

Babykurse – ein bewegter Lebensstart



Was erwartet dich und dein Kind?

Das erste Lebensjahr deines Kindes ist geprägt von vielen bedeutenden Entwicklungsschritten, motorisch, sensorisch und geistig. Hier werden wichtige Verbindungen geknüpft und Grundsteine gelegt für das spätere Leben.

In meinem Babykurs erkläre ich dir diese Zusammenhänge in zwei Theorieabenden und in fünf Terminen zum Mitmachen mit deinem Baby.

Der Kurs richtet sich an Eltern mit Babys von 0 - 6 Monaten und von 7 - 12 Monaten.

Handling: Aufnehmen, Ablegen und Drehen des Babys, sodass es in seiner natürlichen Bewegungsentwicklung gefördert wird

- **die kindliche Entwicklung im ersten Lebensjahr:** Bauchlage, Drehen, Sitzen, Krabbeln, Stehen, Laufen. Besondere Zuwendung erhalten die Bauchlage und das Krabbeln, da sie aus kinderphysiotherapeutischer Sicht einen hohen Stellenwert einnehmen und für die Entwicklung der Sinne und Motorik von grosser Bedeutung sind.
- **Sinne:** hören, sehen, schmecken, riechen, tasten, das Gleichgewicht. Die Zusammenhänge mit der Motorik werden erläutert und wir finden Spiele sie zu erleben
- **Trink- und Saugprobleme:** Schnelle Abhilfe durch kleine Massagegriffe
- **Schreien** und Unruhe: individuelle Betrachtung und Beratung zur Situation
- **Babymassage** – geniesse eine wunderbare Stunde in Nähe und Sanftheit mit deinem Kind
- **Spielen** auf dem Schoss, auf dem Boden. Wir gehen der Frage nach, wieviel Spielsachen ein Baby tatsächlich braucht
- Vollwertige **Ernährung**, die Wichtigkeit des Stillens, selbständig Essen, der Übergang Stillen/Flaschenkost zur festen Nahrung
- Die **natürliche Gesundheit** von Kindern, Pflanzliche Hausmittel, einfache Hygiene

- Der **erste Kinderschuh** und Grundsätzliches zu Kinderschuhen
- **Tragen** in Tüchern und transportieren im Kinderwagen
- Inputs zum **Schlafen**
- **Links** zu Literatur, nützlichen Webseiten und Videos, die jeweils unsere Themen beinhalten und vertiefen. (Das Login dazu erhältst du bei Kursstart)

Am Schluss des Kurses hast du Kompetenzen erworben, die zur Gesundheit deines Kindes beitragen!

Kursdauer: 5 x 60 - 90 Minuten praktische Stunden mit deinem Kind,

2x 60 Minuten Theorie

Kursdaten: **Kurs A** **Kurs B**

Auf Anfrage

Kurskosten: 150 CHF

Twint: 076 324 41 18

Oder in Bar.

Kursort: auf Anfrage

Im Sommer findet der Kurs nach Absprache auch draussen statt.

Persönliche und individuelle Beratungen zur Entwicklung deines Kindes sind immer möglich. Gerne kannst du mich direkt kontaktieren.

Versicherung ist Sache der Teilnehmenden, für Unfälle jeglicher Art wird keine Haftung übernommen.

Ich freue mich auf deine Anmeldung für dich und dein Kind!