übungen zur Rückbildungsgymnastik kennenlernen. Außerdem spielen, singen und basteln wir gemeinsam - lernen voneinander und miteinander. So können Kinder im geschützten Rahmen ihre ersten Erfahrungen in ihrer Selbstwirksamkeit machen.</p>
<p>Do 22.5. 11:00 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0676 - 86643585</p>	<p>Mariazell <u>Elternberatungsstelle</u> Grazer Str. 25 mit Irene Hinterhofer Hebamme</p>	<p>Vorbereitung Geburt und Elternschaft Schwanger und ihre Partner können sich auf ihre Rolle als Mama und Papa vorbereiten und erhalten alle wichtigen Informationen rund um Schwangerschaft, Geburt, Atem- und Entspannungsübungen, Wochenbett, Stillen, Babypflege, Tragen, Behördenwege nach der Geburt d. Kindes, Entwicklung d. Kindes, Bindung zum Kind und Stärkung der Elternrolle.</p>
<p>Fr 23.5. 9:30 Uhr <u>Anmeldung mit E-Mailadresse</u></p>	<p>ONLINE mit Mag.^a Sabine Rühl-Krainer Klinische-und Gesundheitspsychologin <u>Anmeldung mit E-Mailadresse</u> 0676 – 866 43 585 bhbm-ebz@stmk.gv.at</p>	<p>ONLINE Schlaf gut – Babys und Kleinkinder gut in den Schlaf und durch die Nacht begleiten Manchmal fällt es Babys/Kleinkinder schwer zur Ruhe zu kommen, in den Schlaf zu sinken und „alleine“ einzuschlafen. Sie erhalten Informationen warum Babys Kleinkinder so schlafen wie sie schlafen und wie wir Eltern sie dabei gut in den Schlaf und durch die Nacht begleiten können.</p>

<p>Fr 23.5. 18:30 Uhr Bitte um Anmeldung 0676 – 866 43 585</p>	<p>Mürzzuschlag <u>Elternberatungsstelle</u> Grazer Straße 4. mit Mag.^a Ingrid Reinhalter <i>Psychologin, GFK Multiplikatorin, systemischer Familien Coach</i> Melanie Rohrhofer <i>Dipl. Sozialarbeiterin Trageberaterin, Rota Prophylaxe Anwenderin</i></p>	<p>Vorbereitung auf Elternschaft Eine Bindung fürs Leben! „Bindung kann wachsen und braucht manchmal einfach Zeit. Es ist nie zu spät, um Geborgenheit zu geben – wie auch immer der Anfang war.“ S. Mierau Bindung findet im Alltag statt. Stillen, Tragen, Familienbett und Co. werden gerne als Wundermittel für eine sichere Bindung empfohlen. Doch Bindung ist ein Prozess, der uns die gesamte Elternschaft über begleitet. Wie wir im täglichen Umgang mit unserem Kind für Sicherheit und Zuverlässigkeit sorgen können, das besprechen wir in dieser Gesprächsrunde.</p> <p>Behördenwege Die Geburt eines Kindes ist notwendigerweise mit einigen Behördenwegen verbunden, wir bieten einen Überblick was Sie benötigen um die wichtigsten Dokumente für ihr Kind zu erhalten</p>
<p>Mo 26.5. 9:30 Uhr Bitte um Anmeldung 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3 mit Julia Maierhofer <i>Diätologin</i></p>	<p>ÖGK – Workshop Babys erstes Löffelchen - Ernährung im Beikostalter Unser Baby lernt essen! Um den 6. Lebensmonat reichen Muttermilch und Säuglingsnahrung alleine nicht mehr aus, damit ein Kind gut gedeihen kann. Alle Fragen rund um die bunte Babykost werden praxisnah für einen erfolgreichen Umstieg zur Beikost beantwortet.</p>
<p>Mo 26.5. 14 Uhr OHNE Anmeldung</p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Sabine Palan <i>Still- Laktationsberaterin IBCLC Dipl. Kinderkrankenschwester</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin</i></p>	<p>Babytreff mit Still-, Ernährungs- & Trageberatung Vieles hat sich verändert, seid Ihr Kind auf der Welt ist. Viele Fragen tun sich auf, manchmal auch Unsicherheiten. Da tut es gut, wenn man in einer entspannten Atmosphäre kennenlernen, Kontakte knüpfen und Erfahrungen austauschen kann und Beratung rund um Stillen, Stillschwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege, Tragen, emotionale Bindung, Alltagsbewältigung, etc. bekommt. Gerne können die Babys auch gewogen und gemessen werden.</p>
<p>Di 27.5. 14 Uhr Bitte um Anmeldung 0676 – 866 43 585</p>	<p>Mürzzuschlag <u>Elternberatungsstelle</u> Grazer Str. 4 mit Theresa Ziegerhofer <i>Hebamme</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Mama - Babytreff Vieles hat sich verändert, seid Ihr Kind auf der Welt ist. Viele Fragen tun sich auf, manchmal auch Unsicherheiten. Da tut es gut, wenn man in einer entspannten Atmosphäre kennenlernen, Kontakte knüpfen und Erfahrungen austauschen kann und Beratung rund um Stillen, Stillschwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege, Tragen, emotionale Bindung, Alltagsbewältigung, etc. bekommt. Gerne können die Babys auch gewogen und gemessen werden.</p>
<p>Mi 28.5. 9:00 Uhr 10:30 Uhr OHNE Anmeldung</p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Angelika Macher <i>Zert. Babyzeichensprache & artgerecht® Kursleiterin</i> Melanie Rohrhofer <i>Dipl. Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Singen & Spielen mit allen Sinnen Eltern – Kind – Treffen Unsere Kinder entdecken ihre Welt spielerisch und mit allen Sinnen! Beim gemeinsamen Singen, Spielen und Basteln erleben und lernen wir voneinander und miteinander! Die Handgesten der Zwergensprache® begleiten das Spielen und erleichtert so die Kommunikation mit unseren Kindern. In einem geschützten Rahmen können Kinder ihre ersten Erfahrungen in ihrer Selbstwirksamkeit erleben! Eltern können sich austauschen und erhalten Informationen zu allen wichtigen Entwicklungsthemen. Für Eltern und Betreuungspersonen mit ihren Kindern ab Krabbelalter bis 3 Jahre.</p>

<p>Mi 28.5. 9:30 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u></p>	<p>Kapfenberg <i>ISGS Kapfenberg</i> Grazer Str. 3 mit Elisabeth Eichkitz <i>Hebamme</i></p>	<p>Mama*Papa Café Ein wohlthuender Treff für Jungeltern mit ihren Babys bis zum ersten Lebensjahr! Du kannst dich auszutauschen und bekommst Beratung rund um Stillen, Stillschwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege. Gerne kannst du dein Baby wiegen und messen lassen.</p>
<p>Mi 28.5. 15:00 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u></p>	<p>Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Frühe Hilfen Steiermark Nadine Kerschbaum <i>Sonderkindergartenpädagogin</i> Melanie Rohrhofer <i>Dipl. Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Zwillingstreffen Du bist Vater / Mutter von Zwillingen (oder mit Zwillingen schwanger) und möchtest andere Zwillingeltern kennenlernen? Dann bist Du bei unserem Treffen in lockerer Runde mit deinen Kindern Herzlich willkommen! Wir tauschen uns aus und unterstützen uns bei allen Fragen zum Alltag mit Zwillingen und wie kann ich beiden Kindern gerecht werden, alle weiteren Themen rund um das Leben mit Zwillingen, die euch interessieren oder wir schauen unseren Kindern beim gemeinsamen Spielen zu!</p>

Anmeldung bei DSA Melanie Rohrhofer: unter 0676-866 43 585 und per Email: bhbm-ebz@stmk.gv.at an den Standorten:

EBZ – Bruck/Mur - Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock, 8600 Bruck/Mur

Elternberatungsstelle Mariazell - Grazer Straße 25, 8630 Mariazell

Elternberatungsstelle Mürzzuschlag - Grazer Straße 4, 8680 Mürzzuschlag

Eltern-Kind-Zentrum Mürztal - Stelzhamerstr. 5/1, 8662 St. Barbara im Mürztal Tel: 0664 – 80 55 329

Mürzer Hebammen – Grazer Straße 75a, 8680 Mürzzuschlag Tel: 0650 – 4364640

Anmeldung bei Dipl. Hebamme Elisabeth Eichkitz: unter 0650- 4428340 an den Standort:
ISGS Kapfenberg Grazer Straße 3, 8605 Kapfenberg - **Mittwoch** 9:30 – 11 Uhr

Anmeldung bei Dipl. Hebamme Ursula Grabner : unter 0664- 2231415 an den Standort:
Elternberatungsstelle Thörl, Palbersdorf 86 8621 Thörl - **Donnerstag** 9:30 – 11:00 Uhr