



Hier findest du die  
barrierefreie Version  
für Screen-Reader!



im Haus des Lebens, Conrad von Hötzendorf-Straße 25b, 8570 Voitsberg  
Tel: Tatzer Petra: 0676/866 40 282

## 1. Woche

07.01.	<b>Sozialarbeiterische Einzelberatung bei Petra</b> Petra steht dir für alle Fragen des täglichen Lebens rund um Schwangerschaft, Geburt und die ersten 3 Lebensjahre mit deinem Kind für ein individuelles Gespräch zur Verfügung. Dieses kann auch bei dir zuhause stattfinden. Vereinbare telefonisch deinen Termin unter 0676/866 40 282.	8.00–12.00 Uhr
07.01.	<b>FIT: Rückbildungsgymnastik mit Hebamme</b>	14.00–15.00 Uhr
 07.01.	<b>FIT: Schwangerschaftsgymnastik mit Hebamme</b>	15.00–16.00 Uhr
07.01.	<b>START: Singen–Tanzen–Spielen für Kinder ab 2 Jahren</b> Fixe Eltern-Kind-Gruppe bis Ostern. Anmeldungen für die Sommer-Gruppe möglich!	15.15–16.30 Uhr
08.01. Online	<b>„Nächtliche Nahrung – vom Einschlafstillen/–flasche, Dauernuckeln und Co“ – Workshop mit Psychologin</b> Das Thema Nahrung begleitet uns durch das erste Lebensjahr. Rund um abendliche und nächtliche Mahlzeiten werden wir Eltern häufig mit Fragen und gutgemeinten „Ratschlägen“ konfrontiert und stellen uns auch selbst Fragen rund ums Einschlafstillen, Fläschchen zum Einschlafen, Stillen oder Fläschchen nachts: <ul style="list-style-type: none"><li>• Braucht mein Baby/Kind nachts noch Nahrung?</li><li>• Schlafen nichtgestillte Babys wirklich besser?</li><li>• Wie kann ich mein Baby ohne Stillen und/oder Flasche in den Schlaf und durch die Nacht begleiten?</li></ul>	9.00–11.00 Uhr
 08.01.	<b>START: Eltern–Kind–Treff Söding–St. Johann</b> Wir singen, spielen und jausnen gemeinsam. Eltern lernen andere Eltern kennen und Kinder machen erste Gruppenerfahrungen. Für Familien mit Kindern von 0-5 Jahren im Gemeindeamt Söding-St. Johann! Bitte Anti-Rutschsocken und eine kleine Jause für dein Kind mitbringen.	9.00–11.00 Uhr
 08.01. 	<b>Eltern–Kind–Treff “Schildkröte”</b> Familien mit Kindern mit besonderen Bedürfnissen im Alter von 0-6 Jahren sind herzlich eingeladen, sich im kindgerecht gestaltetem Bewegungsraum von LebensGroß zu treffen und miteinander zu singen, zu spielen und zu turnen. Bitte Antirutschsocken und eine kleine Jause für dein Kind mitbringen.	15.00–16.30 Uhr 2. Stock!
 09.01.	<b>Eltern–Kind–Café im EKIZ</b> 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.	9.30–11.00 Uhr

Sämtliche Angebote des EBZ sind eine Serviceleistung des steiermärkischen Sozialressorts zur Beratung von werdenden Eltern und Eltern von Babys und Kleinkindern bis zum 3. Geburtstag 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](mailto:bhvo-ebz@stmk.gv.at) erforderlich!



## 2. Woche

im Haus des Lebens, Conrad von Hötzendorf-Straße 25b, 8570 Voitsberg  
Tel: Tatzer Petra: 0676/866 40 282

 12.01.	<b>Babytreff</b>	9.30–11.30 Uhr
 12.01.	<b>Elternberatung mit Ärztin und Hebamme</b>	9.30–11.30 Uhr
12.01.	<b>Hebammensprechstunde – Einzelberatung</b> Du hast Fragen zu Themen rund um Schwangerschaft, Geburt, Säuglingspflege oder Stillen? Du möchtest ein traumatisches Geburtserlebnis nachbesprechen? Dann melde dich für ein individuelles Hebammengespräch.	14.00–15.00 Uhr
12.01.	<b>Start 3-teiliger Babymassagekurs</b> In diesem Kurs hast du die Möglichkeit, deinem Kind eine belebende, beruhigende und ganzheitliche Massage zukommen zu lassen. Du erhältst Tipps und Tricks zur Entspannung deines Babys. Geeignet für Babys bis zu 6 Monaten.	14.00–15.00 Uhr
 13.01.	<b>Eltern-Kind-Treff Stallhofen</b> 	9.00–11.00 Uhr
 13.01.	<b>Eltern-Kind-Treff Pack</b> <b>Elterninitiative</b>	9.00–11.00 Uhr
14.01.	<b>Sozialarbeiterische Einzelberatung bei Petra</b> Petra steht dir für alle Fragen des täglichen Lebens rund um Schwangerschaft, Geburt und die ersten 3 Lebensjahre mit deinem Kind für ein individuelles Gespräch zur Verfügung. Dieses kann auch bei dir zuhause stattfinden. Vereinbare telefonisch deinen Termin unter 0676/866 40 282.	8.00–12.00 Uhr
14.01.	<b>Gemeinsam wachsen – Bindung stärken</b> In diesem Workshop sind Kinder mit ihren Begleitpersonen von 0-18 Monaten herzlich willkommen. Durch Fingerspiele, Lieder, Zungen- und Berührungsspiele uvm. wird die Bindung zwischen Kindern und Erwachsenen gestärkt und das Kind in seiner weiteren Entwicklung gefördert.	9.30–11.00 Uhr
14.01.	<b>Singen-Tanzen-Spielen für Kinder ab 2 Jahren</b> Fixe Eltern-Kind-Gruppe bis Ostern. Anmeldungen für die Sommer-Gruppe möglich!	15.15–16.30 Uhr
 15.01.	<b>Eltern-Kind-Treff Söding-St. Johann</b>  Wir singen, spielen und jausnen gemeinsam. Eltern lernen andere Eltern kennen und Kinder machen erste Gruppenerfahrungen. Für Familien mit Kindern von 0-5 Jahren im Gemeindeamt Söding-St.-Johann!	9.00–11.00 Uhr
 15.01. 	<b>Eltern-Kind-Treff Schildkröte</b>  Familien mit Kindern mit besonderen Bedürfnissen im Alter von 0-6 Jahren sind herzlich eingeladen, sich im kindgerecht gestaltetem Bewegungsraum von LebensGroß zu treffen und miteinander zu singen, zu spielen und zu turnen. Bitte Antirutschsocken und eine kleine Jause für dein Kind mitbringen.	15.00–16.30 Uhr <b>2. Stock!</b>
 16.01.	<b>Eltern-Kind-Café im EBZ mit Frühförderin</b>	9.30–11.00 Uhr
 16.01.	<b>Geburtsvorbereitungskurs Teil 1 im EKIZ</b> Anmeldung unter <a href="http://www.ekiz-voitsberg.at">www.ekiz-voitsberg.at</a> oder 0664/738 55 139 Kosten im EKIZ pro Paar 115 Euro.	18.00–21.00 Uhr
 17.01.	<b>Geburtsvorbereitungskurs Teil 2 im EKIZ</b>	8.30–11.30 Uhr

Sämtliche Angebote des EBZ sind eine Serviceleistung des steiermärkischen Sozialressorts zur Beratung von werdenden Eltern und Eltern von Babys und Kleinkindern bis zum 3. Geburtstag und somit für Dich und Deine Kinder **kostenlos**.  
Der Besuch von  gekennzeichneten Angeboten ist jederzeit **ohne Anmeldung** möglich.  
Für alle anderen KURSSESUCHE ist eine ANMELDUNG unter [bhvo-ebz@stmk.gv.at](mailto:bhvo-ebz@stmk.gv.at) erforderlich!

















Hier findest du die  
barrierefreie Version  
für Screen-Reader!



im Haus des Lebens, Conrad von Hötzendorf-Straße 25b, 8570 Voitsberg  
Tel: Tatzer Petra: 0676/866 40 282

### 3. Woche













	19.01.	<b>Babytreff mit Daniela von den "Frühen Hilfen"</b>	9.30–11.00 Uhr
	19.01.	<b>Babymassagekurs Teil 2</b>	14.00–15.00 Uhr
	19.01.	<b>Geburtsvorbereitungskurs Teil 3 im EBZ</b> Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit (ÖGK) Unterstützungsmöglichkeiten für Familien im Bezirk Bindungsworkshop	16.00–20.00 Uhr
	20.01.	<b>Eltern-Kind-Treff Stallhofen</b>	<b>Elterninitiative</b> 9.00–11.00 Uhr
	20.01.	<b>Eltern-Kind-Treff Pack mit Daniela von den "Frühen Hilfen"</b>	 9.00–11.00 Uhr
	21.01.	<b>Sozialarbeiterische Einzelberatung bei Petra</b> Petra steht dir für alle Fragen des täglichen Lebens rund um Schwangerschaft, Geburt und die ersten 3 Lebensjahre mit deinem Kind für ein individuelles Gespräch zur Verfügung. Dieses kann auch bei dir zuhause stattfinden. Vereinbare telefonisch deinen Termin unter 0676/866 40 282.	8.00–12.00 Uhr
	21.01.	<b>Workshop Schlafberatung</b> In diesem Workshop erhältst du Informationen zum Schlafen und du kannst so das Schlafverhalten deines Babys besser verstehen. Du erfährst Tipps und Tricks um den Familienschlaf entspannter zu gestalten und die Nacht nicht zum Tag werden zu lassen.	9.00–10.30 Uhr
	21.01.	<b>Workshop Trageberatung</b> In diesem Workshop werden allgemeine Informationen über das Tragen vermittelt und Tragehilfen können ausprobiert werden. Bring bereits vorhandene Tragehilfen einfach mit!	10.30–12.00 Uhr
	21.01.	<b>Singen-Tanzen-Spielen für Kinder ab 2 Jahren</b> Fixe Eltern-Kind-Gruppe bis Ostern. Anmeldungen für die Sommer-Gruppe möglich!	15.15.–16.30 Uhr
	22.01.	<b>Eltern-Kind-Treff Söding-St. Johann</b> Wir singen, spielen und jausnen gemeinsam. Eltern lernen andere Eltern kennen und Kinder machen erste Gruppenerfahrungen. Für Familien mit Kindern von 0-5 Jahren im GEMEINDEAMT Söding-St. Johann!	 9.00–11.00 Uhr
	22.01.	 <b>Eltern-Kind-Treff Schildkröte</b>	 15.00–16.30 Uhr
	22.01. <i>Online</i>	<b>Smartphone, Fernsehen und Co. – wieviel Medien braucht mein Baby und Kleinkind? Workshop mit Psychologin</b> Medienerziehung beginnt bereits im Babyalter, denn wie wir Medien nutzen wird bereits in der frühen Kindheit geprägt und ist später schwer veränderbar. Welchen Nutzen und welche Gefahren haben Bildschirmmedien in der frühen Kindheit – worauf sollten wir als Eltern und Bezugspersonen achten? Wieviel Medien brauchen Kleinkinder? Dieser Workshop bietet Informationen um Kinder von Anfang an auf ihrem Weg zu einem guten Umgang mit Medien zu begleiten.	15.00–17.00 Uhr
	23.01.	<b>Eltern-Kind-Café im EKIZ</b>	9.30–11.00 Uhr


Sämtliche Angebote des EBZ sind eine Serviceleistung des steiermärkischen Sozialressorts zur Beratung von werdenden Eltern und Eltern von Babys und Kleinkindern bis zum 3. Geburtstag 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](mailto:bhvo-ebz@stmk.gv.at) erforderlich!



im Haus des Lebens, Conrad von Hötzendorf-Straße 25b, 8570 Voitsberg  
Tel: Tatzer Petra: 0676/866 40 282

#### 4. Woche

	26.01.	<b>Babytreff</b>	9.30–11.30 Uhr
	26.01.	<b>Elternberatung mit Ärztin und Hebamme</b>	9.30–11.30 Uhr
	26.01.	<b>Hebammensprechstunde – Einzelberatung</b> Du hast Fragen zu Themen rund um Schwangerschaft, Geburt, Säuglingspflege oder Stillen? Du möchtest ein traumatisches Geburtserlebnis nachbesprechen? Dann melde dich für ein individuelles Hebammengespräch.	14.00–15.00 Uhr
	26.01.	<b>Babymassagekurs Teil 3</b>	14.00–15.00 Uhr
	27.01.	<b>Eltern-Kind-Treff Stallhofen</b>	 9.00–11.00 Uhr
	27.01.	<b>Eltern-Kind-Treff Pack</b> <b>Elterninitiative</b>	9.00–11.00 Uhr
	27.01.	<b>Workshop Erstversorgung bei Kinderunfällen und Kinderkrankheiten</b> 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.	14.30–17.00 Uhr
	28.01.	<b>Sozialarbeiterische Einzelberatung bei Petra</b> Petra steht dir für alle Fragen des täglichen Lebens rund um Schwangerschaft, Geburt und die ersten 3 Lebensjahre mit deinem Kind für ein individuelles Gespräch zur Verfügung. Dieses kann auch bei dir zuhause stattfinden. Vereinbare dir telefonisch deinen Termin unter 0676/866 40 282.	8.00–12.00 Uhr
	28.01.	<b>Rückbildungsgymnastik mit Hebamme</b>	14.00–15.00 Uhr
	28.01.	<b>Schwangerschaftsgymnastik mit Hebamme</b>	15.00–16.00 Uhr
	28.01.	<b>Singen-Tanzen-Spielen für Kinder ab 2 Jahren</b> Fixe Eltern-Kind-Gruppe bis Ostern. Anmeldungen für die Sommer-Gruppe möglich!	15.15–16.30 Uhr
	29.01.	<b>Eltern-Kind-Treff Söding-St. Johann</b> Wir singen, spielen und jausnen gemeinsam. Eltern lernen andere Eltern kennen und Kinder machen erste Gruppenerfahrungen. Für Familien mit Kindern von 0-5 Jahren im Gemeindeamt Söding-St. Johann!	 9.00–11.00 Uhr
 	29.01.	<b>Eltern-Kind-Treff "Schildkröte"</b> Familien mit Kindern mit besonderen Bedürfnissen im Alter von 0-6 Jahren sind herzlich eingeladen, sich im kindgerecht gestaltetem Bewegungsraum von LebensGroß zu treffen und miteinander zu singen, zu spielen und zu turnen. Bitte Antirutschsocken und eine kleine Jause für dein Kind mitbringen.	 15.00–16.30 Uhr
	30.01.	<b>Eltern-Kind-Café im EBZ mit Hebamme</b>	9.30–11.00 Uhr

Sämtliche Angebote des EBZ sind eine Serviceleistung des steiermärkischen Sozialressorts zur Beratung von werdenden Eltern und Eltern von Babys und Kleinkindern bis zum 3. Geburtstag und somit für Dich und Deine Kinder **kostenlos**.  
Der Besuch von  gekennzeichneten Angeboten ist jederzeit **ohne Anmeldung** möglich.  
Für alle anderen KURSSESUCHE ist eine ANMELDUNG unter [bhvo-ebz@stmk.gv.at](mailto:bhvo-ebz@stmk.gv.at) erforderlich!