

Alltag



„Wohlfühlstrategien für Mama und Papa!“

Fit for family!

Bilderbuchfamilie? Wie machen es andere?
Wie wollen wir es machen?

Ideenbörse für einen gelingenden Familienalltag:

- Paarleben
- Betreuung des Kindes
- Kind und berufliche Planung
- Auskommen mit dem Einkommen
- Existenzsicherung
- Haushaltsplanung / Haushaltsführung
- Zeiteinteilung
- Umgang mit Stress

Kursorganisation

Anmeldung und Info: SKF Heidelberg bei Frau Nowak
Telefon: 06221 - 137086-13

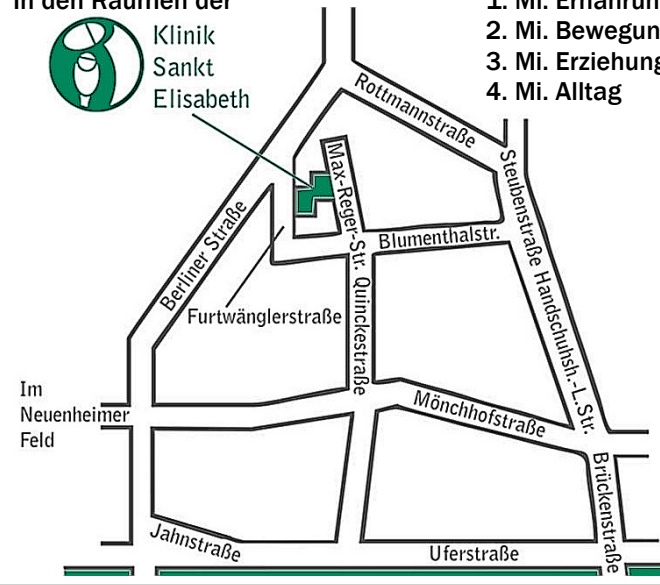
erreichbar Mo-Fr. von 9 - 16 Uhr
mittwochs, 9:30-11:00 Uhr

Termine:
In den Räumen der



Klinik
Sankt
Elisabeth

1. Mi. Ernährung
2. Mi. Bewegung
3. Mi. Erziehung
4. Mi. Alltag



Im
Neuenheimer
Feld

Kooperationspartner:



Caritasverband Heidelberg e.V.
Turnerstr. 38
69126 Heidelberg
Telefon: 06221 / 33 03 0
Telefax: 06221 / 33 03 33



Sozialdienst katholischer Frauen Heidelberg e.V.
Bauamtsgasse 8
69117 Heidelberg
Telefon: 06221 / 137086-0
Telefax: 06221 / 137086-20



Klinik Sankt Elisabeth gGmbH
Max-Reger-Straße 5-7
69121 Heidelberg
Telefon: 06221 / 48 80
Telefax: 06221 / 48 82 08

BärenSTARKE

Kursangebote!



BärenSTARKE!

Kurs
zur Förderung
elterlicher Kompetenzen

4 Termine

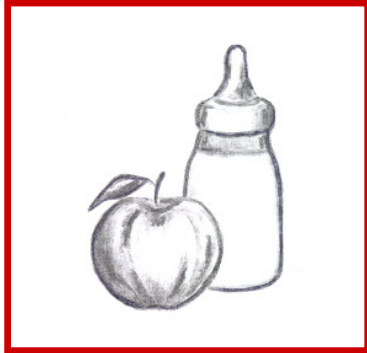


Caritasverband
Heidelberg
e.V.

Klinik
Sankt Elisabeth
gGmbH

Sozialdienst
katholischer
Frauen
Heidelberg
e. V.

Ernährung



„Was soll mein Baby essen?“

Stillen und Beikost

- Wie möchte ich mein Baby ernähren?
- Wie funktioniert das Stillen?
- Was sind die Vorteile (oder Nachteile) des Stillens?
- Was kommt nach der Muttermilch/Flasche?
- Beikosteinführung: Wann und womit?
- Anregungen zum Selber kochen
- Gläschenkost – Welche Informationen kann ich den Etiketten entnehmen?



Gefördert vom Ministerium für Ernährung BW

Bewegung



„Vom Laufenlernen“

Sich bewegen lernen

- Bewegungsentwicklung im ersten Lebensjahr
- Warum ist Bewegung für die menschliche Entwicklung so wichtig?
 - Die vier großen, motorischen Bewegungsentwicklungsabschnitte meines Kindes: Rückenlage, Vierfüßlerstand, Sitz und Stand
 - Wie können Eltern die Entwicklung ihres Kindes fördern?
 - Was nimmt mein Kind wann wahr?
 - Wie verläuft die mentale und kognitive Entwicklung meines Kindes?

Erziehung



„Von Prinzessinnen und Paschas ...“

Kess-erziehen

- Eltern erfahren, welche sozialen Grundbedürfnisse ihr Kind hat und was es zur positiven Entwicklung seines Selbstwertgefühls braucht.
- "Kess erziehen" lenkt den Blick auf die Stärken der Eltern und ihrer Kinder. Gegenseitiger Respekt, Momente echter Begegnung und Ermutigung reduzieren Konfliktpotentiale und erziehungsbedingten Stress. Die Freude am gemeinsamen Wachsen, das liebevolle, spannende und erlebnisreiche Miteinander gewinnen an Raum.