

Workshop-Anmeldung

Sie wollen sich **und Ihre Partnerin oder Ihren Partner** zum Workshop „Starke Eltern von Anfang an!“ anmelden oder sich informieren?

Dann nutzen Sie folgende Möglichkeiten:

Telefon:
+43 5 0766-14103512

Online:
www.oegk.at/starkeeltern



Gefördert aus den Mitteln des Oö. Gesundheitsförderungsfonds

Medieninhaber, Herausgeber und Redaktion:
Österreichische Gesundheitskasse
Wienerbergstraße 15-19, 1100 Wien
www.oegk.at/impressum

Hersteller: ÖGK Hausdruckerei
Satz- und Druckfehler vorbehalten.

Teilnahme
gratis!

Starke Eltern von Anfang an!



GPPH_99/21/16_02.06.2026

- ✓ Wie wollen wir Familie leben?
- ✓ Wie können wir unserem Kind ein gutes Klima bieten?
- ✓ Welche Schwierigkeiten können auf uns zukommen?
- ✓ Mutter sein und Vater sein – was bedeutet das für uns?
- ✓ Wie können wir mit Kind ein liebevolles Paar bleiben?





Wir haben die Antworten

Starke Eltern von Anfang an:

Machen Sie mit beim Workshop für werdende Eltern und Sie erhalten von uns Anregungen zu folgenden Themen:

- Vorstellungen vom gemeinsamen Leben als Familie
- Herausforderung für die Paarbeziehung: Kinderbetreuung 24/7
- Unterschiedliche Erwartungen in der Elternrolle
- Zeit für mich/Zeit für uns – wie geht das?

Dauer:
2 Stunden, abends

Kosten:
Der Workshop ist für alle kostenlos.

Gruppen:
Mindestens fünf bis maximal sieben Paare

Leitung:
Psychotherapeuten

Ort:
Die Workshops finden im Kundenservice der ÖGK oder auch als Webinar statt.

Eine starke **Beziehung**

Ein Kind zu bekommen ist eine besondere Herausforderung – auch für die Paarbeziehung. Eltern zu werden bedeutet plötzlich zu dritt zu sein. Aus der Zweierbeziehung wird eine Familie.

Eine tragende und liebevolle Beziehung der Eltern hilft dem Kind, sich sicher und geborgen zu fühlen und sich gesund zu entwickeln. Im Workshop erhalten Sie wertvolle Anregungen, wie Sie in Ihre Zukunft als Familie starten.

Geht's den Eltern gut, geht's dem Kind gut.

Weiterführende kostenlose Angebote:

Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit

Erfahren Sie wie Mutter und Kind von Anfang an optimal versorgt sind und warum eine bewusste Ernährung so wichtig ist.

Stillen und Wochenbett

In diesem Workshop erhalten Sie Infos über das Stillen und Wochenbett sowie für einen guten Start in den Alltag mit Baby.

Ernährung von Kindern im ersten Lebensjahr

Wir beantworten praxisnah Fragen rund um die bunte Babykost.

Ernährung von ein- bis dreijährigen Kindern

Wie Sie Ihre Kleinsten für ein vielfältiges Nahrungsangebot begeistern können, erfahren Sie in diesem Workshop.

Termine und allgemeine Informationen:
www.oegk.at/vonanfangan

