



ELTERN-KIND-BILDUNG

Marktgemeinde Kirchbach-Zerlach

JAHRESPROGRAMM 2025



UNSER PROGRAMM IM ÜBERBLICK



Vorträge & Workshops der Eltern-Kind-Bildung

25. April	Einblicke in die Erste Hilfe
6. & 13. Mai	Starker Beckenboden
5. Juni	Wenn Geschwister streiten
9. Oktober	Kinder auf ihrem Lernweg positiv begleiten
23. Oktober	Weniger (Zeug) = Mehr (Liebe)?
12. November	Geschützt und gestärkt dem Leben begegnen



Gut begleitet von den Kirchbacher Hebammen

Hebammenberatung lt. Mutter-Kind-Pass
Geburtsvorbereitungskurse | Babymassage & Rückbildung
Hebammensprechstunde mit Baby



Eltern-Kind-Spielgruppe

Alle 2 Wochen Spiel und Spaß im Abenteuerland.

Details auf den
Folgeseiten...



Informationen über weitere
Veranstaltungen in der Nähe:
www.vulkanland.at



Marktgemeinde Kirchbach-Zerlach
8082 Kirchbach 11
www.kirchbach-zerlach.at



JAHRESPROGRAMM 2025

EINBLICKE IN DIE ERSTE HILFE

Fr, 25. April 2025 | 16-19 Uhr | Gemeindesaal Dörfla

Workshop mit Theresa Fröhlich und Evamaria Fink

Erste Hilfe ist einfach, für Groß und Klein. Das wollen wir anhand von Alltagssituationen zeigen und somit auch einen Einblick in die Organisation des Roten Kreuzes bieten.



Workshop für Jugendliche von 9 bis 15 Jahre gemeinsam mit einem Elternteil.

Kostenlose Teilnahme
max. 15 Jugendliche mit Eltern



STARKER BECKENBODEN

Di, 6. & 13. Mai 2025 | 18:30-20 Uhr | Gemeindesaal Dörfla

Workshop mit Marlies Trost-Kirchsteiger

An diesen zwei Abenden erfahren Sie warum Beckenbodentraining so wichtig für alle Menschen ist, welche wichtige Rolle der Beckenboden im täglichen Leben und Sport spielt und wie Sie Ihren Beckenboden spüren und aktivieren können.



Viele gezeigte Übungen können Sie direkt in Ihren Alltag einbauen.

Kostenlose Teilnahme für alle Frauen und Männer
max. 15 Personen



WENN GESCHWISTER STREITEN

Do, 5. Juni 2025 | 19 Uhr | Gemeindesaal Kirchbach

Vortrag mit Mag. Monika Stoiser-Berger

Geschwisterrivalitäten – ein Thema, das bei Eltern auf der Liste der Herausforderungen einen der obersten Plätze belegt. In diesem Workshop geht es darum, die Kinder von innen heraus zu verstehen.



Einfluss der Geschwisterkonstellation, Kommunikation und Konfliktbewältigung, sowie hilfreiche Umgangsstrategien zur Lösung.

Freier Eintritt



KINDER AUF IHREM LERNWEG BEGLEITEN

Do, 9. Oktober 2025 | 19 Uhr | Gemeindesaal Dörfla

Vortrag mit Lena Paier & Melanie Tropper

Lernen ist ein lebenslanger Prozess, der bereits in den ersten Lebensjahren beginnt und spätestens in der Schule in jeder Familie einen zentralen Stellenwert einnimmt. Wie können Eltern ihre Kinder dabei unterstützen? In diesem Vortrag erfahren Eltern, wie sie ihre Kinder auf ihrem individuellen Lernweg positiv begleiten können – bis ins Teenageralter. Inklusiv: Einfache Übungen, Alltagstipps, bewährte pädagogische Methoden, Elemente aus dem Mentaltraining, der Evolutionspädagogik und der Aromatherapie.



Freier Eintritt



WENIGER (ZEUG) = MEHR (LIEBE)?

Do, 23. Oktober 2025 | 19 Uhr | Gemeindesaal Dörfla

Vortrag mit Antonia Hofmann-Wellenhof

Dieser Vortrag zeigt aus Sicht einer dreifachen Mutter, wie Minimalismus Eltern helfen kann, den Alltag mit weniger (Spiel-)Sachen zu gestalten, und bietet praktische Tipps zu Themen wie minimalistischer Erstausrüstung, nachhaltigem Konsum und dem Umgang mit Geschenken.



Abgerundet wird der Vortrag mit Empfehlungen für weiterführende Lektüre und interessante Dokumentationen.

Freier Eintritt



GESCHÜTZT & GESTÄRKT DEM LEBEN BEGEGNEN

Mi, 12. November 2025 | 19 Uhr | Gemeindesaal Dörfla

Vortrag mit Isabella Kranacher, BA MPH



Suchtvorbeugung im Kindesalter bedeutet vor allem, Kinder stark fürs Leben zu machen. Dazu gehört es, alle Gefühle und Stress gut wahrnehmen und angemessen damit umgehen zu können, Beziehungen eingehen zu lernen, durchdachte Entscheidungen treffen zu können und Probleme aktiv zu lösen.



In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie diese Kompetenzen im Alltag mit Kindern und Jugendlichen fördern können und welche wichtige Rolle Ihre Vorbildwirkung dabei spielt.

Freier Eintritt



Weitere Informationen:

www.kirchbach-zerlach.at/elternkindbildung
elternkindbildung@kirchbach-zerlach.gv.at
03116 / 23 13 - 16

Folgt uns gerne auf Social Media:

[f](#) Eltern Kind Bildung Kirchbach Zerlach
[@](#) elternkindbildungkirchbachzerl



Bitte um
Online-Anmeldung
spätestens 2 Tage
vor der Veranstaltung!



Diese Veranstaltungen werden für den Eltern-Kind-Bildungspass angerechnet. Wenn nichts anderes angegeben ist, dann für alle Kinder zwischen 0 und 15 Jahren.

“gestärkt Familie leben”



Team Eltern-Kind-Bildung: Silvia Platzer, Lisa Riedl, Cornelia Wund, Iris Witsch, Brigitte De Montmorency

"Wir laden alle Familien herzlich ein, die Angebote unseres Eltern-Kind-Bildungsprogrammes auch im heurigen Jahr wieder zu nutzen!

Familien- & Generationenfreundlichkeit, interessante Veranstaltungen vor Ort und die Möglichkeit für Familien, sich kennenzulernen und sich zu treffen, sind uns sehr wichtige Anliegen!"

BGM Anton Prödl

VM Lisa Riedl



ELTERN-KIND-SPIELGRUPPE IM ABENTEUERLAND

alle 2 Wochen Mittwochs, 15-17 Uhr | Dörfla 40, Gemeindehaus Zerlach im 1. Stock

Euer Kind ist zwischen 0 und 6 Jahre alt?
Es hat Spaß daran mit Kindern zu spielen, zu lachen und die Welt zu entdecken?
Ihr tauscht euch gerne in gemütlicher Runde mit anderen Eltern aus?

Dann seid ihr im Abenteuerland genau richtig!

Begleitet werden unsere Abenteuer von Antonia Tölg und Romana Sattler oder von Fabiola und Reinhardt Witkowski.

Unsere Abenteuerland-Teams freuen sich auf euer Dabeisein!

Unkostenbeitrag: € 3,- pro Einheit

Weitere Informationen im Gemeindeamt: 03116 / 23 13 - 16

Termine 2025:

23. April, 7. Mai, 21. Mai, 4. Juni, 18. Juni

1. Oktober, 15. Oktober, 12. November, 26. November, 3. Dezember, 17. Dezember



Team Abenteuerland: Romana Sattler, Antonia Tölg, Reinhardt u. Fabiola Witkowski



Details zu unseren Eltern-Kind-Bildungspässen:

- Für ALLE mit Kindern zw. 0 und 15 Jahren – Start jederzeit möglich.
- Bereits in der Schwangerschaft beginnen ist möglich.
- Eure Teilnahme zahlt sich aus: bis zu 400 € pro Kind in Kirchbacher Gutscheine.
- Wird der Sammelpass nicht ganz voll: 10 € pro Stempel.
- Wir laden euch herzlich ins Bürgerservice des Marktgemeindeamtes ein, für jedes Kind einen Eltern-Kind-Bildungspass abzuholen.
- Wir freuen uns auf ein Kennenlernen oder Wiedersehen!

Von Beginn an gut begleitet von den Kirchbacher Hebammen!

Alle Angebote der Kirchbacher Hebammen finden im Abenteuerland in Dörfla 40 (Gemeindehaus Dörfla, 1. Stock) statt.

HEBAMMENBERATUNG

It. Mutter-Kind-Pass | 18.-22. Schwangerschaftswoche

Im Rahmen des Hebammengesprächs im Mutter-Kind-Pass können Schwangere zwischen der 18. und 22. Schwangerschaftswoche eine kostenlose Hebammenberatung in Anspruch nehmen und früh mit einer Hebamme in Kontakt treten. Die Kirchbacher Hebammen freuen sich auf Ihren Anruf für eine individuelle Terminvereinbarung.

Das Gespräch versteht sich als zusätzliches Angebot zu den ärztlichen Vorsorgeuntersuchungen und hat einen beratenden Charakter. Es beinhaltet Themen wie die Wahl des Geburtsortes, Ernährung und Bewegung in der Schwangerschaft sowie Informationen über gesundheitsförderndes und präventives Verhalten.

Nach Vorlage der Bestätigung im Mutter-Kind-Pass über die erfolgte Hebammenberatung mit jeder in Österreich anerkannten Hebamme bekommen Sie für diese Beratung Ihren ersten Stempel im Eltern-Kind-Bildungspass.



Info & Anmeldung direkt bei den Kirchbacher Hebammen:

Petra Luttenberger
0664 / 39 23 201

Helga Penitz
0664 / 265 67 69

Ingrid Schröttner
0650 / 200 46 82

Michèle Fath
0664 / 391 92 41

GEBURTSPREBERITUNGSKURSE

Dienstags | 18 Uhr | 2 Std. | 4 Einheiten

Gestärkt in die Geburt und die erste gemeinsame Zeit

Unser Hebammen-Team steht Ihnen in diesem Kurs, ca. ab der 28. SSW, rund um die Themen Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Stillen mit hilfreichen Informationen und Hebammen-Tipps zur Seite. Wir wollen Ihnen mit Atem- und Entspannungsübungen in allen 4 Einheiten ein unvergessliches Geburtserlebnis und somit auch ein schönes erstes Kennenlernen mit Ihrem Baby ermöglichen.

Kursbeginn:

6. Mai 2025
8. Juli 2025
2. September 2025
4. November 2025

Die weiteren Termine werden gemeinsam in der Gruppe vereinbart.

Preis: € 120,-

max. 5 werdende Mamas
teilweise in Begleitung



BABYMASSAGE & RÜCKBILDUNG

Dienstags | 10 Uhr | 2 Std. | 4 Einheiten

Gestärkte Eltern-Kind-Bindung und gestärkter Beckenboden

Liebevoll werden die Babys im Alter von 8 Wochen bis 6 Monaten in diesem Kurs nach Hebammen-Anleitung massiert, wodurch auf sanfte Weise die Eltern-Kind-Bindung gefördert wird. Ein zweiter wichtiger Inhalt dieser 4 gemeinsamen Einheiten wird die Stärkung von Mamas Beckenboden mit gezielten Übungen und Tipps für den Alltag sein.

Kursbeginn:

6. Mai 2025
8. Juli 2025
2. September 2025
4. November 2025

Die weiteren Termine werden gemeinsam in der Gruppe vereinbart.

Preis: € 120,-

max. 5 Babys mit Mama



HEBAMMENSPRECHSTUNDE MIT BABY

Jeden 1. Freitag im Monat | 10:00-11:30 Uhr

Mit der Geburt eines Kindes stehen Eltern von einem Tag auf den anderen vor der Aufgabe, sich auf die Bedürfnisse des Säuglings einzustellen. Gleichzeitig sehen sie sich inmitten all der gesellschaftlichen Anforderungen.

Eltern suchen in dieser Situation nach Orientierungshilfen, dabei möchten wir Sie in Form der Hebammensprechstunde unterstützen.

Dort können Sie jeden 1. Freitag im Monat von 10:00 bis 11:30 Uhr Ihr Kind wiegen und messen lassen und gleichzeitig haben wir ein offenes Ohr für Ihre Anliegen und Fragen rund um das Thema "Baby im 1. Lebensjahr"!

Kostenloses Angebot, keine Voranmeldung erforderlich

