



Elternberatungszentrum  
**EBZ**  
Liezen

**Juli – September 2026**



Auf Ihr & euer Kommen freuen sich die Sozialarbeiterinnen des EBZ Liezen  
Mirjam Schupfer, BA & Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA.

Sie erreichen uns von Montag bis Freitag von 8:00 – 12:00 Uhr unter  
Tel. 0676/866 40 511 oder Tel. 0676/866 40 524, über die Facebook-Seite  
„EBZ Liezen“ sowie auf [www.bh-liezen.steiermark.at](http://www.bh-liezen.steiermark.at) oder unter  
[bhli-elternberatung@stmk.gv.at](mailto:bhli-elternberatung@stmk.gv.at).

Elternberatungszentrum Liezen (EBZ)  
Fronleichnamsweg 4, 8940 Liezen





## Herzlich willkommen 😊!

Das Elternberatungszentrum ist ein kostenloses Angebot des steirischen Sozialressorts zur Beratung von werdenden Eltern und Eltern von Babys bis zum vollendeten 3. Lebensjahr.

### Mit der Geburt eines Kindes beginnt eine aufregende & spannende Zeit.

Das Leben mit den jüngsten Familienmitgliedern macht viel Freude, ist aber auch anspruchsvoll und verändert den Alltag. Es tauchen viele Fragen zur Entwicklung des Kindes auf, an die man vorher vielleicht nicht gedacht hat.

Die Sozialarbeiterinnen des EBZs Liezen, Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA & Mirjam Schupfer, BA, bieten bezirkswweit Austausch, Begegnung und Beratung mit Fachleuten.

#### ♥ Warum tun wir das?

Weil uns das Wohl der Kleinen eine Herzensangelegenheit ist. Beziehen tut sich unsere Arbeit auf die im Steirischen Kinder- & Jugendhilfegesetz verankerten Präventivhilfen. Wichtige Basis ist hierfür die Freiwilligkeit und Niederschwelligkeit. Das heißt: Jeder darf, keiner muss.

#### ♥ Wie komme ich zu Infos?

Wir sind gerne für Sie/dich telefonisch, per WhatsApp, SMS oder E-Mail erreichbar. Mithilfe von unterschiedlichen ExpertInnen möchten wir Sie, euer Kind und deine Family unterstützen – unaufdringlich und entspannt, mit viel Gemütlichkeit, Herzenswärme, Know-how und vor allem: Nur so weit, wie es für dich passt.

**WICHTIG! Like us on Facebook oder werde Teil unserer WhatsApp-Gruppe, um stets über Angebote in der Umgebung informiert zu sein. Infos unter Tel. 0676/86640524 (Kathrin) oder 0676/86640511 (Mirjam) bzw. auf [www.bh-liezen.steiermark.at](http://www.bh-liezen.steiermark.at) und [bhli-elternberatung@stmk.gv.at](mailto:bhli-elternberatung@stmk.gv.at).**





# Elternberatungszentrum

# EBZ

## Liezen

### Unser Leitsatz

Ausgehend vom Leitbild der Kinder- und Jugendhilfe Steiermark wurden auch Leitsätze der präventiven Sozialarbeit im Bereich der regionalen Elternberatung und den Elternberatungszentren formuliert.

- ⇒ Die Kinder- und Jugendhilfe des Landes Steiermark stellt für werdende Mütter und Väter sowie für Eltern mit Kindern ab der Geburt bis zum dritten Lebensjahr niederschwellige, qualitätsgesicherte Anlaufstellen in den Regionen bereit. Die präventiven Angebote der Kinder- und Jugendhilfe in den Elternberatungszentren und regionalen Elternberatungsstellen tragen zu einer gesunden körperlich-geistigen, seelischen und sozialen Entwicklung von Kindern sowie zu einer gelingenden, feinfühligem, verantwortungsvollen Eltern-Kind-Beziehung bei. Elternberatungszentren sind Orte, an denen Eltern Information und Beratung zu Fragen des Erziehungsalltags, der Entwicklung des Kindes und den persönlichen Veränderungen, die die Elternrolle mit sich bringt, erhalten. Dabei ist das Ziel, Beratung und Unterstützung auch in schwierigen oder außerordentlichen Lebenssituationen im vertraulichen Rahmen anzubieten.
- ⇒ Die Elternberatungszentren vernetzen sich mit jenen Stellen und Personen, die auf die Zeit vor der Geburt und das Kleinkindalter spezialisiert sind und setzen bei Bedarf dezentrale Angebote auch in Zusammenarbeit mit weiteren Partnern um. Sie fungieren als Informationsdrehscheiben und arbeiten an qualifiziertem Austausch und Kooperationsabläufen zwischen allen Beteiligten zur Verbesserung der Unterstützung für die Zielgruppen.

### Organisatorisches & Haftung

Das EBZ des Bezirkes Liezen ist eine Einrichtung des Landes Steiermark, welche der Bezirkshauptmannschaft Liezen (Sozialreferat) unterstellt ist. Einzugsgebiet und Wirkungsbereich beziehen sich auf den gesamten Bezirk Liezen. Wir kooperieren mit zahlreichen regionalen Sozial-, Gesundheits- sowie Bildungseinrichtungen.

**Während des Aufenthalts im Elternberatungszentrum des Bezirkes Liezen führt ihr als Eltern und/oder Bezugsperson die Aufsichtspflicht aus und haftet für eure Kinder.**





## Inhaltsverzeichnis

## Seite

NEWS

2–3

Angebote in Liezen

4–11

Angebot in Admont

12

Angebote in St. Gallen

13–14

Angebot in Trieben

15

Angebot in Schladming

16

Angebote in Gröbming

17–18

Angebot in Bad Aussee

19

Kalenderübersicht

20–21

Informationsstellen

22





**News! News! News! ♥**  
**Seit März 2026 ist so einiges NEU**  
**im EBZ 😊**

⇒ **Neuer Standort ♥**

Ab März 2026 findet ihr uns in unseren neuen Räumlichkeiten im Fronleichnamsweg 4, 8940 Liezen (1. Stock, großräumiger Lift vorhanden).

⇒ **Neues Programm ♥**

**Genießt gerne mit uns neue regelmäßige Gruppenangebote ganz stressfrei ohne vorherige Anmeldung (Ausnahme: Babymassage):**

♥ Jeden 1. Montag und jeden 3. Freitag im Monat Messen & Wiegen mit Entwicklungskontrolle und fachlicher Beratung ohne Gruppe

♥ Jeden 2. Montag und jeden 4. Freitag im Monat Babygruppe für 0- bis 1-Jährige samt Eltern/Erziehende und Bezugspersonen

♥ Jeden 3. Montag im Monat Babymassage (mit Anmeldung)

♥ Jeden 4. Montag und jeden 2. Freitag im Monat Kleinkindgruppe für 1- bis 3-Jährige samt Eltern/Erziehende und Bezugspersonen

♥ Jeden 1. und 3. Donnerstag sowie 2. und 4. Dienstag im Monat Sprechstunde für all eure Anliegen, die sich rund um Schwangerschaft und Kinder (0 bis 3 Jahre) ergeben

♥ Jeden 1. Freitag im Monat Schwangerentreff, gerne auch mit PartnerInnen und Bezugspersonen (egal, wie weit ihr in der Schwangerschaft seid 😊)

Ihr fragt euch, wann genau nun die Angebote stattfinden? Scrollt gerne nach unten zur Kalenderübersicht – **dort findet ihr die Tage mit Datumsangabe von Juli bis September 2026.**





# Elternberatungszentrum EBZ Liezen

## ⇒ Change it, Baby 😊! REB Liezen im Wandel

Um ein vielfältiges Angebot bieten zu können und unter Berücksichtigung einer Ausgewogenheit, verwandeln wir unsere bekannte „REB Liezen“ in ein ausschließliches Messen & Wiegen inkl. fachlicher Beratung durch ein multiprofessionelles Team (Sozialarbeiterin, Hebamme, Krankenschwester, Stillberaterin etc.) ohne zusätzlichem Gruppenangebot. Na, na – nicht verzagen 😊 Den Austausch mit Gleichgesinnten bieten wir zu unserer weiterhin großen Freude selbstverständlich in zahlreichen weiteren Angeboten in Liezen an ❤️

**Alle vom EBZ veranstalteten Events (Workshops, offenen Gruppen, Einzelberatungen etc.) sind nach wie vor KOSTENFREI.**  
**Gerne können Angebote je nach Bedarf auch mehrmals in Anspruch genommen werden.**

---

## ⇒ Regelmäßige Gruppen im EBZ – was genau ist das ❤️? ?

Die sogenannten regelmäßigen Gruppen, welche durch ein multiprofessionelles Team begleitet werden, bieten die Möglichkeit, sich in einem gemütlichen, einladenden Rahmen mit anderen Familien auszutauschen sowie fachkundige Infos rund um Entwicklung und Alltag mit Baby und Kind zu erhalten – gerne gehen wir auf aktuelle individuelle Fragen und Anliegen von euch ein. Zudem können sich die Kinder in Begleitung ihrer Eltern und Bezugspersonen im Kontakt mit anderen ausprobieren – die Förderung unserer Kleinen steht hier ganz klar im Mittelpunkt 😊.

Besonderes Special ❤️: Wir bieten ab sofort in jeder Einheit einen kurzen, fachlichen Input zu Themen, die uns als Nachfrage von euch in den letzten Jahren immer wieder erreicht haben (Ernährung, Entwicklung & Co.) – seid gespannt 😊.





# Elternberatungszentrum

# EBZ

## Liezen

### Angebote in Liezen

#### Regelmäßige Gruppen (in Liezen)



Unsere regelmäßigen Gruppen bieten die Möglichkeit, sich in einem gemütlichen, einladenden Rahmen mit anderen Familien auszutauschen sowie fachkundige Info zu verschiedenen Themen rund um Entwicklung und Alltag mit Baby und Kind zu erhalten.

#### Schwangerentreff (ohne Anmeldung)

Sozialarbeiterin Kathrin Gallob begleitet gemeinsam mit Kinderkrankenschwester, Stillberaterin, zertifizierter Trageberaterin und Babymassagekursleiterin Susanne Starl durch die Zeit der Schwangerschaft. Ein gemütlicher Austausch in entspannter Runde lässt euch schon jetzt andere Mamas/Eltern kennenlernen und gibt Raum etwa für Themen rund um Selbstfürsorge, Ernährung, Partnerschaft, Geburt und vielem mehr.

#### Wann?

Jeden ersten Freitag im Monat von 9 bis 10.30 Uhr im EBZ Liezen

#### Mit wem?

DKKP & IBCLC Still- & Laktationsberaterin sowie zert. Trageberaterin & Babymassagekursleiterin Susanne Starl  
Sozialarbeiterin Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA

---

#### Babymassage für Eltern mit Babys ab 6 Wochen (bis zum Krabbeln) mit Anmeldung

Einfühlsame Berührung und Massage haben vielfältige positive Auswirkungen auf das Baby: Sie fördern die Eltern-Kind-Bindung, stärken Vertrauen und das Wohlbefinden des Kindes, geben Sicherheit und Geborgenheit, helfen ihm, sich zu entspannen und verbessern so etwa Verdauung und Durchblutung.

**Achtung – für die bestmögliche Erholung eurer Babys: Bitte vermeidet die Massage bei Fieber, Infekten oder direkt nach einer Impfung für 48 Stunden.**

#### Wann?

Jeden dritten Montag im Monat von 9 bis 10.00 Uhr im EBZ Liezen

#### Mit wem?

Sozialarbeiterin & zert. Babymassagekursleiterin Mirjam Schupfer, BA  
Anmeldung unter Tel. 0676/86640511

#### Mitzubringen?

Babydecke und Mullwindel





# Elternberatungszentrum EBZ Liezen



# EBZ

## Liezen



### Babygruppe für 0- bis 1-Jährige (ohne Anmeldung)

Vieles hat sich verändert, seit euer Kind auf der Welt ist – Fragen tun sich auf, manchmal auch Unsicherheiten. Da tut es gut, wenn man in einer entspannten Atmosphäre Gleichgesinnte kennenlernen, Kontakte knüpfen und Erfahrungen austauschen kann, aber auch Anregungen, fachkundige Info, Beratung und Unterstützung bekommt. Eingeladen sind Eltern, Erziehende und Bezugspersonen von und mit 0- bis 1-jährigen Kindern.

#### Wann?

Jeden zweiten Montag sowie jeden vierten Freitag im Monat von 9 bis 10.30 Uhr im EBZ Liezen

**(Achtung, im August findet KEINE BABYGRUPPE statt)**

#### Mit wem?

Sozialarbeiterin Mirjam Schupfer, BA

Sozialarbeiterin Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA

DGKP & zert. Babymassagekursleiterin Marlies Hofer

DKKP & IBCLC Still- & Laktationsberaterin sowie zert. Trageberaterin & Babymassagekursleiterin Susanne Starl

### Kleinkindgruppe für 1- bis 3-Jährige (ohne Anmeldung)

Eine kreative und altersgemäße Umgebung ist vorbereitet, damit Erwachsene und Kinder gemeinsam spielen, singen und sich bewegen können – in einem sicheren Rahmen und in fachlicher Begleitung können sich die Kinder ausprobieren, Sinneserfahrungen sowie soziale Erfahrungen sammeln. Erwachsene haben zudem die Möglichkeit, über ihre Erfahrungen zu sprechen und Fachinfos einzuholen.

#### Wann?

Jeden zweiten Freitag sowie jeden vierten Montag im Monat von 9 Uhr bis 10.30 Uhr im EBZ Liezen

**(Achtung, am 27.7.2026 & 11.9.2026 entfällt die Kleinkindgruppe)**

#### Mit wem?

Elementarpädagogin Isabel Glaser, BA

Sozialarbeiterin Mirjam Schupfer, BA

Sozialarbeiterin Kathrin Gallob Bakk. phil., BA





# Elternberatungszentrum EBZ Liezen



## Regionale Elternberatung – REB Liezen (Messen & Wiegen im Einzelsetting) ohne Anmeldung

Entwicklungskontrolle mit Messen & Wiegen sowie fachlicher Beratung von Sozialarbeiterinnen, Hebamme, IBCL Stillberaterin & Krankenschwester ohne zusätzlichem Gruppenangebot.

### Wann?

Jeden ersten Montag sowie dritten Freitag im Monat von 9 bis 10 Uhr im EBZ Liezen  
**(Achtung, am 21.8.2026 entfällt die REB)**

### Mit wem?

Natalia Riedrich (Hebamme)  
Marlies Hofer (DGKP)  
Susanne Starl (DKKP & IBCLC Stillberaterin)  
Mirjam Schupfer, BA (Sozialarbeiterin)  
Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA (Sozialarbeiterin)

---

## Sprechstunde (ohne Anmeldung)

Mütter, Väter, Großeltern und andere Bezugspersonen von Kindern in den ersten drei Lebensjahren können gerne mit all ihren familiären Fragen und Anliegen zu uns kommen. In einer gemütlichen Atmosphäre außerhalb der Zeiten für Gruppenangebote wird eine fachkundige sozialarbeiterische Beratung zu individuellen Anliegen geboten.

### Wann?

Jeden ersten und dritten Donnerstag sowie jeden zweiten und vierten Dienstag im Monat von 9 bis 11 Uhr im EBZ Liezen  
**(Achtung, am 28.7., 6.8., 11.8., 20.8. und 3.9. findet KEINE Sprechstunde statt)**

### Mit wem?

Sozialarbeiterin Mirjam Schupfer, BA  
Sozialarbeiterin Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA





# Elternberatungszentrum EBZ Liezen

## Infoveranstaltungen (in Liezen)

Zu unseren regelmäßigen Gruppenangeboten bieten wir weiterhin Workshops und Informationsveranstaltungen im EBZ (Fronleichnamsweg 4, 8940 Liezen) MIT ANMELDUNG an. Hier geben Fachkräfte in einer gemütlichen Atmosphäre Informationen an Schwangere, Eltern/Erziehende und Bezugspersonen von Kindern bis zum vollendeten 3. Lebensjahr weiter.

### Workshop: Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne – Loslösung & Überwindung von traumatischen Geburtserlebnissen

Belastende Geburtserfahrungen der Mutter legen sich oft wie ein Schatten über das junge Familienglück. Schlaflosigkeit, Herzrasen, Ängstlichkeit und Schuldgefühle sind mögliche Beeinträchtigungen, die entweder gleich oder erst einige Zeit nach der Entbindung auftreten können. Neben dem eigenen Wohlbefinden leiden dadurch z. B. auch die Beziehung zum Kind und/oder Partner.

Sozialarbeiterin & Psychotherapeutin Katharina informiert über Gründe und vor allem Auswege aus traumatisch empfundenen Erfahrungen. Eingeladen sind Schwangere sowie Eltern/Erziehende von und mit 0- bis 3-jährigen Kindern.

Referentin: Katharina Ettlmayr-Grießebner, BA, MSc

Termin: 1.7.2026, 9:00 – 11:00 Uhr im EBZ Liezen

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640524 (Kathrin Gallob)  
Kinder können gerne mitgebracht werden☺.

---

### Workshop: Baby- & Kleinkind-Handling

In diesem Workshop wird Eltern & Erziehenden praxisnah eine grundlegende Technik an die Hand gegeben, die sich in vielen Alltagssituationen anwenden lässt – sei es beim Hochnehmen, Tragen, Wickeln, Füttern oder etwa Schlafen. Der sogenannte Rota-Griff wirkt sich positiv auf die altersgerechte (Hirn-)Entwicklung der Kinder aus und ist leicht umsetzbar.

Referentin: Silvia Silber, BSc (Ergotherapeutin, Rotatherapeutin & Gordon-Familientrainerin)

Termin: 15.7.2026, 9:00 – 11:00 Uhr im EBZ Liezen

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640511 (Mirjam Schupfer).  
Kinder können gerne mitgebracht werden☺.



# Elternberatungszentrum EBZ Liezen

## Workshop: Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kleinkindalter (In Kooperation mit dem Verein „Notfallversorgung.plus“)

Was tun bei Verschlucken/Erstickungsanfällen, Fieberkrämpfen, Vergiftungen oder etwa Verbrennungen? Ziel des Workshops ist es, Schwangere, Eltern & Erziehende von Kindern bis zum vollendeten 3. Lebensjahr sowie Bezugspersonen (Großeltern etwa) auf verschiedene Notfälle im Säuglings- & Kleinkindalter bestmöglich vorzubereiten.

Referentin: DGKP Nicole Kirchsclager (Erste Hilfe- & Kindernotfall-Lehrbeauftragte)

Termine: 8.7.2026 & 23.9.2026, 8 bis 12 Uhr im EBZ Liezen

- ▶ **Achtung!** Der September-Termin ist kein Folgetermin – die Workshops sind unabhängig voneinander zu besuchen und inhaltlich ident aufgebaut.
- ▶ Anmeldungen für Juli bitte bis spätestens 7.7.2026 (12 Uhr) und für September bis spätestens 22.9.2026 (12 Uhr) unter Tel. 0676/86640524 (Kathrin Gallob).
- ▶ Kinder können mitgebracht werden, lt. Anbieter jedoch erfahrungsgemäß Teilnahme am ehesten mit Säuglingen sinnvoll.
- ▶ **Max. Teilnehmeranzahl: 8 Personen.**
- ▶ **Besonderes Special: Für leibl. Wohl ist gesorgt.**





### Workshop: Klassischen Alltagsunfällen & Babykrankheiten gestärkt begegnen

Gut begleitet durchs erste Lebensjahr – welche Risikofaktoren bestehen für Babys und Kleinkinder (Stress, Bewegungs- & Frischluftmangel, ungesunde Ernährung etc.); was können Allergie-Auslöser sein und wie begegne ich klassischen Unfällen (Verschlucken, Verbrennungen, Sturz von Wickeltisch, aus Wippe, Hochstuhl, Bett etc., plötzlicher Kindstod, Pseudokrapp, Babyakne, Gelbsucht & Co.) als Mama, Papa oder etwa Oma am besten? Herzliche Einladung zu einem Workshop zum Thema Vorbeugung und Erste Hilfe mit dipl. Gesundheits- & Krankenpflegerin (Kinder- und Jugendlichenpflege) Meike Salfelner.

Termin: 30.07.2026, 9:00 – 10:30 Uhr im EBZ Liezen

Team: DGKP Meike Salfelner (dipl. Gesundheits- & Krankenpflegerin, Kinder- und Jugendlichenpflege)  
Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA (Sozialarbeiterin)

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640524 (Kathrin Gallob).  
Kinder können gerne mitgebracht werden☺.

---

### Workshop: Halt & Geborgenheit – Übergänge für Kinder entspannt gestalten

Leben und Entwicklung sind von kleinen und großen Veränderungen gezeichnet. Manche Übergänge sind alltäglich und „unspektakulär“, andere greifen tiefer und ergeben sich als Wendepunkte, die Mut und Neuorientierung verlangen. Eingegangen wird im Workshop etwa auf Rituale und mögliche Umgangsweisen, die helfen, neue Lebenswelten unserer Kinder, wie etwa Krippe oder Kindergarten, gut meistern zu können.

Referentin: Theresia Lesiak-Schwab (Kindergartenpädagogin i. R. & zertifizierte Elternbildnerin)

Termin: 5.8.2026, 9:00 – 10:30 Uhr im EBZ Liezen

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640524 (Kathrin Gallob).  
Kinder können gerne mitgebracht werden☺.





# Elternberatungszentrum EBZ Liezen

## Workshop: Mit Baby entspannt durch die Nacht

Warum schläft mein Kind nicht durch? Wieso weint es abends immer? Was kann ich/können wir tun? In diesem Workshop widmen wir uns dem Thema Babyschlaf, es werden mögliche Lösungen und praktische Tipps besprochen. Bettina Dutzler zeigt Wege für (wieder) entspannte Nächte.

**Achtung! Der Workshop wird generell in Präsenz abgehalten – falls ihr verhindert seid oder etwa eine weite Anfahrt hättet, könnt ihr euch auch online per Link zuschalten. Um noch auf Fragen und mitgebrachte Themen gut eingehen zu können, wird eine Höchstteilnehmeranzahl berücksichtigt.**

Referentin: Bettina Dutzler, MSc (Psychologin, Schlafberaterin, Artgerecht- & Windelfrei-Coach, Zwergensprache- und Dunstan-Kursleiterin)

Termin: 16.9.2026, 9:00 – 11:00 Uhr im EBZ Liezen oder online

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640511 (Mirjam Schupfer).  
Kinder können gerne mitgebracht werden☺.





**Angebotsreihe für Schwangere und PartnerInnen:**  
**„Vorbereitung auf Geburt & Eltern-Sein – rein ins Abenteuer Familie☺“**

**1. Termin am 15.7.2026 von 16 Uhr bis (max.) 18 Uhr – Anmeldung bei K. Gallob unter Tel. 0676/86640524.**

Vorbereitung auf die Geburt in den letzten Wochen der Schwangerschaft, Wehen und Atmung sowie Behörden-Wege & Obsorge.

Referentinnen: Hebamme Natalia Riedrich  
EBZ-Sozialarbeiterin Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA

**2. Termin am 19.8.2026 von 16 Uhr bis 17:30 Uhr – Anmeldung bei M. Schupfer unter Tel. 0676/86640511.**

Eltern werden – Paar bleiben! Durch die Geburt eines Kindes verändert sich auch die Partnerschaft. Welche Herausforderungen können in der ersten Zeit mit Baby entstehen und wie kann die Paarbeziehung dabei gestärkt werden?

Referentinnen: Anja Pilz-Zeiser, BA MSc (Psychotherapeutin)  
Sozialarbeiterin Mirjam Schupfer, BA

**3. Termin am 16.9.2026 von 15.45 Uhr bis (max.) 18 Uhr – Anmeldung bei K. Gallob unter Tel. 0676/86640524.**

Der Weg durchs Becken – Phasen der Geburt mit förderlichen Geburtspositionen (keine Matte notwendig!), Hilfe & Tipps bei Schwangerschaftsbeschwerden, optimale Mahlzeitenverteilung sowie Infos zum Nährstoffe-Bedarf in der Schwangerschaft.

Referentinnen: Diätologin Isabella Forstner  
Hebamme Natalia Riedrich  
Sozialarbeiterin Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA

**Eingeladen sind alle Schwangeren (egal welche SSW) samt PartnerInnen, empfohlen wird wegen des aufbauenden Inhalts eine Teilnahme an allen drei Veranstaltungen.**

**Ort für alle Termine: EBZ (Elternberatungszentrum), Fronleichnamsweg 4, 8940 Liezen. Aktuell kostenfreie Parkplätze am nahegelegenen Hervis-Parkplatz vorhanden.**



# Elternberatungszentrum EBZ Liezen

## Angebot in Admont Regionale Elternberatung (REB)



für alle Schwangeren, Eltern & Bezugspersonen von Kindern bis zum vollendeten 3. Lebensjahr (ältere Geschwisterkinder können trotzdem gerne mitkommen☺). Bei einem offenen, gemütlichen Treffen können eine Entwicklungskontrolle (wiegen & messen des Kindes) sowie med. Beratung in Anspruch genommen werden. Fachkräfte stehen etwa zu den Themen Schlafen, Tragen, Stillen/Ernährung und Alltagsbewältigung zur Verfügung.

Spontaner Besuch ohne Anmeldung ausdrücklich erlaubt☺.

Team: Dr. Jörg Schweiger  
Natalia Riedrich (Hebamme)  
Mirjam Schupfer, BA (Sozialarbeiterin)

Termine: Ein Mal im Monat am 2. Mittwoch von 8:30 – 10:00 Uhr

Ort: Hall 441, 8911 Admont (Amtsgebäude Hall)

**Achtung – im August findet keine REB in Admont statt.**





# Elternberatungszentrum EBZ Liezen

## Angebote in St. Gallen Regionale Elternberatung (REB)



für alle Schwangeren, Eltern & Bezugspersonen von Kindern bis zum vollendeten 3. Lebensjahr (ältere Geschwisterkinder können trotzdem gerne mitkommen☺). Bei einem offenen, gemütlichen Treffen können eine Entwicklungskontrolle (wiegen & messen des Kindes) sowie med. Beratung in Anspruch genommen werden. Fachkräfte stehen etwa zu den Themen Schlafen, Tragen, Stillen/Ernährung und Alltagsbewältigung zur Verfügung.

Spontaner Besuch ohne Anmeldung ausdrücklich erlaubt☺.

Team: Dr. Jörg Schweiger (Arzt)  
Andrea Maierhofer, BSc (Hebamme, Still- & Ernährungsberaterin)  
Mirjam Schupfer, BA (Sozialarbeiterin)

Termine: Ein Mal im Monat am 3. Dienstag von 9:00 – 10:30 Uhr

Ort: Mehrzwecksaal, Oberer Markt 220, 8933 St.Gallen





# Elternberatungszentrum EBZ Liezen

## Infoveranstaltungen (in St. Gallen)

Fachkräfte geben in einer gemütlichen Atmosphäre Informationen an Schwangere, Eltern/Erziehende und Bezugspersonen von Kindern bis zum vollendeten 3. Lebensjahr weiter.

### Workshop: Hochsensibles Kind – Feinfühligkeit verstehen – den Alltag erleichtern

Manche Kinder reagieren schneller, intensiver oder ganz anders als andere. Viele Eltern spüren früh, dass ihr Kind sehr fein wahrnimmt und fragen sich, wie sie damit umgehen können. In diesem Workshop wird ein verständlicher Einstieg in das Thema Hochsensibilität vermittelt. Was ist im Kindergarten, in der Schule und in Begegnungen mit anderen Kindern wichtig und wie können Kinder früh genug gestärkt werden?

Referentin: Sabine Lube (Pädagogin, Bildungsmentorin für Hochsensibilität & Resilienztrainerin)

Termin: 1.7.2026, 9:00 – 10:30 Uhr

Ort: Mehrzwecksaal, Oberer Markt 220, 8933 St.Gallen

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640511 (Mirjam Schupfer).  
Kinder können gerne mitgebracht werden☺.

---

### Workshop: Resilienz für Kinder – wie wird mein Kind resilient?

In diesem Workshop erfahren Eltern, wie die Basis für Resilienz bereits in den ersten Lebensjahren entsteht. Im Fokus steht nicht das „Trainieren“ des Kindes, sondern die Rolle der Eltern als sichere, co-regulierende Begleiter. Sie lernen, wie emotionale Sicherheit, Bindung und ihr eigenes Verhalten die Widerstandskraft ihres Kindes nachhaltig prägen. Mit einfachen, alltagstauglichen Impulsen und Reflexionen bekommen Familien Werkzeuge an die Hand, um ihr Kind intuitiv zu begleiten und ihm von Anfang an innere Stärke mitzugeben.

Referentin: Sabine Lube (Pädagogin, Bildungsmentorin für Hochsensibilität & Resilienztrainerin)

Termin: 29.9.2026, 9:00 – 10:30 Uhr

Ort: Mehrzwecksaal, Oberer Markt 220, 8933 St.Gallen

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640511 (Mirjam Schupfer).  
Kinder können gerne mitgebracht werden☺.



# Elternberatungszentrum EBZ Liezen

## Angebot in Trieben Regionale Elternberatung (REB)



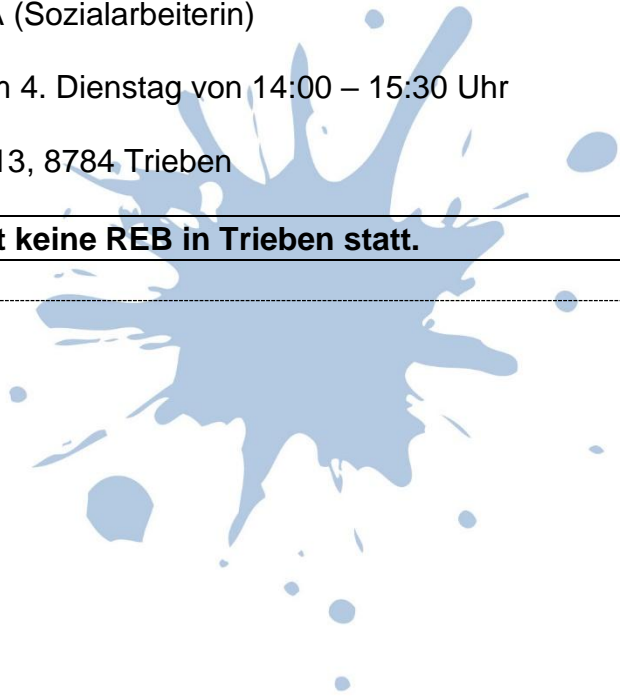
für alle Schwangeren, Eltern & Bezugspersonen von Kindern bis zum vollendeten 3. Lebensjahr (ältere Geschwisterkinder können trotzdem gerne mitkommen☺). Bei einem offenen, gemütlichen Treffen können eine Entwicklungskontrolle (wiegen & messen des Kindes) sowie med. Beratung in Anspruch genommen werden. Fachkräfte stehen etwa zu den Themen Schlafen, Tragen, Stillen/Ernährung und Alltagsbewältigung zur Verfügung. Spontaner Besuch ohne Anmeldung ausdrücklich erlaubt☺.

Team: Dr. Eveline Stütz (Ärztin)  
Ursula Gutternigg (Hebamme)  
Mirjam Schupfer, BA (Sozialarbeiterin)

Termine: Ein Mal im Monat am 4. Dienstag von 14:00 – 15:30 Uhr

Ort: Wolfsgrabenstraße 13, 8784 Trieben

**Achtung – im Juli findet keine REB in Trieben statt.**





# Elternberatungszentrum EBZ Liezen

## Angebot in Schladming Regionale Elternberatung (REB)



für alle Schwangeren, Eltern/Erziehenden & Bezugspersonen von Kindern bis zum 3. Lebensjahr (ältere Geschwisterkinder können trotzdem gerne mitkommen☺). Bei einem offenen, gemütlichen Treffen können eine Entwicklungskontrolle (wiegen & messen des Kindes) sowie med. Beratung in Anspruch genommen werden. Fachkräfte stehen etwa zu den Themen Schlafen, Tragen, Ernährung und Alltagsbewältigung zur Verfügung.

Spontaner Besuch ohne Anmeldung ausdrücklich erlaubt☺.

Team: Nora Pickl (Hebamme)  
DGKP Meike Salfelner (dipl. Gesundheits- & Krankenpflegerin,  
Kinder- und Jugendlichenpflege)  
Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA (Sozialarbeiterin)

Termine: Ein Mal im Monat am 4. Donnerstag von 08:30 – 10:00 Uhr

Ort: Klinik Diakonissen Schladming (Mehrzwecksaal, 2. OG)  
Salzburgerstraße 777, 8970 Schladming





# Elternberatungszentrum EBZ Liezen

## Angebote in Gröbming Regionale Elternberatung (REB)

für alle Schwangeren, Eltern & Bezugspersonen von Kindern bis zum 3. Lebensjahr (ältere Geschwisterkinder können trotzdem gerne mitkommen☺). Bei einem offenen, gemütlichen Treffen können eine Entwicklungskontrolle (wiegen & messen des Kindes) sowie med. Beratung in Anspruch genommen werden. Fachkräfte stehen etwa zu den Themen Schlafen, Tragen, Stillen/Ernährung und Alltagsbewältigung zur Verfügung.

Spontaner Besuch ohne Anmeldung ausdrücklich erlaubt☺.

Team: Dr. Eva Berger (Ärztin)  
Tanja Cooke (Hebamme)  
Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA (Sozialarbeiterin)

Termine: Ein Mal im Monat am 2. Donnerstag von 08:30 – 10:00 Uhr

Ort: Sitzungssaal der Politischen Expositur Gröbming,  
Hauptstraße 213, 8962 Gröbming

**Achtung – die REB in Gröbming entfällt am 10.09.2026.**





# Elternberatungszentrum EBZ Liezen

## Infoveranstaltung (in Gröbming)

Fachkräfte geben in einer gemütlichen Atmosphäre Infos an Schwangere, Eltern/Erziehende und Bezugspersonen von Kindern bis zum vollendeten 3. Lebensjahr weiter.

### Workshop: Babymassage

Babymassage-Kurs für alle Eltern und deren Babys (Alter der Kinder: 6 Wochen bis zum Krabbeln). Liebevoller Berührungen stärken das Kind auf allen Ebenen, Sinneswahrnehmung sowie Bindung zwischen Mutter/Vater bzw. Bezugsperson und Kind wird gefördert, wirkt zudem unterstützend bei Koliken. **Ältere Geschwisterkinder bitte ausnahmsweise ausschließlich nach vorheriger Absprache mitbringen, danke 😊.**

**Achtung – für die bestmögliche Erholung eurer Babys: Bitte vermeidet die Massage bei Fieber, Infekten oder direkt nach einer Impfung für 48 Stunden.**

Team: Marlies Hofer (zertifizierte Babymassage-Kursleiterin & DGKP Geburt/Gyn. im Klinik Diakonissen Schladming)  
Kathrin Gallob, Bakk. phil. BA (Sozialarbeiterin)

Termine: 12.8.2026 von 9:00 – 10:00 Uhr (bei großer Nachfrage 2. Gruppe möglich)

Ort: Ehemaliger Kindergarten (EG), Klostersgasse 186, 8962 Gröbming

Anmeldung erforderlich unter Tel. 0676/86640524 (Kathrin Gallob).





Elternberatungszentrum



Liezen

Angebot in Bad Aussee

Regionale Elternberatung (REB)



für alle Schwangeren, Eltern/Erziehenden & Bezugspersonen von Kindern bis zum 3. Lebensjahr (ältere Geschwisterkinder können trotzdem gerne mitkommen☺). Bei einem offenen, gemütlichen Treffen kann das Baby/Kleinkind gewogen & gemessen werden. Hebamme und Sozialarbeiterin stehen für individuelle Fragen & Anliegen (Ernährung, Alltagsbewältigung etc.) zur Verfügung.

Spontaner Besuch ohne Anmeldung ausdrücklich erlaubt☺.

Team: Brigitte Winter (Hebamme & dipl. Lebens- & Sozialberaterin)  
Susanne Starl (DKKP, IBCLC Still- & Laktationsberaterin, zert. Babymassagekursleiterin & qualifizierte Trageberaterin)  
Kathrin Gallob, Bakk. phil., BA (Sozialarbeiterin)

Termine: Ein Mal im Monat am 3. Mittwoch von 9:00 – 10:30 Uhr

Ort: Kur- & Congresshaus  
Kurhausplatz 144  
8990 Bad Aussee





Kalenderübersicht Juli – September 2026

Juli 😊		
Mi., 1.7.	Workshop in St.Gallen: Hochsensibles Kind	09:00 – 10:30 Uhr
Mi., 1.7.	Workshop im EBZ: Traumatischen Geburtserlebnisse	09:00 – 11:00 Uhr
Do., 2.7.	Sprechstunde im EBZ	09:00 – 11:00 Uhr
Fr., 3.7.	Schwangerentreff im EBZ	09:00 – 10:30 Uhr
Mo., 6.7.	REB (Messen und Wiegen) im EBZ	09:00 – 10:00 Uhr
Mi., 8.7.	REB in Admont	08:30 – 10:00 Uhr
Mi., 8.7.	Workshop im EBZ: Erste Hilfe bei Babys & Kleinkindern	08:00 – 12:00 Uhr
Do., 9.7.	REB in Gröbming	08:30 – 10:00 Uhr
Fr., 10.7.	Kleinkindgruppe im EBZ	09:00 – 10:30 Uhr
Mo., 13.7.	Babygruppe im EBZ	09:00 – 10:30 Uhr
Di., 14.7.	Sprechstunde im EBZ	09:00 – 11:00 Uhr
Mi., 15.7.	Workshop im EBZ: Baby- & Kleinkind-Handling	09:00 – 11:00 Uhr
Mi., 15.7.	REB in Bad Aussee	09:00 – 10:30 Uhr
Mi., 15.7.	Workshop im EBZ: Wehen & Atmung, Behörden-Wege &, Obsorge	16:00 – 18:00 Uhr
Do., 16.7.	Sprechstunde im EBZ	09:00 – 11:00 Uhr
Fr., 17.7.	REB (Messen und Wiegen) im EBZ	09:00 – 10:00 Uhr
Mo., 20.7.	Babymassage im EBZ	09:00 – 10:00 Uhr
Di., 21.7.	REB in St. Gallen	09:00 – 10:30 Uhr
Do., 23.7.	REB in Schladming	08:30 – 10:00 Uhr
Fr., 24.7.	Babygruppe im EBZ	09:00 – 10:30 Uhr
Mi., 29.7.	Workshop im EBZ: Kinderkrankheiten & Alltagsunfälle	09:00 – 10:30 Uhr
August 😊		
Mo., 3.8.	REB (Messen und Wiegen) im EBZ	09:00 – 10:00 Uhr
Mi., 5.8.	Workshop im EBZ: Übergänge für Kinder entspannt gestalten	09:00 – 10:30 Uhr
Fr., 7.8.	Schwangerentreff im EBZ	09:00 – 10:30 Uhr
Mi., 12.8.	Babymassage in Gröbming	09:00 – 10:00 Uhr
Do., 13.8.	REB in Gröbming	08:30 – 10:00 Uhr
Fr., 14.8.	Kleinkindgruppe im EBZ	09:00 – 10:30 Uhr
Mo., 17.8.	Babymassage im EBZ	09:00 – 10:00 Uhr
Di., 18.8.	REB in St. Gallen	09:00 – 10:30 Uhr
Mi., 19.8.	REB in Bad Aussee	09:00 – 10:30 Uhr
Mi., 19.8.	Workshop im EBZ: Vorbereitung auf Geburt & Eltern-Sein – Eltern werden – Paar bleiben!	16:00 – 17:30 Uhr
Mo., 24.8.	Kleinkindgruppe im EBZ	09:00 – 10:30 Uhr
Di., 25.8.	Sprechstunde im EBZ	09:00 – 11:00 Uhr
Di., 25.8.	REB in Trieben	14:00 – 15:30 Uhr
Do., 27.8.	REB in Schladming	08:30 – 10:30 Uhr



# Elternberatungszentrum EBZ Liezen

<b>September 😊</b>		
Fr., 4.9.	Schwangerentreff im EBZ	09:00 – 10:30 Uhr
Mo., 7.9.	REB (Messen und Wiegen) im EBZ	09:00 – 10:00 Uhr
Di., 8.9.	Sprechstunde im EBZ	09:00 – 11:00 Uhr
Mi., 9.9.	REB in Admont	08:30 – 10:00 Uhr
Mo., 14.9.	Babygruppe im EBZ	09:00 – 10:30 Uhr
Di., 15.9.	REB in St. Gallen	09:00 – 10:30 Uhr
Mi., 16.9.	Workshop im EBZ: Mit Baby entspannt durch die Nacht	09:00 – 11:00 Uhr
Mi., 16.9.	REB in Bad Aussee	09:00 – 10:30 Uhr
Mi., 16.9.	Workshop im EBZ: Vorbereitung auf Geburt & Eltern-Sein – Schwangerschaftsbeschwerden & Phasen der Geburt	15:45 – 18:00 Uhr
Do., 17.9.	Sprechstunde im EBZ	09:00 – 11:00 Uhr
Fr., 18.9.	REB (Messen und Wiegen) im EBZ	09:00 – 10:00 Uhr
Mo., 21.9.	Babymassage im EBZ	09:00 – 10:00 Uhr
Di., 22.9.	Sprechstunde im EBZ	09:00 – 11:00 Uhr
Di., 22.9.	REB in Trieben	14:00 – 15:30 Uhr
Fr., 25.9.	Babygruppe im EBZ	09:00 – 10:30 Uhr
Mo., 28.9.	Kleinkindgruppe im EBZ	09:00 – 10:30 Uhr
Di., 29.9.	Workshop in St.Gallen: Resilienz für Kinder	09:00 – 10:30 Uhr





# Elternberatungszentrum **EBZ** Liezen

## Informationsstellen

Informationsstellen in der Steiermark, an die ihr euch gerne außerhalb der EBZ Erreichbarkeit wenden könnt.

### Bezirkshauptmannschaft Liezen

Abteilung Kinder- und Jugendhilfe  
Tel. 03612/2801

### PsyNot – Das psychiatrische Krisentelefon für die Steiermark

Tel. 0800/449933  
Krisentelefon, bei dem rund um die Uhr geschulte Fachkräfte jeden Anruf beantworten.

### Frühe Hilfen Liezen

Tel. 0664/8000 64 458, [www.fruehehilfen.at](http://www.fruehehilfen.at)

### Stillambulanz Rottenmann

Tel. 03614/2431-2847  
jeweils Donnerstag ab 12:30 Uhr bzw. nach Terminvereinbarung.

### Nabhinadi – Hebammenarbeit für Sterneltern

Tel. 0660/7158355, [info@nabhinadi.at](mailto:info@nabhinadi.at), [www.nabhinadi.at](http://www.nabhinadi.at)

### Hebammenhotline Steiermark

Tel. 0664/372 22 99  
Die Hebammenhotline bietet rund um die Uhr sofortige professionelle Telefonberatung für (werdende) Eltern zu den Themen Schwangerschaft, Geburt, Stillen/Säuglingsernährung, Wochenbett, Babypflege u.v.m.

### Psychosoziale Beratungsstelle für Erwachsene in Liezen

Tel. 03612/26322-10, MO bis FR, 9:00 – 16:00 Uhr  
Fronleichnamsweg 15, 8940 Liezen

### Hilfetelefon schwierige Geburt

Tel. 0720/322077, DI 14:00 – 16:00 Uhr & FR 9:00 – 11:00 Uhr, [www.rueckhalt.at](http://www.rueckhalt.at)

### Telefonseelsorge Erwachsene

Tel. 142 rund um die Uhr

