



Workshops mit Anmeldung

Unsere Workshops bieten ganzheitliche Vorbereitung auf Elternschaft und Geburt sowie zum Leben mit Babys und Kleinkindern. Wir bemühen uns, dieses Programm laufend auszubauen. Fehlt aus Ihrer Sicht ein Thema? Nehmen Sie bitte gerne mit uns Kontakt auf, wir freuen uns über Ihre Anregungen!

Schwangerschaft und Geburt

In insgesamt sechs Modulen werden Sie auf die Themen Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft vorbereitet. Ein Einstieg in die einzelnen Module ist jederzeit möglich, diese können unabhängig voneinander besucht werden.

Modul 1: Gefühlsachterbahn 1.0 Schwangerschaft (Sozialarbeit und Psychologie)

Bindung zum Baby und Selbstfürsorge stehen in diesem Teil im Vordergrund, das eigene Wohlbefinden und das des Babys.

Modul 2: Elternschaft und Partnerschaft (Sozialarbeit und Psychologie)

Wie kann man als Paar weiterhin genügend Zweisamkeit finden und sich gegenseitig gut unterstützen? Ein Paarabend, der die werdenden Eltern auf den neuen Alltag und seine Herausforderungen vorbereiten soll.



Modul 3: Stillvorbereitung und Säuglingspflege (diplomierte Kinderkranken- und Säuglingsschwestern, Still- und Laktationsberaterinnen)

Sie erfahren, was in den ersten Tagen nach der Geburt bei Ernährung und Pflege des Neugeborenen zu beachten ist.

Modul 4: Rechtliche Fragen rund um Karenz und Kinderbetreuungsgeld (Arbeiterkammer)

Jurist*innen der Arbeiterkammer Steiermark informieren Sie über arbeitsrechtliche Angelegenheiten rund um Kinderbetreuungsgeld, Karenzmodelle, Arbeitnehmer*innenpflichten, Mutterschutz etc.

Modul 5: Vorbereitung auf die Geburt (Hebamme)

Die Geburtsphasen, der Geburtsablauf und unterstützende Übungen stehen im Mittelpunkt dieser Einheit. Eine gute Vorbereitung hilft Babys und Eltern.

Modul 6: Vorbereitung auf den Kaiserschnitt (Hebamme)

Klinikaufnahme, Bezugsperson im OP, wo und wie groß ist der „Schnitt“, Stillen nach dem Kaiserschnitt – Fragen rund um die Geburt per Kaiserschnitt werden beantwortet.

Elternbildung: Bindung, Gesundheit, Entwicklung, familiärer Alltag



Babymassagekurs

Babymassage hat viele positive Auswirkungen auf ihr Baby besonders auf Verdauung und Durchblutung. In vier Einheiten erfahren Eltern (gemeinsamen mit Ihrem Baby), was Sie über diese besondere Methode des Beruhigens, Berührens und Streichelns Ihres Babys wissen müssen.

Rund ums Schlafen

In diesem Workshop erfahren Sie viel zum Schlaf des Kindes, zur Sicherheit im Baby- und Familienbett, sowie zur Schlafentwicklung in den ersten Lebensjahren. Sie bekommen Handwerkszeug, wie Sie im Alltag Erholungsphasen für sich und Ihr Baby schaffen können.

Trageberatung

Tragen fördert die Bindung und kann Aktivitäten im Alltag mit Baby (und Geschwisterkindern) erleichtern. In diesem Workshop erfahren Sie, welche Tragemethoden es gibt und Sie können unterschiedliche Tragehilfen probieren.

Gefühlsachterbahn 2.0 Bindungsentwicklung

Babys werden nicht mit einer Gebrauchsanweisung geliefert. Neben Schlaf, Pflege, Essen etc. gibt es das Bedürfnis nach einer sicheren Bindung. Im Workshop erfahren Sie praktische und alltagstaugliche Tipps, wie Sie als Eltern und Bezugspersonen die Bindung zum Baby fördern können.

Umgang mit Medien bei den Kleinsten

Unsere Kinder wachsen mit zahlreichen Einflüssen durch Medien auf. Den richtigen Weg für die Mediennutzung im familiären Alltag zu finden ist eine relativ neue Herausforderung für Eltern. Wir geben eine Orientierung.

Zahngesundheit und Kariesprophylaxe - Styria Vitalis



Im Workshop erfahren Sie alles zum Thema Zahngesundheit und Zahnpflege von Babys und Kleinkindern. Weitere Informationen finden Sie unter: <https://styriavitalis.at/>

Richtig essen von Anfang an!



Zwei alltagstaugliche und praxisnahe Workshops gehalten von Diätolog*innen und Diabetesberater*innen zur Ernährung von Kindern.

- Ernährung von Kindern im ersten Lebensjahr
- Ernährung von 1- bis 3-jährigen Kindern

Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage www.richtigessenvonanfangan.at



Erste-Hilfe-Kurs für Kinder Notfälle



Aus Liebe zum Menschen.

In acht Einheiten erfahren Sie von geschulten Mitarbeiter*innen des Roten Kreuz, wie Sie bei Notfällen bei Säuglingen und Kindern erste Hilfe leisten können. www.rotekreuz.at/steiermark

