

Auszeit für Mama und Kind

Zeitraum

Mo., 15.01.2024

ab 16:00 Uhr

Fr., 19.01.2024

bis 15:00 Uhr

Zielgruppe

Mütter mit Kleinkindern unter 6 Jahren

Referent/en

Julia-Luna Cappelletto

Hebamme, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, prä- und postnatale Trainerin

Greta Lintner

Michaela Moser

Kursbeitrag

155,00 € pro Familie Solidaritätspreis

135,00 € pro Familie Normalpreis

115,00 € pro Familie Mindestpreis

In dieser Woche kommen Mamas bei schönen Momenten auf ihre Kosten und können Kraft tanken. In getrennten Einheiten spielen, basteln und toben die Kinder, während die Mütter Zeit für ihre Themen bekommen:

- Gesprächsrunden
- Beckenboden- und Rückbildungsgymnastik
- Erste Hilfe und Kinderkrankheiten
- Verhütung und Sexualität
- Baby- und Mamamassage