



1. Woche

im Haus des Lebens, Conrad von Hötzendorf-Straße 25b, 8570 Voitsberg

03.03.	Babytreff mit Ernährungsberatung der ÖGK  In dieser Gruppe sind alle Babys (ab Geburt bis sie gut gehen können) mit ihren Begleitpersonen herzlich willkommen. Einstieg jederzeit ohne Anmeldung möglich. Wir treffen uns in kindgerechter Umgebung zum Austauschen, Spielen und Kontakte knüpfen. Sozialarbeiterische Beratung jederzeit möglich. Zusätzlich kannst du dich heute zum Thema Ernährung unserer Kleinsten beraten lassen.	9.00–10.30 Uhr
03.03.	Faschingsfest mit EKIZ  Ob groß, ob klein, jeder voll verkleidet sein! Faschings-Mitmachmusik, Faschingsolympiade, Leckereien und Snacks, Faschingskräpfen, basteln singen und tanzen - komm vorbei und sei dabei!	14.00–17.00 Uhr
04.03.	Eltern-Kind-Treff Stallhofen – Heute basteln wir ein Faschingsgesicht!  Wir singen, spielen, basteln und jausnen gemeinsam. Eltern lernen andere Eltern kennen und Kinder machen erste Gruppenerfahrungen. Für Familien mit Kindern von 0-5 Jahren.	9.00–11.00 Uhr
05.03. 	Einzelberatung durch Sozialarbeiterin Einzelberatung mit einer Sozialarbeiterin jederzeit auch nach individueller Vereinbarung möglich!	8.00–9.00 Uhr
05.03.	Beginn 3-teiliger Babymassagekurs Teil 1 In diesem 3-teiligen Kurs hast du die Möglichkeit, deinem Kind eine belebende, beruhigende und ganzheitliche Massage zukommen zu lassen. Du erfährst Tipps und Tricks zur Entspannung deines Babys. Geeignet für Eltern mit Babys bis zu 6 Monaten.	10.00–11.00 Uhr 
05.03.	Singen-Tanzen-Spielen für 2jährige – fixe Ganzjahresgruppe	14.30–16.00 Uhr
06.03. 	Vortrag Psychologin: (V)Erziehen – Verwöhnen und Grenzenlosigkeit als Falle Online Übermäßiges Verwöhnen und Beschützen, wie auch Grenzenlosigkeit schaden Kindern, denn Kinder brauchen Grenzen. Diese geben Halt, Sicherheit und Schutz. Wir beschäftigen uns damit, warum und wie viele Grenzen für Kinder entwicklungsförderlich sind und warum es vor allem in bindungs- und bedürfnisorientierter Begleitung von Kindern nicht ohne Grenzen geht - warum ein "Nein, gerade weil ich dich lieb habe" wichtig ist und wie dies alles gut gelingen kann.	09.00–11.00 Uhr
07.03.	Eltern-Kind-Café  Eltern/Begleitpersonen von Kindern zwischen 1 bis 3 Jahren sind herzlich eingeladen, sich in gemütlicher, kindgerechter Umgebung bei uns zu treffen und neue Kontakte zu knüpfen. Die Kinder machen erste Gruppenerfahrungen und üben sich in einem neuen sozialen Umfeld. Einfach ohne Anmeldung vorbeikommen.	9.00–10.30 Uhr

Sämtliche Angebote des EBZ sind eine Serviceleistung des steiermärkischen Sozialressorts zur Beratung von werdenden Eltern und Eltern von Babys bis zum 3. Lebensjahr und somit für Dich und Deine Kinder **kostenlos**.

Der Besuch von  gekennzeichneten Angeboten ist jederzeit **ohne Anmeldung** möglich.

Für alle anderen **KURSBESUCHE** ist eine **ANMELDUNG** unter bhvo-ebz@stmk.gv.at erforderlich!



2. Woche

im Haus des Lebens, Conrad von Hötzendorf-Straße 25b, 8570 Voitsberg

10.03.	Babytreff  In dieser Gruppe sind alle Babys (von Geburt bis sie gut gehen können) mit ihren Begleitpersonen herzlich willkommen. Einstieg jederzeit ohne Anmeldung möglich.	9.00–11.30 Uhr
10.03.	Elternberatung mit Ärztin und Hebamme 	9.00–11.30 Uhr
10.03.	 Hebammensprechstunde – Einzelberatung Du hast Fragen zu Themen rund um Schwangerschaft, Geburt, Säuglingspflege oder Stillen? Dann melde dich für ein individuelles Hebammengespräch bei uns an.	14.00–15.00 Uhr
11.03.	Eltern-Kind-Treff Stallhofen – Heute basteln wir Schmetterlinge!  Wir singen, spielen, basten und jausnen gemeinsam. Eltern lernen andere Eltern kennen und Kinder machen erste Gruppenerfahrungen. Für Familien mit Kindern von 0-5 Jahren.	9.00–11.00 Uhr
12.03.	 Einzelberatung durch Sozialarbeiterin Einzelberatung mit einer Sozialarbeiterin jederzeit auch nach individueller Vereinbarung möglich!	8.00–9.00 Uhr
12.03.	Babymassagekurs Teil 2	10.00–11.00 Uhr
12.03.	Singen-Tanzen-Spielen für Babys – offene Gruppe  In dieser Gruppe werden für das Alter passende Spiele, Reime, Lieder und vieles mehr angeboten, um spielend die Bindung zu deinem Baby zu fördern.	14.30–15.30 Uhr
12.03.	Singen-Tanzen-Spielen für 2jährige – fixe Ganzjahresgruppe	14.30–16.00 Uhr
13.03.	 Fit: Schwangerschaftsgymnastik	9.00–10.00 Uhr
13.03.	Fit: Rückbildungsgymnastik	10.00–11.00 Uhr
14.03.	Eltern-Kind-Café  Eltern/Begleitpersonen von Kindern zwischen 1 bis 3 Jahren sind herzlich eingeladen, sich in gemütlicher, kindgerechter Umgebung bei uns zu treffen und neue Kontakte zu knüpfen. Die Kinder machen erste Gruppenerfahrungen und üben sich in einem neuen sozialen Umfeld. Einfach ohne Anmeldung vorbeikommen.	9.00–10.30 Uhr

Sämtliche Angebote des EBZ sind eine Serviceleistung des steiermärkischen Sozialressorts zur Beratung von werdenden Eltern und Eltern von Babys bis zum 3. Lebensjahr und somit für Dich und Deine Kinder **kostenlos.**

Der Besuch von  gekennzeichneten Angeboten ist jederzeit **ohne Anmeldung** möglich.

Für alle anderen **KURSBESUCHE** ist eine **ANMELDUNG** unter bhvo-ebz@stmk.gv.at erforderlich!



3. Woche



im Haus des Lebens, Conrad von Hötendorf-Straße 25b, 8570 Voitsberg

17.03.	Babytreff mit Frühförderin 	In dieser Gruppe sind alle Babys (ab Geburt bis sie gut gehen können) mit ihren Begleitpersonen herzlich willkommen. Einstieg jederzeit ohne Anmeldung möglich. Wir treffen uns in kindgerechter Umgebung zum Austauschen, Spielen und Kontakte knüpfen. Sozialarbeiterische Beratung jederzeit möglich. Diesmal kannst du dich von einer Frühförderin über die Entwicklungsschritte deines Kindes und die entsprechende Förderung informieren lassen.	9.00–10.30 Uhr
17.03.	 Wir werden Eltern: Vorbereitung auf Elternschaft Teil 1	1. <u>Mein Baby und ich</u> : Basisinformationen zu Obsorge und Unterstützungsangeboten im Bezirk 2. <u>Babymassagekurs</u> für werdende Eltern	15.30–18.30 Uhr
18.03.	Eltern-Kind-Treff Stallhofen – Heute basteln wir Wollbäume! 	Wir singen, spielen, basteln und jausnen gemeinsam. Eltern lernen andere Eltern kennen und Kinder machen erste Gruppenerfahrungen. Für Familien mit Kindern von 0-5 Jahren.	9.00–11.00 Uhr
19.03.	 Einzelberatung durch Sozialarbeiterin	Einzelberatung mit einer Sozialarbeiterin jederzeit auch nach individueller Vereinbarung möglich!	8.00–9.00 Uhr
19.03.	Babymassagekurs Teil 3		10.00–11.00 Uhr
19.03.	Singen-Tanzen-Spielen für 2jährige – fixe Ganzjahresgruppe		14.30–16.00 Uhr
20.03.	 Vortrag Psychologin: “Mythos Supermom – Warum Kinder keine Supermütter brauchen”	Als Mutter sehen wir uns jeden Tag unzähligen Aufgaben im Familienalltag gegenüber: Multitasking, Termine jonglieren, für die Kinder da sein,...immer gut gelaunt zu sein und der Wunsch alles perfekt zu machen. All diese Aufgaben lassen uns über uns hinauswachsen, stellen aber auch oft eine große Überforderung dar - führen zu Stress, Konflikten, Unzufriedenheit - dem Gefühl keine gute Mutter zu sein, weil alle anderen schaffen das ja auch - oder doch nicht? In diesem Workshop dreht sich alles darum, warum Kinder KEINE Supermütter brauchen, wie es gelingen kann aus dem Hamsterrad auszubrechen und darum, warum Selbstfürsorge für einen gelingenden Familienalltag so wichtig ist.	14.30–16.30 Uhr
21.03.	Eltern-Kind-Café 	Eltern/Begleitpersonen von Kindern zwischen 1 bis 3 Jahren sind herzlich eingeladen, sich in gemütlicher, kindgerechter Umgebung bei uns zu treffen und neue Kontakte zu knüpfen. Die Kinder machen erste Gruppenerfahrungen und üben sich in einem neuen sozialen Umfeld. Einfach ohne Anmeldung vorbeikommen.	9.00–10.30 Uhr

Sämtliche Angebote des EBZ sind eine Serviceleistung des steiermärkischen Sozialressorts zur Beratung von werdenden Eltern und Eltern von Babys bis zum 3. Lebensjahr und somit für Dich und Deine Kinder **kostenlos.**

Der Besuch von  gekennzeichneten Angeboten ist jederzeit **ohne Anmeldung möglich.**

Für alle anderen KURSBESUCHE ist eine ANMELDUNG unter bhvo-ebz@stmk.gv.at erforderlich!



4. Woche im Haus des Lebens, Conrad von Hötzendorf-Straße 25b, 8570 Voitsberg

24.03.	Babytreff		9.00–11.30 Uhr
24.03.	Elternberatung mit Ärztin und Hebamme		9.00–11.30 Uhr
24.03.	Hebammensprechstunde – Einzelberatung Du hast Fragen zu Themen rund um Schwangerschaft, Geburt, Säuglingspflege oder Stillen? Dann melde dich für ein individuelles Hebammengespräch bei uns an.		14.00–15.00 Uhr
24.03.	Wir werden Eltern – Vorbereitung auf Elternschaft Teil 2 1. <u>Säuglingspflege</u> und Stillen mit Hebamme 2. <u>Bindungsworkshop</u> mit Bindungsberaterin		15.30–18.30 Uhr
25.03.	Eltern-Kind-Treff Stallhofen – Heute basteln wir Marienkäfer! Wir singen, spielen, basteln und jausnen gemeinsam. Eltern lernen andere Eltern kennen und Kinder machen erste Gruppenerfahrungen. Für Familien mit Kindern von 0-5 Jahren.		9.00–11.00 Uhr
25.03.	Erstversorgung bei Kinderunfällen und Kinderkrankheiten In diesem Workshop werden dir die wichtigsten Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Unfällen und Krankheiten deiner Kinder nähergebracht. Damit hast du die Sicherheit, im Notfall rasch und effizient helfen zu können.		9.00–11.30 Uhr
26.03.	Einzelberatung durch Sozialarbeiterin Einzelberatung mit einer Sozialarbeiterin jederzeit auch nach individueller Vereinbarung möglich!		8.00–9.00 Uhr
26.03.	Schlafberatung – Workshop In diesem Workshop erhältst du Hintergrundinformationen zum Schlafen und kannst so das Schlafverhalten deines Babys besser verstehen. Du erhältst Tipps und Tricks um den Familienschlaf entspannter zu gestalten und die Nacht nicht zum Tag werden zu lassen.		9.00–10.30 Uhr
26.03.	Singen-Tanzen-Spielen für Babys – offene Gruppe In dieser Gruppe werden für das Alter passende Spiele, Reime, Lieder und vieles mehr angeboten, um spielend die Bindung zu deinem Baby zu fördern.		14.30–15.30 Uhr
26.03.	Singen-Tanzen-Spielen ab 2 Jahren – fixe Ganzjahresgruppe		14.30–16.00 Uhr
27.03.	Fit: Schwangerschaftsgymnastik		9.00–10.00 Uhr
27.03.	Fit: Rückbildungsgymnastik		10.00–11.00 Uhr
28.03.	Eltern-Kind-Café		9.00–10.30 Uhr

Sämtliche Angebote des EBZ sind eine Serviceleistung des steiermärkischen Sozialressorts zur Beratung von werdenden Eltern und

Eltern von Babys bis zum 3. Lebensjahr und somit für Dich und Deine Kinder **kostenlos**.

Der Besuch von gekennzeichneten Angeboten ist jederzeit **ohne Anmeldung** möglich.

Für alle anderen KURSBESUCHE ist eine ANMELDUNG unter bhvo-ebz@stmk.gv.at erforderlich!