

Regionale Elternberatung

Zielgruppe:

Eltern (Erziehungspersonen) von Kindern von 0 bis 3 Jahren.

Wir bieten an:

Die Elternberatung bietet Unterstützung bei Themen wie:

Stillen, Ernährung, Pflege, Schlaf und Entwicklung Ihres Babys

Trageberatung (Tücher und div. Tragehilfen zum Probieren)

sowie eine regelmäßige Wachstums- und Entwicklungskontrolle (Wiegen und Messen)

Ein Team aus Sozialarbeiterinnen, Hebammen und Still- und Laktationsberaterinnen ist für Ihre persönlichen Anliegen da (Einzelberatung).

Zusätzlich gibt es für Eltern (Erziehungspersonen) die Möglichkeit, sich zu treffen und auszutauschen.

Jeden ersten Donnerstag des Monats in Obdach im

Gemeindeamt Obdach:

Hauptstraße 31, 8742 Obdach

Jeden ersten Freitag des Monats in Judenburg in der

Bezirkshauptmannschaft Murtal

im Nebengebäude

Kapellenweg 13, 8750 Judenburg

Termine & Kontakt

Jeden dritten Freitag

des Monats in Weißkirchen im

Gemeindeamt Weißkirchen

Gemeindeplatz 1, 8741 Weißkirchen

1x monatlich montags, in Knittelfeld im

(Termine: siehe Homepage der BH Murtal)

Haus der Vereine

Marktgasse 22, 8720 Knittelfeld

1x monatlich mittwochs, in Zeltweg im

(Termine: siehe Homepage der BH Murtal)

Jugendzentrum

Hauptplatz 7, 8740 Zeltweg

Workshops und Informationsveranstaltungen

Ein informatives, umfangreiches und kostenloses Angebot rund um die unterschiedlichen Entwicklungsbereiche des Babys und Kleinkindes sowie zu typischen Elternfragen wird laufend organisiert (auch hier sind Ihre Kinder natürlich herzlich willkommen).

Jeden 4. Dienstag

Eltern-Kind-Spiel-Treff (in Judenburg)

Voranmeldung nur bei Workshops!!

Informationen erhalten Sie bei:

Frau Astrid Petzl, BA

BH Murtal (Standort Judenburg)

Kapellenweg 11

8750 Judenburg

Tel.: 03572/83 201-165

Mobil: 0676/866 40-579

astrid.petzl@stmk.gv.at

www.bh-murtal.steiermark.at



Bezirkshauptmannschaft Murtal

Referat Sozialarbeit

Angebote der Regionalen Elternberatung Winter 2023



Das Land
Steiermark

Workshop

Babymassage- Kurs

„Wir müssen unsere Babys so nähren, dass sie wirklich satt werden, innen wie außen“ (Zitat: Leboyer Frederick). Unter diesem Motto wird Sie Frau Elena Liebinger (Still- und Laktationsberaterin, Schlafberaterin) zur Babymassage anleiten. Sie als Eltern erfahren in 4 Einheiten, im gemeinsamen Tun mit ihrem Baby, was Sie über diese besondere Methode des Beruhigens, Berührens und Streichelns Ihres Babys erfahren müssen. Start ist am 10.02. um 10.00 Uhr in Judenburg. Dieser Babymassagekurs eignet sich für Babys ab etwa 6 Wochen.

Schlaf Kindlein Schlaf

In diesem Workshop erfahren Sie Wichtiges zum Thema Kinderschlaf und Schlafentwicklung in den ersten beiden Lebensjahren. Sie bekommen Handwerkszeug, wie Sie im Alltag Erholungsphasen für sich und Ihr Baby schaffen können. Wir wollen mit vielen Vorurteilen aufräumen und Mythen entkräften. Frau Elena Liebinger als Schlafberaterin und Frau Astrid Petzl als Sozialarbeiterin und Kindergartenpädagogin werden Sie in diesem Austausch begleiten.

Der Mensch als „Tragling“

Tragen fördert die Bindung und kann einige Aktivitäten im Alltag mit Baby (und Geschwisterkindern) erleichtern. In diesem Workshop erfahren Sie, welche Tragemethoden es gibt und Sie können unterschiedliche Tragehilfen probieren. Zudem erhalten Sie eine kurze Einführung darüber, welche Vorteile das Tragen bringen kann. Wir sprechen darüber, worauf Sie beim Kauf einer Trage achten sollten.

REVAN: „Babys erstes Löffelchen“

Frau Eva Petz (Diätologin) führt Sie durch diesen Workshop. Sie erfahren Wichtiges rund um das Thema Beikost und erhalten konkrete Tipps für die Zubereitung. Weitere Informationen dazu finden Sie unter www.richtigessenvonanfangen.at

Workshop

Gefühls8terbahn

Hier finden Sie zwei Workshops mit Frau Mag.^a Eva Pöchtrager (Psychotherapeutin) und Frau Astrid Petzl, BA (Sozialarbeiterin) über das wachsende Wunder im Bauch und die erste Zeit mit dem Baby nach der Geburt.

Beide Workshops sollen werdende- sowie Jung-Eltern anregen mit den eigenen Gefühlen achtsamer umzugehen. Mit diesem Zugang wird das Elternsein zwar nicht unbedingt zum „Klacks“, jedoch schafft ein anderer Blickwinkel neue Wege, die den Alltag erleichtern können.

• Gefühlsachterbahn 1.0 - Bauchzwergezeit

Eine spannende, emotionale, freudige Zeit für werdende Eltern. Nahezu alle Gedanken drehen sich um das wachsende Baby im Bauch und es ist einfach wundervoll, wunderbar, wundersam... ein Wunder. Doch „...aber, pssst sag es niemandem...“, da sind manchmal auch Gefühle wie Angst, Zweifel, vor allem Selbstzweifel, Traurigkeit... „Darf das sein? Ist das normal? Bin ich noch normal???“

• Gefühlsachterbahn 2.0 - Hallo kleines Wunder

Babys werden leider (oder zum Glück?) nicht mit einer Gebrauchsanweisung nach neun Monaten nach Hause geliefert, schon gar nicht mit einem allgemein gültigen Rezept. Neben den Grundbedürfnissen wie Schlaf, Pflege, Essen etc. eines Babys gibt es das Bedürfnis nach einer sicheren Bindung. Im Workshop erfahren sie praktische und alltagstaugliche Tipps wie Sie als Eltern und Bezugspersonen von Babys, die Bindung im Alltag fördern können.

Zielgruppe für die Workshops sind (werdende) Eltern sowie Bezugspersonen. Auch Babys sind herzlich eingeladen!!

Eltern-Kind- Spielgruppe

Hier werden, entsprechend der Jahreszeit, kurze Sequenzen und Spieleinheiten für Kinder ab dem Krabbelalter bis etwa 3 Jahre und deren Bezugspersonen angeboten. Im Anschluss können wir gemeinsam spielen, reden, trödeln, entspannen...

Ich freue mich auf Ihre Workshop-Anmeldung:

astrid.petzl@stmk.gv.at

Termine Winter 2023

Datum	Art	Ort	Zeit
18.01.2023	Regionale Elternberatung	Zeltweg	09.00-11.00 Uhr
20.01.2023	Regionale Elternberatung	Weißkirchen	09.00-11.00 Uhr
23.01.2023	Regionale Elternberatung	Knittelfeld	09.00-11.00 Uhr
24.01.2023	Spielgruppe (Kreatives für Fasching)	Judenburg	09.00-10.30 Uhr
02.02.2023	Regionale Elternberatung	Obdach	14.00-16.00 Uhr
03.02.2023	Regionale Elternberatung	Judenburg	09.00-11.00 Uhr
10.02.2023	Beginn Babymassagekurs (4 Einheiten)	Judenburg	10.00-11.00 Uhr
15.02.2023	Regionale Elternberatung	Zeltweg	09.00-11.00 Uhr
16.02.2023	Gefühlsachterbahn 1.0 Bauchzwergezeit	Judenburg	09.00-11.30 Uhr
17.02.2023	Regionale Elternberatung	Weißkirchen	09.00-11.00 Uhr
20.02.2023	Regionale Elternberatung	Knittelfeld	09.00-11.00 Uhr
23.02.2023	Der Mensch als „Tragling“	Judenburg	09.00-11.00 Uhr
28.02.2023	Spielgruppe (Geschichte über den Wald)	Judenburg	09.00-10.30 Uhr
02.03.2023	Regionale Elternberatung	Obdach	14.00-16.00 Uhr
03.03.2023	Regionale Elternberatung	Judenburg	09.00-11.00 Uhr
06.03.2023	REVAN „Babys erstes Löffelchen“	Judenburg	15.00- 17.30 Uhr
09.03.2023	Gefühlsachterbahn 2.0 Hallo kleines Wunder	Judenburg	09.00-11.30 Uhr
15.03.2023	Regionale Elternberatung	Zeltweg	09.00-11.00 Uhr
17.03.2023	Regionale Elternberatung	Weißkirchen	09.00-11.00 Uhr
20.03.2023	Regionale Elternberatung	Knittelfeld	09.00-11.00 Uhr
23.03.2023	Schlaf Kindlein Schlaf	Judenburg	09.00-11.00 Uhr

Wir freuen uns Ihren Besuch!!!