



## Jahresprogramm 2023/2024

### Stillgruppe & mehr

Für Schwangere, Mütter und Väter mit ihren Kindern bis zum ersten Lebensjahr und Interessierte

**Termine:** Einmal monatlich montags von 9.30 Uhr bis 11.15 Uhr, außer in den Sommermonaten Juli und August.

#### 2023:

- 09.10: Alles anders: Stillen in Ausnahmesituationen
- 13.11: Schläft dein Kind schon durch?
- 18.12: Einführung der Beikost

#### 2024:

- 08.01: Geschwisterkinder: Wir haben uns zum Streiten gern!
- 05.02: Rückkehr in den Beruf: Wie geht es jetzt weiter?
- 18.03: Keine Angst vor Babytränen
- 08.04: Abstillen: Wie und wann?
- 13.05: Wege rund um die kindliche Ernährung
- 10.06: Mutterschaft, Frausein und Sexualität
- 09.09: Verwöhnen oder Bedürfnisse stillen?
- 21.10: Einführung der Beikost
- 18.11: Schläft dein Kind schon durch?
- 09.12: Stillen: Ressource oder Belastung

**Kosten:** 12 € pro Treffen brutto

**Referentin:** Barbara Walcher

**Anmeldung:** Erforderlich per Mail oder telefonisch

### Größer, lauter, bunter – Jahresgruppe für Mütter

Für eine geschlossene Gruppe von maximal 6 Müttern, deren Kinder zwischen ein und sechs Jahre alt sind.

Mit dem Heranwachsen stellen Kinder ihre Eltern immer wieder vor neue Herausforderungen. Wie können Mütter auf der Basis eines tragenden Miteinanders auf den verschiedenen Beziehungsebenen von Muttersein, Partnerschaft, Familienalltag und Beruf einen Weg wahren, ohne selbst dabei auf der Strecke zu bleiben? Folgende Aspekte stehen gemeinsam mit diesen Themen im Zentrum der Treffen:

- Vermittlung von bindungsrelevantem Wissen kindlicher Entwicklung
- Erkennen, Wahrnehmen eigener Bedürfnisse und deren Befürsorgung
- Austausch mit anderen Frauen auf ihrem Weg des Mutterseins
- Aufzeigen von Möglichkeiten im Umgang mit familiären Konfliktdynamiken

Diese Jahresgruppe wird Lydia Grossgasteiger als Referentin unter anderen zu den Themen Zykluswissen und kindliche Sexualentwicklung, mitgestalten.

**Termine:** Insgesamt fünf Treffen, montags, von 18.30 Uhr bis 20.30 Uhr

27. November 2023, 15. Januar 2024, 19. Februar 2024, 18. März 2024 und 22. April 2024

**Kosten:** 200 € brutto für die gesamte Jahresgruppe

**Referentinnen:** Barbara Walcher, Lydia Grossgasteiger (Gestaltcounselor)

**Anmeldung:** Erforderlich per Mail oder telefonisch

### Information und Einzelbegleitung

Für die Teilnahme an den Gruppenangeboten ist eine Anmeldung bis spätestens eine Woche vor Veranstaltung erforderlich! Für alle Angebote gilt eine begrenzte Teilnehmeranzahl. **Einzelberatung auf Anfrage.**