



Geburtsvorbereitungskurs *plus*

*Kostenloser Kurs zur Vorbereitung
auf Geburt und Elternschaft*

Regionale Elternberatung Weiz

Eine Anmeldung ist erforderlich unter

bhwz-elternberatung@stmk.gv.at

oder **03172 600 611**

Weitere Informationen unter

www.bh-weiz.steiermark.at/elternberatung



1. Einheit: „Wenn ein Baby kommt“

Rechtliche Grundlagen

Referentin: Mag.^a Teresa Kulmer
Rechtsreferentin der AK Weiz

Referentin: Sozialarbeiterin der Elternberatung

- Familienzeit/Familienzeitbonus „bezahlter Papamonat“ (Meldefristen und Anspruchsvoraussetzungen)
- Verschiedene Systeme des Kinderbetreuungsgeldes (Anspruchsvoraussetzungen, Unterschiede der zwei Systeme, welches System passt? Zuverdienstmöglichkeiten)
- Arbeitsrechtliche Karenz (Mutterschutz, Fristen, Beschäftigung während einer Karenz)
- Möglichkeit der Elternteilzeit (Wie organisiert man seinen Wiedereinstieg?)
- Obsorge

2. Einheit: Vorbereitung auf die Geburt

Mit Hebamme

- Veränderungen des Körpers während der Schwangerschaft
- Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit
- Die letzten Wochen vor der Entbindung
- Fragen rund um die Geburt

3. Einheit: Wochenbett, Kennenlernzeit, Babypflege...

Mit Hebamme

- Wochenbett und die erste Zeit mit dem Baby
- Ankunft in der Familie und erste Kennen-Lern-Zeit
- Ernährung des Säuglings und Stillen
- Babypflege

4. Einheit: Sichere Bindung

Referentinnen: SAFE-Mentorinnen

Kerstin Fuchs und Petra Maier-Wailand

- Welche wichtigen Grundlagen braucht mein Kind, um sich gut zu entwickeln?
- Was sollten wir Eltern unserem Kind unbedingt mit auf den Weg geben?

Die **sichere Eltern-Kind-Bindung** ist dabei ein wichtiger, unverzichtbarer Grundbaustein für die gesunde Persönlichkeitsentwicklung Ihres Kindes. Diese beginnt bereits in der Schwangerschaft!

Termine 2026

Jeder Kurs besteht aus 4 Einheiten zu je 1,5 Stunden
und findet in **geschlossener Gruppe**
ab der 28. Schwangerschaftswoche statt.

Gleisdorf

13.01.2026, 17:00-18:30
20.01.2026, 17:00-18:30
27.01.2026, 17:00-18:30
03.02.2026, 17:00-18:30

Weiz

03.03.2026, 17:00-18:30, **Birkfelderstr. 28, 8160 Weiz**
10.03.2026, 17:00-18:30, Kapfensteinerg. 9, 8160 Weiz
17.03.2026, 17:00-18:30, Kapfensteinerg. 9, 8160 Weiz
24.03.2026, 17:00-18:30, Kapfensteinerg. 9, 8160 Weiz

Gleisdorf

02.06.2026, 17:00-18:30
09.06.2026, 17:00-18:30
16.06.2026, 17:00-18:30
23.06.2026, 17:00-18:30

Weiz

01.09.2026, 17:00-18:30, **Birkfelderstr. 28, 8160 Weiz**
08.09.2026, 17:00-18:30, Kapfensteinerg. 9, 8160 Weiz
15.09.2026, 17:00-18:30, Kapfensteinerg. 9, 8160 Weiz
22.09.2026, 17:00-18:30, Kapfensteinerg. 9, 8160 Weiz

Gleisdorf

03.11.2026, 17:00-18:30
10.11.2026, 17:00-18:30
17.11.2026, 17:00-18:30
24.11.2026, 17:00-18:30

In **Weiz** findet die 1. Einheit, Rechtliche Grundlagen
(am 03.03.2026 sowie 01.09.2026) in der
Bezirkshauptmannschaft (Birkfelderstraße 28, 8160
Weiz) statt.

Adressen

Beratungsstelle **Gleisdorf**
Schillerstraße 13, 4. Stock
8200 Gleisdorf

Beratungsstelle **Weiz**
Kapfensteinergasse 9
8160 Weiz