

www.mio-murau.at

2026/2027

mio

Begegnung
Beratung
Bildung



MiteinanderOrt & Eltern-Kind-Zentrum
im Bezirk Murau

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

 Bundesministerium
Land- und Forstwirtschaft,
Klima- und Umweltschutz,
Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich

 Das Land
Steiermark
→ Regionen


Kofinanziert von der
Europäischen Union

murau
HOLZWELT

Herzlich willkommen im MiO

Die Anlaufstelle für Groß und Klein



Wie schnell die Zeit vergeht. Unser Miteinander-Ort für Familien(MiO) & Eltern- Kind- Zentrum Murau feiert heuer bereits seinen dritten Geburtstag. Was mit einer Idee begann, ist zu einem lebendigen Ort geworden, an dem Familien zusammenkommen, Kinder spielerisch die Welt entdecken, Eltern Raum für Austausch und Unterstützung finden und neue Freundschaften entstehen dürfen. Über die Jahre ist unser Angebot für Familien in Murau und den umliegenden Regionen stetig gewachsen. Zahlreiche Kurse, Workshops, Vorträge, Beratungen, Therapien, Events und Vieles mehr finden hier ganzjährig statt. Dahinter steckt ein gemeinnütziger Verein, der mit viel Engagement und Begeisterung diesen MiteinanderOrt führt und gestaltet. Das MiO Murau hat das Ziel, sich

zur ersten Anlaufstelle für Themen rund um Kind & Familie im Bezirk Murau zu entwickeln. Und die Ideen gehen nie aus. Auch in diesem Jahr hat das MiO wieder viel vor: MiO Botschafterinnen werden entsandt, um den MiO Spirit in den Bezirk Murau zu tragen, es wird erstmals eine Spielgruppe ohne Eltern geben, der beliebte MiO Second Hand Laden wird in neuem Licht erstrahlen und als ganz besonderes Highlight wird im September erstmals eine Mama Disco in der Tenne Niederwölz stattfinden.

Seid gespannt. Bis bald im MiO

Verein zur Förderung des Eltern- Kind- Zentrum Murau: Tina Egger, Sabrina Graf, Andrea Öhlknecht, Elisabeth Hartl & Felicitas und Stefan Schrittmesser



Kontakt & Informationen:

Tel.: 0677 / 617 482 67

Web: hallo@mio-murau.at

Adresse: Bundesstraße 9, 8850 Murau

Bürozeiten

Montag 8:30–12:30

Mittwoch 8:30–16:00

Donnerstag 13:00–16:00

(abweichende Bürozeiten während Schulferien)

ZWEI & MEHR

Das Land Steiermark
→ Gesundheit, Pflege, Sport und Gesellschaft

Die Attraktivität für Familien steigern ...



...dies ist auch ein Ziel der Holzwelt Murau und so freut es mich als Geschäftsführer besonders, dass wir mit diesem EU-LEADER-Projekt die Lücke einer zentralen Anlaufstelle rund um Familienthemen in unserer Region schließen können. Mit dem Eltern-Kind-Zentrum als Begegnungsraum soll der soziale Austausch in unserem Bezirk gefördert werden, sowie durch Kurse, Workshops und Informationsveranstaltungen von fachlich versierten Anbieter:innen gezielte Unterstützung für Mütter, Väter, Kinder, Großeltern und Interessierte angeboten werden.

Das umfassende Angebot im neuen Zentrum soll für alle Familien im Bezirk möglichst kostengünstig und niederschwellig zugänglich sein und die verschiedenen Bedürfnisse von Eltern, Großeltern und Kindern weitgehend abdecken.

Das Hauptziel des Projekts ist es, das Angebot für Familien im Bezirk Murau sichtbar zu machen und dadurch die Attraktivität der Region Murau besonders für junge Paare und Familien zu stärken.

Ich freue mich, dass wir hier als Holzwelt Murau unterstützend wirken können.

Ihr **Harald Kraxner**

Geschäftsführer Holzwelt Murau

murau
HOLZWELT

Inhalt

Angebote im MiO und Bezirk

Yoga für Schwangere (MiO)	6
Qigong für Erwachsene (MiO)	6
Beckenbodenyoga (MiO)	6
Geburtsvorbereitungskurs (MiO)	7
Hypnobirthing (MiO)	7
MiO's Bauchzeitpaket (MiO)	8
Babymassage-Kurs (MiO)	8
MamaS (MiO)	8
Ganzheitliche Ernährung & mehr (MiO & Neumarkt)	9
Wobbelyoga (MiO & Lungau)	9
Birgit Wohlesser - Familienbegleiterin (MiO, Neumarkt & online)	10–11
Spielgruppe (mit und ohne Eltern) (MiO)	11
Elternnetzwerk Goldkinder (MiO & online)	12
Nähen mit der Nähmaschine (MiO)	12
Männergruppe (Murau)	13
Musikkurs (MiO & Region)	13
Elternbildung (MiO & online)	14
Vorträge zur sozial-emotionalen Entwicklung (MiO & hybrid)	14
Schreibkakao (MiO)	15
Flohmarkt (MiO)	15
Kindergeburtstag & Fotoaktion (MiO)	15
Seelenkraft (MiO & Neumarkt)	16
Hypnobirthing-Kurs (Stadl-Predlitz)	16
FenKid / Eltern-Kind-Gruppe (MiO & Stadl-Predlitz)	17
Baby- und Kleinkinderschwimmkurse (Hallenbad Murau)	17
Babyzeichensprache und Dunstan Babysprache (MiO & Kleinkindzentrum Predlitz)	17
REGIOMOTION (Region)	18
Kinderbibliothek Krakau (Krakau)	18
Kreativworkshops im Co-Create Space (Murau)	19
Praxis für komplementäre Pflege & Gesundheitsprophylaxe (MiO & Pöls-Oberkurzheim)	19

Therapie, Beratung & mehr

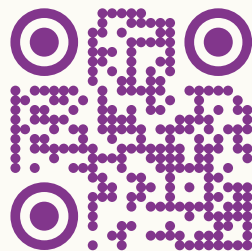
Logopädie (MiO)	20
Cranio-Sacral Balancing (Mariahof)	20
Regionale Elternberatung (MiO)	21
Familienbegleitung – Stillen, Schlafen, Beikost (Scheifling & Hausbesuche)	22
Kinderschutzzentrum Oberes Murtal (MiO)	22
Frühe Hilfen (MiO & Hausbesuche)	23
Trageberatung (MiO & Hausbesuche)	23
Stoffwindelberatung (MiO & Hausbesuche)	24
Bachblüten & emotionale Balance (MiO & Neumarkt)	24
Baby-, Still- & Schlafberatung (MiO & Hausbesuche)	24
Paarberatung · Sexuelle Bildung · Hypnose · Supervision (MiO)	25
Beratung rund ums Baby und Kleinkind & Stillberatung, Schlafberatung (Neumarkt)	25
Ernährungsmedizinische Beratungen (Neumarkt)	26
Freiberufliche Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin (Teufenbach-Katsch)	26
Hebamme (Murau, Murtal, Lungau)	27
Physiotherapie (Murau)	27
Physiotherapie (MiO)	27
Lernen ohne Drama (Online)	28
ED- Trainerin / ED-Coachin nach der 3B-Methode® (MiO & Predlitz)	28
Legasthenie / LRS, Dyskalkulie / Rechenschwäche (Stadl / Mur)	29
Psychotherapie (Murau)	29
Physiotherapie & craniosacrale Osteopathie (Murau)	29
Reiki (MiO & St. Lambrecht)	30
Finanzbildung & Zukunftskompetenz für Familien (online)	30
Personenzentrierte Psychotherapie (Murau)	31
Geistige Wirbelsäulenaufrichtung & Erlöser im Seelengefüge (Scheifling)	31

Weitere Infos

Mitglied & Unterstützer werden	32
MiO Gutscheine	33
Unterstützung für Familien	33
Hilfreiche Links	33
Dank an unsere Unterstützer:innen und Gönner:innen	34–38
MiO Second-Hand-Laden	40



Angebote im MiO und Bezirk



Genauere Informationen zu
unserem Angebot und die
Termine findest du auf
unserer Homepage

Bundesstraße 9, 8850 Murau | email: hallo@mio-murau.at | www.mio-murau.at

Yoga für Schwangere Mio

Durch einfache Asanas (Körperübungen), gezielte Pranayamas (Atemübungen) und Meditation und Tiefenentspannung kannst du dich ein Stück deiner Schwangerschaft begleiten lassen, um die Bindung zwischen Mama und Baby zu stärken und euch gut auf die Geburtsreise vorzubereiten.

Qigong für Erwachsene Mio

Qi wird im europäischen Raum auch als Lebensenergie bzw. Lebenskraft bezeichnet. Wir fördern unsere Fähigkeiten den Energiefluss positiv zu beeinflussen, dadurch wird der Qi Fluss im ganzen Körper harmonisiert. Dies stärkt unsere Gesundheit und wirkt sich positiv auf die Entspannung von Körper und Geist aus.

Beckenbodenyoga für Frauen jeden Alters Mio

Der Beckenboden dient als Stütze im ganzen Beckenraum, er federt alle ruckartigen sprunghaften Bewegungen sowie Stöße ab, die durch Springen, Niesen usw. ausgelöst werden. Ein kraftvoller und dennoch entspannter Beckenboden schenkt dir innere Kraft und Stabilität. Deinen Beckenboden solltest du ein Leben lang stärken.

Daniela Macheiner Yoga Ausbildung bei Karin Neumeyer Yoga Akademie Austria, Qigong Ausbildung bei Angela Cooper Qigong Akademie Cooper

Tel.: 0664 / 155 66 71

Email: parvati@danielamacheiner.at

Web: www.danielamacheiner.at



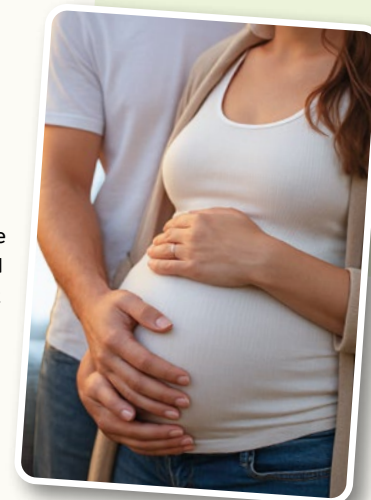
Geburtsvorbereitungskurs Mio

Weil Leben einen guten Anfang braucht" - dieser Leitgedanke begleitet mich in meiner Motivation, Familien einfühlsam und professionell durch Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett zu begleiten. Ich bin freiberufliche Hebamme und betreue Familien in der Schwangerschaft als auch im Wochenbett.

Viktoria Guster Wahlhebamme

Tel.: 0664 / 7509 18 81

Email: hebamme.viktoria@outlook.de



Hypnobirthing-Kurs Vorbereitung auf die Geburt Mio

Sanft und doch intensiv, selbstbestimmt und doch hingebungsvoll... das wünsche ich Dir für das Unnatürlichste & Beeindruckendste auf der Welt- die Geburt Deines Kindes.

Im Kurs erlernen werdende Mamas durch Selbsthypnose (bewusste Atmung, Entspannung und Affirmationen) bereits in der Schwangerschaft Körper und vor allem Geist auf das Erlebnis Geburt vorzubereiten und Ängste zu überwinden. Geburtsbegleiter spielen dabei eine wichtige Rolle. Damit kann die Geburt schneller und schmerzärmer verlaufen und es kommt seltener zu medizinischen Interventionen. Das Angebot richtet sich an Erstgebärende und schwangere Mamas, die ihr vergangenes Geburtstrauma überwinden wollen.



Christina Schaffer BSc. Hypnobirthing Kursleiterin, HBGE HypnoBirthing nach der Original Methode von Marie F. Mongan

Tel.: 0664 / 346 55 50

Email: zeiler.tini@gmail.com

Du hättest lieber einen HypnoBirthing Kurs ganz persönlich bei dir zuhause und an individuell abgestimmten Terminen? Es gibt nun auch das Angebot einen Privatkurs zu buchen- melde dich dazu am besten telefonisch bei Christina für alle weiteren Informationen.



Mio's BAUCHzeit Paket Mio

Weil Elternsein schon aufregend genug ist!

Unser liebevoll zusammengestelltes Bauchzeitpaket bietet nahezu alles, was werdende Eltern benötigen, um sich auf das Abenteuer Geburt vorzubereiten. Kein mühsames Suchen – alle wichtigen Themen sind in einem Paket enthalten!

Nach dem Baukasten-Prinzip gestaltet: feste Bausteine plus variable Elemente zur individuellen Anpassung. Als besonderes Extra gibt es noch einen tollen Gutschein dazu! Erscheint immer im Frühjahr und Herbst!

Alle Vorträge, Kurse und Workshops werden von qualifizierten Berater:innen, Therapeut:innen und Leiter:innen durchgeführt
Web: www.mio-murau.at



Babymassage-Kurs Mio

In meinem 3-teiligen Babymassagekurs richten wir gemeinsam den Fokus auf Entspannung/Babyschlaf, Bäuchleinweh & Husten/Schnupfen.

Lena Siebenhofer (Dockner) BScN. *Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin, Babymassagekursleiterin, Stillberaterin, Babyschlafcoach*
Tel.: 0664 / 64 66 948



MamaS Für Mama + Baby Mio

Bei MamaS stehen Sport und Spaß und ein gemeinsames Überwinden des inneren Schweinehundes im Vordergrund, um langsam und sanft wieder fitter zu werden nach Schwangerschaft und Geburt. Dabei achten wir darauf den Beckenboden und die gerade Bauchmuskulatur zu schonen. Bei lustigen Tanz-/Aerobic-Choreografien steigern wir unsere Ausdauer und Beweglichkeit. Dein Baby darf natürlich gerne dabei sein!

Tina Egger *Elementarpädagogin, MamaS-Trainerin, Trageberaterin*



Ganzheitliche Ernährung & mehr Mio & Neumarkt

• Workshops:

- Mama+Baby Brunch
- Jausenboxideen für jeden Geschmack
- Brot & Gebäck mit Qualität backen
- Essgeschenke für uns und andere
- Gartenküche mit frischen Rezeptideen
- Kinder ab in die Küche (Kinder- Koch/Backworkshop – unser Körper unser Essen)

• Vorträge:

- Essbeziehung - Was der Körper uns sagt
- Essen für eine gestärkte Psyche
- Körpergewicht zwischen zu wenig und zu viel, gesunde Basis beim Essen: Was braucht der Körper an Nährstoffen & warum?



Marianne Leitner BSc. *Diätologin mit Schwerpunkten im Bereich Kinder/Familiernährung, Ernährung bei psychischen Erkrankungen, intuitiv Essen, Darmgesundheit, Unverträglichkeiten und Verdauungsbeschwerden*

Tel.: 0660 / 510 02 09 **Email:** hallo@marianneisstonline.at
Web: www.marianneisstonline.at

Wobbelyoga Mio & Lungau

Das ist Kinder-, Familien- und Erwachsenen yoga mit und auf einem Blanceboard.

Es verbindet Spaß mit Balance und Konzentration, stärkt die Muskulatur auf allen Ebenen und schärft das Körpergefühl.

Stefanie Steiner *Kindergartenpädagogin, Kinderyoga-Lehrerin und Gesundheits- und Fitnesstrainerin mit einer großen Leidenschaft für Bewegung und Achtsamkeit.*

Tel.: 0660 2300753
Web: www.wobbelyogamitstefi.at
Instagram: [wobbelyoga_mit_steffi](https://www.instagram.com/wobbelyoga_mit_steffi)



BabyRaum & SpielRaum *nach Emmi Pikler* Mio & Neumarkt

4 bis 30 Monate

Nach der Pädagogik von Emmi Pikler erleben Kinder eine vorbereitete Umgebung, die freies Spiel, selbstständiges Entdecken und natürliche Bewegungsentwicklung ermöglicht. So können sie sich ohne Anleitung und in ihrem eigenen Tempo entfalten. Zusätzlich erhalten Eltern Impulse zu Themen wie Bewegungsentwicklung, freiem Spiel, Beikost, Schlaf und einer achtsamen Beziehungsgestaltung.

Jeux Dramatiques Mio & Neumarkt

- eine kreative Form des Theaterspiels 5 bis 10 Jahre

Durch kreatives Ausdrucksspiel ohne Sprache, feste Rollen oder Publikum können Kinder ihre Fantasie frei entfalten. Dabei werden Persönlichkeit, Selbstvertrauen und soziale Kompetenzen spielerisch gestärkt.

KinderYoga Mio & Neumarkt

5 bis 10 Jahre

Im YogaRaum entdecken Kinder spielerisch die Welt des Yoga – mit Bewegung, Atemübungen, Fantasiereisen und Entspannung. So stärken sie Körper und Geist, fördern Konzentration, Selbstvertrauen und innere Ruhe.– mit viel Freude und Fantasie.

Individuelle Elternbegleitung Mio, Neumarkt & online

Bindungsorientierte Begleitung für Familien mit Kindern von der Geburt bis etwa 10 Jahren bei Fragen zur kindlichen Entwicklung, feinfühligem Pflegesituationen, Schlaf, starken Gefühlen oder dem Familienalltag. Gemeinsam werden alltagstaugliche Lösungen erarbeitet, die Eltern stärken und die Beziehung zum Kind fördern.

SandRaum *Freies Spiel mit Sand* Mio

18 Monate bis 8 Jahre

Der SandRaum ist ein besonderes Erlebnisangebot für Kinder und ihre Begleitpersonen. Mit feinem Sand, Naturmaterialien und ausgewählten Alltagsgegenständen entstehen kreative Spielwelten, in denen frei experimentiert, gestaltet und entdeckt werden darf. Das Spielen mit Sand wirkt beruhigend, fördert Kreativität, Konzentration und Feinmotorik und lädt zum achtsamen Miteinander ein.



BewegungSpielRaum Neumarkt

2,5 bis 5 Jahre

Nach den pädagogischen Ansätzen von Emmi Pikler und Elfriede Hengstenberg entdecken Kinder ihre Freude an Bewegung – frei, selbstbestimmt und ohne Leistungsdruck. Vielfältige Bewegungsangebote fördern Körpergefühl, Selbstvertrauen und die natürliche Entwicklung im eigenen Tempo.

GeschwisterBewegungsRaum Neumarkt

6 Monate bis 4 Jahre

Wie im BewegungSpielRaum stehen freies Spiel und selbstbestimmte Bewegung im Mittelpunkt – abgestimmt auf Geschwister unterschiedlichen Alters. So finden Familien mit mehreren Kindern gleichzeitig passende Entwicklungs- und Bewegungsanreize und erleben gemeinsam eine schöne Zeit.



Birgit Wohlessen Elementarpädagogin, Kinderyogalehrerin, Zertifizierte Leiterin für Jeux Dramatiques, Einjähriger Lehrgang in systemischer Eltern-Kind-Begleitung, Pikler®-Pädagogin i.A.

Tel.: 0650/8105505

Email: hallo@birgitwohlessen.at

Web: www.birgitwohlessen.at



Spiel- & Austauschgruppe Mio

Für Eltern & Kinder (0 bis 3 Jahre)

Die Spielgruppe bietet eine entspannte und lockere Atmosphäre, hier gibt es wenig Verpflichtungen und Vorgaben, dafür aber viel Freiraum zum Spielen und Entdecken. Zusätzlich können sich Eltern bei einer Tasse Kaffee oder Tee gemütlich austauschen.



Spielgruppe ohne Eltern Mio

Unsere neue Spielgruppe bietet (Klein-) Kindern vor dem Eintritt in den Kindergarten oder die Krippe die perfekte Gelegenheit, in einem behüteten Umfeld das Loslösen von den Bezugspersonen zu üben und Kontakte zu Gleichaltrigen zu knüpfen. Und die Eltern? Die gewinnen dadurch ein paar wertvolle Stunden Zeit für all die Dinge, die im Alltag sonst zu kurz kommen.

Tina Egger Elementarpädagogin, Tagesmutter & Mama

Web: www.mio-murau.at

Elternnetzwerk Goldkinder MiO & online

Netzwerk für Familien neurodivergenter Kinder

(AD(H)S, Autismus-Spektrum, AVWS, Legasthenie, Dyskalkulie, Dyspraxie, Hochsensibilität, Wahrnehmungsbesonderheiten, Hochbegabung)

Manchmal tut es gut, Menschen zu begegnen, die verstehen, was der Alltag mit einem neurodivergenten Kind mit sich bringt.

Unser neues Herzensprojekt „Elternnetzwerk Goldkinder“ schafft Raum für Austausch, Verständnis und gegenseitige Unterstützung für Familien neurodivergenter Kinder.

Wir teilen Erfahrungen, Wissen und hilfreiche Strategien für einen Alltag mit mehr Leichtigkeit. Dabei stehen die Stärken unserer Kinder im Mittelpunkt – ohne die Herausforderungen kleinzureden.

- Echte Begegnungen
- Vertrauensvolle Gespräche
- Gegenseitige Ermutigung
- Voneinander lernen
- Gemeinsam Wege finden

Die Gruppe trifft sich regelmäßig einmal im Monat.

Web: www.mio-murau.at



Nähen mit der Nähmaschine MiO

Für Schulkinder, Jugendliche & Erwachsene

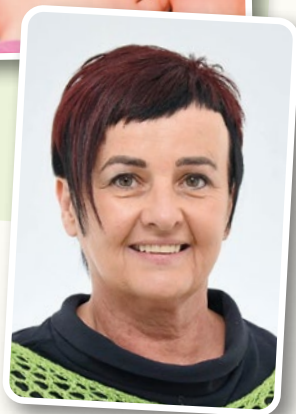
Schulkinder nähen mit einem Erwachsenen mit der Nähmaschine unter Anleitung einer Werklehrerin! Viele Wünsche können erfüllt werden, wenn der Umgang mit der Nähmaschine möglich ist. Hier gibt es ein Angebot, um Kenntnisse aufzufrischen oder Grundkenntnisse zu erwerben.

Kreativangebote im Jahreskreis

Egal, ob mit Papier, Perlen, Knetmasse oder Filz, Basteln fördert die Konzentration, Kreativität und das Vorstellungsvermögen des Kindes. Zu jahreszeitlichen Themen werden im MiO Bastelnachmittage angeboten.

Andrea Öhlknecht Lehramtsprüfung für Werken

Web: www.mio-murau.at



Männergruppe Murau

In der Männergruppe Murau haben wir in den letzten Jahren einen Raum geschaffen und kultivieren ihn weiter – einen Raum, der ein bisschen anders ist und auch anders sein soll, als wir es vielleicht unter Männern sonst gewohnt sind. Ein Raum, in dem nichts sein muss und vieles sein kann. Wir sitzen miteinander und schauen, was so an Themen daherkommt. Wir sind freundlich und wertschätzend. Wir versuchen, uns gegenseitig zuzuhören und führen auch gern Schmäh. Wir reden darüber, was Mannsein heute ist und sein kann, welche Männerbilder uns nicht mehr entsprechen und mit welchen Verhaltensweisen wir nichts anfangen wollen.

Wichtig ist auch: Das ist keine psychotherapeutische Gruppe.

Noch wichtiger ist: Es dürfen Freundschaften entstehen.

Wir treffen uns meistens am zweiten Mittwoch im Monat und sind auch über eine WhatsApp-Gruppe miteinander vernetzt.

Anfragen zu Psychotherapie und therapeutischen Gruppen bitte über www.schrittesser.at.

Stefan Schrittesser Vater, Psychotherapeut

Tel.: 0650 / 830 101 7



Musikkurs – EntdeckerRaum on Tour MiO & Region

10 Monate bis 4 Jahre

In diesem Kurs geht es um Exklusivzeit für dich und dein Kind, um gemeinsam in die wunderbare Welt der Musik einzutauchen. Spiel und Spaß stehen im Vordergrund. Wir toben uns beim Tanzen aus und genießen die Ruhe, wenn wir Klängen lauschen oder uns zum Abschluss zur Ruhe bringen.

Magdalena Moder Musiklehrerin, Kursleiterin im EntdeckerRaum, Übungsleiterin im Kleinkindturnen, Fitness- und Gesundheitssport, sowie Pilates, Leiterin Eltern-Kind-Spielgruppe

Tel.: 0664 / 40 25 166 **Email:** magdalenamoder@gmx.at

Socialmedia: EntdeckerRaum



Elternbildung MiO & online

Zwei & Mehr Elterntreffs

Fachvorträge

Workshops



Es ist uns ein großes Anliegen, Eltern und Bezugspersonen in ihrer Rolle und Kompetenz zu stärken, ihre Kinder bedürfnisorientiert zu begleiten. Daher bieten wir regelmäßig Vorträge und Workshops in Präsenz und online an. Dazu laden wir Referent:innen aus ganz Österreich ein, die ihr Fachwissen und ihre Erfahrung mit Herz an Eltern weitergeben.

Wir bemühen uns um ein kunterbuntes Themenspektrum. Beispiele sind:

Gerne nehmen wir Themenwünsche entgegen.
Die genauen Fachvorträge findest du auf unserer Webseite.
www.mio-murau.at

- Gefühle
- Geschwister
- Schule
- Sexualität
- Schlaf
- Hochsensibilität
- Ernährungsthemen
- die Beziehung zu Großeltern
- unterschiedliche Entwicklungsphasen
- Medienerziehung

Hybride Elterntreffs
Möglichkeit, in Präsenz
oder auch online
teilzunehmen

Bundeskanzleramt

Vorträge zur sozial-emotionalen Entwicklung MiO & hybrid

In den verschiedenen Vorträgen werden unterschiedliche Schwerpunkte zur sozial-emotionalen Entwicklung beleuchtet. Von den Grundlagen der emotionalen und sozialen Entwicklung, über das Entstehen von Familienkonflikten, Gewaltfreier Kommunikation, Gefühlsregulation und vielen Umsetzungsbeispielen für den realen Alltag erfahren die Eltern alles, was ihnen hilft, ihr Kind besser zu verstehen und gleichzeitig in ihrer Klarheit zu sein.

Elisabeth Hartl *Erwachsenenbildnerin*
Tel.: 0664 / 882 675 98
Email: hartl.elisabeth@gmx.net



Schreibkakao Mini MiO
für Kinder im Homeschooling bzw. im letzten Kindergartenjahr
jeden Dienstag* von 14:30 bis 15:30

Schreibkakao Schulkinder MiO

jeden Dienstag* von 16:00 bis 17:00
*ausgenommen Ferienzeiten

Ulrike Fürst-Telsnig *Physiotherapeutin*
Tel.: 0664 / 39 39 40

Flohmarkt MiO

In unserem MiteinanderOrt finden im Frühling und Herbst regelmäßig ein Flohmarkt statt, bei denen eine Vielzahl von Baby- und Kinderartikeln sowie Artikel rund um die Schwangerschaft angeboten werden. Hier können Eltern und werdende Eltern nach Herzenslust stöbern und nach preisgünstigen Schätzen suchen.

Gerne kannst du dich als Verkäufer:in bei uns melden und dir einen Stand reservieren.



Kinder-Geburtsstagsfeiern MiO

Miete unsere Räumlichkeiten für ein entspanntes und lustiges Geburtstagsfest. Nähere Infos findest du demnächst auf unserer Homepage oder schreib uns einfach: **hallo@mio-murau.at**

Fotoaktionen MiO

Zweimal im Jahr verwandeln wir unser MiO in ein Fotostudio. Hol dir deine bleibende Erinnerung von einem professionellen Fotografen zum Sonderpreis.

Seelenkraft MiO & Neumarkt

Tiefenentspannungsabende im MiO

Zeit zum Ankommen. Zeit für dich.

Unser Alltag ist oft geprägt von Hektik, Verpflichtungen und einer Flut an Eindrücken. Umso wichtiger ist es, sich bewusst Momente der Ruhe zu schenken.

Die Tiefenentspannungsabende laden Erwachsene dazu ein, den Alltag für eine Weile hinter sich zu lassen, das Nervensystem zur Ruhe kommen zu lassen und neue Kraft zu schöpfen. Mit geführten Tiefenentspannungen und Fantasiereisen entsteht ein geschützter Raum, in dem Loslassen, Erholen und einfach Sein im Mittelpunkt stehen.

In meiner Praxis in Perchau/ Neumarkt begleite ich Menschen mit Kinesiologie, Hypnose, Tiefenentspannung, Rückführungen und Clearings, Klangarbeit mit Stimmgabeln sowie weiteren ganzheitlichen Methoden der Humanenergetik.

Karin Reißner zert. Kinesiologin nach Touch for Health, dipl. Humanenergetikerin

Tel.: 0664/39 70 683

Email: office@karinreissner.a



Hypnobirthing-Kurs Stadl-Predlitz

Entdecke mit HypnoBirthing eine neue Art, die Geburt deines Kindes positiv und kraftvoll zu erleben. Erlerne wertvolle Techniken (Atemtechniken, Entspannungstechniken, Affirmationen), welche du in der Schwangerschaft schon anwenden kannst, und mentale Vorbereitung (Selbsthypnose), um diesen besonderen Moment selbstbestimmt, angstfrei und voller Harmonie zu erleben.

Ein HypnoBirthing Kurs ist nicht nur für Erstgebärende und deren Geburtsbegleiter gedacht, sondern auch für Schwangere, die bereits Mama sind und die nächste Geburt „anders“ erfahren wollen!

Besuche den HypnoBirthing Kurs um dich optimal auf eine positive Geburtserfahrung vorzubereiten.

Magdalena Stolz Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin,

HypnoBirthing Kursleiterin

Tel.: 0664 / 5106970

Email: magdalenastolz03@gmail.com

Web: www.GemeinsamStolz.at



FenKid / Eltern-Kind-Gruppe MiO & Stadl-Predlitz



„Frühkindliche Entwicklungsbegleitung“ bietet Eltern-Kind-Kurse für Babys und Kleinkinder ab drei Monaten nach dem FenKid®-Konzept an.

Während sich die Kinder ihrer Entwicklung gemäß frei im Raum bewegen können, erfahren die Eltern aktuelles Wissen aus dem Bereich frühkindliche Erziehung und Entwicklung, tauschen sich untereinander aus und erleben kleine Achtsamkeitsübungen für den Alltag. Alles in gemütlicher Atmosphäre und mit großer Wertschätzung füreinander.

Elisabeth Hartl

Tel.: 0664 / 88 26 759

Email: elisabeth@entwicklungsbegleitung.at

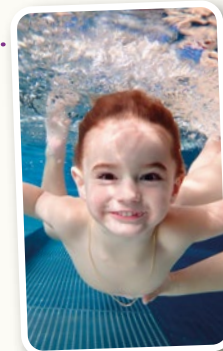
Web: www.entwicklungsbegleitung.at

Baby- und Kleinkinderschwimmkurse

Hallenbad Murau

Meine Kurse sind Eltern-Kindschwimmkurse, d.h. bei allen von mir angebotenen Kursen ist immer eine Begleitperson mit dem Kind im Wasser. Im Vordergrund meiner Kurse stehen Wassergewöhnung, Schwimmvorbereitung, Spiel und Spaß, sowie die Freude an der Bewegung im Wasser.

Martina Bäckenberg Web: www.wasserspass.co.at



Babyzeichensprache und Dunstan Babysprache

MiO & Kleinkindzentrum Predlitz

Verstehen, bevor Worte da sind: In der Babysprache lernen Sie fünf Reflexlaute zu deuten, mit denen Ihr Baby bis zum 4. Monat seine Bedürfnisse ausdrückt. Mit der Zwergensprache (Babygebärden) bleibt die Verständigung auch danach eng – Kinder ab sechs Monaten können mit Handzeichen antworten, bevor sie sprechen können.

Magdalena Happenhofer Elementarpädagogin,

Zwergensprache-Kursleiterin, Dunstan Babysprache- Kursleiterin

Tel.: 0650 / 900 1023 **Email:** lena.happenhofer89@gmail.com

Facebook: zwergensprache mit Lena **Insta:** zwergersprache



REGIONOTION Region

für mehr Bewegung in der gesamten Region

REGIONOTION ist ein regionaler Sportverein für Breitensport & Regionalentwicklung. Bestehend aus einem jungen, engagierten und sportaffinen Team ist REGIONOTION in den einzelnen Gemeinden des Bezirkes Murau und auch Murtal tätig. Die Intention ist es, Kindern bereits von klein auf die Bedeutung von Sport & Bewegung bewusst zu machen und ihnen Möglichkeiten zum Ausprobieren von verschiedenen Sportarten zu geben, um langfristig Freude an der Bewegung zu entwickeln. REGIONOTION setzt dort an, wo Bedarf besteht.

Das Angebot:

- REGIONOTION Kinderturnen für Kindergarten- und Volksschulkinder - aktuell in: St. Georgen/Kreischberg, Murau, Teufenbach/Katsch, Niederwölz, St. Lambrecht, Ranten, St. Peter/Kbg., St. Georgen/ JDB
- REGIONOTION Kindersportcamps für 5-13-Jährige 2026 in: Oberwölz, Murau, Krakau, Neumarkt, Ranten, St. Georgen/Jdb, St. Peter/KBG., Weißkirchen, Stadl/Predlitz, Scheifling, Niederwölz, Fohnsdorf
- REGIONOTION Schulsportfeste:
In der letzten Schulwoche für alle Volksschulen im Bezirk Murau.
- Weitere individuelle Projekte mit Bildungseinrichtungen, Workshops, Kinderbetreuungsangebote bei Veranstaltungen oder Ähnliches.



REGIONOTION

SPORTUNION REGIONOTION

Tel.: 0677 / 648 699 60

Web: www.REGIONOTION.at

Email: info@REGIONOTION.at



Kinderbibliothek Krakau Krakau

Unsere Kinder- und Jugendbibliothek bietet hat ein Angebot von tausenden Büchern für Kinder und Jugendliche sowie eine Auswahl an Elternratgebern. Darüber hinaus steht ein gemütlicher Spielbereich zur Verfügung und wöchentlich finden Eltern-Kind-Spielegruppen statt, monatlich Vorlesetage. Ergänzt wird das Angebot durch Weiterbildungsangebote wie Erste-Hilfe-Kurse und Elternfortbildungen, die Familien im Alltag unterstützen und das Miteinander fördern. So wird unsere Bibliothek zum vielseitigen Treffpunkt für Bildung, Spiel und Austausch.

Tel.: 0664 / 456 224 3

Email: kinderbibliothek.krakau@gmail.com



wildesbunt – Kreativ. Natur. Erleben Murau



Natur- & Kreativworkshops mit Sinn für Erwachsene, Kinder, Jugendliche

Wildesbunt veranstaltet dein individuelles Erlebnis-Angebot: passgenau zugeschnitten für deine private Veranstaltung in und rund um Murau. Von Ärtionpainting, malen auf Leinwand, Upcycling- und Redesign, Schmuck selbst herstellen, bis intuitives malen und zeichnen in der Natur, Waldbaden, uvm. Ich freue mich auf deine Anfrage und plane gerne mit dir dein einzigartiges privates Event.

Mercedes Szilagyi, BEd

Tel.: 0699 / 100 77 240

Email: wildesbunt@gmx.at

Praxis für komplementäre Pflege & Gesundheitsprophylaxe

Mio & Pöls-Oberkurzheim

Als freiberufliche DGKP der Intensivpflege und leidenschaftliche Naturheiltherapeutin biete ich ein breites Spektrum an naturheilkundlicher Unterstützung an:

- TCM Ernährung & Metabolic Typing (Ernährung nach den Stoffwechseltypen)
- TEM Beratungen & Irianalysen
- Professionelle Aromapflege nach GuK komplementäre Pflege & NADA Ohrakupunktur
- Darmgesundheit, Frauengesundheit, ganzheitliches Detox, naturheilkundliche Begleitung von Kindern

Sabine Weissenberger

Tel.: 0676 / 4046087 Email: vinaturalis@gmx.at Web: www.vinaturalis.at



Therapie, Beratung & mehr



Logopädie MiO

Felicitas Schrittmesser Wahltherapeutin

Diagnostik und Therapie logopädischer Störungsbilder mit Schwerpunkt Artikulationsstörungen, myofunktionelle Störungen/orofaziale Dysfunktionen, Sprachentwicklungsverzögerungen /-störungen, Fazialisparesen, organische und funktionelle Stimmstörungen.

Tel.: 0650 / 89 71 678 **Email:** kontakt@logopaedie-feichter.at

Web: www.logopaedie-feichter.at

Cranio-Sacral Balancing Mariahof

Sanfte Balance für den schönsten Anfang im Leben

Sabine Präsent-Drescher Mariahof

Die Zeit rund um Schwangerschaft und Geburt ist einzigartig – voller Veränderungen, Emotionen und neuer Erfahrungen. Mit Cranio-Sacral Balancing biete ich dir und deinem Baby einen geschützten Raum zum Ankommen, Loslassen und Auftanken.

Durch achtsame, feine Berührungen wird das Nervensystem beruhigt, Spannungen können sich lösen und die natürliche Balance von Körper und Geist wird unterstützt. Besonders nach der Geburt kann diese sanfte Methode deinem Baby helfen, sich leichter an die neue Welt anzupassen – und dir als Mama, wieder in deine Kraft zu finden.

Für dein Baby: Unterstützung bei Unruhe, Schlafproblemen, Verdauungsbeschwerden, sanfte Begleitung nach einer herausfordernden Geburt, Kaiserschnitt, ...

Für dich als Mama: Tiefenentspannung, Unterstützung bei körperlicher und emotionaler Regeneration, ...

Schenke euch beiden einen Moment der Ruhe, Geborgenheit und liebevollen Zuwendung.

Tel.: 0664 / 546 7000 **Email:** praxisimeinklang@posteo.at

Web: www.lambacherhof.com



Regionale Eltern-Beratung MiO

Kostenlose Anlaufstelle für alle Fragen nach der Geburt

für Kinder von 0 bis 3 Jahren



DSA Margit Rosenkranz

Diplomsozialarbeiterin

BH Murau, Leitung der Beratung



Dr. Birgitta Marak

Ärztin für

Allgemeinmedizin

LKH Stolzalpe,

Beratung am 1. Donnerstag im Monat



DGKP Lena Siebenhofer

(Dockner), BScN

Diplomkrankenschwester,

Beratung am 1. und 3.

Donnerstag im Monat

Medizinisches Angebot

- Wiegen und Messen des Babys
- Beratung zur Gesundheit und zum Impfen

Ernährung

- altersgerechte Ernährung
- Stillen, Abstillen
- Beikost

Erfahrungsaustausch in gemütlicher Runde

Spielmöglichkeit für die Kinder

Entwicklung des Kindes

Informationen: DSA Margit Rosenkranz

Tel.: 03532 / 2101 254

Termine & Uhrzeiten:

jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat,
15:00–16:30

Mit der Geburt eines Kindes beginnt eine aufregende Zeit. Das Leben mit dem Baby macht viel Freude, ist aber auch anspruchsvoll und verändert den Alltag. Es können viele Fragen und Gesprächsthemen auftauchen, wie zum Beispiel: Was bzw. wieviel braucht mein Baby zu essen? Welche Entwicklungsschritte macht mein Baby gerade? Mein Baby schreit viel, wie kann ich ihm helfen? Um genau über diese oder viele andere Sachen zu sprechen, haben Sie die Möglichkeit, sich im Miteinander Ort in ungezwungener Atmosphäre mit anderen Eltern zu treffen und zu plaudern, während Ihre Kinder daneben spielen. Jeder Termin wird von Fachkräften begleitet, die kostenlos wertvolle Tipps aus ihrer beruflichen Ausbildung und praktischen Erfahrung einbringen können.

Sie brauchen keinen Termin, einfach mal vorbeischaun. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



→ Gesundheit, Pflege,
Sport und Gesellschaft

Familienbegleitung - Stillen, Schlafen, Beikost Scheifling & Hausbesuche

Bindungs- und Bedürfnisorientierte Begleitung für Familien

Martina Galler

Ich bin Sozialpädagogin sowie BFB bindungsorientierte Familienbegleiterin mit den Schwerpunkten Stillen, Baby/Kleinkindschlaf und Beikost. Mein Herz schlägt für die bindungs- und bedürfnisorientierte Begleitung von Familien – von den ersten Lebenstagen an bis in frühe Kinderjahre. Neben den klassischen Beratungen rund um die Themen Stillen, Baby und Kleinkindschlaf, Beikost sowie Wochenbettbegleitungen geht es mir in meiner Arbeit darum, die Bedürfnisse aller Familienmitglieder in den Blick zu nehmen. Wie gelingt eine achtsame Erziehung (ich nenne es lieber Begleitung), in der Nähe und Sicherheit ebenso Platz haben wie Regeln und Grenzen? Ich unterstütze Eltern dabei, ihren individuellen Weg zu finden – mit fachlichem Wissen, Empathie und einem ganzheitlichen Blick. Einfach rund um von Herzen beraten!



Tel.: 0664 / 20 29 609 **Email:** bindungsgallerie@outlook.com **Web:** www.bindungsgallerie.at

Kinderschutzzentrum Oberes Murtal MiO

Kostenloses und anonymes Angebot:

- Telefonische und persönliche Beratung, Familienberatung
- Eltern- und Kinderbegleitung in Scheidungs- und Trennungssituationen
- Onlineberatung (mittels E-mail und Internet)
- Erziehungsberatung
- Krisenintervention
- Elterncoaching
- ExpertInnencoaching
- Elternberatung vor einvernehmlicher Scheidung nach § 95, Absatz 1a (kostenpflichtig)
- Psychotherapie
- Psychosoziale Prozessbegleitung
- Besuchsbegleitung
- Regionale Eltern-Beratung



Kisiz Murau: 0660 / 85 55 318 (Öffnungszeit donnerstags)

Büro in Knittelfeld: 0660 / 85 55 323

Frühe Hilfen Steiermark MiO & Hausbesuche

Beratung und Begleitung für Schwangerschaft, Geburt und die ersten Lebensjahre

Die Frühen Hilfen stehen Eltern in der Schwangerschaft, in der Zeit rund um die Geburt und in den ersten drei Lebensjahren des Kindes bei Herausforderungen unterstützend und begleitend zur Seite. Jede Familie in ganz Österreich hat die Möglichkeit, dieses Angebot ab dem Beginn der Schwangerschaft bis zum 3. Lebensjahr des Kindes in Anspruch zu nehmen.

Unser Angebot ist • Freiwillig • Vertraulich • Kostenfrei



Aufgaben- und Tätigkeitsbereiche der Frühen Hilfen:

- Beratung und Begleitung in Schwangerschaft, Geburt und den ersten Lebensjahren
- Überforderung der Eltern / Soziale Belastungen / Psychische Belastungen
- Finanzielle Themen
- Frühe /späte Elternschaft / Alleinerziehende Elternschaft / Eltern mit Migrationshintergrund
- Probleme in der Familiensituation (Trennung, Umgang mit Geschwisterkindern...)
- Komplikationen bei Schwangerschaft und Geburt / Mutter/Eltern-Kind-Bindung
- Unterstützung bei außerfamiliärer Kinderbetreuung
- Begleitung im häuslichen Umfeld und zu ambulanten und öffentlichen Terminen
- Lotsen- und Brückenfunktion zu anderen Fachpersonen, Helfersystemen, Institutionen und Kooperationspartner:innen



Tel.: 0664 / 8000 6 2101 **Email:** fruehe.hilfen.mu@jaw.or.at

Web: www.fruehehilfen.at



Trageberatung MiO & Hausbesuche

Tina Egger Trageberaterin

Gesundes Babytragen einfach erklärt, Vorteile des Tragens/Getragen-werdens, Testen von verschiedenen Tragehilfen, Erlernen von Bindeweisen mit dem Tragetuch, Tipps und Tricks für den Tragealltag findest du in einer individuellen Trageberatung und Workshops.

Tel.: 0664 / 50 76 168

Email: egger-tina@gmx.at



Stoffwindelberatung MiO & Hausbesuche

Doreen Auer

Das Wickeln mit Stoffwindeln sieht nur auf dem ersten Blick nach einer Herausforderung aus. Mit ein paar Tipps und Tricks wird es schnell ganz einfach.

Dich erwartet:

- Ein Überblick über diverse Windelsysteme
- Stoffwindeln direkt testen/richtiges Anlegen
- Infos bezüglich Pflege und dem Waschen der Stoffwindel
- Erfahre viele Vorteile über Stoffwindel
- Infos über Förderungen und Rabattcodes

Tel.: 0664 / 20 67 355 **Email:** auerdorli@gmail.com



Bachblüten & emotionale Balance MiO & Neumarkt

Christina Egger

Als Humanenergetikerin mit Zusatzausbildungen in den Bereichen Bachblüten und Ernährung begleite ich Frauen, Mamas, Kinder und Familien in herausfordernden Lebensphasen. In individuellen Beratungen und Workshops vermittele ich alltagstaugliche Impulse, um emotionale Balance, Wohlbefinden und ein harmonisches Miteinander zu fördern.

Tel.: 0664 / 54 039 34

Email: christinaegger94@gmail.com



Baby-, Still-, & Schlafberatung MiO & Hausbesuche

Lena Siebenhofer (Dockner)

Ich bin als diplomierte Krankenschwester selbstständig in der Baby-, Still-, & Schlafberatung tätig. Im MiO biete ich immer wieder gerne Babymassagelokurse in Kleingruppen an. Für meine Baby-Vorbereitungskurse, Stillberatungen & der adäquaten Babyberatung in den ersten Tagen bis Wochen nach der Geburt biete ich Hausbesuche an. Auch individuelle & bedürfnisorientierte Baby- und Kinderschlaflberatungen zählen zu meinem Angebot.

Tel.: 0664 / 64 66 948



Paarberatung · Sexuelle Bildung · Hypnose · Supervision MiO

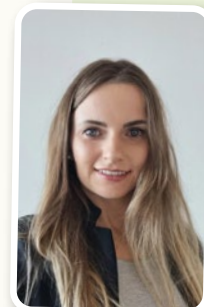
Sabrina Graf Dipl. Psychosoziale Beraterin · Psychotherapeutin (in Ausbildung)

Gemeinsam neue Wege finden.

Beziehungen verändern sich – und mit ihnen die Herausforderungen des Lebens. Ob Konflikte in der Partnerschaft, wiederkehrende Streitigkeiten, Trennungsgedanken oder der Wunsch nach mehr Verständnis und Nähe – ich begleite Paare dabei, neue Perspektiven zu entwickeln und gemeinsam stimmige Lösungen zu finden. Ein weiterer Schwerpunkt meiner Arbeit ist die **Sexuelle Bildung**. Ich vermittele Wissen zu Sexualität, Körperwahrnehmung, Grenzen und Gewaltprävention – altersgerecht, wertfrei und praxisnah. Ergänzend biete ich **Hypnose** zur Unterstützung innerer Prozesse und zur Stärkung persönlicher Ressourcen sowie **Supervision** für Fachpersonen und Teams an. Meine Erfahrungen im Kinderschutz und im Kriseninterventionsteam des Roten Kreuzes prägen meine Arbeit mit Fachkompetenz, Empathie und einem sicheren Blick für herausfordernde Lebenssituationen.

Tel.: 0664 / 195 63 96

Email: beratunggraf@gmx.at **Web:** www.beratunggraf.at



Beratung rund ums Baby und Kleinkind & Stillberatung, Schlafberatung Neumarkt

Ingrid Forrer

Als diplomierte Kinderkrankenschwester, ausgebildete Still- und Schlafberaterin und Kleinkindpädagogin arbeite ich freiberuflich, in freier Praxis.

Meine Angebote beinhalten:

- Hilfe für Mama und Baby ab Geburt: Begleitung ab Wochenbett und danach bei allen Fragen
„Rund ums Baby, Kleinkind und Eltern werden“
- Stillen, Flasche, Beikost, Pflege, Schlaf, Schreien, Entwicklung, Umgang, Erziehung...
- sowie Partnerschaft/Elternschaft
- Hausbesuche, Telefonberatung ab Geburt, Beratung bei mir zu Hause nach Absprache
- Geburtsvorbereitungskurse – Vorbereitung auf die Elternschaft & Stillen
- Mit Hebamme Sieglinde Schrittmesser und Ingrid Forrer in Neumarkt
- „Baby- und Kleinkindtreff & Stillgruppe, jeden 3. Dienstag/Monat, Marktgemeindeamt Neumarkt ab 9.30 – 12 Uhr“

Tel.: 0664 / 99 82 772 **Email:** stillberatung.i.f@gmx.at

Web: www.rubs.forrer.at



Ernährungsmedizinische Beratungen Neumarkt

Marianne Leitner, BSc.

Mit einer individuellen Essanalyse und gezielten Tipps wird eine neue Grundlage geschaffen, das Ergebnis ist ein gutes Gefühl in unserem Körper mit mehr Energie und mehr Struktur im Alltag.

Tel.: 0660 / 510 02 09

Email: hallo@marianneisstonline.at

Web: www.marianneisstonline.at



Freiberufliche Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin Teufenbach-Katsch

*Komplementäre Pflege - Aromapflege“ gem. §64 GuKG;
Diplomierte Bachblütenberaterin; NADA Therapeutin (18-GBR-033761)*
Ingrid Anna Pranch

Meine Angebote/Leistungen gelten für alle Altersgruppen, vom Baby bis ins hohe Alter.

- Professionelle und patientenorientierte Aromapflege; diese dient als vorbeugende und pflegerische Maßnahme um die Gesundheit zu fördern und zu erhalten sowie den Heilungsprozess zu unterstützen und die Lebensqualität aufrechtzuerhalten.
- Originale Bachblütentherapie und die Neuen Therapien nach Dietmar Krämer. Bachblüten (Blütenessenzen) wurden vom renommierten englischen Arzt Dr. Edward Bach entwickelt; diese bringen unausgeglichene Gemütszustände natürlich und sanft in Balance und beugen somit seelische und körperliche Erkrankungen vor.
- Ohr Akupunktur/Akupressur nach dem NADA - Protokoll; dies ist eine standardisierte komplementäre Behandlungsmethode mit fünf definierten Akupunkturpunkten am Ohr.
- Akupressur „Kinder“ - TCM Besonderheiten vom Säugling bis zum Teenager: Entwicklung des Kindes, Unterstützung in den Entwicklungsphasen, TCM Diagnostik, TCM Behandlungsmöglichkeiten
- TCM Diagnostik und Körperakupressur inklusive Behandlungstechniken und Laserakupunktur i.A. bei der TCM Akademie für medizinische Fachkräfte

Tel.: 0664 / 14 21 819

Email: dgkp.pranch@gmx.at

Web: www.oegkop.com



Hebamme Murau, Murtal, Lungau

Viktoria Guster Wahlhebamme

„Weil Leben einen guten Anfang braucht“ - dieser Leitgedanke begleitet mich in meiner Motivation, Familien einfühlsam und professionell durch Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett zu begleiten. Ich bin freiberufliche Hebamme und betreue Familien im Bezirk Murau, Lungau und Murtal in der Schwangerschaft als auch im Wochenbett.

Tel.: 0664 / 7509 18 81

Email: hebamme.viktoria@outlook.de



Physiotherapie Murau

Birgit Weilharter Wahltherapeutin

- 2010 Abschluss des Bachelor-Studiums an der FH Joanneum Graz
- Seit 2011 beruflicher Schwerpunkt in der Pädiatrie
- 2015 Sonderausbildung zur KinderBobathTherapeutin
- Diverse physiotherapeutische Fortbildungen und Kurse zu verschiedensten pädiatrischen Themen wie z.B. „Übungsleiter therapeutisches Klettern“, „dreidimensionale manuelle Fußtherapie nach Zukunft-Huber“, „fascial Manipulation nach stecco“ uvm...

Tel.: 0664 / 2045271 **Email:** birgit.weilharter@gmx.at



Physiotherapie MiO

Ulrike Fürst-Telsnig Wahltherapeutin

Motorisches Schreibtraining bzw. Beratung bei umschriebenen Entwicklungsverzögerungen in Fein- und Graphomotorik, Rechts- und Linkshänder, vielfältige Schwierigkeiten beim Schreibenlernen.

Tel.: 0664 / 39 39 040 **Email:** u.fuerst-telsnig@gmx.at

Web: www.fuerst-telsnig



Lernen ohne Drama Online

Dipl. Päd. Angela Krauhs, M.A.

Hausaufgaben und Lernen dürfen ohne Druck und Streit gelingen – mit Freude, Motivation und Selbstvertrauen.

In individuellen Online-Beratungen erhalten Eltern Strategien, wie sie ihre Kinder stärken und beim Lernen nachhaltig unterstützen können. So entstehen entspanntere Hausaufgaben Situationen, mehr Gelassenheit im Schulalltag und eine positive Lernhaltung.

Tel.: 0699 / 11188753 **Email:** info@lernenohndrama.com

Web: www.lernenohndrama.com



ED-Trainerin / ED-Coachin MiO & Predlitz

nach der 3B-Methode®

Kerstin Hörbinger-Stolz

Als ED- Trainerin/ ED-Coachin nach der 3B-Methode® und Pädagogin unterstütze ich Menschen jeden Alters individuell bei unterschiedlichsten Themen und Stressoren:

- Wut, Aggression & starke Gefühle
- Unsicherheit, Enttäuschungen, Ängste & Trauer
- Konzentrationsschwierigkeiten, Lernblockaden, Verhaltensmuster, Denkmuster
- Selbstwert
- Herausforderungen in Kindergarten, Schule, Familie, Beziehungen oder im Beruf

Gezielte Bewegungsimpulse, einfache Tools und ein wertfreies Miteinander eröffnen Wege zu mehr Balance und Entwicklung. Mithilfe der Techniken der 3B-Methode® gelingt eine stressfreie Förderung, die die individuellen Stärken jedes Kindes/ Erwachsenen in den Mittelpunkt stellt.

Mein Angebot:

- ED-Training/ ED-Coaching nach der 3B-Methode® für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
- Vorträge und Workshops
- Kindergruppen (ab 3 Jahren und für Schulkinder)

Wir bleiben in **Bewegung**, kommen miteinander in **Beziehung** und entwickeln neues **Bewusstsein**.

Tel.: 0664 / 54 89 724 **Email:** k_stolz@hotmail.com

Web: www.gemeinsamStolz.at **Instagram:** k_hoest.3b



Legasthenie / LRS Dyskalkulie / Rechenschwäche Stadl / Mur

Elisabeth Lindschinger

Ihr aufgewecktes, intelligentes Kind hat in der Schule unerwartet Schwierigkeiten beim Erlernen des Schreibens, Lesens und/oder Rechnens? Obwohl Sie zu Hause fleißig mit ihm üben, macht es beim Schreiben, Lesen und/oder Rechnen immer wieder übermäßig viele Fehler?

Wenn Sie sich angesprochen fühlen, sollten Sie sich an mich wenden und Informationen über Legasthenie/LRS und/oder Dyskalkulie/Rechenschwäche einholen.

Tel.: 0664 / 17 48 684 **Email:** lindschinger@yahoo.de



Psychotherapie Murau

Manuel Mang Wahltherapeut, Psychotherapeut (in Ausbildung unter Supervision), Systemische Therapie, Erziehungs- und Bildungswissenschaftler

Psychotherapie ist die gezielte Behandlung seelischer Leidenszustände und somit ein eigenständiges Heilverfahren für psychische, psychosoziale oder psychosomatische Erkrankungen, beziehungsweise eine Möglichkeit, um Symptome dieser Erkrankungen zu lindern. Meine persönliche Methode ist primär die Systemische Psychotherapie. Als Psychotherapeut darf ich Sie dabei begleiten neue Wege zu erkunden und Ihre persönliche Lebensgeschichte selbst zu schreiben.

Ich arbeite mit Erwachsenen, aber auch mit Kindern und Jugendlichen. Aufgrund des familientherapeutischen Schwerpunkts in der systemischen Psychotherapie biete ich auch Familien- und Paartherapie an.

Tel.: 0664 / 387 0 377 **Email:** info@systcordia.at

Web: www.systcordia.at



Physiotherapie & craniosacrale Osteopathie Murau

Astrid Kralik

Tel.: 0664 / 5465313



Reiki MiO & St. Lambrecht

Diana König, BA

Ich bin Diana und freue mich Dir Reiki näherzubringen. Reiki ist eine besondere Heilenergie, die Blockaden und Disharmonien von Körper, Geist und Seele ausgleicht. Deshalb gibt es kein Thema von Groß oder Klein, bei dem Reiki nicht helfen kann: Es ist effektiv bei Krankheiten sowie akuten Schmerzen, balanciert Unruhezustände aus und füllt fehlende Kraft auf. Empfangen wird Reiki in einer persönlichen Sitzung durch sanftes Handauflegen oder über eine Fernbehandlung. Das Wirkspektrum reicht dabei von der Linderung bis hin zum gänzlichen Verschwinden von Beschwerden.

Tel.: 0699/10631841 **Web:** www.reiki-und-bewusstsein.at



Finanzbildung & Zukunftskompetenz Online

für Familien

Georg Dröschner akad. Finanzdienstleister

Wie lernen Kinder heute eigentlich, mit Geld umzugehen?

Wie entstehen finanzielle Gewohnheiten?

Und warum ist finanzielle Bildung bereits im Kindesalter so wichtig?

Mit meinem Angebot begleite ich Kinder, Jugendliche und Familien dabei, einen bewussten, modernen und verantwortungsvollen Umgang mit Geld, Konsum und Zukunftsthemen zu entwickeln.

Angebote:

- Einzelberatung
- Familiengespräche
- Workshops & Vorträge
- Online & Offline Formate

Tel.: 0676/88 400 4140



Personzentrierte Psychotherapie Murau

Stefan Schritteser

Psychotherapie hat für mich etwas mit den Beziehungen zu uns selbst und zu anderen zu tun. Da wirken manchmal Dinge, die es uns vielleicht etwas schwer machen. Da steht uns etwas im Weg. Da ist ein Bedürfnis etwas in sich zu entwickeln oder ein Wunsch nach Veränderung. Da ist etwas in der Vergangenheit das klarer gesehen werden mag. Da ist die Zukunft voll Träumen oder Ängsten oder beidem. Da sind Sie als Mensch, der all das und noch viel mehr in sich tragen kann und vermutlich auch in sich trägt ...



Tel.: 0676/335 78 99

Email: psychotherapie@schritteser.at

Web: www.schritteser.at

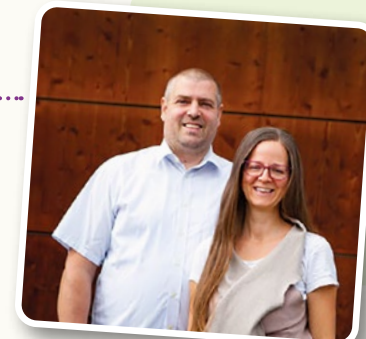
Geistige Wirbelsäulen- aufrichtung & Erlöser im Seelengefüge Scheifling

Mag. Alexandra Sperl & Paul Resch

Die Aufrichtung ist eine einmalige, nachhaltige und effektive Methode, welche Entlastung und Erleichterung auf physischer, psychischer und emotionaler Ebene bietet. Schulterschiefstände, skoliotische Fehlhaltungen sowie Beinlängenunterschied werden dabei ausgeglichen.

Woher kommt's? Vertiefend gehen wir auf Ursachenforschung von Themen und Symptomen aller Art. Schwangerschaftliche Vorprägungen, Ahnenthemen, Stress- und Konfliktsituationen sind oft Auslöser körperlicher und emotionaler Anzeichen.

Tel.: 0680/140 37 98 **Email:** office@grad-wohl.at **Web:** www.grad-wohl.at



*Hast auch du ein Angebot für Familien und mehr in der Region Murau?
Dann melde dich gerne bei uns und sei in der nächsten Broschüre dabei!*

Infos rund ums MiO

Mitglied und Unterstützer werden

Als Unterstützer:in des MiteinanderOrts in Murau stärkst du nicht nur die regionale Infrastruktur, sondern hilfst auch dabei, neue Angebote zu schaffen, von denen wir alle profitieren. Mit deinem Mitgliedsbeitrag und/oder deiner Spende unterstützt du die zum Teil ehrenamtliche Arbeit des Miteinander-Teams und trägst damit zum Erhalt einer Einrichtung bei, die Anlaufstelle für viele Eltern und Kinder des Bezirkes und darüber hinaus ist.



Ordentliche Mitgliedschaft Einzelperson

(Jahresbeitrag EUR 18,-)

Für Personen, die den Gedanken des MiteinanderOrtes schätzen und unterstützen wollen und gerne einen Vortrag, Workshop oder Kurs für Erwachsene zu einem vergünstigten Preis besuchen möchten. Mitglieder werden bei Kursen mit begrenzter Teilnehmerzahl bevorzugt behandelt. Mit dieser Mitgliedschaft bekommst du automatisch unseren Programmfolder zugesandt.

Ordentliche Mitgliedschaft Familie

(Jahresbeitrag EUR 28,-)

Diese Mitgliedschaft ist perfekt für Familien (Kind + Eltern + Geschwister), die gemeinsam und einzeln Kurse zu einem vergünstigten Preis besuchen möchten. Mitglieder werden bei Kursen mit begrenzter Teilnehmerzahl bevorzugt behandelt. Mit dieser Mitgliedschaft bekommst du automatisch unseren Programmfolder zugesandt.

Unterstützende Mitgliedschaft

(Jahresbeitrag ab EUR 55,-)

Für Personen, die den Gedanken des MiteinanderOrtes schätzen und unterstützen wollen. Durch deine Unterstützung kann der MiteinanderOrt noch vielfältiger und bunter werden und vielen Familien im Bezirk Murau zugutekommen.

Mit dem ZWEI & MEHR -Steirischen Familienpass bekommst du -10% auf deine Familien-Mitgliedschaft!



Ansuchen auf Vereinsmitgliedschaft über die Homepage oder bei uns im MiO möglich. Wir freuen uns auf dich!

Die Mitgliedschaft gilt für ein Jahr ab Einzahldatum. Danach erlischt die Mitgliedschaft automatisch. Mitglieder werden zuvor benachrichtigt.

Gutscheine

Sinnvolles Geschenk für Familien,
zur Geburt oder einfach so



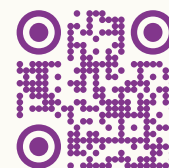
Unterstützung für Familien

Wir möchten, dass alle Familien dabei sein können.

Dank der Unterstützung großzügiger Spender:innen können wir Familien in manchen Fällen finanziell entgegenkommen. Wenn die Kosten für ein Angebot im MiO gerade eine Hürde darstellen, melde dich gerne unverbindlich bei uns im Büro. Dein Anliegen behandeln wir selbstverständlich vertraulich.

Hilfreiche Links

Weitere hilfreiche Angebote wie Beratungsstellen, Ärzt:innen, Therapeut:innen und mehr findest du auf unserer Website auf der Seite „Hilfreiche Links“.



Weitere Kontakte und Anlaufstellen für Familien

- **BH Murau** | bh-murau.steiermark.at
- **Gewaltinfo Österreich** | gewaltinfo.at
- **GO-ON Suizidprävention**
suizidpraevention-stmk.at
- **kiJa Steiermark** (Kinder- & Jugendanwaltschaft) | kija.at

Notrufnummern (24/7)

- **Rat auf Draht** (für Kinder & Jugendliche)
Tel: 147 | rataufdraht.at
- **Frauenhelpline gegen Gewalt**
Tel: 0800 222 555
- **Telefonseelsorge** | Tel: 142
- **Euro-Notruf** | Tel: 112
- **Rettung** | Tel: 144
- **Vergiftungszentrale** | Tel: +43 1 406 43 43

Psychotherapie, Psychologie & Lebensberatung

- **PSN Murau** (incl. Homepage Jugendberatung, Familienberatung) | psn.or.at
- **TiPi Neumarkt** (Psychologie & Praxis)
tipi-neumarkt.at | Tel: +43 664 2148390
- **RAINBOWS Steiermark** (Kinder bei Trennung & Verlust) | rainbows.at
- **Männerberatung VMG** | vmg-steiermark.at
Tel: +43 316 831414
- **ÖGK Ernährungsworkshops**
gesundheitskasse.at

Lernen, Schule & Entwicklungsförderung

- **Schulpsychologie Murau** | Tel: +43 5 0248 345
- **Schulsozialarbeit ISOP** | isop.at
- **Logopädische Beratungsstelle (BH)**
Tel: +43 3532 2101-203

Wichtiger Hinweis: Die auf dieser Seite angeführten Kontakte und Links wurden mit größter Sorgfalt recherchiert. Dennoch übernimmt das Eltern-Kind-Zentrum MiO keine Gewähr für die Richtigkeit, Vollständigkeit oder Aktualität der Angaben.

Inklusion & Besondere Bedürfnisse

- **Heilpädagogischer Kindergarten Scheifling**
Tel: +43 3582 2217-15
- **Mosaik GmbH (Frühförderung)**
mosaik-gmbh.at
- **Autismuszentrum Libelle** | autismus-libelle.at
- **Verein EIS (Epilepsie-Initiative)** | vereineis.at
- **Chance B (Inklusion & Begleitung)** | chanceb.at
- **Lebenshilfe Murau** | lebenshilfe-murau.at

Soziales, Integration, Behörden & Finanzen

- **Caritas Familienhilfe** | caritas-steiermark.at
- **Flexible Hilfen** | flexiblehilfen-mu.at
- **Hilfswerk Mobile Dienste** | hilfswerk.at
- **Kinderdrehscheibe Stmk. (Betreuungssuche)**
kinderdrehscheibe.net
- **Tagesmütter Murau** | tagesmuetter.co.at
- **Kinder- & Jugendhilfe (BH)**
Tel: +43 3532 2101-0
- **Caritas Mobile Integration**
Tel: +43 676 88015341
- **NOVUM Frauen- & Mädchenberatung**
Tel: +43 3532 44833
- **ZAM (Frauen-Wiedereinstieg)** | zam-steiermark.at
- **ZWEI & MEHR Familienpass**
zweiundmehr.steiermark.at
- **Familienberatung.gv.at (Suchportal)**
familienberatung.gv.at
- **Infoplattform Trennung/Scheidung**
trennungundscheidung.at
- **Kiwanis Club Murau** | murau.kiwanis.at
- **Lions Club Murau** | murau.lions.at
- **Soroptimist Club Murau** | murau.soroptimist.at
- **Team Nächstenliebe (Pfarre Murau)**
via Pfarre Murau

Wir möchten uns ganz herzlich bei den Unterstützer:innen
und Gönner:innen des MiO-Murau bedanken!

Sie sind ein wichtiger Baustein und tragen zum gesamtheitlichen
Gelingen und zur positiven Entwicklung des MiteinanderOrtes bei.
Vielen herzlichen DANK!

Raiffeisenbank Murau



Nah&Frisch

FEUCHTER

8862 Stadl-Predlitz

Autohaus Schuhberger – Murau

Ihr Familienbetrieb seit 1945

Wer Kinder hat, weiß: Das Auto ist mehr als nur ein Fortbewegungsmittel –es ist ein Stück Zuhause auf vier Rädern. Ob der Großeinkauf, der sperrige Kinderwagen, das geliebte Haustier, der Wochenendausflug oder die tägliche Fahrt zum Kindergarten, zur Schule oder zu den Freizeitaktivitäten:

Wir verstehen, was Familien wirklich brauchen.

Deshalb bieten wir Ihnen nicht nur eine große Auswahl an sicheren, alltagstauglichen, zuverlässigen und geräumigen Fahrzeugen der Marken, VW, Audi, Seat, Cupra und Skoda zum Kauf an, sondern bieten Ihnen ein Rundum Service.

Lehnen Sie sich zurück in unserem Wartebereich mit passender Spielecke für Kinder, während wir uns um Reifenwechsel, Ölwechsel, § 57a-Begutachtung, Inspektion oder den Urlaubs-Check kümmern. Sollte die Reparatur Ihres Autos durch Karosserie- und Lackarbeiten oder sonstiger technischer Arbeiten einmal länger dauern, bieten wir Ihnen einen Hol- und Bringdienst und wenn möglich ein Ersatzfahrzeug an.



Schuhberger
Seit 1945 Murau

📍 Bundesstr. 1, 8850 Murau
☎ +43 3532 2172

✉ info@schuhberger.at
🌐 www.schuhberger.at

TRACHTENMODEN

Rottensteiner

TELEFON: 03532/4065
MOBIL: 0664/1827465

8850 MURAU / BAHNHOFSTR. 3
tracht.rottensteiner@aon.at

PRAXIS
KIENERSBERGER

Heilmasseurin
www.praxis-kienersberger.at

murtax
STEUERBERATUNG

STLZ
BEWUSST
WOHNEN

andreassiebenhofer.com

Fotografie mit Herz für eure schönsten Momente

- 📷 Babybauch - Shootings
- 📷 Newborn - Shootings
- 📷 Familien - Shootings
- 📷 Paar - Shootings
- 📷 Hochzeitsfotografie

ZUM
TERMIN
VEREINBAREN
SCANNEN!

Gutscheine online erhältlich!

☎ +43 676 46 76 220

andreassiebenhofer.com

D H A A R K U N S T

HAARE & SCHÖNHEIT

Schwarzenbergstraße 2a • 8850 Murau
Telefon: 03532 2007 • www.stadtfriseur.at LA BIOTHETIQUE®
PARIS



**AUTOHAUS
PRODINGER**



KREISCHBERG
MURAU



LACHTAL

www.lieblingssteirer.at



ZANGRANDO-JAKLITSCH
STEUERBERATUNGS GMBH & CO KG

Höfl

Malerei

Meisterbetrieb

Christian Höfl

Ihr Spezialist für moderne Raum- und Fassadengestaltung

Schlossberg 4
8850 Murau
Mobil 0664 183 69 32

Tel. 03535/ 20 010
info@hoeflmalerei.at

www.hoeflmalerei.at



natürlich schön
**kosmetik
mura**

Hildegard und Saskia Kocher
Schwarzenbergstraße 6, 8850 Murau
0664 / 88416410

R7H BAU:KULTUR:GMBH
Grazer Straße 3
8850 Murau

Geschäftsführer:
BM DI Robert Siebenhofer

TEL.: 03532 / 2990
E MAIL: office@r7h-baukultur.at

www.r7h-baukultur.at



INTERSPORT®
PINTAR

flurelli
L I M O N A D E

Bankverbindung des Vereins zur Förderung des Eltern Kind Zentrums in Murau: AT03 3840 2000 0600 4717



Der MiO Second Hand-Laden

Miteinander nachhaltig

„Gib gebrauchten Sachen eine zweite Chance.“

Nachhaltigkeit und Ressourcenschonung liegen uns sehr am Herzen. Darum möchten wir nicht mehr gebrauchten Baby-, Kinder- und Schwangerschaftssachen eine zweite Chance geben und sie auf die Reise zur nächsten Familie schicken. Jeder Artikel, der nicht in der Mülltonne landet, trägt zur Schonung von Ressourcen und Reduzierung von Abfall bei. Mit dem Kauf von Second-Hand-Produkten leistest du einen wertvollen Beitrag zur Nachhaltigkeit und schonst dabei auch noch dein Geldbörse.

Komm in unserem MiO Laden vorbei!

Öffnungszeiten: Zu Bürozeiten und immer wenn im MiO etwas los ist!

Spenden willkommen!

Annahme: Gerne kannst du saubere und gut erhaltene Baby- und Kinderkleidung (bis Größe 164) sowie Bücher und Spielsachen während unserer Büroöffnungszeiten abgeben. Sperrige Artikel wie Gitterbetten und Ähnliches bitte nur nach vorheriger Absprache.