

EBZ

Eltern-
beratungs-
zentrum-



Bruck - Mürzzuschlag

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



„Wir werden Eltern“ 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, sozialarbeiterische Hilfestellung, Information und Beratung für werdende Eltern, zur Vorbereitung auf die spannende Zeit mit Baby und die seelischen, körperlichen und partnerschaftlichen Veränderungen!

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



www.soziales.steiermark.at
Bezirkshauptmannschaft Bruck-Mürzzuschlag

EBZ Bruck-Mürzzuschlag
0676 866 43 585 oder bhbm-ebz@stmk.gv.at



 Das Land
Steiermark
→ Soziales, Arbeit
und Integration



EBZ Bruck

**Geburtsvorbereitung – Wochenbett
Stillen – Babypflege**

Viktoria Sabor Hebamme

Viktoria Sabor Hebamme

Mittwoch 17:30 Uhr

Mi 10.9. & 17.9.25

Mi 24.9.2025

Dienstag 17 Uhr

Di 30.9.2025

Kinderbetreuungsgeld und Wochengeld

Silke Klaus AK Arbeiterkammer Bruck

Behördenwege

Melanie Rohrhofer Sozialarbeiterin

Di 30.9.2025



FaWoZi Kapfenberg Grazer Straße 3

Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit **Mittwoch 8.10.2025 14 Uhr**

Julia Maierhofer Diätologin ÖGK

Do's & Don'ts für eine gute Bindung

Montag 20.10.2025 17 Uhr

Mag. ^aIsabella Kornberger Klinische- Gesundheitspsychologin,

Björn Pichler, M. Rohrhofer Sozialarbeiter*In

EBZ Bruck

Montag 17 Uhr

Versteh Dein Baby! Weinen verstehen - weniger Stress - mehr Schlaf

Mo 3.11.2025

Mag. ^aAngelika Macher Zert. Dunstan Babyzeichensprache & artgerecht® Kursleiterin

Trageberatung Wie trage ich mein Baby richtig von Anfang an

Mo 3.11.2025

Melanie Rohrhofer Trageberaterin, Sozialarbeiterin, Rota – Prophylaxe Anwenderin

Kinderbetreuungsgeld und Wochengeld

Mo 10.11.2025

Silke Klaus AK Arbeiterkammer Bruck

Behördenwege

Melanie Rohrhofer Sozialarbeiterin

Mo 10.11.2025

Geburtsvorbereitung – Wochenbett **Sabine Schmitz** Hebamme

Mo 17.11. und

Mo 24.11.2025

Stillen – Babypflege

Sabine Schmitz Hebamme

Mo 01.12.2025

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 Entspannungs-übungen 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

2.12.2025, 9.12.2025, 16.12.2025

Einstieg und Teilnahme an einzelnen Terminen ist möglich!

Bitte um Anmeldung unter 0676-866 43 585 oder bhbm-ebz@stmk.gv.at

