



Stark mit Baby



Kurs für werdende Mütter und Väter



Wir laden Euch herzlich zu unserem Kurs „Stark mit Baby“ ein.

In der Schwangerschaft kommen viele Fragen auf, manchmal gibt es Unsicherheiten und man möchte sich darüber austauschen. In unserem Kurs hat das alles Platz.

In gemütlicher und vertraulicher Runde gibt es Infos rund um alle wichtigen Themen, wie zum Beispiel:

- Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit
- Babypflege, Handling und Schlafen
- Babysignale verstehen
- und wie ein entspannter Familienalltag gelingen kann

Kursleiter*innen:

Karolin Voigt (Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin; IBCLC Still- und Laktationsberaterin)

Maria Mewes (Elternkursleiterin)

Carsten Vonnoh (Vätercoach und systemischer Berater)

Dauer:

5 Termine, jeweils 90 Minuten und ein Väternachmittag

5 Termine:

Freitag, den 20.10.2023 14.30-16.00 Uhr

Freitag, den 27.10.2023 14.30-16.00 Uhr

Freitag, den 03.11.2023 14.30-16.00 Uhr

Freitag, den 10.11.2023 14.30-16.00 Uhr

Freitag, den 24.11.2023 14.30-16.00 Uhr

Väternachmittag am 17.11.2023 um 15.30 Uhr



„Ich kann nun deutlich sicherer und gestärkt auf die neue Lebensphase blicken.“

Feedback einer Kursteilnehmerin

Ort:

Familienzentrum, Abraham-Lincoln-Str. 37, 99423 Weimar

Gebühr:

Durch eine Projektförderung ist der Kurs für alle Teilnehmer*innen **kostenfrei**.

Anmeldung unter:

familienangebote@stadtweimar.de oder unter Tel. 03643-762779