



Regionale Eltern- beratung Steiermark

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

Elternberatungsstelle Mariazell - Grazer Straße 25, 8630 Mariazell

Elternberatungsstelle Thörl - Palbersdorf 86, 8621 Thörl

Kooperationspartner

Familienwohnzimmer Kapfenberg - Grazer Straße 3, 8605 Kapfenberg

EKiZ Mürztal - Untere Berggasse 4, 8662 St. Barbara im Mürztal



Angebote regionale Elternberatung

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



www.soziales.steiermark.at
Bezirkshauptmannschaft Bruck – Mürzzuschlag



 Das Land
Steiermark
→ Soziales, Arbeit
und Integration



Elternrunde – Babytreff mit Elternberatung für Mütter und Väter mit den Babys bis 3 Jahre Donnerstag 9:30 – 11:00

Irene Hinterhofer Hebamme, **Melanie Rohrhofer** Sozialarbeiterin, Trageberaterin

Vieles hat sich verändert, seid Ihr Kind auf der Welt ist. Viele Fragen tun sich auf, da tut es gut, wenn man in einer entspannten Atmosphäre Gleichgesinnte kennenlernen, Kontakte knüpfen kann, wir spielen, singen gemeinsam und Sie können Erfahrungen austauschen, aber auch Anregungen, fachkundige Information, Beratung und Unterstützung bekommen. Für Ihre Fragen und Anliegen zu Themen wie: Entwicklung Ihres Kindes, Ernährung, Babypflege, Stillen, Schlafen, Tragen, emotionale Bindung, Alltagsbewältigung, etc. stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Auf Wunsch werden die Babys gewogen und gemessen.

VORBEREITUNG auf GEBURT & ELTERNCHAFT

Donnerstag 11:00 – 12:30

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

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!

Irene Hinterhofer Hebamme, **Melanie Rohrhofer** Sozialarbeiterin, Trageberaterin

stehen für alle Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Stillen, Babypflege, Atem- und Entspannungsübungen, Behördenwege nach der Geburt d. Kindes, Entwicklung d. Kindes, Bindung zum Kind und Stärkung der Elternrolle. Die werdenden Eltern sollen in ihre Rolle als Mutter und Vater unterstützt und gestärkt werden.

TRAGEBERATUNG

Auf Anfrage im Rahmen der Elternrunde – Babytreff
und nach Terminvereinbarung

Melanie Rohrhofer Sozialarbeiterin, Trageberaterin

Babys wollen auch nach der Geburt getragen werden und das Tragen von Babys und Kleinkindern entspricht unserer Natur. Tragen fördert: Bindung und Entwicklung, wirkt beruhigend und entspannend für das Kind - für die Eltern bedeutet Tragen: Mobilität, es ist bequem und kuschelig, es ist gesund und natürlich. Die Trageberatung soll dabei helfen die richtige Trage für die Eltern zu finden und eine gute Trageweise zu gewährleisten, die für Eltern und das Kind als angenehm empfunden werden.





Elternrunde – Babytreff mit Elternberatung

für Mütter und Väter mit den Babys bis 3 Jahren

jeden **Donnerstag** 9:30 – 11:00

Ausnahme: Oster-, Weihnachtsferien und Sommerferien 14tägig;

Ursula Grabner Hebamme, **Renate Mayer-Potetz** Sozialarbeiterin

Vieles hat sich verändert, seid Ihr Kind auf der Welt ist. Viele Fragen tun sich auf, da tut es gut, wenn man in einer entspannten Atmosphäre Gleichgesinnte kennenlernen und Kontakte knüpfen kann. Die Hebamme und die Sozialarbeiterin informieren und beraten die Eltern zu den Themen: Stillen, Stillschwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege, kindliche Entwicklung, Alltagsbewältigung uvm. Auf Wunsch werden die Babys gewogen und gemessen.

Informationen zu den aktuellen Angeboten im Bezirk für Eltern und Kinder in den ersten 3. Lebensjahren des Elternberatungszentrums Bruck-Mürzzuschlag finden Sie unter



www.bh-bruck-muerzzuschlag.steiermark.at

Der Bezirk – Elternberatungszentrum

Kindernotfallkurs



Unfälle, Verletzungen, plötzliche Erkrankungen, Vergiftungen, aber auch schwere Störungen von Bewusstsein, Atmung und Kreislauf versetzen Eltern oftmals in Angst. In diesem Kurs lernen Sie mit diesen Situationen richtig umzugehen. Nicht nur für Eltern, auch für Großeltern und all jene, die häufig mit Kindern zu tun haben, sind diese Informationen wichtig! Dieser Kurs dauert 6 Stunden und wird auf 2 Tage, zu je 3 Stunden aufgeteilt.

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

Die Termine werden in Absprache mit dem Roten Kreuz, im ganzen Bezirk im Laufe des Jahres festgelegt und bekannt gegeben.

Kooperationspartner

Kapfenberg

FamilienWohnZimmer - Grazer Straße 3

0650 690 56 94 od. 03862 21500-9

fawozi@isgs.at

www.familienwohnzimmer.at



Mama - Cafe

für Mütter und Väter mit den Babys bis 3 Jahre

jeden **Mittwoch** 9:30 – 11:00

Information unter Elisabeth Eichkitz 0650 – 442 83 40

Elisabeth Eichkitz Hebammen

Ein wohltuender Treff für Mamas mit ihren Babys bis zum ersten Lebensjahr! Du kannst dich austauschen und bekommst Beratung rund um Stillen, Stillschwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung oder Babypflege. Gerne kannst du dein Baby wiegen und messen lassen!

Hebammensprechstunde

jeden **2. Mittwoch** im Monat von 8:30 bis 9:30 Uhr

Bitte um Anmeldung unter Elisabeth Eichkitz 0650 – 442 83 40

Elisabeth Eichkitz Hebammen

Deine ganz persönliche Beratung in der Schwangerschaft, rund um Geburt, Säuglingspflege, Ernährung oder Stillen. Damit alles schön rundläuft!



0664 805 5329

St. Barbara - Mitterdorf

Eltern-Kind-Zentrum Mürztal

Untere Berggasse 4, 8662 St. Barbara im Mürztal

ekiz-muerztal@kinderfreunde-steiermark.at

www.famak.at

Elternrunde – Babytreff mit Elternberatung

für Mütter und Väter mit den Babys bis 3 Jahre

3. Dienstag im Monat von 15:00 bis 16:30 Uhr

Oster-, Sommer- und Weihnachtsferien keine Termine

Bitte um Anmeldung unter EKIZ Mürztal 0664/80 55 329 oder 0676 866 43 585



Sabine Schmitz Hebamme, **Melanie Rohrhofer** Sozialarbeiterin, Trageberaterin

Vieles hat sich verändert, seid Ihr Kind auf der Welt ist. Viele Fragen tun sich auf, da tut es gut, wenn man in einer entspannten Atmosphäre Gleichgesinnte kennenlernen, Kontakte knüpfen kann, wir spielen, singen gemeinsam und Sie können Erfahrungen austauschen, aber auch Anregungen, fachkundige Information, Beratung und Unterstützung bekommen. Für Ihre Fragen und Anliegen zu Themen wie: Entwicklung Ihres Kindes, Ernährung, Babypflege, Stillen, Schlafen, Tragen, emotionale Bindung, Alltagsbewältigung, etc. stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Auf Wunsch werden die Babys gewogen und gemessen.

Gesprächsrunden für Eltern und Betreuungspersonen

Telefonische erreichbar Mo - Fr 8:30 -12:00 Bitte um Anmeldung unter 0676-866 43 585 od. bhbm-ebz@stmk.gv.at

Di 16.4.2024 19:00 Uhr **FREIHEIT VON GEWALT Bedürfniswahrnehmung**

Mag.^a Ingrid Reinhalter

*Psychologin,
GFK Multiplikatorin,
systemischer Familien Coach*

Alle Menschen haben dieselben Bedürfnisse. Im 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.



Di 14.5.2024 19.00 Uhr **FREIHEIT VON GEWALT Bindung & Bindungsaufbau**

Lucija Jurišić, MA

*Heil- und Sonderpädagogin,
Sozialarbeiterin,
SAFE Mentorin*

Liebe, Geborgenheit, Sicherheit und Schutz ist die Basis für eine gesunde Entwicklung. Eine sichere Bindung zu Bezugspersonen bildet ein stabiles Fundament für die Persönlichkeit des Kindes. Welche Bindungstypen gibt es und wie wirken sich diese auf die Beziehungen zu anderen und im Familienleben aus? Wie kann ein guter Bindungsaufbau zum Kind gelingen?



Do 23.5.2024 9:30 Uhr **Baby- und Kinderschlafstunde**

Mag.^a Sabine Rühl-Krainer

*Klinische- u. Gesundheits-
Psychologin*

Rund um Baby- und Kinderschlaft stellen sich uns Eltern viele Frage: Wann schlafen Babys durch? Ist es normal, dass sie so oft aufwachen? Ist es ok mein Baby in den Schlaf zu stillen? Die Gesprächsrunde bietet Informationen rund um die kindliche Schlafentwicklung im Baby- und Kleinkindalter – warum Babys/Kinder so schlafen wie sie schlafen, Tipps und Tricks um ihren Bedürfnissen entsprechend in den Schlaf und durch die Nacht zu begleiten.



Di 18.6.2024 9:30 Uhr **Zahngesundheit - Gesunde Milchzähne (0 bis 3 Jahre)**

Andrea Goriupp

Styria Vitalis

Die ersten Zähnchen der Kinder sind etwas Besonderes. Damit das auch so bleibt erhalten Sie hier anschaulich und individuell Information über die kindgerechte Mundhygiene von Anfang an, die Rolle der Eltern, eine zahngesunde Ernährung oder alles zu Schnuller und Fläschchen. Holen Sie sich Tipps und Tricks rund um die kindliche Zahngesundheit

Di 18.6.2024 19:00 Uhr **FREIHEIT VON GEWALT Feinfühligkeit im Familienalltag**

Lucija Jurišić, MA

*Heil- und Sonderpädagogin,
Sozialarbeiterin,
SAFE Mentorin*

Die Wahrnehmung und Versorgung eigener Bedürfnisse fördert die Feinfühligkeit zum Kind. Durch ein feinfühliges Miteinander gelingt es die Bedürfnisse des Kindes wahrzunehmen, richtig zu deuten und angemessen darauf zu reagieren. Dadurch wird die Bindung zwischen Kind und Bezugsperson gestärkt.
Welchen Gewinn hat dieser Zugang für das Familienleben?



Informationen zu den aktuellen Angeboten im Bezirk für Eltern und Kinder in den ersten 3. Lebensjahren des Elternberatungszentrums Bruck-Mürzzuschlag finden Sie unter

www.bh-bruck-muerzzuschlag.steiermark.at

Der Bezirk – Elternberatungszentrum





**Koloman Wallisch Platz 3
1. Stock, 8600 Bruck/Mur**

Telefonische Erreichbarkeit Mo – Fr 8:30 – 12:00

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

www.bh-bruck-muerzzuschlag.steiermark.at Der Bezirk – Elternberatungszentrum

Unsere Angebote im Überblick

Einzelberatung für (werdende) Eltern mit Kindern bis 3 Jahren

Gerne beraten wir Sie in Fragen zur Schwangerschaft, Erziehung oder bei sozialen Anliegen auch einzeln. Um ausreichend für Sie da zu sein, ersuchen wir um Terminvereinbarung

Vorbereitung auf Geburt und Elternschaft

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

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

Die Hebamme Ursula Grabner begleitet Sie Bewegt durch die Schwangerschaft.

Elternberatung

Beratung und Unterstützung von Eltern bei ihren Pflege- und Betreuungsaufgaben von Säuglingen und Kleinkindern von 0-3 Jahren durch Sozialarbeiterin, Hebammen und ICBLC Still- und Laktationsberaterin

Offene Elternrunde – Babytreff und Eltern-Kind-Treff

Bei diesen offenen Gruppen werden Fragen zu verschiedenen Themen der Babypflege, Kinderentwicklung, Kindererziehung und Kinderbetreuung mit unseren Expertinnen und Experten besprochen. Auch der offene Austausch ist möglich. Die Gruppen werden durch die Sozialarbeiterin des Elternberatungszentrums, Melanie Rohrhofer, mit den Honorarkräften geleitet. An den Standorten Kapfenberg und Thörl ist unsere Hebamme Ursula Grabner Ansprechperson.

Gesprächsrunden und Elternvorträge

In einer gemütlichen Atmosphäre haben Eltern und andere Bezugspersonen von Kindern bis zum Alter von drei Jahren die Möglichkeit sich Fachinformationen zu holen und sich mit unseren Experten und Expertinnen auszutauschen. Bei den online Gesprächsrunden können Sie von zu Hause aus, an den Elternvorträgen teilnehmen.

Kindernotfallkurs

Unfälle, Verletzungen, plötzliche Erkrankungen, Vergiftungen, aber auch schwere Störungen von Bewusstsein, Atmung und Kreislauf versetzen Eltern oftmals in Angst. In diesem Kurs lernen Sie mit diesen Situationen richtig umzugehen. Nicht nur für Eltern, auch für Großeltern und all jene, die häufig mit Kindern zu tun haben, sind diese Informationen wichtig!

Dieser Kurs dauert 6 Stunden und wird auf 2 Tage, zu je 3 Stunden aufgeteilt.

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

Die Termine werden in Absprache mit dem Roten Kreuz,
im ganzen Bezirk im Laufe des Jahres festgelegt und bekannt gegeben.