

## Veranstaltungen Bezirk November 2024 im Bezirk Bruck-Mürzzuschlag

<p><b>Mo 4.11.</b> 14 Uhr <b><u>OHNE</u></b> <b><u>Anmeldung</u></b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Bruck an der Mur</b>  <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit <b>Sabine Palan</b> <i>Still- Laktationsberaterin IBCLC Dipl.Kinderkrankenschwester <b>Melanie Rohrhofer</b> Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p><b>Babytreff mit Still-, Ernährungs- &amp; Trageberatung</b> 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><b>Mo 4.11.</b> 16:30 Uhr <b><u>Bitte um</u></b> <b><u>Anmeldung</u></b> 0676 – 866 43 585</p>	<p style="text-align: center;"><b>Bruck an der Mur</b>  <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit <b>Sabine Schmitz</b> Hebamme</p>	<p><b>Vorbereitung auf Geburt und Elternschaft Schwangerschaft – Geburt – Stillen – Wochenbett – Babypflege</b> 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, Gebärlpositionen, Wochenbett, Stillen besprochen und auch Atmungs- und Entspannungsübungen kommen nicht zu kurz.</p>
<p><b>Di 5.11</b> 9:00 Uhr <b><u>Bitte</u></b> <b><u>Anmeldung unter</u></b> 0676 – 866 43 585</p>	<p style="text-align: center;"><b>Bruck an der Mur</b>  <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit <b>Ursula Grabner</b> Hebamme</p>	<p><b>Bewegt durch die Schwangerschaft</b> 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><b>Di 5.11.</b> 10:15 Uhr <b><u>Begrenzte</u></b> <b><u>Teilnehmerzahl</u></b> <b><u>Anmeldung</u></b> <b><u>erforderlich</u></b> 0676 – 866 43 585</p>	<p style="text-align: center;"><b>Bruck an der Mur</b>  <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit <b>Ursula Grabner</b> Hebamme</p>	<p><b>Rückbildungsgymnastik</b> 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><b>Di 5.11.</b> 15 Uhr <b><u>Begrenzte</u></b> <b><u>Teilnehmerzahl</u></b> <b><u>Anmeldung</u></b> <b><u>erforderlich</u></b> 0676 – 866 43 585</p>	<p style="text-align: center;"><b>Bruck an der Mur</b>  <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit <b>Martina Diem</b> <i>Kindergarten- Hortpädagogin <b>Melanie Rohrhofer</b> Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p><b>Eltern – Kind Wahrnehmungsgruppe</b> <i>Eltern mit Kindern von 1 bis 3 Jahren - Ich will verstehen was - Du wirklich brauchst!</i> Das Kind lernt spielerisch kompetent und verantwortungsvoll mit eigenen Gefühlen und den Gefühlen anderer Menschen umzugehen. Die Eltern werden sensibilisiert für die Bedürfnisse und Gefühle der Kinder um diese besser verstehen und darauf reagieren zu können. Gewaltfreie Erziehung wird spielerisch mit Eltern und Kindern in dieser Gruppe erfahren: Emotionales Verständnis von sich selbst, sich in die Situation anderer einfühlen, hilfsbereit sein, eigene Wünsche, Bedürfnisse, Meinungen zum Ausdruck bringen und selbstbewusst vertreten.</p>

<p><b>Mi 6.11.</b> 9:30 Uhr <b><u>OHNE</u></b> <b><u>Anmeldung</u></b></p>	<p><b>Bruck an der Mur</b>  <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit <b>Melanie Rohrhofer</b> <i>Dipl. Sozialarbeiterin</i></p>	<p><b>Singen &amp; Spielen mit allen Sinnen</b>      <b>Eltern – Kind – Treffen</b> 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><b>Mi 6.11.</b> 9:30 Uhr <b><u>OHNE</u></b> <b><u>Anmeldung</u></b></p>	<p><b>Kapfenberg</b>  <u>ISGS Kapfenberg</u> Grazer Str. 3 mit <b>Melanie Rohrhofer</b> <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p><b>Mama*Papa Café</b> 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><b>Mi 6.11.</b> 14:30 Uhr <b><u>Bitte um</u></b> <b><u>Anmeldung</u></b>  0676 - 86643585</p>	<p><b>Bruck an der Mur</b>  <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit <b>Frühe Hilfen Steiermark</b> <b>Nadine Kerschbaum</b> <i>Frühförderin, Sonderkindergartenpädagogin</i> <b>Melanie Rohrhofer</b> <i>Dipl. Sozialarbeiterin</i></p>	<p><b>Zwillingstreffen</b> Du bist Vater / Mutter von Zwillingen (oder mit Zwillingen schwanger) und möchtest andere Zwillingse Eltern 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>
<p><b>Do 7.11.</b> 9:30 Uhr <b><u>OHNE</u></b> <b><u>Anmeldung</u></b></p>	<p><b>Mariazell</b>  <u>Elternberatungsstelle</u> Grazer Str. 25 mit <b>Melanie Rohrhofer</b> <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p><b>Elternrunde mit Elternberatung &amp; Rückbildungsgymnastik</b> 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 tun. 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><b>Do 7.11.</b> 11:00 Uhr <b><u>Bitte um</u></b> <b><u>Anmeldung</u></b>  0676 - 86643585</p>	<p><b>Mariazell</b>  <u>Elternberatungsstelle</u> Grazer Str. 25 mit <b>Melanie Rohrhofer</b> <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p><b>Vorbereitung Geburt und Elternschaft</b> 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><b>Do 7.11.</b> 9:30 Uhr <b><u>OHNE</u></b> <b><u>Anmeldung</u></b></p>	<p><b>Thörl</b>  <u>Elternberatungsstelle</u> Palbersdorf 86 neben Freizeitheim mit <b>Gabner Ursula</b> <i>Hebamme</i></p>	<p><b>Eltern-Treff mit Elternberatung</b> 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><b>Do 7.11.</b>  15 Uhr  <u>Bitte um  Anmeldung</u>  0676 - 86643585</p>	<p><b>Bruck an der Mur</b>  <u>EBZ</u>  Koloman Wallisch Platz 3.  1 Stock</p>	<p><b>Kasperltheater – Die Giraffe und der Wolf</b>  für Eltern mit Kindern ab 2 Jahre    Schon wieder gibt es Streit zwischen der Giraffe und dem Wolf und sie beginnen sich zu hauen und zu beißen. Wie können Kasperl und Seppl den beiden helfen? Und Welche Rolle hat die Hexe in diesem Stück?</p>
<p><b>Fr 8.11.</b>  9:30 Uhr  <u>Bitte um  Anmeldung</u>  0676 - 86643585</p>	<p><b>Bruck an der Mur</b>  <u>EBZ</u>  Koloman Wallisch Platz 3.  1 Stock  mit  <b>Judith Bauer</b>  <i>Elementarpädagogin,  Pastoralreferentin</i></p>	<p><b>GESPRÄCHSRUNDE</b>  <b>Kinder brauchen Rituale</b>  Die Welt ist vielfältig, schnelllebig und schön. Das beeindruckt Kinder, aber kann sie auch leicht überfordern. Rituale können dem Alltag, Leben und der Welt eine Ordnung geben, in der sich Kinder einfacher zurechtfinden. Bei diesem Treffen erfahren Sie mehr über die Grundlagen von Ritualen, ihren gezielten Einsatz und einige praktische Beispiele für zuhause.</p>
<p><b>Mo 11.11.</b>  14 Uhr  <u>Bitte um  Anmeldung</u>  0676 - 86643585</p>	<p><b>Bruck an der Mur</b>  <u>EBZ</u>  Koloman Wallisch Platz 3.  1 Stock  mit  <b>Angelika Macher</b>  <i>Zert. Babyzeichensprache &amp;  artgerecht® Kursleiterin</i>  <b>Melanie Rohrhofer</b>  <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p><b>GESPRÄCHSRUNDE</b>  <b>Mein Baby verstehen und Beruhigen</b>  Jeder Mensch - egal ob groß oder klein - möchte verstanden werden. Wie gelingt eine einfühlsame Begleitung auf Augenhöhe und gegenseitiges Verständnis von Anfang an? Wir informieren über die angeborenen Babylaute (Dunstan® Babysprache), wie Handgesten die Kommunikation erleichtern können und wie das Sprechen lernen funktioniert. Weniger Rätselraten bringt weniger Frust und mehr Leichtigkeit. Zusätzlich helfen Tipps, wie sich Babys gut beruhigen lassen.</p>
<p><b>Mo 11.11.</b>  14 Uhr  <u>Bitte um  Anmeldung</u>  0676 - 86643585</p>	<p><b>Bruck an der Mur</b>  <u>EBZ</u>  Koloman Wallisch Platz 3.  1 Stock  mit  <b>Angelika Macher</b>  <i>Zert. Babyzeichensprache &amp;  artgerecht® Kursleiterin</i>  <b>Melanie Rohrhofer</b>  <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p><b>Vorbereitung auf Geburt und Elternschaft</b>  <b>Versteh Dein Baby! Weinen verstehen - weniger Stress – mehr Schlaf</b>  Jedes Baby, jeder Mensch – egal ob groß oder klein – möchte verstanden werden. Wie gelingt eine einfühlsame Begleitung auf Augenhöhe und gegenseitiges Verständnis von Anfang an? Wir informieren über die angeborenen Babylaute (Dunstan® Babysprache). Weniger Rätselraten. Weniger Frust. Mehr Austausch. Mehr interaktives Miteinander in den ersten Wochen.</p>
<p><b>Di 12.11.</b>  14 Uhr  <u>Bitte um  Anmeldung</u>  0650 – 4364640</p>	<p><b>Mürzzuschlag</b>  <u>Mürzer Hebammen</u>  Grazer Str. 75a  mit  <b>Jennifer Strebinger</b>  <i>Hebamme</i>  <b>Melanie Rohrhofer</b>  <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p><b>Mama - Babytreff</b>  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><b>Di 12.11.</b> 15 Uhr</p> <p><b>Begrenzte Teilnehmerzahl</b>  <b>Anmeldung erforderlich</b></p> <p>0676 – 866 43 585</p>	<p><b>Bruck an der Mur</b></p> <p><u>EBZ</u>          Koloman Wallisch Platz 3.          1 Stock          mit  <b>Martina Diem</b>  <i>Kindergarten- Hortpädagogin</i>  <b>Melanie Rohrhofer</b>  <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p><b>Eltern – Kind Wahrnehmungsgruppe</b>  <i>Eltern mit Kindern von 1 bis 3 Jahren - Ich will verstehen was - Du wirklich brauchst!</i></p> <p>Das Kind lernt spielerisch kompetent und verantwortungsvoll mit eigenen Gefühlen und den Gefühlen anderer Menschen umzugehen. Die Eltern werden sensibilisiert für die Bedürfnisse und Gefühle der Kinder um diese besser verstehen und darauf reagieren zu können. Gewaltfreie Erziehung wird spielerisch mit Eltern und Kindern in dieser Gruppe erfahren: Emotionales Verständnis von sich selbst, sich in die Situation anderer einfühlen, hilfsbereit sein, eigene Wünsche, Bedürfnisse, Meinungen zum Ausdruck bringen und selbstbewusst vertreten.</p>
<p><b>Di 12.11.</b> 19:00 Uhr</p> <p><b>Bitte um Anmeldung</b></p> <p>0664 – 80 55 329</p>	<p><b>St. Barbara im Mürztal</b></p> <p><u>EKIZ</u>          Untere Berggasse 4          mit  <b>Mag.<sup>a</sup> Ingrid Reinhalter</b>  <i>Psychologin, GFK</i>  <i>Multiplikatorin, systemischer Familien Coach</i></p>	<p><b>GESPRÄCHSRUNDE – Freiheit von Gewalt</b>  <b>Selbstwirksamkeit und Selbstbestimmung</b></p> <p>Anstatt über Selbstwirksamkeit zu sprechen, geht es oft um den Begriff „Macht“. Dann ist schnell die Rede von „Tyrannenkindern“ und notwendigen Grenzen. Doch Selbstwirksamkeit bei Kindern ist ein Zeichen von Intelligenz. Welche Möglichkeiten habe ich, um Einfluss zu nehmen und wie kann dieser Bereich verändert werden?</p>
<p><b>Mi 13.11.</b> 8:30 Uhr</p> <p><b>Bitte um Anmeldung</b></p> <p>0650 - 4428340</p>	<p><b>Kapfenberg</b></p> <p><u>IGS Kapfenberg</u>          Grazer Str. 3          mit  <b>Elisabeth Eichkitz</b>  <i>Hebamme</i></p>	<p><b>Hebammensprechstunde</b></p> <p>für schwangere Frauen Inhalte: alle Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Stillen, Babypflege, etc.</p>
<p><b>Mi 13.11.</b> 9:30 Uhr</p> <p><b>OHNE Anmeldung</b></p>	<p><b>Kapfenberg</b></p> <p><u>IGS Kapfenberg</u>          Grazer Str. 3          mit  <b>Elisabeth Eichkitz</b>  <i>Hebamme</i></p>	<p><b>Mama*Papa Café</b></p> <p>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><b>Mi 13.11.</b> 9:30 Uhr</p> <p><b>OHNE Anmeldung</b></p>	<p><b>Bruck an der Mur</b></p> <p><u>EBZ</u>          Koloman Wallisch Platz 3.          1 Stock          mit  <b>Angelika Macher</b>  <i>Zert. Babyzeichensprache &amp; artgerecht® Kursleiterin</i>  <b>Melanie Rohrhofer</b>  <i>Dipl. Sozialarbeiterin</i></p>	<p><b>Singen &amp; Spielen mit allen Sinnen</b>      <b>Eltern – Kind – Treffen</b></p> <p>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><b>Mi 13.11.</b> 11:30 Uhr</p> <p><b>Begrenzte Teilnehmerzahl Anmeldung erforderlich</b></p> <p>0676 - 86643585</p>	<p><b>Bruck an der Mur</b></p> <p><u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit <b>Angelika Macher</b> Zert. Babyzeichensprache &amp; artgerecht® Kursleiterin</p>	<p><b>Babymassage</b></p> <p>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><b>Mi 13.11.</b> 14:00 Uhr</p> <p><b>OHNE Anmeldung</b></p>	<p><b>Bruck an der Mur</b></p> <p><u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit <b>Frühe Hilfen Steiermark</b> <b>Nadine Kerschbaum</b> Frühförderin, Sonderkindergartenpädagogin <b>Melanie Rohrhofer</b> Trageberaterin, Sozialarbeiterin</p>	<p><b>Ich bin EINZIGARTIG – mit BEHINDERTENANWALT</b></p> <p>Treffen für Familien von Kindern mit besonderen Bedürfnissen Nicht alle Kinder lernen das Gleiche zur gleichen Zeit - auf die gleiche Weise! Dieses Angebot richtet sich an alle, die mit Kindern mit Beeinträchtigungen zu tun haben. Ihr habt festgestellt – Euer Kind ist „anders“ – wir bieten hier die Möglichkeit sich mit Gleichgesinnten und Fachpersonen auszutauschen und Anregungen für das Familienleben zu erhalten</p>
<p><b>Do 14.11.</b> 9:00 – 12:00 Uhr</p> <p><b>Begrenzte Teilnehmerzahl Anmeldung erforderlich</b></p> <p>0676 – 866 43 585</p>	<p><b>Mariazell</b></p> <p><u>Elternberatungsstelle</u> Grazer Str. 25 mit <b>Thomas Kammerhofer</b> Dipl. Gesundheits- und Krankenpfleger</p>	<p><b>Richtig reagieren bei Säuglings- &amp; Kindernotfällen</b></p> <p>Dieser 3-stündigen Kurs soll Sicherheit geben, um Kindern/Säuglingen in Akutsituationen bzw. bei Verletzungen oder Erkrankungen entsprechend Erste Hilfe leisten zu können.</p>
<p><b>Fr 15.11.</b></p> <p><b>Termine nach Vereinbarung</b></p> <p>0676 - 86643585</p>	<p><b>Bruck an der Mur</b></p> <p><u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock</p>	<p><b>Einzelberatung</b></p> <p>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 Fragen von kindlicher Entwicklung, Schrei-, Schlaf- und Essproblemen der Kinder an. Dafür nehmen Sie mit uns telefonisch oder per Email kontakt auf, damit wir einen Termin vereinbaren können.</p>
<p><b>Mo 18.11.</b> 14 Uhr</p> <p><b>OHNE Anmeldung</b></p>	<p><b>Bruck an der Mur</b></p> <p><u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit <b>Sabine Palan</b> Still- Laktationsberaterin IBCLC Dipl. Kinderkrankenschwester <b>Melanie Rohrhofer</b> Trageberaterin, Sozialarbeiterin</p>	<p><b>Babytreff mit Still-, Ernährungs- &amp; Trageberatung</b></p> <p>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><b>Mo 18.11.</b>  16:30 Uhr  <u>Bitte um  Anmeldung</u>  0676 – 866 43 585</p>	<p><b>Bruck an der Mur</b>  <u>EBZ</u>  Koloman Wallisch Platz 3. 1  Stock  mit  <b>Sabine Schmitz</b>  Hebamme</p>	<p><b>Vorbereitung auf Geburt und Elternschaft</b>  <b>Schwangerschaft – Geburt – Stillen – Wochenbett – Babypflege</b>  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, Gebärlpositionen, Wochenbett, Stillen besprochen und auch  Atmungs- und Entspannungsübungen kommen nicht zu kurz.</p>
<p><b>Di 19.11</b>  9:00 Uhr  <u>Bitte  Anmeldung unter</u>  0676 – 866 43 585</p>	<p><b>Bruck an der Mur</b>  <u>EBZ</u>  Koloman Wallisch Platz 3. 1  Stock  mit  <b>Ursula Grabner</b>  Hebamme</p>	<p><b>Bewegt durch die Schwangerschaft</b>  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><b>Di 19.11.</b>  10:15 Uhr  <u>Begrenzte  Teilnehmerzahl  Anmeldung  erforderlich</u>  0676 – 866 43 585</p>	<p><b>Bruck an der Mur</b>  <u>EBZ</u>  Koloman Wallisch Platz 3. 1  Stock  mit  <b>Ursula Grabner</b>  Hebamme</p>	<p><b>Rückbildungsgymnastik</b>  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><b>Di 19.11.</b>  14 Uhr  <u>Bitte um  Anmeldung</u>  0650 – 4364640</p>	<p><b>Mürzzuschlag</b>  <u>Mürzer Hebammen</u>  Grazer Str. 75a  mit  <b>Jennifer Strebinger</b>  Hebamme  <b>Melanie Rohrhofer</b>  Trageberaterin, Sozialarbeiterin</p>	<p><b>Mama - Babytreff</b>  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><b>Di 19.11.</b>  15 Uhr  <u>Begrenzte  Teilnehmerzahl  Anmeldung  erforderlich</u>  0676 – 866 43 585</p>	<p><b>Bruck an der Mur</b>  <u>EBZ</u>  Koloman Wallisch Platz 3.  1 Stock  mit  <b>Martina Diem</b>  Kindergarten- Hortpädagogin  <b>Melanie Rohrhofer</b>  Trageberaterin, Sozialarbeiterin</p>	<p><b>Eltern – Kind Wahrnehmungsgruppe</b>  <i>Eltern mit Kindern von 1 bis 3 Jahren - Ich will verstehen was - Du  wirklich brauchst!</i>  Das Kind lernt spielerisch kompetent und verantwortungsvoll mit  eigenen Gefühlen und den Gefühlen anderer Menschen umzugehen.  Die Eltern werden sensibilisiert für die Bedürfnisse und Gefühle der  Kinder um diese besser verstehen und darauf reagieren zu können.  Gewaltfreie Erziehung wird spielerisch mit Eltern und Kindern in dieser  Gruppe erfahren: Emotionales Verständnis von sich selbst, sich in die  Situation anderer einfühlen, hilfsbereit sein, eigene Wünsche,  Bedürfnisse, Meinungen zum Ausdruck bringen und selbstbewusst  vertreten.</p>

<p><b>Mi 20.11.</b> 9:30 Uhr <b><u>OHNE</u></b> <b><u>Anmeldung</u></b></p>	<p><b>Bruck an der Mur</b>  <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit <b>Angelika Macher</b> Zert. Babyzeichensprache &amp; artgerecht® Kursleiterin <b>Melanie Rohrhofer</b> Dipl. Sozialarbeiterin</p>	<p><b>Singen &amp; Spielen mit allen Sinnen</b>      <b>Eltern – Kind – Treffen</b> 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><b>Mi 20.11.</b> 9:30 Uhr <b><u>OHNE</u></b> <b><u>Anmeldung</u></b></p>	<p><b>Kapfenberg</b>  <i>ISGS Kapfenberg</i> Grazer Str. 3 mit <b>Melanie Rohrhofer</b> Trageberaterin, Sozialarbeiterin</p>	<p><b>Mama*Papa Café</b> 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><b>Do 21.11.</b> 9:30 Uhr <b><u>OHNE</u></b> <b><u>Anmeldung</u></b></p>	<p><b>Mariazell</b>  <i>Elternberatungsstelle</i> Grazer Str. 25 mit <b>Irene Hinterhofer</b> Hebamme <b>Melanie Rohrhofer</b> Trageberaterin, Sozialarbeiterin</p>	<p><b>Elternrunde mit Elternberatung &amp; Rückbildungsgymnastik</b> 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><b>Do 21.11.</b> 11:00 Uhr <b><u>Bitte um</u></b> <b><u>Anmeldung</u></b> 0676 - 86643585</p>	<p><b>Mariazell</b>  <i>Elternberatungsstelle</i> Grazer Str. 25 mit <b>Irene Hinterhofer</b> Hebamme <b>Melanie Rohrhofer</b> Trageberaterin, Sozialarbeiterin</p>	<p><b>Vorbereitung Geburt und Elternschaft</b> 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><b>Do 21.11.</b> 8:00 Uhr <b><u>Anmeldung</u></b> <b><u>erforderlich</u></b> 0676 - 86643585</p>	<p><b>Thörl</b>  <i>Elternberatungsstelle</i> Palbersdorf 86 neben Freizeithaus mit <b>Johanna Maier</b> Rotes Kreuz</p>	<p><b>Erste Hilfe bei Notfällen mit Säuglingen und Kindern Teil 1.</b> 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! Die Kursdauer beträgt 8 Stunden – auf 2. Tagen zu je 4 Stunden aufgeteilt. Sie können Ihre Kinder gerne mitnehmen!</p>
<p><b>Mo 25.11.</b> 14 Uhr <b><u>OHNE</u></b> <b><u>Anmeldung</u></b></p>	<p><b>Bruck an der Mur</b>  <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit <b>Christine Maier</b> Still- Laktationsberaterin IBCLC Dipl. Kinderkrankenschwester <b>Melanie Rohrhofer</b> Trageberaterin, Sozialarbeiterin</p>	<p><b>Babytreff mit Still-, Ernährungs- &amp; Trageberatung</b> 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><b>Mo 25.11.</b></p> <p>16:30 Uhr</p> <p><b><u>Bitte um Anmeldung</u></b></p> <p>0676 - 86643585</p>	<p><b>Bruck an der Mur</b></p> <p><u>EBZ</u>          Koloman Wallisch Platz 3.          1 Stock          mit  <b>Mag.<sup>a</sup> Isabella Kornberger</b>          Klinische- u.          Gesundheitspsychologin</p>	<p><b>GESPRÄCHSRUNDE</b></p> <p><b>Lebendige Partnerschaft</b></p> <p>An diesen Abend geht es um die Vorstellungen, Bedürfnisse der Paare und um eure ganz individuelle Wertebasis für eure eigene, kleine Familie. Wie kann man trotz den Veränderungen durch die Kinder Paar bleiben? Gemeinsam in die Elternschaft zu wachsen und gleichzeitig die Paarbeziehung weiter stärken. Welche Tipps und Tricks erleichtern den Alltag mit Kindern? Welche Kommunikationsstrategien können zu einen entspannten Familienalltag beitragen?</p>
<p><b>Di 26.11</b></p> <p>9:00 Uhr</p> <p><b><u>Bitte Anmeldung unter</u></b></p> <p>0676 – 866 43 585</p>	<p><b>Bruck an der Mur</b></p> <p><u>EBZ</u>          Koloman Wallisch Platz 3. 1          Stock          mit  <b>Ursula Grabner</b>          Hebamme</p>	<p><b>Bewegt durch die Schwangerschaft</b></p> <p>Mit der Geburt steht nicht nur ein emotional bewegtes Ereignis, sondern auch eine körperliche Höchstleistung an.</p> <p>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><b>Di 26.11</b></p> <p>9:30 Uhr</p> <p><b><u>Bitte Anmeldung unter</u></b></p> <p>0676 – 866 43 585</p>	<p><b>Bruck an der Mur</b></p> <p><u>EBZ</u>          Koloman Wallisch Platz 3. 1          Stock          mit  <b>Dr.<sup>in</sup> Karin Köck</b>          Klinische- u.          Gesundheitspsychologin</p>	<p><b>GESPRÄCHSRUNDE</b></p> <p><b>Wie kann ich mein Kind in der Gefühlsentwicklung begleiten?</b></p> <p>Gefühle unserer Kinder wie Wut, Angst oder Traurigkeit können uns herausfordern.</p> <p>In diesem Workshop erhalten Sie Informationen darüber wie Sie Ihr Kind feinfühlig bei der Emotionsregulation unterstützen können.</p>
<p><b>Di 26.11.</b></p> <p>10:15 Uhr</p> <p><b><u>Begrenzte Teilnehmerzahl</u></b>  <b><u>Anmeldung erforderlich</u></b></p> <p>0676 – 866 43 585</p>	<p><b>Bruck an der Mur</b></p> <p><u>EBZ</u>          Koloman Wallisch Platz 3. 1          Stock          mit  <b>Ursula Grabner</b>          Hebamme</p>	<p><b>Rückbildungsgymnastik</b></p> <p>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><b>Di 26.11.</b></p> <p>15:00 Uhr</p> <p><b><u>Bitte um Anmeldung</u></b></p> <p>0664 – 80 55 329</p>	<p><b>St. Barbara im Mürztal</b></p> <p><u>EKIZ</u>          Untere Berggasse 4          mit  <b>Sabine Schmitz</b>          Hebamme  <b>Melanie Rohrhofer</b>          Sozialarbeiterin</p>	<p><b>Elternberatung - Baby &amp; Kleinkind Runde</b></p> <p>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><b>Mi 27.11.</b></p> <p>9:30 Uhr</p> <p><b><u>OHNE Anmeldung</u></b></p>	<p><b>Bruck an der Mur</b></p> <p><u>EBZ</u>          Koloman Wallisch Platz 3.          1 Stock          mit  <b>Melanie Rohrhofer</b>          Dipl. Sozialarbeiterin</p>	<p><b>Singen &amp; Spielen mit allen Sinnen Eltern – Kind – Treffen</b></p> <p>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><b>Mi 27.11.</b>          9:30 Uhr  <b><u>OHNE          Anmeldung</u></b></p>	<p><b>Kapfenberg</b>  <u>ISGS Kapfenberg</u>          Grazer Str. 3          mit  <b>Melanie Rohrhofer</b>  <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p><b>Mama*Papa Café</b>          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><b>Mi 27.11.</b>          16:00 Uhr  <b><u>Bitte          Anmeldung</u></b>          0676 – 866 43 585</p>	<p><b>Mariazell</b>  <u>Elternberatungsstelle</u>          Grazer Str. 25          mit  <b>Mag.<sup>a</sup> Isabella Kornberger</b>  <i>Klinische- u.          Gesundheitspsychologin</i></p>	<p><b>GESRÄCHSRUNDE</b>  <b>Umgang mit kleinen und großen Kinderängsten!</b>          Wenn Ängste, Unsicherheiten und Stress Kinder begleiten zeigen sich diese in den unterschiedlichsten Formen Bauchschmerzen, Anhänglichkeit, Nervosität, Reizbarkeit, (Ein-)Schlafschwierigkeiten, Alpträume, uvm. Tipps um zu erkennen – gut zu begleiten – und Kinder zu stärken Wie wirkt sich Ängste/Stress bei Kindern aus? Wie können wir unsere Kinder dabei begleiten und einen guten Umgang damit entwickeln?</p>
<p><b>Do 28.11.</b>          8:00 Uhr  <b><u>Anmeldung          erforderlich</u></b>          0676 - 86643585</p>	<p><b>Thörl</b>  <u>Elternberatungsstelle</u>          Palbersdorf 86          neben Freizeithaus          mit  <b>Johanna Maier</b>  <i>Rotes Kreuz</i></p>	<p><b>Erste Hilfe bei Notfällen mit Säuglingen und Kindern Teil 2.</b>          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! Die Kursdauer beträgt 8 Stunden – auf 2. Tagen zu je 4 Stunden aufgeteilt. Sie können Ihre Kinder gerne mitnehmen!</p>
<p><b>Do 28.11.</b>          9:30 Uhr  <b><u>Anmeldung mit          E-Mailadresse</u></b>          0676 – 866 43 585  <a href="mailto:bhbm-ebz@stmk.gv.at">bhbm-ebz@stmk.gv.at</a></p>	<p><b>ONLINE</b>          mit  <b>Mag.<sup>a</sup> Sabine Rühl</b>  <i>Klinische- und          Gesundheitspsychologin</i></p>	<p><b>ONLINE GESPRÄCHSRUNDE</b>  <b>Entspannt(er) schlaf als Familie</b>  <i>Selbst beruhigen und in den Schlaf finden</i>          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 und sich selbst zu beruhigen.</p>

**Anmeldung bei DSA Melanie Rohrhofer:** unter 0676-866 43 585 und per Email: [bhbm-ebz@stmk.gv.at](mailto: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

**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