

Angebote 2022/2023

**Kinderleicht
Familie**



mit Juliane Abt

Elternberatung und Eltern-Kind-Kurse

Übersicht

1. Eltern-Kind-Angebote
2. Beratungsangebote
3. Vorträge und Workshops

1. Eltern-Kind-Angebote

Babymassage-Kurs (6 Wochen bis 6 Monate)

Der Babymassage-Kurs bietet Eltern und Baby die Möglichkeit einander bewusst wahrzunehmen und im intensiven Körperkontakt miteinander Ruhe und Entspannung zu finden. Eltern werden darüber hinaus während des Kurses im Umgang mit Signalen und Feinzeichen des Babys angeleitet, was nachhaltig die Eltern-Kind-Bindung stärkt. Im Babymassage-Kurs erlernen Eltern verschiedene aufeinander aufbauende Streichel- und Massagegriffe und werden nach und nach mit diversen Entspannungsmethoden vertraut gemacht, die sie für sich und ihr Baby auch im Alltag individuell ausprobieren und anwenden können.

Dauer: 1 Stunde pro Woche

Teilnehmerzahl: 4 bis 6 Babys

Laufzeit: 8 Wochen

Kosten: 12 Euro pro Kind und Kurseinheit (Komplettpreis für alle Einheiten: 90 Euro)



Farberlebniskurs (12 bis 24 Monate)

Babys und Kleinkinder lieben es, Dinge, die sie tun, mit allen Sinnen zu erleben. Der Farberlebniskurs macht Farbe im Zusammenspiel mit verschiedenen anderen Materialien für die Kleinsten hautnah erfahrbar. Mit Fingerfarben unterschiedlicher Konsistenzen wird hier im Kurs unter Begleitung der Eltern geknetet und gematscht. Das macht Spaß und fördert die Sinneswahrnehmung des Kindes ganzheitlich und nachhaltig.

Dauer: 1 Stunde pro Woche

Teilnehmerzahl: 4 bis 6 Kinder

Laufzeit: 6 Wochen

Kosten: 15 Euro pro Kind und Kurseinheit (Komplettpreis für alle Einheiten: 85 Euro)

Farb- und Malkurs (24 bis 36 Monate)

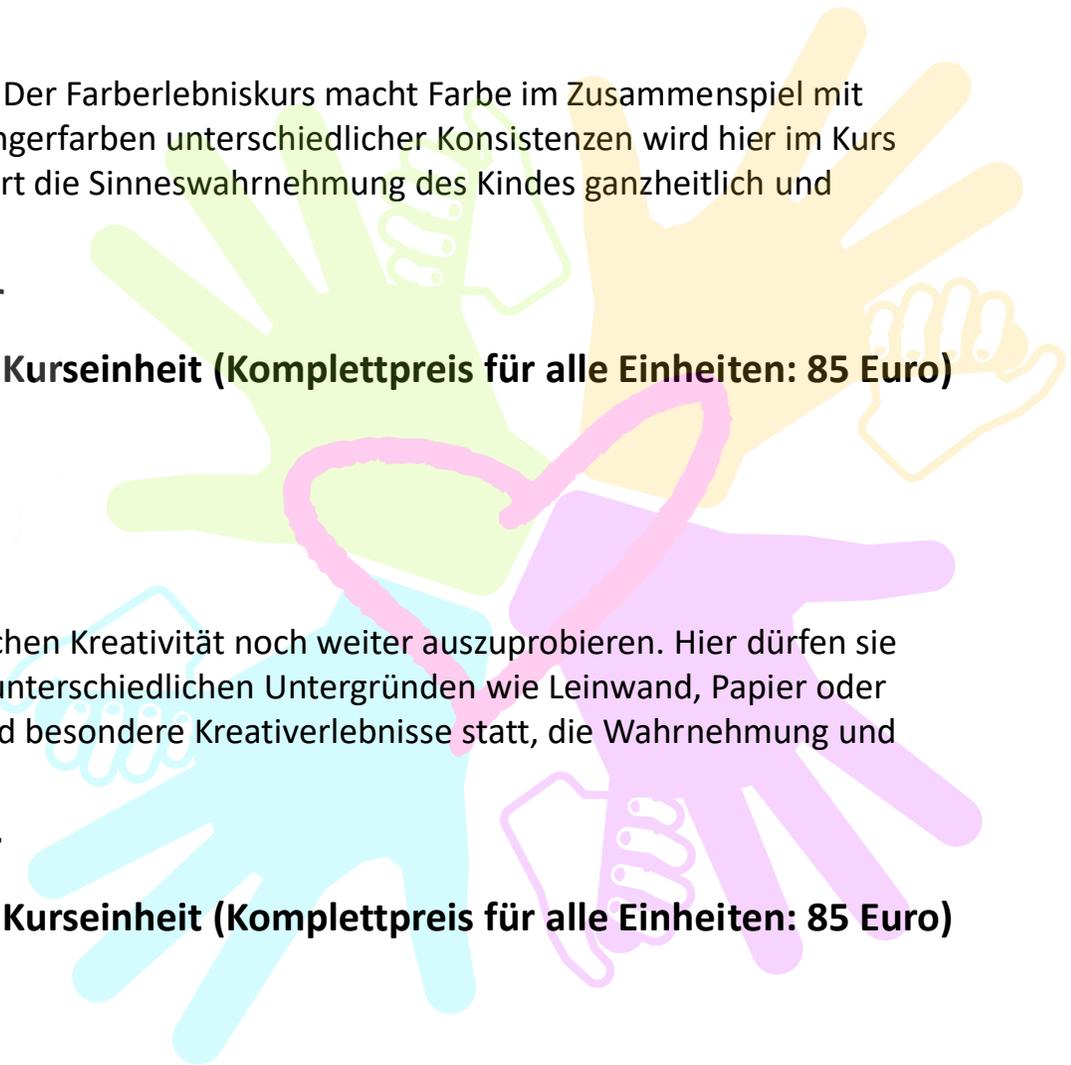
Im Farb- und Malkurs haben die etwas älteren Kinder die Möglichkeit sich in Sachen Kreativität noch weiter auszuprobieren. Hier dürfen sie bereits mit verschiedenen Werkzeugen wie Pinsel, Farbrolle oder Stempel und unterschiedlichen Untergründen wie Leinwand, Papier oder Karton experimentieren. In Begleitung der Eltern finden hier im Kurs für das Kind besondere Kreativerlebnisse statt, die Wahrnehmung und Fantasie fördern.

Dauer: 1,5 Stunden pro Woche

Teilnehmerzahl: 4 bis 6 Kinder

Laufzeit: 6 Wochen

Kosten: 15 Euro pro Kind und Kurseinheit (Komplettpreis für alle Einheiten: 85 Euro)



Krabbelgruppe (6 bis 9 Monate)

Das Baby bekommt in der Krabbelgruppe die Möglichkeit in einem sicheren und geschützten Rahmen verschiedene Spielmaterialien, die im Besonderen die Sinneswahrnehmung (Sehen, Hören, Fühlen) ansprechen, zu erkunden und zu erfahren. Das Kind tritt in einen ersten sozialen Kontakt mit anderen Kindern und macht in der Krabbelgruppe seine ersten Spielerfahrungen in einer Gruppengemeinschaft. Dennoch befindet sich das Kind in dieser Phase seiner Entwicklung noch stark in der Bindungsphase zu seinen Eltern, weshalb der Kurs im Besonderen auch auf bindungsorientiertes und beziehungsstärkendes Spiel ausgelegt ist. Eltern lernen die einzelnen Entwicklungsschritte ihres Kindes zu verstehen und auf dessen Signale und Feinzeichen adäquat einzugehen, indem sie es sensibel durch den Kurs begleiten. Den Eltern bietet dieser Kurs darüber hinaus die Möglichkeit zum Austausch von Erfahrungen untereinander. Neue Kontakte werden geknüpft.

Dauer: 1 Stunde pro Woche

Teilnehmerzahl: 5 bis 7 Kinder

Laufzeit: flexibel

Kosten: 10 Euro pro Kurseinheit

Spielgruppe (10 bis 18 Monate)

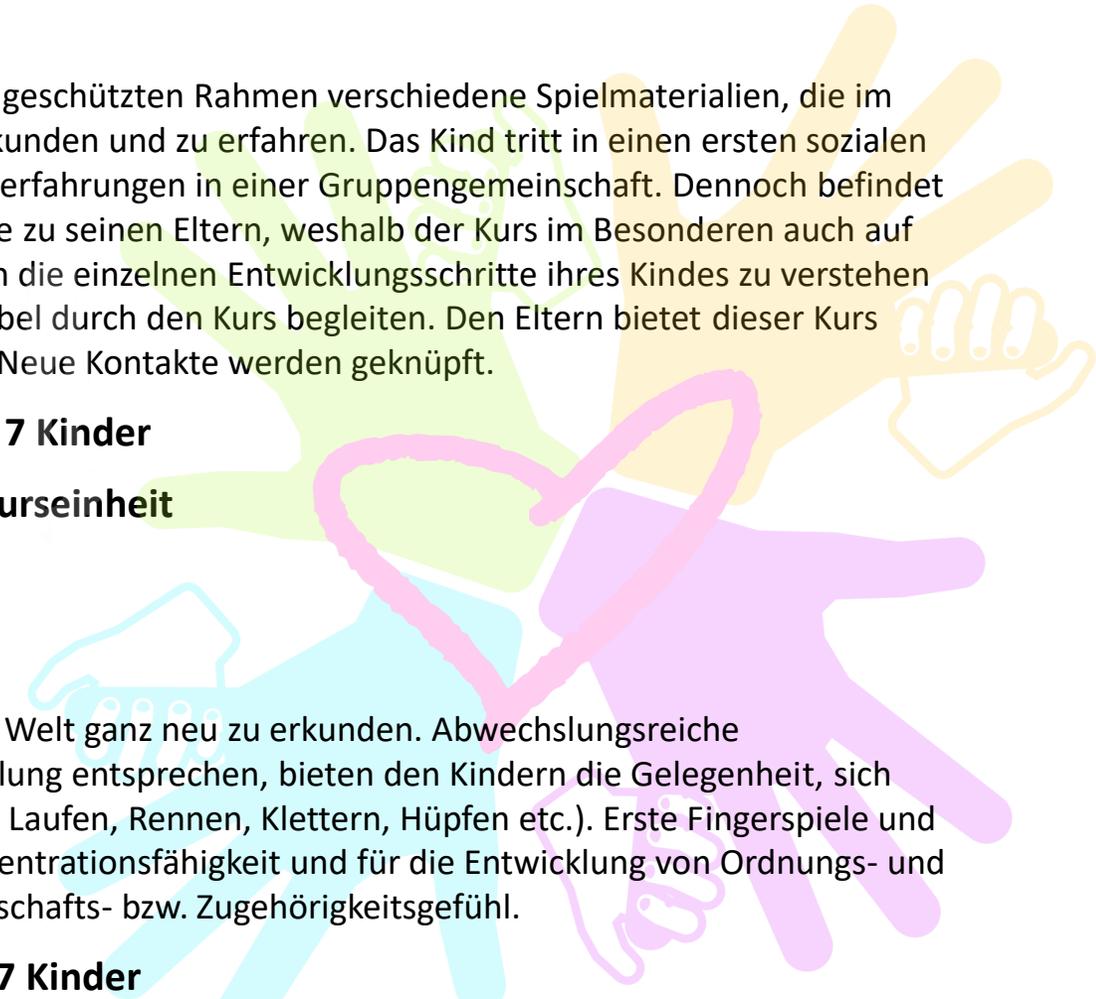
Gemeinsam mit den Eltern bekommen die Kinder die Gelegenheit, sich und ihre Welt ganz neu zu erkunden. Abwechslungsreiche Bewegungsangebote, die der nun stark voranschreitenden motorischen Entwicklung entsprechen, bieten den Kindern die Gelegenheit, sich auszuprobieren und ihre neuen körperlichen Fähigkeiten zu erproben (Krabbeln, Laufen, Rennen, Klettern, Hüpfen etc.). Erste Fingerspiele und gemeinsames Singen sind bereits im jungen Alter förderlich für die spätere Konzentrationsfähigkeit und für die Entwicklung von Ordnungs- und Orientierungssinn. Zudem fördert es die Sprachfähigkeit und schafft ein Gemeinschafts- bzw. Zugehörigkeitsgefühl.

Dauer: 1 Stunde pro Woche

Teilnehmerzahl: 5 bis 7 Kinder

Laufzeit: flexibel

Kosten: 10 Euro pro Kind und Kurseinheit



Spielgruppe (1,5 bis 3 Jahre)

Spielen, Singen, Basteln, Spaß haben und auf den Kindergarten vorbereiten- Dies sind die erklärten Ziele dieses Kurses. Auf kognitiver Ebene werden nun besonders Farben und Formen aber auch Bücher interessant. Grob- und Feinmotorik entwickeln sich immer weiter, die Kinder beginnen zu malen, zu kneten und zu basteln. Die Kinder haben hier Gelegenheit ihres individuellen Entwicklungsstandes entsprechend nun vermehrt in die direkte soziale Interaktion mit anderen Kindern der Gruppe zu treten (Interaktions- und Gruppenspiel). Auch ihre zunehmende Sprachkompetenz begünstigt dies. Sie schließen erste kleine Freundschaften und lernen voneinander. Aber auch erste kleine Konflikte entstehen. Eltern erhalten hierzu vor dem Hintergrund der noch nicht gänzlich ausgereiften Verständniskompetenzen der Kinder wertvolle Tipps und Hilfestellungen im Umgang mit Konfliktverhalten ihres Kindes.

Dauer: 1,5 Stunden pro Woche

Teilnehmerzahl: 5 bis 7 Kinder

Laufzeit: flexibel

Kosten: 10 Euro pro Kind und Kurseinheit

Wald- und Gartenspielgruppe (3 bis 4 Jahre)

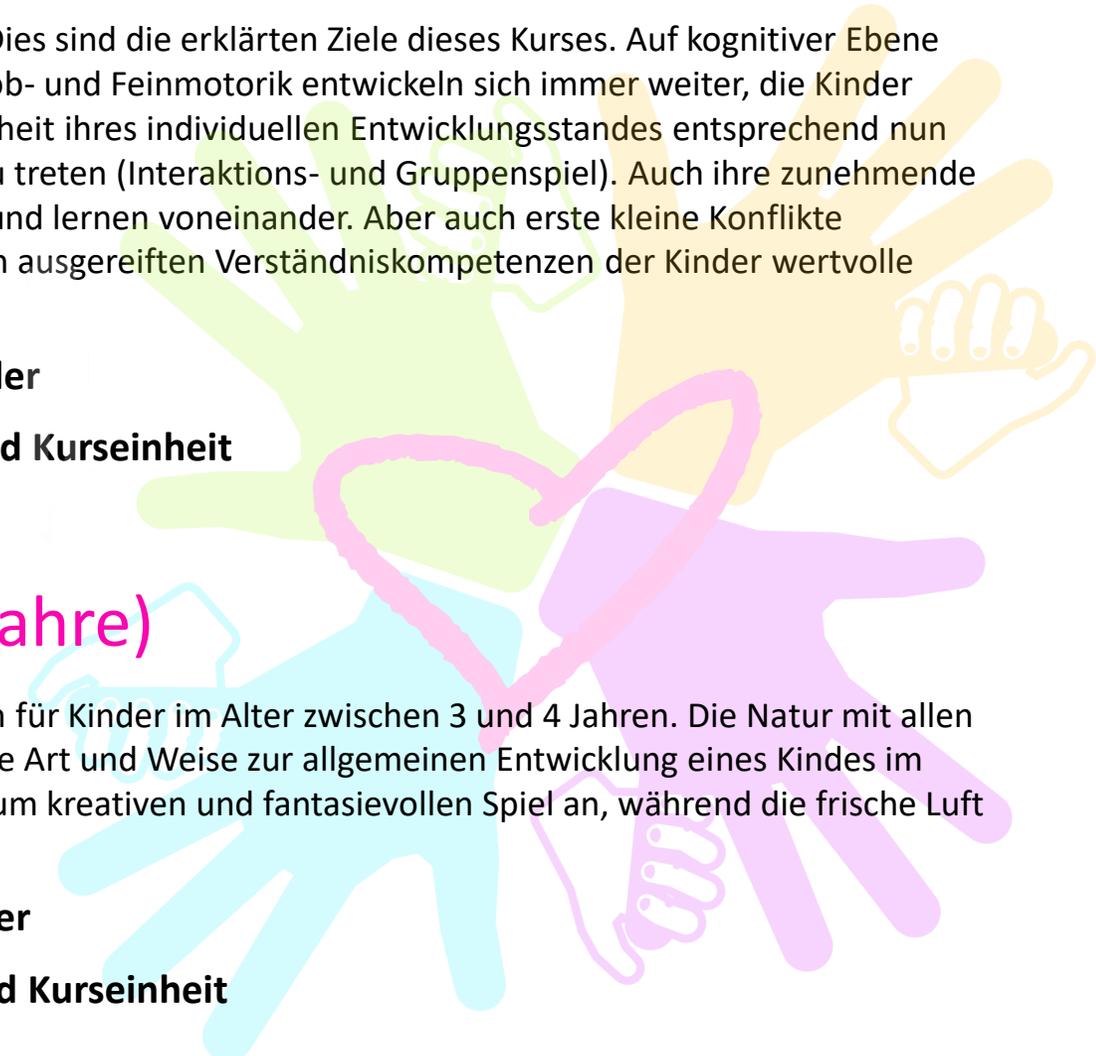
Der Wald bietet eine Vielzahl an Spiel- aber auch an Erkundungsmöglichkeiten für Kinder im Alter zwischen 3 und 4 Jahren. Die Natur mit allen Sinnen zu erleben, sie zu entdecken und zu bespielen trägt dabei auf vielfältige Art und Weise zur allgemeinen Entwicklung eines Kindes im Kleinkindalter bei. Naturmaterialien wie Stöcke, Steine, Blätter, Moos regen zum kreativen und fantasievollen Spiel an, während die frische Luft und die Gemeinschaft in der Gruppe Körper und Geist nachhaltig gut tun.

Dauer: 1,5 Stunden pro Woche

Teilnehmerzahl: 6 bis 8 Kinder

Laufzeit: flexibel (saisonal)

Kosten: 10 Euro pro Kind und Kurseinheit



Musikalische Frühförderung (1,5 bis 3 Jahre)

Gemeinsames Singen und Musizieren fördert sowohl Gehör, Rhythmusgefühl und Sprache als auch die kognitive Entwicklung und die Entwicklung eines Gemeinschafts- und Ordnungssinns. In der Musikalischen Frühförderung lernen wir verschiedene Instrumente kennen und beschäftigen uns mit deren unterschiedlichen Beschaffenheiten und Klängen. Jede Stunde folgt einem gleichbleibenden Ablauf: Wir beginnen mit einem Begrüßungslied oder Fingerspiel, worauf eine Klanggeschichte und/oder ein Musikspiel folgt. Anschließend werden die Instrumente bespielt, worauf abschließend ein Abschiedslied und/oder Fingerspiel folgt.

„Es ist eigenartig, aber aus neurowissenschaftlicher Sicht spricht alles dafür, dass die nutzloseste Leistung, zu der Menschen befähigt sind- und das ist unzweifelhaft das unbekümmerte, absichtslose Singen- den größten Nutzeffekt für die Entwicklung von Kindergehirnen hat.“

Prof.Dr. Gerald Hüther, Leiter der Zentralstelle für Neurobiologische Präventionsforschung der Universität Göttingen und Mannheim/Heidelberg

Dauer: 1 Stunde pro Woche

Laufzeit: 8 Wochen

Teilnehmerzahl: 5 bis 6 Kinder

Kosten: 12 Euro pro Kind und Kurseinheit (Komplettpreis für alle Einheiten: 75 Euro)

2. Beratungsangebote (individuell)

Schreiberatung

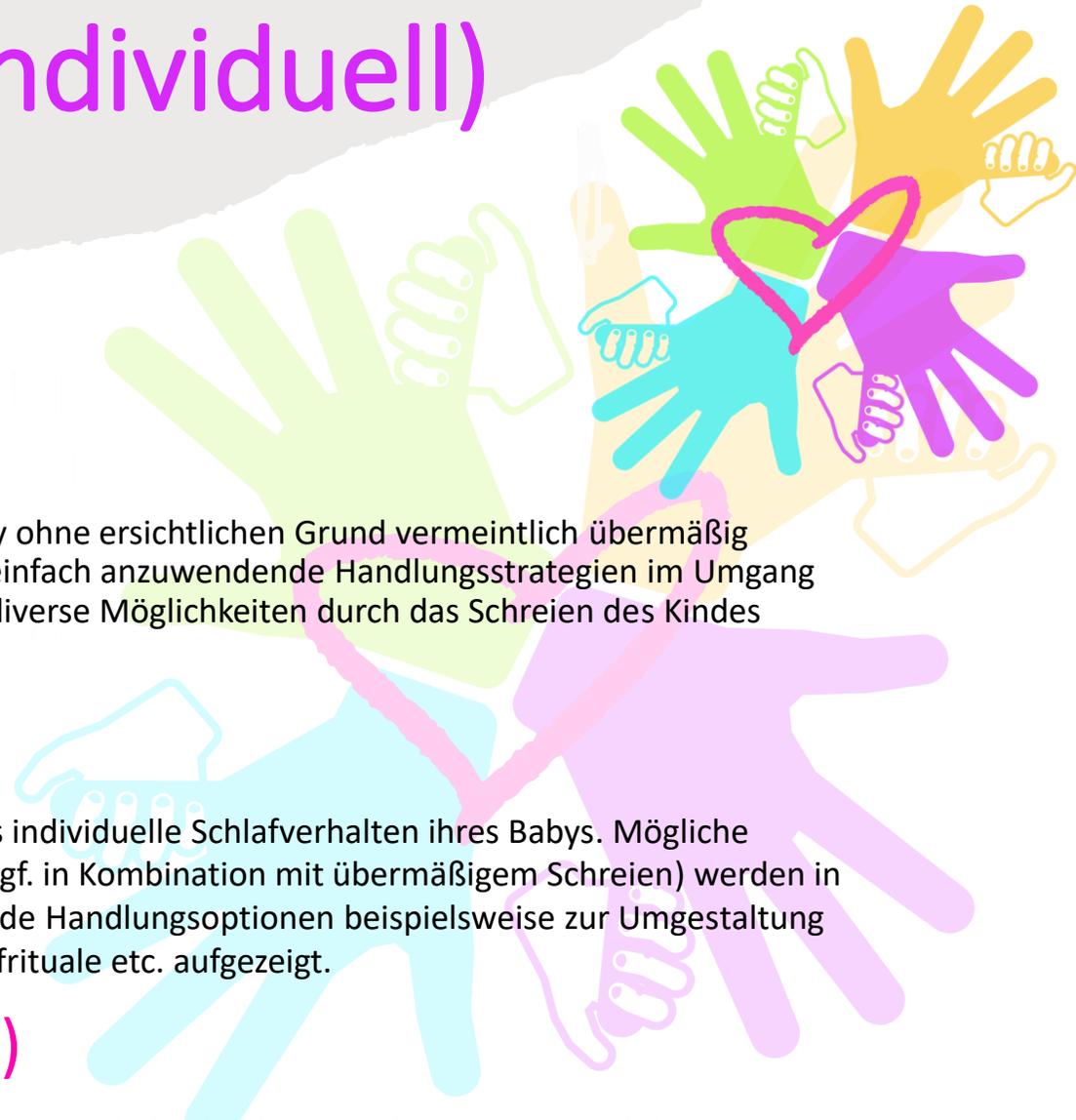
In der Schreiberatung erhalten Eltern gezielt praktische Hilfestellungen, wenn ihr Baby ohne ersichtlichen Grund vermeintlich übermäßig häufig und unaufhörlich schreit. Gemeinsam mit den Eltern werden individuelle und einfach anzuwendende Handlungsstrategien im Umgang mit dem schreienden Baby erarbeitet und erprobt. Den Eltern eröffnen sich dadurch diverse Möglichkeiten durch das Schreien des Kindes belastete Alltagssituationen schnell und vor allem nachhaltig zu entspannen.

Schlafberatung

In der Schlafberatung erhalten Eltern eine praxisnahe Beratung in Fragen rund um das individuelle Schlafverhalten ihres Babys. Mögliche Faktoren und Ursachen für unregelmäßigen Schlaf, häufiges nächtliches Aufwachen (ggf. in Kombination mit übermäßigem Schreien) werden in Zusammenarbeit mit den Eltern ergründet. Daraufhin werden den Eltern entsprechende Handlungsoptionen beispielsweise zur Umgestaltung des Tagesablaufs, der bisherigen Schlafsituation und/oder bisher angewendeter Schlafrituale etc. aufgezeigt.

Bewegungsunterstützendes Handling (BUH)

In der Beratung zum bewegungsunterstützenden Handling erhalten Eltern von Säuglingen und Kleinkindern vor dem Hintergrund der besonderen Anatomie des noch ganz jungen Kindes wertvolle Tipps und eine professionelle Anleitung zum alters- und entwicklungsgerechten Handling, sprich: Gelenkschonendes und sicheres Aufnehmen, Ablegen, Halten und Tragen, empfehlenswerte Wickel-, Still-, Sitz-, Liege- und Spielpositionen etc.



Übergang Familie/Krippe und Krippe/Kindergarten

Die Beratung zum Thema "Übergang Familie/Krippe und Krippe/Kindergarten" soll Familien vor bzw. während der Um- und Eingewöhnungszeit sensibel in Fragen und Anliegen begleiten und unterstützen. Eltern erhalten wertvolle Tipps aus der Praxis, um den Wechsel ihres Kindes in die Fremdbetreuung möglichst zu erleichtern und ihm dabei eine gute und stabile Basis der Unterstützung zu sein.

Beikostbegleitung

Wann startet mein Kind mit Beikost? Wie viel Nahrung braucht mein Kind in welchem Alter? Was sind für die Beikost geeignete Lebensmittel? Wie wird dem Kind Nahrung angeboten? Von Anfang an mit am Familientisch (Baby Led Weaning)? Diese und weitere Fragen werden in der Beikostbegleitung/-beratung beantwortet. Hierbei geht es vor allem darum Eltern ihre Ängste in Bezug auf das Thema Beikost zu nehmen und einen "Blick über den Tellerrand" zu wagen.

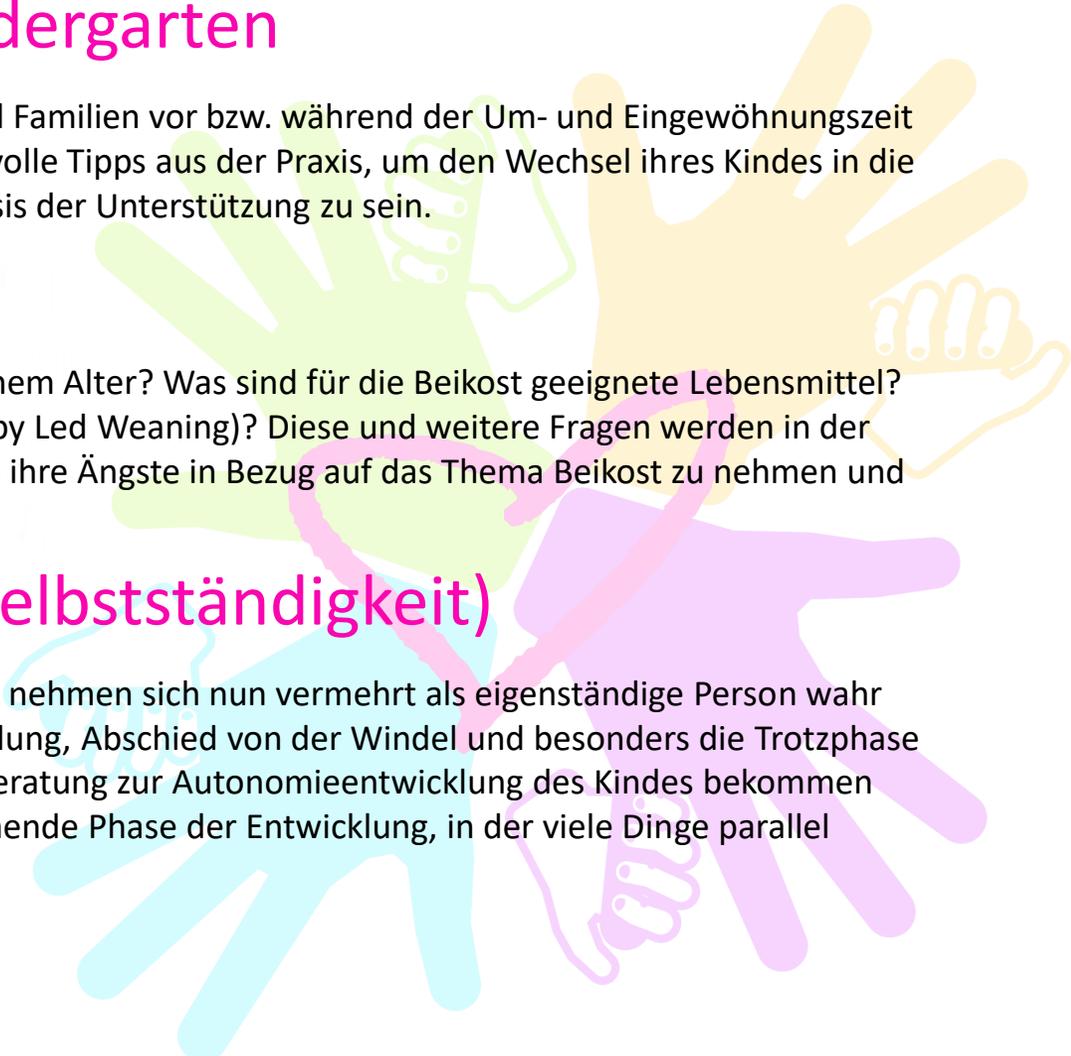
Autonomie des Kindes (Trotzphase und Selbstständigkeit)

Ab dem ca. 3. Lebensjahr kommen Kinder in die sogenannte Autonomiephase. Sie nehmen sich nun vermehrt als eigenständige Person wahr mit einem klaren eigenen Willen und eigener Meinung. Selbstständigkeitsentwicklung, Abschied von der Windel und besonders die Trotzphase sind Themen, die für viele Eltern häufig eine Herausforderung darstellen. In der Beratung zur Autonomieentwicklung des Kindes bekommen Eltern diesbezüglich Hilfestellung und Beratung, um ihre Kinder durch diese spannende Phase der Entwicklung, in der viele Dinge parallel zueinander passieren, bestmöglich zu begleiten.

Dauer: 30 oder 60 Minuten

Kosten: 25 Euro (Einzeltermin 30 Min)

45 Euro (Einzeltermin 60 Min)



3. Vorträge und Workshops

Zahngesundheit im Kleinkindalter (Vortrag)

Inhalte: - Ernährung und Zahngesundheit

- Die Milchzähne kommen
- Schnuller, Daumen und Co.
- Zahnputzroutinen
- Die Rolle von Familie und Kita

Abschied von der Windel (Vortrag)

Inhalte: - Töpfchen-Training“

- Autonomieentwicklung
- Entwicklung der Darm- und Blasenentleerung

Dauer: 1 Stunde

Teilnehmerzahl: 15 bis 20 Teilnehmer

Kosten: 5 Euro pro Person (Infomaterial inklusive)

Dauer: 1 Stunde

Teilnehmerzahl: 15 bis 20 Teilnehmer

Kosten: 5 Euro pro Person (Infomaterial inklusive)

→ Als Workshop (ca. 2,5 Stunden) 15 Euro



Babyfreundliche Beikost (Vortrag)

Inhalte: - Beikoststart (Reifezeichen)

- Richtig Füttern
- Sicherheit beim Essen
- Lebensmittel/Fertigprodukte mit Beikosteignung
- Verbote in der Beikost

Dauer: 1,5 Stunden

Teilnehmerzahl: 15 bis 20 Teilnehmer

Kosten: 7 Euro pro Person (Infomaterial inklusive)

→ als Workshop (ca. 2,5 Stunden) 15 Euro

Ernährung von Kleinkindern und Essen am Familientisch (Vortrag)

Inhalte: - Portionsgrößen

- Ernährungspyramide
- Essen am Familientisch
- Tischsitten und Rituale

Dauer: 1,5 Stunden

Teilnehmerzahl: 15 bis 20 Teilnehmer

Kosten: 7 Euro pro Person (Infomaterial inklusive)

→ als Workshop (ca. 2,5 Stunden) 15 Euro

Schlaf durch Baby (Vortrag)

Inhalte: - Entwicklung des Schlafens

- Schlafdauer und -rituale
- Babys Schlaf aus Sicht der Evolution
- Schlafstörungen

Dauer: 1,5 Stunden

Teilnehmerzahl: 15 bis 20 Teilnehmer

Kosten: 7 Euro pro Person (Infomaterial inklusive)

→ als Workshop (ca. 2,5 Stunden) 15 Euro

