



Elternberatungszentrum
EBZ
Liezen

April – Juni 2025



Auf Ihr & euer Kommen freuen sich die Sozialarbeiterinnen des EBZ Liezen
Mirjam Schupfer, BA & Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA.

Sie erreichen uns von Montag bis Freitag von 8:00 – 12:00 Uhr unter
Tel. 03612/2801-389 oder Tel. 03612/2801-367, über die Facebook-Seite
„EBZ Liezen“ sowie auf www.bh-liezen.steiermark.at oder unter
bhli-elternberatung@stmk.gv.at.

Elternberatungszentrum Liezen (EBZ)
Hauptplatz 12, 8940 Liezen





Herzlich willkommen 😊!

Das Elternberatungszentrum ist ein kostenloses Angebot des steirischen Sozialressorts zur Beratung von werdenden Eltern und Eltern von Babys bis zum vollendeten 3. Lebensjahr.

Mit der Geburt eines Kindes beginnt eine aufregende & spannende Zeit.

Das Leben mit den jüngsten Familienmitgliedern macht viel Freude, ist aber auch anspruchsvoll und verändert den Alltag. Es tauchen viele Fragen zur Entwicklung des Kindes auf, an die man vorher vielleicht nicht gedacht hat.

Die Sozialarbeiterinnen des EBZs Liezen, Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA & Mirjam Schupfer, BA, bieten bezirkswweit Austausch, Begegnung und Beratung mit Fachleuten.

♥ Warum tun wir das?

Weil uns das Wohl der Kleinen eine Herzensangelegenheit ist. Beziehen tut sich unsere Arbeit auf die im Steirischen Kinder- & Jugendhilfegesetz verankerten Präventivhilfen. Wichtige Basis ist hierfür die Freiwilligkeit und Niederschwelligkeit. Das heißt: Jeder darf, keiner muss.

♥ Wie komme ich zu Infos?

Wir sind gerne für Sie/dich telefonisch, per WhatsApp, SMS oder E-Mail erreichbar. Mithilfe von unterschiedlichen ExpertInnen möchten wir Sie, euer Kind und deine Family unterstützen – unaufdringlich und entspannt, mit viel Gemütlichkeit, Herzenswärme, Know-how und vor allem: Nur so weit, wie es für dich passt.

WICHTIG! Like us on Facebook oder werde Teil unserer WhatsApp-Gruppe, um stets über Angebote in der Umgebung informiert zu sein. Infos unter Tel. 0676/86640524 (Kathrin) oder 0676/86640511 (Mirjam) bzw. auf www.bh-liezen.steiermark.at und bhli-elternberatung@stmk.gv.at.





Inhaltsverzeichnis

Seite

Angebote in Liezen

2–8

Angebote in Admont

9–10

Angebote in St. Gallen

11–12

Angebot in Trieben

13

Angebot in Stainach

14

Angebote in Schladming

15–16

Angebote in Gröbming

17–19

Angebote in Bad Aussee

20–21

Informationsstellen

22





Elternberatungszentrum EBZ Liezen

Angebote in Liezen

Regionale Elternberatung (REB)

für alle Schwangeren, Eltern & Bezugspersonen von und mit Kindern bis zum vollendeten 3. Lebensjahr (ältere Geschwisterkinder können trotzdem gerne mitkommen©). Bei einem offenen, gemütlichen Treffen kann eine Entwicklungskontrolle (wiegen & messen des Kindes) in Anspruch genommen werden. Fachkräfte stehen etwa zu den Themen Schlafen, Tragen, Ernährung und Alltagsbewältigung zur Verfügung.

Team: Natalia Riedrich (Hebamme & zertifizierte Babymasseurin)
Meike Salfelner (DGKP)
Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA (Sozialarbeiterin)

Termine: Ein Mal im Monat am 2. Freitag von 9:00 – 11:00 Uhr

Ort: Sitzungssaal der BH Liezen, Hauptplatz 12, 8940 Liezen

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640524 (Kathrin Gallob).

Anmeldung sowie Absage auch kurz vor Angebotsstart problemlos möglich.

**Achtung – im Mai 2025 findet in Liezen ausnahmsweise
KEINE Reg. Elternberatung statt!**





Infoveranstaltungen (in Liezen)

Fachkräfte geben in einer gemütlichen Atmosphäre Informationen an Schwangere, Eltern/Erziehende und Bezugspersonen von Kindern bis zum vollendeten 3. Lebensjahr weiter.

Workshop: „Bin ich gut genug?“ – Prägung & Glaubenssätze erkennen & fördern

Glaubenssätze prägen unseren Selbstwert von Beginn an – positiv wie negativ. Dieser Workshop zeigt auf, wie innere Überzeugung unser Denken & Handeln beeinflussen und gezielt zum Positiven geändert werden kann. Thematisiert werden praktische Alltagsmethoden, um das Selbstvertrauen von Babys und Kleinkindern zu stärken (auch bereits in der Schwangerschaft).

Referentin: Diana Uschner (Selbstbehauptungs- & Resilienztrainerin sowie dipl. Elternbildnerin)

Termin: 17.4.2025, 9:00 – 11:00 Uhr

Ort: Sitzungssaal der BH Liezen, Hauptplatz 12, 8940 Liezen

Anmeldung unter Tel. 0676/86640524 (Kathrin Gallob), Kinder können gerne mitkommen☺.

Vortrag: Karenz, Kinderbetreuungsgeld & Wiedereinstieg in das Berufsleben

Das EBZ Liezen lädt zu einer Infoveranstaltung zu den Themen Karenz, Kinderbetreuungsgeld, Wiedereinstieg in das Berufsleben, Väterkarenz & Elternteilzeit ein. Gerne können auch individuelle Fragen & Themen besprochen werden.

Rechtsreferentin der AK: Mag. Sabine Spreitz

Termin: 25.4.2025, 9:00 – 11:00 Uhr

Ort: Sitzungssaal der BH Liezen, Hauptplatz 12, 8940 Liezen

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640524 (Kathrin Gallob).
Kinder können gerne mitgebracht werden☺.





Workshop: Gesundheit aus der Natur – wenn die Nase rinnt oder das Bäuchlein zwick

Früher gehörten Heilpflanzen zum täglichen Leben der Menschen, Eltern ziehen aber auch heute immer öfter pflanzenbasierte Hausmittel, Kräuter & Co. stark industrieller Arznei vor. Mag. Ricarda Kiendler – selbst Mama, Pharmazeutin und Apotheken-Angestellte – bietet in diesem Workshop Infos über pflanzliche Arzneimitteldzubereitung speziell für Babys & Kleinkinder, Tipps zu Brustentzündungen bei Stillenden und mögliche Mittel für eine sichere Reiseapotheke.

Referentin: Mag. pharm. Ricarda Kiendler,
(Pharmazeutin & Apotheken-Angestellte)

Termin: 29.4.2025, 9:00 – 11:00 Uhr

Ort: Sitzungssaal der BH Liezen, Hauptplatz 12, 8940 Liezen

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640511 (Mirjam Schupfer),
Kinder können gerne mitgebracht werden 😊.

Workshop: Mit Liebe ins Leben getragen

Tragen und damit eng an Papa oder Mama gekuschelt sein, verleiht Säuglingen & Kleinkindern ein Gefühl von Geborgenheit und Sicherheit. Die körperliche und geistige Entwicklung (u. a. positive Wirkung auf Hüftnachreifung, Motorik, Muskelaufbau etc.) sowie eine sichere Bindung zwischen Getragenen und Tragendem werden dadurch optimal gefördert.

In diesem Workshop werden Trageweisen für Babys und Kleinkinder vorgestellt und schrittweise geübt. **Tücher & Tragehilfen verschiedener Marken und Varianten stehen zum Testen zur Verfügung.** Eingeladen sind alle Schwangeren samt Partner sowie Eltern mit Babys bis zum vollendeten 2. Lebensjahr.

Referentin: DGKP & zertifizierte Trageberaterin (Die Trageschule® – Österreich & Schweiz) Verena Baumgartner

Termin: 30.4.2025, 9:00 – 11:00 Uhr

Ort: Sitzungssaal der BH Liezen, Hauptplatz 12, 8940 Liezen

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640524 (Kathrin Gallob).



Workshop: Aufwachsen mit modernen Medien

Medien wie Handy, Tablet & Co. gehören für Kinder bereits früh zum Alltag. Wie können wir hier ein Vorbild sein? Wie können wir gemeinsam mit ihnen einen Zugang zu passenden Medien finden? Ab wann konsumieren sie zu viel und welche Inhalte sind aus welchen Gründen kritisch? Was können sie noch verarbeiten, was überfordert sie? Fachinfos zum Thema und die Möglichkeit, individuelle Fragen zu besprechen, werden in diesem Workshop geboten.

Referentin: Astrid Schmied (zertifizierte Elternbildnerin & Elementarpädagogin)

Termin: 21.5.2025, 9:00 – 10:30 Uhr

Ort: Sitzungssaal der BH Liezen (2. Stock), Hauptplatz 12, 8940 Liezen

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640511 (Mirjam Schupfer).
Kinder können gerne mitgebracht werden 😊.

Workshop: Selbstfürsorge

Die Ankunft eines neuen Familienmitglieds kann eine aufregende Phase im Leben sein. Zwischen Windeln wechseln, Schlafmangel und den unzähligen Aufgaben, die mit der Elternschaft einhergehen, treten eigene Bedürfnisse und das eigene Wohlbefinden manchmal in den Hintergrund.

Dieser Workshop soll ermöglichen, wieder einen Blick auf sich selbst zu richten: Wie und wann kann ich mich regenerieren? Was gibt mir Energie und wann oder wo brauche ich sie? Wie kann ich in hektischen Zeiten gut für mich sorgen und welche externen Unterstützungsmöglichkeiten gibt es in meiner Region? Weil Selbstfürsorge nicht nur ein Luxus ist, sondern eine essenzielle Investition in das Wohlbefinden der gesamten Familie.

Referentin: Elisa Müller, BA (Sozialarbeiterin, Familienberatungsstelle PSN)

Termin: 16.6.2025, 9:00 – 11:00 Uhr

Ort: Sitzungssaal der BH Liezen, Hauptplatz 12, 8940 Liezen

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640511 (Mirjam Schupfer).
Kinder können gerne mitgebracht werden 😊.





Workshop: Mit Baby entspannt durch die Nacht

Warum schläft mein Kind nicht durch? Wieso weint es abends immer? Was kann ich/können wir tun? In diesem Workshop widmen wir uns dem Thema Babyschlaf, es werden mögliche Lösungen und praktische Tipps besprochen. Bettina Dutzler zeigt Wege für (wieder) entspannte Nächte.

Der Workshop wird in Präsenz abgehalten, falls jemand verhindert ist und trotzdem gerne dabei sein möchte, ist eine Online-Zuschaltung möglich 😊.

Referentin: Bettina Dutzler, MSc (Psychologin, Schlafberaterin, Artgerecht- & Windelfrei-Coach, Zwergensprache- und Dunstan-Kursleiterin)

Termin: 25.6.2025, 9:00 – 11:00 Uhr

Ort: Sitzungssaal der BH Liezen, Hauptplatz 12, 8940 Liezen

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640511 (Mirjam Schupfer).
Kinder können gerne mitgebracht werden ☺.

Workshop: Grenzen setzen bei Kindern

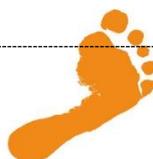
Ob und welche Grenzen für Kinder hilfreich sind, wird umstritten diskutiert. In diesem Workshop wird thematisiert, welche Funktionen Grenzen haben und wie sich diese auf die Entwicklung der Kinder auswirken. Dabei geht es nicht nur darum, den Kindern Grenzen zu setzen, sondern auch die eigenen Grenzen der Eltern zu wahren. Basierend auf theoretischen Grundlagen soll Eltern die Möglichkeit gegeben werden, eine Idee davon zu bekommen, wie sie für sich ihre Grenzen authentisch setzen können.

Referentin: Anja Pilz-Zeiser, BA MSc (Psychotherapeutin i.A.u.S.)

Termin: 30.6.2025, 9:00 – 10:30 Uhr

Ort: Sitzungssaal der BH Liezen, Hauptplatz 12, 8940 Liezen

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640511 (Mirjam Schupfer).
Kinder können gerne mitgebracht werden ☺.





Elternberatungszentrum EBZ Liezen

Angebotsreihe für Schwangere und PartnerInnen:

„Vorbereitung auf Geburt & Eltern-Sein – rein ins Abenteuer Familie😊“

1. Termin am 16.4.2025 von 16 Uhr bis (max.) 18 Uhr – Anmeldung bei K. Gallob unter Tel. 0676/86640524.

Vorbereitung auf die Geburt in den letzten Wochen der Schwangerschaft, Wehen und Atmung sowie Vorstellung des EBZs Liezen, Behördenwege bei der Geb. eines Kindes & Obsorge.

Referentinnen: Hebamme Natalia Riedrich
EBZ-Sozialarbeiterin Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA

2. Termin am 28.4.2025 von 16 bis (max.) 18 Uhr – Anmeldung bei M. Schupfer unter Tel. 0676/86640511.

Eltern werden – Paar bleiben! Durch die Geburt eines Kindes verändert sich auch die Partnerschaft. Welche Herausforderungen können in der ersten Zeit mit Baby entstehen und wie kann die Paarbeziehung dabei gestärkt werden?

Referentinnen: Anja Pilz-Zeiser, BA MSc (Psychotherapeutin i.A.u.S.)
EBZ-Sozialarbeiterin Mirjam Schupfer, BA

3. Termin am 4.6.2025 von 16 bis (max.) 18 Uhr – Anmeldung bei M. Schupfer unter Tel. 0676/86640511.

Eine Bindung fürs Leben – wie gelingt von Anfang an ein guter Bindungsaufbau zum Kind, damit es voller Vertrauen zu einer selbstbewussten Persönlichkeit heranwächst?
Welche Bindungsverhalten kennen wir und was geben wir weiter?

Referentinnen: Frühförderin, Schreibabyexpertin & Physiotherapeutin Petra Regl
EBZ-Sozialarbeiterin Mirjam Schupfer, BA





Elternberatungszentrum EBZ Liezen

4. Termin am 18.6.2025 von 16 Uhr bis (max.) 18 Uhr – Anmeldung bei K. Gallob unter Tel. 0676/86640524.

Das Wochenbett und die erste Zeit mit Baby (Nabelpflege, Babybad, Stillen, sinnvolles und überflüssiges Baby-Equipment, Selbstfürsorge etc.)

Referentinnen: Hebamme Natalia Riedrich
EBZ-Sozialarbeiterin Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA

Eingeladen sind alle Schwangeren (egal welche SSW) samt PartnerInnen, empfohlen wird wegen des aufbauenden Inhalts eine Teilnahme an allen vier Veranstaltungen.

Ort für alle Termine: Sitzungssaal der BH Liezen (2. Stock), Hauptplatz 12, 8940 Liezen (kostenpflichtige Parkplätze am Liezener Hauptplatz vorhanden).

Einzelberatungen

Mütter, Väter, Großeltern und andere Bezugspersonen von Kindern in den ersten drei Lebensjahren können gerne mit all ihren familiären Fragen und Anliegen zu uns kommen. Im Einzel- oder Paargespräch (telefonisch oder persönlich) und in einer gemütlichen Atmosphäre außerhalb der Zeiten für Gruppenangebote wird eine fachkundige sozialarbeiterische Beratung zu individuellen Anliegen angeboten.

Sozialarbeiterinnen: Mirjam Schupfer, BA (Tel. 0676/86640511)
(Montag bis Mittwoch)

Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA (Tel. 0676/86640524)
(Mittwoch bis Freitag)

Termine: Nach Vereinbarung





Elternberatungszentrum **EBZ** Liezen

Angebote in Admont

Regionale Elternberatung (REB)



für alle Schwangeren, Eltern & Bezugspersonen von Kindern bis zum vollendeten 3. Lebensjahr (ältere Geschwisterkinder können trotzdem gerne mitkommen☺). Bei einem offenen, gemütlichen Treffen können eine Entwicklungskontrolle (wiegen & messen des Kindes) sowie med. Beratung in Anspruch genommen werden. Fachkräfte stehen etwa zu den Themen Schlafen, Tragen, Stillen/Ernährung und Alltagsbewältigung zur Verfügung.

Spontaner Besuch ohne Anmeldung ausdrücklich erlaubt☺.

Team: Dr. Jörg Schweiger
Dagmar Plank (Hebamme & IBCLC Still- & Ernährungsberaterin)
Mirjam Schupfer, BA (Sozialarbeiterin)

Termine: Ein Mal im Monat am 2. Mittwoch von 8:30 – 10:30 Uhr

Ort: Hall 441, 8911 Admont (Amtsgebäude Hall)





Elternberatungszentrum EBZ Liezen

Infoveranstaltung (in Admont)

Fachkräfte geben in einer gemütlichen Atmosphäre Informationen an Schwangere, Eltern/Erziehende und Bezugspersonen von Kindern bis zum vollendeten 3. Lebensjahr weiter.

Workshop: Mit Liebe ins Leben getragen

Tragen und damit eng an Papa oder Mama gekuschelt sein, verleiht Säuglingen & Kleinkindern ein Gefühl von Geborgenheit und Sicherheit. Die körperliche und geistige Entwicklung (u. a. positive Wirkung auf Hüftnachreifung, Motorik, Muskelaufbau etc.) sowie eine sichere Bindung zwischen Getragenen und Tragendem werden dadurch optimal gefördert.

In diesem Workshop werden Trageweisen für Babys und Kleinkinder vorgestellt und schrittweise geübt. **Tücher & Tragehilfen verschiedener Marken und Varianten stehen zum Testen zur Verfügung.** Eingeladen sind alle Schwangeren samt Partner sowie Eltern mit Babys bis zum vollendeten 2. Lebensjahr.

Referentin: DGKP & zertifizierte Trageberaterin (Die Trageschule® – Österreich & Schweiz) Verena Baumgartner

Termin: 7.5.2025, 9:00 – 11:00 Uhr

Ort: Hall 441, 8911 Admont (Amtsgebäude Hall)

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640511 (Mirjam Schupfer).





Elternberatungszentrum EBZ Liezen

Angebote in St. Gallen

Regionale Elternberatung (REB)

für alle Schwangeren, Eltern & Bezugspersonen von Kindern bis zum vollendeten 3. Lebensjahr (ältere Geschwisterkinder können trotzdem gerne mitkommen☺). Bei einem offenen, gemütlichen Treffen können eine Entwicklungskontrolle (wiegen & messen des Kindes) sowie med. Beratung in Anspruch genommen werden. Fachkräfte stehen etwa zu den Themen Schlafen, Tragen, Stillen/Ernährung und Alltagsbewältigung zur Verfügung.

Spontaner Besuch ohne Anmeldung ausdrücklich erlaubt☺.

Team:	Dr. Ernst Huber (Arzt) Andrea Maierhofer, BSc (Hebamme, Still- & Ernährungsberaterin) Mirjam Schupfer, BA (Sozialarbeiterin) Sigrid van Klaveren, BA MA (Sozialarbeiterin)
Termine:	Ein Mal im Monat am 3. Dienstag von 9:00 – 10:00 Uhr
Ort:	Mehrzwecksaal, Oberer Markt 220, 8933 St.Gallen





Elternberatungszentrum EBZ Liezen

Infoveranstaltung (in St.Gallen)

Fachkräfte geben in einer gemütlichen Atmosphäre Informationen an Schwangere, Eltern/Erziehende und Bezugspersonen von Kindern bis zum vollendeten 3. Lebensjahr weiter.

Workshop: Klassischen Alltagsunfällen & Babykrankheiten gestärkt begegnen

Gut begleitet durch die ersten Lebensjahre – welche Risikofaktoren bestehen für Babys und Kleinkinder (Stress, Bewegungs- & Frischluftmangel, ungesunde Ernährung etc.), was können Allergie-Auslöser sein und wie begegne ich klassischen Unfällen (Verschlucken, Verbrennungen, Sturz von Wickeltisch, aus Wippe, Hochstuhl, Bett etc., plötzlicher Kindstod, Pseudokrapp, Babyakne, Gelbsucht & Co.) als Mama, Papa oder etwa Oma am besten? Herzliche Einladung zu einem Workshop zum Thema Vorbeugung und Erste Hilfe mit dipl. Gesundheits- & Krankenpflegerin (Kinder- und Jugendlichenpflege) Meike Salfelner.

Referentin: DGKP Meike Salfelner (dipl. Gesundheits- & Krankenpflegerin, Kinder- und Jugendlichenpflege)

Termin: 8.4.2025, 9:00 – 10:30 Uhr

Ort: Mehrzwecksaal, Oberer Markt 220, 8933 St. Gallen

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640511 (Mirjam Schupfer).
Kinder können gerne mitgebracht werden☺.





Elternberatungszentrum EBZ Liezen

Angebot in Trieben

Regionale Elternberatung (REB)



für alle Schwangeren, Eltern & Bezugspersonen von Kindern bis zum vollendeten 3. Lebensjahr (ältere Geschwisterkinder können trotzdem gerne mitkommen☺). Bei einem offenen, gemütlichen Treffen können eine Entwicklungskontrolle (wiegen & messen des Kindes) sowie med. Beratung in Anspruch genommen werden. Fachkräfte stehen etwa zu den Themen Schlafen, Tragen, Stillen/Ernährung und Alltagsbewältigung zur Verfügung.

Spontaner Besuch ohne Anmeldung ausdrücklich erlaubt☺.

Team: Dr. Eveline Stütz (Ärztin)
Dagmar Plank (Hebamme & IBCLC Still- & Ernährungsberaterin)
Mirjam Schupfer, BA (Sozialarbeiterin)

Termine: Ein Mal im Monat am 4. Dienstag von 14:00 – 16:00 Uhr

Ort: Pfarramt Trieben, Hauptplatz 7, 8784 Trieben





Elternberatungszentrum EBZ Liezen

Angebot in Stainach

Regionale Elternberatung (REB)



für alle Schwangeren, Eltern & Bezugspersonen mit Kindern bis zum vollendeten 3. Lebensjahr (ältere Geschwisterkinder können trotzdem gerne mitkommen☺). Bei einem offenen, gemütlichen Treffen kann eine Entwicklungskontrolle (wiegen & messen des Kindes) in Anspruch genommen werden. Fachkräfte stehen etwa zu den Themen Schlafen, Tragen, Stillen/Ernährung und Alltagsbewältigung zur Verfügung.

Spontaner Besuch ohne Anmeldung ausdrücklich erlaubt☺.

Team: Natalia Riedrich (Hebamme)
Marlies Hofer (DGKP)
Mirjam Schupfer, BA (Sozialarbeiterin)

Termine: Ein Mal im Monat am 1. Dienstag von 9:00 – 11:00 Uhr

Ort: Agrarbezirksbehörde Stainach
Salzburger Straße 232, 8950 Stainach

Bitte bei „Sozialberatungsstelle“ anläuten, falls die Türe verschlossen ist.





Angebote in Schladming

Regionale Elternberatung (REB)

für alle Schwangeren, Eltern/Erziehenden & Bezugspersonen von Kindern bis zum 3. Lebensjahr (ältere Geschwisterkinder können trotzdem gerne mitkommen☺). Bei einem offenen, gemütlichen Treffen kann eine Entwicklungskontrolle (wiegen & messen des Kindes) in Anspruch genommen werden. Fachkräfte stehen etwa zu den Themen Schlafen, Tragen, Ernährung und Alltagsbewältigung zur Verfügung.

Spontaner Besuch ohne Anmeldung ausdrücklich erlaubt☺.

Team: Nora Pickl (Hebamme)
Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA (Sozialarbeiterin)
DGKP Meike Salfelner (dipl. Gesundheits- & Krankenpflegerin,
Kinder- und Jugendlichenpflege)

Termine: Ein Mal im Monat am 4. Donnerstag von 09:30 – 11:30 Uhr

Ort: Kinderfreunde Vereinshaus, Sportplatzgasse 695, 8970 Schladming
(gebührenfreie Parkplätze vorhanden!)

Achtung – im Mai 2025 findet die Elternberatung ausnahmsweise am 30.05. statt!





Workshop: Klassischen Alltagsunfällen & Babykrankheiten gestärkt begegnen

Gut begleitet durch die ersten Lebensjahre – welche Risikofaktoren bestehen für Babys und Kleinkinder (Stress, Bewegungs- & Frischluftmangel, ungesunde Ernährung etc.), was können Allergie-Auslöser sein und wie begegne ich klassischen Unfällen (Verschlucken, Verbrennungen, Sturz von Wickeltisch, aus Wippe, Hochstuhl, Bett etc., plötzlicher Kindstod, Pseudokrapp, Babyakne, Gelbsucht & Co.) als Mama, Papa oder etwa Oma am besten? Herzliche Einladung zu einem Workshop zum Thema Vorbeugung und Erste Hilfe mit dipl. Gesundheits- & Krankenpflegerin (Kinder- und Jugendlichenpflege) Meike Salfelner.

Termin: 5.06.2025, 9:00 – 10:30 Uhr

Ort: Kinderfreunde Vereinshaus, Sportplatzgasse 695, 8970 Schladming (gebührenfreie Parkplätze vorhanden!)

Team: DGKP Meike Salfelner (dipl. Gesundheits- & Krankenpflegerin, Kinder- und Jugendlichenpflege)
Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA (Sozialarbeiterin)

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640524 (Kathrin Gallob).
Kinder können gerne mitgebracht werden☺.

Vortrag und Austausch: Vorstellung des EBZ Liezen, Infos zu Behördenwege bei der Geburt eines Kindes & Obsorge.

Termin: 26.06.2025 von 13:15 Uhr – 13:45 Uhr

Ort: Kinderfreunde Vereinshaus, Sportplatzgasse 695, 8970 Schladming (gebührenfreie Parkplätze vorhanden!)

Referentin: Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA (EBZ-Sozialarbeiterin)

Anmeldung unter Tel. 0676/86640524 (Kathrin Gallob).





Elternberatungszentrum EBZ Liezen

Angebote in Gröbming

Regionale Elternberatung (REB)

für alle Schwangeren, Eltern & Bezugspersonen von Kindern bis zum 3. Lebensjahr (ältere Geschwisterkinder können trotzdem gerne mitkommen☺). Bei einem offenen, gemütlichen Treffen können eine Entwicklungskontrolle (wiegen & messen des Kindes) sowie med. Beratung in Anspruch genommen werden. Fachkräfte stehen etwa zu den Themen Schlafen, Tragen, Stillen/Ernährung und Alltagsbewältigung zur Verfügung.

Spontaner Besuch ohne Anmeldung ausdrücklich erlaubt☺.

Team:	Dr. Eva Berger (Ärztin) Tanja Cooke (Hebamme) Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA (Sozialarbeiterin)
Termine:	Ein Mal im Monat am 2. Donnerstag von 09:30 – 11:30 Uhr
Ort:	Sitzungssaal der Politischen Expositur Gröbming, Hauptstraße 213, 8962 Gröbming





Elternberatungszentrum EBZ Liezen

Infoveranstaltungen (in Gröbming)

Fachkräfte geben in einer gemütlichen Atmosphäre Infos an Schwangere, Eltern/Erziehende und Bezugspersonen von Kindern bis zum vollendeten 3. Lebensjahr weiter.

Workshop: Babymassage

Babymassage-Kurs für alle Eltern und deren Babys (Alter der Kinder: 6 Wochen bis zum Krabbeln). Liebevoller Berührungen stärken das Kind auf allen Ebenen, Sinneswahrnehmung sowie Bindung zwischen Mutter/Vater und Kind wird gefördert, wirkt zudem unterstützend bei Koliken.

Achtung – für die bestmögliche Erholung eurer Babys: Bitte vermeidet die Massage bei Fieber, Infekten oder direkt nach einer Impfung für 48 Stunden.

Team: Marlies Hofer (zertifizierte Babymassage-Kursleiterin & DGKP Geburt/Gyn. im Klinik Diakonissen Schladming)
Kathrin Gallob, Bakk. phil. BA (Sozialarbeiterin)

Termine: 4.4. & 9.5.2025 von 9:00 – 10:00 Uhr (bei großer Nachfrage 2. Gruppe möglich)

Ort: Ehemaliger Kindergarten (EG), Klostersgasse 186, 8962 Gröbming

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640524 (Kathrin Gallob).





Elternberatungszentrum EBZ Liezen

Workshop: Baby- & Kleinkind-Handling

In diesem Workshop lernen Eltern & Erziehende praxisnah die richtige Handhabung (Handling) mit ihrem Baby bzw. Kleinkind. Es werden Positionen fürs Schlafen, Wickeln, Füttern usw. besprochen, die sich positiv auf die Entwicklung auswirken und zu einer guten Bindung beitragen. Dabei geht es ums Üben, damit die Techniken zu Hause leicht und ohne großen Aufwand umgesetzt werden können.

Referentin: Silvia Schachner, BSc (Ergotherapeutin, Rotatherapeutin & Gordon-Familientrainerin)

Termin: 14.5.2025, 9:00 – 11:00 Uhr

Ort: Sitzungssaal der Politischen Expositur Gröbming,
Hauptstraße 213, 8962 Gröbming

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640524 (Kathrin Gallob).
Kinder können gerne mitgebracht werden 😊.





Elternberatungszentrum

 **EBZ** 
Liezen

Angebote in Bad Aussee 

Regionale Elternberatung (REB)

für alle Schwangeren, Eltern/Erziehenden & Bezugspersonen von Kindern bis zum 3. Lebensjahr (ältere Geschwisterkinder können trotzdem gerne mitkommen☺). Bei einem offenen, gemütlichen Treffen kann das Baby/Kleinkind gewogen & gemessen werden. Hebamme, Stillberaterin & Sozialarbeiterin stehen für individuelle Fragen & Anliegen (Ernährung, Alltagsbewältigung etc.) zur Verfügung.

Spontaner Besuch ohne Anmeldung ausdrücklich erlaubt☺.

Team: Brigitte Winter (Hebamme)
Susanne Starl (DGKP & IBCLC Still- & Laktationsberaterin)
Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA (Sozialarbeiterin)

Termine: Ein Mal im Monat am 3. Mittwoch von 9:00 – 11:00 Uhr

Ort: Kur- & Congresshaus (2. Stock, barrierefrei über Lift erreichbar)
Kurhausplatz 144
8990 Bad Aussee





Elternberatungszentrum EBZ Liezen

Infoveranstaltung (in Bad Aussee)

Fachkräfte geben in einer gemütlichen Atmosphäre Infos an Schwangere, Eltern/Erziehende und Bezugspersonen von Kindern bis zum vollendeten 3. Lebensjahr weiter.

Workshop: **Gesundheit aus der Natur – wenn die Nase rinnt oder das Bäuchlein zwick**

Früher gehörten Heilpflanzen zum täglichen Leben der Menschen, Eltern ziehen aber auch heute immer öfter pflanzenbasierte Hausmittel, Kräuter & Co. stark industrieller Arznei vor. Mag. Ricarda Kiendler – selbst Mama, Pharmazeutin und Apotheken-Angestellte – bietet in diesem Workshop Infos über pflanzliche Arzneimitteldzubereitung speziell für Babys & Kleinkinder, Tipps zu Brustentzündungen bei Stillenden und mögliche Mittel für eine sichere Reiseapotheke.

Referentin: Mag. pharm. Ricarda Kiendler, (Pharmazeutin & Apotheken-Angestellte)

Termin: 6.6.2025, 9:00 – 11:00 Uhr

Ort: Kur- & Congresshaus (2. Stock, barrierefrei über Lift erreichbar)
Kurhausplatz 144
8990 Bad Aussee

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640524 (Kathrin Gallob).
Kinder können gerne mitgebracht werden☺.





Elternberatungszentrum **EBZ** Liezen

Informationsstellen

Informationsstellen in der Steiermark, an die ihr euch gerne außerhalb der EBZ Erreichbarkeit wenden könnt.

Bezirkshauptmannschaft Liezen

Abteilung Kinder- und Jugendhilfe
Tel. 03612/2801

PsyNot – Das psychiatrische Krisentelefon für die Steiermark

Tel. 0800/449933

Krisentelefon, bei dem rund um die Uhr geschulte Fachkräfte jeden Anruf beantworten.

Frühe Hilfen Liezen

Tel. 0664/8000 64 458, www.fruehehilfen.at

Stillambulanz Rottenmann

Tel. 03614/2431-2847

jeweils Donnerstag ab 12:30 Uhr bzw. nach Terminvereinbarung.

Nabhinadi – Hebammenarbeit für Sterneltern

Tel. 0660/7158355, info@nabhinadi.at, www.nabhinadi.at

Hebammenhotline Steiermark

Tel. 0664/372 22 99

Die Hebammenhotline bietet rund um die Uhr sofortige professionelle Telefonberatung für (werdende) Eltern zu den Themen Schwangerschaft, Geburt, Stillen/Säuglingsernährung, Wochenbett, Babypflege u.v.m.

Psychosoziale Beratungsstelle für Erwachsene in Liezen

Tel. 03612/26322-10, MO bis FR, 9:00 – 16:00 Uhr

Fronleichnamsweg 15, 8940 Liezen

Hilfetelefon schwierige Geburt

Tel. 0720/322077, DI 14:00 – 16:00 Uhr & FR 9:00 – 11:00 Uhr, www.rueckhalt.at

Institut für Familienberatung und Psychotherapie der Diözese Graz-Seckau

Tel. 0676/87422613

Bahnhofstraße 106, 8950 Stainach

Telefonseelsorge Erwachsene

Tel. 142 rund um die Uhr