

# ebz Trofaiach

Elternberatungszentrum des Landes Steiermark  
Kehrgasse 43 C, 8793 Trofaiach  
Telefon 03847-34093, Fax 03847-2430-40  
E-Mail: ebz-trofaiach@stmk.gv.at

## Öffnungszeiten:

Montag: 8.30 – 11.30 Uhr  
Dienstag: 8.30 – 11.30 Uhr  
Mittwoch: 8.30 – 11.30 Uhr  
Donnerstag: 8.30 – 11.30 Uhr und 14.00 - 15.00 Uhr  
Freitag: 8.30 – 11.30 Uhr

sowie nach Vereinbarung

diverse Veranstaltungen laut Programm

## Angebote von Mai bis August 2019



Willkommen im Elternberatungszentrum Trofaiach!

Im **ebz Trofaiach** werden Sie von Expertinnen in der Zeit der Schwangerschaft beraten und begleitet und bei der Vorbereitung auf die Geburt Ihres Kindes unterstützt.

Nach der Geburt ihres Kindes können Eltern mit ihrem Kind bis zum 3. Lebensjahr im **ebz Trofaiach** Kontakte knüpfen, Gedanken und Erfahrungen austauschen, miteinander und voneinander am Beispiel lernen. Sie bekommen fachkundige Information, Beratung, Begleitung und Unterstützung bei Ihren vielfältigen und anspruchsvollen familiären und erzieherischen Aufgaben.

Sie können je nach Ihrem Bedürfnis Gruppenangebote und / oder Einzelgespräche in Anspruch nehmen. Alle Angebote sind für Sie kostenlos.

Auf den folgenden Seiten finden Sie eine detaillierte Beschreibung der einzelnen Angebote und einen Veranstaltungskalender.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!  
Im Namen aller MitarbeiterInnen

DSA Martina Pongruber

## Vorbereitung auf Geburt und Elternschaft/Vorgeburtliche Beratung

### Einstieg in die Geburtsvorbereitung ist jederzeit möglich Anmeldung ist nicht erforderlich

Schwanger sein – ein Kind erwarten – sich auf die Geburt vorbereiten: Eine Hebamme und eine Geburtsvorbereiterin begleiten Sie abwechselnd durch diese Zeit.

Sie erhalten fachkundige Information und Beratung rund um Schwangerschaft, Geburt, Vorbereitung auf die Elternschaft, Wochenbett, Stillen, Babypflege, Entwicklung des Säuglings u.a. Auch Atmungs- und Entspannungsübungen kommen nicht zu kurz.

In einem ca. 2-monatigen Zyklus wird jeweils der gesamte Themenkomplex behandelt.

Einmal monatlich wird ein Partnerabend angeboten. Dabei werden abwechselnd folgende Themenbereiche behandelt: Geburt und Wochenbett – wie kann der Partner unterstützen? Babypflege, Entwicklung des Babys, Tragen, Bindung, Eltern werden.

Zum Partnerabend ist Ihre Anmeldung erforderlich.

**Termine f. schwangere Frauen:**      **jeden Freitag von 10.00 bis 11.30 Uhr**

**Termine für Partnerabende:**      **jeden letzten Dienstag im Monat von 18.00 bis 20.00 Uhr**  
Anmeldung unter Tel. 03847-34093!

**Leiterinnen:**      **Frau Cornelia Polaschek, Frau Ulrike Rössler, Frau  
Magdalena Wagner** (Hebammen/ frei praktizierende  
Hebammen)

---

## Vorbereitung auf Elternschaft

### Anmeldung ist erforderlich (4 Abende - Teilnahme mit Partner erwünscht)

Wir wollen werdende Eltern auf die Zeit mit ihrem Kind vorbereiten. Seelische, körperliche und partnerschaftliche Veränderungen stellen die Eltern immer wieder vor neue Herausforderungen.

**Atemübungen** sollen helfen, schwierige Situationen in der Schwangerschaft, bei der Geburt und nach der Geburt, zu meistern.

Themen wie z.B.

- **Behördenwege** nach der Geburt des Kindes
- **Pflege, Entwicklung, Ernährung des Kindes**
- **Hilfsangebote** für Frauen mit einer schwierigen Schwangerschaft
- **Bindung zum Kind**
- **Stärkung der Elternrolle** und **Stärkung der Paarbeziehung**

werden behandelt und sollen werdende Eltern dabei unterstützen gesichert und gestärkt in ihre Rolle als Mutter und Vater einzutauchen.

**Termine:**      **16.5., 23.5, 6.6., 13.6.2019**  
                  **17.00 Uhr – 19.00 Uhr**  
                  **5. Abend nach der Geburt des Kindes**  
                  **Termin wird mit der Gruppe vereinbart**

**Leiterinnen:**      **Margit Anderle** (Geburtsbegleiterin)  
                          **Martina Pongruber** (Dipl.-Sozialarbeiterin) Anmeldung unter Tel. 03847-34093!

## **Babymassage für Eltern mit Babys ab drei Wochen**

Einfühlsame Berührung und Massage haben vielfältige positive Auswirkungen auf Ihr Baby: Sie fördern die Eltern – Kind – Bindung, stärken Vertrauen und das Wohlbefinden Ihres Kindes, geben ihm Sicherheit und Geborgenheit, helfen ihm, sich zu entspannen und verbessern so Verdauung und Durchblutung.

Bitte nehmen Sie eine Decke mit!

**Leiterin:** Frau Ulrike Rössler (Referentin für Babymassagekurse, Hebamme)

**Termine:** Dienstag, 14.5. 2019 von 15.30 - 16.30 Uhr  
Dienstag, 09.07. 2019 von 15.30 – 16.30 Uhr  
Anmeldung unter Tel. 03847-34093!

---

## **Elternrunde – Babytreff für Mütter-/Väter und deren Babys bis zum Alter von acht Monaten**

Vieles hat sich verändert, seit Ihr Kind auf der Welt ist: ein neuer Mensch ist dazu gekommen, Sie sind Mutter / Vater geworden. Viele Fragen tun sich auf, manchmal auch Unsicherheiten und es kann vorkommen, dass Sie sich überfordert fühlen. Da tut es gut, wenn man in einer entspannten Atmosphäre Gleichgesinnte kennenlernen, Kontakte knüpfen und Erfahrungen austauschen kann, aber auch Anregungen, fachkundige Information, Beratung und Unterstützung bekommt.

Für Ihre Fragen und Anliegen zu Themen wie: Entwicklung Ihres Kindes, Ernährung, Babypflege, Stillen, Schlafen, Tragen, emotionale Bindung, Alltagsbewältigung, etc. stehen Ihnen unsere Mitarbeiterinnen gerne zur Verfügung.

Die Elternrunde - Babytreff ist eine offene Gruppe. Das heißt, sie brauchen sich nicht anmelden und können jederzeit in die Gruppe einsteigen.

**Leitung der Gruppe:** Frau Martina Pongruber (Dipl. Sozialarbeiterin)  
Frau Barbara Katzianka (Dipl. Kinderkrankenschwester)

**Termine:** jeden Mittwoch von 9.30 bis 11.00 Uhr

---

## **TREFFEN FÜR FAMILIEN MIT FRÜHGEBORENEN Ihr Kind ist vor der 37. Schwangerschaftswoche auf die Welt gekommen? Entwicklungsberatung, Stillberatung und Gewichtskontrolle**

Viele Fragen tauchen erst zu Hause auf. Nimmt mein Kind genug zu?, Warum weint mein Kind so viel?, Schläft mein Kind genug? Diese Fragen können in einer ruhigen, gemütlichen Atmosphäre gestellt werden.

Diese Gruppe findet in Kooperation des LKH-Leoben statt.

**Leitung der Gruppe:** Frau Martina Pongruber (Dipl.- Sozialarbeiterin)  
Regina Haas – Kinderintensivkrankenschwester

**Termine:** jeden 2. Donnerstag im Monat von 9.30 – 11.00 Uhr  
Anmeldung ist nicht erforderlich

---

## **Eltern – Kind – Treff** **Für Mütter- / Väter und ihre Kinder von acht bis achtzehn Monaten**

Auch der Eltern-Kind-Treff ist eine offene Gruppe – sie brauchen sich nicht anmelden und können jederzeit in die Gruppe einsteigen.

Sie und Ihr Kind begegnen anderen Eltern mit ihren Kindern - manchmal bekannte Leute, manchmal neue ... Eine kreative und kindgemäße Umgebung ist vorbereitet, damit Erwachsene und Kinder gemeinsam spielen, singen, sich bewegen können. Sie können voneinander und miteinander lernen. Die Beziehung zwischen Ihnen und Ihrem Kind soll gestärkt, spürbar und greifbar werden – eine wesentliche Voraussetzung für ein gedeihliches Zusammenleben mit Ihrem Kind.

Erwachsene haben die Möglichkeit, über ihre Erfahrungen zu sprechen und Gedanken auszutauschen.

**Leitung der Gruppe:** **Frau Martina Pongruber** (Dipl.- Sozialarbeiterin)  
**Frau Inge Hochensasser** (Dipl. Frühförderin und Kindergartenpädagogin)  
**Frau Mag. Silvia Dobrovnik** (Inst. für Familienförderung)

**Termine:** **jeden Dienstag von 9.30 bis 11.00 Uhr**

---

## **Eltern – Kind – Treff** **Für Mütter- / Väter und ihre Kinder von eineinhalb bis drei Jahren**

Ihr Kind ist größer geworden, auch sein Interesse an der Welt rundherum, es ist eigenständiger, sein Bewegungsradius weiter geworden, vielleicht ist Ihr Leben mit Ihrem Kind auch Konflikt trächtiger geworden – eine spannende Lebensphase voller Chancen für die Entwicklung einer guten und tragfähigen Beziehung zu Ihrem Kind. Wir wollen Sie mit unserem Angebot in dieser Entwicklungsarbeit vermehrt unterstützen.

Es handelt sich ebenfalls um eine offene Gruppe, jederzeitiger Einstieg ist möglich, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Eltern und Kinder können miteinander singen, basteln, tanzen, spielen. Sie lernen Fingerspiele, Reime, (alte) Kinderspiele. Wenn wir auf diese Art mit unseren Kindern gemeinsam etwas tun, geben wir Zuwendung, haben Körperkontakt, schaffen Nähe, treten in Beziehung – eine besondere Notwendigkeit für die Entwicklung einer tragfähigen Beziehung, die Ihre Kinder stark macht und Ihnen als Erwachsenen hilft, auch schwierige Zeiten mit Ihren Kindern gut zu bewältigen.

Sie können Ihre Erfahrungen, Fragen und Anliegen auch mit einer Psychologin oder einer Sonder-/Heilpädagogin besprechen.

**Leiterin:** **Frau Martina Pongruber** (Dipl.- Sozialarbeiterin)  
**Frau Isolde Troll** (Sonder- und Heilpädagogin)  
**Frau Mag. Anja Wagner-Kollerics** (Psychologin, Elternbildnerin)

**Termine:** **jeden Montag von 9.00 bis 11.00 Uhr**

---

## INFO – VORMITTAG für Eltern

In einer gemütlichen Atmosphäre haben Eltern und andere Bezugspersonen von Kindern bis zum Alter von drei Jahren die Möglichkeit sich Fachinformationen zu holen.

Psychologen, Ärzte und Mitarbeiter von bestimmten Vereinen geben fachkundige Informationen an Eltern.

Kinder finden im ebz während des Vortrages Spielmöglichkeiten.

<b><u>Termine:</u></b>	jeden vierten Donnerstag von 9.30 – 11.00 Uhr
	<b>23.5.2019</b> <b>wann beginnt Sexualität</b> Mag. Anja Wagner-Kollerics
	<b>27.6. 2019</b> <b>Großmutter/Großvater sein, eine Herausforderung im Wandel der Zeit</b> Andrea Fiala - Sozialpädagogin
	<b>25.07.2019</b> <b>Kinder stark machen fürs Leben</b> Pascale Sorg Dipl.- Sozialarbeiterin

**Leitung:**                      **Frau Martina Pongruber (Dipl.- Sozialarbeiterin)**

---

## MÜTTER- /ELTERNBERATUNG

für alle Eltern mit ihren Kindern bis zum Alter von drei Jahren

Die Mütter- / Elternberatung bietet Ihnen Unterstützung bei Themen wie: Stillen, Ernährung, Pflege, Schlaf und eine wöchentliche Wachstums- und Entwicklungskontrolle.

Eine Voranmeldung ist nicht nötig. Zum ersten Besuch sollte der Mutter – Kind – Pass mitgebracht werden. Eltern erhalten Informationsbroschüren für die ersten Lebensmonate.

**Team der Mütter-  
und Elternberatung**              **Frau Dr. Regina Puntinger (prakt. Arzt)**  
   **Frau Regina Haas (Kinderintensivkrankenschwester)**  
   **Frau Martina Pongruber (Dipl. Sozialarbeiterin)**

**Termine:**                              **jeden Donnerstag von 14.00 – 15.00 Uhr**

---

## Karenz, Kinderbetreuungsgeld, Wiedereinstieg ins Berufsleben

Im Einzelgespräch kann mit Frau Mag. Simone Grebenjak (Juristin AK) das Thema, Karenz, Kinderbetreuungsgeld Wiedereinstieg ins Berufsleben, Elternteilzeit, besprochen werden.

**Anmeldung ist erforderlich. T.: 03847/34 093**

**Referentin: Frau Mag. Simone Grebenjak**  
Arbeiterkammer Leoben

**Termin: jeden 1. Freitag im Monat von 9.00 – 10.00 Uhr**

---

## EINZELBERATUNG

für Mütter, Väter, Großeltern und andere Bezugspersonen von Kindern in den ersten drei Lebensjahren

Sie können mit allen Ihren kleinen und großen familiären Fragen und Anliegen zu uns kommen. Im Einzel- oder Paargespräch und in ruhiger Atmosphäre außerhalb der Zeiten für Gruppenangebote erhalten Sie fachkundige Beratung unter Berücksichtigung Ihrer ganz individuellen Lebenszusammenhänge.

**Beraterin: Frau Martina Pongruber (Dipl. Sozialarbeiterin)**

**Termine: nach Vereinbarung Tel. 03847-34093**

---

## Gemeinsame Veranstaltungen des ebz Trofaiach mit der Mütter- /Elternberatungsstelle Leoben/Göss

**Mütter- und Elternberatungsstelle Leoben Göss**  
Erhardigasse 2, 8700 Leoben

**Vortrag in der Mütter-/Elternberatungsstelle Göss zum Thema:**

❖ **Zauberer Windelfutsch**

**Referent: Frau Mag. Anja Wagner-Kollerics (Psychologin, Elternbildnerin)**

**Termin 14. Mai 2019, 13.00- 14.30 Uhr**  
Anmeldung unter Tel. 03847-34093

---

**NEU!!!**

**Gemeinsame Veranstaltung des ebz-Trofaiach und der  
Stadtgemeinde Leoben**

**Eltern-Kind-Gruppe im Begegnungszentrum Lerchenfeld  
Für Eltern mit ihren Kindern von 0-3 Jahren  
Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat**

Eltern basteln, singen, spielen mit den Kindern.

Kinder knüpfen erste soziale Kontakte und Eltern haben die Möglichkeit sich untereinander kennenzulernen und Erfahrungen auszutauschen.

In der Gruppe erhalten Sie fachkundige Informationen zu den Themen: Entwicklung des Kindes, Ernährung, Babypflege, Stillen, Schlafen, emotionale Bindung, Alltagsbewältigung...

**Leitung:** Dipl.- Sozialarbeiterin Martina Pongruber  
Elternberatungszentrum des Bezirkes Leoben  
Mag. Claudia Leeb  
Stadtgemeinde Leoben - Familienbüro

**Termine:** 21.3., 4.4., 2.5., 16.5., 6.6., 4.7., 18.7., 1.8.

**Adresse:** Begegnungszentrum Lerchenfeld  
Am Lerchenfeld Zeile A1/A2, 8700 Leoben

---

**Organisatorische Hinweise:**

- Während des Aufenthalts im Elternberatungszentrum Trofaiach haben Sie als Eltern die Aufsichtspflicht für Ihre Kinder und haften aus versicherungstechnischen Gründen für Ihre Kinder.
- **EBZ hat vom 5. 8. 2019 -26.8.2019 geschlossen**

Das **ebz Trofaiach** ist eine Einrichtung des Landes Steiermark, die der Bezirkshauptmannschaft Leoben, Referat Sozialarbeit, unterstellt ist. Einzugsgebiet und Wirkungsbereich beziehen sich aber auf den gesamten Bezirk Leoben.

Das **ebz Trofaiach** ist vernetzt mit den Mütter- und Elternberatungsstellen im Bezirk Leoben und kooperiert mit regionalen Sozial- und Gesundheits- und Bildungseinrichtungen, wie dem LKH-Leoben, Katholischen Bildungswerk der Diözese Graz-Seckau u.a.

Unterstützt wird das **ebz Trofaiach** in unterschiedlicher Form auch von Gemeinden im Bezirk Leoben, im Besonderen von der Stadtgemeinde Trofaiach und der Stadtgemeinde Leoben. Dafür herzlichen Dank!

## Mai 2019

01. Mi.	Elternrunde-Babytreff	9.30 Uhr
02. Do.	<b>EKi-Treff Lerchenfeld</b>	<b>9.30 Uhr</b>
	Mütter-/ Elternberatung	14.00 Uhr
03. Fr.	Geburtsvorbereitung	10.00 Uhr
<hr/>		
06. Mo	Eltern-Kind-Treff (18 Mon-3 Jahre)	9.00 Uhr
07. Di	Eltern-Kind-Treff (8-18 Mon.)	9.30 Uhr
08. Mi	Elternrunde-Babytreff	9.30 Uhr
09. Do	<b>Frühgeborenentreff</b>	<b>9.30 Uhr</b>
	Mütter-/ Elternberatung	14.00 Uhr
10. Fr.	Geburtsvorbereitung	10.00 Uhr
<hr/>		
13. Mo	Eltern-Kind-Treff (18 Mon-3 Jahre)	9.00 Uhr
14. Di	Eltern-Kind-Treff (8-18 Mon.)	9.30 Uhr
	<b>Babymassage</b>	<b>15.30 Uhr</b>
15. Mi	Elternrunde-Babytreff	9.30 Uhr
16. Do	<b>EKi-Treff Lerchenfeld</b>	<b>9.30 Uhr</b>
	Mütter-/ Elternberatung	14.00 Uhr
	<b>Vorbereitung Elternschaft</b>	<b>17.00 Uhr</b>
17. Fr.	Geburtsvorbereitung	10.00 Uhr
<hr/>		
20. Mo	Eltern-Kind-Treff (18 Mon-3 Jahre)	9.00 Uhr
21. Di	Eltern-Kind-Treff (8-18 Mon.)	9.30 Uhr
22. Mi	Elternrunde-Babytreff	9.30 Uhr
23. Do	<b>Vortrag im ebz:</b>	
	<b>Wann beginnt Sexualität</b>	<b>9.30 Uhr</b>
	Mütter/Elternberatung	14.00 Uhr
	<b>Vorbereitung Elternschaft</b>	<b>17.00 Uhr</b>
24. Fr.	Geburtsvorbereitung	10.00 Uhr
<hr/>		
27. Mo	Eltern-Kind-Treff (18 Mon-3 Jahre)	9.00 Uhr
28. Di	Eltern-Kind-Treff (8-18 Mon.)	9.30 Uhr
	<b>Partnerabend</b>	<b>18.00 Uhr</b>
29. Mi.	Elternrunde-Babytreff	9.30 Uhr
30. Do	<b>Feiertag</b>	
31. Fr.	ebz-geschlossen	

## Juni 2019

03. Mo	Eltern-Kind-Treff (18 Mon-3 Jahre)	9.00 Uhr
04. Di	Eltern-Kind-Treff (8-18 Mon.)	9.30 Uhr
05. Mi	Elternrunde-Babytreff	9.30 Uhr
06. Do	<b>EKi-Treff Lerchenfeld</b>	<b>9.30 Uhr</b>
	Mütter-/ Elternberatung	14.00 Uhr
	<b>Vorbereitung Elternschaft</b>	<b>17.00 Uhr</b>
07. Fr.	Geburtsvorbereitung	10.00 Uhr
<hr/>		
10. Mo	Eltern-Kind-Treff (18 Mon-3 Jahre)	9.00 Uhr
11. Di	Eltern-Kind-Treff (8-18 Mon.)	9.30 Uhr
12. Mi.	Elternrunde-Babytreff	9.30 Uhr
13. Do	<b>Frühgeborenentreff</b>	<b>9.30 Uhr</b>
	Mütter-/ Elternberatung	14.00 Uhr
	<b>Vorbereitung Elternschaft</b>	<b>17.00 Uhr</b>
14. Fr.	Geburtsvorbereitung	10.00 Uhr
<hr/>		
17. Mo	Eltern-Kind-Treff (18 Mon-3 Jahre)	9.00 Uhr
18. Di	Eltern-Kind-Treff (8-18 Mon.)	9.30 Uhr
19. Mi.	Elternrunde-Babytreff	9.30 Uhr
20. Do	<b>Feiertag</b>	
21. Fr.	ebz-geschlossen	
<hr/>		
24. Mo	Eltern-Kind-Treff (18 Mon-3 Jahre)	9.00 Uhr
25. Di	Eltern-Kind-Treff (8-18 Mon.)	9.30 Uhr
	<b>Partnerabend</b>	<b>18.00 Uhr</b>
26. Mi.	Elternrunde-Babytreff	9.30 Uhr
27. Do	<b>Vortrag: Großmutter/Großvater sein</b>	
	<b>Eine Herausforderung</b>	<b>9.30 Uhr</b>
	Mütter/Elternberatung	14.00 Uhr
28. Fr.	Geburtsvorbereitung	10.00 Uhr



## Juli 2019

01. Mo	Eltern-Kind-Treff (18 Mon-3 Jahre)	9.00 Uhr
02. Di	Eltern-Kind-Treff (8-18 Mon.)	9.30 Uhr
03. Mi.	Elternrunde-Babytreff	9.30 Uhr
04. Do	<b>EKi-Treff Lerchenfeld</b>	<b>9.30 Uhr</b>
	Mütter-/ Elternberatung	14.00 Uhr
05. Fr.	Geburtsvorbereitung	10.00 Uhr

08. Mo	Eltern-Kind-Treff (18 Mon-3 Jahre)	9.00 Uhr
09. Di	Eltern-Kind-Treff (8-18 Mon.)	9.30 Uhr
	<b>Babymassage</b>	<b>15.30 Uhr</b>
10. Mi	Elternrunde-Babytreff	9.30 Uhr
11. Do	<b>Frühgeborenentreff</b>	<b>9.30 Uhr</b>
	Mütter-/ Elternberatung	14.00 Uhr
12. Fr.	Geburtsvorbereitung	10.00 Uhr

15. Mo	Eltern-Kind-Treff (18 Mon-3 Jahre)	9.00 Uhr
16. Di	Eltern-Kind-Treff (8-18 Mon.)	9.30 Uhr
17. Mi.	Elternrunde-Babytreff	9.30 Uhr
18. Do	<b>EKi-Treff Lerchenfeld</b>	<b>9.30 Uhr</b>
	Mütter-/ Elternberatung	14.00 Uhr
19. Fr.	Geburtsvorbereitung	10.00 Uhr

22. Mo	Eltern-Kind-Treff (18 Mon-3 Jahre)	9.00 Uhr
23. Di	Eltern-Kind-Treff (8-18 Mon.)	9.30 Uhr
24. Mi.	Elternrunde-Babytreff	9.30 Uhr
25. Do	<b>Vortrag im ebz:</b>	
	<b>Kinder stark machen fürs</b>	
	<b>Leben</b>	<b>9.30 Uhr</b>
	Mütter-/ Elternberatung	14.00 Uhr
26. Fr.	Geburtsvorbereitung	10.00 Uhr

29. Mo	Eltern-Kind-Treff (18 Mon-3 Jahre)	9.00 Uhr
30. Di.	Eltern-Kind-Treff (8-18 Mon.)	9.30 Uhr
	<b>Partnerabend</b>	<b>18.00 Uhr</b>
31. Mi.	Elternrunde-Babytreff	9.30 Uhr

## August 2019

01. Do	<b>EKi-Treff Lerchenfeld</b>	<b>9.30 Uhr</b>
	Mütter-/ Elternberatung	14.00 Uhr
02. Fr.	Geburtsvorbereitung	10.00 Uhr

### **Ebz- hat vom 5. 8. bis 27.8.2019 geschlossen**

28. Mi.	Elternrunde-Babytreff	9.30 Uhr
29. Do	Mütter-/ Elternberatung	14.00 Uhr
30. Fr.	Geburtsvorbereitung	10.00 Uhr