

## Babymassage

Die Babymassage lädt dazu ein, den Säugling über die Berührung der Haut zu erreichen. Durch die Massage und mit Ihrer Unterstützung lernt das Baby seinen eigenen Körper wahrzunehmen. Die Liebe zu Ihrem Kind fließt dabei über Ihre Hände und vermittelt ihm dadurch Sicherheit und Geborgenheit.

Über die Babymassage lernen Sie mit ihrem Baby einen achtsamen Umgang und entwickeln darüber hinaus eine ganz eigene Sprache, die nur sie beide sprechen und verstehen. Sie können die Babymassage als Tagesritual in den Alltag Ihres Babys fließen lassen und es in Krisen durch unterschiedliche Massagetechniken in seiner Entwicklung positiv unterstützen. Im Vordergrund steht die zärtliche Berührung und das sanfte Ausführen aller Bewegungen. Im Familienzentrum Mölln biete ich einen Babymassageworkshop an, der aufeinander aufbaut.

Bei diesem Workshop zeige ich Ihnen die Schmetterlingsmassage, die Indische Massage und kleine Übungen zum Babyyoga. Bitte bringen Sie zu jedem Termin ein dickes Handtuch und eine kleine Decke für ihr Baby mit, da die Babys nackt massiert werden. Babyöle stellen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

### **Vier Termine:**

**06.,13.,20. und 27. Januar 2021  
jeweils von 09.30 bis 11.00 Uhr**

## Beikostberatung

Viele Mütter fragen sich, wann für ihr Baby der richtige Zeitpunkt für die Einführung der Beikost ist und setzen sich und ihr Baby dabei oft unnötig unter Druck.

Die Einführung der Beikost ist sehr individuell und abhängig von dem Alter, den Vorlieben und der Entwicklung Ihres Kindes.

Unsicherheiten bestehen unter anderem darin, welche Lebensmittel wann eingeführt werden sollen, ob Gläschenkost besser oder schlechter ist, als selber kochen und wie Beikosteinführung unter dem Schutz des Stillens oder der Prenahrung umsetzbar ist.

Ich veranstalte hierzu im Familienzentrum Mölln an zwei Terminen eine Beikostberatung für interessierte Mütter in Theorie und Praxis.

Nachdem wir uns mit dem Thema ausgiebig beschäftigt haben, werden wir Beikost als Brei und Baby led weaning selbst zubereiten und probieren.

**16. Dezember 2020  
03. Februar 2021  
09:30 bis 11:00 Uhr**

## Stillvorbereitungskurs

Sie erhalten Informationen darüber, wie sich der Körper einer Frau auf die Stillzeit vorbereitet und wie das Zusammenspiel der Hormone dafür sorgt, dass ein guter Stillstart möglich ist. In einem Stillvorbereitungskurs haben Sie die Möglichkeit sich mit anderen Müttern auszutauschen und darüber hinaus Kontakte zu knüpfen. Sie erhalten Wissen und Aufklärung über das Stillen und ich zeige Ihnen verschiedene Anlegepositionen anhand einer Babypuppe.

Wir sprechen über eventuelle anfängliche Stillschwierigkeiten, wie Sie damit umgehen und dabei die Ruhe behalten können, um den Stillerfolg weiter aufrecht zu erhalten.

Ich wünsche Ihnen eine Stillzeit, die Sie zusammen mit Ihrem Baby genießen, in der Sie auf eventuelle Schwierigkeiten vorbereitet sind und in der Sie handlungsfähig bleiben, denn ..... Stillen lohnt sich !

**06. Januar 2021  
17.00 bis 19.00 Uhr**

Unsere Angebote sind für alle Eltern kostenfrei. Um eine verbindliche Anmeldung wird gebeten

Ihre  
Ansprechpartnerinnen

**Ariane Hesse**

Koordinatorin FAZ

Jochim-Polleyn-Platz 9

23879 Mölln

0151/ 65 79 24 74

[familienzentrum@kg-moelln.de](mailto:familienzentrum@kg-moelln.de)

**Natalie Stolz**

Familienkrankenschwester für die frühen  
Hilfen

Stillspezialistin

0178/ 52 600 87

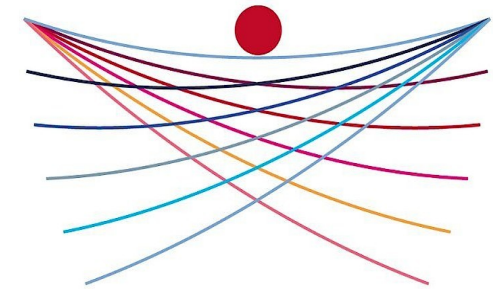
[info@stillengelingt.de](mailto:info@stillengelingt.de)

[www.stillengelingt.de](http://www.stillengelingt.de)

Hier finden Sie uns

**Jochim-Polleyn-Platz 9**

**23879 Mölln**



**Familienzentrum Mölln**

Ein Netz für Kinder und Familien