**Titel** : Achtsames Muttersein

**Zeit**

Frühjahrskurs 5.6 und 19.6.18

Herbstkurs 13.11. und 27.11.18

**Ort:** Salzburg, Nonntaler Hauptstrasse 43

**Inhalt** **:**

Feinfühliges Erkennen und Beantworten der Bedürfnisse des Babys hilft ihm, seine unvergleichbare

Je sicherer Sie als Mutter sind - umso sicherer wird sich ihr Baby fühlen.

Hilfreicher Austausch und Information über:

- was "erzählt" das Baby mit Schreien oder seinem Körper
- das Zulassen und Erkennen eigener Unsicherheiten und Ängste, Umgang mit Stress und Ent
- Reflektieren über Ansprüche und Über-ansprüche (was braucht mein Baby wirklich)
- Einfluss belastender Schwangerschafts- und Geburtserfahrungen auf Sie und Ihr Baby
- Unterstützung und Schutz für die "neue" Familie
- die entlastende Erfahrung, dass es anderen Frauen "auch so geht"

Stichworte: Bindung, Paarbeziehung, Großeltern bzw. Schwiegereltern, Schlaf, Baby-blues, Überfo

Auf Wunsch kann sich daraus eine fortlaufende Gruppe bilden, mit Möglichkeit zur Reflexion eigene

| | |
|---|---|
| **Kosten:** | € 50.- |
| **Anmeldung:** | www.birthday-salzburg.com |