



# ELTERN-KIND-BILDUNG

Marktgemeinde Kirchbach-Zerlach

Von Beginn an gut begleitet von den Kirchbacher Hebammen!

## TERMINE 2024/2025

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

### 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



#### 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

### HEBAMMENBERATUNG

lt. Mutter-Kind-Pass | 18.-22. SSW

Ein zusätzliches Angebot zu den ärztlichen Vorsorgeuntersuchungen mit einem beratenden Charakter. Es beinhaltet Themen wie die Wahl des Geburtsortes, Ernährung und Bewegung in der Schwangerschaft sowie Informationen über gesundheitsförderndes und präventives Verhalten.

Die Kirchbacher Hebammen freuen sich auf Ihren Anruf für eine individuelle Terminvereinbarung.

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



### GEBURTSVORBEREITUNGS- KURSE

Dienstags | 18 Uhr | 2 Std.

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. Mit Atem- und Entspannungsübungen in allen 4 Einheiten, für ein unvergessliches Geburtserlebnis und ein schönes erstes Kennenlernen mit Ihrem Baby!

**Kursbeginn:**  
5. November 2024  
7. Jänner 2025  
4. März 2025  
6. Mai 2025  
8. Juli 2025  
9. September 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.

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 Mama's Beckenboden mit gezielten Übungen und Tipps für den Alltag sein.

**Kursbeginn:**  
5. November 2024  
7. Jänner 2025  
4. März 2025  
6. Mai 2025  
8. Juli 2025  
9. September 2025

Die weiteren Termine werden gemeinsam in der Gruppe vereinbart.

Preis: € 120  
max. 5 Babys mit Mama



Diese Veranstaltungen werden für den Eltern-Kind-Bildungspass angerechnet.



Weitere Informationen



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