EBZ

Elternberatungszentrum

Hartberg-
Fürstenfeld

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 2026/2027

für werdende Eltern und Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern

Das Land Steiermark
➔ Soziales und Arbeit

Bezirkshauptmannschaft Hartberg-Fürstenfeld

ANMELDUNG FÜR ALLE KURSE ERFORDERLICH!

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. Die Themen mögen sich ändern - die Bedürfnisse dahinter jedoch bleiben! 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.
- Auf allen Ebenen kommunizieren (auch wenn wir gerade im Konflikt sind).

Vortragender: Mag. Markus Wiesenhofer, Erziehungs- und Bildungswissenschaftler

Termine: 22.01.2027, 29.01.2027 und 05.02.2027 - **jeweils 18:00-21:00 Uhr (3-teilig)**

EBZ Hartberg-Fürstenfeld
8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1

HYBRID-VORTRAG
„Sehr sensible Kinder“

Kinder, die sich alles zu Herzen nehmen. Schimpfen geht gar nicht. Rasch wird mit verzweifeltem Weinen reagiert.
Besondere Ängstlichkeit fällt auf.

Vielleicht haben wir es mit besonders sensiblen Kindern zu tun?
Was macht diese Persönlichkeiten aus, was sind ihre Stärken, wo brauchen sie Unterstützung?

Vortragende: Elisabeth Günther, zertifizierte Elternbildnerin

Termine: 25.11.2026 um 19:00 Uhr

Kindergarten Kaindorf,
8224 Kaindorf 240

UND ONLINE!

HYBRID-VORTRAG
„Wann darf ich zufrieden sein“

Uns Menschen fällt es manchmal schwerer und manchmal leichter herausfordernde Emotionen von Kindern, Jugendlichen und Familienmitgliedern auszuhalten. Nicht immer kann ich meinem Kind helfen. Oft bleiben Gefühle wie Angst, Wut oder Frust übrig und gleichzeitig werden wir tagtäglich dazu „eingeladen“ uns zu vergleichen und zu bewerten.

Das Angebot um sich unzufrieden zu fühlen ist riesig. Und dennoch ganz ehrlich: Wir alle wollen nahezu immer das Beste (für unsere Kinder, Familien, uns selbst, etc.).

Was wäre, wenn wir weg von den Spielfeldern hin zu unserem bewussten und positiven Aufblühen schauen würden?

Vortragender: Mag. Markus Wiesenhofer, Erziehungs- und Bildungswissenschaftler

Termin: 10.02.2027 um 19:00 Uhr

Kindergarten Vorau
8250 Vorau, Gerichtsgasse 511

UND ONLINE!

HYBRID-VORTRAG
„Homöopathie“

Homöopathie kann auch bei Säuglingen und Kleinkindern angewendet werden. Dabei gibt es vieles zu beachten.

In diesem Vortrag erfahren Sie die Grundlagen über homöopathische Mittel und deren Wirkung.
Praktische Tipps bzw. auch eine Übersicht über eine „homöopathische Hausapotheke“ werden vermittelt.

Vortragende: Dr.in Petra Mohr, Allgemeinmedizinierin und Homöopathin

Termin: 14.01.2027 um 18:00-21:00 Uhr

EBZ Hartberg-Fürstenfeld
8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
UND ONLINE!

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: 30.11.2026 und 07.06.2027 -
jeweils um 15:00-17:30 Uhr (einteilig)

EBZ Hartberg-Fürstenfeld
8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1

ÖGK

In Kooperation mit der ÖGK Steiermark

Anmeldung bis spätestens 1 Woche vorher unter 05 076615 1131 oder revan-office@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

Termine Workshops (4-teilig):

Workshop 1 - **ONLINE**: 12.11.2026, 19.11.2026., 26.11.2026, 03.12.2026 -
jeweils 18:30-20:30 Uhr

Workshop 2 - **PERSÖNLICH**: 01.04.2027, 08.04.2027, 15.04.2027, 22.04.2027
jeweils 18:30-20:30 Uhr

EBZ Hartberg-Fürstenfeld
8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1

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: 23.10.2026 **um 09:00-11:00 Uhr**
26.11.2026 **um 09:00-11:00 Uhr**
11.05.2027 **um 10:15-12:15 Uhr**
(einteilig)

HYBRID-VORTRAG
„Wer ermutigt wird, blüht auf!“

Ermutigung ist das einzige Mittel, das das natürliche Entwicklungspotential der Kinder zur Entfaltung bringen kann.

- Ermutigung anstatt strafen und belohnen
- Ermutigen anstatt kritisieren, meckern, nörgeln
- sich selbst aufbauen anstatt sich hängen zu lassen und Ersatzbefriedigungen zu suchen
- Ermutigen anstatt Selbstzweifel und lähmende Schuldgefühle

Der Vortrag befasst sich mit der praktischen Anwendungen von Ermutigung auf der Grundlage der Individualpsychologie nach Alfred Adler und Rudolf Dreikurs.
Wer ermutigt wird, blüht auf - zu Hause, in der Arbeit und ihn der Gemeinschaft.

Vortragende: Dr.in Soheyla Warnung, Psychologin, Ermutigungstrainerin

Termin: 15.10.2026 um 19:00 Uhr

Kindergarten Blumenhaus,
8280 Fürstenfeld, Burgenlandstraße 6a
UND ONLINE!

„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, dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin
und Stillberaterin und
Angelika Hellinger, Hebamme

Termine 2026: jeweils 19:00 - 21:00 Uhr
07.09. und 29.09.2026
21.10. und 04.11.2026
02.12. und 09.12.2026

Termine 2027: jeweils 19:00 - 21:00 Uhr
27.01. und 03.02.2027
03.03. und 10.03.2027
07.04. und 21.04.2027
02.06. und 09.06.2027
07.07. und 21.07.2027

EBZ Hartberg-Fürstenfeld
8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1

HYBRID-VORTRAG
„Medien ohne Grenzen?
Wie unsere Klein- und Kindergartenkinder den sinnvollen Umgang mit Medien erlernen können“

Eine Kindheit ohne digitale Medien gibt es heutzutage nicht mehr. Viele Kinder nutzen bereits früh Smartphones, Tablets und das Internet.

Anhand von Studien und Fakten wird die Rolle der Medien im Familienalltag beleuchtet.
Die Intensität der Nutzung bestimmt, welche Herausforderungen auftreten können: vom Kontakt mit ungeeigneten, nicht kindgerechten Inhalten bis zin zu Reizüberflutung und Schlafproblemen.

Im Fokus steht der Ansatz Medien **begreifen - begleiten - begrenzen**: digitale Welten verstehen, Kinder im Umgang aktiv unterstützen und klare, altersgerechte Regeln schaffen.

Dazu gehören Orientierung zu Nutzungszeiten, Medienerziehung, Schutzmaßnahmen sowie der Aufbau von Medienkompetenz, damit Kinder sicher, reflektiert und selbstbewusst mit digtialen Angeboten umgehen können.

Vortragende: Lene Lantos,
Klinische Psychologin

Termin: 18.03.2027 um 18:30 Uhr

Kinderkrippe Schmetterling
8295 St. Johann i.d.H. 251
UND ONLINE!

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 Schwangerschafts-beschwerden
- 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: 09.11.2026, 01.03.2027, 24.05.2027
- jeweils um 16:00-18:30 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 revan-office@oegk.at

ÖGK

WORKSHOP
„Gemüsetiger - Ernährung von 1-3-Jährigen“

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: 14.09.2026, 23.11.2026, 15.03.2027, 21.06.2027
- jeweils um 15:00-17:30 Uhr (ein

ÖGK

EBZ Hartberg-Fürstenfeld
8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1

In Kooperation mit der ÖGK Steiermark

Anmeldung bis sptäestens 1 Woche vorher-unter 05 076615 1131 oder revan-office@oegk.at

Unsere Veranstaltungen sind kostenlos!

Bei den Hybrid-Vorträgen ist die Teilnahme sowohl persönlich als auch online möglich!

SONDERVORTRAG
„Kindernotfälle“

Sechsstündige Erste-Hilfe-Zusatzausbildung (aufgeteilt auf 2 Termine zu je 3 Stunden) für alle, die sich um ihre Kinder Sorgen machen.

Maßnahmen bei Bewusstlosigkeit, Atem- und Kreislaufstillstand, Verletzungen und Vergiftungen, Aufklärung über spezielle Notfälle wie Atemwegserkrankungen, Krampfanfälle, etc.

Vortragende: Martina Wieser, Sonja Krammer, Mark Heinrich, Gerhard Mogg,
Rotes Kreuz

Termine: (nachstehend)
jeweils von 18:00 - 21:00 Uhr

STUBENBERG
21.09. und 28.09.2026
Rotes Kreuz Stubenberg
8223 Stubenberg 239

HARTBERG
01.10. und 08.10.2026
Sozialzentrum Hartberg
8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1

VORAU
17.11. und 24.11.2026
Sozialzentrum Vorau
8250 Vorau 412

FRIEDBERG
24.11. und 01.12.2026
Rotes Kreuz
8240 Friedberg, Getreideweg 1

FÜRSTENFELD
25.01. und 01.02.2027
Lebenshilfe Fürstenfeld
8280 Fürstenfeld, Buchwaldstraße 14

BAD WALTERSDORF
02.03. und 09.03.2027
Rotes Kreuz Bad Waltersdorf
8271 Bad Waltersdorf 414

ACHTUNG!
NICHT als Fortbildung für den Arbeitgeber vorgesehen!

HYBRID-VORTRAG
„Das kranke Kind“

Früher oder später trifft es alle: Husten, Schnupfen, Fieber, Durchfall...
Das Kind ist krank!

Wie verhalten wir uns als Eltern richtig, was können wir selber tun?
Ab wann sprechen wir von Fieber?
Wann müssen wir zum Arzt oder sogar ins Krankenhaus?

Dieser Vortrag bietet Informationen zu den häufigsten Krankheitssymptomen bei Infekten und Tipps zur Behandlung.

Ergänzend dazu gibt es eine Übersicht über die häufigsten Erkrankungen im Kindesalter und wie sie erkannt und behandelt werden.

Vortragende: Dr.in Michaela Tappauf,
Facharzt für Kinder- und Jugendheilkunde

Termin: 22.10.2026 um 19:00 Uhr

Lebenshilfe Fürstenfeld,
8280 Fürstenfeld, Buchwaldstraße 14
UND ONLINE!

TERMINPLAN 2026

Anmeldung für alle Kurse erforderlich!

07.09.2026, 19:00 Uhr (2-teilig)	Stillvorbereitungskurs EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
14.09.2026, 15:00 Uhr	WORKSHOP „Gemüsetiger“ EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
21.09.2026, 18:00 Uhr (2-teilig)	Sondervortrag Kindernotfälle Stubenberg Rotes Kreuz, 8223 Stubenberg 239
01.10.2026, 18:00 Uhr (2-teilig)	Sondervortrag Kindernotfälle Hartberg Sozialzentrum Hartberg, Rotkreuzplatz 1
15.10.2026, 19:00 Uhr	HYBRID-VORTRAG „Wer ermutigt wird, blüht auf!“ Kindergarten Blumenhaus, Fürstenfeld, Burgenlandstr. 6a und ONLINE!
21.10.2026, 19:00 Uhr (2-teilig)	Stillvorbereitungskurs EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
22.10.2026, 19:00 Uhr	HYBRID-VORTRAG „Das kranke Kind“ Lebenshilfe Fürstenfeld, Buchwaldstraße 14 und ONLINE!
23.10.2026, 09:00 Uhr	WORKSHOP „Wissen rund um die kindliche Schlafentwicklung“ ONLINE!
09.11.2026, 16:00 Uhr	WORKSHOP „Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit“ EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
12.11.2026, 18:30 Uhr (4-teilig)	WORKSHOP „Ermutigungstraining“ ONLINE!
17.11.2026, 18:00 Uhr (2-teilig)	Sondervortrag Kindernotfälle Vorau Sozialzentrum Vorau, 8250 Vorau 412
23.11.2026, 15:00 Uhr	WORKSHOP „Gemüsetiger“ EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
24.11.2026, 18:00 Uhr (2-teilig)	Sondervortrag Kindernotfälle Friedberg Rotes Kreuz, 8240 Friedberg, Getreideweg 1
25.11.2026, 19:00 Uhr	HYBRID-VORTRAG „Sehr sensible Kinder“ Kindergarten Kaindorf, 8224 Kaindorf 240 und ONLINE!
26.11.2026, 09:00 Uhr	WORKSHOP „Wissen rund um die kindliche Schlafentwicklung“ ONLINE!
30.11.2026, 15:00 Uhr	WORKSHOP „Babys erstes Löffelchen“ EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
02.12.2026, 19:00 Uhr (2-teilig)	Stillvorbereitungskurs EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1

Die mit „Hybrid“ gekennzeichneten Vorträge finden sowohl persönlich als auch online statt!

Anmeldung mittels QR-Code oder per Email: ebz.bhhf@stmk.gv.at

TERMINPLAN 2027

Anmeldung für alle Kurse erforderlich!

14.01.2027, 18:00 Uhr	HYBRID-VORTRAG „Homöopathie“ EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1 und ONLINE!
22.01.2027, 18:00 Uhr (3-teilig)	WORKSHOP „Stimmig miteinander kommuniziert“ EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
25.01.2027, 18:00 Uhr (2-teilig)	Sondervortrag Kindernotfälle Fürstenfeld Lebenshilfe Fürstenfeld, Buchwaldstraße 14
27.01.2027, 19:00 Uhr (2-teilig)	Stillvorbereitungskurs EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
10.02.2027, 19:00 Uhr	HYBRID-VORTRAG „Wann darf ich zufrieden sein?“ Kindergarten Vorau, Gerichtsgasse 511 und ONLINE!
01.03.2027, 16:00 Uhr	WORKSHOP „Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit“ EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
02.03.2027, 18:00 Uhr (2-teilig)	Sondervortrag Kindernotfälle Bad Waltersdorf Rotes Kreuz Bad Waltersdorf, 8271 Bad Waltersdorf 414
03.03.2027, 19:00 Uhr (2-teilig)	Stillvorbereitungskurs EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
15.03.2027, 15:00 Uhr	WORKSHOP „Gemüsetiger“ EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
18.03.2027, 18:30 Uhr	HYBRID-VORTRAG „Medien ohne Grenzen?“ Kinderkrippe Schmetterling, 8295 St. Johann i.d.H. 251 und ONLINE!
01.04.2027, 18:30 Uhr (4-teilig)	WORKSHOP „Ermutigungstraining“ EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
07.04.2027, 19:00 Uhr (2-teilig)	Stillvorbereitungskurs EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
24.05.2027, 16:00 Uhr	WORKSHOP „Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit“ EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
02.06.2027, 19:00 Uhr (2-teilig)	Stillvorbereitungskurs EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
07.06.2027, 15:00 Uhr	WORKSHOP „Babys erstes Löffelchen“ EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
21.06.2027, 15:00 Uhr	WORKSHOP „Gemüsetiger“ EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1
07.07.2027, 19:00 Uhr (2-teilig)	Stillvorbereitungskurs EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 8230 Hartberg, Rotkreuzplatz 1

Weitere Angebote, wie regionale Elternberatungen, Treff für Eltern mit Baby, Babymassagen, Schwerpunktthemen, Bewegung in der Schwangerschaft, Stoffwindelberatung, Trageberatung etc., finden Sie in unserem Halbjahresprogramm!

EBZ Hartberg-Fürstenfeld, 03332/606-515, 0676/866 40 356
ebz.bhhf@stmk.gv.at; www.bh-hartberg-fuerstenfeld.steiermark.at