

WORKSHOP

„Stimmig (miteinander) kommuniziert - zwischen Hingabe, Aufgabe & Mitgefühl“

Paul Watzlawick erwähnte vor einigen Jahrzehnten „Wir können nicht NICHT-kommunizieren“. Beziehungen und Kontakt zu unserem Umfeld durch Kommunikation begleiten demnach unser ganzes Leben. Wir haben Kommunikation, um uns zu verständigen und zeitweise auch, um die größten Missverständnisse hervorzubringen. Ein Spannungsfeld der Möglichkeiten?... Ist es auch.

- Was will ich sagen und was versteht der/die Andere?
- Welche Bedürfnisse stecken hinter meinen Worten?
- Passende Kommunikation für alle Altersstufen beleuchten.

Vortragender: Mag. Markus Wiesenhofer, Erziehungs- und Bildungswissenschaftler

Termine: 08.11.2024, 15.11.2024, 29.11.2024 - jeweils um 18:00-21:00 Uhr (3-teilig)

EBZ Hartberg-Fürstenfeld
8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1

ANMELDUNG
ERFORDERLICH!

WORKSHOP

„Babys erstes Löffelchen - Ernährung im 1. Lebensjahr“

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 in diesem Workshop praxisnah beantwortet.

Vortragende: Andrea Fassl, Diätologin

Termin: 09.12.2024 und 02.06.2025 - jeweils um 15:00 Uhr (einteilig)

EBZ Hartberg-Fürstenfeld
8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1



In Kooperation mit der ÖGK Steiermark

Anmeldung bis spätestens 1 Woche vorher unter
05 076615 1131 oder richtigessen-15@oegk.at

WORKSHOP

„Ermutigungstraining für Eltern von Kindern von 3-6 Jahren“

Wenn Kinder stören, permanente Aufmerksamkeit wollen, Machtkämpfe an der Tagesordnung stehen, dann haben wir es nicht mit „schlechten“ Kindern zu tun, sondern mit Kindern, die sich nicht zugehörig fühlen.

Diese Kinder sind entmutigt. Entmutigend kann vieles sein. Allem voran geht es aber um das Erkennen des Gefühls des eigenen Kindes und einen angemessenen Umgang damit.

Ein Zugehörigkeitsgefühl kann man nicht mit Drohungen, Strafe, Kontrolle oder Belohnung erzeugen - wohl aber mit Ermutigung.

Vortragende: Mag.ª Silke Grangl, Psychologin, Ermutigungstrainerin

ANMELDUNG
ERFORDERLICH!

Termine Workshops (4-teilig):

Workshop 1 - ONLINE: 27.02.2025, 06.03.2025., 20.03.2025, 27.03.2025 - jeweils 18:30-20:00 Uhr

Achtung! Bei diesem interaktiven Workshop ist die Teilnahme mittels Videokamera erforderlich!

Workshop 2 - PERSÖNLICH: 08.05.2025, 15.05.2025, 22.05.2025, 05.06.2025 - jeweils 18:30-20:30 Uhr

EBZ Hartberg-Fürstenfeld
8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1

HYBRID-VORTRAG

„Aufwachsen mit modernen Medien“

Medien wie Handy, Tablet & Co gehören für Kinder bereits früh zum Alltag. Wie können wir als Eltern ein Vorbild für unsere Kinder sein? Wie können wir gemeinsam mit unseren Kindern einen Zugang zu passenden Medien finden? Wie lange und welche Inhalte sind schon zuviel für Kleinkinder?

In diesem Vortrag erfährst du, wie Kinder die Inhalte wahrnehmen, was sie verarbeiten können und was sie überfordert.

Vortragende: Kathrin Zeisberger, zertifizierte Elternbildnerin

Termin: 03.10.2024 um 19:00 Uhr

Schloss Pöllau, 8225 Pöllau

ANMELDUNG
ERFORDERLICH!



EBZ - Elternberatungszentrum für den Bezirk Hartberg-Fürstenfeld, Sozialzentrum Hartberg, Rotkreuzplatz 1, 8230 Hartberg
Tel.: 03332/606-515, E-Mail: ebz.bhhf@stmk.gv.at,
Telefonisch erreichbar täglich von 08:00 - 12:00 Uhr
www.bh-hartberg-fuerstenfeld.steiermark.at

Vorträge 2024/2025



für werdende Eltern und Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern



Bezirkshauptmannschaft
Hartberg-Fürstenfeld



ONLINE-WORKSHOP „Wissen rund um die kindliche Schlafentwicklung“

- Warum wachen Babys und Kinder nachts häufig auf?
- Wieso fällt es meinem Kind so schwer einzuschlafen?
- Wie kann ich meinem Kind helfen gut (alleine) einzuschlafen und durchzuschlafen?
- Was tun gegen Ängste?

Der Workshop bietet Informationen rund um die kindliche Schlafentwicklung im Kleinkindalter, darüber warum Babys so schlafen wie sie schlafen, sowie Tipps und Tricks um Kleinkinder ihren Bedürfnissen entsprechend in den Schlaf und durch die Nacht zu begleiten.

Vortragende: Mag.^a Sabine Rühl, Psychologin

Termine: 15.10.2024 und 19.11.2024
- jeweils von 09:00 - 11:30 Uhr (einteilig)

EBZ Hartberg-Fürstenfeld
8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1

ANMELDUNG
ERFORDERLICH!

WORKSHOP „Gemüsetiger“

Sollen aus unseren Kleinsten keine Naschkatzen, sondern richtige Gemüsetiger werden, muss man sie schon früh für unser vielfältiges Nahrungsangebot begeistern. Wie das am besten funktioniert und wovon ihr Kind am meisten braucht, hören Sie in diesem Workshop.

- Zwergerlküche: Bunt ist gesund!
- Mahlzeitenhäufigkeit und -verteilung
- Süßes oder Saures? Tipps für das richtige Maß
- Hilfe! Mein Kind will nicht essen
- Kinderlebensmittel unter der Lupe

Vortragende: Andrea Fassl, Diätologin

Termine: 23.09.2024, 25.11.2024,
10.03.2025, 16.06.2025
- jeweils von 15:00 - 17:30 Uhr (einteilig)

EBZ Hartberg-Fürstenfeld
8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1



In Kooperation mit der ÖGK Steiermark
**Anmeldung bis spätestens 1 Woche vorher unter
05 076615 1131 oder richtigessen-15@oegk.at**

„Stillvorbereitungskurse“

Stillen ist die natürlichste Art euer Baby zu ernähren. Wenn euer Baby gestillt werden soll, ihr euch noch nicht sicher seid oder Fragen habt, erfahrt ihr in diesem zweiteiligen Kurs alles Wissenswerte zum Thema Stillen. Zeitgleich mit dem zweiten Teil findet eine angeleitete Männerrunde für werdende Väter statt.

Vortragende: Carola Schwengerer, Diplomkrankenschwester und Stillberaterin und Angelika Hellinger, Hebamme

Termine 2024: jeweils 19:00 - 21:00 Uhr
04.09. und 11.09.2024
02.10. und 16.10.2024
04.12. und 18.12.2024

Termine 2025: jeweils 19:00 - 21:00 Uhr
05.02. und 19.02.2025
05.03. und 12.03.2025
02.04. und 23.04.2025
04.06. und 18.06.2025
02.07. und 09.07.2025

EBZ Hartberg-Fürstenfeld
8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1

ANMELDUNG
ERFORDERLICH!

HYBRID-VORTRAG „Ermutigen statt kritisieren“

Was ist Ermutigung?
Wie kann ich in ausweglosen Situationen mit Ermutigung etwas erreichen?
Warum tut Mut gut und wie lerne ich zu ermutigen?
Ermutigung lässt das Potential, das in einem Menschen steckt, wachsen!
Ermutigung ist eine Alternative zu Abwerten, Kritisieren, Drohen, Schimpfen - aber es bedeutet keineswegs, dass alles durchgehen muss. Auf das WIE kommt es an. Das Bemühen wird anerkannt und nicht die Leistung, nur so ist ein Fortschritt möglich.

Das Einzige, was das natürliche Wachstumspotential eines Menschen zur Entwicklung bringen kann, ist Ermutigung.

Vortragende: Mag.^a Silke Grangl, Psychologin, Ermutigungstrainerin

Termin: 24.04.2025 um 19:00 Uhr
Kindergarten Vorau
8250 Vorau, Gerichtsgasse 511

ANMELDUNG
ERFORDERLICH!

„Kindernotfallkurse“

Sechsstündige Erste-Hilfe-Zusatzausbildung (2 Termine zu je 3 Stunden). Maßnahmen bei Bewusstlosigkeit, Atem- und Kreislaufstillstand, Verletzungen und Vergiftungen, Aufklärung über spezielle Notfälle wie Atemwegserkrankungen, Krampfanfälle, etc.

Vortragende: Martina Wieser, Mark Heinrich, Philipp Löffler, Gerhard Mogg, Rotes Kreuz

Termine: jeweils von 18:00 - 21:00 Uhr

PÖLLAU, 23.09. und 30.09.2024
Sozialzentrum, 8225 Pöllau, Froschauerg. 569

HARTBERG, 08.10. und 15.10.2024
Sozialzentrum, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1

VORAU, 19.11. und 26.11.2024
Sozialzentrum, 8250 Vorau 412

FRIEDBERG, 02.12. und 09.12.2024
Rotes Kreuz, 8240 Friedberg, Getreideweg 1

FÜRSTENFELD, 21.01. und 28.01.2025
Rotes Kreuz, 8280 Fürstenfeld, Felberweg 4

BAD WALTERSDORF, 04.03. und 11.03.2025
Sozialzentrum, 8271 Bad Waltersdorf 253

ANMELDUNG
ERFORDERLICH!

**ACHTUNG! NICHT als Fortbildung
für den Arbeitgeber anerkannt!**

HYBRID-VORTRAG „Grenzen setzen in liebevoller Haltung“

Grenzen setzen gehört zum erzieherischen Alltag in jeder Familie. Grenzen schränken nicht nur ein und sind daher mit unangenehmen Gefühlen verbunden, sie geben auch Sicherheit und Orientierung. Der Vortrag gibt einen Überblick, warum Grenzen in jedem Alter notwendig sind und Bezugspersonen ihren Kindern klar und sicher damit Orientierung geben können.

Vortragende: Elisabeth Gütnher, zertifizierte Elternbildnerin

Termin: 26.02.2025 um 19:00 Uhr

Kindergarten d. BAFEP,
8230 Hartberg, Edelseegasse 13

ANMELDUNG
ERFORDERLICH!

WORKSHOP „Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit“

Die Schwangerschaft ist eine aufregende Zeit im Leben einer jungen Familie. Für eine optimale Entwicklung Ihres ungeborenen Babys und eine Steigerung des eigenen Wohlbefindens ist eine ausgewogene und gesunde Ernährung eine wichtige Basis.

- das eigene Essverhalten unter der Lupe
- die lieben Kilos - Figurfragen vor und nach der Geburt
- No Go's in der Schwangerschaft – Risiko und Genuss
- Erste Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden
- Bewegung und Sport
- Stillen - ein guter Beginn
- Informationen zur Säuglingsanfangsnahrung
- Zahngesundheit von Mutter und Kind
- Information über Wochengeld und Kinderbetreuungsgeld



Vortragende: Andrea Fassl, Diätologin

Termine: 11.11.2024, 03.03.2025, 26.05.2025 -
jeweils um 16:00-18:30 Uhr (einteilig)

In Kooperation mit der ÖGK Steiermark
**Anmeldung bis spätestens 1 Woche vorher unter
05 076615 1131 oder richtigessen-15@oegk.at**

HYBRID-VORTRAG „Wüten, trotzen, traurig sein - Umgang mit den Gefühlen in der Entwicklung“

Wenn einen die Freude übermannt, die Traurigkeit drückt oder Wolken aus Zorn und Wut aufziehen – was ist dann los mit uns? Wie lernen Kinder ihre Gefühle kennen, sie auszudrücken und mit ihnen umzugehen? Wie können wir unsere Kinder bei diesen Prozessen bestmöglich unterstützen?

Vortragende: Elisabeth Günther, zertifizierte Elternbildnerin

Termin: 20.11.2024 um 19:00 Uhr

Kindergarten Blumenhaus
8280 Fürstenfeld, Burgenlandstraße 6a

ANMELDUNG
ERFORDERLICH!