

Geburt – Rund ums Baby - Junge Familie

Geburt und junge Familie

Die Evang. Familienbildungsstätte bietet werdenden Müttern und Vätern verschiedene Kurse „Rund um die Geburt“ an.

- Geburtsvorbereitung
- Rückbildungsgymnastik
- Säuglingspflegekurse
- Beckenbodengymnastik für junge Frauen mit Kinderbetreuung
- Babymassage
- PEKiP / Prager-Eltern-Kind-Programm
- Ernährung z.B. 1x1 der Beikost
- Themenabende



VIELE FRAGEN beschäftigen Frauen und Männer, wenn sie ein Kind erwarten und auch noch, wenn es geboren ist. Schwangerschaft, Geburt und die ersten Monate mit dem Kind bringen grundlegende Veränderungen mit sich.

ANTWORTEN versuchen wir, die Fachfrauen der Evang. Familienbildungsstätte, mit Ihnen und anderen werdenden Eltern zusammen in den verschiedenen Kursen zu finden und Ihnen zu helfen, sich körperlich und emotional auf die Geburt und das Leben mit Ihrem Kind einzustellen und in die neue Rolle als Eltern hineinzuwachsen. Wir möchten Ihnen in der Zeit „Rund um die Geburt“ mit Rat und Tat zur Seite stehen und freuen uns darauf, Sie kennen zu lernen.

Die Lehrkräfte sind fachlich und pädagogisch ausgebildet.

Programm STÄRKE - zur Stärkung von Elternkompetenz



Liebe Eltern,

wir möchten Ihnen ganz herzlich zur Geburt Ihres Kindes gratulieren und wünschen Ihnen viel Erfolg in Ihrer neuen Rolle als Mama oder Papa. Mit diesem Ereignis verbinden sich für Sie bestimmt viele Fragen, Wünsche und Hoffnungen.

Entscheidende Grundlagen für die Entwicklung Ihres Babys werden im ersten Lebensjahr gelegt.

Die Evang. Familienbildungsstätte Crailsheim ist ein anerkannter Partner des Programms STÄRKE.

Dieses Programm STÄRKE gibt es seit fünf Jahren.

Ab dem 01.07.2014 gelten neue Richtlinien:

- Sie haben ein Kind, das nach dem 01.07.2014 geboren wurde bzw. wird?
Dann haben Sie die Möglichkeit, einen Gutschein über maximal 100 Euro zu erhalten, wenn Sie sich in einem finanziellen Engpass befinden:

- **Bezug von ALGII**
- **BaFöG**
- **Sozialhilfe**
- **Ausbildungsgeld**
- **Wohngeld**
- **Kinderzuschlag**
- **Gründungszuschuss**



Bitte wenden Sie sich in diesem Fall einfach an uns, wir erledigen die Formalitäten. Diesen Gutschein können Sie in Kursen, die mit dem STÄRKE – Logo gekennzeichnet sind, einlösen.

Tagesmütterverein e.V.

Ansprechpartner: Christof Haug, Tel. 07951/25439

Fachdienst Kindertagesbetreuung

Münzstraße 1

74523 Schwäbisch Hall

Fon: 0791 755-7976

Mail: kindertagespflege@LRASHA.de

In den Kistenwiesen 2/1

74564 Crailsheim

Fon: 07951 492-5167

Mail: kindertagespflege@LRASHA.de

**Für werdende Eltern - Leben mit dem Neugeborenen – Die erste Zeit zu dritt
Säuglingspflegekurs für werdende Eltern**

Wie Sie die ersten Hürden im Umgang und in der Pflege Ihres Kindes stressfrei meistern, erfahren Sie in unserem Säuglingspflegekurs.

Alltägliche Themen:

Grundbedürfnisse eines Neugeborenen
Erstausrüstung, was brauchen wir wirklich – Kriterien zum Einkauf
Tägliche Pflege – sinnvolle Produkte
Wickeln – welches System passt zu uns
Ernährung – Stillen - Flaschenernährung –
Halten und Tragen – wie trage ich mein Kind am besten
Einfache Hilfe bei Blähungen
Vorsorgeuntersuchungen – Impfungen



Praktische Übungen im Kurs:

An- und Ausziehen
Handling am Wickeltisch
Pflege und Baden

Kurs 300 Samstag, 26.01.2019, 9:00 bis 15:00 Uhr
Entbindungstermin Ende Februar/März/April 2019

Kurs 301 Samstag, 06.04.2019, 9:00 bis 15:00 Uhr
Entbindungstermin Mai/Juni/Juli 2019

Kurs 302 Samstag, 06.07.2019, 9:00 bis 15:00 Uhr
Entbindungstermin Ende Juli/August/September 2019

Voranzeige: Samstag, 26.10.2019, 9:00 bis 15:00 Uhr

Entbindungstermin Oktober/November/Dezember 2019

Ort: jeweils Johannesgemeindehaus
Leitung: Isolde Kettemann
Gebühr: € 40,-- (Paare € 60,--)

„Wenn ein Kind kommt...“

Wissenswertes rund um gesetzliche Leistungen und Regelungen –
Informationsabend für werdende Eltern.

Mutterschutz, Elterngeld, Landeserziehungsgeld, Elternzeit, Kindergeld,
Kinderzuschlag, Unterhaltsvorschuss, Landesstiftung „Hilfe für Mutter und Kind“

Kurs 303 Dienstag, 02.04.2019, 19:00 Uhr

Ort: Ev. Bildungshaus, Lange Str. 48
Leitung: Michaela Greiner, Sozialpädagogin
Gebühr: € 5,--

Geburtsvorbereitungskurs für Frauen

In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit allen Fragen rund um Schwangerschaft und Geburt. Wir erlernen verschiedene Techniken und Übungen im Bereich der Atmung, Entspannung und Bewegung.

Kurs 304 Montag, 14.01.2019, 19:00 bis 21:00 Uhr, 7 Abende

(Intensivkurs, 2x wöchentlich, Montag und Donnerstag)

Entbindungstermin Ende Februar/März 2019

Ort: Hebammenpraxis, Gartenstr. 25 (ehem. Telekomhaus)
Leitung: Karin Köhler, Hebamme

Die Kosten für die Stunden übernimmt die Krankenkasse. Nicht besuchte Stunden müssen selbst bezahlt werden.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, Getränk

Nachfrage nach Geburtsvorbereitungskurse

www.hebammenpraxis-crailsheim.de

Babymassage

Für Kinder zwischen 2,5 bis 5 Monate

Durch die Babymassage erfahren die Babys Geborgenheit und Sicherheit. Studien ergaben, dass die Bindung zum Kind gestärkt werden kann, die Kinder schlafen besser, weinen weniger und erfahren Erleichterung bei Blähungen. Außerdem wird die Gesundheit gefördert, Babys werden weniger krank.

Kurs 305 Montag, 11.02.2019, 10:00 bis 11:00 Uhr, 4x

Ort: Ev. Bildungshaus, Lange Str. 48
Bitte parken Sie im Parkhaus Grabenstraße

Leitung: Karin Köhler, Hebamme

Gebühr: € 40,-- für 4x

Bitte mitbringen: Decke, Handtuch, Massageöl

Das etwas andere Geschenk...

Machen Sie einem lieben Menschen eine besondere Freude:

Zum Geburtstag, zur Geburt, zum Jubiläum, für Weihnachten und bei besonderen Anlässen bieten wir Ihnen **Gutscheine** für einen konkreten Kursbesuch oder auch über einen von Ihnen bestimmten Betrag zur freien Kurs- und Terminwahl.

Bitte fragen Sie im Büro nach (Tel.: 07951/42922)

Rückbildungskurs / Bebo ® für junge Mütter

Während der Schwangerschaft und Geburt verändert sich der ganze Körper. In diesem Kurs wollen wir durch gezielte Übungen den Körper bei der Rückbildung unterstützen und die verschiedenen Muskelpartien, besonders Beckenboden und Bauchmuskeln, wieder kräftigen und stärken.

Termine lagen bei Drucklegung noch nicht vor!

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung
Kinderbetreuung: € 3,-- pro Vormittage

Wir sind Mehrlingseltern Doppelte Arbeit – doppeltes Glück?



Dieser Kurs begleitet Eltern von Zwillingen, Drillingen ... durch die ersten drei Lebensjahre. An vier Treffen sollen folgende Themen und Fragen angesprochen werden:

- **Organisation des Alltags**
- **Erste Hilfe und Unfallverhütung**
- **Trotzphase, „Wutbär“, Loslassen, Schlaf und Schreien**
- **Entwicklungsförderung durch geeignete Angebote**
- **Ernährung**
- **gegenseitiger Austausch**

Kurs 306 Termine werden in der Presse bekannt gegeben!

Ort: Evang. Bildungshaus, Lange Straße 48

Leitung: Miriam Hammer, Erzieherin und Mutter von Zwillingen

Kinderbetreuung wird angeboten!

Zur Stärkung gibt es ein kleines Frühstück mit Kaffee / Tee und Brezeln!

**„Trotz, Zorn, Wut – ist das gut?!“ - Wenn mein Kind zum Rumpelstilzchen wird
Vom Umgang mit Zornigeln und Wutzwergen**

Wut und Zorn sind die Emotionen, die für uns und unsere Kinder am schwersten zu kontrollieren sind und das Familienleben nachhaltig stören können. Wie wir Kindern helfen, einen guten Umgang mit den Gefühlen zu erlernen und dabei selber gute Vorbilder sein können, wird an diesem Abend Thema sein.

Kurs 307 Montag, 25.02.2019, 20:00 Uhr

Ort: Ev. Bildungshaus, Lange Straße 48

Leitung: Tanja Alt, Erzieherin, SAFE-Mentorin

Gebühr: € 10,-- **Hier können Sie Ihren STÄRKE-Gutschein einlösen!**

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 begrenzt!

Für werdende Eltern und Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr

„Wenn ein Kind kommt...“

Wissenswertes rund um gesetzliche Leistungen und Regelungen –
Informationsabend für werdende Eltern.

Mutterschutz, Elterngeld, Landeserziehungsgeld, Elternzeit, Kindergeld,
Kinderzuschlag, Unterhaltsvorschuss, Landesstiftung „Hilfe für Mutter und Kind“

Kurs 303 Dienstag, 02.04.2019, 19:00 Uhr

Ort: Ev. Bildungshaus, Lange Str. 48

Leitung: Michaela Greiner, Sozialpädagogin

Gebühr: € 5,--

Erste Hilfe bei Säuglingen im Notfall

- Herz-Lungen-Wiederbelebung mit praktischen Übungen
- Fremdkörperverletzung
- Beinahe-Ertrinkungsunfälle
- Verbrühung / Verbrennung
- Unfallprävention / Vergiftung

Kurs 308 Samstag, 9:30 bis ca. 12:30 Uhr

Termin bitte im Büro erfragen!!!

Ort: Ev. Bildungshaus, Lange Straße 48

Leitung: Tanja Fuchs

Gebühr: € 12,--

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 begrenzt!

Elterncafé am Mittwoch / Offener Treff

Für Eltern mit Babys und Kleinkindern

Gemütlich Kaffee oder Tee trinken, Zeit zum gemeinsamen Austausch, sowie Infos
rund um Babys und Kleinkinder.

Kurs 309 Mittwoch, 09.01.2019, 14:30 bis 16:30 Uhr, wöchentlich,
außer in den Schulferien!

Ort: Ev. Bildungshaus, Lange Str. 48

Gebühr: € 2,00 / pro Nachmittag

Internationaler Mutter-Kind-Treff

Für Mütter mit Babys und Kleinkindern.

Frauen aller Nationen und Kulturen sind eingeladen sich mit ihren Kindern im Evang.
Bildungshaus, Lange Str. 48 zu treffen. Austausch und Infos rund ums Baby und

Kleinkinder, kleine Spiele und Lieder stehen im Mittelpunkt des Nachmittags. Außerdem gibt es Zeit gemütlich Kaffee/Tee zu trinken und dabei ins Gespräch zu kommen und dabei die Deutschkenntnisse zu verbessern.

Kurs 310 Dienstag, 08.01.2019, 15:00 bis 16:30 Uhr, wöchentlich, außer in den Schulferien!

Ort: Ev. Bildungshaus, Lange Str. 48

Leitung: Gerlinde Mack und Team

Gebühr: kostenfrei

Teilnehmer: max. 8-10 Mütter

Um Anmeldung wird gebeten!

Von unruhigen Babys und Kindern, die nicht schlafen

Wenn nachts der Schlaf fehlt und die Kinder auch tagsüber eher unruhig sind, kommen viele Eltern an ihre Grenzen. Die Antwort „da müssen Sie durch! Das geht schon vorbei!“ haben viele Eltern schon gehört. Häufig bleibt die Problematik aber bestehen – sie verändert nur die Formen des Ausdrucks. Programme wie „Jedes Kind kann schlafen lernen“ sind nicht für jedes Kind und auch nicht für alle Eltern hilfreich.

Mögliche Hilfen aus homöopathischer und körpertherapeutischer Sicht werden aufgezeigt und zur Diskussion gestellt.

Bei Bedarf bieten wir gerne einen Kurstermin an!

Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen

Ort: Johannesgemeindehaus

Referentin: Christiane Mehlis, Schrei-Baby-Ambulanz,
Körpertherapeutin

Gebühr: € 10,--

Hilfen für Eltern von Schrei-Babys und unruhigen Kleinkindern, die nicht schlafen wollen

Wenn Säuglinge in den ersten Monaten nach der Geburt stundenlang schreien und sich nicht beruhigen lassen, fühlen sich Eltern oft hilflos, verzweifelt und körperlich und emotional erschöpft. Oft erhalten Eltern den gut gemeinten Rat: „Da musst du durch, das hört von alleine wieder auf“. Häufig ändert sich die Symptomatik jedoch nur und aus unruhigen Babys werden unruhige Kleinkinder, die z.B. Schlafstörungen haben.

In der Schrei-Baby-Ambulanz werden Eltern und Kinder von 0 bis 3 Jahren mit körpertherapeutischen Methoden darin unterstützt, Spannungszustände loszulassen und wieder Wege in die Entspannung zu finden.

Ansprechpartnerin:

Christiane Mehlis,

Heilpraktikerin, Körpertherapeutin

Schrei-Baby-Ambulanz,

Telefon: 0791/49 29 99

Mit dem Baby durchs erste Lebensjahr

Babys sind wunderbar, aber auch anstrengend!

Deshalb stehen Eltern im Familienalltag immer wieder vor Herausforderungen im Hinblick auf Entwicklung, Ernährung, Erziehung und Förderung.

Qualifizierte Kursleiterinnen geben Anregungen, Unterstützungen und Informationen.

In diesem Kurs können Babys ihre Umgebung begreifen und erforschen durch Sinnes- u. Spielangebote.

1. Wie sich unser Baby gut entwickelt:

Was kommt wann?

2. Erste Hilfe, Gefahrenprävention, Was tun im Notfall?

3. Ernährung, Kindgerechte Kost –

Von der Milch über den Brei zum Familientisch

4. Kinderkrankheiten: Fieber, Durchfall, Ausschlag, Schnupfen,

Husten, Hygiene

Die Kurse werden bei einer Teilnehmerzahl von 6 bis 8 Personen durchgeführt.

Die Treffen sind für Mittwochvormittag geplant.

Ort: Johannesgemeindehaus Crailsheim

Gebühr: € 40,--

Beratungsstellen im Haus der Diakonie DIAKONIEVERBAND SCHWÄBISCH HALL

Diakonische Bezirksstelle

Frau Hopfinger

Telefon: 07951/96199-12

Ehe- Familien- Schwangeren und Konfliktberatung

Anmeldung über Sekretariat

Frau Kersten

Telefon: 07951/96199-10

Psychologische Beratungsstelle

Anmeldung über Sekretariat

Frau Orth-Krause

Telefon: 07951/96199-20

Pilates mit Baby

Pilates – Workout mit Baby besteht aus Dehnungs- und Kräftigungs-übungen. Dadurch werden die Bauchmuskeln, der Beckenboden und der Rücken trainiert. Das Baby ist in die Übungen integriert.

Kurs 311 Mittwoch, 09.01.2019, 9:00 bis 10:00 Uhr

Kurs 312 Mittwoch, 09.01.2019, 10:10 bis 11:10 Uhr

Kurs 313 Mittwoch, 20.02.2019, 9:00 bis 10:00 Uhr

Kurs 314 Mittwoch, 20.02.2019, 10:10 bis 11:10 Uhr

Kurs 315 Mittwoch, 03.04.2019, 9:00 bis 10:00 Uhr

Ort: Johannesgemeindehaus

Leitung: Monika Pfanz

Gebühr: € 30,-- pro Kurs (je 5x)

Fit und aktiv mit Baby und Kinderwagen

An der frischen Luft den Körper trainieren, mit Ausdauer- und Krafttraining.

Die Natur, Parkbänke und Treppen werden als „Trainingsgeräte“ integriert.

Ihr Baby oder Kleinkind ist im Kinderwagen dabei:

Kurs 316 Mittwoch, 03.04.2019, 10:10 bis 11:10 Uhr, 5 x

Treffpunkt: Johannesgemeindehaus, bei Regen findet das Training im
Raum/Johannesgemeindehaus statt

Leitung: Monika Pfanz

Gebühr: € 30,-- pro Kurs

Bitte mitbringen: Handtuch oder dünne Matte

Alleinerziehend – Was nun?

Alleinerziehende Mütter / Väter müssen sich im Alltag besonderen Herausforderungen stellen und den Alltag mit den Kindern meistern. Wir möchten Sie dabei unterstützen und stärken durch Themen wie

- **Kennenlernen von Menschen in ähnlichen Lebenssituationen**
- **Grundsätzliches zu Erziehung und Beziehung**
- **Konflikte**
- **Rechtliche Fragen**
- **Finanzen**
- **Unterstützungnetzwerke**
- **Neue Beziehung / Partnerschaft**



Treffen einmal im Monat.

Ort: Johannesgemeindehaus Crailsheim

Leitung: Christiane Ehrmann und Referentinnen

Für Kinderbetreuung durch eine Erzieherin ist gesorgt!

Teilnahme ist kostenlos und für die sechs Nachmittage verpflichtend!



Eins, zwei Brei – 1x1 der Beikost

In den ersten Monaten nach der Geburt werden Babys durch Milchmahlzeiten bestens versorgt. Doch nach einigen Monaten möchten sie mehr und brauchen für ihre gesunde Entwicklung zusätzliche Energie und Nährstoffe – Es ist Zeit für Beikost!

In diesem Kurs erhalten Mütter und Väter eine Orientierungshilfe für die schrittweise Umstellung von den Milchmahlzeiten auf feste Nahrung. Im praktischen Teil (2. Termin) werden die Beikost-Breie selbst zubereitet, verkostet und im Vergleich zu Fertigprodukten beurteilt.

Im Kurs erhalten Sie die Broschüre „Von Anfang an mit Spaß dabei - Essen und Trinken für kleine Kinder“ als wertvolle Unterstützung für die praktische Umsetzung zuhause.

Mindestteilnehmerzahl 8 Personen

Kurs 317 Mittwoch, 03.04. u. 10.04.2019, 9:30 bis 11:00 Uhr, 2 Vormittage

Ort: Johannesgemeindehaus

Leitung: Kerstin Seibold-Reu Dipl.oec.troph. (FH),
Beki Referentin für Kinderernährung und vierfache Mutter

Gebühr: € 5,- (+ Euro 2,- pro Teilnehmer für Lebensmittel)

Bitte mitbringen: Schürze und Behälter für Reste.

Essen wie die Großen - Kindgerechte Kost nach dem 1. Geburtstag

Wenn aus Ihrem Baby ein Kleinkind geworden ist, interessiert es sich zunehmend für das Familienessen. Die ersten Zähne sind schon da, und Ihr Kind körperlich so weit entwickelt, dass es immer mehr festere und gröbere Lebensmittel mitessen kann. In diesem Kurs erfahren Sie alles Wissenswerte zum Thema Kleinkindernahrung und erhalten die praxisnahe Broschüre „Das beste Essen für Kleinkinder – Empfehlungen für die Ernährung von 1- bis 3-Jährigen“.

Mindestteilnehmerzahl 8 Personen

Kurs 318 Mittwoch, 08.05.2019, 9:30 bis 11:00 Uhr, 1 Vormittag

Ort: Johannesgemeindehaus
Leitung: Kerstin Seibold-Reu, Dipl.oec.troph. (FH), Reki Referentin
für Kinderernährung und vierfache Mutter
Gebühr: € 5,--



Diese Kurse werden gefördert von der Landesinitiative Bewusste Kinderernährung (BeKi) des Ministeriums für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg. Ernährungserziehung leicht gemacht – nutzen Sie diese Chance!

PEKiP® - Prager-Eltern-Kind-Programm für Mütter / Väter mit Babys ab der 6. Lebenswoche - Begleitung durch das 1. Lebensjahr
Im Mittelpunkt stehen Spiel, Bewegungs- u. Sinnesanregungen.
Informationen rund um die Entwicklung das Leben mit Baby sind fester Bestandteil des Kurses.



Ziele des Kurses sind:

- Das Baby in seiner momentanen Situation und Entwicklung wahrnehmen, begleiten und unterstützen
- die Beziehung zwischen dem Baby und Mutter oder dem Baby und Vater zu stärken
- Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern in ähnlicher Situation
- Fachkundige Begleitung durch PEKiP-Kursleitung/Erzieherin

Die Babys dürfen sich in einem wohl temperierten Kursraum ohne Bekleidung bewegen. Außerdem erleben die Babys in einer kleinen Gruppe (6-8 Erwachsene und Kinder) erste soziale Kontakte.

Zum PEKiP – Kurs bitte mitbringen: Unterlage / Molton, Krabbeldecke, Frotteetuch und Windeln zum wechseln. Für die Eltern bequeme Sommerkleidung und etwas zum Trinken.

Kurs 319 Neuer Kurs

Dienstag, 09.04.2019, 9:00 bis 10:30 Uhr, 12x
Für Babys, die im Nov. / Dez. 2018 geboren sind
Kursleitung: Tanja Alt



Kurs 320 Fortsetzungskurs

Dienstag, 05.02.2019, 10:45 bis 12:15 Uhr, 12x
Für Babys, die im April / Mai / Juni 2018 geboren sind
Kursleitung: Tanja Alt

Kurs 321 Neuer Kurs

Dienstag, 28.05.2019, 10:45 bis 12:15 Uhr, 15x
Für Babys, die im Febr. / März 2019 geboren sind.
Kursleitung: Tanja Alt

Kurs 322 Neuer Kurs

Dienstag, 05.02.2019, 12:30 bis 14:00 Uhr, 12x
Für Babys, die von Mitte Sept. bis Nov. 2018 geboren sind
Kursleitung: Tanja Alt

Kurs 323 Fortsetzungskurs

Dienstag, 28.05.2019, 12:30 bis 14:00 Uhr, 12x
Für Babys, die von Mitte Sept. bis Nov. 2018 geboren sind
Kursleitung: Tanja Alt

Kurs 324 Fortsetzungsgruppe

Donnerstag, 10.01.2019, 9:15 bis 10:45 Uhr, 12x
Für Babys, die im April / Mai 2018 geboren sind.

Kurs 325 Neuer Kurs

Donnerstag, 02.05.2019, 9:15 bis 10:45 Uhr, 13x
Für Babys, die im Jan. / Febr. 2019 geboren sind.

Kurs 326 Fortsetzungsgruppe

Donnerstag, 07.02.2019, 11:00 bis 12:30 Uhr, 16x
Für Babys, die im Mai / Juni / Juli 2018 geboren sind.

Kurs 327 Neuer Kurs

Freitag, 11.01.2019, 9:15 bis 10:45 Uhr, 12x
Für Babys, die im Juli / August 2018 geboren sind.

Kurs 328 Fortsetzungskurs

Freitag, 03.05.2019, 9:15 bis 10:45 Uhr, 8x
Für Babys, die im Juli / August 2018 geboren sind.

Kurs 329 Neuer Kurs

Freitag, 01.02.2019, 11:00 bis 12:30 Uhr, 10x
Für Babys, die im Juli / August 2018 geboren sind.

Kurs 330 Fortsetzungskurs

Freitag, 03.05.2019, 11:00 bis 12:30 Uhr, 8x
Für Babys, die im Juli / August 2018 geboren sind.

Kursleitung: Alexandra Münch

Ort: Evang. Bildungshaus, Lange Straße 48
(neben dem Biotop)

Bitte parken Sie im Parkhaus Grabenstraße!

Leitung: Tanja Alt, Alexandra Münch

Gebühr: € 64,-- (8x), € 80,-- (10x),
€ 96,-- (12x), € 104,-- (13x)
€ 120,-- (15x), € 128,-- (16x)

Änderungen vorbehalten!

Bitte beachten Sie: Termine, Tage und Zeiten können sich ändern, da wir die Gruppen im Voraus planen. Nach freien Plätzen erkundigen Sie sich bitte im Büro unter der Telefon-Nummer 07951/42922

Kurnachsorge

Auch wenn Ihre Kur (vermittelt über die Diakonie / Caritas) schon einige Zeit zurückliegt, haben Sie die Möglichkeit an der Kurnachsorge teilzunehmen. In vertraulicher Atmosphäre treffen sich Frauen, um unter Anleitung wohlthuend zu entspannen (Ruheraum) und sich anschließend über ein Impuls gebendes Thema auszutauschen.

Folgende Termine sind geplant: Freitag, 18.01.; 15.02.; 22.03.; 12.04.; 10.05.; 26.07.2019

16:00 bis 17:30 Uhr, Johannesgemeindehaus.

Eine Kinderbetreuung wird angeboten. Die Teilnahme ist kostenlos.

Verbindliche Anmeldung und Information unter

Telefon: 07951/96199-10 oder 07951/42922.

Leitung: Andrea Bonnländer-Ullherr.

Babymassage

Für Kinder zwischen 2,5 und 5 Monate

Durch die Babymassage erfahren die Babys Geborgenheit und Sicherheit. Studien ergaben, dass die Bindung zum Kind gestärkt werden kann, die Kinder schlafen besser, weinen weniger und erfahren Erleichterung bei Blähungen. Außerdem wird die Gesundheit gefördert, Babys werden weniger krank.

Kurs 305 Montag, 11.02.2019, 10.00 Uhr

Ort: Ev. Bildungshaus, Lange Str. 48
Bitte parken Sie im Parkhaus Grabenstraße
Leitung: Karin Köhler, Hebamme
Gebühr: € 40,-- für 4x
Bitte mitbringen: Decke, Handtuch, Massageöl

Elternfrühstück „Mein Kind ist krank – was tun?“

Kinderkrankheiten gehören zum Alltag junger Familien. Nicht jede kleine Erkrankung erfordert einen Besuch beim Kinderarzt. Wie kann ich Symptome erkennen und richtig einschätzen? Was kann ich selbst tun – und wann ist ein Arztbesuch unerlässlich? Das Elternfrühstück bietet die Möglichkeit mit Kind(ern) teilzunehmen, sich zu informieren, Fragen zu stellen und außerdem Gelegenheit zum gegenseitigen Austausch.

Kurs 331 Mittwoch, 03.04.2019, 9.30 – 11.30 Uhr

Ort: Matthäusgemeindehaus Ingersheim
Referentin: Dr. Sophia Rügner, Kinderärztin und Mutter
Dr. Eva Falk-Reich, HNO-Ärztin und Mutter
Gebühr: € 8,--

Trageberatung

Körperkontakt ist für die gesamte Entwicklung eines menschlichen Säuglings überlebenswichtig. Getragen werden ist somit ein Grundbedürfnis jedes kleinen Erdenbürgers. Ein getragenes Kind erlebt ein Höchstmaß an Sicherheit, Geborgenheit und Nähe. Vermehrtes Tragen beeinflusst das normale Schreiverhalten des Säuglings positiv! Tragen kann die psychische Entwicklung des Kindes in verschiedenen Phasen positiv beeinflussen. Nähe, Körperkontakt und Halt helfen in allen Phasen der Entwicklung, das Urvertrauen weiter zu bestärken und Selbstvertrauen und Sicherheit aufzubauen.

Tragen erleichtert den Alltag mit dem Baby.

Kursinhalte:

- **Grundbedürfnisse des Kindes kennenlernen**
- **Überblick über die körperliche Entwicklung der Wirbelsäule und der Hüfte im ersten Lebensjahr**
- **Für jedes Alter die richtige Trageweise – welche Möglichkeiten gibt es ein Baby zu tragen**
- **Zeit für Fragen und Gespräche rund um die Entwicklung des Kindes**

Tragetuch - Workshop -

Erlernen einer Bindevariante, die ab Geburt geeignet ist

(geeignet für Schwangere und Eltern mit Babys ab Geburt bis 6 Monate)

Kurs 332 Montag, 15.04.2019, 9:00 bis 11:30 Uhr

Ort: Johannesgemeindehaus

Leitung: Tanja Panzer, Krankenschwester, Trageberaterin

Gebühr € 20,--

Bitte mitbringen: wenn vorhanden Tragetuch

Tragehilfen – Workshop -

Gesundes Babytragen mit Komforttragehilfen

(geeignet für Schwangere und Eltern mit Babys ab Geburt bis 6 Monate)

Kurs 333 Montag, 24.06.2019, 9:00 bis 11:30 Uhr

Ort: Johannesgemeindehaus

Leitung: Tanja Panzer, Krankenschwester, Trageberaterin

Gebühr: € 20,--

Bitte mitbringen: wenn vorhanden Tragehilfe

**Ich entdecke die Welt
für Babys ab dem 8. Monat und Eltern**



Robben, krabbeln – die Kinder werden mobil und erkunden den Raum. Die Eltern erhalten Anregungen zur Förderung und Informationen zur allgemeinen Entwicklung des Kindes (z.B. altersgerechte Lieder, Spiele usw.).

Kurs 334 Freitag, 11.01.2019, 9:00 Uhr, 6 Vormittage

Kurs 335 Freitag, 11.01.2019, 10:10 Uhr, 6 Vormittage

Kurs 336 Freitag, 22.02.2019, 9:00 Uhr, 6 Vormittage

Kurs 337 Freitag, 22.02.2019, 10:10 Uhr, 6 Vormittage

Kurs 338 Freitag, 03.05.2019, 9:00 Uhr, 6 Vormittage

Kurs 339 Freitag, 03.05.2019, 10:00 Uhr, 6 Vormittage

Ort: Johannesgemeindehaus

Leitung: Monika Pfanz

Gebühr: € 50,-- pro Kurs

**Treffpunkt für Alleinerziehende –
ja und gemeinsam sind wir stark!**

Erfahrungsaustausch, Informationen und Geselligkeit

Alle Alleinerziehenden, egal ob geschieden, getrennt lebend oder unverheiratet, sind willkommen, ebenso wie werdende Mütter, die nach der Geburt mit ihrem Kind alleine sein werden.

Kurs 340 Samstag, 12.01.; 16.02.; 16.03.; 06.04., 18.05.;
29.06.; 20.07.2019

jeweils 10:00 bis 12:00 Uhr

Ort: Christusgemeindehaus,
gegenüber Eichendorffschule

Leitung: Christiane Ehrmann, Erzieherin

Gebühr: € 3,-- pro Treffen / Familie

