

Veranstaltungen Bezirk Juli 2024 im Bezirk Bruck-Mürzzuschlag

<p>Mo 1.7. 16:30 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3./ 1 mit Mag.^a Isabella Kornberger <i>Klinische und Gesundheitspsychologin</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Vorbereitung auf Elternschaft Eine Bindung fürs Leben! Starke Eltern für Starke Kinder 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? Wie kann ich mein Baby emotional gut begleiten?</p>
<p>Di 2.7. 16:30 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Mag.^a Alexandra Preis <i>Klinische-und Gesundheitspsychologin</i></p>	<p>Spagat zwischen Förderung der kindlichen Autonomie und liebevoller Grenzsetzung In diesem Workshop werden die Herausforderungen beleuchtet, die sich für Eltern durch die zunehmende Entwicklung der Selbstständigkeit des Kindes ergeben. Fragen wie Grenzen entwicklungsfördernd gesetzt werden, werden besprochen.</p>
<p>Mi 3.7. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Melanie Rohrhofer <i>Dipl. Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Eltern – Kind – Treff Singen & Spielen mit allen Sinnen Unsere Kinder entdecken ihre Welt spielerisch und mit allen Sinnen! Beim gemeinsamen Singen, Spielen, Basteln, Tanzen, – erleben und lernen wir voneinander und miteinander! In einem geschützten Rahmen können Kinder ihre ersten Erfahrungen in ihrer Selbstwirksamkeit machen und Eltern können über ihre Erfahrungen sprechen und erhalten Informationen zu alle wichtigen Entwicklungsthemen. Für Eltern und Betreuungspersonen mit ihren Kindern ab Krabbelalter bis 3 Jahre.</p>
<p>Mi 3.7. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Kapfenberg <u>ISGS Kapfenberg</u> Grazer Str. 3 mit Elisabeth Eichkitz <i>Hebamme</i></p>	<p>Mama-Café mit Still- und Ernährungsberatung Mütter mit ihren Babys treffen sich im ersten Lebensjahr um ihre Erfahrungen auszutauschen. Die Hebamme informiert und berät die Mütter zu den Themen: Stillen, Still-schwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege uvm. Auf Wunsch werden die Babys gewogen und gemessen.</p>
<p>Do 4.7. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Mariazell <u>Elternberatungsstelle</u> Grazer Str. 25 mit Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Elternrunde mit Elternberatung Eltern treffen sich mit ihren Kindern um Erfahrungen auszutauschen und erhalten Information und Beratung zu allen Fragen die sich nach der Geburt ihres Kindes bis zum 3. Lebensjahr auftun. Auf Wunsch werden die Babys gewogen und gemessen. Wir spielen, singen gemeinsam und können voneinander und miteinander lernen. In einem geschützten Rahmen können Kinder ihre ersten Erfahrungen in ihrer Selbstwirksamkeit machen.</p>
<p>Do 4.7. 11:00 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Mariazell <u>Elternberatungsstelle</u> Grazer Str. 25 mit Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Vorbereitung Geburt und Elternschaft laufende offene Gruppe für schwangere Frauen Inhalte: 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.</p>

<p>Do 4.7. 9:30 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u></p>	<p>Thörl <i>Elternberatungsstelle</i> Palbersdorf 86 neben Freizeitheim mit Grabner Ursula <i>Hebamme</i></p>	<p>Eltern-Treff mit Elternberatung bietet für Mütter und Väter ab der Geburt die Möglichkeit sich in einer entspannten Atmosphäre zu treffen und ihre Erfahrungen auszutauschen. 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.</p>
<p>Fr 5.7. 9:30 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u></p>	<p>Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Eltern - Babyrunde mit Trage- & Elternberatung 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. Ein achtsames Miteinander und gegenseitiges Verständnis schaffen die Basis Ihr Baby im ersten Lebensjahr einfühlsam zu begleiten.</p>
<p>Mo 8.7. 9:30 Uhr <u>Bitte um</u> <u>Anmeldung</u> 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3. mit Yvonne Janzenberger ÖGK Diätologin Melanie Rohrhofer <i>Sozialarbeiterin</i></p>	<p>ÖGK – Richtig Essen von Anfang an! Babys erstes Löffelchen - Ernährung im Beikostalter 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.</p>
<p>Mo 8.7. 16:30 Uhr <u>Bitte um</u> <u>Anmeldung</u> 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Mag.^a Isabella Kornberger Klinische und Gesundheitspsychologin Melanie Rohrhofer, Björn Pichler SozialarbeiterIn</p>	<p>Gesprächsrunde - Eltern werden Paar bleiben An diesen Abend geht es um die Vorstellungen, Bedürfnisse der Paare und um eure ganz individuelle Wertebasis für eure eigene, kleine Familie. Was erwartet uns bei der Geburt und wie kann man trotz den Veränderungen Paar bleiben? Gemeinsam in die Elternschaft zu wachsen und gleichzeitig die Paarbeziehung weiter stärken. Es werden realistische Einblicke in die erste Zeit mit einem Baby, Veränderungen in der Partnerschaft und Tipps und Tricks, wie man den Alltag mit Kindern meistern kann, aufgezeigt. Kommunikationsstrategien und Konfliktmuster werden beleuchtet um einen entspannten Familienalltag gestalten zu können.</p>
<p>Mi 10.7. 9:30 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u></p>	<p>Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Angelika Macher <i>Zert. Babyzeichensprache & artgerecht® Kursleiterin</i> Melanie Rohrhofer <i>Dipl. Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Eltern – Kind – Treff Singen & Spielen mit allen Sinnen Unsere Kinder entdecken ihre Welt spielerisch und mit allen Sinnen! Beim gemeinsamen Singen, Spielen, Basteln, Tanzen, – erleben und lernen wir voneinander und miteinander! In einem geschützten Rahmen können Kinder ihre ersten Erfahrungen in ihrer Selbstwirksamkeit machen und Eltern können über ihre Erfahrungen sprechen und erhalten Informationen zu alle wichtigen Entwicklungsthemen. Für Eltern und Betreuungspersonen mit ihren Kindern ab Krabbelalter bis 3 Jahre.</p>

<p>Mi 10.7. 8:30 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0650 - 4428340</p>	<p>Kapfenberg <u>ISGS Kapfenberg</u> Grazer Str. 3 mit Elisabeth Eichkitz <i>Hebamme</i></p>	<p>Hebammensprechstunde für schwangere Frauen Inhalte: alle Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Stillen, Babypflege, etc.</p>
<p>Mi 10.7. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Kapfenberg <u>ISGS Kapfenberg</u> Grazer Str. 3 mit Elisabeth Eichkitz <i>Hebamme</i></p>	<p>Mama-Café mit Still- und Ernährungsberatung Mütter mit ihren Babys treffen sich im ersten Lebensjahr um ihre Erfahrungen auszutauschen. Die Hebamme informiert und berät die Mütter zu den Themen: Stillen, Still-schwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege uvm. Auf Wunsch werden die Babys gewogen und gemessen.</p>
<p>Do 11.7. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Thörl <u>Elternberatungsstelle</u> Palbersdorf 86 neben Freizeitheim mit Grabner Ursula <i>Hebamme</i></p>	<p>Eltern-Treff mit Elternberatung bietet für Mütter und Väter ab der Geburt die Möglichkeit sich in einer entspannten Atmosphäre zu treffen und ihre Erfahrungen auszutauschen. Die Hebamme und die Sozialarbeiterin informieren und beraten die Eltern zu den Themen: Stillen, Still-schwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege, kindliche Entwicklung, Alltagsbewältigung uvm. Auf Wunsch werden die Babys gewogen und gemessen.</p>
<p>Fr 12.7. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Eltern - Babyrunde mit Trage- & Elternberatung 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. Ein achtsames Miteinander und gegenseitiges Verständnis schaffen die Basis Ihr Baby im ersten Lebensjahr einfühlsam zu begleiten.</p>
<p>Mo 15.7. 16:30 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3./1 mit Christine Maier <i>Dipl.Kinderkrankenschwester Still- Laktationsberaterin IBCLC</i> Melanie Rohrhofer <i>Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Vorbereitung auf Elternschaft Stillvorbereitung Stillen ist die natürlichste Art Ihr Baby zu ernähren. Der Körperkontakt vermittelt Geborgenheit und eine intensive Beziehung zur Mutter. Wie verändert sich die Brust in der Schwangerschaft? Was ist Bonding? Das Stillen in den ersten Tagen! Wie erkenne ich Hungerzeichen? Was tun bei Milchstau, Brustentzündungen, etc.? Die Rolle des Vaters dabei!</p>
<p>Di 16.7. 9:00 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3./1 mit Ursula Grabner <i>Hebamme</i></p>	<p>Bewegt durch die Schwangerschaft 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>Di 16.7. 10:15 Uhr</p> <p>Anmeldung erforderlich 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Ursula Grabner <i>Hebamme</i></p>	<p>Rückbildungsgymnastik 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>Mi 17.7. 9:30 Uhr</p> <p>OHNE Anmeldung</p>	<p>Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Angelika Macher <i>Zert. Babyzeichensprache & artgerecht® Kursleiterin</i> Melanie Rohrhofer <i>Dipl. Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Eltern – Kind – Treff Singen & Spielen mit allen Sinnen Unsere Kinder entdecken ihre Welt spielerisch und mit allen Sinnen! Beim gemeinsamen Singen, Spielen, Basteln, Tanzen, – erleben und lernen wir voneinander und miteinander! In einem geschützten Rahmen können Kinder ihre ersten Erfahrungen in ihrer Selbstwirksamkeit machen und Eltern können über ihre Erfahrungen sprechen und erhalten Informationen zu alle wichtigen Entwicklungsthemen. Für Eltern und Betreuungspersonen mit ihren Kindern ab Krabbelalter bis 3 Jahre.</p>
<p>Mi 17.7. 9:30 Uhr</p> <p>OHNE Anmeldung</p>	<p>Kapfenberg <i>ISGS Kapfenberg</i> Grazer Str. 3 mit Elisabeth Eichkitz <i>Hebamme</i></p>	<p>Mama-Café mit Still- und Ernährungsberatung Mütter mit ihren Babys treffen sich im ersten Lebensjahr um ihre Erfahrungen auszutauschen. Die Hebamme informiert und berät die Mütter zu den Themen: Stillen, Still-schwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege uvm. Auf Wunsch werden die Babys gewogen und gemessen.</p>
<p>Mi 17.7. 14:00 Uhr</p> <p>Bitte um Anmeldung 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3./1 mit Frühe Hilfen Steiermark Nadine Kerschbaum <i>Frühförderin,</i> <i>Sonderkindergartenpädagogin</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Ich bin EINZIGARTIG 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>Do 18.7. 9:30 Uhr</p> <p>OHNE Anmeldung</p>	<p>Mariazell <i>Elternberatungsstelle</i> Grazer Str. 25 mit Irene Hinterhofer <i>Hebamme</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Elternrunde mit Elternberatung Eltern treffen sich mit ihren Kindern um Erfahrungen auszutauschen und erhalten Information und Beratung zu allen Fragen die sich nach der Geburt ihres Kindes bis zum 3. Lebensjahr auftun. Auf Wunsch werden die Babys gewogen und gemessen. Wir spielen, singen gemeinsam und können voneinander und miteinander lernen. In einem geschützten Rahmen können Kinder ihre ersten Erfahrungen in ihrer Selbstwirksamkeit machen.</p>
<p>Do 18.7. 11:00 Uhr</p> <p>OHNE Anmeldung</p>	<p>Mariazell <i>Elternberatungsstelle</i> Grazer Str. 25 mit Irene Hinterhofer <i>Hebamme</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Vorbereitung Geburt und Elternschaft laufende offene Gruppe für schwangere Frauen Inhalte: 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.</p>

<p>Do 18.7. 9:30 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Thörl <i>Elternberatungsstelle</i> Palbersdorf 86 neben Freizeitheim mit Grabner Ursula <i>Hebamme</i></p>	<p>Eltern-Treff mit Elternberatung bietet für Mütter und Väter ab der Geburt die Möglichkeit sich in einer entspannten Atmosphäre zu treffen und ihre Erfahrungen auszutauschen. Die Hebamme und die Sozialarbeiterin informieren und beraten die Eltern zu den Themen: Stillen, Still Schwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege, kindliche Entwicklung, Alltagsbewältigung uvm. Auf Wunsch werden die Babys gewogen und gemessen.</p>
<p>Fr 19.7. 9:30 Uhr <u>Babymassage bitte um Anmeldung</u> 0676 - 86643585</p>	<p>Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Sabine Palan <i>Dipl. Kinderkrankenschwester Still- Laktationsberaterin IBCLC</i> Angelika Macher <i>Babymasseurin Zert. Babyzeichensprache & artgerecht® Kursleiterin</i></p>	<p>Eltern- Babyrunde mit Elternberatung ab 9:30 Uhr Eltern-Baby-Zeit mit <u>Babymassage</u> ab 10:30 – 11:30 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. Ein achtsames Miteinander und gegenseitiges Verständnis schaffen die Basis Ihr Baby im ersten Lebensjahr einfühlsam zu begleiten.</p>
<p>Mo 22.7. 9:30 Uhr <u>Bitte um Anmeldung</u> 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3./1 mit Mag.ª Nicole Diepold <i>Klinische- und Gesundheits Psychologin, SAFE Mentorin Marte Meo Practitioner</i></p>	<p>Lebendiges Spielen begleiten – Wie das ICH zum WIR reift Kinder brauchen einen geschützten Rahmen ihre sozialen Kompetenzen ausprobieren zu können und Unterstützung bei Auseinandersetzungen. Ab wann kann gemeinsames Spiel gelingen? Wie können gelassen Spielsituationen gestaltet werden ohne die Selbstwirksamkeit und die Kreativität einzuschränken? Austausch, Tipps und Spielideen zum Ausprobieren.</p>
<p>Di 23.7. 9:00 Uhr <u>OHNE Anmeldung</u></p>	<p>Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Ursula Grabner <i>Hebamme</i></p>	<p>Bewegt durch die Schwangerschaft 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>Di 23.7. 10:15 Uhr <u>Anmeldung erforderlich</u> 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur <i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Ursula Grabner <i>Hebamme</i></p>	<p>Rückbildungsgymnastik 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>Mi 24.7. 9:30 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u></p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Angelika Macher <i>Zert. Babyzeichensprache & artgerecht® Kursleiterin</i> Melanie Rohrhofer <i>Dipl. Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Eltern – Kind – Treff Singen & Spielen mit allen Sinnen Unsere Kinder entdecken ihre Welt spielerisch und mit allen Sinnen! Beim gemeinsamen Singen, Spielen, Basteln, Tanzen, – erleben und lernen wir voneinander und miteinander! In einem geschützten Rahmen können Kinder ihre ersten Erfahrungen in ihrer Selbstwirksamkeit machen und Eltern können über ihre Erfahrungen sprechen und erhalten Informationen zu alle wichtigen Entwicklungsthemen. Für Eltern und Betreuungspersonen mit ihren Kindern ab Krabbelalter bis 3 Jahre.</p>
<p>Mi 24.7. 9:30 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u></p>	<p>Kapfenberg <u>ISGS Kapfenberg</u> Grazer Str. 3 mit Elisabeth Eichkitz <i>Hebamme</i></p>	<p>Mama-Café mit Still- und Ernährungsberatung Mütter mit ihren Babys treffen sich im ersten Lebensjahr um ihre Erfahrungen auszutauschen. Die Hebamme informiert und berät die Mütter zu den Themen: Stillen, Still-schwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege uvm. Auf Wunsch werden die Babys gewogen und gemessen.</p>
<p>Do 25.7. 9:30 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u></p>	<p>Thörl <u>Elternberatungsstelle</u> Palbersdorf 86 neben Freizeitheim mit Grabner Ursula <i>Hebamme</i></p>	<p>Eltern-Treff mit Elternberatung bietet für Mütter und Väter ab der Geburt die Möglichkeit sich in einer entspannten Atmosphäre zu treffen und ihre Erfahrungen auszutauschen. Die Hebamme und die Sozialarbeiterin informieren und beraten die Eltern zu den Themen: Stillen, Still-schwierigkeiten, Flaschennahrung, Beikost, altersgerechte Ernährung, Babypflege, kindliche Entwicklung, Alltagsbewältigung uvm. Auf Wunsch werden die Babys gewogen und gemessen.</p>
<p>Fr 26.7. 9:30 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u></p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Elisabeth Eichkitz <i>Hebamme</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Eltern - Babyrunde mit Elternberatung 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. Ein achtsames Miteinander und gegenseitiges Verständnis schaffen die Basis Ihr Baby im ersten Lebensjahr einfühlsam zu begleiten.</p>
<p>Di 30.7. 9:00 Uhr <u>OHNE</u> <u>Anmeldung</u></p>	<p>Bruck an der Mur <u>EBZ</u> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Ursula Grabner <i>Hebamme</i></p>	<p>Bewegt durch die Schwangerschaft 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>Di 30.7. 10:15 Uhr</p> <p>Anmeldung erforderlich 0676 – 866 43 585</p>	<p>Bruck an der Mur</p> <p><i>EBZ</i> Koloman Wallisch Platz 3. 1 Stock mit Ursula Grabner <i>Hebamme</i></p>	<p>Rückbildungsgymnastik</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>Do 1.8. 9:30 Uhr</p> <p>OHNE Anmeldung</p>	<p>Mariazell</p> <p><i>Elternberatungsstelle</i> Grazer Str. 25 mit Irene Hinterhofer <i>Hebamme</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Elternrunde mit Elternberatung</p> <p>Eltern treffen sich mit ihren Kindern um Erfahrungen auszutauschen und erhalten Information und Beratung zu allen Fragen die sich nach der Geburt ihres Kindes bis zum 3. Lebensjahr auftun. Auf Wunsch werden die Babys gewogen und gemessen. Wir spielen, singen gemeinsam und können voneinander und miteinander lernen. In einem geschützten Rahmen können Kinder ihre ersten Erfahrungen in ihrer Selbstwirksamkeit machen.</p>
<p>Do 1.8. 11:00 Uhr</p> <p>OHNE Anmeldung</p>	<p>Mariazell</p> <p><i>Elternberatungsstelle</i> Grazer Str. 25 mit Irene Hinterhofer <i>Hebamme</i> Melanie Rohrhofer <i>Trageberaterin, Sozialarbeiterin</i></p>	<p>Vorbereitung Geburt und Elternschaft</p> <p>laufende offene Gruppe für schwangere Frauen Inhalte: 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.</p>
<p>Do 1.8. 9:30 Uhr</p> <p>OHNE Anmeldung</p>	<p>Thörl</p> <p><i>Elternberatungsstelle</i> Palbersdorf 86 neben Freizeithaus mit Grabner Ursula <i>Hebamme</i></p>	<p>Eltern-Treff mit Elternberatung</p> <p>bietet für Mütter und Väter ab der Geburt die Möglichkeit sich in einer entspannten Atmosphäre zu treffen und ihre Erfahrungen auszutauschen. 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.</p>

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

Eltern-Kind-Zentrum Mürztal - Stelzhamerstr. 5/1, 8662 St. Barbara im Mürztal

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 – 11:30 Uhr