



Eltern-Kind-Zentrum

8010 Graz, Bergmannngasse 10

Schwangerschaft

im 9. Grazer Kongress für neue Wege in der Geburtshilfe

Beckenendlage - eine normale Geburt



Emmi-Pikler
Spielgruppe

im Bewegung ist das Tor zum Lernen im

Leben mit Kindern

Programmzeitschrift Nr. 52
September 2004 - Februar 2005



9 icht
willkommen im EKIZ

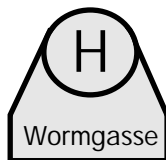
EKiZ
Fortbildung&Beratung

EKiZ
informativ

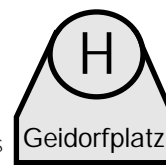
EKiZ
Kursangebote

so kommen Sie zu uns:

mit den Linien  30,31,38,58,63,41 bis



oder mit den Linien  30,31,38,58,63,41 bis



Geidorfplatz und 300m 

B_ rozeiten:

Mo - Fr 8.30 bis 12.30 Uhr

Die - Do 14.30 bis 17.30 Uhr

EKiZ - Sekretariat geschlossen:

24.12.2004 - 09.01.2005 (Weihnachtsferien)

21. - 25. 02. 2005 (Semesterferien)

so erreichen Sie uns:



8010 Graz, Bergmannngasse 10/1



0316 - 37 81 40



0316 - 37 81 40 DW 22



info@ekiz-graz.at

www.ekiz-graz.at

ZUM INHALT DIESER PROGRAMMZEITSCHRIFT:

9 icht willkommen im EKIZ

Editorial	...03
Mother Assistent Projekt	...04
Das EKIZ-Angebot auf einen Blick	...05

EKiZ - Fortbildung & Beratung

9. Grazer Kongress f_r neue Wege in der Geburtshilfe	...06
Beratungsangebote im EKIZ	...07

EKiZ - informativ

Buchvorstellungen	...08
Geburtsbericht	...10
Rezepte	...11
Die Pikler-Spielgruppe	...12
Kinderseite	...13
Bewegung ist das Tor zum Lernen	...14
Medizinische ResonanzTherapieMusik	...15

EKiZ - Kursangebot

Geburtsvorbereitungskurse	...16
Kurse f_r Schwangere	...18
Infoabende zur Geburt	...20
Baby, Baby, Baby	...22
F_r Mamas (und Babys)	...25
F_r Eltern und Babys	...26
...Eltern sein dagegen sehr	...27
Gesundheit und Lebenskraft	...30
Spielstunden	...34
Kreatives	...38

Mitgliedschaft

Für einen Mitgliedsbeitrag von nur Euro 28,- ist die ganze Familie ein Jahr lang (ab Einzahldatum) Mitglied im Eltern-Kind-Zentrum.
Sie genießen bei allen Veranstaltungen einen Preisvorteil von 10 %.
Danach erlischt die Mitgliedschaft automatisch und muss nicht gekündigt werden.

EKiZ-Pass

Dieser umfasst eine Mitgliedschaft für die ganze Familie und deren Vorteile, zusätzlich werden Ihnen für jede bezahlte Veranstaltung 10 % des Kurspreises für die nächste Veranstaltung gutgeschrieben. Kostenpunkt: Euro 33,-

Steirischer Familienpass

Bei Vorzeigen dieses Passes werden 10 % auf den Mitgliedsbeitrag gewährt.

Zahlungsmodalitäten

Der Kursbeitrag ist grundsätzlich v o r Kursbeginn bis Anmeldeschluss (falls nicht anders angegeben, jeweils eine Woche vor Beginn der Veranstaltung) persönlich oder mit Zahlschein einzuzahlen!
Bei Teilnahmeverhinderung wird nur dann der gesamte Kursbeitrag zurückerstattet, wenn ein/e ErsatzteilnehmerIn gefunden wurde. Sonst wird eine Stornogebühr von 30 % verrechnet.

Bankverbindung

Eltern-Kind-Zentrum: BKS Kto.Nr. 184-110 253; BLZ 17000.

Generalversammlung

11. Oktober 2004, 19.30 im Eltern-Kind-Zentrum



Liebe Mitglieder, LeserInnen,

Nach 16 Jahren Aufbauarbeit, 15 Jahren Vorstandstätigkeit und 12 ½ Jahren als Vorstandsvorsitzende verabschiede ich mich von meiner Leitungsfunktion im Eltern-Kind-Zentrum Graz. Manch eine/r stellt sich die Frage: Wie kann man es nur so lange an ein und derselben Stelle aushalten? Darauf gibt es viele Antworten und ich werde euch eine sehr persönliche dazu geben:

EIN SEHR WESENTLICHER GRUND dafür, eine bestimmte Aufgabe über Jahre und unter Mehrfachbelastung zu erfüllen, ist die Identifikation mit der Idee, der Sache.

Ich habe das Glück gehabt, dass mir dies in all den Jahren meiner beruflichen Tätigkeit gelungen ist. Mehr noch: an dem Eltern-Kind-Zentrum, am Aufbau, am Begleiten und Führen durch die Pionierphase, die Differenzierungsphase und letztendlich in der Integrationsphase ist mein ganzes Herz und meine Kraft gegangen und mein großes Verantwortungsbewusstsein für die Inhalte dieser Führungsaufgabe. Ich hatte zwei Familien, meinen Mann Hartwig und unsere vier Kinder, und das Eltern-Kind-Zentrum. Aus dieser Verantwortung heraus habe ich auch den Entschluss gefasst zu gehen, wenn die Zeit gekommen ist, loszulassen und das eigene Potential und meine Fähigkeiten einer anderen Aufgabe zur Verfügung zu stellen.

Das klingt jetzt sehr abgeklärt, aber es hat auch eine intensive Auseinandersetzung, Reflexion und Überprüfung meiner Motive bedeutet, diesen Schritt zu setzen. Er ist getan und es ist sehr gut so.

MEINE LIEBE UND MEIN WOHLWOLLEN den Ideen, Visionen und den Tätigkeiten des Eltern-Kind-Zentrums gegenüber werden immer bleiben. Eine Kollegin hat das auch in schöne Worte gefasst: "Birgit, das ist ganz einfach dein Baby." Kinder die groß geworden sind muss man loslassen. Im Fall des Eltern-Kind-Zentrums heißt das für mich, die Leitung, Führung und Begleitung einem neuen, vielleicht anderem Team zu überlassen, die sogenannte Reorganisation mit Achtung und Respekt zu begleiten und zu würdigen, so wie meine Arbeit mit Respekt und Achtung begleitet und gewürdigt wurde und wird.

JEDER MENSCH HAT EINE VIELZAHL von Rollen in seinem Leben, immer einige nebeneinander, die er/sie mehr oder weniger intensiv lebt. Von dieser 12 ½ Jahre langen und intensiven Rolle als Leiterin verabschiede ich mich hier von euch, aber ich bleibe noch mehr oder weniger lange in meiner Rolle als Kongressorganisatorin, Geburtsvorbereiterin und Teammitglied im Eltern-Kind-Zentrum.

Meine Kompetenz als Supervisorin und Coach stelle ich allen die sie brauchen können zur Verfügung, ebenso mein Wissen und Know How für den Aufbau und die Weiterentwicklung von neuen und anderen Organisationen.

DIE GENERALVERSAMMLUNG und die Neuwahl des Vorstandes findet am 11. Oktober 2004 um 19.30. Uhr in den Räumen des Eltern-Kind-Zentrums statt, zu der ich alle Mitglieder und aktiven MitarbeiterInnen recht herzlich einlade. Bis dahin übernimmt meine Stellvertreterin Angelika Rodler meine Agenden und ist eure Ansprechperson.

Jetzt wünsche ich euch noch viel Vergnügen mit der neuen Programmzeitung und eine schöne Zeit mit euren Familien.

Alles Liebe
Eure Birgit Bernhardt

Das Team des Eltern-Kind-Zentrums Graz dankt den angeführten Subventionsgebern:



9 lich
willkommen im EKIZ

EKIZ
Fortbildung&Beratung

EKIZ
informativ

EKIZ
Kursangebote



Mothering the Mother

1994 war, wie das heurige, das „Internationale Jahr der Familie“. Das Familienministerium rief zu einem Ideenwettbewerb auf: „Wege zur Gemeinsamkeit“.

DAS EKIZ GRAZ konnte gleich zwei Preise für sich verbuchen: einen vierten Platz für das Konzept einer „Elternschule“ und einen ersten Preis für das Projekt „Begleitung rund um die Geburt“. Dies war die offizielle Geburtsstunde des 1. Österreichischen Doula-Projektes und das zarte Pflänzchen wuchs in hingebungsvoller Ehrenamtlichkeit, bis das Magistrat Graz im Jahr 2002 begann, die Kosten für Infrastruktur und Personalkosten mitzutragen.

Im vergangenem Jahr wurden über 900 Stunden Begleitungsarbeit in der Schwangerschaft, bei Geburten und in der Wochenbettzeit geleistet - nach dem Motto: „Mutterschaft bedeutet manchesmal mehr, als eine Frau (...ein Paar...) alleine tragen kann“.

DIE ERFAHRENEN MUTTER stellen nicht ihr eigenes Wissen in den Vordergrund (aber gerne zur Verfügung), sondern die Erkenntnis, dass jede Frau, jedes Baby, jede Familie ihren eigenen Weg finden darf, um zusammenzuwachsen.



ES GIBT VIELE GUTE GRÜNDE, sich von einer "MA (Mother Assistant)" ein Stück des Weges begleiten zu lassen - und dabei neue Lösungen und Strukturen zu entdecken, die eigenen Ressourcen zu wecken - für mehr Freude an der Mutterschaft:

IN DER SCHWANGERSCHAFT

- ☉ als Geburtsbegleitung
- ☉ individuelle Vorbereitung auf die Geburt und die Zeit danach

WENN DAS BABY DA IST:

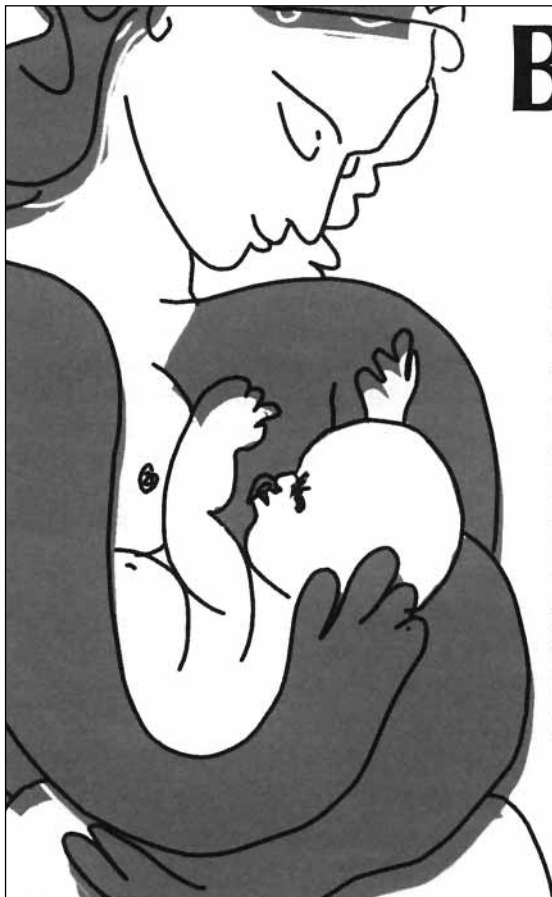
- ☉ wenn Sie sich mit der neuen Situation überfordert fühlen
 - ☉ wenn Sie bei Behördenwegen nicht mehr weiter wissen.....
 - ☉ wenn das Baby ständig weint
 - ☉ bei Stillproblemen
 - ☉ wenn Geschwisterkinder rebellieren
 - ☉ Englische, russische, französische Begleitung möglich
-rufen Sie einfach an!!

Angelika Rodler

Das junge Amt

Stadt GRAZ Jugend und Familie

Das Magistrat Graz, Amt für Jugend und Familie, hat diese Erweiterung des Projektes ermöglicht und wir hoffen, in den kommenden Jahren eine zufriedenstellende Initiative für alle GrazerInnen und ihre Familien bieten zu können.



Babys trinken Muttermilch

Seit 1991 versucht die UNICEF mit ihrer Initiative „Baby Friendly Hospital“ jedem Kind einen guten Start ins Leben zu ermöglichen. Ein Anliegen, das im Sanatorium Leonhard ganz selbstverständlich ist. Daher wird hier neben der familienorientierten Geburt

besonders das Stillen gefördert. Etwa mit einer allgemein zugänglichen Stillambulanz. Und all das brachte dem St. Leonhard, als Österreichs einzigem privaten Sanatorium, eine „stillfreundliche“ UNICEF-Auszeichnung.



St. Leonhard

Frauenheilkunde & Geburtenhilfe
Schanzelgasse 42, 8010 Graz
Tel.: 0316/36 07-0
www.leonhard.at



EKiZ - Soziales Netz rund um die Geburt



Service:

- ⊗ Bibliothek mit mehr als 2000 Büchern zu allen Themenbereichen rund ums Kinderkriegen & -haben
- ⊗ Tragetuchverleih und -bindekurse
- ⊗ Geburtsbeckenverleih für die Wassergeburt
- ⊗ Adressenliste aller steirischen Kreißsäle und freipraktizierenden Hebammen im Grazer Raum



Beratungsangebote:

- ⊗ Vermittlung von freipraktizierenden Hebammen zur Schwangerschafts- und Geburtsbetreuung und zur Nachbetreuung bei ambulanter Geburt
- ⊗ Hebammensprechstunden
- ⊗ Stillberatung, auch englischsprachig, telefonisch und persönlich im EKIZ
- ⊗ Stillberatungshausbesuche durch LaLecheLiga-Beraterinnen
- ⊗ Lebens- und Sozialberatung, Mediation
- ⊗ Erziehungsberatung
- ⊗ Einzelberatung: Schwangerschaft, Geburt und die Zeit danach, auch in Englisch und Französisch

ExpertInnen unter einem Dach:

- Geburtsvorbereiterinnen, Hebammen, Stillberaterinnen, Kinderkrankenschwester, Homöopath, Allgemeinmediziner, Bachblütenberaterin, Spielpädagoginnen, Kindergartenpädagoginnen, Psychotherapeutin, Physiotherapeutin, Kinesiologin, Erziehungsberaterin, Rotkreuzmitarbeiter, Sozialarbeiterin, PädagogInnen, PsychologInnen, Mediatorinnen, SchwimmlehrerInnen...

Alles auf
einen Blick



Eltern-Kind-Zentrum



Treffpunkte:

- ⊗ Stillgruppe mit Beratung
- ⊗ Offenes Treffen für Babys und Kleinkinder
- ⊗ AlleinerzieherInnenfrühstück
- ⊗ Flohmarkt für Kinder- und Umstandsbekleidung, Spielzeug und Babyartikel - alles rund ums Kind



Veranstaltungen:

- ⊗ Geburtsvorbereitungskurse
- ⊗ Informationsabende rund um die Geburt
- ⊗ Schwangerschaftsgymnastik, Yoga, Bauchtanz, Singen, Tanzen, Tönen...
- ⊗ Babymassage, Babygymnastik, Babyschwimmen
- ⊗ Rückbildungs- und Beckenbodengymnastik
- ⊗ Vorträge und Workshops zu verschiedenen Erziehungsthemen
- ⊗ Erste Hilfe Kurse, Vorträge zu Gesundheitsthemen
- ⊗ Spielgruppen, Musikurse, Montessori-, E.Pikler- u. Waldspielgruppen für Kinder
- ⊗ Kreativkurse für Erwachsene

Ńtag der offenen T_ri im EKIZ am 15. September 2004, ab 09.00 Uhr

An diesem „Tag der offenen Tür“ können Sie sich über unser Angebot informieren.
Der **Vormittag** (ab 09.00 Uhr) steht unter dem Schwerpunkt „**Kinder + Baby**“. Unsere SpielgruppenleiterInnen werden einen Teil ihrer Angebote, gleich zum Mitmachen, vorstellen und einen lustigen Vormittag gestalten.
Der **Nachmittag** (ab 14.00 Uhr) widmet sich ganz der „**Information für Schwangere**“. Hebammen, Geburtsvorbereiterinnen, Stillberaterinnen,... stehen für Ihre Fragen zur Verfügung.

Ein detailliertes Programm liegt ab Anfang September im EKIZ-Büro auf!

Elternberatung des Magistrats im Eltern-Kind-Zentrum:

Jeden Donnerstag von 8.00 - 09.30 Uhr findet in unseren Räumlichkeiten die Elternberatung des Magistrats Graz statt.

DSA R. Schreiber und Dr. R. Schwarz betreuen Sie während dieser Zeit.



9. Grazer Kongress für neue Wege in der Geburtshilfe

30.9.-3.10.2004

IM BILDUNGSZENTRUM RAIFFEISENHOF

REFERENTINNEN:

DR. TERENCE DOWLING

FRIEDA VOGLREITER

INGEBORG STADELMANN

DR. WERNER SCHAFER

MAG. GABRIELE MAIERHOFER

DR. FRÉDÉRIK LÉBOYER

BEATE FREIMÜLLER-ZINK

DSA THOMAS FRÖHLICH

MAG. INGRID HUBER

ERIKA PICHLER

DR. MARINA MARCOVICH

DIPL. DESIGNER SVEN POKSIVA

THEMEN:

- ⊗ Frühkindliche Erfahrung und Beziehungsfähigkeit im Erwachsenenalter: praktische Einführung in die Tiefenpsychosomatik.
- ⊗ Führt Stress in der SS zu Schwierigkeiten bei der Geburt?
- ⊗ Professionell durch schwierige(Still)Zeiten, Anfangsschwierigkeiten gemeinsam bewältigen.
- ⊗ Eine natürliche Geburt, aber schmerzfrei bitte.
- ⊗ Naturheilkunde während SS, Geburt und Wochenbett.
- ⊗ Pränataldiagnostik
- ⊗ Traumatisierte Frauen, insbesondere nach sexuellem Missbrauch - Erkennen und begleiten während SS, Geburt und Wochenbett
- ⊗ Körperarbeit und Chanting
- ⊗ Zusammenarbeit in multiprofessionellen Teams
- ⊗ Wenn der Mann im Kreißaal Vater wird
- ⊗ Body-Mind Centering in der Geburtsvorbereitung
- ⊗ Befreiendes Tanzen, sammelndes Tönen - Mobilisierung der Lebenskräfte als Vorbereitung auf die Geburt
- ⊗ Die 15 Noreia-Blütenessenzen
- ⊗ Risikoschwangeren-Begleitung durch die Hebamme.
- ⊗ Tun und lassen - kann man dem Aktionismus heute noch widerstehen?
- ⊗ Neue Ansätze und Erkenntnisse eines frauen- und geburtshelferInnengerechten Kreißaales

Das vollständige Programm erhalten sie im Eltern-Kind-Zentrum

KONGRESSGEBÜHREN:

1.10. und 2.10.:

Euro 150.- Euro 185.- für ÄrztInnen

Euro 90.- für StudentInnen

30.9., 1.10. oder 2.10.:

Euro 90.- Euro 110.- für ÄrztInnen

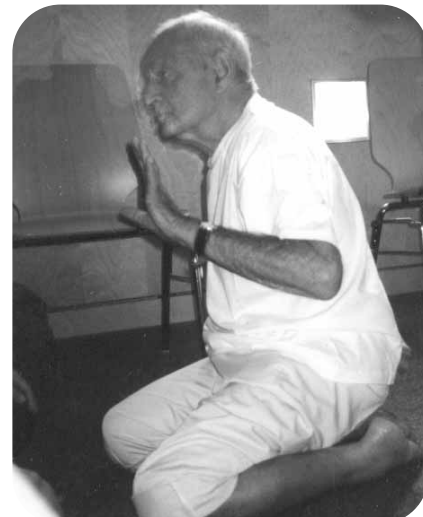
Euro 65.- für StudentInnen

3.10. (WS mit Frédéric Leboyer):

Euro 120.- Euro 110.- für TeilnehmerInnen der Vortage Euro 90.- für StudentInnen (5 Plätze)

FACHLICHE KONZEPTION-MODERATION-PRESSEBETREUUNG:

Birgit Bernhardt: birgit.bernhardt@ekiz-graz.at | Angelika Rodler | Barbara Ulbrich-Zitter: barbara.zitter@ekiz-graz.at

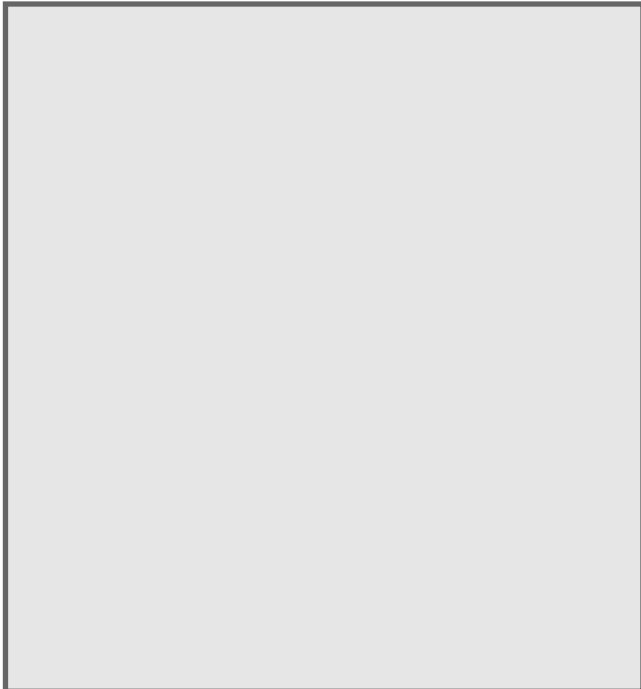
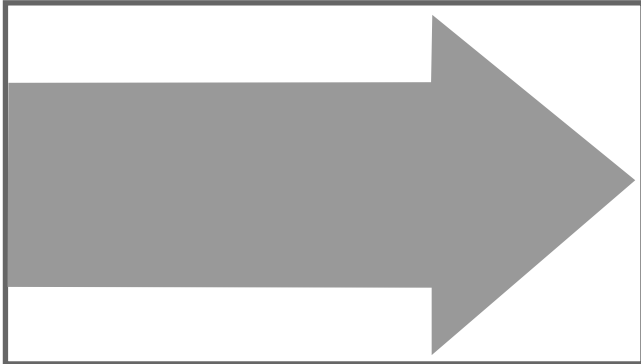


9 lich
willkommen im EKiz

EKiz

EKiz
informativ

EKiz
Kursangebote



ERZIEHUNGSBEGLEITUNG (-BERATUNG)

Nicht die einmaligen großen Ereignisse, sondern die alltäglichen Auseinandersetzungen und länger andauernden Anspannungen gestalten das Zusammenleben und die Erziehung schwierig.

Ich würde gerne Eltern dabei unterstützen, die Entwicklung und Gefühlswelt ihrer Kinder zu verstehen, vermehrt Vertrauen in ihre eigenen Einschätzungen und Erziehungsziele zu finden und nicht zuletzt über ihre hohen Erwartungen an sich und ihre Kinder nachzudenken.

KOSTEN: Euro 15,- / 13,50

TERMINVEREINBARUNG: Tel: 0316 / 37 81 40

BERATERINNEN: ELISABETH BAUMBERGER,
MAG.ª MARIA EGGER

BACHBLÜTEN- UND LEBENSBERATUNG

- ⊗ Sie leiden unter **Ängsten**, fühlen sich **gestreßt, hilflos** und **überfordert**,...
- ⊗ Ihr Kind zeigt häufig **aggressives Verhalten**, leidet unter **Schlafstörungen, Bettnässen, Eifersucht**,...
- ⊗ In **neuen Lebensphasen**
- ⊗ Bei **psychosomatischen Beschwerden**

Die Verknüpfung von Systemischer Beratung und Blütenessenzen hilft Ihnen:

- ⊗ mehr in Kontakt mit ihren Gefühlen, Bedürfnissen und Wünschen zu kommen
- ⊗ einschränkende Denk- und Verhaltensmuster bewusst zu machen und wahrzunehmen, was zum besseren Gelingen ihrer Partnerschaft, ihrer Beziehung zu ihren Kindern, Eltern,... beitragen kann

KOSTEN: Euro 40,- Beratungsgespräch (1 Stunde) inkl. Blütenessenzen

TERMINVEREINBARUNG: Tel: 0316 / 67 05 69

BERATERIN: MARTINA PREITLER