

Veranstaltungen Bezirk Oktober 2026 im Bezirk Bruck-Mürzzuschlag

Do 1.10. 9:00 Uhr <u>Anmeldung erforderlich</u> <u>Begrenzte Teilnehmerzahl</u> 0676 – 866 43 585	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Katharina Kemeter Gesundheitstrainerin, Yogalehrerin	Yoga für Schwangere Eine bewusste Schwangerschaft und Geburt erleben und Ängste vor der Geburt abbauen. Mit Yoga ist es möglich, Gelassenheit zu üben und Ruhe zu erfahren. Mit Körper-, Atem-, Visualisierungs- und Entspannungsübungen lernen wir uns selbst besser wahrzunehmen und in die eigene Kraft zu kommen. Das Vertrauen in uns und die Verbindung zum Baby wird gestärkt. Wenn keinerlei medizinische Bedenken vorliegen und du dich wohlfühlst, kannst du bis zum Tag der Geburt bzw. 6-8 Wochen nach vaginaler Geburt sowie 10-12 Wochen nach Kaiserschnitt trainieren. Bei diesem spezialisierten Ganzkörpertraining für Schwangere werden in 3. Terminen pränatalen Übungen vorgestellt.
Do 1.10. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u>	Thörl <u>Elternberatungsstelle</u> Palbersdorf 86 neben Freizeithaus mit Viktoria Sabor Hebamme	Eltern – Kind – 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.
Do 1.10. 10:15 Uhr <u>Anmeldung erforderlich</u> <u>Begrenzte Teilnehmerzahl</u> 0676 – 866 43 585	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Katharina Kemeter Gesundheitstrainerin, Yogalehrerin	Mama – Baby Yoga Eine bewusste Schwangerschaft und Geburt erleben und Ängste vor der Geburt abbauen. Mit Yoga ist es möglich, Gelassenheit zu üben und Ruhe zu erfahren. Mit Körper-, Atem-, Visualisierungs- und Entspannungsübungen lernen wir uns selbst besser wahrzunehmen und in die eigene Kraft zu kommen. Das Vertrauen in uns und die Verbindung zum Baby wird gestärkt. Wenn keinerlei medizinische Bedenken vorliegen und du dich wohlfühlst, kannst du ab 6-8 Wochen nach vaginaler Geburt sowie 10-12 Wochen nach Kaiserschnitt trainieren. Bei diesem spezialisierten Ganzkörpertraining für frischgebackene Mamas werden in 3. Terminen postpartale Übungen vorgestellt.
Do 1.10. 19:00 Uhr <u>Bitte um Anmeldung mit E-mailadresse</u> 0676 – 866 43 585 oder bhhm-ebz@stmk.gv.at	ONLINE mit Valerie Fleissner Logopädin	ONLINE Kindliche Sprachentwicklung <i>Wissenswertes über die Sprachentwicklung Ihres Kindes und wie Sie Ihr Kind dabei unterstützen können</i> Kinder lernen Sprache und Sprechen nach eigenen Regeln. Sie eignen sich nach und nach die Sprache an. Als Eltern haben Sie großen Einfluss auf die sprachliche Entwicklung Ihres Kindes. Die Basis dafür sind Zuwendung, Sprechfreude und sprachliche Vorbilder. Hier erhalten Sie Alltagstipps wie Sie die Sprechfreude Ihres Babys anregen können und wie sie Ihr Kind beim Sprechenlernen spielerisch unterstützen können und was Sie besser vermeiden sollten.

Fr 2.10. 9:30 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0676 – 866 43 585	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Mag.^a Ingrid Reinhalter <i>Psychologin, GFK Multiplikatorin, systemischer Familien Coach</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin</i>	Friedvolle Elternschaft Kinder achtsam begleiten Friedvolle Elternschaft bedeutet nicht, immer ruhig zu bleiben oder jede Herausforderung gelassen zu meistern. Sie beginnt dort, wo wir versuchen zu verstehen, was hinter dem Verhalten eines Kindes steckt – und auch, was in uns selbst berührt wird. In diesem Webinar werfen wir einen bindungs- und bedürfnisorientierten Blick auf den Familienalltag und erkunden Wege, Kinder achtsam, respektvoll und gleichzeitig klar zu begleiten. Für mehr Verbindung, weniger Machtkämpfe und ein Miteinander, das von Vertrauen getragen wird.
SA 2.10. 10:00 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0664 – 80 55 329	St. Barbara im Mürztal <u>EKIZ</u> Untere Berggasse 4 mit Sabine Schmitz <i>Hebamme</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin</i>	Eltern – Café und Babytreff Für Eltern mit Kindern von 0 bis 24 Monaten Ob frischgebackene Mama, Papa oder andere Bezugsperson: Hier sind alle herzlich willkommen! In entspannter Atmosphäre sprechen wir über Themen, die euch im Alltag mit Baby wirklich bewegen – z. B. Schlafen, Schreien, Rückbildung, Stillen, die Hausapotheke für Babys & Kleinkinder und Strategien zur Alltagsbewältigung.
Mo 5.10. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u>	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Christine Maier <i>Still- Laktationsberaterin IBCLC Dipl. Kinderkrankenschwester</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin</i>	Babytreff mit Still-, Ernährungs- & Trageberatung Schwerpunktthema Teilstillen - Abstillen 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 Stktilen, Still Schwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege, Tragen, emotionale Bindung, Alltagsbewältigung, etc. bekommt. Gerne können die Babys auch gewogen und gemessen werden.
Di 6.10. 9:30 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0676 – 866 43 585	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Dr.ⁱⁿ Karin Köck & Mag.^a Melanie Seifter <i>Klinische-Gesundheitspsychologin</i>	Tränen, Trotz und Wutanfall Kleinkinder müssen noch viel lernen und stoßen im Alltag an ihre körperlichen, sprachlichen und emotionalen Grenzen. Stoßen sie auf Widerstand oder gelingt ihnen ein Vorhaben nicht, kann das eine heftige Trotzreaktion auslösen. Kleinkinder in der Trotzphase werden von ihren Gefühlen (wie z.B. Wut, Traurigkeit, Angst) regelrecht überwältigt und sie haben noch nicht gelernt, ihre Gefühle zu regulieren. In dieser Gesprächsrunde erhalten sie 13 wertvolle Tipps und Hilfestellungen um gestärkt durch diese herausfordernde Zeit zu kommen.
Mi 7.10. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u>	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Angelika Macher <i>Zert. Babyzeichensprache & artgerecht® Kursleiterin</i>	Singen & Spielen mit allen Sinnen Eltern – Kind – Treff 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.

Mi 7.10. 9:30 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u>	Kapfenberg <i>ISGS Kapfenberg</i> Grazer Str. 3 mit Elisabeth Eichkitz Hebamme Melanie Rohrhofer Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin	Babytreff mit Trage- & Rotaberatung Ein wohlthuender Treff für Jungeltern mit ihren Babys bis zum ersten Lebensjahr! Du kannst dich auszutauschen und bekommst Beratung rund um Stillen, Stillschwierigkeiten, Flaschnahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege. Gerne kannst du dein Baby wiegen und messen lassen.
Mi 7.10. 13:00 Uhr <u>Bitte</u> <u>Anmeldung unter</u> 0676 – 866 43 585	Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Thomas Kammerhofer Dipl. Gesundheits- und Krankenpfleger	Richtig reagieren bei Säuglings- & Kindernotfällen Dieser 3-stündige Workshop soll Sicherheit geben, um Kindern/Säuglingen in Akutsituationen bzw. bei Verletzungen oder Erkrankungen entsprechend Erste Hilfe leisten zu können.
Do 8.10. 9:00 Uhr <u>Anmeldung erforderlich</u> <u>Begrenzte Teilnehmerzahl</u> 0676 – 866 43 585	Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Katharina Kemeter Gesundheitstrainerin, Yogalehrerin	Yoga für Schwangere Eine bewusste Schwangerschaft und Geburt erleben und Ängste vor der Geburt abbauen. Mit Yoga ist es möglich, Gelassenheit zu üben und Ruhe zu erfahren. Mit Körper-, Atem-, Visualisierungs- und Entspannungsübungen lernen wir uns selbst besser wahrzunehmen und in die eigene Kraft zu kommen. Das Vertrauen in uns und die Verbindung zum Baby wird gestärkt. Wenn keinerlei medizinische Bedenken vorliegen und du dich wohlfühlst, kannst du bis zum Tag der Geburt bzw. 6-8 Wochen nach vaginaler Geburt sowie 10-12 Wochen nach Kaiserschnitt trainieren. Bei diesem spezialisierten Ganzkörpertraining für Schwangere werden in 3. Terminen pränatalen Übungen vorgestellt
Do 8.10. 9:30 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u>	Thörl <i>Elternberatungsstelle</i> Palbersdorf 86 neben Freizeitheim mit Grabner Ursula Hebamme	Eltern – Kind – 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.
Do 8.10. 10:15 Uhr <u>Anmeldung erforderlich</u> <u>Begrenzte Teilnehmerzahl</u> 0676 – 866 43 585	Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Katharina Kemeter Gesundheitstrainerin, Yogalehrerin	Mama – Baby Yoga Eine bewusste Schwangerschaft und Geburt erleben und Ängste vor der Geburt abbauen. Mit Yoga ist es möglich, Gelassenheit zu üben und Ruhe zu erfahren. Mit Körper-, Atem-, Visualisierungs- und Entspannungsübungen lernen wir uns selbst besser wahrzunehmen und in die eigene Kraft zu kommen. Das Vertrauen in uns und die Verbindung zum Baby wird gestärkt. Wenn keinerlei medizinische Bedenken vorliegen und du dich wohlfühlst, kannst du ab 6-8 Wochen nach vaginaler Geburt sowie 10-12 Wochen nach Kaiserschnitt trainieren. Bei diesem spezialisierten Ganzkörpertraining für frischgebackene Mamas werden in 3. Terminen postpartale Übungen vorgestellt

Do 8.10. 14 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0650 – 4364640 0676 – 866 43 585	Mürzzuschlag <u>Mürzer Hebammen</u> Grazer Str. 75 mit Jennifer Strebinger Hebamme Lucija Jurišić Sozialarbeiterin, SAFE Mentorin, Moto- u. SOKI Pädagogin, BBT Beraterin, Rota – Prophylaxe Anwenderin	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.
Mo 12.10. 9:30 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0676 – 866 43 585	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Julia Maierhofer Diätologin	Gemüsetiger Alarm! Ernährung von 1-3 Jahren Richtig essen von Anfang an! Workshop 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.
ONLINE Mo 12.10. 19:00 Uhr <u>Bitte um Anmeldung mit E-mailadresse</u> 0676 – 866 43 585 oder bhhbm- ebz@stmk.gv.at	ONLINE mit Katharina Prietl Physiotherapeutin	ONLINE Kinderfüße – Kinderschuhe Eine Studie des Österreichischen Bundesministerium ergab, dass 69% der Kindergartenkinder in Österreich zu kurze Straßenschuhe und 88% zu kurzen Hausschuhen trugen! Alarmierende Zahlen findest du nicht? Damit du die richtige Schuhwahl für dein Kind treffen kannst, informiert Katharina Prietl dich über Anatomie des Fußes Fuß-/Beinentwicklung - Schuhe ab wann - der richtige Schuh - die richtige Passform – Schuhgrößen - Schuhe- /Fus messen - Barfußschuhe - Socken/Strumpfhosen - gebrauchte Schuhe. Dieser Vortrag richtet sich an Eltern mit Kindern in jedem Alter. Wissen über den richtigen Schuhen, über die richtige Passform eines Schuhs ist immer wichtig, auch für Erwachsene! Für dieses Wissen ist es nie zu spät!
Di 13.10. 9:30 Uhr OHNE Anmeldung	Mariazell <u>Elternberatungsstelle</u> Grazer Str. 25 mit Jenifer Strebinger Hebamme Melanie Rohrhofer Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin	Eltern-Kind-Runde Schwerpunktthema 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.
Di 13.10. 11:00 Uhr <u>Telefonische Anmeldung erforderlich</u> 0676 - 86643585	Mariazell <u>Elternberatungsstelle</u> Grazer Str. 25 mit Jennifer Strebinger Hebamme Melanie Rohrhofer Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin	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.

Mi 14.10. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u>	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Angelika Macher Zert. Babyzeichensprache & artgerecht® Kursleiterin Melanie Rohrhofer Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin	Singen & Spielen mit allen Sinnen Eltern – Kind – Treff 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.
Mi 14.10. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u>	Kapfenberg <u>ISGS Kapfenberg</u> Grazer Str. 3 mit Elisabeth Eichkitz Hebamme	Babytreff 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.
Mi 14.10. 11:30 Uhr <u>Begrenzte Teilnehmerzahl Anmeldung erforderlich</u> 0676 – 86643585	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Angelika Macher Zert. Babyzeichensprache & artgerecht® Kursleiterin	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.
ONLINE Do 15.10. 9:00 Uhr <u>Bitte um Anmeldung mit E-mailadresse</u> 0676 – 866 43 585 oder bhbm-ebz@stmk.gv.at	ONLINE mit Mag.^a Sabine Rühl-Krainer Klinische-und Gesundheitspsychologin	ONLINE Entspannt(er) schlaf als Familie – selbst beruhigen und in den Schlaf finden Entspannen, (sich selbst) beruhigen und zur Ruhe kommen sind wichtige Voraussetzungen um gut in den Schlaf zu finden. Oft fällt es Babys und Kindern schwer einzuschlafen und zur Ruhe zu kommen. Das Einschlafen dauert lange und/oder wird von Weinen und Schreien begleitet. Der Workshop bietet Informationen und unterschiedliche Strategien um ihr Kind dabei zu unterstützen zur Ruhe zu finden, sich selbst zu beruhigen und das passenden Einschlafritual zu finden.

Do 15.10. 9:00 Uhr <u>Anmeldung erforderlich</u> <u>Begrenzte Teilnehmerzahl</u> 0676 – 866 43 585	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Katharina Kemeter Gesundheitstrainerin, Yogalehrerin	Yoga für Schwangere Eine bewusste Schwangerschaft und Geburt erleben und Ängste vor der Geburt abbauen. Mit Yoga ist es möglich, Gelassenheit zu üben und Ruhe zu erfahren. Mit Körper-, Atem-, Visualisierungs- und Entspannungsübungen lernen wir uns selbst besser wahrzunehmen und in die eigene Kraft zu kommen. Das Vertrauen in uns und die Verbindung zum Baby wird gestärkt. Wenn keinerlei medizinische Bedenken vorliegen und du dich wohlfühlst, kannst du bis zum Tag der Geburt bzw. 6-8 Wochen nach vaginaler Geburt sowie 10-12 Wochen nach Kaiserschnitt trainieren. Bei diesem spezialisierten Ganzkörpertraining für Schwangere werden in 3. Terminen pränatalen Übungen vorgestellt.
Do 15.10. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u>	Thörl <u>Elternberatungsstelle</u> Palbersdorf 86 neben Freizeitheim mit Ursula Grabner Hebamme	Eltern – Kind – 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.
Do 15.10. 10:15 Uhr <u>Anmeldung erforderlich</u> <u>Begrenzte Teilnehmerzahl</u> 0676 – 866 43 585	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Katharina Kemeter Gesundheitstrainerin, Yogalehrerin	Mama – Baby Yoga Eine bewusste Schwangerschaft und Geburt erleben und Ängste vor der Geburt abbauen. Mit Yoga ist es möglich, Gelassenheit zu üben und Ruhe zu erfahren. Mit Körper-, Atem-, Visualisierungs- und Entspannungsübungen lernen wir uns selbst besser wahrzunehmen und in die eigene Kraft zu kommen. Das Vertrauen in uns und die Verbindung zum Baby wird gestärkt. Wenn keinerlei medizinische Bedenken vorliegen und du dich wohlfühlst, kannst du ab 6-8 Wochen nach vaginaler Geburt sowie 10-12 Wochen nach Kaiserschnitt trainieren. Bei diesem spezialisierten Ganzkörpertraining für frischgebackene Mamas werden in 3. Terminen postpartale Übungen vorgestellt.
Fr 16.10. 9:30 Uhr <u>Anmeldung erforderlich unter</u> 0676 – 866 43 585	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Markus Messner MSc D.O Kinderosteopath – Osteopath	Was Dir der Körper Deines Babys sagen will Wann kann deinem Baby eine osteopathische Begleitung helfen? Schlaf, Schreien und Blähungen verstehen – frühe Signale richtig einordnen Lieblingsseite, Schiefhals & Asymmetrien Was ist normal, was sollte ich beachten? Wissen und Alltagstipps für Eltern
Mo 19.10. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u>	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Sabine Palan Still- Laktationsberaterin IBCLC Dipl. Kinderkrankenschwester zertifizierte Krisenbegleiterin Melanie Rohrhofer Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin	Babytreff mit Still-, Ernährungs- & Trageberatung Schwerpunktthema Wie kleine Gewohnheiten den Alltag in den ersten Monaten erleichtern 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.

Di 20.10. 9:30 Uhr <u>Bitte um</u> <u>Anmeldung</u> 0676 – 866 43 585	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Andrea Goriupp <i>Zahngesundheitsexpertin</i>	Gesunde Zähne von Anfang an Die ersten Zahnchen der Kinder sind für Eltern ein besonderer Moment. Damit wird nicht nur das Lächeln der Kleinen noch einmaliger, sondern auch die Weichen für die zukünftige Zahngesundheit werden gestellt. Themen, wie die kindgerechte Mundhygiene von Anfang an, die zahngesunde Ernährung, die Rolle der Eltern oder alles zu Schnuller, Fläschchen & Co werden ausführlich besprochen. Alle Eltern sind herzlich eingeladen sich Tipps rund um die kindliche Zahngesundheit abzuholen.
Di 20.10. 14:00 Uhr <u>Bitte</u> <u>Anmeldung unter</u> 0676 – 866 43 585	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Frühe Hilfen Steiermark Ines Mühlböck - Agnes Schranz <i>Familienbegleiterin</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i> <i>Rota – Prophylaxe Anwenderin</i>	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!
Mi 21.10. 9:30 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u>	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Angelika Macher <i>Zert. Babyzeichensprache & artgerecht® Kursleiterin</i>	Singen & Spielen mit allen Sinnen Eltern – Kind – Treff 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.
Mi 21.10. 9:30 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u>	Kapfenberg <u>ISGS Kapfenberg</u> Grazer Str. 3 mit Elisabeth Eichkitz <i>Hebamme</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i> <i>Rota – Prophylaxe Anwenderin</i>	Babytreff mit Trage- & Rotaberatung 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.
Mi 21.10. ab 12:00 Uhr <u>Bitte um</u> <u>Anmeldung</u> 0676 – 866 43 585	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Mag.ª Michaela Wickl <i>Budgetberatung</i>	Kind – Geld – und Ich Finanzplan leicht gemacht Deine Lebenssituation hat oder wird sich verändern, wegen Familiengründung, Jobwechsel, Trennung, etc... Wir bieten Information um eine Verbesserung Deiner Einnahmen/Ausgabensituation zu ermöglichen. Wo? Wie? Welche? Anträge können gestellt werden.
Mi 21.10. 15:00 Uhr <u>Bitte um</u> <u>Anmeldung</u> 0664 – 80 55 329	St. Barbara im Mürztal <u>EKIZ</u> Untere Berggasse 4 mit Mag.ª Isabella Kornberger <i>Klinische- u. Gesundheitspsychologin</i>	Kindern Wurzeln & Flügel geben Grenzsetzen (k)ein Problem Grenzen geben unseren Kindern Sicherheit und Geborgenheit, Regeln geben Halt im Alltag, der Spaß darf dabei jedoch nicht zu kurz kommen. So können wir unseren Kindern Wurzeln und Flügel geben. Wo gibt es in unserem Familienalltag Grenzsituationen mit unseren Kindern und wie kann aus "Grenzreibung" Wärme und Zuneigung entstehen? Wie können wir unsere Kinder auf ihrem Weg zu lebensfrohen und konfliktfähigen Persönlichkeiten unterstützen?

Do 22.10. 9:30 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0676 – 866 43 585	Thörl <u>Elternberatungsstelle</u> Palbersdorf 86 neben Freizeitheim mit Julia Maierhofer Diätologin	Richtig essen von Anfang an! Workshop Beikost Ernährung im ersten Lebensjahr Unser Baby lernt essen! Um den 6. Lebensmonat reichen Muttermilch und Säuglingsnahrung alleine nicht mehr aus, damit ein Kind gut gedeihen kann. Doch wie geht es jetzt am besten weiter? Diese und viele weitere Fragen rund um die bunte Babykost werden praxisnah für einen erfolgreichen Umstieg zur Beikost beantwortet. Ihr Baby können Sie gerne mitnehmen.
Do 22.10. 14 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0650 – 4364640 0676 – 866 43 585	Mürzzuschlag <u>Mürzer Hebammen</u> Grazer Str. 75 mit Jennifer Strebing Hebamme Lucija Jurišić Sozialarbeiterin, SAFE Mentorin, Moto- u. SOKI Pädagogin, BBT Beraterin, Rota – Prophylaxe Anwenderin	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.
Di 27.10. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u>	Mariazell <u>Elternberatungsstelle</u> Grazer Str. 25 mit Maria Krempf Hebamme Melanie Rohrhofer Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin	Eltern-Kind-Runde 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.
Di 27.10. 11:00 Uhr <u>Telefonische Anmeldung erforderlich</u> 0676 – 86643585	Mariazell <u>Elternberatungsstelle</u> Grazer Str. 25 mit Maria Krempf Hebamme Melanie Rohrhofer Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin	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.
Mi 28.10. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u>	Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3/1 mit Melanie Rohrhofer Trageberaterin, Sozialarbeiterin Rota – Prophylaxe Anwenderin	Singen & Spielen mit allen Sinnen Eltern – Kind – Treff 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.

Mi 28.10. 9:30 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u>	Kapfenberg <u>ISGS Kapfenberg</u> Grazer Str. 3 mit Elisabeth Eichkitz <i>Hebamme</i>	Babytreff 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.
Do 29.10. 9:30 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u>	Thörl <u>Elternberatungsstelle</u> Palbersdorf 86 neben Freizeitheim mit Ursula Grabner <i>Hebamme</i>	Eltern – Kind – 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.

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 Elternberatungsstelle Thörl: Palbersdorf 86, 8621 Thörl **Donnerstag** 9:30 – 11:00 Uhr

Dipl. Hebamme Ursula Grabner: unter 0664 - 2231415

Dipl. Hebamme Viktoria Sabor: unter 0670 - 3564086