



Elternberatungszentrum
EBZ
Bruck -
Mürzzuschlag

0676 866 43 585 oder 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
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

Ein kostenloses Angebot des steirischen Sozialressorts

FaWoZi Kapfenberg

Montag 17 Uhr

Eine Bindung fürs Leben! Wie entsteht der Bindungsaufbau bei Säuglingen **Mo 30.6.2025**

Mag. ^a Isabella Kornberger Klinische- Gesundheitspsychologin, **Björn Pichler, M. Rohrhofer** Sozialarbeiterin

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.

EBZ Bruck

Montag 17 Uhr

Kinderbetreuungsgeld und Wochengeld

Mo 7.7.2025

Silke Klaus AK Arbeiterkammer Bruck

Fragen zu: Pauschales oder einkommensabhängiges Kinderbetreuungsgeld, – was passt für uns?

Mutterschutz, Papamonat, Elternkarenz– worauf habe ich Anspruch?

Sämtliche Antworten erhalten Sie von den Expertinnen der AK

Behördenwege **Melanie Rohrhofer** Sozialarbeiterin

Mo 7.7.2025

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

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 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